

茶

文化系列丛书

茶

疗

药

膳

(2)

吴树良 编著



中国医药科技出版社

茶文化系列丛书

茶疗药膳②

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②/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 7-5067-2120-1

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 36578 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 19.25

字数 482 千字 印数 1—6000

1999 年 8 月第 1 版 1999 年 8 月第 1 次印刷

定价：29.00 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

• 4 • 茶疗药膳

1-70	胸痛	363
1-71	心功能不全	365
1-72	心肌炎	368
1-73	冠心病	370
1-74	风心病	378
1-75	肺心病	379
1-76	心脏病	383
1-77	原发性高血压	385
1-78	高脂血症	392
1-79	中风	403
1-80	三叉神经痛	408
1-81	坐骨神经痛	409
1-82	痰饮	410
1-83	积聚	411
1-84	腹胀	413
1-85	郁证	417
1-86	厥证	427
1-87	颤证	430
1-88	痿证	431
1-89	痉证	432
1-90	痹证	438
1-91	汗证	442
1-92	血证	444
1-93	虫证	454
1-94	淋证	455
1-95	痰证	461

目

录

1-96	肾盂肾炎	463
1-97	肾功能不全	464
1-98	急性肾炎	466
1-99	慢性肾炎	469
1-100	水肿	473
1-101	泌尿系结石	477
1-102	癃闭	480
1-103	尿浊	482
1-104	尿频	483
1-105	遗精	485
1-106	阳痿	487
1-107	早泄	490
1-108	不射精症	492
1-109	酒醉	493
1-110	戒烟	496
1-111	中暑	500
1-112	中毒	506
1-113	晕动症	520
1-114	缩阳症	522
1-115	其他	522

第二章 外 科

2-1	疔	526
2-2	痈	528
2-3	疗疮	530
2-4	丹毒	532

2-5	肌肉深部多发性脓肿	533
2-6	急性颌下化脓性淋巴结炎	534
2-7	颈淋巴结结核	535
2-8	化脓性骨髓炎	536
2-9	肾结核	537
2-10	乳腺炎	538
2-11	前列腺炎	540
2-12	前列腺肥大	541
2-13	血栓闭塞性脉管炎	542
2-14	痔疮	545
2-15	肛瘘	547
2-16	脱肛	549
2-17	疝气	551
2-18	胆道蛔虫病	552
2-19	烧伤	552
2-20	蛇虫咬伤	559
2-21	破伤风	561
2-22	阑尾炎	564
2-23	软组织损伤	566
2-24	脑外伤综合征	570
2-25	腰部内伤	572
2-26	落枕	573
2-27	膝关节退变骨关节炎	574
2-28	股骨头缺血性坏死	576
2-29	尾痛症	576
2-30	肩周炎	577

第一章 內 科

1-1 发 热

凡因各种原因导致机体体温升高，超过正常范围者，皆称为发热。一般正常人口腔体温在 $36.2 \sim 37.2^{\circ}\text{C}$ 之间，较为稳定，若高于这个范围便为发热。在临床上多分为感染性发热和非感染性发热两类。前者较为常见，如各种细菌、病毒引起的感染、炎症，包括多种传染病如伤寒、副伤寒、病毒性肝炎、流行性乙型脑炎等；后者多因坏死物质吸收、变态反应、代谢障碍、体温调节中枢失常、神经功能紊乱所致，如心肌梗死、恶性肿瘤，类风湿关节炎、脱水、中暑、甲亢、脑血管疾病等。

中医学将发热分为外感发热和内伤发热两类，外感多因风寒、风热、暑湿等外邪侵袭，表卫不和所致，常伴有恶寒头痛等表证；内伤者因气血阴精亏虚、脏腑功能失调引起，包括肝郁、气虚、血瘀、血虚、阴虚几类，一般无表证，临床多表现为低热等。

方1

【主治】泌尿系感染发热。

【配方】 绿茶2克，沙梨250克（洗净连皮切片）。

【用法】 将沙梨加水 1000 毫升煮沸，然后加入绿茶，分 4 次温饮。每日服用 1~2 剂。

方7

【主治】痢疾发热发渴。

【配方】 细茶 30 克，乌梅（水洗，剥去核晒干）30 克。

【用法】 为末。用生蜜捣作丸，弹子大。每服 1 丸，以冷水送服。

方 8

【主治】 风寒发热。

【配方】细茶6克，薄荷叶3克，生姜汁3克，白糖10克。

【用法】以沸水冲泡服饮，每日1~2次，连服3天。

方9

【主治】 发热及虚汗。

【配方】 热浓茶 40 毫升，萝卜汁 3 小酒杯，姜汁 1 小杯，酱油 1.5 杯。

【用法】共搅拌均匀温饮。同时，在睡觉前用纱布沾热姜汁擦拭身体，对于虚汗的治疗具有很好的功效。

方 10

【主治】中暑发热，口渴烦躁，小便不利等。

【配方】 绿茶适量，苦瓜1个。

【用法】将苦瓜上端切开，挖去瓢，纳入绿茶，把瓜挂于通风处阴干。取下洗净，连同茶叶切碎，混匀，每次取10克以沸水冲泡盖浸半小时，服饮。每日1~2次，不拘时代茶频饮之。

【功效】清热、解毒，去暑、除烦。

【按语】苦瓜性寒味苦，入心、脾、胃三经，功主清暑涤热、解烦止渴，常用于治疗热病烦渴引饮、中暑、痢疾、痈肿丹毒等症。苦瓜佐绿茶，旨在加强其清热利湿、清心涤烦、生津止渴之力。对于长期不规则发热患者，也宜每日取小剂量约5克以沸水泡茶饮用，可收良效。

方 11

【主治】功能性低热，尤其对血虚低热者有独到的功效，长期低烧又查不出原因的患者，宜常饮此茶作辅助治疗。

【配方】绿茶1~2克，青蒿10~15克。

【用法】取青蒿快速洗净、除去灰尘，滤干，与绿茶一起放入杯中，用刚沸开的滚水冲泡大半杯，盖浸5分钟服饮。头汁饮之快尽，略留余汁，再泡再饮，直至冲淡为止。

方 12

【主治】冒暑，头痛，口渴，恶心，尿黄少。亦用于内热，心烦头晕、口苦、尿黄等症。

【配方】好茶30克，绿豆粉10克，苦参10克，