



【一目了然学中医丛书】

# 99味常用中药入门

林政宏博士 编著



广东省出版集团  
广东科技出版社  
· 广州 ·

## 图书在版编目 (CIP) 数据

99味常用中药入门/林政宏编著. —广州: 广东科技出版社, 2007. 7

(一目了然学中医丛书)

ISBN 978-7-5359-4284-5

I. 9… II. 林… III. 中药学—基本知识 IV. R28

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第031377号

广东科技出版社获得授权在中国大陆地区出版发行本书的中文 (简体字) 版。版权所有, 侵权必究。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19-2007-23号

---

责任编辑:李鹏 黄铸 杨柳青

封面设计:李康道

责任校对:山林

责任印制:严建伟

出版发行:广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码:510075)

E-mail:gdkjzbb@21cn.com

http://www.gdstp.com.cn

经 销:广东新华发行集团股份有限公司

印 刷:佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码:528225)

规 格:889mm×1230mm 1/32 印张8 字数160千

版 次:2007年7月第1版

2007年7月第1次印刷

印 数:1~10000册

定 价:35.00元

---

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

# 序

中药的运用，少说也有上千年的历史，中药之所以能世代相传而不衰，说明中药的确具有一定的功效。然而，在一般大众的观念中，对于中药的概念似懂非懂，好像人人皆懂一点，却又很少有人能说个明白。

以四物汤为例，此方是妇女最为钟爱的补血方剂。可是，服用四物汤出现问题的人却不在少数，这是为什么呢？

这是因为四物汤的组成为当归、川芎、白芍、熟地，方中的当归与川芎的药性十分温燥，如果因外感未愈，或实热体质，或严重便秘者，原本应当解表发汗，或是清泻里热，或是通便消滞，却反而误服四物汤，不仅达不到温补的效果，反而会导致里热更盛，气血壅塞，怎么会不出问题呢！

再以生化汤为例，在道听途说之下，此方仿佛成了妇女产后必服圣品，中药被误用、滥用的程度由此可见。岂不知，生化汤能活血行瘀，药性为泻多于补，如果平素体弱者服用过量或者是正常人长期服用，也会耗伤气血，严重时甚至会导致出血不止。

曾有报导，有人欲图养颜美容，三餐皆以山药为主食，长期服用后却反而出现水肿等副作用。

以上说明，即使是山药这种原本为平和滋阴之品，如果用之不当，同样会带来祸害。服用中药，岂能轻率马虎。

人心总趋吉而避凶，笔者认为，中药之所以经常被误用，主要是因为一般人只知其利而不知其害所致。因此，如果要正确地服用中药，就必须掌握中药的药性。事实上，中药药性的内容，是古人积累了长期的经验才总结出来的，主要包括有：四性五味、升降浮沉、药性归经以及毒性大小等内容。

如果不明白药性而胡乱用药，就会适得其反。

同样地，用药如同用兵，即使医者能察言观色，脉诊细微，断病如神，却不懂药性，就如同统帅胡乱用兵，杀敌三千而自损一万，岂不是得不偿失吗？

在本书编写过程中，笔者收集临床最为常用的中药，列举解表药、清热药等18种类型中最具有代表性的药物，并且特别加强其主治功效的解说，这些主治功效的解说都来自于历代医家的经验与用

药心得，笔者将其综合来说明，盼能有助于读者对于药性的理解与运用（为免繁琐，笔者不一一标注其来源出处）。

比如，虽然黄芩与杜仲的主治功效都能安胎，但黄芩并不是直接起到补益安胎的作用，而是通过清散邪热使邪热除，则胎自能安；而杜仲则是通过直接温补肾阳来安胎。这两者的作用机理截然不同，一清一补，如果误用，给原本肝肾亏损者服用黄芩，将会导致气血更为亏损；给原本里热未清者服用杜仲，将会导致里热更为炽盛。

又如，虽然香附与半夏皆能治疗胸闷，但香附是以行气通滞来治疗胸闷，而半夏并非行气活血药，其治疗胸闷主要是通过化痰散结，使郁积之气机得以通畅，气血可以畅达，则胸闷自消。如果不明白这两者的差异，颠倒使用，则祸害将随之而至。

因此，学习中药的药性，必须充分了解每味药的特性，药物的特性包括了药物的药用部位、药性的升降浮沉、四气（寒、热、温、凉）与五味（酸、苦、甘、辛、咸）、归属的经络与主治的功效。

以黄芩、黄连、栀子为例，三者皆为清热药，性味皆为苦寒，但是由于药性的归经不同，药性的升降浮沉也不同，因此在主治功能上，黄芩（药用部位为根茎）以清上焦热为主，黄连（药用部位为根茎）以清中焦热为主，栀子（药用部位为果实，气味芬芳轻扬）以散气去郁热为主。

笔者特别提醒读者，每味中药都有其功效也有其副作用，即使甘草、大枣、生姜、山药这些最普通的药也不例外。如前所述，中药药性的内容，是古人积累了长期的经验才得出的，其中所蕴藏育的内涵，如果不用心思考其用法，如果不亲自煎服试尝其性味，则不能明白其中之巧妙。

总之，药贵专精，药不在多，而在于精。此书所挑选的药味虽不多，但在临床上极为常用，读者如果能用心研究，仔细分辨每味药的差异，举一反三，在临床用药时，就不会混淆不清，误人误己。

林政宏博士



# 前 言

## 中药的渊源——历代本草学的代表性著作

### (1) 秦汉(公元前221年~公元220年)

《黄帝内经》，最早论述了药物的四气五味、升降浮沉以及药物配伍原则等内容，并且记载有13首药方。

《神农本草经》，总结了战国以来数百年的用药经验，为现存最早的一部本草著作，该书共载药物365种，其中包括植物药252种、动物药67种、矿物药46种。每一药物记述了性味、有毒无毒、主治(功用)、别名和生境等。

### (2) 三国两晋南北朝(公元220年~公元581年)

《名医别录》，南北朝梁代陶弘景所著，共3卷，分上、中、下三品收载药物730种，除了补充、订正《神农本草经》365种外，其余均为新增。对于药物的性味、主治功效的记载更切合实际，有较高的临床实用价值，地位仅次于《神农本草经》而受到后世的重视。

《本草经集注》，南北朝梁代陶弘景所著，全书分序例和药物两部分。序例注释了《神农本草经》的序例，并增补了许多药物采收、鉴别、炮制和配制方法、临证用药等，并且首创以药物自然属性的分类法，将药物分为玉石、草木、虫兽、果、菜、米食及有名未用7类。

《雷公炮炙论》，南北朝刘宋时雷氏所著，记载约300种药物，总结了在此以前药物的炮制加工，对辅料的应用更为考究。后世所谓炮制十七法都是在此基础上发展而来的。

### (3) 隋唐五代(公元581年~公元960年)

《新修本草》，苏敬等编纂，该书对《本草经集注》所载的400多种药物进行了考证，对唐朝以前的本草进行了整理修订。全书分为本草、药图、图经三部分，记载约844种药物，以图文并行的编写方式来对药物的形态加以描述，开创了本草著作的先例。

《本草拾遗》，陈藏器编撰，对《新修本草》作了重要订正，新增药物692种，大多来自民间。他将药物分为宣、通、补、泄、

轻、重、滑、涩、燥、湿等“十剂”，较“上、中、下三品”的分类方法更适于临床应用。

#### (4) 宋代(公元960年~公元1279年)

《经史证类备急本草》，简称《证类本草》，民间医家唐慎微所撰，为集北宋以前本草之大成的巨著，共载药1748种，书中对于所引文献，均注明了来源出处，因而“使诸家本草及各药单方垂之千古，不致沦没”。

#### (5) 金元(公元1115年~公元1368年)

《珍珠囊》，张洁古所撰，结合《黄帝内经·素问》的理论，论述100种药物的气味厚薄、阴阳、升降浮沉、补泻、归经、引经报使以及主治功效。创制了“脏腑标本用药”，对于临床用药有很大的助益。

#### (6) 明代(公元1368年~公元1644年)

《本草纲目》，李时珍所撰，共52卷，收载药物1892种，其中新增者为374种，附有药图1109幅，所附方剂11000多首，是16世纪以前本草学的全面总结。该书“从微至巨”、“从贱至贵”的自然属性分类法，是当时最为先进的分类法；对所涉及植物、动物、矿物等类药物的功用、药理作了广泛的论述。

清代以来，中西交流逐渐频繁，在西方医药学理论大量输入后，由于清朝国力日益衰退，中医学又存在着明显差异的影响下，本草学的内容虽然略有所增修，但与西医学的蓬勃发展相比，似乎已经显得日薄西山。



作者：林政宏博士

学历：

- 台湾高雄医学大学药学硕士
- 中国国际针灸师
- 广州中医药大学医学博士

著作：

- 《中医入门一学就通》
- 《黄帝内经一学就通》
- 《脉诊一学就通》
- 《濒湖脉学一学就通》
- 《图解针灸一学就通》
- 《针灸甲乙经一学就通》
- 《一目了然学方剂》
- 《中医养生 洞悉肥胖症与高脂血症》
- 《99味常用中药入门》
- 《图解中医诊断入门》
- 《图解伤寒论》
- 《金匱要略一学就通》
- 《续99味常用中药入门》





# 目 录

第1章 中药的药性 .....	1
第2章 药性说明及药物个论 .....	7
<b>第1节 解表药</b> .....	9
1. 桂枝 .....	10
2. 麻黄 .....	12
3. 柴胡 .....	14
4. 防风 .....	16
5. 葛根 .....	18
6. 薄荷 .....	20
7. 菊花 .....	22
8. 生姜 .....	24
9. 白芷 .....	26
<b>第2节 祛风湿药</b> .....	29
1. 独活 .....	30
2. 羌活 .....	32
3. 秦艽 .....	34
4. 豨莶草 .....	36
5. 木瓜 .....	38
6. 全蝎 .....	40
7. 蜈蚣 .....	42

第3节 化痰药 .....	45
1. 半夏 .....	46
2. 桔梗 .....	48
3. 枇杷叶 .....	50
4. 杏仁 .....	52
5. 贝母 .....	54
6. 白芥子 .....	56
7. 旋覆花 .....	58
第4节 芳香化湿药 .....	61
1. 砂仁 .....	62
2. 白豆蔻 .....	64
3. 苍朮 .....	66
4. 藿香 .....	68
第5节 利水渗湿药 .....	71
1. 茯苓 .....	72
2. 泽泻 .....	74
3. 防己 .....	76
4. 车前子 .....	78
5. 土茯苓 .....	80
6. 木通 .....	82
7. 滑石 .....	84
第6节 清热药 .....	87
1. 黄芩 .....	88
2. 黄连 .....	90
3. 栀子 .....	92

4. 连翘 .....	94
5. 夏枯草 .....	96
6. 茵陈 .....	98
7. 龙胆草 .....	100
8. 牡丹皮 .....	102
<b>第7节 活血化瘀药</b> .....	105
1. 丹参 .....	106
2. 牛膝 .....	108
3. 三七 .....	110
4. 泽兰 .....	112
5. 延胡索 .....	114
6. 桃仁 .....	116
<b>第8节 理气药</b> .....	119
1. 陈皮 .....	120
2. 厚朴 .....	122
3. 香附 .....	124
4. 乌药 .....	126
<b>第9节 温里药</b> .....	129
1. 附子 .....	130
2. 干姜 .....	132
3. 肉桂 .....	134
4. 小茴香 .....	136
<b>第10节 补气药</b> .....	139
1. 人参 .....	140
2. 黄芪 .....	142



3. 西洋参 .....	144
4. 党参 .....	146
5. 甘草 .....	148
6. 白朮 .....	150
7. 大枣 .....	152
<b>第11节 补血药</b> .....	155
1. 当归 .....	156
2. 川芎 .....	158
3. 阿胶 .....	160
4. 鸡血藤 .....	162
<b>第12节 补阳药</b> .....	165
1. 续断 .....	166
2. 巴戟天 .....	168
3. 杜仲 .....	170
4. 菟丝子 .....	172
5. 鹿茸 .....	174
6. 海龙 .....	176
<b>第13节 补阴药</b> .....	179
1. 鳖甲 .....	180
2. 龟板 .....	182
3. 天麻 .....	184
4. 山茱萸 .....	186
5. 何首乌 .....	188
6. 熟地 .....	190
7. 沙参 .....	192

8. 麦门冬 .....	194
9. 酸枣仁 .....	196
10. 五味子 .....	198
11. 白芍 .....	200
12. 枸杞子 .....	202
13. 知母 .....	204
14. 山药 .....	206
<b>第14节 止血药</b> .....	209
1. 茜草根 .....	210
2. 地榆 .....	212
<b>第15节 消食药</b> .....	215
1. 山楂 .....	216
2. 莱菔子 .....	218
3. 鸡内金 .....	220
<b>第16节 安神药</b> .....	223
1. 龙骨 .....	224
2. 牡蛎 .....	226
3. 远志 .....	228
<b>第17节 泻下药</b> .....	231
1. 大黄 .....	232
2. 芒硝 .....	234
<b>第18节 润下药</b> .....	237
1. 郁李仁 .....	238
2. 火麻仁 .....	240



# 第1章 中药的药性

在临床治疗时，由于单味药物的疗效往往缓不济急，古人发现，如果将数种药物互相配伍，不仅能加强彼此的疗效，也能减少药物本身的毒副作用。

因此，如果要能正确地配伍中药，就必须掌握中药的药性，也就是四性五味、升降浮沉、药性归经以及药物本身质地的轻、重、润、燥等性质。

## 1. 四性：

寒、凉、温、热



四性，又称四气，是指中药可以分为寒、凉、温、热4种属性。

中药的四性，通常又有强、弱、缓、急的区别。比如，同属为寒性，就有微寒、寒、大寒之分。

中药的四性中，寒凉与温热是两种对立的属性。也就是说，寒与凉是同一性质，热与温也是同一性质。凉次于寒，温次于热。

此外，有些中药属于平性，即药性平和，也就是说，寒热的属性并不显著。

寒凉药：通常具有清热、泻火、解毒、凉血、滋阴等作用，能够治疗热证的药物，称为寒凉药。

温热药：通常具有散寒、温里、助阳的作用，能够治疗寒证的药物，称为温热药。

平性药：不论是寒证或热证均可以服用的药物，称为平性药。

## 2. 五味：

酸、苦、甘、辛、咸





五味，是指中药可以分为酸、苦、甘、辛、咸5种不同的味道。除此以外，另有淡味与涩味。有些学说认为，淡为甘的余味，有“淡附于甘”之说；而涩味与酸味的作用比较类似，因而把涩味附于酸味上。

“辛”：具有发散解表，活血行气的作用，用于外感表证，以及气滞血瘀等证。

“甘”：具有滋补和中，调和药性，以及缓急止痛的作用，用于体虚，拘急疼痛以及中毒等证。

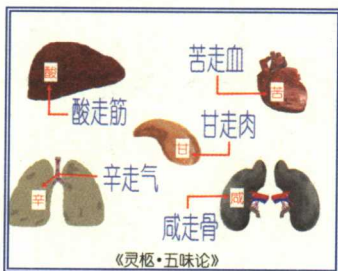
“酸”：具有收敛固涩的作用，用于自汗盗汗、久咳久泻、遗尿遗精、崩漏、带下等证。

“苦”：具有清热燥湿、泻火、降逆下气、坚阴益阴等作用，用于湿热证以及阴虚火旺等证。

“咸”：具有软坚散结，泻下通便的作用，用于痞块硬满、大便燥结等证。

“淡”：具有渗淡利湿的作用，用于水湿停聚、水肿、小便不利等证。

“涩”：与酸味的功效类似。







如果不明白中药的四气五味，大量或长期服用，就会使得体内的气血阴阳失衡，通常症状表现为：

- 寒凉太过，则容易损伤阳气；
- 温热太过，则容易损伤阴液；
- 辛味太过，则容易耗气伤阴；
- 甘味太过，则容易滋腻助湿而妨碍消化；
- 酸味太过，则容易收敛痰湿邪气；
- 苦味太过，则容易伤津败胃；
- 咸味太过，则容易伤血动血；
- 淡味太过，则容易渗湿利水而伤津。

### 3. 升降浮沉：



人体气机运行的升降浮沉，从方向讲，从足向上至头为升，从头向下至足为降，由里出于肌表为浮，由肌表入于里为沉。

如果人体一旦气机运行出现紊乱，便会发生疾病。因此，中医学认为，与人体气机运行相对应，中药的药性也具有升、降、浮、沉的特性，可以用来调整人体紊乱的气机。

升：是指药物具有升提的功能，可以治疗病势下陷的病证；

降：是指药物具有下降、降逆的功能，可以治疗气火上逆的病证；

浮：是指药物具有上浮、外散的功能，可以治疗在上、在表的病证；

沉：是指药物具有下行、泄利的功能，可以治疗在下、在里的病证。

