

家有百草

主编 庞浩龙

——单味中药的妙用

根对芽，叶对花，扁豆对木瓜。桂枝对桔梗，地榆对天麻。
夜交藤，合欢花，赭石对朱砂。
射干一枝箭，益母九节茶。
茯神难敌大力子，黑丑偏娶金银花。
女贞子仙茅佩龟板，红孩儿大戟披鼉甲。
山豆根穿破石越寸冬，路边黄升金锁过半夏。



家有百草

——单味中药的妙用

JIA YOU BAICAO

——DANWEI ZHONGYAO DE MIAOYONG

主 编 庞浩龙

副主编 李站立 贡联兵 张晨曦

编 者 (以姓氏笔画为序)

马 珺 马彦红 王 敏 王小冬

贡联兵 李站立 冷 军 张晨曦

张翼鹏 林 虎 庞浩龙 赵文丽

高海兴 韩 洁

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

家有百草:单味中药的妙用/庞浩龙主编. —北京:人民军医出版社,
2007.11

ISBN 978-7-5091-0997-7

I. 家… II. 庞… III. 中草药—临床应用 IV. R282

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 135318 号

策划编辑:黄春霞 文字编辑:海湘珍 责任审读:张之生

出版人:齐学进

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)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8710

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:北京国马印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×960mm 1/16

印张:16.25 字数:264千字

版、印次:2007年11月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:29.00元

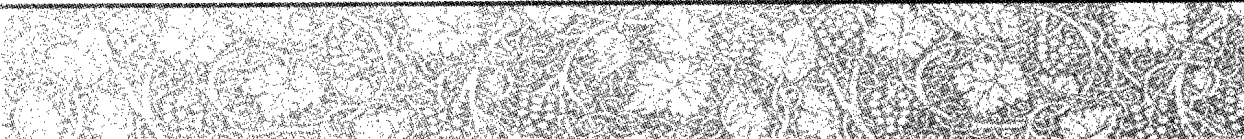
版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



内 容 提 要

本书主要介绍常用单味中药对疾病的治疗、康复以及预防保健作用。以祖国传统医学为主线,精选常用中草药近150味,根据其不同的功用,系统阐述了每味药物的来源、性味归经、简单鉴别、主要成分、药理作用、功能主治、单味应用、常用配伍或方剂、用药提示等。将中医药传统理论与现代医学相结合,给大家展现了一个缤纷多彩的中药大世界。该书内容通俗易懂、言简意赅,使老百姓能够小病不求医,学会用祖国医药自我预防、自我保健、指导治疗,是一本非常有参考价值的科普读物。





前

言

我国地大物博,中医药资源丰富,品种繁多,应用历史更是源远流长。随着中医临床实践经验的不断丰富和民间常用配伍或方剂的不断发掘,越来越多的中药显示出独特的疗效和作用。据统计,我国中药共有 12 000 多个品种,仅中药大辞典就记载了 5 767 种中药。目前,绝大部分中药都以组成复方的形式应用,其实,许多中药单用或经简单配伍后应用,对许多疾病的治疗、病后康复、预防保健等都有很好的效果,科学应用单味中药,既能防病疗疾、强身健体,又能节约资源、降低成本,对广大老百姓的身心健康大有裨益。

中药在我们的日常生活中随处可见,可以说百姓生活离不开中药,最简单的比如我们平时炒菜做饭用的葱、姜、蒜、大茴香(大料)、花椒、桂皮等都是中药,生活中随处可见的花、草、树木中许多都是中药材的原植物,比如芍药、玉兰、忍冬、麦冬、百合、芦苇、银杏等,不胜枚举。

本书主要介绍常用中药的单味药对疾病的治疗、康复以及预防保健作用,以祖国传统医学为主线,分为解表药、清热药、泻下药、祛风湿药、利水渗湿药、温里药、理气药、消食药、止血药、活血化瘀药、化痰止咳平喘药、安神药、平肝熄风药、补益药、收涩药、开窍药等,将中医药传统理论与现代医学相结合,简洁扼要地介绍常见病的表现及自我诊断,从药物的来源、性味归经、简单鉴别、主要成分、药理作用、功能主治、单味应用、简单配伍、常用配伍或方剂、用药提示等方面给大家展现一个五彩缤纷的中药大世界。全书内容通俗易懂、言简意赅,使老百姓能够小病不求医,学会用祖国医药自我保健、自我预防、自我治疗,也使本书成为老百姓家庭必备的科普读物。

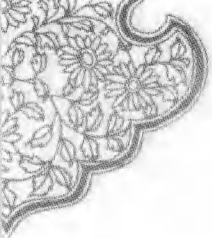
本书作者查阅了大量有关资料,广征博引,求精务实,在这里谨对所引用资料的创作者和献身中医药研究事业的研究者表示深深的敬意和感谢。

编 者



目 录

一、解表药	(1)		
紫苏叶(苏梗、苏子)	(2)	蝉蜕	(14)
生姜	(4)	菊花	(15)
白芷	(7)	蔓荆子	(18)
辛夷花	(9)	桑叶	(18)
葛根	(11)	野菊花	(22)
二、清热药	(25)		
淡竹叶	(26)	板蓝根	(42)
芦根	(27)	红藤	(43)
决明子	(29)	马齿苋	(44)
密蒙花	(31)	鸦胆子	(47)
天花粉	(32)	蒲公英	(48)
夏枯草	(33)	土茯苓	(51)
金银花	(35)	鱼腥草	(52)
败酱草	(38)	重楼	(55)
半边莲	(39)	白花蛇舌草	(56)
地丁	(40)	黄柏	(57)



黄连	(58)	生地黄	(62)
苦参	(60)	牡丹皮	(63)
白鲜皮	(62)	紫草	(66)

三、泻下药

大黄	(67)	芒硝	(71)
番泻叶	(70)	芦荟	(72)

四、祛风湿药

木瓜	(75)	徐长卿	(79)
威灵仙	(76)		

五、利水渗湿药

车前子	(81)	茵陈	(88)
车前草	(82)	金钱草	(90)
赤小豆	(84)	虎杖	(93)
灯心草	(86)	薏苡仁	(93)
茯苓	(86)		

六、温里药

花椒	(97)	吴茱萸	(98)
----------	------	-----------	------

七、理气药

陈皮	(101)	玫瑰花	(103)
川楝子	(103)	香附	(104)

八、消食药

鸡内金	(107)	麦芽	(110)
莱菔子	(109)	山楂	(111)

九、止血药

艾叶	(115)	地榆	(119)
白茅根	(116)	槐花	(120)
侧柏叶	(118)	白及	(121)
大蓟	(119)	藕节	(123)



蒲黄	(124)	茜草	(128)
三七	(125)		
十、活血化瘀药	(129)		
川芎	(130)	桃仁	(137)
穿山甲	(131)	王不留行	(138)
丹参	(132)	益母草	(139)
鸡血藤	(134)	延胡索	(141)
刘寄奴	(135)	水蛭	(142)
十一、化痰止咳平喘药	(145)		
半夏	(145)	川贝母	(150)
白果	(146)	款冬花	(153)
白芥子	(148)	胖大海	(154)
百部	(149)	葶苈子	(155)
十二、安神药	(157)		
柏子仁	(157)	夜交藤	(160)
远志	(159)		
十三、平肝熄风药	(163)		
僵蚕	(163)	全蝎	(165)
十四、补益药	(167)		
(一)补气药	(168)	扁豆	(184)
人参	(168)	大枣	(185)
西洋参	(172)	绞股蓝	(186)
党参	(173)	蜂蜜	(187)
太子参	(175)	(二)补阳药	(187)
黄芪	(177)	鹿茸	(187)
白术	(179)	补骨脂	(188)
山药	(180)	益智仁	(189)
甘草	(182)	肉苁蓉	(191)



菟丝子	(192)	龙眼肉	(208)
沙苑子	(194)	(四)补阴药	(210)
杜仲	(196)	百合	(210)
冬虫夏草	(197)	麦冬	(213)
狗脊	(199)	天冬	(213)
骨碎补	(199)	玉竹	(214)
核桃仁	(200)	黄精	(215)
(三)补血药	(201)	枸杞子	(217)
当归	(201)	女贞子	(220)
何首乌	(205)	桑椹	(222)
阿胶	(206)	黑芝麻	(225)

十五、收涩药 (227)

椿根皮	(227)	乌梅	(231)
海螵蛸	(228)	五味子	(232)
山茱萸	(229)	五倍子	(233)
石榴皮	(230)		

十六、其他 (235)

石菖蒲	(235)	银耳	(240)
荷叶	(236)	柿蒂	(241)
鸡冠花	(236)	透骨草	(242)
灵芝	(237)	大蒜	(242)
木耳	(239)	木蝴蝶	(244)

笔画索引 (247)



一、解表药

凡能疏解肌表,促使发汗,解除表证的药物称为解表药。其实就是指防治感冒的中药。感冒是四季常见的疾病,尤以冬春两季多见。许多人患感冒后吃了不少药,但病症并没减轻。关键在于没有辨证用药。风寒感冒是风寒之邪外袭、肺气失宣所致。其起因通常是劳累,没休息好,再加上吹风或受凉。通常秋冬发生比较多。症状可见:怕冷怕风、头痛身痛、鼻塞流清涕、咳嗽吐稀白痰、口不渴或渴喜热饮,苔薄白。治法应以辛温解表为主。常选用麻黄、荆芥、防风、紫苏叶等解表散寒药。风热感冒是风热之邪犯表、肺气失和所致。症状表现为身热、口渴、心烦、头胀痛、有汗、咽喉红肿疼痛、咳嗽、痰黏或黄、鼻塞黄涕,舌尖边红,苔薄白微黄。治法应以辛凉解表为主。常选用菊花、薄荷、桑叶等。

解表药有不同程度的发汗、解热、镇痛作用,对多种致病细菌、流行性感冒病毒也有抑制作用。部分药物还有降压及改善心、脑血液循环的作用。解表药分别对西医诊断为一般感冒、流行性感冒、上呼吸道感染、流行性脑脊髓膜炎、乙型脑炎初起、麻疹、支气管炎、肺炎、哮喘、急性肾炎、风湿性关节炎、化脓性皮肤病等都有一定的治疗作用,部分药物还可用于防治高血压、冠心病、脑血管病及突发性耳聋等病。

解表药的药理作用主要有:

1. 发汗解热 这种作用是通过调节体温中枢而实现的。如麻黄、桂枝、荆芥、防风、白芷、生姜、薄荷、菊花、柴胡等大多数解表药,均具有发汗解热作



用。

2. 增强体表血液循环 多数解表药均能扩张周围血管,增强体表循环、促进汗腺分泌,从而增加热的散发。如桂枝、紫苏、生姜、菊花等。

3. 抗菌、抗病毒 经过大量实验,已证明解表类药物对某些细菌、病毒等致病微生物有抑制或杀伤作用。

4. 其他 除上述主要药理作用外,该类药物尚有镇痛作用、止咳祛痰作用、健胃及利尿作用。

紫苏叶(苏梗、苏子)

【药材简介】 紫苏原产于喜马拉雅山及我国中南部地区,世界上主要分布于亚洲。作为多用途的经济植物在我国已有 2 000 多年的栽培历史,它是我国传统的药食两用植物,也是国家卫生部首批颁布的既是食品又是药品的 60 种中药之一,资源遍及全国 20 个省、区。紫苏为唇形科一年生草本植物,以叶(紫苏叶)、梗(紫苏梗)、子(紫苏子)入药。全国各地均有分布,主产于江苏、浙江、河北等地。以叶大、色紫、不碎、香气浓、无枝梗者为佳。紫苏叶味辛,性温,归肺、脾经。为辛温解表药。主要成分含挥发油,其中主要为紫苏醛,有较强的防腐作用,还含多种维生素及矿物质。功能解表散寒,行气和胃。用于风寒感冒,咳嗽呕恶,妊娠呕吐,鱼蟹中毒等。紫苏清凉无毒,营养丰富,能腌制小菜佐餐,风味独特,民间常用其去腥、增鲜、提味。

【药理作用】 现代研究证实,紫苏含挥发油,其中主要为紫苏醛、左旋柠檬烯及少量 α -蒎烯等。紫苏叶水煎剂有解热作用,预防感冒有良好效果。紫苏水煎剂还具有抗菌防腐作用,对大肠杆菌、痢疾杆菌、葡萄球菌均有抑制作用。此外还有健胃作用,能促进消化液分泌,增进胃肠蠕动,增进食欲,调整胃肠功能。紫苏叶中丰富的铁、维生素 C 对预防贫血十分有效。

【单方妙用】

1. 风寒感冒初起,恶寒、发热、无汗 用紫苏叶 6~9 克,水煎服,煎煮的时间不要太久,只需煮沸数分钟即可。用滤网或纱布过滤后趁热 1 次服下,以便发汗,加水量通常 300~500 毫升,一般来说多服有助于发汗,1 日服用 1 次。服药后应卧床盖被,有助于发汗。若加用生姜 3 克,葱白 6 克,红糖 10 克,一同煎汤热服,效果更佳。

2. 带状疱疹 用新鲜紫苏叶捣烂,取汁外搽患处,1 天 6 次,隔 2 小时用 1 次。一般治疗 1 周左右。带状疱疹宜及早诊治,有条件者应尽早去医院诊



治。鲜紫苏取汁可配合治疗用。

3. 寻常疣 将疣体周围皮肤洗净、消毒,用针头挑破疣体,以干净的鲜紫苏叶外擦患处,每日1剂,每次10~15分钟,连用5~7天(寻常疣俗称刺瘊。皮疹为黄豆大或更大的灰褐色、棕色或正常皮色的丘疹,表面粗糙,角化过度,坚硬,呈乳头状。好发于手背、手指、足缘等处,亦可发生于身体其他部位)。

4. 鱼蟹中毒 紫苏50~100克,单用(或加适量生姜),煎汤服。

5. 祛除口腔异味 鲜紫苏叶1~2片,干紫苏叶5~8克,沸水冲泡300毫升左右,含漱。

6. 改善睡眠 睡前喝一杯紫苏茶,对睡眠具有一定的辅助调整的功效。

7. 子宫下垂 紫苏叶60克,煎汤熏洗。

8. 妊娠呕吐 紫苏叶6~9克,水煎服,每日1剂。可根据情况适量加减药物,常与砂仁、陈皮配伍,效果更好。

【食疗保健】

1. 姜糖苏叶饮:紫苏叶3克,生姜10克,红糖15克。将生姜、紫苏叶洗净切成细丝,放入瓷杯内,再加红糖,以沸水冲泡,盖严,温浸10分钟即成。每日2次,趁热服食。功能发汗解表,祛寒健胃。预防并治疗风寒感冒,对同时患有恶心、呕吐、胃痛、腹胀等症的胃肠型感冒,则更为适宜。

2. 紫苏还可用于开发新产品,紫苏叶经深加工,可开发成紫苏茶,能清热解毒,防治中暑、感冒;紫苏叶加佐料腌制,可长期保存食用;紫苏叶焙干揉碎,做汤等撒入可作调味剂等。经常用有紫苏叶烧的开水洗脸能美白面部肌肤,洗足能起到安眠作用。

【常用配伍或方剂】 杏苏散:由紫苏叶9克,半夏9克,茯苓9克,甘草3克,前胡9克,桔梗6克,枳壳6克,陈皮6克,杏仁9克,生姜3克,大枣3枚组成。功能发散风寒、宣肺化痰。主治外感风寒导致的感冒、流感、支气管炎、咳嗽、慢性鼻炎等,证见发热恶寒、头痛无汗、咳嗽痰稀而白、鼻塞咽干、苔白薄、脉浮或弦。

【用药提示】 若患者面色白而无光泽,说话声小、气短、倦怠,动则尤甚,则是气虚的表现。若身体消瘦、低热、手足心热、午后潮热、两颧潮红、失眠或盗汗、舌质嫩红、少苔或无苔、大便燥结、小便黄短等症状则是阴虚的表现。这两种情况均要慎用紫苏叶,因为紫苏叶属辛温解表药,能耗气伤阴,使用时一定要对症用药。紫苏叶含有挥发油,应置阴凉干燥处贮存。



附：

1. 苏梗 性味同于紫苏叶，然而因药用部位不同，其发散风寒力差。紫苏梗主要功效为理气解郁，止痛安胎。常用治气郁食滞，胸膈痞闷，脘腹疼痛，胎气不和。因其理气解郁之性平和，体虚者更为适宜。

2. 苏子 功能止咳平喘，润肠通便。主治痰阻气机，咳嗽痰多，气逆作喘，肠燥便秘等。苏子可以提取食用油，被称为紫苏油。这种油有助于人体消化和吸收，且能降低胆固醇及阻止血栓的形成，其营养价值高于一般食用油。经检测，紫苏籽含油率为30%~45%。主要是不饱和脂肪酸系列，以 α -亚麻酸含量最高，达50%~60%。其余为亚油酸、油酸、棕榈酸、硬脂酸等。还有维生素E、维生素C及 β -胡萝卜素、双萜、呋喃糖醛、花色苷及钙、铁、钾等。由于营养丰富，许多高血压、高胆固醇患者把紫苏油当做食疗食油享用。紫苏油的主要药效功能有：抗癌、抗过敏、抗炎、抑菌、降血脂、抗血栓、提高记忆力和视觉。



紫苏的传说

相传，华佗一天在江南某地的河边上采药。无意中发现一只水獭正在贪婪地吃着螃蟹，没过多久，这只水獭在地上打起滚来，可能是刚才吃多了。华佗心想，倒要看看它是否有自救法呢？这时水獭沿着河滩爬，待爬到一片紫色的草前就吃了起来，而后又躺了一会，竟然没事了。

华佗把这些草采了回去，亲自品尝，苦苦思索后，豁然有所悟，认为此草既能解凉性螃蟹之毒，定属温性。此后每当螃蟹上市时，有些人因多食蟹而发生腹痛，求医于华佗，华佗就用采集回来的这些紫色草煎汤给患者喝，效果十分灵验。从此，华佗就把这种紫草称为“紫舒”。

以后，华佗又进一步发现这种紫草还有发表散寒之功，可以益脾，理气、和中、宣肺、止咳化痰，能治多种病证。至于现在人们把“紫舒”称做“紫苏”，是由于音近的缘故，还是记载上有误，这就无从考证了。

生 姜

【药材简介】 本品为姜科植物姜的新鲜根茎。我国大部分地区均产。



9~11月份采挖,除去须根,切片生用或煨熟用。味辛,性微温。归肺、脾、胃经。为辛温解表药。主要成分含挥发油、姜辣素、氨基酸、淀粉等。功能解表散寒,温中止呕,化痰止咳。用于风寒感冒,胃寒呕吐,寒痰咳嗽。

【药理作用】 生姜能促进消化液分泌,增进饮食,有镇吐、镇痛、抗炎消肿、发汗作用;对伤寒杆菌、霍乱弧菌等有抑制作用。研究表明,老年人常食生姜可以延缓衰老。营养学家发现,生姜中含有的辛辣成分被人体吸收后,能够抑制体内过氧化脂质的生成,其抗氧化作用比目前应用的抗氧化药——维生素E的作用还明显,因而具有很好的抗衰老作用。生姜中还含有一种化学结构与阿司匹林中的水杨酸相近的特殊物质,这种物质能降血脂、降血压、防止血液凝固、抑制血栓形成。此外,生姜中所含的姜酚,有很强的利胆作用,因而可用于预防和治疗胆囊炎、胆石症。

【单方妙用】

1. 冻疮初起(未溃者) 生姜60克捣烂,置于100毫升白酒中密闭浸泡3天,然后用棉签蘸药酒搽患处,连用7天。

2. 踝关节扭伤 生姜适量捣烂,混入食盐少许,外敷患处。该法活血散瘀,抗炎消肿,并长于止痛,对急性扭伤患者,敷用2~3次即可获愈。

3. 足癣 生姜片100克,食盐50克,清水适量,一同放入锅内煮沸10分钟,倒入盆内,待药液温度适宜时泡洗患足30分钟,每日1次,一般3~7次即可获愈,且愈后不易复发。

4. 狐臭(腋臭) 生姜30克,切碎,浸入100毫升75%医用乙醇(酒精)中密封7天,滤取药液贮瓶备用。每日2次用药酒涂腋部,连用7天即可见效。

5. 斑秃 切生姜3~5片(五分钱硬币大小),置于60度白酒60毫升中密封浸泡2天,以棉签蘸药酒搽患处,每日3次,每次搽涂1~3分钟。或用生姜直接涂亦可。

6. 龋齿牙痛 切1片生姜咬在患牙上,片刻牙痛即止。

7. 蜂蝎蜇伤 生姜捣烂敷伤处,可止痛消肿。

8. 受寒后引起的呕吐 生姜汁1汤匙(1汤匙约10毫升),蜂蜜2汤匙,加开水3汤匙调匀,煮沸后1次服下。

9. 妇女虚寒腹痛 生姜、红糖适量煎水服用。

10. 治消化不良 取姜粉3克,水煎,加醋少许,饭后趁热服下,日服3次。对寒性消化不良、食欲不振有良效。

11. 外感风寒 生姜30克,切细,加红糖、葱白,以开水冲泡,或煮沸,趁热



饮后,卧床盖被,具有解表发汗的作用。

12. 头皮屑 先用生姜轻轻擦洗头发,然后再用热姜水清洗头发,可有效防治头皮屑。

13. 生发防脱发 用生姜浓缩萃取液或者直接用生姜涂抹头发,其中的姜辣素、姜烯油等成分,可以使头部皮肤血液循环正常化,促进头皮新陈代谢,活化毛囊组织,有效地防止脱发、白发,刺激新发生长,并可抑制头皮痒,强化发根。

14. 急性细菌性痢疾 取鲜生姜 45 克,红糖 30 克左右,共捣为糊状,每天分 3 次服,7 天为 1 个疗程。

15. 白癜风 取生姜 1 块,切去 1 片,在患处擦,姜汁擦干,再切去 1 片,连续擦至局部皮肤知热为度,每天 3~4 次,至皮色正常为止。有人用此法治疗白癜风患者,效果确切,但必须治疗 2~3 个月,中途勿中断。

16. 声音嘶哑 鲜生姜 150 克左右,切碎后,加适量蜂蜜拌匀,服用时每次半匙,口含缓咽,每日 3 次。

17. 肩周炎 生姜 50 克洗净切片,放入 1 000 毫升沸水中煮沸 30 分钟。将两条干净毛巾浸入姜汤,然后拧干一条湿毛巾趁热敷在肩关节疼痛的部位,毛巾稍凉后更换另一条毛巾,热敷约 20 分钟即可。每天早晚 2 次,热敷 2~3 天可明显缓解肩部酸痛、活动受限的症状。

18. 晕船、晕车 美国和丹麦的科学家通过试验证实,生姜干粉可缓解晕动病之头痛、眩晕、恶心、呕吐等症状,有效率达 90% 左右,且药效可持续 4 小时以上。民间用吃生姜的办法防止晕车、晕船,有的用生姜片贴内关穴,有明显的防晕效果。

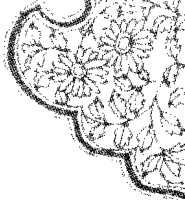
19. 口臭、牙周炎 生姜还有杀灭口腔致病菌和肠道致病菌的作用,用生姜水含漱治疗口臭和牙周炎,疗效显著。

20. 食鱼蟹中毒 鲜生姜 100 克,将姜洗净,捣烂取汁,顿服。与紫苏叶配伍应用效果更佳。

21. 月经不调 生姜粉 3 克,红糖 1 匙,与米酒 30 克同煮粥服,有温下通经之功效。

22. 轻度烧伤或烫伤 取适量生姜捣烂,绞汁,用消毒棉球蘸姜汁敷于患处,能够消炎退肿,消去水疱。对于轻度患者,一般敷 1 次即可见效。

【食疗保健】姜糖饮:生姜 10 克,红糖 15 克。生姜洗净,切丝,以沸水冲泡,盖 5 分钟,调入红糖,应有足够辛辣味,趁热顿服。服后盖被取汗。功能发



汗解表，温中和胃。主治风寒感冒，风寒咳嗽痰稀，鼻流清涕，头痛恶风者。

【用药提示】

1. 由于生姜辛温，故阴虚有热者及孕妇忌用。
2. 大量使用对机体也有一定毒性，故不可一次食入过多。
3. 置阴凉潮湿处贮存，或埋入湿沙内，防冻。



生姜的传说

传说二：唐朝时期，长安香积寺有个叫行端的和尚，夜间上山五台山砍柴，回寺后成了哑巴，人们相互议论不解其故。有的说这是让山上的妖魔给迷住了；也有的说是怕他讲出山上的真情将他弄哑了。这样一传，吓得众僧再也不敢上山砍柴了。

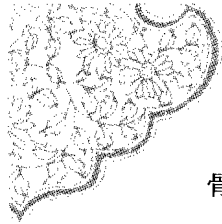
香积寺的方丈急忙带领众僧在佛前做了八十一天道场，让佛祖为行端驱魔，可是无济于事，行端仍不能说话。这时有个略懂医术的僧人德始提议让行端前去求医于长安城里一位医术高超的刘韬。

德始陪着行端来到长安，拜见了名医刘韬并详述了得病的缘由。刘韬经察颜望诊、号脉后说：“师傅先回，待我明日上山一观再行处方。”次日凌晨，刘韬来到山上，仔细观察后便胸有成竹地来到了香积寺，从药袋里取出一块生姜，对方丈说：“尊师放心，请那沙弥速将此药煎服，三五日内定能药到病除。”方丈虽让人将生姜给行端煎服，但心中总是怀疑，于是就有意挽留刘韬在寺中多住几日，以观疗效。且说时过两日，行端连服三剂姜汤，胸中郁积渐解，咽喉轻松爽利。又连服了三剂，竟能开口说话了，寺中众僧都惊讶不止。

方丈询问行端病因，刘韬说：“此乃沙弥误食山中半夏所致，用生姜一解，药到病除，并非什么妖魔所害。”众僧也除掉了心病，照旧上山砍柴。

白 芷

【药材简介】 本品为伞形科植物白芷或杭白芷的干燥根。又名：藟、芷、芳香、苻蒿、泽芬、碗、白藟、香白芷。主产于四川、浙江、河南等地。秋季采挖，晒干切片生用。味辛，性温。归胃、大肠、肺经。为辛温解表药。主要成分含挥发油、香豆素等。功能散风除湿，通窍止痛，消肿排脓。用于感冒头痛，眉棱



骨痛,鼻塞,鼻渊,牙痛,白带,疮疡肿痛。白芷还是一种常用的香料和作料。

【药理作用】 现代药理研究证明,白芷除了具有抗炎、解热镇痛、抗菌、抗癌等作用,还能改善局部血液循环,消除色素在组织中过度堆积,促进皮肤细胞新陈代谢,进而达到美容的作用。

【单方妙用】

1. 乳痛及乳头皲裂 乳头皲裂多发于哺乳期妇女,取生白芷 10 克,烘干研细粉,涂于患处,每日 3~4 次,连用 1~3 天。

2. 乳腺炎 白芷 30 克,研为细粉,加适量煮沸的食醋调成糊膏状。将其均匀涂于纱布上,贴敷于红肿的乳房上,外加塑料薄膜覆盖。每次贴敷 30~60 分钟,每日 2 次,3~6 天为 1 个疗程。

3. 牙痛 取白芷 100 克,冰片 2 克,浸泡于 75% 的医用乙醇中,加盖密封 10 天左右,用干棉球蘸药液置疼痛处,即可止痛。

4. 白癜风 白芷含有光敏活性物质,当光敏活性物质进入人体后,一旦受到日光照射或紫外线照射,则受照射白癜风病灶发生日光性皮炎、红肿、色素加深等反应,从而发挥治疗白癜风的作用。将白芷薄片或粗粉浸于 5~8 倍量 75% 乙醇中,7 日后即可应用。用棉签蘸取溶液涂于患处,每日中午在患处涂药后立即或停 10~20 分钟进行日光照射,时间 5~30 分钟。同时取白芷研末,每日 6 克,分 2 次冲服。

5. 小儿慢性肠炎 取白芷、干姜各 5 克,葱头 1 个,与适量蜂蜜共捣为糊状敷贴脐部。

6. 急性鼻窦炎 白芷 30 克,研粉,每次服 3 克,另取少许吹鼻腔。每日 1~2 次。

7. 偏头痛 白芷研为细粉,温开水冲服,每次 6 克,每日 3 次,连用 7~10 日。

【常用配伍或方剂】 白芷 30 克,薄荷、辛夷各 15 克,苍耳子 7.5 克(炒)。共研为粉,每次服 6 克,每日 3 次,用葱、茶汤送服。治疗鼻炎有良效。

【用药提示】

1. 阴虚血热者忌服。例如,形体消瘦,口燥咽干,潮热颧红,五心烦热,盗汗,小便短黄,大便干结,舌红少津少苔,脉细数等。

2. 置阴凉干燥处贮存,防蛀。

【食疗保健】 白芷为古老的美容中药之一,市场上以其为原料的化妆品和美容品层出不穷,而纯正的白芷,其美容效果更为显著,尤其对美白祛斑效