

百草 百病

BAICAO ZHI BAIBING

周森树
编著

中草药是传统中药药的组成部分，是我国劳动人民几千年来与疾病作斗争的经验总结。中草药在医疗保健方面起着重要作用，传统中草药具有取材方便、毒副作用小、标本兼治等特点，对很多常见病、慢性病及疑难杂症有独特疗效。



第二军医大学出版社

花海兵 宋桂萍 主审

百草 治百病

BAICAO ZHI BAIBING

周森树 编著

学出版社
University Press

内 容 简 介

本书文字简练、所涉内容丰富，具有很好的实用性和普及性。全书收录了 100 种常用中草药，每种均附有图片，文字描述包括别名、形态、性状、功能、主治、单方、验方等。旨在让普通百姓在日常生活中学会认识、了解常见中草药，从而科学地利用他们，达到健康长寿的养生目的。

本书适合对中草药感兴趣的读者使用，也可供各级中医药师参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

百草治百病/周森树编著. —上海: 第二军医大学出版社, 2014.2

ISBN 978-7-5481-0754-5

I. ①百… II. ①周… III. ①中药疗法—基本知识 IV. ①R243

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第284257号

出 版 人 陆小新
责任编辑 画 恒 高 标
图片提供 曹海峰

百草治百病

周森树 编著

第二军医大学出版社出版发行

<http://www.smmup.cn>

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

发行科电话 / 传真: 021- 65493093

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本: 890×1240 1/32 印张: 3.875 字数: 100 千字

2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-0754-5/R·1519

定价: 15.00 元

PREFACE

序

我的家乡——江阴，自古以来就是交汇要道、江防要塞，具有南北文化交融的特质，既有在抵抗外侵中江阴人表现出英勇顽强、刚烈不屈的英雄气概和英勇豪迈的精神元素，又不乏江南水乡的轻清灵动。正是这样独特的地理特性、悠久的历史 and 丰厚的文化积淀，孕育了“江阴中医药”这一璀璨之花。

江阴医药昌盛，源远流长，境内中草药资源丰富。早在春秋战国之前就有采药活动，魏晋时期开始有治病的记载，历来名医辈出，菁英荟萃，影响深远。涌现了现代针灸之父，创立“澄江针灸学派”的承淡安、中草药化学研究的先驱赵承嘏以及曾出任民国上海三所中医学校教务长、校长的曹颖甫、薛文元、章巨膺，更有当代引领中药剂型改革的“天江颗粒剂”。

清光绪《江阴县志》记载有江阴产苍术、紫苏、半夏、桔梗、薄荷、枸杞、野梧桐、夏枯草、杜瓜等42种。建国后，江阴人民政府三次对中药材资源进行普查，规模最大、最为全面的当是1986年由时任人民政府副县长张怀西组织的，查明了可供药用动植物等品种857种。其中：植物类773种，动物类79种，矿物类1种，其他药材4种，基本上摸清了我市中药资源的家底，提供较为详实的资源数据。

江阴丰富的中草药资源，加上其“简、便、廉、验”的特点，在农村缺医少药的时代，“三土”（土方、土医、土药），“四自”（自种、自采、自制、自用）有效改善了当时农村的医疗卫生状况。

周森树老教师，幼时受从医的舅父熏陶，自小学习中医知识，识别草药，曾自种草药 100 余种。上世纪 70 年代起，经常利用暑期，在老家斗山地区，向下一代传播中草药知识，发挥了高尚和无私的品德，被无锡市科协聘为科技传播志愿者，多次被评为全国省市“关心下一代先进个人”，被中央文明办授予“中国好人”。耄耋之年仍笔耕不辍，以江阴地产草药，汇编成《百草治百病》，以期更好的传播中医药科学文化知识，其精神值得嘉勉，乐之为序。

南京中医药大学教授
博士生导师

黄煌

2013 年 11 月

FOREWORD

前言

中草药是传统中医药的重要组成部分，是我国劳动人民几千年来与疾病作斗争的经验总结。中草药防病治病，深受老百姓欢迎。我国地域辽阔，自然环境复杂，中草药种类繁多，资源十分丰富。广阔的田野、河边、路旁、山上是大自然赐予的一个取之不尽、用之不竭的中草药库，很多野花、野草均能入药。

中医药是我国宝贵的文化遗产，自古就有“神农尝百草”之说。明代医药学家李时珍经过 27 年的探索，收集了中草药 1 518 种，著成《本草纲目》。“百草治百病”，中草药在医疗保健方面起着重要作用，传统中草药具有取材方便、毒副作用小、标本兼治等特点，对很多常见病、慢性病及疑难杂症有独特疗效。

“中草药就是灵便，少花钱，治大病”。为了更好地开发利用当地中草药资源，充分发挥中草药的防病、治病作用，本人参阅了大量资料，通过实地调查研究，根据实际情况，重点列出草药 100 种，另附草药 100 种名录，绝大部分是各地老百姓熟悉、看得见、采集得着的中草药，比较方便、经济实用。

本书在编写中编者虽已做了较大的努力，但难免还存在一些不足和疏漏之处，敬请广大读者指正。



2013 年 12 月

CONTENTS

目 录

三 画

- | | |
|-------------|-----|
| 1. 大蓟····· | 001 |
| 2. 大青叶····· | 002 |
| 3. 万年青····· | 003 |
| 4. 马兰····· | 004 |
| 5. 马齿苋····· | 005 |
| 6. 马鞭草····· | 006 |

四 画

- | | |
|--------------|-----|
| 7. 天名精····· | 007 |
| 8. 天胡荽····· | 008 |
| 9. 车前····· | 009 |
| 10. 木槿树····· | 010 |
| 11. 瓦松····· | 011 |
| 12. 牛筋草····· | 012 |
| 13. 牛蒡····· | 013 |
| 14. 毛茛····· | 014 |
| 15. 乌敛莓····· | 015 |
| 16. 凤尾草····· | 016 |
| 17. 水红菱····· | 017 |
| 18. 水蓼····· | 018 |

五 画

19. 玉米须·····	019
20. 艾·····	020
21. 石龙芮·····	021
22. 龙葵·····	022
23. 田皂角·····	023
24. 白茅·····	024
25. 白花曼陀罗·····	025
26. 瓜蒌·····	026
27. 丝瓜·····	027

六 画

28. 地锦·····	029
29. 地骨皮·····	030
30. 地肤子·····	031
31. 芋头·····	032
32. 老鹤草·····	033
33. 灰藿·····	034
34. 合欢·····	035
35. 羊蹄·····	036
36. 并头草·····	037
37. 灯笼草·····	038
38. 决明子·····	039
39. 红薯·····	040

七 画

40. 杠板归·····041
41. 芙蓉花·····042
42. 芹菜·····043
43. 苍耳·····044
44. 芦根·····045
45. 忍冬藤·····046
46. 鸡冠花·····047

八 画

47. 青葙·····048
48. 茅莓·····049
49. 虎杖·····050
50. 虎耳草·····051
51. 垂盆草·····052
52. 油菜·····053
53. 泽漆·····054
54. 狗尾草·····055

九 画

55. 荭草·····056
56. 芥菜·····057
57. 荔枝草·····058

58. 牵牛花·····	059
59. 韭菜·····	060
60. 鬼针草·····	062
61. 活血丹·····	063
62. 络石藤·····	064

十 画

63. 蚕豆花·····	065
64. 夏枯草·····	066
65. 桃仁·····	067
66. 荷叶·····	068
67. 茵陈·····	070
68. 鸭跖草·····	071
69. 铁扁担·····	072
70. 铁树·····	073
71. 益母草·····	074
72. 浮萍·····	075
73. 透骨草·····	076
74. 桑叶·····	078

十一 画

75. 萝卜子·····	080
76. 萝藦·····	081
77. 黄花蒿·····	082

78. 接骨木·····	083
79. 蛇莓·····	084
80. 蛇床子·····	085
81. 野蔷薇·····	086
82. 野菊花·····	087
83. 猪殃殃·····	088
84. 商陆·····	089
85. 淡竹叶·····	090

十二画

86. 酢浆草·····	091
87. 楮实·····	092
88. 葎草·····	093
89. 篇蓄·····	094
90. 紫苏·····	095
91. 紫茉莉·····	096
92. 紫花地丁·····	097

十三画及以上

93. 楝树果·····	098
94. 蓖麻·····	099
95. 蒲黄·····	100
96. 蜀羊泉·····	101
97. 慈姑·····	102

98. 薜荔·····103

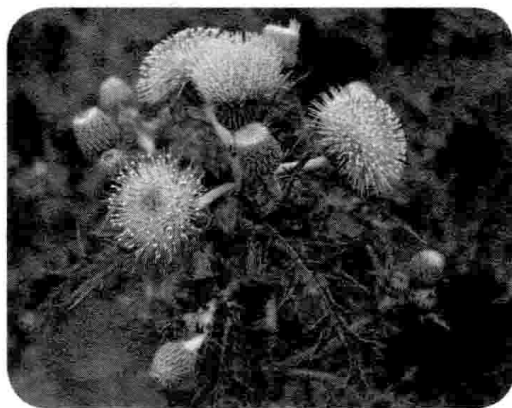
99. 薏苡仁·····104

100. 鱧肠·····105

附录：中草药名称索引····· 106

大 蓟

土名 戳牛鼻草



菊科。多年生草本。茎直立，茎高 100 ~ 150 厘米，有纵条纹。叶背面长毛，边缘有刺，头状花序顶生；花苞钟形，有刺，紫色或玫瑰色。瘦果扁椭圆形。花期 5 ~ 6 月。果期 6 ~ 8 月。

功效

性凉，味甘。破瘀行血，凉血止血。

● 治齿龈炎、口腔溃疡

鲜草 60 克，水煎含漱。

● 治乳痈初起

鲜根适量，捣烂敷患处。

● 治火、烫伤

全草适量，捣烂，取汁外涂。

● 治吐血、子宫出血

根 30 ~ 60 克，煎服。

● 治肝炎、胆囊炎

根 15 克，红枣 60 克，煎服。



dà qīng yè
大 青 叶

十字花科。二年生草本。主根深长，基生叶长圆形或倒卵形，茎生叶。总状花序，花瓣黄色。

功效

性寒、味苦。清热、解毒。

● 治喉炎、扁桃体炎

鲜叶 5 克，捣汁，冲开水内服。

● 治痢疾、牙龈炎

干叶 15 克，黄连 3 克，煎服。

● 治腮腺炎

叶或根水煎服，并捣汁搽敷。

● 治疮疡、丹毒

干草 9 ~ 30 克，煎服（鲜叶加倍）。

◀◀◀

wàn nián qīng
万年青



百合科。多年生常绿草本。根茎肥厚而短，叶片革质，光滑。浆果圆形，成熟后朱红色。

功效

性寒，味甘辛。强心利尿，解毒。

● 治咽喉肿痛

鲜根9克，加温开水捣汁，含咽。

● 治牙龈肿痛

根切片，含于痛处。

● 治疯狗咬伤

鲜叶1片，水煎服，每日1次，连服2~3天。

● 治毒蛇咬伤、疔疮肿毒

鲜根适量，捣烂外敷。

● 治肺结核

种子7~10粒，煎服。



mǎ
马

lán
兰

土名 马兰头

菊科。多年生草本。高 30 ~ 50 厘米，具匍茎。叶互生，长椭圆状披针形，有粗锯齿，主脉三条基出。秋季开花，头状花序，外围为一层淡紫色舌状花，中央为多数黄色管状花。

功效

性平，味辛。清热解毒，凉血，利湿。

① 治咽喉肿痛、扁桃体炎

鲜根 60 克，加开水捣汁，频频含咽，亦可煎服。

② 治疗疮肿毒、乳腺炎、腮腺炎

鲜全草适量，加少许食盐，捣烂外敷，每日 1 次；同时用鲜根 60 克，水煎服。

③ 治胃溃疡、胃痛呕吐

用鲜根 60 ~ 90 克，生姜 2 片，水煎服。

④ 治小儿惊风

全草 30 克，煎服。

⑤ 治鼻出血

全草适量，捣烂，塞鼻。

←←←

mǎ chǐ xiàn 马 齿 苋

土名 酱板头



马齿苋科。一年生肥厚草本。全株光滑无毛，高20～30厘米。茎多分枝，下部伏卧，上部直立，圆柱形，红紫色；叶互生或近对生，长椭圆形或匙形，肥厚肉质，上面深绿色，下面淡绿或暗淡红色，全缘。花3～5朵簇生顶端，黄色。蒴果短圆锥形，棕色。花期5～9月。果期6～10月。

功效

性寒、味酸。止泄、清热解毒。

● 治痢疾

鲜全草60～120克，水煎，加糖冲服，或加大蒜头3～5个，煎服，每日3次。

● 治疗疮、肿毒、蛇咬伤

鲜全草60～120克，煎服，并用全草加适量雄黄粉，捣烂，调匀外敷。