

中药谚语集成

王绪前
编著



 人民卫生出版社

中药谚语集成

王绪前 编著

人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中药谚语集成/王绪前编著. —北京: 人民卫生出版社, 2009.12
ISBN 978-7-117-12416-4

I. 中… II. 王… III. 中药学—谚语—汇编
IV. R28

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 207158 号

门户网: www.pmph.com

出版物查询、网上书店

卫人网: www.ipmph.com

护士、医师、药师、中医

师、卫生资格考试培训

中药谚语集成

编 著: 王绪前

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 北京市卫顺印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 12

字 数: 301 千字

版 次: 2009 年 12 月第 1 版 2009 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-12416-4/R · 12417

定 价: 27.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)

前言

中药(习称本草)使用的历史源远流长,中药文化也是中华文化之瑰宝。古代有“神农尝百草”之传说,反映了中华民族很早以前就开始探索中药的功用,因此有药食同源、医食同源的说法。随着人们对健康意识的增强和对回归自然的向往,传统中医药被人们广泛认识,接受,越来越多的人选择中药进行养生、防病、治病。

在中医药历史发展的长河中,人们为了记住中药治病的作用,掌握中药的特性,应用谚语的形式来传播中医药文化知识,是我国民众、医药工作者,长期与疾病作斗争过程中,总结积累、逐渐形成的,由此形成了许多脍炙人口、流畅顺口,并被人们广泛传颂,易记易懂的口语和书面语言,是祖国医药文化中的宝贵财富。其中一些经验,通过民众口耳相传,不断丰富内涵,形成了通俗易懂的特定的语言特征。这些广博的中医药知识,向人们阐述了中药的生态环境、采收季节、加工炮制、鉴别特征、药用功效、医疗价值、防病治病、保健强身等多方面的知识。应用中药,尤其是以谚语的形式传播,有利于中医药的发展,也满足了人们对健康的需求。人们需要健康,渴求健康,而健康要有医药学知识做向导。

谚语,是俗语的一种。谚:从言从彦。谚,传言也。谚语源远流长,在我国已有两千多年的历史,早在先秦时期的文献里就有不少引谚的实例。民间谚语形式短小,有的还押韵,有的讲究对称,具有诗的外形。谚语是民众对生活和生产劳动的经验总结,是民众的丰富智慧所形成的,是在民众中广泛流传的固定语

句,是流行于民间的简练通俗、言简意赅而富有意义的语言结晶,是普遍的经验、教训取得的知识并带有规律性总结,大多反映人们在生活和斗争中的认识,广为口传,具有较强的说服力和感染力。

中药谚语以口语形式互相传送,并在流传中不断修改加工,通俗易懂,形象生动,丰富了祖国医药学宝库,以致经久流传,慢慢地就发展成了较为定型的谚语形式。某一条中药谚语的来源可能查无作者,也难以认定是何年何月产生。谚语与成语不同,成语一般有固定的格式,并有出处,大多出自书面语,属于文语性质,多来源于典故、史事,一般按四字约定俗成,字面不能随意更换。在语言表达形式上,谚语则显得松散一些,字数可多可少,也可以随心所欲,只要顺口,人人都可以根据实际情况组织,以特定的语言形式传播,久之成为人们熟知的语言特征。

中药谚语讲究经验性、实用性,形式具有精炼性、艺术性,使用具有训导性、劝诫性。其历史悠久,博大精深,浩如烟海,通俗易懂,且精炼贴切、幽默生动,是人类文化遗产和中华传统文化的结晶,是医药卫生知识与语言艺术的完美结合。有些谚语恰到好处的总结了中医的用药经验,仔细回味,意味无穷。在治病保健中熟悉一些医药谚语,轻松愉快的感受中医药的文化和乐趣,非常有益。中医药谚语的特点是:①有助于医药知识的普及,提高人们对于医药的认知程度;②有助于医药知识的传承;③有助于医药知识事业创新;④有助于医疗工作的借鉴和启发;⑤有助于养生保健和防病治病;⑥有助于增添医药知识的趣味性。

笔者多年来一直广泛收集中医中药方面的谚语,并进行了遴选。本着吸取精华,剔除糟粕的态度,将一些具有科学性、实用性、知识性、趣味性的谚语进行了总结。全书首先将一些用药原则的谚语归纳,再逐一具体的药物予以阐述。对于药物则分别按照作用、解说与现代认识、治病小方栏目写作。所写治病



小方不超过 5 个方子,尽量收载能够用得上、办得到、简单易行、操作方便的方子。若一味药物有几条不同类型的谚语,则分条写作。

笔者长期从事临床中药学教学,并且是边教学边临床,具有一定的临床经验,经过多年的临床实践,总结出一些有效的经验方,这些方子均记录在此书中。笔者曾经编写了《临床中药应用鉴别速览》、《临床中药学解悟》(两书均已由人民卫生出版社出版),本书可以与以上两书互参。

全书按照药物笔画进行排列。由于笔者知识面,写作水平方面的局限,书中错误难免,尚祈谅解。

湖北中医学院 中药教研室

王绪前



目 录

一、用药知识篇	1
一药一性,百病百方	1
人老足先衰,寒从脚下起	2
三分吃药,七分调理	3
千方易得,一效难求	4
不治已病治未病	5
五毒俱全	6
内服中药,腹泻放屁,排出热毒,健康有益	9
以通为补	9
以脏治脏,以脏补脏	10
本是同根生,药效各不同	11
叶老草衰,发白人衰	11
冬病夏治,夏病冬治	12
白昼紧张夜磨牙	14
有病早治	14
百草出芽,百病发作	15
伤寒加补,安排锣鼓	16
吃药不思嘴,医生跑断腿	16
乱吃中药,其害无穷	17
进补如用兵,乱补会伤身	18
采药贵时节	19
坐卧莫当风,濒于暖处浴	20
良药苦口利于病	21

药无贵贱,重在有效	21
秋令时节,重养肺阴	22
单方一味,气煞名医	23
药食同源	24
药不执方,合宜而用	25
药能治病,药能致命	25
药性有寒热温凉平,药味有辛甘酸苦咸	26
春不减衣,秋不加帽	28
是药三分毒	29
夏日养生,重在养心	30
病从口入	30
病来如山倒,病去如抽丝	31
解表草药路边坡,利湿草药湿地多	32

二、药物篇 33

人参 33

人参是百草之灵,百药之长 33

吃人参不如睡五更 36

七叶一枝花 38

七叶一枝花,深山是我家,痈疽如遇者,

一似手拈拿 38

八角莲 40

认得八角莲,可与蛇共眠 40

八厘麻 41

打在地下爬,快用八厘麻 41

三七 43

铜皮铁骨猴三七,止血化瘀数第一 43

土茯苓 45

清热解毒土茯苓,专治湿热疮毒病 45



土牛膝	47
野生土牛膝,咽痛白喉用之急	47
大枣	48
若要皮肤好,煮粥加大枣	48
大蒜	51
大蒜是个宝,常吃身体好	51
大蒜不值钱,能防痢疾与肠炎	53
大黄	54
大黄医好人无功,人参治死人无过	54
山药	57
溃疡病,血糖高,吃了山药就会好	57
山楂	60
经常吃山楂,消脂减肥又降压	60
肉食致积滞,山楂不可少	61
川乌 草乌	63
川乌、草乌,入骨祛风	63
川芎	66
若要头痛好,川芎离不了	66
千里光	68
有人识得千里光,全家一世不生疮	68
马齿苋	70
吃得马齿苋,到老无病患	70
马鞭草	72
有人认得马鞭草,不怕头痛发高烧	72
五加皮	73
两脚不会移,只要五加皮	73
五味子	75
五味提神又保肝	75
木瓜	77

木瓜百益一损,梨子百损一益.....	77
木贼草	80
木贼草,清肝明目疗效好.....	80
天麻	82
经常头痛,天麻有用.....	82
天花粉	84
打在地下滚,要用天花粉.....	84
车前子	86
利尿解毒车前草,子能明目善治泻.....	86
牛膝	88
牛膝通经善下行,活血强筋益肝肾.....	88
牛黄	91
黄牛干瘦有牛黄	91
毛冬青	93
血栓闭塞用毛冬青,活血化瘀又治冠心病.....	93
巴豆	95
巴豆不去油,力大如老牛.....	95
丹参	97
一味丹参散,功同四物汤.....	97
乌梅	99
乌梅入药,安蛔收敛又解渴.....	99
一个乌梅二个枣,七枚杏仁一处捣, 男酒女醋齐送下,不害心痛直到老	102
火麻仁.....	104
火麻仁,肠燥便秘效果神	104
玉米须.....	106
利尿降压玉米须,浮肿糖尿黄疸施	106
甘草.....	107
十方九草,离不了甘草	107



甘草外号叫国老,解毒和药本领高	110
艾叶	113
家有三年艾,郎中不用来	113
石榴	115
向阳的石榴红似火,背阳的李子酸透心	115
石膏 豆腐	118
一物降一物,石膏点豆腐	118
龙眼	122
心虚气不足,桂圆煨米粥	122
龙胆草	124
家有龙胆草,湿热吓的跑	124
田基黄	126
患了肝炎皮肤黄,地里采来田基黄,	
每天煎服二三两,解毒清热能退黄	126
半边莲	128
家有半边莲,可伴毒蛇眠	128
半枝莲	129
味苦性凉半枝莲,主治癌肿与肝炎,	
蛇伤痈疔和肾炎,急找此药水来煎	129
半夏	131
莫嫌半夏小,化痰功效好	131
生姜	134
四季吃生姜,百病一扫光	134
白果	137
爷爷栽树,孙子吃果	137
白花蛇舌草	139
家有白花蛇舌草,不怕长虫咬	139
老鹳草	140
风湿痹痛老鹳草,腰背损伤泻痢好	140

地榆·····	142
地榆烧成炭,不怕皮烧烂·····	142
百合·····	143
润肺止咳嗽,快用百合粥·····	143
当归·····	146
毒病毒药医,十个大夫九当归·····	146
羊蹄·····	149
土大黄就是羊蹄,凉血止血又能治痹疾·····	149
决明子·····	151
要想目不瞑,长年食决明·····	151
刘寄奴·····	153
家有刘寄奴,不怕刀砍头·····	153
血余炭·····	155
骨头跌成渣,加点乱头发·····	155
血见愁·····	157
认得血见愁,脚破手破血不流·····	157
合欢·····	159
合欢蠲忿·····	159
芦根·····	161
清退高热证,煮粥加芦根·····	161
花椒·····	163
花椒杀虫效果好·····	163
杏仁·····	165
咳喘用杏仁,美誉满杏林·····	165
杜仲·····	169
杜仲生来三大益,舒筋补肾壮腰膝·····	169
杠板归·····	171
身藏杠板归,吓得蛇倒退·····	171
连翘·····	172

连翘不去隔,捉住心头热	172
灵芝.....	174
若要睡得好,常服灵芝草	174
延胡索.....	177
不怕到处痛得凶,吃了延胡就轻松	177
牡丹皮.....	179
丹皮凉血治先期,扭伤疮毒也可治	179
何首乌.....	181
首乌黑发又延年.....	181
伸筋草.....	184
祛风通络伸筋草,筋脉不利效果好	184
谷精草.....	185
一把谷精草,火眼目翳消	185
迎春花.....	186
迎春消肿可发汗.....	186
鸡血藤.....	187
养血行血鸡血藤,舒筋活络实在神	187
鸡骨草.....	189
山上生长鸡骨草,肝炎黄疸可治疗	189
阿魏.....	191
黄芩无假,阿魏无真	191
苦参.....	193
苦参苦寒治热痢,阴道滴虫湿疹宜	193
板蓝根.....	195
板蓝根,解热毒,感冒黄疸不用愁.....	195
虎杖.....	197
患了肝炎,就用阴阳莲	197
知母 贝母 款冬花.....	199
知母贝母款冬花,专治咳嗽一把抓	199

金银花·····	204
清热解毒金银花, 痈肿疮疡一把抓 ·····	204
金钱草·····	206
金钱草是救命王, 专治走胆周身黄 ·····	206
侧柏叶·····	208
药用侧柏叶, 可治鼻出血 ·····	208
细辛·····	209
细辛不过钱, 过钱命相连 ·····	209
佩兰·····	211
兰草汤, 暑湿困脾服之良 ·····	211
鱼腥草·····	213
田园山边鱼腥草, 肺热痰稠咳嗽好 ·····	213
茵陈·····	215
三月茵陈四月蒿, 五月六月当柴烧 ·····	215
荠菜·····	216
三月三, 荠菜当灵丹 ·····	216
枸杞·····	219
枸杞培补不显老, 味甜又能抗衰老 ·····	219
枳椇子·····	222
千杯不醉枳椇子·····	222
胡荽·····	224
香菜香菜, 调味药用两不赖 ·····	224
韭菜·····	226
男不离韭, 女不离藕 ·····	226
威灵仙·····	228
铁角威灵仙, 骨鲠软如绵 ·····	228
厚朴·····	230
腹胀呕吐求良药, 药到病除数厚朴 ·····	230
骨碎补·····	232

认得猴姜,不怕跌打和扭伤	232
香附	234
得了妇科病,挖点回头青	234
独活	236
独活疗齿并头痛,诸风痹痛无久新	236
祖师麻	238
打得满地爬,快用祖师麻	238
穿山甲	239
穿山甲,王不留,妇人食了乳长流	239
扁豆	244
止泻健脾补五脏,扁豆煮粥效果强	244
贯众	245
清热解毒有贯众,黄疸肝炎流感用	245
桂枝	247
桂枝下咽,阳盛则毙	247
核桃	249
核桃是个宝,补肾润肺又健脑	249
莲子	252
若要不失眠,煮粥加白莲	252
荷叶	255
包饭用荷叶,解暑又解热	255
荷花	257
消暑止渴食荷花	257
夏枯草	260
平肝清热夏枯草,散结消瘰降压好	260
徐长卿	261
不怕男儿折断腰,只要认得遥竹道	261
益母草	264
家有益母草,不怕血山倒	264

海金沙·····	266
海金沙,力量大,膀胱结石不离它·····	266
浮萍·····	267
发散风热浮萍草,利水消肿少不了·····	267
桑叶·····	269
霜降采桑叶,散风清火热·····	269
桑椹·····	271
桑椹养血益肝肾,生津明目又通便·····	271
桑白皮·····	273
清泻肺热又利水,平喘化痰桑白皮·····	273
绿豆·····	275
家中一碗绿豆汤,清热解毒赛神方·····	275
黄芪·····	277
常喝黄芪汤,防病保健康·····	277
黄精·····	280
返老还童用黄精·····	280
黄豆·····	282
金豆银豆,不如黄豆·····	282
黄酒·····	284
黄酒红糖,产妇可尝·····	284
黄连·····	286
哑巴吃黄连,有苦说不出·····	286
黄芩·····	289
黄芩救时珍,《纲目》扬中华·····	289
菝葜·····	291
菝葜又名金刚藤,抗癌消肿效果真·····	291
菊花·····	293
常饮菊花茶,到老眼不花·····	293
黄菊泡茶把热散,白菊明目又平肝·····	295

菖蒲	297
菖蒲者,水草之精英,神仙之灵药	297
野菊花	299
眼痛不要怕,只要一把野菊花	299
蛇床子	301
杀虫止痒蛇床子,各种皮肤病变皆能治	301
常山	303
常山与草果,摆子无处躲	303
旋覆花	306
诸花皆升,旋覆独降	306
鹿茸	307
鹿茸补阳添精血	307
淡竹叶	310
淡竹叶,利尿清心又退热	310
淡豆豉	312
豆豉不起眼,能防脑血栓	312
续断	314
脱骨折棒不可怕,上山就把续断挖	314
葛花	315
葛花能解万盅酒	315
葫芦	317
依葫芦画瓢	317
硫黄	320
家里常备硫黄,全把疥虫灭光	320
雄黄	321
五月五,雄黄烧酒过端午	321
雄黄见火,毒如砒霜	323
紫苏	325
紫苏全身宝,感冒不可少	325