

老中医图说中药丛书

常见中草药应用速查

(彩图版)

路 臻 主编



CTS
PUBLISHING & MEDIA
湖南出版集团

湖南科学技术出版社

编委会名单

主 编 路 臻

副主编 裴 华 全继红 饶 佳 朱 宏 英欢超

编 委 朱 进 卢 月 谢军成 向 蓉 冷艳燕

吕凤涛 魏献波 王 俊 王丽梅 徐 娜

李美桥 战伟超 张广伟 于亚南 耿赫兵

连亚坤 李斯瑶 邹 江 马 华 刘立文

高楠楠 邓西安 李兴华 李小儒 戴晓波

胡海涛 戴 军 董 萍 鞠玲霞 单伟超

王郁松 刘明慧 吕秀芳 段洪刚 刘士勋

刘云生 余海文 郑小玲 马 楠 张新利

王 芳 王 旭 李 惠 矫清楠 蒋思琪

周重建 赵白宇 仇笑文 张亚萍 曾 真

赵梅红 孙 玉 吴 晋 杨冬华 苏晓廷

宋 伟 王小丹 吴碧辉 李晏莹 林 恒

蒋红涛 翟文慧 张海峰 高洪波 孙璆琨

刘金玲 于 森 李 妍 龚晶予 周 尚

李 广 胡 静 白峻伟 高 稳 范海燕

李桂方 段其民 姜燕妮 李 聪 李俊勇

梁 浩 廖秀军 刘 凯 马丹丹 李建军

王忆萍 魏丽军 徐莎莎 张 琳 冯 倩



内容简介

本书以介绍常用中草药为主，包括植物类、动物类及其他制成药。在几千种中草药中，选取了最接近人们现实生活、最可能被用到而且获得途径比较明确的178种中草药，详细介绍给读者。

本书整体上分为两部分。前一部分以中医学药物理论知识为主。中草药的运用原理，包括中草药的四性五味、升降沉浮、药物归经、配伍宜忌、煎法、服法、用法等，都是成熟的中医学理论系统中的重要组成部分。只有首先掌握了这些基本知识，才能理解中草药治病疗疾、保健养生的理论依据。

后一部分，本书作者参考了《本草纲目》等经典药学书籍的编排方法，以“根及根茎类”“全草类”“果实及种子类”“花叶类”“皮类”共5类为纲，首先使读者对中草药的来源有一个整体的认识。在具体介绍每一种中草药时，分为释义、别名、性味、归经、产地、饮片特征、功效主治、用量用法、使用禁忌、灵验药方及老中医说等10多个板块来阐述。同时，编者特意设置了“《本草纲目》说”板块，依据医药学经典来阐释草药，也更有说服力。

经过千百年的实践运用，每一味草药都有其使用特点。在以上所说的板块之外，中草药在实用中还有一些小方法、小窍门或其他特质。这时老中医现身，在“老中医说”板块中为读者详细讲解每种中草药独特的药理、毒性、炮制、运用等知识，让读者对中草药有更全面，也更亲近的了解。

为了达到“速查”的目的，在编写草药部分时，编者在每一种草药后都以副标题的形式，用一句话来囊括该草药的主要用途、关键特性，并将每一种中草药归入“解表”“活血化瘀”“利水渗湿”“化痰止咳平喘”“补虚”“安神”“开窍”“平肝息风”等类中，使读者对于草药的功效一目了然，在使用时可以更有针对性地查找。



前言

中草药是中医学在临床上使用的预防、主治疾病的独特药物，也是中医学区别于其他医学的重要标志。这里要说明，中草药并不仅仅指中医药中的草类药，而是因为草类药占中医所使用药物的大多数，所以中医学所用药物被称为中草药，即所谓“本草”。

对于中草药的探索，中国已经有几千年的历史。相传，神农尝百草，首创医药。由这个古老的传说，不难看出，中医学的萌发，就是源自于远古先民对于山野中随处可见的野草的寻找与尝试。其后，一代又一代的医家、药师们经过不断地探索、发现与实践，使得中草药的外延与内涵都得以不断地延伸和扩展。自《神农本草经》始，古人以“本草”之名著述的医药学著作多达数十种。诸多以中草药为核心的中医学著作中，最负盛名的恐怕就是明代伟大的医药学家、博物学家李时珍所著的《本草纲目》。中医学也经由这些著作远播海外，逐渐形成了世界性的中医学文化圈。可以说，对中草药研究的发展，就是中医学的发展。

不仅如此，今天我们复兴中医学，重拾流传千年的本草药学，也在于回顾历史长河的任一片段，都可以看到，从古至今，中草药在为人们的身体健康服务的同时，也在民俗、文学作品等领域中扮演了越来越多的重要的角色。中草药与我们整个民族的文化是紧密相连的。从玄远神奇的《山海经》、奇幻浪漫的楚辞，到历代文人们洋溢着生活情趣的小品、札记，以至引发现代学者无数思维碰撞与研究兴趣的《石头记》，其中对于中草药的描述，关于中草药的记载，都真实地反映了中草药在古代人们的日常生活中不可或缺的重要地位。更不要说我们今天随处可见、随处在用的各种中草药制品，我们延续至今的诸多传统风俗习惯，都彰显着中草药就是我们民族文化的原始基因，它一直随着我们的民族血液生生不息地繁衍、流传。因此，复兴中医学，就是复兴中华民族的优秀文化。



于是有了这册书，我们将中草药单辑出一本，择选出既接近日常生活、可能常用又比较容易识别和获得的中草药，用浅显易懂的语言，清晰精美的图片，描述专业简单的知识，以期将中草药更普遍地带入寻常人的日常生活中。在编著时，我们选择以《本草纲目》为基本纲领，参考这部经典著作，进行中草药种类的选择、在篇目上的分类，并具体描述中草药的外貌、作用、应用等。之所以选择这部著作，是因为它在集合了前代几乎所有优秀医家的经典论述的同时，又自出机杼，在中草药的分类、形貌、性味、用途等方面进行了辨误、总结与重新梳理，而且由于作者坚持不懈的创作与卓越的医学成就，使得这部书成了海内外最负盛名且迄今无法超越的中医药学经典著作。以它为纲领，是称得上科学权威且经得起实践检验的。

值此伟大的医学家李时珍诞辰五百周年之际，为复兴中华医药学，传播中医学文化，也为给更广大的读者提供实用的中草药科普与实用读物，我们倾尽心血编写了这本书。因为编者水平有限，这套书中难免存在不足，我们也希望与读者进行交流、学习，得到指正。

谨表谢意。

路 臻
于北京





目录

一 揭开中草药治病的密码

中草药的四性：温、热、寒、凉.....	2
中草药的五味：辛、甘、酸、苦、咸.....	4
什么是药物的升降沉浮.....	6
归经：每味药物治疗病有专长.....	7
认识中草药“七情配伍”.....	8
煎药时别忘了这些宜忌.....	10
中草药汤剂的正确服法.....	12
吃中草药如何防中毒.....	14

二 根及根茎类中草药

苦参 味苦燥湿解热毒，外用主治皮肤病（清热药）.....	18
甘草 补脾解毒甜味草，调和诸药无偏差（补虚药）.....	20
党参 一味补气兼补血，脾肺虚弱人首选（补虚药）.....	22
板蓝根 清热利咽抗感染，主治感冒是要药（清热药）.....	24
南沙参 益胃生津主用北，清除肺火要用南（补虚药）.....	26
白芍 补血敛阴，主治女人一切病（补血药）.....	28
续断 补肝肾行血，有接骨续断之能（补虚药）.....	30
丹参 活血调经，祛瘀生新效力强（活血化瘀药）.....	32
山药 味甘多补益，养后天之本（补虚药）.....	34
巴戟天 补元阳长胃气，肾阳虚就用它（补虚药）.....	36



芦根	清肺胃之热，生津止呕（清热药）	38
白茅根	性寒不伤脾胃，凉血止血消水肿（止血药）	40
远志	祛痰消肿，安神益智（安神药）	42
桔梗	宣肺利咽，咳嗽痰多更适用（化痰止咳平喘药）	44
生姜	辛辣散风寒，多用治感冒轻症（解表药）	46
高良姜	性味辛热，治脾胃寒痛的良药（温里药）	48
骨碎补	活血续伤，补肾强骨（活血化瘀药）	50
玉竹	味甘质润，长于滋阴润肺养胃（补虚药）	52
知母	苦寒泻热火，润肾燥能滋阴（清热药）	54
黄芩	泻脏腑之湿热火邪，止血安胎（清热药）	56
重楼	清热解毒，抗癌常用药（清热药）	58
虎杖	散瘀解毒，清热利湿（利水渗湿药）	60
防风	除湿止痛，治风通用药（解表药）	62
白芷	解毒通鼻窍，祛风止痛还美白（解表药）	64
柴胡	治感冒发热，保护肝脏有奇效（解表药）	66
三七	止血不留瘀，伤科妙药数第一（止血药）	68
茜草	凉血化瘀，止血通经（止血药）	70
天冬	滋阴除肺胃热燥，延年壮体滋补多（补虚药）	72
麦冬	润肺清心，专治劳损虚热（补虚药）	74





郁金	活血化痰，行气止痛用处多（活血化瘀药）	76
香附	行气止痛，妇科之益友（理气药）	78
半夏	消痞散结，化痰止呕最神奇（化痰止咳平喘药）	80
川贝母	润肺化痰，秋天燥咳最宜服（化痰止咳平喘药）	82
山慈菇	清热消毒疮，治蛇虫咬伤（清热药）	84
泽泻	利小水，煮粥喝降血脂（利水渗湿药）	86
天麻	定风神草，平肝止眩治偏瘫（平肝息风药）	88
白及	止血消肿，防肌肤老化的美白仙子（止血药）	90
川芎	活血行气，头痛不离它（活血化瘀药）	92
白术	燥湿利水，止腹泻又通便（补虚药）	94
升麻	发表透疹，治内脏下垂不可少（解表药）	96
威灵仙	祛风除湿，通络止痛（祛风湿药）	98
龙胆	清湿热邪气，消肝胆实火（清热药）	100
徐长卿	祛风止痛，疗皮肤病有大用（祛风湿药）	102
苍术	祛风散寒，祛湿明目良药（化湿药）	104
独活	通痹止痛，祛风湿之最（祛风湿药）	106
当归	活血养血，保女人一生平安（补虚药）	108



土茯苓	通利关节，疗湿疮热毒常用（清热药）	110
百合	润肺止咳，宁心安神（补虚药）	112
人参	最补元气，天下补药它为首（补虚药）	114
大黄	凉血通瘀，专攻实热便秘症（泻下药）	116
黄连	清热燥湿，世上最苦的药（清热药）	118
黄精	调和五脏，延年益寿赛人参（补虚药）	120
地黄	生津止渴，治血热出血（清热药）	122
甘遂	消肿散结，消水肿是专长（泻下药）	124
何首乌	解毒补益抗衰老，常服有风险（补虚药）	126
狗脊	补肝肾，强筋壮骨保安康（祛风湿药）	128
天花粉	清热泻火，叫“粉”不是粉（清热药）	130
葛根	解肌退热，透疹降血压（解表药）	132

三 全草类中草药

泽兰	治腹水肿，调经“圣手”（活血化瘀药）	136
马鞭草	活血散瘀，利水消肿（清热药）	138
广藿香	止呕开胃，夏季居家必备（芳香化湿药）	140
浮萍	漂浮水面“小家伙”，宣风透疹大功效（解表药）	142
荆芥	祛风利咽，万能感冒药（解表药）	144
薄荷	发汗理气，清凉一夏（解表药）	146
穿心莲	疏散风热，中药中的抗生素（清热药）	148
半枝莲	解肿毒除热，止血抗癌常用药（清热药）	150
益母草	行血养血，最养女人（活血化瘀药）	152
青蒿	清虚热解暑，疟疾的“克星”（清热药）	154
佩兰	芳香化湿，胃口不好就用它（芳香化湿药）	156
卷柏	生用活血消痞块，炒炭止血（止血药）	158
锁阳	补肾壮阳，来自沙漠的不老药（补虚药）	160
半边莲	解毒消肿，清热克蛇毒（清热药）	162

木贼 疏散风热，明目退翳草（解表药）	164
肉苁蓉 补肾壮阳，沙漠里长出的“人参”（补虚药）	166
鹅不食草 发散风寒，闻味即可通鼻塞（解表药）	168
麻黄 发汗解表，宣肺消水肿（解表药）	170
豨薟草 消痼毒红肿，活血通络护关节（祛风湿药）	172
蒲公英 苦寒能解毒，灭各经邪火（清热药）	174
大蓟 凉血散瘀，入食多保健（止血药）	176
小蓟 调治血热妄行，消散痈肿（止血药）	178
仙鹤草 止血补虚，药用价值抵灵芝（止血药）	180
茵陈 利湿退黄疸，配伍大黄彰药性（利水渗湿药）	182
篇蓄 除湿热止痒，治小便黄赤症（利水渗湿药）	184
紫花地丁 解毒凉血，除疗疮肿毒最擅长（清热药）	186
瞿麦 破血通经，作用超强的利尿剂（利水渗湿药）	188
鱼腥草 消痈排脓，老百姓的养生菜（清热药）	190
金钱草 清热退黄，擅长治结石症（利水渗湿药）	192
淫羊藿 补肾健筋骨，天然的壮阳药（补虚药）	194
石斛 养阴生津，先煎方见药力（补虚药）	196
马齿苋 清热止血止痢，凉拌着吃降压降脂（清热药）	198
墨旱莲 养血凉血，滋补肝肾抗衰老（补虚药）	200
淡竹叶 除烦止渴，了不起的“灭火员”（清热药）	202

四 果实及种子类中草药

罗汉果 去肺中燥火，润喉之宝（化痰止咳平喘药）	206
川楝子 行气止痛，杀虫疗癣（理气药）	208
路路通 通十二经，善治风湿痹痛（祛风湿药）	210
豆蔻 消痞开胃，行气温中（收涩药）	212
蔓荆子 疏散风热，清利头目（解表药）	214
王不留行 通利血脉，利小便（活血化瘀药）	216



芥子	散结止痛，寒性哮喘才用它（化痰止咳平喘药）	218
菟丝子	固精缩尿，补肝肾不足（补虚药）	220
乌梅	敛肺涩肠，解渴酸味果（收涩药）	222
五味子	收涩固精，精气神均补（收涩药）	224
急性子	治恶疮，败一切火毒（活血化瘀药）	226
使君子	消小儿疳积，嚼食驱蛔虫（驱虫药）	228
胖大海	清肺热燥，沸水泡服最方便（化痰止咳平喘药）	230
荔枝核	行气祛寒痛，治疝气良药（理气药）	232
金樱子	肾虚脾虚皆宜服，芡实同用助药性（收涩药）	234
栀子	以清泻为功，外用治病多（清热药）	236
白果	温肺定喘，生食毒性大（化痰止咳平喘药）	238
柿蒂	入胃经，专治打嗝、呕吐（理气药）	240
枸杞子	滋补肝肾，常食百岁不老（补虚药）	242
巴豆	峻猛泻下药，外用疗癣疮（泻下药）	244
苍耳子	祛风寒湿邪，通鼻窍舒筋骨（解表药）	246
砂仁	醒脾开胃，理气安胎（芳香化湿药）	248
莲子	补脾益肾，一粒种子养心神（收涩药）	250
女贞子	养阴清虚热，补肝肾不白发（补虚药）	252

薏苡仁	清利湿热之邪，食疗佳品（利水渗湿药）	254
火麻仁	富含油脂，润下“高手”（泻下药）	256
莱菔子	消食定喘，解脘腹胀满（消食药）	258
马钱子	通络散结，有剧毒须慎服（活血化瘀药）	260
木鳖子	散结消肿，恶疮疔毒最怕它（攻毒杀虫止痒药）	262
白扁豆	健脾和中，小种粒除暑湿（补虚药）	264
苦杏仁	润肠通便，止咳平喘（化痰止咳平喘药）	266
桃仁	功主破血，血瘀血闭之专药（活血化瘀药）	268
酸枣仁	宁心安神，失眠多汗就用它（安神药）	270
补骨脂	补肾助阳，温脾止泻（补虚药）	272
牛蒡子	疏散风热，宣肺利咽（解表药）	274
小茴香	和胃散寒，小香料大功效（温里药）	276
车前子	利水通淋，降血压表现不俗（利水渗湿药）	278
葶苈子	平喘消胸腹水肿，入药分南北（化痰止咳平喘药）	280
枳实	化痰散痞，破中焦之气（理气药）	282
山楂	消食化积，味道酸甜小红果（消食药）	284
木瓜	舒筋活络，和胃止呕（祛风湿药）	286
陈皮	理气燥湿，越老越贵（理气药）	288
佛手	疏肝和胃，外形酷似佛像之手（理气药）	290
山茱萸	益肝肾，收涩固脱的“红衣仙子”（收涩药）	292
石榴皮	止血驱虫，收敛抗菌也有毒（收涩药）	294
槟榔	行气导滞，入口杀虫（驱虫药）	296
芡实	益肾固精，补脾止泻入食佳（收涩药）	298
连翘	败毒消肿，疏散风热（清热药）	300
夏枯草	清热散结效力强，夏至一到即枯萎（清热药）	302
决明子	清热泻火，泡水喝明目通便（清热药）	304
覆盆子	益肝固精，补肝亮眼睛（收涩药）	306
蒺藜	专入肝经，疏肝祛风（平肝息风药）	308
桑椹	益肾脏固精，久服黑发明目（补虚药）	310
瓜蒌	清热涤痰，治胸痹良果（化痰止咳平喘药）	312

五 花叶类中草药

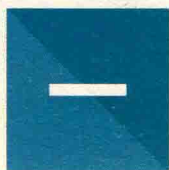
辛夷	散风寒，宣通鼻窍（解表药）	316
金银花	善于化毒，痈疽溃后最有效（清热药）	318
玫瑰花	疏肝行气，活血调经好帮手（理气药）	320
月季花	解毒消肿，活血调经更止痛（活血化瘀药）	322
鸡冠花	辛味助收敛，功效在“三止”（收涩药）	324
款冬花	润肺下气，治一切咳嗽（化痰止咳平喘药）	326
丁香	温中降逆，入药有公母（温里药）	328
凌霄花	凉血祛瘀，观赏药用两不误（活血化瘀药）	330
芫花	解毒杀虫，逐水峻品（泻下药）	332
槐花	清肝泻火，凉血止血（止血药）	334
菊花	散风清热，平肝明目可当茶（解表药）	336
旋覆花	消痰行水，降气止呕（化痰止咳平喘药）	338
红花	活血通经，心脑血管“保护神”（活血化瘀药）	340
谷精草	疏风散热，护眼的小花序（清热药）	342
蒲黄	化瘀通淋，止血的黄色花粉（止血药）	344
枇杷叶	止咳止呕，清肺胃热邪（化痰止咳平喘药）	346
艾叶	温经散寒，止血止痒又止痛（止血药）	348
侧柏叶	凉血止血，生发乌发良药（止血药）	350
荷叶	清热止血，夏季食用防中暑（清热药）	352
番泻叶	除腹胀积滞，一味泡茶喝通大便（泻下药）	354
紫苏叶	散表寒，发汗力较强（解表药）	356
罗布麻叶	平肝安神，泡水喝就降压（平肝息风药）	358

六 皮类中草药

杜仲	补中益肾，强壮筋骨（补虚药）	362
合欢皮	安神解郁，活血消肿（安神药）	364



五加皮 滋肝益肾，除腿脚风湿痛（祛风湿药）	366
秦皮 清热燥湿，明目止痢（清热药）	368
香加皮 祛风湿，强心利尿（利水渗湿药）	370
肉桂 温阳散寒，芳香的树皮（温里药）	372
牡丹皮 清热凉血，活血化瘀（清热药）	374
地骨皮 清肺降火，煎水喝降“三高”（清热药）	376
厚朴 燥湿消痰，下气除满（芳香化湿药）	378
桑白皮 消痰定喘，实证水肿宜用它（化痰止咳平喘药）	380
中草药拼音索引	382



揭开中草药 治病的密码

中药主要由植物药、动物药及矿物药组成，其中植物药占大多数，故中药也称中草药。临床常使用的中药已有数百种之多，将各种药材配伍而形成的方剂，更是数不胜数。说到这里，有人可能会有疑问：中草药为什么能治病？为什么每种中草药的药性不同？人们是如何定义每种中草药的药性的……

本章将从中草药的四性、五味、归经、升降沉浮、配伍七情等方面入手，揭开中草药治病的密码。

中草药的四性：温、热、寒、凉

四性又名四气，是指药物的温、热、寒、凉。中草药药“性”的提法最早见于《素问》，《神农本草经》首先将药“性”落实于每一味药物。

四性细分，还有微寒、大寒、微热、大热等。不管如何细分，温与热、寒与凉这两大类药物功效基本上是相同的，只是药性峻烈、和缓上的差别。根据中医学“寒则热之，热则寒之”的治疗理论，热病用寒凉药调理，寒病用温热性药调理，通过寒热相抵消的作用，让身体恢复阴阳平衡，以祛除疾病。因此，药物的四性之分为治病提供了方向性指导。

温热性中草药

温热性中草药一般具有驱散风寒、健脾暖胃、益气养血、助阳补火的功效，多用来治阴证、寒证，如四肢厥冷、面色苍白、腹中冷痛等。

热性药物：肉桂、附子、高良姜、胡椒、草乌等。



肉桂



附子



高良姜

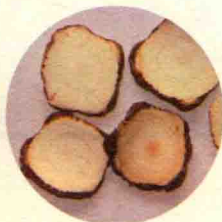
温性药物：生姜、骨碎补、白芷、巴戟天、白扁豆等。



生姜



骨碎补



白芷

寒凉性中草药

寒凉性中草药一般具有清热泻火、解毒凉血、化痰开窍、滋阴养阴的功效，多用来治阳证、热证，如高热烦渴、面红目赤、咽喉肿痛等。

寒性药物：板蓝根、车前子、大黄、昆布、石膏等。



板蓝根



车前子



大黄

凉性药物：白及、败酱草、大蓟、穿山甲、罗汉果、益母草等。



白及



败酱草



大蓟

药物中还有一类平性药，其寒热之性不甚显著，作用比较缓和。如白果、党参、山药、甘草等。其实所谓平性只是相对的，它们也有一定的寒热倾向，或微寒，或微温，仍属于四性之范畴。



白果



党参



山药