



权威专家倾力打造 展示青草药魅力

◎我国青草药资源丰富，民间素有就地取材采药治病
的传统，历代医家对此著述颇丰。青草药以其广泛的
药材资源、独特的药用价值、可靠的医疗功效，成为
中国传统医学的重要组成部分，历经千年长盛不衰。



THE LATEST OPTIMUM HERB MEDICINE BIBLE

《健康大讲堂》编委会·主编



图解青草药样貌 教您轻松识药用药



◎本书从浩如烟海的青草药宝库中精选**160种**分布广
泛、易于采收、临床常用、**疗效显著**的青草药，数百
张**精美彩图**，清晰呈现青草药样貌，方便您快速、准
确地鉴别常用青草药并**按图索药**。一书在手，通览常
见青草药，轻松成为**识药用药**达人。

权威专家倾力打造
寻药识药用药必备
「看图识百草
对症治百病」



极具实用性的养生百科 简单方例防治百病

◎书中**每种青草药**分别按别名、特征、采集、性味、功
能、用途、用量、使用注意等项记述，让您对青草药有全
方位的认识。每味青草药均附有**附方应用**，全书共收录汉
方组成**1600种**，附方**220种**，指导您对症**自疗百病**。



健康
大讲堂

赏析式·超精美
打造中国最好的养生书籍

HEALTHY LIFE

识药用药一本通！160种常见青草药全彩图解
1600种汉方组成+220种实用附方+600条用药常识

汉方青草药养生

圣经

Han

Fang

Qing

Cao

Yao

黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

图书在版编目（CIP）数据

汉方青草药养生圣经/《健康大讲堂》编委会主编
— 哈尔滨:黑龙江科学技术出版社, 2013. 1
(健康大讲堂)
ISBN 978-7-5388-7231-6

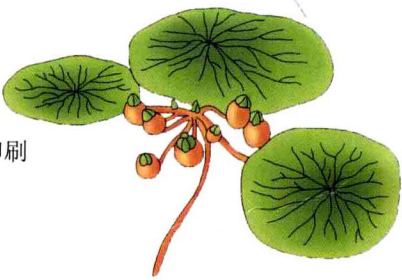
I. ①汉… II. ①健… III. ①中草药—养生(中医)
IV. ①R212②R243

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第117746号

汉方青草药养生圣经

HANFANG QINGCAOYAO YANGSHENG SHENGJING

主 编 《健康大讲堂》编委会
责任编辑 李欣育 汝海婧
封面设计 景雪峰
出 版 黑龙江科学技术出版社
地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001
电话: (0451)53642106 传真: (0451)53642143
网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn
发 行 全国新华书店
印 刷 深圳市彩美印刷有限公司
开 本 600mm×1020mm 1/10
印 张 32
字 数 250千字
版 次 2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5388-7231-6/R·2020
定 价 48.00元



【版权所有，请勿翻印、转载】



Health Knowledge

汉方青草药养生圣经

|《健康大讲堂》编委会 主编|

黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

《健康大讲堂》编委会成员

李冈荣

中国台湾地区中草药协会会员、青草药师

陈志田

保健营养大师

胡维勤

著名医学科学家、中央首长保健医师

甘智荣

中式烹饪师

臧俊岐

中国著名针灸学家、主任医师

陈俊如

广州中医药大学中医博士

陈博圣

台北京禾中医诊所院长

黄雅慧

台北市立联合医院营养师

彭燕婷

台北青花瓷中医诊所副院长

彭美婷

台湾亚太抗老化整合医学学会理事



JIAN KANG DA JIANG TANG



序言 | Preface

草药汉方 养出健康

本书将常见青草药与“养生”主题相结合，
融入了草药相关知识的介绍，并结合不同草药的特性，
给出相应的对症汉方，让读者能更好地运用青草药来养生。

同时，各种青草药的手绘图搭配上实体照片，
让读者能更好地辨认这些养生青草药，不盲目养生。



目录

序 言3



青草药养生常识



煎药须知8
青草药四气、五味、五色之意
义与功能8
五脏的功能（五脏属阴）9
六腑的功能（六腑属阳） 10

六经（三阳、三阴）系统
组成表 12
十二时辰属脏腑及血行部
位断病简表 12
能与药物共炖的各种食物 13

煎药常选用的蜜糖类 15
服食中草药与服用西药之
禁忌 15
疾病禁忌食物参考表 16

常见青草药详解



一年蓬 20
人心果 22
九重葛 23
十字蒲瓜树 24
九龙吐珠 26
蒲瓜树 27
三叶五加 28
三叶葡萄 30
大浮萍 31
三角叶西番莲 32
大花细辛 34
山苏花 36
山马茶 37
山茶花 38
山肉桂 40
山鹅仔菜 41
山麻 42
乞食碗 44
五爪金龙 45
六角英 46
五指茄 48
元宝草 49
天文草 52

化石树 53
文殊兰 54
毛西番莲 56
火焰木 58
加拿大蓬 59
火龙果 60
白茅 62
白甘薯 64
白花藤 66
白尾蜈蚣 68
白肉榕 70
石蚕兰 71
石斑木 72
瓜叶马兜铃 74
地锦 76
印度人苋 77
地耳草 78
朱槿 80
向天黄 82
灰藜 84
伏石蕨 86
守宫木 88
血桐 89

光果翼核木 90
冷清草 91
夹竹桃 92
芒萁 93
走马胎 94
串鼻龙 96
芒果 98
芸香 100
雨伞仔 102
金线莲 104
金毛狗脊 106
金露花 108
长柄菊 109
虎婆刺 110
长春花 112



长穗木.....	115
咖啡.....	116
菠萝蜜.....	118
柿.....	120
珍珠莲.....	123
香蕉.....	124
香兰草.....	126
染布青.....	128
重瓣朱槿.....	130
春不老.....	131
昭和草.....	132
红豆.....	134
红苞鸭跖草.....	136
红穗铁苋.....	138
茉莉花.....	139
红楠.....	140
苦蓝盘.....	142
草胡椒.....	144
草海桐.....	146
草莓.....	148
荖藤.....	150
倒地铃.....	152
钉头果.....	154
神秘果.....	155
马利筋.....	158
胭脂树.....	160
飞来鹤.....	162
野苘蒿.....	166
野姜花.....	168
莎草根.....	170
球蕨.....	172
通泉草.....	174
侧柏.....	175
细叶十大功劳.....	178
接骨丹.....	180
瓠瓜.....	182
肾菜.....	184
喜树.....	186
紫花酢浆草.....	188



紫薇.....	190
紫花曼陀罗.....	192
紫锦木.....	194
紫兰.....	196
黑板树.....	197
贴生石苇.....	198
掌叶苹婆.....	200
笔筒树.....	201
番龙眼.....	202
番蝴蝶.....	203
番薯.....	204
塔花.....	206
钮仔茄.....	208
黄水茄.....	210
黄麻.....	212
黄野百合.....	214
黄藤.....	216
黄槐.....	218
猩猩草.....	220
葛藤.....	221
烟草.....	224
过山香.....	226
雷公藤.....	228
枫香.....	230
漆树.....	233
杨桃.....	234
酪梨.....	236
万寿菊.....	238
椴木.....	240
栾树.....	242
马兜铃.....	243

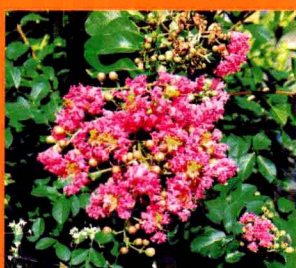
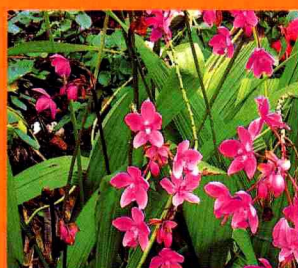
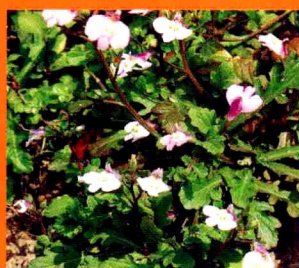
绿珊瑚.....	244
螯蟹花.....	245
福祿桐.....	246
台风草.....	248
茛萝.....	250
蔓芒莢.....	252
莲雾.....	254
赐米草.....	256
鸭脚木.....	258
树薯.....	260
橄榄.....	262
锡兰橄榄.....	264
猫须草.....	266
诺丽果.....	268
荞麦.....	270
蕨菜.....	272
蕹菜.....	274
薜荔.....	276
赛葵.....	278
虫屎.....	280
双花蟛蜞菊.....	282
鹅掌藤.....	283
麒麟花.....	284
肉豆蔻.....	285
藿香蓟.....	286
苏木.....	288
鸡血藤.....	290
鸡矢藤.....	292
萝芙木.....	294
鹧鸪麻.....	297



附 录



The health knowledge of herbal medicine



健康生活有诀窍 × 养生常识巧收集

青草药养生常识



草药养生小常识

助力健康巧加分



本章是一个辅助性的章节，介绍了一些与青草药养生相关的常识。如煎药须知，青草药四气、五味、五色之意义与功能，五脏六腑的功能，六经系统组成表，十二时辰属脏腑及血行部位断病简表，能与药物共炖的各种食物，煎药常选用的蜜糖类、服食中草药与服用西药之禁忌、疾病禁忌食物参考表等，了解这些常识是非常有必要的，能帮助读者更好地利用青草药来养生。





煎药须知

草药煎煮前	煎药前先将全部药材用清水洗干净，浸泡15~20分钟，然后再煎煮。
煎药水量	将药放进煎药壶内，加入清水淹过药面3~5厘米即可。
煎药用水	一般煎药均用清水，必要时也会用特殊的水，如水酒合煎，用米泔水煎等。
水酒合煎	有促使血液循环加快、活血通络、祛风作用。
米泔水煎	有健脾胃、驱邪气、助药力作用。 凡是有毒性成分的药物必须久煎，可减少其毒性。解表药或泻下药及芳香化湿药不宜久煎，以免影响药效成分。

青草药四气、五味、五色之意义与功能

四气	又称四性，就是寒、热、温、凉四种药性。这四种不同的药性，是前人根据临床经验，总结药物作用于人体发生的反应归纳出来的。此外，还有一些药物的药性较为平和，称为平性。由于平性药没有寒凉或温热药的作用来得明显，所以实际上虽有寒、热、温、凉、平五气，而一般仍称四气，不称五气。 寒凉药：大多具有清热、泻火、解毒等作用，常用来治疗热性病证。 温热药：大多具有温中、助阳、散寒等作用，常用来治疗寒性病证。
五味之意义	五味即酸、苦、甘、辛、咸，与人体脏腑有密切关系。在日常饮食中常因某一味过量或不足，造成五味失调而导致疾病。
五味之功能	酸入肝（属木）：酸能收能涩，有收敛固涩、生津止渴的作用。酸性的药物大都具有止汗、止渴等作用。多含有机酸成分。 苦入心（属火）：苦能泻、能燥、能坚，有泻火、排除燥湿、通泄、下降等作用。可能含生物碱、苷类或苦味等成分。 甘入脾（属土）：甘能补、能和、能缓，有调和脾胃、补养气血、缓解挛急和解毒等作用。滋补性及调和药性的药物，大多数有甘味。多含糖类成分。 辛入肺（属金）：辛能散，能润，能行，有发汗解表、理气活血、开窍散湿等作用。发汗与行气的药物大多数有辛味。多含挥发油成分。



五味之功能	咸入肾（属水）：咸能软坚润下，有软坚、散结、泻下等作用。能消散结块之药物和一部分泻下通便的药物，带有咸味。 淡味：即淡而无味，能渗湿、利窍。能够渗利水湿、通利小便的药物，大多数是淡味。 涩味：涩味有收敛止汗、固精、止泻及止血作用。 注解：由于淡味没有特殊的滋味，所以一般将淡味和甘味并列；涩味的作用和酸味的作用相同，因此，虽然有七种滋味，但习惯上仍称“五味”。
五色与五味	青：味酸，属木属肝，入足厥阴肝经、足少阳胆经。 赤：味苦，属火属心，入手少阴心经、手太阳小肠经。 黄：味甘，属土属脾，入足太阴脾经、足阳明胃经。 白：味辛，属金属肺，入手太阴肺经、手阳明大肠经。 黑：味咸，属水属肾，入足少阴肾经、足太阳膀胱经。
五味禁忌	酸味：筋病者勿多食，筋得酸则拘挛，酸伤筋。 苦味：骨病者勿多食，骨得苦则难举，苦伤气。 甘味：肉病者勿多食，肉得甘则气肿，甘伤肉。 辛味：气病者勿多食，气得辛则散虚，辛伤皮毛。 咸味：血病者勿多食，血得咸则凝涩，咸伤血。
五味运用原则	肝病禁辛，心病禁咸，脾病禁酸，肺病禁苦，肾病禁甘。

五脏的功能（五脏属阴）

心	心位于胸中，外有心包。心包是心脏的外膜，有保护心脏的作用，是通行气血的道路。心脏主血脉、主神志、主汗，开窍于舌，主要功能是主持血脉，主管血液在脉管内的循环运行，向各组器官输送养料以维持正常的功能活动。心与小肠，两者有经络相连，相为表里。心为里，小肠为表。
肝	肝位于右胁，胆附于肝。肝主藏血、主疏泄、主筋，开窍于目。肝是贮藏血液的主要器官，有调节血量的功能。同时肝脏还有耐受疲劳和抵御外邪的能力，以及疏泄条达的作用。肝还能够调节人体的精神情志活动和胆汁的分泌与排泄等。有关肝与胆，两者有脉络相连，能互相影响，相为表里，肝属里，胆属表。



脾	脾居中焦。脾主运化、升清，又主统血。脾主肌肉，胃主受纳和腐熟水谷。脾的主要功能为帮助胃肠消化水谷，吸收和运输营养物质，将营养物质吸收后，运送全身各部以营养脏腑、四肢、肌肉。所以说脾胃为营血化生之源，被称为“后天之本”。脾与胃的经脉相互“络属”而为表里，脾属阴，属里，胃属阳，属表。
肺	肺位于胸中，上连喉咙，开窍于鼻。肺的主要生理功能是主气，司呼吸。肺气有朝百脉、主肃降，通调水道，输精于皮毛，主一身之卫表等作用。肺主管全身的气（包括呼吸之气和人体真气）来维持全身的活动及肺本身的功能，又能辅助心脏维持血液的正常循环。主管血液运行，把废料排出体外。肺的经脉下络大肠，与大肠相为表里。肺属阴，属里，大肠属阳，属表。
肾	肾位于腰部，左右各一。开窍于耳及二阴，其荣在发，肾经脉络膀胱，两者相为表里。 肾的主要功能是藏精气，主生长、发育和生殖。 肾主骨生髓。肾藏精，精生髓，髓养骨，髓聚为脑。 肾主纳气，人的呼吸虽然由肺所主，但肾能帮助肺吸气，称为纳气。 肾主水液。肾脏有蒸化和调节津液的输布以及废液的排泄，以维持体内水液正常代谢的功能。人体内的水液，来源于胃的受纳，由脾的转运，肺的通调，以输布在全身。其废液则下输于膀胱而排出体外。在这个过程中，必须通过肾的气化作用才能完成，称为肾主水液。

六腑的功能（六腑属阳）

胆	胆附于肝，主要功能为贮藏胆汁并输出胆汁以助消化。“肝的余气，泄于胆，聚而成精”，比较洁净，含有精气，故称精汁，不同于肠道和膀胱中的糟粕、排泄物，有“中清之腑”之称。 胆的功能称胆气。胆气除分泌胆汁外，还包括中枢神经的部分神经的部分功能。 胆主决断，即指精神意识方面判断事物作出决定的能力。 肝与胆有脉络相连，能互相影响，相为表里，肝属里，胆属表。
胃	胃主受纳腐熟饮食（即消化），进行初步的消化，在胃中初步消化的食物，由胃向下传送到小肠，进一步加以消化，所以，胃气以下降为顺。足阳明胃经络于脾，胃与脾互为表里，胃属阳属表，脾属阴属里。



小肠

小肠的主要功能为分别清浊，大肠主传化糟粕。分别清浊是小肠的主要功能。

分别清浊：清是指食物经过脾胃消化后所变成的精微物质，浊是指没有用的糟粕部分，小肠能把这两者加以区别。

由脾吸收其中的水谷精微和大部分水液，以输布至全身；没有用的水液，则通过肾的气化作用下渗到膀胱，所以有“小肠主液”之说。至于糟粕，则由小肠传送到大肠，形成粪便，从肛门排出，故称大肠主传化糟粕。

小肠与心相表里，小肠属表，心属里，两者之间有经络相连。

大肠

大肠主要功能是接受小肠的饮食渣滓，吸收其中剩余的水分和养分，转变为粪便，然后由肛门排出体外。所以，大肠是传导糟粕的通道。如果大肠的传导功能失常，就会出现大便干燥、泄泻、痢疾、腹痛、肠鸣或便溏、便血等症。肺与大肠相表里，肺属阴属里，大肠属阳属表。

膀胱

膀胱的主要作用是“化气行水”（气化）。有贮存和排泄小便的功能。尿是人体水液代谢的产物，贮存于膀胱，贮存与排出都是通过化气行水功能来完成。到一定量后排出体外，即是小便。如果“气化”功能失常，就会导致小便不利、小便次数多、尿闭、尿失禁等病症。

膀胱和肾相表里，肾气不足能引起膀胱病症。

三焦

三焦是脏腑外围最大的腑，又称外腑、孤腑。

“焦”就是热的意思，这种热能的表现称为“气”。故而，三焦的总功能是主持诸气，疏通水道的作用。

上焦：是胸膈以上部位，包括心、肺在内。上焦的主要功能为宣发积于胸中的营卫之气及呼吸之气，将其输送到全身，供给体内心、肺的机能活动。

所谓“上焦如雾”，即上焦宣发中焦上输的水谷精气，充养身体各部，像雾露一样均匀地敷布于全身之意。

中焦：是膈下、脐部以上部位，包括脾、胃等脏腑。中焦主要的功能为消化和转输食物，蒸发津液，把营养物质通过肺脉的转化作用以化生营气（即血液的组成部分）。

所谓“中焦如沤”，“沤”即浸渍、腐熟，中焦的主要功能是沤渍食物、腐熟水谷。

下焦：是脐下部位，包括肝、肾、膀胱、小肠、大肠等，主要功能是把人体内消化后的残余物质加以分别清浊，食物的残渣通过大肠排出体外；水液代谢过程中的剩余水分，经过气化由肾通过膀胱排出体外。

所谓“下焦如渎”，渎即小沟渠。下焦是灌渗水液，泌别清浊，排泻二便的场所，其作用在于决渎流通，像沟排水一样。



六经（三阳、三阴）系统组成表

六经	太阳经	阳明经	少阳经	太阴经	少阴经	厥阴经
十二经络	手太阳 (小肠经)	手阳明 (大肠经)	手少阳 (三焦经)	手太阴 (肺经)	手少阴 (心经)	手厥阴 (心包经)
	足太阳 (膀胱经)	足阳明 (胃经)	足少阳 (胆经)	足太阴 (脾经)	足少阴 (肾经)	足厥阴 (肝经)
五脏六腑	小肠	大肠	三焦	肺	心	心包
	膀胱	胃	胆	脾	肾	肝

十二时辰属脏腑及血行部位断病简表

十二时辰断病简表说明

例如：某某小姐或先生，患有精神失常之症已久，看遍医师服药都没效果，这个症状在每天早上8点发作，这时候我们可以参阅时辰断病表。此病在每天早上8点发作，乃出于辰时足阳明胃经的异常而来，所以就知道发病的根源了。

十二时辰		五脏六腑	血行部位
子	23时至01时	足少阳（胆经）	子时血气流注在（胆腑）
丑	01时至03时	足厥阴（肝经）	丑时血气流注在（肝脏）
寅	03时至05时	手太阴（肺经）	寅时血气流注在（肺脏）
卯	05时至07时	手阳明（大肠经）	卯时血气流注在（大肠）
辰	07时至09时	足阳明（胃经）	辰时血气流注在（胃腑）
巳	09时至11时	足太阴（脾经）	巳时血气流注在（脾脏）
午	11时至13时	手太阴（心经）	午时血气流注在（心脏）



十二时辰		五脏六腑	血行部位
未	13时至15时	手太阳（小肠经）	未时血气流注在（小肠）
申	15时至17时	足太阳（膀胱经）	申时血气流注在（膀胱）
酉	17时至19时	足太阴（肾经）	酉时血气流注在（肾脏）
戌	19时至21时	手厥阴（心包经）	戌时血气流注在（心包）
亥	21时至23时	手少阳（三焦经）	亥时血气流注在（三焦、淋巴管）

说明：“气为血帅”，气为阳，是动力，血为阴，是物质基础。气必须依赖营血才能发挥作用，所以又有“血为气母”的说法。血气是血液的运行之意。

能与药物共炖的各种食物

鸡肉	味甘，性温，无毒。入肝、脾、胃经。温中益气，补精添髓，养肝益肾。
鸡蛋	味甘，性平。滋阴润燥，益血，除烦安神，固肾添精，健脾和胃。
鸡蛋黄	味甘，性平。入心、脾、肺、胃、肾经。滋阴润燥，补益强壮，补血，安神。
鸡蛋清	味甘，性凉，外敷解热毒及红肿。
凤凰衣	味甘，性平。入肺经。滋阴润肺止咳。
鸡肝	味甘，性微温。入肝、肾经。补肝肾，明目。脂肪肝、高血压者少吃。
鸡胆	味苦，性寒。入肝、肺经。消炎，止咳，去痰，解毒，明目。
鸭蛋	味甘，性平，无毒。入肺、脾经。滋阴清热，润燥，清肺止咳，补气养血，健脾和胃。
猪肉	味咸、甘，性平，无毒。入脾、胃、肾经。滋阴，润燥，滋补肾阴，养肝血，健脾益气。



猪脚（蹄）	味甘、咸，性平。入胃经。和血脉，补血，通乳，润肌肤，填精髓，健腰膝。
猪肚	味甘，性温，无毒，入脾、胃经。补虚损，健脾胃，止渴消肿，助消化。
猪肝	味甘、苦，性温。入肝经。补肝明目，养血，滋阴，通络下乳。高胆固醇、高血压者不宜多食。
猪胰脏	味甘，性平，无毒。入脾、肺经。益肺补脾，滋阴润燥，通乳，止喘咳。有益不孕症、孕妇。
猪肾	味咸，性平，无毒。入肾经。滋肾，益精，补肾养阴，通利膀胱。肾气寒、虚冷症、冠心病者少吃。
猪脑	味甘，性寒。入肾经。去头风，止眩晕。补骨髓，镇静安神。高血压、高胆固醇者慎用。
猪肠	味甘，性微寒。入大肠经。收涩，止痢，便血，脱肛，润肠通便。脾虚泄泻、感冒者不宜食用。
猪肺	味甘，性平，无毒。入肺经。补肺止咳，止血，化痰，治肺疾。
猪心	味甘、咸，性平。入心经。养心安神，补血，开胸祛郁闷，盗汗，失眠。不可与吴茱萸同食。
猪脊髓	味甘，性寒，无毒。入肾经。滋阴益髓，补钙，补虚劳。高血压、肝炎、胆囊炎、冠心病等患者不宜食。
猪皮	味甘，性平，无毒。入心、肾、肺经。和血脉，润肌肤，利咽喉，养心滋阴。
猪胆	味苦，性寒。入肝、胆、肺、大肠经。清热，润燥，解毒，止咳平喘。胆汁：治黄疸病、气喘、百日咳、喉痛、目赤、肺热咳嗽。
羊肾	味甘，性温，无毒。入肾经。补肾气，益精髓，益血，壮阳。
羊肉	味甘，性温，无毒。入脾、肾经。益气补虚，温中暖胃，温补气血，祛寒。外感热症者不宜食。
蜆肉	味甘、咸，性寒。入胃、肾经。清热利湿，解毒消渴。治糖尿病、脚气浮肿。汤和药可治肝病。
鲍鱼	味甘、咸，性平。入肝、肾经。明目去障，滋阴益精，清热利湿，通五淋。
黄鳝	味甘，性温，无毒。入肝、脾、肾经。补中益血，疗虚损，祛风湿，强筋骨。虚热病患者不宜食用。



田鸡	味甘，性寒。入脾、肾经。利水消肿，解劳补虚，治疳瘦。
田鸡油	味甘，性平。强壮补虚，添精髓。
蛤蜊	味咸，性寒。入胃经。润五脏，止消渴，软坚散肿，利尿。阳虚体质、脾胃虚寒者不宜食用。
鲈鱼	味甘，性平，有小毒。益脾胃，补肝肾，强筋骨，肝肾不足，腰膝酸软，滋补，治水气，促进开刀伤口愈合。
鲫鱼	味甘，性平，无毒。入脾、胃、大肠经。补脾健胃，利水除湿，清热解毒，通脉下乳，主治水腫、腹水、体虛浮腫、腎炎，肝硬化。
鲤鱼	味甘，性平，无毒。入脾、肾、肺经。补脾健胃，通乳，下气，利水消肿，壮阳益精。
螃蟹	味咸，性寒，微毒。入心、肝、肾经。清热散结，益气活血，养筋壮骨。忌与柿、荆芥同食。
牡蛎	味咸涩，性寒，无毒。入肝、肾经。益阴潜阳，镇静安神，收敛固涩，化痰软坚，和胃制酸，滋阴养血。

煎药常选用的蜜糖类

蜂蜜	味甘，性平，无毒。入肺、脾、大肠经。补中益气，安五脏，和百药，解百毒，滑肠通便，润肺补中，缓急。补中润肺宜煎熟用，解毒止痛宜生用。即煎熟用能补中润肺，生用能解毒止痛。
冰糖	味甘，性平，无毒。入脾、肺经。补中益气，和胃润肺，生津清热。胃中有痰湿者慎用。
白砂糖	味甘，性平。入脾、肺经。补中，润肺生津，止咳，止胃痛，解酒。
红糖	味甘，性温。入脾、胃、肝经。补气，缓中温胃，活血祛淤。
饴糖	饴糖又名麦芽糖。味甘，性温，无毒。入脾胃、肺经。补虚缓痛，润肺生津，止咳，健脾胃。

服食中草药与服用西药之禁忌

※服用西药后必须间隔2小时以上才能服食中草药，切忌同时服用。