



MINJIAN YAOCHA YAOJIU
DUIZHENG LIAOFANG

图说健康生活系列

◇ 遴选常见病对症药茶、药酒方

◇ 既可防治疾病，又可用于病后的辅助治疗

方便实用

民间中医古方集萃。集科学性、知识性和实用性为一体的药茶、药酒方图典。

张拓伟◎编著

中华人民共和国
医师执业证书号
110130600006079

药茶酒

对症疗方



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

呵护人体健康，掌握不生病的智慧
内养外护，轻轻松松得健康
【牛皮卷典藏怀旧版！
养生智慧 家庭必读】

民间

图说健康生活系列

MINJIAN YAOCHA YAOJIU
DUIZHENG LIAOFANG

药茶酒

对症疗方



张拓伟◎编著

中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

图书在版编目(CIP)数据

民间药茶药酒对症疗方 / 张拓伟编著. —北京: 中国人口出版社, 2014.1

(图说健康生活系列)

ISBN 978-7-5101-2055-8

I.①民… II.①张… III.①茶剂-验方②药酒-验方 IV.①R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第291210号

民间药茶药酒对症疗方

张拓伟 编著

出版发行	中国人口出版社
印刷	北京鑫富华彩色印刷有限公司
开本	787毫米×1092毫米 1/16
印张	14
字数	150千
版次	2014年1月第1版
印次	2014年1月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5101-2055-8
定价	19.90元

社长	陶庆军
网 址	www.rkcbs.net
电子信箱	rkcbs@126.com
总编室电话	(010) 83519392
发行部电话	(010) 83534662
传 真	(010) 83519401
地 址	北京市宣武区广安门南街80号中加大厦
邮 编	100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换

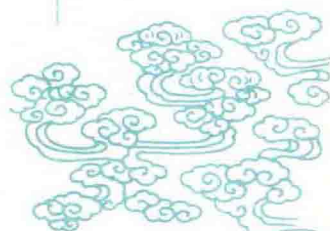
目

录

常见中药图鉴



- | | |
|-------------|----------|
| 1 • 枸杞子 | 6 • 川贝母 |
| 1 • 莲子 | 6 • 苦杏仁 |
| 1 • 罗汉果 | 7 • 鸡内金 |
| 1 • 桑葚 | 7 • 红花 |
| 2 • 熟地黄 | 7 • 淫羊藿 |
| 2 • 生地黄 | 7 • 赤芍 |
| 2 • 紫苏 | 8 • 大青叶 |
| 2 • 决明子 | 8 • 郁金 |
| 3 • 甘草 | 8 • 香附 |
| 3 • 黄芪 | 8 • 佛手 |
| 3 • 阿胶 | 9 • 茯苓 |
| 3 • 何首乌 | 9 • 西洋参 |
| 4 • 肉苁蓉 | 9 • 人参 |
| 4 • 鹿茸 | 9 • 党参 |
| 4 • 麦门冬 | 10 • 防风 |
| 4 • 冬虫夏草 | 10 • 金银花 |
| 5 • 杜仲 | 10 • 白术 |
| 5 • 橘皮 (陈皮) | 10 • 三七 |
| 5 • 当归 | 11 • 薄荷 |
| 5 • 灵芝 | 11 • 川芎 |
| 6 • 白果 | 11 • 麻黄 |
| 6 • 益母草 | 11 • 五倍子 |



第一章 药茶养生又祛病

14 ● 药茶解析

- 14 ● 药茶的演变与延伸
- 14 ● 药茶与偏方、验方
- 14 ● 药茶的普及与盛行
- 15 ● 药茶的分类

16 ● 药茶材料的选择

- 16 ● 药的选择
- 16 ● 茶的选择
- 16 ● 药茶处方的选择

17 ● 药茶的制法

- 17 ● 如何制作药茶
- 17 ● 注意事项

18 ● 药茶的服法

- 18 ● 服用剂量、时间
- 18 ● 服用温度
- 18 ● 服用方法
- 18 ● 注意事项

19 ● 药茶的六大优势

- 19 ● 吸收快
- 19 ● 携带方便、饮用简单
- 19 ● 利于提高药效
- 19 ● 价格低廉
- 19 ● 应用面广
- 19 ● 良药可口

第二章 药酒强身健体抗衰老

22 ● 了解药酒

- 22 ● 药酒的用法
- 22 ● 药酒的独特优势
- 23 ● 自制药酒最常用的材料

24 ● 家庭自制药酒的准备条件

- 24 ● 泡酒必需的工具
- 24 ● 药材的处理
- 24 ● 配方的选择
- 24 ● 酒的选择

25 ● 自制药酒的方法

- 25 ● 冷浸法

- 25 ● 热浸法
- 25 ● 煎煮法
- 25 ● 酿造法

26 ● 冷浸法的制作步骤及注意事项

- 26 ● 选择合适的酒
- 26 ● 冷浸法泡酒的步骤
- 27 ● 其他需注意的问题

29 ● 常见问题答疑

- 29 ● 药酒何时服用为宜
- 29 ● 药酒每次用量多少为宜
- 29 ● 哪些人不宜饮用药酒



- 29 • 服用药酒有年龄限制吗
- 30 • 药酒外用应注意哪些事项
- 31 • 服用药酒应遵循的原则
- 31 • 家庭自制药酒禁忌

第三章 不同人群适用的药茶药酒方

- 34 • 儿童强身
 - 34 • 鱼腥草杏桔茶
 - 34 • 黄芪红枣茶
 - 34 • 葱白饮
 - 35 • 葱白陈皮茶
 - 35 • 麦芽红茶
- 36 • 中老年延年益寿
 - 36 • 菖蒲茉莉茶
 - 36 • 罗布麻茶
 - 36 • 枸杞叶茶
 - 37 • 参菖茶
 - 37 • 枸杞子茶
 - 38 • 仲杞寄生茶
 - 38 • 茉莉肉桂茶
 - 39 • 乌龙冬瓜茶
 - 39 • 耐老酒
 - 40 • 西洋参酒
 - 40 • 当归酒
 - 40 • 滋阴补血益寿酒
 - 41 • 枸杞子红枣菊花酒
 - 42 • 大蒜酒
 - 43 • 常春枸杞酒
 - 43 • 女贞子益寿酒
- 43 • 百合根陈皮薏仁酒
- 44 • 高丽人参酒
- 45 • 山药酒
- 46 • 上班族保健
 - 46 • 夏桑菊茶
 - 46 • 独活茶
 - 46 • 洛神茶
 - 47 • 党参枸杞茶
 - 47 • 归脾养心酒
 - 48 • 黄芪茉莉花茶
 - 48 • 姜糖红茶
 - 48 • 细辛姜酒
 - 49 • 猕猴桃酒
 - 50 • 薰衣草酒
 - 51 • 荷兰芹酒
 - 52 • 竹叶酒
 - 53 • 苹果酒



56 ● 呼吸系统

56 ● 感冒

- 56 ● 牛蒡子茶
- 56 ● 苏羌茶
- 56 ● 姜糖茶
- 57 ● 桑菊竹叶茶
- 57 ● 生姜葱白茶
- 58 ● 桑菊梨皮茶
- 58 ● 金银花大青叶茶
- 58 ● 生姜苏叶茶
- 58 ● 预防流感茶
- 59 ● 生姜酒
- 59 ● 葱姜盐酒
- 60 ● 橘子酒
- 61 ● 洋葱酒

62 ● 咳嗽

- 62 ● 桔梗茶
- 62 ● 橘皮茶
- 62 ● 百合枇杷茶
- 63 ● 冰糖银耳茶
- 63 ● 天门冬冰糖茶
- 64 ● 桑白皮茶
- 64 ● 菊花水果茶
- 65 ● 雪梨止咳茶
- 65 ● 三根清肺茶
- 65 ● 雪梨酒

66 ● 哮喘

- 66 ● 冬花紫菀茶
- 66 ● 紫苏籽茶
- 66 ● 白芍甘草茶
- 67 ● 丝瓜茶
- 67 ● 荔枝茶

68 ● 肺炎

- 68 ● 丝瓜冰糖茶
- 68 ● 罗汉果桔梗饮
- 68 ● 桂花茶
- 69 ● 金银花茶
- 69 ● 润肺化痰饮
- 69 ● 雪梨汁饮
- 70 ● 甜瓜茶
- 70 ● 水竹叶茶
- 70 ● 仙人掌茶

71 ● 消化系统

71 ● 呕吐

- 71 ● 麦芽山楂茶
- 71 ● 甘蔗茶
- 71 ● 紫苏叶茶
- 72 ● 绿豆糖茶
- 72 ● 黄连姜草茶
- 73 ● 芦根茶
- 73 ● 刀豆壳红糖饮
- 73 ● 吴茱萸饮
- 73 ● 乌梅花茶



- 
- 73 • 藿香姜枣茶
74 • 食欲不振
74 • 金橘茶
74 • 柳橙香醋开胃茶
74 • 乌梅茶
75 • 山楂银耳茶
75 • 青梅酒
75 • 枇杷酒
76 • 消化不良
76 • 红糖绿茶
76 • 麦芽红茶
76 • 玫瑰花茶
77 • 蜂蜜柚子茶
77 • 陈皮酒
78 • 胃炎
78 • 胃康茶
78 • 双花甘草茶
78 • 生姜陈皮茶
79 • 麦芽茶
79 • 玫瑰花茶
79 • 干姜绿茶
80 • 便秘
80 • 决明苁蓉茶
80 • 麻仁蜜茶
80 • 四仁通便茶
81 • 参芪陈蜜茶
81 • 芝麻核桃玫瑰茶
82 • 腹泻
82 • 车前子红茶
82 • 石榴山楂茶
82 • 苹果茶
83 • 石榴叶茶
83 • 薏仁绿豆甜茶
84 • 健脾红枣茶
84 • 白术止泻饮
85 • 生姜养胃茶
85 • 西红柿酒

86 • 心血管系统

86 • 低血压

- 86 • 黄芪茶
- 86 • 麦地巴戟续断茶
- 86 • 太子参麦门冬黄芪茶
- 87 • 黑芝麻绿茶
- 87 • 山药芝麻藕米茶

88 • 高血压

- 88 • 山楂冰糖茶
- 88 • 麦苧牛膝茶
- 88 • 枯草苦丁茶
- 89 • 玉米须茶
- 89 • 苹果蜜茶
- 90 • 龙胆菊槐茶
- 90 • 山楂生地茶
- 90 • 柿叶蜜茶

91 • 高血脂

- 91 • 参苓红花茶
- 91 • 三宝茶
- 91 • 菊花山楂茶

- 92 • 山楂橘皮茶

- 92 • 山楂白术茶

- 93 • 降脂乌龙茶

- 93 • 山楂决明饮

94 • 冠心病

- 94 • 银杏茶
- 94 • 甘菊饮
- 94 • 香蕉蜜茶
- 95 • 山楂益母茶
- 95 • 丹参茶
- 95 • 茉莉花茶

96 • 血液循环系统

96 • 贫血

- 96 • 红花生地黄茶
- 96 • 丹参黄精茶
- 96 • 白芍当归滋肝茶
- 97 • 黑木耳红枣饮
- 98 • 桂圆红枣养血茶
- 98 • 当归黄芪补血茶
- 99 • 乌龙首乌茶
- 99 • 姜枣红茶
- 100 • 红枣酒
- 101 • 干香菇酒

102 • 神经系统

102 • 神经衰弱

- 102 • 脑清茶
- 102 • 含羞草茶
- 102 • 芹菜茶
- 103 • 山楂饮

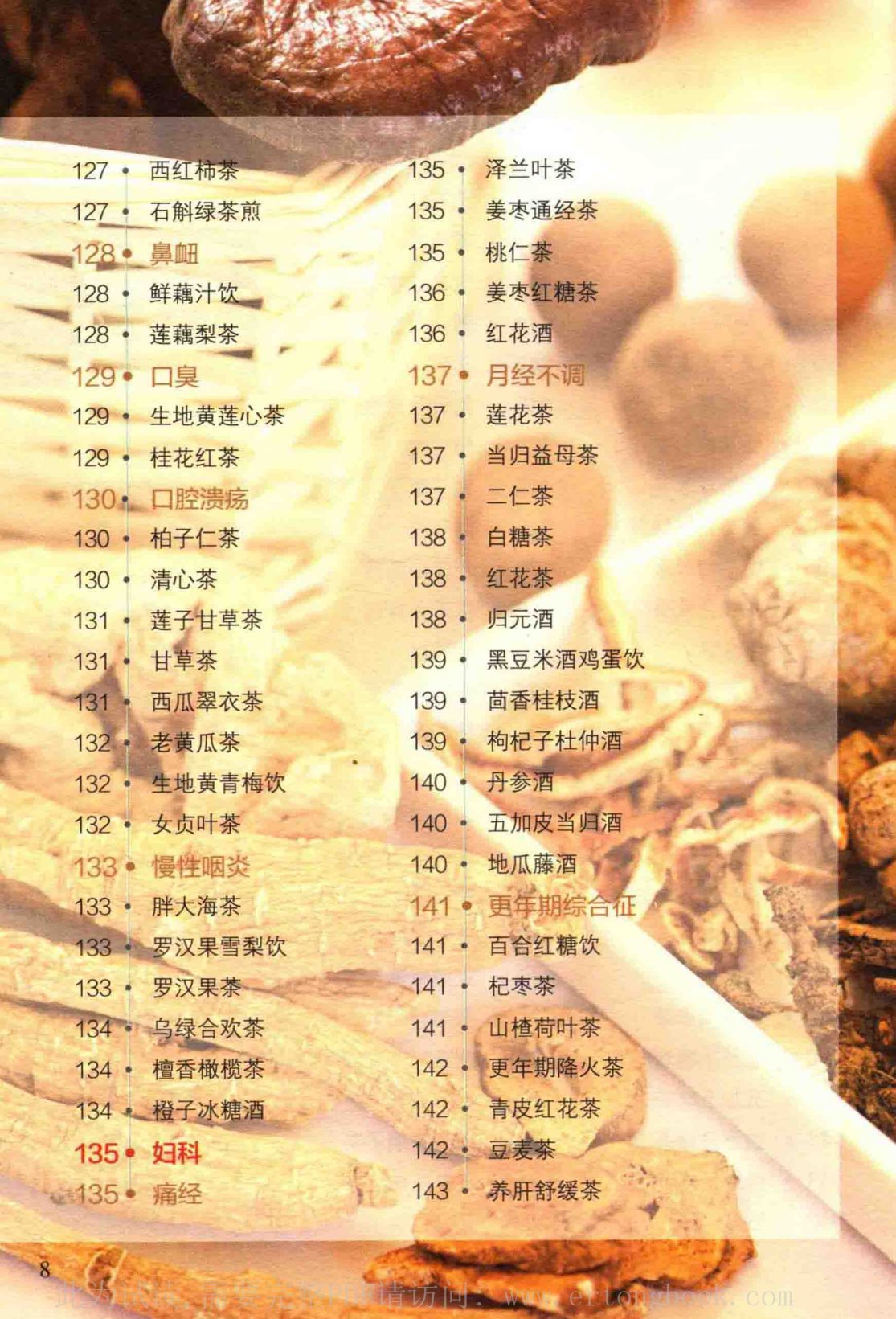


103 • 淫羊藿茶
 103 • 枇杷银耳饮
 103 • 鲜松针饮
 104 • 枣仁蜂蜜茶
 104 • 茉莉薰衣草茶
 104 • 桂圆补血酒
105 • 失眠
 105 • 灵芝远志茶
 105 • 远志茶
 105 • 甘草莲心茶
 106 • 桂圆洋参茶
 106 • 酸枣仁健脑茶
 106 • 灯芯竹叶茶
 107 • 柏仁合欢茶
 107 • 百合饮
 107 • 大蒜保健酒
 108 • 核桃酒
 108 • 红茶蒜糖保健酒
 108 • 灵芝丹参酒
109 • 健忘
 109 • 枸杞子淫羊藿茶
 109 • 仙智茶
 109 • 灵芝饮
 110 • 菖蒲梅枣茶
 110 • 莲子冰糖饮
 111 • 五加五味茶
 111 • 益智健脑茶
 111 • 桂圆碧螺春茶
 112 • 五味子酒

112 • 远志酒
 112 • 桂圆酒
113 • 嗜睡
 113 • 北五味子茶
 113 • 苍芎茶
 114 • 党参红枣茶
 114 • 薄荷灵芝茶
115 • 头痛
 115 • 向日葵盘饮
 115 • 核桃饮
 115 • 白芷茶
 115 • 川芎茶
 116 • 菊花白糖茶
 116 • 板蓝大青茶
 116 • 舒颈饮
 117 • 谷精绿茶
 117 • 杭菊茶
 117 • 川芎白芷茶
 118 • 香附川芎茶
 118 • 白菊花酒
 119 • 黄连酒
 119 • 蔓荆子酒
 119 • 豆豉葱酒
120 • 多梦
 120 • 刺五加茉莉花茶
 120 • 仙鹤草茶
 120 • 莲心决明子茶
 121 • 人参五味红茶
 121 • 酸枣仁茶



122 • 盗汗
 122 • 浮麦麻根茶
 122 • 止盗汗茶
 122 • 补虚止汗茶
 123 • 柏子仁茶
 123 • 麦门冬地黄茶
 123 • 红枣乌梅饮
124 • 五官科
124 • 牙痛
 124 • 细辛止痛茶
 124 • 生地黄天门冬茶
 124 • 沙参细辛茶
 125 • 绿豆鸡蛋甜茶
 125 • 菊花甘草茶
 125 • 花椒酒
126 • 牙龈出血
 126 • 止牙痛茶
 126 • 双花茶
 126 • 荠菜茶
 127 • 芒果绿茶

- 
- 127 • 西红柿茶
127 • 石斛绿茶煎
128 • 鼻衄
128 • 鲜藕汁饮
128 • 莲藕梨茶
129 • 口臭
129 • 生地黄莲心茶
129 • 桂花红茶
130 • 口腔溃疡
130 • 柏子仁茶
130 • 清心茶
131 • 莲子甘草茶
131 • 甘草茶
131 • 西瓜翠衣茶
132 • 老黄瓜茶
132 • 生地黄青梅饮
132 • 女贞叶茶
133 • 慢性咽炎
133 • 胖大海茶
133 • 罗汉果雪梨饮
133 • 罗汉果茶
134 • 乌绿合欢茶
134 • 檀香橄榄茶
134 • 橙子冰糖酒
135 • 妇科
135 • 痛经
135 • 泽兰叶茶
135 • 姜枣通经茶
135 • 桃仁茶
136 • 姜枣红糖茶
136 • 红花酒
137 • 月经不调
137 • 莲花茶
137 • 当归益母茶
137 • 二仁茶
138 • 白糖茶
138 • 红花茶
138 • 归元酒
139 • 黑豆米酒鸡蛋饮
139 • 茴香桂枝酒
139 • 枸杞子杜仲酒
140 • 丹参酒
140 • 五加皮当归酒
140 • 地瓜藤酒
141 • 更年期综合征
141 • 百合红糖饮
141 • 杞枣茶
141 • 山楂荷叶茶
142 • 更年期降火茶
142 • 青皮红花茶
142 • 豆麦茶
143 • 养肝舒缓茶

143 • 肉桂酒

144 • 骨科

144 • 关节疼痛

144 • 防风薏仁饮

144 • 二风酒

144 • 白花蛇酒

145 • 跌打损伤

145 • 辣椒酒

145 • 神曲酒

145 • 白酒鸡蛋清外用方



第五章

具有保健功效的药茶药酒方

148 • 美白护肤

148 • 珍珠绿茶

148 • 养颜美人茶

149 • 柠香玫瑰茶

149 • 牛奶红茶

150 • 芍药花茶

150 • 芦荟蜂蜜茶

151 • 玫瑰绿茶

151 • 黑芝麻糖酒

151 • 桃花酒

152 • 薏仁酒

153 • 减肥瘦身

153 • 金银花瘦身茶

153 • 消脂减肥茶

154 • 柠檬茶

154 • 香蕉绿茶

155 • 薏仁柠檬茶

156 • 山楂银菊茶

156 • 桂花山楂茶

156 • 荷叶决明茶

157 • 产后苗条茶

157 • 三花茶

158 • 乌发亮发

158 • 黑发茶

158 • 桑葚亮发茶

158 • 黑芝麻红茶

159 • 醒酒

159 • 高效解酒茶



- 159 • 葛花饮
- 159 • 金橘绿茶
- 160 • 龙胆橄榄茶
- 160 • 益肝解毒茶
- 161 • 甘草黑豆汁
- 161 • 生白萝卜汁
- 162 • 养肝明目**
- 162 • 桑银茶
- 162 • 菊花蜜饮
- 162 • 杭白菊茶
- 163 • 龙井山楂茶
- 163 • 龙井白菊茶
- 164 • 夏桑菊茶
- 164 • 绿豆清肝茶
- 165 • 莲子冰糖茶
- 165 • 苦瓜茶
- 166 • 养肝益精茶
- 166 • 温肾养肝止泪饮
- 167 • 桑菊茶
- 167 • 养血明目饮
- 168 • 杞菊决明子茶
- 168 • 夏枯草枸杞茶
- 169 • 菊花酒
- 170 • 枸杞酒
- 171 • 蓝莓酒
- 172 • 理气**
- 172 • 玫瑰薰衣草茶
- 172 • 香橼茶
- 173 • 合欢花茶
- 173 • 玫瑰平胃茶
- 173 • 山楂玫瑰茶
- 174 • 助眠安神**
- 174 • 龙甘酸五茶
- 174 • 酸枣仁白菊花茶
- 175 • 菖蒲茶
- 175 • 百合二冬茶
- 176 • 莲子乌龙茶
- 176 • 灯芯草茶
- 176 • 桑葚百合饮
- 177 • 甘麦红枣茶
- 177 • 枣仁人参茶
- 178 • 滋阴润肺**
- 178 • 西洋参百合茶
- 178 • 洋参麦门冬茶
- 179 • 桔梗蜂蜜茶
- 179 • 玉蝴蝶茶
- 179 • 胖大海甘草茶
- 180 • 熟地黄茶
- 181 • 麦门冬清肺茶
- 182 • 清热祛火**
- 182 • 金银花甘草茶
- 182 • 灯芯竹叶茶
- 182 • 山药黄连茶
- 183 • 西洋参茶
- 184 • 苦瓜绿茶
- 185 • 提神解乏**
- 185 • 专心茶
- 185 • 醒脑清乏茶

186 • 茵绿茶
186 • 枸杞菊花参茶
187 • 薄荷茶
188 • 菊花玫瑰茶
189 • 薄荷酒
190 • **解腻消食**
190 • 鸭梨生地黄茶
190 • 消滞除腻茶
191 • 清爽解腻茶
192 • 肉桂山楂饮
192 • 菠萝酒
192 • 金橘蜜酒
193 • 山楂酒
194 • **健脾养胃**
194 • 白糖甘草茶
194 • 太子参茶
194 • 苹果肉桂茶
195 • 玫瑰普洱茶
195 • 莲藕贝母茶
196 • 传统陈皮茶
197 • 补脾养阴茶
197 • 山楂蜜茶
198 • 荷叶茶
198 • 生姜养胃茶
199 • 黄芪酒
199 • 菖蒲酒
199 • 茴香生姜陈皮酒
200 • 月桂叶酒

201 • **养肾固精**
201 • 骨碎补茶
201 • 沙苑枸杞茶
202 • 桂圆枸杞茶
202 • 苁蓉巴戟茶
202 • 菟丝子茶
203 • 桑葚茶
204 • 核桃茶
205 • 灵加茶
205 • 杜仲酒
205 • 首乌煮酒
206 • 鹿茸山药酒
206 • 巴戟地黄酒
206 • 枸杞生地酒
207 • 黑豆酒
208 • 山茱萸酒
208 • 枸杞地骨皮酒
208 • 核桃枣蜜酒方
209 • 板栗酒
209 • 枸杞杜仲酒
209 • 海马酒
210 • 对虾酒
210 • 腰痛酒





枸杞子

性味归经

性平，味甘，归肝、肾经。

功效与作用

滋肾益精，养肝明目，强壮筋骨，延年益寿。适用于肝肾阴虚所致的头昏目眩、腰膝酸软、遗精、咳嗽、视力减退等症。

注意事项

感冒发热、身体有炎症、腹泻者不宜用。



莲子

性味归经

鲜者性平，味甘、涩；干者性温，味甘、涩，归脾、肾、心经。

功效与作用

清心醒脾，养心安神，补中养神，健脾补胃，止泻固精，益肾涩精。适用于心烦失眠，脾虚久泻，大便溏泄，久痢，腰疼，男子遗精，妇人赤白带下。还可用于预防早产、流产、孕妇腰酸。

注意事项

中满痞胀及大便燥结者忌用。



罗汉果

性味归经

性凉，味甘，归肺、大肠经。

功效与作用

清热润肺，生津止咳，滑肠通便，嫩肤益颜。用于肺火燥咳，咽痛失音，肠燥便秘。

注意事项

外感及肺寒咳嗽者慎用。



桑葚

性味归经

性寒，味甘、酸，归肝、肾经。

功效与作用

滋补肝肾，养血祛风，润肠通便。适用于肝肾阴虚，头晕目眩，健忘失眠，目昏耳鸣，视力减退，腰膝酸软，关节疼痛，须发早白，血虚便秘，贫血，糖尿病等。

注意事项

脾胃虚弱、大便溏薄者不宜食用。



熟地黄

性味归经

性微温，味甘，归心、肝、肾经。

功效与作用

滋阴补血，明目益精。适用于血虚、萎黄及阴虚诸症。

注意事项

凡食少便溏、脘腹痞满及痰湿素盛者不宜选用。



生地黄

性味归经

性寒，味甘、苦，归心、肝、肾经。

功效与作用

清热凉血、养阴生津。养阴、清虚热作用较强，适用于热病后期伤阴引起的舌红口干、烦渴多饮、阴虚内热、骨蒸劳热等。

注意事项

脾虚泄泻、胃寒食少、胸膈有痰者慎服。



紫苏

性味归经

性温，味辛，归肺、脾经。

功效与作用

发汗解表，理气宽中，解鱼、蟹毒。用于风寒感冒，头痛，咳嗽，胸腹胀满，鱼、蟹中毒。

注意事项

温病及气弱表虚者忌食。



决明子

性味归经

性微寒，味甘、苦、咸，归肝、大肠经。

功效与作用

具有清肝明目，利水通便、分解脂肪等功效。

注意事项

不宜长期服用，尤其不适合脾胃虚寒、脾虚泄泻及低血压等患者服用。



甘草

性味归经

性平，味甘，归心、肺、脾、胃经。

功效与作用

补脾益气、清热解毒、润肺止咳、缓急止痛、调和药性。用于脾胃虚弱引起的倦怠无力、食欲不振、大便稀薄；用于心气不足引起的心慌、脉律不齐；用于咳嗽气喘、痰多或无痰；用于脾虚血虚引起的腹痛；用于解药毒、农药、食物中毒及蛇毒，还可用于治疗热毒疮疡的咽喉肿痛。

注意事项

水肿人群慎用，防止水液代谢紊乱。甘草易助湿壅气、湿盛胸腹胀满呕吐者忌用。不宜与甘遂、大戟、芫花、海藻及降血糖药同用。



黄芪

性味归经

性微温，味甘，归肺、脾、肝、肾经。

功效与作用

补气固表、止汗脱毒、生肌、利尿、退肿。用于气虚乏力、中气下陷、久泻脱肛、便血崩漏、表虚自汗、痈疽难溃、久溃不敛、血虚萎黄、内热消渴、慢性肾炎、蛋白尿、糖尿病等。

注意事项

功能实表，有表邪者勿用；能助气，气实者勿用；能内塞，补不足，胸膈气闭者，肠胃有积滞者勿用；能补阳，阳盛阴虚者忌用；上焦热盛，下焦虚寒者忌用；多怒，肝气不和者勿用；痘疮血分热甚者禁用。



阿胶

性味归经

性平，味甘，归肺、肝、肾经。

功效与作用

补血止血，滋阴润肺。适用于血虚、萎黄、心悸、虚劳、咯血、心烦不眠、咳嗽痰少、崩中胎漏等症。

注意事项

本品滋腻，凡消化不良及出血证内有淤滞者不宜用。



何首乌

性味归经

性微温，味甘、涩，归肝、肾经。

功效与作用

生者润肠通便，解毒散结；制者补肝肾，益精血。生者用于血虚肠燥便秘，痈疽瘰疬；制者用于肝肾亏虚，须发早白，腰膝酸软，心悸怔忡，遗精带下等症。

注意事项

脾虚泄泻及痰湿较重者慎用。另外，不能用铁器煎煮。