



单味中药妙用系列

# 生姜

SHENGJIANG

胡献国

胡爱萍

主编



单味中药妙用系列

# 生 姜

SHENG JIANG

主 编 胡献国 胡爱萍

副主编 徐泽华 杜开平 王 红

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 红 刘海军 杜开平

张 玲 张圣品 张建平

胡 皓 胡爱萍 胡献国

徐泽华



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

---

## 图书在版编目(CIP)数据

生姜/胡献国, 胡爱萍主编. --北京: 人民军医出版社,  
2011. 1

(单味中药妙用系列)

ISBN 978-7-5091-4434-3

I. ①生… II. ①胡…②胡… III. ①姜—基本知识  
IV. ①R282. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 214673 号

---

策划编辑: 郭颖 文字编辑: 伦踪启 责任审读: 谢秀英  
出版人: 石虹

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010)51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010)51927252

策划编辑电话: (010)51927300-8153

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印刷: 京南印刷厂 装订: 桃园装订有限公司

开本: 787mm×1092mm 1/32

印张: 17.875 字数: 350 千字

版、印次: 2011 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~4000

定价: 39.80 元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

## 内容提要

本书为“单味中药妙用系列”之一，介绍了生姜的故事、药材特点、炮制、药理作用、制剂、食疗药膳方及其在内科、儿科、妇科、男科、皮外科、五官科、感染科的应用。本书融科学性与实用性于一体，内容翔实，通俗易懂，适用于中医师、中医药科研工作者、中药店工作者、食疗药膳从业者、中医药院校师生及中医药爱好者阅读参考。

## 前言

随着社会的进步和人们物质生活水平的提高，进补天然药食已成为一种时尚，尤其是生姜，作为药食两用食物，引起了人们广泛的关注与喜好。

生姜具有很高的药用、食用价值，是人们生活中不可缺少的一味常用药食，享有“男子汉的食物”之誉，是卫生部推荐的药食两用食物。

生姜始载于《名医别录》，临床应用非常广泛，被后世医家誉为“医方之祖”的《伤寒论》中，全书载方 112 方，其中用姜者达 37 方。在《金匱要略》中载方 262 方，其中用姜者高达 83 方。由此可见其一斑。但生姜药用散见于各种医籍中，查找使用实觉不便，有感于此，笔者遍览历代诸书，广搜博辑，斟酌筛选，汇集成这册《单味中药妙用系列——生姜》，以期能方便实用，使广大读者足不出户便能择姜配方，选方疗疾，择膳养生，提高自身健康水平。

本书分为五章。第一章生姜概述，讲述了生姜的传说、名人与生姜等。第二章生姜的药材特点与炮制，讲述了生姜的药材特点、生姜的炮制、生姜的鉴别等。第三章生姜的药理作用与制剂介绍，讲述了生姜的药

理作用、生姜常用制剂等。第四章生姜药膳食疗方配伍，讲述了生姜的药膳食疗方。第五章生姜在临床各科的应用，介绍了生姜在内科、儿科、妇科、男科、皮外科、五官科、感染科临床的应用。

生姜虽有养生保健作用，但并非人人皆宜。使用时应在有经验的医师或药师指导下实施。使用姜类中成药（中成药均出自《中华人民共和国药典》2005年版及各药店、中医院药房中使用的中成药）时，请仔细阅读药品说明书并按说明书使用或在药师指导下购买和使用。

本书系中医临床参考用书。适用于中医、中西医结合的临床、科研及教学工作者，对食疗专科、食疗门诊、药膳餐厅、病房营养护士、中医食疗爱好者，病人及家属亦有实用参考价值。

本书在编写过程中，得到诸多专家、教授、学者、领导的帮助，尤其是本院部分药学工作者对本书提出了宝贵的修改意见，在此谨表谢忱。

由于作者水平所限，书中错讹，敬请各位读者批评指正，以求再版时修正。此外，本书在编写过程中，还参考引用了一些相关文献，限于篇幅，未能一一注明出处，盼请谅解。

编 者

2011年1月

# 目 录

## 第一章 生姜概述 / 1

### 第一节 生姜的传说 / 1

- 一、神农与生姜 / 1
- 二、吕纯阳与生姜 / 2
- 三、徐文伯与生姜 / 3

### 第二节 名人与生姜 / 4

- 一、孔子与生姜 / 4
- 二、姜子牙与“子芽姜” / 4
- 三、苏东坡与生姜 / 4
- 四、王夫之与生姜 / 7
- 五、曹雪芹与生姜 / 7
- 六、《三国演义》与生姜 / 8
- 七、徐特立与生姜 / 9

## 第二章 生姜的药材特点与炮制 / 10

### 第一节 生姜的药材特点 / 10

- 一、生 姜 / 10
- 二、干 姜 / 10
- 三、姜 皮 / 11
- 四、炮 姜 / 11
- 五、姜 炭 / 11



## 第二节 生姜的炮制 / 12

### 一、生姜的炮制 / 12

### 二、中药的姜制 / 12

## 第三章 生姜的药理作用与制剂介绍 / 14

### 第一节 生姜的药理作用 / 14

#### 一、生姜的成分 / 14

#### 二、生姜的药理作用 / 14

### 第二节 生姜常用制剂介绍 / 19

## 第四章 生姜药膳食疗方配伍 / 23

### 一、生姜的功效 / 23

### 二、临床怎样应用姜 / 25

### 三、为何夏日食姜有益健康 / 25

### 四、生姜药膳食疗方选 / 27

## 第五章 生姜在临床各科的应用 / 30

### 第一节 生姜在内科临床的应用 / 30

#### 一、上呼吸道感染 / 30

#### 二、慢性支气管炎 / 51

#### 三、支气管哮喘 / 74

#### 四、呃逆 / 86

#### 五、呕吐 / 89

#### 六、消化不良 / 104

#### 七、慢性胃炎与溃疡病 / 112

#### 八、腹痛 / 133

#### 九、胃下垂 / 146

#### 十、急、慢性肠炎 / 151

#### 十一、白细胞减少症 / 169



- 十二、肾盂肾炎 / 172
- 十三、急、慢性肾炎 / 174
- 十四、尿毒症 / 183
- 十五、便秘 / 186
- 十六、神经衰弱 / 190
- 十七、冠心病 / 196
- 十八、心肌炎 / 203
- 十九、血管性头痛 / 211
- 二十、高血压病 / 220
- 二十一、脑卒中及后遗症 / 222
- 二十二、风湿性关节炎 / 233
- 二十三、类风湿关节炎 / 249
- 二十四、糖尿病及其并发症 / 256
- 二十五、甲状腺功能减退症 / 258
- 二十六、汗证 / 261
- 二十七、癫痫 / 264
- 二十八、精神病 / 267
- 二十九、慢性疲劳综合征 / 271
- 三十、膈 / 278
- 三十一、酒精中毒 / 281
- 三十二、中暑 / 283
- 三十三、食物中毒 / 289
- 第二节 生姜在儿科临床的应用 / 292
  - 一、小儿发热 / 292
  - 二、小儿咳嗽 / 297
  - 三、小儿哮喘 / 300
  - 四、小儿腹泻 / 304

五、小儿佝偻病 / 309

六、小儿厌食症 / 312

七、小儿肾病 / 317

八、小儿遗尿 / 320

### 第三节 生姜在妇科临床的应用 / 323

一、月经不调 / 323

二、经行水肿 / 330

三、功能性子宫出血 / 331

四、痛经 / 336

五、闭经 / 345

六、不孕症 / 348

七、绝经前后诸症 / 352

八、盆腔炎 / 355

九、习惯性流产 / 360

十、妊娠呕吐 / 360

十一、先兆流产 / 365

十二、妊娠腹痛 / 367

十三、妊娠肿胀 / 368

十四、产后血晕 / 370

十五、产后感冒 / 375

十六、产后缺乳 / 379

十七、产后便秘 / 380

十八、产后排尿异常 / 382

十九、产后恶露不净 / 383

二十、产后腹痛 / 387

二十一、产后汗出异常 / 391

二十二、产后身痛 / 393

- 二十三、子宫脱垂 / 396
- 二十四、子宫肌瘤 / 399
- 二十五、乳腺增生 / 402
- 第四节 生姜在男科临床的应用 / 403
  - 一、阳 萎 / 403
  - 二、早 泄 / 408
  - 三、遗 精 / 409
  - 四、男子不育症 / 412
  - 五、缩 阳 症 / 413
  - 六、阴囊湿疹 / 416
  - 七、急性睾丸炎 / 417
- 第五节 生姜在皮外科临床的应用 / 418
  - 一、疔 / 418
  - 二、急、慢性阑尾炎 / 421
  - 三、急性乳腺炎 / 422
  - 四、胆囊炎与胆石症 / 423
  - 五、冻 疮 / 426
  - 六、足 癣 / 432
  - 七、骨关节病 / 435
  - 八、跟 痛 症 / 445
  - 九、痔 / 448
  - 十、直肠脱垂 / 449
  - 十一、肠 麻 痹 / 453
  - 十二、疝 气 / 454
  - 十三、跌打损伤 / 458
  - 十四、股骨头缺血性坏死 / 467
  - 十五、脱发与白发 / 468

- 十六、白 癜 风 / 470
- 十七、斑 症 / 473
- 十八、腋 臭 / 475
- 十九、烧 伤 / 475
- 二十、皮肤瘙痒症 / 476
- 二十一、粉 刺 / 479
- 第六节 生姜在五官科临床的应用 / 480
  - 一、鼻 窦 炎 / 480
  - 二、急、慢性咽炎 / 481
  - 三、急性结膜炎 / 486
  - 四、牙 痛 / 487
  - 五、耳 聾 / 489
  - 六、口腔溃疡 / 490
  - 七、眩 晕 症 / 492
  - 八、白 内 障 / 498
  - 九、面神经炎 / 499
- 第七节 生姜在感染科临床的应用 / 502
  - 一、流行性感冒 / 502
  - 二、麻 疹 / 512
  - 三、流行性腮腺炎 / 514
  - 四、小儿麻痹 / 516
  - 五、结 核 病 / 519
  - 六、病毒性肝炎 / 528
  - 七、肠道寄生虫病 / 535
  - 八、细菌性痢疾 / 540
  - 九、疟 疾 / 551
  - 十、破 伤 风 / 557

# 第一章 生姜概述

## 第一节 生姜的传说

生姜，又名鲜生姜，为姜科多年生草本植物姜的根茎，全国各地均产，冬季采挖，除去须根，洗净，切片入药。生姜捣汁名姜汁，取皮名姜皮，煨熟名煨姜，切片晒干名干姜。中医认为，生姜性味辛、温，入肺、胃、脾经，有发表散寒、温中止呕、温肺止咳、和中解毒之功。我国民间流传着不少生姜入药显奇效的故事。

### 一、神农与生姜

相传，生姜是由一个叫神农的人发现并命名的。

一次，神农在南山采药时，误食了毒蘑菇，腹痛得像刀割一样，吃什么药也止不了痛，于是昏倒在一棵树下。

没过多久，他慢慢地醒了过来。神农觉得很奇怪，可又不知道是什么原因。于是，他向四周一看，发现自己躺倒的地方有一丛丛尖叶青草，散发着浓郁的香气，低头闻一闻，只觉得头也不晕，胸也不闷了。原来是这种草的气味使神农苏醒过来的。

神农顺手将一株草连根拔起，并将它的块根放在嘴里咀嚼，只觉得又香又辣又清凉。过了一会儿，腹部开



始呼噜噜地响，一阵泻泄过后，神农的腹痛消失了，感觉非常舒服。

神农想，既然这种草让他起死回生，一定要给它取个好名字。因为神农姓姜，于是，他就将这种尖叶草称为“生姜”，意为它能够使人起死回生，作用神奇。

## 二、吕纯阳与生姜

很久以前，天宫神医吕纯阳曾装扮成游方道士到民间采药，一天，他路过一村庄，见路边一老婆婆手捂腹部翻滚呻吟，即从葫芦里倒出3粒丹药给老婆婆服下。谁知老婆婆服药后不但不见效，反而病情更加厉害。吕纯阳也慌了神，急得满头大汗，束手无策。

这时，一白发老翁赤脚闻声而至，伸手摸摸老婆婆的额头，又搭搭脉说：“是风寒攻心，我取点药马上就来。”说罢拿起锄头到屋后挖起一株绿叶小草，将其根部黄色块状的物体切片加水，煮开后放上红糖，让老婆婆喝下，老婆婆喝下后顿时周身汗出，腹痛也消失了。老婆婆高兴地说：“姜老头，你真行，药比天上的吕仙翁还灵。”吕纯阳看老婆婆把姜老头捧得那么高，气得浑身发抖，决心对姜老头进行报复。他把一条火赤炼毒蛇变作一只大鳖，令其爬向姜老头。姜老头打死大鳖，回家煮熟后下酒。吕纯阳心中得意，等待着姜老头中毒的消息，谁知，姜老头不但没有中毒，反而越活越精神。吕纯阳按奈不住内心的好奇，前去问个究竟。姜老头笑着说：“鳖怕什么，三片生姜解百毒。”说完摸出一片黄色的东西，正是给老婆婆吃过的药。吕纯阳折服了，把自己葫芦里的药倒了个精光，发誓再也不来人间显

示他的医术了。人们为了感谢姜老头，即把“片姜”叫“老姜”。

### 三、徐文伯与生姜

徐文伯自幼师从其父，医术甚精，被宋明帝称为当时“天下第一名医”。

宋明帝登基6年（公元470年），明帝喉中长了一个疮，疼痛不已，脓血不止，到后来，连水都咽不下去了。朝臣经过商议，决定请徐文伯来医治。徐文伯望闻问切后，告诉宋明帝：“您每天吃3次生姜，每次吃5两（16两为1斤）。”使臣忙用清水洗净生姜用刀切成小片，明帝强咽生姜，生姜又辣又硬，搞得明帝咽喉部钻心地痛，泪流不止。明帝说：“徐文伯，你是想置朕于死地呀？还是成心想看朕的笑话。”徐文伯说：“冤枉之极，未医怎敢和皇帝开玩笑。”吃完2斤生姜后，明帝喉中脓血越来越少，当3斤生姜吃完后，喉疾竟然全好了，吃什么东西都无碍。

明帝问徐文伯生姜为什么有这般神奇功效，徐文伯解释道：皇帝平时十分喜爱进食竹鸡（一种鸟，生活在江南丛林之中），而竹鸡最喜欢吃半夏，生半夏是有毒中药，这种鸡身上有半夏之毒，陛下吃下去，那半夏之毒必然留在食管、咽喉，服生姜正是解半夏之毒。明帝听后甚喜，命使臣将祖传鸳鸯剑赐于徐文伯。据说，这把千年难得的古剑在战乱年代散落民间，至今下落不明。

## 第二节 名人与生姜

### 一、孔子与生姜

先师孔子早已认识到食用生姜能抗衰老。他晚年时常说“每食必姜”“不撤姜食，不多食”。意指一年四季食不离姜，但每次不宜多吃。在饱尝战祸、颠沛流离，人平均寿命很低的春秋时代，孔子能活到73岁，与重视食用生姜不无关系。

南宋理学大师朱熹在《论语集注》中，对孔子食姜的嗜好阐释为姜能“通神明，去秽恶，故不撤”。

### 二、姜子牙与“子芽姜”

传说，商代姜子牙被纣王通缉，逃到铜陵时又累又饿，摔倒在姜田里，无意间踢出一块姜（即嫩姜）。姜太公饥不择食，抓起来就吃，谁知这甘嫩生脆的东西竟使他终生难忘。后来，姜子牙当了周朝丞相，助武王东征西伐，还不忘这乡间美味，每年都要派人到铜陵来买生姜享用。有谚语说“跌倒姜子牙，带出子芽姜”说的就是此事。以前铜陵人只是用老姜作烹调作料或入药，自此，开始食用嫩姜，加工成糖姜、盐姜、糖醋姜等。

### 三、苏东坡与生姜

#### （一）苏东坡延年益寿方

苏东坡在杭州为官时，曾与生姜结缘。他在《东坡杂记》一书中记载了靠生姜而延年益寿的一桩奇闻。

一天，苏东坡微服去净慈寺拜访寿高体健的住持——聪药王。不知谁走漏了消息，等东坡大人来到时，净慈寺的和尚早已列队在山门外恭候苏大人。苏东坡挥手致意道：“各位不必拘礼，我今天是因私事前来拜访老方丈的，请各位自便吧。”于是方丈将苏东坡迎进禅堂，小和尚端来西湖龙井茶。苏东坡一边喝茶，一边问方丈：“听说你这里有位寿高身健的高僧，可得一见否？”方丈命小和尚去请高僧。只见那位高僧步履矫健，胸挺腰直，面色红润，目光炯炯，看上去不过40来岁。方丈介绍说：“这就是人称‘聪药王’的本寺制药僧，前来拜见苏大人。”苏东坡忙起身让座，双手合十虔诚地问道：“久闻高僧身健寿高，今得一见，果然名不虚传。请问贵庚几何，何以如此不老？”聪药王顿首拜道：“贫僧今年80有5，40岁时身体肥胖，臃肿不堪，步履艰难。后得一方，做成乳饼，连吃40余载，所以不老。”苏东坡问此方可得闻乎？乳饼如何制作？聪药王回答道：“苏大人造福民众，贫僧要将此方献给大人。此方只一味生姜，把姜捣烂，绞取姜汁，盛入瓷盆中，静置澄清，除去上层黄清液，取下层白而浓者，阴干，刮取其粉，名为‘姜乳’。1斤老姜约可得1两多姜乳，用此姜乳与3倍面粉拌和，做成饼蒸熟即成。每日空腹吃一二饼。我连吃1年就身轻体健了。后来遁入山门，我也日吃不断。看来姜乳饼将伴我终身。”

苏东坡拜谢了聪药王回到府上，心想姜乳饼制作较为烦琐，加上他自幼生长在四川眉山，吃惯米饭，不喜面食。于是在公务之余又遍访民间，终于搜集到以生姜为主药的“驻颜不老方”。他很欣赏此方，曾作诗记载

