

夏枯草

【性味归经】：寒，苦，辛；归肝、胆经；【功效】：清火，明目，散结，消肿。【使用禁忌】：脾胃气虚者慎服。



人參

【适宜人群】：气血不足、体虚、惊悸、健忘、头昏、贫血、神经衰弱患者。【不宜人群】：实证、热证而正气不虚者。



橘皮

【性味归经】：辛，苦，温。归脾、肺经。【功效】：理气，调中，燥湿，化痰。【使用禁忌】：气虚燥咳患者不宜。



全解《本草纲目》中的250种常见中草药用药宜忌，全面指导科学用药

《本草纲目》中的中药材养生

宜忌速查手册

汇集本草巨作中的用药之道
用什么？禁什么？一目了然

莲子

【适宜人群】：慢性腹泻、癌症、失眠、多梦、遗精、心慌者。【不宜人群】：便秘、消化不良、腹胀者。



著名中医药学者、主任医师 柴瑞震 主编

最详尽的中药养生宜忌一本通。全书以药物功效分类，精心收集《本草纲目》中的补气药、补血药、补阴药、补阳药、发散风寒药等以大量药味中草药的用药常识，详解每味药的功效、注意事项、使用禁忌及搭配宜忌，让即使不懂中医的人，也能轻松读懂中草药，正确用药不吃错。

【适宜人群】：体虚肺弱、慢性支气管炎、肺气肿、肺结核、睡眠不宁者。【不宜人群】：风寒咳嗽、虚寒出血、脾胃不佳者。



百合

山楂

【功效主治】：开胃消食、化滞消积、活血散瘀、用于肉食滞积、症瘕痞聚等症。还可治疗腹痛腹泻。【使用禁忌】：脾胃虚弱者及儿童不宜多食。



枸杞

【适宜人群】：一切带虚性亢进的热证患者，肝肾阴虚、血虚、慢性肝炎者。【不宜人群】：外邪实热、脾虚泄泻者和感冒发热患者。



大黄

【功效主治】：攻积滞、清湿、泻火、凉血，主治实热便秘、热结胸痞、湿热泻痢等症。【使用禁忌】：孕妇慎用。



天麻

【适宜人群】：各类由于内风所致的头痛患者，神经衰弱、脑血栓患者。【不宜人群】：凡病人见津液衰少，血虚、阴虚等，均慎用天麻。



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

《本草纲目》中的 中药材养生宜忌速查手册

柴瑞震 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

《本草纲目》中的中药材养生宜忌速查手册/柴瑞震主编. —哈尔滨:黑龙江科学技术出版社, 2013. 8
ISBN 978-7-5388-7644-4

I. ①本… II. ①柴… III. ①中药材—养生(中医)—手册 IV. ①R212-62②R282-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第187977号

《本草纲目》中的中药材养生宜忌速查手册

BENCAOGANGMU ZHONGDE ZHONGYAOCAI YANGSHENG YIJI SUCHA SHOUCHE

主 编 柴瑞震

责任编辑 李欣育 闫海波

封面设计 景雪峰

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: (0451)53642106 传真: (0451)53642143

网址: www.lkcbs.cn

www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 深圳市彩美印刷有限公司

开 本 711 mm × 1016 mm 1/16

印 张 10

字 数 100千字

版 次 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7644-4/R · 2177

定 价 19.90元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

《本草纲目》中的 中药材养生宜忌速查手册

柴瑞震 主编



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

作者简介



柴瑞震，男，汉族，1963年4月18日出生，山西省万荣县荣河镇人，著名中医药学者、主任医师，世界卫生组织（WHO）内科专业委员会副主任专家委员，中华人民共和国卫生部主管的《中华名医论坛》杂志原总编辑，中华中医药教育在线主讲人。

柴瑞震主要从事中国古医籍整理、校释工作及中医四大经典著作的研究，对《黄帝内经》《伤寒杂病论》《金匱要略》及《温病条辨》有较大的创新和发展，形成了其独特的学术思想和风格。其先后编著出版了《中国中西医结合内科学》《中国百年百名中医临床家丛书——柴浩然》《中国当代名医类案》《中医学》《黄帝内经·素问现代研究》《黄帝内经·灵枢现代研究》《伤寒论心悟》《金匱要略心悟》《温病条辨现代研究》《妇产科学》（全国中专教材）《中国现代保健药物食物大全》《内科诊疗学与进展》《现代心血管病的诊断及治疗》《临床心电图诊断与鉴别诊断》《内科学学习指南》《日常饮食的减肥妙用——科学减肥》《常见慢性病营养配餐与食疗——便秘》《糖尿病》《中国药品检验标准规范与药品质控工作法规全书》《全国医院分级与疾病分类标准及医院工作制度配备职责规范》《全国中医诊疗技术标准规范与中医院工作政策法规全书》《中华医学创新成果宝典》等30多本重点医学书籍。其撰写了约200篇医学学术论文，分别在国内外杂志、报刊发表。其曾在国内成功地策划、主持了8次重大的中医药学术会议，受到了卫生部及国内同道的高度评价。

柴瑞震的从医业绩、学术思想及科研成果等，刊登在《中国中医药报》《健康报》《中国专利报》及《民主》等杂志上；他的资料还被收载入《世界名人录》《中国知识产权年鉴》《共和国功勋人物志》《中国劳模风采》《中国学术大百科全书》及《国家级科技成果研制功臣名录》等168部大型图书中。其曾多次在人民大会堂、中南海、钓鱼台国宾馆及国务院招待所，受到党和国家领导人的亲切接见及表彰。

序

《本草纲目》被誉为“中国第一药典”，其所讲述的养生治病知识取之不尽、用之不竭。其中所讲述的药材总共有1300多种，包括植物药、动物药、矿物药等，其中以植物药居多，故由此被命名为《本草纲目》。

中药，是指人们在中医医药理论指导下所认识 and 应用的药物，也是人们对我国传统药物的总称。中药的认识和使用是以中医学理论为基础的，具有独特的理论体系和应用形式，充分反映了我国历史、哲学、文化、自然资源等方面的若干特点。而中药养生，则是结合老祖宗数千年来所积累的一种智慧结晶。在当代，中医养生已逐渐演变成为一种潮流。

本书分为两篇，第一篇介绍了中药材的一些基本知识和应用指南，如中药材的四性、五味、归经，并对各类中药材的主要功效、中药材的七种配伍方法以及中药材的用药禁忌作了详细的讲解。第二篇针对《本草纲目》中近300种最常用的中药材详细介绍其性味归经、功效主治、选购保存、用量用法、人群宜忌、宜忌搭配等实用知识，使您在家庭中更方便、更科学地使用中药材。只有使用恰当，才能真正发挥出中药材强身健体、祛病养生的强大功效。

由于中药材的用药剂量需因人、因时、因病制宜，如小儿用量宜轻、成人用量宜重；轻病者用量宜轻、重病者用量宜重，因此书中所讲的中药用量以及禁忌等，仅供参考之用，在很多情况下不能机械理解、一概而论。至于用药过程中的禁忌，需要临床医生从患者实际情况出发，辨证考虑。

柴瑞震



目录 CONTENTS

第1篇 | 《本草纲目》药材应用指南

第1条 四性——寒、凉、温、热.....	008
第2条 五味——酸、苦、甘、辛、咸.....	008
第3条 归经——药物作用侧重部位.....	010
第4条 十六类药材，各显其能.....	010
第5条 中药配伍方法——“七情”.....	014
第6条 用药禁忌——“十八反”“十九畏”.....	014

第2篇 | 《本草纲目》常见药材养生宜忌速查

补气药

人参.....	016
党参.....	017
西洋参.....	018
太子参.....	019
黄芪.....	020
白术.....	021
山药.....	022
大枣.....	023
蜂蜜.....	024
绞股蓝.....	025
红景天.....	025
白扁豆.....	026
饴糖.....	026

补血药

当归.....	027
熟地.....	028
白芍.....	029
首乌.....	029
阿胶.....	030
龙眼肉.....	030

补阴药

北沙参.....	031
麦冬.....	032

燕窝.....	033
百合.....	034
枸杞.....	035
黑芝麻.....	036
银耳.....	037
玉竹.....	037
天冬.....	038
石斛.....	038
黄精.....	039
桑葚.....	039
女贞子.....	040
墨旱莲.....	040
龟甲.....	041
鳖甲.....	041

补阳药

鹿茸.....	042
海参.....	043
冬虫夏草.....	044
核桃仁.....	045
巴戟天.....	046
仙茅.....	046
补骨脂.....	047
益智仁.....	047
海马.....	048
锁阳.....	048

紫河车.....	049
蛤蚧.....	049
菟丝子.....	050
杜仲.....	050
续断.....	051
韭菜子.....	051

发散风寒药

麻黄.....	052
桂枝.....	052
紫苏.....	053
生姜.....	053
荆芥.....	054
防风.....	054
白芷.....	055
细辛.....	055
羌活.....	056
苍耳子.....	056
辛夷.....	057
葱白.....	057
薄荷.....	058
牛蒡子.....	058
蝉蜕.....	059
桑叶.....	059
菊花.....	060
柴胡.....	060

升麻061
葛根061
淡豆豉062
浮萍062

清热泻火药

石膏063
知母063
芦根064
天花粉064
竹叶065
淡竹叶065
栀子066
莲子心066
夏枯草067
决明子067
谷精草068
鸭跖草068
青箱子069

清热解毒药

金银花069
连翘070
板蓝根070
蒲公英071
野菊花071
鱼腥草072
马齿苋072
土茯苓073
大青叶073
金荞麦074
半边莲074
半枝莲075
白花蛇舌草075
败酱草076
白头翁076
秦皮077
射干077

清热燥湿药

黄连078
黄柏078

龙胆草079
苦参079
白鲜皮080
椿皮080

清热凉血药

生地081
玄参081
丹皮082
赤芍082
紫草083
水牛角083

清虚热药

青蒿084
白薇084
地骨皮085
银柴胡085
胡黄连086

祛风湿药

独活086
防己087
秦艽087
木瓜088
桑枝088
五加皮089
桑寄生089
狗脊090
威灵仙090
丝瓜络091
蕲蛇091
伸筋草092

化湿药

藿香092
佩兰093
苍术093
厚朴094
砂仁094
白豆蔻095
草豆蔻095

草果096

利水消肿药

茯苓096
猪苓097
泽泻097
玉米须098
薏米098
赤小豆099
冬瓜皮099

利尿通淋药

灯芯草100
车前子100
滑石101
木通101
通草102
瞿麦102
篇蓄103
地肤子103
海金沙104
石苇104

利胆退黄药

溪黄草105
茵陈蒿105
金钱草106
虎杖106
垂盆草107

温里药

胡椒107
附子108
肉桂108
干姜109
吴茱萸109
丁香110
小茴香110
花椒111
高良姜111

理气药

薤白	112
陈皮	112
青皮	113
枳实	113
木香	114
香附	114
乌药	115
沉香	115
檀香	116
川楝子	116
佛手	117
玫瑰花	117
大腹皮	118
柿蒂	118
荔枝核	119

消食药

鸡内金	119
山楂	120
神曲	120
麦芽	121
谷芽	121
莱菔子	122

活血化癥药

穿山甲	122
川芎	123
丹参	123
红花	124
桃仁	124
益母草	125
牛膝	125
鸡血藤	126
元胡	126
郁金	127
姜黄	127
乳香	128
没药	128
泽兰	129
王不留行	129
月季花	130

苏木	130
骨碎补	131
莪术	131
水蛭	132

止血药

炮姜	132
小蓟	133
槐花	133
白茅根	134
荠菜	134
三七	135
五灵脂	135
白及	136
藕节	136
艾叶	137

化痰止咳平喘药

罗汉果	137
半夏	138
白芥子	138
旋覆花	139
桔梗	139
川贝	140
瓜蒌	140
竹茹	141
海藻	141
昆布	142
前胡	142
苏子	143
款冬花	143
白果	144
桑白皮	144
枇杷叶	145
百部	145

安神药

夜交藤	146
灵芝	146
酸枣仁	147
柏子仁	147
远志	148

合欢皮	148
-----------	-----

平肝熄风药

石菖蒲	149
石决明	149
牡蛎	150
钩藤	150
天麻	151
地龙	151
全蝎	152

收涩药

莲子	152
浮小麦	153
五味子	153
乌梅	154
诃子	154
石榴皮	155
山茱萸	155
覆盆子	156
金樱子	156
芡实	157

泻下药

火麻仁	157
大黄	158
芒硝	158
芦荟	159
番泻叶	159
郁李仁	160
松子仁	160

| 第1篇 |

《本草纲目》 药材应用指南



●《本草纲目》讲述药材具有四性五味、升降浮沉等药性，并能按照中医药理论指导应用于临床。不少人已经领悟到了它们的种种好处，开始习惯在家藏几味常用的中药材，单煎或者配合食物煮成药膳来为自己和家人进行保养，这是一种非常健康的生活方式。但是中药材和人们日常食用的各种食物又有所不同，于是人们在打算滋补身体的同时，心中难免会存有疑问：怎样选择中药材才能吃得安心、吃得放心呢？那首先得了解药材的四性五味、配伍方法以及用药禁忌。

第1条 | 四性——寒、凉、温、热

中医讲究辨证施治，无论是养生还是治病，都需要根据每个人不同的体质和症状加以施药。中药养生是利用药材之偏性来矫正脏腑功能之偏，使体质恢复正常平和。中医将药材分成四性、五味，“四性”即寒、热、温、凉四种不同的性质，也是指人体食用后的身体反应。如食后能减轻体内热毒的药材属寒凉之性，吃完之后能减轻或消除寒证的药材属温热性。

1. 寒凉性中药材——清热、泻火、解暑、解毒

寒凉性质的中药材有清热、泻火、解暑、解毒的功效，能解除或减轻热证，适合体质偏热，如易口渴、喜冷饮、怕热、小便黄、易便秘的人，或一般人在夏季食用。寒与凉只在程度上有差异，凉次于寒。

代表药材：石膏、知母、金银花、黄连、栀子、菊花、板蓝根、鱼腥草、马齿苋等。



石膏



知母



金银花



菊花

2. 温热性中药材——抵御寒冷、温中补虚、暖胃

温热性质的中药材有抵御寒冷、温中补虚、暖胃的功效，可以消除或减轻寒证，适合体质偏寒，如怕冷、手脚冰冷、喜欢热饮的人食用。

代表药材：黄芪、当归、桂圆肉、鹿茸、肉苁蓉、淫羊藿、锁阳、肉桂、补骨脂等。



黄芪



当归



补骨脂



锁阳

3. 平性中药材——开胃健脾、强壮补虚

平性的药材介于寒凉和温热性药食材之间，具有开胃健脾、强壮补虚的功效并容易消化，各种体质的人都适合食用。

代表药材：党参、太子参、灵芝、蜂蜜、莲子、甘草、银耳、黑芝麻、玉竹、麦芽等。



党参



太子参



灵芝



蜂蜜

第2条 | 五味——酸、苦、甘、辛、咸

“五味”为酸、苦、甘、辛、咸五种味道，分别对应人体五脏，酸对应肝、苦对应心、甘对应脾、辛对应肺、咸对应肾。

1.酸味中药材——“能收、能涩”

酸味药材对应于肝脏，大体都有收敛固涩的作用，可以增强肝脏的功能，常用于盗汗自汗、泄泻、遗尿、遗精等虚证，如五味子，可止汗止泻、缩尿固精。食用酸味食物还可开胃健脾、增进食欲、消食化积，如山楂。酸性食物还能杀死肠道致病菌，但不能食用过多，否则会引起消化功能紊乱，引起胃痛等症状。

代表药材：五味子、浮小麦、吴茱萸、马齿苋、佛手、石榴皮、五倍子等。



五味子



浮小麦



吴茱萸



佛手

2.苦味中药材——“能泻、能燥、能坚”

苦味药材有清热、泻火、除燥湿和利尿的作用，与心对应，可增强心的功能，多用于治疗热证、湿证等病症，但食用过量，也会导致消化不良。

代表药材：绞股蓝、白芍、骨碎补、赤芍、栀子、槐米、决明子、柴胡等。



绞股蓝



白芍



栀子



赤芍

3.甘味中药材——“能补、能和、能缓”

甘味药材有补益、和中、缓急的作用，可以补充气血、缓解肌肉紧张和疲劳，也能中和毒性，有解毒的作用。多用于滋补强壮、缓和因风寒引起的痉挛、抽搐、疼痛，适用于虚证、痛证。甘味对应脾，可以增强脾的功能。但食用过多会引起血糖升高，导致糖尿病等。

代表药材：丹参、锁阳、沙参、黑芝麻、银耳、桑葚、黄精、百合、地黄等。



丹参



沙参



黑芝麻



银耳

4.辛味中药材——“能散、能行”

辛味药材有宣发、发散、行血气、通血脉的作用，可以促进肠胃蠕动，促进血液循环，适用于表证、气血阻滞或风寒湿邪等病症。但痔疮、便秘的老年人要少吃。

代表药材：红花、川芎、紫苏、藿香、生姜、益智仁、肉桂等。



红花



紫苏



生姜



益智仁

5.咸味中药材——“能下、能软”

咸味药材有通便补肾、补益阴血、软坚散结的作用，常用于治疗热结便秘等症。当发生呕吐、腹泻不止时，适当补充些淡盐水可有效防止发生虚脱。但心脏病、肾脏病、高血压的老年人不能多吃。

代表药材：蛤蚧、鹿茸、龟甲、乌贼骨等。



蛤蚧



鹿茸



龟甲



乌贼骨

第 3 条 | 归经——药物作用侧重部位

归经是药物作用的定位概念，即表示药物作用部位，反映了药物在机体效应的部位各有侧重。例如，心主神志，当出现精神、思维、意识异常的症候表现，如昏迷、癫狂、呆痴、健忘等，可以推断为心的病变。能缓解或消除上述病变的药物，如开窍醒神的麝香、镇静安神的朱砂、补气益智的人参皆入心经。因此，人们平时在用药的时候，对于归经理论还是需要有一定的了解。只有认清药物的性味、归经等基本要素的基础上，才能更加科学、安全的用药。

第 4 条 | 十六类药材，各显其能

中药材，大致可分为十六大类，它们分别为补虚药、解表药、清热药、祛风湿药、芳香化湿药、利水渗湿药、温里药、理气药、消食药、活血化瘀药、止血药、化痰止咳平喘药、安神药、平肝熄风药、收涩药以及泻下药。每类中药材都有其独自的功效，以下一一为您介绍。

1.补虚药

凡是能补充人体气血阴阳的不足，改善脏腑功能、增强体质，以提高抗病能力，用来治疗虚证的药物，都称为补虚药或补益药。本类药物根据其功效和主治的不同，常被分为补气药、补血药、补阴药、补阳药四类，分别针对气虚证、血虚证、阴虚证、阳虚证的治疗。

补虚药大多甘甜滋腻，中医讲“滋腻碍脾”，服用后易引起腹胀，因此服用时，适当配伍健脾消食药，以促进脾胃运化，使补虚药充分发挥作用。

2.解表药

凡能解表、发汗，用以发散表邪、解除表证的药物，称为解表药，或发表药，根据解表药的药性和主治差异，一般将其分为发散风寒药和发散风热药两类，又称辛温解表药与辛凉解表药。发散风寒药多属辛温，适用于风寒表证。发散风热药多属辛凉，用于风热表证。

解表药多属辛散轻扬之品，不宜久煎，以免有效成分挥发而降低疗

效，对解表药发汗力较强的药物应控制用量，中病即止，以免发汗太过而耗伤津液，导致亡阳或亡阴。

3. 清热药

清热药是以清解里热为主要作用的药物，分为清热泻火药、清热燥湿药、清热解毒药、清热凉血药、清退虚热药五大类。此类药药性大多寒凉，少数平而偏凉，味多苦，或甘，或辛，或咸，主要用于治疗热病高热、痢疾、痈肿疮毒、以及目赤肿痛、咽喉肿痛等呈现各种里热证候。清热泻火药主治气分实热证以及脏腑火热证；清热燥湿药主治湿热证，清热凉血药主治血热证；清热解毒药主治热毒证，清虚热药主治虚热证。

本类药物药性寒凉，易伤脾胃，久服能损伤阳气，故阳气不足，脾胃气虚、食少便溏者慎用；苦寒药物又易化燥伤阴，阴虚者亦当慎用。

4. 祛风湿药

凡以祛除风寒湿邪，治疗风湿痹症为主的药物，称为祛风湿药。此类药物辛散祛风，苦燥除湿，有祛风除湿、通利关节、宣痹止痛等作用，主要用于关节疼痛、肌肉麻木等痹证。

此类药多为辛温燥散之品，容易伤阴耗血，故阴虚血亏者当慎用，若病程较长，经久不愈者，可制成酒剂、丸剂或散剂服用。

5. 芳香化湿药

凡气味芳香，具有化湿运脾，以治疗湿困脾胃为主要作用的药物，称之为芳香化湿药。主要用于湿浊内阻，脾胃湿困，运化失常所致的腹部胀满、呕吐泛酸、大便溏薄、食少体倦、舌苔白腻等症。

本类药多辛温燥热，易耗气伤阴，故阴虚血燥及气虚者宜慎用。

6. 利水渗湿药

凡能通利水道，渗湿利水，以治疗水湿内停为主要作用的药物，称为利水渗湿药。本类药味多甘淡，性寒凉或平，多入膀胱、脾及小肠经，具有利水消肿、利尿通淋、利胆退黄等作用，主要用于小便不利、水肿、泄泻、痰饮、淋证、黄疸、湿疮、带下等水湿所致的各种病症。

本类药物渗利，易耗伤津液，因此阴虚津亏者应慎用。

7. 温里药

凡以温里散寒，以治疗里寒证为主的药物，称为温里药，本类药多味辛性温热，主入脾、胃、肾、心经，兼入肝、肺经，主要有温里散寒，温经止痛，补火助阳，兼能化痰、杀虫、止呃，主要用于脘腹冷痛、呕吐泄泻、胸痹疼痛、冷汗自出、四肢厥逆、脉微欲绝等里寒证。

本类药材多辛热燥烈，易耗阴助火、凡实热证、阴虚证及孕妇忌用，天气炎热时以及素体火旺者应减少用量。

8. 理气药

以疏理气机为主要作用，治疗气滞或气逆证为主的药物，称为理气药，又名行气药。理气药多辛苦芳香，能调气健脾、疏肝解郁、理气宽

胸、行气止痛、破血散结，兼能消积、燥湿。主要用来治疗气滞腹胀、乳房胀痛、抑郁不乐、疝气疼痛、胁肋疼痛、月经不调及食积腹胀等症。

本类药多辛温香燥，易耗气伤阴，故气阴不足者慎用。

9.消食药

凡以消食化积、除腹胀为主要功效，治疗体内饮食积滞症的药物，称为消食药。消食药，味多甘、平，少数偏温，主归脾、胃经，功能消化食积，增进食欲，主要用治饮食不消、宿食停留所致之脘腹胀闷、不思饮食、噎腐吞酸、恶心呕吐、大便失常，以及脾胃虚弱、纳谷不佳、消化不良等症。

此类药作用较缓和，但仍有耗伤正气之弊，所以气虚无积滞者慎用。

10.活血化瘀药

凡以通利血脉，促进血行，消散瘀血为主要功效，用于治疗瘀血病症的药物，称为活血化瘀药，此类药性味多辛、苦、温，入心、肝经。主要治疗内科胸、腹痛，中风不遂，肢体麻木，跌扑损伤，疮痈肿痛，闭经，产后腹痛等症。

临床使用本类药时，为提高活血化瘀之效，常配伍理气药同用。在治疗疾病时，须辨证论证，如寒凝血瘀者，配温里散寒药；热性血瘀者常配伍清热凉血药同用，痰瘀阻滞者，配化痰除湿药同用；风湿痹阻，经脉不通者，当与祛风湿药同用。但使用时应注意，本类药物易耗血动血，月经过多、出血无瘀者忌用；孕妇慎用或忌用。

11.止血药

凡抑制体内外出血，治疗各种出血病症为主的药物，称为止血药。本类药药性有寒、温、敛、散之异，功效有凉血止血、温经止血、化瘀止血、收敛止血之别，可随证应用于咳血、吐血、便血、尿血、鼻出血、崩漏、紫癜以及外伤出血等各种出血症。

“止血不留瘀”，使用这类药时，须注意有无瘀血，若瘀血未尽，应酌情加活血化瘀药。

12.化痰止咳平喘药

凡以祛痰或消痰为主要作用的药物，称为化痰药；抑制或减轻咳嗽和喘息的药物，称为止咳平喘要药，常统称为化痰止咳平喘药。这类药主要具有祛痰、镇咳、平喘、抑菌、抗病毒、消炎的作用，咳嗽每多夹痰，故化痰、止咳、平喘三者常同用。

在治疗疾病时，要辨证应用，若有表证者，当配伍解表药同用。若有里寒者，配干姜、肉桂等温里散寒药同用。若虚劳咳嗽者常配五味子、冬虫夏草、蛤蚧等补虚敛肺药同用。此外，“脾为生痰之源”，故常配



健脾燥湿药同用，如白术、莱菔子、白扁豆等。“气滞则痰凝、气行则痰消”，所以也常配伍理气药同用，可加强化痰之功。

13.安神药

安神药具有安神定志、镇静催眠的作用，对于心烦失眠、心律失常、心肌缺血、血压高，以及多梦等多种睡眠质量不高的病症均有良好的疗效。

安神药主要以种子类、根茎类为主，常与补血药、滋阴药、补益心脾药配伍同用，治疗心神不宁、血虚阴亏的病症。若因火热所致的失眠，也可配伍清泻心火药，如知母、栀子、芦根等，若阴虚血少者，应配伍养阴补血药，如阿胶、熟地、首乌等。

14.平肝熄风药

凡以平肝潜阳、息风止痉为主要作用，主治肝阳上亢或肝风内动病症的药物称为平肝熄风药。平肝熄风药皆入肝经，多为介类、昆虫类等药物，现代常用来治疗高血压、高血脂、中风、癫痫、帕金森病、小儿惊风、破伤风等病症。

使用平肝熄风药时应注意，脾虚者不宜用寒凉之品，阴虚者忌温燥之品。

15.收涩药

凡具有收敛固涩的作用，以治疗各种滑脱病症为主的药物统称为收涩药，又称为固涩药。此类药大多性酸涩，分别具有固表止汗、敛肺止咳、涩肠止泻、收敛止血、固精缩尿、收敛止血、燥湿止带等作用，主要用于治疗自汗盗汗、虚喘久咳、久泻久痢、遗精滑泻、遗尿或尿频、带下过多、下血崩漏等滑脱不禁之病症。

应用收涩药治疗以上病症，属于治标，所以应配合补虚药同用，标本兼治，纠正体虚症状。使用收涩药时应注意，凡表邪未去，湿热泻痢、血热出血，内热未清者，皆不宜使用。

16.泻下药

凡能引起腹泻，或润肠通便的药物，称为泻下药。根据泻下程度的不同，一般可分攻下药、润下药和峻下逐水药三类。主要用于大便秘结，胃肠积滞、湿热内结及水肿停饮等里实证。

攻下药的作用较猛，峻下逐水药的作用（临床上极少用）尤为峻烈，这两类药物，奏效迅速，但易伤正气与脾胃，年老体衰、体质偏弱者当慎用；奏效后立即停药，慎勿过量使用，以免损伤胃气；妇女胎前产后及经期应忌用。润下药多为植物的种仁或果仁，富含油脂，具有润滑作用。



“配伍”是指按病情需要和药性的特点，有选择地将两味以上的药物配合使用。但不是所有的中药都可配伍使用，中药的配伍也存在相宜相忌。历代医家将中药材的配伍关系概括为七种，称为“七情”。

(1) 单行——用单味药治病。如独参汤，单用人参补气救脱。

(2) 相使——将性能功效有共性的药配伍，一药为主，一药为辅，辅药能增强主药的疗效。如黄芪与茯苓配伍，茯苓能助黄芪补气利水。

(3) 相须——将药性功效相似的药物配伍，可增强疗效。如桑叶和菊花配伍，可增强清肝明目的功效。

(4) 相畏——即一种药物的毒性作用能被另一种药物减轻或消除。如附子配伍干姜，附子的毒性能被干姜减轻或消除，所以说附子畏干姜。

(5) 相杀——即一种药物能减轻或消除另一种药物的毒性或副作用。如干姜能减轻或消除附子的毒副作用，因此说干姜杀附子之毒。由此而知，相杀、相畏实际上是同一配伍关系的两种说法。

(6) 相恶——即两药物合用，一种药物能降低甚至去除另一种药物的某些功效。如莱菔子能降低人参的补气功效，所以说人参恶莱菔子。

(7) 相反——即两种药物合用，能产生或增加其原有的毒副作用。如配伍禁忌中的“十八反”“十九畏”中的药物。

第6条 | 用药禁忌——“十八反”“十九畏”

目前，中医学界共同认可的配伍禁忌为“十八反”和“十九畏”。

“十八反”即甘草反甘遂、大戟、海藻、芫花，乌头反贝母、瓜蒌、半夏、白蔹、白及，藜芦反人参、沙参、丹参、玄参、苦参、细辛、芍药。

“十九畏”即硫黄畏朴硝，水银畏砒霜，狼毒畏密陀僧，巴豆畏牵牛，丁香畏郁金，川乌、草乌畏犀角，牙硝畏三棱，官桂畏石脂，人参畏五灵脂。

此外，妇女在妊娠期也要注意用药禁忌，将妊娠禁忌药物分为“禁用”和“慎用”两大类。禁用的药物多属剧毒药或药性峻猛的药，以及堕胎作用较强的药；慎用药主要是大辛大热药、破血活血药、破气行气药、攻下滑利药以及温里药中的部分药。妇女在妊娠期的禁用：水银、砒霜、雄黄、轻粉、甘遂、大戟、芫花、牵牛子、商陆、马钱子、蟾蜍、川乌、草乌、藜芦、胆矾、瓜蒂、巴豆、麝香、干漆、水蛭、三棱、莪术、斑蝥。慎用药：桃仁、红花、牛膝、川芎、姜黄、大黄、番泻叶、牡丹皮、枳实、芦荟、附子、肉桂、芒硝等。