

中医百日通丛书

第十四週 · 361



一百天学中药

杨进

黄煌

朱丽江

编著



技术出版社

· 中医百日通丛书 ·

一百天学中药

杨进 黄煌 朱丽江 编著

上海科学技术出版社

· 中医百日通丛书 ·

一百天学中药

杨进 黄煌 朱丽江 编著

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号)

新华书店上海发行所经销 常熟市文化照相制版彩印厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 14.25 字数 261 000

1998 年 1 月第 1 版 1998 年 1 月第 1 次印刷

印数 1-7 000

ISBN 7-5323-4391-X/R·1160

定价:15.10 元

本书如有缺页、错装和坏损等严重质量问题,

请向承印厂联系调换

编者寄语

编写意图

为了使广大的读者能在较短时间内了解中医药学的理论和诊治疾病的方法,我们在 1991 年编写出版了《一百天学开中药方》,除了简单介绍了中医药学的基本特点和理论知识外,并安排了主要的时间学习了常见的病证类型及其相应的 60 余首中药方,试图通过这一学习,初步知道如何运用中医理论诊治常见的疾病和开中药方。该书出版后,受到广大读者的欢迎,认为这是一本较易学习的中医学入门书。但要进一步深入地学习中医学,并进而掌握中医学的内容,更好地把中医学理论用于诊治疾病,就要在入门的基础上再学习一系列中医药的书籍。首先要对中医治疗疾病的主要武器——中药有更深入地了解。为此,我们编写了本书,与《一百天学开中药方》相配套,供对中医药学感兴趣的读者参考。通过本书的学习,除了可以掌握中药学的理论知识和 200 多味中药的有关知识外,还可进一步加深对《一百天学开中药方》内容的理解。

内容安排

在本书中,以临床实用为目标,贯穿“药证相应”的原则,在用较少篇幅介绍中药学理论知识的同时,按药物的作用不同,分别介绍解表、清热、泻下、祛

湿、利水、温里、理气、活血、止血、消食、化痰止咳平喘、安神、平肝、开窍、补益、收敛、驱虫等类中药的功效、品质、主治病证、用法用量，每药后附有药性歌，还附有若干简便方，以便理解药物的实际应用。在每药后还列有注意事项。每天则安排有若干问题的每日练习，以帮助读者消化每天所学的内容。

在编写方法上，本书仍保持了《一百天学开中药方》的风格体例，依然采用每日学一节，一周学六天，共学习一百天(十四周)的形式。

在学习方法上，本书可参照《一百天学开中药方》，注意按书中编排顺序逐周逐天地学。在学习时，切忌三天打鱼，两天晒网。每天用在学习上的时间约在一小时左右，另外要抽些时间背诵药性歌。

目 录

第一周

■	中药基本理论知识	(1)
一、	中药一般知识	(1)
	中药和中药学	(1)
	如何学中药学	(3)
	中药的分类	(5)
■	二、中药的药性理论	(6)
	什么是四气五味	(6)
■	什么是升降浮沉	(11)
	什么是归经	(13)
■	三、影响中药效果的因素	(14)
	中药本身的质量	(15)
	中药的产地和采收	(16)
	中药的炮制	(18)
■	中药的用法	(20)
	中药的保管和贮藏	(22)
■	四、中药的配伍与禁忌	(24)
	中药的配伍	(24)
■	中药不良反应的预防	(26)
	中药的剂量	(29)

第二周

解表药 (32)

一、辛温解表药 (33)

麻黄 (33)

桂枝[附:肉桂] 紫苏叶[附:苏梗] (37)

生姜 荆芥 防风 (42)

羌活 白芷 苍耳子 辛夷 (48)

香薷 (53)

二、辛凉解表药 (55)

薄荷 蝉衣 (55)

牛蒡子 菊花 葛根 柴胡 (58)

第三周

清热药 (67)

一、清热泻火药 (69)

石膏 (69)

知母 栀子 (71)

黄连 黄芩 (76)

黄柏 苦参 (82)

龙胆草 夏枯草 玄参 (86)

二、清热解毒药 (91)

金银花[附:忍冬藤] 连翘 (91)

第四周

- 蒲公英 大青叶 [附：板蓝根、青黛] 蚤休··· (96)
- 虎杖 鱼腥草 射干 白头翁····· (101)
- 三、清热凉血药····· (107)
 - 生地 水牛角 牡丹皮 赤芍····· (107)
- 四、清虚热药····· (114)
 - 青蒿 地骨皮····· (114)
- 泻下药····· (117)
 - 大黄····· (119)
- 芒硝 麻子仁 番泻叶····· (124)

第五周

- 祛风湿药····· (129)
 - 独活 秦艽····· (130)
- 威灵仙 防己 豨莶草····· (134)
- 木瓜 桑寄生 五加皮····· (139)
- 蚕砂 海桐皮 白花蛇····· (145)
- 芳香化湿药····· (149)
 - 苍术 厚朴····· (150)
- 藿香 佩兰 砂仁 白豆蔻····· (154)

第六周

- 利尿药····· (161)

	茯苓 猪苓 泽泻	(162)
■	滑石 苡仁 木通	(168)
■	茵陈 金钱草 车前子	(173)
■	温里药	(177)
	附子 干姜	(179)
■	吴茱萸 细辛	(184)
■	花椒 胡椒 高良姜	(189)

第七周

■	理气药	(194)
	橘皮	(195)
■	青皮 枳实[附:枳壳]	(198)
■	薤白头 木香	(204)
■	沉香 檀香	(208)
■	丁香 香附	(212)
■	川楝子 小茴香	(216)

第八周

■	荔枝核 橘核	(221)
■	消食药	(223)
	山楂 神曲	(225)
■	麦芽 鸡内金	(228)
■	驱虫药	(232)

	使君子 槟榔 榧子	(233)
■	止血药	(238)
	小蓟[附:大蓟] 地榆	(240)
■	槐花 侧柏叶 仙鹤草	(243)

第九周

■	白及 三七	(249)
■	茜草 蒲黄	(252)
■	活血药	(256)
	川芎 乳香[附:没药]	(258)
■	郁金 延胡索 丹参	(262)
■	益母草 桃仁 红花	(268)
■	牛膝 五灵脂 三棱[附:莪术]	(274)

第十周

■	化痰药	(280)
	半夏 天南星	(281)
■	白附子 白芥子 桔梗	(286)
■	瓜蒌[附:天花粉] 贝母 竹沥	(291)
■	止咳平喘药	(296)
	杏仁 白前 前胡	(297)
■	紫菀 冬花 葶苈子	(301)
■	百部 枇杷叶 苏子	(305)

第十一周

- 安神药 (310)
 - 酸枣仁 柏子仁 (311)
- 龙骨 磁石 远志 (314)
- 平肝息风药 (319)
 - 羚羊角 石决明 (321)
- 珍珠[附:珍珠母] 牡蛎 代赭石 (324)
- 天麻 钩藤 决明子 (330)
- 全蝎 蜈蚣 地龙 白僵蚕 (335)

第十二周

- 开窍药 (343)
 - 麝香[附:牛黄] 冰片 石菖蒲 (344)
- 补气药 (350)
 - 人参 (351)
- 西洋参 党参 太子参 (355)
- 黄芪 白术 山药 (359)
- 甘草 大枣 蜂蜜 (365)
- 补血药 (371)
 - 熟地 当归 (372)

第十三周

- 白芍 何首乌 阿胶 (377)

■	补阴药	(383)
	北沙参[附:南沙参] 麦冬	(384)
■	天冬 石斛 玉竹	(387)
■	黄精 枸杞子 百合	(392)
■	山茱萸 旱莲[附:女贞子] 黑芝麻	(397)
■	龟板 鳖甲	(401)

第十四周

■	补阳药	(406)
	鹿茸 肉苁蓉 冬虫夏草	(406)
■	仙茅 淫羊藿 杜仲	(411)
■	收涩药	(416)
	五味子 乌梅	(417)
■	诃子 石榴皮 肉豆蔻 莲子	(421)
■	芡实 金樱子 覆盆子	(426)
■	罂粟壳 桑螵蛸 乌贼骨	(430)
	药名索引	(435)

中药基本理论知识

一、中药一般知识

♣ 中药和中药学

中药是指我国传统中医学所使用的药物,这些药物主要直接采用植物、动物、矿物等天然资源,是中医用以防治疾病的主要武器。

有人说,中药就是中国产的药。这话并不确切,因为在中药里有不少药是从国外进口的,古称为“舶来品”,如砂仁、血竭、胖大海等,这些药尽管不一定是中国生产的(其中有的中国也引种成功了,如砂仁等),但仍称为中药,另一方面,中国生产的各种抗生素、生物制品等药,却不称为中药,而称为西药。

人类在原始时代,在采集、猎取自然界的动、植物作为食物的过程中,就逐步认识到这些食物对人体能发生有益的或有害的影响,这就是最早的药物知识。我国有六千年的文明史,地大物博,人口众多,在这么长的历史时期内,有这么多的人在进行着争取生存和防病治病的实践,所积累起来的药物知识是极其丰富的,在对药物知识的广泛而大量积累的

基础上,逐步上升为理论。在大约二千年前左右,以《黄帝内经》(包括《素问》和《灵枢》)、《神农本草经》(简称《本经》)的出现为标志,形成了具有较为完整理论体系的中药学。在《黄帝内经》中主要是较为系统地阐述了有关中药的理论和如何运用中药的原则、大法,如药物的四气五味、药物性味与五脏的关系、五脏有病时对药物的选择等。而在《神农本草经》中则具体介绍了 365 味中药的性味、功用和主治病证。

中药学是中医学的主要基础学科之一,它主要的内容是阐述中药的来源、性质、加工、功用、主治,以及有关中药性质、作用的理论和运用中药的方法和理论等。

中药学及其著作在我国古代称为“本草”,这是因为中药里草木类的药物占了大多数。我国历代编写刊印的本草著作极多,药物的种类和内容也不断地充实、增加。如在我国最早的中药学专著《神农本草经》之后,不仅中药学的理论不断充实发展,中药的品种数字也日趋增加。以历代较著名的中药著作来看,唐代的《新修本草》载药 844 种、宋代的《证类本草》载药 1558 种、明代的《本草纲目》载药 1892 种,现代编的《中药大辞典》载药 5767 种,而有的中药书中载药已超过 8000 种。这一方面反映了我国中药资源的丰富,另一方面也显示了中药的数量甚大,中药学的内容极为丰富,同时也就提醒学习者,要学好中药学并不是轻而易举的。

我国中药学的成就是十分巨大的,不仅在历史

上对中医的发展和对中国周边国家的医药学发展起了重要的作用,而且对世界医学的发展产生了重要的影响。甚至直到今天,中药,特别是中药中的生药是世界医药学界研究的一个热点,每年都有从中药中提取出来的新药问世。如治疗以防治心血管疾病著称的从银杏叶中提取的有效成分所制成的药,为欧洲的制药企业创造了极大的利润。

♣ 如何学中药学

要学中医,就必须学中药学,掌握中药是学习中医学的基本内容之一,特别是进一步学习方剂学和临床的内、外、妇、儿各科的重要基础。中药是中医防治疾病的主要武器,不懂中药学理论和各种中药的有关知识是不能成为一个中医的,正好比不会使用武器的人不能成为战士一样。然而中药的书籍很多,中药学的内容又极为丰富,那究竟怎么来学中药呢?

要学习中药学,应首先掌握中医学的基本理论,如中医的脏象、病因、病机、辨证纲领、治疗原则和大法等。这是因为,中药的理论是中医理论的一个组成部分,所谓“理法方药”是贯穿在一起的,如不了解中医理论,就无法说明中药的作用、主治,更无法指导中药的运用。这一点与用西药有很大的不同,大多数的西药在诊断明确的情况下,可以“对病下药”,比较容易掌握和理解。而中药的运用,除了少数单方较容易掌握外,一般都要通过辨证来确定病证的阴阳表里寒热虚实属性,并进而确定为何“证”,然后才能

“对证下药”，所以如不掌握中医的基本理论，是无法学习和掌握中药学的，当然也就不能使用中药去防治疾病。我们已编写出版了一本《一百天学开中药方》（香港商务印书馆出版），其中介绍了中医学的基本理论，如能先学习这本书，然后再学本书，自然方便不少。当然，也可先学习其他介绍中医基本理论的书籍。在你初步掌握了中医学的基本理论后，再来学习中药学的理论，就不会存在理解上的困难了。

就中药学本身来说，学习的重点是有关中药学的基本理论，以及常用药物的药性、功效、主治的主要病证。本书通过一百天的学习，要求能基本掌握200味左右常用中药的药性、功效、主治哪些疾病。在学习过程中，要注意把作用相似的药物进行归纳、比较，了解它们之间的同与异。这样不仅较容易记，而且也为了在临床时具体运用这些药物打下基础。为了帮助记忆，为每味药编了“药性歌”，如能背诵，更便于记住药物的药性、功效、主治。至于在本书内所列的【简便方】，主要供理解药物的作用和治疗某些疾病参考之用，不必一一去记。每节后的【每日练习】所列的问题则是应在全面学习本节内容的基础上认真去思考，或动笔做一下，对于掌握本节的内容很有好处。

当然，要真正掌握中药学的理论和知识，还需要亲自把中药用于治疗各种疾病，当你用一味或几味中药治好了某一种疾病后，你对这一味或几种中药的功效和能治疗什么疾病就会有深刻的体会了。

♣ 中药的分类

中药的分类有许多方法。在古代本草书籍中,有的是按药性和作用分类,如《神农本草经》中把性质平和,有补益作用的药列为上品,性质较猛烈,有攻伐作用的药列为下品,其他则列为中品。有的是以药物的来源分类,如《本草纲目》中把中药按其来源分为水、火、土、金石、草、谷、菜、果、木、器、虫、鳞、介、禽、兽、人等部。有的中药书籍如《中药的质量及其合理应用》把中药按药用部位分为根和根茎类、茎木类、皮类、叶类、全草类、花类、果实和种子类、动物类、矿物类等。而在近代和现代的中药书籍中,往往按药物的作用进行分类,如分为解表药、清热药、泻下药、祛风湿药、祛湿药、温里药、理气药、消食药、驱虫药、理血药、化痰止咳平喘药、安神药、平肝息风药、开窍药、补益药、收敛药、涌吐药、外用药等。这些分类方法各有优缺点:如按来源分类,不能体现其作用特点;如按作用分类,在学习时有助于记忆和相互比较,但一味药的作用往往不止一个方面,如麻黄既可解表,又可平喘,按作用归于一类,就不能很全面。本书采用按作用归类的方法,在学习时要注意与其他类药物中具有相似作用的药物进行比较。

【每日练习】

1. 什么是中药? 中药学的主要内容是什么?
2. 你认为怎样才能学好中药?
3. 中药是如何分类的?