

常用中草药图谱

家庭医疗保健养生百科丛书

内蒙古人民出版社

孙韵◎选编

中医能够被西方称为「神秘的东方医药术」，中草药功不可没。如何了解和认识身边的中草药，并在日常生活中运用，本书提供了切实可行的指南。



家庭医疗保健养生百科丛书

• 常用中草药图谱 •

中医能够被西方称为“神秘的东方医药术”，中草药功不可没。如何了解和认识身边的中草药，并在日常生活中运用，本书提供了切实可行的指南。

ISBN 978-7-204-08943-7



9 787204 089437 >

定价: 355.20元 (共12册)

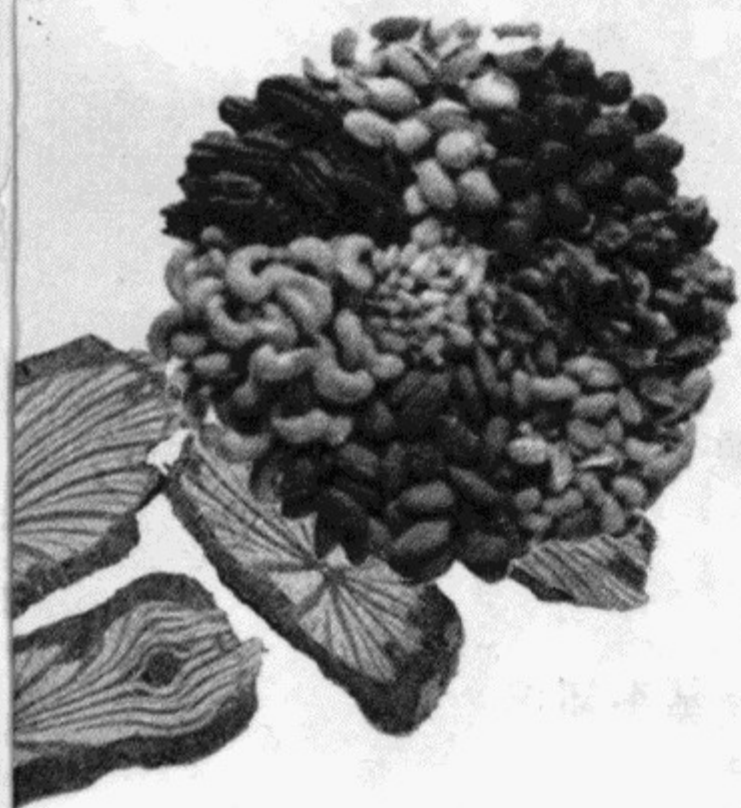
常用 图谱

用中草药

家庭医疗保健养生百科丛书

内蒙古人民出版社

孙韵◎选编



图书在版编目(CIP)数据

家庭医疗保健养生百科丛书/郑春兴主编. —呼和浩特:
内蒙古人民出版社, 2006. 11
ISBN 978 - 7 - 204 - 08943 - 7

I. 家... II. 郑... III. ①家庭保健—基本知识
②养生(中医)—基本知识 IV. R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 142474 号

家庭医疗保健养生百科丛书

主 编	郑春兴
责任编辑	马东原
出版发行	内蒙古人民出版社
地 址	呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷	河北三河腾飞印刷厂
开 本	720 × 980 1/16
印 张	66
字 数	1500 千
版 次	2007 年 2 月第 1 版
印 次	2007 年 2 月第 1 次印刷
印 数	1—10000 套
书 号	ISBN 978 - 7 - 204 - 08943 - 7/R · 236
定 价	355.20 元(共 12 册)

如发现印装质量问题,请与我社联系 联系电话:(0471)4971562 4971659

前 言

我国的中医药历史悠久,中医中药博大精深,应用广泛,对各民族的延续发展做出了巨大的贡献。中医自中世纪传入西方后,影响深入且一直被世界各国学者所关注,被誉为“神秘的东方医药术”。随着世界经济的发展和人们生活水平的提高,人们对自己的健康投入了极大的关注。人们渴望掌握现代中药科学知识,籍以养生保健,益寿延年。

本书精选 100 余种药物、摄制原色彩照片,对其性味、归经及主治用法作以说明,供广大中医药爱好者阅读参考。

本书分为三部分,前部分为中草药图谱的基本理论,展示图片并说明应用方法,使读者能够对我们身边的中草药进行了解和认识;中间部分介绍了应用中草药常识和运用中草药美容养颜的知识,为读者朋友们提供应用中草药的指南。后部分则是对中草药的养生滋补作了详细介绍,具有极大的实用性和收藏价值。

常用中草药图谱

目 录

- 第一章 常见中草药图谱 / 1
 - 第一节 图解中草药 / 1
 - 第二节 中草药偏方 / 130
 - 第三节 常用中草药的用量与禁忌 / 162
 - 第四节 中草药做成家庭补品 / 169
- 第二章 中草药美容 / 174
 - 第一节 中草药清脂减重 / 174
 - 第二节 中医护肤美容的八大作用 / 177
 - 第三节 草药展示 / 179
- 第三章 生活中的各类中草药汇总 / 185
 - 第一节 动物类 / 185
 - 第二节 果品类 / 209
 - 第三节 中草药的食用方法 / 220
- 第四章 本草经中的中草药 / 226
 - 第一节 解表药 / 226
 - 第二节 清热解毒药 / 243
 - 第三节 泻下药 / 248
 - 第四节 芳香化湿药 / 254
- 第五章 中草药临床治疗 / 264
 - 第一节 眩晕 / 264
 - 第二节 头痛 / 266
 - 第三节 水肿 / 266
 - 第四节 咳嗽 / 267
 - 第五节 积食厌食 / 270

常用中草药图谱

目 录

- 第六节 腹泻 / 273
- 第七节 便血 / 277
- 第八节 盗汗 / 277
- 第九节 便秘 / 278
- 第十节 催乳退乳 / 279
- 第十一节 护乳丰乳 / 281
- 第十二节 经期病症 / 284
- 第十三节 疾病先兆 / 287
- 第十四节 其他辨病 / 298
- 第十五节 幼儿疾病自测 / 304
- 第十六节 疾病护理 / 309
- 第十七节 内科疾病 / 356
- 第十八节 寄生虫病 / 362
- 第十九节 感冒了怎么治 / 364
- 第二十节 其他伤病 / 367
- 第六章 中草药在生活中的保健作用 / 387
 - 第一节 治疗妇科病的中草药 / 387
 - 第二节 灵芝的十大药用功效 / 388
 - 第三节 肉桂与桂枝 / 395
 - 第四节 何首乌的巧用 / 396
 - 第五节 山楂食疗可以治月经不调 / 397
 - 第六节 大枣是活维生素之一 / 399
 - 第七节 喝中药要忌口 / 401
 - 第八节 清新空气靠花草支持 / 402

常用中草药图谱

目 录

- 第七章 中药也能中毒 / 404
 - 第一节 常喝蛇胆酒可能中毒 / 404
 - 第二节 天仙子 / 405
 - 第三节 丁香 / 405
 - 第四节 八角茴香 / 406
 - 第五节 大黄 / 406
 - 第六节 六神丸 / 407
 - 第七节 牛黄解毒片 / 408
 - 第八节 麝香 / 408
 - 第九节 大活络丸(丹) / 409
 - 第十节 番泻叶 / 410
 - 第十一节 相思子 / 410
 - 第十二节 蝎 / 411
 - 第十三节 芒硝 / 412
 - 第十四节 瓜蒂 / 412
 - 第十五节 水银 / 413
 - 第十六节 延胡索 / 413
 - 第十七节 青鱼胆 / 414
 - 第十八节 毛冬青 / 415
 - 第十九节 梅豆角 / 416
 - 第二十节 黄花菜(也称金针菜) / 416
 - 第二十一节 发芽的马铃薯和青色番茄 / 416
 - 第二十二节 野蘑菇 / 417

家庭

医
疗
保
健
养
生

百
科
丛
书

常用中草药图谱

目 录

- 第八章 中草药与养生 / 418
 - 第一节 春季常见疾病中草药预防 / 418
 - 第二节 夏季:别为“清淡”误 / 419
 - 第三节 秋季的养生之道 / 420
 - 第四节 冬季抗寒防病小秘方 / 423
 - 第五节 冬防手足皲裂妙方 / 424
 - 第六节 护肤美容 / 425
 - 第七节 习惯性便秘的中医验方 / 426
 - 第八节 黄褐斑的中医治疗 / 427
 - 第九节 金针菜简单治病方 / 428
 - 第十节 白酒核桃仁治虚火牙痛 / 428
 - 第十一节 伤食的中医疗法 / 429
 - 第十二节 中医减肥七法 / 429
 - 第十三节 长痤疮要吃姜 / 430
 - 第十四节 淘米水可治“风疙瘩” / 431
 - 第十五节 饮食失节,消滞有方 / 432
 - 第十六节 腊雪解毒用处多多 / 435
 - 第十七节 菠萝治疗小疾病 / 435
 - 第十八节 土法治病效果佳 / 437
 - 第十九节 蜜饯白夹竹桃治愈口腔溃疡 / 437
 - 第二十节 简便易行的降压法 / 438
 - 第二十一节 生活小偏方治顽疾 / 439
 - 第二十二节 豆芽芹菜治结石 / 440
 - 第二十三节 豆豉的妙用 / 441

常用中草药图谱

目

录

- 第九章 中草药与滋补 / 443
 - 第一节 巧选药粥补“四虚” / 445
 - 第二节 药粥可以“消灭”“红鼻子” / 448
 - 第三节 滋养润喉食药粥 / 448
 - 第四节 腊八粥的食疗效果与传说 / 450
 - 第五节 柴胡降脂粥 / 451
 - 第六节 感冒喝生姜大枣粥 / 452
 - 第七节 软化血管粥 / 453
 - 第八节 食补养生的“四季粥” / 454
 - 第九节 冬虫夏草进补最好 / 455
 - 第十节 茶叶并非越鲜越好 / 455
 - 第十一节 水果桑椹补肾养胃入佐餐 / 456
 - 第十二节 “养人”食物也“伤人” / 459
 - 第十三节 西瓜 / 461
 - 第十四节 啤酒 / 462
 - 第十五节 花生的红衣 / 463
 - 第十六节 不同鱼的不同保健功能 / 464
 - 第十七节 板栗 / 466
 - 第十八节 盲目忌口对疾病治疗不利 / 466
 - 第十九节 吃羊肉有禁忌 / 468
 - 第二十节 菠菜豆腐汤的潜在危害 / 469

家庭

医疗保健养生

百科丛书

常用中草药图谱

第一章 常见中草药图谱

第一节 神奇的百草药



百合

1

家庭
医疗保健养生
百科丛书

常用中草药图谱

【百合】别名：白百合

补中益气，温肺止咳。干品作粉煮食有滋补营养之功，鲜品有镇静止咳作用。适用于体虚肺弱，慢性支气管炎、肺气肿、肺结核、咳嗽咯血等。亦用于急性热病后期，神志恍惚，以及妇女更年期神经官能症，癔病等。

性味：甘、平、无毒。

归经：入心、肺、大小肠。

禁忌：脾虚中寒者勿用。

【主治】

1. 肺病，咳嗽，咯血或老人慢性支气管炎伴有肺气肿：

鲜百合2~3个，洗净，捣汁，以温开水和服，一日2次。

2. 肺癆：

鲜白花百合30~60克，白酒（米酒、甜酒）适量，捣研绞汁一杯，温水和服。

3. 疮痈红肿，无名肿毒：

鲜百合洗净加食盐少许，捣烂如糊，敷于患处，一日更换2次，以消退为度。

4. 病后神经症，坐卧不安或妇女癔病（软斯底里）：

百合7个，用水浸一夜，明旦更以泉水煮取一碗去渣，冲入生鸡蛋黄1个，每次服半碗，一日服2次。

5. 小儿头面湿疮，天疱疮等：

干野百合研成细粉，以麻油或菜油调涂。

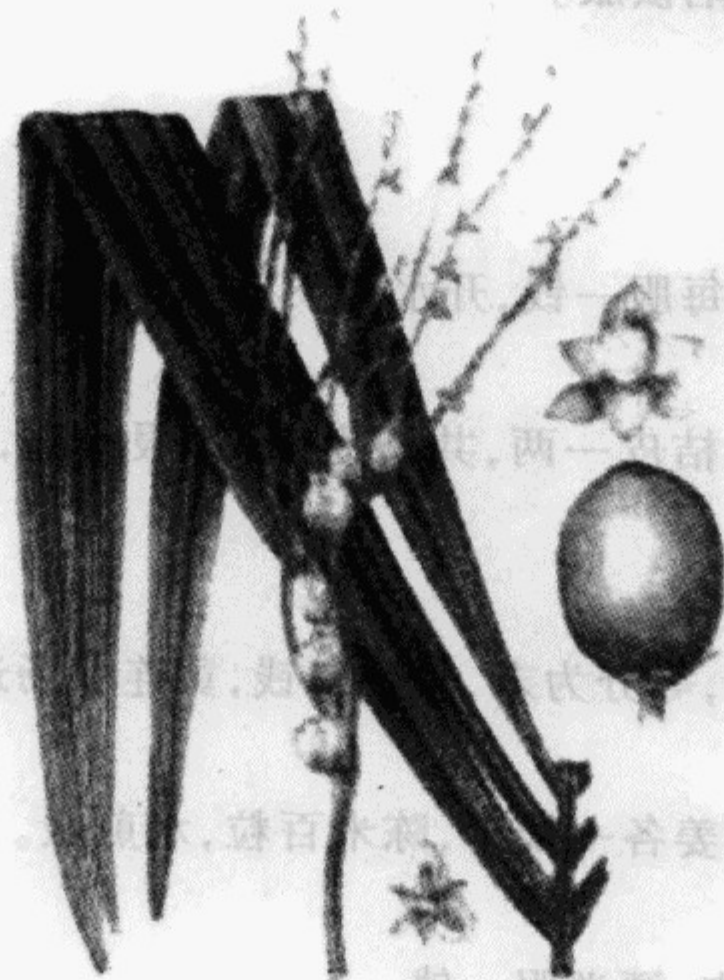
6. 神经衰弱，睡眠不宁，警惕易醒：

常用中草药图谱

生百合2至90克,蜂蜜1至2匙,拌和蒸熟,临睡前适量食之
(注意不要吃太饱,同时应少吃晚饭)。

7. 支气管扩张:

百合、白芨、百部、蛤粉等分,共研细末,水泛为丸,每日3次,
每次3克,饭后服。



槟榔

【槟榔】别名:宾门、仁频、洗瘴丹。

祖国中医理论认为,槟榔性味温辛、无毒,有杀虫、破积、下气、
行水等多种功效,对虫积、食滞、脘腹胀痛、泻痢后重、水肿及脚气

常用中草药图谱

等症有较好的治疗效果。鲜食槟榔有一种“饥能使人饱,饱可使人饥”的奇妙效果,空腹吃时则气盛如饱,饭后食之则易于消化,可谓人间鲜仙果。

性味:性温、味苦、辛。

归经:入脾、胃、大肠经。

禁忌:气虚下陷慎服。

【主治】

1. 痰涎为害:

用槟榔为末,每服一钱,开水送下。

2. 口吐酸水:

用槟榔四两、桔皮一两,共研为末,每服一匙,空心服,生蜜汤调下。

3. 伤寒胸闷:

用槟榔、枳实,等分为末,每服二钱,黄连煎汤送下。

4. 心气痛:

用槟榔、高良姜各一钱半,陈米百粒,水煎服。

5. 腰痛:

用槟榔分为末,酒送服一钱。

6. 脚气:

用槟榔十二枚,研为末,分二次服,以姜汁温酒调下。

7. 大小便秘:

用槟榔为末,蜜汤调服二钱。或以童便、葱白同煎服亦可。

8. 小便洒痛:

有用面煨槟榔、赤芍药各半两为还想,每取三钱,以灯心水煎

常用中草药图谱

好,空心服下,一天服二次。

9. 肠寄生虫:

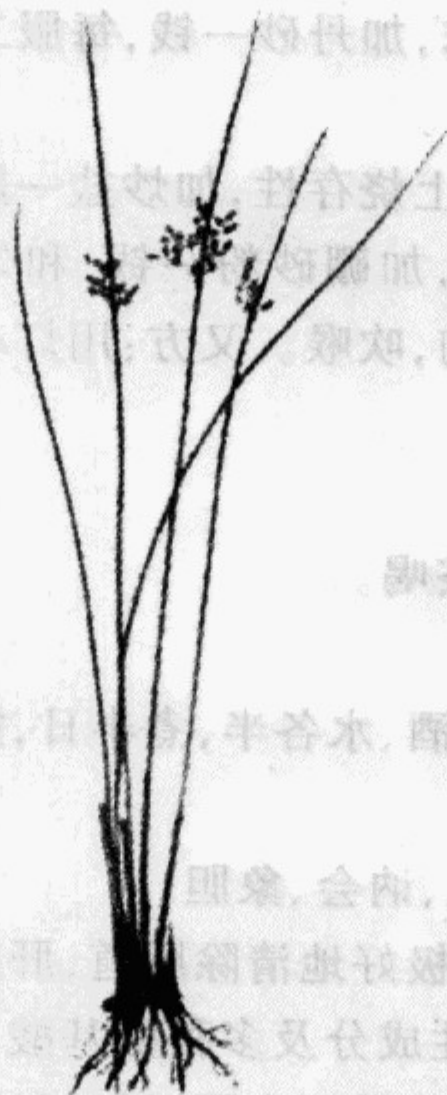
用槟榔十多枚,研为末,先以水二升半煮槟榔皮至一升,调末一匙,空心服。经过去一天,有虫排出,如未排尽,可再次服药。又方:槟榔半两,炮过,研为末,每服二钱,以葱、蜜煎汤调服。

10. 口吻生疮:

用槟榔烧过,研末,加轻粉敷搽。

11. 耳出脓:

用槟榔末吹耳内。



灯心草

常用中草药图谱

【灯心草】别名：野席草、龙须草、灯草、水灯心。

性味：微寒、味甘、淡。

归经：心、肺、小肠经。

【主治】

1. 伤口流血：

用灯心草嚼烂敷患处。

2. 鼻血不止：

用灯心草一两为末，加丹砂一钱，每服二钱，米汤送下。

3. 喉痹：

用灯心草一把，瓦上烧存性，加炒盐一匙，每取少许吹入喉中。又方：用灯心草灰二钱，加硼砂粉一钱，和匀，吹喉。又方：用灯心草、箬叶烧灰，等分和匀，吹喉。又方：用灯心草、红花烧灰，酒送服一钱。

4. 失眠：

用灯心草煎水代茶喝。

5. 湿热黄疸：

用灯草根四两，加酒、水各半，煮半日，露一夜，温服。

【芦荟】别名：奴会、讷会、象胆。

中医认为，芦荟能极好地清除肠道，肝脏毒素和清理血管。芦荟中含有多种植物活性成分及多种氨基酸，维生素，多糖和矿物质成分，其中芦荟素和芦荟霍而末可以极好地刺激小肠蠕动，把肠道毒素排出去。芦荟因，芦荟纤维素，有机酸能极好地软化血管。

常用中草药图谱



芦荟

性味：苦、寒、无毒。

归经：肝、胃、大肠经。

【主治】

1. 湿癣：

用芦荟一两、炙甘草半两，共研为末，先以温浆，水洗癣，擦干后敷上药末，有奇效。

2. 小儿脾疳：