

家庭  
藥茶

金盾出版社

# 家庭药茶

王发渭 郝爱真 编著

金盾出版社

(京)新登字 129 号

## 内 容 提 要

本书收载自配药茶方和市售成品药茶方 800 余首。每首都详细介绍了来源、配方、功效、用法及宜忌。选方科学,使用简便,既可供一般家庭医疗保健使用,也可供基层医护人员阅读参考。

## 家 庭 药 茶

王发渭 郝爱真 编著

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:8214039 8218137

传真:8214032 电挂:0234

国防科工委印刷厂印刷

各地新华书店经销

开本:32 印张:10.5 字数:235 千字

1993 年 3 月第 1 版 1993 年 3 月第 1 次印刷

印数:1—31000 册 定价:4.90 元

ISBN 7-80022-603-4/R·110

---

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、  
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

作者通信处:王发渭 北京复兴路 28 号

解放军总医院中医科 邮编 100853

# 前 言

药茶,在我国已有悠久的历史。长期以来,它在防病治病、促进人民健康的卫生保健事业中,发挥了重大的作用。因此,药茶作为一种别具特色的中药剂型,深受历代医药学家和世人的重视,已在我国传统医药学中占有重要地位。

随着科学技术的迅猛发展,人们的工作和生活节奏也不断加快,迫切需要一种简便有效的医疗保健方法。药茶具有配制简单、使用方便、疗效显著等优点,颇为人们所乐用。家庭如能细心辨识制用,寓药于茶饮之中,既可藉饮茶以止渴,又能奏医治疾患、保健强身之效,可谓两全其美。有鉴于此,笔者经多年之潜心致志,查阅了大量文献资料,并结合自己的临床体会,精心提炼,整理出自配药茶方 706 首,市售成品药茶方 154 首,共计 860 首,撰集成《家庭药茶》一书,奉献给广大读者,以供家庭配制和购买药茶时参考或选用。

全书分概论、自配药茶和市售药茶三部分。概论部分,简略地探讨了药茶的起源和发展、功效特点及其家庭配制应用等有关知识。自配药茶分为防病治病和滋补保健两大类,前者涉及临床各种常见病证 105 种,后者涉及中医证候 10 种,共计 115 种。所列病证均先简述其特点之大要,后遴选相应之药茶,详细说明其来源、配方、功效、用法或宜忌。市售药茶分为调治疾病、减肥美容、养身益寿三大类,既有传统的保留药茶,又有近年开发的新产品,大部分注有生产厂家,以便于读者查考。因此,本书不仅适合于城乡家庭医疗保健使用,也可供各

级中西医药工作者临证时参阅。

由于笔者水平有限,书中不足之处定然不少,诚恳希冀前辈、同道以及广大读者批评指正。

编者

1992年12月

# 目 录

## 概 论

- 一、药茶的起源与发展····· (1)
- 二、药茶的功效特点····· (5)
- 三、药茶的制作与用法····· (6)
- 四、药茶服用注意事项····· (7)

## 自配药茶

### 一、感冒茶方

姜糖茶(8) 姜苏茶(8) 苏羌茶(9) 感冒茶(9)  
白芷荆芥茶(9) 五神茶(10) 紫苏叶茶(10) 二椒茶  
(10) 葱头姜片茶(11) 桑菊香豉茶(11) 桑菊竹叶茶  
(11) 桑薄花蜜茶(12) 三花茶(12) 桑叶枇杷茶(12)  
清热止嗽茶(13) 流感茶(13) 香薷茶(13) 参苏茶  
(14) 预防感冒茶(14)

### 二、支气管炎茶方

橘红茶(15) 祛寒止咳茶(15) 萝卜茶(15) 薄荷甘草  
茶(16) 清气化痰茶(16) 生津和胃茶(16) 滋胃和中  
茶(17) 侧柏叶茶(17) 枇杷茶(17) 冬花茶(18) 橘

茶(18) 川贝莱菔茶(18) 蜜蛋茶(18) 杏梨饮茶(19)

### 三、支气管哮喘茶方

平喘茶(19) 僵蚕茶(20) 霜桑叶茶(20) 久喘桃肉茶(20) 楂桃茶(21) 陈皮茶(21) 人参核桃茶(21)

### 四、肺结核茶方

枸骨茶(22) 柿茶(22) 茅根藕节茶(23) 桑叶止血茶(23) 润肺化痰茶(23) 柿叶止血茶(24) 沃雪茶(24)

### 五、肺痈茶方

肺痈茶(25) 冬瓜子茶(25) 双花杏蜜茶(26) 芦根茶(26) 鱼腥草茶(26)

### 六、热病茶方

清热茶(27) 茅根竹蔗茶(27) 石斛茶(28) 藕茶(28) 枸杞叶茶(28) 清肺止渴凉茶(29) 五汁茶(29) 二鲜三花茶(29)

### 七、疟疾茶方

青蒿茶(30) 虎杖叶茶(30) 川芎胡桃茶(31) 青蒿止疟茶(31) 止疟茶(31) 硫黄止疟茶(32) 乌梅茶(32)

### 八、中暑茶方

防暑茶(33) 荷叶凉茶(33) 乌梅消暑茶(33) 绿豆酸梅茶(33) 酸梅茶(34) 翠衣凉茶(34) 消暑明目茶(34) 祛暑清心茶(35) 四叶茶(35) 竹甘清心茶(35)

枇杷竹叶消暑茶(36) 三叶青蒿茶(36) 大青银花茶  
(36) 荷叶竹叶茶(37) 薄荷香茶(37) 荷叶荷梗茶  
(37)

### 九、预防瘟疫茶方

大青叶茶(38) 板蓝根茶(38) 石膏茶(39) 贯众板蓝  
根茶(39) 银花甘草茶(39) 荸荠石膏茶(39)

### 十、胃痛茶方

老姜茶(40) 健胃茶(40) 橘花茶(41) 溃疡茶(41)  
甘橘茶(41) 蜂蜜红茶(42) 早莲红枣茶(42) 二绿茶  
(42) 玫瑰佛手茶(43) 玳玳花茶(43) 佛手茶(43)

### 十一、呕吐茶方

生姜和胃茶(44) 醋姜茶(44) 萝卜叶茶(45) 乌硼茶  
(45) 醋面茶(45) 枇杷芦根茶(46) 麦芽山楂茶(46)  
甘蔗姜汁茶(46)

### 十二、呃逆茶方

治呃逆药茶(47) 柿蒂茶(47) 竹茹芦根茶(47) 柿蒂  
姜茶(48) 丁香柿蒂茶(48)

### 十三、吐血茶方

茅根麦冬茶(49) 二鲜茶(49) 蓟根茶(49) 藕柏饮茶  
(49) 莲花茶(50)



#### 十四、腹痛茶方

扁豆茶(50) 荔枝核茶(51) 和脾茶(51) 二仁通幽茶(51)

#### 十五、泄泻茶方

止泻茶(52) 二花茶(52) 石榴叶茶(53) 柚姜止泻茶(53) 车前子茶(53) 粳米姜茶(54) 乌梅甜茶(54) 藿米茶(54)

#### 十六、痢疾茶方

杀菌止痢茶(55) 三汁茶(55) 治痢速效茶(55) 马齿苋白糖茶(55) 山楂止痢茶(56) 二陈止痢茶(56) 龙芽茶(56) 乌梅止痢茶(57) 姜茶(57) 粥茶(57) 姜梅茶(58) 枣蜜茶(58) 连梅止痢茶(58) 祖传罌梅茶(58) 山楂木香茶(59)

#### 十七、习惯性便秘茶方

番泻叶茶(59) 决明苳蓉茶(60) 黄豆皮茶(60) 生军茶(60) 决明润肠茶(60) 香蜜茶(61) 菜茶(61) 四仁通便茶(61) 柏仁蜜茶(62)

#### 十八、胁痛茶方

麦芽茶(62) 玫瑰花茶(63) 麦芽青皮茶(63) 佛手姜汤茶(63) 绿梅茶(63) 枣根茶(64) 苏木茶(64) 桂枝茶(64) 平胃茶(64)

### 十九、臃胀茶方

白矾去蛊茶(65) 鲤鱼茶(65) 李子茶(66) 白术枳实茶(66) 枫杨茶(66) 松萝黑鱼茶(67)

### 二十、肝炎茶方

茵陈蒿茶(68) 板蓝根大青茶(68) 茵陈车前茶(68) 黑矾治疸茶(68) 治肝红茶(69) 茵陈茶(69) 郁金清肝茶(69) 蛇舌甘草茶(70) 平肝清热茶(70) 附子茵姜茶(70) 黄花保肝茶(70)

### 二十一、胆囊炎茶方

金钱败酱茵陈茶(71) 玉米须茶(71) 消炎利胆茶(72)

### 二十二、高血压病茶方

降压茶(73) 菊花山楂茶(73) 栀子茶(73) 杜仲茶(73) 山楂二花茶(74) 菊楂决明茶(74) 菊槐茶(74) 菊明降压茶(75) 三宝茶(75) 决明罗布麻茶(75) 夏枯草降压茶(76) 三七花茶(76)

### 二十三、低血压症茶方

甘枣茶(77) 双桂茶(77)

### 二十四、眩晕茶方

桑叶茶(78) 清热养阴茶(78) 清热化湿茶(78) 天麻茶(79) 奶菊茶(79) 甜菊茶(79) 防眩晕茶(80)

### 二十五、头痛茶方

川芎茶(80) 风热头痛川芎茶(81) 升麻三黄茶(81)  
决明子茶(81) 将军茶(81) 香附川芎茶(82) 僵蚕葱  
白茶(82) 都梁茶(82) 夏枯草荷叶茶(83)

### 二十六、冠心病茶方

山楂益母茶(83) 丹参茶(84) 乳香止痛茶(84) 高心  
茶(84) 楂菊决明茶(85) 银杏叶茶(85) 三根茶(85)  
柿叶山楂茶(86) 菊决茶(86) 参果茶(86)

### 二十七、风湿性心脏病茶方

风心茶(87) 强心茶(87) 葵盘茶(88)

### 二十八、心悸、怔忡茶方

七枣芡实茶(88) 柏子仁茶(89) 菖蒲茶(89) 茉莉花  
茶(89) 安神茶(90)

### 二十九、失眠茶方

灯心竹叶茶(90) 桑椹茶(91) 竹叶宁心茶(91) 脑清  
茶(91) 安睡茶(92) 豆麦茶(92) 酸枣仁茶(92) 合  
欢花茶(92)

### 三十、自汗茶方

小麦稻根茶(93) 固表茶(93) 黄芪红枣茶(94) 小麦  
山药茶(94) 山萸肉茶(94)

### 三十一、盗汗茶方

盗汗茶(95) 浮小麦茶(95) 浮麦麻根茶(95) 甘蔗叶茶(96)

### 三十二、肾炎茶方

茅根茶(96) 玉米须消肿茶(97) 荸荠梗茶(97) 蚕豆壳冬瓜皮茶(97) 鲫鱼利水茶(97) 车前草茶(98) 西瓜白茅茶(98) 乌鱼茶(98) 莲子红糖茶(99) 养肾茶(99)

### 三十三、淋证茶方

利尿清茶(99) 尿感茶(100) 竹叶车前茶(100) 石苇茶(101) 通草茶(101) 金沙腊面茶(101) 半边钱茶(102) 赤浊益母茶(102) 旱莲草茶(102)

### 三十四、中风茶方

牛蒡根茶(103) 地龙茶(103) 活血茶(103)

### 三十五、癫痫茶方

龙胆茶(104) 橘杏丝瓜茶(104) 黄瓜藤茶(105) 经霜老茶(105) 苦参丸茶(105)

### 三十六、痹证茶方

木瓜茶(106) 僵蚕良姜茶(106) 独活茶(106) 石楠茶(107) 柳枝茶(107) 苦丁茶(107) 槐桃茶(108) 仙灵木瓜茶(108) 苡米防风茶(108) 强壮筋骨茶(108)

### 三十七、腰腿痛茶方

伸筋茶(109) 狗脊茶(109) 骨碎补茶(110) 益肾饮  
茶(110) 五加茶(110)

### 三十八、糖尿病茶方

降糖茶(111) 花粉茶(111) 养胃茶(111) 姜盐茶  
(112) 丝瓜茶(112) 薄玉茶(112) 乌梅茶(112) 补  
虚止渴鲫鱼茶(113) 蚕茧茶(113) 瓜皮茶(113) 山  
药茶(114)

### 三十九、单纯性肥胖症茶方

减肥茶(114) 甜奶茶(114) 荷楂茶(115) 山楂银菊  
茶(115) 荷叶茶(115) 乌龙茶(115) 普洱茶(116)  
健美减肥茶(116) 茵陈减肥茶(116) 桑枝茶(117)

### 四十、高脂血症茶方

消脂健身茶(117) 山楂荷叶茶(118) 消脂减肥茶  
(118) 健身降脂茶(118) 山楂降脂茶(118)

### 四十一、甲状腺肿大茶方

海藻茶(119) 海带茶(119) 荔枝杏仁茶(120) 紫明  
茶(120) 海珠散结茶(120)

### 四十二、虫证茶方

驱虫丸茶(121) 驱钩虫茶(121) 榧子茶(121) 南瓜  
子茶(122) 白木耳茶(122) 葫芦茶(122) 乌药槟榔

饮茶(123) 椒梅茶(123) 薏苡根茶(123)

#### 四十三、酒毒茶方

葛花石膏解酒茶(124) 解酒茶(124) 白醋解酒茶(124) 柑皮解酒茶(125)

#### 四十四、疮疖茶方

银花露茶(125) 银花绿豆茶(125) 蒲公英茶(126) 马齿苋茶(126) 芙蓉花茶(126)

#### 四十五、急性乳腺炎茶方

银花地丁茶(127) 牛蒡子叶茶(127) 野菊花茶(127) 菊花甘草茶(128) 油菜饮茶(128) 王不留行茶(128)

#### 四十六、淋巴结核茶方

胡桃枝茶(129) 夏枯草茶(129) 羊泉律草茶(129)

#### 四十七、泌尿系结石茶方

排石茶(130) 金钱草茶(130) 海金沙茶(130) 荸荠内金茶(131) 三金茶(131) 荸荠茶(131) 钱草玉米茶(132) 核桃茶(132)

#### 四十八、疝气茶方

茴香茶(133) 荔枝茶(133) 茴香香乳茶(133) 青果石榴茶(133) 双核茶(134)

#### 四十九、脱肛茶方

升麻蜜根茶(134) 姜片茶(134)

#### 五十、痔疮茶方

槐叶茶(135) 刘寄奴茶(135) 金针菜糖茶(136) 木耳芝麻茶(136)

#### 五十一、荨麻疹茶方

冬瓜皮茶(136) 姜醋饮茶(137) 抗敏茶(137)

#### 五十二、神经性皮炎茶方

艾叶老姜茶(138) 老茶树根茶(138)

#### 五十三、虫咬伤茶方

明矾芽茶(138) 清茶(139) 外敷湿茶(139)

#### 五十四、阳痿茶方

人参壮阳茶(139) 壮阳茶(140) 淫羊藿茶(140) 虾米茶(140) 核桃速溶茶(141)

#### 五十五、早泄茶方

穗醋栗热茶(141) 五味子茶(141) 桃仁茶(142)

#### 五十六、遗精茶方

莲心茶(142) 沙苑蒺藜茶(143) 益智仁茶(143) 韭菜籽茶(143) 覆盆子茶(143) 双仁茶(144) 桑椹糖

水饮茶(144) 山茱萸茶(144)

#### 五十七、性欲低下茶方

参茶(145) 杞子绿茶(145) 蜂皇芹汁饮茶(145) 胡萝卜饮茶(146)

#### 五十八、不育症茶方

菟丝子茶(146) 五子补肾茶(147) 蜂蜜饮茶(147)

#### 五十九、月经过多茶方

莲子茶(148) 四炭止血茶(148) 黑木耳红枣茶(148)  
黑白茶(149) 青蒿丹皮茶(149) 红糖浓茶(149)

#### 六十、月经过少茶方

调经茶(150) 益母红糖茶(150) 黑豆苏木茶(150)  
橘叶苏梗茶(151)

#### 六十一、功能性子宫出血茶方

仙鹤草茶(151) 莲蓬茶(152) 芙蓉莲蓬茶(152) 小蓟锅巴茶(152) 乌梅红糖茶(152) 大小蓟速溶茶(153)

#### 六十二、痛经茶方

痛经茶(153) 益母草茶(154) 泽兰茶(154) 川芎调经茶(154) 二花调经茶(155) 月季花茶(155) 艾叶糖茶(155) 山楂葵籽茶(155) 红糖茶(156)



### 六十三、闭经茶方

丹参糖茶(156) 调经茶(157) 茜草茶(157) 姜枣红糖茶(157)

### 六十四、带下病茶方

鸡冠花茶(158) 白果通淋茶(158) 扁豆山药茶(158)  
皇上一味秘精茶(159) 肉苁蓉茶(159) 石榴茶(159)  
马兰茶(159)

### 六十五、胎动不安茶方

胡桃茶(160) 莲子葡萄干茶(160) 糯米黄芪饮茶(160)

### 六十六、习惯性流产茶方

南瓜蒂茶(161) 玉米嫩衣茶(161)

### 六十七、妊娠呕吐茶方

苏姜陈皮茶(162) 苏叶生姜茶(162) 妊娠止呕茶(162)  
伏龙肝茶(163) 黄连苏叶茶(163) 甘蔗生姜茶(163)  
橘皮竹茹茶(163)

### 六十八、产后诸病茶方

菊花根茶(164) 红糖胡椒茶(164) 蒲黄茶(165) 黄  
瓜花茶(165) 川芎头痛茶(165) 蜜芷茶(165) 松萝  
茶(166) 葱涎调茶(166) 蜜茶(166) 玉米芯茶(167)  
南瓜须茶(167) 退奶麦芽茶(167)