

《中医药文化精品丛书》 丛书主编 董明培

中医本草之韵

——173种中草药趣谈及应用学问

编著 王化猛 王宜芳 黄 辉



中医师秘藏的
简明中药图典



不一样的中草药实用图典，“中药”原来这么有趣——

- 详细介绍各种中药的形态特征、性能、功效、应用、用法用量、使用注意事项和单验方、药膳食疗等。
- 穿插大量精美中药图片，图文互参，赏心悦目。
- 写作手法视角独特，语言艺术、生动：或直接描述，赏其婆娑之姿；或引审议叙，抒其功用之情；或阐幽发微，论其生克之理；或评头品足，道其存世之妙。立意新颖，散而不乱，给人以别具风味的审美体验和实用价值。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

《中医药文化精品丛书》 丛书主编 董明培

中医本草之韵

——173种中草药趣谈及应用学问

编著 王化猛 王宜芳 黄 辉

中医师秘藏的
简明中药图典



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

中医本草之韵：173 种中草药趣谈及应用学问 / 王化猛，王宜芳，黄辉编著. --
北京：人民军医出版社，2015.1

(中医药文化精品丛书)

ISBN 978-7-5091-7629-0

I. ①中… II. ①王… ②王… ③黄… III. ①中草药—图谱 IV. ① R282-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 227377 号

策划编辑：焦健姿 文字编辑：卢紫晔 责任审读：王三荣

出版发行：人民军医出版社 经 销：新华书店

通信地址：北京市 100036 信箱 188 分箱 邮 编：100036

质量反馈电话：(010) 51927290；(010) 51927283

邮购电话：(010) 51927252

策划编辑电话：(010) 51927271

网址：www.pmmp.com.cn

印、装：三河市春园印刷有限公司

开本：710mm×1010mm 1/16

印张：13.75 字数：295千字

版、印次：2015 年1月第1版第1次印刷

印数：0001-8300

定价：49.50元

版权所有 侵权必究

购买本社图书，凡有缺、倒、脱页者，本社负责调换

丛书编委会

- 学术顾问 李济仁（国医大师）
名誉主编 高开焰 王 键
主 编 董明培
执行主编 黄 辉
编 委 （以姓氏笔画为序）
王又闻（上海中医药大学）
王化猛（安徽省涡阳县人民医院）
王松涛（安徽省中医文献所）
王尚柏（安徽省中医文献所）
王金山（安徽中医药大学第一附属医院）
王继学（安徽省中医药管理局）
王惟恒（安徽省怀宁县血防站）
牛淑平（安徽中医药大学）
任 何（安徽省中医文献所）
李 平（安徽省立医院）
李鹏飞（安徽省中医药管理局）
杨永晖（安徽中医药大学中西医结合医院）
杨 骏（安徽中医药大学第一附属医院）
肖 锋（安徽省中医药管理局）
何光远（安徽中医药大学中医结合医院）
陆 翔（安徽中医药大学）
侯 勇（安徽中医药大学附属针灸医院）
徐经凤（安徽省中医药管理局）
黄 辉（安徽中医药大学、中医药临床杂志社）
董明培（安徽省中医药管理局）
蒋宏杰（安徽中医药大学）
潘心乾（安徽省马鞍山老年医学研究所）

内容提要

本书是《中医药文化精品丛书》的第三分册。书中共收录了173种中药，详细介绍了各种中药的概况、性能、功效、应用、用法用量、使用注意事项和单验方、药膳食疗等，并穿插大量精美中药图片，图文互参，赏心悦目。值得一提的是，本书讲述中药内容的写作手法视角独特，语言艺术、生动：或直接描述，赏其婆娑之姿；或引商议叙，抒其功用之情；或阐幽发微，论其生克之理；或评头品足，道其存世之妙。立意新颖，散而不乱，给人以别具风味的审美体验和实用价值，体现了中华本草文化的天然神韵。本书适合广大中医药爱好者收藏、阅读参考。

前言 PREFACE

中医药是中华先祖留给我们后人的一份丰厚的科技文化遗产。从2006年起，先后共有三批21项中医药项目列入我国《国家级非物质文化遗产名录》；2010年11月针灸被联合国教科文组织列入《人类非物质文化遗产代表作名录》，同年5月《黄帝内经》《本草纲目》入选《世界记忆遗产名录》。可以说，中医药是中华优秀传统文化中最有价值、最具代表性的精华内容之一，是中华文化软实力的重要组成部分。为了宣传中医药科技文化内涵，传授和推广中医药养生保健、防病治病的方法，满足人民群众对中医药知识的需求，蒙国家中医药管理局立项支持，我们组织专家编撰了这套权威可靠、科学准确、通俗易懂、简便易学的《中医药文化精品丛书》，本书就是这套丛书的扛鼎之作。

本册书分为“药韵”“处方笺”“敬畏本草”“走，看中医去”等四辑。各篇配发相关本草图谱，同时穿插中药概况、性能、功效、应用、用法用量、使用注意和单验方、药膳食疗等典型实用的知识链接。用文学手法对中药进行艺术加工：或直接描述，赏其婆娑之姿；或引申议叙，抒其功用之情；或阐幽发微，论其生克之理；或评头品足，道其存世之妙。自然取材，散而不乱，立意新颖，文笔俏丽，雅俗共赏，给人以别具风味的审美体验和实用价值，体现了中华本草文化的天然神韵。

“文化是民族的血脉，是人民的精神家园。”当前，我国正在积极推进社会主义文化大发展、大繁荣，而中医药正是建设社会主义核心价值体系、建立中华民族共有精神家园的重要内容，推进中医药文化建设也正是满足人民群众健康和文化需求的必然选择。我们在策划编撰《中医药文化精品丛书》时，就提出了权威性、系统性、实用性、趣味性、特色性的高标准，要求丛书既要品位高雅、权威科学，又要风趣幽默、雅俗共赏，具有亲和力和普适性，要面向大众、紧密结合群众养生防病的生活实际，生动形象地介绍中医文化知识。我们希望，这套丛书能够为老百姓提供喜闻乐见，看得懂、学得会、用得上的中医药知识，能够为广大人民群众认识中医药世界打开一扇新的窗口，能够为人们的思维插上一双灵动的翅膀，能够在新时期谱写出一曲“悬壶济世”“经国济民”的崭新篇章。

董明培

甲午年初夏

目录

药韵

色彩，而本草让人涌动生命的生生活力。那一草一木，魂魄活灵活现，说不完的贪嗔痴，分不清的君臣佐使，道不尽的悠悠药韵。

『神农氏以赭鞭鞭草木，始尝百草，始有医药。』生活呈现绚烂的

吴茱萸，山茱萸 趣谈中药：茱萸红了 / 2

合欢皮，合欢花 趣谈中药：知时合欢应待我 / 4

白茅根 趣谈中药：童年的零食 / 6

茯苓，茯苓皮，茯神，赤茯苓，松子仁，松节 趣谈中药：松根上的茯苓 / 8

连翘 趣谈中药：不负春光 / 12

榆钱，地榆 趣谈中药：榆钱儿一串串 / 14

栀子 趣谈中药：栀子香 / 16

桤柳 趣谈中药：赎罪的女子 / 18

皂荚，皂角刺 趣谈中药：皂树一千年 / 19

芦根，苇茎 趣谈中药：有思想的芦苇三根 / 21

车前子，车前草 趣谈中药：车前啊车前 / 23

竹叶，淡竹叶，竹茹，竹沥，天竺黄 趣谈中药：竹韵 / 25

白芍药，赤芍药 趣谈中药：花相也风流 / 29

蒲公英 趣谈中药：遍野的蒲公英 / 32

红豆，相思子，赤小豆 趣谈中药：此物最相思 / 34

川楝子，苦楝皮 趣谈中药：犹记苦楝树 / 37

薄荷 趣谈中药：薄荷青青 / 39

刺槐花 趣谈中药：槐花正开时 / 41

白豆蔻，草豆蔻，肉豆蔻，红豆蔻 趣谈中药：豆蔻梢头 / 43

桔梗 趣谈中药：桔梗处处开 / 46

李子，李根白皮，郁李仁 趣谈中药：辉子 / 47

公丁香，母丁香 趣谈中药：丁香枝上 / 49

陈皮，橘核，橘络，橘红，青皮，橘叶，枳实，枳壳

趣谈中药：最是橙黄橘绿时 / 51

重楼 趣谈中药：七叶一枝花 / 56

苍耳子，苍耳草 趣谈中药：多刺的苍耳 / 58

琥珀 趣谈中药：太阳的碎片 / 60

茵陈蒿，青蒿 趣谈中药：二月茵陈 / 62



处方笺

验不是科幻，是护卫生命的一个个永久的奇迹。

『肺腑而能语，医师色如土。』老中医，黑抽屜，处方笺，经

- 木瓜 趣谈中药：咕咚来了 / 66
- 火硝，甘草 趣谈中药：中药亦弹药 / 68
- 砒霜 趣谈中药：“毒药” / 70
- 龙骨，龙齿 趣谈中药：远古幽灵 / 72
- 枸杞子，地骨皮 趣谈中药：红红枸杞子 / 74
- 旋覆花，金沸草 趣谈中药：犟花儿 / 76
- 益母草，茺蔚子 趣谈中药：胞宫护师 / 78
- 九香虫 趣谈中药：温热的打屁虫 / 80
- 附子，川乌，草乌 趣谈中药：阳气温烘烘 / 82
- 阿魏 趣谈中药：臭而止臭乃为珍 / 85
- 牛蒡子，莱菔子 趣谈中药：蔬菜汤 / 87
- 泽漆 趣谈中药：不一样的野草 / 89
- 藿香 趣谈中药：晒场边的往事 / 91
- 砂仁，砂仁壳 趣谈中药：阳春砂仁 / 93
- 水蛭 趣谈中药：曾是吸血鬼 / 95
- 苍术，白术 趣谈中药：苍黑有术 / 96
- 没药 趣谈中药：怎一个苦字了得 / 98
- 生姜，生姜皮，生姜汁，干姜，炮姜 趣谈中药：年少未识姜花香 / 99
- 石榴皮 趣谈中药：伴君幽独石榴红 / 102
- 马齿苋 趣谈中药：晒不死的马铃薯 / 103
- 菊花，野菊花 趣谈中药：病菊一株 / 105
- 天仙子 趣谈中药：温柔一刀 / 107
- 金钱草 趣谈中药：送你一盆金钱草 / 108
- 童便，秋石 趣谈中药：道在五谷轮回间 / 110



敬畏本草

木，我们不能不对它们羡慕，并敬畏。
边缘，任由世人疗疾、餐饮、赏析和品味。『天食人以五气，地食人以五味。』草木们站在红尘

罂粟壳 趣谈中药：至尊红颜 / 114

荆芥 趣谈中药：符合心境的味道 / 115

淮小麦，浮小麦，麦芽 趣谈中药：麦子的味道 / 116

知母 趣谈中药：知子亦知母 / 119

决明子 趣谈中药：阳光小子 / 121

槐米，槐角 趣谈中药：心田中华槐 / 123

黄精 趣谈中药：珍爱黄精 / 126

菟丝子 趣谈中药：载不动的眷恋 / 128

桑叶，桑枝，桑白皮，桑椹，桑螵蛸，桑寄生

趣谈中药：桑者闲闲 / 130

牵牛子 趣谈中药：那个叫朝颜的牵牛花 / 134

川贝母，浙贝母，皖贝母 趣谈中药：贝母 / 136

王不留行 趣谈中药：麦田里的王不留行 / 139

葛根，葛花 趣谈中药：纠葛 / 141

丝瓜络 趣谈中药：满院丝瓜 / 143

女贞子 趣谈中药：贞守之操 / 145

玉米须 趣谈中药：想起玉米 / 147

茶叶 趣谈中药：茶树与鲁冰花 / 149

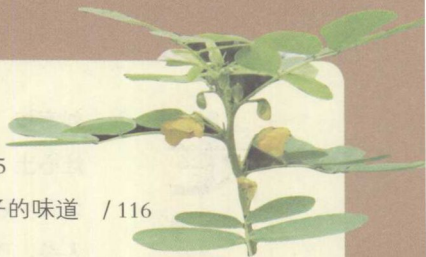
乳香 趣谈中药：上帝的泪珠 / 151

辛夷 趣谈中药：爱就爱个死去活来 / 153

紫苏，紫苏子 趣谈中药：紫苏的荏苒时光 / 155

地龙 趣谈中药：吞土的蚯蚓 / 157

肉桂，桂枝，龙眼肉 趣谈中药：深情肉桂 / 158



走， 看中医去

走，看看我们的中医去。

『智者乐水，仁者乐山。』沧海桑田的尘世变化里，先人们一直用中医中药抚慰着这个民族，使其生养不息，但同诸多古朴的文化一样会渐行渐远，会慢慢成为记忆。

刘寄奴 趣谈中药：为中药历史代言 / 162

灶心土 趣谈中药：良相亦良医 / 164

大黄 趣谈中药：虎狼之药 / 166

人参，西洋参 趣谈中药：补药 / 168

蚕沙，僵蚕，蚕蛹，雄蚕蛾 趣谈中药：在入药的秽浊中胜出 / 170

平地木 趣谈中药：结了籽的平地木 / 173

蕲蛇，白花蛇，乌梢蛇，蛇蜕，半枝莲，金荞麦

趣谈中药：祖传秘方 / 175

秦艽 趣谈中药：何处觅芳踪 / 179

细辛 趣谈中药：另一种况味 / 181

麻黄，麻黄根 趣谈中药：“违禁的黄金植物” / 183

洋金花，彼岸花 趣谈中药：被误解的曼陀罗 / 185

黄连 趣谈中药：黄连温胆汤与“胆疼” / 187

大枣，蜂蜜，葱白 趣谈中药：中药引子 / 188

刺蒺藜 趣谈中药：避之不及 / 191

覆盆子 趣谈中药：酸甜也倾盆 / 193

海浮石 趣谈中药：漂浮的石头 / 194

艾叶 趣谈中药：又是一年艾叶香 / 196

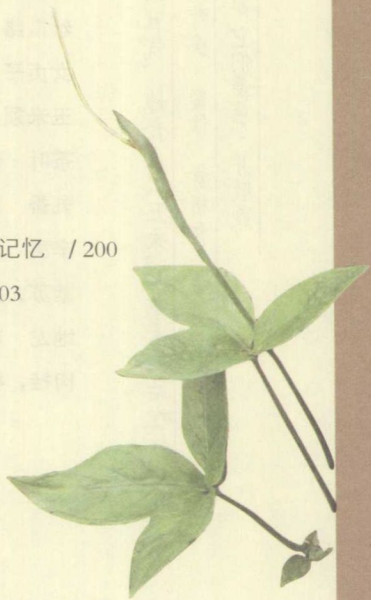
朱砂 趣谈中药：天下第一仙药 / 198

青黛，大青叶，板蓝根 趣谈中药：蓝色记忆 / 200

半夏，水半夏 趣谈中药：中药铺子 / 203

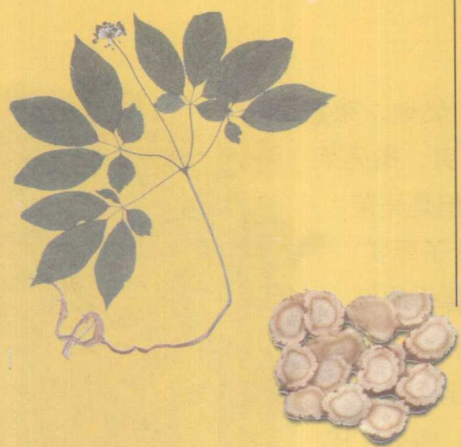
参考文献 / 205

单验方选病名索引 / 209



【药韵】

『神农氏以赅鞭鞭草木，始尝百草，始有医药。』生活呈现绚烂的色彩，而本草让人涌动生命的生生活力。那一草一木，魂魄活灵活现，说不完的贪嗔娇痴，分不清的君臣佐使，道不尽的悠悠药韵。



『神农氏以赅鞭鞭草木，始尝百草，始有医药。』生活呈现绚烂的色彩，而本草让人涌动生命的生生活力。那一草一木，魂魄活灵活现，说不完的贪嗔娇痴，分不清的君臣佐使，道不尽的悠悠药韵。

吴茱萸，山茱萸

趣谈中药：茱萸红了

中药袋一：吴茱萸直解

【性能】辛、苦，热；有小毒。归肝、脾、胃、肾经。【功效】散寒止痛，降逆止呕，助阳止泻。【应用】寒凝疼痛；胃寒呕吐；虚寒泄泻。【用法用量】煎服，1.5~4.5克。外用适量。【使用注意】本品辛热燥烈，易耗气动火，故不宜多用、久服。阴虚有热者忌用。

吴茱萸为芸香科植物吴茱萸、石虎或疏毛吴茱萸的干燥近成熟果实。

吴茱萸，生在古老的江浙吴地，茱意为朱，因为果实为红色；萸乃臾，指吴茱萸像江南的女子，身材瘦小。但是吴茱萸四季常青，香椿树一般的叶子厚实光泽，经冬而不凋零，散发着馨香的气味。春天，开出一簇簇白色的花朵，像丁香一样愁肠百结的模样，就连结出的果子也是紧紧握住的，一朵朵，像剥了皮的橘瓣儿，一直挂到秋天，青涩的果子变得红彤彤的诱人。不知是谁先偷尝了禁果，竟发现可以止痛、止泻，于是拿来入药。当然不可能是神农氏，这个出生在烈山某个石洞里的异人，他说尝到的不是吴茱萸，而是山茱萸。吴茱萸和山茱萸可是两味截然不同的中药。

每一片中药铺里，只要稍加留意就会看到抽屉上的“吴茱萸”三个字，触目时也许会感到无比亲切，因为它太像人的名字了，一个吴姓的男子。传说它本因生在吴国而姓吴，这是多么有



单验方选



1 慢性前列腺炎：吴茱萸60克，研末，用酒、醋各半调制成糊状，外敷于中极、会阴2穴，局部用胶布固定，每天1次。

2 神经性皮炎：吴茱萸10克，研末，过100目筛，加药用凡士林90克，制成软膏，取软膏适量，每天2次涂于患处，涂药后按摩局部片刻，每24小时更换1次，1个月为1个疗程。

3 慢性咽炎、扁桃体炎：吴茱萸末2克，取醋调成糊状，敷于双侧涌泉穴。外用胶布固定，晚贴晨取，疗效佳，而且复发率低。

人情味儿的一味药，寻思它应该是性情温暖而热烈的才是。

而其实，吴茱萸的药性不是温热，而是大热，有燥烈之性，偏攻于虚寒呕吐，所以是九月九日重阳节避邪气、御初寒之物。在那些古老的村子里，一年四季，总有些人会胃痛，腹痛，呕吐，头痛，或感冒风寒什么的，略识药性的人们只要去山间摘几枝种子，加上几片生姜，回到家熬出浓浓的吴茱萸汤来，便可药到病除，简单而效捷。

吴茱萸产于江南，江南多才子，大概就是因为这些有灵性的山水草木吧。还有那些美好的节日：春天的寒食节，夏天的龙舟节，秋天的重阳节。无论是结伴踏青，平湖泛舟，还是登高怀远，山花满头，无不让文人墨客诗情无限，才会有“踏花归来马蹄香”“遍插茱萸少一人”的千古佳句。

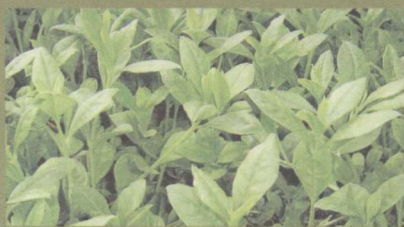
至少，没有漫山遍野那些红红的吴茱萸，就没有重阳节的登高习俗，也就没有游子对重阳节的那份怀想和渴盼。

【性能】 酸、涩，微温。归肝、肾经。
【功效】 补益肝肾，收敛固涩。
【应用】 腰膝酸软，头晕耳鸣，阳痿，遗精滑精，遗尿尿频，崩漏，月经过多，大汗不止，体虚欲脱，消渴证。
【用法用量】 煎服，5~10克，急救固脱20~30克。
【使用注意】 素体湿热而致小便淋涩者，不宜应用。

中药袋二：山茱萸直解

山茱萸为山茱萸科植物山茱萸的成熟果肉。

单验方选



- 1 糖尿病合并高血压：山茱萸10克，枸杞子10克。服用法：沸水冲泡代茶饮用，不拘时，每日1剂。
- 2 复发性口疮：干山茱萸400克，碾碎为末，装瓶备用。于每晚睡前取药末10克，然后倒入陈醋搅拌均匀至糊状，将药糊分别放在2块3厘米见方的干净纱布中央，然后敷于双足涌泉穴，次日晨起取下洗净。10日为1个疗程，连敷4个疗程。
- 3 扶正祛邪，护肝补肝：猪肝400克，生姜2片，枸杞子15克，山茱萸10克，黄芪30克，莪术8克。将药材浸泡，洗净；猪肝稍浸泡，洗净，切块状；一起与生姜放进瓦煲内，加入清水2500毫升，武火煲沸后，改文火煲2小时，下适量盐便可。可供3~4人食用。



合欢皮,合欢花

趣谈中药：知时合欢应待我

合欢皮为豆科植物合欢的干燥树皮。



中药袋一：合欢皮直解

【性能】甘、平。归心、肝、肺经。

【功效】解郁安神，活血消肿。

【应用】心神不宁，忿怒忧郁，烦躁

失眠，跌打骨折，血瘀肿痛，肺病，

疮痈肿毒。【用法用量】煎服，6~12

克。外用适量。【使用注意】孕妇慎

用。

初夏时节，出差皖北阜阳，偶然抬眼看到北京路两旁的合欢树，绽放满树柔柔粉粉的绒花，似乎将匿藏了许久的情感极尽温柔地喷发出来，像一张张粉面含笑的女子。

细小的叶子在日暮时会两两相合，像一对恩爱甜蜜的夫妻，幽香清雅，在酣然入眠。据说这是因为一位金榜题名的男人忘了回家的路，久盼不归的妻子气绝身亡，死前曾来到当初离别的树前立下誓言：如果夫君变心，从今往后，让这枯

单验方选



1 烧伤一度、二度：取洗净合欢皮，剥去表面粗皮，加入250毫升75%酒精内，浸泡72小时，取滤液。将滤液装入带阀门的负压瓶中，压入空气，排出药液，经雾化喷于烧伤疮面，暴露疮面，待患者疼痛缓解，炎性分泌明显抑制后，重复给药1次。

2 腮腺炎：取鲜合欢皮50克，冰片1克，芒硝3克，鸡蛋1个，将鲜合欢皮、冰片、芒硝用锤捣碎，鸡蛋去黄取

清，用蛋清将上药拌成糊状备用，取药适量均匀涂于纱布上，贴敷患处，用胶布固定，每日换药1次。

3 神经衰弱：合欢皮100克，料酒500毫升。将合欢皮掰碎，浸于料酒中，密闭置阴凉处。每日摇动1~2次，14天后开封过滤即成。每日2次，每次服15~20毫升。可有效缓解神经衰弱、失眠等症。

中药袋二：合欢花直解

【性能】性味甘，平。【功效】归心、肝经。【应用】解郁安神。【用法用量】虚烦不眠、抑郁不舒、健忘多梦等症。【使用注意】煎服用量5~10克。

合欢花为合欢树的花或花蕾。

树开花，夫为叶，我为花，花不老，叶不落，一生同心，世世合欢！

合欢也叫“合昏”。“昏”者，“婚”也，黄昏之时迎娶也。初读唐诗，看到杜甫《佳人》中“合昏尚知时，鸳鸯不独宿”的诗句，才知道合欢树、鸳鸯，同连理枝、比翼鸟一样，原来都是夫妻恩爱的榜样，心里更是对合欢树隐隐地羡慕。

假若傍晚的时候，某人思念着对方，莫名站在门前翘首怅望：“怎么还不来啊？”那个时候的感觉委实极为沧桑，好像到了暮年。

那一份担心与盼望，没有等待过的人无论如何不会理解。所以古人说：“宁做鸳鸯不羡仙。”世人有时候真觉得做一棵树甚至要比做一个人幸福得多。

合欢就是这样，历经风雨无常。每当夜幕，合欢叶闭合成条状，这让我想起它具有的那种安神、解郁的功效。竹林七贤之一嵇康最有体会，空闲之地遍植合欢，与友人纵酒吟诗，写出“合欢解忿，萱草忘忧”的名句，意思是它们能够起到让人欢乐、解除烦恼的作用，用于心神不安，忧郁失眠的治疗。林黛玉呢，因为贪吃了寒性的螃蟹，遂心口微痛，宝玉便让丫环烫一壶热酒送来，给黛玉喝下，便是“合欢花浸在烧酒”的药酒。知时合欢应待我，这种情景，宝玉给黛玉治疗的是身病，也是心病。

世俗如我辈，其实真正能解除心殇的，除了彼此像合欢那样知时而归，更应自我修炼，成为内涵丰蕴的人，发乎情而止乎礼，自能坦然度日了。

单验方选



1 更年期综合征：合欢花干品30克或鲜品50克，粳米50克，红糖适量。将合欢花、粳米、红糖同放锅内加水500毫升，用文火煮至粥熟即可。每晚睡前1小时空腹温热食用。适用于更年期易怒忧郁、虚烦不安、健忘失眠等症。

2 脑卒中后烦躁抑郁：合欢花（干品）10克，猪肝100~150克。将合欢花放碟中，加水少许，泡浸4~6小时，略清洗，滤去多余水分；再将猪肝切片，同放碟中，加食盐少许调味，隔水蒸熟后即可食用。服食猪肝，每日1剂。

3 夜盲症：合欢花干品10克或鲜品20克，放碗中加水浸泡；新鲜猪肝150克，切片，加食盐少许，入合欢花隔水蒸熟，作菜肴佐膳。民间用于治疗胁痛、失眠、眼结膜炎等。



白茅根

趣谈中药：
童年的零食

中药袋：白茅根直解

【性能】甘，寒。归肺、胃、膀胱经。【功效】凉血止血，清热利尿，清肺胃热。【应用】血热出血证；水肿、热淋、黄疸；胃热呕吐、肺热咳嗽。

【用法用量】煎服，15~30克，鲜品加倍，以鲜品为佳，可捣汁服。多生用，止血亦可炒炭用。

为禾本科植物白茅的根茎。

茅草也叫白茅，是一种随处可见的野草。据说古时候祭祀的时候会把祭物用白茅包上，表示对上天的尊重。“野有死麕，白茅包之。有女怀春，吉士诱之”。《诗经》这么写，留给了后人。看看，人家年轻的小伙子也知道把打猎得来的猎物用白茅包了，再去虔诚地求婚。草虽凡物细物，一旦出现在经典的诗中，即是声色生情之物，让人忽略不得。原来这不起眼的茅根，从来就是个吉祥的信物。

长大后，只要忆起童年，就想起田头河边的那些茅根，开着白色的花，在秋风里摇曳。那些贪吃茅根的日子早已一去不返。只是，在任何时候听到“茅根”这两个字，都是温馨馨的如遇故人，亲切自然。农家的孩子，谁的童年里没有爱过茅根啊。



今年的清明节，去离城不远的老子庙拜谒，同时想寻几棵童年的茅根。一路上沟沟坎坎地寻遍，也没有找到。不知是错过了它的花期，还是因为多年不见，已经

“纵使相逢应不识”了。一时间，突发惆怅起来。返回后意犹未尽，终于忍不住上网百度，找到了一把鲜嫩的茅根照片——这是放在手心里拍摄的一幅，虽不算精品，倒也正中下怀，清晰的几乎就是茅根本草，我不禁故人般对它热切地呼喊：

“茅根哦！”

霎时，小河边，童年伙伴们那些争抢拔茅根的场景立即漫卷而来，历历在目，仿佛与童年的大自然同一呼吸，洋溢整个书房的，全是白茅根的清新、甜美！



单验方选



1 鼻出血：取白茅根适量。将白茅根研成细末。每次用温开水送服药末6~8克，每日服2次。又刀伤出血：白茅花适量，干敷伤口，轻轻加压后包扎即可。

2 保肝茶：茵陈30克，鲜白茅根60克。将茵陈、鲜白茅根洗净，加入500毫升水，浓煎，去渣取汁250毫升，加冰糖调服即成。每次50毫升，每日5次。具有清热、利湿、退黄的功效，适用于慢性肝炎。

3 银屑病、关节炎：鲜白茅根20克，鲜藕300克，冰糖15克。白茅根煮沸15~20分钟，去白茅根，入莲藕片煮3~5分钟，再用凉水浸莲藕5~10分钟，入冰糖拌匀。可清热凉血，解毒祛风。用于银屑病、关节炎（尤其是热毒较盛者）。每日1剂，早、晚分食。

茯苓，茯苓皮，茯神，赤茯苓，松子仁，松节

趣谈中药：松根上的茯苓

中药袋一：茯苓直解

【性能】甘、淡，平。归心、脾、肾经。【功效】利水消肿，渗湿，健脾，宁心。【应用】水肿，痰饮；脾虚泄泻；心悸，失眠。【用法用量】煎服，9~15克。【使用注意】虚寒精滑者忌服。

茯苓为多孔菌科真菌茯苓干燥菌核。寄生于松科植物赤松或马尾松等树根上。野生或栽培。

单验方选



1 面部黑斑、黄褐斑等色素斑：白茯苓15克，白蜂蜜30克。将白茯苓研成细粉末，再将蜂蜜与茯苓调成糊状即成。可营养肌肤，消除色素斑。晚睡前敷面，次晨用清水洗净。蜂蜜用白色的梨花蜜或槐花蜜最好，保养时间愈长，愈有明显效果。

2 湿脚气：茯苓、薏苡仁各30~50克，痒甚者加白鲜皮30克。浸药1小时，温火煎煮30分钟后将药液滤出。患者以脚在盆上熏，至药液温度适宜，再将脚放入盆内待药液凉止，然后以消毒或洗净并在阳光下暴晒的干净布拭干，脚趾间放消毒干棉球少许。每天1剂，熏、洗2次，方法同上。

3 慢性肾炎水肿：西瓜皮、冬瓜皮、赤小豆、茯苓各30克。将上4味入锅，加适量水煎汤。可清凉解渴，清热消暑，利尿降血压。饮汤，连服数日。

茯苓是千年的松根与一种特殊的菌子相遇，生长出来的奇怪生命。没有花果枝杈，也没有固定的形状，是抱着树根而生的一坨块状谷物。《诗经》里写道：“山有榛，湿有苓。”是说它在阴湿的地下，只为了着松根而生。

茯苓有着和树根同样颜色的表皮，长相庞大臃肿，从三四斤到二三十斤不等，样子虽然不雅，却是万物中的极品。唐宋时就成了帝王将相之家的养生保健物品，它不仅延年益寿，美容养颜，还具有安心定神之功效，长期食用可以使人更加聪慧。据说今天

