

名医堂：中医让生活更健康

XUEYONG ZHONGYAO YIXUEJICHU

学用中药一学就会

【从生活学中医丛书】



以贴近生活的事例、通俗的文字和大量解说详尽的图片，帮助您在生活中鉴别和应用多种常用中药，并有歌诀归纳，易懂易学。担心看不懂？读了就会有收获。

陈华丰 编著



为什么医生开的药方会有多种中药，它们各自的作用是什么？在家里煲汤煮粥时该怎样使用中药呢？

本书用通俗的文字、精美的图片，解说下面的问题：

中药是如何制作的？

中药竟然有四性五味，而且还会“升、降、沉、浮”，这是怎么一回事？

中药还与人体的经络有关系，这又是怎么一回事？

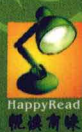
“是药三分毒”，如何认识中药的毒性呢？

性能功效与应用，图文并茂说中药。治病用药有技巧，归纳歌诀记得牢。

不用担心看不懂，读了就会有收获。

广东出版集团

广东科技出版社(全国优秀出版社)



HappyRead
悦读有伴

名医堂：中医让生活更健康

陈华丰 编著



【从生活学中医丛书】



学用中药一学就会

XUEYONG ZHONGYAO YIXUEJIUWEI

广东省出版集团
广东科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

学用中药一学就会 / 陈华丰编著. —广州: 广东科技出版社, 2012. 3

(从生活学中医丛书)

ISBN 978-7-5359-5650-7

I. ①学… II. ①陈… III. ①中药学—普及读物
IV. ①R28-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2011) 第276275号

策 划: 李 鹏 冯常虎

责任编辑: 李 鹏 (lp020@163.com) 谢慧文 周 莉

责任校对: 吴丽霞

责任技编: 任建强

装帧设计: 友间文化

出版发行: 广东科技出版社

(广州市水荫路11号 邮政编码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http: //www. gdstp. com. cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 广州嘉正印刷包装有限公司

(广州市番禺区大龙街大龙村工业区新凌路边C号 邮政编码: 511450)

开 本: 787mm×1092mm 1/16 印张 17 字数 250千

版次印次: 2012年3月第1版

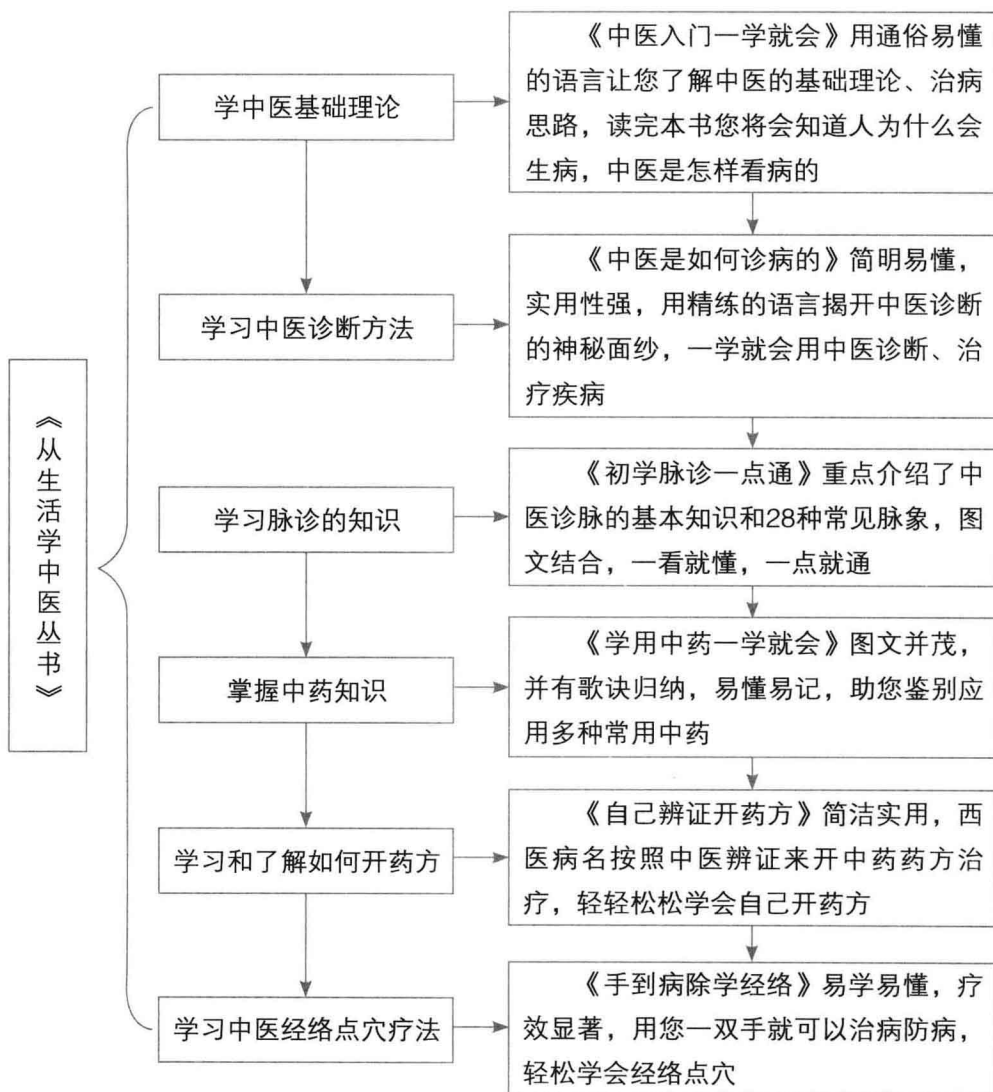
2012年3月第1次印刷

定 价: 32.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

怎样学习《从生活学中医丛书》

中医博大精深，要想通过几本书就能全面讲解是不可能，写太多、太专业的内容，势必让读者很难有信心读下去。我秉着“名医堂：中医让生活更健康”的信念，并结合多年行医和讲医的经验，将中医的一些基础知识溶于日常病例的分析与治疗中，这样读者读起来不累，也容易记忆，做到一学就会。于是就有了《从生活学中医丛书》。



前 言

中药的发明与应用历史悠久，源远流长，是中国文化宝库的一部分。中药取材于大自然，产区辽阔。几千年来，中药学以中医理论为基础，形成了独特的理论体系和应用形式，内容博大精深，对维护中华民族的繁衍昌盛作出了重要的贡献。

为了让广大中医爱好者在较短的时间内掌握中药的相关知识，我们博采历代本草名家之长，并结合多年临床经验，编写了《学用中药一学就会》。

本书图文并茂，条理井然，易学易记，理论与临床并重。开篇介绍了中药的基础知识，然后分类讲解常用中药的性能、功效、应用等，并用歌诀归纳总结，便于记忆。书中还穿插了易混淆中药的鉴别和应用技巧。

由于时间仓促，工作繁忙，本书内容难免有不妥之处，敬请各位同仁赐教。

◎ 是药三分毒，用药需谨慎

2010年2月，姚先生5岁的女儿由于感冒发烧在附近医院吊了几天针水，半个月后，孩子的感冒好了，却经常耳鸣，看电视也要开很大的声音才能听到。后去医院检查发现，孩子是因为滥用庆大霉素而导致的药物性耳聋，医生建议给孩子配戴助听器或进行电子耳窝植入。

姚先生十分自责，找到我来咨询：“我实在难以相信，几瓶治病的针水竟然让孩子的听力下降了，我对不起孩子啊！”

给孩子检查后，我开了中药处方，并告诉他：“所谓‘是药三分毒’，很多药物都有毒副作用。由于抗生素滥用导致儿童耳聋的案例数不胜数，抗生素滥用还催生了携带NDM-1耐药基因的‘超级细菌’，并导致多人死亡。”

“太严重了，我以后一定少给孩子用抗生素。”

“用药一定要谨慎，除了抗生素以外，还有很多药物都有副作用。药监局的药品不良反应监测数据表明，2009年和2010年，我国因药品不良反应导致死亡的人数加起来有1 100人。”

孩子吃了几个疗程的中药，听力恢复了正常。姚先生高兴地来道谢：“还是中药安全有效啊，以后我家人生病了就吃中药！”

“不论中药还是西药，药物的副作用都不容忽视！虽然中药的副作用比人工合成的西药小，但使用时也必须慎重。比如曼陀罗花浸酒，口服可治疗风湿性关节炎，但剂量过大，常会引起中毒死亡。近几年，因滥服中草药导致肾炎和肾功能衰竭的病人也在日趋增多。”我告诫姚先生说。

“是这样啊。看来不论中药还是西药，使用时都必须谨慎啊！”姚先生咂舌感叹道。

的确如此，每味药都有其功效，也有其副作用，即使医者断病如神，若不了解药性而胡乱用药，只会适得其反。我们使用中药一定要了解中药，针对个人体质的强弱、疾病部位的深浅，恰当选择药物。使用中草药，尤其是有毒性的药物时，首先应慎重，要严密观察，并注意剂量是否恰当；其次可与其他药物配伍，以减少毒性或其他副作用，如用于肝硬化腹水的十枣丸，就配伍大枣来缓和甘遂、大戟、芫花这些有强烈泻下作用的中草药，起到减少毒性的作用。

中医中药既是我国医学文化中的国宝，又是世界文化宝库的一部分。2011年9月，中国中医科学院的屠呦呦荣获“拉斯克临床医学奖”，她从中药青蒿里提取了用于治疗疟疾的青蒿素，挽救了全球数百万人的生命。由此可见中医药蕴含着巨大的临床研究与应用价值。

随着科学技术的发展，中药现代化正在逐步推进，未来的中药将会更加标准化、科学化、简约化。比如，未来的制药厂可以将单味中药提取加工制成速溶片，每片含药量统一为1克。当中医医生开了人参附子汤的处方（人参15克、附子10克），患者在药房拿药时，再也不用提一大包中药回家煎煮了，而是每服药只有一袋每片含药1克的速溶片（15片人参、10片附子），吃药时将这袋药用水冲泡，待药溶解后服下即可。这样既将中药定量化、标准化，充分利用了中药材资源，也方便患者服用，不影响中医医生开处方的习惯和药物疗效。

目 录

第一章 学点中药基础知识 / 1

第一节 中药是怎样产生和发展的 / 2

第二节 中药是如何制成的 / 4

◎ 中药的采收 / 5

◎ 中药的炮制 / 5

第三节 中药都有什么性能 / 7

◎ 四性五味 / 8

◎ 升、降、浮、沉 / 10

◎ 归经 / 10

◎ 有毒与无毒 / 11

第四节 方剂是怎样治病的 / 11

第五节 中药如何应用 / 15

◎ 配伍 / 15

◎ 用药禁忌 / 16

◎ 剂量 / 17

◎ 煎煮方法 / 18

◎ 给药途径与方法 / 20

第二章 解表发汗的常用药 / 22

第一节 发散风寒药 / 24

麻 黄 / 25 桂 枝 / 26

生 姜 / 27 荆 芥 / 28

防 风 / 29 白 芷 / 30

葱 白 / 31

第二节 发散风热药 / 32

薄 荷 / 32 牛 蒡 子 / 34

蝉 蜕 / 35 菊 花 / 36

柴 胡 / 37 升 麻 / 38

葛 根 / 40

第三章 清解里热的常用药 / 42

第一节 清热泻火药 / 44

石 膏 / 45 栀 子 / 46

夏 枯 草 / 47 决 明 子 / 47

青 箱 子 / 48

第二节 清热燥湿药 / 49

黄 芩 / 49 黄 连 / 51

黄 柏 / 52 龙 胆 / 53

苦 参 / 54

第三节 清热解毒药 / 55

金 银 花 / 55 连 翘 / 56

板 蓝 根 / 58 蒲 公 英 / 58

马 齿 苋 / 59 绿 豆 / 60

第四节 清热凉血药 / 61

生 地 黄 / 61 牡 丹 皮 / 62

第五节 清虚热药 / 63

青 蒿 / 64 地 骨 皮 / 65

第四章 促进排便的常用泻下药 / 66

第一节 攻下药 / 68

大 黄 / 68 芒 硝 / 70
番泻叶 / 70 芦 荟 / 71

第二节 润下药 / 72

火麻仁 / 72 郁李仁 / 73

第三节 峻下逐水药 / 73

牵牛子 / 74 巴 豆 / 75

第五章 补益身体的常用药 / 77

第一节 补气药 / 80

人 参 / 81 西洋参 / 83
党 参 / 84 太子参 / 85
黄 芪 / 86 白 术 / 87
山 药 / 88 甘 草 / 89
大 枣 / 91 蜂 蜜 / 92

第二节 补阳药 / 93

鹿 茸 / 93 紫河车 / 94
淫羊藿 / 95 巴戟天 / 96
杜 仲 / 97 肉苁蓉 / 98
补骨脂 / 98 益智仁 / 99
核桃仁 / 100
冬虫夏草 / 101

第三节 补血药 / 102

当 归 / 102 熟地黄 / 104
阿 胶 / 105 何首乌 / 106
龙眼肉 / 107

第四节 补阴药 / 107

北沙参 / 108 百 合 / 109
麦 冬 / 110 天 冬 / 110
黄 精 / 112 枸杞子 / 113
桑 葚 / 113

第六章 治疗寒证的常用温里药 / 115

附 子 / 117 干 姜 / 118
肉 桂 / 119 丁 香 / 121
花 椒 / 122

第七章 消化食积的常用药 / 123

山 楂 / 125 鸡内金 / 126
神 曲 / 126 麦 芽 / 127
莱菔子 / 128

第八章 安定神志的常用药 / 129

第一节 重镇安神药 / 131

朱 砂 / 131 磁 石 / 132
龙 骨 / 134 琥 珀 / 135

第二节 养心安神药 / 136

酸枣仁 / 136 柏子仁 / 137
合欢皮 / 138 远 志 / 139

第九章 常用的化痰止咳平喘药 / 144

第一节 温化寒痰药 / 144

半 夏 / 144 天南星 / 145
白芥子 / 146

第二节 清化热痰药 / 147

川贝母 / 147 瓜 蒌 / 148
桔 梗 / 149

第三节 止咳平喘药 / 150

苦杏仁 / 150 紫苏子 / 151
百部 / 152 桑白皮 / 152

第十章 治疗风湿痹证的祛风湿药 / 154

第一节 祛风寒湿药 / 156

独活 / 156 木瓜 / 157
路路通 / 158

第二节 祛风湿热药 / 159

秦艽 / 159 防己 / 161
豨莶草 / 162

第三节 祛风湿强筋骨药 / 163

五加皮 / 163 桑寄生 / 164

第四节 化湿药 / 164

藿香 / 165 苍术 / 166
厚朴 / 167

第五节 利水渗湿药 / 168

◎ 利尿消肿药 / 169

茯苓 / 169 薏苡仁 / 170
泽泻 / 171

◎ 利尿通淋药 / 172

车前子 / 172 滑石 / 173
木通 / 174

◎ 利湿退黄药 / 175

茵陈 / 175 金钱草 / 176

第十一章 人体内寄生虫的克星——驱虫药 / 177

苦楝皮 / 179 使君子 / 180
槟榔 / 181 雷丸 / 182

第十二章 气滞、气逆就用理气药 / 183

陈皮 / 185 枳实 / 186
木香 / 187 川楝子 / 188
荔枝核 / 189 柿蒂 / 190

第十三章 活血止血的常用理血药 / 191

第一节 活血化瘀药 / 192

◎ 活血止痛药 / 193

川芎 / 193 延胡索 / 195
郁金 / 195

◎ 活血调经药 / 197

丹参 / 197 红花 / 198
桃仁 / 199 益母草 / 200
鸡血藤 / 201 王不留行 / 202

◎ 活血疗伤药 / 203

土鳖虫 / 203 刘寄奴 / 204

◎ 破血逐瘀药 / 205

莪术 / 205

第二节 止血药 / 206

◎ 凉血止血药 / 208

小蓟 / 208 大蓟 / 209
地榆 / 209 槐花 / 210

◎ 化瘀止血药 / 211

三七 / 212

◎ 收敛止血药 / 213

白及 / 213 血余炭 / 214
藕节 / 214

◎ 温经止血药 / 215

艾叶 / 215 灶心土 / 216

第十四章 闭证神昏快用开窍药 / 218

麝香 / 220 冰片 / 222
苏合香 / 223 石菖蒲 / 224

第十五章 常用的平肝熄风药 / 226

第一节 平抑肝阳药 / 228

石决明 / 228 牡蛎 / 230
珍珠母 / 231

第二节 熄风止痉药 / 232

羚羊角 / 232 钩藤 / 234
全蝎 / 234 蜈蚣 / 236

第十六章 滑脱病症的常用固涩药 / 238

麻黄根 / 240 五味子 / 241

乌梅 / 242 山茱萸 / 243
莲子 / 244 芡实 / 245

第十七章 攻毒疗疮、杀虫止痒药 / 246

雄黄 / 248 硫黄 / 248
白矾 / 249 大蒜 / 250
蟾酥 / 251 樟脑 / 252

第十八章 拔毒化腐、生肌敛疮药 / 254

轻粉 / 256 炉甘石 / 256
硼砂 / 257 砒石 / 258
铅丹 / 259

参考文献 / 260 后 记 / 261

第一章

学点中药基础知识

中药的发明和应用历史悠久，源远流长，是中国文化宝库的一部分。中药取材于大自然，产区辽阔。几千年来，中药学以中医理论为基础，形成了独特的理论体系和应用形式，内容博大精深，对维护中华民族的繁衍昌盛作出了重要的贡献。



我国拥有丰富的药材资源。自古以来，我国劳动人民一直以药材作为防治疾病的主要武器，逐步积累了宝贵的经验和丰富的中药理论知识。

中药主要来源于天然药及其加工品，包括植物药、动物药、矿物药及部分化学、生物制品类药物。其中，植物药占绝大多数，使用也最普遍，所以古代把药学称为“本草学”。由于这些药物的应用是以中医学理论为基础的，有着独特的理论体系和应用形式，所以人们把药材资源称为“中药”。中药学就是专门研究中药基本理论和各种中药的来源、采制、性能、功效及应用方法等知识的一门学科，是中医学的一个重要组成部分。

第一节 中药是怎样产生和发展的

郭先生最近在自学中药，来向我请教：“中药是怎么产生的啊？”

“原始社会时期，人们在生产和生活实践过程中，由于采食植物和狩猎，得以接触并了解某些植物和动物及其对人体可能产生的影响，不可避免地会引起某种药效反应或中毒现象，使人们认识到在寻找食物时应有所鉴别和选择。同时为了治病，开始注意某些自然产物的治病作用和毒理作用。经过无数次的试用和观察，口尝身受，实际体验，逐渐创造并积累了一定的药物知识，经过反复地实践、总结、交流，逐渐形成了早期的药物疗法。可见，中药的起源是劳动人民长期生活实践和医疗实践的结果。”



“神农尝百草的传说是真的吗？”

“神农尝百草的传说有很多个版本，现在已经无法判断它的真假了。但我国第一部专门记载药物的书籍当推《神农本草经》，据史家考证，其大约成书于东汉末年。全书共分3卷，载药365种，系统地总结了汉代以前的用药经验和药学知识，为中药学的发展奠定了坚实的理论基础。”

“那么在各个时代，中药是怎样发展的呢？”

南朝刘宋时期雷敦总结了当时药物炮制的经验，撰成《雷公炮炙论》，这是专门论述药物炮制的著作，原书虽已散佚，但其内容多为后世本草书籍及有关著作所引述。当时的炮制方法归纳起来有蒸、煮、炒、焙、炙、炮、煨、浸、酒浸、水飞。此书对后世炮制技术影响很大，书中有些炮制方法至今仍在沿用。

隋、唐时期，经济、文化日渐繁荣，医学技术也得到迅速发展。唐显庆四年（660年），唐朝政府组织李绩、苏敬等20余人集体编撰了《新修本草》，即《唐本草》，共计载药850种，分为玉石、草、木、禽兽、虫鱼、果、茶、米谷、有名未用等九部，并附有药图及图经，这是我国本草附图的开始。由于它是以官方的名义来编订和推行的，所以是我国乃至世界上最早的“药典”。

唐朝已开始使用动物组织、器官及激素剂。《唐本草》记载了用羊肝治疗夜盲症和改善视力的经验；《本草拾遗》记录了人脑作为强壮剂的效力；用羊靥（羊的甲状腺）和鹿靥治疗甲状腺病，则见于《千金方》。

宋朝到元朝时期，随着医药知识的进步，本草书籍又进行了多次编撰和修订。公元1086年，四川名医唐慎微在广泛收集古今单方及经、史百家有关药物资料的基础上，编成《经史证类备急本草》，载药1 558种，每药均有药图，并附方3 000余首。这种图文并重、方药兼收的编写体例，为后世本草书籍所采用延纳。

明代医药学知识进一步发展，沿用已久的《证类本草》已明显不能适应临床的需要，因此需要整理和总结。公元1552年，伟大的医药学家李时珍穷毕生之精力，广搜博采，亲历实践，历时27年，完成了200万言药学巨著《本草纲目》，载药1 892种，附方11 000余个，分为16纲、62类，是中古时代最完备的分类系统。总结了16世纪以前我国药学的经验和理论，为明代以后本

草学的研究和发展提供了必要的条件。

继李时珍以后，清代杰出医学家赵学敏对民间草药作了广泛搜集和整理，著成《本草纲目拾遗》。全书载药921种，新增药品716种，并对《本草纲目》错简之处做了补充和修正，有很大的实用价值和研究价值，大大丰富了中医学宝库。

我国药学自汉代到清朝，各个时代都有它的成就和特色，而且历代相承，日渐丰富。据统计现存的本草书籍就有400种以上，除去有较大代表性的大型著作外，还有许多短小精悍、便于初学者使用的中药书籍。总之，在2 000年的发展过程中，文献资料相当丰富，内容相当广泛，记录了我国人民在医学方面的创造和高度成就，包含着丰富的经验和理论知识，确实是一个伟大的宝库。

新中国成立以来，为适应中医中药事业的迅速发展，不但整理重印了许多古典本草书籍，而且还编写出版了有关中药教学、科研、生产及临床应用等各种著作和刊物。其种类之繁多，范围之广阔，内容之丰富是历史上从未有过的。

“中医真是源远流长，博大精深啊！”郭先生听了介绍感慨道。

“是啊，历代的本草著作也是汗牛充栋、不胜枚举。我们依靠现代技术发展中医药科学，应该进一步总结经验，去芜存精，任重道远啊！”

第二节 中药是如何制成的

“中药是怎样制成的呢？”

“制作中药首先是采收，然后再炮制。中药的采收应当注意保护药源，合理采收，切忌竭泽而渔。中药的炮制方法一般有火制法、水制法、水火共制法及纯净、粉碎、切制等处理方法，目的是使药物洁净、有效成分易煎出以及适应其他炮制方法的需要。”应郭先生要



求，我又详细讲解了中药的采收与炮制。

◎ 中药的采收

中药的采收主要指植物药的采收。各种植物在其生长发育的各个时期，根、茎、叶、花、果实、种子所含的有效成分均不相同，因而药性的强弱往往也有较大的差异。药材的采收应该在有效成分含量最多的时候进行。一般来说，可按以下原则进行采收。

(1) **根和根茎**。早春和深秋季节采收为佳。因为早春尚未发芽，深秋地面部分即将枯萎，精华蓄于根部，药力比较充足，如地榆、天麻、大黄等。也有少数例外，如半夏、延胡索等则以夏天采收为宜。

(2) **茎叶部分（或全株）**。应在植物生长最旺盛的时候采收，如紫苏叶、大青叶、车前草等。

(3) **花及花粉**。花应在含苞待放或初开放时采收，如金银花、菊花等；花粉应在盛开时采收，如蒲黄等。

(4) **果实和种子**。果实多在成熟时采收，如女贞子、枸杞子等；种子多老熟后采收，如茺蔚子等。

(5) **树皮和根皮**。树皮常在春夏时节采收，此时不仅有效成分含量高，而且易剥离，如黄柏、厚朴等；根皮宜于秋季采收，如桑白皮、牡丹皮、地骨皮等。

◎ 中药的炮制

炮制是药物在应用或制成各种剂型前必要的加工处理过程，它包括对生药材的一般处理（整形、去除杂质等）和部分药材的特殊处理。

炮制的目的有：①消除或降低药物毒性、烈性或副作用；②改变药物性能，以适应临床需要；③便于制剂和贮藏；④除去杂质及非药用部分，使药物纯净，确保处方用量准确或利于服用。

炮制的方法很多，常用的有：

01 火制法

火制法是将药物直接或间接放置火上加热，以达到增强药效、缓和药

性、减少毒性及易干粉碎等目的的炮制方法。

(1) **炒**。有加辅料的炒和不加辅料的炒。不加辅料者叫清炒，根据程度不同又有炒黄、炒焦、炒炭之分。炒黄、炒焦使药物易于粉碎加工，并缓和药性；种子类药物可以使其煎煮时有效成分易于溶出；炒炭能缓和药物的烈性或增强收敛止血的功效。加入辅料者叫拌炒；常用辅料有土、麸皮、食盐等。拌炒可以减轻药物的刺激性或增强药性，更好地发挥功效。

(2) **炙**。用液体辅料拌炒药物，使辅料渗入药物内部以改变药性、增强药效、减少毒性或烈性。常用的液体辅料有酒、醋、蜜等，如酒炙川芎可增强其活血之功，醋炙香附可增强行气止痛之功，蜜炙黄芪可增强补中益气之功。

(3) **煨**。将药物直接或间接放在猛火上煨烧。直接煨是将药物直接投入火中，以煨烧红透为度，可以使药物易于粉碎、加工，并增强药物的收敛作用。主要适用于矿石类和贝壳类药物，如煨海蛤壳、煨龙骨、煨牡蛎等。间接煨是置药物于耐火容器中密闭煨至容器底部红透为度，如制血余炭、陈棕炭等。

(4) **煨**。用湿面粉或湿纸包裹药物，置热灰炭中烘烤，使面粉或纸焦黑为度，冷后剥离，留存药物，可减轻药物的烈性或副作用。如煨生姜、煨甘遂、煨肉豆蔻等。

(5) **焙**。将药物置于瓦上或锅内，微火加热，使之干燥黄脆，以便研末。如紫河车等。

02 水制法

水制法是用清水或其他液体辅料处理药材的一类方法。通过水制可使药物洁净、软化或调整药性。常用的有淋、洗、泡、漂、浸、润、水飞等。

(1) **洗、泡**。洗就是将药物放入水中漂洗，以使其清洁或除去异味，便于贮存或制剂，如紫河车经洗后可除去腥味，昆布、海藻经洗后可除去盐分；泡就是将药物放在水或其他液体中浸泡，有的为软化、便于切片，如槟榔，有的为减低药物的毒性或烈性，如附子、吴茱萸等。

(2) **水飞**。借药在水中的沉降性质，分取其极细粉末的炮制方法。具体操作：将溶于水的药物放在乳钵或碾槽内加水共研，再加水搅拌，较粗的粉末即下沉，细粉混悬于水中，将混悬液倒出。剩余的粗粒如前再研，倒出的混悬液沉淀后分出，干燥，即成极细粉末。此法既可得到极细粉末，又可减