

# 花卉药用 巧治百病

廖 果 / 编著

HUAHUIYAOYONGQIAOZHIBAIBING

辽宁科学技术出版社

710.7



药症花中巧治百病

**药在食中巧治百病丛书**

- ▶ 花卉药用巧治百病
- ▶ 草木药用巧治百病
- ▶ 蔬菜药用巧治百病
- ▶ 果品药用巧治百病
- ▶ 水产品药用巧治百病
- ▶ 虫蛇药用巧治百病
- ▶ 禽兽类药用巧治百病

**常见病中医食疗验方丛书**

- ▶ 心血管病中医食疗验方
- ▶ 脑血管病中医食疗验方
- ▶ 恶性肿瘤中医食疗验方
- ▶ 糖尿病中医食疗验方
- ▶ 肾脏病中医食疗验方
- ▶ 肠胃肝胆病中医食疗验方
- ▶ 呼吸病中医食疗验方

责任编辑：李桂艳  
封面设计：庄庆芳

ISBN 7-5381-3252-X



9 787538 132526 &gt;

ISBN 7-5381-3252-X

R·650 定价：11.00 元



**图书在版编目 (CIP) 数据**

花卉药用巧治百病 / 廖果编著. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2000.10

(药在食中巧治百病丛书)

ISBN 7-5381-3252-X

I. 花... II. 廖... III. 花卉-植物药-中医疗法  
IV. R247

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 32888 号

---

**出版者:** 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮政编码: 110003)

**印刷者:** 沈阳市第二印刷厂

**发行者:** 各地新华书店

**开本:** 787×1092 毫米 1/32

**字数:** 160 千字

**印张:** 6 $\frac{1}{2}$

**印数:** 5001~9000

**出版时间:** 2000 年 10 月第 1 版

**印刷时间:** 2001 年 6 月第 2 次印刷

**责任编辑:** 李桂艳

**封面设计:** 庄庆芳

**插图:** 董迈

**版式设计:** 求实

**责任校对:** 周文

---

**定 价:** 11.00 元 (套: 83.00 元)

## 内容提要

花开四时八节，姹紫嫣红，芬芳飘逸，令人赏心悦目。花卉除了供人欣赏外，还具有药用和食用的价值。本书以观赏与实用相结合为宗旨，精选了32种常见野生和栽培花卉，包括以中国十大名花为主的观赏名花与中医常用药花，每种花分药用资料（包括基原形态、采集加工、性味功用、成分药理等）、杂谈（涉及其史话、品类、栽培管理、观赏及文化赏析等）和附方（食疗和药治方剂370余首）三方面介绍，力求科学性、知识性、实用性与可读性有机结合。本书可供有关疾病患者、花卉爱好者、中医药专业人员阅读参考，亦是现代家庭应备的养生保健的指导书。

## 前 言

健康与长寿,是人类永恒的追求;食物与药物,是人类健康长寿的必要保证。随着生活水平不断提高,人们已经不满足于解决简单的温饱问题,而是希望通过调整饮食结构、运用饮食疗法达到健康长寿的目的。

饮食疗法又称食疗、食治、食医、食养、药膳等,是传统中医疗法的重要组成部分。大致可分两种类型:一是单纯应用食物,如米、菜、瓜、果、鱼、肉,生食或制成饭、菜、粥、汤、蜜饯、饮料等,寓药于食;二是以食物为主加入药物制成各类饮食,以药配膳。通常所说的食疗药物,即日用食物及经常佐餐配膳药物。

中医学认为,人体的健康是由机体内部阴阳平衡统一来维系的。任何疾病的发生发展,都是因为机体阴阳偏盛偏衰所致。阳盛则阴病,阴盛则阳病;阳盛则热,阴盛则寒;阳虚生内寒,阴虚生内热。中医药治病保健的关键是调整阴阳。所以《素问·生气通天论》说:“阴平阳秘,精神乃治;阴阳离决,精气乃绝。”《景岳全书》也说:“医道虽繁,可一言以蔽之,曰阴阳而已。”饮食疗法的基本原理是利用饮食物的四气五味及阴阳属性,补不足,损有余,调整阴阳,使机体阴阳达到相对平衡,防病治病,健康长寿。

四气,又称四性,指食物具有寒、热、温、凉四种性质。温与热属阳,凉与寒属阴。温次于热,凉次于寒,程度有所不同。温热食物可以治疗寒证,起到温里、补虚、祛寒的作用;寒凉食物可以治疗热证,起到清热、泻火、解毒的作用。另有寒热温

凉不明显的平性，平性食物较平和，具有健脾、开胃、补益等作用。

五味，指食物具有酸、苦、甘、辛、咸五种味道。另有淡、涩两味，分别归入甘、酸两味之中。辛、甘、淡属阳，酸、苦、咸属阴。辛味有发散、行气、行血的作用；甘味有补益、和中、缓急的作用；淡味有渗湿、利尿的作用；酸味和涩味有收敛、固涩的作用；苦味有清泄、燥湿、降逆的作用；咸味有软坚、散结、泻下的作用。可归纳为“辛散，酸收，甘缓，苦坚，咸软”。

正因为食物具有与药物相同的四气五味，能够治疗疾病，又比药物作用和缓，富含营养，所以历代医家非常推崇饮食疗法。如唐代孙思邈《千金要方》指出：“食能排邪而安脏腑，悦神爽志，以资血气，若能用食平疴释情遣疾者，可谓良工。长年饵老之奇法，极养生之术也。夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之。食疗不愈，然后命药。药性刚烈，犹若御兵，兵之猛暴，岂容妄发？发用乖宜，损伤处众，药之投疾，殃滥亦然。”清末医家张锡纯《医学衷中参西录》称赞食疗药物说：“病人服之，不但疗病，并可充饥，不但充饥，更可适口。用之对症，病自渐愈，既不对症，亦无他患。”汉代医家张仲景《伤寒杂病论》中的“当归生姜羊肉汤”、“猪肤汤”等方剂流传千古，至今仍在应用。因此，古人有“药食同源”的说法。

本丛书在前人用药经验基础上，选取常见、常用食疗药物，分为草木、花卉、果品、蔬菜、水产、禽兽、虫蛇7类，编纂成“药在食中巧治百病丛书”（共7本）。

即《草木药用巧治百病》、  
《花卉药用巧治百病》、  
《果品药用巧治百病》、

**《蔬菜药用巧治百病》、  
《虫蛇药用巧治百病》、  
《水产品药用巧治百病》、  
《禽兽类药用巧治百病》。**

本套丛书的内容特点是：

1. 每册书精选 60 余种药物。每种药物分述药名、形态特征、产地采集、性味归经、主治功能、用量宜忌、古今考证、典故传说、诗文医案、名家荟萃杂录、现代研究、附方等内容。一种药物巧治多种病，论药而不拘于药，这是本套丛书的主要特色。

2. 博采精方，内容丰富，资料可靠，科学性强。药物常见易取，方剂易制，经过简单烹调或配制后食用，即可达到养生保健、强身健体、防治多种疾病的目的。适于各种层次读者选用，对中医药工作者及中医药爱好者有参考、研究价值。

3. 药物需辨证施用。即使是人参这样的补药，如不对症，过量使用，也会贻害无穷。

4. 个别有毒药物，因与食疗有关，也收录在册，如斑蝥与鸡蛋合用治疗癌症。此类药物必须严格遵守药量、炮制及使用方法，减低毒性，确保安全，必要时在医生指导下应用。

5. 选录部分古代常用而现代被列为保护范畴的濒危动、植物药类，旨在增加中药历史知识，促进有关药物的人工繁殖、驯养、栽培、研究，扩大药源，但切不可违犯国家有关“珍稀动物保护法”而私自采购、猎取药用。

6. 为节省篇幅，每种病症仅精选一方。

7. 本丛书由中国中医研究院、北京中医药大学从事本专业研究和教学工作的副研究员、副教授分别撰写。各册书体



例相同,风格略有差异。

中医药是一个伟大的宝库,食疗药物独具魅力,只要掌握基本原理,通过日常饮食加以巧妙运用,就能化平凡为神奇,祛病、强身健体。

本书在编写的过程中,主要参考历代中医古籍方书、本草及文史类著作中的有关章节,从中选取既符合传统中医理论,又便于现代人们制作的食疗方,编著成册。对于某些过于繁琐又不便查找的古代方子,则根据作者的经验与体会,在不违背原方宗旨的基础上,进行了删改,补充了必要的制作过程,使之更适合读者的需要。同时,为了能给读者提供更多的有益信息,亦从近年出版的书刊中摘选了部分食疗方,编入本书,在此仅对原书作者表示诚挚的谢意!

“药在食中巧治百病丛书”的出版,但愿能成为每个家庭的良师益友,企望对广大中医药工作者及中医药爱好者能有所裨益。由于时间仓促,水平有限,难免有谬误之处,恭请读者、专家和同行不吝赐教斧正,以便再版时修正。

丛书主编:胡晓峰

1999年11月于北京

## 目 录

- 丁香..... (1)
- 山茶花..... (6)
- 月季花..... (13)
- 凤仙花..... (19)
- 水仙花..... (25)
- 玉兰花..... (33)
- 玉簪花..... (37)
- 兰花..... (41)
- 芍药..... (52)
- 百合花..... (61)
- 合欢花..... (67)
- 米兰..... (73)
- 芙蓉花..... (76)
- 杜鹃花..... (82)
- 牡丹..... (89)
- 迎春花..... (99)
- 玫瑰花..... (102)
- 茉莉花..... (110)
- 金银花..... (119)
- 秋海棠..... (125)
- 荷花..... (129)
- 桂花..... (142)
- 海棠..... (150)

菊花·····	(153)
梅花·····	(163)
旋覆花·····	(173)
款冬花·····	(177)
萱草·····	(181)
紫荆花·····	(186)
蒲公英·····	(189)
槐花·····	(195)
蔷薇花·····	(203)
附录 花疗歌·····	(209)

## 丁 香

别名丁子香、支解香、雄丁香、公丁香等，为桃金娘科常绿乔木植物丁香干燥花蕾。

丁香树分布于东南亚的马来群岛及非洲等地，我国海南、广东、广西等省有栽培。其树高可达10米，花成顶生聚伞圆锥花序，花径约6毫米；花萼肥厚，长管状；花冠白色，稍带淡紫，短管状，4裂。花香浓烈怡人，林语堂在《谈花和养花》一文中誉为“香气清高”。丁香树的树根（丁香根）、树皮（丁香树皮）、树枝（丁香枝）、成熟果实（母丁香）等也可供药用。

丁香花蕾：味辛，性温。归脾、胃、肺、肾经。功能温中降逆，补肾助阳。用于脾胃虚寒，呃逆呕吐，食少吐泻，心腹冷痛，肾虚阳痿等症。花蕾通常于9月至次年3月由绿转红时采收。采下后除去花柄，晒干。药材略呈研棒形状，长1~2厘米。质地坚实而重，入水即沉。富有油性，用指甲划之可见油质渗出。气芳香浓烈，味辛辣，尝之有麻舌感觉。花蕾以个大、粗壮、鲜紫棕色、香气强烈而油多者为佳。

丁香油：即花蕾蒸馏所得的挥发油。味辛、甘，性大热。功能温中散寒，行气消胀，祛风止痒。用于胃寒胀痛，呃逆，皮肤瘙痒，并可作牙科防腐止痛药。丁香油也是重

要的香料，用于调合香精。

丁香露：即花蕾蒸馏所得的蒸馏液。性味与功能主治与丁香油相似，只是药力稍逊。

丁香花蕾药用量 1~3 克，煎汤服，宜后下；或入丸、散服。外用可研末调敷。母丁香气味较淡，入药以公丁香为胜。本品性温而燥，只适用于虚寒之证，热证忌服。忌与郁金同用。贮藏宜置阴凉干燥处。丁香油内服以少许滴入汤剂或酒中和服，外用可直接涂擦患处。丁香露可隔水炖温内服 30~60 毫升。

丁香花蕾含挥发油（丁香油）15%~20%。油中主要成分为丁香油酚、乙酰丁香油酚、 $\beta$ -石竹烯等。丁香为芳香健胃剂，其浸出液及丁香油酚乳剂可增加胃液与胃蛋白酶分泌，增强消化能力，缓解腹部气胀，减轻恶心呕吐；其煎剂对葡萄球菌、链球菌及白喉、变形、绿脓、大肠、痢疾、伤寒等杆菌均有抑制作用；醇与水浸剂及煎剂对多种致病性真菌及流感病毒 PR<sub>8</sub> 株均有抑制作用，对猪蛔虫也有麻醉和杀灭作用。

丁香树在我国唐代已有栽培。作为香料与药物的丁香，传入我国也不晚于隋唐时代，其主要方式是外国进贡与进口贸易，在五代时，已有富贵者以大量丁香装塑庭园盆景。其后，历代传入不绝。在宋元时期，丁香是进贡和贸易香药中的主要品种之一。直到清朝，荷兰人还一次进贡丁香 30 担，丁香油 1 罐。清代宫廷原有专门贮藏“西洋药物及花露之所”，名“露房”。“甲戌（1814 年）夏，查检此房，瓶贮甚多，皆丁香、豆蔻、肉桂油等类。油已成膏，匙匕取之不动。”（见清·姚元之《竹叶亭杂记》卷一）此即为历

代传人的累存之品。这次翻检出来的西洋药物，后嘉庆帝用来颁赏内廷大臣。据清·姚衡《寒秀草堂笔记》卷三记载，其父户部侍郎姚文田获赐药物计122种，其中“丁香油二十六斤九两三钱五分二厘，二十七玻璃瓶。治胃气痛。”其数量颇为惊人。

丁香的药用，除内服治病外，由于其香气浓烈怡人，还可用以外治。民间传说中，就有“八仙”之一的蓝彩和以丁香花袋悬挂于室内的方法而治愈皇帝胃肠胀满涌泄之病的故事。更为有趣的例子是古人用它来消除秽恶之气。自东汉至元明，中书省、门下省、尚书省称“三省”，是朝廷处理政务的主要机构，其官员上廷与皇帝问答是为常事。据古籍记载，三省郎官为避免上朝奏事时口气不洁而引起皇帝不快，故常口含丁香，以求其“谈吐芬芳”之效。在民间，那些喜洁逐香的闺阁女性，则用丁香来辟除汗臭之气。程景沂《游戏录》下引《闺阁事宜》载其方法道：“丁香一两，川椒六十粒，为末，绢袋盛佩，可辟汗气。”此种方法于今虽未闻延用，但古今女性皆有追逐时尚之风。由此可见，上至君王，下至平民，对丁香花的香味都是颇为欣赏的。

除了药用，丁香还被古代文人赋予了特有的人文涵义。丁香的花蕾被称之为“丁香结”，唐宋诗词家多用来比喻愁思固结不解。如唐·李商隐《代赠》诗云：“芭蕉不展丁香结，同向春风各自愁。”五代时的词人兼本草学家李珣的《河传》词则云：“愁肠岂异丁香结，因离别，故国音书绝。

## 附方

1. 丁香鸭：治脾胃虚弱，营养不良，胃腹冷痛，反胃呕吐。丁香、肉桂皮、草蔻各5克，净鸭1只，卷心菜500克，西红柿250克，葱、姜各适量。丁香、肉桂、草蔻用水煎熬2次，每次水沸后20分钟滤汁，2次共收滤药汁约3000~3500毫升。将药汁、鸭子及葱、姜（均拍破）放入锅内，旺火烧沸后，再以文火煮至鸭子6成熟时将其捞出晾凉。卷心菜洗净切丝，挤去水后凉拌入味；西红柿洗净切片，均围于盘子边上。按卤鸭做法将鸭子卤熟后，剁块放于盘中即成。本品皮酥肉香，别有风味。单食或佐餐均可，每食适量。

2. 丁香梨：治慢性消化不良，反胃呕吐，痰多咽塞。

大雪梨1个，丁香15粒，冰糖20克。梨去皮洗净，用竹签均匀地戳出15个小孔，将丁香分别插入孔内。再将梨装入盅内，口用湿纸封严，上笼蒸约30分钟，取出梨去丁香，浇上冰糖汁即成。空腹适量食之。

3. 丁香汤：治脾虚寒湿，脘闷呕逆。丁香、法夏各6克。加生姜，水煎服。

4. 丁香柿蒂汤：治胃寒呃逆（打嗝）。

丁香、柿蒂、生姜各6克，人参3克（或党参9克），水煎服。

5. 丁香散：治脾胃虚寒，吐泻食少。丁香3克，砂仁5克，白术9克，共研细末，每次服1.5~3克，温开水送

下，每日2~3次。

6. 丁香油：治龋齿牙痛。取丁香油适量滴入蛀孔，或用棉球蘸丁香油塞填孔中，有防腐止痛作用。





## 山茶花

别名茶花、红茶花、海红等，为山茶科常绿灌木或小乔木山茶的花。

原产我国、朝鲜和日本，现我国大部分地区均有栽培。树高可达15米。花单生或对生于叶腋或枝顶，野生多为红色，直径6~8厘米，几乎无花梗，花瓣5~8片，近圆形。冬春开花，开花期长短不一，有的只能开一个多月，有的能陆续开五六个月。

药用茶花可在春分至谷雨时采收，多于含苞待放时采摘。晒干或烘干，其间少翻动，避免破碎或散瓣，然后用纸包封，置干燥通风处。药材一般呈黄褐色至棕褐色，质柔软，有香气，以干燥不霉、色红、花蕾长大而尚未开放者（称为宝珠山茶）为佳。清·赵学楷《百草镜》说：“山茶多种，惟宝珠入药。……若俱是大瓣千叶者，名洋茶，不入药；单瓣者亦不入药。”主产江苏、浙江、云南、四川等地。

茶花味甘、苦、辛，性凉。归肝、肺经。功能凉血，止血，散淤，消肿。用于吐血，衄血，崩漏，肠风血痢，血淋，跌仆损伤，烫伤等病症。内服可4.5~9克水煎服，或研末服；外用研末麻油调敷。

山茶花含花白甙、花色甙等。果实含脂肪油、山茶