

茶

文化系列丛书

茶

疗

药

膳

(3)

吴树良 编著



中国医药科技出版社

登记证号：(京) 075 号

内 容 简 介

本书包括了茶疗与茶药膳两大内容，是一部研究以中国茶组方入药、介绍茶疗药膳在生活与临床上应用的专著。

书中荟集了民间秘、验、偏方等茶疗药膳方约 2000 条，涉及内、外、妇、儿、皮肤、五官、肿瘤、保健等各科的病症 400 余种。全书以病（证）统方，既有用法、功效及适应证的详细介绍，又有医理、药理及病理知识的阐释说明。

本书内容丰富，资料翔实，知识密集，系统全面，科学实用，不仅可供有关医务人员、茶叶研究和技术人员，尤其是从事茶叶深加工、综合利用研究的茶学科技工作者参考，而且是广大茶疗药膳爱好者以及大众日常保健生活的必备手册。

图书在版编目 (CIP) 数据

茶疗药膳③/吴树良编著. —北京：中国医药科技出版社，1999.8

(茶文化系列丛书)

ISBN 7-5067-2121-X

I. 茶… II. 吴… III. 茶叶-食物疗法 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 36580 号

中国医药科技出版社 出版
(北京市海淀区文慧园北路甲 22 号)
(邮政编码 100088)
世界知识印刷厂印刷
全国各地新华书店 经销

*

开本 850×1168mm 1/32 印张 13

字数 324 千字 印数 1—6000

1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷

定价：20.00 元

前言

在社会即将进入 21 世纪的今天，医学模式已经由单纯的“生物医学”发展为“生物-心理-社会-环境医学”，疾病谱也发生了重大的变化，人口趋向老龄化。在这样的社会演进中，许多慢性疾病、心身疾病等“时代富贵病”的防治正困惑着现代医学，全世界的人们在回归自然的探索中，把更多的视线转向了东方传统文化的奇葩——茶疗药膳。

所谓茶疗药膳，就是以茶或将茶与药食配合，酿为各种制剂（包括茶剂），以之治病、养生、对心身进行保健医疗。千百年来的临床实践和现代科学的大量研究表明：茶叶有甘苦之味、寒凉之性、清沁之香，既可食养酿佳饮，又可食治为良药。尤其是茶叶中的特效成分，对于新世纪疑难病症的防治极具针对性、先进性和独特性，因而它是当之无愧的跨世纪闪光的饮料。茶为万病之药。

本书在前人研究的基础上，从饮食、医学以及中国茶文化的角度对茶疗药膳做了深层次的研究与探索，其内涵、体例多有较大突破。茶疗药膳不同于一般的药茶

疗法,它其实是在我国劳动人民实践经验积累的基础上,经茶学家和医学家整理总结而形成的一种自然疗法。中国茶疗药膳学以哲学、医学和茶学理论为指导,融合了阴阳、经络、藏象、气血、精气神、茶德、茶道等学说思想的精华,体现了天人合一、人和社会合一、心行合一的整体观,具有调动人体生理和心理积极因素、扶正祛邪、康复颐养、预防和治疗相结合的特点,在保障人民身心健康的医疗卫生事业中发挥了重要作用。

全书除概论外,其余按内、外、妇、儿、皮肤五官、肿瘤、保健等科排列,涉及常见病症(证)400余种,详细地介绍各有关茶疗药膳制剂的组合配伍、辨证施治、制用服法、功效特点和适应证等。对部分较重要的、人们备加关注的章节条目还结合中医药学理论及现代研究的最新成果进行细致论述和客观评介,增加知识,丰富内涵,以利于实用操作。本书题材新颖,内容丰富,资料翔实,涉及面广,系统全面,寓科学性、知识性、实用性、文化性于一体,基本上反映了现代茶疗药膳发展所达到的应有水平。本书可供有关专业人员及茶疗药膳爱好者参考,也可作为茶叶综合利用以及居家生活必备手册。

茶疗药膳的优点是取材方便、无毒(无不良反应或不良反应极少)、效佳(祛疾防病的疗效可靠)、面广(医疗保健面极广)、便用,易为大众所接受。但茶疗药膳毕竟不同于其他治疗方法,其疗效捷迟快慢不一,有

些作用往往是在不知不觉中显示出来，有些只是诸多治疗方法中的配合措施。因此，读者在试用中绝不能断章取义，摒弃最有效的治疗方法，单纯依赖茶疗药膳，从而陷入“茶疗万能”的误区。

本书从资料收集、整理、到撰写、定稿，虽然费时良多，几易其稿，但限于水平，书中仍不免有错误和疏漏之处，敬请广大读者朋友和有关专家前辈批评指正。在编写过程中，曾参阅了大量文献资料，已将主要的参考文献名目列于书后，特此向有关专家、学者谨致谢忱！本选题的研究一直得到浙江大学著名茶学专家童启庆教授的大力支持和热情指导，借此机会表示深切的感谢！

吴树良

1999 年 5 月 1 日

目 录

第一章 妇 科

1-1 痛经	1
1-2 闭经	4
1-3 月经不调	9
1-4 倒经	15
1-5 功能性子宫出血	17
1-6 带下病	18
1-7 妊娠呕吐	20
1-8 羊水过多	22
1-9 流产	23
1-10 妊娠水肿	26
1-11 产后腹痛	27
1-12 产后恶露不绝	28
1-13 产后出血	30
1-14 产后晕厥	31
1-15 产后排尿异常	32
1-16 产后便秘	33
1-17 产后痢疾	34

1-18	产后泄泻	35
1-19	产后发热	36
1-20	产后中风	39
1-21	产后缺乳	40
1-22	产后杂症	41
1-23	外阴瘙痒	45
1-24	外阴溃疡	46
1-25	子宫脱垂	47
1-26	回乳	48
1-27	盆腔炎	49
1-28	更年期综合征	50
1-29	妊娠高血压综合征	53
1-30	脏躁	54
1-31	其他	55

目

录

第二章 儿 科

2-1	小儿感冒	59
2-2	发热	66
2-3	咳嗽	71
2-4	哮喘病	72
2-5	支气管炎	77
2-6	肺炎	80
2-7	百日咳	83
2-8	呕吐	87
2-9	腹泻	88
2-10	小儿痢疾	100

2-37 乳蛾	146
2-38 其他	146

第三章 皮 肤 科

3-1 带状疱疹	150
3-2 疣	152
3-3 脓疱疮	154
3-4 痤疮	155
3-5 疥疮	157
3-6 虱病	158
3-7 虫咬皮炎	159
3-8 脂溢性皮炎	160
3-9 药物性皮炎	161
3-10 接触性皮炎	163
3-11 稻田性皮炎	165
3-13 神经性皮炎	168
3-13 银屑病	170
3-14 瘙痒病	171
3-15 白癜风	173
3-16 黄褐斑	174
3-17 雀斑	175
3-18 老年脂褐质斑	176
3-19 紫癜	177
3-20 脱发	178
3-21 早年白发	180
3-22 结节性红斑	181

4-9	迎风流泪	232
4-10	睑缘炎	234
4-11	麦粒肿	236
4-13	沙眼	237
4-13	胞睑振跳	238
4-14	视神经萎缩	239
4-15	其他目疾	240
4-16	急性鼻炎	243
4-17	慢性鼻炎	245
4-18	萎缩性鼻炎	249
4-19	过敏性鼻炎	249
4-20	鼻窦炎	251
4-21	鼻息肉	255
4-22	酒渣鼻	256
4-23	鼻源性头痛	259
4-24	鼻出血	260
4-25	其他鼻疾	262
4-26	耳源性眩晕	262
4-27	中耳炎	264
4-28	耳鸣耳聋	266
4-29	其他耳疾	269
4-30	白喉	271
4-31	急性咽炎	272
4-32	慢性咽炎	276
4-33	急性喉炎	279
4-34	慢性喉炎	282

5-9	大肠癌	346
5-10	胆囊癌	351
5-11	胰腺癌	352
5-13	乳腺癌	353
5-13	子宫颈癌	357
5-14	前列腺癌	360
5-15	睾丸肿瘤	362
5-16	肾癌	364
5-17	膀胱癌	366
5-18	恶性淋巴瘤	370
5-19	恶性骨肿瘤	371
5-20	甲状腺肿瘤	372
5-21	皮肤癌	374
5-22	白血病	376
5-23	艾滋病	378
5-24	其他	380
附录	茶叶在畜牧兽医中的应用	389
	参考文献	397

目

录

第一章 妇 科

1-1 痛 经

痛经是在经行之际或行经前后出现的小腹痛,有时痛引腰骶,伴发恶心呕吐、冷汗淋漓,甚至会出现昏厥休克。一般都在经血畅流后,少数在有膜状物排出后,腹痛缓解。一般未婚或未孕妇女易于发生,再就是身体虚弱、有慢性病、精神紧张、感觉过敏的妇女,也常有痛经。如果行经期小腹有轻微不舒,不影响工作与学习,则不属痛经范畴。痛经有原发性与继发性二种类型。

方 1

【主治】 经期下腹疼痛、腰痛。

【配方】 粗茶叶 3 克, 芝麻 2 克, 盐 1 克。

【用法】 将茶叶用沸水冲泡, 加入碾碎的芝麻盐, 从经前 2~3 天起, 每天服饮 5~6 次。

【功效】 益脾肾, 通血脉。

方 2

【主治】 痛经气滞血瘀型: 证见小腹胀痛。腹痛拒

按，经行不畅，经色紫暗，夹有血块，块下痛减，经后腹痛消失，胸胁乳胀，面色暗滞，情绪抑郁，苔薄，舌质紫，舌边有瘀点，脉弦。

【配方】 绿茶 1 克，泽兰 15 克。

【用法】 将绿茶与泽兰一同放入茶杯中（有磁化杯则更佳），用刚烧沸的开水冲泡，盖浸 5 分钟服饮。如用磁化杯冲泡，则于 30 分钟后服用。

【功效】 健脾舒肝，活血化瘀，通经止痛。

【按语】 方中泽兰性微温，味苦、甘、辛，气味清香，有活血化瘀、通经行水的功效。《新编中医学概要》载：“泽兰活血，散瘀，通经行水，主瘀滞经痛，月经不调，闭经，产后血瘀，肝郁胁痛，跌打积瘀，疮痈肿毒。”此茶适合于体格素质尚健的气滞血瘀型痛经患者服用。

方 3

【主治】 气滞血瘀所致的通经，量少、腹胀痛、经色黯或挟块，或闭经。

【配方】 红茶 3 克，玫瑰花、月季花各 9 克。

【用法】 研粗末。以沸水冲泡盖浸 10 分钟，不拘时温饮。每日 1 剂，连服数天。以于行经前几天服为宜。方中“两”若用鲜品，量加倍。

【功效】 活血调经，理气止痛。

方 4

【主治】 小腹冷痛，妇女痛经等。

女
科

【配方】 茶叶 2 克，炮姜 3 克，红糖 10 克。

【用法】 以沸水冲泡，盖浸片刻代茶服饮。

【功效】 补中缓肝，活血祛湿，散寒止痛。

【按语】 本方适用于寒湿凝滞型痛经，症见经前，经行时小腹冷痛，得热则舒，经行量少，经色紫色夹有血块，形寒身楚，面色苍白，苔薄白，脉沉紧等。

方 5

【主治】 痛经，以及大便不通、小腹冷痛等症。

【配方】 茶叶 6 克，红糖 10 克。

【用法】 开水冲泡 5 分钟服饮。每日饭后 1 杯。

【功效】 补中缓肝，活血散瘀。

方 6

【主治】 痛经。

【配方】 绿茶 1.5 克，山楂片 25 克。

【用法】 加水 400 毫升，煎沸 5 分钟，服饮。

【功效】 活血散瘀，消滞止痛。

方 7

【主治】 原发性痛经，高血压、肾炎水肿。

【配方】 绿茶 1 克，益母草干品 20 克。

【用法】 沸水冲泡盖浸 5 分钟，痛经时代茶饮。

【功效】 活血调经，降压利水。

方 8

【主治】 月经不调，痛经，闭经等。

【配方】 茶叶（以红茶为佳）6 克，川芎 3 克。



闭经

4