

# 云南常用

YUNNAN CHANGYONG ZHONGCAOYAO

# 中草药

## 单验方荟萃

D A N Y A N F A N G      H U I C U I

◎ 刘毅 陈羲之 编著



云南出版集团公司  
云南科技出版社

· 昆明 ·



## 自序

民族民间医药是中医学的根，是中国医学得以不断发展的重要组成部分。正确使用中草药及其单方验方，就地取材防病治病，具有简、便、廉、验的适宜技术优势，历来深受广大群众的喜爱。“单方治大病”之说，是一直缺医少药的基层老百姓根据自身条件防治疾病的体验，也是今后很长时间内发展和巩固“新型农村合作医疗站”的必由之路，因为它能降低医疗成本，提高治疗效果。因此，学习和应用中草药，对广大基层医生而言是必要的。同时，开发新药，打造云药产业，离开基层对中草药、民族药的大量实践运用，而依靠少数专家闭门造车，实践证明是不可能的。

笔者自1975年担任大队合作医疗站“赤脚医生”，自学中医药及中草药至今，不觉已三十二年有余。其间作为最后一届“工农兵学员”毕业于云南中医学院中医系；在云南省卫生厅中医药管理处作过公务员；而最长的时间是从事中医药中专和大专的教学工作，临床则一直是工作和教学之余的主要活动之一。

因为喜欢，所以几十年如一日学习、采认和运用中草药防治疾病，并以“中草药与临床”作为中医专业的特色课程，施教于玉溪卫生学校、云南省卫生学校和云南医学高等专科学校，受



益者遍及全省各地，可谓桃李满省域。

每逢假期则与陈羲之先生行走于全省各地，跋山涉水，采集标本或向民间医生学习、交流中草药的使用方法和经验，不觉间居然竟收录药用植物标本千余种，临床应用也有了一些心得。值目前国家重视中医、民族医药事业的发展和云南省提出“打造云药产业”的大好时机，我们认为该是总结的时候了，遂有了出书的念头，遂有此序和此书。

本书选择云南省各地常用中草药200种，目录名称为云南多数地方习用的名称，并附上科种、生长环境、省内分布、性味功效、主治用法和常用单验方，供有兴趣的读者参考使用。

本书所谓单方即单味药物的应用，是最基本的药物用法。复方是在单方基础上发展起来的；验方是指针对某种疾病，用于不同的病人，不需辨证加减而大多具有良好疗效的固定处方。

另外，书中药物用量为干品成人一日量，内服酒剂酒精度以45° 以下为宜，泡酒量以浸过药面1~2厘米为宜，后不赘述。

刘毅



## 前言

云南省素有“药物王国”之美称，仅药用植物就有6000余种。数千年来，云南各族人民利用这一宝贵资源，在驱除病魔、维护健康的漫长岁月中，总结积累了丰富的医药知识，特别是民间广博的中草药实践经验，是未来天然药物开发的巨大潜力。普及中草药知识和学习运用中草药，充分利用云南的药物资源，服务于群众并为对中草药资源的合理开发打下良好基础，使之能成为西部大开发中云南省一个经济增长点，是云南每一个基层卫生工作者的基本职责之一。

宣传、普及中草药知识和运用中草药防病治病，是加强和巩固新型农村合作医疗工作的一个重要手段，是每一个中医和民族、民间医药人员的基本职责，我们编写此书的目的亦在于此。

# 目录



1. 一枝蒿 / 1
2. 一把箴 / 2
3. 一点红 / 3
4. 一口血 / 4
5. 一颗血 / 5
6. 一朵云 / 6
7. 七叶莲 / 7
8. 八仙草 / 8
9. 九子 / 9
10. 九头狮子草 / 10
11. 九头狮子草 / 11
12. 大叶千斤拔 / 12
13. 大红袍 / 13
14. 大夜关门 / 14
15. 小柿子 / 15
16. 小报春 / 16
17. 小麻药 / 17
18. 小功劳 / 18
19. 小红参 / 19
20. 小红藤 / 20
21. 小草乌 / 21
22. 小通草 / 22
23. 小地扭 / 23
24. 小黑药 / 24
25. 小金梅草 / 25
26. 小果倒地铃 / 26
27. 大麻疙瘩 / 27
28. 马蹄香 / 28
29. 马兰 / 29
30. 马蓝 / 30
31. 山稗子 / 31
32. 山红花 / 32
33. 山栀子 / 33
34. 飞扬草 / 34
35. 飞龙掌血 / 35
36. 土千年健 / 36
37. 土茯苓 / 37
38. 千里光 / 38
39. 三角咪 / 39
40. 三丫苦 / 40
41. 川滇变豆菜 / 41
42. 牛至 / 42
43. 天门冬 / 43
44. 天胡荽 / 44
45. 木豆 / 45
46. 水金凤 / 46





47. 水蜈蚣 / 47  
48. 火索麻 / 48  
49. 丹参 / 49  
50. 云芝 / 50  
51. 五味子 / 51  
52. 毛野丁香叶 / 52  
53. 升麻 / 53  
54. 勾藤 / 54  
55. 凤仙花 / 55  
56. 白侧耳 / 56  
57. 白草莓 / 57  
58. 白牡丹 / 58  
59. 白毛夏枯草 / 59  
60. 白檀根 / 60  
61. 白牛胆 / 61  
62. 白花地丁 / 62  
63. 白及 / 63  
64. 白叶火草 / 64  
65. 白绿叶 / 65  
66. 对节巴 / 66  
67. 龙葵 / 67  
68. 石椒草 / 68  
69. 石香薷 / 69  
70. 头花蓼 / 70  
71. 四方蒿 / 71  
72. 玉竹 / 72  
73. 仙鹤草 / 73  
74. 叶上花 / 74  
75. 叶下花 / 75  
76. 叶下珠 / 76  
77. 田螺 / 77  
78. 生藤 / 78  
79. 艾纳香 / 79  
80. 兰岩参菊 / 80  
81. 异叶榕果 / 81  
82. 吉祥草 / 82  
83. 红杆草 / 83  
84. 地板藤 / 84  
85. 地不容 / 85  
86. 地耳草 / 86  
87. 地桃花 / 87  
88. 地遍 / 88  
89. 尖叶小羽藓 / 89  
90. 鸡矢藤 / 90



云南常用

中草药单验方荟萃

- 91. 灯盏花 / 91
- 92. 老虎须 / 92
- 93. 吊白叶 / 93
- 94. 吊灯花 / 94
- 95. 血满草 / 95
- 96. 血地胆 / 96
- 97. 问荆 / 97
- 98. 朱砂根 / 98
- 99. 肉果草 / 99
- 100. 豆瓣如意草 / 100
- 101. 芦子藤 / 101
- 102. 杏叶防风 / 102
- 103. 泡掌筒 / 103
- 104. 牡蒿 / 104
- 105. 旱田草 / 105
- 106. 两面青 / 106
- 107. 杨翠木 / 107
- 108. 夜关门 / 108
- 109. 夜胡椒 / 109
- 110. 金沸草 / 110
- 111. 金钱草 / 111
- 112. 金叶子 / 112
- 113. 金蒿枝 / 113
- 114. 金鸡豇豆 / 114
- 115. 金钟茵陈 / 115
- 116. 金丝杜仲 / 116
- 117. 茅膏菜 / 117



- 118. 青蒿 / 118
- 119. 青天葵 / 119
- 120. 虎杖 / 120
- 121. 虎掌草 / 121
- 122. 虎刺 / 122
- 123. 苦地胆 / 123
- 124. 苦生叶 / 124
- 125. 苦天茄 / 125
- 126. 肾蕨 / 126
- 127. 定麻根 / 127
- 128. 狗响铃 / 128
- 129. 岩陀 / 129
- 130. 岩参 / 130
- 131. 岩白菜 / 131
- 132. 败酱 / 132
- 133. 草血竭 / 133
- 134. 草乌 / 134



- 135. 草柏枝 / 135
- 136. 刺五加 / 136
- 137. 姜味草 / 137
- 138. 茜草 / 138
- 139. 怪柳 / 139
- 140. 茴心草 / 140
- 141. 荞麦三七 / 141
- 142. 珍珠菜 / 142
- 143. 南木香 / 143
- 144. 南天竺 / 144
- 145. 盾翅藤 / 145
- 146. 胜红蓟 / 146
- 147. 狗核桃 / 147

- 148. 胃友 / 148
- 149. 桃耳七 / 149
- 150. 蚌壳草 / 150
- 151. 盐肤木 / 151
- 152. 穿山龙 / 152
- 153. 通光散 / 153
- 154. 粉背蕨 / 154
- 155. 酒瓶花 / 155
- 156. 铁箍散 / 156
- 157. 积雪草 / 157
- 158. 菜头肾 / 158
- 159. 粉花月见草 / 159
- 160. 野豌豆 / 160
- 161. 野百合 / 161
- 162. 排草 / 162
- 163. 铜锤玉带草 / 163
- 164. 铜钱麻黄 / 164
- 165. 旋花茄 / 165
- 166. 蛇菰 / 166
- 167. 罂桶花根 / 167







- 168. 鹿衔草 / 168
- 169. 鹿哨木 / 169
- 170. 菟丝子 / 170
- 171. 绣球防风 / 171
- 172. 鹅不食草 / 172
- 173. 蒙自木兰 / 173
- 174. 朝天罐 / 174
- 175. 锅铲叶 / 175
- 176. 景天三七 / 176
- 177. 紫金标 / 177
- 178. 紫珠 / 178
- 179. 葫芦茶 / 179
- 180. 痢止蒿 / 180
- 181. 象牙参 / 181
- 182. 黑及草 / 182
- 183. 黑锁莓 / 183
- 184. 雷公藤 / 184
- 185. 隔山消 / 185
- 186. 痰药 / 186

- 187. 滇地黄连 / 187
- 188. 楼台夏枯草 / 188
- 189. 遍地金 / 189
- 190. 碎米柴 / 190
- 191. 蔓草虫豆 / 191
- 192. 翠云草 / 192
- 193. 赛素草 / 193
- 194. 鼠曲草 / 194
- 195. 缙草 / 195
- 196. 燕麦灵 / 196
- 197. 爵床 / 197
- 198. 翻白叶 / 198
- 199. 螞蟥菊 / 199
- 200. 鞭打绣球 / 200

别名汉语拼音索引 / 201





## 1. 一枝蒿



**别名：**飞天蜈蚣、著草。

**基原：**菊科植物西南著草 *Achillea wilsoniana* (Heim.) Heim. 的全草。

**生长环境：**林缘、向阳山坡草丛中。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**辛苦、温。有毒。

**功效：**活血，祛风，止痛，解毒。

**主治：**跌打损伤、风湿疼痛、痞块、痈肿。

**用法：**水煎服，1.5~3克，或泡酒、配方用；外用

泡酒擦或研末调敷。

### 选方：

1. 年久头风痛：捣汁滴耳心。
2. 急性乳腺炎等多种急性炎症：全草研末每次1克或与虎杖、千里光各15克煎水送服，或鲜叶捣烂外敷患处。
3. 跌打损伤：本品15克、金叶子15片、虎杖30克、曼陀罗叶20克，泡75%酒精500毫升外擦患部，忌内服。
4. 风湿疼痛：本品10克、七叶莲30克、当归20克、小南木香10克、飞龙掌血15克、九子30克、刺五加根皮30克、雷公藤30克泡45°粮食酒500毫升，七天后服用，每次15~20毫升，每天3次，忌豆类鱼腥。

## 2. 一把篾

2

云南常用

中草药单验方荟萃



**别名：**乌莓莓、七叶崖爬藤。

**基原：**葡萄科常绿藤本植物一把篾 *Tetraglochin delavayi* Gagnep 的根或茎。

**生长环境：**海拔1100~2500米的林中阴湿处。

**省内分布：**滇南、滇西南、滇东南。

**性味：**酸麻、寒。

**功效：**清热利尿，散瘀活血，祛风湿。

**主治：**膀胱炎、尿道炎、风湿骨痛、跌打损伤、蛇咬伤、疮疖肿毒。

**用法：**水煎服，15~30克；外用，捣敷。

**选方：**

1. 风湿骨痛、跌打损伤：本品20克、七叶莲15克、穿山龙15克、伸筋草15克、玉叶金花10克，水煎服或泡酒服。
2. 疮疖肿毒：鲜品捣敷或叶5份、水红木叶3份、千里光3份、白及3份共研粉调敷患处。



### 3. 一点红

**别名：**乳汁草、早地蒲公英。

**基原：**菊科一年生草本植物一点红 *Emilia sonchifolia* (Linn.) DC. 的全草。

**生长环境：**荒地、路旁、村边、园地。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**微苦、凉。

**功效：**清热凉血，拔毒生肌。

**主治：**痢疾、急性肠炎、尿路感染、结膜炎、咽炎、皮炎、湿疹、疮痍。

**用法：**水煎服，6~15克。

**选方：**

1. 痢疾、急性肠炎：本品15克、水红木叶10克，水煎服。

2. 尿路感染：本品15克、龙葵15克、土茯苓30克，水煎服。

3. 皮炎、湿疹、疮痍：秦皮10克、本品15克、吉祥草或珍珠露水草20克，煎浓汁湿敷。





## 4. 一口血

4

云南常用  
中草药单验方荟萃

**别名：**岩丸子、紫背天葵、散血子、红天葵。

**基原：**秋海棠科多年生草本植物紫背天葵 *Begonia fimbriatipula* Hance 的块根或全株。

**生长环境：**海拔1500~3000米的阴湿山坡或石缝中。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**甘、微寒。

**功效：**清热解毒，凉血止血，散瘀消肿。

**主治：**暑月高热、肺热咳嗽、咯血、跌打损伤、狂犬咬伤、功能性子宫出血、湿热带下。

**用法：**水煎服，10~15克；外用，捣敷患处。

**选方：**

1. 暑月高热：本品10克、青蒿15克、牛至10克、白牛胆10克，水煎服。

2. 肺热咳嗽、咯血：本品15克、金荞麦15克、虎杖15克、五味子10克、生甘草10克，水煎服。

3. 功能性子宫出血：本品15克、小柿子60克、仙鹤草15克、大枣10枚、鹿蹄草15克，水煎服。

4. 跌打损伤：鲜品捣敷或研粉调敷患处，痛剧者加鲜曼陀罗叶适量。





## 5. 一颗血



**别名：**生血草、蓝花接骨草、蓝雀花。

**基原：**豆科细弱草本植物紫雀花 *Parochetus communis* Buch.-Ham. 的全草。

**生长环境：**海拔1600~3000米的沟边潮湿处或草丛中。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**酸涩、温。

**功效：**补肾壮阳，接骨止血。

**主治：**肾虚阳痿、创伤出血、跌打骨折。

**用法：**水煎服，12~15克；外用适量捣敷患处。

**选方：**

肾虚阳痿：本品20克、九子30克、巴戟天15克、鹿茸10克、双肾草20克、龙眼肉适量泡酒服，每次量不超过30克。



## 6. 一朵云

6

云南常用

中草药单验方荟萃

**别名：**肺心草、阴地蕨、独蕨箕、独脚金鸡。

**基原：**阴地蕨科多年生草本植物阴地蕨 *Botrychium ternatum* (Thunb.) Sw. 的全草。

**生长环境：**海拔1200~2000米的林中、坡灌丛阴湿处。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**甘苦、微寒。

**功效：**清热平肝，止咳润肺。

**主治：**风热感冒、咽喉肿痛、阴虚咳嗽、肺热咳血、羊痫风、小儿惊风、疮痍肿毒、目中云翳、火眼肿痒。

**用法：**水煎服，6~15克；外用于火眼，捣汁点眼。

### 选方：

1. 风热感冒、咽喉肿痛：本品15克、小黄散10克、小报春花10克、生甘草6克，水煎服。

2. 阴虚咳嗽、肺热咳血：本品15克、白及15克、百合20克、五味子10克，水煎服。

3. 羊痫风、小儿惊风：本品10克煎汤代水饮。





## 7. 七叶莲



**别名：**万年青、五加风。

**基原：**五加科鹅掌柴属植物密脉鹅掌柴 *Schefflera elliptica* (Bl.) Harms 的全株。

**生长环境：**海拔600~1800米的箐沟、岩缝、灌丛。

**省内分布：**全省除滇东北、滇西北外均有分布。

**性味：**辛、温。

**功效：**解表除湿，通络止痛。

**主治：**外感风寒、风湿骨痛、胃痛、各种手术后止痛。

**用法：**水煎服，10~30克。

**选方：**

1. 胃十二指肠溃疡（疼痛为主者）：本品30克、杭芍30克、生甘草20克、虎杖30克研末分为10包，早晚空腹各服1包，温开水送服。

2. 风湿骨痛：本品50克、九子50克、滇威灵仙30克、防风30克、桂枝20克、生黄芪50克、飞龙掌血25克、龙眼肉适量，泡酒1000毫升，每次15~30毫升，每天2~3次。





## 8. 八仙草

8

云南常用

中草药单验方荟萃



**别名：**猪殃殃、拉拉藤。

**基原：**茜草科拉拉藤属植物猪殃殃 *Galium aparine* Linn. 的全草。

**生长环境：**海拔1300~2800米的箐沟路边、草丛。

**省内分布：**全省各地。

**性味：**辛、凉。

**功效：**利尿通淋，散结消肿。

**主治：**泌尿系感染、前列腺炎、带下症。

**用法：**水煎服，10~30克。

**选方：**

1. 泌尿系感染：本品50克、土茯苓30克、石椒草20克、石韦20克，水煎服，一天4次；前列腺炎：本品50克、虎杖30克、土茯苓30克、旋复花10克水煎服，一天3次。

2. 试用淋巴细胞性白血病：本品30克、臭灵丹30克、洗碗叶30克研末，温开水送服，每天4次，每次6克。