

草药妙用

一学就会

主编 冼建春



100多种常见常用的草药，
200多幅清晰的实物图片，
500多个简单实用的验方，
助您认识草药、妙用草药。



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

草药妙用

一学就会

主 编 冼建春

副主编 高 明 刘思益 陶衔钊

编 委 温良明 林秋虹 吴超凡 吴志坚

摄 影 冼建春



海峡出版发行集团 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTION GROUP FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

草药妙用一学就会 / 冼建春主编. —福州: 福建科学技术出版社, 2011.8

(“绿土地快乐生活”丛书)

ISBN 978-7-5335-3863-7

I. ①草… II. ①冼… III. ①中草药 - 基本知识
IV. ①R282

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 063487 号

书 名 草药妙用一学就会

“绿土地快乐生活”丛书

主 编 冼建春

出版发行 海峡出版发行集团

福建科学技术出版社

社 址 福州市东水路 76 号 (邮编 350001)

网 址 www.fjstp.com

经 销 福建新华发行 (集团) 有限责任公司

排 版 福建科学技术出版社排版室

印 刷 福建省地质印刷厂

开 本 889 毫米 × 1194 毫米 1/32

印 张 3.5

字 数 97 千字

版 次 2011 年 8 月第 1 版

印 次 2011 年 8 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5335-3863-7

定 价 14.00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换

解表药

黄荆.....	1
鹅不食草.....	2
牡荆叶.....	3
豆豉姜.....	4
防风草.....	5
山黄皮.....	6
冰糖草.....	7
五色梅.....	8
鸭脚木.....	9
水翁花.....	10
玉叶金花.....	11
伤寒草.....	12
南天竹.....	13
咸虾花.....	14
臭草.....	15
桉叶.....	16

清热药

路边菊.....	17
地胆头.....	18
山芝麻.....	19
蛇泡筋.....	20
千里光.....	21
芭蕉根.....	22
青天葵.....	23
八角莲.....	24
鬼针草.....	25
白毛夏枯草.....	26
竹节蓼.....	27

马齿苋.....	28
木蝴蝶.....	29
岗梅根.....	30
扛板归.....	31
蝙蝠葛.....	32
佛甲草.....	33
黄鹌菜.....	34
铁苋菜.....	35
凤尾草.....	36
天香炉.....	37
地桃花.....	38
野牡丹.....	39
一枝黄花.....	40
扭肚藤.....	41
木棉花.....	42
丽春花.....	43
吊竹梅.....	44
蜡梅花.....	45
十大功劳叶.....	46
三丫苦叶.....	47
水葫芦.....	48
青葙子.....	49
朱砂根.....	50
过塘蛇.....	51

泻下药

蓖麻子.....	52
落葵.....	53

祛风湿药

七叶莲.....	54
----------	----



臭牡丹.....	55
走马胎.....	56
大风艾.....	57
鹰不泊.....	58
臭茉莉.....	59
薛荔藤.....	60
鹿衔草.....	61
入地金牛.....	62

利水渗湿药

大浮萍.....	63
露兜筋.....	64
粪箕笃.....	65
叶下珠.....	66
葎草.....	67
萱草根.....	68
蕹菜.....	69
田基黄.....	70
盆上芫荽.....	71
猕猴桃根.....	72
荷莲豆.....	73

理气药

八月札.....	74
鸡骨香.....	75
玳玳花.....	76
樟木.....	77
白屈菜.....	78
荔枝核.....	79

止血药

元宝草.....	80
岗稔果.....	81
虎舌红.....	82
血见愁.....	83
蜀葵花.....	84

活血祛瘀药

芒萁骨.....	85
铁包金.....	86
盐肤木根.....	87
飞龙掌血.....	88
凤仙花.....	89
蒲葵.....	90
尖尾枫.....	91
红丝线.....	92
驳骨丹.....	93

化痰药

鼠曲草.....	94
枸骨叶.....	95
吉祥草.....	96

安神药

酢浆草.....	97
----------	----

补益药

千斤拔.....	98
五指毛桃.....	99
牛大力.....	100
土人參.....	101
黄花倒水莲.....	102
金雀花.....	103
金毛狗脊.....	104
楮实.....	105

收涩药

地稔.....	106
---------	-----

消食药

葫芦茶.....	107
布渣叶.....	108

黄 荆

常用别名 蚊枝、姜荆、布荆。

植物基源 为马鞭草科植物黄荆 *Vitex negundo* L. 的叶。

识别特征 落叶灌木或小乔木，高 2~5 米。根黄白色。树皮灰褐色，小枝四棱形¹，灰白色，密被柔毛，枝叶揉碎后有香气。掌状复叶对生，具长柄²；小叶 5 片，全缘或每侧有 2~5 个疏浅齿，下面灰白色，密被短柔毛。花小，淡紫色，组成顶生圆锥花序³；花萼钟形，5 齿裂，被毛；花冠被毛，2 唇形。果球形，褐色，基部有宿萼。花期 7~8 月；果期 8~9 月。生于山坡、路旁、林缘。主产于广东、广西等地。

采收加工 夏初未开花时采集净叶，堆叠踏实，使其发汗，倒出晒至半干，再堆叠踏实，待绿色变黑润，再晒至足干。生用或鲜用。以叶色黑润，易碎，香气浓者为佳。

性味功用 甘、苦，平。清热解表，利湿除痹，解毒截疟。内服：6~15 克（鲜品 15~60 克），水煎服。外用：适量，捣敷或煎汤外洗。

验方精选 ①脚癣：鲜黄荆叶、松叶各 250 克，水煎泡脚。②风寒感冒、流感：黄荆、黄皮树叶、紫苏叶各 15 克，水煎服。③寒湿肠炎、痢疾：黄荆、苳澄茄各 15 克，水煎服。④风湿性关节炎疼痛：黄荆、罗勒、南五味子、刺五加皮各 15 克，入地金牛 10 克，水煎加适量黄酒调服。



鹅不食草

常用别名 石胡荽、地胡椒、三芽戟。

植物基源 为菊科植物鹅不食草 *Centipeda minima* (L.) A. Braun et Aschers. 的全草。

识别特征 1年生匍匐状草本，高5~20厘米，微臭，揉碎有辛辣味。茎细，基部分枝很多，枝匍匐，着地生根，无毛或略有细柔毛。叶互生；叶片小，倒卵状披针形，先端钝，基部楔形，边缘有疏齿，无柄¹。头状花序小，扁球形，无柄，单生叶腋；花黄色。瘦果四棱形，棱上有毛。花期4~9月；果期5~10月。生于稻田或阴湿处、路旁。主产于湖北、江苏、广东等地。

采收加工 5~6月采集，鲜用或晒干用。

性味功用 辛，微温。归肺、肝经。祛风散寒，通鼻开窍，化痰止咳。内服：6~10克（鲜品加倍），水煎服，捣汁服可用至60克；散剂，每次1~2克。外用：适量，捣烂外敷。



验方精选 ①伤风头痛：鹅不食草（鲜干均可）10克，水煎后闻其气味，每日2次。②湿疮：鹅不食草15克（捣烂），朱砂1.5克，加适量桐油制成膏状，外敷患处。③扁扁桃体炎：鹅不食草10克，糯米30克，将鹅不食草捣烂，取汁浸糯米然后磨浆，分数次慢慢含咽。④眼睛肿胀红赤、风痒：鹅不食草、青黛、川芎各6克，研为细末，含水满口，每次吸一点细末进入鼻内，有眼泪出来即止。

牡荆叶

常用别名 午时草、布惊草、土柴胡。

植物基源 为马鞭草科植物牡荆 *Vitex negundo* L. var. *cannabifolia* (Sieb. et Zucc.) Hand.-Mazz. 的叶。

识别特征 落叶灌木或小乔木，高至5米，多分枝，有香味。新枝四方形¹，密被细毛。叶对生²，间有三叶轮生；掌状5出复叶³，边缘具粗锯齿；两面绿色，并有细微油点，两面沿叶脉有短细毛，嫩叶背面毛较密；总叶柄密被黄色细毛。圆锥状花序顶生或侧生⁴，密被粉状细毛；小苞细小，线形，有毛，着生于花梗基部；花萼钟状，上端5裂；花冠淡紫色，外面细毛密生。果球形，褐色，基部有宿萼。花期7~8月；果期8~9月。生于山野、林缘、路旁等温暖处。主产于江苏、湖南、广西等地。

采收加工 秋季采收，去除杂质，晒干。生用或鲜用。

性味功用 辛、苦，平。祛风解表，除湿，杀虫，止痛。内服：9~15克（鲜品加倍），水煎服。外用：适量，捣烂外敷。

验方精选 ①风寒感冒：鲜牡荆叶30克，或加鲜紫苏叶12克、生姜2片，水煎服。②预防中暑：牡荆干嫩叶、罗勒叶各9克，水煎代茶饮。③痧气腹痛及胃痛：鲜牡荆叶30克，春砂仁9克，水煎服。④急性胃肠炎：鲜牡荆茎叶30克，水翁花15克，水煎服。⑤久痢不愈：鲜牡荆茎叶30克，炒麦芽15克，生姜3克，加适量冰糖，水煎服。



豆豉姜

常用别名 满山香、山苍子、澄茄根。

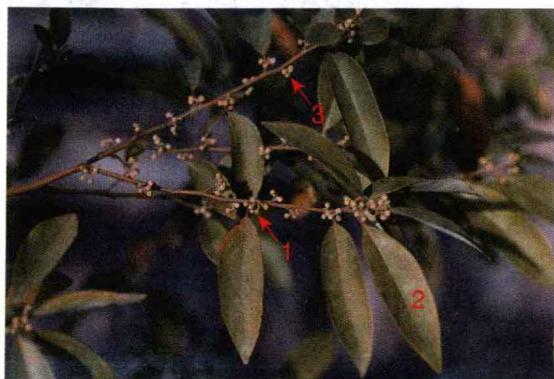
植物基源 为樟科植物山鸡椒 *Litsea cubeba* (Lour.) Pers. 的根及根茎。

识别特征 落叶灌木或小乔木，高可达 10 米，全体无毛，有强烈的姜香。根圆锥形，灰白色。茎皮灰褐色，小枝细长，幼时被短毛。叶互生¹；叶片长圆状披针形或长椭圆形²，先端渐尖，基部楔形，全缘，上面亮绿色，下面灰绿色，幼时被毛，后无毛。花先叶开，淡黄色³，雌雄异株；花序总梗纤细，每梗顶端有苞片 4。浆果球形如黄豆大，香辣，成熟时黑色，基部有 6 齿状宿存花被。花期 2~3 月；果期 7~8 月。生于灌丛、疏林或林中路旁、水边。分布于长江流域以南各地。主产于广东、广西、四川等地。

采收加工 9~10 月间挖取，洗净，切片，阴干或晒干。生用或鲜用。

性味功用 辛，温。祛风除湿，理气止痛。内服：6~15 克（鲜品 15~60 克），水煎服。外用：适量，煎汤洗。

验方精选 ①感冒头痛，风湿骨痛：豆豉姜根、土防风各 15 克，水煎服。②胸口痛：豆豉姜根 15 克，葱头 5 克，泡酒服用。③肩颈关节疼痛、活动无力、上肢发麻：豆豉姜根茎、入地金牛、鸡骨香各 30 克研粉，加少许黄酒、鸡蛋清调和敷肩颈部，每周 1 次。



防风草

常用别名 落马衣、假紫苏、稗草。

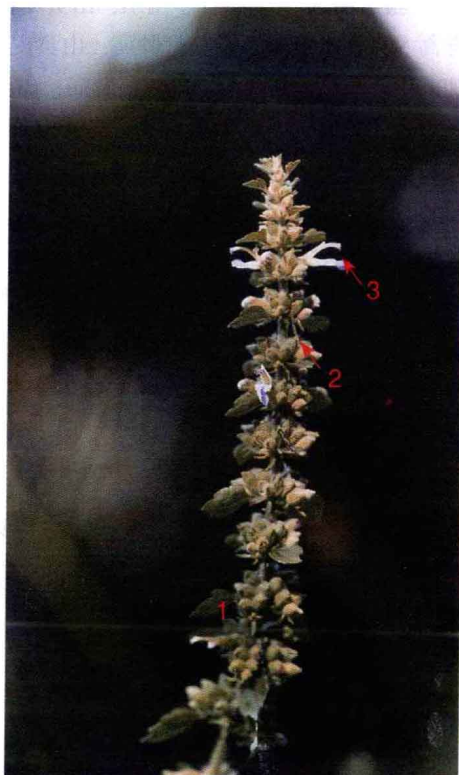
植物基源 为唇形科植物防风草 *Epimeredi indica* (L.) Rothm. 的全草。

识别特征 1~2年直立草本，分枝，高1~2米，被茸毛。茎4棱。单叶对生¹；叶片阔卵形至卵形，边缘有不规则的齿，两面均有茸毛，具细小腺点；花轮生，在下部为腋生²，在上部可排到顶端而成长总状花序，密生或间断；萼浅绿色，管状；花冠管状，粉红色，2唇³。小坚果4个，圆形，黑褐色，平滑。花期9~10月；果期12月至翌年1月。生于荒地、旷野、村边草丛中。主产于广东、广西、云南等地。

采收加工 夏秋间割取全草，除去杂质，晒干。切段，生用或鲜用。

性味功用 辛、苦，温。祛风除湿，解毒止痛。内服：3~15克（鲜品15~30克），水煎服。外用：适量，煎水洗或捣敷。

验方精选 ①筋骨疼痛：防风草15克，生姜5克，水煎服。
②高血压：鲜防风草、豨薟草、鲜海州常山根各15~30克，水煎服。
③中风口眼歪斜：鲜防风草15~30克，红糖15克，水煎服；另用防风草和蓖麻子仁适量一起捣烂，贴在麻痹部位一侧（即口眼歪斜的对侧）。④痈肿：鲜防风草30克，捣烂绞汁外敷。⑤湿疹：鲜防风草、广藿香、九里香各等量，水煎外洗。



山黄皮

常用别名 五薯叶、母鸡黄、山鸡皮。

植物基源 为芸香科植物假黄皮树 *Clausena excavata* Burm. F. 的枝叶。

识别特征 灌木或小乔木，高 1~6 米。枝、叶、花柄通常被毛，有刺激气味。单数羽状复叶¹；小叶通常 21~27 片，卵形，披针形，先端急尖，基部钝斜²，边缘有小圆齿或不明显，两面披毛或仅脉上被毛。聚伞圆锥花序顶生³；苞片常成对而细小；萼片 4；花瓣 4，白色⁴。浆果卵形至椭圆形，淡红色或朱黄色；种子 1~2 粒。花期 3~4 月；果期 7~9 月。生于河谷两岸坡地或栽种。主产于广东、广西、云南等地。

采收加工 夏、秋采收，除去杂质，晒干。切段，生用。

性味功用 苦、辛，温。祛风解表，行气止痛，截疟，杀虫，散瘀。内服：6~15 克，水煎服。外用：适量，捣敷，或酒炒外敷。

验方精选 ①感冒、流感：山黄皮枝叶 9 克，大叶桉、山芝麻各 10 克，青蒿 5 克，水煎服。②跌打肿痛：山黄皮叶、铜锤草、小驳骨各等量，捣烂，加酒少许炒热敷在患处。③风湿骨痛：山黄皮根、胡颓子根、白勒根各 15 克，入地金牛根 6 克，水煎服。④胃痛：山黄皮根、佛手根各 9 克，春砂仁 5 克，水煎服。



冰糖草

常用别名 土甘草、四时茶、节节珠。

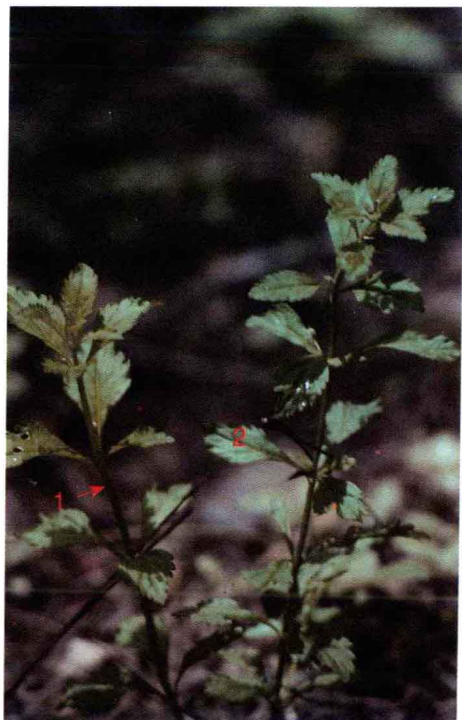
植物基源 为玄参科植物野甘草 *Scoparia dulcis* L. 的全草。

识别特征 多年生草本或半灌木，高25~80厘米。茎有棱¹，光滑无毛。叶小，对生及轮生，有短柄；叶片披针形至椭圆形或倒卵形，常近菱形²，先端渐尖，基部渐窄下延成柄，上部边缘有单锯齿或重锯齿，枝叶嚼之有甜味，故名“冰糖草”。花白色，单生或成对生于叶腋，无小苞片。蒴果卵状至球形。花期5~8月。生于旷野荒地、路旁、田边或村边湿地。主产于广东、广西、福建等地。

采收加工 全年可采，去除杂质，晒干。切段，生用或鲜用。

性味功用 甘，凉。祛风清热，解毒，利湿，止痒。内服：15~30克（鲜品加倍），水煎服。外用：适量，捣敷或煎水洗。

验方精选 ①感冒咳嗽：鲜冰糖草60克，鱼腥草15克，薄荷9克（后下），水煎服。②细菌性痢疾：冰糖草、一点红、火炭母各30克，水煎服。③热疹：鲜冰糖草适量，捣烂取汁搽患处。④脚气水肿，小便不利：冰糖草、车前草各30克，菝葜根15克，水煎服。⑤肺热咳嗽：鲜冰糖草30~60克，水煎服。





五色梅

常用别名 如意花、龙船花、杀虫花。

植物基源 为马鞭草科植物马樱丹 *Lantana camara* L. 的叶或带花叶的嫩枝。

识别特征 直立或半藤状灌木，高可达2米，有强烈臭气，全株被短毛。
幼茎四方形¹，茎枝常有下弯钩刺。叶对生；叶片卵形或长圆状卵形，先端短渐尖²，基部截形或楔形，稍偏斜，边缘有钝齿，上面粗糙被短刺毛，脉网稍呈皱纹状，下面被刚毛。花序腋生，顶端密集多数无梗小花，组成稠密的小伞形花序，花有红、粉红、黄、橙黄、白等各种颜色，故称“五色梅”³。核果球形，肉质，成熟时紫黑色。花果期全年。生于村落旁或栽培于庭园。主产于广东、广西、福建、湖南、江西等地。

采收加工 全年可采，去除杂质，晒干。切段，生用或鲜用。

性味功用 苦，寒。祛风解表，解毒消肿，杀虫止痒。内服：15~30克（鲜品加倍），水煎服。外用：适量，煎水洗或用鲜叶捣敷。



验方精选 ①筋伤：五色梅鲜叶适量，捣碎搽敷患处。②皮炎、湿疹瘙痒：五色梅新鲜枝叶适量，煎水外洗。③跌打扭伤：五色梅鲜叶适量，捣烂外敷患处。④风热感冒：五色梅叶30克，山芝麻15克，水煎，分2次服用。



鸭脚木

常用别名 伞托树、五指通、西加皮。

植物基源 为五加科植物鹅掌柴 *Schefflera octophylla* (Lour.) Harms 的树皮及根皮、根和叶。

识别特征 常绿乔木或大灌木，高 2~15 米。树皮灰白色，枝条粗壮。掌状复叶互生¹，有长柄；叶革质或纸质，椭圆形或卵状椭圆形，全缘，上面深绿，下面灰白色²；幼时密生星状短柔毛，后渐脱落，花小，白色，芳香，伞形花序排成顶生大形伞房状圆锥花序³，密生星状短柔毛，后渐脱落。浆果球形，熟时暗紫色。花期秋、冬两季；果期冬季。生于绿阔叶林中或向阳山坡。主产于广东、广西等地。

采收加工 春、秋季采收树皮或根皮，根全年可采挖，分别洗净，切片，晒干；叶多于夏、秋季采收，晒干。生用或鲜用。

性味功用 苦、涩、凉。树皮或根皮发汗解表，祛风除湿，舒筋活络；根散热消肿；叶止痛，接骨，止血，消肿。内服：9~15 克（鲜品 30~60 克），水煎服。外用：适量，捣汁涂、酒炒敷或煎水洗。

验方精选 ①跌打肿痛：鸭脚木叶 1500 克，扫把枝叶 500 克，晒干研末，加适量米汤制丸，每丸 5 克，用酒溶化后内服或外涂，每次 3 丸，每日 3 次。②烧伤：鲜鸭脚木叶适量，捣烂取汁，用棉签蘸涂患处；另取鸭脚木叶 15 克，水煎服。



水翁花

常用别名 水雍花、大蛇药。

植物基源 为桃金娘科植物水翁 *Cleistocalyx operculatus* (Roxb.) Merr. et Perry 的花蕾。

识别特征 常绿大乔木，高达 15 米。小枝无毛，有时四棱形。单叶对生；叶片矩状宽卵形或卵状椭圆形，近革质，先端渐尖，基部宽楔形，全缘或稍有波状弯曲¹，散生透明腺点，羽状侧脉约 10 对，沿叶缘连成边脉。夏季顶生和侧生聚伞状圆锥花序²，小花绿白色，萼片合生成帽状，顶端尖，有腺点，整块脱落。浆果球形，熟后紫黑色。花、果期夏季。生于河边、沟边。主产于广东、广西等地。

采收加工 农历端午前后，采摘带有花蕾的花枝，用水淋湿，堆叠 3~5 日，使花蕾自然脱落，晒至三成干，复堆闷 1~2 日再晒，以后晒 1 日，闷 1 日，待足干后，筛净残存枝梗。生用。

性味功用 苦，寒。解表散热，去湿化滞。内服：15~30 克，水煎服。

验方精选 ①夏季感冒，消化不良，腹部胀闷：水翁花 30 克，水煎服（亦可作凉茶饮）。②风热感冒，消化不良：水翁花、黄牛茶、葫芦茶各 30 克，水煎服。③风热头痛：水翁花 10 克，蔓荆子 12 克，水煎服。④皮肤瘙痒：水翁花 15 克，木槿花 9 克，水煎服。



玉叶金花

常用别名 白纸扇、山甘草、白茶。

植物基源 为茜草科植物玉叶金花 *Mussaenda parviflora* Miq. 的根

识别特征 藤状小灌木。小枝蔓延，初时被柔毛，成长后脱落。单叶互生，有短柄；叶片卵状矩圆形或椭圆状披针形，先端渐尖，基部短尖，边全缘，上面无毛或被疏毛，下面被柔毛；托叶2深裂，裂片条形，被柔毛。聚伞房花序¹，密集多花，着生枝顶；花黄色，无柄；花萼钟形，其中常有1片扩大成白色叶状²，故称“玉叶金花”。浆果椭圆形，聚集一团。花期4~6月；果期5~8月。生于山坡，沟谷或村旁灌木丛中。

采收加工 全年可采，除去杂质，晒干。切段，生用或鲜用。

性味功用 甘、微苦，凉。清热解表，消暑利湿，凉血解毒。内服：15~30克（鲜品加倍），水煎服。外用：适量，捣敷。

验方精选 ①支气管炎：玉叶金花30克，连钱草15克，福建胡颓子叶9克，水煎服。②中暑：玉叶金花、鱼腥草各30克，黄花蒿10克，水煎服。③肾盂肾炎、血尿：玉叶金花、爵床各20克，薏苡根15克，水煎服。④急性扁桃体炎：玉叶金花30克，山豆根6克，爵床15克，水煎服。



伤寒草

常用别名 消山虎、返魂香。

植物基源 为菊科植物夜香牛 *Vernonia cinerea* (L.) Less. 的全草。

识别特征 1年生草本，高20~80厘米。茎直立，少分枝，稍被灰白色短毛，有纵行条纹¹。叶具柄，互生；叶片披针形²至卵形或倒卵形，先端钝或短尖，基部楔形，边缘有浅齿或波状齿，背脉明显，全株深绿色。花全年开放，头状花序具柄，排列成疏散的伞房状圆锥花序；总苞较花短，小花约20朵，两性，全为管状花，淡紫红色³。瘦果圆柱形，有线条，被毛，冠毛白色⁴。花期全年。生于旷野、山坡、路旁、田边。主产于我国南部各地。

采收加工 夏、秋间采收全草，除去杂质，晒干。切段，生用或鲜用。

性味功用 苦、微甘，凉。发散风热，清热除湿，凉血解毒，镇静安神。内服：9~15克（鲜品加倍），水煎服。外用：适量，捣敷。

验方精选 ①黄疸型肝炎：

伤寒草15克，鸡骨草30克，水煎服。

②乳腺炎：伤寒草15克，水煎服。

另取鲜品适量，加盐少许，共捣烂敷患处。③风热感冒表证、风热咳嗽：伤寒草、牡荆叶、无患子根、榕树叶各15克，水煎服。④高血压：伤寒草、酢浆草、豨薟草各15克，水煎服。

