

【药姑山上百草全·只差甘草和黄连】

药姑话药

胡亚伟 骆兵◎编著



YAO
GU
HUA
YAO

水为万物之源，山为万物之本。
龙脊山也好，药姑山也罢，与众多名山相比，
她风景优美、秀美、壮美，多彩、多姿、多情；
是全球三百万瑶胞的精神家园；
是中国共产党早期红色革命根据地之一；
以“江南药库”享誉神州大地。
她博大精深的内涵和绚丽秀丽的风貌，
滋润一方水土，养育一方人文。

四川科学技术出版社

药姑话药

胡亚伟
骆兵◎编著



YAO
GU
HUA
YAO

四川科学技术出版社

winshare 文轩
四川科学技术出版社



药姑话药

YAO
GU
HUA
YAO



官方微博



官方微信

ISBN 978-7-5364-9090-1



9 787536 490901 >

定价：168.00元

通城礼赞（代序）

□ 郭汉玖

咸宁通城，鄂东南名县是也，千年瑶乡，别称银邑。湘鄂赣交汇之所，咸岳九通衢要冲，水道畅，地势顺，东望庐山烟雨，南倚幕阜诸峰，西衔洞庭巴陵郡，北抵白云黄鹤城。其境内，黄龙顶孤峰观两湖，自古佛道传圣，足可凭奔御风、摘星揽月；天岳关一脚踏三省，由来兵家必争，实属一夫当关、万夫莫开。相传龙子巡游，千秋奇情生死恋；曾有凤凰展翅，万古龙泉剑锋寒。竹树森然之锡山林海，导出银泉喷涌，绵延成辉煌史迹、斑斓文脉；花叶灿然之大溪湿地，掀开神秘面纱，歌吟出静女其姝，俟我于山。黄袍岭，塘湖镇花海涌波，万亩油茶香盈野；药姑山，千家峒蔚为壮观，原始石群惹相思。白水岩飞瀑凌霄，隼水河穿镇绕村，菖蒲港星汉灿烂，沙堆河机器轰鸣。正可谓：人间仙境美，瑶乡风雅秀，天地近咫尺，千峰在一图。倘若黄龙、金凤再现世，当惊通城景色殊！

瑶族拍打舞，自娱自乐，音韵铿锵天姿美；麦市豆腐干，口感纯正，誉满天下老字号。年年六月六，农家晾晒衣被，彩袂如同五彩旗，五色纷呈，日照村寨情溢胸；岁岁七月半，乡人敲锣击鼓，角声悠扬笑语喧，酒菜飘香，人面桃花五谷丰。赞通城，赞瑶乡：世人称鄂南明珠，更兼为天然药库，云母砂布国之宝，茶叶牲猪产业兴，南来北往多客商，钟灵毓秀宜居城。

新世纪欣逢盛世，新通城万象更新：高速路四通八达，旷野间堆金叠银，小水电星罗棋布，商贸业雨后春笋。瑶乡村寨，彩绘出一组一组福彩



代序
通城礼赞



药

姑话

YAO GU
HUAYAO

安居工程；通城井市，添加上一片一片特色山水园林。这正是：绿水青山间，黄发垂髫怡然乐；长街高楼内，劳者自乐亦自歌。

笔者乃鄂西南恩施土家族人氏，因供职中药材研究部门，打理华中药库，故对通城瑶乡这天然药库情有独钟。山远水远，因中药材而遥相呼应；路长情长，因中国梦而气息相通。推介湖北本草，发展中医药产业，弘扬中医药文化，实施精准扶贫，传播生命火种。建设蓝图，唤你我心有灵犀；神圣使命，促两地牵手前行。愿恩施、通城信息互通，资源共享；愿通城人恩施人山高水长，友谊长青！

是为序！

（作者系湖北省农业科学院中药材研究所所长）

目 录

通城礼赞（代序）	郭汉玖（ 1 ）
----------------	----------

上 篇 中医药文化

“五药”兴城 福通九州	（ 2 ）
品味龙窖山·药姑山	（ 6 ）
来自中华药都的启示	（ 9 ）
龙窖山的来历	（ 11 ）
我与药姑山的中药情缘	（ 14 ）
感悟父亲的从医之道	（ 17 ）
李时珍药姑山采药略考	（ 21 ）
药膳文化	（ 30 ）
通城县民间药膳食谱	（ 38 ）
阴阳五行学说	（ 61 ）
中药性味	（ 67 ）
中药配伍	（ 69 ）
中西药区别	（ 71 ）
单方验方三十首	（ 72 ）





下 篇 道地中药材

根茎类	(77)
八角莲	(77)
白芨	(79)
白芍	(81)
白术	(83)
白头翁	(85)
白薇	(87)
白芷	(89)
百部	(91)
百合	(93)
板蓝根	(95)
半夏	(97)
水半夏	(99)
贝母	(100)
草乌	(102)
柴胡	(104)
川芎	(106)
穿山龙	(108)
大黄	(110)
丹参	(113)
当归	(115)
党参	(117)
地黄	(119)
地榆	(121)
独活	(124)

防风	(125)
防己	(127)
附子	(129)
干姜	(130)
藁本	(132)
葛根	(134)
狗脊	(136)
绵马贯众	(138)
何首乌	(140)
虎杖	(142)
黄精	(144)
黄连	(146)
黄芪	(148)
黄芩	(150)
黄药子	(152)
金刚藤	(153)
桔梗	(156)
苦参	(157)
龙胆草	(159)
芦根	(162)
麦冬	(164)
苍术	(166)
绵萆薢	(168)
南沙参	(169)
牛膝	(172)
前胡	(174)
羌活	(176)
青木香	(178)
三七	(179)





山豆根	(181)
山药	(183)
商陆	(185)
射干	(187)
升麻	(189)
石菖蒲	(191)
水菖蒲	(193)
太子参	(195)
天冬	(197)
天花粉	(198)
天麻	(200)
天南星	(202)
土茯苓	(204)
威灵仙	(206)
仙茅	(208)
香附	(210)
续断	(212)
玄参	(215)
延胡索	(217)
玉竹	(219)
郁金	(221)
远志	(222)
知母	(224)
重楼	(227)
紫草	(229)
紫菀	(231)
果实类	(233)
巴豆	(233)
白扁豆	(235)

白果	(237)
柏子仁	(239)
萆澄茄	(241)
蓖麻子	(242)
苍耳子	(243)
车前子	(245)
陈皮	(247)
赤小豆	(249)
楮实子	(251)
川楝子	(252)
刀豆	(253)
地肤子	(255)
佛手	(257)
覆盆子	(259)
瓜蒌	(261)
瓜蒌皮	(263)
瓜蒌子	(263)
花椒	(264)
急性子	(266)
芥子	(268)
金樱子	(269)
决明子	(271)
苦杏仁	(273)
莱菔子	(275)
连翘	(277)
莲子	(279)
路路通	(281)
蔓荆子	(283)
木鳖子	(285)





木瓜	(286)
南五味子	(288)
牛蒡子	(290)
女贞子	(292)
牵牛子	(294)
芡实	(295)
青葙子	(297)
山楂	(298)
山茱萸	(300)
蛇床子	(302)
石榴皮	(305)
丝瓜络	(306)
桃仁	(308)
菟丝子	(309)
王不留行	(311)
乌梅	(313)
无花果	(316)
吴茱萸	(317)
小茴香	(319)
薏苡仁	(321)
预知子	(323)
梔子	(324)
枳壳	(327)
枳实	(328)
花叶类	(331)
艾叶	(331)
白果叶	(333)
侧柏叶	(334)
合欢花	(335)

槐花	(337)
鸡冠花	(340)
金银花	(342)
菊花	(344)
凌霄花	(347)
罗布麻叶	(349)
梅花	(351)
闹羊花	(352)
枇杷叶	(354)
蒲黄	(355)
桑叶	(357)
十大功劳	(358)
松花粉	(360)
夏枯草	(361)
辛夷	(363)
野菊花	(365)
月季花	(367)
紫苏叶	(369)
全草类	(372)
矮地茶	(372)
白花蛇舌草	(373)
铁皮石斛	(375)
败酱草	(377)
半边莲	(379)
半枝莲	(380)
薄荷	(382)
车前草	(384)
穿心莲	(386)
淡竹叶	(388)





杠板归	(390)
含羞草	(392)
藿香	(394)
金钱草	(396)
荆芥	(398)
卷柏	(401)
麻黄	(403)
蒲公英	(405)
细辛	(407)
仙鹤草	(409)
益母草	(411)
茵陈	(413)
淫羊藿	(415)
鱼腥草	(417)
泽兰	(419)
皮类	(421)
杜仲	(421)
合欢皮	(423)
厚朴	(424)
黄柏	(427)
牡丹皮	(429)
桑白皮	(431)
藤木树脂类	(433)
川木通	(433)
钩藤	(435)
鸡血藤	(437)
菌藻类	(439)
茯苓	(439)
灵芝	(441)

动物类 (443)

 壁虎 (443)

 鳖甲 (444)

 蝉蜕 (446)

 地龙 (447)

 鸡内金 (449)

 僵蚕 (451)

 蝼蛄 (453)

 蕲蛇 (455)

 土鳖虫 (458)

 乌梢蛇 (460)

矿物类 (462)

 白石英 (462)

 青礞石 (463)

 云母 (465)

其他类 (467)

 海金沙 (467)

 五倍子 (469)

后记..... 胡亚伟 (472)



目
录

上 篇

中医药文化





“五药”兴城 福通九州

——迎接新征程中的挑战

黄首秋^①

隽水河风光旖旎，百媚千娇，水天相映。
药姑山葱茏峻逸，横亘大地，傲向苍穹。

在湖北省东南端，一颗璀璨的明珠镶嵌于青山秀水之间。她就是被人们誉为“鄂南明珠”的通城县。“水道通，地势顺，直注武昌城”，故名之通城。

创造无限奇迹的通达之城

通城县位于湘鄂赣三省交界处，东南与江西修水交界，西南与湖南平江、岳阳、临湘接壤，北部与本省崇阳县相邻，县域面积 1 140 平方千米，总人口 51 万。处于中纬度区，属亚热带季风气候，年均降雨量 1 450 毫米（城区）至 1 600 毫米（山区），无霜期长达 258 天，年均气温 16.8℃，日照时数 1 871.9 小时，具有光热丰富、雨量充沛、无霜期长、雨热同季的特点。境内地表形态多样，山川秀丽，森林覆盖率达 50%。独特的气候条件和地理环境，造就了各类天然中草药生长的优良环境。县境内药姑山药材资源丰富，被誉为“江南天然药库”，是全国仅有的两座以“药”字冠名的山川之一。这里的药物种类繁多，有草本、木本、藤本、真菌等植物中药材。贵重药材有七叶一枝花（重楼）、白芨、八角莲、党参、太子参等，药用动物有蛤蚧、油蛙、蕲

^① 黄首秋：中共通城县委办公室副主任、通城县中医药产业工作领导小组办公室常务副主任。

蛇等。据通城县中药材资源普查记载，全县天然野生中草药品种多达 166 科、1 313 种，占湖北省药用植物总数的 46.59%，总蕴藏量达 1 000 多万千克。

改革开放以来，勤劳智慧的通城人民创造了一个又一个特色鲜明的创业传奇，为通城在湖北省和“中三角”地区激烈的区域竞争中抢占了重要一席，无愧于茶叶之乡、中药之乡、牲猪之乡、建筑之乡、云母之乡、砂布王国的美誉。

2016 年，依托“天然药库”的资源优势，在药材、药品、药市、药膳、药养“五药”产业的带动下，全县实现地区生产总值 114.95 亿元，同比增长 7.6%；地方公共财政预算收入 6.7 亿元，同比增长 12.6%；全社会固定资产投资 146.45 亿元，同比增长 18%；社会消费品零售总额 57.25 亿元，同比增长 10.4%；农村常住居民人均可支配收入 12 544 元，同比增长 7.41%，为“健康中国”建设谱写了造福民众的新篇章，创造了新的传奇。

中药传说和传统并存的神奇土地

明朝著名医药学家李时珍为编写《本草纲目》，曾在药姑山采集药物标本长达半年之久，足迹遍及整个药姑山，采集标本 377 种，写下了“药姑山上百草全，缺少甘草与黄连”之句。他曾在此研究蕲蛇，写成《蕲蛇传》。药姑山至今还流传着许多李时珍在此山采药时的趣闻逸事。

其实，药姑山名称的由来就和医药紧密联系。相传很多年前，从外地来此山结庵居住的李氏三姐妹，喝泉水，食野草，箬叶遮身，故又名箬姑山。后来一种叫“打摆子”（疟疾）的病在当地流行，李氏三姐妹在山上遍采百药，反复配方，亲口尝试其药性药效，找到一个“有病治病、无病防灾”的药剂，挨家挨户送到当地百姓家中，分文不取，使人们免遭疾病的困扰。百姓对李氏三姐妹感激不尽，把她们视为下凡神仙，在家中设立牌位，天天烧香，顶礼膜拜。三姐妹的善行感动了上天，王母娘娘把她们升天成仙，封为司药女神，专司人间百草，此山就此称“药姑山”了。

通城天然中药材资源丰富，人工种植中药材历史传统悠久。20 世纪 90 年代，通城县年收购中药材可达 1 000 吨以上，1993 年被评为“全国中药材生产

