

青海医药卫生科普丛书

青海省卫生厅主编



青海民间草药

32.444

编 者 的 话

“预防为主”是卫生工作的一条基本方针。预防工作，一要靠人民群众，二要靠科学知识，三要有正确的预防措施。三者结合起来，才能有效地预防各种疾病，提高广大人民群众的健康水平。

青海是个正待开拓的地区，社会主义经济建设日新月异。青海各族人民和来自全国各地的开拓者，不畏艰苦，英勇奋战。为了保证千千万万建设者，能在这高寒地区健康地生活、工作和学习，我们的卫生工作者不仅要认真地坚持做好防病治病工作，而且要长期地向广大群众普及卫生知识，动员人民群众自觉地向封建迷信思想作斗争，同不讲卫生的落后习惯作斗争，同各种危害健康的疾病作斗争。这，就是我们编辑这套卫生科普知识丛书的目的。

由于这套丛书的主要读者是青海广大农村、牧区的群众和基层干部，所以，内容力求切合青海实际，文字力求通俗易懂，同时选择一部分译成藏文出版。我们初步计划，在四五年内出版二十余种。希望广大医药卫生工作者关心这件事，积极出主意，写稿件，共同办好这套丛书的编写出版工作。

青海省卫生厅
青海人民出版社
1984年10月

目 录

人参草·····	(1)	冬 花·····	(11)
马皮泡·····	(1)	节骨草·····	(12)
马尿泡·····	(2)	代 黄·····	(12)
马莲子·····	(2)	石竹儿·····	(13)
马英子·····	(3)	艾·····	(13)
大豆花·····	(3)	红萝卜·····	(14)
大蒜·····	(4)	虫 草·····	(14)
大马刺盖·····	(4)	灰 条·····	(15)
山丹花·····	(5)	芹 菜·····	(15)
地椒·····	(5)	麦 芽·····	(16)
山猪屎·····	(6)	尿泡草·····	(16)
土黄连·····	(6)	柏 香·····	(17)
火筒杆根·····	(7)	还阳草·····	(17)
毛然然子·····	(7)	杏 仁·····	(18)
毛 腊·····	(8)	花花草·····	(18)
毛 姜·····	(8)	花 椒·····	(19)
贝 母·····	(9)	油菜子·····	(19)
苍 子·····	(9)	刺 玫·····	(20)
白萝卜子·····	(10)	刺蒺藜·····	(20)
白香柴·····	(10)	青木香·····	(21)
左拧根·····	(11)	苦地蔓·····	(21)

寒儿草····· (22)	野槐子根····· (33)
沙柳····· (22)	野胡麻根····· (34)
香菜····· (23)	野菊花····· (35)
草红花····· (23)	野茄子····· (35)
南瓜子····· (24)	麻黄草····· (36)
牵牛儿花····· (24)	麻子····· (36)
胡麻仁····· (25)	猪耳朵····· (37)
染布子····· (25)	黑香柴····· (37)
面杆杖····· (26)	黄芪····· (38)
枸杞果····· (27)	黄刺皮····· (38)
荞麦····· (27)	甜草根····· (39)
鸡头参····· (28)	葱白····· (39)
鸡娃草····· (29)	冬青····· (40)
鸡肫皮····· (29)	蒿瓜····· (40)
臭牡丹根····· (30)	鼻拉塌····· (41)
益母草····· (30)	馒头花根····· (41)
核桃仁····· (31)	蝎子草····· (42)
海纳子····· (32)	樟柳申····· (42)
铃铛草子····· (32)	翠脖筋····· (43)
党参····· (33)	麝香····· (43)

人 参 草

本品为百合科植物玉竹的根茎。(见图1)

生长环境 山坡草丛、森林或灌木丛中。

产地 黄南、海北、东部农业区。

采集加工 秋季叶枯黄时，挖出根，除去茎叶，洗净泥土，晒干。

应用 目昏、腰痛；人参草9克，枸杞果9克，黄芪3克，水煎服。

马 皮 泡

本品为马勃科马勃菌的干燥子实体。(见图2)

生长环境 草地、山坡。

产地 我省各地均有。

采集加工 夏季子实体成熟，但未开裂时拔起，烈日晒干。

应用

1. 咽喉肿痛，毛然然子9克，马皮泡9克，花花草15克，甜草根6克，水煎服。

2. 外伤出血；马皮泡粉适量敷于出血伤口上。

马 尿 泡

本品为茄科植物马尿泡的根。(见图3)

生长环境 高山砂砾地，干旱的草原路旁。

产地 海北、玉树、果洛、黄南。

采集加工 秋季挖出根，除去茎叶，洗净泥土，大的纵切两瓣，晒干。

应用 无名肿毒；马尿泡根9克，水煎外洗患处，1日3次；或用白酒浸泡数日后，外擦患处。

注：本品有毒，不可内服。

马 莲 子

本品为鸢尾科植物华马蒿的种子。(见图4)

生长环境 河滩、路旁、草地、灌木丛边缘及潮湿肥沃的地方。

产地 民和、乐都、互助、大通、化隆、循化、湟中、湟源等地。

采集加工 秋季果实成熟时，剪下果实，晒干，打出种子，簸去外壳，晒干。

应用 疝气；马莲子6克，干姜1.5克，水煎服。

马 英 子

本品为伞形科植物黄蒿的根。（见图5）

生长环境 山沟、田埂、河沟边、河滩及干旱山坡。

产地 民和、乐都、互助、大通、湟中、湟源、化隆、循化等地。

采集加工 秋季挖出根，除去茎叶，洗净泥土，用绳穿起风干或晒干。

应用

1. 感冒头痛：马英子9克，羌活1.5克，左拧根9克、桑枝6克、葱白5根，水煎服。

2. 关节痛：马英子9克，黄芪9克，羌活7.5克，独活9克，水煎服。

大 豆 花

本品为豆科植物蚕豆的花。（见图6）

生长环境 农田栽培。

产地 东部农业区各县。

采集加工 花盛开后，晴天摘取花，晒干。

应用

1. 高血压：大豆花15克，包谷须15克，冰糖适量，水煎

服或开水泡服。

2. 水肿：蚕豆（带皮）100克，冬瓜皮15克，水煎服。

3. 吐血、咯血：鲜大豆花60克，捣汁，1日内分3次服。

大 蒜

本品为百合科植物蒜的鳞茎。（见图7）

生长环境 田园栽培。

产地 贵德、贵南、民和、乐都、湟中、湟源、循化、化隆、大通等地。

采集加工 秋季挖取鳞茎，带叶晒至半干，编成长条，挂通风处。

应用

1. 痢疾、肠炎：大蒜1头，生吃或捣汁冲服，1日3次。

2. 痢疾预防：痢疾流行时，每餐吃3~5瓣大蒜。

大 马 刺 盖

本品为菊科植物飞帘的全草。（见图8）

生长环境 农田边、路边及河滩。

产地 民和、乐都、化隆、循化、大通、互助、湟中、湟源、黄南。

采集加工 夏季花盛开时，割取全草。

应用

1. 鼻衄、吐血、尿血：大马刺盖9克，柏香炭9克，枣儿草炭6克，水煎服。

2. 痈肿疮毒：大马刺盖50克，盐30克，捣烂敷患处。

山 丹 花

本品为百合科植物细叶百合的鳞片。（见图9）

生长环境 山坡、林缘或灌木林内。

产地 民和、乐都、互助、大通、湟中、湟源、化隆、循化。

采集加工 秋季挖取根，除去地上部分，剥开鳞片，洗净泥土，用开水焯过，晒干。

应用

1. 虚烦不眠：山丹花9克，浮小麦50克，大枣五枚，水煎服。

2. 肺热咳嗽：山丹花9克，贝母6克，冬果梨一个，水煎服。

3. 干咳无痰：山丹花9克，冬果梨一个，冰糖一把，煎煮，连梨一起吃。

地 椒

本品为唇形科植物百里香的全草。（见图10）

生长环境 向阳山坡，干旱林区或灌木丛中。

产地 民和、循化、化隆、互助、门源等地。

采集加工 秋季拔取全草，抖净泥土，晾干。

应用

1. 小便涩痛：地椒9克，黄刺皮9克，猪耳朵子9克，水煎服。

2. 疮痈肿痛：地椒15克，花花草30克，煎水外洗。

山 猪 屎

本品为多孔菌科真菌猪苓的菌核。（见图11）

生长环境 树林地，常寄生在桦树、柞树的根间。

产地 互助、乐都。

采集加工 夏季雨后天晴1~2日，见伞形大蘑菇状子实体时，在其周围挖掘出菌核，洗净泥土，晒干。

应用

1. 小便不利、疼痛：山猪屎12克，石竹儿9克，翠脖筋12克，猪耳朵9克，水煎服。

2. 水肿：山猪屎12克，猪耳朵子9克，水煎服。

3. 妇女带下：山猪屎9克，黄刺皮9克，益智仁9克，水煎服。

土 黄 连

本品为罂粟科植物白屈菜的全草。（见图12）

生长环境 庭院栽培。

产地 东部农业区。

采集加工 夏末拔取全草晒干；鲜用随时采摘。

应用

1. 急、慢性胃炎：土黄连9克，水煎服。
2. 毒虫咬伤、疖肿（未破）：鲜土黄连适量捣烂外敷。

火筒杆根

本品为毛茛科植物。（见图13）

生长环境 林缘山坡、沟谷较阴湿处。

产地 民和、乐都、互助、大通、湟源、化隆、循化、同仁、贵德等地。

采集加工 秋末挖取根，除去茎叶、须根，晒干。

应用

1. 子宫脱垂、脱肛：火筒杆根6克，黄芪12克，水煎服。
2. 咽喉肿痛、牙龈肿烂：火筒杆根6克，花花草15克，水煎服。

毛然然子

本品为菊科植物牛蒡的果实。（见图14）

生长环境 路旁、住宅旁、荒芜地。

产地 民和、乐都、互助、大通、湟中、湟源、化隆、循化等地。

采集加工 果实成熟时剪下，晒干，打出果实，再晒干。

应用

1. 咽喉肿痛：毛然然子6克，火筒杆根6克，花花草9克，水煎服。

2. 感冒咳嗽：毛然然子6克，火筒杆根3克，马英子根9克，花花草6克，水煎服。

毛 腊

本品为香蒲科植物香蒲的花粉。（见图15）

生长环境 池沼、湖泊及常年集水的地方。

产地 海西。

采集加工 花刚开时，剪下蒲棒顶端部分，晒干，碾碎，过细筛。

应用 小伤出血，毛腊适量，敷于出血处。

毛 姜

本品为水龙骨科植物中华槲蕨的根茎。（见图16）

生长环境 山坡潮湿的岩石上。

产地 东部农业区、同仁、泽库、尖扎、玉树、囊谦。

采集加工 全年均可采挖，采挖后，除去残叶，洗净泥沙，剥去毛绒，晒干。

应用 斑秃：毛姜9克，斑蝥5个，白酒100毫升，泡浸10日，去渣，外擦患处。

贝 母

本品为百合科植物梭砂贝母的鳞茎。（见图17）

生长环境 山坡砂砾间。

产地 玉树、囊谦等地。

采集加工 积雪融化至冰冻前，挖取鳞茎，晒干。

应用 咳嗽：虫草50克，贝母15克，山丹花根15克，冬果梨500克，水煎取汁，加冰糖适量，煎成稠膏状，每次1匙，每日2次。

苍 子

本品为菊科植物苍耳的果实。（见图18）

生长环境 农田、地埂、路旁。

产地 东部农业区各县。

采集加工 秋末果实由绿变黄时，割取全草，晒干，打下果实，簸去杂质，筛去泥土，再晒干。

应用 感冒头痛，苍子9克，马英子6克，火筒杆根3克，花花草3克，水煎服。

白萝卜子

本品为十字花科植物萝卜的种子。（见图19）

生长环境 田园栽培。

产地 东部农业区各县。

采集加工 果实成熟时，割取带果茎枝，晒干，打出种子，筛去杂质。

应用 食积胃痛，白萝卜子6克（炒黄捣碎），麦芽9克，焦馍馍一小块，水煎服。

白香柴

本品为杜鹃花科植物黄花杜鹃的嫩枝及叶。（见图20）

生长环境 山地阴坡，林下。

产地 海北、黄南、东部农业区。

采集加工 夏季植株旺盛时，采集嫩枝及叶，晾干。

应用

1. 预防流感：白香柴一把，柏香一把，点燃，烟熏房

闻。

2. 慢性气管炎：鲜白香柴6~9克，水煎服。

左 拧 根

本品为龙胆科植物达乌里龙胆的根。（见图21）

生长环境 山坡，草原。

产地 东部农业区、海北、海南、黄南、玉树。

采集加工 秋季挖取根，去掉茎叶，抖净泥土，晒干。

应用 风湿性关节炎：左拧根9克，马英子9克，黄芪6克，羌活6克，桑枝3克，水煎服。

冬 花

本品为菊科植物款冬的花蕾。（见图22）

生长环境 水沟边，山谷阴蔽处。

产地 民和、乐都、湟中、互助、同仁、尖扎等地。

采集加工 春季开冻后，花尚未出土时，挖取花蕾，去净花梗，晾干。

应用 慢性气管炎：冬花6克，贝母6克，杏仁9克，水煎服。

节 骨 草

本品为木贼科植物木贼的地上部分。（见图23）

生长环境 水沟边。

产地 东部农业区。

采集加工 夏季割取地上部分，晒干。

应用

1. 目赤肿痛，节骨草12克，花花草18克，菊花6克，水煎服。
2. 痔疮出血，节骨草15克，水煎外洗。

代 黄

本品为蓼科植物唐古特大黄、掌叶大黄的根及根茎。

（见图24）

生长环境 山坡、林缘、灌丛、草丛。

产地 果洛、玉树、海北、海南、黄南。

采集加工 秋季挖取根及根茎，除去地上茎及支根，刮去粗皮，体大者切两瓣，用绳串起，置通风处挂起晒干。

应用

1. 积食不消，大便秘结，代黄9克，水煎服。
2. 口疮、痈肿，代黄15克，冰片1.5克，研成细末，香油调敷患处。

石 竹 儿

本品为石竹科植物石竹的地上部分。（见图25）

生长环境 庭院栽培。

产地 东部农业区。

采集加工 夏季割取全草，晾干。

应用

1. 小便不利、涩痛：石竹儿10克，猪耳朵10克，水煎内服。
2. 月经不调：石竹儿花10克，加红糖一匙，水煎成浓汁，内服。
3. 疮毒、湿疹、皮肤无名瘙痒：鲜石竹儿一把（约50克），煎汤外洗。

艾

本品为菊科植物艾的全草或叶。（见图26）

生长环境 沟边，庭院栽培。

产地 东部农业区。

采集加工 夏季割取全草或摘叶，晾干。

应用

1. 感冒初起：艾一把，点燃烟熏房间。