

实用

中药歌诀

第三版

SHIYONG ZHONGYAO GEJUE

中医药院校新生入学必备参考

名家亲笔编写，独创记忆法畅销全国二十余年

编著◎温长路

中国医药科技出版社

实用中药歌诀

(第三版)

温长路 编著

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

实用中药歌诀/温长路编著. —3 版. —北京:
中国医药科技出版社, 2012. 9

ISBN 978 - 7 - 5067 - 5597 - 9

I. ①实… II. ①温… III. ①中药学 - 基本
知识 IV. ①R28

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 174063 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010 - 62227427 邮购: 010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 787 × 1092mm ¹/₃₂

印张 18 ⁷/₈

字数 319 千字

初版 1990 年 7 月第 1 版

版次 2012 年 9 月第 3 版

印次 2012 年 9 月第 3 版第 1 次印刷

印刷 北京地泰德印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 5597 - 9

定价 38.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

内 容 提 要

本书继续保持前两版的主要特点，以最新版（新世纪第二版）高校《中药学》教材为蓝本，每类有歌有论，每药有歌有说，分门别类地对教材中涉及到的中药进行提纲挈领式的解读，内容涉及中药名称、性味、归经、功效、炮制方法、配伍宜忌、药理研究等范畴，适合在校学生和基层中医、中西医结合工作者作为辅助读物，并有帮助简便记忆的效果。同时考虑到更大读者群的需要，在旧版的基础上较多地增加了中医药文化元素和养生保健知识，增添了与常见疾病相关的药物处方400余首。本书趣味性、可读性和实用性特点突出，更能适宜中医药知识的传播和普通读者阅读的需求。

三版前言

中医药是人民群众长期同疾病作斗争过程中成功经验的积淀和升华，为中华民族的繁衍昌盛做出了不可磨灭的贡献。数千年来，中医药积累了宝贵的经验，其中有相当一部分具有自主知识产权的价值。在社会不断发展、生活要求和质量不断提高的今天，人们越来越寄希望于以天然药物为健康保障手段的、具有民族特色优势的中医药，能更好地解决预防、保健、治疗、康复中的难题。中医药临床疗效确切、预防保健作用独特、治疗方式灵活、费用比较低廉，特别是随着健康观念变化和医学模式转变，中医药越来越显示出独特优势。

鉴于此，系统研究和掌握中药学的理论和知识，是中医临床的基本功。我国现有中药 12800 余种，其中药用植物 11000 余种，药用动物 1581 种，药用矿物 80 余种，临床常用的药物也有千种左右。要熟悉并掌握如此庞大的知识体系，的确不是一件容易的事。因此，自古就有不少学者都在研究学习方法的问题，其中为中药写歌作赋不失为一种公认的、有效的手段，历代都有不少朗朗上口的优秀中药歌诀传世。初生牛犊不怕虎，30 多年前，笔者就斗胆开始运作这本《实用中药歌诀》了，也算是众多中药歌诀作者队伍中的“滥竽充数”者吧！从刻印本、一版、二版到今天，这本小册子十易其稿，在不知不觉中把我从青年带到了老年，不能不感叹时光之快！

这次修改，仍立足于原书的特色，在坚持构架上



三版前言

以最新版的“全国高等院校规划教材”为基础、在服务对象上以在校就读的学生和普通中医药工作者为主导外，在指导思想和表现内容上也做了如下三个方面的调整：一是在原作每味药物词条的诠释中增大了中医药文化元素的植入，以扩大读者对中医药作为中华优秀传统文化重要组成内涵的深层次了解和认识，力图表现中医药在建设文化强国战略中的地位和作用；二是加强了中药在养生保健领域内功能的表述，以表达中医药在保障人类健康、预防疾病方面的长处，比较全面地揭示中医药治疗疾病和预防疾病两大体系的精华，力图扩大中医药的普及和应用；三是将服务对象由专业性读者向普通性读者的延伸，在表现内容、手法、语言上更着重于通俗性、实用性、可读性的尝试，力图使它成为能被中医药专业之外的普通读者接受的中医药科普读物。在编排、版式、装帧方面，也在保持原作特色的基础上，按照与时俱进的观点，力图体现出三版新书的新特点、新面貌、新品位来。

温长路

2012年5月16日 于北京

一版前言

这本小册子经过十个年头，八易其稿，权且初步定型了。多少年来，古今名人为中药写歌者不计其数，在这种前提下动手写这样的书稿，笔者不是没有顾虑和斟酌的。但是，决心最后还是定了。因为，中药歌诀虽多，书归百家，认识各有千秋，当前需要有一个与时下认识比较统一的标准，此其一也；学生为数众多，且具后浪推前浪之势，他们需要一本提纲挈领式的参考书，眼下还没有，此其二也；科学发展到了今天，中药学也在发展中，有许多新的问题需要人们认识，而伴随这种认识运动的还必须有与之相适应的新形式，此其三也；振兴祖国医学，既要提高中医药水平，也要普及中医药知识，而歌诀可以充当后者的“马前卒”，此其四也。

鉴于上述目的，这本书选用最新出版的全国高等医药院校教材《中药学》为蓝本，兼取前几版教材之长，参考古今中外有关中医药学的许多资料编纂而成。在写作方法上，着重突出内容上的功能化，就是以叙述每一味药的功能为立足点，兼及药物的科属、品种、别名、入药部分、产地、采收季节、贮存、炮制方法、服用方法、禁忌、副作用等，也适当写进了一些有关现代药理研究、化学成分分析的内容。在语言上，力求医学专业知识文学化，着眼于运用现代诗韵，使歌诀读起来上口。韵脚的选择，也注意在不损害中医药特色的情况下尽量少用重复字词，以避免吟咏时的干



一版前言

燥感和记忆上的混淆误解。用字力求通俗易懂，少数生冷字用普通工具书都可查到。在笔法上，试将诗歌的夸张、比兴、拟人化手法和一些典故、生活术语引了进来，对科技读物文学化和医理、文理、哲理的结合作了一些学习性的初步尝试。

本书第六稿脱稿后曾经广泛征求过国内中医药专家的意见，得到了中医药界许多老前辈和同行们的支持，并提出不少重要的、有价值的意见，在出版过程中又得到北京中医学院董建华教授、河南科学技术出版社李娜娜副编审的直接关照，藉此谨向他们致谢。

由于笔者专业水平有限，文学功底浅薄，故虽力求少出失误乃至笑话，恐难以避免。恳望得到贤达之士的批评、帮助、指教，以期再版时能有较大提高。

温长路

1990年6月 于洛阳

再版前言

《实用中药歌诀》出版至今已经 8 年了。在接到中国医药科技出版社要再版这本书的通知后，我又对这本书进行了第九次修改，把它献给关心这本书的读者。

说实话，这次再版是出乎我意料的。虽然这本书出版后受到读者，特别是在校学生和广大青年读者的欢迎，在一所学校就曾销售出 1000 多册，并造成了脱销。去年至今，曾有不少读者通过各种渠道和我联系，要求重印。我也曾为读者的这份厚爱产生过冲动，有过重印一次的想法。但出书难，售书也难，我本人又没有能力分担发行方面的任务，故虽有念头也不敢奢望，回想当时出书的经过更使我的这种想法逐渐淡化。为了这本书，我写了 10 年改了 8 稿，曾多次印发全国几十所中医药院校和医疗单位征求专家意见并交学生试用。书稿写成后，经过与几家出版社联系出版，最后得以在中国医药科技出版社出版面世。因此，我对为这本书出版给予支持和帮助的李书祯编审、彭泽邦责任编辑一直都保存着那份感激之情。出版社这次决定再版这本书，对一个作者来说真是再好不过的褒奖，我本人十分感谢！

我这次仍把广大在校学生和青年朋友作为本书的主要读者，并兼顾向社会普及中医药知识的需要，以新出版的《中药学》教材为基础，对第一版《实用中药歌诀》进行必要的调整和修改。因为新版教材中，



再版前言

有多种中药的分类和组合发生了改变，或由甲类变为乙类，或仍在甲类却发生了顺序上的变动。因此，不仅要根据每类药物的组成重新写分类歌，而且要在同类药物中重新进行排列，使一些药物分类更趋于合理和科学化。与上版《中药学》相比，新版《中药学》教材中还收入了大量的新方，为了帮助学生全面了解处方出处和药物的全部组成知识，我尤觉得有编写方剂索引的必要。我以《中药学》教材为母体，参阅了《方剂辞典》等文献，在此次修订中做了大量工作。

“删繁就简三秋树，领新立异二月花”。在古今哲人众多的歌诀面前我既没有删繁就简之胆，也没有领新立异之能，因此在我的笔下是很难生出“二月花”和“三秋树”的。不过有正规的《中药学》教材和其他科学工作者写出的优秀读物作为基础，本书作为辅助参考读物，能否对读者了解一般中医药知识起到些提纲挈领作用，也或许不是狂妄之想。

我期待着中医药界同仁们和广大读者再次给予这本书以关心和指正！只要是读者朋友和人民健康需要，我愿意将这本书再修改一百次，一千次！

温长路

1998年5月18日 于洛阳

作者简介



温长路 笔名文荃、寓愚，中医主任医师、作家，享受国务院特殊津贴，中华中医药学会学术顾问。担任国家中医药管理局中医药文化建设与科学普及委员会专家、中国科协精品期刊评审专家，中华中医药学会首席健康科普专家、科学技术进步奖评审专家及上海、福建、湖北等多家中医药院校的客座教授。长期以中医药文化、中医基础理论和卫生政策研究为方向，以中医内科脾胃病及部分疑难杂症研究为主题。已公开发表学术、文化、政论、科普等各类文章 1000 余篇，出版著作 60 余种。

CONTENTS 目录

总 论 / 1

一、中药源流歌	/ 2
二、中药采集歌	/ 5
1. 植物药生长环境歌	/ 5
2. 中药采收时令歌	/ 6
三、中药炮制歌	/ 7
1. 药物炮制歌	/ 7
2. 药应忌铁歌	/ 7
3. 六陈歌	/ 7
4. 常用制剂歌	/ 8
四、中药性能歌	/ 9
1. 四气五味歌	/ 9
2. 五味所伤歌	/ 9
3. 药分阴阳歌	/ 10
4. 药有升降浮沉歌	/ 10
5. 药分上下内外气血歌	/ 10
6. 引经报使歌	/ 11
五、中药运用歌	/ 11
1. 中药配伍歌	/ 11
2. 十八反歌	/ 12



目 录

3. 十九畏歌	/ 12
4. 妊娠禁忌歌	/ 12
5. 五病所禁歌	/ 12
6. 脏腑辨证用药歌	/ 13
(1) 心与小肠	/ 13
(2) 肝与胆	/ 13
(3) 脾与胃	/ 14
(4) 肺与大肠	/ 15
(5) 肾与膀胱	/ 16

各 论 / 19

一、解表药 / 20

(一) 发散风寒药 / 20

麻 黄	/ 20	细 辛	/ 28
桂 枝	/ 21	藁 本	/ 29
紫 苏	/ 22	苍耳子	/ 29
生 姜	/ 23	辛 夷	/ 30
香 薷	/ 24	葱 白	/ 31
荆 芥	/ 25	鹅不食草	/ 32
防 风	/ 25	胡 荽	/ 33
羌 活	/ 26	桤 柳	/ 33
白 芷	/ 27		

(二) 发散风热药 / 34



薄 荷	/ 34	柴 胡	/ 39
牛蒡子	/ 35	升 麻	/ 40
蝉 蜕	/ 36	葛 根	/ 41
桑 叶	/ 37	淡豆豉	/ 42
菊 花	/ 38	浮 萍	/ 43
蔓荆子	/ 39	木 贼	/ 44

二、清热药 / 45

(一) 清热泻火药 / 45

石膏	/ 45	鸭跖草	/ 51
寒水石	/ 46	梔子	/ 51
知母	/ 47	夏枯草	/ 52
芦根	/ 48	决明子	/ 53
天花粉	/ 48	谷精草	/ 54
竹叶	/ 49	密蒙花	/ 55
淡竹叶	/ 50	青葙子	/ 55

(二) 清热燥湿药 / 56

黄芩	/ 56	苦参	/ 62
黄连	/ 57	白鲜皮	/ 62
黄柏	/ 59	苦豆子	/ 63
龙胆	/ 60	三颗针	/ 64
秦皮	/ 61	马尾连	/ 64

(三) 清热解毒药 / 65

金银花	/ 66	青黛	/ 71
连翘	/ 67	贯众	/ 72
穿心莲	/ 68	蒲公英	/ 72
大青叶	/ 69	紫花地丁	/ 74
板蓝根	/ 70	野菊花	/ 75



目 录

重楼	/ 75	白头翁	/ 86
拳参	/ 76	马齿苋	/ 87
漏芦	/ 77	鸦胆子	/ 88
土茯苓	/ 78	地锦草	/ 89
鱼腥草	/ 78	委陵菜	/ 89
金荞麦	/ 79	翻白草	/ 90
大血藤	/ 80	半边莲	/ 91
败酱草	/ 80	白花蛇舌草	/ 91
射干	/ 81	山慈菇	/ 92
山豆根	/ 82	熊胆	/ 93
马勃	/ 83	千里光	/ 93
青果	/ 84	白薇	/ 94
锦灯笼	/ 84	四季青	/ 95
金果榄	/ 85	绿豆	/ 96
木蝴蝶	/ 86		
(四) 清热凉血药			/ 97
生地黄	/ 97	赤芍	/ 100
玄参	/ 98	紫草	/ 101
牡丹皮	/ 99	水牛角	/ 102
(五) 清虚热药			/ 103
青蒿	/ 103	银柴胡	/ 106
白薇	/ 104	胡黄连	/ 106
地骨皮	/ 105		
三、泻下药			/ 107
(一) 攻下药			/ 108
大黄	/ 108	番泻叶	/ 110
芒硝	/ 109	芦荟	/ 110



(二) 润下药	/ 111
火麻仁	/ 111
郁李仁	/ 112
(三) 峻下逐水药	/ 114
甘遂	/ 114
京大戟	/ 114
芫花	/ 115
商陆	/ 116
四、祛风湿药	/ 119
(一) 祛风寒湿药	/ 119
独活	/ 120
威灵仙	/ 120
川乌	/ 121
蕲蛇	/ 122
乌梢蛇	/ 123
木瓜	/ 124
蚕沙	/ 125
伸筋草	/ 125
寻骨风	/ 126
松节	/ 127
海风藤	/ 127
青风藤	/ 128
丁公藤	/ 129
昆明山海棠	/ 129
雪上一枝蒿	/ 130
路路通	/ 131
(二) 祛风湿热药	/ 131
秦艽	/ 132
防己	/ 133
桑枝	/ 133
豨莶草	/ 134
臭梧桐	/ 135
海桐皮	/ 135
络石藤	/ 136
雷公藤	/ 137
老鹳草	/ 137
穿山龙	/ 138
丝瓜络	/ 139



目 录

(三) 祛风湿强筋骨药	/ 139
五加皮	/ 140
桑寄生	/ 141
狗脊	/ 142
千年健	/ 142
五、化湿药	/ 145
藿香	/ 146
佩兰	/ 146
苍术	/ 147
厚朴	/ 148
六、利水渗湿药	/ 152
(一) 利水消肿药	/ 152
茯苓	/ 153
薏苡仁	/ 154
猪苓	/ 155
泽泻	/ 155
冬瓜皮	/ 156
玉米须	/ 157
葫芦	/ 158
香加皮	/ 158
枳椇子	/ 159
泽漆	/ 160
蝼蛄	/ 160
荠菜	/ 161
(二) 利尿通淋药	/ 162
车前子	/ 162
滑石	/ 164
木通	/ 164
通草	/ 165
瞿麦	/ 166
篇蓄	/ 166
地肤子	/ 167
海金沙	/ 168
石韦	/ 168
冬葵子	/ 169
灯心草	/ 170
萆薢	/ 170