

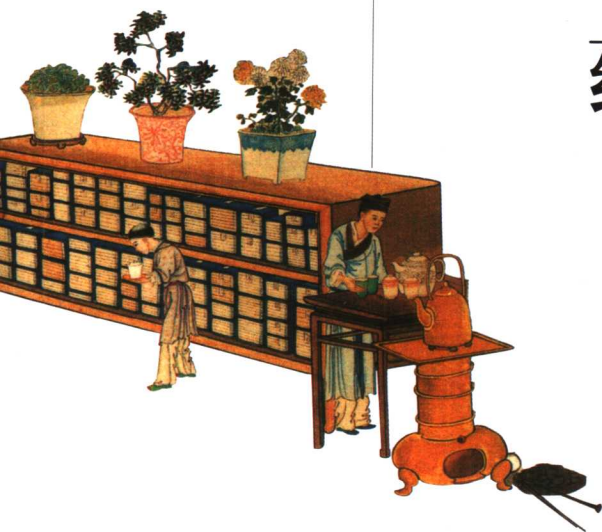
杨 进 黄 煌 朱丽江 编 著

丛书销量
36万册

第二版

中医百日通丛书·中医经典普及品牌

一百天学中药



上海科学技术出版社

• 中医百日通丛书 •

一百天学中药

(第二版)

杨进 黄煌 朱丽江 编著

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

一百天学中药/杨进,黄煌,朱丽江编著.—2版.
上海:上海科学技术出版社,2005.9
(中医百日通丛书)
ISBN 7-5323-8024-6

I.一... II.①杨...②黄...③朱... III.中药学
IV.R28

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 052091 号

上海世纪出版股份有限公司
上海科学技术出版社 出版、发行

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

新华书店 上海发行所经销

商务印书馆 上海印刷股份有限公司印刷

开本 787×960 1/32 印张 14.125

字数 253 000

2005 年 9 月第 2 版

2006 年 3 月第 11 次印刷

印数:64 701—69 800

定价:19.80 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向工厂联系调换

再版说明

《中医百日通丛书》从 1996 年第一本图书面世至今已 9 年之久,前后出版了 11 种。由于本丛书编排体例独特、内容深入浅出、学习掌握容易、临床实用易查,深受读者的欢迎。11 种图书都反复重印,其中印数最多的一种已达 10 万册。

自上世纪末至本世纪初,疾病谱出现了很大的变化,中医药在临床应用的范围和方法也发生了相应的改变。为了使读者能及时地了解 and 掌握中医药相关的信息和技术,我们邀请有关专家对本丛书进行了精心的修订,保留原有的体例和格式,删去陈旧和已不再常用的技术和内容,补充了新的相关病种和临床治疗方法。我们希望本丛书的再版,能为弘扬中华文化,宣传中国传统医学,普及相关医学知识起到一定的作用,这是我们出版者最大的心愿。

上海科学技术出版社
2005 年 5 月

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

1	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
2	二、 中药的药性理论	6
	什么是四气五味	6
3	什么是升降浮沉	11
	什么是归经	13
4	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
5	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
6	中药不良反应的预防	27
	中药的剂量	30

第二周

1	解表药	32
	一、辛温解表药	33
	麻黄	33
2	桂枝[附:肉桂] 紫苏叶[附:苏梗]	37
3	生姜 荆芥 防风	42
4	羌活 白芷 苍耳子 辛夷	48
5	香薷	53
	二、辛凉解表药	55
	薄荷 蝉衣	55
6	牛蒡子 菊花 葛根 柴胡	58

第三周

1	清热药	67
	一、清热泻火药	69
	石膏	69
2	知母 栀子	71
3	黄连 黄芩	76
4	黄柏 苦参	82
5	龙胆草 夏枯草 玄参	86
6	二、清热解毒药	91
	金银花[附:忍冬藤] 连翘	91

第四周

1	蒲公英 大青叶[附：板蓝根、青黛]	
	蚤休	96
2	虎杖 鱼腥草 射干 白头翁	101
3	三、清热凉血药	107
	生地 水牛角 牡丹皮 赤芍	107
4	四、清虚热药	114
	青蒿 地骨皮	114
5	泻下药	118
	大黄	119
6	芒硝 麻子仁 番泻叶	124

第五周

1	祛风湿药	129
	独活 秦艽	130
2	威灵仙 防己 豨薟草	134
3	木瓜 桑寄生 五加皮	139
4	蚕砂 海桐皮 白花蛇	145
5	芳香化湿药	149
	苍术 厚朴	150
6	藿香 佩兰 砂仁 白豆蔻	154

第六周

1	利尿药	161
---	-----------	-----

	茯苓 猪苓 泽泻	162
2	滑石 薏苡仁 木通	168
3	茵陈 金钱草 车前子	173
4	温里药	177
	附子 干姜	179
5	吴茱萸 细辛	184
6	花椒 胡椒 高良姜	189

第七周

1	理气药	194
	橘皮	195
2	青皮 枳实[附:枳壳]	198
3	薤白头 木香	204
4	沉香 檀香	208
5	丁香 香附	212
6	川楝子 小茴香	216

第八周

1	荔枝核 橘核	221
2	消食药	223
	山楂 神曲	225
3	麦芽 鸡内金	228
4	驱虫药	232

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

第九周

1	白及 三七	249
2	茜草 蒲黄	252
3	活血药	256
	川芎 乳香[附:没药]	258
4	郁金 延胡索 丹参	262
5	益母草 桃仁 红花	268
6	牛膝 五灵脂 三棱[附:莪术]	274

第十周

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

第十一周

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

第十二周

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

第十三周

- 1 白芍 何首乌 阿胶 377

2	补阴药	383
	北沙参[附:南沙参] 麦冬	384
3	天冬 石斛 玉竹	387
4	黄精 枸杞子 百合	392
5	山茱萸 旱莲[附:女贞子] 黑芝麻	397
6	龟版 鳖甲	401

第十四周

1	补阳药	406
	鹿茸 肉苁蓉 冬虫夏草	406
2	仙茅 淫羊藿 杜仲	411
3	收涩药	416
	五味子 乌梅	417
4	诃子 石榴皮 肉豆蔻 莲子	421
5	芡实 金樱子 覆盆子	427
6	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、主治等基本知识及中药学的基本理论和用药方法等。

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,中药的品种数目也日趋增加。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 1 558 种、明代的《本草纲目》载药 1 892 种,现代编的《中药大辞典》载药 5 767 种,而《中华本草》中载药达 8 980 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学的发展和我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名中医医生的,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学呢?

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》（分别由香港商务印书馆和上海科学技术出版社出版），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，要求能基本掌握临床上最常用的 200 味左右中药的药性、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。