

中國

茅
曉
編
著

上海科學技術出版社

海

9
0

中国药茶

茅 晓 编著

上海科学技术出版社



中国药茶

茅晓编著

上海科学技术出版社出版

(上海瑞金二路450号)

兵部书店上海发行所发行 祝桥新华印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 6.75 字数 175,000

1991年8月第1版 1991年8月第1次印刷

印数: 1-5,000

ISBN 7-5323-2392-7/R·716

定价: 4.55元

序

中国医药学源远流长，历代医家在运用中草药防治疾病的长期实践中积累了丰富的经验，并创造了丸、散、膏、丹、汤、饮、露、酒等多种剂型。药茶，也是中医内服疗法中的剂型之一。它是将中草药材碾如茶样后，用沸水冲泡饮服的简便防治疾病的方法。由于它具有配制简单、使用方便、效果较好、无副作用等优点，颇为人们所乐用。实践证明，药茶不仅可用于保健养生，而且对治疗疾病也有较好的疗效。药茶疗法为人们防治疾病提供了广阔的途径。

长期以来，尚少见到较为系统研究介绍中国药茶的专著。作者潜心于此，查阅了这方面的大量文献资料，在总结前人经验和个人心得的基础上撰成此书。全书简略地探讨了中国药茶的历史源流、功用特点、适应病证及制备贮存等有关知识，编集药茶精品二百余则，品种广泛，内容丰富，对促进药茶的推广应用具有积极意义。

随着科学技术的迅猛发展，中医药已引起世界各国人士的高度重视，人们的工作和生活环境也在不断变易，医药治疗，急切需要有一种简便有效的方法。中国药茶，作为一种颇为理想的中药剂型，正是顺应了这一潮流。可以预见，经过精制的中国药茶将能走向世界，为人类保健事业作出有益的贡献。

裘沛然

一九九〇年九月

凡 例

一、本书由药茶概观、药茶配方、成品药茶上、中、下三篇组成。上篇简述药茶的历史沿革、功用特点、适应证及制备贮存；中篇采用漫话体例介绍常用药茶配方，下篇则列述成品药茶。

二、每一药茶大多含处方组成、药物性味、功用主治或适应证，并适当选介有关药物的化学成分、现代药理、临床效果等。配方部分串插叙述，成品部分则分项列述。

三、本书所载药茶根据制作方式的不同分为粗末茶、块状茶、袋泡茶，少量颗粒型茶剂系在原有茶方基础上改制而成，并仍冠之以“茶”、“饮”之名，故也一并收录。

四、成品药茶部分列有“按语”一项，或论药性，或释方义，或提示临床应用注意点，为方便读者选购，有些品种还注明生产单位，供参考。

五、所载药茶配方剂量和药用量除说明小儿专用以外皆为成人量，故儿童、老人应用时均当酌减。

六、因药茶一方多用，作用较广，故很难机械划分，为避免矛盾，正文目录不予分类，但书末作有“药茶方名索引”和“药茶主治索引”，可供检索。

七、所载药茶品种以正文目录为准，为避免一些民间熟悉的药茶配方的遗漏，故在书末“药茶方名索引”中仍保留其名，有关资料则可在相应药茶方解中参阅。

目 录

上篇 中国药茶概观

一、药茶探源·····	2	3. 小病自疗·····	14
(一) 肇始·····	2	4. 大症辅佐·····	15
1. 茶的发现和药用·····	2	三、药茶的适应病症·····	17
2. 以药代茶·····	3	(一) 外感病症·····	17
(二) 衍续·····	4	(二) 肺系病症·····	17
1. 药茶剂型的确立·····	4	(三) 脾胃病症·····	18
2. 成品药茶的出现·····	4	(四) 肾系病症·····	19
3. 药茶的推广应用·····	5	(五) 心系病症·····	20
4. 宫廷药茶的发展·····	7	(六) 肝胆病症·····	20
(三) 现状·····	8	(七) 气血津液病症·····	21
1. 药茶验方和成品药茶·····	8	(八) 经络肢体病症·····	21
2. 中国药茶将走向世界·····	10	(九) 其他病症·····	22
二、药茶的功用特点·····	11	四、药茶的制备和贮存·····	23
(一) 剂型特色·····	11	(一) 茶剂的制作方法·····	23
1. 配伍精简·····	11	1. 粗末茶·····	23
2. 药力专一·····	11	2. 块状茶·····	23
3. 饮服方便·····	12	3. 颗粒茶·····	24
4. 疗效持久·····	12	4. 袋泡茶·····	24
(二) 临床特点·····	13	(二) 贮存和质量要求·····	25
1. 四时调养·····	13	1. 贮存·····	25
2. 体质纠偏·····	13	2. 质量要求·····	25

中篇 中国药茶配方

紫苏茶.....	28	胖大海茶.....	53
生姜茶.....	29	金莲花茶.....	54
葱白茶.....	30	橄榄茶.....	55
香薷茶.....	31	清咽茶.....	56
荆防茶.....	32	山楂茶.....	57
菊花茶.....	32	麦芽茶.....	58
桑菊茶.....	34	三仙茶.....	59
龙虎斗茶.....	35	减肥茶.....	60
玉叶金花茶.....	36	丁香柿蒂茶.....	61
薄荷茶.....	37	茯茶.....	62
藿佩茶.....	38	甘松茶.....	63
荷叶茶.....	39	薏陈茶.....	64
西瓜翠衣茶.....	40	佛手柑茶.....	64
莲芯茶.....	40	清热化湿茶.....	65
芦根茶.....	41	番泻叶茶.....	66
生津茶.....	42	火麻仁茶.....	67
青蒿茶.....	43	止泻茶.....	68
款冬花茶.....	44	升麻蜜根茶.....	69
止嗽茶.....	45	玫瑰花茶.....	69
罗汉果茶.....	46	玳玳花茶.....	70
清热止嗽茶.....	47	朴佛茶.....	71
沙参玉竹茶.....	48	白梅花茶.....	72
清肺茶.....	49	金钱草茶.....	72
橘红茶.....	49	白茅根茶.....	74
乌梅茶.....	50	石韦车前茶.....	74
辛夷花茶.....	51	玉米须茶.....	75
苍耳子茶.....	52	淫羊藿茶.....	76
麦蝶茶.....	52	五子补肾茶.....	77

安神茶·····	78	润肌养颜茶·····	102
脑清茶·····	79	木槿花茶·····	102
菖蒲茶·····	80	抗敏茶·····	103
柏子仁茶·····	80	调经茶·····	104
茶树根茶·····	81	痛经茶·····	105
苦参茶·····	82	芙蓉花茶·····	106
五味子茶·····	83	鸡冠花茶·····	106
五加茶·····	84	月季花茶·····	107
三七花茶·····	86	绞股兰茶·····	108
平肝清热茶·····	86	麦饭石茶·····	109
茵陈蒿茶·····	87	人参茶·····	110
三花茶·····	88	黄芪茶·····	111
槐菊茶·····	89	灵芝茶·····	113
清热理气茶·····	90	虫草茶·····	114
桑寄生茶·····	91	仙鹤草茶·····	115
枸杞茶·····	92	首乌茶·····	116
密蒙花茶·····	93	柿叶茶·····	117
葛根茶·····	94	参麦茶·····	118
白芷茶·····	95	生脉茶·····	119
木瓜茶·····	96	蜂蜜茶·····	120
茅根竹蔗茶·····	97	石斛茶·····	121
千里光茶·····	98	麦冬茶·····	122
决明茶·····	99	活血茶·····	123
金银花茶·····	100	合欢花茶·····	123

下篇 中国成品药茶

感冒茶(一)·····	126	感冒曲·····	128
感冒茶(二)·····	126	感冒解毒灵袋泡茶·····	129
感冒茶(三)·····	127	银翘散袋泡茶·····	129
感冒茶冲服剂·····	127	外感平安茶·····	130

六和茶·····	130	五花茶·····	147
榄葱茶·····	131	神农茶粉·····	147
川芎茶调散·····	131	木瓜曲·····	148
山腊梅茶·····	132	润喉药茶·····	148
午时茶·····	132	止咳茶·····	149
天中茶·····	133	伤风咳茶·····	149
流感茶·····	134	玄麦甘桔茶·····	150
万应茶饼·····	134	百药煎茶·····	150
万应甘和茶·····	135	竹沥曲·····	151
甘和茶·····	136	半夏曲·····	152
四时甘和茶·····	136	橘贝半夏曲·····	152
生茂泰甘和茶·····	137	痰喘半夏曲·····	153
四时感冒茶·····	137	法制半夏曲·····	153
五防茶·····	138	精制半夏曲·····	154
双虎万应茶·····	138	紫茶·····	154
快应茶·····	139	苓桂术甘汤袋泡茶·····	155
武夷清源茶饼·····	139	存安曲·····	155
莲花峰茶丸·····	140	中曲·····	156
暑茶·····	141	寒食曲·····	156
苦丁茶·····	141	玫瑰曲·····	157
千金茶·····	142	消食万应曲·····	158
凉茶·····	142	万应神曲·····	158
冲服凉茶·····	143	新方建曲·····	159
清凉茶·····	143	湘曲·····	159
清热凉茶·····	144	黔曲·····	160
沙溪凉茶·····	144	霞天曲·····	160
广东凉茶粉·····	145	灵源万应茶饼·····	161
石岐外感凉茶·····	145	健胃曲·····	161
罗浮山凉茶·····	146	泉州百草神曲·····	162
金菊五花茶·····	146	采云曲·····	162

老范志万应神曲·····	163
云曲·····	163
万应曲·····	164
三余神曲·····	164
消滞茶·····	165
清滞茶·····	165
甘露茶·····	166
六曲茶·····	167
六神曲·····	167
一号健胃茶·····	168
二号健胃茶·····	168
三号健胃茶·····	169
四号健胃茶·····	169
胃溃疡茶·····	170
香连建曲·····	171
止痢茶·····	171
复方制金柑·····	172
沉香曲·····	173
利胆茶·····	173
尿感茶·····	174
心脑血管袋泡茶·····	174
罗布麻叶茶·····	175
降压茶·····	176
艳友茶·····	176
清心莲子饮·····	177
玉石茶·····	177
薄玉消渴茶·····	178

五色饮·····	178
神农茶·····	179
泉州茶饼·····	179
桑寄生茶晶·····	180
虫草速溶茶·····	180
田七人参茶·····	181
田七丹参茶·····	181
彭龄茶·····	182
沉香百消曲·····	182
垂阴茶·····	183
清身饮·····	183
健美茶·····	184
七珠健美茶·····	184
天雁减肥茶·····	185
降脂益寿茶·····	185
减脂茶·····	186
减肥健身茶·····	187
清宫减肥仙药茶·····	187
三花减肥茶·····	188
问荆茶·····	188
保健美减肥茶·····	189
消肥健身茶·····	189
醒酒茶·····	190
片仔癀·····	190
小儿七星茶·····	191
七星茶·····	192

附 录

一、药茶方名索引·····	193	二、药茶主治索引·····	198
---------------	-----	---------------	-----

上 篇

中国药茶概观

一、药茶探源

积数千年实践经验的中医药学以其独特的论治手段和疗效优势为中华民族的繁衍昌盛作出了巨大贡献，并以其特有的魅力面向世界，风靡全球。中医药学是一个伟大的宝库，中国药茶则是这一宝库中一颗璀灿的明珠。

药茶，也称“茶剂”，一般是指将中药材轧成碎末或加入粘合剂制成块状，应用时以沸水冲泡或加水稍稍煎煮后，象饮茶一样服用的一种中药剂型。中国是茶的故乡，也是药茶的发源地。药茶作为一种别具特色的中药剂型，从起源到发展经历了漫长的历史时期。

（一）肇始

1. 茶的发现和药用

药茶，是以茶叶的发现和利用为前提的。在世界第一部茶书名著唐代陆羽《茶经》中说：“茶之为饮，发乎神农氏，闻于鲁周公”。我国古代人从神农时代（约在公元前 2737 年）起就发现茶树，并逐渐将茶叶用作饮料，至今已有四、五千年历史。茶最先被发现可以解毒，古代视为贵重珍品，《周礼》载地官“掌茶”、“聚茶”（茶，茶的古体字），说明远自周朝起茶叶的收集和管理已有专职官员。可见茶叶与人们生活关系已很密切。茶叶还曾作为祭品，以供丧事之用。春秋以降，茶叶也曾演变为饭菜。据闻，在一些地方，将茶叶作为祭品或引为菜食的风俗习惯一直沿袭至今。

茶叶的药用，自《神农本草经》问世，得到确认。在这部我国现存最早的药学专著中记载：茶叶“味苦寒……久服安心益气……轻身耐老”，《神农食经》则说“茶叶利小便，去痰热，止渴，令人少睡

……”。说明茶叶本身确实也是一种药。东汉张仲景《伤寒杂病论》则更具体地记述了茶的药物效用，有谓“茶治便脓血甚效”。唐·显庆4年，世界上第一部药典性著作《新修本草》成书，指出“茶味甘苦，微寒无毒”，进一步肯定茶叶具有“去痰热，消宿食，利小便”的功效。

历代医家凭藉个人以茶治病的经验，在众多《本草》及其它医药书籍中载述茶叶的药用功效及治病范围，其书如唐·陈藏器《本草拾遗》、元·王海藏《汤液本草》、明·李时珍《本草纲目》、繆希雍《神农本草经疏》、清·汪昂《本草备要》、王士雄《随息居饮食谱》等，不胜枚举。

由于茶叶的保健和治病作用，茶叶很快就成为人们喜欢的饮品。据《中国风俗史》云：“周初至周之中叶，饮物有酒、醴、浆、醢等……此外犹有种种饮料，而茶其最著者”。乃至晋代，诗人张孟阳作“登成都楼”一诗，其中有“芳茶冠六情，溢味播九区”之诗句，可略见当时饮茶盛况之一斑。盛唐时期，民间竟群起仿效大贾贵族和佛宗坐禅的饮茶习俗，饮茶蔚成风气。宋·王安石《议茶疏》中说：“茶之为用，等于米盐，不可一日无。”开门七件事，柴米油盐酱醋茶，饮茶成了我国人民日常生活不可或缺的重要内容。据说，在藏族地区至今还流传“宁可三日不吃粮，不可一日不喝茶”的谚语。

2. 以药代茶

晋唐以降，随着饮茶风气的盛行，茶叶已日渐成为妇孺皆知的普通饮料。稽考历史文献可知，药茶雏形萌芽于唐代。

公元752年，唐代著名医学家王焘著成《外台秘要》。其书卷三十一专列“代茶新饮方”一则。该方由黄芪、通草、茯苓、干姜、干葛、桑根白皮、鼠粘根、生干地黄、枸杞根、忍冬、薏苡仁、菝葜、麦冬、萎蕤等药组成。并说“右十四味，并拣择，各各别捣，以马尾罗筛之，搅令匀调，重筛，务令相入，不令偏，并别取白中捣。别作一竹卷子，围阔二寸半，厚二分以下……捻成饼子，中心穿孔，日暴干，百余饼为一穿，挂之通风阴处妙。若须煮用，以炭火上炙令香熟，勿令焦，白中捣末，任随时取足，煎以代茶”。王氏详细地记述

了这种药茶(茶饼剂)的制作和煮用方法。由于唐代已经饮茶成风,因此以药代茶能为人们所接受。而且这种药茶饼剂具有较广的功用及宽泛的适应证。所谓“除风破气,理丹石,补腰脚,聪耳明目,坚肌长肉,侵筋骨,通腠理。头脑闭闷,眼睛疼痛,心虚脚弱,不能行步,其效不可言”,并说:“禅居高士特宜多饮,畅府藏,调适血脉,少服益多,心力无劳,饥饱饮之甚良”。

王氏《外台秘要》是汇集初唐及唐以前医学经验的巨著,说明药茶饼剂的制作和以药代茶的这一特殊药茶服用方法最迟在初唐已经肇其端始。

(二) 衍续

1. 药茶剂型的确立

唐宋以还,随着医学及方药运用的发展,药茶作为一种简便易行并具实效的剂型,应用范围略有拓展。史料载宋太祖赵匡胤乾德二年(公元964年)正月乙巳日,赐东城役兵姜茶以治痢疾。宋·郭稽中《妇人产育保庆集》中有“以葱涎调蜡茶为丸”治“产后便秘”。

宋·淳化三年(公元992年),由宋代医官“尚药奉御”王怀隐等校正编制的大型方书《太平圣惠方》颁行,其书卷九十七首次载录“药茶诸方”八道:如葱豉茶方,治伤寒头痛壮热;石膏茶方,治伤寒头痛烦热;薄荷茶方,治伤寒鼻塞头痛烦躁;硫磺茶方,治宿食冷气及止泻痢;槐芽茶方,治肠风;萝摩茶方,治风及气补暖;皂荚芽茶方,治肠风,兼去脏腑风湿;石楠芽茶方,治风补暖。

在此,“药茶”一词首次见载于医书,并已作为被正式确认的中药处方剂型编入国家级的医学文献中。由于《太平圣惠方》所载内容大多是北宋以前的医学成就,故可推测药茶作为一种正规剂型在临床运用的起始时间还可上溯至更早。

2. 成品药茶的出现

嗣后,公元1078年,宋太医局成药处方配本《和剂局方》编成,在这一著名方书中载有“川芎茶调散”一方,可称为较早出现的成

品药茶。由薄荷、川芎、荆芥、香附子、防风、白芷、羌活、甘草等八药组成，先粉碎为细末，再由茶清调下，可“治丈夫、妇人诸风上攻，头目昏重，偏正头疼，鼻塞声重；伤风壮热，肢体烦疼，肌肉蠕动，膈热痰盛；妇人血风攻注，太阳穴疼”。强调“但是感风气，悉皆治之。”川芎茶调散虽不是一个典型的成品药茶，但以茶清调下，却能起到药茶作用。

据称，一直沿用至今的著名的成品药茶莲花峰茶丸早在宋代已经出现。宋寺僧净业用福建南安盛产的名茶“石亭绿”配合若干中草药制成此药茶剂。莲花峰茶丸对急性胃脘胀痛、腹痛腹泻、消化不良和肠炎、痢疾均有很好的治疗效果。

3. 药茶的推广应用

从弥足可珍的散在于历代医学文献中的药茶资料中获知，宋元以后药茶的应用日益增多，在杂病治疗和老年病防治方面，药茶均显示了独到的疗效。

如宋政和年间撰成的大型方书《圣济总录》中载录大量民间验方，也见载有应用药茶的经验。如书中所述：“治霍乱后烦躁卧不安，干姜(炮为末)二钱匕，好茶末一钱匕。上二味，以水一盞，先煎茶末令熟，即调干姜服之”；又“治小便不通，脐下满闷，海金沙一两，腊茶(按：《圣济总录》作腊茶，即茶叶)半两，上二味捣罗为散，每服三钱匕，煎生姜，甘草汤调下，不拘时，未通再服”。

再如元·纱图穆苏所撰验方著作《瑞竹堂经验方》中载一治痰喘病的药茶方。其云：“啖咳喉口如锯，不能睡卧。好茶末一两，白僵蚕一两为末，放碗内，倾沸汤一小盞，用盞盖定，临卧温服，又米白糖一斤，猪板油四两，雨前茶二两，水四碗，先将茶煎至二碗半，再将板油去膜切碎，连苦茶、米糖同下，熬化听用。白滚汤冲数匙服之，消痰止渴。”

迨1307年，元·邹铉续增(陈直原撰)的《寿亲养老新书》中载录了两张重要的防治老年病的药茶方。其一，槐茶方，“治老人热风下血，明目益气，除邪治齿疼，利脏腑顺气……每日煎如茶法，服之恒益，除风尤佳”，槐茶以槐花为药材，该品经现代研究，具有降

血压、降血脂、改善心肌循环、预防动脉硬化等药理作用；其二，苍耳茶方，“治老人风冷痹，筋脉缓急……苍耳子二升，熟杵为末，右每日煎，服之代茶，常服，极治风热明目”。苍耳子温和疏达，流利关节，宣通脉络，为主治老人痹症及头风病之要药，散风止痛作用明显。

在中医食疗学专书《饮膳正要》中，元代饮膳太医忽思慧在记述元代皇室贵族饮用的各种奇珍异馐的同时，较为集中地载录了各地多种茶剂的制作、功效及主治。如记述枸杞茶制作：“枸杞五斗，水淘洗净，去浮麦，焙干，用白布筒净去蒂萼黑色，选拣红熟者，先用雀舌茶展洩碾子，茶芽不用，次碾枸杞为细末”，而后空腹饮用；香茶以白茶一袋、龙脑成片者三钱、百药煎五分、麝香二钱组成，研细后用香粳米熬粥和成剂印作药饼。此外还记述了玉磨茶、金字茶、范殿帅茶、紫笋雀舌茶等十多种茶品的不同产地、特点等，而且特别指出：“凡诸茶味甘苦，微寒，无毒”，具有“去痰热，止渴，利小便，消食下气，清神少睡”等药效。

伴随着药茶应用的日益广泛，医学家们也注意对药茶治病的机理进行探索。如杨士瀛《仁斋直指方》中，对当时应用较广的姜茶进行初步探讨。指出：“姜茶治痢，姜助阳，茶助阴，又能消暑解酒食毒，且一寒一热，调平阴阳，不论赤白冷热，用之皆良”。

不少药茶，由于其作用明显，疗效突出，引为历代朝廷所重视。明代朱橚主纂、藤弘等协编的《普济方》中除了广泛集辑明以前医方外，其书卷二百五十九“食治门”中，又继续胪列早已见载于《太平圣惠方》中的药茶八则，使药茶配方得以保存和发扬。

1522年，韩悉著成《韩氏医通》，所载“八仙茶”一剂，全系粮食、果枣类制品加细茶配制而成，粳米、黄粟米、黄豆、赤小豆、绿豆、芝麻、胡桃、南枣等加上细茶，作为一种良好的保健茶，很有代表性。

在一些大型医学全书中也散在有药茶记载。如孙一奎《赤水玄珠》中载有药茶小复方，以片苓、川芎、白芷、薄荷、荆芥配伍细茶组成，主治“风热上攻、头目昏痛及头风热痛不可忍”。

本草巨著《本草纲目》中也记述了茶、药合用的功效，如谓：“茶

作饮加茱萸、葱姜，破热气，除瘴气，利大小肠，清头目，治中风昏倦，多睡不醒……同芎藭、葱白煎饮止头痛”。

在养生学专著《遵生八笺》中，作者高濂指出一些药用植物之花可以冲泡代茶，如其在书中所述：“木樨、茉莉、玫瑰、蔷薇、兰蕙、橘花、栀子、木香、梅花，皆可作茶”。对药茶的推广运用起了促进作用。

清代，药茶的运用较前更为普遍，如沈金鳌《沈氏尊生书》中载：“治目中赤脉，芽茶、白芷、附子各一钱，细辛、防风、羌活、荆芥、川芎各五分，加盐少许，清水煎服”；钱守和《慈惠小编》录载药、茶配伍同煎取效案，云：治五色痢，“陈雨前茶、冰糖、茉莉花共煎汤一碗，服之立愈。”江苏名医费伯雄《食鉴本草》中胪列槐茶、柏茶、川椒茶、五合茶等药茶方数种，如论五合茶，“但凡觉受风寒，头疼鼻塞，身体困痛，即用生姜大块捣烂，连须葱白、红糖、胡桃捣碎，霍山茶，滚水冲一大碗热服，微汗即愈。”

此间，清代赵学敏氏广采民间多种药茶验方，一一载录于《本草纲目拾遗》中，如广西龙脊茶“除瘴解毒，治赤白痢”；研茶“去风湿，解除食积，疗饥”；雨前茶“清咽喉，明目，补元气，益心神，通七窍”；武彝茶“最消食下气，醒脾解酒”；红毛茶“治时气腹胀，或闷郁不舒”，角刺茶“逐风活血，绝孕如神”。此外，如产于台湾深山中的水沙连茶“疗热证最效”，东山茶可“治头痛”，还详细记载了一种似茶却非茶的雪茶，适宜患癆损及失血过多之人饮用，“治胃气积痛，疗痢如神”。

4. 宫廷药茶的发展

药茶因其简便、效验等优点，较早已为宫廷皇室所注重。元代时供皇室饮用的药茶品种已经很多，如玉磨茶、金字茶、范殿帅茶、紫笋雀舌茶、女须儿、西香茶、川茶、藤茶、夸茶、燕尾茶、孩儿茶及温桑茶等，太医们已经熟练地掌握了这些茶剂的具体制作和运用。到了清代，药茶配方有了进一步的发展，所用茶剂从单味用茶叶、以茶叶为主，进而发展为以其它中药为主，从而使药茶的适应证更为扩大。从近年编撰出版的《慈禧光绪医方选议》中获知，药茶已