

小·药工

中医传统手工制作活动

10种好玩的传统手工体验，
带孩子走进中医科学的世界

孔令谦 徐世杰/编著



小药工

中医传统手工制作活动



一本关于中医手工小制作的图书，书中所收集的10余种中医传统手工制作，比如做四季香囊、熬中药、制痄子粉等，都与小朋友的日常生活息息相关，通过趣味性较强的传统中药手工体验，使中医药科学文化在孩子们心中萌芽生根。还能解决生活中经常遇到的一些小问题：鼻炎、积食、长痄子等。

书中的每个手工制作都有3分钟左右的演示视频，简单易懂。只需扫描书中二维码就可在线观看。



孔医堂微信订阅号

销售分类建议：青少年科普

ISBN 978-7-122-32395-8



9 78

小·药工



中医传统手工制作活动

孔令谦 徐世杰 / 编著



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

小药工：中医传统手工制作活动 / 孔令谦，徐世杰
编著. — 北京：化学工业出版社，2018.8
ISBN 978-7-122-32395-8

I. ①小… II. ①孔… ②徐… III. ①中药制剂学—
少儿读物 IV. ①R283-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第129376号

责任编辑：龚娟 郑芳

装帧设计：王婧

责任校对：宋夏

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印装：北京久佳印刷有限责任公司

710mm×1000mm 1/16 印张8 字数48千字 2018年10月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：48.00元

版权所有 违者必究

出版说明

这是一本关于中医手工小制作的科普图书。书中所收集的10种中医传统手工制作，比如做香囊、熬中药、制痄子粉等，都与孩子们的日常生活息息相关。通过孩子们亲手体验，不仅能激发他们对中医的兴趣，了解中医知识，还能解决他们经常遇到的一些小问题：积食、长痄子等。

比如书中讲到的阿胶固元糕，属于传统药膳食疗中的膏滋类补品，最早见于《神农本草经》，千百年来一直是中医所推崇的补益、强身、活血的保健膏方。而阿胶固元糕的制作手法虽然看似简单，却融合了传统中医药膳工艺和营养保健学理念，经过历史的积淀和一代又一代中医药匠的革新，一直流传至今。

在介绍这些手工小制作时，我们引用了一些历史典故，并以通俗易懂的语言和旁征博引的方式讲述相关的传统文化，以增加图书的可读性和文化价值。

每个手工制作，首先展示了药材的图片，以及药材的原植物图，以便于孩子在大自然中发现与认知。然后用极简的文字解说，配以对应的操作图，展现制作过程，便于孩子们加以掌握。

本书还用到了在线视频技术，将每个制作过程录制、剪辑成3分钟的小演示视频，只需扫描书中二维码就可在线观看。

每个项目制成品的利用率都非常高，既有传统中药的熬制法，也有祖传的功效药方，还有吸引孩子们的饼干、甜点。这些制品做出来之后可以全家享用，对孩子来说既好玩又有成就感。

兴趣是最好的老师，本书的目的就是结合现今社会对工匠精神的追求，通过趣味性较强的传统中药手工体验，让中医药科学文化在孩子们的心中萌芽生根。

目 录 CONTENTS

手工制作❶ • 四季香囊 / 001

手工制作❷ • 痱子粉 / 021

手工制作❸ • 口腔溃疡散 / 029

手工制作❹ • 传统方法熬中药 / 039

手工制作❺ • 阿胶固元糕 / 047



手工制作⑥·大山楂丸 / 059

手工制作⑦·儿童版秋梨膏 / 071

手工制作⑧·四白粉美白面膜 / 085

手工制作⑨·儿童消食饼干 / 095

手工制作⑩·儿童健脾饼干 / 107



手工制作①



四季香囊



“桥南荀令过，十里送衣香。”三国时期的谋臣荀彧，是曹操的智囊、众人敬仰的才子。他所到之处都会留下香气，令人印象深刻，为后世留下“荀令衣香”的成语。把香料佩戴在身上，可是古代非常流行的生活习惯。不过，要想让香料更好地带在身上，最好是放在精美的丝袋中，也就是制成香囊。

香囊可以系在手臂上，藏在袖子中，也可以系在裙带上、衣袋上。把随身佩戴的香囊赠予别人，往往是表达爱慕之情的风雅方式。“子事父母，左右佩用。”青年人去见父母长辈，也会佩戴香囊。

传统佳节到来时，亲手制作一个香囊，送给爸爸妈妈或好朋友，岂不是件快乐的事吗？

现在的香囊多使用化学香料，香气可以持续较长时间，但是缺失了中药材的药理作用。而传统香囊是用草药或昂贵动物药渣填充的，它能让你在感受浓郁香气的同时，调理身体，安神驱病。

人与天地共生，身体也会随四季的变化而发生变化。现在，我们就来看看如何制作四季香囊吧！



材料

春：丁香、青蒿、茵陈、艾叶。（醒神、防流感、增强抵抗力。）

夏：陈皮、菊花、苏叶、冰片。（明目、清肺、燥湿、安神。）

秋：苏叶、防风、藿香、佩兰。（驱蚊、化湿、健脾。）

冬：薄荷、桂枝、辛夷花、白芷。（温阳通脉、通鼻窍。）



丁香



青蒿

春



茵陈

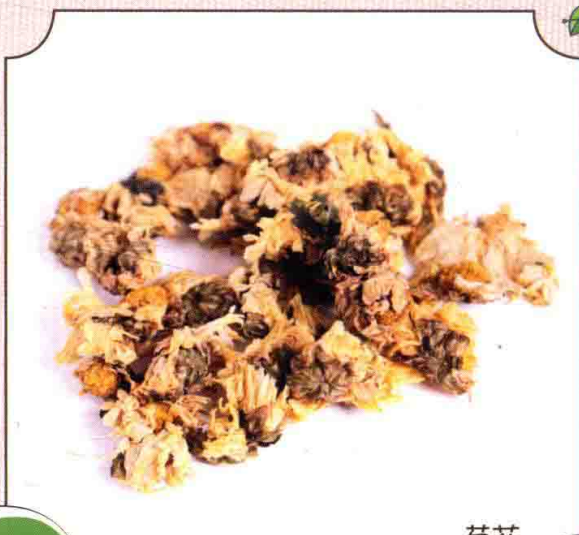


艾叶





陈皮



菊花

夏



苏叶



冰片



苏叶

秋



防风



藿香



佩兰



薄荷



桂枝

冬

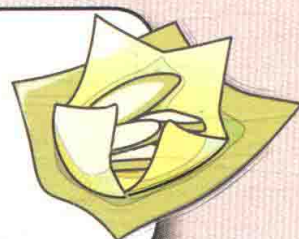


辛夷



白芷

可以在中药店按照 1 : 1 的比例购买，建议每种药材 5g。你可以根据季节变化和药用效果，选择合适的药材调配香囊，让每个季节都留有香气。





中药材原植物图赏



丁香原植物——丁香



青蒿原植物——黄花蒿



茵陈原植物——茵陈蒿