

图解中医经典丛书

中医用药

臧俊岐◎主编

一部本草治万病

198种

《本草纲目》保健药材

集李时珍毕生之精力，广采博收天然之本草

《本草纲目》——中国古代百科全书

「医圣」李时珍历时近三十年，三易其稿而成。原文引用，经典新诠释，高清图实图精彩纷呈，一目了然与简单易行，实用价值并存，给你不一样的阅读体验。

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社 | 全国优秀出版社

图解中医经典丛书

中医用药

臧俊岐◎主编

198

种
(本草附片) 附片药材

一部本草治万病

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社·全国优秀出版社

·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

中医用药：一部本草治万病/臧俊岐主编. —广州：
广东科技出版社，2018.3
（图解中医经典丛书）
ISBN 978-7-5359-6824-1

I. ①中… II. ①臧… III. ①本草—图解 IV. ①R281-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2017) 第307879号

中医用药：一部本草治万病

Zhongyi Yongyao: Yibu Bencao Zhi Wanbing

责任编辑：方 敏 李 莎

封面设计：深圳市金版文化发展股份有限公司

责任校对：黄慧怡

责任印制：林记松

出版发行：广东科技出版社

（广州市环市东路水荫路11号 邮政编码：510075）

<http://www.gdstp.com.cn>

E-mail: gdkjyxb@gdstp.com.cn（营销）

E-mail: gdkjzbb@gdstp.com.cn（编务室）

经 销：广东新华发行集团股份有限公司

印 刷：深圳市雅佳图印刷有限公司

（深圳市龙岗区坂田大发路29号C栋1楼 邮政编码：518000）

规 格：723mm×1 020mm 1/16 印张12 字数280千

版 次：2018年3月第1版

2018年3月第1次印刷

定 价：38.80元

如发现因印装质量问题影响阅读，请与承印厂联系调换。

Preface 序言



明代医药学家李时珍的巨著《本草纲目》，内容恢宏，被誉为“东方药物巨典”，作为中国医药宝库中的珍贵遗产，对人类医药学产生了极为深远的影响。可惜的是，因为时代变迁，植物名称有所更迭，所以许多本草记载的植物名，现代人多半不识；或因地理环境的不同与产业经济的改变，许多人只听过药草名但未见过实物本尊。

李时珍在论述药物的同时，也注重药材的养生作用与实用性。为了沿用医家所长，让人们更全面、更清晰、更透彻地了解中草药知识，本书开篇就讲述了中药的相关基础知识，包括药材的来源、用量、煎煮方法等，然后以养生祛病的实用性为出发点，将《本草纲目》中的部分常用药物，按药性、功效进行重新分类（如解表、清热、理气、消食、补虚等），再一一解读。

全书共收录具有养生保健作用的药物 198 味，大部分药材均用李时珍原文先进行描述引入，再详细介绍了药材的性味、归经、药用功效、主治病症、用法用量等专业药物知识，文字简洁明了，突出药物特色，让读者一目了然。同时每味药材还附有 1～6 个实用本草方，虽然原书附方较多，但由于本书篇幅有限，只能尽量收录简单易行、操作方便的妙方，对原书中的古方剂量亦换算为现代常用单位数值。

另外，本书配以 400 多张高清药用植物及成品药材实图，近距离展示了中草药的真实面目，部分药材还贴合生活实际附上了药膳制作方以供参考，让读者获得更充实、更实用、更有价值的阅读体验，可以正确识别和应用中草药，能够在生活中做到有的放矢、对症下药！此外，因为有些植物和药材具有毒性，所以编者不建议非专业人士私自采集和使用。

本书医药知识丰富多彩，在传承医家经典的同时，结合现代科学实际应用，使其具有一定的学术价值和实用价值，但由于本草知识博大精深，编者水平有限，编写过程中难免有疏漏或不足之处，敬请广大读者不吝指正。



此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongb.com

CONTENTS 目录



第一章

了解中药，邂逅本草

- 002 了解药材来源，揭开神秘面纱
- 006 药材质量好不好，辨了才知道
- 008 了解“四气五味”，认识本草药性
- 011 “药物归经”能让中药运用更精准
- 012 注意“升降浮沉”，用药得顺应病情变化
- 014 用药前先正确认识中药的毒性
- 017 七情配伍——中药的巧用与妙用
- 018 君臣佐使，中药组合可以千变万化
- 019 中医用药，关键在量
- 020 中药煎服中的学问
- 022 中药使用禁忌必须牢记在心

第二章

解表药



- | | |
|-----------------|------------------|
| 026 发散风寒药 | 027 荆芥——流行感冒不用愁 |
| 026 麻黄——发汗解表第一药 | 027 防风——抵御风邪的卫士 |
| 026 桂枝——调和营卫的圣品 | 028 紫苏叶——吃虾蟹的好搭档 |

- 030 生姜——中医的止呕圣药
- 032 葱——厨房里的感冒药
- 033 白芷——止痛祛湿的能手
- 034 香薷——“夏月麻黄”的香药
- 034 细辛——擅长通鼻窍治牙痛
- 035 苍耳子——路边的风寒止痛药
- 035 辛夷——专治鼻渊的木笔花

- 036 发散风热药
- 036 薄荷——清新口气的香草
- 037 桑叶——清热祛火的明目良药
- 038 菊花——夏季消暑清凉茶
- 039 牛蒡子——高级食材里的中药
- 039 升麻——解毒升阳的珍品
- 040 葛根——“三高”人群的保健药
- 040 柴胡——散寒疏肝的功臣

第三章

补虚健体药



- 042 补气药
- 042 人参——大补元气的“百草之王”
- 044 党参——补气健脾的君子
- 045 山药——药食两用的健脾食品
- 046 黄芪——补五脏之气的良药
- 047 白术——专健脾胃的良药
- 047 甘草——调和诸药的药中“国老”
- 048 补血药
- 048 熟地黄——生津补血的山中奇药
- 050 当归——女人离不开的补血圣药
- 051 白芍——缓急止痛的花中仙子
- 051 龙眼肉——养心补血的助眠水果
- 052 补阴药
- 052 沙参——清热益肺的滋阴药
- 054 百合——能安心神的止咳药
- 056 枸杞子——肝、肺、肾皆调
- 057 桑葚——滋阴养血的水果药
- 058 麦冬——生于阶沿的养生佳品
- 058 天冬——养阴润燥镇咳药
- 059 黄精——补脾阴、益脾气佳品
- 059 鳖甲——退热除蒸要药

- | | | | |
|-----|------------------|-----|----------------|
| 060 | 补阳药 | 062 | 核桃仁——药食两用的进补佳品 |
| 060 | 鹿茸——阳虚之人离不开的壮阳药 | 063 | 菟丝子——缠绕树枝的补肾药 |
| 060 | 杜仲——滋肾润肝燥 | 064 | 益智仁——能止泻的补肾药 |
| 061 | 补骨脂——能安心神的益肾药 | 064 | 淫羊藿——补肾、祛风湿的能手 |
| 061 | 肉苁蓉——补肾壮阳的“沙漠人参” | | |

第四章

清热药



- | | | | |
|-----|-----------------|-----|-----------------|
| 066 | 清热泻火药 | 078 | 蒲公英——乳腺疾病不用愁 |
| 066 | 天花粉——能治糖尿病口渴 | 079 | 土茯苓——除湿热，利关节 |
| 068 | 栀子——止血、治血热的良药 | 079 | 射干——赶走咽干不爽 |
| 069 | 夏枯草——清火降压的凉茶原料 | 080 | 败酱草——祛痈消肿止痛强 |
| 070 | 芦根——清热生津调胃膈 | 080 | 白头翁——治温疟寒热，疗疔疮 |
| 071 | 决明子——眼病的克星 | 081 | 贯众——摆脱斑疹的痛苦 |
| 072 | 知母——让你的肺火烟消云散 | 081 | 漏芦——治痈疽发背以漏芦汤为首 |
| 072 | 石膏——高热烦渴的克星 | 082 | 白藜——生肌止痛的金疮药 |
| 073 | 淡竹叶——小便不利的克星 | 082 | 熊胆——凉心平肝杀虫 |
| 073 | 青箱子——养眼祛肝火 | 083 | 秦皮——平肝而治眼病 |
| 074 | 清热解毒药 | 083 | 蚤休——惊、痫、瘰皆宜 |
| 074 | 金银花——解热毒就用它 | 084 | 清热凉血药 |
| 075 | 马齿苋——路边天然的热清野菜 | 084 | 水牛角——血热必备良品 |
| 076 | 绿豆——常用的消暑良品 | 084 | 牡丹皮——凉血、散瘀的好帮手 |
| 078 | 连翘——消肿解毒的“疮家圣药” | 085 | 赤芍——行血中之滞 |

- 085 玄参——凉血解毒退潮热
- 086 清热燥湿药
- 086 黄芩——天然的植物抗生素
- 087 黄连——治下痢腹痛的首选
- 088 龙胆草——清热燥湿益肝胆

- 089 黄柏——清热利湿消水肿
- 089 苦参——善杀虫的燥湿药
- 090 清虚热药
- 090 青蒿——酷暑必备泻热良品
- 090 白薇——赶走阴虚潮热

第五章

祛风治湿药



- | | |
|--------------------|---------------------|
| 092 祛风湿药 | 097 白豆蔻——祛除脾胃水湿 |
| 092 独活——散寒利关节 | 098 利水渗湿药 |
| 092 威灵仙——关节酸痛，一网打尽 | 098 赤小豆——药食两用利水佳品 |
| 093 秦艽——筋脉畅通，手脚更灵活 | 099 冬瓜——餐桌上的养生佳品 |
| 093 五加皮——风湿痿痹作用强 | 100 茯苓——健脾而利水 |
| 094 化湿药 | 101 薏苡仁——营养高的利水谷物 |
| 094 藿香——祛暑湿的芳香药 | 102 车前子——利水道而不动气 |
| 095 砂仁——醒脾调胃助消化 | 103 泽泻——清湿热，利小便，消水肿 |
| 096 苍术——远离水肿无力的要药 | 103 猪苓——开腠理，利小便 |
| 096 厚朴——痰多呕吐常用药 | 104 泽漆——能杀虫的利水药 |
| 097 草豆蔻——辛热浮散，开郁化食 | 104 木通——利小便的膀胱要药 |

第六章

消食泻下药



- | | | | |
|-----|---------------|-----|---------------|
| 106 | 消食药 | 111 | 麻子仁——善调习惯性便秘 |
| 106 | 山楂——健胃消食的灵丹妙药 | 111 | 郁李仁——消浮肿，化宿食 |
| 107 | 韭菜——止呕促消化 | 112 | 商陆——利小便而消肿满 |
| 108 | 麦芽——回乳消积滞 | 112 | 甘遂——苦寒的泄水圣药 |
| 108 | 鸡内金——消化道结石的良药 | 113 | 巴豆——冷积腹痛用巴豆 |
| 109 | 莱菔子——祛痰降气化积滞 | 113 | 大戟——消水肿的肝胆药 |
| 109 | 阿魏——善消肉类积滞 | 114 | 牵牛子——胃肠的“清洁工” |
| 110 | 泻下药 | 114 | 芫花——泻水、行气的行家 |
| 110 | 大黄——通便泻下“将军” | | |

第七章

温里理气药



- | | | | |
|-----|----------------|-----|----------------|
| 116 | 温里药 | 121 | 羊肉——虚冷患者的福星 |
| 116 | 丁香——温中散寒治呕逆 | 122 | 理气药 |
| 116 | 荜拨——头痛、鼻渊、牙痛要药 | 122 | 陈皮——理气燥湿治百病 |
| 117 | 附子——回阳救逆第一药 | 124 | 川楝子——心腹痛及疝气的要药 |
| 117 | 吴茱萸——温暖肝胃的祛寒药 | 124 | 沉香——温脾暖肾，理气疗疾 |
| 118 | 小茴香——治腹冷痛的香辛料 | 125 | 柿蒂——降逆气、止呃逆 |
| 118 | 高良姜——心脾冷痛用高良姜 | 125 | 乌药——辛温香窜散诸气 |
| 119 | 花椒——厨房里的芳香散寒药 | 126 | 香附——平而不寒，香而能窜 |
| 120 | 胡椒——温中下气，善解食物毒 | 126 | 薤白——不只理气，还能通阳 |

第八章

活血止血药



- | | | | |
|-----|-----------------|-----|---------------|
| 128 | 活血化瘀药 | 134 | 收敛止血药 |
| 128 | 川芎——血虚头痛必用川芎 | 134 | 白及——入肺止血，生肌治疮 |
| 129 | 益母草——活血祛瘀的妇科要药 | 134 | 棕榈炭——止血要药 |
| 130 | 延胡索——活血行气治一身之痛 | 135 | 血余炭——头发也能止血 |
| 130 | 姜黄——活血效果好，行气更有效 | 135 | 苎麻根——善治产妇出血 |
| 131 | 郁金——行气解郁祛瘀血 | 136 | 地榆——清火明目止血药 |
| 131 | 丹参——轻松赶走痛经烦恼 | 136 | 槐花——芳香清甜的止血药 |
| 132 | 红花——活血美容的中药名花 | 137 | 小蓟——止血消肿毒 |
| 132 | 牛膝——善治肾虚腰腿疼痛 | 137 | 蒲黄——水边的止血仙草 |
| 133 | 桃仁——能润肠的活血药 | 138 | 三七——止血消肿的跌打要药 |
| 133 | 泽兰——活血调经的妇科要药 | 139 | 艾叶——温经止血的女人草 |
| | | 140 | 茜草——专于行血活血 |
| | | 140 | 五灵脂——散血和血止诸痛 |

第九章

化痰止咳平喘药



- | | | | |
|-----|----------------|-----|----------------|
| 142 | 化痰药 | 142 | 天南星——中风痰壅患者的救星 |
| 142 | 半夏——消痰饮、除腹胀的要药 | 143 | 旋覆花——清寒痰、除呕逆之花 |

- | | | | |
|-----|----------------|-----|------------------|
| 143 | 白前——寒证热证皆可用 | 148 | 葶苈子——泻肺水，平喘息 |
| 144 | 白芥子——利气豁痰的良品 | 149 | 苦杏仁——祛痰止咳能通便 |
| 144 | 皂荚——化痰除湿兼杀虫 | 149 | 桑白皮——肺中有水及肺火有余者宜 |
| 145 | 昆布——瘰疬如石者非此不除 | 150 | 紫菀——肺病要药治咯血 |
| 145 | 桔梗——药食两用，宣肺祛痰 | 150 | 百部——治寒嗽，杀肺虫 |
| 146 | 川贝母——止咳消痰的药中之宝 | 151 | 马兜铃——清肺止咳的藤上果 |
| 148 | 止咳平喘药 | 151 | 胡颓叶——止咳平喘效果好 |
| 148 | 款冬花——久咳不愈用款冬 | 152 | 枇杷叶——咳嗽呕吐皆能除 |

第十章

安神收敛药



- | | | | |
|-----|---------------|-----|-----------------|
| 154 | 安神药 | 160 | 收敛药 |
| 154 | 珍珠——养阴安神定惊药 | 160 | 五味子——收肺气，治多汗 |
| 154 | 朱砂——清心镇惊，安神解毒 | 161 | 白果——益肺气，定喘嗽，缩小便 |
| 155 | 柏子仁——能通便的安神药 | 162 | 芡实——除湿止泻治带下 |
| 155 | 茯神——心虚惊悸用茯神 | 163 | 莲子——补心肾，益精血 |
| 156 | 小麦——安心神，除烦热 | 164 | 海螵蛸——出血遗精皆可用 |
| 158 | 酸枣仁——宁心助眠敛汗液 | 164 | 桑螵蛸——专治男女虚损 |
| 159 | 远志——功善安神益智 | | |

第十一章

平肝息风开窍药



- | | | | |
|-----|---------------|-----|------------------|
| 166 | 平肝息风药 | 171 | 蜈蚣——息风镇痉，攻毒散结 |
| 166 | 蒺藜——平肝明目，散风行血 | 171 | 全蝎——诸风皆可用 |
| 166 | 代赭石——平肝而治风 | 172 | 开窍药 |
| 167 | 牡蛎——平肝潜阳散坚实 | 172 | 石菖蒲——开窍豁痰，散风祛湿 |
| 167 | 石决明——风阳上扰可用之 | 174 | 龙脑香——辛凉通诸窍 |
| 168 | 钩藤——平肝风，降血压 | 174 | 安息香——启心神，治昏迷 |
| 169 | 天麻——肝风头痛必备佳品 | 175 | 苏合香——通诸窍脏腑，辟不正之气 |
| 170 | 蚯蚓——善治中风半身不遂 | 175 | 麝香——通诸窍，疏经络 |
| 170 | 僵蚕——祛风解痉，化痰散结 | | |

附录

176 中药材笔画检索

第一章



了解中药， 邂逅本草

我国地域辽阔，自然环境复杂多样，中草药资源十分丰富。中草药的药源有植物、动物和矿物等，其中以植物类中草药占多数，使用也更普遍，而且把各种药材配伍而形成的方剂更是数不胜数。

中药的形成包含了药材的采集、加工炮制、分类、煎煮等，涉及的知识已然形成了一门独立的科学——本草学。



了解药材来源，揭开神秘面纱

● 中草药的采集

中草药的采收季节、时间、方法和贮藏等对中草药的品质好坏有着密切的关系，是保证药物质量的重要环节。因此，采药要根据不同时期不同的药用部分（如植物的根、茎、叶、花、果实、种子或全草都有一定的生长成熟时期），有计划地进行采集和贮藏，这样才能得到较高的产量和品质较好的药物，以保证药物的供应和疗效，满足人民卫生保健事业的需要。



采集原则

- 1. 全草、茎枝及叶类药物：**大多在夏秋季节植株充分生长、茎叶茂盛或开花时期采集，但有些植物的叶亦有在秋冬时期采收的。多年生草本常割取地上部分，如益母草、薄荷等；一些根茎较柔弱的植物及必须带根用的药物则要连根拔起，如垂盆草、紫花地丁等。
- 2. 根和根茎类药物：**一般是在秋季植物地上部分开始枯萎或早春植物抽苗时采集，这时植物的养分多贮藏 in 根或根茎部，所采的药物产量高、质量好。但也有些植物如太子参、半夏、延胡索等则在夏天采收。多数的根及根茎类药物需生长一年或两年以上才能采收供药用。
- 3. 花类药物：**多在花未开放的花蕾时期或刚开时候采集，以免香味失散、花瓣散落，影响质量，如金银花、月季花等。由于植物的花期一般很短，有的要分次及时采集，如红花要采花冠由黄变红的花瓣，采集花粉粒需待花盛开时采收，如松花粉、蒲黄等。采集花类药物最好在晴天早晨，以便采后迅速晾晒干燥。
- 4. 果实类药物：**除少数采用未成熟果实外，如青皮、桑槐等，一般应在果实成熟时采集。
- 5. 种子类药物：**通常在完全成熟后采集。有些种子成熟后容易散落，如牵牛子、急性子（凤仙花子）等，则在果实成熟而未开裂时采集。有些既用全草，又用种子的药

物，则可在种子成熟时割取全草，将种子打下后分别晒干贮藏，如车前子、紫苏子等。

6. 树皮和根皮类药物：通常是在春夏间剥取，这时正值植物生长旺盛期，浆液较多，容易剥离。剥树皮时应注意不能将树干整个一圈剥下，以免影响树干的输导系统，造成树木的死亡。

7. 动物类药物：一般潜藏在地下的小动物，宜在夏秋季捕捉，如蚯蚓、蟋蟀等；大动物虽然四季皆可捕捉，但一般宜在秋冬季猎取，不过鹿茸必须在雄鹿幼角未角化时采取。



采集注意要点

1. 留根保种：有些多年生植物，地上部分可以代根用的，尽量不要连根拔取；必须用根或根茎的，应该注意留种。有些雌雄异株的植物如栝楼应保留雌株，在挖掘天花粉时一般只挖取雄株的块根。用全草的一年生植物，大量采集时应留下一些茁壮的植株，以备留种繁殖。用叶的药物不要把全株叶子一次采光，应尽量摘取密集部分，以免影响植物的生长。

2. 充分利用：根、茎、叶、花都可入药的多年生植物，应多考虑用地上部分和产量较多的部分。此外，可结合环境卫生大扫除、垦地填洪和伐木修枝，随时注意将可作药用的树皮、根皮、全草等收集起来，认真地加以整理，以供药用。

3. 适当种植：根据实际需要，对于本地难以采集或野生较少的品种，可以适当地进行引种繁殖，以便采用。



● 中草药的加工

加工即“炮制”，又称“炮炙”，是药物在制成各种剂型之前对药材的整理加工以及根据医疗需要而进行加热处理的一些方法。

中草药加工的目的

1. **消除或减少药物的毒性、烈性和副作用**：如生半夏、生南星有毒，用生姜、明矾脆制，可解除毒性；巴豆有剧毒，去油用霜，可减少毒性。
2. **改变药物的性能**：如地黄生用性寒凉血，蒸制成熟地黄则微温而补血；何首乌生用润肠通便、解疮毒，制熟能补肝肾、益精血。
3. **便于制剂和贮藏**：如将植物类药物切碎，便于煎煮；矿物类药物煅制，便于研粉；某些生药在采集后必须烘焙，使药物充分干燥，以便贮藏。
4. **使药物洁净，便于服用**：如药物在采集后必须清除泥沙杂质和非药用的部分，有些海产品与动物类的药物需要漂去咸味及腥味等。

