



国医大师李济仁
亲自主审

妙用菊花治百病

【本草妙用系列丛书】

李艳 王惟恒 编著



《神农本草经》讲：**菊可轻身耐老**
因其养生之功，自古就有“**真菊延龄**”之说

本书精选菊花验方和食疗验方 **200 余首**
疏风解表又清热 益肝明目更延年



人民军醫出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

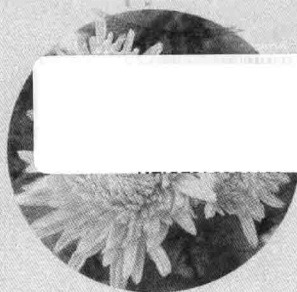


李艳 王惟恒 编著

人民军医出版社

妙用菊花治百病

清肝明目散风热
真菊延龄有寿加



一本最适合咱百姓使用的中药书
一本您终于可以读懂的中药书
一本真正由中医大家审定的中药书

常用·实用·新用·妙用



本·草·妙·用

图书在版编目(CIP)数据

妙用菊花治百病/李艳, 王惟恒编著. —北京: 人民军医出版社, 2014. 1
(本草妙用)

ISBN 978-7-5091-7239-1

I. ①妙… II. ①李… ②王… III. ①菊花—中药疗法 IV. ①R282. 71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 298624 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 黄冬婷 王 璐 责任审读: 赵晶辉 周晓洲

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927271

网址: [www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装: 北京华正印刷有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/24

印张: 7 字数: 101 千字

版、印次: 2014 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—5000

定价: 19.50 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换



系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

《本草妙用系列丛书》

丛书编委会

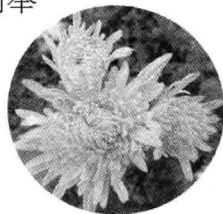
主 编 王惟恒 李 艳
副主编 周重建 强 刚 胡顺强
编 委 (以姓氏笔画为序)

王 君 王晓瑛 王惟恒 李 艳
汪 文 陆霞英 周重建 胡 芳
胡顺强 柳丽霞 黄 芳 强 刚
谭洪福



内 容 提 要

本书分上、下两篇，上篇介绍了菊花的性味、功效及药养常识等，下篇介绍了多种疾病的菊花疗法，列举了 200 余首巧用菊花防病治病的良方。本书具有“简、便、廉、验”的特色，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。





活学巧用本草 妙治各科百病

菊 花 妙 用



国医大师序

清肝明目散风热
真菊延龄有寿加

本草指的就是中药。说中药，人人知道。说本草，就有不少人知道了。为什么要把中药说成本草？因为中药虽然泛指一切植物的、动物的、矿物的药物，但使用最早、最多的还是植物类药，所以本草一词最早指的就是中草药，后来才扩大到所有中药。现在人们都知道“中医药是个伟大宝库”，这个伟大宝库中最重要的宝贝就是中药。

中药与人们的日常生活息息相关。过去西医不普及的时候，人们主要靠中医药来保健与治疗。需要预防疾病时，一般群众也知道找几味特效药煎汤喝下去。现在中药材的价格年年上涨，就说明吃中药的人越来越多。中药是中医治疗与保健的重要媒介，其中的学问很深，因为我们的先人，把他们对药物的理解，都记载到了本草学著作里。比如我早年学习时就熟读了《本草备要》，几十年下来，我觉得书里的许多认识还是非常正确的。比如《本草备要》论黄芪说：“生用固表，无汗能发，有汗能止。生血生肌，排脓内托，疮痈圣药。痘症不起，阳虚无热者宜之。”这只是对一种药物的纲领性的概括，其实还有很多记载，绝非一书所能穷尽。所以说，包括了大量古人研究心得在内的



中草药知识，要想全部掌握，就是专业的临床医生也是做不到的。王惟恒先生挑选了平常人最容易接触到的、作用广泛的中药，设计成一药一书，非常有眼光。因为现代人的文化水平大大提高了，完全有能力、有针对性地吸纳自己所需要掌握的药物应用知识。

《本草妙用系列丛书》囊括全面的药物知识，用以古引今、以今证古的方式，兼顾文化与实用，很有情趣地介绍了药物的性味、功能、应用价值及古今治疗疾病的简便验方。同时，合理而巧妙地穿插了真伪鉴别、家庭贮藏、保健用法等有益科学常识。对读者来说，在学习到有用知识的同时，也上了一堂生动的传统文化课。我想，这些知识不仅对一般人有用，就是做了一辈子临床工作的人，也能从中学到很多东西。

新安 李济仁

壬辰年仲秋

李济仁：生于1931年。皖南医学院教授、附属弋矶山医院主任医师，首批“全国500名老中医”，首批国家名老中医学术经验继承人指导老师，首批中国百年百名中医临床家，首批国务院特殊津贴获得者，国家级非物质文化遗产“张一帖内科”代表性传承人，2009年被授予“国医大师”荣誉称号。精擅内、妇科疑难杂症，尤擅痹病、痿病、肿瘤等顽疾治疗，有《济仁医录》等专著10余部，论文百余篇，并参编《内经知要通俗讲义》《中医基础理论》等高等学校规划教材。

妙本
用草
系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

菊 花 妙 用



前 言

清肝明目散风热
真菊延龄有寿加

深秋来临，百花凋谢，惟有菊花不畏寒风，傲霜盛开。菊花，为菊科多年生草本植物菊的干燥头状花序。按产地和加工方法不同，又分为亳菊、滁菊、贡菊、杭菊等。

菊花是中国十大名花之一，在中国有三千多年的栽培历史。菊花可供观赏，药食俱佳。菊花作为临床上的常用中药，具有疏风、清热、明目、解毒之功效。主要治疗头痛、眩晕、目赤、心胸烦热、疮痍、肿毒等证。现代药理研究表明，菊花具有治疗冠心病、降低血压、预防高血脂、抗菌、抗病毒、抗炎、抗衰老等多种药理活性。

菊花还是延年益寿佳品，古有“真菊延龄”之说。《神农本草经》云：“菊，服之轻身耐老。”民俗有重阳节饮菊花酒之习，认为有益寿之功。菊花含菊苷、黄酮类及维生素 B₁ 等，大剂量有明显的解热和降压作用。菊花制剂有明显的扩张冠状动脉及增加冠状动脉血流量的作用。

野菊花为菊科属野菊花的头状花序，又名山菊花。菊花与野菊花



的功效、应用是有较大差异的。野菊花味苦，微寒。主要功能是清热解毒，消肿。中医治疗疮疖、痈肿的著名方剂“五味消毒饮”，就是由野菊花、金银花、蒲公英、紫花地丁、紫背天葵等药物组成。野菊花对其他急性炎症也有一定疗效，诸如口腔炎、扁桃体炎、腮腺炎、胃肠炎、乳腺炎、眼结合膜炎及睑腺炎等病症。内服、外敷、熏洗均佳，可灵活应用。

本书分上、下两篇，上篇介绍了菊花的性味、功效及药养常识等，下篇介绍了多种疾病的菊花疗法，列举了 200 余首巧用菊花防病治病良方，凸显“简、便、廉、验”之特色，诚为广大读者防病强身、康复养生的良师益友。

王惟恒

癸巳年初秋



系列丛书

活学巧用本草 妙治各科百病

菊 花 妙 用



目 录

清肝明目散风热
真菊延龄有寿加

性 味

功 效

选购贮藏

食用与保健养生常识

上篇 菊花古今纵横谈

	“菊花仙子”的美丽传说	3
	源远流长菊文化	5
	重阳节里话菊花	9
	名人养生话食菊	12
	百家盛赞菊花功	18
	菊花疏风解表又清热	19
	菊花清热明目是良药	20
	菊花平肝息风能降压	22
	菊花解毒消肿有殊功	23



菊花延年益寿抗衰老	25
益寿菊花枕，明目又安神	27
菊花能美容，巧用有殊功	29
菊花美食多，健身更颐年	32
 清热解毒野菊花	40
 菊花的采集、选购与贮藏	44

下篇 妙用菊花治百病

 妙用菊花治感冒发热	49
香菊冲剂治四时感冒	50
菊花枸杞酒治风寒感冒	50
桑菊饮治风热感冒	51
清解表热方治风热感冒	52
桑菊薄竹饮治风热感冒	53
桑菊薄荷茶治感冒发热	53
解毒清热饮治流感	53
退热汤治外感发热	54
银翘菊花汤治流感	55
银花野菊汤治流感	56



桑菊清热汤散风清热	56
菜根菊花汤消暑退热	56
桑菊豆豉茶治风热型流感	57
 妙用菊花治头痛	58
菊花茶调散治头风鼻塞	59
芎菊石膏饮治风热头痛	59
芎菊三白汤治风热头痛	60
桑菊熏洗方治风热头痛	60
清热解毒茶治感冒头痛	60
三黄龙菊汤治肝火头痛	61
菊荆四物汤治血虚型头痛	61
菊花养血汤治血虚型头痛	61
育阴潜阳汤治血虚头痛	62
胡氏方治痰浊头痛	62
单味菊花饮治偏头痛	62
上清汤治偏头痛	63
防风菊花芍药汤治血管性头痛	64
胆菊饮治肝经风火型头痛	64
菊花药枕治头痛	65
 妙用菊花治眩晕	67
杞菊地黄丸加减治梅尼埃病	68



郝氏菊花止眩汤治梅尼埃病	69
降压调肝汤治高血压眩晕	69
龚氏经验方治高血压眩晕	70
陆氏经验方治高血压眩晕	70
养血平肝汤治高血压眩晕	70
贾氏经验方治高血压眩晕	71
平肝清晕汤治高血压眩晕	71
桑菊平肝汤治高血压眩晕	72
杞菊地黄汤治高血压眩晕	72
柔肝熄风汤治高血压眩晕	72
桑丹杞菊丸治妊娠期肝火眩晕	74
山楂乌梅菊花饮治眩晕	74
食疗妙方治眩晕	74
药枕疗法治眩晕	76
 妙用菊花治高血压	78
养血降压汤治高血压	78
调络饮治高血压	80
双降汤治高血压	81
柔肝熄风方治高血压	82
加减天麻钩藤饮治高血压	83



育阴潜阳汤治高血压	83
潜息宁合剂治高血压	84
降压延寿汤治高血压	84
逍遥降压汤治高血压	86
银菊茶治高血压病	87
甘菊花露治高血压	87
菊槐茶治高血压病	88
枸杞菊花茶治高血压	88
菊花红枣饮治高血压	88
菊花龙井茶治高血压	88
菊花葛粉羹治高血压	89
菊花脑粥治高血压	89
菊花降压枕治高血压	90
菊花决明枕治高血压	90
吴萸菊花醋外敷治高血压	90
 妙用菊花治冠心病	92
菊花煎液治疗冠心病	93
菊花龙牡安神汤治冠心病	94
楂菊决明茶治冠心病	94
菊花山楂茶治冠心病	95



菊楂茶治冠心病	95
菊红茶治冠心病	96
桑菊银楂茶治冠心病	96
山楂菊花银花粥治冠心病	96
菊花山楂粥治冠心病	97
逡巡酒治冠心病	97



妙用菊花治内外科杂病	99
菊花山楂等煎水可治高脂血症	99
菊花决明子粥治高脂血症	99
三宝茶降脂降压	99
银菊山楂茶治肥胖症	100
菊花雪梨茶治秋燥咳嗽	100
桑菊枇杷茶防病治秋燥	100
野菊合剂治肺结核	101
鸡蛋菊花羹辅治食管癌	101
野菊花灌汤剂治肠炎	101
野菊花治胃肠炎	102
野菊花丸治肠风	102
野菊花复方治急性炎症疾病	102
野菊金沙汤治泌尿系统感染	103



菊槐花蜜茶治肛裂	103
朴硝黄花泡液坐浴治炎性外痔	103
菊花通草白芷枕治颈椎病	104
菊花葛根粥治颈椎病	104
杭菊桃仁粥治颈椎病	104
侯氏黑散治四肢烦重	105
菊黄汤治新生儿黄疸	105
 妙用菊花治男妇科杂病	106
野菊花栓治前列腺炎	106
银菊桃仁汤治急性睾丸炎	106
银菊公英汤治包皮阴茎头炎	107
野菊外敷法治阴囊湿疹	107
野菊蛇床子熏洗剂治盆腔炎	107
野菊花栓治慢性盆腔炎	108
野菊花洗剂治宫颈炎	108
野菊花粉治宫颈炎	108
五味消毒饮加味治湿毒带下	109
消毒饮治非特异性阴道炎	109
菊花苦参汤治滴虫阴道炎	110
银菊白虎汤治阿米巴性阴道炎	110



妙用菊花治百病

清肝明目散风热 真菊延龄有寿加



菊黄洗剂治淋病	110
保龄洗剂治淋病	111
妙用菊花治眼疾	112
菊花散治目赤眼花	112
野菊银花汤治红眼病	112
清热解毒汤治红眼病	113
黄菊花粉汤治红眼病	114
二花二黄汤治红眼病	114
白菊黄豆汤治红眼病	114
野菊夏枯草治目赤肿痛	115
龙菊饮治麦粒肿	115
银菊公英解毒汤治麦粒肿	115
野菊板蓝液湿敷治麦粒肿	116
公英二花液熏疗治麦粒肿	116
抗病毒滴眼液治病毒性角膜炎	116
通神散治内生翳障	117
菊花蝉衣散治病后生翳	117
菊花牛蒡散治风毒眼痛	117
双白饮治目赤肿痛	118
菊花木贼散治目赤羞明	118



菊花夏枯草汤治巩膜炎·····	118
桑菊茶治慢性青光眼·····	118
菊花抗清汤治单纯性青光眼·····	119
菊花菟丝补肾汤治白内障·····	120
夜光丸治眼目昏暗诸疾·····	120
菊睛丸治眼目昏暗·····	120
杞菊地黄丸益肝明目·····	121
菊花明目枕清热明目·····	121
 妙用菊花治耳鼻喉病·····	123
银菊公英汤治中耳炎·····	123
菊花滴耳液治急慢性中耳炎·····	123
菊花脑马蹄汤治耳鸣·····	123
桑菊薄荷汤熏洗治鼻炎·····	124
五苓饮治慢性鼻炎·····	124
鼻炎丸治慢性鼻炎·····	125
野菊苍耳汤治慢性鼻窦炎·····	126
内外合治慢性鼻窦炎·····	126
菊花苍耳通窍枕治慢性鼻炎·····	126
菊花白芷通窍枕治鼻炎·····	127
疏风凉血汤治小儿鼻出血·····	127