

神奇的中草药

每个孩子，都要懂一点中医

人名里的 中草药

中国医学科学院
药用植物研究所
副研究员 博士后

王秋玲

作序推荐

周志平
— 著 —

用中医药故事浸润孩子的心灵
一起来做中医药文化的小小传承人

中国妇女出版社

神奇的中草药

人名里的 中草药

周志平
— 著



中国妇女出版社

版权所有·侵权必究

图书在版编目 (CIP) 数据

人名里的中草药 / 周志平著. -- 北京 : 中国妇女出版社, 2022.8
(神奇的中草药)
ISBN 978-7-5127-1784-8

I. ①人… II. ①周… III. ①中草药-青少年读物
IV. ①R28-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2022) 第121012号

特约策划: 华文未来

选题策划: 朱丽丽

责任编辑: 朱丽丽

封面设计: 静 颐

插图绘制: 明天教室-李虹 乔清

责任印制: 李志国

出版发行: 中国妇女出版社

地 址: 北京市东城区史家胡同甲24号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

邮 箱: zgfnCBS@womenbooks.cn

法律顾问: 北京市道可特律师事务所

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京中科印刷有限公司

开 本: 185mm × 235mm 1/12

印 张: 11

字 数: 80千字

版 次: 2022年8月第1版 2022年8月第1次印刷

定 价: 39.80元

如有印装错误, 请与发行部联系

推荐序

中医药是我国传统文化中极具生命力的宝藏，其哲学体系、思维模式、价值观念与中华优秀传统文化一脉相承，但其理论古朴深奥，文字记载晦涩难懂，对于没有接受过系统学习的少年儿童来说，往往觉得神秘。

在中医药传承与创新与国家发展同频共振的背景下，提高少年儿童对于中医药的认知度，是中医药事业发展的当务之急和长远之计。如何让少年儿童轻松地了解中医药，激发喜爱中医药的热情，在他们心中播下中医药文化的种子，让未来有更多的“屠呦呦”涌现，是我作为医药科研工作者，在参与科普工作中一直探索的方向。

有了解才可能产生兴趣，有了兴趣才可能促进更好的认知。

周志平先生在这套“神奇的中草药”系列丛中，无疑是给出了很好的案例。神奇的中医药，并不神秘，治病救人的原料就在厨房里，在家门外，在身边的花草瓜果中，在传奇的故事中。这样的整合，拉近了中医药与人们的距离，原来天然的中草药就在我们的身边！还有哪些植物也是中药？有没有还未被人类发现可以入药的植物？……等待孩子们继续去思考和发现。

书中每一味中药都有一个生动的故事，再由故事链接出经典的中医药基础知识。读者在轻松地读完一个故事后能就了解一味中药，这比枯燥的讲授知识显然更有效。本系列书不仅适合少年儿童独立阅读，也适合家人陪伴阅读，故乐为之序。

中国医学科学院药用植物研究所副研究员

王秋玲



中医药文化是中华民族几千年的探索经验总结，是中国传统文化的重要组成部分。习近平总书记指出：“中医学是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。当前，中医药振兴发展迎来天时、地利、人和的大好时机，希望广大中医药工作者增强民族自信，勇攀医学高峰，深入发掘中医药宝库中的精华，充分发挥中医药的独特优势，推进中医药现代化，推动中医药走向世界，切实把中医药这一祖先留给我们的宝贵财富继承好、发展好、利用好，在建设健康中国、实现中国梦的伟大征程中谱写新的篇章。”

这套“神奇的中草药”系列，以一个个中草药故事为主体，在保证专业性和准确性的前提下，将中草药的特征、药理药效，以及用药禁忌融入故事中，为青少年读者揭开中医药的神秘面纱。有的故事中还设置了“知识小链接”，可以让青少年读者在阅读中了解历代中医典籍及中医药最基础的知识，欣赏名医风采，帮助青少年读者更多、更快地了解祖国医学及相关知识。

用中医药文化浸润青少年的心灵，中医药的传承才会有鲜活的生命力，才会让古老的中华文化瑰宝得以传承和发展。希望这套书能增进青少年对中医药文化的认同和了解，增强民族自信心和自豪感，帮助青少年读者养成健康的生活理念和生活方式，做一个中医药文化的小小传承人。

(特别提示：本书不是中医药的用药指导书，具体用药请结合临床，以医生面诊指导为准。)

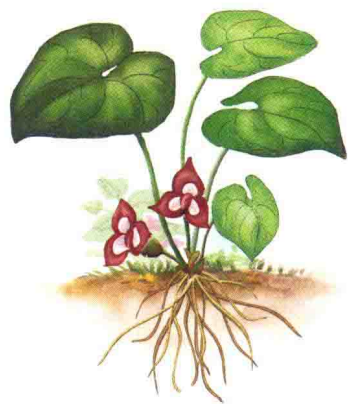
目录



- 刘寄奴：以皇帝小名命名的中草药 / 01
- 徐长卿：以臣子名命名的治蛇毒草药 / 05
- 半枝莲：以韩信名字命名的清热解毒药 / 10
- 甘草：调和百药，药中“国老” / 14
- 大黄：有“将军”之称的中草药 / 20
- 白头翁：以白发老人命名的治痢药 / 26
- 黄芪：纪念老中医的补气药 / 31
- 胖大海：纪念寻药青年的利咽开音药 / 35
- 何首乌：能治白发的滋补药 / 40
- 使君子：刘备之子找到的杀虫药 / 46



- 牵牛子：以牵牛娃命名的杀虫药 / 51
- 杏仁：镇咳平喘的种仁 / 56
- 艾叶：能驱蚊治病的医家之草 / 60
- 麻黄：会惹麻烦的发汗散寒药 / 65
- 细辛：用量不能过钱的中草药 / 71
- 桂枝：由一味良药引发的医疗纠纷案 / 77
- 浮萍：消肿止痒的妙药 / 82
- 西河柳：祛风止痒的良药 / 86
- 蔓荆子：治头痛的良药 / 91
- 决明子：治疗眼疾的良药 / 95
- 五味子：五味俱全的滋补良药 / 100
- 柴胡：退热的良药 / 106
- 昆布：长在海中，能治病的食材 / 112
- 花椒：杀虫止痒的调味料 / 118



刘寄奴^①：

以皇帝小名命名的中草药

中 草 药 小 档 案



刘寄奴的入药部位为玄参科植物阴行草与菊科植物奇蒿的干燥全草，有活血祛瘀、凉血、止血、清热利湿的功效。现代药理研究认为，刘寄奴有保肝利胆、降低血清胆固醇、抗菌等作用。

很多人看到“刘寄奴”这个名字，觉得不像中药名。的确，刘寄奴是唯一用皇帝小名命名的中草药，而这位皇帝就是被称为南朝第一帝的刘裕。

刘裕出身寒微，他刚出生，母亲就撒手人寰，是姨母将他养

^① 刘寄奴有北刘寄奴和南刘寄奴之分，本篇所指为北刘寄奴。

大。长大后的刘裕，习武强身，早早立下了鸿鹄之志。当时正处乱世，于是他离家从军。由于作战勇敢，精通谋略，刘裕成了一名将军。他屡战屡胜，经常以少胜多。他的功绩不仅得到了朝廷的认可，也深得将士们的爱戴。

打仗难免被刀箭所伤，军中缺医少药，受伤的将士痛苦不堪。刘裕跑到山中采摘药材，捣碎后敷在受伤将士的伤口上。不出几日，伤口愈合，甚是有效。将士们很奇怪，将军怎么还懂得医术？

有人这样解释说，刘裕曾在山中打猎，忽见一条全身青色的巨蛇，刘裕急忙张弓搭箭，一箭射中了蛇首，那大蛇负痛逃窜而去。

第二天，他又上山，在寻找猎物时，碰见几个青衣童子在捣药。出于好奇，他就上前问道：“你们这是为谁捣药？得了什么病？”

其中一个童子说：“我们大王被寄奴射伤，故遣我们来采药。”刘裕十分惊奇，忙说道：“我的小名便是寄奴，不知你们大王是何人？”

童子一听，不敢回复，吓得弃药就跑。刘裕看着童子们丢下的草药和药浆，决定一并带回，说不定以后用得着。



北刘寄奴

〔入药部位〕 玄参科植物阴行草的干燥地上部分

〔功效〕 活血祛瘀、通经止痛、凉血止血、清热利湿

〔现代药理〕 有加速血液循环、解除平滑肌痉挛等作用

果不其然，以后刘裕常年领兵打仗，凡遇到刀箭所伤之处，就用此药，十分有效。只是，将士们都不知道这药叫什么名字。有将士说，这药来得颇为神奇，不如就把它叫作“刘寄奴”吧。

虽然当时也有人怀疑这个故事的真实性，但因为这味药效果显著，用的人越来越多，也就很少有人纠结它的来历。

后来，刘裕当上皇帝，统一了大半个中国。他的英雄事迹被后人铭记，而刘寄奴这味药也随着他的名字流传下来。

知识小链接

刘寄奴其实是多种植物的别称，如阴行草、奇蒿都叫刘寄奴。它们虽然以“刘寄奴”命名，但科属不同，功效也有所区别。奇蒿又叫南刘寄奴，主要用来治疗外伤出血、跌打损伤等；而阴行草又叫北刘寄奴，主要作用为清热利湿、活血化瘀。列入《中国药典》的是北刘寄奴。

徐长卿：

以臣子命名的治蛇毒草药

中草药小档案



徐长卿的入药部位为萝藦科植物徐长卿的干燥根或根茎，气香，味微辛凉，多为生用^①。它有祛

风、化湿、止痛、止痒、解蛇毒的功效。现代药理研究认为，徐长卿有镇静、镇痛、抗菌、抗炎、改善心脏功能、降血压、降血脂、解痉等作用。

徐长卿是一位历史人物的名字。而中药里的徐长卿是一种黄白色的根或根茎，可用来止痛，也可以用来治疗风疹、湿疹。

生活中，有人喜欢用徐长卿跟其他食材一起做成汤膳，用于

^① 中药中的生用，一般是指把药材洗净晾干，然后直接入药。

缓解风湿疼痛、腰膝酸软等症。有的人喜欢用它跟其他食材做成茶饮，或用于健胃止痛，或用于治疗肩周炎。

徐长卿可以研末内服，或入丸剂或浸酒，也可以外用。只是这味药入汤剂不宜久煎，孕妇和体弱者要慎服。

中草药徐长卿的原名叫鬼督邮，古人认为这味草药能杀百虫，可以治疗悲伤、恍惚等病症。由于它的名字听起来比较恐怖，百姓们叫不出口，郎中用得也很少。这味中草药后来为什么变成了常用药呢？这就要从李世民说起。

李世民是一位很有才华的君主，不仅擅长打仗，也擅长打猎。徐长卿是他的臣子，聪慧过人，精通医术。

一天，李世民外出打猎，林子里突然窜出来一条毒蛇，李世民惊魂未定，躲闪不及，被毒蛇咬伤。毒蛇的毒性非常大，李世民的伤口很快出现了肿痛。眼看毒液要扩散，如果不及时治疗，就会危及性命。

当时医学不发达，解蛇毒止痛的药物不多，御医们想尽办法，用了许多贵重的药材，均不见好转。大臣们急得团团转，但又无可奈何。

徐长卿

〔入药部位〕 萝藦科植物徐长卿的干燥根或根茎

〔功效〕 祛风止痛、活血通络、止痒、解蛇毒

〔现代药理〕 有镇静、镇痛、抗菌、抗炎、降血压、降血脂、解痉等作用



遭蛇毒侵蚀后，李世民疼得死去活来。他甚至开始抽搐，神志也模糊不清，总觉得眼前恍恍惚惚。

正在危急关头，徐长卿自告奋勇地说想试一试。众人都知道徐长卿精通医术，或许他有办法医治李世民。

徐长卿从山中采来一种草药，只见这种草药根表面为淡黄色，根茎呈不规则柱状。御医们都没用过这种草药，心中难免有所怀疑，于是大家纷纷向徐长卿投去不解的目光。

徐长卿并不慌乱，胸有成竹地说：“大家放心，不会有问题。”他把这种草药煎好以后，一半的药液给李世民服用，一半用来外洗。两三个时辰过去，李世民的肿痛缓解了。第二天清晨，疼痛的症状逐渐消失，大家连声称奇。

几天过后，李世民的伤好了。他把徐长卿叫到身边，一边夸赞他医术精湛，药到病除，一边问他用的是什么药。

徐长卿想了一下，回答道：“皇上，这种药我也不知道叫什么名字。”

一些人感到好奇，这么好的药，居然叫不出名字。有位御医仔细一看所用的草药，不就是鬼督邮吗？