

韩公羽 沈企华 韩绍平 ◎编著

中国人最应知道的 亦食亦药

常识



中国书籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中国人最应知道的亦食亦药常识 / 韩公羽, 沈企华, 韩绍平编著. —北京: 中国书籍出版社, 2009. 3

ISBN 978 - 7 - 5068 - 1770 - 7

I. 中… II. ①韩…②沈…③韩… III. 植物药—基本知识 IV. R282. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 180870 号

责任编辑 / 毕 磊

责任印制 / 熊 力 武雅彬

封面设计 / 周周设计局

出版发行 / 中国书籍出版社

地 址: 北京市丰台区三路居路 97 号 (邮编: 100073)

电 话: (010)52257142(总编室) (010)52257152(发行部)

电子邮箱: chinabp@vip.sina.com

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 北京京海印刷厂

开 本 / 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

印 张 / 8

字 数 / 238 千字

版 次 / 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

定 价 / 18.00 元

版权所有 翻印必究

前 言

中医中药治病救人，已经发展了几千年，具有严谨的理论体系和深刻的科学内涵。在临床上，其稳定的疗效为世人所公认。

我国植物药资源丰富，使用中药单方、复方治病时，常常能够“就地取材”。为此，作者不揣浅薄，借鉴我国有关的传统药学知识和我国医药学工作者的科学研究成果，并结合自己的实际工作经验，编写了这本科普读物，内容包括常见药用植物的野外采集、亦食亦药的植物性药物、植物药的单方介绍和现代临床研究，及常用中成药的简要说明，并提供若干种植物药的实例。

关于中药临床用药的剂量方面，过去多以“斤、两、钱、分、厘”为单位，当代则以“kg、g、mg、ml”为单位。

本书编著内容，难免有欠妥与讹误之处，尚希有关专家指正。

作 者

2008. 7. 10



目 录

一、野外采集的药用植物

蒲公英（黄花地丁）	2
野菊花	3
牛蒡子	4
苍耳子	5
豨薟草	6
大 蓟	6
小 蓟	7
青 蒿	8
益母草	9
夏枯草	10
车前草	11
马鞭草	12
仙鹤草	13
虎耳草	14
鱼腥草	15
凤尾草	16
紫花地丁	16
半边莲	17
铁苋菜	18
马齿苋	19



二、亦食亦药

艾 叶	22
马 兰	22
丝 瓜	23
甜瓜蒂 (苦丁香)	23
南瓜子	24
西 瓜	25
冬瓜皮	26
小茴香	26
石榴皮	26
龙眼肉 (桂圆肉)	27
橘 皮 (陈皮)	28
花 椒 (蜀椒)	29
赤小豆	29
绿 豆	30
白扁豆	30
杏 仁 (苦杏仁)	31
山 楂	32
芥 菜	32
莲 藕	33
桑 椹	34
胡桃仁 (核桃仁)	35
姜 (生姜)	35
山 药	36
百 合	37
葱 白	37
大 蒜	38



薏苡仁 (米仁)	39
麦 芽	39
谷 芽	40
大 枣 (红枣)	40

三、单方介绍

菊 花 (滁菊、白菊、黄菊、野菊花)	44
茵陈蒿	44
苍 术	44
苍耳子	45
豨薟草	46
桔 梗	46
党 参	46
瓜 蒌	47
丝瓜叶	47
败酱草	48
金银花	48
梔 子 (山梔)	49
大青叶	49
青 黛	49
鲜地黄	50
玄 参	50
黄 芩	50
紫苏叶	50
海州常山	51
紫珠草	51
紫草根	51
牵牛子	52



龙胆草	52
矮地茶（紫金牛）	52
山茱萸	53
前 胡	53
当 归	53
三 七	53
丁 香	54
使君子	54
西河柳（怪柳）	54
胖大海	55
冬葵子	55
远 志	55
苦楝根皮	56
苦楝子	56
鸦胆子	56
吴茱萸	58
黄 柏	58
山豆根	58
决明子	58
黄 芪	59
白扁豆	59
赤小豆	59
合欢皮	59
枇杷叶	60
虎耳草	60
白芥子	60
肉 桂	61
五味子	61



山慈菇（青牛胆）	61
木 通	61
黄 连	62
威灵仙	63
天葵子	63
芍 药	64
白头翁	64
荷 叶	64
王不留行	65
瞿 麦	65
商 陆	65
牛 膝	65
何首乌	66
大 黄	66
篇 蓄	66
马兜铃	67
细 辛	67
桑 叶	67
白 及	68
高良姜	68
白豆蔻	69
万年青	69
七叶一枝花（蚤休）	69
土茯苓	70
浙贝母与川贝母	70
半 夏	70
百 部	71
天南星	71



白茅根	71
浮小麦	72
射干	72
蒲黄	72
侧柏叶	72
榧子	73
槟榔	73
贯众	73
海金沙	73
猪苓	74
雷丸	74

四、现代临床研究

白菊花	76
野菊花	77
红花	77
蒲公英	78
大蓟	79
小蓟	79
木香	80
白术	81
苍术	81
艾叶	82
款冬花	83
党参	84
半边莲	84
金银花	85
忍冬藤	86



茜 草	86
钩 藤	87
车前草	87
车前子	88
干地黄	88
胡黄连	89
枸杞子	89
地骨皮	90
黄 芩	90
丹 参	91
薄 荷	92
青 兰	92
紫 草	93
龙胆草	93
连 翘	94
女贞子	94
映山红	95
川 芎	95
北沙参	96
藁 本	97
防 风	97
柴 胡	98
白 芷	98
小茴香	99
三 七	99
石榴皮	100
紫花地丁	101
远 志	101



苦楝皮	102
黄 柏	103
陈 皮	104
花 椒	104
蒺 藜	105
甘 草	105
槐 花	106
葛 根	107
苦 参	107
补骨脂	108
皂 荚 (皂角)	108
杏 仁	109
乌 梅	109
木 瓜	110
枇杷叶	110
杜 仲	111
虎耳草	111
莱菔子	112
葶苈子	112
延胡索	113
肉 桂	113
陵水暗罗	114
厚 朴	115
辛 夷	115
汉防己	116
汉防己甲素 (汉防己碱、粉防己碱)	116
淫羊藿	117
从植物药三颗针中提取黄连素	118



黄 连	118
威灵仙	119
芍 药 (白芍)	120
升 麻	120
牡丹皮	121
芡 实	122
川牛膝	123
大 黄	123
何首乌	124
桑寄生	125
鱼腥草	126
天 麻	126
白 及	127
草 薢	128
黄药子	128
知 母	129
百 合	129
百 部	130
灯心草	130
半 夏	131
石菖蒲	131
香 附	132
芦 根	132
白茅根	133
麻 黄	134
侧柏叶	134
茯 苓	135



五、常用中成药

(一) 若干非处方中成药	138
人参保荣丸	138
人参保脾丸	138
十全大补丸	139
八珍丸	139
小儿健胃糖浆	140
川贝止咳露	140
三七片	141
乌鸡白凤丸	141
元胡止痛片	142
六味地黄丸	142
午时茶颗粒	143
木香顺气丸	143
双黄连口服液	144
艾附暖宫丸	144
龙胆泻肝丸	145
耳聋左慈丸	145
防风通圣丸	146
补中益气丸	146
杞菊地黄丸	147
附子理中丸	147
知柏地黄丸	148
明目地黄丸	148
参苓白术散	149
板蓝根颗粒 (冲剂)	149

胃苏冲剂	150
养胃舒胶囊	150
养血安神丸	150
香连片	151
香砂养胃丸	151
脑立清丸	152
婴儿素	152
清咽丸 (清音丸)	153
槐角丸	153
温胃舒胶囊	154
银翘解毒片	154
藿香正气水	155
黄连上清丸	155
麻仁丸	156
鼻窦炎口服液	156
(二) 85 种常用中成药	158
二至丸	158
二陈丸	158
十灰散	159
十香丸	159
十滴水	159
七厘散	160
三妙丸	160
三黄片	161
三黄膏	161
大补阴丸	161
川芎茶调丸	162



川贝清肺糖浆（川贝清肺露）	162
小儿回春丸	163
小儿感冒颗粒	163
小儿消食片	164
小败毒散	164
小柴胡冲剂	164
小青龙口服液	165
小金片（消肿片）	165
小活络丹（片）	166
上海蛇药片	166
口腔溃疡散	166
马应龙麝香痔疮膏	167
云南白药	167
云南灯盏花注射液	168
五宝丹	168
天麻丸	169
内消瘰癧丸	169
丹参片	169
六君子丸	170
风寒感冒冲剂	170
风热感冒冲剂	170
风油精	171
五子衍宗丸	171
玉屏风丸	172
石淋通片	172
右归丸	172
左归丸	173
四逆汤	173



参脉注射液	173
生脉饮	174
白金丸	174
半贝丸	174
西瓜霜润喉片	175
百合固金丸	175
当归龙荟丸	175
安宫牛黄丸	176
妇科调经片	176
如意金黄散	177
导赤丸	177
芎菊上清丸	178
良附丸	178
金钱草冲剂	178
金银花露	179
肤痒冲剂	179
泻毒散	180
枣仁安神颗粒（冲剂）	180
保和丸	180
柴胡口服液	181
柴胡注射液	181
消炎解毒丸	181
润肠丸	182
烧伤喷雾剂	182
调经止带丸	182
铁笛丸	183
脚气散	183
理中丸	183



排石汤冲剂	184
蛇胆川贝枇杷膏	184
银黄片	184
紫金錠	185
豨莶丸	185
缩泉丸	186
藿香正气丸	186
麝香保心丸	186
(三) 8 种中成药膏剂	188
枇杷叶膏	188
良园枇杷叶膏	188
益母草膏	189
夏枯草膏	189
桑枝膏	190
桑椹蜜膏	190
鸡血藤膏	191
金樱子膏	191
(四) 若干以动物药和矿物药为主的中成药	192
六神丸	192
喉炎丸	192
七味新消丸	193
九一散	193
贝羚散	193
生肌八宝散	194
行军散	194
冰硼散	195