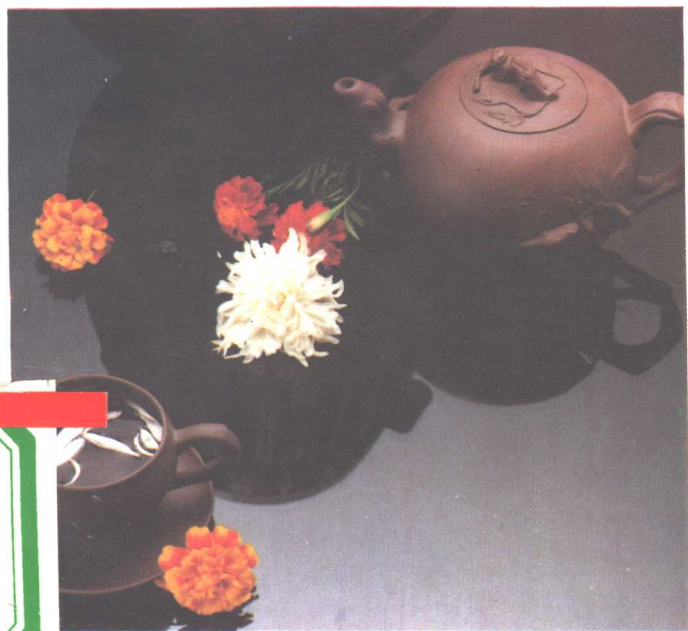




药茶治百病

顾问：
邓明鲁
主编：
王富春
刘洋



吉林科学技术出版社

药茶治百病

顾问 邓明鲁

主编 王富春 刘 洋

吉林科学技术出版社

【吉】新登字 03 号

药茶治百病

王富春 刘 洋 主编

责任编辑：韩 捷

封面设计：曲 刚

出版 吉林科学技术出版社 787×1092 毫米 32 开本

6.25 印张

130 000 字

1993 年 1 月第 1 版 1993 年 12 月第 2 次印刷

发行 吉林省新华书店 印数：20111—30210 册

定价：3.30 元

印刷 长春科技印刷厂

ISBN 7-5384-1073-2/R·208

编 者 董 杰 隋殿军 杨保林
左安峰 孙中慧 赵会华
逯玉芝 张 雷 郭忠奎

前 言

药茶是我国传统医学食疗方法之一，也是中药的一种剂型。它是以茶叶和药物配合使用，或以药物代为茶饮的方法。

关于茶的作用，早在《神农本草经》中就有：“神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶而解之”的记载，能解诸般药毒之茶，当是药中之上品。《唐本草》亦谓茶有“祛痰热，消宿食，利小便”之功效。可见我国用茶治病已有悠久的历史。

后世医家不断总结、发挥，将茶叶中对入不同的药物，从而使药茶的治病范围进一步扩大，如将茶叶中对入橘红成为止咳祛痰的名茶“橘红茶”，还有将茶叶中对入解毒药物外用，成为治疗疮痒肿毒的药茶。另外，也有将药物的根、茎、叶进行煎泡代茶饮者，如“人参茶”、“菊花茶”、“红花茶”等等。这些药茶都是借助茶或药物的有效成分，而达到防病治病的目的。

为了发掘祖国医药学遗产，普及医药卫生知识，指导正确地选用药茶，解决广大群众为养生保健、防治疾病的需要，书中比较全面、系统地介绍了历代医书、方书、茶书及近代临床报道、实验研究中有关药茶的知识。集古今药茶方近300首，按照内、外、妇、儿、五官等各科常见、多发疾病分类，详细介绍各有关茶方的来源、组成、服法、功效和适应症等。并以中医药学理论结合近代研究成果，作出了客观而实际的评述。此书引用的文献资料极为丰富，收集面广，并以病名统方，查阅方便，具有较高的实用价值。

此书是一部普及利用药茶防治疾病的知识性读物，读者可根据自身状况择方使用。也可供医护人员、饮茶爱好者研究参考。

我们期待着此书对于弘扬中华民族传统文化，促进中医中药和传统养生保健事业的发展起到积极作用。

编 者

1992 年 4 月

目 录

第一章 概 论 (1)

- 一、药茶的发展概况 (1)
- 二、药茶的作用 (4)
- 三、茶叶的分类 (7)
- 四、药茶的制备与用法 (8)
- 五、饮用茶与药茶的注意
事项 (9)

第二章 内科药茶方 (12)

- 一、感 冒 (12)
- 葱 豉 茶 (12)
- 桑菊香豉茶 (13)
- 加减香薷茶 (14)
- 蒲公英茶 (14)
- 苍术贯众茶 (15)
- 紫苏叶茶 (16)
- 核桃葱姜茶 (16)
- 二、咳 嗽 (17)
- 萝卜姜汁茶 (17)
- 桑菊杏仁茶 (17)
- 百合杷藕茶 (18)

- 三子养亲茶 (19)
- 鱼腥草茶 (20)
- 姜糖苏叶茶 (20)
- 玄麦甘桔茶 (21)
- 三、哮 喘 (22)
- 款 冬 茶 (22)
- 冬 花 茶 (22)
- 止 喘 茶 (23)
- 川贝莱菔茶 (24)
- 杏梨饮茶 (24)
- 四、肺 痛 (25)
- 双花杏蜜茶 (25)
- 冬瓜子茶 (26)
- 芦根冬瓜子茶 (26)
- 五、肺 癆 (27)
- 功劳叶茶 (27)
- 百 部 茶 (28)
- 薯 蕷 茶 (28)
- 苦 丁 茶 (29)
- 沃 雪 茶 (30)
- 六、泄 泻 (30)
- 红枣生姜茶 (30)
- 萝卜叶茶 (31)

扶 中 茶 (32)
 扁 豆 茶 (32)
 硫 磺 茶 (33)
 七、呕 吐 (34)
 草 姜 茶 (34)
 麦芽山楂茶 (34)
 陈仓米柿饼霜茶 (35)
 甘蔗姜汁茶 (36)
 姜 夏 茶 (36)
 乌 礞 茶 (37)
 八、呃 逆 (38)
 姜 茶 (38)
 柿 蒂 茶 (39)
 治呃逆药茶 (39)
 竹茹芦根茶 (40)
 棉 壳 茶 (41)
 九、头 痛 (41)
 川 芎 茶 (41)
 白芷菊花茶 (42)
 僵蚕葱白茶 (43)
 天麻川芎茶 (43)
 藿 香 茶 (44)
 十、眩 晕 (45)
 夏枯草荷叶茶 (45)
 复方菊槐茶 (46)
 杜 仲 茶 (46)
 莲 心 茶 (47)
 罗布麻降压茶 (48)
 芹菜红枣茶 (48)
 十一、便 秘 ... (49)

番泻叶茶 (49)
 生 军 茶 (50)
 决明苡蓉茶 (51)
 四仁通便茶 (52)
 连 翘 茶 (52)
 十二、胃 痛 ... (53)
 姜 枣 茶 (53)
 茉莉花茶 (54)
 橘 枣 茶 (54)
 健 胃 茶 (55)
 麦 冬 茶 (56)
 咸柠檬茶 (56)
 甘 松 茶 (57)
 十三、痢 疾 ... (57)
 止 痢 茶 (57)
 麻仁蜜茶 (58)
 鸭舌草茶 (59)
 银花莲子茶 (60)
 石榴皮茶 (60)
 二陈止痢茶 (61)
 十四、中 风 ... (62)
 地 龙 茶 (62)
 秦艽丹参茶 (62)
 十五、胸 痹 ... (63)
 丹 参 茶 (63)
 山楂益母茶 (64)
 十六、失 眠 ... (65)
 安 神 茶 I (65)
 安 神 茶 II (66)
 安 睡 茶 (66)

灯心竹叶茶	(67)
莲子心茶	(68)
柏子仁茶	(68)
十七、汗 症 ..	(69)
黄芪红枣茶	(69)
浮小麦茶	(70)
五味枸杞茶	(71)
十八、腰 痛 ..	(72)
狗 脊 茶	(72)
伸筋草茶	(73)
骨碎补茶	(73)
十九、痹 证 ..	(74)
苦 丁 茶	(74)
僵蚕良姜茶	(75)
仙灵木瓜茶	(76)
独 活 茶	(76)
苡米防风茶	(77)
二十、淋 症 ..	(78)
石 韦 茶	(78)
藕节冬瓜茶	(79)
柳 叶 茶	(79)
荸荠内金茶	(80)
通 草 茶	(81)
二十一、肋 痛	(81)
玫瑰花茶	(81)
佛 手 茶	(82)
麦芽青皮茶	(83)
苏 木 茶	(83)

二十二、黄 疸

茵黄绿茶	(84)
消 黄 茶	(85)
青蒿茵芦茶	(86)

二十三、水 肿

桑白皮茶	(86)
玉米须茶	(87)
茅 茶	(88)
蚕豆壳茶	(89)
芫花叶茶	(89)

二十四、消 渴

瓜蒌根冬瓜茶	(90)
石斛冰糖茶	(91)
生地石膏茶	(91)
山 药 茶	(92)
降 糖 茶	(93)
姜 盐 茶	(93)

二十五、肥胖症

桑白皮茶	(94)
山楂银菊茶	(95)
三花减肥茶	(95)
减 肥 茶	(96)

第三章 妇科药茶方

.....	(97)
一、痛 经	(97)

川芎调经茶	(97)
调 经 茶	(98)
二花调经茶	(99)
二、闭 经	(100)
调 经 茶	(100)
红糖姜枣茶	(100)
三、月经不调	(101)
四炭止血茶	(101)
黑豆苏木茶	(102)
四、湿热带下	(103)
马 兰 茶	(103)
石 榴 茶	(103)
五、妊娠恶阻	(104)
苏姜陈皮茶	(104)
胡 桃 茶	(105)
六、羊水过多症	(106)
羊水过多茶	(106)
七、产后便秘	(107)
蜜 茶	(107)
导气通便茶	(108)
八、产后头痛	(109)
川芎头痛茶	(109)
蜜 芷 茶	(109)

九、产后腹痛	(110)
红糖胡椒茶	(110)
十、产后汗症	(112)
玉米芯茶	(112)
十一、乳 痈	(114)
雄黄矾茶散	(114)
十二、回乳断奶	(116)
退奶麦芽茶	(116)
十三、不孕症	(117)
通经益孕茶	(117)
十四、脏躁症	(119)
参 枣 茶	(119)
十五、恶露不绝	(120)
红 糖 茶	(120)

第四章 外科药茶方

.....	(121)
一、骨髓炎	(121)
蜈蚣茶调散	(121)
二、痔疮出血	(122)
槐 叶 茶	(122)
木槿花茶	(122)

木耳芝麻茶	(123)	银 薷 茶	(133)
三、疮 疡	(123)	薤菜荸荠茶	(134)
槐花茶调散	(123)	叶 茶	(135)
蒲公英茶	(124)	四 味 茶	(135)
茶 梅 散	(124)	三、百日咳	(136)
四、蜂虫叮咬	(125)	车前根茶	(136)
茶 叶 散	(125)	百日咳茶	(137)
五、煤气中毒	(126)	四、小儿风疹	(138)
醋 茶	(126)	散 疹 茶	(138)
六、烧 伤	(126)	银 蝉 茶	(139)
茶 叶	(126)	连 翘 茶	(140)
七、脉管炎	(127)	五、小儿麻疹	(141)
赤芍甘草茶	(127)	芦根透疹茶	(141)
八、草木中毒	(128)	红萝卜荸荠茶	(142)
白 矾 茶	(128)	六、水 痘	(143)
九、腰 痛	(128)	去烂痘茶	(143)
醋 茶	(128)	茶烟去痘痒	(143)
第五章 儿科药茶方	(130)	七、流行性腮腺炎	(144)
一、小儿流行性感胃	(130)	炸 腮 茶	(144)
绿豆流感茶	(130)	味 茶	(145)
橄榄萝卜茶	(131)	海金沙茶	(146)
二、小儿夏季热	(132)	八、遗 尿	(147)
小儿暑热茶	(132)	缩 尿 茶	(147)
		益智缩尿茶	(148)
		九、小儿夜啼	(149)

麦 枣 茶	(149)
清心宁神茶	(150)
十、小儿麻痹症	(151)
金银花茶	(151)
十一、赤 眼	(152)
胡连茶调散	(152)
十二、牙 疳	(153)
松罗椒盐茶	(153)
十三、小儿泄泻	(154)
车前米仁茶	(154)
十四、小儿痢疾	(155)
麦 茶	(155)
柏 叶 茶	(156)
十五、蚕豆黄	(157)
艾茵除黄茶	(157)
十六、麻 疹	(158)
银蝉茶	(158)
红萝卜荸荠茶	(159)
十七、小儿食积	(159)
小儿七星茶冲剂	(159)

第六章 五官科药茶方

.....	(161)
一、红眼病	(161)
菊花龙井茶	(161)
连 花 茶	(162)
决明茶调散	(163)
二、溃疡性睑缘炎	(163)
消炎洗眼茶	(163)
烂眼外洗茶	(164)
三、冷泪症	(165)
石 膏 茶	(165)
四、视力衰退	(166)
杞 菊 花	(166)
五、中耳炎	(167)
黄柏苍耳茶	(167)
平肝清热茶	(168)
六、耳 鸣	(168)
桑 饮 茶	(168)
海蜇马蹄茶	(169)
七、鼻 渊	(170)
嗅 鼻 茶	(170)
苍耳子茶	(170)
藿香辛芷茶	(171)
八、酒皲鼻	(172)
荆 芥 茶	(172)
九、急性咽喉炎	(173)
菊 花 茶	(173)

丝 瓜 茶	(173)
雄 黄 茶	(174)
消 炎 茶	(175)
防疫清咽茶	(175)
榄海蜜茶	(176)
十、梅核气	(177)
二花参麦茶	(177)
橘 朴 茶	(177)
二花桔萸茶	(178)
二绿女贞茶	(178)
罗汉果茶	(179)
十一、声音嘶哑	(179)
双 叶 茶	(179)
大海生地茶	(180)
诃子甘草茶	(180)
十二、久咳失音	(181)
橄竹梅茶	(181)

十三、龋 齿	(181)
坚 齿 茶	(181)
芫辛椒艾茶	(182)
十四、牙本质过敏	(183)
护 齿 茶	(183)
十五、牙周炎	(183)
蛋 茶	(183)
盐 茶	(184)
牙 痛 茶	(184)
竹 叶 茶	(185)
十六、霉菌性口腔炎	(185)
马 兰 茶	(185)
十七、口 臭	(186)
桂 花 茶	(186)

第一章 概 论

一、药茶的发展概况

茶与茶疗，是祖国医药学的重要组成部分之一，是我国劳动人民长期与疾病作斗争的经验总结。数千年来，在诊治疾病的医疗实践过程中，出现很多有效的药茶方，为促进人民健康的保健事业起到了积极的作用。

茶原是一种野生的山茶科常绿灌木类植物。在距今约4000多年前的神农时代，劳动人民偶然发现了茶以及茶的解毒作用，于是把茶作为解毒之品来饮用。自此，茶从野生进入人工栽培时代，被人类作为养生保健、防病治病之品而应用，并随着社会的发展和人们对茶的功效认识的提高而不断完善。

我国是茶的故乡，种茶已有4000多年的历史。后经丝绸之路传到欧洲，向东传到日本。关于茶的起源，有传说，也有神话。我国现存最早的药理学专著，春秋战国时期的《神农本草经》在记载茶的起源时，原文谓：“神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶而解之。”对于这段文字记载后人有两种不同的传说。一种传说，神农为人民治病，亲自尝试各种草木治病的功效，在煮水时，偶然有茶叶由枝头飘入锅内，饮服后发现茶叶有解毒止渴的作用。另一种传说，神农尝试草木治病的功效，尝到金绿色滚山珠中毒，倒在茶树下，茶树上面的水流入口中，因而得救。不论哪种传说，都说明春秋战

国时代发现了茶有解毒治病的作用，并将其作为解毒治病的药物来饮用。

东汉末年张仲景著《伤寒杂病论》，明确指出“茶治便脓血甚效。”其认为茶是一味具有清热解毒、凉血止血的药物，对下痢脓血，有良好的治疗效果。

唐代关于用茶叶防病治病的论述已较多。茶圣陆羽著的《茶经》是我国最早的茶叶专著，也是世界上第一部茶叶专著，对茶树的种植、茶叶的功用等有较详细的记述，对当时茶叶的生产和消费有很大的促进作用，因此当时卖茶的人，都将他视为“茶神”。《唐本草》云：“茶味甘苦，微寒无毒，去痰热，消宿食，利小便。”唐代著名药物学家陈藏器评述茶的功效为“诸茶为各病之药，茶为万病之药。”进一步指出了茶是一味可以治疗多种疾病的良药。

由于茶有它的药用价值，且取用方便，古人在茶末中掺入一些药物，饮茶时一起咀服，从而形成了“药茶”这一新剂型。如《唐本草》又云：“下气消食，作饮加茱萸、葱、姜良。”这就是早期的药茶记载。

随着人们医疗实践经验的逐渐积累，后世将一些带有苦味的植物叶、芽、根、皮等碾碎后如茶样煎泡饮用的都统称为“茶”。如《外台秘要》将玉竹、茯苓、葛根等14味药加工制成饼子阴干，称之为“消渴茶”，用时“煎以代茶”，本方虽名之曰“茶”而却不含茶叶，药茶是指一种剂型，未必皆加入茶叶。以后，又扩展为凡含茶的处方，无论如何应用，统称为药茶。

宋代王怀隐的《太平圣惠方》中列有药茶方10多则。如：治疗伤寒头痛壮热，用茶叶配伍荆芥、薄荷、山栀、豆豉等的“葱豉茶”；以茶叶配伍生姜、石膏、麻黄、薄荷等，治疗

伤寒鼻塞头痛烦躁之“薄荷茶”；治疗宿滞冷乏及泻痢，以茶叶配伍硫黄、诃子皮等的“硫磺茶”。又如《圣济总录》所载的茶疗方有：“治霍乱后烦躁卧不安”，用好茶末与炮干姜来配伍的“姜茶”；“治小便不通，脐下满闷”，以海金沙配伍腊茶，用生姜、甘草汤调服之“海金沙茶”。而陈承在《重广补注神农本草经》中说“茶治泄痢甚效”，指出茶有良好的止痢功效，这已被历代医学家所验证。

元代忽思慧著《饮膳正要》中亦有药茶的记述，如“清茶，先用水滚过滤净下茶芽少时煎成。”并明确地指出：“凡诸茶，味甘苦微寒无毒，去痰热止渴利小便，消食下气，清神少睡。”

明代杰出的药物学家李时珍在《本草纲目》中对药茶的功效亦有明确的论述，如“茶主治喘急咳嗽，去痰垢”。又说：“茶苦而寒，最能降火……煎浓饮吐风热痰涎。”并附有药茶方，如“痰喘咳嗽，不能睡卧，好末茶一两，白僵蚕一两，为末，放碗内盖定，倾沸汤一小盏。临卧，再添汤点服。”

清代，关于研究茶的著述颇丰，并且药茶的应用亦十分普遍。如黄宫绣《本草求真》归纳茶的功用为“能入肺清痰利水，入心清热解毒，是以垢腻能涤，炙搏能解。凡一切食积不化，头目不清，痰涎不消，二便不利，消渴不止，及一切吐血便血，衄血血痢，火伤目疾等症，服之皆能有效。”汪昂著《本草备要》谓：“饮茶有解酒毒，油腻，烧灼之毒。多饮消脂，最能去油。”费伯雄著《食鉴本草》，书中备录药茶方多种，如五合茶“但凡觉受风寒，头疼鼻塞，身体困痛，即用生姜大块捣烂，连须葱白、红糖、胡桃捣碎，霍山茶，滚水冲一大碗热服，微汗即愈。”

近代，随着科学的发展，人们在长期的防病治病的临床

实践与研究中发现茶叶中的多种成分均有很好的保健、治疗效果，其中所含的蛋白质、氨基酸、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质等，都是人体所必需的营养成分，茶药配用，有助于发挥和加强药物的疗效和有利于药物溶解、吸收。因此，国内外自 80 年代起，兴起了一股“茶疗热”，一些杂志、报纸介绍药茶的文章甚多，如《中成药研究》杂志刊出“三花减肥茶”、“消肥健身茶”、“还童茶”等多种药茶方。另外，《大众医学》、《营养世界》、《经济日报》、《中国食品报》等报刊，均有药茶方刊出。许多著名老中医，都有应用药茶来防治疾病的经验体会。如著名医家蒲辅周认为：“茶叶微甘微寒而兼芳香辛散之气，清热不伤阳，辛开不伤阴。芳香微甘，有醒胃悦脾之妙。”周潜川撰《气功药饵疗法与救治偏差手术》，书中收集薄荷茶、菖蒲茶、柏子仁茶等多种药茶处方，并详备制作方法。

综上所述，药茶自春秋战国时代起至今，已有近 4000 多年的历史，经过历代医家、养生家的不断完善，已成为祖国医药学防病治病、养生保健中的一大特色，并在医疗保健事业中，起到了积极的作用。

二、药茶的作用

世界卫生组织调查了许多国家的饮料优劣情况，最终认为：茶为中老年人的最佳饮料，方便、经济、卫生。据药理研究，茶叶含有蛋白质、脂肪、十多种维生素，还有茶多酚、咖啡碱和脂多糖等近 300 种成分。经常饮用，能补充人们所需要的营养，吸收排泄放射性元素，起着延年益寿的作用。

1. 药茶能兴奋中枢神经，增强抗病能力：茶叶中所含的