

中国民间百草良方

● 周萍主编

● 湖南科学技术出版社



中国民间百草良方

主 编：周 萍

编 者：周 萍 周力勤
周晓波 彭汉忠
刘汉胜

绘 图：雷嗣端

湖南科学技术出版社

中国民间百草良方

主 编：周 萍

责任编辑：汪 华

出版发行：湖南科学技术出版社

社 址：长沙市展览馆路 66 号

印 刷：湖南省新华印刷一厂

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址：长沙市芙蓉北路 564 号

邮 编：410008

经 销：湖南省新华书店

出版日期：1998 年 2 月第 1 版第 9 次

开 本：850mm×1168mm 1/32

印 张：24.75

字 数：893000

印 数：42101—46100

书 号：ISBN 7-5357-1035-2/R·223

定 价：26.00 元

(版权所有·翻印必究)

前 言

“神农尝百草”的传说，记述了我们祖先同疾病作斗争的艰辛和功绩。几千年来，药草在保障人民身体健康和民族繁衍中发挥了重要的作用。有不少草药，在治疗一些疾病中具有奇特疗效。“单方一味，气煞名医”之说确有根据。虽然，医学科学技术飞速发展，但“人有旦夕祸福”，百草良方可以随手拈来，以济急需；同时还可以治疗不少西药疗效不佳的疾病。在实现联合国世界卫生组织提出的到2000年人人享有保健的目标中，推广百草防治疾病，提高人民自我保健能力，也有其十分重要的意义。作者积近40年广泛搜集运用民间单方、秘方之经验，并参阅大量资料，精选易找、常用的药草352种，防治各科常见病证的验方3000余首，写成《中国民间百草良方》。

本书内容，有下列特点：

1. 本书所选“百草”，都是普遍存在的，不仅乡村遍地生长，城市中也大多能够找到，不少品种俯拾皆是。本书不仅可供医务工作者参考，城乡居民，家藏一册，也有实用价值。
2. 草药药名，很不统一。本书既扼要描述了药物的形态特征，又配以形象逼真的插图。读者按图寻药，至为方便。
3. 方贵乎良。本书所选诸方大多经过临床验证，确有疗效，具有验、廉、简、便的优点。书后附防治各科病（证）索引，临用查阅十分便利。

周 萍

1992年1月

目 录

(以药名笔画为序)

一 画

一点红	1
一年蓬	3
一枝黄花	5

二 画

八仙草	8
八角枫	11

三 画

大青叶	13
大枣	15
大蓟	17
大蒜	20
大乌泡	23
大叶桉	25
大血藤	28
大飞扬草	30
大狗尾草 (附: 狗尾草)	32
土人參	34
土牛膝	36
土枸杞 (附: 枸杞根、地骨皮、枸 杞叶)	39
土荆芥	42
三白草	44
万年青	46
女贞子 (附: 女贞叶)	48

山药 (附: 零余子)	50
山楂	52
山苍子	54
山茶花	56
山胡椒	58
山海螺	60
千日红	62
千斤拔	64
千里光	66
马兰	68
马桑	71
马蹄金	73
马齿苋	75
马鞭草	78
马蔺子 (附: 马蔺叶、马蔺花、马 蔺根)	81
马缨丹	83
小蓟	85
小茴香 (附: 茴香虫)	87
小叶三点金	89

四 画

天门冬	91
天名精	93
天葵草 (附: 天葵子)	95
木贼	98

木芙蓉	100	石见穿	164
木槿皮 (附: 木槿花、朝天子)		石菖蒲	166
.....	103	石榴皮 (附: 石榴根、石榴花)	
车前草 (附: 车前子)	105	168
五加皮	107	艾叶	170
五谷虫	109	功劳叶 (附: 苦丁茶、枸骨根、	
元宝草	110	功劳子)	172
无花果	112	叶下珠	174
瓦松	114	田皂角	176
牛筋草	116	四季青	178
牛蒡子	118	凹叶景天	180
乌柏	120	生姜 (附: 生姜皮、生姜汁、干	
乌韭	122	姜、炮姜炭)	182
乌药	124	龙葵	185
乌梅 (附: 白梅花)	126	龙眼	187
乌蕊莓	128	瓜蒌 (附: 天花粉)	189
乌贼骨 (附: 乌贼鱼肉)	131	瓜子金	191
毛大丁草	134	冬瓜皮	194
月季花 (附: 月季花根、叶)		冬葵子	196
.....	136	仙人掌	198
凤尾草	138	仙鹤草	200
六月雪	141	白英	202
文殊兰	143	白果 (附: 银杏叶)	205
水蛭	145	白背叶	207
水杨梅	147	白茅根 (附: 白茅花)	209
水苦蕒	149	白扁豆 (附: 扁豆花)	212
水蜈蚣	151	白花蛇舌草	214
水红花子 (附: 荭草、荭草花)		半夏	216
.....	153	半边莲	218
		半枝莲	221
		兰花参	224
		丝瓜 (附: 丝瓜叶、藤、络)	
		226
五 画			
玉簪	155	六 画	
玉米须	157	百合	228
石韦	159		
石蒜	161		
石膏	163		

百草霜	230	花椒	293
百两金	231	花桐木	295
地葱	233	芡实	297
地榆	235	芦荟	299
地龙	237	芦根	301
地耳草	240	芫荽	303
地柏枝	242	苍耳子 (附: 苍耳草、苍耳蠹虫)	
地胆草	244	305
地锦草	246	芭蕉根 (附: 芭蕉花、芭蕉油、	
灰藟	248	香蕉)	308
老鹳草	250	连钱草	311
吉祥草	252	岗梅	314
过路黄	254	旱芹	316
西瓜翠衣 (附: 西瓜、西瓜霜)		旱莲草	318
.....	256	皂荚 (附: 皂角刺)	320
羊蹄根	258	辛夷花	322
羊、猪胆	260	谷精草	324
灯心草 (附: 灯心)	261	灵芝	326
灯笼草	263	陆英	328
竹茹 (附: 竹沥、竹黄、竹卷心)		鸡屎藤	330
.....	265	鸡眼草	332
向日葵	268	鸡冠花	334
合欢皮 (附: 合欢花)	271	鸡内金	336
多头风轮菜	273	何首乌 (附: 夜交藤)	339
七 画		佛甲草	341
杉	275	伸筋草	343
扶桑	277	迎春花	345
扶芳藤	279	灶心土	347
杠板归	281	八 画	
杜仲	283	玫瑰花	348
杜鹃花 (附: 杜鹃花根、叶)		茅莓	350
.....	285	苦瓜 (附: 苦瓜叶、苦瓜根、苦	
赤小豆	287	瓜藤)	352
麦冬	289	苦参	354
麦芽 (附: 谷芽)	291	苦蕒菜	356

苦楝根皮 (附: 楝叶)	358	茵陈	427
茄根	360	荠菜	429
苎麻根 (附: 苎麻叶)	362	荠苎	431
奇蒿	364	荔枝 (附: 荔枝壳、荔枝核)	
青蒿	366	433
青木香	369	柿蒂 (附: 柿叶、柿饼、柿霜)	
青箱子	371	435
松针 (附: 松节、松花粉、松花 蕊粉)	373	柳枝	437
枇杷叶	376	柳叶白前	439
刺天茄	378	枳壳 (附: 枳实)	441
败酱	380	珍珠母 (附: 蚌粉)	443
虎杖	382	牵牛子	445
虎耳草	385	胡椒	447
佩兰	387	胡桃	449
爬山虎	389	胡颓子	451
侧柏叶	391	南瓜 (附: 南瓜子、南瓜蒂、南 瓜藤、瓢)	453
垂盆草	393	南天竹	455
鱼腥草	395	南蛇藤	457
金丝草	398	威灵仙	459
金银花 (附: 忍冬藤)	400	省头草	462
金樱子 (附: 金樱子根)		韭菜子 (附: 韭菜、韭根)	
.....	403	464
饴糖	405	骨碎补	467
卷柏	406	星宿菜	470
泽兰 (附: 地笋)	408	响铃草	472
泽漆	410	香附	474
泡桐	412	香薷	476
油桐	414	匍匐堇	478
泥胡菜	416	美人蕉	480
贯众	418	独脚金	482
九 画		络石藤	484
茶	420	十 画	
茜草	423	葶芥 (附: 通天草)	486
荆芥	425	莱菔 (附: 莱菔籽、莱菔甲、地	

粘糕)	488	芥蕈	546
荷叶(附: 荷蒂、荷梗、莲子心、 莲子、藕节、莲花、莲须、 莲房)	491	菊三七	548
桃仁(附: 桃花、桃叶、桃根、 桃胶)	494	菟丝(附: 菟丝子)	550
栗子	496	梔子	552
夏枯草	498	欐木	554
蚕豆花(附: 蚕豆叶、茎、荚、 壳)	501	梓白皮(附: 梓实、梓叶)	556
蚕沙	503	梵天花	558
盐肤木(附: 五倍子)	505	梧桐子	560
鸭跖草	508	接骨木	562
鸭舌草	510	黄瓜藤(附: 黄瓜、黄瓜叶、 根、霜)	564
射干	512	黄药子	566
透骨草(附: 凤仙花、急性子)	514	黄荆子(附: 黄荆叶、黄荆根)	568
臭牡丹	517	黄鹌菜	571
鬼针草	519	黄毛耳草	573
积雪草	521	野百合	575
铃茵陈	523	野荞麦	577
铁苋菜	525	野菊花(附: 菊花)	579
铁扫帚	527	野葡萄藤	582
铁线草	529	曼陀罗	584
凌霄花	531	蚯蚓草	586
益母草(附: 童子益母草、益母 花、茺蔚子)	533	蛇含	588
浮萍	535	蛇莓	590
海金沙藤(附: 海金沙)	537	蛇床子	593
桑叶(附: 桑枝、桑白皮、桑椹、 桑寄生、桑癭)	539	犁头草	595
十一画		盘龙参	597
菱	542	猕猴桃	599
萍	544	铜锤玉带草	601
		商陆	603
		常春藤	606
		淡竹叶(附: 碎骨子)	608
		婆婆纳	610
		望江南	612
		绿豆(附: 绿豆皮、绿豆粉、	

绿豆芽) 614

十二画

葎草 617

葱白 619

葡萄 (附: 葡萄根、葡萄藤叶)
..... 621

篇蓄 623

萱草根 (附: 黄花菜) 625

落花生 627

楮实 629

棉花子 (附: 棉花根) 631

酢浆草 633

琴叶榕 635

博落回 637

紫苏 (附: 苏梗、苏子)
..... 639

紫珠 641

紫薇 643

紫荆皮 645

紫茉莉根 647

景天 649

景天三七 651

黑芝麻 653

筋骨草 655

鹅不食草 658

十三画

薯草 661

蒲黄 663

蒲公英 665

蓬子菜 668

蓖麻子 670

碎米荠 672

槐花 (附: 槐角) 674

槲木 676

榆白皮 678

椿白皮 680

路路通 (附: 枫香嫩叶、枫香寄
生、白胶香) 682

蜈蚣 684

矮地茶 687

锦鸡儿 (附: 金雀花)
..... 689

鼠曲草 691

满天星 693

十四画

葶菜 696

蔓苎麻 698

蔷薇花 (附: 蔷薇根、蕾实)
..... 700

豨莶草 702

蜡梅花 (附: 铁筷子)
..... 704

蝉蜕 706

算盘子 708

腐婢 710

辣蓼 712

漆姑草 714

瘦风轮 716

翠云草 718

十五画以上

樟 720

橄榄 722

醉鱼草 724

露蜂房 726

蝴蝶花 (附: 扁竹根) 728

蜈蚣 730

薜荔 732

薤白 734

薄荷 736

薏苡 738

橘皮（附：橘叶、橘核、橘络、 橘饼）	740
爵床	742
繁缕	745
藿香	747

壁虎	749
缬草	751

附录一：病（症）名索引

附录二：主要参考书目

一 点 红

【别名】叶下红、红背叶、红背莲、红背草、散血丹。

【形态特征】一年生或多年草本，高10~50厘米。生于田坎、水沟旁阴湿处。茎直立。茎下部的叶卵形，琴状分裂或具钝齿；上部的叶小，有的全缘，基部抱茎；叶背常为紫红色，故名。春、夏、秋开花，头状花序，紫红或粉红色，有长柄，花枝通常二叉分枝。瘦果圆柱形。全草入药，夏、秋采收，鲜用或晒干。

分布于湖南、江西、福建、云南、贵州、广东、广西、海南等省。

【性味功效】苦、辛、寒。清热解暑，活血消肿。

【验方荟萃】

第 一 方

主治：肺炎。

方药：一点红30克，岗梅根25克，蒲公英20克，鱼腥草15克（后下）。

用法：水煎，分2~3次服，每日1剂，连服5~7天。

第 二 方

主治：睾丸炎。

方药：一点红30克，小茴香10克，车前草20克。

用法：水煎分2~3次服，每日1剂。

第 三 方

主治：麦粒肿。

方药：一点红15克，犁头草30

克。

用法：水煎服，每日1剂，连服3天。

第 四 方

主治：中耳炎。

方药：鲜一点红适量。

用法：洗净，用冷开水略泡后再洗，捣烂绞汁，每次取2~3滴滴入患耳，每日2~3次。

第 五 方

主治：痈疖、蜂窝组织炎。

方药：一点红、木芙蓉花叶、筋骨草各等份。

用法：烘干，研细末，加凡士林配成25%软膏，外敷患处，每日换药一次。

第 六 方

主治：泌尿系感染。

方药：一点红30克，车前草20克，金银花6克。

用法：水煎，分2~3服，每日1剂，连服5~7天。

第 七 方

主治：急性扁桃腺炎。

方药：一点红30克，女贞叶30克，甘草5克。

用法：水煎，分3~5次含咽，每日1剂，连服3~5天。

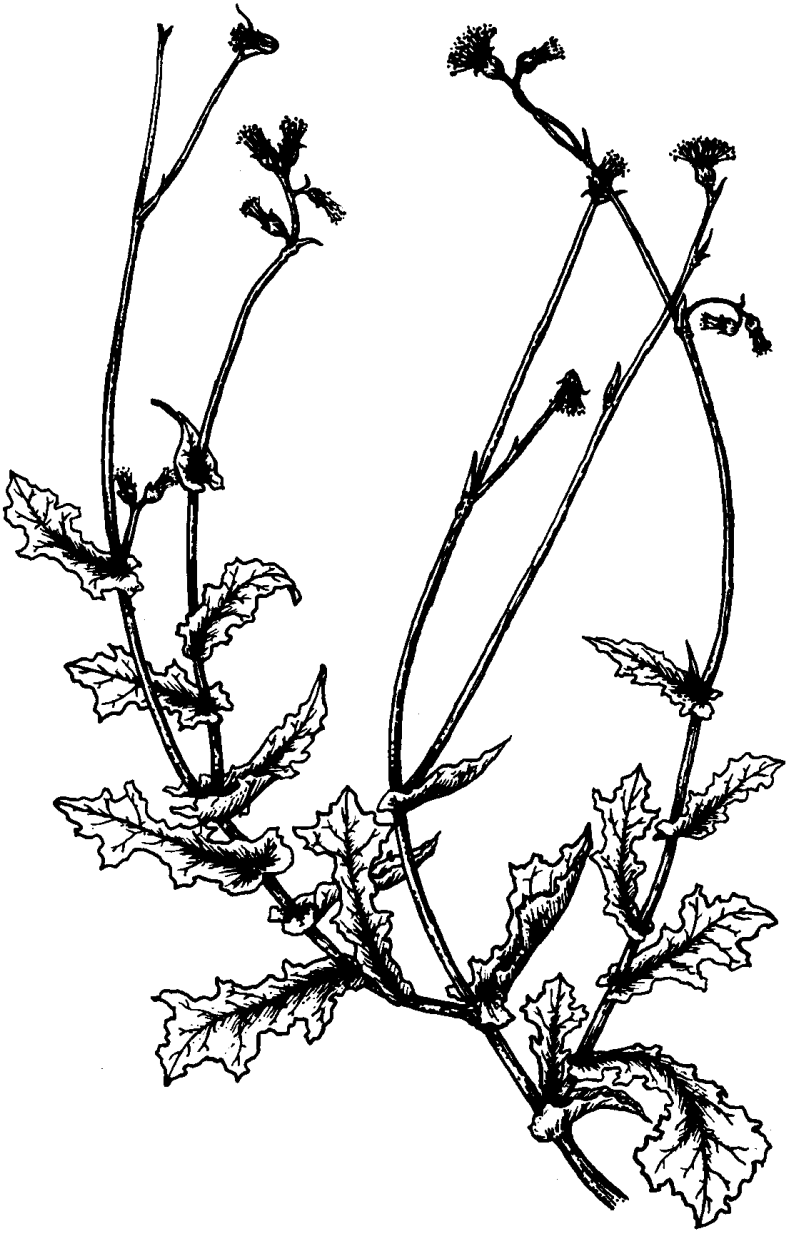


图1 一点红 (菊科)
Emilia Sonchifolia (Z) DC

一年蓬

【别名】女菀、野蒿、牙肿消、地白菜、白马兰。

【形态特征】二年生草本，高30~90厘米。生于荒野、草坪、山坡上。全体被短绒毛。基生叶丛生，叶片卵形或倒卵状披针形，边缘有不规则粗齿。茎生叶披针形，全缘。秋季开白而带紫色的花，头状花序排列成伞房状圆锥花序，中央管状花，黄色。瘦果扁平，边缘有棱。夏秋采全草，鲜用或晒干。

长江中下游均有分布。

【性味功效】苦，凉。清热解毒、助消化。

【验方荟萃】

第一方

主治：消化不良。

方药：鲜一年蓬25克。

用法：水煎分2次服。

第二方

主治：血尿。

方药：鲜一年蓬连根全草30克，鲜白茅根30克。

用法：水煎服，每日1剂。

第三方

主治：淋巴结炎。

方药：鲜一年蓬基生叶90克，黄酒30毫升。

用法：水煎，分2次服，每日1剂，连服3~5天。

第四方

主治：急性肠胃炎。

方药：鲜一年蓬60克，仙鹤草、鱼腥草（后下）各30克。

用法：水煎去渣，分2次服，每日1剂，连服2~3天。

第五方

主治：急性传染性肝炎。

方药：一年蓬60克，茵陈40克，藿香15克，车前草30克。

用法：水煎分2~3次服，每日1剂，连服10~15天。

第六方

主治：牙龈炎。

方药：一年蓬50克，岗梅根30根。

用法：水煎，分2~3次服，每日1剂。

第七方

主治：疟疾。

方药：鲜一年蓬全草50克，水蜈蚣15克，青蒿20克。

用法：水煎，分2~3次服，每日1剂，连服3~5天。



图2 一年蓬 (菊科)
Erigeron annuus (L.) Pers.

一枝黄花

【别名】蛇头王、山马兰、一支枪、黄花草。

【形态特征】多年生草本，高约20~70厘米。生于荒山草坡及路旁。茎直立，少分枝，基部棕红色。基生叶椭圆形或长卵形，有长柄，基部下延至长柄上成翼，边缘有疏锯齿；茎生叶互生，叶片卵形至披针形，基部下延成柄，近于全缘。秋季开黄色花，头状花序排成总状，密生枝上部。瘦果近圆柱形。全草入药，夏秋采收，鲜用或晒干。

全国大部分地区有分布。

【性味功效】辛、苦、凉。清热解毒，消肿止痛。

【验方荟萃】

第一方

主治：急性咽喉肿痛。

方药：一枝黄花30克，岗梅根30克，蛇莓15克，酢酱草15克。

用法：水煎分2次服。连服2~3天。

第二方

主治：痈肿疔疮，刀伤出血。

方药：鲜一枝黄花嫩叶30~60克，鲜紫花地丁15克，鲜酢酱草15克。

用法：将上药洗净，捣烂，外敷患处，每日换药1次。

第三方

主治：伤食、腹胀呕吐。

方药：一枝黄花30克，老紫苏根15克，橘皮10克，生姜3片。

用法：水煎服。

第四方

主治：麻疹不出或出而不透。

方药：一枝黄花10克，芫荽6克，葛根9克，桑叶5克。

用法：水煎分2~3次服，连服2天。

第五方

主治：风热感冒。

方药：一枝黄花30克，枇杷叶(去毛)15克，鸭跖草30克，葱白6克。

用法：水煎分2次服，连服3~4天。

第六方

主治：偏头痛。

方药：一枝黄花30克，半边莲25克，臭牡丹根30克。

用法：水煎服

第七方

主治：疳积。

方药：一枝黄花根15克，地锦草20克，水豆腐30克。

用法：先将前2味药煎水去渣，加入豆腐煮熟，分2~3次服。

第八方

主治：鹅掌风、灰指甲、脚癣。

方药：一枝黄花70克。

用法：水煎浓汁，乘温浸洗患部。

每次 30 分钟，每天 1~2 次，7 天为一疗程。

第九方

主治：肺痈。

方药：一枝黄花 30 克，猪肺半具。

用法：将药和猪肺切碎，加水煮烂，服汤吃猪肺，第 1 剂。

第十方

主治：跌打损伤。

方药：一枝黄花根 15~30 克，地耳草 15 克，白酒 500 毫升。

用法：将前 2 味药切碎，浸泡于白酒中，每服 30~50 毫升，每日 1 次。

第十一方

主治：小儿急惊风。

方药：鲜一枝黄花 30 克，生姜 1 片。

用法：共捣烂，绞取自然汁，加入适量沸水，徐徐喂服。

第十二方

主治：乳腺炎、腹股沟淋巴腺肿。

方药：鲜一枝黄花 30 克，甜酒 30 毫升。

用法：水煎去渣，加甜酒冲服。另取鲜一枝黄花适量，捣烂敷患处。

第十三方

主治：发痧、中暑。

方药：一枝黄花 30 克，苦参 15 克、青木香 3 克。

用法：水煎服。

第十四方

主治：一般毒蛇咬伤。

方药：鲜一枝黄花 60 克，蜂蜜 30 克。

用法：将鲜药捣烂，加冷开水绞汁，兑入蜂蜜，调匀顿服。日服 2~3 剂。同时用鲜叶捣烂，加甜酒酿敷于伤口周围。

第十五方

主治：外伤出血。

方药：一支黄花适量。

用法：晒干，研细末，外掺伤口，并取 6~9 克，开水送服。

第十六方

主治：痈疽溃后久不收口，腐肉不脱。

方药：鲜一支黄花 100 克，野菊花根 30 克，醋适量。

用法：共煎，先熏患处，冷后洗疮口。