

食物中药与便方

叶桔泉编

江苏人民出版社



食物中药与便方

(增订本)

叶桔泉编

江苏人民出版社

食物中药与便方

(增订本)

叶橘泉编

*

江苏人民出版社出版

江苏省新华书店发行

南京人民印刷厂印刷

1973年11月第1版 1977年1月第2版

1977年1月第1次印刷

书号 14100·018 每册 0·78 元

毛主席语录

把医疗卫生工作的重点放到农村去。

中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。

团结新老中西各部分医药卫生工作人员，组成巩固的统一战线，为开展伟大的人民卫生工作而奋斗。

前 言

解放以后，特别是无产阶级文化大革命以来，在毛主席无产阶级卫生路线指引下，全国掀起了轰轰烈烈的发掘中草药，单方、验方防病治病的群众运动，取得了很大成绩。

在这样的大好形势鼓舞下，我们从“便”（就地取材）、“验”（行之有效）、“廉”（少花钱、不花钱）的原则出发，选择了部分食物中药，编成了这本《食物中药与便方》。

中药与食物同出一源。所谓食物中药就是既可食用，又可防病治病的动植物。我国古代即已采用这些方便群众的药物治疗疾病。如唐代孟诜著的《食疗本草》，南唐陈士良著的《食性本草》，明代汪颖著的《食物本草》等，都是这方面的专门著述。

本书共收载食物中药183种，与其所配成的便方901条。用浅显、扼要的文字介绍了食物中药的来源、性味、功用、便方、用法等，书后附有学名和科属。有的还加写了成分和药理，以及抑菌试验和临床实例的报导等，可供基层卫生人员和广大群众参考。

这些便方大都来自群众经验，需要反复实践加以验证和提高。因此，书中搜集的一些急救药物，只能供仓猝时作临时处理之用，处理后应即就医治疗，以免耽误。此外，读者在实践中使用本书有何体会，亦望反映给我们，以便不断总结提高。

为了方便读者检索药物和便方，书后附有便方索引（以系统分类），及药名索引（笔划为序）。

这本书的初稿曾经集体讨论，并得到有关单位和有关同志的指教，关于成分、动植物学名等，承刘寿山同志协助和中国科学院动物研究所审订，承费新我先生题签书名，深表感谢。限于编者水平，不免存在缺点和错误，诚恳地欢迎批评指正。

编 者

一九七三年七月于江苏省五·七干校制药厂

再 版 附 言

本书初版后，承许多读者来信提出宝贵意见，给予我们很大鼓励与启发。这次增订，吸收了读者不少好的建议，又增加了一些新的品种和便方，并加了一些插图和附录。增订初稿写成后，南京药学院有关教研组、南京药物研究所、江苏省植物研究所等许多同志帮助审阅，提出修改意见，谨于此一并致谢。

编 者

一九七五年十月于南京

目 录

全草类

- | | |
|--------------|--------------|
| 葱·····(1) | 油菜·····(20) |
| 大蒜·····(2) | 胭脂菜·····(21) |
| 香菜·····(5) | 刺儿菜·····(21) |
| 芹菜·····(6) | 睡莲·····(23) |
| 韭菜·····(7) | 蕹荷·····(23) |
| 黄鹌菜·····(8) | 竹叶菜·····(24) |
| 睡菜·····(9) | 鹅肠菜·····(25) |
| 苔菜·····(9) | 罗布麻·····(27) |
| 空心菜·····(10) | 委陵菜·····(27) |
| 刺苋菜·····(11) | 墨菜·····(28) |
| 芥菜·····(12) | 菊酱·····(29) |
| 碎米荠·····(13) | 密花豆·····(29) |
| 蕨儿菜·····(14) | 南酸枣·····(30) |
| 葵菜·····(14) | 盐云参·····(31) |
| 稻槎菜·····(15) | 猪殃殃·····(31) |
| 焯菜·····(16) | 红豆蔻·····(32) |
| 包菜·····(16) | 沙枣·····(32) |
| 清明菜·····(17) | 托盘·····(33) |
| 苦菜·····(18) | 溪黄草·····(34) |
| 莼菜·····(19) | 枫荷梨·····(34) |
| | 千屈菜·····(35) |
| | 水苦苣·····(36) |

- 白茅根·····(36)
- 番杏·····(37)
- 岩头菜·····(38)
- 郎耶菜·····(39)
- 费菜·····(39)
- 野白菜·····(40)
- 红花菜·····(41)
- 蕺菜·····(41)
- 菠菜·····(43)
- 马兰头·····(44)
- 菊花脑·····(45)
- 金花菜·····(46)
- 马齿苋·····(46)
- 苧麻·····(47)
- 蒲公英·····(48)
- 台湾莴苣·····(49)
- 苘蒿菜·····(51)
- 地肤·····(51)
- 薄荷·····(52)
- 藜·····(53)
- 稗·····(53)
- 茅莓·····(54)
- 罗勒·····(54)
- 白栎·····(55)
- 独行菜·····(56)
- 播娘蒿·····(56)
- 芥蕒·····(57)
- 腐婢·····(57)
- 地耳·····(58)
- 石耳·····(58)
- 茵陈蒿·····(59)
- 烟草·····(60)
- 蘑菰蕈·····(61)
- 胡孙眼·····(62)
- 灵芝·····(63)
- 木耳附白木耳·····(64)
- 马勃·····(65)
- 铁树·····(66)
- 乌饭树·····(66)
- 海枣·····(67)
- 桂皮·····(68)
- 梧桐·····(68)
- 黄楝头·····(69)
- 牛蒡·····(69)
- 野蔷薇·····(70)
- 仙人果·····(71)
- 翻白草·····(71)
- 败酱·····(72)
- 芥苳·····(73)
- 香茶菜·····(74)
- 兰香草·····(74)
- 东风菜·····(75)
- 五加皮·····(76)
- 棕榈子·····(76)

茶叶	(77)
楸木	(79)
椿、樗	(80)
海藻	(81)
海带	(82)
紫菜	(83)

根茎类

葛根	(84)
生姜	(85)
菊芋	(87)
百合	(88)
番薯	(89)
马铃薯	(91)
豆薯	(92)
荸荠	(92)
大头菜	(93)
何首乌	(94)
地笋	(95)
白首乌	(96)
珊瑚菜	(96)
慈姑	(97)
萍蓬草	(98)
芋艿	(98)
蕻白	(100)
山药	(100)
萝卜	(101)

胡萝卜	(103)
明党参	(104)
芦根	(104)
黄精	(105)
玉竹	(106)
茭白	(107)
甘蔗	(108)
竹	(109)
宝塔菜	(110)
糯稻	(111)

花、种子、瓜果

玫瑰花	(112)
桂花	(113)
玉兰花	(113)
紫藤花	(114)
茶菊花	(115)
啤酒花	(115)
棉子	(116)
木棉树	(117)
金针菜	(118)
番茄	(120)
落花生	(120)
刀豆	(121)
豌豆	(122)
赤豆	(123)
扁豆	(124)

豇豆·····	(125)	苜蓿·····	(145)
蚕豆·····	(125)	胡椒·····	(146)
黑豆·····	(126)	竹叶椒·····	(147)
绿豆·····	(127)	辣椒·····	(148)
可可豆·····	(127)	花椒·····	(149)
葫芦巴·····	(128)	小茴香·····	(150)
秣米·····	(129)	大茴香·····	(151)
玉米·····	(129)	丁香·····	(153)
蕤核仁·····	(131)	松果·····	(153)
郁李·····	(132)	使君子·····	(155)
咖啡树·····	(132)	橄榄·····	(155)
越桔·····	(133)	木天蓼·····	(156)
海松子·····	(133)	榧子·····	(157)
金樱子·····	(134)	向日葵·····	(158)
五味子·····	(134)	薏米仁·····	(159)
山茱萸·····	(135)	大麻·····	(160)
枳椇子·····	(136)	山楂·····	(161)
小麦·····	(137)	高粱·····	(163)
大麦·····	(137)	燕麦·····	(163)
芡实·····	(138)	蒲葵子·····	(164)
菱·····	(139)	马料豆·····	(165)
莲、藕·····	(140)	芝麻·····	(166)
荞麦·····	(141)	紫苏·····	(167)
栗子·····	(142)	茄子·····	(168)
榛子·····	(143)	葫芦·····	(169)
枸杞·····	(143)	丝瓜·····	(170)
砂仁·····	(144)	冬瓜·····	(171)

甜瓜.....	(172)	胡桃.....	(200)
南瓜附北瓜.....	(174)	桑椹.....	(201)
西瓜.....	(176)	胡颓子.....	(203)
白芥子.....	(177)	桂圆.....	(203)
乌梅附青梅.....	(178)	荔枝.....	(204)
桃.....	(179)	葡萄.....	(205)
枣.....	(181)	罗汉果.....	(206)
香蕉.....	(182)	枸桔.....	(206)
苹果.....	(182)	亚麻.....	(207)
梨.....	(183)	番石榴.....	(208)
猕猴桃.....	(184)	八月瓜.....	(208)
柿.....	(184)	柏子仁.....	(209)
枇杷.....	(185)	食茱萸.....	(209)
波罗蜜.....	(186)	苦瓜.....	(210)
桔.....	(187)	复盆子.....	(211)
柚子.....	(188)	黄皮.....	(211)
香橼.....	(189)	木半夏.....	(213)
佛手.....	(190)	椰子.....	(213)
代代桔.....	(190)	阳桃.....	(214)
石榴.....	(192)	菠萝.....	(215)
樱桃.....	(193)	槟榔.....	(215)
杏仁.....	(194)	木瓜.....	(216)
杨梅.....	(194)	黄瓜.....	(218)
无花果.....	(195)	油橄榄.....	(218)
番木瓜.....	(196)		
凉粉果.....	(197)	加工类	
白果.....	(198)	食盐.....	(219)

酒·····	(220)	黄颡鱼·····	(242)
醋·····	(221)	黄花鱼·····	(243)
酱·····	(222)	鲥鱼·····	(244)
豆腐·····	(223)	鲫鱼·····	(244)
豆豉·····	(224)	鲈鱼·····	(246)
糠粿·····	(225)	青鱼·····	(247)
饴糖·····	(225)	乌贼鱼·····	(248)
酒酿·····	(226)	黑鱼·····	(248)
锅粑·····	(227)	鳊鱼·····	(249)
红麴·····	(227)	鳗鲡·····	(249)
动物类		黄鳍·····	(251)
鸡·····	(228)	鲑鱼·····	(252)
鸭·····	(230)	蛇·····	(252)
雀·····	(231)	泥鳅·····	(255)
燕窝·····	(231)	河蟹·····	(256)
鹅·····	(232)	虾·····	(257)
羊·····	(233)	蛤蚧·····	(258)
牛·····	(234)	蛙·····	(258)
马(蹄甲、马宝)·····	(237)	花姬蛙·····	(259)
鹿·····	(237)	蟾蜍·····	(260)
驴皮胶·····	(238)	乌龟·····	(260)
猪肤(猪蹄脚)·····	(239)	鳖·····	(261)
狗·····	(240)	鲍鱼·····	(262)
刺猬皮·····	(241)	河蚌 _{附珍珠} ·····	(263)
兔·····	(241)	田螺·····	(264)
鲤鱼·····	(242)	蛤蜊·····	(265)
		蚶子·····	(266)

牡蛎.....	(267)	海马.....	(270)
淡菜.....	(268)	蝗虫.....	(270)
海参.....	(268)	蚕蛹 _{附白僵蚕}	(271)
海蜇.....	(269)	蜂蜜.....	(272)

附录 1	人体重要营养素表.....	(274)
附录 2	病员食物宜忌.....	(277)
附录 3	便方索引.....	(284)
附录 4	药名索引.....	(306)
附录 5	拉丁学名索引.....	(318)
附图.....		(332)

葱

葱，有香葱、大葱、洋葱等品种，性能均大致相近，但入药多用香葱，又名青葱，江西群众叫四季葱，四川叫火葱。药用为鳞茎部分叫“葱白”。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕蛋白质，脂肪，糖类，胡萝卜素，维生素 B₁、B₂、C，钙，镁，铁，此外含有挥发油，油中主要成分为葱蒜辣素，也叫葱蒜杀菌素。

〔药理〕除了健胃营养外，因其含有挥发性葱蒜辣素，由呼吸道、汗腺、泌尿道排出时，能轻微刺激这些管道壁的分泌而奏发汗、祛痰、利尿的作用。

〔便方〕1. 伤风感冒，头痛鼻塞：葱白头3至5钱，洗切，沸水冲泡(或加生姜3片，水煎一、二沸)，乘热饮服，出汗即愈。

2. 婴儿伤风鼻塞，甚至不能吮乳：葱白头捣烂挤汁，涂抹鼻唇间，可使鼻通，或将葱白捣烂，用开水冲后，乘温熏口鼻。

3. 急、慢性鼻炎，鼻窦炎：葱白捣烂绞汁，在晚上用盐水洗涤鼻腔后，以棉球蘸汁塞于鼻内，左右交替塞。

4. 流感流行期，预防呼吸道感染：

(1) 用葱白或大蒜切片，夹在纱布口罩中戴上，有预防作用(葱、蒜口罩不但防止流感，对百日咳、白喉、麻疹等呼吸道传染病亦均适用)。

(2) 葱白1斤，淡豆豉4两，共捣烂，葱白先置于10斤

水中煮沸，再加入淡豆豉，略煮约5分钟，去渣，可供20人服，每日1次，连服3日，有预防流感作用。并适用于小儿夏季热，或感冒后低热不退。

5. 小便不通，小腹胀急：葱白、田螺肉等量，同捣烂烘热贴于脐下“关元穴”（尿闭胀痛者：将葱白带叶切细，炒熟裹于纱布包中，乘热熨小腹，气透即通）。

6. 小儿蛔虫腹痛：葱白一握，洗净切碎，捣烂绞汁，调入生麻油或菜油1至2匙，空腹服下，1日2次，连服3日。

7. 断指再植：香葱白头在火上煨过，加茅莓嫩苗，连钱草等量，白糖适量，捣烂外敷，包扎固定（江西验方）。

8. 痈疮肿毒：葱全株适量，捣烂，以醋拌之，炒热敷于患处。

9. 跌打损伤肿痛：将葱连根叶切细，炒熟，拌入适量松香，捣烂如膏，热敷患部。

10 刀伤折伤，出血淋漓：全葱煨熟，捣烂敷患处，能散瘀止痛。

大 蒜

大蒜，又名荤菜、葫。属百合科植物。药用以独头紫皮大蒜为佳。

〔性味〕 辛，温，有强烈刺激性气味。

〔成分〕 大蒜的药用有效成分为挥发性的蒜辣素。新鲜大蒜无大蒜辣素，而含一种大蒜氨酸，此酸被大蒜中存有的蒜酶分解后生成大蒜辣素。因此，新鲜大蒜不辣，风干的老大

蒜较辣，越辣越好。此外大蒜还含有大蒜甙，有降血压作用。另含一种物质，可增强身体同化维生素B₁的能力。

大蒜的营养成分为蛋白质、脂肪、糖类及维生素A、B₁、C等。蒜苗的营养成分为蛋白质、脂肪、钙、磷、铁等。

〔药理〕 蒜辣素对金黄色葡萄球菌、大肠杆菌有强大的杀菌作用。紫皮蒜的抗菌作用较白皮蒜为强。紫皮蒜汁低浓度对痢疾杆菌有抑制作用、高浓度则可杀菌，大蒜汁液经加热处理后，有效成分即被破坏，故大蒜杀菌以生用为佳。高浓度对结核杆菌也有抑制现象，但对绿脓杆菌及变形杆菌用0.5%的最高浓度大蒜汁，亦无抑制作用。此外，对皮肤真菌、念珠状菌、立克次体、阿米巴原虫、阴道滴虫，均有杀灭作用。

〔功用〕 有抗菌、消炎及驱肠寄生虫的作用，并且有健胃、驱气、镇静、镇咳、祛痰、强壮等功用。对防治感冒和胃肠道细菌性传染病等有较好效果。

〔便方〕 1. 预防流行性感冒：大蒜捣烂取汁，加水10倍，用以滴鼻，或口含两片生大蒜亦可。

2. 感冒，头痛鼻塞，恶寒发热：大蒜、葱白、生姜适量等分，煎汤温服，出汗即愈。

3. 急慢性鼻炎，鼻窦炎：大蒜捣汁，加甘油两倍，在用盐水洗鼻后，拭干，以棉球沾药塞于鼻内（无甘油可用蜂蜜）。

4. 百日咳，上感咳嗽，急慢性支气管炎等：紫皮大蒜1球，去皮切碎，桔饼1个亦切碎，共加水一碗，煮一、二沸，过滤去渣，再加白糖适量，1日分2至3次服。

百日咳还可用大蒜瓣（撕去蒜皮）捣烂如泥，均匀摊于纱布上，厚约3~4分，于睡前敷贴于两足底（足底必须先涂凡士林或猪油，以防起泡），上面再盖一层塑料膜，穿上袜，

翌晨除去。如果足底没有痛楚，可以连敷3~5晚，或隔天敷一次。此法亦适用于其他晚间剧咳。

5. 肺结核，结核性胸膜炎：独头大蒜1个，切薄片，平放于“大椎”穴，以艾绒搓成如小豆大的团，放在蒜片上点燃（燃尽为一炷），连灸2至3炷，以感觉灼痛、不起泡为度，隔天或2至3天灸1次。

亦可用紫皮大蒜瓣15片（小的20片），去皮，放入沸水中煮1~1.5分钟，取出，以其水与糯米一两，煮成稀粥，然后再将原蒜瓣放入粥内搅拌均匀即可食用，食此粥同时食白芨粉1钱。如此早晚各吃一次，连吃10~15天，暂停3天再吃。

6. 鼻衄不止：生大蒜2、3瓣捣烂，摊在布上，如钱币大，贴于足底涌泉穴，包扎固定，左鼻出血贴左足，右鼻出血贴右足，两鼻出血俱贴之，至足底痛甚起泡即除去。

7. 疔发不止：生大蒜头捣烂，鹅儿不食草研末，与蒜一起捣和，做成小饼如“棋子”大，敷于“大椎”穴或“太渊”穴，以发泡为度。另以1两大蒜捣碎如泥，与水飞雄黄5钱一起做成小豆大丸子，每服1钱，日服2至3次。

8. 上消化道出血：大蒜瓣4份，玄明粉1份，混合捣烂后，取3两，用四层纱布包裹，贴敷足底涌泉穴缚定，于3至4小时后除去，每日贴敷1次，直至血止后停药。注意贴药前脚底心需涂一层凡士林，以防止足底起泡（湖南科技资料，某医院观察42例，40例获得治愈）。

9. 痧气腹痛，中暑，心胸胀闷，呕吐泻痢（包括急性胃炎）：生大蒜1球，去皮膜切成细粒，温水送服，1日2至3球，重症可加倍用。

10. 急性阑尾炎：大蒜50%，芒硝、大黄各25%，捣如

泥，加醋少许搅和，敷压痛点上，厚约一寸，四周以纱布围成圈，防药液流出，2小时后去除，再用大量敷上。共治344例，有效率96.2%（资料来源：江苏高邮、淮安等地）。

11. 肠炎，痢疾：大蒜3至5钱捣烂，马齿苋1至2两煎水1碗，冲入蒜泥，过滤得汁，也可加糖，1日2次分服，（或大蒜烧存性，研末，每服5分至1钱，1日2至3次）。

12. 阿米巴痢疾：每日用5%至10%大蒜浸液灌肠，同时用大蒜1钱半，切成小粒，温水吞服，1日2至3次。

13. 钩虫，蛲虫：生大蒜适量，切细粒，空腹吞服（用于钩虫病）。或用大蒜捣烂，调入凡士林，临睡时涂于患者肛门周围，第二天洗涤清洁，连涂3至5晚（用于蛲虫病）。

14. 高血压：每天早晨空腹吃糖醋大蒜1~2球，并连带喝一些糖醋汁，连吃10~15天，能使血压比较持久地下降。又据报导，此法对于哮喘、慢性气管炎的顽固咳嗽等也有效。

15. 预防冻疮：入冬前将紫皮大蒜捣烂，擦在常患冻疮处，每日1次，连擦5~7天。如皮肤起泡，可暂停用。

香 菜

香菜，一名芫荽，或胡荽，通称香荽。属伞形科植物。嫩苗作菜，药用果实或全草。我国南北各地普遍栽培。

〔性味〕辛，温。

〔成分〕果实含有挥发油，称胡荽油，油中主要成分为60~70%的d-沉香木醇、松萜、二聚戊烯、醋酸冰片酯、醋酸沉香萜酯等。此外尚含有脂肪油。

〔药理〕(1) 透发麻疹及风疹，有促进外周血液循环的作

用。(2) 芳香健胃，驱风解毒。

〔功用〕适用于小儿麻疹、风疹透发不快，或透而复没，以及肉类食物中毒等。

〔便方〕1. 小儿麻疹初期，尤其是透发不快者：鲜芫荽菜，或芫荽子适量煮汤，乘热置患儿鼻旁熏，或蘸汤热拭颜面及颈项，可促麻疹快透，另用芫荽、桤柳、葛根各3钱，水煎服。

2. 胃弱消化不良：芫荽子、陈皮各2钱，茅术3钱，水煎服。

3. 痔疮肿痛，肛门脱垂：芫荽（或芫荽子）煮汤熏洗，同时用醋煮芫荽子，以湿布温罨患部。

4. 流感：黄豆3钱，芫荽1两（干的2钱），水煎服。

芹 菜

芹菜，即蕪菜，属伞形科植物。有水芹、旱芹两种，功能相近，药用以旱芹为佳。旱芹香气较浓，又名“香芹”，亦称“药芹”。

〔性味〕甘、凉，无毒。

〔成分〕芫荽甙（黄酮类），挥发油，甘露醇，环己六醇，维生素及菸酸等。

〔药理〕(1) 降血压、镇静、镇痉。(2) 健胃、利尿、净血、调经。

〔功用〕适用于高血压，神经精神兴奋，头痛，头胀。妇女月经不调，小便热涩不利，赤白带下。

〔便方〕1. 高血压，头痛脑胀，颜面潮红，精神易兴奋

者：鲜芹菜半斤，洗净，以沸开水烫约2分钟，切细，捣绞汁，每次服1小杯，一日2次。可使血压下降，自觉症状随之消除。如无鲜菜可用干菜1至2两，水煎服（鲜菜用沸开水烫后晾干，便为干菜，可保存备用）。

2. 妇女月经不调，崩中带下，或小便出血：鲜芹菜1两，茜草2钱，六月雪4钱，水煎服。

韭 菜

韭菜，一名起阳草，根茎、叶、种子，均可作药用。

〔性味〕味甘、辛，性温，无毒。

〔成分〕含有挥发油及硫化物、蛋白质、脂肪、糖类、维生素B、维生素C等。

〔功用〕为兴奋性强壮药，有健胃、提神、温暖作用。根、叶捣汁有消炎止血、止痛之功。适用于盗汗、遗尿、尿频、阳痿、遗精，噎膈、反胃，下痢、腹痛，妇女月经病，经漏、带下以及跌打损伤、吐血、鼻衄等症。

〔便方〕1. 噎膈反胃（包括食道癌，胃癌，咽下困难或食入即吐、胸脘隐痛等）：韭菜或韭菜根，洗净捣汁。每次以此汁一匙，和入牛乳半杯，煮沸后，乘温缓缓咽下，一日数次。

2. 成人或小儿盗汗，肺或淋巴结核：

(1) 韭菜或韭黄（一名韭芽）同蜆肉（猪肝或羊肝亦可）一起煮食喝汤（蜆肉不要多吃，防止消化不好），不但能止虚汗，并能开胃，且有强壮之功。

(2) 阳虚易汗：韭菜根2两，水煎服。

3. 产后瘀血，血晕昏迷（流血过多，昏晕，包括出血性休克）：韭菜或根捣烂，置于瓶中，另用醋或酒煮沸冲入，乘热熏口鼻，有急救回苏之功。

4. 跌打损伤，瘀血肿痛；或外伤出血不止：韭菜或根，捣烂敷伤处，能消瘀止痛、止血。

5. 跌打骨折：韭菜5钱，葱白、生姜各3钱，白胡椒10粒，红糖1两，黄栀子5枚，面粉2两，共捣烂摊成饼状，敷伤处包扎之。

6. 肾亏梦遗滑精，腰痠，小便频数，小儿尿床，妇女腰痠带多：韭菜子炒熟，桑螵蛸、龙骨等分研末，水泛为丸，如小豆大，食后每服1至2钱，一日2次。

7. 扭伤腰痛：生韭菜或韭菜根1两，切细，黄酒3两，煮沸后，乘热饮服，每日1~2剂。

黄 鹤 菜

黄鹤菜，一名黄瓜菜，属菊科植物，植物体折断有白色乳汁流出，开黄色花。收载于汪颖《食物本草》，形似苦苣，我国江南各地普遍野生，作野菜食用，又供药用。

〔性味〕甘，微苦，微寒，无毒。

〔功用〕通结气，利肠胃。

〔便方〕1. 指头疔，带状疱疹：鲜草捣烂，连渣涂敷。

2. 跌打伤：鲜全草1两（干品5钱），加酒水各半，适量，煎，去渣，一日分2次服。

睡 菜

睡菜，一名暝菜，又名醉草，属龙胆科植物。《南方草木状》说：“夏生池沼间，叶类慈姑，根如藕条。土人采根盐醃食之好睡。故名睡菜。”叶供药用。我国东北、西南等地均产。亦可作制啤酒的苦味料。

〔性味〕甘、微苦、寒，无毒。

〔成分〕叶含苦味甙——睡菜苦甙1%。还含有生物碱，黄酮醇甙类，鞣质，脂肪油。

〔功用〕主治心膈邪热，入睡困难。

〔便方〕1. 胃热口粘，食欲减退：睡菜叶1~2钱（鲜草加倍）。水煎服，为很好的开胃药。

2. 烦躁失眠：睡菜叶1钱，开水冲泡，睡前冷服一杯。

3. 心热口苦，小便色黄而少：睡菜叶2钱，芦根4钱，灯芯草1钱，水煎服。

荜 菜

荜菜，一名鳧葵，属龙胆科植物，名见《唐本草》。苏恭说：“荜菜生水中，叶如蓴而茎涩，根甚长，江南人多食之”。亦入药。

〔性味〕甘、冷，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，维生素B₁、C，有机酸。

〔功用〕利小便，治消渴，捣汁服，疗热毒。

- 〔便方〕 1. 痈疽疮疖：鲜草捣烂外敷。
2. 毒蛇咬伤：全草捣烂敷伤处。
3. 小儿便秘：苜蓿菜 5 钱，酢浆草 3 钱，通草 1 钱，水煎服。每日 3 次。

空心菜

空心菜，原名蕹菜。属旋花科植物。开白色喇叭状花，其梗中心是空的，故称“空心菜”。我国南方农村普遍栽培作蔬菜。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖类，无机盐，菸酸，胡萝卜素，维生素B₁、B₂，维生素C等。

〔功用〕(1) 解毒，主要能解毒菌类中毒。(2) 清热凉血。(3) 利尿。适用于食物中毒，吐血鼻衄，尿血，小儿胎毒，痈疮、疔肿、丹毒等。内服或外用。

〔便方〕 1. 误食野菌、毒菇、毒鱼藤、断肠草以及砒霜中毒等：鲜菜捣汁大量灌服，有急救解毒之功（据福建中草药资料称：本品对野菌中毒而发精神狂乱者效果较好，对昏迷型者较差）。

2. 食物中毒：空心菜捣汁一大碗。另乌韭、甘草各 4 两，银花 1 两，煎成浓汁，和空心菜汁一起灌服，解毒效果更佳（云南资料）。

3. 肺热咳血，鼻出血或尿血：连根空心菜和白萝卜一同捣烂，绞汁一杯，以蜂蜜调服。

4. 妇女白带：连根空心菜半斤，鲜白槿花 3 两（干花一

两),炖猪肉或鸡蛋,吃肉喝汤。

5. 浮肿腹水,小便不利:空心菜,红苕叶(番薯叶)等分捣烂,敷肚脐部,1至2小时后小便自利。

6. 无名肿毒,跌打肿痛:空心菜捣烂,用酒炒过,敷于患处,加以包扎。

7. 带状疱疹:鲜空心菜去叶取茎,在新瓦上焙焦后,研成细末,用茶子油搅成油膏状,在患处以浓茶汁洗涤,拭干后,涂搽此油膏,一日2至3次(据报导:曾治7例,3至5天后全愈)。

8. 小儿夏季热,口渴,尿黄:鲜空心菜4两,荸荠7个(切)。煮汤,一日分2~3次服,连服7天。

刺苋菜

刺苋菜,又名野刺苋。属苋科植物,以红梗的为好。同属植物苋,野苋等也有类似作用。

〔性味〕味甘、微苦,性凉。

〔成分〕叶含甜菜碱、草酸盐。种子含脂肪油,淀粉,鞣质,蛋白质,糖类。

〔功用〕(1)清热解毒。(2)收敛止血止痢。(3)抗菌、消炎、消肿。适用于急性肠炎,尿道炎,咽喉炎,妇女子宫颈炎以及痛、疖、毒蛇咬伤。尤其对细菌性病疾有卓效。

〔便方〕1. 痢疾,急性肠炎,泄泻等症:鲜野苋菜及根1至2两,凤尾草1两,水煎,一日2至3次分服。

2. 咽喉痛,扁扁桃体炎:鲜苋菜1至2两捣汁或水煎,然后加白糖或蜂蜜调服。

3. 尿道炎，血尿：鲜野苋根、车前草各1两，水煎服。
4. 毒蛇咬伤：速用野刺苋鲜根洗净捣烂，以温开水冲服。据福建资料称：本品对于五步蛇（蕲蛇）咬伤有效。对于溶血性蛇毒也有效，治法是用鲜草根或茎叶加白糖捣烂，敷患处，每日至少换药3次以上。
5. 痈疮疔肿：鲜叶加白糖捣烂敷患处，一日更换2至3次，同时用鲜根绞汁，以开水冲服。
6. 疔疮（小腿溃疡）：鲜菜捣烂，调和蜂蜜敷患处，包扎之，每日更换1次。
7. 对口疮、搭背、落头疽（包括痈）：苋菜叶、生鲫鱼适量，同捣烂，敷患处，每日更换2至3次。
8. 预防麻疹：鲜菜1至2两，水煎服。

荠 菜

荠菜，一名荠。属十字花科植物。初春采其嫩苗作野菜食用，清香可口。现在有的城市郊区经人工栽培作蔬菜的，棵虽较大，但香气差。清明前后采取带花的全草供药用，中药名荠菜花。

〔性味〕味甘、性平，无毒。

〔成分〕全草含维生素B及C、胡萝卜素、菸酸、黄酮甙、蛋白质、脂肪、荠菜酸钾、胆碱、乙酰胆碱及干酪胺。另含柠檬酸、脂肪酸、钙盐、钾盐及钠盐等。种子含有脂肪油及微量芥子油、胆碱、苦杏仁酶等。

〔药理〕荠菜煎剂与流浸膏，均有兴奋动物子宫的作用，并能缩短动物的凝血时间。另荠菜中除含有降低血压的有效

成分外，可能还含有兴奋呼吸的成分。

〔便方〕1. 高血压，眼底出血：荠菜花5钱、墨旱莲4钱，水煎服。

2. 妇女更年期子宫出血：荠菜花5钱至1两，当归3钱，水煎服。

3. 吐血，咯血，鼻出血，齿龈出血：荠菜花、侧柏叶、藕节各4钱，水煎服。

4. 慢性痢疾，消化道溃疡出血：荠菜花、白芨各5钱，水煎服。

5. 肾结核，血尿，泌尿系结石，乳糜尿，或妇女赤白带：

(1) 荠菜花、车前子各6钱，水煎服。

(2) 肾结核，血尿，另一方：鲜荠菜8两(干的1两)加水三碗于瓦锅中煎煮，至剩1碗汁时，打入鸡蛋1个，煮熟，然后加盐少许，将菜、蛋一起吃下。如菜老了，可嚼食吐渣。轻症每日一次，重症二次，连服一个月为1疗程，至症状消失后仍可服1至2疗程。广东资料称：试验观察了40余例，认为效果良好。

(3) 乳糜尿：鲜全草4两煎成浓汤，每日分3次服。上海资料载，连服1至3个月后，乳糜尿逐渐消失，消失后观察9至30个月，均未复发。

6. 肾炎水肿：荠菜、葶苈子各1两，水煎去渣，一日分2至3次服。

碎米荠

碎米荠，俗称野荠菜。上海郊区民间叫白带草。属十字

花科植物。各地均有野生，全草作野菜食用，并入药用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，维生素A，糖类。

〔功用〕收敛止带，止痢止血。

〔便方〕1. 痢疾腹痛，全草3~5钱，扁豆花2~3钱，水煎去渣，一日分2次服。

2. 妇女赤白带下：全草5钱，水煎代茶。

蕨 儿 菜

蕨儿菜，一名粉蕨，或呼“拳头菜”，属蕨类植物。全国均有分布，东北、内蒙、西北很多。生于山林阴湿处，嫩苗拳曲，采作野菜；根茎粗壮、横走，富含淀粉，名“蕨粉”，可做粉条、粉皮食用，亦可浆纱、酿酒，全草供药用。

〔性味〕甘、寒、滑，无毒。

〔成分〕根、茎、叶、全草含麦角甾醇、胆碱、鞣质、甙类、淀粉。

〔功用〕清热解毒，利尿，安神。

〔便方〕1. 热痢(急性肠炎)：蕨菜根1两，水煎去渣，一日分2次服。

2. 脱肛：全草1~2钱，煎汤一日分2~3次服。

葵 菜

葵菜，又名冬葵，民间称冬苋菜或滑菜。属锦葵科植物。

李时珍说：“葵菜，古人种为常食，今之种者颇少”。王禛《农书》说：“葵为百菜之主，备四时之馔，可防荒俭，可以菹腊（咸干菜），其根可疗疾”。此菜我国各地有野生，根、花及种子，均入药。

〔性味〕甘、寒、滑，无毒。

〔成分〕花含有粘液及色素。种子含脂肪油及蛋白质。

〔功用〕利小便，治消渴，解毒，消炎，治疮肿。

〔便方〕1. 烧烫伤：麻油泡浸锦葵花，外用。

2. 急性气管炎、咽喉炎、咳嗽喉痛：花或根煎汤，去渣加冰糖适量，含漱，并徐徐咽下。

3. 膀胱及尿道炎、尿渣热淋：冬葵子或其根，每日3～4钱，加生甘草2钱，煎服。

稻槎菜

稻槎菜，一名田芥，属菊科植物，二年生小草本，断之有白色乳汁。浙江、江苏田边路旁普遍野生，略似蒲公英而叶多缺刻，头状花序小，民间常采作野菜。并供药用。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、维生素C、磷、钙、镁等。

〔性味〕苦、寒，无毒。

〔功用〕清热解毒，发表透疹。

〔便方〕1. 小儿麻疹：全草2～3钱，水煎代茶，能促使早透早发，防止并发症。

2. 热疖疮痈：全草捣汁或煎汤，洗涤并湿敷。

蔊菜

蔊菜，一名辣米菜，或叫江剪刀草，属十字花科植物。各地野生颇多，在江苏地区是田边、村庄、墙边、篱落、庭园间常见的野菜。全草、种子都可作药用。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕含有蔊菜素、维生素、蛋白质等。

〔功用〕散寒、温中、下气、利尿、止咳、化痰。适用于咳嗽气喘，浮肿腹水，胃寒呕吐，麻疹透发不畅等症。

〔便方〕1. 风寒感冒，头痛发热：蔊菜、葱白各5钱，水煎温服。

2. 麻疹透发不畅，胸闷气喘：鲜蔊菜、紫苏叶各5钱，薄荷2钱，水煎服。

3. 急慢性气管炎，支气管炎，咳嗽气喘，痰多：蔊菜5钱，苏子、萝卜子各3钱，甘草2钱，水煎服。

4. 老年性气管炎：蔊菜、佛耳草、车前草各5钱，甘草3钱，浓煎去渣，加饴糖或蜂蜜，一日2次分服。

5. 脾胃虚弱，寒冷腹痛，消化不良：蔊菜3至4钱，川椒1钱，茅术3钱，水煎服。

6. 背疽：蔊菜捣烂，加花椒少许，研末拌和，以醋调后涂敷。

包菜

包菜，也叫包心菜或卷心菜，原名甘蓝。属十字花科植

物。我国各省农村普遍栽培。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有维生素C，维生素B₁，B₂。此外还含有多量维生素U及胡萝卜素。

〔药理〕新鲜菜汁，对胃、十二指肠溃疡，有止痛及促进愈合作用。

〔功用〕除作蔬菜食用外，对消化性溃疡疼痛有效。

〔便方〕胃及十二指肠溃疡、疼痛：鲜菜捣绞汁1杯(约200—300毫升)，略加温，食前饮服，一日2次，连服10天为一疗程。它的作用主要是甘蓝所含的维生素U，一般认为人工合成的维生素U，远不如甘蓝汁的效果好。

清 明 菜

清明菜，一名佛耳草，亦名鼠鞠草，江苏苏南地区叫“绵絮头”、“寒食菜”，全株有白色绵毛，民间草药名叫“追骨风”，属菊科草本植物。江浙地区民间常于清明前后采摘嫩苗煮熟，揉入米粉中做糕团，香糯可口。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含脂类物质、挥发油、大量胡萝卜素及少量维生素B等。

〔药理〕能扩张局部血管，可利用以治非传染性溃疡及创伤。内服能降血压，治疗消化性溃疡，以及祛痰、镇咳、镇痛等作用。

〔功用〕慢性气管炎，喘息咳嗽，溃疡病，风湿痛等。

〔便方〕1. 慢性气管炎，咳嗽、气喘：清明菜1两(鲜

菜加倍)，鱼腥草 5 钱，甘草 3 钱，水煎服。

2. 风湿筋骨痛，跌打伤痛：鲜清明菜 2 至 3 两，用水和酒合煎，一日 2 次分服。

3. 胃及十二指肠溃疡，胃痛：清明菜 1 两，甘草 3 钱，水煎服。

4. 疔疮(下肢溃疡)：以清明菜煎浓汤洗涤，并作温湿罨敷剂，一日换敷 3 次。

5. 雀眼夜盲，迎风流泪，羞明：鲜清明菜 2 两，和糯米煮稀饭，或同羊肝炒食，有养肝明目之功。

苦 菜

苦菜，一名苦苣菜。李时珍说：“苦菜即苦苣，家栽者呼为苦苣，实一物也。其茎中空，折之有白汁，茎上之叶抱茎，开黄花如初蕊野菊，结子后有白毛随风飘扬，落地即生。”有的地区把苦菜称作墓头回或败酱草。

按：苦菜属菊科草本植物，幼苗形如蒲公英，易与蒲公英混淆，但蒲公英不抽茎，仅抽一花茎，可资识别，功效亦与蒲公英相近。

〔性味〕 苦、寒，无毒。

〔成分〕 蛋白质、脂肪、维生素。

〔功用〕 有消炎解毒作用。适用于阑尾炎，肠炎，妇女子宫颈炎，乳腺炎，以及咽喉、扁桃体炎等。

〔便方〕 1. 化脓性阑尾炎(肠痛)，痈疮，蜂窝组织炎，无名肿毒，妇女乳痈等：苦菜 1 至 2 两(鲜草加倍)，水煎服。

2. 妇女子宫内膜炎, 宫颈炎, 子宫颈糜烂, 白带腥臭及子宫附件炎等: 苦菜 2 两, 水煎服; 或与金银花、蒲公英各 5 钱, 同煎服。

3. 流感, 上感, 急性咽炎及扁桃体炎: 苦菜 1 至 2 两, 野菊花 5 钱, 水煎服。

4. 胆道感染, 胆囊炎: 苦菜 1 两, 与蒲公英等量, 水煎服。

莼 菜

莼菜, 或作蓴菜。属睡莲科的一种水草。我国黄河以南所有沼泽池塘都有生长, 尤其以江苏的太湖, 苏北的高宝湖, 以及杭州的西湖等地生产为多。采摘其尚未透露出水面的嫩叶食用, 是一种地方名菜, 古人所谓“莼鲈风味”中的“莼”, 就是指的这个菜, 亦作药用。

〔性味〕甘、寒, 无毒。

〔成分〕叶的背面分泌一种类似琼脂(洋菜)的粘液, 在未透露出水面的嫩叶, 此种粘液更多。又含蛋白质、脂肪、多缩戊糖、没食子酸等。

〔功用〕止呕, 止泻痢, 消炎解毒。

〔便方〕1. 胃病, 呕吐翻胃(包括慢性胃炎, 胃溃疡, 胃癌等), 鲜莼菜与鲜鲫鱼同煮食(宜清淡一些, 不要太咸)。亦有单用莼菜煮食治疗胃癌, 获得满意疗效的报导。

2. 高血压: 鲜莼菜加冰糖适量炖服。

3. 痈疽疔肿, 头上热疖, 无名肿毒: 鲜莼菜, 鲜大青叶适量, 一起捣烂, 加白糖再捣如泥, 敷于患处, 干即更换。同时, 另用温黄酒送服此药半杯, 一日 2 次。

油 菜

油菜，又名芸苔。属十字花科植物。《唐本草》云：冬月种之，能历霜雪，故又谓之寒菜。此菜易起苔，故名芸苔。春采其苔作菜蔬。种子榨油，即菜油。种子及油均供药用。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔功用〕茎、叶主治痈肿丹毒。种子行滞血，治产后心腹诸疾，并治难产。（《妇人良方》有治难产歌云：“黄金花结粟米实，细碎酒下十五粒，灵丹功效妙如神，难产之时能救急。”姑录之，以供参考。）

〔成分〕含蛋白质，维生素B、C、D。

〔便方〕1. 丹毒，乳痈，疮疮，无名肿毒等：鲜油菜叶捣烂涂敷，一日更换2至3次，同时绞菜汁温饮一小杯，一日2至3次。

2. 痈疽，搭背，项疽：油菜煮汁服，并食菜。另用湿粗纸包鲜菜，于灰火中煨熟，乘温捣敷患处，约3至5次可愈。

3. 产后恶露不下，血气刺痛（包括妇科盆腔炎等）：油菜子炒香，肉桂等分，共研细末，用醋煮面粉糊为丸，如龙眼核大，每服1至2丸，温黄酒送下，一日2次。

4 小儿蛔虫性肠梗阻：菜油多量灌服有效（或加香葱同服更好）。

5. 避孕：(1)油菜子4钱，生地3钱，白芍3钱，当归3钱，川芎1钱，以水煎之，于月经净后，每日服1剂，连服3日，可避孕一个月，连服3个月(丸剂)可长期避孕（黑

龙江绥化县双河卫生所应用 34 例，追访 14 例，其中 12 例有效)。

(2) 油菜子 2 两，当归、生地、川芎、白芍各 1 两，僵蚕、白酒曲各 5 钱，共研细，蜜为丸，丸重 3 钱。月经至第 2 天时服药，每日 2 丸，连服 2 日（松花江地区医院用此方有 11 例，8 例有效，其中 3 例观察了 6 个月，均未孕）。

胭脂菜

胭脂菜，一名落葵或藤菜，属落葵科植物。各地农村篱间常有栽培，一年生的缠绕草本，长达丈许，叶互生，肥厚，全株肉质，可作菜蔬。果实球形，熟时紫黑色，可作食品染料，民间常以糖腌后，用苘麻蒴果渍汁印在糕团上，故称“胭脂”。

〔性味〕酸、寒、滑，无毒。

〔成分〕全草含维生素 B、C，蛋白质，脂肪，色素。

〔功用〕凉血，滑肠，有缓下、清血、解毒作用。

〔便方〕1. 发热鼻衄：鲜胭脂菜 2 两，捣汁，以棉球浸渍塞于鼻内。

2. 便秘发热，紫斑紫癜：鲜胭脂菜叶或果 1 至 2 两，捣汁，温水冲服；或干落葵(果) 5 钱。配马兰根等量，水煎服。

3. 痈疮疔肿，乳头破裂：鲜胭脂菜叶捣烂敷患处。

刺儿菜 附大蓟

刺儿菜，原名小蓟草，属菊科多年生草本。我国各地都

有，常见于田埂、地头、沟旁、湿地，为到处野生的小草。苏颂说：“小蓟处处有，俗名‘青刺蓟’，二三寸时其根作菜茹食甚美。”大蓟叶羽状深裂，边缘有尖刺，根肥大，花紫红，色同小蓟。大蓟、小蓟为同科不同属植物，性能相近，都作药用。

〔性味〕甘、凉，无毒。

〔成分〕大蓟含挥发油、生物碱、树脂、菊糖，甙类。小蓟全草含生物碱、皂甙。

〔药理〕大蓟的水浸液、乙醇—水浸液和乙醇浸出液，试验于狗、猫及兔等麻醉动物，证明有降血压作用。小蓟的同上试验，证明有较显著和持久的降血压作用。

〔功用〕大、小蓟均有清热解毒，消炎，止血以及恢复肝功能、促进肝细胞再生的作用，适用于急性热病炎症性出血，黄疸，肝炎，热淋、尿血等。

〔便方〕1. 传染性肝炎：

(1) 大、小蓟鲜草适量，捣烂绞汁，温水和服，每次服一小杯。

(2) 大蓟根每日1两，分两次水煎服。

2. 尿路感染，（膀胱炎及肾盂肾炎）血尿：小蓟草5钱，马兰根5钱，水煎服。

3. 肾炎尿蛋白不消失，肝炎转氨酶不下降：大蓟根5钱，薏苡仁根1两，水煎服。

4. 血友病，口鼻出血，紫斑：鲜大蓟草捣汁，和入少许黄酒，每次服一小杯，一日2至3次。

5. 妇女血崩，经漏：大、小蓟连根苗1两，益母草5钱，水煎，一日2次分服。

6. 高血压：大、小蓟3至5钱，水煎代茶。

7. 刀伤（外伤）出血：小蓟苗洗净捣烂涂敷，干则换之。

8. 小儿黄水疮，湿烂痒痛：小蓟叶捣烂，涂疮上，干即换之。

9. 痈疮热毒，疥癣湿痒：鲜小蓟根、叶与食盐少许，一起捣烂敷于患处，或煎汤洗。

睡 莲

睡莲，又名子午莲。属睡莲科植物。生于池沼浅水中，根状茎横走泥中，如藕而小，可供食用，并作为药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕根：含淀粉，粗纤维，维生素B、C。

〔功用〕消暑，清肺，安心神，解酒毒。

〔便方〕1. 心烦不眠：睡莲根5钱（鲜者1—2两），水煎去渣，临睡前顿服。

2. 小儿慢惊风：睡莲根3钱，水煎，一日分2次服。

藁 荷

藁荷，一名嘉草。属藁荷科（姜科），有横走根茎，叶长椭圆状披针形，《本草纲目》云：“叶如甘蕉，根似姜芽而肥，八九月间腌藏，以备冬作蔬菜”。“其根有赤、白两种，食用以赤者为胜，入药以白者为良”。此草产我国南方，其根可供食用，花、叶、根茎均作药用。

〔性味〕根：辛、温，有小毒；草：苦、甘、寒，无毒。

〔功用〕清热解毒，明目消肿。

〔便方〕1. 月经痛，妇女腰腹冷痛：囊荷根每日3至4钱（鲜根加倍），水煎顿服。

2. 口腔炎，口舌疮痛：囊荷根5钱，水酒合煎，含漱，一日3—5次，含后吐弃之。

3. 咽喉炎，失音：鲜囊荷花或根，捣汁，和入陈黄酒等量，频频含漱，一日数次。

竹叶菜

竹叶菜，又名鸭跖草或竹节菜。属鸭跖草科植物。生于田野阴湿地，叶似竹叶，夏日开花如蛾形，两瓣如翅，蓝碧可爱。李时珍说：“竹叶菜处处平地有之，三、四月出苗，嫩时可食。”入药用其全草，开花时采收。

〔性味〕苦、大寒，无毒。

〔成分〕含有花青素类（为飞燕草次甙等）、粘液质、淀粉。

〔功用〕清凉解热解毒，强心利尿。适用于急性热病，高热烦渴，咽喉炎肿，上呼吸道及尿路感染等急性炎症。

〔便方〕1. 上呼吸道感染，咽喉、扁桃体炎：鲜竹叶菜全草洗净捣烂绞汁，每服一酒杯以温水冲服，一日2至3次。或用全草2至3两，水煎服亦可。

2. 流行性感冒，高热烦渴，或原因不明的高热：竹叶菜1至2两，淡竹叶1两，水煎，一日2至3次分服。

3. 急性膀胱炎，小便频急：竹叶菜1两，车前草1两，甘草3钱，水煎去渣，一日2至3次分服。

4. 急性风湿热，尿酸性痛风，关节红肿疼痛：竹叶菜

2两，白毛夏枯草1两，水煎服（取鲜草捣烂绞汁服用更佳）。

5. 痈疔疔疮，无名肿毒：鲜竹叶菜、鲜乌莓等量，加食盐少许捣烂，敷贴患处，一日更换2次，以痛止肿消为度。

6. 风湿性心肌炎，心脏病：竹叶菜1至2两，肥玉竹、生地各4钱，甘草2钱，水煎，一日2至3次分服。

7. 急性细菌性痢疾，发热、小便赤涩：鲜全草2至3两，鲜车前草1至2两，水煎，分2至3次服（或用鲜全草各四两捣烂绞汁，以蜂蜜调和炖温服更佳）。

8. 疟疾，急性血吸虫病发热等：竹叶菜2至3两，煎浓汁服，有解热解毒，强心利尿之功。

9. 流行性腮腺炎：鲜草绞汁服，或配筋骨草（白毛夏枯草），水煎服。

10. 各种感染发热：大量鸭跖草水煎服（本品药性和平，多服无流弊）。

11. 外伤出血，毒虫毒蛇咬伤：鲜草捣敷。

12. 麦粒肿：鲜鸭跖草一节，火上烧之，一头有汁流出，乘热涂患处，数次可愈。

鹅 肠 菜

鹅肠菜，原名繁缕，属石竹科植物。我国中部和南部各省均有分布，多生于阴湿的耕地上，或麦垄、豆畦间。小草叶嫩，茎细长蔓延，嫩草作菜蔬，鲜嫩甘脆，但三月以后渐老。本品的近似种牛繁缕茎叶较大，也可作菜，药性功能大致相近。春季采收，晒干备用。

〔性味〕酸、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、糖类、胡萝卜素。

〔功用〕清血解毒，利尿，下乳汁，产妇宜食；能去恶血，生新血，适用于产妇腹痛有块。本品对阑尾炎有妙效，功用与白花蛇舌草相似。

〔便方〕1. 急、慢性阑尾炎，阑尾周围脓肿：

(1) 将繁缕鲜草洗净，切碎捣烂绞汁，每次约1杯，用温黄酒冲服，一日2至3次。或干草4至6两，水煎去渣，以甜酒少许和服。

(2) 繁缕4两，大血藤1两，冬瓜子6钱，水煎去渣，一日2至3次分服。

2. 妇女子宫内膜炎、宫颈炎、附件炎：繁缕2至3两，桃仁4钱，丹皮3钱，水煎去渣，一日2次分服。

3. 痢疾：鲜草2两，水煎去渣，以红糖调服。

4. 痈疽，跌打伤肿痛：鲜草3两，捣烂加甜酒（或黄酒）适量，水煎服；另外，用鲜草加甜酒酿少许一同捣烂敷于患处。

5. 小便卒淋（包括急性尿路感染等）：鲜草3两（干草1两），水煎服。

6. 痔疮肿痛：鲜草一握，洗净捣烂，加食盐少许水煎后，乘温洗涤患部，一日2次。

7. 痈疮溃烂，疼痛出血：繁缕烧存性，研细末，以麻油（或凡士林）调后涂敷患部。

8. 肾虚阳浮，牙齿浮动：鲜嫩草煮熟，拌入食盐少许，常常嚼食，能防治齿病。或用繁缕烧存性，研细作牙粉刷牙，亦有效果。

9. 发早白：鲜草嫩苗炒作菜蔬食，久久食之，能乌须发。

罗布麻

本品一名茶叶花、泽漆麻，系夹竹桃科茶叶花属罗布麻，野生于盐碱土的纤维植物，民间采其嫩叶加工后代茶，亦作药用。

〔性味〕甘、苦、微寒。

〔成分〕根含强心甙，叶含橡胶，开花前含量最高可达4—5%。除强心甙外，近据分析显黄酮甙、甾类化合物、鞣质、酸性物质、多糖类、蛋白质的反应。

〔功用〕叶：降血压，根、叶有强心作用。

〔便方〕1. 高血压、头痛失眠：罗布麻叶及钩藤各1—2钱，红枣四个，水煎，一日分2次服。

2. 防治感冒：预防用罗布麻叶1斤，水5,000毫升，煎至2,500毫升，加苯甲酸0.25克防腐，每人每日服100毫升，分2次服，每周连服2天。

委陵菜

苗名野鸡膀子、白头翁，系蔷薇科委陵菜属，嫩苗可作菜蔬，亦入药。

〔性味〕甘、微苦、平。

〔成分〕根含鞣质、维生素C、蛋白质、钙盐等。

〔药理〕对阿米巴有杀灭作用，叶煎剂对动物肠管有抑制作用，本品流浸膏有扩张支气管作用。

〔功用〕清热解毒，止血止痢。

〔便方〕1. 阿米巴痢疾：委陵菜1两、黄连1钱、乌梅3钱，水煎服。

2. 急慢性肠炎：委陵菜1两、铁苋菜1两，水煎加红糖服。

3. 胃、十二指肠溃疡出血：委陵菜5钱、白芨3钱、红枣5个，水煎服。

墨 菜

即菊科鳢肠，一名墨旱莲。全国各地均有分布，为著名止血药。嫩苗叶可食。

〔性味〕甘、酸、凉。

〔成分〕全草含挥发油、鞣质、皂甙、怀德内酯、去甲基怀德内酯、 α -三联噻酚甲醇，以及菸碱、维生素A样物质。

〔药理〕动物试验：半切断狗股动脉，立即用墨菜叶干粉敷上，稍加压迫，有良好止血效果。

〔功用〕补血、止血，清热解毒，滋阴补肝肾。

〔便方〕1. 吐血、咯血、鼻衄：墨旱莲1两、荷叶、侧柏叶各5钱，水煎服。

2. 胃、十二指肠溃疡出血：墨旱莲1两、白芨5钱、甘草3钱、红枣4个，水煎服。

3. 预防稻田皮炎：鲜草捣烂涂手足上，擦至皮肤发黑，干后下水，每天上工前、后各擦一次。如已发病者，2至3天可治愈。

蒟 酱

一名槟榔蒟，或槟榔萎，为胡椒科植物萎叶藤。本品收载于《唐本草》，孟诜《食疗本草》名曰“土萆拔”。其苗叶名扶留藤。结实状如桑椹，长二、三寸，食之辛香。李时珍云：“两广、滇南及川南皆有之，其苗蔓生依树，彼人食槟榔者与此同嚼之，云辟瘴疠。”

〔性味〕辛、微甘、温。

〔成分〕含挥发油，油中主要成分为萎叶酚和对烯丙基苯酚。

〔功用〕行气化痰、祛风散寒。

〔便方〕1. 风寒咳嗽：蒟酱叶7片，橘皮2钱，红枣5个，水煎服。

2. 胃寒痛：蒟酱果或叶2钱，水煎加红糖温服。

3. 皮肤湿疹、脚癣、股癣：果及叶煎汤洗之。

密 花 豆

为豆科植物，又名三叶鸡血藤、血风藤、大血藤等，我国南部山区有产，根和藤茎入药，全年可采。

〔性味〕苦、甘、温。

〔成分〕含鸡血藤醇，铁质。

〔药理〕本品茎根煎剂对动物试验，证明有补血作用，能使血细胞增加，血红蛋白升高，此外，可引起血压下降，一

般能增张子宫节律性收缩。

〔功用〕 补血、行血、活血调经。

〔便方〕 1. 再生障碍性贫血：密花豆藤3两，红枣10个，水煎服。

2. 贫血，月经不调，腰酸白带：三叶鸡血藤2两，当归3钱，益母草1两，水煎加红糖服。

3. 放射性反应白细胞减少：鸡血藤，路党参各5钱，水煎服。

南 酸 枣

又名四眼果、货郎果、鼻涕果，为漆树科植物酸枣树。分布于浙江、福建、湖北、湖南、广东、广西、云南、贵州等处，为高大树木，核果椭圆形，熟时黄色、味酸、核坚硬。树皮、叶均药用。

〔性味〕 酸、涩、凉。

〔成分〕 树皮及叶均含鞣质。皮的含量为7.25—19.55%。

〔药理〕 对溶血性金黄色葡萄球菌、大肠杆菌、绿脓杆菌均有抑制作用。

〔功用〕 清热解毒、收敛、止血、止痛（均供外用，不作内服）。

〔便方〕 1. 烧伤烫伤：南酸枣树皮（去外皮取二层皮）煎浓汁，涂敷，一日2次。

2. 外伤出血：二层皮研细粉撒佈伤口。

3. 牛皮癣：树皮煎浓汁涂敷，一日2次。

盐云参

即白丹花科补血草属植物，中华补血草，又名匙叶菜、矾松，根名海萝卜。分布于我国东北、华北及陕、甘、宁和苏北等盐碱地。嫩叶可食，其根味甜，民间用之补血。根秋冬采挖。

〔性味〕叶：苦、咸、温。根：甘、微苦、涩。

〔成分〕根含水溶性转化糖 22.5%，粗蛋白质 19%，纯纤维 11.7%，还原糖 4.2%，粗脂肪 1%，灰分 6.9%，鞣质。

（据江苏省药检所）

〔功用〕根：健脾补血，活血止血，调经。

〔便方〕1. 劳伤脱力：盐云参 1 两、红枣 6 个，水煎服，用以恢复疲劳。

2. 妇女月经少，贫血萎黄：盐云参、党参各 5 钱，水煎加红糖适量服。

3. 功能性子宫出血：盐云参、红孩儿（薯蓣）各 1 两，水煎服。

猪殃殃

本品又名锯锯草，活血草，是茜草科小草本。其嫩苗可作菜，据说猪食之则病，故名猪殃殃。

〔性味〕辛、苦、凉。

〔成分〕全草含甙类化合物、车前草甙、茜根定一樱草糖甙，伪紫色素甙。据近期文献报导，尚含 2,2-二甲基萘

(1,2—b) 吡喃。

〔功能〕利尿、消肿，清热解毒。

〔便方〕1. 乳腺癌、下颌腺癌、甲状腺肿瘤、子宫颈癌：猪殃殃1两，水煎加红糖适量，分3—6次服，每日一剂（如鲜草则用半斤，绞汁加红糖服。）可长期服。

2. 阑尾炎：鲜草多量（4—6两），水煎服。

3. 水肿、小便不利：干草1两，车前草1两，水煎服。

4. 恶疮乳癌：鲜草捣烂敷贴，一日换贴2次。

红 豆 蔻

本品为姜科山姜属、大高良姜之果实。分布于我国台湾、广东、广西、云南等省区。系多年生草本，根横走、块状如姜、红棕色，果实圆形，橙红色，有香气，味稍辣。

〔性味〕辛、温。

〔成分〕种子含挥发油、淀粉及蛋白质。

〔功用〕温中散寒，行气止痛。

〔便方〕1. 胃寒疼痛（包括慢性胃炎、神经性胃痛）：红豆蔻1钱，研末，每服3分，红糖汤送服，一日3次。

2. 慢性气管炎，咯痰不爽：红豆蔻1钱，莱菔子、苏子各2钱，水煎，一日分2次服。

沙 枣

本品为胡颓子科胡颓子属沙枣。黑龙江、吉林、辽宁、

河北北部、内蒙古、新疆、河南等地均有栽培或野生，果可食，果及树皮均药用。

〔性味〕果：酸、甘、凉。树皮：酸、微苦、凉。

〔成分〕茎干、根分离出生物碱类，如哈尔满、四氢哈尔满、二氢哈尔满、2—甲基—1、2、3、4—四氢— β —咔啉；其它尚含咖啡酸、绿原酸、新绿原酸；叶及干枝并含有儿茶精及表儿茶精。

〔功用〕皮：清热凉血、收敛止痛，果：健脾止泻。

〔便方〕1. 妇女白带：沙枣树皮5钱，水煎服。

2. 外伤出血：树皮研末外敷。

3. 消化不良、胃痛、肠炎下痢：沙枣5钱至1两，水煎服。

4. 烧、烫伤：树皮4两、黄柏1两，加水1500毫升，煎至300毫升、过滤，用药液喷洒或纱布湿敷伤面，一日2次。

托 盘

一名树莓、为蔷薇科悬钩子属蓬蘽，分布于我国东北、河北、山东等地山地阳坡。成熟果实夏秋采收，收后在沸水中烫一下再晒干，根秋后挖掘。

〔性味〕果：酸、甘、温。根：苦、凉、平。

〔成分〕果：含有机酸，主要为枸橼酸、苹果酸、水杨酸及其盐类，此外尚含果胶质、糖、维生素C。

〔功用〕果：补肝肾、缩小便。根：祛风利湿。

〔便方〕1. 慢性肝炎：托盘根1两、红糖适量，水煎服。

2. 风湿性关节炎：托盘根、穿山龙各1两，烧酒1斤，泡浸七天，每服10—15毫升，一日2次。

3. 阳痿遗精、遗尿：托盘果2—3两、黄酒1斤，炖服，一日3次分服(不饮酒者可用黄酒和水等量炖服)。

溪黄草

本品为唇形科香茶菜属线纹香茶菜，产浙江、江西、广东、四川等省。其叶揉之有黄色液汁，故有熊胆草、溪黄草等名。

〔性味〕苦、寒。

〔功用〕清热利湿、凉血散瘀。

〔便方〕1. 急性黄疸型肝炎：溪黄草、马蹄金、车前草各1两，水煎服。

2. 急性胆囊炎：溪黄草1两，山栀子、龙胆草各3钱，水煎服。

3. 急性肠炎痢疾：溪黄草6钱，黄连2钱，黄柏3钱，水煎服。

4. 风火赤眼(包括急性眼结合膜炎)：溪黄草3钱，水煎，去渣过滤后，以药汤洗眼。

枫荷梨

一名半荷枫、鸭脚荷，系五加科树参属树参。产长江以南各省灌丛林间，为常绿灌木，嫩芽可食，根及茎枝供药

用。

〔性味〕甘，温。

〔功用〕祛风湿，壮筋骨，活血止痛。

〔便方〕1. 风湿、类风湿性关节炎，腰肌劳损、坐骨神经痛：枫荷梨根3两、鸡血藤2两、桂枝2两，以烧酒三斤泡七至十天，每次10—20毫升，一日2次饮服。

2. 偏头痛、臂痛、肩关节周围炎：树参根1两，当归、川芎各2钱，水煎服。

3. 脱力劳伤，四肢无力：树参茎枝或根1两（鲜品2两），煮鸡蛋2至3个，吃蛋喝汤。

4. 中风后半身不遂：树参根1两，红枣4个，水煎服。

千 屈 菜

本品系千屈菜科千屈菜属，又名败毒莲、蜈蚣草。是多年生草本，分布于全国各地，多生于水沟旁湿地草丛间，亦有栽培，叶可食。

〔性味〕苦、微甘、凉。

〔成分〕全草含千屈草甙、鞣质、胆碱等。

〔药理〕本品煎剂对葡萄球菌、伤寒杆菌、痢疾杆菌均有较强的抑制作用，并有抗出血作用。

〔功用〕清热解毒、凉血止血。

〔便方〕1. 肠炎、痢疾：千屈菜5钱，马齿苋5钱，水煎服。

2. 外伤出血：鲜草捣烂绞汁，外用。或干草研末撒布上包扎之。

3. 伤寒、副伤寒：千屈菜 1 两，水煎服。
4. 吐血、衄血、便血：千屈菜 5 钱，墨菜 5 钱，红枣 5 个，水煎服（孕妇忌服）。

水 苦 苳

一名水仙桃、水莨苳、接骨仙桃。系玄参科婆婆纳属。我国各地均有，多生于田边水沟低湿草地。茎直立肥壮，多水分，中空，初夏开花，果球形。果内常因有小虫寄生而膨大呈桃状，此虫瘿果及草供药用。

〔性味〕苦、甘、平。

〔成分〕全草含杂甙类、蛋白质，可溶性含氮化合物，可溶和不溶性含磷化合物，另据报导，生于水中者所含的氮、磷化合物较生在旱地者为高。

〔功用〕活血止血，解毒消肿。

〔便方〕1. 咳血咯血：水仙桃草 1 两，藕节、仙鹤草各 5 钱，水煎服。

2. 月经过多、痛经：带虫的仙桃草 1 两，益母草 5 钱，当归 3 钱，水煎服。

3. 跌打伤：仙桃草焙干研末，每服 1 钱，热黄酒送服，一日 2、3 次。

白 茅 根

为禾本科白茅的根。全国均有分布，喜阳耐旱，普遍野

生于山坡路旁。夏季开花，嫩时小儿喜食之。花及根均供药用。秋采花，冬春挖根。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕根状茎含芦竹素、豆甾醇、菜油甾醇、 β -谷甾醇，白茅素、薏苡素和葡萄糖、果糖、木糖、蔗糖、枸橼酸、草酸、苹果酸、钾盐等。

〔功用〕花：凉血止血，根：利小便。

〔便方〕1. 急性肾炎、肾盂炎、泌尿系感染：鲜茅根4两，水煎服。

2. 咯血、尿血：白茅花1两，根3两，水煎服。

3. 小儿麻疹：鲜茅根适量煎水代茶饮服。

番 杏

番杏，一名海滨莴苣，为番杏科多年生草本。生于海滨盐碱砂地，或栽培于园圃，茎高2—3尺，叶有柄，质厚而软，茎叶多带肉质，嫩叶供食用，我国台湾、福建、浙江宁波等地均有分佈，全草入药。

〔性味〕甘、平、滑。

〔成分〕全草含蛋白质，脂肪，糖类，维生素B、C，胡萝卜素。

〔功用〕凉血解毒，利尿，消疮肿，解蛇毒。

〔便方〕1. 胃癌、食道癌：番杏叶（鲜）3至4两，薏苡仁1两，草决明子4钱，菱草（鲜）4两，水煎服。

2. 毒蛇咬伤：鲜草适量，捣烂绞汁服半杯，以渣敷伤口。

3. 无名肿毒：以鲜根捣烂敷患处，一日2至3次换敷，能迅速解毒，消肿止痛。

岩头菜

本品一名美舌藻、乌菜、蛔虫菜，即红藻门红叶藻科鹧鸪菜。我国沿海广东潮汕、浙江、福建均有，生于岩石间。《本草纲目拾遗》云：“鹧鸪菜生海石上，色微黑，小儿食之，能下腹中虫。”

〔性味〕咸、平，有海藻气味。

〔成分〕全草含美舌藻甲素，即海人草酸，另含甘露糖甘油酸钠盐（即海人草素）。

〔药理〕取离体不久的人蛔虫15条，置于美舌藻的生理盐水中提取液，经过1小时左右，蛔虫抑制不能动，其驱蛔率高达80%。又取美舌藻100克炒食，排虫率可达50—80%。

〔便方〕1. 蛔虫病：岩头菜（鲜草）1—2两，洗净，水煮当菜吃。

2. 蛔虫性肠梗阻、胆道蛔虫、腹痛：岩头菜鲜品2两，草决明子1两，槟榔6钱，水煎去渣空腹时一次服。

附注：同类植物有：松节藻科海人草，产我国台湾，东沙、南沙群岛。另松藻科刺松藻，产渤海、黄海等岩石上，均为良好的蛔虫驱除药。

郎 耶 菜

本品又名豆渣菜，为菊科植物狼把草。名见《开宝本草》。系一年生草本，我国各地均有，普遍野生于路旁阴湿地。嫩苗可作野菜。药用全草，夏秋采收。

〔性味〕苦、平，无毒。

〔成分〕含木犀草黄素，为5、7、3、4—四羟基黄酮。

〔功用〕清热解毒，养阴敛汗。

〔便方〕1. 感冒发热，扁桃体炎：狼把草1两，甘草2钱，水煎，一日分2次服。

2. 肠炎痢疾、腹痛后重、赤白如冻：郎耶菜鲜草一大把，洗净切碎，捣绞汁，每服半杯，一日2次。

3. 皮肤湿疹疮疖：郎耶菜捣绞汁搽患部，一日2—3次。

4. 肺结核咳血、盗汗：狼把草4钱（干品），墨旱莲4钱，红枣4个，炖汤服。

费 菜

费菜，一名土三七，为景天科景天属植物景天三七，为多年生的肉质草本。生于山石间或阴湿墙边，广泛分布于我国东北、华北、华东、四川等地。

〔性味〕甘、微酸，平。

〔成分〕景天三七全草含景天庚糖，蔗糖，果糖及蛋白质。

〔功用〕止血消炎，安神宁心，并有抑菌作用，对金黄色葡萄球菌及绿脓杆菌均有较强抑制效果。

〔便方〕1. 过敏性紫癜、消化道出血：景天三七1两（鲜品2两）水煎服，一日2次。

2. 神经衰弱失眠：费菜1两（鲜品），甘草2钱，水煎去渣，睡前冷服。

3. 咳血鼻衄：景天三七捣汁，每服半杯，一日2—3次，凉开水冲服。

野白菜

本品又名白地黄瓜、黄瓜菜等，系堇菜科堇菜属匍伏堇，广泛分布于长江以南各省阴湿草地，原系野菜、药用全草、春末采收。

〔性味〕苦、微辛、寒。

〔功用〕清热解毒，排脓消肿。

〔便方〕1. 急性黄疸型肝炎：匍伏堇、蒲公英各5钱，红枣4个，水煎服。

2. 急性乳腺炎：匍伏堇1两，水煎服，并以药渣敷患部，一日3次。

3. 痈疽疔疮：鲜匍伏堇洗后切细，加食盐少许，捣烂敷患部，一日2—3次换敷。

红花菜

红花菜，又名紫云英，或称翘摇。属豆科植物。长江以南各地常于冬季栽培在田中作绿肥。全草可食，并可和种子入药，种子药材名草蒺藜。

〔性味〕辛、平，无毒。

〔成分〕全草含多种维生素，并含葫芦巴碱、腺碱、胆碱等。

〔功用〕明目、祛风、利水、清热、解毒。

〔便方〕1. 小便不利，热淋，尿频尿急，或尿血：紫云英根1~2两，水煎，1日分2~3次饮服。

2. 黄疸，鼻衄，小便不利：红花菜鲜草1~2两，水煎服。

3. 夜盲：草蒺藜5钱，草决明子3钱，红枣3枚，水煎，一日分2次服。

蕺菜

蕺菜，一名鱼腥草，属三白草科植物。名见《名医别录》。唐·苏颂说：“生湿地，山谷阴处亦能蔓生，叶如荞麦而肥，茎紫赤色，江左人好生食，关中谓之‘菹菜’，叶有腥气，故俗称‘鱼腥草’。”

〔性味〕辛、寒凉。

〔成分〕全草含挥发油，油中主要成分为甲基正壬酮，月

桂油烯，辛酸及月桂醛等，具有特殊臭气。此外尚含有刺激性的蕞菜碱。叶含槲皮甙。花穗及果穗含有异槲皮甙。

〔功用〕内服有利尿、解毒、消炎、排脓、祛痰作用。据近年研究，本品水煎剂，粉剂，注射剂，对肝脏出血有良好的止血作用，此值得进一步研究。又据中医临床经验证明，对肺脓疡，痈疖等化脓性炎症有效。生嚼根茎，能缓解冠心病的心绞痛。

〔便方〕1. 肺痈吐脓痰：鲜草洗净，炒作菜吃。或用鱼腥草1两(鲜草2两)，桔梗4钱，甘草2钱，水煎服。

2. 肺热咳嗽，咯痰带血(包括急性支气管炎、肺结核)：鱼腥草6钱(鲜草1两2钱)，甘草2钱，车前草1两，水煎服。

3. 小儿高热惊风，大人肺炎，热咳气急：鱼腥草、黄荆条各一两，钩藤3钱，水煎服，小儿酌减。

4. 遍身生疮(包括多发性痈疖等)：鱼腥草嫩叶和米粉做成饼，油煎食之。

5. 痈疖发背，疔疮肿毒：不拘已溃未溃，可用湿纸包裹鲜鱼腥草，置于灰火中煨熟，取出捣烂，涂敷患处。

6. 黄疸发热(包括胆囊炎等)：鱼腥草5至6两，水煎温服，据称疗效颇佳。

7. 心脏病，心绞痛，胸痛彻背：鲜鱼腥草的根茎每次用1至2寸放口中生嚼，一日2至3次，不但能缓解疼痛，持续久服亦有治愈的病例。

8. 妇女子宫内膜炎，宫颈炎，附件炎，赤白带下腥臭，下腹痛等：鱼腥草1至2两(鲜草加倍)，蒲公英、忍冬藤各1两，水煎服。

9. 痧症腹胀，小儿疳积，食伤不化，腹痛泻痢：鲜叶或

全草洗净捣汁，每次用半调匙。温开水冲服。

10. 痈疽不破头、脓排不出：将此草捣烂、涂贴于患部能出脓，故此草又名“代刀草”。(枪珠、弹片、竹签、木刺进入肌肉，即以湿纸包裹本品，于火中煨熟，捣烂敷贴之，有吸出弹片、签、刺之功)。

11. 项疽搭背，脓栓不出：湿纸包裹鲜草，于灰火中煨熟，捣烂敷于患部，可吸出脓液，并有止血止痛，消炎防腐之功。

菠 菜

菠菜，原名菠薐菜。属藜科植物。各地均有栽培。

〔性味〕甘、冷、滑，无毒。

〔成分〕含有叶绿素，草酸，维生素A、B、C，并含铁。

〔功用〕利五脏，通血脉，下气调中，止渴、润肠。适用于慢性便秘，高血压，痔疾；并能促进胰腺分泌，有助消化作用。

〔便方〕1. 糖尿病，消渴饮水无度：鲜菠菜根2至4两，干鸡内金5钱，水煎，一日2至3次饮服。

2. 高血压，便秘，头痛、面红、目眩等：鲜菠菜置沸水中烫约3分钟，以麻油拌食，一日2次。

3. 风火赤眼：菠菜子，野菊花(或菊花脑)适量，水煎服。

4. 咳嗽气喘：菠菜子以文火炒黄，研成细末，每次服1钱半，一日2次，温水送服。(东北验方“咳喘散”)

马 兰 头

马兰头，又名路边菊或田边菊，南方民间叫鸡儿肠，四川叫泥鳅串等。系菊科植物，茎直立，有时略带红色，叶脉通常离基3出，表面粗糙，两面有短毛，春天摘其嫩茎叶作蔬菜称马兰头。

〔性味〕甘、平、微寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、维生素C、有机酸。

〔功用〕清热止血，有抗菌消炎作用。适用于吐血鼻衄，急性肝炎，咽喉、扁桃体炎，腮腺炎和乳腺炎等化脓性炎症。

〔便方〕1. 吐血，衄血，齿衄及皮下出血性紫斑病等：鲜红梗马兰根或全草适量，洗净捣烂绞汁，以温水冲服，或大量全草煮汁服。亦有用青壳鸭蛋与马兰头同煮，煮熟后碎其壳再煮至鸭蛋呈黑色，吃蛋喝汤。

2. 黄疸型或无黄疸型急性肝炎：红梗马兰根1至2两，水煎服，或配合他药对症处方。

3. 急性咽喉炎，扁桃体炎，上感发热，急性眼结膜炎，口腔炎，牙周炎：鲜全草2至4两(干草1至2两)，水煎服。

4. 预防流感，白喉：马兰头、金银花、甘草适量，煎汁代茶。

5. 妇女倒经：马兰全草1至2两，水煎加少许黄酒饮服。

6. 乳腺炎，痈疔疔毒，跌打肿痛：鲜马兰加食盐少许一同捣烂，用米醋拌糊，涂敷患处，另用马兰根1至2两，用水和酒合煎服。

7. 小儿疳积, 疳眼, 夜盲: 马兰头炒猪肝(或羊肝)吃。

8. 高血压, 眼底出血, 青光眼, 眼球胀痛: 马兰根1两, 生地5钱, 如便秘加生大黄2至3钱, 水煎, 一日2次分服。

菊花脑

菊花脑, 或呼菊花郎, 是菊科栽培草本野菊花的近缘植物。江苏南京地区作菜蔬, 当地居民门前屋后普遍栽植, 冬季分根, 春季摘其嫩苗炒焯作菜。药效与野菊相似。

〔性味〕甘、凉, 无毒。

〔成分〕含蛋白质, 糖类, 脂肪, 维生素B₁、C, 黄酮, 挥发油。

〔功用〕清热凉血, 调中开胃。本品亦能降血压, 清热解毒。适宜于胃热心烦、便秘口苦、头痛目赤等症。

〔便方〕1. 皮肤病, 化脓性炎症: 菊花脑全草或花, 煮浓汁洗涤或涂患处, 一日2至3次。

2. 热疖, 疖子, 疱疹: 用全草或花煎汤内服, 并将渣捣烂湿敷患处。

3. 脚湿气, 搔痒、湿烂或化脓: 用花或全草煮汤洗涤患处, 一日2次。

4. 高血压, 头痛、目赤、心烦、口苦: 鲜嫩苗煮食, 或全草及花煮汤喝, 剂量不拘。

5. 妇女子宫颈糜烂: 用黄菊花即野菊花(菊花脑之花亦同样有效), 流浸膏涂擦患部, 其治愈率为84.9%、疗效确比红汞为高, 且无毒性。《中华妇产科杂志》(1958.6.537—538)。

金花菜

金花菜，原名苜蓿，属豆科植物。见载于陶宏景《名医别录》。各地有野生，亦有栽培。江苏苏州等地将其嫩苗腌作菜蔬，叫金花菜。

〔性味〕甘、平、滑，无毒。

〔成分〕全草含多种维生素、胡萝卜素。

〔功用〕利大小肠，安中，和胃，舒筋活络。

〔便方〕1. 风湿筋骨痛，神经痛：野苜蓿5钱，水煎，一日分2次服。

2. 黄疸型肝炎：野苜蓿、茵陈各5钱，水煎，一日分2次服。

3. 白血病：野苜蓿5钱，水煎，一日分2次服（以上宁夏中草药资料）。

4. 毒蛇咬、蜈蚣及黄蜂螫：鲜草捣烂，涂敷伤口（江西草药资料）。

马齿苋

马齿苋，一名酸米菜，南京地区药材名叫安乐菜。系马齿苋科植物。肉质草本，开黄色小花，果实成熟时环状裂开，分布我国各省。

〔性味〕酸、寒，无毒。

〔成分〕含维生素B、C，胡萝卜素和草酸、硝酸钾、氯

化钾等。

〔药理〕抑菌试验：对大肠杆菌、伤寒杆菌、痢疾杆菌等均有抑制作用，特别对痢疾杆菌的作用很强。

〔功用〕适用于痢疾、肠炎、急性关节炎、膀胱及尿道炎、肛门炎、痔疮出血等。

〔便方〕1. 赤白痢疾：马齿苋2至3两（鲜草加倍），扁豆花3至4钱，水煎加红糖，一日分2次服。或马齿苋烧存性，研细，以糖水调服。每次服2钱，一日2次。

2. 妇女赤白带：鲜马齿苋，洗净捣烂绞汁约2两，生鸡蛋2只，去黄，用蛋白和入马齿苋汁中搅和，开水冲服，每日1次。

3. 黄疸：鲜马齿苋绞汁，每次约1两，开水冲服，一日2次。

4. 烂腿（臁疮）：鲜马齿苋捣烂，连渣敷于患处。

5. 小便尿血，便血：鲜马齿苋绞汁，藕汁等量，每次半杯（约2两），以米汤和服，一日2次。

苕 麻

苕麻，又名苕麻，属荨麻科植物。因其皮可以绩纴，可以织布，又名白苕。其叶面青背白，故药材名叫天青地白草。有家种、野生两种，入药通常用野苕麻。根、叶均供药用。浙江湖州民间用嫩叶煮熟揉于米粉中作糕团，清香可口，叫做苕头青。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕含咖啡鞣酸、胡萝卜素、维生素、蛋白质、脂肪、糖类。

〔功用〕根煎服能安胎，捣汁可贴丹毒。叶主刀、枪伤，

跌打出血等。全草可清热、解毒、消炎，有止血、安胎作用。

〔便方〕1. 跌打伤，刀伤，弹片伤，战伤出血：鲜苕麻捣烂绞汁，拌入风化石灰，晒干；再拌入苕青汁、再晒干，如此3至5次，最后晒干或烘干，研成极细粉末，撒佈于伤口，对于止血有卓效。（如仓猝无备，即用鲜苕麻叶、茎洗净切碎，捣烂敷于患处。）

2. 五色丹毒（包括小儿赤游丹，疔腮，大人颜面丹毒，足丹毒等）：苕麻嫩茎叶，捣烂榨汁，涂敷患处。

3. 水泻不止，或赤白痢疾：苕麻叶焙干研细，以凉开水调下（注意：勿用热水服），每服1钱（小儿减半），一日2至3次。

4. 孕妇腹痛，胎动不安或怀孕期漏红：苕麻根1两（鲜根2至3两），水煎浓汁，去渣，一日2至3次分服。

5. 尿血，或妇女赤白黄色带下：苕麻根1至2两，水煎去渣，一日分2次服。

6. 脱肛不收，妇女子宫脱垂：鲜苕麻根一握，切碎捣烂，煎水熏洗，一日2至3次。

7. 痈疽发背，乳痈，无名肿毒：鲜苕麻根或嫩茎叶捣烂敷于患处，干则更换，肿消为度。

8. 毒蛇咬伤：鲜苕麻嫩叶捣烂敷于患处，并用根1两，水与酒合煎服。

蒲公英

蒲公英，又名黄花地丁，见《唐本草》。苏颂云：“春初生苗，叶如苦苣，有细齿，中心抽一茎，茎端一花，色黄”。李时珍说：“小科布地生，断之有白汁，嫩苗可食”。此草各地自

生、系菊科多年生草本植物。全草作药用。

〔性味〕苦微甘、性平，无毒。

〔成分〕根含蒲公英素、蒲公英苦素、植物甾醇、菊糖及果胶等。

〔功用〕健胃、利胆、清血、净血，并有催乳，以及缓和轻泻之功。本品为有效的抗菌消炎、清热解毒药，适用于感染性炎症发热，如：上感、流感、急性气管炎、肺炎、胆囊炎、乳腺炎等，对于胃炎、胃及十二指肠溃疡亦有卓效。

〔便方〕1. 急性及亚急性胆囊炎，肋间痛、寒热、呕吐、便秘：鲜蒲公英全草2至3两，水煎服，15日为一疗程。笔者经验连用1至2个疗程，有根治之例。

2. 乳痈肿痛：蒲公英1两，金银花或忍冬藤叶3钱，以黄酒、水合煎，温服。

3. 胃、十二指肠溃疡：蒲公英根焙燥研细末，温水送下，每服2至3分，一日2至3次，连服10天为一个疗程。

4. 上呼吸道感染，扁桃体炎，咽喉痛，发热头疼：蒲公英5钱(鲜草1至2两)，生甘草1至2钱，水煎服。

5. 中耳炎化脓期：蒲公英、紫花地丁各1两，水煎，一日分2~3次服，并取药液滴耳。

6. 急性眼结膜炎(风火赤眼)：蒲公英2两，水煎服，同时取药汁少许洗眼，1日3次。

台湾莴苣

台湾莴苣，又名野苦菜或高脚蒲公英，系菊科莴苣属的一种野菜，各地均有分布。根作圆锥形，肥大，有2~3个分

枝；茎叶断之有白色乳汁，如蒲公英而株高大；叶互生，抱茎、无柄，叶片琴形，边有缺刻；小花黄色，头状花序；种子也如蒲公英，有白毛，能飞散。此原为民间草药，江苏省各地收购。南京、江宁、六合、江浦叫八楞麻；盱眙叫九刀参；苏州吴县叫乳浆草或八楞木；江西省叫丁萝卜。大都自产自销，但苏州商品亦销上海。

〔性味〕苦、寒，无毒。

〔成分〕根、茎、叶含橡胶、树脂、维生素、糖类。

〔功用〕清热解毒，消肿散结。适用于一切疮疖痈疽、无名肿毒等各种感染化脓性炎症。也有用治阑尾炎，据一般反映效果尚好。

〔便方〕1. 慢性阑尾炎及阑尾周围脓肿：台湾莴苣全草2两，红花1钱，桃仁3钱、大血藤1两，黄酒与水合煎服，一日2次。

2. 痈疮疔毒，无名肿毒：鲜草捣烂外敷于患处，并内服。

3. 指疔(瘰疬)：鲜根适量，洗净捣烂，略加轻粉少许，研匀，涂敷患处，一日换药2次。

4. 乳痈：鲜根捣烂，外敷。

5. 毒蛇咬伤：鲜根捣烂，加入少量雄黄搅和，敷于伤口周围。另用根或全草1至2两，水煎服(或用鲜草捣烂，以开水冲服)。

6. 跌打伤、吐血：全草1两(鲜草3两)，瘦猪肉1两，煮汤服。

7. 皮肤癣疥：鲜草捣烂，混和猪油，包于纱布内，擦拭患处，每日2至3次(苏州吴县民间经验)。

8. 痔疮：全草一握，煮汤洗拭，一日2次(南京江宁县民间经验)。

茼蒿菜

茼蒿菜，一名蓬蒿菜，属菊科植物。李时珍云：“九月分下种，冬季及明年春季采食，茎叶肥嫩，微有蒿气，故名茼蒿。花深黄色，状如小菊花。”

按：此菜自古已作药用。唐·孙思邈收载于《千金方》。

〔性味〕甘、辛、平，无毒。

〔成分〕含挥发油，脂肪，蛋白质，维生素，磷，铁，钙等。

〔功用〕清血养心，润肺消痰。

〔便方〕1. 高血压性头昏脑胀：鲜茼蒿菜一握，洗、切、捣烂取汁，每服一酒杯，温开水和服，一日2次。

2. 热咳痰浓：鲜茼蒿菜3两，水煎去渣，加冰糖适量溶化后，分2次饮服。

3. 烦热头昏，睡眠不安：鲜茼蒿菜，菊花脑（嫩苗）各2至3两，煮汤，一日2次饮服。

地 肤

地肤，又名地麦、落帚、扫帚苗，属藜科植物。李时珍说：“地肤嫩苗，可作菜茹，田野甚多，枝叶繁多，其子微细，如初眠的蚕砂，作药用，名益明，功能明目，子落则老，茎可作扫帚，故名落帚”。

〔性味〕苦、寒，无毒。

〔成分〕主要含皂甙，并含维生素A元。

〔药理〕地肤子水浸剂(1:3)在试管内对许兰氏黄癣菌、数种小芽胞癣菌和星形奴卡氏菌等皮肤真菌有不同程度的抑制作用。

〔功用〕强壮，利尿，明目，有溶解尿酸作用，适用于尿酸过多的疾病，如尿路结石，黄疸后皮肤搔痒症，尿酸性痛风等。并可用于夜盲症。其嫩苗亦有利尿消炎，清热明目作用。

〔便方〕1. 皮肤搔痒症，黄疸：地肤子1两，红枣4个，水煎，一日2次分服。

2. 砂淋，血淋，热淋，尿涩刺痛：地肤子1两，海金沙3钱，甘草2钱，水煎，一日分2次服。或用鲜地肤全草一握，捣烂绞汁一杯，分2次服。

3. 雀目夜盲：地肤子5钱，车前子3钱，青箱子3钱，水煎，一日分2至3次服。

4. 泄泻不止，肠炎痢疾：地肤子6钱至1两，地榆5钱，石榴皮2钱，水煎，一日2至3次分服。

薄 荷

薄荷，属唇形科植物。江浙各地多栽培，我国苏州特产的一种龙脑薄荷，尤为佳品。夏令作清凉饮料以解暑热。

〔性味〕辛、凉、微甘，无毒。

〔成分〕全草含挥发油，油中主要成分为薄荷醇、薄荷酮、樟烯、柠檬烯等。

〔功用〕发汗解表，清暑化浊，辟秽气，清头目。

〔便方〕1. 风热感冒，头痛咽疼：嫩薄荷叶1钱，甘草1

钱，开水冲泡，一日分2次饮服。

2. 风热搔痒（荨麻疹一类）：薄荷叶1钱，蝉蜕1钱，加黄酒和水，煮一沸，一日2~3次分服。

藜

藜，俗名灰条菜，属藜科植物。初生嫩叶紫红色，后变绿色。嫩时可食。茎、叶、种子均入药。

〔性味〕叶：甘、平，微毒。

〔成分〕全草含挥发油，根含香藜素、甜菜碱、氨基酸、甾醇、油脂。

〔功用〕祛风解毒。

〔便方〕1. 皮肤疥癣：藜茎叶煎浓汤洗患部。

2. 小儿头疮（俗呼胎毒）：藜花果穗，烧存性，研细末，麻油调涂。

3. 高血压、中风：全草阴干，每日5~6钱，水煎代茶，有预防和治疗之功。

4. 龋齿牙痛：藜茎叶煎浓汁，含漱，一日数次，能止痛。

稗

稗，通称稗草，属禾本科植物。我国各地均有野生。

〔性味〕甘、微苦、微寒，无毒。

〔成分〕种子含淀粉、蛋白质、维生素。

〔功用〕稗子益气、健脾，根、苗止血。

〔便方〕1. 肺结核咳血：稗草子3钱，白芨2钱，水煎服。

2. 刀伤出血：鲜稗草连根捣烂外敷；或干草焙研细末，撒于伤口，血可止。

茅 莓

茅莓，一名红梅消，属蔷薇科植物。江苏药材名红梅消，天青地白草。《本草纲目》称藉田蘼。我国各地都有野生，果实酸甜可食。

〔性味〕甘、苦，微寒。

〔成分〕根含鞣质、黄酮类、糖类。果实含糖类、维生素C。

〔功用〕清热解毒，活血消瘀。

〔便方〕1. 痈疮肿毒：鲜叶洗净捣烂，湿敷患处。

2. 跌打损伤：根5钱、甘草2钱，以黄酒和水等量煎服。

3. 黄疸型肝炎：根2~4两，红枣4个，水煎服。

4. 湿疹性皮炎：全草适量煎浓汤，洗涂患处。

罗 勒

罗勒，一名香菜，属唇形科植物。《本草纲目》列入菜部，可作菜食。掌禹锡说：北人避石勒讳，改呼香佩兰。叶似紫苏，香气极浓。广泛分布于温暖地带。我国各地栽培为提取芳

香油原料，亦供药用。

〔性味〕辛、温，微毒，不可多食。

〔成分〕含挥发油(为1.8-桉叶素、丁香油酚、甲基胡椒酚、芳樟醇等)

〔功用〕调中消食、利水，种子治目翳。

〔便方〕1. 呃忒：罗勒叶2钱(鲜叶加倍)，生姜3片，开水泡或煎一沸，乘热服。

2. 呕吐反胃：鲜草适量捣汁一匙，甘蔗汁二匙，加温服，一日2次。

3. 眼角膜生翳：种子1~2粒，洗净，纳入眼眦内，闭目少顷，种子湿胀了，粘连目翳而出。

白 栎

白栎，一名青冈树，或叫橡栎，属山毛榉科植物。果实名橡子，富含淀粉，可酿酒或制豆腐、粉丝等。亦入药。

〔性味〕苦、微温，无毒。

〔成分〕种子含淀粉，壳、树皮含鞣质、槲皮素。

〔功用〕止血、止痢。

〔便方〕1. 下痢脱肛：橡栎叶、乌梅肉各2~3钱，水煎去渣，加赤砂糖，一日2次分服。

2. 小儿疳积：白栎(果实的虫瘿)5钱，麦芽3钱，水煎，一日2次分服。

3. 小肠疝气：果实的虫瘿3~5钱，水煎去渣，一日2次分服。

4. 咳嗽气喘、慢性支气管炎：白栎叶3~4钱，水煎，加

冰糖服。

独行菜

独行菜，属十字花科植物一年或二年生草本。生于田野，各地均有分布。短角果近圆形，种子椭圆形，棕红色，平滑，可榨油，作药用，亦称葶苈子。

〔性味〕苦、辛、平。

〔成分〕种子含强心甙。

〔药理〕动物实验，对猫的水合氯醛形成的衰弱心脏，可使其心肌收缩力加强，输出量增加，并有平喘作用。

〔便方〕1. 慢性渗出性胸膜炎：独行菜种子（炒）5钱，红枣4枚，茯苓3钱，半夏2钱，甘草1钱，水煎服。

2. 老年慢性支气管炎，喘息咳嗽：独行菜种子3钱，杏仁3钱，陈皮2钱，桑白皮3钱，水煎服。

播娘蒿

播娘蒿，属十字花科植物一年生草本。茎直立，多分枝，花淡黄色，长角果窄条形，种子卵形褐色，有细网纹。我国华北、西北、华东、四川都有分布。种子含油达40%，可食用，亦作药用，为葶苈子的一种。

〔性味〕辛、微温。

〔成分〕种子含硫甙、脂肪油，并可能含强心甙类物质。

〔药理〕祛痰定喘，强心利尿。

〔便方〕1. 慢性支气管炎，咳吐稀薄水样痰：种子5钱（炒），红枣4个，水煎服。

2. 慢性肺结核咳嗽，渗出性胸膜炎：种子4钱，半夏1钱半，淡干姜8分，炙甘草1钱半，百部3钱，红枣4个，水煎服。

菥 蓂

菥蓂，一名遏蓝菜，或称大芥。江、浙地区当做败酱草。属十字花科一年生草本，茎直立无毛，叶倒披针形，开白色花，短角果倒卵形，种子黄褐色，嫩苗作野菜，可食。种子榨油及药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔功用〕清热解毒，明目利尿。

〔便方〕1. 目赤热痛，流泪：菥蓂子炒研细末，每服1钱，米汤送服，一日2次。

2. 迁延性肝炎：菥蓂全草1两，地耳草、白花败酱各5钱，甘草2钱，柴胡2钱，水煎服。

腐 婢

腐婢，一名豆腐柴，或称臭黄荆，属马鞭草科植物。我国华东、中南、西南各省区均有分布。叶可制豆腐，根、茎、叶入药。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔功用〕清热解毒，散肿止血。

- 〔便方〕1. 酒醉不醒：叶3钱，葛花2钱，水煎服。
2. 痔瘕下血：叶焙干研末，每服1钱，米汤送下，一日3次。
3. 毒蛇咬伤：鲜草捣汁内服及外敷。

地 耳

地耳，名见《本草拾遗》，俗名地踏菰。李时珍说：地耳亦石耳之属，生于地者，状如木耳，春夏生雨中，雨后即采之。江南农村常采作野菜炒食。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质、糖类、维生素类。

〔功用〕清热解毒，凉血明目。

〔便方〕1. 丹毒，皮疹赤热：鲜地耳研汁涂患部，干则再涂（溃烂疮口勿用）。

2. 夜盲：本品阴干，每日1~2钱，水煎服。

石 耳

石耳，一名石壁花。为地衣门石耳科植物。生于岩石上，体扁平，呈不规则圆形，上面褐色，背面被黑色绒毛。吴瑞云：“石耳生天台、四明、河南宣州、萤山、巴西边徽诸山石崖上”。李时珍云：“庐山亦多，状如地耳，山僧采曝饒远，洗去沙土，作茹，胜于木耳，佳品也”。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔功用〕 清热、解毒，止血、利尿。

〔便方〕 1. 鼻衄、吐血：石耳5钱，鸭蛋一个同煮，喝汤吃蛋及药。

2. 肠炎、痢疾：石耳焙燥研末，每服1钱，米粥汤调服。

3. 毒蛇咬：石耳3~5钱，白酒糟适量煮服。

4. 避孕：石耳2钱，积雪草4钱，车前草5钱，水煎去渣，月经后三天服一剂，连服3个经期。或石耳5钱，水煎去渣加冰糖，月经后三天服3剂，连服3个经期。

茵陈蒿

茵陈蒿，属菊科植物。嫩苗可作菜蔬，洪舜俞《老圃赋》云：“醅糟紫姜之掌，沐醢茵陈之丝。”李时珍云：“今淮扬人二月二日犹采野茵陈苗和粉作茵陈饼食之”。我国民间尚有以米粉作茵陈糕、粿的习惯。茵陈作菜，要采嫩苗，老的药用是茵陈蒿。故有“二月茵陈，五月蒿”的说法。近代研究证明，以秋季采收的带果穗的茵陈蒿，所含的有效成分最多，疗效比绵（嫩）茵陈更好。

〔性味〕 苦、平、微寒，无毒。

〔成分〕 含挥发油，油中主要成分为 β -蒎烯、茵陈酮、叶酸等，蒿属香豆精类。

〔药理〕 近有人从其挥发油中得出一种新成分，对皮肤病病原性丝状菌有强力杀菌作用。此外，有扩张胆管，排泄胆汁，促进肝细胞再生作用。

〔功用〕 利湿、清热。

〔便方〕 1. 黄疸发热，大便秘结：茵陈蒿1两，黄栀子

5钱，生大黄2至3钱，水煎，一日2次分服。

2. 黄疸型传染性肝炎：茵陈蒿1两，茅术5钱，水煎加砂糖服。

3. 胆囊炎，胆结石：茵陈蒿、玉米须各1两，水煎服。

4. 荨麻疹，皮肤搔痒症，神经性皮炎等：茵陈蒿5钱，地肤子4钱，水煎服。

5. 高血压，肾炎，肝硬化：茵陈蒿、大蓟根各5钱，水煎服。

烟 草

烟草，一名菸草。原产美洲热带，现我国各地均有栽培，属茄科一年生草本。茎叶有粘质柔毛，上部分枝，叶极大。叶片可制烟丝和纸烟。亦供药用。

〔性味〕辛、温，有小毒。

〔成分〕叶含生物硷，其中主要成分为烟硷(尼古丁)。另含一种芳香性物质名“烟叶脑”。

〔功用〕辟瘴气，去头风。烟叶主要用为杀虫药，外用对皮肤末梢神经有麻痹镇痛作用。适用于骨节疼痛，皮肤顽癣，偏头痛，及毒虫咬伤等。

〔便方〕1. 头癣、白癣、秃疮：烟叶或全草煎水涂拭患处，一日2至3次；或取旱烟筒中的烟油涂患处，一日1次。

2. 骨髓炎：鲜烟叶、鲜鱼腥草各2两，加食盐少许，共捣烂涂患处，每日换药1次。

3. 毒蛇咬伤，痧症腹痛：旱烟筒内的烟油(油膏)约如黄豆大半粒，温水送服。

4. 蜂窝疮(项痛)，搭背(背痛)：烟丝(焙燥研细)1钱，

樟脑 5 分，以蜂蜜调如糊状，贴于患处。

5. 流痰、鹤膝(包括骨结核，慢性化脓性膝关节炎)：烟丝 2 两，槟榔 2 两(以上共炒焦研末)，牡蛎(煨研)、白芷各 1 两，共研和，以姜汁加面粉少许调如糊状，敷于患处，每日更换 1 次。

6. 金疮(刀、枪、弹片伤)：烟末敷之以止痛、止血。

7. 历节风痛，骨节风痹(风湿、类风湿性关节炎)：鲜烟叶捣烂绞汁，和松香粉，晒干，高粱酒调涂布上，贴患处。

蘑 菰 蕈

蘑菰蕈，通称蘑菇，又名肉蕈，为担子蕈类。寄生于枯树上或朽根土中，种类很多，其蕈体与柄白色柔软皆可供食用，为鲜美蔬菜。李时珍说：“蕈品不一，宋人陈玉仁《蕈谱》言之甚详”。凡供食用之蕈功能大致相似。蘑菰蕈富于营养，我国近有人工栽培，亦多野生，可食用，亦供药用。注意：采收野蕈，须防有毒蕈类。常见毒蕈有绿帽蕈、毒蝇蕈、马鞍蕈等。

〔性味〕甘、平、无毒。

〔成分〕含多糖类，维生素B₁、B₂、C，蛋白质，脂肪，无机盐类，钙，磷，铁等。

〔药理〕据报导，人工栽培的鲜蘑菰中提取的多糖类，对白血球减少症、传染性肝炎有明显疗效。又据报导，我国安徽黄山产的野生蕈，含有抗癌物质；另据动物实验，香蕈亦含有抗癌物质；最近国外资料称：担子蕈的大马勃，对动物某种瘤株有明显的抑制作用；另一文献称：“月下蕈”(有毒蕈之一)含有一种物质可抑制癌细胞的发展。据以上线索看来，蘑菰、香蕈这一类食物中药，在抗癌作用上颇有苗头。

〔便方〕1. 小儿麻疹透发不快：香蕈2~3钱（或鲜蘑菇6钱），鲜鲫鱼一条，清炖（少放盐）喝汤。

2. 白细胞减少症：鲜蘑菇适量煮食。

3. 传染性肝炎：鲜蘑菇作菜蔬食。

4. 胃癌及妇女子宫颈癌等，香蕈或鲜蘑菇适量煮汤服。

5. 各种癌症手术后，用本品持续服，防止转移。

6. 小儿麻疹：江苏句容宝华山，群众采用一种“天花蕈”（春夏之间，雨后生在杨树上的白色伞形蕈）煮汤服，能使麻疹早透发，早治愈（下蜀车站学校教师徐本金同志介绍）。又福建民间以红色蘑菇（干品）用于透发麻疹，每日3~4钱，水煎服。

胡 孙 眼

胡孙眼，为生于枯朽树木上的硬菌，属担子菌类多孔菌科植物。略呈半圆形，扁平如伞，黄褐色或淡褐色，外面有不规则的瘤状突起，里面有无数圆孔。胡孙眼名见《本草纲目》、《药性论》，又名“桑黄”，李时珍说：“桑黄是硬菌”。此蕈可以生在杨树、槐树、柘树、皂荚树上。本草有桑黄、柘黄、槐菌、柳菌、皂荚菌、杉菌等名，均供药用。

〔性味〕苦、辛、甘、平。

〔功用〕止血，行气，消痈，治痔。

〔便方〕1. 肠风下血，痔疮出血：桑黄或槐蕈焙研末，每次5分，一日2~3次。

2. 妇女子宫出血：老牛肝（即生于杨树上的硬菌）研末，每服1钱，一日2次（河南、河北资料）。

3. 子宫颈癌：槐树菌每日2~3钱，水煎服（浙江、江西资料）。

4. 慢性胃病，胃痛呕吐反胃（包括胃癌）：皂荚树蕈焙研细末，每服5分，一日3次，赤砂糖汤送服。

灵 芝

灵芝，一名菌灵芝，或木灵芝，为担子菌类多孔菌科灵芝属。是寄生于栎及其他阔叶树根部的蕈类。伞状，坚硬，木质，菌盖肾形或半圆形，紫褐色有漆状光泽。各地均有分布，近来有人工培养，培养品形态有变异，但其疗效相同。古称五色灵芝，有青芝，赤芝，紫芝等，功用相似。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕紫芝含麦角甾醇，有机酸为顺萆麻酸，反丁烯二酸。此外，并含氨基酸、葡萄糖、多糖类、树脂及甘露醇。一般灵芝有生物碱、甾醇、内酯、香豆精、酸性树脂、氨基酸、油脂、还原性物质等反应。

〔药理〕据动物试验，对小白鼠有镇静、镇痛作用。可提高小白鼠耐寒、耐缺氧能力，并推迟其死亡时间。以灵芝为主配以白术、田七、川芎等中药，则能显著提高动物的存活率，并能帮助动物渡过放射病极期，而使白细胞较早恢复。受照射动物服用灵芝后，可增进食欲，改善精神状态。正常人口服灵芝20克，能降低心率。

〔便方〕1. 神经衰弱：灵芝糖浆（约30%）每日2次，每次20毫升。（或灵芝2~3钱水煎服）。

2. 高血压：灵芝2~3钱，水煎服。

3. 迁延性肝炎：灵芝2钱，甘草1钱半，水煎服。
4. 慢性气管炎：灵芝3钱，南沙参、北沙参各2钱，百合3钱，水煎服。
5. 过敏性哮喘：灵芝2钱，半夏1钱半，苏叶2钱，厚朴1钱，茯苓3钱，水煎加冰糖，一日2~3次分服。
6. 过敏性鼻炎：灵芝煎浓汤，过滤后，频频滴鼻。

木 耳 附白耳木

木耳，一名桑耳，生于桑、槐、柳、榆、楮等朽树上，古称五木耳。淡褐色，质柔软，形似人耳。又名木蛾。另有白色者，生于栗树上，即白木耳，常有人工栽培。此均为营养强壮性食品，亦作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕黑木耳与白木耳所含成分大致相近，据分析二者均含脂肪、蛋白质、多糖类、灰分。灰分中含有磷、硫、铁、镁、钙、钾及钠等。另据报导，白木耳含甘露糖醇，多缩戊糖，麦角甾醇，海藻糖。

〔功用〕滋养益胃，和血养营，主治崩中漏下，痔疮出血。适用于高血压、便秘等。白木耳为珍贵滋养品，适用于高血压、血管硬化等症。

〔便方〕1. 高血压、血管硬化、眼底出血：白木耳或黑木耳1钱，清水浸泡一夜，于饭锅上蒸1至2小时，加入适量冰糖，于睡前服。

2. 痔疮出血，大便干结：黑木耳1至2钱，柿饼1两，同煮烂作点心吃。

3. 妇女月经过多，淋漓不止，赤白带下：黑木耳焙燥研细末，以红糖汤送服，每次1至2钱，一日2次。

4. 避孕：黑木耳1斤，煮至极烂，加红糖再煮，浓缩成膏，空腹时略加黄酒冲服，一日2次，于产后3至7天内服完(此方为民间经验，据称有一定效果)。

5. 妇女子宫颈癌及阴道癌：槐耳切成薄片，每日3钱，水煎服。或配合六味汤(当归、白芍、黄耆、甘草、陈皮、桂圆肉各1钱)同煎服，据报导有一定效果。

6. 妇女崩漏：黑木耳2两，加水煮烂，再加红糖2两，一日分2次服。

7. 诸疮溃烂：黑木耳1两(焙干研末)，白砂糖1两，和匀，热开水浸如糊状，包敷患处。

马 勃

马勃，一名灰菰，俗称牛屎菰或马蹄包。属担子菌类马勃科。嫩时色白，圆球形如蘑菇，但较大，鲜美可食，嫩如豆腐。老则褐色而虚软，弹之有粉尘飞出，内部如海绵。

〔性味〕辛、平，无毒。

〔成分〕含蛋白氨基酸、干酪氨基酸、尿素、麦角甾醇、类脂质、马勃素等。此外还含有磷酸、钠、铝、镁、硅酸、硫酸盐等。

〔功用〕主要用作局部止血药，兼治咽喉痛、失音等。

〔便方〕1. 外伤出血，鼻衄，拔牙后出血：马勃撕去皮膜，取内部海绵绒样物压迫出血部位或塞入鼻孔，填充牙龈处，有良好的止血功效。

2. 痈疽疮疖：马勃孢子粉，以蜂蜜调和涂敷患处。

3. 冻疮：先将患处用温水浸洗，使局部发红，拭干后

按患部大小敷贴马勃。如疮面已破溃，则先涂以紫草油（紫草根3钱，麻油1两。浸十天即得）再敷马勃，包扎之。

铁 树

铁树，一名凤尾蕉，属苏铁科植物。茎内含淀粉，嫩叶及种子可食，并作药用。

〔性味〕甘、平、滑，有小毒。

〔成分〕种子含苹果酸、酒石酸、胆碱、葫芦巴碱、淀粉、蛋白质、脂肪及微量的砷。

〔药理〕铁树属植物：含铁树素(Cycasine)及新铁树素甲、乙，具有抗癌活性。

〔功用〕叶为收敛药，有止血之功。花为镇咳镇痛药。根用作滋养强壮药，近来发现有抗癌作用。

〔便方〕1. 妇女卵巢肿瘤，胃癌，呕吐反胃：铁树叶约3至4两，红枣7~10个，煮汤服，疗程一个月。

2. 咳嗽咯血：铁树花5钱至1两（干花减半），冰糖适量，炖汤服。

3. 月经闭止或月经过多：铁树叶烧存性，研末，每服1至2钱，黄酒送服。

乌 饭 树

乌饭树，又名南烛，古称染菽。属杜鹃花科常绿灌木。我国南部各省都有分布。果实味甜可食，江淮一带，每于寒食节

采树叶煮成乌饭，故名。果实、根、叶，均供药用。

〔性味〕果：酸、甘、平，无毒。枝叶：苦、平，无毒。

〔成分〕果：含糖类、枸橼酸、酒石酸。

〔功用〕果：强筋骨、益气力。枝叶：止血、止泻痢。

〔便方〕1. 刀伤出血：鲜嫩叶捣烂外敷。

2. 妇人白带：乌饭树根1两，红枣5个，水煎去渣服，并食枣。

3. 血虚风痹(贫血衰弱、神经痛)、腰脚无力：春季采新叶、嫩枝，切细，加水熬浓汁去渣，加糖收膏，瓷瓶收贮，每次用温水送服一匙，一日2次。

海 枣

海枣，《本草纲目》称无漏子，又名番枣、波斯枣、海棕，属棕榈科植物。果实圆筒状，形似枣，中有一核，果肉甜美。刘恂《岭表录》云：“肉软烂，味极甜，如北地蒸枣。”即伊拉克蜜枣。供食用，亦作药用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕果实含糖量达50%。叶含鞣质。

〔功用〕补中益气，止咳润肺，化痰平喘。

〔便方〕1. 气管炎咳嗽，咽喉干痛，咯痰不松：无漏子5~7个，桔梗2钱，煎汤，一日2次分服。

2. 肺结核，干咳无痰：无漏子5~6个，生甘草2钱，水煎，去渣，一日2次分服。

桂 皮

桂皮，一名天竺桂，广东民间叫“阴香”。属樟科肉桂之一种。我国广东、福建、浙江、四川等省均产。用作芳香调味品，此外还可提取桂皮油，为食品工业之重要香料，亦入药。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕叶、树皮含挥发油（肉桂醛、肉桂酸甲酯），有机酸（肉桂酸）。

〔功用〕温中健胃，暖腰膝，治腹冷，气胀。

〔便方〕1. 心胃气痛，胃寒痛：桂皮1钱，研细末，一日2次，温水送服。

2. 妇女产后腹痛：桂皮1~2钱，红糖4钱，水煎去渣，分2次温服。

3. 月经来潮时腹胀痛：桂皮2钱，山楂肉3钱，加红糖1两，水煎，分2次于月经来潮前温服。

梧 桐

梧桐，又名青桐，属梧桐科落叶乔木。种子如豆，名叫梧桐子，炒熟可供食用或榨油。花、叶、种子，均作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕梧桐子含咖啡因、树胶。

〔功用〕补气养阴，明目平肝，乌须发。

〔便方〕1. 头癣秃疮（癞痢头）：梧桐花鲜品捣烂涂患处。

2. 脱肛：梧桐树皮煎浓汁温洗，一日2~3次。
3. 高血压：梧桐树嫩叶，一日1两，煎汤代茶喝。
4. 口、舌炎：梧桐子烧存性，研细末，蜂蜜调涂，一日数次。
5. 外伤、火伤、丹毒：鲜梧桐花捣汁涂患处，一日数次。

黄 楝 头

黄楝头，属漆树科植物。嫩叶可腌食，或制茶，名“黄楝茶”。味苦回甘，如橄榄。树皮及叶供药用，果实可榨油。此植物我国分布普遍，材质坚硬、细密，用途很广。

〔性味〕苦、寒，无毒。

〔成分〕叶含芳香油，主要成分为蒎烯等。树皮含鞣质。种子含脂肪油、蛋白质、非氮物质、可溶性脂肪酸及不溶性脂肪酸等。

〔功用〕树皮及叶：疏风去湿，收敛消炎。

〔便方〕湿疹，皮肤炎，漆中毒：树皮或叶煎浓汁，洗涂患处。

牛 蒡

牛蒡，一名蒡翁菜，种子名牛蒡子或大力子。属菊科植物。根肉质肥大，可供食用。

〔性味〕种子：辛、平，无毒。根：甘、寒，无毒。

〔成分〕牛蒡子含一种甙，即牛蒡因，水解后可产生牛蒡

配质及葡萄糖。此外尚含有维生素B₁，少量生物碱与脂肪油，油中主要成分为棕榈酸、硬脂酸、花生酸、油酸、 α -亚油酸、牛蒡甾醇。

〔功用〕牛蒡子为解热、解毒药，有利尿排脓作用。根、叶：强壮、利尿，促进新陈代谢、血液循环，通经、利大便，适用于脑溢血、脚气等症，外用有消炎、镇痛效果。

〔便方〕1. 咽喉肿痛（咽峡炎、扁桃体炎）：牛蒡子2钱，桔梗、甘草各1钱，水煎去渣，频频含咽。

2. 妇人乳痈、肿痛：牛蒡子2钱，炒研细末，麝香1厘，共研匀，一日2次，温黄酒送服。

3. 小儿麻疹透发不快：牛蒡根适量煮汤饮服，有解毒、利尿、防止并发肺炎之效。

4. 急性中耳炎：鲜牛蒡根捣烂榨汁滴耳，一日数次。

5. 一切痈疽疮疖：牛蒡根或叶捣汁涂敷，一日数次。

6. 鲜牛蒡根煮食，对胃癌、宫颈癌等有一定抗癌作用。

7. 老年血管硬化，预防中风：牛蒡根适量煮粥食。中风后半身不遂，服食亦好。

8. 胃痉挛痛：鲜根捣烂绞汁，温饮半杯，一日2~3次。

野蔷薇

野蔷薇，属蔷薇科植物。果实名营实，花名刺莉花，江苏药材名白残花。果实可酿酒，花、果、根、茎，都供药用。

〔性味〕果：酸、温，无毒。根：苦、涩、寒，无毒。

〔成分〕根皮含鞣质，花含挥发油（为香叶醇、香草醇

等),果实:含蔷薇甙、果胶、维生素C、P。

〔药理〕果实中的甙有泻下作用。

〔功用〕野蔷薇根为收敛药;花为芳香理气药,治胃痛、胃溃疡;果实有利尿、通经、治水肿之功。

〔便方〕1. 急性肾炎,全身水肿、小便不利:营实1至2钱,红枣3个,水煎,一日2次分服。

2. 口舌糜烂:蔷薇根煎浓汁,频频含漱。冬用根皮,夏用枝叶。口疮、日久不癒者,皆效。

仙人果

本品原名蕨麻,系蔷薇科鹅绒委陵菜。产我国黑龙江、吉林、内蒙古、山西、青海、西藏等省区。嫩茎叶作野菜,根含淀粉,可食或酿酒,并作药用。

〔性味〕甘、温,无毒。

〔成分〕根含糖类、鞣质。全草含维生素C。

〔功用〕收敛、补血、止血、止痢、止咳化痰。

〔便方〕1. 下痢久不止(慢性肠炎):块根2两,研细,一日2次,赤砂糖调服。

2. 痔瘕肠红:全草及根1两,水煎去渣,一日2次温服。

3. 消化道溃疡出血:全草2~3两,煎浓汁,调藕粉服,一日2~3次。

翻白草

翻白草,属蔷薇科植物。《救荒本草》名鸡腿根,《野菜

谱》称天藕，江苏也叫鸡腿苗，白鸡腿。我国各地野生。生、熟食均可，并供药用。

〔性味〕甘、微苦、平，无毒。

〔成分〕根含鞣质、黄酮类。

〔功用〕清热，解毒，止痢止血。可治妇女赤白带和月经过多症。

〔便方〕1. 妇女崩中下血(包括子宫功能性出血)：翻白草1两，切碎，加黄酒煎去渣，一日2次分服。

2. 赤白痢疾(包括阿米巴痢疾)：翻白草6~8钱，甘草、赤芍各2钱，水煎去渣，一日2次分服。

3. 无名肿毒、下肢溃疡：全草带根煎浓汤，熏洗患部，一日2~3次。

败 酱

败酱，一名苦菜，浙江地方名四季菜，东北呼野芹。属败酱科植物。有黄花、白花两种。根作败酱气。李时珍说：“南人采嫩者，曝蒸作菜食”。黄花者味较苦，均入药，功效相似。

〔性味〕寒、苦、平，无毒。

〔成分〕黄花败酱含挥发油，三萜皂甙、糖类。白花败酱根及根状茎含皂甙，败酱甙，毛罗尼甙及番木鳖甙。

〔药理〕据试验，黄花败酱有促进肝细胞再生、改善肝功能作用。抑菌试验：对金黄色葡萄球菌、绿脓杆菌、大肠杆菌、痢疾杆菌、伤寒杆菌均有较强的抑菌作用。

〔功用〕清热，解毒，消肿，排脓。(据浙江民间经验称：黄花败酱功效不及白花败酱)

〔便方〕1. 阑尾炎，妇女盆腔炎，多发性脓肿：败酱全草6～8钱，金银花、蒲公英、紫花地丁各4钱，水煎去渣，一日2次分服。

2. 肾盂肾炎：败酱、车前草各1两，水煎去渣，代茶多量饮服。

3. 急性传染性黄疸型肝炎：败酱1两，佛手3钱，水煎服，据称一个疗程（7天）后，食欲增进，黄疸消退，肝肿大消失。（浙江吴兴赤脚医生介绍）

芥 苳

芥苳，一名杏叶沙参，又名甜桔梗，东北地区叫杏叶菜。属桔梗科植物。苏颂说：“根似桔梗，人家收以为果，或作脯，味甚甘美”。嫩苗供食用，为良好的春季野菜，根作药用。

〔性味〕根：甘、寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，维生素C，皂甙。

〔功用〕治消渴，解药毒。

〔便方〕1. 误食草药中毒：杏叶沙参1～2两，煎浓汤频频灌服。

2. 疔疮肿毒：鲜草及根捣烂绞汁服，以渣敷患部，不过三度有效（《千金方》）。

3. 误服钩吻中毒：芥苳8两煎汤，一日5次饮服，（《金匱玉函》方）。

香茶菜

香茶菜，属唇形科植物。多年生直立草本，叶卵圆形至披针形，花白色，上唇带紫蓝色。别名蛇通管、铁菱角。分布于浙江、江西、湖北、广西、广东、云南等省区。为消肿解毒要药。

〔性味〕辛、苦、凉。

〔功用〕散瘀消肿，清热解毒。

〔便方〕1. 跌打伤肿痛，劳伤筋骨痛：根5~8钱，加黄酒炖服。

2. 乳痈、搭背，痈疮肿毒：全草1两，金荞麦5钱，甘草1钱，水煎服。

3. 毒蛇咬伤：根1两，徐长卿5钱，水煎服，并以渣捣敷。

4. 月经闭止，下腹痛：全草及根1两，水酒等量，合煎服。

兰香草

兰香草，一名菝，亦称山薄荷。为马鞭草科植物。茎叶揉碎之有薄荷香气。分布于安徽、浙江、江苏及南方各省区。菝草名见《本草拾遗》，全草供药用。

〔性味〕辛、甘、微温，无毒。

〔成分〕全草含黄酮类、称兰香草素约4.7%。以叶中含量较高，约10.4%，花含约5.5%，根和茎约含1.5%。

〔药理〕对金黄色葡萄球菌、白喉杆菌有抑制作用。

〔功用〕祛痰止咳，散瘀止痛。

〔便方〕1. 上感、支气管炎：全草4~6钱，甘草2钱，车前草4钱，水煎服。

2. 胃肠炎：全草1两，地榆3钱，水煎服。

3. 减轻“锑-273”药物反应：全草配紫金牛各1两，过路黄2两，红枣2两，水煎服。

东风菜

东风菜，别名土苍术(江西)、山白菜(浙江)；为菊科东风菜属植物。李时珍说：“宜肥肉作羹，味如酪，香气如马兰”。全草及根作药用。

〔性味〕辛、甘、寒，有小毒。

〔成分〕含无羁萜，无羁烷，角甾油烯， α -波菜甾醇。

〔功用〕清热解毒，祛风止痛。主治毒蛇咬伤、风湿关节痛、跌打伤肿痛、咽喉肿痛、疮疖。

〔便方〕1. 跌打伤：根和全草适量，捣烂外敷患部，同时每日1两，黄酒和水等量煎服。

2. 毒蛇咬(蕲蛇咬伤)：鲜根及草适量，捣烂绞汁一小杯和入浓茶内服，并以渣外敷伤口周围。

3. 夏季痧气腹痛：根茎3~4钱(鲜根加倍)，以水和黄酒等量合煎，一日2次温服。

五 加 皮

五加皮为五加科植物五加之根皮。我国长江流域及南方各省普遍分布。春季采其嫩叶，可作菜蔬；根皮泡酒称“五加皮酒”，为强壮药。中药材另有一种叫北五加皮，系萝藦科植物杠柳，药材名香加皮，应与本品区别。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕根皮含挥发油，油中主成分为香荚兰素、香豆素及黄樟油脑等。此外尚含皂甙，鞣质，棕榈酸，亚油酸及丰富的维生素B、胡萝卜素等。

〔功用〕健胃、强壮、益精、养血、祛风、壮筋骨，主治老人、小儿、产妇病后诸虚不复。

〔便方〕1. 慢性胃炎，胃、十二指肠溃疡：五加皮3钱，甘草、陈皮各2钱，水煎，一日2次分服。

2. 老人腰痛脚弱，小儿佝偻病：五加皮4两，鹿角霜2两，烧酒适量(约一斤左右)，泡十天，去渣过滤，加赤砂糖适量，一日2~3次，适量饮服。

3. 贫血，神经衰弱：五加皮、五味子各2钱，加白糖，开水冲泡代茶，每日一剂。

4. 慢性肾炎，糖尿病：五加皮嫩叶约1两(鲜品)，车前草等量，水煎服。

棕 榈 子

棕榈，属棕榈科植物，种子可食，棕毛可制绳。花、叶、根、

皮均作药用。

〔性味〕苦、温、涩，无毒。

〔成分〕花：含鞣质，根：含糖类，种子：含淀粉、失水乳糖及蔗糖等。

〔功用〕棕榈全株均有收敛止血之功。能涩肠止泻痢，止衄血和崩中带下。棕榈花且为优良的降血压药。

〔便方〕1. 高血压，脑血管意外：鲜棕榈花1至2两，水煎服。或用新叶（当年生者）2至4两，水煎服。

2. 便血，尿血，鼻衄，妇女崩漏：棕毛、马兰根各1两，水煎服。或棕毛烧存性研末，温水送下，每服1~2钱。并可外用止鼻衄。

3. 水谷痢（包括消化不良、肠炎、腹泻）：棕榈子5钱，棕榈鲜根5钱，水煎服。

4. 四肢关节痛：棕榈根5钱，白果3钱，水煎服。

5. 丝虫病，象皮腿：棕榈皮煎汤，先熏后洗。

6. 脱肛，妇女子宫下垂：棕榈皮煎汤熏洗，一日2至3次。

7. 蛔虫：棕榈根、薏米根各5钱，水煎，早起空腹1次服下，每天1次，连服3天。

茶 叶

茶叶，属茶科植物。原产我国，我国中南部各省广为栽培。其嫩叶制造的红茶和绿茶，为著名于世界的饮料。

〔性味〕甘、苦、微寒，无毒。

〔成分〕茶叶含生物硷（为咖啡硷、茶碱、可可碱、黄嘌呤

呤)，黄酮类(为槲皮素、山奈素等)，鞣质，维生素A、B₂、C，麦角甾醇，挥发油等。最近发现茶叶中含有一种能加强毛细血管壁的具有维生素P活性的“茶丹宁”。

〔药理〕有兴奋、强心、利尿、收敛、杀菌消炎等作用。饮茶后能恢复精神疲劳，增强记忆力。多量煎服治痢疾有卓越疗效。如误吞金属盐类或生物硷类毒物，尚未吸收时，立即灌服浓茶，茶的鞣酸能与毒物结合，使之沉淀，以延迟其吸收。在呼吸中枢受抑制而呼吸浅弱、昏迷不醒时，也可急以浓茶灌服，作为暂时急救的办法。“茶丹宁”，既能增加毛细血管致密性，又能调节甲状腺功能。

〔功用〕适用于肠炎，细菌性痢疾，心脏病水肿，心力衰竭等。外用洗涤溃疡可洗净创面。

〔便方〕1. 细菌性痢疾：绿茶研成细末，水泛为丸，每服2钱，一日3次，连服7天为一个疗程。据报导：大多数一个疗程可愈。如肠粘膜大片糜烂或有溃疡存在者，加服3天。

2. 下痢赤白，脐腹作痛，里急后重，酒毒及一切下血，细茶叶研末，配“百药煎”烧存性等分，米汤送下，每服2钱，一日2次。

3. 急性肠胃炎：茶叶2两研末，干姜1两研末，二味研和，每服1钱，一日2至3次，以开水送下。

4. 肺原性心脏病及其他心脏病，充血性心力衰竭：老茶树根1两，水煎去渣，以米酒(黄酒)和入，一日2次分服，或睡前一次服，连服1至2个月。

5. 带状疱疹：老茶叶研细末，以浓茶汁调涂，一日2至3次。

6. 痛经不孕：茶树根5钱，小茴香5钱，凌霄花根1

两。于月经来时，将前两味药同适量黄酒隔水炖2至3小时，去渣加红糖和服。月经净后的第二天，将后一味药炖老母鸡，加少许米酒和食盐服食，每月1次，连服3个月，适宜于痛经不孕。（江西资料）

7. 灭钉螺：茶子饼粉洒于河边，有杀灭钉螺之效。

8. 猪癫，羊儿疯：红茶1斤，明矾1斤，研成细末，糯米饮为丸，如小豆大，发病前服49丸，以茶汤送下。或用生明矾1两，细茶叶5钱，炼蜜丸如梧桐子大，大人每次服50丸，小儿酌减。一日2次。

椴 木

椴木，又名雀不踏，或刺老苞。属五加科植物。我国分布很广，是一种有刺的灌木或小乔木，叶为二回或三回羽状复叶，伞形花序集成圆锥花丛。嫩叶可作蔬菜。李时珍说：“椴木树顶生叶，山人采食，谓之吻头。其枝多刺，故谓之雀不踏。”

〔性味〕辛、平，无毒。

〔成分〕含椴木皂甙、鞣质、胆硷及挥发油等。椴木皂甙水解后生成椴木皂甙元和葡萄糖醛酸。叶含维生素A和维生素B。

〔功用〕祛风湿，散瘀结，有强壮作用。适用于腰腿筋骨疼痛，并有增进精力之功。对于糖尿病，胃、十二指肠溃疡，肝病腹水，肾炎浮肿等症，均适用之。

〔便方〕1. 风湿筋骨痛，神经痛：椴木根皮5钱，桂枝1钱，当归2钱，与黄酒及水煎服。

2. 胃、十二指肠溃疡：榲木皮 3 至 5 钱，水煎，一日 2 次服。或榲木皮 10 斤，水 50 斤，煎至减半时过滤，再浓缩成膏状，加防腐剂备用。每次服 3 毫升，一日 3 次。黑龙江省尚志县资料称：治 300 余例，有效率达 90%。

3. 糖尿病：榲木根皮 3 至 5 钱，水煎服。

4. 跌打挫伤，腰椎筋骨疼痛：根 5 钱至 1 两，与黄酒及水合煎服。

5. 急性肝炎，咽喉炎，扁桃体炎：鲜嫩叶 1 至 2 两，水煎去渣，加冰糖溶化后饮服。

6. 肝硬化腹水：根皮或叶 1 至 2 两，与瘦猪肉同煮，喝汤吃肉（勿加盐，可加些糖）。

椿 樗

椿和樗为不同科的两种植物，椿为香椿、属楝科，樗为臭椿、属苦木科。《唐本草》椿樗并列，椿之嫩叶可食，叫香椿头。本草云：“椿木，皮细肌实，嫩叶甘香可茹。樗木，皮粗肌虚，其叶臭，歎岁人亦采食。”故樗亦称臭椿。椿根白皮及凤眼草（樗的翅果）均供药用。

〔性味〕椿：苦、温，无毒，樗：苦、寒、涩。

〔成分〕臭椿根皮含苦味质、脂肪油、鞣质、红酚等。香椿根皮含苦味质—苦楝素，油脂甾醇、鞣质等，两种种子均含脂肪油。（香椿叶含胡萝卜素，维生素B、C）

〔功用〕涩肠，止血，固精，燥湿。椿、樗根皮均有清热解毒，收敛、止血，抑制分泌，止泻痢等作用。适用于便血，痔肿，肠炎，痢疾，妇女赤白带下，梦遗滑精，皮肤炎症疮肿等。

〔便方〕1. 急、慢性细菌性痢疾，或肠炎下痢，肠风便血，痔疮出血：椿（臭椿）根白皮4两，石榴果皮2两，将二者焙干研末，混和，以蜂蜜调服，每服1至2钱，一日2至3次，小儿减半。

2. 妇女子宫内膜炎，宫颈炎，赤白带下：椿根白皮（不拘香椿、臭椿均可）1两（鲜根皮加倍），加水煎成浓汤，去渣，加红糖适量调服，病重者一日可服2至3剂。

3. 妇女白带久不止：凤眼草（臭椿树的荚果）1两，莲蓬壳、芡实各5钱，水煎去渣，一日2至3次分服。

4. 滴虫性阴道炎：椿根皮、千里光、蛇床子各1两，水煎，作阴道冲洗剂。

5. 尿路感染，膀胱炎：椿根皮、车前草各1两，川柏3钱，水煎服。

6. 丝虫病：香椿、杉木、枫树三者的嫩枝叶等分（成人每天每次约为2至4两），水煎去渣，调入醋一匙，一日分2至3次乘热服。（湖南花垣民间资料）

7. 疝气痛：椿子（凤眼草）5钱，水煎服。

8. 跌打伤筋：鲜椿树根皮（去粗皮），用湿纸包裹于灰火中煨熟，捣烂敷于伤处。或椿树根皮熬成膏，加陈醋少量（约椿树根皮份量的一半），调和搽涂患处。

6. 疮痈肿毒：鲜香椿嫩叶、大蒜等量，加食盐少许，共同捣烂，敷于患处。

10. 疮疥癣癩：鲜椿根皮1两，水煎，洗搽患处。

海 藻

海藻，名见《神农本草经》。有数种，主要为马尾藻属

的一些种类。我国华东及台湾省的沿海均产。供食用，亦作药用。

〔性味〕咸、寒，无毒。

〔成分〕主要含碘、甘露蜜醇、海藻酸，蛋白质、脂肪、糖类、粘液质等。

〔功用〕散瘰疬结气和颈下硬核。主要用于缺碘性淋巴核肿，甲状腺肿以及睾丸肿胀等症。本品是一种营养强壮药，有软坚、变质、清血、利尿作用。

〔便方〕1. 瘰疬瘰疬(包括淋巴结核、甲状腺肿等)：海藻4至6钱，水煎，一日2次分服。或海藻研末为丸，每次服1至2钱，一日2次。

2. 癩疝，(包括睾丸肿大)：海藻1两，桔核4钱(炒)，小茴香3钱(炒)，水煎或制成丸服。

3. 防治高血压、动脉硬化(属肝阳亢奋型者)：海藻煎水服。或与紫菜、海带等交替服用。

海 带

海带，一名昆布，原载《名医别录》。陶宏景说：“出东海……色黄黑，柔韧可食。”又说：“叶如手掌，出南海。”前者是昆布，长可达丈余；后者是裙带菜，长达3尺，还有一种鹅掌菜，现在通称海带。我国青岛、烟台及浙江沿海均产。

〔性味〕咸、寒、滑，无毒。

〔成分与药理〕含大量碘质外，并含有胡萝卜素、维生素B₁、维生素B₂、蛋白质、脂肪和糖类。据报导，海带提取物之褐藻氨酸，为一种降压有效成分，动物实验证明有降压

作用。

〔功用〕变质、软坚、利尿。适用于防治瘰疬(淋巴结核)，瘰疬(甲状腺肿、大脖子病等)，脚气浮肿等。

〔便方〕1. 甲状腺肿，大脖子病：海带1两(洗去盐)，黄独(黄药子)4钱，水煎服。

2. 颈项瘰疬或癭瘤偏坠(睾丸肿)：海带、海藻各5钱，小茴香2钱，水煎服。

3. 老年慢性支气管炎：海带浸洗后，切寸段，再连续用开水泡3次，每次约半分钟，倒去水，以绵白糖拌食，早晚各喝一杯，连服一周有明显效果。(读者来信说：这是一位朝鲜老大娘介绍给中国人民志愿军的验方，对毒瓦斯引起的咳嗽及一般老年慢性支气管炎，均有效。)

紫 菜

紫菜，系红藻类植物，产于我国辽宁、山东、江苏、浙江、福建、广东等省海滨的浅水岩上，为一种极富营养的海菜。我国已进行人工养殖，大量生产。本品生时青色，干燥后变成紫色。采集后不宜多晒，以免变红走味，改变成分。

〔性味〕甘、咸、平。

〔成分〕全草含无氮物质、蛋白质、灰分。此外还富含碘质及叶绿素、胶质、半乳糖酶、脯氨酸甲内酯、糖原酶、紫菜色素、维生素A、维生素B₂等。

〔功用〕为优良的变质解凝药，有营养及软坚作用，适用于甲状腺肿大、淋巴结核、脚气病。干品嚼食治肺坏疽初起吐臭痰者。

〔便方〕1. 甲状腺肿大(大脖子病): 紫菜2两, 黄独(即黄药子, 中药店有售)1两, 以高粱酒浸泡七至十天, 每日适量饮服。

2. 咳嗽咯吐臭痰(包括肺脓疡、支气管扩张等): 紫菜研细末, 炼蜜为丸, 每服2钱, 一日2至3次, 饭后服。

3. 颈项瘰疬瘰疬(包括甲状腺肿大、淋巴结肿大等): 每天用紫菜泡汤, 当菜汤佐膳, 连吃一至两个月。

附: 浙江医大中医师马莲湘来信介绍称: 一中年商人左侧耳边颈后起一核, 初如桂圆核大, 因经常抚摸, 竟越摸越大, 乃恐惧问治于余, 余教其每天用紫菜泡汤佐膳, 并嘱勿摸, 以免扩大。连吃一个月后, 在不知不觉中消失。其后, 余自己肛门前会阴部左侧生个小核, 初时不觉痛痒, 后来逐渐扩大如枣子大小, 既硬且痛, 妨碍起坐, 余也用紫菜半两泡汤吃(有时还加用海蜇皮), 连吃一月余, 也无形中消失, 迄今20余年未曾复发。

葛 根

葛, 又名鹿藿, 属豆科植物野生葛藤的肥大块根。富含淀粉, 可磨葛粉, 供食用。根、花均作药用。

〔性味〕甘、辛、平, 无毒。

〔成分〕根: 含淀粉。药用有效成分为异黄酮类化合物, 黄酮甙, 葛根素和7-木糖-葛根素等。近来研究证明, 葛根黄酮的主要成分为葛根素和大豆黄酮甙。叶: 含腺嘌呤、氨基酸。

〔药理〕葛根总黄酮能增加冠状动脉血流量, 降低心肌

耗氧量，对脑血管有一定的扩张作用，对垂体后叶激素引起的急性心肌缺血有保护作用，且对脑血管和外周血管均有扩张作用，此可能是葛根缓解高血压和肢麻的原因之一。

〔功用〕主治头痛，发热，项背拘急，解酒，除烦，压丹石毒(古丹石毒，是误服丹石引起的中毒，似高血压之类)。

〔便方〕1. 高血压，伴有兴奋、烦躁、头痛、口渴、肩背拘急等症者：生葛根5~6钱，钩藤2~3钱，水煎一日2次分服。

2. 冠心病，心区闷痛、放射至肩背痛：生葛根5~6钱，丹参6钱，茯苓3钱，甘草2钱，水煎，一日2~3次分服。

3. 慢性鼻窦炎，前额痛、鼻塞：粉葛根4钱，辛夷1钱，桂枝1钱，桔梗2钱，白芷2钱，水煎服。

4. 急性肠炎，下痢，烦热口渴：煨葛根4钱，黄连1钱，黄芩2钱，生甘草1钱5分，水煎服。

5. 突发性耳聋：葛根3~5钱，甘草1钱，水煎分服。

生 姜

生姜，属姜科植物。有嫩生姜与老生姜，做酱菜都用嫩姜，药用以老姜为佳。

〔性味〕辛、微温。

〔成分〕含有辛辣和芳香成分。辛辣成分为一种芳香性挥发油脂中的“姜油酮”。其中主要为姜油萜、水茴香萜、樟脑萜、姜酚、桉叶油精、淀粉、粘液等。

〔功用〕为芳香性辛辣健胃药，有温暖、兴奋、发汗、止呕、解毒等作用，特别对于鱼蟹毒，半夏、天南星等药物中

毒有解毒作用。适用于外感风寒、头痛、痰饮、咳嗽、胃寒呕吐；在遭受冰雪、水湿、寒冷侵袭后，急以姜汤饮之，可增进血行，驱散寒邪。

〔便方〕1. 外感风寒，头痛发热，或淋雨，寒冷腹痛等，生姜1两切细，加红糖，以开水冲泡，或煮一沸，乘热饮后盖被卧床，出汗即愈(如加葱白效果更佳)。

2. 支气管哮喘：生姜1两切细，捣烂绞汁，同白芥子3钱，加烧酒研和如糊，以纱布包裹棉球蘸药糊，擦拭肺俞、大椎、膻中3个穴位，每穴擦拭10分钟，以局部灼热觉痛为度。或以纱布二层，剪似棋子大小，沾药液贴于这三个穴位1小时左右，痛则取去，以不起泡为度。

3. 食物中毒，如吃鱼蟹中毒引起的腹痛、呕吐、下痢等，生姜、紫苏叶各1两，水煎加红糖适量，一日2次分服。

4. 慢性胃炎、胃痛、呕吐粘液或吐清水：生姜、桔子皮各4钱，水煎，一日2至3次分服，有止痛止呕之效。

5. 跌打伤，扭伤，腰肌劳损，腰痛，肢体关节痛，慢性胸膜炎、肋间神经痛，局限性腹膜炎，慢性阑尾炎腹痛等：生姜、芋头等量，芋头削皮切碎，捣烂如泥，生姜捣烂绞汁，同搅拌，再加入适量面粉，搅如糊状，依患部大小摊于布上贴患部(如在冬季，宜加温后贴)，一日更换2次。此药效果很好，屡获著效。注意此药须临时配，当天使用。我们称之为“姜芋糊”，有人叫“盲肠糊”。据说，贴于急性阑尾炎患部，还能退热，对血象也有改变。值得推广和进一步研究。

6. 骨结核未溃时：多量生姜(或干姜)切碎，加水煮沸，用毛巾浸入其中，绞至半干，乘热熨患部，冷即换，可以两块毛巾交换热熨，至局部发赤为度，一日1次。有坚持持续熨治，因而治愈之例。

7. 风寒骨痛, 关节疼痛, 患部冷感: 生姜、葱白等量切细, 共捣烂, 炒热, 以布包之熨敷患处, 冷则更换, 一日 3 次。

8. 误食生半夏或生南星、生野芋、魔芋等发生中毒, 口舌发麻时: 急速嚼食生姜, 可缓解。

9. 老人慢性咳嗽: 生姜捣汁半匙, 饴糖 1 匙, 沸开水冲服, 一日 2~3 次。

菊 芋 (洋生姜)

菊芋, 俗称洋生姜, 属菊科向日葵属的多年生草本, 原产美洲, 现我国各地农村均有栽培, 其地下根茎成块状, 肥厚, 形如生姜, 故俗称洋生姜。此块根可制酱菜, 或制淀粉, 亦可酿酒, 嫩叶可作猪饲料。茎高至丈许, 叶略呈心形, 边有锯齿, 质刚, 上面粗糙, 下面有细毛, 秋季开黄花如菊, 结实为瘦果, 表面有毛茸。

〔性味〕块根: 甘、平, 无毒。

〔成分〕根茎含菊糖、淀粉、多缩戊糖。

〔功用〕利水去湿, 和中益胃, 为利尿药, 有清热解毒作用。菊芋根对糖尿病有效。

〔便方〕1. 浮肿, 小便不利: 菊芋块根 1 两(鲜根 3 两), 水煎服。

2. 无名肿毒, 疔腮: 鲜嫩叶加食盐少许, 捣烂外敷患处。或用鲜根捣烂外敷亦好。

3. 糖尿病: 菊芋块根 5 钱(鲜根 1 至 2 两), 水煎服。

百 合

百合，有家种、野生，红花、白花等品种；性能大致相近，入药以野生、白花百合为佳。鳞茎并供食用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕百合鳞茎含蛋白质、脂肪、脱甲秋水仙碱，并富含淀粉及少量钙、磷、铁等。

〔功用〕补中益气，温肺止咳。干品作粉煮食有滋补营养之功，鲜品有镇静止咳作用。适用于体虚肺弱，慢性支气管炎，肺气肿，肺结核，咳嗽咯血等。亦用于急性热病后期，神志恍惚，以及妇女更年期神经官能症，瘰病等。

〔便方〕1. 肺病咳嗽咯血，或老人慢性支气管炎伴有肺气肿：鲜百合2至3个，洗净，捣汁，以温开水和服，一日2次。

2. 肺痈：鲜白花百合1至2两，白酒（米酒、甜酒）适量，捣研绞汁1杯，温水和服。

3. 疮痈红肿，无名肿毒：鲜百合洗净加食盐少许，捣烂如糊，敷于患处，一日更换2次，以消退为度。

4. 病后神经症，坐卧不安或妇女瘰病（歇斯底里）：百合7个，用水浸一夜，明旦更以泉水煮取1碗，去渣，冲入生鸡蛋黄1个，每次服半碗，一日2次。（《金匱要略》）

5. 小儿头面湿疮，天疱疮等：干野百合研成细粉，以麻油或菜油调涂。

6. 神经衰弱，睡眠不宁，惊惕易醒：生百合2至3两，蜂蜜1至2匙，拌和蒸熟，临睡前适量食之（注意不要吃太

饱，同时应少吃晚饭)。

7. 支气管扩张：百合、白芨、百部、蛤粉等分，共研细末，水泛为丸，每日3次，每次1钱，饭后服。

番 薯

番薯，一名甘薯。属旋花科植物。因是明朝年间，福建旅外华侨自吕宋引种而来，故名番薯。有白皮、红皮两种，红者肉黄味甜，白者味稍淡。苗、叶、块根均作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕块根含淀粉、糖类、粘液质、维生素A原等。红皮黄心薯所含维生素A原较多，治疗夜盲症，黄心番薯更好。

〔功用〕健脾胃，补虚乏，益气力。适用于维生素A缺乏症，嫩苗叶：解毒，外用消疮肿。

〔便方〕1. 霍乱吐泻，痧气腹痛（包括急性胃肠炎）：番薯藤1两（鲜藤2至3两），辣蓼头1两（鲜品2两），水煎服。

2. 绞肠痧，肚子痛、腹泻：番薯藤2至3两，加少许食盐炒黄，冲水后煎服。或用番薯藤、川木瓜各1至2两，水煎服。

3. 水臌腹胀，肝硬化腹水：番薯嫩叶苗，蕹菜嫩叶，红糖适量，同捣烂敷于脐部，经1至2小时后泻下，泻尽腹水可愈。

4. 糖尿病：鲜叶2两，鲜冬瓜适量，水煎服。或用干藤1两，干冬瓜皮4钱，水煎服。

5. 疟疾（不论间日疟、三日疟）：番薯半斤，常山4钱，

同煮熟，去常山，于疟发前喝汤吃番薯。孕妇及体虚者忌服。

6. 夜盲症：番薯嫩叶 2 至 3 两，羊肝 4 两，同煮食，连服 2 至 3 次见效(选用红黄种更好)。

7. 手指疔(瘰疬)：鲜番薯叶，加白糖适量，同捣烂敷贴患处。

8. 乳痈：白番薯洗净去皮，切碎捣烂，敷于患处，2—3 小时即换，连敷数天可愈。

9. 对口疮，项疽，搭背：生番薯洗净切细，鲜鱼腥草等量一同捣烂，敷于患部。

10. 缠腰蛇(带状疱疹)：鲜番薯叶适量，冰片少许，研细同捣烂，敷于患处。

11. 枪伤，弹片、铁钉、玻璃碎片等伤：番薯或鲜叶洗净，用开水泡一下，捣烂敷于患部，吸出碎片。

12. 痈、疮溃烂疼痛出血：生番薯洗净、切碎，捣烂敷于患部，有止血、止痛、防腐、消炎之功。

13. 马蹄疽，(生于足底的脓疡)：鲜叶加食盐少许，捣烂敷于患部，早晚更换 1 次。

14. 阴囊湿疹：鲜嫩叶一握洗净切碎，加食盐适量，一同捣烂，水煎后乘温洗涤患部，洗后用滑石粉或松花粉撒布。

15. 误食河豚或毒菌中毒：生番薯嫩叶，捣烂，冲入开水大量灌服催吐，不吐再灌，俟吐出粘液即可奏效。

16. 狂犬咬伤：番薯叶，番木鳖，同捣烂敷伤处。

17. 毒蛇、毒虫、蜈蚣、蜂、蝎伤：番薯嫩苗与红糖一同捣烂敷于伤口。

18. 面疔：番薯嫩头，蜘蛛 1 只，红糖少许，同捣烂敷于患处。

注意：生了黑斑病的红薯有毒，不可食。

马 铃 薯

马铃薯,又名土豆。属茄科植物。我国各地都有栽培。地下茎块状,外皮白色、黄色、淡红色或紫色,除供食用外,又为淀粉工业的主要原料。(注意:马铃薯如发芽,皮色变绿、变紫的有毒,不能吃。)

〔性味〕甘、平。

〔成分〕含大量淀粉,蛋白质,胶质,维生素B、C,柠檬酸,乳酸,各种盐类(尤以钾盐为多)及龙葵素(据研究测定:每百克马铃薯约含龙葵素1.7~19.7毫克,阳光曝晒后可增至30~50毫克),发芽时更多。

〔药理〕适量的龙葵素有缓解痉挛作用,能减少胃液分泌。大量的龙葵素对人体有毒害,中毒可引起恶心呕吐、头晕腹泻,严重的还会造成死亡,故发芽的马铃薯,应禁止食用。

〔功用〕和胃,调中,健脾,益气。

〔便方〕1.皮肤湿疹:马铃薯洗净、切细,捣烂如泥,敷患处,纱布包扎,每昼夜换药4~6次,1~2次后患处即呈明显好转,2~3天后大都消退。

2.胃、十二指肠溃疡疼痛:新鲜(未发芽的)马铃薯,洗净(不去皮)切碎,捣烂,用纱布包挤汁,每日早晨空腹服1~2匙,酌加蜂蜜适量,连服2~3星期。服药期间,禁忌刺激性食物。

3.习惯性便秘:服用方法同上。

豆 薯

豆薯，通称地瓜或凉瓜。属豆科一年生植物。原产热带、亚热带，我国各地普遍栽培。为蔓生草本，地下块根似番薯状，生熟均可吃，生吃味甜，可当水果，煮炒可作菜，亦可用来制淀粉。但种子及叶有剧毒，不可食，可作杀虫药，能杀灭烟叶和甘蔗上的蚜虫。

〔性味〕块根：甘、平。

〔成分〕根：含淀粉、氨基酸、胆硷。

〔功用〕止渴生津；解酒毒，降血压。

〔便方〕1. 伤暑烦热口渴：地瓜去皮生吃，有消暑解渴功效。

2. 感冒发热，头痛、烦渴，下痢：地瓜水煎服，每日3至5钱（鲜品2—4两）。或配葛根等量，水煎服更佳。

3. 高血压，头昏目赤，颜面潮红，大便干结：地瓜去皮捣烂绞汁，以凉开水和服，每服1酒杯，一日2至3次。

4. 种子研粉浸水，作成20%杀虫液，喷洒植物叶上可杀蚜虫。但须注意，其毒性甚强，不可喷洒在菜上，切勿误入口中。

荸 荠

荸荠，又名地栗，或称乌芋。属莎草科植物。苗称通天草，均入药用。

〔性味〕通天草：苦，平；葶芥：甘，寒。

〔成分〕含粗蛋白、脂肪、淀粉、钙、磷、铁、维生素C。

〔药理〕据报导，葶芥中含一种抗菌物质，命名为“葶芥英”，对金黄色葡萄球菌、大肠杆菌及绿脓杆菌有效，不耐热，在PH3~8时稳定，在有机溶剂中不溶。

〔功用〕解丹石热毒，除胸中实热，为清热、利尿、降血压药。并有抑制绿脓杆菌作用，苗有利尿通淋之功。

〔便方〕1. 预防流行性脑膜炎：鲜葶芥，生石膏 适量，煮汤代茶饮。

2. 高血压，慢性咳嗽、吐浓痰：葶芥、海蜇头（洗去盐分）各2至4两，煮汤，一日2至3次分服。此即清代名医王士雄之“雪羹汤”，可用作降血压与化痰剂。近人用治原发性高血压，加海藻、海带同煎，亦取得较好疗效。

3. 风火赤眼：鲜葶芥，洗净去皮，捣烂，以纱布绞汁加食盐少许洗眼。

4. 全身浮肿，小便不利：通天草1两（鲜草2至3两），鲜芦根1两，水煎服。

5. 麻疹透发不快：葶芥3两，桤柳5钱（鲜枝叶1两），水煎服。

6. 误吞铜钱或铜物，硫酸铜中毒等：葶芥捣烂绞汁灌服。民间经验认为，葶芥有解铜毒之功，仓猝间可以试用。

大头菜

大头菜，一名芜菁或蔓菁，亦称大头芥。属十字花科植物。根如圆萝卜，一般都腌藏作咸菜，华东一带通称香大头。

〔性味〕辛、甘、苦、温，无毒。

〔成分〕蛋白质、脂肪、维生素、糖类。

〔功用〕消食下气，治嗽止渴，去心腹冷痛，热毒风肿。

〔便方〕1. 疮肿，乳痈，各种无名肿毒：鲜根(或用鲜菜茎叶亦可)加食盐少许，捣烂涂之，一日3次。

2. 小儿头疮，秃疮：芫菁叶烧存性，用猪油调和，在患处用浓茶汁洗净后涂之，每日1次。或用芫菁子炒后研成细末，以醋调涂，一日2次。

3. 虚劳，肝虚目暗，风邪攻目，青盲眼障(包括夜盲、疳眼、角膜翳等)：芫菁菜子1升，以烧酒浸一夜，取出蒸20分钟，然后晒干，研细末，炼蜜为丸，如小豆大，每服2钱，用米粥汤送下，一日2次。

4. 黄疸，便秘、小便色赤、皮色如金：生芫菁菜子研末，以开水调服，每服2至3钱，大便泻下则愈。

5. 骨疽不愈，碎骨从疮孔中穿出(包括骨结核、骨坏死、骨髓炎等)：芫菁菜子捣研成细末，以纱布包裹，敷患处，每日更换1次。

6. 大、小便秘结，腹胀：芫菁子1合(约2至3两)，捣研成细末，以开水一杯冲入，布包绞汁，空腹服，少时当泻下，便通即愈。

何首乌

块根称首乌，茎称夜交藤。属蓼科植物多年生落叶半灌木缠绕藤本。有肥大而不整齐的块根，含有丰富的淀粉，可食用。藤和根茎均供药用。

〔性味〕苦、濡、微温，无毒。

〔成分〕根含大黄酚、大黄素、大黄酸、大黄素甲醚等多种蒽醌类，脂肪油，淀粉，糖类，土大黄甙。

〔药理〕由何首乌根中提出的大黄根酸，与何首乌浸膏作动物试验比较，证明二者皆能促进肠管运动。认为何首乌的作用至少一部分为大黄根酸的作用，因其能给肠管以轻度刺激，因而扫净肠管内容物，消化与吸收随之增强。

〔功用〕补精髓，益血气，乌须发，消瘰疬，散痈肿。

〔便方〕1. 瘰疬结核，痈疽肿毒：生何首乌或夜交藤适量，切细，以60%白酒浸泡于瓶中，密封，隔水炖3~5小时，随时适量饮酒。

2. 高血压，血管硬化：何首乌（蒸制）每日5钱，水煎去渣，分2次服。

3. 皮肤病，热疔，肿痛：夜交藤叶，捣烂贴患处一日2次。

4. 皮肤病，疥癣：夜交藤3~4两，水煎去渣，作洗涤剂，一日2次。

地 笋

地笋，一名地瓜儿苗，属唇形科植物。中药材名泽兰。其地下根茎肥嫩、白色，节间生须根，又名别脚藕。《大明本草》说：“产妇可作蔬菜食，并作药用。”

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含挥发油及鞣质。

〔功用〕通血脉，利九窍，排脓活血。

〔便方〕 1. 吐血、鼻衄：地笋鲜根 1~2 两，捣烂绞汁服。

2. 产妇心腹痛：地笋 5 钱，水煎去渣，一日 2 次分服。

白首乌

白首乌，属萝藦科植物。又名牛皮消或飞来鹤、隔山消。一般制成粉供食用并作药用。我国大部分地区有产。

〔性味〕 甘、苦、濡、微温。

〔成分〕 根含白前醇。

〔功用〕 滋养强壮，利尿，外用治创伤。

〔便方〕 1. 脚气水肿：白首乌 2 钱，车前子 2 钱，水煎去渣，一日 2 次分服。

2. 跌打伤肿痛，痛疮初起红肿：鲜白首乌捣烂外敷，一日 2 次。

3. 兽医用于牛、马交配期，给予内服，有强壮精力之效。

珊瑚菜

珊瑚菜，根即北沙参，又名莱阳参，属伞形科植物。根圆柱形，长尺余，开白色五瓣花。产于山东烟台一带，多为栽培品，亦有野生于海滨沙滩。嫩草可作野菜食，根入药。

〔性味〕 甘、微苦、微寒，无毒。

〔成分〕 根：含淀粉、生物硷、沙参素(香豆精类)。果实

含珊瑚菜素。

〔药理〕根：祛痰，有溶血作用；外用能抗真菌。

〔功用〕养阴清肺，祛痰止咳。

〔便方〕1. 肺结核咳嗽：北沙参3钱，麦冬2钱，甘草1钱，开水冲泡，代茶饮服。

2. 急慢性支气管炎，咳嗽：北沙参、车前子各3钱，生甘草1.5钱，水煎，一日2~3次分服。

慈 姑

慈姑，又名燕尾草。属泽泻科植物。李时珍说：“慈姑一根岁产十二子，如慈姑之乳诸子，故以名之。燕尾，其叶之象燕尾分叉，故有此名也。”

〔性味〕甘、苦、微寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖类，无机盐，维生素B、C，胆硷，甜菜硷等。

〔功用〕主解百毒和恶疮丹毒，治毒蛇咬伤。

〔便方〕1. 无名肿毒；红肿热痛：鲜慈姑捣烂加入生姜汁少许搅和，敷于患部，一日更换2次。

2. 痒疹搔痒：鲜慈姑全草捣烂榨汁，以蛤粉调涂。

3. 难产及产后胞衣不下：鲜慈姑或茎叶洗净、切碎捣烂绞汁一小杯，以温黄酒半杯和服。

4. 毒蛇咬伤：鲜慈姑捣烂敷于伤口，两小时更换1次，并用全草捣汁服。

萍蓬草

萍蓬草，名见陈藏器《本草拾遗》，一名水粟。生于我国南方湖沼池泽水中，结实如角黍，内有种子一包，可采取蒸晒舂取其米煮粥食，故名水粟。根茎如藕而瘦小，亦可食，并入药。

〔性味〕甘、平、濡，无毒。

〔成分〕根茎含萍蓬草碱。

〔功用〕补虚止血，调经安胎。

〔便方〕1. 月经不调，经水过多：萍蓬草根5钱，当归、川芎各2钱，水煎去渣，一日2次分服。

2. 妇女瘕病：萍蓬草根、香附各6钱，沉香、甘草、白豇豆各2钱，黄酒适量，放于陶器中浸一夜，隔汤炖半日。去渣，一日3次，于饭后适量饮服。

芋 艿

芋艿，一名毛芋，或称芋头。属天南星科植物。我国大部分农村有栽培。块茎通常卵圆形，富含淀粉，煮熟后可作副食品，入药都用生芋。

〔性味〕辛、平、滑，生芋有小毒。

〔成分〕蛋白质，脂肪，糖，钙，磷，铁，胡萝卜素，维生素B₁、B₂、C，粘液，皂素。

〔功用〕益脾胃、调中气，生芋内服能治淋巴结肿大，外用

可消炎、消肿、镇痛。

〔便方〕1. 淋巴结肿大, 瘰疬: (1) 白梗芋艿, 生切薄片, 晒干, 研成细末, 水泛为丸, 温水服下, 每服1至2钱, 一日2至3次。

(2) 淋巴结核: 生芋艿头100两, 研细, 另用陈海蜃10两(洗去盐), 荸荠10两, 二味加水煮烂去渣, 和入芋艿粉制成丸, 如绿豆大, 以温水送服, 每服1至2钱, 一日2至3次。此即古方“芋艿丸”又名“鸪鹑丸”。

2. 胸、腹膜炎, 阑尾炎, 腰痛, 坐骨神经痛, 乳腺炎: 生姜芋艿糊(参阅生姜条)外用。

3. 赘疣, 鸡眼: 生芋艿切片, 摩擦患处, 一日3次, 每次擦10分钟(注意不要擦健康皮肤)。

4. 筋骨痛, 无名肿毒, 指头疔(瘰疽): 生芋艿头加食盐少许, 捣烂敷于患处, 一日更换2次。

5. 蛇、虫、蜂螫: 生芋梗擦伤处, 或捣烂贴敷。如为大黄蜂所螫, 速嚼食生芋艿, 直至感到芋味有生腥气及麻舌感为度。

6. 小儿头上热疖: 鲜芋捣烂, 加食盐少许, 再捣烂如泥, 敷于患处, 早晚更换。

7. 黄水疮: 芋茎梗叶烧存性, 研末, 撒布或以麻油调涂患处。

8. 急性脑膜炎初起: 急令嚼食生芋艿患者必觉味甜, 至有麻口感者为度。本方不但可作诊断鉴别, 且有治疗作用, 仓卒间, 可试用, 如无改善, 速送医院。

附注: 凡单独用鲜芋艿外敷或搽擦而引起皮肤炎肿反应者, 即以生姜捣汁, 轻轻擦拭可解。

薤 白

薤，一名野蒜。属百合科植物。李时珍说：“其根煮食、糟藏、醋浸皆宜”。根色白，作药用，名薤白。

〔性味〕辛、苦、温、滑，无毒。

〔成分〕根含大蒜糖。

〔功用〕温中，散结气。

〔便方〕1. 胸痹心痛(包括心绞痛)：薤白3钱，瓜蒌仁3钱，半夏1.5钱，水煎去渣，一日2次以少许黄酒冲入温服。

2. 赤白痢疾(包括急性肠炎)：薤白1~2两，糯米一盞煮粥食。

3. 小儿疳痢(包括慢性肠炎)：鲜薤白洗净，捣如泥，以米粉和蜜糖适量拌和做饼，炊熟食。

山 药

山药，属薯蓣科缠绕性草本植物。原名薯蕷。据《本草纲目》记述，因唐朝代宗名“预”，封建时代为了避讳，改为薯药，后来又因宋朝英宗名“曙”，再改为山药。山药有野生、家种，山地生、平地生等等。药用多以山地生，以野生者为佳。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕块根含胆硷、粘液质、尿囊素、淀粉、氨基酸等。

〔功用〕滋养强壮，助消化，敛虚汗，止泻，治消渴及夜

尿、尿频、妇女带下等。

〔便方〕1. 脾虚腹泻(包括慢性肠炎, 消化及吸收不良): 山药半斤, 莲子、芡实各4两, 共研细粉。每次以2至3调匙, 加白糖适量, 蒸熟作点心吃, 每日1至2次, 连续服用, 有效。

2. 糖尿病, 口渴, 尿多, 善饥: 山药5钱, 黄连2钱, 水煎服。或山药、天花粉等量, 每日1两, 水煎分服。

3. 冻疮, 丹毒, 痈疽肿毒初起: 鲜山药捣烂涂敷于患处, 干即更换, 数次即消。(或加蓖麻子仁数粒一同捣烂外敷更好)。

4. 咳嗽痰喘(包括慢性气管炎, 老人慢性支气管炎): 鲜山药捣烂, 与甘蔗汁半杯和匀, 炖热服之, 一日2次。

5. 项后结块, 赤肿硬痛(包括淋巴结炎肿、项背痈疽等): 鲜山药一段(去皮), 蓖麻子2至3粒(去壳), 同捣烂研细和匀, 贴于患处, 一日更换2次。

6. 肾虚梦遗, 脾虚便溏, 老年阳虚, 小便频数: 山药零余子(山药藤上所结的珠芽)1至2两, 煮熟去皮, 加白糖少许, 临睡前服之, 胜如山药。

7. 肺病发热咳喘, 自汗, 心悸, 便溏: 山药2~4两, 煮汁饮服, 或每日适量煮食之。

萝 卜

萝卜, 又名莱菔。属十字花科植物。有白皮、红皮, 青皮红心以及长形、圆形等不同品种, 性能大致相近。药用以红皮白肉辣萝卜为佳。其根、茎、叶、种子均作药用。叶叫莱

蒺藜或莱蒺藜，种子名莱蒺藜子，老的根茎叫地骷髅，中药店均有供应。

〔性味〕甘、辛、平、微凉。

〔成分〕根：含葡萄糖，氢化果胶，多缩戊糖，腺嘌呤，精氨酸，胆硷，组氨酸，葫芦巴硷，莱蒺藜脑，维生素B、C，碘，溴，淀粉酶，甾酶，氧化酶及催化酶等。叶含挥发油及维生素A等。种子含脂肪油，油中有芥酸等甘油酯，微量挥发油。

〔功能〕健胃消食，止咳化痰，顺气利尿，清热解毒。

〔便方〕1. 急、慢性支气管炎咳嗽：萝卜（红皮辣萝卜更好）洗净不去皮，切成薄片，放于碗中，上面放饴糖（麦芽糖）2至3匙，搁置一夜，即有溶成的萝卜糖水，频频饮服，有止咳化痰功效。

2. 久嗽痰喘，慢性支气管炎咳嗽气喘：莱蒺藜子、紫苏子各2两，白芥子1两，共研细末，炼蜜为丸，温水送下，每服1至2钱，一日2次，此古方名“三子养亲汤”。

3. 防治喉痛，感冒，流感，上呼吸道感染以及白喉等：吃生萝卜，或萝卜同适量青橄榄，炖水代茶。

4. 矽肺：每日大量吃鲜萝卜、鲜荸荠，经一段时期后，黑色痰减少，胸闷咳嗽渐次减轻，坚持连服半年至一年，症状可渐次消失。（湖北省资料）

5. 煤气中毒（一氧化碳中毒）：速用生萝卜捣汁，频频灌服。

6. 中暑发痧，肚痛腹泻（包括急性胃肠炎）：莱蒺藜（鲜）捣汁服，或莱蒺藜（干）3至4两，煎浓汤服。

7. 偏头痛：萝卜（辣者佳）捣汁，加冰片少许，令患者

仰卧，缓缓注入鼻孔，左痛注右、右痛注左。

胡 萝 卜

胡萝卜，俗称黄萝卜，或叫丁香萝卜。属伞形科植物。有野生，亦有栽培，野生者称野胡萝卜。种子药用叫南鹤虱，用以驱蛔虫。胡萝卜（根有黄、赤两种），长5至6寸，生熟皆可食。野生者根较小，味较甜，性能大致相近。

〔性味〕甘、辛、微温，无毒。

〔成分〕根：含有丰富的维生素A原(胡萝卜素)，此外尚含有挥发油。油内主要成分为蒎烯、左旋柠檬烯、胡萝卜醇及细辛醛等。野生的种子内也含有挥发油、细辛醛及黄色结晶物，此外尚含甾醇类化合物。

〔功用〕根富有营养，健胃助消化，常食能防止因维生素A缺乏引起的疾病。种子为驱蛔虫药，并用为肾脏病的利尿剂。

〔便方〕1. 防治夜盲症，小儿疳眼：胡萝卜根，经常生吃或煮食（注意：生吃时必须洗净）。

2. 驱蛔虫：野胡萝卜子（家种的也可用）微炒香，研末，和川椒末等分，水泛为丸，空腹服。每服1钱，一日2次。

3. 小儿麻疹：胡萝卜根或菜2两，芫荽菜1两，荸荠2两，水煎，代茶饮服。

4. 水痘：胡萝卜菜3两，芫荽2两，水煎代茶。

5. 小儿百日咳：胡萝卜4两，红枣10个，水三碗，煎至一碗，随意饮服。

明党参

明党参，南京郊区俗称“山萝卜”，句容、江浦等县民间叫“山花根”，为江苏、安徽特产。属伞形科植物。根有两种，一种长索形，一种为短纺锤形，质厚而短，用作滋补食品，亦供药用。

〔性味〕甘、淡、微寒。

〔成分〕含少量挥发油，多量淀粉。

〔功用〕补气生津，润肺化痰，强壮筋骨。

〔便方〕1. 风湿痹痛：明党参切成片，泡白酒适量饮服（江苏苏州枫桥民间）。

2. 脱力劳伤，贫血头晕：明党参1两切细，鸡蛋2个，打碎搅和，饭锅上蒸熟食（江苏吴县藏书公社民间经验）。

3. 高血压：明党参5钱，怀牛夕5钱，水煎服。

芦根

芦，一名苇，属禾本科植物。秆高如小竹，叶片长大，线状披针形。芦根即芦苇之地下茎，古称苇茎。嫩芽如竹笋，故又称芦笋，可食，并作药用。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕芦根：含有天门冬素、蛋白质、葡萄糖及转化糖等。

〔功用〕和胃止呕，利尿解毒，适用于一切热病之口渴及小便赤涩。芦根能溶解胆凝石，适用于胆结石、黄疸及

尿酸性疾患及痛风等，大量服能解河豚及其它鱼、蟹毒。

〔便方〕1. 肺病，肺脓疡：(1) 活水芦根(鲜品) 2两，冬瓜子5钱，瓜蒌仁4钱，鱼腥草5钱，水煎，一日2至3次分服。

(2) 芦根1两，薏米仁4钱，桃仁3钱，冬瓜子4钱，煎汤，一日2次分服。此即古方“苇茎汤”，为治肺病的名方。

2. 热病呕吐或呃逆不止：鲜芦根1至2两，竹茹1两，水煎，一日2至3次分服。

3. 预防流行性乙型脑炎：芦根1两，金银花、连翘、甘草各2钱，水煎，每日1剂，连服3至5剂。

4. 预防白喉，流感：芦根1两，鲜萝卜4两，葱白7个，青橄榄7个，煮汤代茶(亦适用于防治小儿麻疹，能使麻疹早透)。

5. 小儿麻痹症(脊髓灰质炎发热期)：芦根1两，忍冬藤叶5钱，连翘3钱，淡竹叶4钱，水煎服。

6. 河豚或其它鱼、蟹中毒，腹痛吐泻：鲜活芦根3至5两，生姜5钱，紫苏叶5钱，水煎服。

黄 精

黄精，属百合科植物。收载于陶宏景《名医别录》，被列为上品。李时珍认为是服食要药，故又有仙人余粮等别名。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕东北黄精根含有菸酸，粘液质，醌类成分，淀粉及糖类。多花黄精含有强心甙。

〔药理〕1. 抑制尿糖和血糖(对于盐酸肾上腺素引起的

血糖过高症，有显著下降作用)。2. 降低血压。3. 能抑制皮肤真菌。4. 滋养强壮。

〔功用〕适用于病后体弱，贫血，神经衰弱，高血压，糖尿病。此外还适用于皮肤病。

〔便方〕1. 高血压，神经衰弱、头昏失眠：黄精3钱，罗布麻叶1钱半，水煎代茶，持续常服有效。

2. 病后虚弱，贫血，神经衰弱，精神萎靡，目暗，足膝痿软无力：黄精、枸杞子各4钱，水煎或泡酒服。

3. 体癣或足癣：黄精制成浸膏，搽抹患部，每日2次。

4. 糖尿病：黄精5钱，淮山药5钱，楸木根皮4钱，水煎服，一日2次分服。

玉 竹

玉竹，原名萎蕤。属百合科植物。《神农本草经》列为上品之药。李时珍说：“其叶光莹象竹，其根长而多节，故有玉竹，地节诸名”。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含生物硷，强心甙(为铃兰甙、铃兰苦甙等)，粘液质，经水解后产生果糖、葡萄糖及阿拉伯胶糖。此外还含有白屈菜酸，菸酸，维生素A类物质，并有显著的生物硷反应。

〔药理〕玉竹的铃兰甙有强心作用，小剂量可使心搏增速和加强，大剂量则相反。玉竹煎剂对心脏和血管的作用，与文献报告中玉竹甙的作用相符合。

〔功用〕主治时疾寒热，内补不足，止消渴，润心肺。

〔便方〕1. 风湿性心脏病：玉竹、秦艽、当归各3钱，甘草1钱，水煎服。持续服用，可改善症状。

2. 白喉初愈，预防心肌炎及末梢神经麻痹：玉竹、麦冬、百合、石斛各5钱，连服1周。

3. 心血管病，冠状动脉硬化性心脏病：每日用玉竹4钱，水煎代茶频饮。

4. 肺结核，低热不退，咳嗽：玉竹、地骨皮、葎草各4钱、甘草1钱，水煎服。

5. 热病后体虚不复，口燥咽干：玉竹、麦冬、沙参、生地各4钱，水煎服。

茭 白 附茭白子

茭白，原名菰，属禾本科、多年生水生草本。有肥厚的嫩茎，叶片扁平线状披针形，收载于《名医别录》。陶宏景说：“菰笋一名茭白”。菰米收载于《本草纲目》，即茭白子。古时菰米为六谷、九谷之一，并称：合粟米为粥，食之能充饥。亦作药用。

〔性味〕甘、冷、滑，无毒。

〔成分〕茭白含脂肪、蛋白质、可溶性无氮物。茭白子含蛋白质、脂肪油、糖、灰分。

〔功用〕茭白：利尿，止消渴，解酒毒，压丹石毒（包括高血压）。茭白子：调肠胃，解烦热。

〔便方〕1. 高血压，大便秘结，心胸烦热：鲜茭白1至2两，旱芹菜1两，水煎服。

2. 酒皴，鼻赤：生茭白捣烂，每晚敷于患部，翌日洗去。

另每日用茭白1至2两水煎服。

3. 小儿赤游丹：茭白烧存性，研细末，撒布患部，或以麻油调涂。

4. 小儿烦渴，泻利，小便不利：(1) 茭白子、大麦芽各5钱，炒焦，水煎去渣，一日分2至3次饮服。(2) 茭白鲜根、芦茅根各1两，水煎服。

5. 夏季伤暑腹泻：茭白子炒焦，每日1两，水煎服(茭白子，江苏药材收购供应)。

6. 产后乳汁不下：茭白1至2两，草棉子1两，猪蹄爪1只，煮烂吃肉喝汤，1次服完，连服3日。

7. 湿热黄疸，小便不利：鲜茭白根1至2两，水煎服。

甘 蔗

甘蔗，一名竿蔗，属禾本科多年生草本。因其茎如竹竿，故又名竿蔗。有青皮，紫皮等品种，茎汁食用并可制糖。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有糖分，主要为蔗糖。

〔功用〕下气和中，助脾健胃，利大小肠，止渴消痰，除烦解酒。蔗浆甘寒，能泻火热；煎炼成糖，则反而甘温，多吃助热。(这是经验之谈，可能因糖能增加体温之故。)

〔便方〕1. 咳嗽痰喘：(方见山药条)

2. 虚热咳嗽(包括虚弱者病后气管炎，肺结核等)：甘蔗汁，萝卜汁各半杯，野百合2两，在百合煮烂后和入两汁，于临睡前服食，每日一次，常服甚佳。

3. 干呕不止，或呕吐反胃，朝食暮吐，暮食朝吐，随食

随吐者(包括慢性胃病,神经性呕吐,胃癌初期等):甘蔗浆(甘蔗榨汁)半杯,生姜汁一调匙,和匀,炖温饮服。

4. 头疮白秃(包括头癣),小儿口疳(包括齿龈炎,口腔炎等),甘蔗皮烧存性,研细末,撒布或以麻油调涂,一日2次。

5. 对口,背疽,疔疮,坐板疮:紫甘蔗皮烧存性,研细末,香油调涂,有生肌收口之效。

6. 皮肤病,搔痒湿烂,小儿胎毒:方同上。

7. 气淋,小腹急满、小便不利、或溺后点滴余沥者:甘蔗稍一两,酒煮服。

8. 粪毒(钩虫性皮炎):甘蔗皮煎水洗患处,一日2次,连用2~3天。

竹

竹,为禾本科竹亚科植物,种类很多。地下茎通称竹鞭,其芽出土名筍或笋。《本草纲目》引陆佃说:“旬内为筍,旬外为竹,故筍字从旬。”形容其生长之快速也。笋的种类亦多,有冬笋、春笋、鞭笋,都可作食品。江浙民间以虫蛀之笋供药用,名“虫笋”。嫩竹叶、竹茹、竹沥均作药用。

〔性味〕甘、微寒,无毒。

〔成分〕笋含蛋白质,氨基酸,脂肪,糖类,钙,磷,铁,胡萝卜素,维生素B₁、B₂、C。

〔功用〕治消渴,利水道,清肺化痰。虫笋为有效之利尿药,适用于浮肿、腹水、脚气足肿、急性肾炎浮肿,喘咳,糖尿病、消渴烦热等。

〔便方〕1. 浮肿腹水(包括肾炎,心脏病,肝脏病以及

晚期血吸虫病引起的腹水症):虫笋、陈葫芦各2两,水煎服。或加冬瓜皮1两更好。

2. 小儿麻疹、风疹或水痘初起,发热口渴,小便不利:鲜竹笋同鲫鱼炖汤令小儿饮服,有促使速透早愈之功。

3. 久泻久痢,脱肛:鲜竹笋煮粥吃有效。

4. 虚烦不眠:嫩竹叶卷芯1两,灯心草1钱,水煎,睡前饮服。

5. 产后虚热心烦,手足心热:鲜竹茹、竹叶芯各1两,水煎服。

6. 高血压,头痛、面红、烦渴、夜不安眠:鲜竹叶芯1至2两,夏枯草5钱,槐花3钱,水煎服。

7. 小儿头疮,天疱疮,黄水疮:新竹箨(笋壳)烧存性,研细,以麻油调涂(先用浓茶汁将患处拭洗干净后再涂药)。

宝 塔 菜

宝塔菜,或称甘露子,原名草石蚕。属唇形科多年生宿根植物。地下根茎呈螺旋形,脆嫩无纤维,可制作酱菜。本品为我国原产,分布于各地,栽培于近水低湿地。茎、叶及根均可作药用。

〔性味〕甘、平,无毒。

〔成分〕全草含水苏碱,胆碱,水苏糖。根茎含蛋白质,脂肪,水苏糖,氨基酸,水苏碱,葫芦巴碱。

〔功用〕活血祛风,散瘀止痛,解毒。

〔便方〕1. 跌打损伤:干根2钱,杜衡根末5分,共研和,以黄酒送服。

2. 黄疸：根1两，积雪草1两，黄栀子2钱，茵陈蒿3钱，水煎服。
3. 毒蛇咬伤：鲜根、生半夏等分，共同捣烂，敷于伤口。
4. 游走性关节风湿痛：干草5钱(鲜草2两)，黄酒和水等量煎服。

糯 稻

糯稻，是稻的一种，属禾本科植物。本草之稻米、即今之糯米，一名江米，可酿酒或作糕粿，糯稻秆及根作药用。

〔性味〕糯米性寒，作酒则性热。

〔成分〕糯米含蛋白质，脂肪，糖类，钙，磷，铁，维生素B₁、B₂。

〔功用〕补中益气，暖脾胃，糯稻根止虚汗。糯米和胃、缓中，糯米的可溶性淀粉，易为人体所吸收，对胃病及虚弱者较适宜。糙糯米或半捣糯米煮稀饭，适用于一切慢性虚弱病人。

〔便方〕1. 迁延性肝炎：糯稻稻草，剪成寸段，每次2至3两，水煎服。(四川资料)

2. 虚汗，盗汗，多汗症：糯稻根1至2两，红枣4至6枚，水煎服。

3. 血丝虫，乳糜尿：糯稻根2至4两，水煎服。

4. 肺结核，神经衰弱，贫血，各种慢性虚弱病，常食糙糯米(半捣米)稀饭，其营养最丰富。或加薏米仁1两，红枣8枚，同煮食则更佳。

5. 跌打损伤：糯稻草烧灰淋汁，热黄酒等量，和在一起

洗涤患部，有消肿止痛、活血化瘀之功。

6. 痔核肿痛：糯稻秸灰淋汁，洗涤患部，一日2至3次。

7. 烦渴不止(包括糖尿病，尿崩症等)：糯米爆成“米花”和桑根白皮各1两，一日分2次，水煎服。

8. 消化不良，食积不化，食欲不振：糯稻芽，大麦芽各1两，水煎服。

9. 胃病，慢性胃炎，胃、十二指肠溃疡：糯米稀饭，煮至极烂，日常饮食极好。或加红枣7至8个同煮更好。

10. 夜尿频数：纯糯米糍，一手大，炙令软熟，啖之，以温酒送下，(不饮酒，温汤下)行坐良久，待心间空，便睡，一夜十余行者，当夜即止，其效如神(《苏沈良方》)。

玫 瑰 花

玫瑰花，一名赤蔷薇，为蔷薇落科叶灌木。茎多刺，花有紫、白两种，形似蔷薇和月季。一般用作蜜饯、糕点等食品的配料。花瓣、根均作药用，入药多用紫玫瑰。

〔性味〕甘、微苦，气香性温。

〔成分〕含有少量挥发油和黄色结晶性甙、槲皮甙、鞣质、没食子酸、色素等。玫瑰油中主要成分为萜醇类化合物。

〔功用〕利气、行血，治风痹，散瘀止痛。玫瑰花及全株都有收敛性，可用于妇女月经过多，赤白带下以及肠炎、下痢、肠红痔出血等。

〔便方〕1. 月经过多：玫瑰花根3钱，鸡冠花3钱，水煎去渣，加红糖服。

2. 月经不调：玫瑰花根2至3钱，水煎后冲入黄酒及红

糖，早晚各服1次。

3. 赤白痢疾：玫瑰花去蒂，焙燥研细末，黄酒送服。每服5分，一日2~3次。

4. 肝胃气痛：玫瑰花研细，开水冲服，每服3至5分。

5. 新久风痹(急、慢性风湿痛)：玫瑰花3钱，红花、当归各2钱，水煎去渣，热黄酒冲服。

6. 跌打损伤，吐血：玫瑰花根5钱，用黄酒或水煎，一日分2次服。

桂 花

桂花，一名丹桂，即木犀科的木犀花。香味强烈，可糖渍蜜饯供糖果食品用。果实、枝叶，均作药用。

〔性味〕甘、辛、温，无毒。

〔成分〕花含挥发油及木犀甙。

〔功用〕温中散寒，暖胃止痛。

〔便方〕1. 胃寒疼痛，暖气饱闷：桂花子1钱研末，玫瑰花1分，开水冲泡，一日分2~3次温饮。

2. 风湿筋骨痛：桂树枝、叶，煎浓汁温罨患处，一日2~3次。

3. 口臭：桂花子1钱，煎水漱口，一日3次。

玉 兰 花

玉兰花，即木兰科植物木兰的花。花瓣白色或有紫色条

纹，民间用来做粉团。另一种大花玉兰，又叫荷花玉兰，花大，作行道树供观赏。紫玉兰花瓣紫色，花蕾名“辛夷”，作药用。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕辛夷花含挥发油（为柠檬醛、丁香油酚、1,8-桉叶素、蒎烯），癸酸，油酸，维生素A，生物碱。

〔功用〕温中解肌，利九窍，去头风，治鼻病，明目。

〔便方〕1. 鼻塞不通（包括慢性鼻炎）：辛夷1钱，苍耳子2钱，水煎温服。

2. 高血压、血管痉挛头痛：大花玉兰花，每日1~2钱，开水冲泡代茶（或加白糖）。或鲜叶4~6钱，水煎服。

3. 痛经不孕：玉兰花（将开未足者）十朵，水煎服。

紫 藤 花

紫藤，一名朱藤、或称招藤。属豆科植物。我国南至广东，北至内蒙古普遍栽培于庭园，以供观赏。花可炒作菜食，茎叶供药用。

〔性味〕甘、微温，有小毒。

〔成分〕花含挥发油。

〔功用〕花利小便，种子有防腐作用，藤瘤及茎有抗癌功效。

〔便方〕1. 腹水肿胀：紫藤花适量，加水煎浓汁，去渣加糖熬成膏，每次一匙，开水冲服，一日2次。

2. 胃癌：紫藤瘤（无瘤则用藤茎、叶）1~2钱，薏仁、野菱、诃子等量，水煎，一日2次分服。

3. 防腐：种子炒研末，撒入酒中。

茶菊花

茶菊，系指供泡茶用的菊花，属菊科植物。产浙江者名杭菊，产安徽者名滁菊及亳菊，产河南者名怀菊。

〔性味〕苦、甘、平，无毒。

〔成分〕全草含挥发油，花含菊甙、腺嘌呤，氨基酸、胆碱、水苏碱、黄酮类。

〔功用〕清头目，利血脉，除湿痹，养肝明目。

〔便方〕1. 久患头风头痛、眩晕：杭菊花2两，枸杞子2两，绍兴酒适量，浸泡10~20天，去渣过滤，再加蜂蜜适量，每日早晚各饮一小杯。

2. 高血压、眼底出血：白菊花3钱，槐花2钱，草决明子3钱，水煎，一日2次分服。

啤酒花

啤酒花，原名忽布，又名香蛇麻。我国各地啤酒厂均有栽培。属桑科多年生蔓性草本，形状与葎草相似。它的雌花果穗，有香蛇麻腺，具有特殊芳香，为制造啤酒的重要原料。啤酒的苦味和香气，即本品的作用。

〔性味〕甘苦、微凉。

〔成分〕含有挥发油，油中主要成分为月桂油烯，香蛇麻萜；另含啤酒花酮等结晶性苦味质、鞣质、葡萄糖等。

〔功用〕健胃消食，清热利湿。本品为芳香性苦味健胃

药，有镇静、利尿及抗结核之功。适用于肺结核之伴低热、食欲不振。

〔便方〕1. 肺结核初起，下午有低热、食欲不振：啤酒花3至4钱，水煎服。

肺结核病员常以本品泡水代茶服，有促进食欲，提高治愈率的作用。

2. 神经衰弱、失眠，食欲减退：啤酒花1钱，开水泡，代茶饮服。

3. 尿路炎症，膀胱炎，肾炎，浮肿，小便不利：啤酒花、车前草、茅根各5钱，水煎服。

棉 子

棉花，亦称草棉，属锦葵科植物。我国各地都有栽培，为重要的纤维经济作物。种子、根皮均作药用。种子榨油，可供食用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕根皮含有酸性树脂，其中包括两种酚类物质：二酚酸和水杨酸。种子含有脂肪油及磷酸、棉子酚等。

〔功用〕草棉子为强壮药，能促进乳腺分泌。适用于虚弱者及老人脚弱无力和各种出血。草棉根皮治老年慢性支气管炎的咳嗽、气喘。种子及根皮均有强壮、补气、补血之效。

〔便方〕1. 妇女产后虚弱，乳汁缺乏：草棉子仁2至3钱，炒燥，甘草1至2钱，黄酒和水等量同煎服。

2. 老年慢性支气管炎，咳嗽、气喘：草棉根皮1至2两，枇杷叶3至4片，红枣3至4个，水煎服。

3. 老年腰脚无力，小便频数：草棉子10斤，滚水泡过，盛入蒲包，闷约1至2小时，取出晒裂壳口，去壳皮取仁，压去油，再用黄酒泡一夜，取出仁，蒸3至4小时，晒干。净仁1斤，配补骨脂、菟丝子各半斤，共研细，炼蜜为丸，每服2钱，一日2次。（《本草纲目拾遗》）

4. 疝串（颈淋巴结核），肛门生瘰疮，（俗称偷粪老鼠）：草棉子先炒去壳，以烧酒拌和后再炒，捣烂研细为末，砂糖调服，一日2至3次，每次1至2钱。或制成蜜丸，服一个月。

5. 中风口眼咽斜、瘫痪：棉花子仁6两，炒熟研细，乳香、没药各6钱，共研匀。每服3钱，一日2次。服时可拌和砂糖，以热黄酒送下，然后盖被卧之，出汗而愈。

6. 肠风下血，妇女经水过多，赤白带下，血崩不止：棉子炒焦研为细末，每服2钱，食前以赤砂糖汤送下，一日2次。

7. 阴囊肾子（睾丸）肿大偏坠：棉子1斤，煮汤半瓮，乘热坐瓮上，先熏后洗。

8. 肺劳久咳吐血，盗汗不止：棉子仁3钱，黑豆5钱，水煎两次，去渣后，以蜂蜜或白糖调和，每日2次分服，连服10剂。

9. 乳汁缺乏：棉花子1两，捣碎，黄酒代水煎，去渣，一日2次分服。

木棉树

木棉树，一名英雄树，属木棉科植物。产我国南方广东等

地。树高数丈，早春先开花，后发叶。花大形，红色，叶为掌状深裂，裂片5至7枚，蒴果椭圆形，熟时开裂，内有绵毛，种子多枚。根、皮、花均作药用。种子亦可食。广东称木棉树皮为“海桐皮”。

〔性味〕花：甘、淡；根、皮：苦、平。

〔成分〕树皮含有儿茶酸、色素、树脂、糖类。

〔功用〕清热、祛风、解毒、化湿。

〔便方〕1. 肠炎痢疾：木棉花3至5钱，水煎服。

2. 急性支气管炎，胃痛，胃溃疡，产后浮肿：木棉树干根1两，水煎服。

3. 小儿夏季身热（俗称疰夏）：木棉花瓣（干品）2钱，泡水加白糖少许代茶。

4. 风湿痹痛：木棉树皮5钱，水煎去渣，冲入黄酒少许，一日2次温服。

5. 跌打损伤，肿痛：鲜根皮泡烧酒外搽，或与酒酿同捣烂，加温后外敷。

6. 慢性鸦片烟中毒：旧社会曾有人用根皮来解除鸦片烟慢性中毒。于此可见本品有强壮、提神、解毒等作用。

金 针 菜

金针菜，通称黄花菜，它的原名称萱草，古名忘忧。属百合科植物。可人工栽培，采其花供食用。另有一种野生的，花较小。其根，江苏、安徽地区叫“藜芦”。

〔性味〕花：甘、凉，无毒；根：有毒。

〔成分〕野金针菜根，含有五种葱醌化合物：甲素

乙素、(为治疗肺结核成分)、丙素、丁素及戊素。另有一种甾体化合物。其花含维生素A、B、C及蛋白质、脂肪、天门冬素及秋水仙碱等。

〔功用〕花为营养食品，根入药，有利尿、消肿、消炎、解热、止痛作用。主治水气，身黄，小便赤涩，乳痈肿痛。福建民间用鲜根治风疾作痛(关节炎)。江苏镇江民间用根作催乳药。安徽、江苏地区曾用此根治疗血吸虫病。

〔便方〕1. 肝炎，黄疸：鲜根5钱，水煎服。

2. 咯血、吐血、衄血，发热口渴：鲜金针菜花或全草5钱，茅根5钱，水煎服。

3. 失眠：金针菜1两，水煮半小时去渣，加冰糖再煮2分钟，睡前一小时饮服。

4. 全身水肿，小便不通：鲜根或叶3钱，水煎服。

5. 扭挫腰痛，风湿关节痛：鲜根3钱，水煎，去渣，冲入适量黄酒，温服。

6. 乳腺炎，乳汁不下：鲜根5钱，猪蹄爪一只，煮食，或干花8钱炖瘦猪肉服食。

7. 血吸虫病中、晚期，粪检虫卵孵化毛蚴阳性者：根焙燥磨成细粉，做成丸剂，每服1钱，一日2次。据报导，有的连服十四日，症状好转，食欲增进，复查大便，转为阴性。但此根研末久服，易蓄积中毒。如经高温或水煎后服，就无毒，但对血吸虫病也无效。它的有效成分和毒性尚难分离开来，因此目前已停用，有待今后进一步研究。

番 茄

番茄，又名西红柿，属茄科植物。我国各地广为栽培。为主要蔬菜之一，也可生食及制罐头食品。其茎叶可作农药。

〔性味〕果实：酸、平、微甘，无毒。

〔成分〕果实含蛋白质，脂肪，碳水化合物，钙，磷，铁，菸酸，胡萝卜素及维生素B₁、B₂、C。全草含番茄素，叶中含量最多，根次之，茎和果中最少。

〔药理〕番茄素对于多种细菌和真菌有抑制作用。

〔功用〕清热解毒，凉血平肝。

〔便方〕高血压，眼底出血：鲜西红柿，每日早晨空腹时生吃1~2个，十五天为一疗程。

落 花 生

落花生，一名长生果。属豆科植物。原产南美洲巴西，明朝时由福建传来。《汇书》云：“近时有一种名落花生者，枝上不结实，其花落地结实于土中，亦奇物也，此种皆自闽中来。”一说先传至南京，故又名南京豆。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含脂肪油，主要为油酸，尚有花生酸、硬脂酸、棕榈酸、落花生油酸及亚仁油酸的甘油酯。此外也含维生素。

〔药理〕近来有报导：花生米可使凝血时间缩短，即用特殊方法从花生中可以提出一种油类有效成分，此成分对血液

凝固有重要影响。(此提炼物不是一般的花生油。)据说,这种有效成分在花生果衣中的含量更多,约相当果实中的50倍。

〔便方〕1. 血友病、鼻衄、齿衄、紫癜等:带衣花生米,每日吃4至6两;或花生米衣6钱、红枣10枚,煎服,七天为一疗程。

2. 鼻窦炎:带衣花生米七、八粒,放铁罐内,上面糊纸,中间开小孔,放火炉上,候冒烟从孔出,烟熏鼻孔,烟尽为止,每日一次,30日可全愈(河北资料)。

3. 妇女白带:落花生4两,冰片3钱,共捣如泥,分2次服,每日空腹时白开水送下,近三年来治愈21例(河北资料《妇女病中医疗法》)。

4. 神经衰弱,失眠:落花生鲜叶3两,(干者1两),煮水喝(《常见病验方研究参考资料》)。

刀 豆

刀豆,一名挟剑豆,属豆科植物。它的豆荚很长,其形如刀,内有粉红色种子(豆子)10多粒。

〔性味〕甘、平,无毒。

〔成分〕蛋白质、脂肪、卵磷脂等。

〔功用〕温中下气,利肠胃,止呃逆。是一种滋补食品,且具有镇静作用。

〔便方〕1. 虚寒呃忒(呃逆),老刀豆(豆粒带壳)5钱至1两,生姜3片,水煎去渣,加红糖适量,一日2至3次分服。

2. 胃寒呕吐:刀豆壳1两,水煎后加红糖,一日2次分服。

3. 鼻渊(包括慢性鼻炎、鼻窦炎等):老刀豆带壳焙焦,研成细末,每次2钱,以黄酒调服。

4. 腰痛:刀豆荚、丝瓜茎(近地部分)各5钱,烧存性,以温黄酒调服,此为1次服量,一日需服2次。

5. 小儿小肠炎气:刀豆子炒燥研粉,每次1钱半,开水送服。

6. 喘息咳嗽:刀豆子研细,每次1钱,以白糖、生姜汤送下,一日3次。

7. 肾虚腰痛,怀孕期腰痛:带壳刀豆子1两,同猪腰子一个一起煮食。

8. 头痛、肋间神经痛、跌打伤痛:大刀豆烧存性,研成细末,每次1钱,一日2至3次,以温黄酒送服。

9. 头风痛:刀豆根5钱。加黄酒煎服。

10. 小儿百日咳,老年喘咳:刀豆子5钱,水煎去渣后加冰糖(或蜂蜜),适量饮服。

11. 癫狂(精神分裂症):刀豆粉、米粉各1两,蝮蛇烧存性研末取2钱,共混和研匀,以温开水送服,每次服1钱,白天2次,夜间1次。初发时用之有效,服后喜睡者即为奏效。此古方名“白龙散”。

豌 豆

豌豆,其苗柔婉,故得豌名。属豆科植物。嫩苗色青,摘其梢头,可作菜蔬,种子可食,磨粉可作面。

〔性味〕甘、平,无毒。

〔成分〕豌豆含蛋白质,脂肪,糖类,灰分,钙,磷,铁。

〔功用〕利小便，止泄痢，调营卫，益中气，消痈肿，解乳石毒。

〔便方〕1. 消渴(糖尿病)：青豌豆煮熟淡食，或嫩豌豆之苗，捣烂榨汁，每次半杯，一日2次。

2. 高血压，心脏病：豌豆苗一握，洗净捣烂，包布榨汁，每次半杯，略加温服，一日2次。

赤 豆

赤豆，又名赤小豆。以粒紧小、色紫赤者为佳。属豆科植物。又名饭赤豆。中药商品另有一种红黑豆，系广东产的相思子，过去也叫赤小豆，是同名异物，它的特点是半粒红半粒黑，很易区别，切勿误用。

〔性味〕甘、酸、平，无毒。

〔成分〕含淀粉，脂肪油，蛋白质，三萜皂甙，菸酸，糖类，及维生素A、B₁、C。

〔功用〕赤小豆为利尿药，有消炎解毒作用，主治水腫、丹毒、疮疖等，能下水腫，排痈膿。

〔便方〕1. 肾炎，脚气，营养性水腫：赤小豆2至3两，冬瓜半斤至1斤，一并煮汤服。

2. 下肢丹毒(流火)：赤小豆5钱，牛膝、川柏各3钱。水煎服。

3. 痈腫，热疔：赤小豆研成细粉，以蜂蜜调涂，干即更换。

扁 豆

扁豆，又名白扁豆，或呼蛾眉豆，属豆科植物。我国各地都有栽培，作菜，亦供药用。其种子、花、种皮(扁豆衣)均可入药。

〔性味〕甘、微温，无毒。

〔成分〕种子含脂肪油，蛋白质，糖类，菸酸，氨基酸，生物碱及维生素A、C。

〔功用〕和中下气，为清暑健胃药，适用于暑湿、霍乱、呕吐、泻痢(急性胃肠炎)。

〔便方〕1. 夏季暑湿痢，腹痛，里急后重：扁豆花5至6钱，煎鸡蛋吃(或扁豆花焙燥研末，每服1钱，以米汤送服)。

2. 急性肠胃炎，上吐下泻：白扁豆研粉，温水送服，每次服4钱，一日3至4次。或扁豆1至2两，煮汁分2至3次饮服。

3. 中暑发热，烦躁口渴，小便不利：白扁豆1至2两，煮汤，冷后分2次饮。或用扁豆衣煮汁饮。

4. 妇女赤白带：扁豆花焙燥研末，空腹以米汤送服，每服1钱，一日2至3次。

5. 风湿关节痛，麻木不仁：扁豆根1两，水煎服。

6. 妊娠误服药、胎动欲堕：白扁豆生用研细末，米汤调服一两，或煮浓汁服亦可，神效(《妇女病中医疗法》)。

豇 豆

豇豆，属豆科植物。嫩荚可作菜蔬，老熟种子亦可食。

〔性味〕甘、咸、平，无毒。

〔成分〕种子含大量淀粉、脂肪、蛋白质，并含菸酸及维生素B₁、B₂等。

〔功用〕理中益气，补肾，健脾，止消渴。

〔便方〕糖尿病，口渴、小便多：带壳豇豆(干品)1~2两，水煎，每日一剂，喝汤吃豆。

蚕 豆

蚕豆，属豆科植物。收载于《食物本草》。李时珍说：“豆荚状如老蚕，故名蚕豆”，王祯《农书》则谓豆于蚕时成熟，其义亦通。蚕豆花、叶、荚壳，均可作药用。

〔性味〕甘、微辛、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，碳水化合物，氨基酸，葫芦巴碱，菸酸，维生素B₁、B₂。

〔功用〕蚕豆荚、花、叶均为止血药。花尚能降血压。

〔便方〕1. 高血压，咯血，鼻衄：鲜蚕豆花2两，或干花5至6钱，水煎服。或鲜蚕豆花蒸溜成“蚕豆花露”，每服半杯亦可。有些地区中药店，有蚕豆花露成品供应。

2. 大便下血：鲜蚕豆叶或荚壳2至3两，水煎后加红糖适量，一日2次分服。

3. 妇女赤白带：蚕豆花 5 钱至 1 两(干品)，水煎，一日 2 次分服。

4. 小儿头部黄水疮：蚕豆种皮(豆子的壳)炒焦研成细粉，以麻油调涂，一日 2 次。或用荚壳炒焦研细末亦可。

5. 脓疮疮：蚕豆荚壳煨灰，研细，麻油调涂患处。

黑 豆

黑豆，又名稽豆，为大豆(黄豆)之色黑者。属豆科植物。药用有加工的大豆卷、黑豆衣等。一种野黑豆，又名马料豆，药用效果更佳。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕脂肪，蛋白质，糖类，黑色素，维生素 B₁、菸酸。

〔功用〕调中下气，利水解毒。豆卷可解表解热，黑豆衣(豆子皮)用作滋养止汗药。

〔便方〕1. 感冒发热：大豆卷 3 钱，荆芥、防风、苏叶各 2 钱，水煎服。

2. 妇女产后风痛，风寒湿痹，筋挛急：豆淋酒，每服半小杯，一日 2 至 3 次(制法：黑豆炒至半焦，泡入黄酒，将渣滤去用酒，即豆淋酒)。

3. 婴儿湿疹，神经性皮炎：黑豆干馏油(黑豆半碗，放尺许长的白铁筒内，一头用黄泥封固，一头用细铁丝绕成团，塞住。另用铁丝吊起，架在炭火上干烧，塞铁丝的一头斜向下方，俟有干馏黑豆油滴出时，即以碗承受即得)涂于患处，每日 1~2 次。有效率 97.92%。(资料来源：上海医药工业研究情报

站《新药介绍》)。

4. 体虚盗汗、自汗，尤其是热病后的虚汗：黑豆衣3钱，浮小麦3钱，水煎服。

5. 病后虚弱恢复缓慢，自汗、盗汗：黑豆5钱，浮小麦1两，锦鸡儿根(土黄耆)1两，水煎，一日2次分服。

绿 豆

绿豆，属豆科植物。我国农村普遍栽培。可煮粥，作糕饼，绿豆芽亦为菜中佳品，豆、衣作药用。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕淀粉，脂肪，蛋白质，维生素A、B₁、B₂和菸酸。

〔功用〕利尿消肿，清热解毒。本品有清凉解渴、中和解毒作用，适用于中暑烦渴，食物中毒，药草中毒，金石药毒。亦适用于高血压。

〔便方〕1. 急救食物中毒：生绿豆适量，用水浸泡后研磨，去渣取汁，大量灌服。

2. 农药1605及毒菌中毒：绿豆4份，甘草1份，水煎，大量灌服。

3. 痈肿热毒，发热尿闭：绿豆衣或绿豆煮汁服，有利尿解毒之功。

4. 痈，疔肿，丹毒：绿豆，水磨取汁，涂于患处，干即更换，一日3至5次。

可 可 豆

可可树，属梧桐科植物。原产南美洲，现我国广东、福建

等省均有栽培。种子榨油，为可可豆脂；研粉，即可可粉。供食用及药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有可可豆碱，少许咖啡因和多量脂肪。

〔功用〕强壮利尿。

〔便方〕1. 内痔、肛痿：地榆2两，槐角1两，蛭螂虫1两，梅片1钱，共研极细末，混匀。取净粉三份，可可脂七份，加热溶化，搅匀，注入肛锭模型中，制成肛门坐药若干锭，名“肛患消”，使用时塞入肛门（笔者经验）。

2. 口腔溃疡：可可粉适量，以蜂蜜调如糊，频频含咽。

葫芦巴

葫芦巴，甘肃地区叫香豆。属豆科植物。我国南方盛产，现西北各地均有栽培。可用以提取芳香油，供食品工业用；种子可制香豆酞，供药用。

〔性味〕苦、温，无毒。

〔成分〕种子含脂肪油，蛋白质，粘液质，葫芦巴碱，胆碱，薯蓣皂甙，维生素B₁。

〔功用〕补命门，暖丹田，治冷疝，强精气。

〔便方〕1. 肾虚、遗精、遗尿、尿频：葫芦巴2钱，补骨脂、菟丝子、山萸肉各1钱，水煎去渣，一日2次冲入适量热黄酒温服。

2. 小肠疝气，小腹冷痛：葫芦巴3钱，小茴香2钱，水煎去渣，一日2次分服。

秫 米

秫米即粟米（小米子）的粘糯者，山东地区叫粘米。属禾本科一年生栽培作物。《灵枢经》有“半夏秫米汤”，即此也。

〔性味〕甘、微寒，无毒。

〔成分〕含维生素 B₁、B₂，菸酸，蛋白质，脂肪，糖类。

〔功用〕主治阳盛阴虚，因胃不和而夜不得寐者。

〔便方〕1. 失眠伴有胃弱、消化不良，用一般安神药无效者：秫米3至5钱，制半夏1钱半，水煎服。

2. 怀孕妇女带下如黄水或豆汁者：秫米，黄耆各1两，水煎，一日分3次服。

玉 米

玉米，原名玉蜀黍，一名苞米、苞谷或玉麦等。属禾本科栽培作物。全国各地均有栽培，为优良粮食。种子、根、叶、花柱（蕊须）均作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕玉米须含有β-谷甾醇（一种挥发性的生物碱），葡萄糖，多缩戊糖，玉蜀黍酸，苹果酸，柠檬酸，酒石酸，草酸，树脂，木胶，维生素K等。

〔功用〕利尿，利胆，止血，降压。

〔药理〕据报导：玉米须与咖啡碱并用，可增强并延长其利尿作用；并谓玉米须的利尿作用不发生在肾脏。又玉米须

的水浸出液、醇浸出液，试验于动物，证明均有降压作用。

〔功用〕调中开胃，利尿，尤以玉米须为良好的利尿剂，并有利胆作用，适用于尿路炎症及胆囊炎、肝炎、黄疸等。

〔便方〕1. 尿路疾患，急、慢性尿道炎，膀胱炎：玉米须1两，车前子5钱，甘草2钱，水煎服。

2. 尿路结石，小便淋漓砂石、痛不可忍：玉米根3至5两，水煎服。

3. 糖尿病：玉米须1两，楸木皮1两，水煎浓汁去渣，一日2~3次分服。

4. 尿急、尿频、尿道灼痛：玉米芯、玉米根各2两，水煎去渣加适量白糖，一日2次分服。

5. 胆囊炎，胆结石，传染性肝炎，黄疸：玉米须1两，蒲公英、茵陈蒿各5钱，水煎服。

6. 高血压，伴鼻衄、吐血：玉米须、香蕉皮各1两，黄梔子3钱，水煎冷却后服。

7. 自汗、盗汗：玉米梗芯2两，煨牡蛎1两，水煎，一日2次分服。

8. 肾脏病(包括肾盂肾炎，急、慢性肾炎)：(1) 玉米须2钱，玉米约20粒，蝉衣3个，蛇蛻1条，水煎服。(一个月为一疗程)。

(2) 玉米须、接骨木皮(木本扞扞活)各3钱，水煎服。(一个月为一疗程)。

(3) 肾炎浮肿，小便不利：玉米须、西瓜皮、冬瓜皮、赤小豆适量煮汤代茶，持续饮用，此对慢性顽固性肾炎浮肿，有良好效果。

9. 肠炎痢疾：玉米芯煨存性3两，黄柏粉2两，共研细末，温开水送服，每服1钱，一日3次。

10. 胆囊炎，胆结石，黄疸型肝炎，脂肪肝，糖尿病，玉米须2两，茵陈1两，山梔子5钱，广郁金5钱，水煎，去渣，一日2~3次分服。（可降低血脂、胆固醇和血糖含量）

11. 血吸虫病肝硬化，腹水：玉米须1~2两，冬瓜子5钱，赤豆1两，水煎服，每日一剂，15剂为一疗程。

12. 尿血：玉米须1两，荠菜花5钱，白茅根6钱，水煎去渣，一日2次分服。

13. 高血压、头昏脑胀：玉米须6钱，决明子3钱，甘菊花2钱，开水冲泡代茶，持续饮服，能稳定血压，改善症状。

蕤核仁

蕤核，或称遂仁，一名扁核木。属蔷薇科植物。产我国陕西、甘肃、内蒙古、山西等省区，陕、甘民间叫马茄子、马茹。肉可食，亦可酿酒制醋，核仁供药用。

〔性味〕核仁：甘、温，无毒。

〔成分〕果肉含蛋白质，脂肪等。

〔功用〕蕤核仁：强志明目，破痰结，痞气，治目赤、伤肿泪出。

〔便方〕1. 眼病目赤，痒痛生翳，流泪，羞明：蕤核仁2~3钱，纸包研压去油，黄连等分，红枣一个去核，三味共用绢包，加水一杯，煎浓汁去渣，过滤，以药液洗眼，点眼。

郁 李

郁李，一名雀梅。属蔷薇科植物。我国各地均有分布，果酸甜，可食。核仁供药用。

〔性味〕甘、酸、平，无毒。

〔成分〕郁李仁含苦杏仁甙、脂肪油。

〔功用〕润肠缓下，利尿，治浮肿脚气。

〔便方〕1. 脚气足肿，大小便不通：郁李仁5钱研烂，薏米仁5钱，水煎去渣，加白糖调服，一次服，以大小便通利为度。

2. 小儿身热不退：郁李根一握，水煎作浴汤，每日一次洗沐，（浴时宜避风）。

咖 啡 树

咖啡树，属茜草科植物。为常绿小乔木。花白色有香气，浆果深红色。原产非洲热带，现我国广东、云南等省亦有栽培。果实可酿酒，种子名“咖啡豆”，炒熟研粉可作饮料，即咖啡茶。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕种子含咖啡碱、咖啡鞣酸、糖类、脂肪油。

〔功用〕兴奋，强心，利尿。

〔便方〕1. 酒醉不醒：浓咖啡茶频频饮服。

2. 慢性支气管炎，肺气肿，肺原发性心脏病：咖啡豆（炒）每

日2~3钱，浓煎服。

越 桔

越桔，属杜鹃花科植物。产于我国吉林、黑龙江、内蒙古等省区，其果实可酿酒或制果浆，叶作药用。

〔性味〕苦、平，无毒。

〔成分〕叶含熊果酚甙、乌苏酸(三萜成分)、鞣质，果皮中含有一种红色素。

〔功用〕利尿，消炎，防腐。

〔便方〕1. 急性膀胱炎、尿路感染：越桔叶2~3钱，车前草4~5钱，水煎去渣，一日2次分服。

2. 急性风湿性关节炎：叶或果，每日3钱，水煎去渣，一日2次分服。

海 松 子

海松，一名红松，属松科植物。产我国辽宁、吉林、黑龙江。海松子可食，并入药，可榨油供工业或食用；树干可采松脂，并可提炼挥发油。

〔性味〕果仁：甘、小温，无毒。

〔成分〕果仁含脂肪油(为油酸酯、亚麻酸酯)，棕榈碱，蛋白质，挥发油。

〔功用〕润五脏，逐风痹。

〔便方〕老年慢性支气管炎、咳嗽气喘：松塔(松树果

实) 3两, 水煎去渣, 一日分2~3次温服。(山西省太原市治疗慢性支气管炎, 观察578例, 近期治愈183人, 显效及一般好转者353人, 有效率为92.7%, 此方对哮喘性支气管炎疗效尤好。)

金 樱 子

金樱子, 别名糖罐子、山石榴。属蔷薇科植物。我国中、南部各省都有分布。其果实酸甜可食, 并可以熬糖或酿酒。根、叶、花、果均供药用。

〔性味〕果: 酸、甘、平, 无毒。

〔成分〕果含苹果酸、柠檬酸、鞣酸、糖类、树脂、维生素C。

〔功用〕涩肠, 固精, 止泄利, 缩小便。

〔便方〕1. 刀伤出血: 金樱叶、苎麻叶等量, 晒干研细末, 用瓶密封, 外敷止血, 古方名“军中一捻散”, 为战伤止血剂。

2. 慢性痢疾, 肠结核: 金樱花、金樱子、罌粟壳各一钱, 醋炒, 共研细末, 蜜丸如梧桐子大, 每服1钱, 一日3次。

3. 遗精早泄, 体虚白带: 金樱子3斤, 白中捣碎, 加水煎3次, 去渣, 过滤后再浓煎, 加蜂蜜收膏, 每日临睡时服一匙, 开水冲服。

五 味 子

五味子; 药用系指木兰科植物北五味子的果实。同

科属植物华中五味子也可入药，与北五味子植物外形相近，但华中五味子雄蕊10~15枚，而北五味子雄蕊5枚。南五味子为同科不同属植物。我国历代自南北朝·陶宏景、唐·苏頌、明·李时珍都已指出药用五味子，以北五味子为佳。其根、茎、叶均可药用。

〔性味〕甘、酸、温，无毒。

〔成分〕果实、种子：含挥发油，五味子素，去羟基五味子素， γ -五味子素，五味子醇，苹果酸，柠檬酸，酒石酸，糖类，树脂，脂肪油，维生素A、C等。

〔功用〕种子：补虚劳，强阴益精，治肺虚喘咳，泄利盗汗。根皮：行气活血，强筋壮骨，散瘀止痛。

〔便方〕1. 肺结核、咳嗽气急、盗汗遗精：北五味子3钱，女贞子3钱，甘草2钱，水煎去渣，一日3次分服。

2. 传染性肝炎、谷丙转氨酶增高：五味子焙燥研细末，一日2~3钱，2~3次分服。

3. 神经衰弱、心悸不眠：五味子2钱，茯苓、菟丝子各3钱，水煎去渣，加蜂蜜，一日分2~3次服。

4. 风湿筋骨痛、腰腿痛、神经痛：南五味根茎一日6钱，加黄酒和水煎服。

山茱萸

山茱萸，一名蜀酸枣，或肉枣、枣皮。为山茱萸科灯台树属植物落叶小乔木。单叶对生，夏季先叶开花，黄色，核果长椭圆形，熟时红色，可食，并作药用。

〔性味〕酸、微温。

〔成分〕含山茱萸甙、番木鳖甙、皂甙、鞣质、维生素A样物质、没食子酸、苹果酸、酒石酸。

〔药理〕动物试验证明山茱萸有利尿、降血压作用，对化学疗法及放射线引起的白血球下降，有使其升高的作用，对志贺氏痢疾杆菌、金黄色葡萄球菌均有抑制作用。

〔便方〕1. 自汗、盗汗：山茱萸、防风、黄耆各3钱，水煎服。

2. 汗出不止：山茱萸、白术各5钱，龙骨、牡蛎各1两，水煎服。

3. 遗尿：山茱萸、复盆子、茯苓各3钱，附子1钱，熟地4钱，水煎服。

4. 老人尿频失禁：山茱萸3钱，五味子2钱，益智仁2钱，水煎服。

枳 椇 子

枳椇，一名木蜜或鸡距子，属鼠李科植物。我国南北各省均有。果实味甜，果柄作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕果实柄含多量葡萄糖及苹果酸钙。

〔功用〕除烦渴，解酒毒，利小便。

〔便方〕1. 酒醉呕吐：枳椇子3~4钱，水煎顿服。

2. 消渴，善饥，小便频数：鸡距子适量(约1~2两)煎汤送服麝香丸(射香一分，分作十份，合饭粒，搓成丸药十粒。)每日1粒，连服十日。

小 麦

小麦，属禾本科栽培作物。中药材分淮小麦、浮小麦两种。浮小麦即淘洗时轻浮瘪瘦的麦粒。仲景甘麦大枣汤，系用淮小麦。

〔性味〕甘、微寒，无毒。

〔成分〕含淀粉、蛋白质、糖类、糊精、脂肪、谷甾醇、卵磷脂、尿胆素、精氨酸、淀粉酶、麦芽糖酶、蛋白分解酶及维生素B等。

〔功用〕养心神，敛虚汗。陈小麦粉外用消疮肿有良好的功效。

〔便方〕1. 痈疮疔肿，一切无名肿毒，初起未溃者：陈小麦浸泡水磨取淀粉，将淀粉炒焦研成细粉，以米醋调成糊，涂于患部，有效率达到98%（江苏高邮资料）。

2. 妇人脏躁（癔病）、悲伤欲哭，神经性心悸，怔忡不安，失眠：浮小麦5钱至1两，甘草3钱，大枣4至6枚，水煎服。

3. 心慌，自汗，盗汗：（1）浮小麦1两，茯苓、麦冬各3钱，水煎服。（2）浮小麦、糯稻根各1两，碧桃干3钱，水煎，一日分2次服。

4. 白天出汗、如精神紧张尤易出汗：淮小麦1两，红枣6个，甘草2钱，桂圆肉5个，水煎喝汤，吃枣和桂圆肉。

大 麦

大麦，属禾本科栽培作物。药用麦芽（即大麦芽）。

〔性味〕咸、温、微寒，无毒。

〔成分〕淀粉酶、转化糖酶、卵磷脂、糊精、麦芽糖及葡萄糖和维生素B等。

〔功用〕益气调中，化食，宽中下气，有营养和助消化作用。

〔便方〕1. 胃弱，消化不良，饱闷腹胀：大麦芽、六神曲各4至5钱，水煎服。

2. 小儿疳积，慢性肠胃病，腹胀、下痢、不思食或善饥：大麦芽炒黄研细，炒茅术研成粉末，二者等分，以砂糖水调服，每服1至3钱，一日2至3次。

3. 妇女回乳时乳房胀痛：大麦芽1至2两，水煎服。

4. 急、慢性肝炎后遗症，胸闷、痞胀、食欲不振：大麦芽、茵陈各1两，橘皮5钱，水煎服。

5. 黄疸：鲜麦苗一握(约2~3两)，飞滑石5钱，水煎去渣，一日2次分服，连服七天。

芡 实

芡实，又名鸡头子。为睡莲科的一种水生植物的果实。我国中部、南部各省均有产，多生于池沼湖塘浅水中，果实可食用，也作药用。

〔性味〕甘、平、涩，无毒。

〔成分〕芡实含淀粉、蛋白质、脂肪等。

〔功用〕补中益气，为滋养强壮性食物，和莲子有些相

似，但芡实的收敛镇静作用比莲子强，适用于慢性泄泻和小便频数，梦遗滑精，妇女带多腰痠等。

〔便方〕1. 遗精滑精，虚弱小儿遗尿，老年人小便频数：芡实5钱，金樱子4钱，菟丝子、车前子各3钱，水煎服。

2. 慢性泄泻(包括慢性肠结核，五更泄泻等)：芡实、莲肉、淮山药、白扁豆等分，磨研成细粉，每次1至2两，加白糖蒸熟作点心吃。

菱

菱，又名芰。为菱科的一种水生植物。我国南部各省均有栽培或野生。其果肉可食，嫩茎可作菜蔬，果有角，俗称菱角。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕果肉富含淀粉，此外为葡萄糖、蛋白质、维生素B、维生素C等。

〔功用〕止消渴，解酒毒，有利尿通乳之功，近来民间试用于食道癌、胃癌。

〔便方〕1. 食道癌、胃癌：菱实、紫藤瘤、诃子、薏米仁各3钱，煎汤服，一日2次(国外资料)。

2. 小儿头部疮毒，酒毒(宿醉)：鲜菱草茎(去叶及须根)2至4两，水煎服。

3. 头面黄水疮：老菱壳烧存性，研成细末，以麻油调和涂敷患处。

4. 赘疣(青年性扁平疣，多发性寻常疣)：鲜菱蒂(柄)搽擦患部，一日3至5次，可自落。

莲、藕

莲的各部分名称不同，都可供药用。莲的柄名荷梗；叶名荷叶及荷叶蒂；荷花蕊名莲须；果壳名莲蓬；果实为莲肉或莲子；其中的胚芽名莲心；莲的地下茎名藕（药用藕节），都作药用。

〔性味〕甘、平、涩，无毒。

〔成分〕荷叶含莲碱、荷叶碱、原荷叶碱、杏黄鞣栗碱、前荷叶碱、槲皮素、荷叶黄酮甙。荷梗含莲碱、原荷叶碱等多种生物碱，树脂，鞣质。荷花含木犀草甙、异槲皮甙、山柰酚、山柰酚—3—半乳糖、葡萄糖甙、山柰酚—3—二葡萄糖甙等多种黄酮类。莲心含莲心碱、异莲心碱、正莲心碱、荷叶碱等多种生物碱及木犀草甙、金丝桃甙、芸香甙等黄酮类。莲须含生物碱、黄酮类。莲子含淀粉、蛋白质、脂肪、天门冬素及蜜三糖。藕含淀粉、鞣质、维生素B及维生素C。

〔功用〕莲子为滋养食品，有镇静安神之效。莲心则有降血压和强心作用。莲须为收敛性镇静药。藕节是著名止血药。莲蓬、荷叶、荷梗都有止血、止泻的功能。

〔便方〕1. 吐血、下血、衄血，妇女崩漏；藕节5至6个，劈碎以红糖煎服。或用莲蓬3至4个，煎服亦可。

2. 久泻久痢，肠风便血；荷梗或荷叶蒂1至2两，水煎，以饴糖（即麦芽糖）1至2匙调服。

3. 脾虚便溏，睡眠不实、心悸怔忡，妇女腰痠带多、体质虚弱者；莲子（去心）、芡实（去壳）各2两，鲜荷叶（手掌大）1块，以适量糯米煮粥，亦可加砂糖适量服。

4. 高血压，头胀、心悸、失眠：莲心5分，开水冲泡代茶。

5. 血友病，鼻衄，齿衄，咯血：鲜藕2斤，鲜梨1斤，生荸荠1斤，生甘蔗1斤，鲜生地0.5斤，同榨汁，每服一小杯，一日3至4次。

6. 梦遗滑精：荷叶1两研末，每服1钱，每日早晚各一次，热米汤送服，轻者一二料，重者三料愈。

荞 麦

荞麦，属蓼科植物。我国各地普遍栽培，尤以北方为多。茎叶、种子均可作药用。

〔性味〕甘、平、寒，无毒。

〔成分〕茎和叶含有芸香甙、槲皮素等黄酮类。种子含蛋白质、脂肪、维生素B等。

〔功用〕茎和叶适用于高血压，毛细血管脆弱性出血，防治中风，视网膜出血，肺出血。种子为健胃消化药，能止虚汗。炒燥研末，外用收敛止汗，消炎。

〔便方〕1. 慢性泻痢，妇女白带：荞麦炒后研末，水泛为丸，每服2钱，一日2次。

2. 高血压，眼底出血，毛细血管脆性出血，紫癜：鲜荞麦叶1至2两，藕节3至4个，水煎服。

3. 疮毒，疖毒，丹毒，无名肿毒：荞麦面炒黄，用米醋调如糊状，涂于患处，早晚更换，有良好的消炎、消肿作用。

4. 出黄汗：荞麦子1斤，磨粉后筛去壳，加红糖烙饼或煮食。

5. 夏季痧症：荞麦面炒香，用开水搅成稀糊，适量服。
6. 偏正头痛：荞麦子、蔓荆子等分研末，以烧酒调敷患处。

栗 子

栗子，属山毛榉科植物。有板栗、椎栗、家栗等，性能相近。果实供食用，果实、壳斗、树叶、树皮，都可作药用。

〔性味〕咸、温，无毒。

〔成分〕果实含糖类、淀粉、蛋白质、脂肪、维生素B₁及B₂，壳斗、树皮及叶含鞣质。

〔功用〕果实：益气厚肠胃，生用嚼食治腰脚无力。壳斗、树皮有收敛作用。鲜叶外用，适于皮肤炎症。

〔便方〕1. 跌打伤，筋骨肿痛，弹片、铁钉、竹木刺入肉：生鲜栗子切碎，捣烂研如泥，敷于患处，有止痛止血，吸出脓毒及异物的作用。

2. 老年肾亏、小便频数、腰脚无力：每日早晚各吃生栗子1至2枚，细嚼缓咽，久之有效。

古老相传，有诗云：“老去自添腰脚病，山翁服栗旧传方，客来为说晨与晚，三咽徐收白玉浆。”但此物不宜多吃，若吃过多妨碍消化。

3. 噎膈反胃(包括慢性胃炎等)：栗之果壳(内果皮，不是壳斗)，烧存性，研成细末，米汤送服，每服5分至1钱。

4. 慢性支气管炎，咳嗽气喘：当年生的新栗叶5钱至1两，加冰糖同煮，一日2至3次分服。

5. 幼儿腹泻：栗子磨粉，煮如糊，加白糖适量喂服。

榛 子

榛，属桦木科植物。果实似栗子，果仁肥白而圆，可食，其味如栗，亦入药。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕榛子仁含淀粉，脂肪，蛋白质，胡萝卜素，菸酸，糖类及维生素B₁、B₂、B₅。

〔功用〕益气力，补脾胃。

〔便方〕1. 脾虚泄泻：榛子仁，炒焦黄，研细末，每次一匙，每日2次，空腹以红枣汤调服。

2. 噤口痢、胃口不开：榛子仁磨细粉，每服1钱，用陈皮汤送服，一日3次。

枸 杞

枸杞，属茄科植物。我国各地野生和栽培。《神农本草》列为上品。李时珍说：枸杞为两种树的合名，此物有刺，如枸棘，其茎如杞柳之条，故兼名之曰枸杞。枸杞嫩叶可作菜蔬，果实味甜可食。其根名地骨皮，果名枸杞子，均供药用。

〔性味〕微苦、甘、平，无毒。

〔成分〕果实含甜菜碱，胡萝卜素，玉蜀黍黄素，维生素B₁、B₂、C，菸酸，酸浆红素，钙，磷，铁等。根含苦味质。叶含芸香甙。

〔药理〕据实验研究：枸杞子有使血糖下降作用。

〔功用〕枸杞子为著名的滋养强壮药，有明目、降血糖、平血压的作用。根、嫩苗及叶：清血解热，利尿，健胃，治消渴和肺结核潮热。

〔便方〕1. 高血压，糖尿病：每日用枸杞子5钱，煎汤代茶，常服有效。

2. 夜盲，视力衰退：枸杞子2钱，白菊花2钱，泡水代茶。

3. 肺结核初期，下午有低热，精神疲倦：地骨皮3钱，银柴胡2钱，甘草1钱，水煎服。

4. 肝虚眼病，见风流泪，云翳遮睛，白内障等症：枸杞子半斤，黄酒适量，浸于坛中，密封1至2个月后，每日食后适量饮，一日2次。

5. 阴虚，虚火牙疼：地骨皮5钱，煎汤服。

6. 疖、痈(搭背)：地骨皮(鲜枸杞根)晒干、炒焦、研细，以香油调涂患处，一般连用数天即愈(尤其适用于颈部毛囊炎)。

砂 仁

砂仁，原名缩砂密，属姜科植物。名见宋《开宝本草》。我国广东阳春县产，故又名春砂仁。主要用作辛香调味品，亦作药用。

〔性味〕辛、温、涩，无毒。

〔成分〕含挥发油，油中主要成分为龙脑、右旋樟脑、乙酸龙脑酯、芳樟醇、橙花三烯醇等。

〔功用〕砂仁为芳香性健胃理气药，能温暖脾肾，下气止

痛，宽胸膈，疏气滞，化宿食，除呕逆，并治虚劳冷泻。

〔便方〕1. 孕妇偶因跌仆致胎动不安而腹痛者：砂仁去皮，炒燥研细末，以热黄酒送下，每服1至2钱，觉腹中温暖胎即安。

2. 子痾昏冒：砂仁2钱，连皮炒焦研末，热酒调服。不饮酒者，可以米汤送下。此方治子痾并有安胎止痛之效。

3. 大便泻血，妇女血崩：砂仁2钱（重症3钱）在新瓦上焙燥研末，以热粥汤送服。

4. 全身浮肿，阴囊同时肿胀：砂仁，土狗（蜈蚣）等分，焙燥研细末。每服1钱，以温黄酒和水各半送服，一日2次。可利小便消浮肿。

5. 虚弱冷痢、滑脱不禁：砂仁、炮附子、干姜等分，焙燥研末，麦粉糊为丸，每服2钱，一日2次，以粥汤送下。

蒔 萝

蒔萝，俗名土茴香。属伞形科植物。宋·《开宝本草》一名慈谋勒。现我国南北各地都有栽培。果实可提取芳香油，可作小茴香的代用品，亦入药用。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕果实含有挥发油（油中主要成分为藏茴香酮、柠檬烯、水芹烯等）及脂肪油。

〔药理〕健胃、驱风、催乳。

〔功用〕主治小儿气胀、呕逆、腹冷、食欲不振。

〔便方〕1. 小儿疝气腹胀：蒔萝子炒香研细末，以热黄酒调如糊乘温罨包患处，一日2~3次换敷。

2. 闪挫腰疼：蒔萝子炒香，每次1钱，温黄酒送服，一日2~3次。

注：有一种毒芹的种子与蒔萝子、小茴香易混淆，必须注意区别，区别要点见附表及附图。

植 物 区 别	蒔 萝	小 茴 香	毒 芹
茎 叶	茎高2~3尺，叶2~3回羽状全裂，裂片丝状，花黄色。	茎叶有强烈香气，有粉霜，叶3~4回羽状细裂，丝状，花小，黄色。	茎高2~4尺，茎粗中空，2~3回羽状复披针形，花白色。
果 实	双悬果，橢圓形，长及宽相等，背棱稍突起，侧棱扁带状。	果实双悬果，矩圓形，果棱尖锐。	双悬果，卵圓形，长及宽相等，结合面隘缩，棱槽狭窄，色较深。

胡 椒

胡椒属胡椒科植物。原产印度，今亚热带各地及我国广东、广西、云南、台湾等省都有引种栽培。商品有白胡椒、黑胡椒两种。采未熟果，干燥后为黑胡椒。成熟果，经加工后，擦去外皮，即为白胡椒。供食用，亦作药用。

〔性味〕辛、大温，无毒。

〔成分〕含辣味成分，主为胡椒辣碱及胡椒辣脂碱。另含挥发油，油中主要成分为水茴香萜、倍半萜萜等。此外尚含脂肪油、淀粉、色素、蛋白质等。

〔功用〕下气，温中，祛痰，为芳香刺激性健胃药。可除胃寒，消寒痰，化食积，治心腹卒痛，解鱼肉鸟兽等食物中毒。

〔便方〕1. 心腹冷痛，痛时喜按、喜暖者：白胡椒、绿豆等分，共研细末，温黄酒送下，每次1钱，一日2次。

2. 呕吐反胃，朝食暮吐(包括慢性胃炎，胃弛缓，胃内停水，胃癌初期等)：白胡椒、姜制半夏等量，共研细末，以姜汁面粉糊为丸，如小豆大。每服30丸，生姜汤送下，一日2次。

3. 冒雨涉水，遭受寒冷：葱白一握，煮稀饭或面条一碗，加入白胡椒末适量，乘热吃下盖被卧，出汗即愈。

4. 荤腥肉类宿食不消，呕吐泄泻，心腹冷痛，白胡椒、吴茱萸、橘皮等分，共研细末，温开水送下，每次1钱，一日1至2次。或白胡椒、生姜、紫苏各1钱，水煎服。

竹叶椒

竹叶椒，一名野花椒。属芸香科植物。我国中部及南部各省都有分布，江苏各地野生甚多。俗称麻醉根。其叶柄有阔翅，叶脉有针刺。结子球形，熟时赤褐色，开裂，有香气如花椒，亦可作调味品供食用。

〔性味〕苦、辛、温，无毒。

〔成分〕果含挥发油。根含生物碱（为白藜碱、茵芋碱等）。

〔功用〕本品为芳香健胃、驱风杀虫药，微带有麻醉性。主治风寒湿痹，肺气上逆，四肢历节疼痛。

〔便方〕1. 蛀牙痛（龋齿）：竹叶椒枝皮，水煎含漱；并以棉球蘸浓汁，塞蛀孔中。

2. 感冒风寒，头痛：竹叶椒根3至4钱，水煎后温服，盖被卧床，取微汗。

3. 痧气腹胀痛，冷肚痛：竹叶椒叶、吴茱萸等分，同捣烂敷于脐上，包缚固定，气通则愈。

4. 胃痛，腹中气胀，风湿性关节痛，蛔虫腹痛，跌打伤痛：竹叶椒根2至3钱，或种子7至14粒，水煎服，一日2次。外用适量。

5. 白喉：取竹叶椒叶片背面虫瘿中的虫，焙干研末吹喉。

辣 椒

辣椒，又名辣茄。属茄科植物。有尖椒、团椒等品种。其因而肥大的，味不很辣；紧小而尖的，叫做钉头辣椒，味较辣。药用以尖小而辣者为佳。

〔性味〕味辛，性热。

〔成分〕含辣椒碱、辣椒红素、脂肪油、龙葵甙、大量维生素C及微量的挥发油。

〔功用〕有辣味健胃作用。少量内服，能促进胃液分泌，

增进食欲。外用对皮肤有刺激作用，能治风湿痛、腰肌疼痛。内服适用于胃弱消化不良，肠胃充气，胃寒痛等。外用于冻伤，关节痛，脱发等。但对胃及十二指肠溃疡，急性胃炎，肺结核有咯血倾向以及痔疮患者忌用。

〔便方〕1. 防治冻疮：冻疮初期，局部有红肿发痒时，可以辣椒酒频频搽擦，一日3至5次，能促使逐渐消散（辣椒酒制法：钉头辣椒2钱，切细，以60%烧酒一两，浸泡10天，去渣过滤即成）。或用辣椒全草和茄子全草煮水洗患处。

2. 预防冻伤：风雪寒冷中行军或长途旅行，可用20%辣椒油膏（辣椒细粉2分，凡士林8分，搅匀即得）搽于冻伤好发部位，如耳轮、手背、足跟等处。

3. 秃发：辣椒酒频频搽擦于秃发部位，一日数次，有促进毛发再生之功。

花 椒

花椒，又名川椒。属芸香科植物。药用以色红者为佳，果皮名椒红，种子名椒目，均作药用。本种通常在小叶片背面基部被长柔毛一丛、果皮腺点多而大、无子房柄，可资识别。

〔性味〕辛、温，有小毒。

〔成分〕果含挥发油（为柠檬烯、枯醇、香叶醇等）、甾醇，不饱和有机酸。

〔药理〕抑菌试验：花椒对炭疽杆菌、溶血性链球菌、白喉杆菌、肺炎双球菌、金黄色葡萄球菌、柠檬色及白色葡萄球菌、枯草杆菌等10种革兰氏阳性菌，以及大肠杆菌、宋内氏痢疾杆菌、变形杆菌、伤寒及副伤寒杆菌、绿脓杆菌、霍

乱弧菌等肠内致病菌均有明显的抑制作用。其1:4的水浸剂对星形奴卡氏菌亦有抑制作用。据动物试验，少量持续服可促进有关新陈代谢的腺体发育，多量则可促进有关生殖的腺体发育。这就证明了古人“温阳补肾”的认识。

〔功用〕椒红：健胃、驱蛔虫，并有温暖强壮作用。椒目为利尿药，用于慢性浮肿腹水。古方“己椒苈黄丸”采用椒目作逐水剂。

〔便方〕1. 老人衰弱，病后脾肾阳虚，腰冷脚弱，齿牙浮动：椒红、小茴香等分，微炒后研细末，炼蜜为丸，每服1至2钱，一日2次。

2. 历节风痹，关节肿痛，肌肉瘦削，四肢不遂：椒红一斤，炒研末，嫩松叶、嫩柏枝各半斤，微炒后研末，酒泛为丸，食后服，每服1钱，一日2至3次。

3. 慢性萎缩性胃炎，肥厚性胃炎，消化不良，胀闷：椒红(微炒)、干姜、橘皮、甘草等分，研末(或为丸)，食后服，每服1至2钱，一日2次。

4. 慢性肾炎或肾病综合症的浮肿腹水：椒目2两，炒后研细，车前子、葶苈子等分共研细，枣肉为丸，每服1至2钱，一日2次。

5. 蛔虫腹痛，或胆道蛔虫，呕吐腹痛：川椒2钱(微炒)，乌梅3钱，水煎，一日2至3次分服。

6. 蛀牙痛：川椒3钱，烧酒1两，浸泡10天，过滤去渣，用棉球蘸药酒，塞蛀孔内可止痛。

小茴香

茴香，有大茴香、小茴香两种，前者属木兰科，后者属伞

形科。本品是伞形科的小茴香，又名香丝菜，称谷茴香，嫩叶可食，果实作香料用，亦供药用。

〔性味〕辛、甘、温。

〔成分〕主要成分为茴香脑、茴香酮、甲基胡椒酚、茴香醛。

〔功用〕健胃、理气、兴奋、强壮，有催乳、消疝气之功。适用于小肠疝气、寒气腹痛、睾丸肿痛、睾丸鞘膜积液、胃肠弛缓下垂等症。

〔便方〕1. 小肠疝气，鼠蹊部胀垂，鞘膜积液：小茴香5钱，加食盐少许，炒至焦黄色，研为细末，然后以鸡蛋或鸭蛋两个，拌和煎炒，每晚临睡前与温黄酒同食，每日一剂，连吃四剂为一疗程，休息2至3天后，再服一疗程。

2. 妇女子宫前倾或后倾，月经痛：小茴香4钱(炒研细)，当归4钱，枳壳5钱，水煎，去渣分2次服，服时另冲入小茴香末2钱，每次月经来潮前连服4至5剂。

3. 寒疝小腹痛：小茴香、橘子核、山楂肉等分，各炒研细末，混和，每服2钱，一日2至3次，温黄酒送下。

4. 慢性胃炎，胃弛缓下垂，痞闷饱胀：小茴香(炒)、石菖蒲根、枳壳各2两，烧酒2斤，浸泡10天后，每日2次，饭后适量饮服。

5. 蛔虫腹痛：小茴香根、南瓜子等分，焙燥研末，早起空腹服下，每服3钱，每日一次，连服3天。

大 茴 香

大茴香，一名八角，又名莽香。属木兰科植物。苏颂

说：“气味亦如小茴香，味更甜。形状与小茴迥别，果实裂成八瓣。一瓣一核。”但另有一种同科属有毒植物莽草的果实，形状与食用八角相似，必须防止混淆而误食。（鉴别点如下表及图）

〔性味〕辛、平，无毒。

〔成分〕果实和叶均含挥发油，并带甜味。油中主要成分为大茴香脑、黄樟油素、大茴香醛、茴香酮。

〔功用〕主治心腹冷气，癩疝，调中止痛，止呕吐。

〔便方〕1.大小便秘，肚腹胀气：八角茴香7个，火麻仁5钱为末，生葱白7个，同研烂，水煎服，一日2次。

2.小肠疝气：大茴香1两，枳壳1两，焙燥研末，每服1~2钱，温黄酒送下，1日2次。

种 别	莽 草 实(见图)	大 茴 香(见图)
果实大小	果较小，径约2/3寸。	果较大，径约一寸。
形 状	蓇葖10~13个，角尖有长而弯曲，并有向上的尖头。	蓇葖呈八角，角的尖端钝尖，平直，微向上弯。
颜 色	色浅、呈土黄色，种子淡褐色。	色深，呈棕红色。
气 味	有松叶气味。	有茴香气味。
茎 蒂	直	弯

丁香

丁香，又名丁子香。属桃金娘科植物。原产南洋群岛及非洲，我国海南岛有栽培。其未开放的花蕾名公丁香，未成熟的果实名母丁香，药用以公丁香为胜。并用以调味，制香精。本品须与观赏植物丁香相区别。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕花蕾含丁香油，油中主要成分为丁香油酚，乙酰丁香油酚等，此外并含丁香素、邻苯三酚鞣酸。

〔功用〕温脾胃，治冷气腹痛、呕吐反胃、龋齿、口臭。

〔便方〕1. 胃寒呃逆(打呃忒)：公丁香1钱，桔皮3钱，水煎服。

2. 口臭：公丁香1~2个含口中(时时含之)。

3. 龋齿牙痛：取丁香油滴入蛀孔，或用棉球蘸丁香油塞填孔中。

4. 乳头破裂：丁香研细末，敷之。

松果

松的种类颇多，有白皮松、海松、华山松、马尾松等。均属松科植物。松果俗称“松塔”。松果供药用，产松子的为海松和白皮松，但马尾松的松果效用与白皮松的松果大致相近。松树脂(松香)、松节、松花、松果、松针(叶)等均作药用。

〔性味〕松脂：苦、甘、温，无毒。松叶、松节：甘、温，无毒。松花、松子仁：甘、小温，无毒。

〔成分〕马尾松果含有挥发油和树脂。松子仁含脂肪油，其中主要为油酸酯、亚麻油及蛋白质。

〔功用〕松叶、松节：祛风止痛。松脂外用为消炎止血剂。松子仁为滋养强壮药。松塔(松果)据近来报导，可治疗老年性支气管炎。

〔便方〕1. 老年慢性支气管炎，哮喘性支气管炎：白皮松松塔(不带松子)半斤，洗净切碎，加水2000毫升，煎至200毫升，再加水煎2次，合并药汁成400毫升，分2日服完，每日2次，饭后服，10天为一疗程。据报导治疗578例，近期痊愈183例，有效353例，无效42例(山西太原资料)。按：白皮松分布于河北、山西、陕西、甘肃、湖北、四川等地。南部地区用马尾松松塔，功效亦好。

2. 风湿性关节痛：松针或松节3至5钱，当归、桂枝、羌活各2钱，加黄酒和水等量合煎，一日2次分服。

3. 预防肝炎，流脑：青松针(叶)1两，水煎服，连服数日(江西资料)。

4. 夜盲症，脚气：嫩松针1两，纱布包裹与猪肝或鸡肝同煮，去松针，喝汤吃肝。

5. 慢性宫颈炎：松树削去表皮取第二层皮，晒干研末过100目筛，经高温消毒，敷局部(江西资料)。

6. 皮肤湿疹，婴儿红臀及刀伤出血：松花粉外用。

7. 妇女白带经久不愈，面黄肌瘦、贫血无力、胃部不舒：松节(含油者)3钱，水煎，早晚空腹服，经治3例，均愈(河北省资料)。

使君子

使君子，又名留球子，产我国南部各省及四川等地。取果实炒熟食之，颇似香榧子。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含脂肪油(为硬脂酸、油酸等的甘油酯)、使君子酸钾、棕榈酸、苹果酸、柠檬酸、琥珀酸、甾醇、生物硷、葡萄糖、蔗糖、L-脯氨酸、N-甲基菸酸内盐。

〔功用〕本品有驱蛔虫作用，适于小儿蛔虫、蛲虫等症，因其味香甜，儿童喜食之。服使君子后忌热食，得热食或多量服用会引起呃忒、眩晕、呕吐等副作用，但停药后，即可消失。

〔便方〕1. 小儿虫积、腹痛：使君子炒熟去壳，小儿按年龄每岁1粒，10岁以上用10粒，早晨空腹一次嚼食，连用七日。

2. 小儿蛲虫：使君子仁研细，百部等量研粉，每服1钱，空腹时服。

3. 胆道蛔虫、腹痛：使君子7至10粒研粉，乌梅1钱，川椒1钱，水煎送服，每日2至3次。

橄 榄

橄榄，一名青果。属橄榄科植物。因其味苦涩，久之方回甘味，故又称谏果。橄榄产我国南部广东、广西、四川、福建等

地，尤以广东栽培最多。

〔性味〕酸、甘、涩、温，无毒。

〔成分〕种子含挥发油，其中有醇不溶性的树脂——香树脂素等。果肉含蛋白质、糖类及维生素C。

〔功用〕消酒，解鱼毒，生津。本品有清肺解毒化痰之功，用于防治上呼吸道传染病，治喉痛，鱼骨鲠喉，误食鱼、肉中毒等。

〔便方〕1. 防治流感，上感，白喉等：将鲜青果3至5个劈开，鲜萝卜（红皮、白皮均可）半至1个切开，煮水代茶饮，连用数天。

2. 误食鱼、蟹、河豚中毒：鲜青果1至2两捣烂，加水绞榨汁，灌服使吐。

3. 痲痲：青果1斤捣烂，郁金0.5斤，加水适量，煎成浓汁去渣，再煎浓再去渣，前后煎三次然后过滤，加明矾0.5斤，收成膏，每服1匙，温水送服，一日2至3次。

4. 鱼骨鲠喉：青果核磨汁，用作含咽剂，民间经验据称有显效。

木天蓼

木天蓼，一名葛枣、猕猴桃。属猕猴桃科植物。藤本，花单生，白色，有芳香。其茎名“含水藤”。浆果霜后味甜，可生食或酿酒，其嫩叶可作菜蔬，有虫瘿的果实供药用。产我国东北、西北及西南诸省区。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕有虫瘿的果实含木天蓼酸及木天蓼醇。

〔药理〕木天蓼醇有强心、利尿作用。

〔功用〕主治疝气、腰痛、风痛、冷痹。

〔便方〕1. 血虚风痹，腰膝冷痛：木天蓼枝茎或根半斤，高粱酒适量，浸泡7~10天，每日早晚适量饮酒。

2. 妇女腰下冷，久不受妊：木天蓼果实虫瘿，每日5钱，黄酒煎服。

榧 子

榧子，一名香榧。属紫杉科植物。产我国浙江、安徽、福建、湖北、四川等地山中，庭园也有栽培。其树如杉木，又名“野杉”。种子可食，亦入药。

〔性味〕甘、平、涩，无毒。

〔成分〕榧实：1. 醚溶性浸出物：其中的碱化物中所含的饱和脂肪酸，主要为棕榈酸并混有少量硬脂酸（所含不饱和脂肪酸为亚麻酸及油酸）。不碱化物中则有少量甾醇。2. 醇溶性浸出物：含有草酸及葡萄糖。3. 水溶性浸出物：含有一种多糖类。

〔药理〕据李宗珍等研究：证明榧子中确实含有驱除猫绦虫有效成分，该成分不溶于水、醚及醇而溶于苯。

〔功用〕杀虫消积，润肺滑肠，主要为驱肠寄生虫药。

〔便方〕1. 蛔虫、钩虫、蛲虫、姜片虫、绦虫等：香榧炒熟，每日早晨空腹时适量嚼食（约1至2两）。据报导：香榧治钩虫病，如每日只吃1两，效果不著，渐增至2、3两则可显出效果，也无副作用。临床观察过5例，在治疗1个月后，数次集卵检验，均未发现虫卵，病人痊愈（《哈医学报》）。

2. 痔疾，疝气，小便频数，小儿疳积，夜盲等：每日嚼食香榧7粒，有养身治病之功。

3. 妇女乳房肿痛：生榧子肉研细，米醋调之如糊，涂于患部，每日更换。

4. 脚趾间湿痒：香榧树叶，煮水洗脚，或干叶烧烟熏患部。

向日葵

向日葵，又名朝阳花，属菊科的高秆作物。其种子为经济价值很高的油料。它的果盘、花瓣、茎叶、茎髓，均可作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕种子含脂肪油，油中主要成分为油酸甘油酯、亚麻仁油酸甘油酯及少量软脂酸、硬脂酸等。茎的灰分含多量碳酸钾。

〔功用〕平肝祛风，清湿热，消滞气。种子油可作软膏的基础药。茎髓为利尿消炎剂。叶与花瓣可作苦味健胃剂。果盘（花托）有降血压作用。

〔便方〕1. 头痛眩晕：鲜果盘1至2两，水煎，一日2次分服。

2. 妇女经期下腹痛：葵子盘（干品）1至2两，水煎后加红糖适量，一日2次分服。

3. 小便淋痛（包括泌尿系感染、尿路结石等），妇女白带：向日葵茎连白髓5钱至1两，水煎2至3沸（不要多煎），一日2次分服。

4. 哮喘：鲜花盘 1 至 2 两，水煎服。
5. 百日咳，慢性支气管炎，咳嗽气喘：向日葵茎连白髓 1 至 2 两，水煎去渣，加入白糖，一日 2 至 3 次分服。
6. 胃痛，疝气痛：向日葵花盘 2 两，水煎服。
7. 背疽、脓头多，乳腺炎：葵花烧存性，研细，以麻油调涂于患处。另用鲜花 2 两，以酒水合煎服。
8. 脚转筋(腓肠肌痉挛)：鲜向日葵茎心白髓 1 两，伸筋草 1 两，煮猪爪吃。

薏米仁

薏米仁，属禾本科植物。有两种，一种为川谷，壳坚硬而厚，俗称菩提子。一种为薏米，壳较薄而糯，可供食用。此二者性能大致相近，而以后者为佳。根亦作药用。

〔性味〕甘、微寒，无毒。

〔成分〕种仁含糖类，脂肪油，氨基酸。(为亮氨酸、赖氨酸、精氨酸、酪氨酸等。)此外尚含有薏苡素及维生素 B₁。根含有薏苡醇，β—、r—两种谷甾醇。

〔功用〕主湿痹，利肠胃，消水肿。种仁不仅为优良营养品，且具有利尿和抗癌作用。适用于脚气水肿，赘疣以及癌瘤初期。其根为驱蛔药。

〔便方〕1. 胃癌，宫颈癌：薏米仁 5 钱至 1 两，野菱(带壳切开) 2 至 3 两，共煎浓汁，一日 2 次分服。连服 1 个月为一疗程，据称有抑制癌细胞发展之效。

2. 青年性扁平疣，寻常性赘疣：生薏米仁 1 两，水煎，一日 2 次分服，10 天为一疗程。

(凡薏米仁剂量为1至2两的方最好选用薏米,川谷的疗效较差。)

3. 沙石淋,热淋,小便痛(包括膀胱及尿道炎,尿路结石等):薏米茎、叶、根适量(鲜草约半斤,干草减半),水煎去渣,一日2至3次分服。

4. 黄疸,小便不利:薏米根2至3两(鲜品加倍),水煎去渣一日2次分服。

5. 蛔虫心腹痛:薏米根半斤,切细,水煎去渣,一日2次,食前服。

6. 妇女月经不通,非怀孕期月经停闭:薏米根1两(鲜根2两),水煎服,每月经周期前服3至5剂。

大 麻

大麻,又叫火麻,种子名麻仁。属大麻科一年生草本。花雌雄异株。雄花序圆锥状,名麻勃。雌花序短,球形或穗状,名麻蕒。种子偏卵形,通称“火麻仁”,为中医常用药。大麻子炒熟供食用。雌花序或未成熟的果穗即麻蕒供药用。

〔性味〕麻仁:甘、平,无毒。麻蕒:辛、平,有毒。

〔成分〕雌株大麻枝梢含棕色半固体的大麻树脂,其中有三种液体物质,即:大麻酚、大麻酚醇和四氧大麻酚;此外尚含有挥发油、胆硷、葫芦巴硷等。种子含蛋白质、脂肪油、维生素B₂、卵磷脂、植物甾醇、钙、镁及葡萄糖醛酸等。

〔功用〕麻仁润五脏,利大肠风热、燥结。为缓和润肠药,适用于慢性便秘。麻蕒是一种麻醉药,有镇静、止咳、平喘作用。

〔便方〕1. 遍身游走性风痛(包括神经痛): 麻黄焙燥研细末, 炼蜜为丸如弹子大(约重2钱), 每次1丸, 以温黄酒送服(注意剂量, 以见效为度, 不可过量, 以免中毒)。

2. 骨节风痛, 不能运动: 大麻仁酒, 每次服一小杯, 一日2至3次, 此可适量任饮, 以微醉为度(大麻仁酒制法: 大麻仁1升, 于水中淘洗, 选取其沉水者, 晒干, 慢火炒至香熟, 研极细, 浸泡于适量黄酒中, 酒略高出于药1至2寸为度, 然后加温, 振摇, 七日后, 再行过滤, 去麻子壳渣, 即可)。

3. 老人风痹, 水肿腹大, 便秘: 食麻子仁粥, 即取大麻仁半斤, 研碎, 加水滤过取汁, 和入粳米两合(约半斤), 煮稀粥, 再加葱、椒少许, 空心服。

4. 老人、小儿以及产妇大便秘结: 火麻仁5钱(小儿2至3钱), 炒香研末, 米汤调和, 1次服下。如大便不下, 第二天再服, 以便通为度。

5. 哮喘, 痉挛性咳嗽: 大麻枝梢切细, 制成纸烟, 点燃吸其烟, 有镇痉、平喘之效。

6. 癫痫, 神经症, 瘰病: 麻蕒3至5钱, 水煎服, 可适当加重剂量, 以见效为度。

7. 皮肤皴裂及其他皮肤病搔痒: 生大麻子捣烂如泥, 以纱布包裹, 烘热擦拭患处, 一日3至4次。

山 楂

山楂, 属蔷薇科植物。品种较多, 如棠球子、山里红、南山楂、北山楂等。药用以野山楂为佳。

〔性味〕酸、甘、微温，无毒。

〔成分〕野山楂果实：含山楂酸、鞣质、皂甙、果糖、维生素C、蛋白质、脂肪油、黄酮甙。

山里红，果实：含酒石酸、柠檬酸、山楂酸、黄酮类、内酯、糖类、甙类。

〔药理〕入胃后能增强酶的作用，促进肉类消化，又有收敛作用，对痢疾杆菌有较强的抑制。并有降血压、强心、扩张血管以及降低胆固醇的作用，故适用于动脉硬化性高血压，又能收缩子宫，治产后腹痛。近有人用于肝脾肿大患者，认为有缩小肝脾的作用。

〔功用〕化食消积，止呕、止痛，治疝气，止腰痛，有收敛止泻之功。

〔便方〕1. 肉类食积不化，上腹疼痛：野山楂4至6钱，莱菔子、枳实各3钱，水煎服。

2. 小肠疝气，肠炎下痢，肠疝痛等：野山楂5钱至1两，水煎后加赤砂糖适量，一日2至3次分服。

3. 荨麻疹(风疹块)：山楂1两，麦芽5钱，鲜竹叶5钱，甘草1钱，水煎去渣，一日分2次服。

4. 高血压，冠心病，心绞痛，阵发性心动过速等：野山楂3至4钱，或山楂花1至3钱，水煎服。

5. 脱力疲劳：山楂酒(制法：取鲜山楂果，洗净破碎，放入大口瓶内，加入白糖适量，加盖。以后时常搅拌，使之均匀，经1至2个月，即发酵而成山楂酒，以纱布绞榨，过滤去渣即得。)每服一小杯。此酒对恢复人体疲劳，增加精力，有显著功效。

6. 妇女月经过期不来：生山楂肉1两，水煎去渣，冲红糖7~8钱，热服效屡。经停1~2月而非妊者，多服几次

亦可自下。

7. 坏血病：山楂、黑豆、白糖各 3 两，水三碗，煎浓后加黄酒 3 两，2 次分服。

8. 产后瘀血腹痛：山楂 1 两，水煎浓汁，去渣加红糖，一日分 2 次服。

高 粱

高粱，原名蜀黍或蜀秫，俗称芦稷或芦粟。属禾本科栽培作物。

〔性味〕甘、涩、温，无毒。

〔功用〕高粱：温中，固肠胃，止吐泻。根：利小便，治难产。

〔便方〕1. 膝痛，脚跟痛：高粱根 7 个，煎汤去渣，以汤煮鸭蛋 2 个，加糖少许服食。

2. 四肢无力：高粱根 4 两，水煎服。

3. 小便不通，浮肿气喘：红高粱根 2 两，篇蓄草 1 两，灯芯草 2 钱，水煎服。

4. 难产：高粱根烧成灰，以酒送服，每服 1 钱。

燕 麦

燕麦，一名雀麦，俗称野麦。属禾本科野生植物。苗叶如小麦而细弱，穗长而疏，穗又分叉，有长芒，果实细小扁平，舂去皮蒸食，或作饼甚佳。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有淀粉、脂肪、蛋白质、维生素B₁、B₂。

〔功用〕燕麦极富营养，能止虚汗。苗叶治难产。

〔便方〕1. 胎死腹中，胞衣不下：燕麦全草1把(约3至4两)，水煎，温服。

2. 自汗盗汗，虚汗不止：燕麦1至2两，水煎服。或燕麦1两，米糠5钱，水煎去渣，分2次服，每次服时加饴糖一匙。

蒲葵子

蒲葵，一名扇叶葵，俗名蒲扇树。属棕榈科植物。产我国南方广东、广西、福建、台湾等省区。树杆粗壮直立，叶大如扇形，可做蒲扇。花淡黄色，结果如橄榄状，黑褐色，种子嫩时可食。

〔性味〕辛、甘、涩、平，有小毒。

〔成分〕子含鞣质、酚类、还原糖。

〔功用〕凉血，止血。叶治难产，根可绝育。种子：南方民间经验用治癌症，据称有效，这是一个可喜的苗头，值得进一步研究。

〔便方〕1. 白血病，食道癌：蒲葵子1两，红枣6枚，水煎，一日分2次服，连服20剂为一疗程。据江西资料称：本药对1例幼稚型白细胞增生(白血病)，有明显抑制作用。

2. 绒毛膜上皮癌：葵树子1两，捣碎，水煎数小时，同鸡炖服。或配入半枝莲、牛黄丸应用(江西资料)。

3. 难产，胞衣不下：蒲葵叶1至2两，水煎服。(新蒲

扇亦可)。

4. 避孕，绝育：蒲葵树根 2 两，水煎，于产后 3 日、5 日、7 日每日早晨空腹服 1 剂。

5. 慢性肝炎：蒲葵叶 1 两，甘草 3 钱，水煎服。

马料豆

马料豆，一名鲁豆，原为野生小黑豆，用为马的饲料，故称马料豆。现系栽培，为黑豆之紧小者，供食用，亦作药用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含脂肪油，蛋白质，碳水化合物，维生素 A、B、C、D 及烟酸等。

〔功用〕去贼风风痹及妇女产后风虚。清·赵学敏盛称其功，谓：“壮筋骨，补肝肾，明目益精，乌须黑发，煮汁服能解乌头、附子、百药毒，并压丹石药热毒”。

〔便方〕1. 产后中风，四肢麻痹，口眼喎斜：马料豆于锅中炒焦，冲入热黄酒半杯，乘热服，服后盖被卧，得微汗则愈，此古方“豆淋酒”。

2. 妊娠腰痛，腰膝痠软，白带如崩：马料豆 1 两，白果 7 枚(去壳)，同炒，然后以黄酒和水合煎，一日 2 次分服。

3. 误食毒草、毒菌：马料豆、绿豆各 1 两，甘草 3 钱，水煎灌服。

4. 水痘，麻疹，脓疱疮：马料豆、赤豆各 2 两，水煎代茶饮。

5. 各种疮癣：马料豆油(制法：用长形铁皮筒装满豆粒，两头盖封，一头铁盖上钻小孔若干，用细铁丝缚定斜向悬架

于炭火盆上烧灼，有孔一头向下，下接以碗，黑豆烧灼后有馏油滴下，色如胶漆。)涂搽患部。

— 芝 麻

芝麻，原名胡麻，又名脂麻。属胡麻科植物。种子有黑白两种。黑芝麻和白芝麻的性能大致相同，但入药多用黑芝麻。(市上药店所售的胡麻子为亚麻的种子，不能误作本种使用)。叶名青囊，茎名麻秸。茎、叶以及荚壳、种子等均作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有脂肪油，其中主要成分为油酸、亚油酸的甘油酯。此外，尚含蔗糖、多缩戊糖、卵磷脂、蛋白质、脂麻素及脂麻油酚。

〔功用〕芝麻为滋养强壮品，有润肠，和血，补肝肾，乌须发等作用。叶、根、秆主治风寒湿痹，风痒。

〔便方〕1. 血虚风痹，慢性便秘(包括中风偏瘫，老人血管硬化等)：(1) 黑芝麻1至2升，淘洗干净，重复蒸3次，晒干，炒熟研细，用炼蜜或枣泥为丸，如弹子大(约重2钱)，温黄酒送服，每服1丸，一日2至3次。(2) 中风后半身不遂：芝麻梗1两，豨莶草、臭梧桐各5钱，水煎，一日2次分服。或芝麻外壳(荚果之壳)5钱，酒煎后乘热服，即盖被卧床，取得微汗即见效。

2. 发枯发落，早年白发：(1) 黑芝麻，制首乌等分，研末为丸，每服2钱，一日2至3次，食后温水送下。

(2) 脂溢性脱发：芝麻梗、清明柳(清明左右采的柳树嫩

叶)各3至4两,煎汤洗发(擦洗头皮),连用1至2个月。

3. 慢性风湿性关节炎,关节疼痛:芝麻叶1两,水煎服,常服可预防复发。

4. 咳嗽气喘:芝麻梗1两,文旦皮1两,水煎一日2次分服。

5. 夏季受暑头昏,口渴,小便少:鲜芝麻叶5钱,开水冲泡代茶喝。

6. 慢性咽炎,咽后壁淋巴滤泡增殖:鲜芝麻叶5至7片,嚼烂,慢慢咽下,每天1次。

7. 吐血:芝麻嫩茎叶1至2两,水煎,去渣加糖服。

8. 小儿头面疮疮、热疖:酒浸黑芝麻,蒸熟,捣研如泥,涂于布上,敷贴患处,每日1次。

9. 荨麻疹,搔痒:芝麻根煎汤洗。

10. 蛔虫病:芝麻秸3至5两,葱白1两,乌梅5钱,水煎,一日分2次空腹服,连服3天。

紫 苏

紫苏,属唇形科植物。叶、梗、种子均入药。种子名“黑苏子”。李时珍说:“紫苏嫩时采叶,和蔬茹之,或和盐梅作菹酸菜,食之甚香。”浙江吴兴民间以黑苏子炒熟,拌以盐渍橙皮,作茶果。苏叶用以煮蟹能解毒。

〔性味〕辛、温,无毒。

〔成分〕全草含挥发油(油中主要成分为紫苏醛,紫苏酮,左旋柠檬烯,蒎烯等)种子含脂肪油,维生素B₁。

〔药理〕据试验报告,紫苏叶浸液,试用于因温刺激而发

热的家兔，证明有轻微的解热作用，在试管内测定紫苏叶能抑制葡萄球菌的生长。

〔功用〕苏叶发散风寒，消除郁闷，解鱼蟹毒。苏子降气平喘咳。苏梗安胎。

〔便方〕1. 鱼蟹中毒，腹痛，或风疹搔痒：紫苏叶1两，生姜6钱，厚朴2钱，甘草2钱，水煎去渣，一日2~3次分服。

2. 怀孕胎动不安，腹胀肚痛，心烦气闷，呕逆：紫苏叶、梗各3钱，陈皮、茯苓各2钱，白术3钱，水煎去渣，一日2~3次分服。

3. 老年慢性支气管炎，上气咳逆：炒苏子、炒萝卜子各3钱，白芥子1.5钱，共捣研，以绢袋包之，水煎服。

茄 子

茄子，一名落苏。属茄科植物。有白茄、紫茄等品种，性能相似。根、茎、叶、果实均作药用，入药都用白茄，其实紫茄亦可用。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕含葫芦巴硷、水苏硷等多种生物硷，维生素B、C，菸酸，胡萝卜素，蛋白质，脂肪。

〔功用〕散血止痛，有收敛、止血、利尿、解毒作用。外用可敷治肿毒，擦洗冻疮。茄子生吃能解毒。

〔便方〕1. 冻疮初起未溃者：茄根或茎、叶煎水，先熏后洗，并作湿褫剂。

2. 避孕：紫茄花14朵(含苞未放的)，置新瓦上焙燥(忌

用铁器),研成细末,于产后或月经来潮之后,用黄酒一次送服,每日1次,连服七天。

3. 风湿关节痛:白茄根、木防己根、筋骨草各5钱,水煎服。

4. 年久咳嗽:生白茄子1至2两,煮后去渣,加蜂蜜适量,一日2次分服。

5. 妇女白带如崩:白茄花5钱,土茯苓1两,水煎服。

6. 牙痛,龋齿:茄子蒂泡浸烧酒,以棉球蘸塞齿孔。或茄蒂烧汤熏。或作成卷烟,吸烟含口中。或茄蒂烧存性,细辛研细末,等分混和,搽擦患处。

7. 子宫脱垂:茄根烧存性,研成极细末,以麻油调涂或煮浓汤熏洗、热熨,轻轻托上。

8. 痔肿肛垂:茄根2两,苦参5钱,煎水熏洗,并温罨托上,纳入之。

6. 蜈蚣咬,蜂螫:生茄子切开,擦搽患处。或加白糖适量,一并捣烂涂敷。

葫 芦

葫芦,又名蒲芦或扁蒲。属葫芦科一年生藤本植物。葫芦瓢有圆形、长形,或束腰如葫芦状。药用瓢壳,中医处方名蒲壳。

〔性味〕甘、平、滑,无毒。

〔成分〕干瓢中含葡萄糖及多缩戊糖;鲜葫芦含胡萝卜素,维生素B、C,脂肪,蛋白质。

〔功用〕葫芦为有效的利尿药,治水肿,消臃胀。种子有

润肠消炎作用，适用于肺炎，阑尾炎。

〔便方〕1. 腹胀黄肿，小便不利（包括肝脏病、黄疸腹水，肾炎或心脏病水气浮肿，晚期血吸虫病腹水等）；葫芦壳1至2两，冬瓜皮、西瓜皮各1两，水煎服，此方利尿作用显著，多服、久服无副作用。

2. 高血压，烦热口渴，肝炎黄疸，尿路结石：鲜葫芦捣烂绞汁，以蜂蜜调服，每服半杯至1杯，一日2次。或煮水服亦可。

3. 阑尾炎：种子1两，大血藤1两，繁缕1两，水煎后分2次服。

丝 瓜

丝瓜，别名天萝或布瓜。属葫芦科攀援植物。嫩瓜作菜，老瓜入药，全草均可作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含生物硷，氨基酸，糖类，皂甙。丝瓜水含有硝石，维生素B、C，脂肪，蛋白质。

〔功用〕祛风化痰，凉血解毒。本品为利尿药，并有化痰止咳作用。

〔便方〕1. 咳嗽多痰，胸肋痛：老丝瓜络烧存性，研细，白糖拌服，每次5至6分，一日2至3次，温开水送服。

2. 慢性支气管炎，咳喘，咯血，肺痈，吐脓痰：丝瓜水，每次服1酒杯（约50至60毫升），一日2至3次。

3. 痈疖，无名肿毒：鲜丝瓜叶或嫩丝瓜，捣烂敷于患处，一日2次。

4. 肾虚腰痛：丝瓜藤连根，焙燥研细末，黄酒送服，每次1钱，一日2次。

5. 面疱，肺风粉刺，皮脂腺分泌过多，毛囊炎等：嫩丝瓜叶、茎，捣烂绞汁搽擦，或用丝瓜水擦洗(丝瓜水制法：丝瓜藤生长旺盛时，在离地4至5尺处将茎剪断，即把根部切断口插入瓶中，以纱布护住瓶口，放置一昼夜，藤茎中有汁流出，即可得丝瓜水)。

6. 流行性腮腺炎：鲜丝瓜叶、鲜鸭跖草(竹叶菜)各1~2两，洗净捣烂外敷，一日2次。

冬 瓜

冬瓜，一名白瓜或枕瓜。属葫芦科植物。因其瓜老熟后皮上有白粉，故名白瓜。瓜瓢作蔬菜，瓜皮、种子均入药。

〔性味〕甘、微寒，无毒。

〔成分〕种子含脂肪油，腺嘌呤，蛋白质，糖类，维生素B₁、B₂，烟酸及葫芦巴硷。

〔功用〕瓜皮为利尿药。冬瓜子适用于内脏脓疡，如阑尾脓肿、肺脓疡等，此外还有祛痰镇咳作用。

〔便方〕1. 中暑烦渴：鲜冬瓜捣烂绞汁，多量饮服。

2. 水肿腹胀，小便不利(包括肾脏病、心脏病或脚气水肿，肝病腹水等)：冬瓜皮2至3两(鲜品加倍)，煮浓汤，一日2至3次饮服(此汁可大量服用，无副作用)。

3. 肺痈，肠痈：冬瓜子仁5钱，桃仁3钱，丹皮2钱。肺痈加桔梗、甘草各2钱。肠痈便秘加大黄、芒硝各2钱。水煎，一日分2次服。

4. 百日咳或支气管炎，剧烈咳嗽：冬瓜子仁5钱，加红糖适量捣烂研细，开水冲服，一日2次。

5. 误食蟹、河豚及其它鱼类中毒，腹痛：鲜冬瓜捣烂绞汁，大量饮服。

6. 消渴不止，小便多(包括糖尿病)：冬瓜皮、麦冬各1至2两，黄连3钱，水煎，一日2至3次分服。

7. 哮喘：未脱花蒂的小冬瓜一个，剖开填入适量冰糖，放蒸笼内蒸取水，饮服，3~4个即效。(《中医秘验方汇编》)。

甜 瓜

甜瓜，一名香瓜。属葫芦科植物。品种较多，有黄金瓜、蜜筒瓜、黄皮白肉、青皮绿肉等种。甜瓜蒂，药名苦丁香，取青皮瓜蒂者为佳。

〔性味〕瓜：甘、寒。瓜蒂：苦、寒，有毒。

〔成分〕蒂含有甜瓜毒素。

〔药理〕瓜蒂为催吐药，能催吐胸膈痰涎宿食以及有毒食物，因此，内服适量能急救食物中毒。研末吹鼻，促使鼻粘膜分泌流出黄水而奏保肝退黄之效。

〔便方〕1. 慢性肥厚性鼻炎，鼻中息肉：甜瓜蒂粉末少许涂患部，一日3次。

2. 黄疸或无黄疸型传染性肝炎，肝硬化：甜瓜蒂置于烘箱内烘干，研成细末，取0.1克(3厘)将之分成6份，先以2份从两个鼻孔深深吸入，约40分钟后，清洁鼻腔再吸2份，再隔40分钟又吸2份，前后共吸3次，将0.1克吸完，间隔七日

后再用同样方法吸0.1克，吸完0.4克为一个疗程。一般慢性肝炎，两个疗程即可。肝硬化则需3至5个疗程。吸药以后鼻腔流出大量黄水，每次可达100多毫升，吸药时，患者头须向前俯，使黄水滴入碗内，切勿吞咽，以免引起腹泻。有时会出现头痛，畏寒发热，类似感冒样症状，或肝脾疼痛增加，约一天左右即可自然消失。但对重症肝硬化体虚弱者，亦可给予相应治疗。此方经某部队医院治疗130例。在住院病人15例中，有8例全愈，7例好转。其他115例门诊，一般反映亦良好。（《新医疗法手册》1971年沈阳部队后勤部卫生部编）

3. 肠痈，肺痈：甜瓜子1两，加白糖适量捣烂研细，以开水冲服。（或配于肠痈汤、苇茎汤中用）。

4. 传染性肝炎：

(1) 5%的甜瓜蒂浸出液，每日2次，食后口服。年令10个月至3岁者，每次1毫升，4~12岁者每次1.5~2毫升，成人每次3~5毫升，共治103例，10天以内治愈者，占46.6%，15天以内治愈者，占92.2%，均无任何不适感，在临床上亦未见副作用（《中华儿科杂志》1959.1.123）。

(2) 传染性肝炎3例，黄疸指数均在30单位以上，服甜瓜蒂（香瓜蒂）浸出液3日后，症状逐渐减轻，在第6天检查黄疸指数均正常（《江西中医药》1960.3.47）。

6. 急慢性肝炎：苦丁香丸（片）、每日3次，每次1粒、粒重半克（1分半）。（制法：取苦丁香（甜瓜蒂）净粉50克、丹参350克，煎浓去渣，浓缩至250毫升，再取公丁香研粉为350克，以丁香及苦丁香粉和入煎液中。另取淀粉40克，白糖200克，作成400毫升混悬液，最后与煎液丁香粉合并混和做成丸子或压片，为每粒计重0.5克（含苦丁香为25毫克）干燥保存备用（资料来源：北京、沈阳、兰州、新疆部队后勤部

卫生部合编《中草药常见病防治》)。

7. 苦素丹治黄疸型肝炎：苦丁香焙黄研细末，备用，每十天用药一次，每次用苦丁香末0.1克，分三次吸入鼻腔内，每次间隔40分钟，三次吸完后，服西瓜子5两。(适应症：肝炎、肝硬化。治疗急性黄疸型肝炎75例，经治1~2个疗程，有效率100%。治疗肝硬化13例，调查统计4例基本恢复健康，9例症状好转。(资料来源：营口传染病院。《辽宁省中草药展览会资料选编》1970年)。

南 瓜 附 北 瓜

南瓜，又称饭瓜或番瓜。属葫芦科植物。因品种不同，而瓜的形状和颜色也不同。种子、瓜蒂及瓜瓢均入药。另有“北瓜”，又名金瓜、桃南瓜，形如南瓜而较小，外果皮红黄色，民间用来治哮喘，亦可作观赏用。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕南瓜种子含脂肪，蛋白质，尿酶，维生素B、C等。果肉含葫芦巴碱，腺嘌呤，精氨酸，天门冬素，胡萝卜素，维生素B、C，葡萄糖，蔗糖，多缩戊糖，南瓜子硷，南瓜氨基酸。

〔功用〕果肉为营养品，外用有消炎、止痛作用。种子为有效的驱虫药，又可防治血吸虫病。北瓜只用来治喘咳。

〔便方〕1. 绦虫、姜片虫、蛔虫、急性血吸虫病：(1)南瓜子炒熟，取100至300粒，研细，以蜂蜜调服，一日2次。

(2) 血吸虫病急性感染期可用南瓜子2两炒熟，一日2

至3次，去壳吃仁。

2. 产后手脚浮肿，糖尿病：南瓜子1两，炒熟，水煎服。或配于对症处方中。

3. 浮肿，腹水，小便不利：南瓜蒂烧存性，研末，温水送服，每次3至5分，一日3次。

4. 妇女怀孕，胎动不安：南瓜蒂3至5个，水煎，一日2次分服。或南瓜蒂1个，莲蓬蒂2个，烧存性，研末，开水送服。

5. 烫伤：鲜南瓜瓢捣烂，涂敷患处。或用南瓜藤水频频涂之（取南瓜藤水，参阅取丝瓜水办法）。

6. 取弹片，签刺：老熟南瓜瓢（去子），按5：1比例加入蓖麻子仁1份，共同捣烂如泥状，敷于伤处，包扎之，每日换药1次，以吸出为度。

7. 胸膜炎，肋间神经痛：南瓜肉煮熟，摊干布上，敷贴患部，有消炎、止痛之效。

8. 打伤眼球：南瓜瓢捣烂敷于眼部，敷后其痛可缓解。每次敷5至6小时即更换一次，同时另用川芎1钱半，当归2钱，生地4钱，白芍3钱，荆芥2钱，防风2钱，水煎，一日2次，连服2日。

9. 支气管哮喘，老年慢性支气管炎：北瓜（桃南瓜）1个，切碎加等量饴糖（麦芽糖），略加水放陶器锅中，煮至极烂，去渣，将汁再煮，浓缩后再加生姜汁（1斤瓜汁中加姜汁2两），每服1匙（约5钱），一日2至3次，开水冲服。

10. 误吞农药（乐果）中毒：用生南瓜瓢、生萝卜片等量，捣烂绞汁灌服，可立刻催吐，且能解毒。此方曾治愈2例面色改变，手指厥冷的中毒患者。但经此法急救后，即应按一般有机磷农药中毒常规治疗（资料来源：福建省崇安县）。

西 瓜

西瓜，一名寒瓜。属葫芦科植物。瓜瓢、汁、种子、皮均供药用。果肉作水果，供食用。

〔性味〕甘、凉，无毒。

〔成分〕果肉含磷酸、苹果酸、果糖、葡萄糖、氨基酸、甜菜硷、番茄色素、胡萝卜素、蔗糖酶、维生素C等。皮含蜡质。种子含脂肪、蛋白质、维生素B₂等。

〔功用〕消暑、解渴、利尿。适用于高血压、肾炎、肝炎、胆囊炎、黄疸等。

〔便方〕1. 急、慢性肾炎：西瓜汁或西瓜皮多量水煎服。或西瓜连皮切碎，水煮浓缩成西瓜膏，开水化服，每次1至2匙，一日2次。

2. 糖尿病，口渴，尿混浊：西瓜皮、冬瓜皮各5钱，天花粉4钱，水煎服。

3. 高血压：西瓜翠衣（中药房有售）3至4钱，草决明子3钱，煎汤代茶。

4. 吐血，肠红：西瓜子壳1两，水煎去渣，加冰糖适量，一日2次分服。

5. 咽喉炎：用西瓜白霜吹喉，有卓效（制法：大西瓜一个，在蒂上切一小孔，挖去瓢子，装满朴硝，仍以蒂部盖上，用绳缚定，悬挂于通风处，待析出白霜，以鹅毛扫下，研细贮于瓶中备用）。

6. 慢性肾炎，浮肿，肝硬化腹水：西瓜黑霜，每次1钱，一日2次吞服（西瓜黑霜制法：大西瓜1个，切开蒂部，挖

去瓢、子，装满大蒜瓣，仍以蒂盖好，以纸筋泥封固，埋于糠火中煨透，取出研成细末备用）。

白芥子

白芥子，是十字花科植物白芥的种子。白芥原产欧洲，我国亦有引种，一般药用的白芥子是芥菜的种子，品种较多，除药用外，可以榨油供食用；茎与叶可作蔬菜。

〔性味〕菜：辛、温，无毒。芥子：有小毒。

〔成分〕种子主要成分为黑芥子甙，并含芥子酶、芥子酚、芥子硷等，另含脂肪油（油中主要成分为芥子酸、花生酸的甘油酯和少量亚油酸），还有蛋白质、粘液质。

〔功用〕芥子外用可使皮肤发赤，久则皮肤发泡。内服小量为辛香健胃药及利气化痰药。适用于慢性支气管炎、咳嗽、气逆痰多。外用则可治扭挫、闪跌、软组织受伤、关节疼痛、神经痛等。

〔便方〕1. 治肺痈（肺脓疡、肺坏疽）：陈芥菜卤（腌芥菜的咸菜卤，埋在地下陈久者）炖温服，每次1至2两。

2. 慢性喉炎，声音嘶哑：陈腌芥菜干，每日5钱至1两，以开水冲汤含漱，亦可内服。

3. 慢性支气管炎，咳嗽，痰多气喘：炒芥菜子1至2钱，炒萝卜子2至3钱，桔皮2钱，甘草2钱，水煎服。

4. 跌扑闪挫，扭伤，腰痛，肢节痛：白芥子2份、黄栀子8份，共研细，加面粉适量，以鸡蛋清调如糊状敷患处，每日换药2至3次，至局部发出青紫色即愈。

5. 跌打瘀血，寒性脓疡，坐骨神经痛：白芥子研末，面

粉适量，调如糊状，外敷患部，感到灼痛难忍时，即取去。

6. 瘰疬：芥菜花1两，炒黄研末，香油调涂患部；已溃者可撒布疮口上，每日1次，20~30日可愈，经治21例，全部治愈。（河北省资料）

乌 梅 附青梅

乌梅是采用未成熟的青梅，加工熏制而成，为著名的中药。未熟的青梅，浸酒即青梅酒，是夏令家庭防治痧气的药物。

〔性味〕酸、平，无毒。

〔成分〕未熟果实(青梅、乌梅)，含柠檬酸，苹果酸，琥珀油酸， β -谷甾醇，蜡醇，三萜成分。核仁含苦杏仁甙、脂肪油。花含挥发油。

〔药理〕对大肠杆菌、痢疾杆菌、伤寒杆菌、绿脓杆菌、霍乱弧菌、结核杆菌等有抑制作用。

〔功用〕为解热止渴、驱蛔药。内服有清肠、退热、抑菌之效，可防治肠道传染病；外用有收敛、蚀赘肉之功。

〔便方〕1. 伤寒、副伤寒、肠炎、痢疾等肠道传染病，(1) 乌梅5至6个，煎浓汤，饭前空腹饮服，有预防及治疗的作用，因此夏季饮用酸梅汤不但作清凉饮料，并且可以防止肠道传染病。

(2) 饭后吞服乌梅膏丸3粒，一月2次，亦可预防肠道传染病。（此丸制法是：取肥大乌梅10斤，煮至极烂，去核，过滤后再煎，浓缩成稠厚之膏，捻成丸药如黄豆大，保存备用）。

2. 夏季痧气，腹痛呕吐，泻痢（包括肠炎、食物中毒性胃肠病）：饮用适量青梅酒或吃酒浸的青梅1个，有止呕、止痛、止泻、止痢作用（青梅酒的制法是：未熟青梅若干，放置瓶中，用高粱烧酒浸泡，以浸没青梅、高出约1至2寸为度，密封一个月后即可用）。此酒以越陈越好，青梅酒可以代替十滴水，也可外用。

3. 蛔厥腹痛，呕吐蛔虫（包括胆道蛔虫病）：肥大乌梅5至6枚，川椒1至2钱，川楝根皮8钱，水煎2次分服。

4. 小儿突然发高烧，甚至抽搐，口鼻直喷热气而大便不下者：先用蓖麻子油通大便，再用乌梅膏丸1至3粒，开水溶化，白糖水调服。

5. 疮口肉芽（赘肉），皮肤表层血管瘤，鸡眼，赘疣等：乌梅膏涂于油纸或布上，依患部大小敷贴、包扎，能使突起部分收缩平复。

6. 风湿筋骨痛，坐骨神经痛，扭挫伤，腰肌劳损，腰痛等：青梅酒擦拭患部。

7. 胼胝、鸡眼：乌梅膏涂患部，涂前患部先用热水浸泡擦洗拭干，每日1次。

桃

桃，属蔷薇科植物。未熟的干果名碧桃干，桃的核仁名桃仁、桃花、桃叶、桃树胶，均可作药用。

〔性味〕桃：酸、甘、微温。桃仁：苦、甘、平。

〔成分〕桃仁含脂肪油和苦杏仁甙、维生素B₁。

〔功用〕碧桃干止虚汗、盗汗。桃仁祛瘀血、润肠、镇咳。

桃花导泻逐水。桃叶为杀虫药。桃胶是制药工业上的乳化剂和粘合剂。

〔便方〕 1. 高血压、头痛、便秘：(1) 桃仁 3 钱，决明子 4 钱，水煎服。

(2) 如兼有神经症状、烦躁、失眠、便秘，则用桃仁、火麻仁、柏子仁各 3 钱，捣烂研细，水煎去渣，每晚临睡前以蜂蜜调服。

2. 妇女月经困难，经闭腹痛，产后瘀血腹痛：桃仁 3 钱，丹皮 2 钱，红花 1 钱，以酒水合煎，一日 2 次分服。

3. 浮肿腹水，脚气足肿，大便干结、小便不利：白桃花焙燥，研细末，每次 5 分至 1 钱，蜂蜜冲水调服，以大便水泻为度。桃花导泻，对肠壁无刺激性，且不腹痛，能排出多量水份。

4. 血丝虫病：碧桃干、干石榴皮各 3 钱，干茶树果 1 钱，食盐少许，水煎服。

5. 虚汗、盗汗：碧桃干 3 至 5 钱，水煎服。

6. 淋巴腺炎：桃树叶捣烂，加黄酒少许炖热，敷于患处。

7. 间日疟：鲜桃叶 3 至 5 片，生大蒜半瓣，一同捣烂，以纱布包裹塞于鼻内，或左或右，于疟疾发作前 2 至 3 小时塞入，能止疟。

8. 对口疮、搭背、疔：桃树嫩叶，捣烂，敷于患处。

9. 杀蝇蛆：桃叶切细，每 10 斤加石灰 1 两，水浸 10 小时，倒入粪坑。桃叶及嫩枝适量，煎浓汁去渣，喷洒衣物可灭虱。

注：桃仁有毒，不可生吃。

枣

枣，属鼠李科植物。有红枣、黑枣、酸枣等品种。红枣古称大枣，黑枣称南枣，另一种叫酸枣的核仁为酸枣仁，均入药。酸枣树皮亦可药用。

〔性味〕大枣：甘、平，无毒。酸枣：酸、平，无毒。

〔成分〕大枣含蛋白质、糖类、有机酸、粘液质及维生素B₂、C、P。

〔功用〕大枣为缓和滋养药。酸枣仁用作安神药。

〔便方〕1. 过敏性紫癜：红枣15个，水煎服，一日3次，连吃5至7天。或花生衣、红枣各1两，水煎服。

2. 婴儿赤游丹：酸枣树皮或根皮，煎汤洗浴，一日2次。

3. 胃肠炎，胃痛，下痢腹痛：枣树皮4至5钱，水煎去渣，加红糖服。

4. 神经衰弱，失眠：酸枣仁1至2钱，加白糖研和，临睡时用温开水调服。

5. 荨麻疹：酸枣树皮、樟树皮各适量，煎水洗拭，每日2次。

6. 表虚自汗：红枣10个，乌梅肉3钱，桑叶4钱，浮小麦5钱，水煎服。

7. 经期鼻衄(倒经)：猪蹄脚1只，黑枣1斤，加白糖半斤，同煮烂分数天服完，连服2、3次(此方亦治寻常鼻衄)。

香 蕉

香蕉，属芭蕉科植物，别名甘蕉。原产印度，我国台湾、福建、广西、广东、云南等省区普遍栽培。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕果实含淀粉，蛋白质，脂肪，糖类，果胶，糖，胡萝卜素，维生素B、C、E等。叶含鞣质。

〔功用〕生食止渴润肺，解酒毒，又为缓和滋养润肠剂，有降血压作用。

〔便方〕1. 高血压：香蕉皮或果柄1至2两，煎汤服。又香蕉花，水煎服，能防治脑溢血(中风)。

2. 痔疮出血，大便干结，每日早晨空腹吃香蕉1至2个。

3. 痈肿、疖肿：鲜香蕉根茎或叶捣烂绞汁，涂敷患部。

4. 咳嗽日久：香蕉1~2只，冰糖炖服，每日1~2次，连服数日。

苹 果

苹果，属蔷薇科植物，与林檎为同类果实。苹果，陶宏景·《名医别录》称“柰”，又名频婆。林檎，宋·《开宝本草》称文林郎果，两者性能相似。李时珍说：“林檎即柰之小而圆者”。

〔性味〕酸、甘、平，无毒。

〔成分〕含苹果酸，枸橼酸，酒石酸，鞣酸，糖类。此外尚含脂肪、粘液质及胡萝卜素，维生素B、C。果皮含三十蜡烷。

根皮及叶含根皮甙。

〔药理〕以根皮甙注射于动物，有增加尿中糖分的作用。

〔功用〕苹果为营养丰富的果类食物。药用为整肠止泻剂，用其干燥粉剂，止泻效果尤佳。

〔便方〕1. 慢性腹泻，神经性结肠炎，肠结核初期：苹果干粉5钱，空腹时温水调服，一日2至3次。

2. 水痢腹泻：林檎半熟者适量，水煮，连汤食之。（《食医心镜》）

梨

梨，属蔷薇科植物。品种甚多，我国各地栽培。以肉脆、汁多、味甜者为佳。

〔性味〕甘、寒、微酸，无毒。

〔成分〕果实含有有机酸（为苹果酸、柠檬酸），糖类（葡萄糖、蔗糖等），维生素B、C。

〔功用〕润肺，清心，止热咳，消痰水。生梨用为化痰止咳药。

〔便方〕感冒咳嗽，急性支气管炎：（1）生梨一个，洗净连皮切碎，加冰糖炖水服。（2）大生梨1个，切去盖，挖去心，加入川贝母1钱，仍旧盖上，以竹签扞定，放碗内隔水蒸1至2小时，喝汤吃梨，每日1个。（3）急性支气管炎咳嗽：鲜梨若干斤，熬浓去渣加冰糖收膏，每次1匙，以温水冲服，一日2次。

猕猴桃

猕猴桃，又名洋桃、藤梨。属猕猴桃科植物。花数朵聚生叶腋，初开为乳白色，后变黄色。浆果卵圆形，可生食或制果浆、果脯。根和茎、叶供药用，产我国长江流域及南方各省。

〔性味〕酸、甘、寒，无毒。

〔成分〕果肉含多量糖类，有机酸，维生素B、C。花含挥发油。茎皮及髓含胶质。

〔功用〕清热利水，散瘀活血，催乳，消炎。

〔便方〕1. 妇人产后乳汁不足：藤梨根1~2两，水煎，加白糖服。

2. 肺结核：藤梨根1两，红枣5个，水煎服。

3. 疖肿、跌打伤：鲜根适量，捣烂外敷，一日换药2次，并煎水内服。

柿

柿，原名柿。种类甚多，有红柿、黄柿、青柿，家种和野生等。生、干果实供食用。柿饼、柿霜、柿蒂、柿漆等均供药用。

〔性味〕柿：甘、寒、涩，无毒。柿霜：甘、平。柿蒂：涩、平。柿漆：涩、寒。

〔成分〕果实含糖类（蔗糖、葡萄糖、果糖等）。柿蒂含三萜酸成分（为乌苏酸、白桦脂酸、齐墩果酸等）。柿霜含甘露

醇、葡萄糖、果糖。柿叶含大量维生素C。

〔药理〕柿漆中所含的降压成分虽未明确，但在柿液中提得的降压物质，能使家兔血压显著下降，这恐与其所含丹宁样物质——矢布脑有关。

〔功用〕生柿：清热、解酒毒。柿霜：润心肺。柿蒂：治呃逆。柿为优良的降压止血药，对于高血压、痔疮出血、有便秘倾向者最为适宜。

〔便方〕1. 高血压，有中风倾向时：生柿（一般用野柿）榨汁（名“柿漆”），以牛乳或米汤调服，每服半杯，作急救用。

2. 痔出血，大便干结：柿饼适量，加水煮烂当点心吃，一日2次。

3. 慢性支气管炎，干咳喉痛：柿霜4至6钱，温水化服，每日2次分服。

4. 呃忒，咳逆不止：柿蒂3至5个，刀豆子5至6钱，水煎服。

5. 避孕：柿蒂42个，于瓦上焙燥，研末，每月行经前后各服1次，每次7个，连服3个周期。

枇 杷

枇杷，属蔷薇科植物。其果实、果核、嫩叶均供药用。

〔性味〕果：甘、酸、平，无毒；叶：苦、平。

〔成分〕果肉含糖类，酒石酸，苹果酸，柠檬酸，鞣质，胡萝卜素，维生素A、B、C。果核仁含苦杏仁甙、脂肪油。叶含苦杏仁甙和维生素B₁。

〔功用〕利肺气，止吐逆。枇杷果肉：清凉、生津、解渴。

枇杷叶(刷去叶背面的毛)及核仁为有效的祛痰镇咳药。

〔便方〕1. 肺热咳嗽,咳逆呕吐:新鲜枇杷叶1两,洗净,竹茹5钱,陈皮2钱,水煎,加蜂蜜调服。

2. 急性或慢性支气管炎:(1)咳嗽气喘,以新鲜叶1两,佛耳草、蕹菜各4钱,桔皮2钱,水煎服。(2)咳嗽咯痰:枇杷核3至5钱,甘草、桔皮各2钱,水煎,一日2次分服。

3. 夏令感受暑热,口渴,呃逆:新鲜枇杷叶、鲜竹叶、鲜芦根各4钱,煎汤作冷茶饮。

4. 夏令痒疹,热疖,颜面粉刺面疱等:枇杷叶煎汤,洗擦患处,一日2至3次。

5. 阴疽,恶疮,瘰疬,肿瘤:枇杷叶切细,以湿粗纸包裹,于灰火中煨熟,装入布袋,乘热温熨患处,冷则更换,一日2至3次。(据文献报导,有患子宫颈癌,用此法温熨而获治愈者。)

6. 回乳时乳房胀痛:枇杷叶5片,土牛膝3钱,水煎服。(据报导,用此法退乳,不影响以后生育时的乳汁分泌。)

7. 预防流行性感冒:枇杷叶5钱,水煎,连服3天。

8. 小儿麻疹后热咳不止:枇杷叶、桑根白皮、生石膏各5钱,水煎去渣,加冰糖适量,一日2至3次分服。

注:枇杷仁有毒,和杏仁同样不可生食。

波 罗 蜜

波罗蜜,又名木波罗,属桑科植物。我国广东、广西、云南及东南部均有栽培,尤为海南岛特产。果型巨大,重的可达20公斤,果托不能食,花被肉质,可作水果生食,树液和叶

供药用。

〔性味〕甘、酸、平，无毒。

〔成分〕果肉含糖类，有机酸，维生素B、C。种子富含淀粉。

〔功用〕花及果肉可止渴除烦。核仁补中益气。

〔便方〕1. 下肢溃疡：剖取树皮流出的液汁涂之，一日2次。

2. 一切外伤、创伤出血：波罗蜜树叶，焙燥磨细粉，敷患部，一日2次。

3. 慢性肠炎：种子仁炒燥磨粉，每服5钱，米汤调服，一日2~3次，食前服。

桔

桔，属芸香科植物。有柑桔、橙桔等类，肉可食。皮及种子、桔络、桔叶均作药用。

〔性味〕肉：甘、酸、温，无毒。皮：苦、辛、温。

〔成分〕桔皮含橙甙、柠檬酸及柠檬烯等。果汁含葡萄糖、枸橼酸和维生素C。

〔功用〕桔皮为顺气、止咳、健胃、化痰药。桔络通络利气。橘核消肿、止痛、治疝气。桔叶疏肝利气，消痰核。

〔便方〕1. 感冒咳嗽：橘皮、生姜、苏叶各3钱，水煎加红糖服。或取橘饼1至2个，生姜3片，水煎服。

2. 胃寒呕吐：橘皮、生姜、川椒各2钱，水煎服。

3. 胸闷胁痛，肋间神经痛：橘络，当归、红花各1钱，以黄酒与水合煎，一日2次分服。

4. 妇女乳房起核，乳癌初起：青橘叶、青橘皮、橘核各5钱，以黄酒与水合煎，一日2次温服。

5. 乳吹，乳汁不通：鲜橘叶、青橘皮、鹿角霜各5钱，水煎后冲入黄酒少许热饮。

6. 小肠疝气，睾丸肿痛：桔核炒香研末，小茴香炒后研末，等分混和，每次1至2钱，于临睡前以热黄酒送下。

7. 烫伤：烂橘子搽涂患部有效(坏的烂桔子，不要抛弃，把它放在有色玻璃瓶里，密封贮藏，越陈越好，烂橘子中含一种橘霉素，有强力抗菌作用)。

柚 子

柚子，属芸香科植物。一名文旦。我国南方广东、广西等省普遍栽培。果大皮厚肉多，肉可生食。未熟果皮名广桔红或化桔皮及核、果都作药用。

〔性味〕果：酸、寒，无毒。

〔成分〕皮含挥发油。

〔功用〕下气快膈化痰。是芳香健胃、消食、化痰药。适用于胃病，消化不良，慢性咳嗽，痰多气喘等症。

〔便方〕1. 老年咳嗽气喘：柚子1只取皮，削去内层白髓，切碎，放于有盖碗中，加适量饴糖(或蜂蜜)，隔水蒸至烂熟，每日早晚各以一匙，冲入少许热黄酒内服。

2. 寒冷腹痛，胃痛：柚子一只(留在树上，用纸包好，经霜后摘下)切碎，童子母鸡一只(去内脏)放于锅中，加入黄酒、红糖适量，蒸至烂熟，一至二日吃完。

3. 发黄、发落(包括斑秃)：柚子核5钱，开水浸泡，

一日2至3次涂拭患部。

4. 哮喘：重1~2斤的红心文旦一只，去瓢加百合4两，白糖4两，加水煎2~3小时，去渣，分三天服完，连服九天，经治8例，4例全愈。（浙江舟山资料）

5. 丝虫病的象皮腿：文旦皮1个，水5斤，煮汤熏洗。

香 椽

香椽，为桔类之一，肉味较酸而皮的辛香气较烈。陈香椽入药。

〔性味〕辛、酸，无毒。

〔成分〕皮含挥发油、橙甙、苦味成分、类似鞣质的物质，鲜品含有维生素C。

〔功用〕下气，去痰水，心下气痛。本品为健胃驱气药，用于消化不良、胸闷痰多、呕吐等症；对于慢性胃炎，神经性胃痛（胃气痛）较为适宜。

〔便方〕1. 胃病，消化不良，胸闷胃痛：陈香椽，焙燥研细末1两，川椒、小茴香各4钱，共研末混和拌匀，每服1钱，一日2次，温开水送服。

2. 慢性支气管炎，痰多，喘咳气急：鲜香椽1至2个，切碎放于有盖的碗盂中，加入等量饴糖（麦芽糖），隔水蒸数小时，以香椽稀烂为度，每服一匙，早晚各一次，有化痰、止咳、平喘之效。

佛 手

佛手,属芸香科香橼的一个变种,与原种性能相似,形态不同之点为果实有裂纹如拳,或张开如指。果肉几完全退化。供药用,为芳香健胃药。

〔性味〕辛、温。

〔成分〕含挥发油及橙甙等。

〔功用〕芳香理气,健胃止呕,化痰止咳。用于消化不良,舌苔厚腻,胸闷气胀,呕吐咳嗽以及神经性胃痛等。

〔便方〕1. 肝胃气痛(包括慢性胃炎,胃神经痛等):鲜佛手4至5钱(干的2钱),开水冲泡,代茶饮。或佛手、玄胡索各2钱,水煎服,治胃气痛有效。

2. 湿痰咳嗽(包括慢性支气管炎):佛手、姜半夏各2钱,水煎去渣,加砂糖温服。

3. 传染性肝炎:佛手干3~9钱,败酱草按年龄计算,每岁1克,十岁以上每两岁增加1克,水煎,每日3次分服,服时可加白糖或葡萄糖,十天为一疗程。计治64例,皆愈,临床症状平均在4~6天内消失。(《中医杂志》1957.7.361~362页)

代代橘 (枳壳、实)

代代橘,一名回青橙。属芸香科植物。因其果实留在树上过冬,明年开花结新果时,其皮由黄回青,两代果实同生于

一树上，故又名代代橘。花为代代花，苏州虎丘盛产，用来制代代花茶叶，或提制芳香油之用。代代花及未成熟的代代橘幼果(药名苏枳壳)，均作药用。中药常用的江枳壳系产于江西的酸橙未熟果。

〔性味〕酸、苦、微寒。

〔成分〕代代桔果皮含挥发油(为癸醛、壬醛、十二烷醛、乙酸芳樟酯、乙酸橙花酯、乙酸香叶酯等)，橙甙，维生素B、C。江枳壳果皮含挥发油(为右旋柠檬烯、柠檬酸、水芹烯等)，果胶，鞣质，黄酮类(为橙皮甙等)及维生素C。

〔药理〕据报告：枳实、枳壳，对肠管、子宫的作用，总结指出：川枳壳、江枳壳、湖枳壳的水煎剂均有相似的作用。对小白鼠离体子宫主要呈抑制作用，对家兔在体或离体子宫主要呈兴奋作用，但亦有发生抑制者，对家兔肠管则全呈抑制作用；对麻醉犬可引起其血压升高，对蟾蜍心脏，在小量时呈兴奋作用，大量时呈抑制作用。

〔功用〕破气消积，利膈宽胸，化痰下气。代代花为芳香健胃药；苏枳壳健胃驱气，对平滑肌有振奋作用，适用于胃肠弛缓，子宫下垂，脱肛等症。

〔便方〕1. 慢性胃病，胃下垂：苏枳壳5钱，野山楂3钱，水煎去渣，一日2次分服，久服有效。

2. 肝胃气痛(包括神经性胃痛)：代代花、橘皮各2钱，甘草1钱，开水冲泡，一日3次分服。

3. 奔豚气痛(包括肠蠕动不安)：苏枳壳焙燥研细末，以米汤送服，每服1钱，一日3次。

4. 产后子宫下垂或脱肛：苏枳壳4至6钱，黄芪、甘草各2钱，水煎，一日2次分服。

5. 小儿脱肛：幼小青嫩的代代橘，焙燥研细末，以糖水

送服，每服5分，一日3次。

6. 脱肛：枳壳1两，赤石脂(煨研包)、升麻各2钱，黄耆4钱，水煎，1日2次分服。

石 榴

石榴，一名安石榴。属石榴科植物。根皮、果皮均作药用。

〔性味〕甘、酸、温、涩，无毒。

〔成分〕果实含鞣质，糖类。根皮含石榴皮硷。果皮含生物硷，鞣质，熊果酸等。

〔药理〕石榴根皮硷有驱除绦虫作用。石榴树根、干枝皮煎剂系作用于寄生虫的肌肉，使其陷于持续收缩，故有驱虫效果。试管内比较400种中药对于伤寒杆菌、霍乱弧菌、葡萄球菌、结核杆菌的杀菌试验，结果证明石榴皮抑制伤寒杆菌的生长作用最强。此外对于皮肤真菌亦有抑制作用。

〔功用〕根皮为绦虫驱除药。果皮为强力的治痢药，不仅有收敛作用，而且有明显的抑制细菌作用。

〔便方〕1. 久泻久痢，肠风下血(包括慢性细菌性痢疾，肠炎，肠结核等)：石榴果皮4至6钱，水煎后加红糖适量，一日分2次服。

2. 大便滑脱不禁，妇女带下不止：石榴果皮烧存性，研细末空腹服1至2钱，糖汤送下。

3. 乳蛾(扁桃腺炎)，喉痛，口舌生疮(口腔炎)疼痛：鲜石榴果1至2个，取其肉(带肉的种子)槌碎，以开水浸泡过滤，凉冷后，一日含漱数次。

4. 绦虫，姜片虫，钩虫，蛔虫：石榴树根皮4至5钱（成人），水煎后去渣，加入白糖，空腹顿服，每日1次服完，连服3日。

5. 风火赤眼（包括急性结合膜炎）：新鲜石榴嫩叶约1两，加水一碗，煎至半碗，去渣过滤澄清，作洗眼剂，用滴管或洗眼杯洗之。

6. 耳内脓水不干：石榴花于瓦上焙燥研末，加冰片少许研和，吹入耳，3~4次即愈。

7. 肺劳喘咳，夜不安枕（包括老年慢性支气管炎）：酸石榴（甜者无效）每夜食之，以愈为度。

櫻 桃

櫻桃，一名含桃。李时珍说：“常为鸟雀所含食，故名”。核、根、叶作药用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含有糖分、枸橼酸、酒石酸、维生素B、C等。

〔功用〕调中益脾。核为小儿麻疹透发药。

〔便方〕1. 麻疹透发不快：櫻桃核3至5钱，水煎服。或櫻桃核、芫荽子等分，加黄酒和水合煎，乘温喷抹胸颈间（麻疹已透齐者勿用）。

2. 蛔虫，蛲虫：櫻桃树根3至6钱，水煎服。

3. 蛇虫咬伤：櫻桃树叶捣汁，每次服半酒杯，并以渣敷于患部。

杏 仁 附甜杏仁

杏，属蔷薇科植物。为止咳化痰药，有苦杏仁、甜杏仁两种。甜杏仁可作茶点果品供食用，亦入药。苦杏仁有毒，不可生食，入药多为煎剂。

〔性味〕辛、苦、甘、温，有小毒。

〔成分〕苦杏仁含氰甙(苦杏仁甙)，经酶水解，产生氢氰酸、苯甲醛及葡萄糖。苦杏仁甙不纯是氰酸，此外尚含酶和脂肪油。甜杏仁含有苦杏仁甙、脂肪油、糖分、蛋白质、树脂、扁豆甙、杏仁油。

〔功用〕苦杏仁主咳逆上气。甜杏仁又名巴旦杏仁，为滋养缓和性止咳药，主治咽干、干咳。

〔便方〕1. 咳嗽，气喘：苦杏仁每日3钱，水煎服。一般都配合他药作复方用之。

2. 肺病虚弱，老年咳嗽，干咳无痰：甜杏仁炒熟，每日早、晚嚼食7至10粒，或加砂糖一同捣烂研细，开水冲服，一日2次。

杨 梅

杨梅，一名珠红。属杨梅科植物。我国东南各省均产，以浙江、江苏苏州洞庭山等地产品最为著名。果供鲜食及加工制成罐头食品。

〔性味〕酸、甘、温，无毒。

〔成分〕果含糖类、蜡质、维生素类。树皮含杨梅树皮色

素及杨梅树皮忒。

〔功用〕止呕哕，断下痢，消食解酒，止渴。果实治心胃气痛及吐泻。树皮能止血，治下痢。外用治刀伤出血，跌打伤，筋骨痛等。

〔便方〕1. 痧气腹痛，吐泻：杨梅酒半杯，或吃酒浸杨梅2至3个(杨梅酒的制法：鲜杨梅若干，浸入高粱烧酒，以浸没杨梅为度，密封备用)。

2. 下痢不止：杨梅树皮烧存性，研末，糖水送下，每服1钱，一日2至3次。

3. 食物中毒，心腹绞痛，四肢厥冷：杨梅树皮3至5两，水2至3碗，煎汤灌服之。

4. 刀伤出血，跌打伤肿痛：鲜杨梅树皮或根皮，洗净捣烂外敷。

5. 骨折：鲜杨梅树皮和糯米饭一同捣烂，敷于患处。另用鲜根皮1至2两，水煎去渣，冲黄酒，一日3次温服。

6. 烫、烧伤：杨梅树皮烧存性，研细末，以麻油调涂。

7. 皮肤病湿癣，带状疱疹，黄水疮等：杨梅树皮煎汤洗拭。

无花果

无花果，属桑科植物。一名奶浆果，原产亚洲西部，我国南部普遍栽培。叶如花沟叶，大而粗糙，3~5掌状分裂，果如凉粉果，熟时软烂，味甘如柿而无核。干果作食用，亦作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕果含糖类、枸橼酸、苹果酸、醋酸、酶等。

〔功用〕开胃，止泻痢，治五痔。为缓和滋养润肠药，有催乳作用，兼具驱虫、消炎、消肿之功。果枝和叶都含有消化酵素，可作辅助消化药用。

〔便方〕1. 痔疾肿痛，出血：(1) 无花果1至2个，水煎或空腹时生食，一日2次，可酌情加倍用之。另用叶柄的白色乳汁涂于患处，有消肿止痛之功。(2) 无花果叶煮汤，坐浴。

2. 小儿蛔虫，钩虫：无花果根或茎叶2两，煎浓汤，早晨空腹1次服下。

3. 下肢溃疡，疮面恶臭：无花果肉捣烂敷于患部，包扎之。或于干燥果实磨粉，撒布疮面，加以包扎。

4. 赘疣(肉痣)，脚痒：用未熟的果肉绞汁，或用茎叶捣汁，涂于患部，一日2至3次，数日见效。

5. 误食鱼蟹类中毒，腹痛、呕吐：新的嫩叶，洗净捣烂绞汁，每服半杯，温开水和服。

6. 胃弱，消化不良：干果切成小粒，炒至半焦，加适量白糖，开水冲泡代茶饮，有开胃助消化之功。

7. 妇女子宫颈炎：无花果叶煮汤坐浴。

8. 经年腹泻不愈：无花果鲜叶2两切碎，加入红糖同炒研末，开水送服，一次服完。

9. 白癜风：无花果叶切细，烧酒浸泡，涂患部，一日2~3次。

番木瓜

番木瓜，又名万寿果、木瓜、番瓜。属番木瓜科植物。我

国广东、广西、云南、福建、台湾等省均有栽培。鲜果可生吃，作菜蔬，醃食作蜜饯；未成熟的果实及叶可供药用。

〔性味〕甘、寒、平，无毒。

〔成分〕果含丰富糖分，有机酸，脂肪，蛋白质，维生素B、C、G等，未熟果的乳液中含有两种生物酶，一为木瓜蛋白酶，一为脂肪酶。

〔药理〕木瓜蛋白酶可分解蛋白质为氨基酸。脂肪酶能分解脂肪。据最近报道，番木瓜的乳液制品，除作消化剂外，并有强心及医治湿疹等皮肤病之用。其中的木瓜蛋白酶，用在合成抗菌素和抗癌药物方面，可望成为一种有前途的新药，又其蛋白酶素，则为绦虫驱除剂。

〔功用〕健脾胃，助消化，消暑解渴。

〔便方〕1. 婴儿湿疹：干燥未成熟的番木瓜，研细粉，撒佈患部，一日2~3次。

2. 绦虫、蛔虫等肠寄生虫病：番木瓜(未熟果)干粉，每次3钱，早晨空腹服。

3. 胃病，消化不良：番木瓜生吃或煮食均可，或用干粉，每服1~2钱，一日2次。

4. 痈疖肿毒，跌打伤肿：番木瓜树叶捣烂外敷，一日2次。

凉粉果

凉粉果即木莲，一名木馒头、鬼馒头，中药材称鬼球。是桑科薜荔的花托(果)，破之有白汁，揉搓于水中，可制凉粉。叶茎(即“薜荔”)、果都作药用。

〔性味〕甘、平、涩，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、糖类。种子中含有一种凝胶质样的果胶。

〔功用〕本品为强壮药，有下乳汁，壮阳道，固精，暖腰膝，消炎散肿，消痈疽，解毒功效。近来有人试用于各种肿瘤。

〔便方〕1. 乳汁不下：果实2个，猪前蹄1只，同煮食并饮汁。

2. 怀孕后胎动不安，先兆流产：薜荔嫩枝叶1两，苘麻根5钱，水煎，加鸡蛋3个，煮熟后吃蛋（蛋煮熟时碎其壳再煮之）。

3. 产后腰痛，劳伤，扭伤，腰痛：鲜果3个切碎，加黄酒和水合煎，一日2次服。

4. 阳萎，遗精：薜荔茎、藤5至6钱，加黄酒和水合煎服。

5. 关节炎：薜荔茎4至5两，烧酒1斤，浸14天后，过滤去渣，每日2次，饭后适量饮用。

6. 痈疽肿毒初起：干果焙燥研末，每服3钱。或用干茎3至5钱，水煎服。

白 果

白果树，又名公孙树，银杏树。属银杏科植物。为我国特产，现普遍栽培，木材优良；种子可食，与叶均入药用。

〔性味〕甘、苦、平、涩，有小毒。

〔成分〕叶含莽草酸、白果双黄酮、异白果双黄酮、甙

醇。种皮(白果肉)含鞣质、糖类、白果酸、氢化白果酸、氢化白果亚酸。种子(白果仁)含脂肪油、淀粉、蛋白质、组氨酸。

〔药理〕据报导,油浸3个月的白果果浆中含有抗菌成分,对若干革兰氏阳性及阴性细菌均有抑菌作用,对结核杆菌作用尤为显著。

〔功用〕温肺益气。白果仁是一种止咳平喘药,有滋养、固肾补肺之功。用于肺病咳嗽,老人虚弱体质的哮喘,因其有小毒,故必须炒熟或煮水服食。油浸白果,适用于肺结核。

〔便方〕1. 支气管哮喘,肺结核咳嗽:白果仁3至4钱炒、去壳),加水煮熟,加入砂糖或蜂蜜,连汤食之。

2. 咳嗽,喘息:白果仁3钱,麻黄、甘草各2钱,水煎服。

3. 肺结核:鲜银杏放于瓶中,加入菜油,以浸没为度。将之密封埋于土中,5个月后可取用,但以越陈越好。每次取银杏1个,撕取其肉,温水送服。

4. 头风眩晕,眼黑目眩:白果仁炒燥研细末,每服1至2钱,以红枣汤调服。

5. 遗精,遗尿,小便频数,白浊,妇女体虚白带:(1)白果仁3钱,炒后入水煎,加糖,连汤食之,或炒燥研粉服。(2)生白果仁2至3粒,研末,另取鸡蛋一个,开个小孔,将白果末塞入鸡蛋,以纸糊封,于饭锅上蒸熟,每日吃蛋1至2个。

6. 鸡眼:白果树叶,烧存性研细末,用粥米粒研和,贴于患处,每日换贴1次。

7. 冻疮未溃时:白果树叶煎浓汤,涂洗患处。

8. 毛虱,角虱:鲜生白果,去外皮,取肉捣烂,轻轻涂于患处(注意勿沾入眼、阴部粘膜或创伤口)。

注:白果有毒成分主要在果肉中(油浸白果,可能毒性被

破坏，故治肺结核可用果肉)，白果仁也有毒，小孩生食白果仁5~10粒，即可中毒，故应注意炒熟，并不宜多食。

胡 桃

胡桃，一名核桃或羌桃，原产于西羌（即四川）、甘肃西部的少数民族地区，汉代张骞使西域带来，故又称胡桃。属胡桃科植物。我国北方普遍栽培。种仁、果隔、果皮、树叶都作药用。种仁并可榨油食用。

〔性味〕仁：甘、平、温。

〔成分〕种子（核桃仁）含脂肪油，蛋白质，糖类，烟酸及维生素B₁、B₂。果肉含胡桃叶醌，鞣质。叶含挥发油，树脂，鞣质，没食子酸，缩合没食子酸，氢化胡桃叶醌；核壳含五碳糖。

〔功用〕补气养血，润燥化痰，温肺肾，益命门。胡桃肉为滋养强壮品，润肺补肾，平喘止咳，胡桃仁油及叶可治皮肤病。果肉皮煎汁，可作洗发剂和疥癣药，泡酒服可止痛。果隔治遗尿。

〔便方〕1. 肺肾两虚，久咳痰喘（包括老年慢性支气管炎，哮喘，肺气肿等）：胡桃仁1至2球，生姜1至2片，一并细细嚼吃。每日早、晚各1次。

2. 肾虚，小便频数，遗精，阳痿，痘疮不起浆及慢性化脓病等：胡桃隔、芡实、薏米仁各3至5钱，水煎服。

3. 肝胃气痛，胃神经痛：（1）未成熟的胡桃皮（绿色肉皮）2两浸入8两烧酒中，密闭七至十日后可用，每次饮少许（约3—5毫升），可以止痛。此酒并可外用。

(2) 急、慢性胃痛：取青核桃 6 斤，烧酒 10 斤，放坛中浸泡二十天，待酒变成黑褐色，去渣过滤备用。在胃痛时每次服 10 至 15 毫升。

4. 呃忒：胡桃隔 5 钱，生姜 2 钱，水煎服。

5. 肠鸣腹泻：核桃壳烧存性，研细，每服 1 钱，温开水送下，一日 2 次。

6. 疥癣，顽癣：(1) 走油的胡桃仁研细，以纱布包裹，搽擦患处，一日 2 至 3 次。

(2) 顽癣(包括体癣，股癣，牛皮癣)：用刀削下鲜嫩胡桃绿色外皮，纱布包，用力拭擦患部，每日 2 至 3 次，一般约需 10 至 20 天见效。或将绿色外皮剥下晒干，煎水，擦洗患部亦可。此方亦可用于头癣及秃疮。

7. 全身搔痒：胡桃树叶煎水擦洗。

8. 跌打外伤：胡桃肉皮(生胡桃外皮)捣烂敷伤处。

9. 尿路结石：胡桃肉 4 两，麻油 4 两，炸酥盛起，和白糖 4 两，共研细，仍以麻油调和为一剂，分 2 天服，每天服 3 次。

桑 椹

桑椹，通称桑果。属桑科植物桑树上所结的一种聚合果。嫩时色青，味酸，老熟时色紫黑，多汁，味甜。桑椹子、桑皮、桑叶、桑枝都作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕桑叶有多量胡萝卜素及鞣质。桑皮含还原糖，多缩戊糖及半乳糖酐。成熟桑椹果含葡萄糖，蔗糖，琥珀酸，酒石

酸，维生素B₁、B₂、C，烟酸，色素等。未熟青桑椹含有氰酸。

〔药理〕桑枝煎汁，给予动物口服，证明有使血压下降作用，桑根白皮也有降血压作用，但根及新梢叶无降压作用。

〔功用〕桑椹：补虚益气，去水气。桑叶降血压，清肝明目。嫩桑枝去风湿，治臂痛。桑根白皮利尿、止咳、治浮肿。

〔便方〕1. 风湿性关节炎疼痛，麻痹不仁以及各种神经痛：鲜黑桑椹1至2两，水煎服。或桑椹膏，每服一匙，以温开水和少量黄酒冲服。

2. 风湿筋骨痛：干桑枝切成寸段，劈细，桑叶等分，同置炉内，燃烟熏患处，一日2次，每次20分钟。

3. 急性肾炎，喘咳，小便不利(包括慢性肾炎)：桑根白皮、冬瓜皮、玉米须各5钱，水煎，一日2次分服。

4. 高血压，头昏头晕，或感冒头痛：经霜桑叶1两，黄菊花3钱，水煎，一日2次分服。

5. 高血压，血管硬化，风湿筋骨痛，肢臂痠痛：嫩桑枝1两，蚕砂5钱，水煎服。

6. 贫血，神经衰弱，脚膝痛，肢体麻痹，中风后半身不遂，大便干结：桑椹膏每服一匙，一日2至3次，以温水和黄酒少许化服。

7. 盗汗：经霜桑叶1两，炒焦，搓碎，煎汤代茶喝。

8. 闭经：桑椹5钱，红花1钱，鸡血藤4钱，加黄酒和水煎，一日2次温服。

9. 破伤风痉挛抽搐：桑叶2两，水煎服。

胡 颓 子

胡颓子，又名雀儿酥，羊奶子。属胡颓子科常绿灌木。长江以南各省均有分布。果熟时味甜可食。根、叶、果实均供药用。

〔性味〕酸、濡、平，无毒。

〔成分〕果实含有糖类，脂肪，鞣质，有机酸及维生素B、C。

〔功用〕主治肺虚喘咳，脾虚泄泻。

〔便方〕1. 老年慢性支气管炎：胡颓子叶，焙燥研细末，每服5分~1钱，糖水调服，一日2次。

2. 腹泻、不思饮食：胡颓子果五钱，水煎服，一日2次。

3. 支气管哮喘：胡颓子叶4钱，苏子3钱，白果7粒，水煎，一日分2次温服。

4. 无名肿毒、未破溃者：胡颓子根3~5两，煎浓汁，涂洗患部，一日3~5次。

桂 圆

桂圆，一名龙眼，俗呼圆眼。属无患子科植物。产我国东南、南部及西南诸省。果供生食或加工成干制品《名医别录》称其为“益智”，言其功能养心益智故也。《开宝本草》称：“亚荔枝”，言其形状如荔枝也。龙眼肉、核、皮及根均可作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕肉含维生素B、葡萄糖、蔗糖及酒石酸。核含皂素、脂肪及鞣质。叶含槲皮素、槲皮甙、鞣质等。

〔药理〕龙眼肉的水浸剂，在试管内对于奥杜盎氏小芽胞癣菌有抑制作用。龙眼叶适用于外伤，有止血消炎作用。

〔功用〕开胃益脾，补心长智。龙眼肉为营养品，有安神补血之效。果核为收敛止血药。

〔便方〕1. 贫血，神经衰弱，心悸怔忡，自汗盗汗：龙眼肉4至6枚，莲子、芡实等量，加水炖汤于睡前服。

2. 创伤出血：龙眼核焙燥研细末，撒佈伤口，加以包扎。

3. 烫火伤：核研细末，以茶子油调涂。

4. 久泻不止，崩漏白带：龙眼树皮或根皮1至2两，水煎服。或干花5钱，水煎加红糖调服。

5. 丝虫病，流火(丝虫病性淋巴腺炎)：鲜根1两，土牛膝全草1两，水煎服。

荔 枝

荔枝，一名丹荔，名见宋·《开宝本草》。为无患子科植物。与桂圆极相似，唯花无花瓣，果熟时红色，外果皮有瘤状突起。自古为我国著名果品，产我国东南、南部及西南诸省。果与核均可药用。

〔性味〕甘、酸、温，无毒。

〔成分〕果肉含蔗糖、葡萄糖、蛋白质、脂肪、维生素C及柠檬酸等。

〔功用〕荔枝肉：补脾益肝，止咳，养心神，止烦渴，发痘疮。核、根皮：治疝气，消结肿，止痛，镇咳。

〔便方〕1. 脾虚久泻：荔枝干果7个，大枣5个，水煎服。

2. 妇女虚弱，崩漏贫血：干果1两，水煎服。

3. 胃寒腹胀痛，疝气腹痛：鲜根1至2两，水煎后以红糖调服。

4. 睾丸鞘膜积液：带核干荔枝焙燥5钱，小茴香5钱，略炒，共研细末，每次服3钱，临睡前用热黄酒调服。

5. 瘰疬(淋巴结核)：干果5至7枚，海藻、海带各5钱，以黄酒和水合煎服。

葡 萄

葡萄，属葡萄科植物。原产亚洲西部，现我国各地广为栽培，果可生食，制葡萄干和酿酒。藤及根供药用。果肉以栽培品为佳，药用多以野葡萄的藤及根为好。

〔性味〕甘、平、涩，无毒。

〔成分〕果含糖类，蛋白质，维生素B₁、B₂、C，菸酸及其他矿物质。根、茎及叶含橡胶质，糖类和酶等。

〔功用〕果制酒有营养强壮作用。根及藤祛风利水，治风痹筋骨痛，并有镇静、止呕、止痛作用。

〔便方〕1. 怀孕呕吐或妊娠浮肿，小便不利：野葡萄根1两，水煎服。

2. 肝炎，黄疸，风湿痛：鲜根1至3两，水煎服。

3. 贫血，头晕心慌：葡萄酒适量饮服，一日2至3次。

4. 风寒湿痹，筋骨疼痛，瘫痪麻木：葡萄根或藤、嫩桑枝、蚕砂各1两，加黄酒与水等量煎，一日2至3次分服。

5. 跌打损伤，疼痛，风毒流痰(包括寒性脓疡，骨结核等)：葡萄根或藤2至3两，加酒、水合煎服，并以鲜根皮捣烂敷于患处。

罗 汉 果

罗汉果，属葫芦科植物。分布于我国南方如广西、广东、海南岛以及江西等地；野生或栽培。味极清甜，胜如甘草。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕果肉含丰富的葡萄糖。

〔功用〕消暑，止渴，清肺化痰，润喉。

〔便方〕1. 喉痛失音：罗汉果1个，切片，水煎，待冷后，频频饮服。

2. 演员、教师、广播员等保护发声器官：常以罗汉果切碎，泡水代茶饮有效。

枸 橘

枸橘，一名臭橘，属芸香科植物。中药材名枸橘李。李时珍说：“其树如橘，小枝扁平而有刺，人家多栽作篱笆，结实大如弹丸，壳薄不香”。果及花、叶作药用。

〔性味〕辛、温，无毒。

〔成分〕花含挥发油，油中主要为柠檬烯、芳樟醇、乙酸芳樟酯等。果实含挥发油及枸橘甙、橙皮甙。

〔功用〕疏肝利气，理疝，消肿。果实适用于乳房核肿。

花为芳香健胃药，适用于肝胃气痛。

〔便方〕1. 妇女乳核(包括乳癌初起): 枸橘李焙燥研细末, 黄酒送下, 每服2钱, 一日2次。

2. 下痢赤白, 腹痛, 里急后重, 慢性喉炎: 枸橘叶1两(鲜品加倍), 水煎, 去渣, 一日2次分服。

3. 遍身搔痒: 小枸橘切细, 炒黄研末, 黄酒调服, 每服2钱, 一日2次。并用枸橘叶煎汤洗拭患部。

4. 肝胃气痛, 小肠疝气: 枸橘嫩枝带叶1两(鲜品2两), 加黄酒和水合煎, 去渣, 一日2次分服。

亚 麻

亚麻, 别名山西胡麻。属亚麻科植物。中药店所售的大胡麻(巨胜子)即属本种。我国东北、华北、西北以及西南各省均有栽培。种子久食易中毒。榨取的油可供药用及工业用。

〔性味〕甘、辛、平。

〔成分〕种子含脂肪油(为亚麻油酸等甘油酯), 粘液质, 蛋白质, 氰甙类。

〔功用〕养血祛风, 补益肝肾, 治病后虚弱、眩晕、便秘等症。

〔便方〕1. 烫火伤: 亚麻仁油(高温消毒后)涂患部, 一日2次。

2. 高血压, 血管硬化, 胆固醇增高: 亚麻仁(巨胜子)3~4钱, 水煎去渣, 一日2次分服, 15日为一疗程。

番石榴

番石榴，又名鸡矢果。属桃金娘科灌木或小乔木。为我国南方果树之一，野生或栽培。浆果味甜可生食。叶、树皮、未熟果均供药用。

〔性味〕 温、甘、平。

〔成分〕 叶含挥发油(丁香油酚等)。树皮、叶、未熟果含有鞣质。

〔功用〕 止泻，止血，消炎，收敛，燥湿。

〔便方〕 1. 皮肤湿疹搔痒：番石榴叶适量，煎浓汁涂洗，一日数次。

2. 痢疾、肠炎：干叶3~5钱(鲜叶1~2两)，水煎去渣，一日2~3次分服。

3. 刀伤出血，跌打损伤：未熟果或树皮，焙燥研细末，外用撒布，或蜂蜜调涂，一日2~3次。

八月瓜

木通的果实名八月瓜、药材名八月扎，生果熟时味甜可食。属木通科植物。茎、藤及果实均作药用。

〔性味〕 茎叶：苦、平，无毒。果实：甘、微寒，无毒。

〔成分〕 木通含木通甙。果实含糖类及少量没食子酸。种子含脂肪油。

〔功用〕 利尿消肿，清心除烦热。

〔便方〕1. 膀胱及尿路炎症、小便涩痛：木通2钱，车前草5钱，水煎去渣，一日2次分服。

2. 肾盂肾炎：八月瓜（中药名八月扎）5钱，或干木通根3钱，水煎服。

柏子仁

柏子仁，为柏科植物侧柏的种子，柏子仁可食，并作药用。侧柏叶亦为常用中药之一。

〔性味〕柏子仁：甘、平，无毒。侧柏叶：苦、微湿，无毒。

〔成分〕柏子仁含脂肪油、蛋白质、可溶性脂肪酸等。

侧柏叶含有松柏苦味素、侧柏甙、挥发油及鞣酸、树脂等。

〔功用〕柏子仁为滋养强壮药，有祛痰止咳之功。侧柏叶为止血药，有祛风湿，治痹痛之功。

〔便方〕1. 风湿关节痛：侧柏树枝之节，劈碎，每日3~4钱，水煎去渣，加赤砂糖适量，一日2次分服。

2. 老人慢性便秘：柏子仁、大麻仁各3钱，微炒研细，以绢包水煎20分钟，过滤，加白糖适量，一次顿服，每日一剂，便通为度。

食茱萸

食茱萸，一名樗叶花椒、榄子、辣子等。属芸香科落叶小乔木，枝有刺，萼葵果红色，种子棕黑色。产我国浙江、广东、广西、台湾等省。果实供食用，作调味香料，故名食茱萸，有

别于吴茱萸。亦供药用。

〔性味〕辛、苦、温，无毒。

〔成分〕叶含挥发油、树脂、酸性成分。树皮含茵芋硷、挥发油。

〔功用〕温中，燥湿，暖胃，健脾。

〔便方〕1. 久泻虚痢(慢性肠炎)：食茱萸、肉豆蔻各1两，小米子2两，炒焦，研细，共为蜜丸，每服2钱，一日2次，温水送下。

2. 胃寒、胃气痛：根1两或干果实2钱，水煎分服。

3. 牛出痘：茎叶或根5~10两，水煎灌服。

苦 瓜

苦瓜，又名锦荔枝、癞葡萄。属葫芦科，一年生攀援状草本。卷须不分枝，果实圆头状椭圆形，外果皮有瘤状疙瘩。嫩瓜炒熟作菜，熟时黄色，内有红瓢子，味甜可食。茎叶、果、子均供药用。

〔性味〕甘、苦、寒，无毒。

〔成分〕果实：含腺甙。种子含苦瓜素、脂肪酸、蛋白质。

〔功用〕果实清心明目。种子益气壮阳。

〔便方〕1. 流火丹毒，热疖：茎叶捣烂，绞汁外涂。

2. 火烫伤：果瓢捣烂涂敷。

3. 阳痿：种子3钱，炒熟研末，一日2~3次，黄酒送服。

复盆子

复盆子，属蔷薇科植物。为“插田蔗”的果实，味甜可食。可制糖、酿酒，入药可作滋补强壮剂。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含有机酸、挥发油、果脂类物质、葡萄糖、维生素C。

〔功用〕温中，益气力，壮阳，补肾精，益肝明目。

〔便方〕1. 目生云翳：鲜根洗净，捣烂，于水中沉淀，取淀粉晒干，以人乳调和，用少许点眼。一日3次。

2. 慢性眼炎、迎风流泪：插田蔗鲜叶，洗净，捣烂绞汁，滴眼中，一日2~3次。

3. 阳痿：复盆子、韭菜子等分，研细末，炼蜜为丸，每日4钱，分2次服。

黄皮

黄皮，一名黄皮果，属芸香科植物。花轴、花枝叶轴及小叶片背面叶脉上均有集生成簇的密毛，果实黄色，被毛，比金柑还小，状如川楝子而味酸，果肉可食。产广东、广西、福建、贵州、云南、四川等省。叶、根皮及果核均供药用。

〔性味〕气香、性平、味酸、微苦、辛。

〔成分〕种子含油量达53.2%。果皮、叶均含挥发油。叶

又含酚类、黄酮甙、氨基酸。树皮含小蘗硷、黄柏硷、掌叶防己硷等多种生物硷、甾醇、粘液质，酯类成分。

〔功用〕宣解郁热，理疝痛。叶可防治流行性感冒。根能治气痛及疝痛。这是南方群众广为使用的一种民间药。

〔便方〕1. 防治流行性感冒：黄皮树叶2斤半，加水24斤，煎至8斤，将汁水滤出，再在药渣上加水20斤，又煎至8斤，将2次滤液合并，再煎煮浓缩至8斤，然后加防腐剂。成人每次服30毫升(约1小酒杯)，一日3次。小孩减半，连服3至6天(或每人每日用叶2~3钱，水煎服，连服数天)。治疗和预防流感有显著效果。此方同时可治疟疾。(广东资料)

2. 肝胃气痛：生黄皮果晒干，每日10个，水煎服。或用黄皮树根1至2两，水煎后去渣，加黄酒冲服。

3. 疝气偏坠：黄皮树根2两，小茴香5钱，水煎后去渣，冲入黄酒适量，温服，一日2次。

4. 风痰流注，寒性脓疡：黄皮树嫩叶，黄皮果核焙燥研细，龟板砂炒研末，各4两，炼蜜为丸，如小豆大，每服2钱，一日2次，以黄酒送下。

5. 蛔虫上攻，心下痛：黄皮果6钱(鲜者2两)，水煎空腹服。

6. 毒蛇、狂犬咬伤：黄皮树叶2两，焙燥，研细，用适量好黄酒隔水炖煮，一日分2次温服，并以药渣敷于伤口。

7. 肠痉挛，肠疝痛，胃神经痛：黄皮果核炒香，研细末，以水或黄酒送下，每服2钱，一日2至3次。

木 半 夏

木半夏，属胡颓子科落叶灌木。分布于我国河北、河南、山东、江苏、安徽等省。果实可食，与根、叶均供药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕果含果胶、有机酸、脂肪油、糖类。

〔功用〕收敛、消肿、平喘、止泻。

〔便方〕1. 跌打损伤：木半夏叶煎水洗，并以渣敷患部，一日2次。

2. 咳嗽气喘：木半夏果实1两，水煎服。

3. 慢性泻痢：木半夏根1两，水煎去渣，加赤砂糖，一日分2次温服。

椰 子

椰子，属棕榈科植物。栽培于热带、亚热带地区。我国广东、海南岛等地多产。椰肉(即胚乳)白色，供食用或榨油，胚乳内部水液可作饮料。

〔性味〕甘、温，气香。

〔成分〕椰子果肉含脂肪油60—65%，油中的成分为癸酸、棕榈酸、油酸、月桂酸等。外果皮含氢氰酸。

〔功用〕椰子果肉：补虚强壮。果汁：清暑解渴，并能驱虫。

〔便方〕1. 姜片虫，绦虫：每次取椰子半至1个，先服椰子汁，后吃椰子肉，每日早晨空腹时1次吃完，不需另服泻剂，3小时后方可进食，其驱虫率与槟榔不相上下，且无

副作用，比较安全。（广东江门卫生防疫站报导治疗69例中，服药后排虫最多者达417条，排虫最少者也有1条）

2. 充血性心力衰竭，水肿：鲜椰子汁适量饮服。（国外资料称：观察过311例，认为有良好效果）

3. 椰子壳提制椰溜油，作皮肤病，体癣，足癣的外用擦拭剂，效果比水杨酸好。（广东海南资料）

4. 白喉：椰子树根皮，晒干，小儿1两，成人2两，水煎加糖服，至伪膜消失后，再服一周，巩固疗效，轻者次日即见效。（广东揭阳县人民医院收治83例，治愈率96.2%）

阳 桃

阳桃，或称羊桃，一名五棱子，五敛子。产我国福建、广东、广西、云南等省。属酢浆草科植物的果实。表面色青，有五棱，如剑脊状，皮肉脆软，可生吃或作蜜饯。花、果、根、叶均可作药用。

〔性味〕酸、甘、平、涩，无毒。

〔成分〕含糖类，维生素B₁、C，草酸盐等。

〔功用〕果：生津止咳，下气和中。叶：利小便，捣烂外敷肿毒，散热止痛。

〔便方〕1. 慢性头痛：鲜根1至2两，豆腐4两，同炖服，每日1次。

2. 寒热往来：干花5钱，水煎服，一日2次。

3. 疟母（久疟后脾脏肿大）：鲜果5个，洗净切碎，捣烂绞汁，以温水冲服。

4. 跌打伤肿痛，痈疽肿毒：鲜叶捣烂，敷于患处，能止

血止痛、散热拔毒。

5. 骨节风痛，小便热涩，热毒，痔肿出血：鲜阳桃，切碎捣烂，以凉开水冲服，一日2至3次，每次2至3个。

6. 咽喉痛：生食阳桃，一日2至3次，每次1至2个。

菠 萝

菠萝，又称凤梨，属凤梨科植物。我国南方广东、广西、云南、福建、台湾等省普遍栽培。叶如铁扁担(剑麻)，果形如松球而大，多汁，味甜美，可生吃或制罐头、蜜饯。叶有纤维，可造纸或制绳索。果与叶均可药用。

〔性味〕甘、微涩、平。

〔成分〕果含糖类、脂肪、淀粉、蛋白质、有机酸等。叶含鞣质。

〔功用〕消暑解渴，消食止泻。

〔便方〕1. 伤暑，身热烦渴：菠萝1个，生吃或榨汁，以凉开水和服。

2. 夏日痧气，腹泻(包括消化不良、急性胃肠炎)：菠萝叶或根1两，水煎服。

槟 榔

槟榔，属棕榈科的常绿高大乔木。产我国海南岛及台湾省南部，广西、福建、云南南部亦有产。它的未熟果实即枣儿槟榔，热带民族多用来当茶果供宾客，故有槟榔之名。果皮为大腹皮，里面的种子即槟榔，均作药用。

〔性味〕苦、辛、温、涩，无毒。

〔成分〕含有各种生物硷，有效成分为槟榔硷，此外尚含鞣质、脂肪及槟榔红。

〔功用〕槟榔驱绦虫、姜片虫、蛔虫等，治腹胀，下水肿，消脚气、奔豚，诸瘴症。大腹皮有利尿行气之功。亦有消肿胀、治脚气肿痛之效。

〔便方〕1. 姜片虫、绦虫、蛔虫：(1) 南瓜子仁 5 至 8 钱，研细，加适量白糖，另用槟榔 5 至 8 钱，煎汤送服，一日 1 次，空腹服。

(2) 猪肉或牛肉绦虫以及姜片虫：带壳南瓜子 2 两，炒熟去壳，于空腹时 1 次吃下。隔 2 小时后，再服槟榔 1 两 5 钱的水煎剂。再隔半小时，用元明粉 3 至 4 钱化水服取泻。(小儿用量照年龄、体重递减)

2. 急性、亚急性肾炎，浮肿：大腹皮 5 钱，鲜葶苈苗(通天草) 1 两(干品 4 钱)，水煎服。

3. 青光眼、眼压增高：槟榔 3 至 6 钱，水煎服，药后以轻泻为度。如不泻可稍增加用量(据临床实验，槟榔用到 1 两以上方能致泻，但同时有腹痛、呕吐、恶心等副作用)。

4. 流行性感冒：槟榔、黄芩各三钱，水煎服(据动物试验，槟榔、黄芩对流行性感冒病毒有较强的抑制作用)。

5. 脚气肿胀，冲心性脚气：槟榔、紫苏叶、木瓜、生姜各 2 钱，水煎，早晨空腹服。

6. 疟疾：槟榔 4 钱、乌梅肉、臭梧桐各 3 钱，水煎，于疟疾发作前 2 至 3 小时服。

木 瓜

木瓜，一名海棠梨。属蔷薇科植物。其木状似贴梗海棠，

春末开花、深红色，结实大如桃，亦似小瓜。皮黄而红，蒂间有鼻似乳凸，香而甘酸，性脆，可蜜渍，或去子捣泥蜜煎作糕食。干果入药，宣州产者名宣木瓜，药用更佳。

〔性味〕酸、甘、温，无毒。

〔成分〕含大量苹果酸、酒石酸、枸橼酸以及维生素C、黄酮类、鞣质。

〔功用〕主治湿痹，脚气，霍乱吐泻，转筋。有消暑解毒，舒肝止痛之功，适用于风湿筋骨痛、跌打扭挫伤、筋挛急以及肺病咳嗽、痰多等。

〔便方〕1. 风痰入络，筋急掣痛：鲜果1两，水煎去渣，冲入红糖、黄酒，一日2次，早晚各服1次。

2. 肺结核，咳嗽：木瓜5钱，萆草1两，甘草2钱，水煎服。

3. 跌打伤痛，宿伤腰痛、脚痛：木瓜5钱，五加皮（五加科的南五加）、大血藤、威灵仙各4钱，共研细末，以热黄酒送服，每服2钱，一日2次。

4. 扭挫伤：鲜木瓜烤熟，捣烂乘温敷于患处，一日2次。

5. 小腿肚转筋（腓肠肌痉挛）：木瓜1~2枚，以陈黄酒煎，每日睡前温饮一小杯，连用数天。

6. 颈项筋急不可转侧：宣木瓜2枚，剖开加入乳香、没药各2钱，仍缚定，于饭锅上蒸3至4次，研烂如泥，每次3钱，黄酒1杯炖化，温服。

7. 奔豚气攻，脐下或腹肋胀满疼痛：宣木瓜4两，小茴香3两，小青皮2两，共研细末，炼蜜为丸如小豆大，每服2钱，一日2至3次，食后温黄酒送服，不饮酒者可以水送下。

黄 瓜

黄瓜，一名胡瓜。属葫芦科植物。生熟皆可食，其苗作药用。

〔性味〕甘、寒，无毒。

〔成分〕瓜含多缩戊糖，维生素B₁、B₂，烟酸，蛋白质，糖。种子含脂肪油。

〔功用〕清热利水，解毒消炎。

〔便方〕1. 脓疮疮(黄水疮)：黄瓜秧(藤蔓)焙焦燥，研细粉，香油调涂患处，一日2次。

2. 扁桃体炎，咽峡炎肿痛：黄瓜霜吹喉，一日数次，可以吞咽。(制法：取成熟大黄瓜一条，切开顶端，剝去瓜瓢及种子，填入明矾令满，仍以原盖盖上，用竹签钉牢，将瓜装入网线袋中，挂在阴凉通风处，数天后，瓜皮上不断冒出白霜，用洁净鹅毛扫下，装瓶中待用。或用芒硝代明矾亦可。)

油 橄 榄

油橄榄，一名齐墩果。属木犀科植物。《酉阳杂俎》云：“齐墩果生波斯(伊朗)，树高二丈，子如杨梅，五月熟，其核西域人用以榨油，煎饼果。”原产地中海一带。友邦阿尔巴尼亚赠送我国许多树苗，现已在我国长江以南地区大面积栽培，并已开花结果，我们叫它友谊树。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕果含脂肪油 38.11~73.95% (其中脂肪酸以油酸为主, 并有亚麻酸), 又含油酸酯酶, 色素甙。

〔功用〕为营养丰富的高级食用油, 又供药用, 旧译名阿列布油, 为制外用软膏及硬膏的原料。

〔便方〕1. 冻疮溃烂: 橄榄油 3 两, 紫草根 5 钱, 切薄片, 先将橄榄油加热至沸, 即将紫草根投入油内, 随即离火, 乘热过滤去渣, 将滤油装入瓶内, 待冷却后外用, 涂于溃疡面, 一日 2~3 次。

2. 婴儿湿疹: 橄榄油 4 两, 黄柏粉 2 钱, 大黄粉 1 钱, 飞滑石粉 3 钱, 冰片粉 3 分, 共研匀, 调入油中, 搅和, 先用食盐水洗涤患部, 以棉球拭干, 厚涂药油, 包扎好, 每日一次。

食 盐

食盐, 凡海盐、井盐、湖盐、岩盐, 都可食用及药用。

〔性味〕甘、咸、寒, 无毒。

〔成分〕主要成分为氯化钠, 其他尚有少量杂质, 如氯化钾、氯化钡、硫酸钙、硫酸镁、硫酸钠。海盐中还含有人体所必需的碘, 但精制食盐及岩盐中不含碘或含碘量极微。

〔功用〕和脾胃, 消宿食, 助肾脏, 坚筋骨, 坚齿, 明目, 解食毒。

〔便方〕1. 干霍乱 (食物中毒) 胸腹胀闷, 上不得吐, 下不得利: 仓促间急用食盐一匙, 炒焦黄, 冲开水温服, 吐出粘涎即松解。

2. 急性局限性皮炎而皮肤红肿搔痒: 食盐泡水洗涤,

涂抹之。

3. 接触生乌头、附子中毒，皮肤搔痒发作：食盐一撮，炒焦黄，开水冲化，涂抹患部数分钟，即痒止、肿消。（据称食盐对植物生物碱，有消毒、解毒之效。如误食有毒野菜、药草，可用盐汤内服；接触皮肤中毒，可用盐水洗涂。）

4. 小儿疝气，尿闭不通：食盐一撮，炒热，醋调涂脐中，上以艾绒搓成黄豆大，燃火灸之。

酒

酒的种类有：米酒，又称黄酒；烧酒又名白酒或火酒；以及葡萄酒等。浸药酒多用烧酒；做药引一般多用黄酒。诸酒都以陈久者为佳。

〔性味〕甘、辛、温（烧酒性大热）。

〔成分〕黄酒含乙醇约10%，绍兴酒含乙醇约11.7%，烧酒含乙醇约49~81%。

〔功用〕通血脉，行药势。小量可兴奋神经，增进血液循环，促进药力发挥；过量则醉人伤脑。为祛风活血、止痛药，多用为药引。

〔便方〕1. 血虚风痹，肢体麻木疼痛，妇女产后诸风，男子中风口喎，阴寒腹痛，风湿痛，神经痛，贫血等：豆淋酒适量饮服，一日2次。（豆淋酒制法：黑大豆半斤，炒至半焦爆裂时，用陈黄酒3~4斤，泡入坛中，冷后，过滤备用）

2. 跌打损伤，疼痛：急饮热黄酒或葡萄酒适量，有活血行瘀、止痛之效。

3. 妇女月经痛：来潮前饮丹参酒适量，有缓解痛经之效（丹参酒制法：丹参2两，烧酒1斤，浸泡备用）

醋

醋，本草称苦酒或酢，通称米醋或酸醋。药用以醱醋（浓而味厚者）为良。

〔性味〕酸、苦、温，无毒。

〔成分〕含醋酸约20%，维生素B₁、B₂，烟酸。

〔功用〕消痈肿，治疮癣，熏鼻治失血昏晕（急性脑贫血）。

〔便方〕1. 牛皮癣，脚癣，鹅掌风：醱醋涂搽，一日3至4次。鹅掌风，灰指甲，可用塑料袋盛醋，将手泡在醋中一夜，数次可愈。

2. 无名肿毒：酸醋调麦粉糊，涂敷患处，一日2次。

3. 白虎历节（包括急性关节炎肿痛）：好醋2碗，煎至1碗，加入切细葱白1两，再煮1至2沸，过滤后，以布包之，乘热裹于患处，一日2次。

4. 腋下狐臭：好醋调石灰粉，先清洗患处，拭干后涂敷，一日2次。

5. 产后血晕，昏迷：酸醋煮沸，乘热熏口鼻。或醋盛罐中，将铁器烧红淬入醋中，取醋酸气熏口鼻。

6. 冻疮初起未溃：醋煮热，乘温湿敷，一日2至3次。

7. 食鱼蟹类过敏，发风疹，遍身搔痒：醋半碗，红糖2两，生姜切细1两，同煮1至2沸，去渣，每服一小杯，加温水和服，一日2至3次。

8. 胆道蛔虫或肠道蛔虫引起的腹痛：急饮热醋1杯，可

以缓解。

9. 防治呼吸道传染病，如流感、流脑、白喉、麻疹等：瓦片烧红，醋半瓢匙，泼热瓦上，熏蒸房间，约数分钟后，再泼半匙，对空气有消毒作用。如感冒患者，嗅到醋酸气，鼻塞即通，咳嗽即爽。在流行时期，凡集体宿舍或校舍于每中等房间用醋3、4两，关闭窗户烧熏一次，可作空气消毒，控制传染。

10. 高血压：醋浸花生仁7~10粒，醋适量，每天晚上浸，第二天早晨连醋吃下，连吃10~15天。

11. 急性传染性黄疸型肝炎：每日三次，每次10毫升食用米醋，并配合维生素B₁ 2片口服，不用其他保肝药物。湖北宜昌县人民医院试治51例，均获全愈，症状平均消失天数不超过4天，食欲不振改善尤为满意（《新医药杂志》75.1摘要）。

酱 附酱油

〔性味〕寒、咸，无毒。

〔成分〕酱油含蛋白质，氨基酸，脂肪，糖类，维生素B₁、B₂，烟酸。

〔功用〕除热止烦，解药物及鱼、肉、野菜、菌草毒。

〔便方〕1. 汤烫火伤：仓猝间急用酱或酱油涂敷，能止痛并解火毒。

2. 手指肿痛：酱油和蜂蜜，加温后，将指伸入浸之，可使痛止肿消。

3. 毒虫、蜂螫伤：酱汁涂之即解。

豆 腐

豆制品的豆腐浆、豆腐皮、豆腐渣、腐浆锅粑等，都作药用。(注意：豆浆要煮透，煮之不透吃了易引起中毒。)

〔性味〕甘、咸、寒、平。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、糖、烟酸、维生素B、氨基酸。

〔功用〕宽中益气，清热散血，消胀利水。

〔便方〕1. 咸哮，痰火吼喘(包括急性支气管哮喘等)，豆腐1碗，饴糖2两，生萝卜汁半酒杯，混和煮一沸，一日2次分服。

2. 肺痈，肺痿(包括肺脓疡)，豆腐浆1杯煮开，冲入陈芥菜卤半酒杯饮服，服后胸中有恶心呕吐感，能吐出脓痰更好。

3. 妇女产后恶露淋漓不净，白带腰痠；豆浆锅粑1至2两，豆腐皮1张，鸡蛋1个，白糖适量，略加水煮食，每日1碗，早晨空腹服下。

4. 妇女白带，痢疾，下血；豆腐锅粑(黄色者为佳)，炒燥研末，每服2钱，一日3次。如赤带可用红糖汤冲服，白带则用白糖汤冲服，肠风下血，用陈黄酒冲服。

5. 小儿遍身疮痒难忍(包括过敏性皮炎)；豆腐皮烧存性，研细末，香油和调涂之，一日2次。

6. 老烂脚，裙边疮(即妇女烂腿，每随月经来潮时，反复发作，久不收口)，一切恶疮腐烂，边沿突起者；豆腐渣在砂锅内炒热，依疮大小捏成饼，先用茶清洗患处，拭干，乘温贴敷豆渣饼，绑带固定，每日更换1次。此药亦可贴脚蛙(即脚

丫湿烂)。

7. 大便下血长期不愈：豆腐渣于锅中炒焦，研细，每服2至3钱，一日2次，以红糖汤送下。

豆 豉

豆豉，有淡豆豉、大豆豉、香豆豉等别名。制酱的为咸豆豉；入药都用淡豆豉，系用黑大豆加工制成的淡味豆豉。

〔性味〕苦、寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖，维生素B₁、B₂，烟酸。

〔药理〕本品内服后能刺激胃之知觉神经，间接反射于延髓之呕吐中枢引起呕吐。

〔功用〕解表清热，透疹解毒。适用于热病时胃中痰涎结滞，胸闷烦呕等症。

〔便方〕1. 感冒发热头痛：香葱或大葱五钱，炒豆豉三钱，生姜三片，煎汤乘热服下，即盖被卧床，出汗则愈。(名葱豉汤《肘后方》)

2. 伤寒吐下后，心中懊恼，烦闷不得卧：豆豉3钱，山栀子十四个，水煎去渣，每服半盏，得吐则愈(名栀子豉汤，张仲景《伤寒论》方)。

3. 血痢不止：淡豆豉、大蒜等分，研和为丸，如梧桐子大，每服三十丸。(《博济方》)

4. 小儿丹毒作痒，出水：豆豉炒焦研细末，以香油调和涂于患处。

5. 服药过剂闷乱者：豆豉煮汁灌服，得吐则愈。

糠 粨

糠粨，《本草》名“春杵头细糠”，是大米加工筛下的米皮和胚芽。

〔性味〕苦、甘、平，无毒。

〔成分〕含有多量维生素 A、B，氨基酸，胆硷，蜡，蛋白质，糖。

〔功用〕治膈气、脚肿、痿躄、行迟等。

〔便方〕1. 麻痹型或冲心型脚气：糠粨 3～5 两，水 2 碗煎至一碗，去渣，加红糖，一日 2 次分服。

2. 妊娠妇女脚气浮肿：糯米糠粨、发芽小麦等量，磨粉做糰子，蒸熟食之，每日吃 3～5 个。

饴 糖

饴糖，一名麦芽糖，古方谓之胶饴，是糖稀，状如胶蜜。其牵拉凝结而色白者，叫做饴糖，性能相同。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含麦芽糖。

〔功用〕补虚冷，健脾胃，润肺止咳。饴糖为滋养缓和强壮药，营养价值比砂糖高，古方多用以补中益气，主治虚劳腹痛。

〔便方〕1. 慢性胃、十二指肠溃疡，胃痛不止，面色苍白，脉迟，贫血虚寒：饴糖 1 至 2 匙，温水化服，有缓解胃

痛之效。

2. 指头疔(瘰疬)、疼痛: 饴糖日夜涂之, 连涂数日见效。
3. 咳嗽喉痛: 饴糖拌红皮萝卜, 放置一夜, 溶成糖水饮服。或用饴糖糖块, 在火上炙至半焦, 食之。
4. 虚弱小儿尿床: 桂枝、白芍、甘草各2钱, 水煎去渣, 冲饴糖2匙, 一日2次分服。
5. 拔取弹片枪珠: 饴糖涂敷, 可缓解疼痛而吸出弹簇。

酒 酿

酒酿, 又名甜酒酿, 即未榨出酒之米醇。

〔性味〕甘、辛、温。

〔成分〕含糖, 有机酸, 乙醇 维生素B₁、B₂。

〔功用〕性善窜透, 用以佐药。发痘浆, 托疮毒, 活血行经, 散结消肿。

〔便方〕1. 授乳妇女乳腺阻塞胀痛, 乳汁不通: (1) 甜酒酿1杯, 炖热, 另以菊花叶适量, 捣烂绞汁约半酒杯, 冲入酒酿服之。并以两种渣搅和敷于患部, 一日2次。

(2) 鲜嫩荸荠苗叶切细, 加酒酿一同捣烂, 再炒热敷之, 一夜即效。

2. 头风头痛: 酒酿2两, 白芷、川芎各2钱, 隔水炖一沸, 去药渣吃酒酿, 每日1次, 睡前服之。

3. 天花、水痘初起: 荸荠3至5个, 捣汁和入酒酿2两, 隔水炖温(不可太热)服之。

4. 急性扭挫伤: 酒酿、鲜生地适量共捣烂, 炖热敷患处, 每日1次。

锅 粩

锅粩，俗称饭焦。

〔性味〕甘、淡、平。

〔成分〕含淀粉。

〔功用〕厚肠胃，助消化。

〔便方〕1. 饭食成积，伤寒食复（病后消化障碍，食积腹痛），焦锅巴炒成炭，研细末，每服1至2钱，温水送服。

2. 胃弱、慢性胃炎、饱闷不思食：锅粩焦2两，砂仁、小茴香、橘皮、花椒、茅术各2钱，共研细末，每服1至2钱，一日2次。此方名“五香锅粩散”，有开胃助消化之功。

3. 老人、小儿脾虚，消化不良，久泻不愈：锅粩炒黄一斤，山楂肉炒焦2两，山药4两，砂仁1两，共研细末，每服3钱，白糖调服，一日2次。

红 麴

红麴，或叫赤麴，系酿造中的副产品，不仅烹调食物用以着色，并入药。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕含淀粉酶、胡萝卜色素类。

〔功用〕健脾消食，活血化痰。

〔便方〕1. 妇人产后瘀血不下、腹痛：红麴3~4钱，加黄酒煎汁，乘温服下。

2. 湿热泄痢（急性肠炎）：红麴5钱，炒研细末，合六一散（飞滑石6份、生甘草1份组成）等分，每服2~3钱，米汤送服，一日3次。

3. 妇人血气心腹痛：赤麴、香附、乳香等分，共研细末，每次1钱，温黄酒送服；一日3次。

4. 小儿头疮、黄水疮：红麴炒研细末，麻油调敷患处，一日2次。

鸡

鸡的药用部分有：鸡蛋、蛋壳、蛋黄、鸡肝、鸡肫皮（鸡内金）、雄鸡冠、鸡血……等。

〔性味〕 鸡肉：甘、咸、平。鸡蛋：甘、平。

〔成分〕 鸡肉含蛋白质，脂肪。鸡蛋含蛋白质，脂肪，维生素A、B、C、D，烟酸。蛋黄含卵磷脂，胆甾醇。

〔功用〕 补益五脏，治脾胃虚弱。鸡蛋蛋白外涂解热毒红肿，生服解胡蔓草毒。蛋黄治心悸怔忡，蛋黄油生肌长肉。鸡蛋壳壮骨制胃酸。喜蛋（孵化成鸡胚的蛋）补虚损、治眩晕。鸡肝明目治夜盲。鸡苦胆治百日咳。鸡肫皮助消化。雄鸡冠调经。鸡血治出血和喘咳。

〔便方〕 1. 误吞盐卤：急取生鸡蛋白搅拌，大量灌服。

2. 心脏病脉搏间歇：蛋黄油，每日约一毫升（或将油装入胶囊中吞服）一日分2次服。

3. 胃酸过多，胃、十二指肠溃疡疼痛：鸡蛋壳焙燥研极细末（越细越好），每次1钱，饭前以温水送服，一日2至3次。

4. 胃痉挛：新鲜大鸡蛋12个，打碎搅和，加冰糖1斤，黄酒1斤，一并熬成焦黄色，每次食前服一大匙，一日3次。

5. 浸润型肺结核：鸡蛋壳5至6个研细，再加入鸡蛋黄5—6个，搅和后置搪磁(或陶器)锅内，于炭火上炒拌至焦黑色，即有褐色之油渗出，将油盛在盖碗内备用。每次饭前1小时服3至5滴，或盛入胶囊内，每次服2个胶囊，一日3次。

6. 气管炎咳嗽、哮喘，百日咳：鸡苦胆2至4个(小儿1个)，取胆汁烘干，白糖拌和，一日分2次服，连服5天为一疗程。据报导曾治疗32例，效果良好。

7. 头晕眼黑，腰脚无力：喜蛋(孵化胚胎)煮熟以少许食盐蘸食。每次饭前1个，一日2至3个。

8. 妇女月经不调：每天煮食雄鸡冠(未经阉割的)2个，每月服3至5次。

9. 妇女功能性子宫出血：取健康(无腹泻的)公鸡，抽取鲜血20毫升，立即乘热饮服，每日2次。

(据北京某医院观察，鸡血对支气管炎，哮喘，溃疡病，慢性肝炎等有较好的疗效。但鸡血注射易引起过敏反应，口服效果亦好。鸡血取法：用健康无病的公鸡，拔去翅膀下的毛，露出静脉，以消毒注射器抽血，每次可抽15至20毫升，此鸡隔10至15天后，可再抽)。

10. 妇女宫颈糜烂：取新鲜鸡蛋，先以碘酒或酒精消毒蛋壳，然后刺破一端，将蛋清(不要蛋黄)倒入消毒过的器皿内，在晚上用生理盐水拭洗阴道后，以棉球蘸蛋清塞至子宫颈处，次日取出，连用5日为一疗程，必要时可连续治疗2至3个疗程。据报导治疗32例，治愈18例，好转7例，未坚持治疗者7例。(《中华妇产科杂志》57年第四号)

11. 烫火伤，冻疮溃烂久不收口：鸡蛋黄油外涂，有促

进愈合之效。

12. 下肢溃疡，痔瘘漏管：清洁患部后，涂以鸡蛋黄油，可促使愈合。

13. 神经性皮炎：新鲜鸡蛋3至5个，放入大口瓶内，泡入好浓醋，以浸没鸡蛋为度，密封瓶口，静置10至14天后，取出蛋打开，将蛋清蛋黄搅和，涂患处皮肤上，经3至5分钟，稍干再涂1次，每日2次，如涂药期间皮肤发生刺激现象时，减少涂药次数。据报告，治疗32例，治愈率达70.9%。

14. 小儿疳积，食积腹胀，遗尿：砂炒鸡内金、炒山楂、枳壳、白术等分共研末，炼蜜为丸，每服1至2钱，一日2次。

15. 鸡盲、夜盲，小儿疳眼（角膜软化症）：每天取鲜鸡肝1至2个，在沸水中烫20分钟，以食盐或酱油蘸食，连吃3至5天为一疗程。

16. 咳嗽不止：鸡蛋1只，去壳，连黄、白打碎，另用白糖1~2匙，水半碗，煮沸，乘热将蛋冲入，搅和，随即加入生姜汁少许，搅匀服之，每日早晚各一次。

鸭

鸭，原名鶩，或称家凫。老鸭、鸭蛋、松花鸭蛋，均作药用。

〔性味〕甘、咸、微寒，无毒。

〔成分〕鸭蛋含蛋白质，卵磷脂，维生素A、B，烟酸。

〔功用〕皮蛋：清凉，明目，平肝。

〔便方〕1. 高血压：每日吃皮蛋2~3个，不用咸味，淡吃，或用糖醋蘸食。

2. 鼻衄，头胀头痛：青壳鸭蛋10个，马兰头半斤，同煮，蛋熟后，将壳敲碎，再煮至蛋呈乌青色，每日适量，吃蛋喝汤。

3. 慢性肾炎、浮肿：取三年以上绿头老鸭1只，去毛剖腹去肠杂，填入大蒜头4~5球，煮至烂熟，(不加盐或略加糖)，吃鸭、蒜并喝汤，可隔若干天吃一只。

雀

雀，俗呼麻雀。麻雀屎名白丁香。雀肉、雀卵、白丁香均供药用。

〔性味〕酸、甘、温，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、无机盐类(磷、钙、铁等)。

〔功用〕壮阳，暖腰膝，缩小便，治崩带。

〔便方〕1. 小儿百日咳：麻雀之脚，烧存性，研细末，每日2钱，分2次温汤送服。

2. 眼结膜炎，角膜生翳：白丁香研极细末，加冰片少许研匀，乳汁调如糊，取少许点眼，一日3~5次。

3. 阳痿：麻雀肉煮食，一日3~5只、或食雀蛋，每天十个。

燕 窝

燕窝，是我国海南岛、东沙群岛、南沙群岛、西沙群岛的金丝燕每年产卵前所做的窝，金丝燕以海蛤、小鱼等为食，产卵前口吐胶质，做成燕窝。有毛燕窝，白燕窝，血燕窝，

燕根等。初次做的有毛，渔民把它采了，燕就再做，二次做的没有毛，是白燕，若再被采去，因快要下蛋了，这时吐出的胶质，带有血丝，有的只做了一条边，蛋就掉下来跌碎了，这些就是血燕或燕根。燕窝都做在悬崖峭壁石洞间，采亦不易。旧社会，渔民在反动统治和渔霸压迫下，生活困难，见了就采。现在，计划生产，每年只在雏燕离窝后采一次，这样，保护了海燕繁殖，又增加了生产，供应外销。为珍贵食品，并作药用。

〔性味〕甘、淡、微咸、平，无毒。

〔成分〕燕窝的成分为蛋白质，其中的主要成分为：精氨酸、胱氨酸、二盐酸、组氨酸、色氨酸、酪氨酸，此外为糖、无机盐类。

〔功用〕补肺养阴，发痘疹，缩小便，治虚劳。

〔便方〕1. 老年慢性支气管炎，肺气肿，咳喘咯血或肺结核咯血：燕窝、白芨各2钱，慢火炖极烂，过滤去渣，加冰糖适量、再炖，每日早晚各服一次。

鹅

鹅，一名家雁，首载于《名医别录》。李时珍说：江淮以南多畜之，有苍白二色，白鹅、苍鹅性能相同。鹅的血、胆、油等均供药用。

〔性味〕肉：甘、平。血：咸、平。胆：苦、寒。

〔成分〕鹅肉含蛋白质，脂肪，维生素A、B，烟酸，糖。鹅蛋含蛋白质，油脂，卵磷脂，维生素，钙、镁、铁等。

〔功用〕鹅血为解毒药，古时用以解沙虱、射工毒，治噎

膈。鹅胆解热，止咳，消疮痔。鹅油治皲裂。鹅涎治骨刺咽喉。

〔便方〕1. 晚期血吸虫病：生鹅血半杯，加少许热黄酒饮服，每日1至2次。此方连续服用，有改善体征、消除腹水、缩小肝脾之效。对血吸虫病侏儒症，有促使发育之功。

2. 噎膈翻胃：饮服生鹅血（服法同上）。

3. 慢性支气管炎，咳嗽气喘：鹅胆，每次吞服1个，一日2次。（最近沈阳生物制药厂等单位生产“鹅去氢胆酸”，用来治疗慢性支气管炎。沈阳某医院，某矿务局总医院等在治疗研究中）。

4. 手足皲裂：鹅脂涂擦患部，一日2至3次。

5. 绝育方：血管鹅毛（鹅毛拔下后，毛管带血者）烧存性，百草霜（烧野草灶的锅底灰）等分，共研细末，每服1钱，于月经过后温黄酒调服。

羊

羊的种类较多，有山羊、绵羊、野羊等。陶宏景说：“羊有多种，入药用以青色羖羊（雄性山羊）为胜，次则乌羊。”又说“羖羊，北人引羊群以此为首，谓之头羊。”李时珍说：“生江南者为吴羊，毛短；生秦晋者为夏羊，毛长，剪毛为毡，又谓之绵羊”。羊各部分都可作药用。

〔性味〕肉：热。血：咸、平。肝：苦、寒。角：咸、温。

〔成分〕肉含蛋白质，脂肪，糖，无机盐，维生素A、B，烟酸等。肝含蛋白质，脂肪，糖，无机盐，烟酸及维生素A、B、C。

〔功用〕羊肉暖中补虚，开胃健力。羊血解胡蔓莽草毒。羊肝养肝明目。羊角为有效的平肝熄风药，主治头风、头痛及小儿惊搐风痲，功用与羚羊角相似。

〔便方〕1. 产后血虚、腹痛、褥劳（包括产褥中虚损、贫血、血枯经闭，俗称干血癆等）；当归、生姜各3至5钱，精羊肉1块（约3至4两），同煮，吃肉喝汤，每日1次。（《金匱要略》产后门）

2. 误食钩吻及毒菌等中毒：山羊血大量灌服，有解毒急救之效。

3. 青盲，头风，疳眼（包括白内障、角膜炎、夜盲等）；羊肝2至3两，谷精草、白菊花各4至5钱，煮服，每日一剂。

4. 肝阳头痛，痉挛，抽掣，小儿惊痲，妇女产后中风等。山羊角削片或研末，取1两，水煎服。此与羚羊角功效相似，为有效的镇静镇痉药。

5. 血小板减少性紫癜，再生不良性贫血；生羊胫骨（即羊四肢的长骨）1至2根，敲碎，加红枣10至20个，糯米适量，同煮稀粥，一日2至3次分服，15天为一疗程。

6. 腰痛，筋骨痛：羊胫骨炙至焦黄色，研极细末，每次食后以温黄酒送服1至2钱，一日2次。

7. 流行性乙型脑炎，高热神昏，谵语抽风：山羊角1两，钩藤2至3钱，水煎服。或配于对症处方中煎服。

牛

牛，有黄牛、水牛，以及我国青藏高原的牦牛，本草称毛犀

等。牛肉、牛角、牛黄、牛肝等均可作药用。最著名的如牛黄，医疗功用较著，牦牛角和犀牛角性能相近，水牛角也有类似性能。

〔性味〕肉：甘、温，无毒。水牛角：苦、寒。牦牛角：酸、咸，无毒。牛角腮（角内嫩骨）：苦、温。牛乳：甘、微寒。

〔成分〕肉含维生素A、B，烟酸，蛋白质，脂肪，无机盐等。牛乳含维生素A、B，烟酸，蛋白质，脂肪，糖等。

〔功用〕牛肉：补中益气，滋养脾胃，强健筋骨，消水肿。水牛角：主治时气、热毒、风火头痛、吐血鼻衄。牦牛角：主治惊痫热毒、诸血热病。牛黄：镇痉、镇静、清心、退热、解毒。牛蹄甲：能止血、消瘀、接骨。牛角腮：止妇女崩漏带下。牛乳：止渴、养心肺，润皮肤。黄明胶（牛皮胶）：滋阴，补血，止血。牛鼻：安胎、治腰痛。百草霜（牛粪）：治肝炎、黄疸。

〔便方〕1. 脾虚久泻甚至脱肛、面浮足肿、脉弱者：黄牛肉煮浓汁喝，有健脾止泻之功（古方有“霞天膏”治脾虚久泻，即系黄牛肉熬制而成）。

2. 久泻久痢，妇女崩漏、带下不止：牛角腮烧存性，研细末，红糖水送下，每服1至2钱，一日2次。

3. 怀孕妇女腰痠腹痛、漏红，习惯性流产：牛鼻丸，每服2钱，一日2次（牛鼻丸处方：当归、川断、杜仲、白朮各2两研末，牛鼻一个煮烂为丸。牛鼻丸为中成药，江苏苏州中药房曾有供应）。

4. 流行性乙型脑炎，高热惊厥：水牛角片，3岁以内每日1两，3岁以上每日2两，水煎2小时，一日2至3次分服。一般用药一周以上，或用到病人完全清醒时为止。曾治疗49例，全部治愈（天津药物研究所资料）。

5. 乙脑壮热、鼻衄、大便色黑，血分热毒：用水牛角代

替犀牛角配方，但其用量为犀牛角之十倍。曾用牛角汤和脑炎汤（牛角、石膏、板蓝根等）治疗35例，治愈率为71.4%（广东佛山资料）。

6. 小儿高热惊搐（包括流脑，乙脑等）：京牛黄2至4分，研细粉，以生石膏、大青叶各1两，煎水送服，一日2次分服。或牛黄2分，陈胆星1钱，朱砂5分，天竺黄1钱，共研匀。5岁以上者，每服2至3分；5岁以内者1至2分。以鲜石菖蒲煎汤送服，一日2至3次。

7. 急性黄疸型传染性肝炎：百草霜（黄牛粪）晒干或烘干，取3斤于水中泡2小时，再加水煮沸，充分搅拌，过滤去渣，加陈皮5两，再煎浓，然后加白糖2斤，约得2,500毫升，装瓶备用，每服25—50毫升，一日2次（黑龙江资料）。

8. 原发性血小板减少症：水牛角1至2两，削成薄片，加水煎2小时，一日2至3次分服。疗程两周至1个月。上海儿童医院治疗20例，患儿年龄1岁半至11岁，服药期间均未用激素，结果绝大部分病例在一周内控制症状。治疗后随访，在2至7个月内，大多数未见症状复发。

9. 青腿牙疳（包括出血性紫斑、齿龈出血等）：黄明胶3至5钱，加适量水，炖热溶化后，加入黄酒少许搅和，一日2次分服。

10. 慢性支气管炎，咳嗽哮喘：牛胆汁干燥粉，装入胶囊，每次食后服2至3丸，一日2至3次。

11. 跌打损伤，瘀血腹痛，腰痛，筋骨痛：牛蹄甲1两，文火煮3至4小时，冲入黄酒少许，一日2次分服。

12. 火灼伤：据国外资料报导，一妇女被火灼伤手臂，痛不可忍，她立即把手伸入旁边冷藏的牛奶桶内，其后医生观察，发现灼伤处伤势意外地减轻了，此后该医生在诊治灼

伤病人时，即用在牛奶里浸过的纱布敷于伤口，果然很快见效。

13. 电光性眼炎：用新鲜牛奶点眼。

马（蹄甲、马宝）

马蹄甲，即钉马蹄铁时削下来的角质，马宝即马的肠结石，又名酢答。马蹄甲、马宝、马乳等均入药。

〔性味〕马蹄甲：甘、平，无毒。马乳：甘、温，无毒。

马宝：甘、咸、平，无毒。

〔成分〕马乳：含糖，维生素A、B，烟酸，蛋白质，脂肪等。

〔功用〕蹄甲止血、止带。马宝定惊。马乳治消渴。

〔便方〕1. 妇女月经过多，带下不止：马蹄甲烧存性研细末，每服2钱，一日2次，米汤送下。

2. 糖尿病、消渴善饥：马乳2~3杯，一日分2~3次服。

3. 小儿癫痫，妇女瘵病、惊厥：马宝1~2分（小儿酌减），研细末，一日2~3次，凉开水送服。

鹿

鹿肉可食，入药则主要为鹿茸及角。鹿角是公鹿所生的角，其未成熟的幼角叫鹿茸。用鹿角熬炼的胶为鹿角胶；熬胶所余之渣质名鹿角霜，均入药用。鹿有梅花鹿，马鹿两种。

马鹿体较大，药用以梅花鹿之角及茸为佳，但马鹿之茸，角与其性能亦相似。

〔性味〕咸、温，无毒。

〔成分〕鹿角含胶质、磷酸钙、碳酸钙及含氮物质等。鹿茸的水溶性浸出物中含有多量胶质。其灰分中的成分为钙、磷、镁等。梅花鹿茸还含有卵巢激素样物质即雌酮。

〔功用〕鹿茸：疗虚劳，益精气。鹿角：强骨髓，补腰肾，通乳汁。主治恶疮痈肿，折伤，腰脊痛。鹿肉：为滋补强壮品，中药有“全鹿丸”成药。

〔便方〕1. 吹乳，乳汁不通，乳房胀痛：鹿角片砂炒研极细末，以热黄酒送服。每服1钱，一日2次。

2. 腰脊痛不能转折：鹿角片砂炒研细末，每服1至2钱。另以牛膝、川断、杜仲各2钱煎汤送下，一日2次。

3. 腰脚痿软，小便频数，虚劳盗汗，梦遗滑精：鹿角霜（或鹿角粉）、生龙骨、煅牡蛎等分研细末，炼蜜为丸，以盐汤送服，每服2钱，一日2次。

4. 跌打伤筋骨疼痛：鹿角霜研细，以热黄酒送服，每服1至2钱，一日2次。

5. 痈疽恶疮，骨疽痿管（包括骨结核、骨髓炎、寒性脓疡等）：鹿角尖水磨取其浓汁，每服1钱，黄酒调服。

6. 出血性紫癜，牙龈出血：鹿角胶3钱，加黄酒和水半杯，隔水炖化后，一日2次分服。

驴皮胶

驴皮胶，一名阿胶。原产山东阿县，系用阿县井水熬煮黑

驴皮制成的，故有此名。今江苏之太湖，浙江之西湖等处清流泉水，均用以制胶。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕阿胶含赖氨酸、精氨酸、组氨酸、胱氨酸等，其中以赖氨酸含量为多。其总氮含量为16.5%；另钙含量为0.11%，硫含量为2.1%。

〔药理〕动物实验证明，在创伤休克危急期，已经补液等抢救措施仍难挽救其生命时，再用精制驴皮胶制成的注射液注入，能使极低血压上升，转危为安。

〔功用〕调经，止血，养肝，滋肾。

〔便方〕1. 出血性紫癜：阿胶1两，加黄酒和水适量，于水锅上炖溶化后，调入赤砂糖适量，一日2次分服，连服7天。

2. 功能性子宫出血：阿胶5钱，当归、川芎、白芍、生地各2钱，水煎，一日2次分服，连服7~10剂。

猪 肤 猪蹄脚

猪肤即猪皮。张仲景《伤寒论》中有“猪肤汤”方，本草有“悬蹄甲”，民间使用中草药往往用猪蹄脚同煮服。猪皮、猪蹄脚均可作药用。建议肉类加工厂综合利用，收集猪蹄甲（猪脚爪外壳）加工煎炼成动物胶，扩充胶源，减轻阿胶供应紧张。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕猪皮及猪蹄脚均含蛋白质、脂肪，并富含动物胶质。

〔功用〕和血脉，润肌肤。治吐血、衄血，妇女血枯，经水不调，崩中漏下。

〔便方〕1. 血友病，鼻衄，齿衄，紫癜：猪皮1块或猪蹄脚1个，红枣10至15个，同煮至稀烂，每日1剂。

2. 妇女产后贫血，乳汁缺乏：猪蹄脚1至2只煮服(加少量食盐)。

3. 失血性贫血，痔血，便血，妇女崩漏下血：猪皮2至3两，加水及黄酒少许，用文火久煮至稀烂，以红糖调服。

4. 疲劳过度引起耳鸣耳聋：猪皮、香葱各2至3两，同剁烂，稍加食盐，蒸熟后一次吃完，连吃3天。

5. 糖尿病，口渴、尿多、饥饿：新鲜猪胰子1条，洗净于开水中烫至半熟，以酱油拌食，每日1条，有胰岛素作用。

6. 老烂脚：用豨猪汤(杀猪退毛的水)，乘热洗患处，每天1次，连续洗一个月。

7. 百日咳：猪胆粉每次1分，一日2~3次，糖水送服(胆粉加工法：猪胆汁烘干、研粉，此粉7两3钱，与等量淀粉，白砂糖1斤，混合研匀即得)。

狗

狗，《本经》列为中品，李时珍云：“狗类甚多，其用有三，吠犬长喙善猎，吠犬短喙善守，食犬体肥供馐，凡本草所用，皆食犬也”。

〔性味〕狗肉：咸、酸、温，无毒。

〔功用〕安五脏，暖腰膝，益气力。

〔便方〕1. 老年体弱、腰疼足冷：腊月取狗肉煮食。

2. 慢性疟疾，四日两头疟，久久不止：取黄狗肉煮食。

3. 男子肾虚腰痛，女子带下崩漏：黄狗肾(睾丸)焙燥，

研细末，每服5分，一日2次，温酒送服。

刺猬皮

猬，《本经》列为中品，一名猬鼠，肉可食，猬皮入药，名刺猬皮。

〔性味〕苦、平，无毒。

〔功用〕主治五痔，肠风，带下赤白。

〔便方〕1. 肠红下血，久痢脱肛：刺猬皮烧存性，研细末，每服1钱，米汤送服，一日2次，食前服。

2. 遗精、滑精：刺猬皮烧存性，花龙骨等分，共研细末，蜜丸如小豆大，每服1~2钱，一日2次，食后服。

3. 反胃吐食：刺猬皮砂炒，研细末，高良姜等分，研和蜜丸，每服2钱，一日2次，食前服。

兔

兔，有家兔、野兔，其毛又有灰、白、黄色等，其肉可食，兔脑、兔肝、兔屎均供药用，以野兔为佳。

〔性味〕兔肉：辛、平，无毒。

〔功用〕兔脑：催生，治冻疮。兔肝：明目，治头晕。兔屎治劳瘵，疳眼，去浮翳。

〔便方〕1. 难产由于阵缩无力者：腊月取兔脑捣烂，同透明乳香适量研和做成丸子，每丸约重1钱（阴凉干燥保存），临产时胎儿迟迟不下，即研1丸，热黄酒送下。胎仍不下可再服1~2丸。

2. 疳眼，夜盲：鲜兔肝1~2具，开水中烫至半熟，以

酱油沾食，每日1次。

3. 疳癆目昏、潮熱盜汗，兔屎49粒，干蟾蜍1个，烧存性，共研末，蜜丸如小豆大，每服7粒，一日2~3次，甘草汤送服。

鲤 鱼

鲤鱼，有赤鲤、黄鲤、白鲤等品种，性能相似。《神农本草经》列之为上品。陶宏景说：“其鳞从头至尾无大小，每鳞有小黑点，为诸鱼之长，为食品上味。”

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，钙，磷，铁及维生素A、B，烟酸等。

〔功用〕营养、催乳、健胃、利尿。对于黄疸、水肿，尤其对怀孕妇女的浮肿、胎动不安有效。

〔便方〕1. 妊娠水肿，胎动不安：鲤鱼1条去肠杂，不去鳞，加入赤小豆2两，略加姜醋，清炖或煮汤，喝汤，亦可吃鱼。

2. 产后乳汁缺少：鲤鱼一条，煮汤服。

3. 慢性肾炎，浮肿不退：大鲤鱼一条，去肠杂，不去鳞，用大蒜瓣填入鱼腹，以纸包好，用线缚定，外以黄泥封裹，于灰火中煨熟，取去纸泥淡食，一日吃完，小便利，肿自消。

黄 颡 鱼

黄颡鱼，一名黄颡鱼或黄鲃(音轧)鱼，无鳞，长十余厘米，青黄色，具褐色斑纹，口宽，下位，须四对，背鳍、胸鳍各具一硬刺，生活于江湖底层，我国各地均产。

〔性味〕甘、平，微毒。

〔功用〕利小便，消水肿，祛风、醒酒。

〔便方〕1. 水气浮肿(急性肾炎，肾病综合症等)：黄颡鱼3尾，绿豆1小杯，大蒜头1个，水煮烂，去鱼，食豆、并喝其汤，不能用盐。

2. 瘰疬溃烂：黄颡鱼1尾，剖去肠杂，纳入蓖麻子20粒，黄泥封固，放炭火中煨存性，去泥，研细末，以菜油调涂，一日2次，用前先用食盐水洗涤拭净患处。(此方亦可用治下肢溃疡。)

黄花鱼

黄花鱼，一名石首鱼，简称黄鱼。李时珍说：“生东海中，形如白鱼，扁身，弱骨，细鳞，黄色如金，头中有白石两枚，莹洁如玉，故名石首鱼。”

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖，维生素A、B，菸酸等。

〔功用〕开胃益气。头中鱼脑石能下石淋(尿路结石)，主治小便淋漓不通，解野菌毒。腹中白鳔可作鱼胶，有止血之效，能防治过敏性出血紫斑病。

〔便方〕1. 砂石淋，小便不通(包括肾结石、膀胱结石等)：鱼脑石2至3粒，磨水服。或焙燥研成极细末，以温水送服，每服3至5分，一日2次。

2. 误食野菌中毒，腹痛、呕吐或泻下：鱼脑石3至5钱，煎浓汤，以菹菜汁同服。或鱼脑石与黑豆、甘草适量煮成浓汤，大量灌服。

3. 出血性紫癜,鼻及齿缝流血:黄鱼鳔4两,放于锅内,加水,用慢火炖一日,时时搅拌,使全部溶化(如溶不净,可捞去残渣)。全料分作4日量,每日2次分服,服时需再加热(山东资料)。

4. 肾亏腰痛,腰膝无力:鱼鳔胶、鹿角片等量,砂炒至色黄松脆,共研细末,以黄酒或葡萄酒送服,每服1钱,一日2至3次。

5. 慢性鼻炎,鼻窦炎(鼻渊):鱼脑石5钱(煨存性研末),冰片3分,混和研匀,吸入鼻内,一日2~3次,用前需先以盐水洗涤鼻腔,拭干后再吸入。

鲋 鱼

鲋鱼,原名鳊鱼。可蒸食,肉味鲜美为江南席珍,亦入药用。

〔性味〕甘、平,无毒。

〔成分〕含蛋白质14.44,脂肪11.14,以及糖类,钙,磷,铁。

〔功用〕补虚劳,益脾肺,宜小儿及妇女产后食之。

〔便方〕火烫伤:鲋鱼蒸后,以其流下之油,涂伤处甚效。

鲫 鱼

鲫鱼,一名鲋鱼,收载于《名医别录》。供食用,亦作药用。

〔性味〕甘、温,无毒。

〔成分〕含蛋白质13%，脂肪1.1%，以及糖类，无机盐，维生素A、B，菸酸等。

〔功用〕主虚羸，温中下气。主要用于利尿，治水肿；烧存性治疗胃肠道出血及呕吐反胃；外用解毒、消炎、治痈疮。

〔便方〕1. 体虚浮肿（包括慢性肾炎、营养不良性浮肿等）：大活鲫鱼一条，去肠杂，另用商陆（切如豆粒大）、赤小豆各四钱，填入鱼肚内，用线缚定，放锅内（不用盐，可加糖少许）加水，煮至熟烂，不吃鱼，只饮其汤，间日服一剂，共服3至4剂，小便利即愈。

2. 肠风下血，噤口血痢，走马牙疳，齿龈衄血：大活鲫鱼1条去肠留鳞，五倍子、明矾各2钱研末，填入鱼腹，以黄泥封固烧存性，研为细末（或为丸），以黄酒送下，每服1钱，一日3次。

3. 翻胃吐食：大鲫鱼1尾，去肠留鳞，鱼腹填入苍术4钱，绿矾（皂矾）2钱，黄泥封，烧存性研末，每次米粥汤送服1钱，一日2次。

4. 膈气呕吐（包括胃或食道癌初期）：大活鲫鱼1尾，去肠留鳞，大蒜切细，填入鱼腹，纸包泥封，烧存性，研成细末（或为丸），每服1钱，以米汤送下，一日2至3次。

5. 一切恶疮，疔疮，翻花疮（乳癌）：（1）取大活鲫鱼肉，加食盐少许，捣烂，敷于患处，每3至4小时更换1次。（2）各种疮疖，痈疽：鲫鱼膏涂在纸上或布上敷贴患部，每日更换1次。

（鲫鱼膏制法：取鲫鱼（小鲫鱼）3至4两，麻油1斤，先将麻油煮沸，然后投入小鲫鱼，熬至鱼枯后，去渣过滤，加入黄蜡适量，俟其溶化后离火，冷凝即成软膏备用）。

6. 小儿麻疹初期，或麻疹透发不快：清炖鲜活鲫鱼(可加盐少许)，令小儿喝汤吃鱼，可使麻疹透发良好，早发早回、缩短病程、避免并发病。

7. 产妇乳汁缺少：鲜活鲫鱼1尾(约3至4两)，与猪蹄爪1个同煮，连汤食之。每日1剂，连服2至3剂，可使乳汁如泉涌。

8. 妇女崩中带下(包括子宫癌等)：鲫鱼或鲤鱼等鱼鳞甲，文火熬成鱼鳞胶，每服1两，以温酒兑水化服(四川民间资料)。

(按：此种鱼鳞胶不仅能治崩中带下，且对于血友病以及出血性诸症均有良好作用。建议水产部门、鱼类加工厂综合利用，收集鱼鳞，熬制鱼鳞胶，供应医药部门，为劳动人民医疗服务。)

9. 妇女血崩：活鲫鱼1尾(约长4至5寸)，去肠杂，腹内纳入当归3钱，血竭、乳香各1钱，泥封烧存性，研成细末，用温黄酒送服。每服1钱，一日2次。

10. 腹水，浮肿(慢性肾炎、肝病腹水等)：活鲫鱼1条，去肠不去鳞，冬瓜1个，切开一头，去内瓤及子，将鲫鱼放入，略加姜、葱、黄酒，再加入赤豆1两，用切开之盖盖好，以竹签钉牢，放砂锅内，加水，炖3~5小时，喝汤、吃鱼及瓜，最好淡吃，或吃时略加糖醋，每日一剂，连吃或间日吃一剂，七剂为一疗程。

鲈 鱼

鲈鱼，一名四鳃鱼。江南水乡各地均产。

〔性味〕甘、平，有小毒。

〔成分〕蛋白质17.82%，脂肪1.62%，以及糖类，灰分，钙，磷，铁，维生素A、B。

〔功用〕滋补，益筋骨，和肠胃，治水气。

〔便方〕妇女妊娠水肿、胎动不安：鲈鱼作羹食之。

青 鱼

青鱼，一作鱖。收载于宋·《开宝本草》，苏颂说：“形如鲩，而背正青色”。青鱼肉肥美。青鱼胆在腊月收之，可阴干入药。

〔性味〕青鱼胆：苦、寒，生吃有毒。

〔成分〕青鱼含蛋白质，脂肪，糖类，维生素，钙，磷，铁，镁等。

〔功用〕胆：清热解毒；鱼鳞胶：止血。

〔便方〕1. 皮肤湿疹，有炎性渗出物，久治不愈者：青鱼胆汁拌和黄柏粉末，晒干研细，用纱布包裹扑敷患处。

2. 急性咽喉炎，扁桃体炎：青鱼胆干粉、青黛等分，共研细末，作吹喉剂，一日2至3次。

3. 腮腺炎，丹毒：上方用麻油调涂。

4. 紫癜、齿缝出血、鼻衄：鱼鳞胶，每日3~5两，用麻酱油拌食（鱼鳞胶的制法：取青鱼、鲤鱼、鲫鱼等大鳞鱼刮下的鱼鳞适量，淘洗后投入适量沸水中，煮2~4小时，过滤去渣，略加黄酒、生姜、食盐、味精，放置一夜后、冻如明胶样，切成小块，大量生产，可仿阿胶制法）。

5. 慢性中耳炎：青鱼胆（烘干）2钱，枯矾2钱，黄连粉1钱，冰片6分，共研极细末，玻璃瓶密贮。用前先将耳内脓液用药棉卷净，并用食盐水冲洗，拭干，然后将药粉均匀吹入，每日1次，注意要将药粉吹入中耳，但切勿过多，

致药粉堵塞耳道，影响疗效。

乌 贼 鱼

乌贼，原名乌鲷，早在《素问》中已见其名，并收载于《神农本草经》，列入上品。乌贼骨药材名海螵蛸。

〔性味〕 咸、微温，无毒。

〔成分〕 乌贼骨含碳酸钙。

〔功用〕 乌贼骨是一种良好的和胃制酸药，有收敛止血作用。

〔便方〕 1. 胃及十二指肠溃疡，胃酸过多：乌贼骨适量，研成极细末，糖水调服。每服1钱，一日2至3次。

2. 肺结核咯血：乌贼骨3钱，白芨3钱，藕节5钱，水煎去渣，加蜂蜜调服，一日3次分服。

3. 小儿软骨病：乌贼骨3钱，龟板4钱，茜草根2钱，水煎加红糖，一日2至3次分服。

4. 创伤出血，皮肤湿疹，下肢溃疡：乌贼骨研极细末外用。

黑 鱼

黑鱼，原名鱧鱼。《神农本草经》列为上品。李时珍说：“鱧首有七星，形长体圆，头尾相等，细鳞，色黑，有斑花纹，颇类蝮蛇，形状可憎，南人珍食之。”

〔性味〕 甘、寒，无毒。

〔成分〕 含蛋白质17%，脂肪1.7%，以及糖类，无机盐，

维生素A、B，菸酸等。

〔功用〕补脾益胃，利水消肿，治湿痹、脚气、妊娠水肿。

〔便方〕1. 肾脏病及心脏病性水肿，营养障碍性水肿，孕妇水肿，脚气浮肿：大黑鱼去肠留鳞洗，冬瓜等量，再加少许葱白、大蒜同煮，不加盐，喝汤吃鱼，每日1剂，连吃3至7天。

2. 慢性肾炎或肾病综合症，浮肿不退：大黑鱼1尾(约重1斤)，去肠留鳞，于鱼腹中放入大蒜瓣及赤小豆填满鱼腹为度，以厚粗纸包裹数层，缚定，先于清水中浸至内外湿透，然后放在灰火中煨熟。取出淡食或蘸糖醋少许食之，一日分数次吃完，连吃数天。

鳊 鱼

鳊鱼，又名桂鱼。食之味美，并作药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质19.29%，以及脂肪，灰分，钙，磷，铁，维生素A、B，菸酸等。

〔功用〕补虚劳，益脾胃，治肠风下血。

〔便方〕1. 咽喉骨鲠或竹木刺入喉：腊月收鳊鱼胆，悬檐下风干，每用如小豆一粒，黄酒煎服之。

2. 小儿软疖(疖之化脓者)：生鳊鱼尾贴之。

鳊 鲮

鳊鲮，俗称白鲮。李时珍说：“其状如蛇，背有肉鬣连尾，

无鳞，有舌，腹白背青，大者长数尺，脂膏最多。”

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪及维生素A。鳃油成分大部为软脂酸，其他尚有肉豆蔻酸、硬脂酸、十六烯酸（或称鳕酸）、鳕鱼酸及十四烯酸等。

〔功用〕主治肺癆，小儿疳癆，肺结核及神经衰弱等。

〔便方〕1. 肺结核，淋巴结核，腺病体质的虚弱小儿，神经衰弱：鳃鱼烧存性，研细（或做成丸剂），每服1至2钱，一日2次。或经常煮食。

2. 肺病潮热，小儿疳癆，慢性肺炎：鳃鱼油加食盐少许，每服半匙，一日2次，食后服。

鳃鱼油制法：活大鳃鱼数条，清水漂洗，先于锅中煮沸清水，再将活鳃鱼投入，加盖煮2至3小时，鳃油浮于水面。取油备用。或将鳃鱼切成寸段，纳于铁皮筒内（筒长6至7寸，大如竹管），筒的一头用泥封固，另一头用铁丝绕成团塞住，将铁皮筒架在炭火上烧，塞铁丝的一头向下，筒口以碗承之，俟烧至鳃鱼焦时，鳃油即向下流入碗中，烧至油尽鳃枯成炭为止。鳃炭及油均可作药用。

3. 瘰癧，痔瘻，流痰，阴疽（相当于结核性瘻管）久不收口：清拭患部，以鳃鱼油涂搽或注入瘻管，一日2至3次，有促使愈合之效。

4. 小儿疳眼（角膜软化症），夜盲症：生鳃鱼肝脏，草决明子细末适量，捣和为丸，如小豆大，每服1钱，一日2次，食后服。

5. 白癜风（白驳），生于头面、逐渐扩散，癬疮，白秃，热鳃鱼油搽擦患部，每次搽3至5分钟，一日2次，七至十天为一疗程。

注：鳃鱼治疗结核病，我国古代有丰富的经验记载，日华诸家本草称其主治尸癆（肺结核）。唐·孟诜说，“主治五痔，疮癩，诸疮漏痢（包括淋巴结核，肛门结核）”。宋·苏颂说，“以五味食治久病劳瘵”。梁·陶宏景用之治诸瘰癧。宋·《圣惠方》用之治骨蒸劳瘵。明·李时珍用之治小儿疳癆等等，不胜枚举。还有李时珍引《稽神录》的一个故事，生动地说明鳃鱼的抗肺癆作用，说有人病瘵（肺结核，古时称劳瘵。）相传互相传染，死者多人，因取病人弃于江边以绝害。渔人见之，乃一女子，犹活，取置渔舍，日以鳃鱼喂之，渐愈，遂为渔人之妻。（沈括《梦溪笔谈》亦载此故事）。

黄 鳢

黄鳢，原名鱖。《名医别录》列为上品，李时珍说：“身黄背黑，体多涎沫，大者长2尺，夏出冬蛰”。黄鳢可食，亦作药用。

〔性味〕甘、大温，无毒。

〔成分〕含蛋白质17.9%，以及脂肪，无机盐，维生素A、B，菸酸等。

〔功用〕补中益血，疗虚损。血治疮癬痔瘰及口眼喎斜。

〔便方〕1. 老烂脚（臃疮）久不愈：黄鳢去骨，将鳢肉剁成肉泥，敷于患处，2至3小时更换一次。

2. 内痔出血，气虚脱肛，妇女劳伤，子宫脱垂：黄鳢煮羹食之，有补气固脱之功。

3. 颜面神经麻痹，口眼喎斜：涂以鳢鱼鲜血。左歪涂右颊，右歪涂左颊。一日2至3次。

4. 鼻衄，各种外伤出血：黄鳢血焙干研末，吹入鼻中或敷于伤口，能很快止血。

5. 婴儿赤游丹，臀部赤烂，鳢血频频涂抹。注意每次涂抹前要将患处清洗一下。

鲇 鱼

鲇鱼，古称𩺰鱼。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕蛋白质14.49%，脂肪2.1%，以及糖类，钙，磷，铁。

〔功用〕补中，益阴，利小便，疗水肿。

〔便方〕1. 三消渴疾(糖尿病)：黄连适量，研细末，和鲇鱼滑涎为丸，丸如梧桐子大，晒干，每服7粒，一日3次，乌梅3~5钱，煎汤送服。

2. 身、面白驳(白癩)：鲇鱼勿洗，连滑涎皮肉切剁细，加食盐和醋拌，用时先以布擦患部至发赤，即以此鱼肉炙热，用布包之熨患处，每日一次，以愈为度。

蛇

蛇的种类很多，总的区分为毒蛇与无毒蛇两类。毒蛇的毒素在头部毒牙下面的毒囊里，切除蛇头后，蛇肉没有毒。所以有毒蛇与无毒蛇都可吃，药用有蕲蛇、蝮蛇、金钱白花蛇、乌梢蛇，还有蛇蜕以及蛇胆等。

〔性味〕乌蛇：甘、平，无毒。白花蛇：甘、咸、温，有毒。蝮蛇：苦、微寒，有毒。蛇蜕：咸、甘、平，无毒。

〔成分〕一般蛇肉的营养成分为蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、铁、维生素A、维生素B₁、维生素B₂等。干燥的蝮蛇含胆甾醇、脂肪、牛磺酸及一种含氮性的结晶体。

〔功用〕主治诸风顽痹，麻木不仁，风瘙，疥癩。蛇肉为强壮神经药。蛇蜕有镇静作用。蛇胆能清肝明目、化痰。

〔便方〕1. 腺病体质的虚弱儿童，颈间淋巴有小核，常易伤风咳嗽，或肺门淋巴结核：乌梢蛇肉（去头、皮）焙燥研细末，炼蜜为丸，每服1钱，一日2至3次。

2. 病后或妇女产后虚弱、贫血、神经痛、下肢麻痹、痿弱、步履困难等：活乌梢蛇或蝮蛇1至2条浸泡于高粱烧酒内十至十五天，每服5至10毫升，一日2次。

3. 胃痉挛：蝮蛇浸于酒中一周以上，每次食前适量饮服，一日2次，二十日为一疗程。

4. 虚弱儿童脱肛，妇女子宫下垂：乌梢蛇或蝮蛇烧存性，研细末，每服1至2钱，一日2次。

5. 过敏性体质、皮肤化脓性疾病（即皮肤湿疹反复发作、脓疱疖痈等）：取大的乌梢蛇1至2条，宰杀后煮作菜（一般烹饪法），喝汤食肉，连吃3至4次，用以预防有一定效果。

6. 风痹麻木，大风癩疾（包括末梢神经性麻痹以及过敏性皮肤病）：干的蕲蛇肉研细末，每服5分至1钱，一日2次，食后黄酒送下。

7. 肝火目赤，肺热咳嗽：蛇胆陈皮（即蛇胆汁和广陈皮研细末，适量拌和，干湿适度，装胶囊或做成丸子如黄豆大），每服2至4粒，一日2次，食后温水送下。

8. 中耳炎：蛇蜕97%，小蜘蛛2%，梅片(冰片)1%，制成粉剂。用法：洗干净耳内脓液，吹入药粉，每日1次，一般3至4次见效。疗效：经治30例，全部有效。资料来源：广西北流县隆盛公社卫生院。《《全国中草药展览选编》384页)

9. 骨、关节结核：乌梢蛇去头、皮、内脏，干燥后研成粉，过120目筛，装入00号胶囊备用。用法：第一周每日早晚各服2个(胶囊下同)，第二周早晚各服3个，中午2个，第四周早午晚各3个，第五周早午晚各4个。治疗50例(其中胸、腰椎结核33例，髌、膝、腕关节结核17例)结果全愈29例，显效17例，疗效不明4例。资料来源：黑龙江省爱辉县新生公社。《《全国中草药展览选编》332页)

10. 类风湿性关节炎，类风湿性脊椎骨炎：方药：乌风蛇、蝮蛇、眼镜蛇蛇酒。用法：每天1至2次，每次25至50毫升，一斤蛇酒服十天，不善饮酒者，一斤服十五至二十天。经治74例，症状基本消失。资料来源：浙江省杭州药物试验场。《《全国中草药展览选编》205页)

11. 脑囊虫病：方药及用法：蛇蜕研成细末，每服1钱(3克)，一日服2次，温开水送下。疗效：治疗250例，疗程在一年以上，显效38例，有效160例，无效50例，死亡2例。此药系配合用“大戟汤”：槟榔2两，大戟1钱，木瓜6钱，钩藤4钱。头晕加菊花4钱，合并肝炎去槟榔加雷丸6钱，加水500毫升，煎成150毫升，每日2次，每次50毫升，连服30剂左右。资料来源：辽宁省沈阳市第七人民医院。《《全国中草药展览选编》112页)

泥 鳅

泥鳅，一名鱖鱼，收载于《本草纲目》。李时珍说：“长3至4寸，沉于泥中，如鱖而小，头尖，身青黄色，无鳞，以涎自染，滑疾难握。”

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪等。

〔药理〕泥鳅滑涎具有强力的抗菌消炎作用。

〔功用〕肉：暖中益气，解毒收痔。泥鳅滑液为消炎良药，对丹毒、痈肿等各种急性炎肿有卓效。近来群众实践中发现它还能治急、慢性肝炎。

〔便方〕1. 丹毒，面疔，瘰疬(指头疔)，腮腺炎：活泥鳅10至20条，先养于清水中漂去泥污，再置盆中，投入白糖适量，搅拌约10分钟，取滑液糖浆，涂于患部，干即更换，数次即效。

2. 急性胆囊炎：生泥鳅1至2条，取其背上肉，切细，装入胶囊。吞服每次约1条，以温开水送服。

3. 急性或亚急性、迁延性肝炎：泥鳅若干条，放烘箱内烘干(温度在摄氏100度为宜)，达到可捏碎为度，取出研粉，每服3钱，每日3次，食后服，小儿酌减。据报导此方治疗传染性肝炎35例，其中黄疸型32例，病程最长者达七个月，通过12至16天的治疗，结果痊愈33例，明显好转2例(辽宁省盖县城关医院)。

河 蟹

河蟹，一名石蟹，或称小石蟹。蟹的种类很多，有大石蟹、毛脚蟹、湖蟹、江蟹、海蟹等，大蟹主要供食用，药用以河蟹（小石蟹）为多。

〔性味〕咸、寒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖类，以及无机盐，菸酸，维生素A、B₁、B₂。

〔功用〕散瘀血，续筋接骨，解漆毒。蟹爪催产下胎。

〔便方〕1. 跌打损伤，断筋碎骨，瘀血肿痛；活河蟹适量，洗净去泥，捣烂，加适量烧酒拌和，敷于伤处，加以包扎，一日更换1次（夏季一日换2~3次）。

2. 妇女临产阵缩力微弱，胞浆破而迟迟不下者，或胎死腹中及胎盘残留；蟹脚爪1至2两，黄酒或米醋适量，加水同煎服。

3. 产后儿枕痛（包括产后子宫收缩不全）；河蟹烧存性，研细，温黄酒送服，每服5分至1钱，一日2至3次。

4. 漆疮（漆过敏性皮炎）；活河蟹适量，用清水洗净，捣烂放入布袋中绞汁，涂抹患部。

5. 冻疮溃烂不敛；活蟹烧存性，研细末，蜂蜜调涂，一日更换2次。

6. 慢性化脓病、寒性脓疡、下肢溃疡、结核性瘰孔等久不收口；河蟹、蝮蛇、鹿角各1斤，烧存性，研成极细末（或炼蜜为丸，如小豆大），黄酒或温水送下，每服5分至1钱，一日2次。

虾

虾，原名蝦，见《名医别录》。李时珍说：“江湖出者大而色白，溪池出者小而色青，皆背有断节，尾有硬鳞，多足而好跃，其肠属脑，其卵在腹外，食以姜醋，饌品所珍”。

〔性味〕甘、温。

〔成分〕含蛋白质16.4%，脂肪以及糖类，无机盐，菸酸，维生素A、B₁、B₂。

〔功用〕托痘疮，下乳汁，壮阳道，是一种强壮补精药，内服有托里解毒之功。

〔便方〕1. 阴疽、恶核、寒性脓疡（包括骨结核）流脓流水，久不收口者：活虾肉7至10只，生黄芪3钱，同煮汤服。

2. 肾虚，阳痿，腰脚痿弱无力：小茴香1两，炒研末，生虾肉3至4两，捣和为丸，黄酒送服，每服1至2钱，一日2次。

3. 妇女产后乳汁缺少：活虾适量，微炒，以黄酒拌食，连吃2至3天。

4. 小儿麻疹，水痘：活虾煮汤服，能促其早透早回经过顺利，并可减少并发症。

5. 阳痿：生虾（鲜活河虾）2两，清水中漂洗净，滚热黄酒半杯，将虾烫死后吃虾、喝酒，每日1次，连吃7天为一个疗程。又方：鲜活河虾，韭菜适量，略加油盐炒熟吃。

蛤 蚧

蛤蚧、原名角蟾。产华南各地。其肉可食，亦入药，药力在尾。

〔性味〕咸、平，有小毒。

〔功用〕补肺气，益精血，助阳道，平喘嗽。

〔便方〕1. 喘嗽面浮，并四肢浮肿（老人虚弱甚，肺气肿，肺原性心脏病等），蛤蚧连尾涂以蜜酒，火上烤脆，研细末，加东北红参等量，共研匀，蜜丸如小豆大，每服1钱，一日2~3次。

2. 久嗽肺癆，行动气促：蛤蚧3钱，焙研末，党参、山药、麦冬、百合各1两，共研为蜜丸，每服1钱，一日2次，温开水送服。

蛙

蛙，一名田鸡。李时珍说：“南方人食之，肉味如鸡，故名田鸡。”蛙的种类甚多，有青蛙、泥蛙、金钱蛙、树蛙、林蛙等，总的名称为蛤蟆。我国吉林、黑龙江所产的林蛙又名蛤士蟆，蛤士蟆母蛙的输卵管名蛤士蟆油，俗称田鸡油，作药用，是一种良好的滋补强壮剂。

〔性味〕蛙：甘、寒。田鸡油：甘、平。

〔成分〕蛤士蟆油的成分，大部分为蛋白质，脂肪仅占4%左右，糖类约10%，其他尚有少量磷、硫等，并含维生素A、D。

〔药理〕据报导：蛤士蟆油对小白鼠的发育有良好影响，且能延长雌性小白鼠的兴奋期。并谓蛤士蟆油置于水中则显著膨大，不但可作美味食品，且为强壮药，适用于消耗性病人，体弱患者及神经衰弱等病，并有显著的强精功效。

〔功用〕蛙，利水消肿，解劳补虚，治疳瘦。田鸡油：强壮补虚，增精髓。

〔便方〕1. 水臌腹大(包括肾病浮肿，肝病腹水)：干青蛤蟆2只(砂炒)，蜈蚣10只，陈葫芦1两，共研细末或为丸，每服2钱，空腹时以温黄酒送下。

2. 小儿疳瘦：虾蟆(癞虾蟆亦好)剥去皮，每日2只，煮食。

3. 神经衰弱，产后、病后虚弱，慢性胃病，胃下垂，身体消瘦不复：干蛤士蟆油1至2钱，清水一碗，泡一夜，翌日再加冰糖适量炖服，每日1次，连服十至二十天。

花 姬 蛙

花姬蛙，广西俗名犁头蛙或三角蛙，蛙体长约一寸，头小而尖，腹宽呈三角形，背及后肢棕黑色，腹面白黄，以蚂蚁为食饵。此蛙在广西很普遍，此外，湖北、湖南、广东、海南岛、云南、贵州等省区均有分布。

〔功用〕补益、强筋骨，散瘀活血，治风痛。

〔便方〕腰腿痛、筋骨风痛，强身、壮骨、补血：犁头蛙酒，一日2次，每次半酒盅(约10~20毫升)，食后饮服。〈犁头蛙酒制法：将蛙洗净泥污，放在笼中，待蛙体水分稍干，不去内脏，活的投入烧酒瓶内(十斤酒泡两斤蛙)浸泡1~2个月即可〉。

蟾 蜍

蟾蜍，一名癞虾蟆。其眉间有白汁名蟾酥，蟾酥及干蟾皮等均供药用。

〔性味〕蟾酥：甘、辛、温，有毒。

〔成分〕我国产蟾酥中含有肾上腺素、胆甾醇、辛二酸、华蟾蜍特宁(或称蟾蜍色胺)、蟾蜍毒、华蟾蜍精及华蟾蜍他灵。

〔药理〕据报告，华蟾蜍精及华蟾蜍毒的强心作用皆与洋地黄类配糖体相似，由兴奋心肌及兴奋迷走神经两种作用组成。亦能升高血压，且能引起呕吐，但无蓄积作用。

〔功用〕治恶疮、杀虫、消痞。

〔便方〕1. 小儿疳积、面黄、形瘦、腹大：取大蟾蜍，去头、足、肠杂，涂以香油，瓦上焙焦，研细末，与砂仁等分共研，蜜丸如小豆大，每服7丸，一日2次。

2. 恶性肿瘤：干蟾皮粉，压成片剂(制法：蟾皮去头部含蟾酥部分，煮一分钟，焙干磨粉，用乙酸乙酯及氯仿各浸泡24小时，再干燥研粉，压片，每片含0.2克干燥皮粉)，每日2~3次，每次3片。

3. 肝癌：大蟾蜍剥皮，刺破皮棘，反贴肝区，至3周后取下，如皮肤起泡，涂龙胆紫，同时服蟾皮粉，每次2~3分，一日3次。

乌 龟

龟的种类不一，有水龟、秦龟、山龟、摄龟、绿毛龟等。

乌龟即水龟，摄龟即克蛇龟，两种均作药用。水龟之腹板即龟板。

〔性味〕龟板甲：甘、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖类，维生素B₁、B₂，菸酸。

〔功用〕主治癥瘕，痰症，风痹，脚弱。

〔便方〕1. 虚弱小儿，妇女产后体虚不复，脱肛或子宫下垂：煮食乌龟肉，有促使收复之效。

2. 骨结核，肺结核，淋巴结核：乌龟壳及龟板，烧存性研细末，枣泥或炼蜜为丸，每服2钱，一日2次。根据我们经验，连服1至2个月后，可显出效果，届时肺结核病人复查病灶，可见钙化现象。对于小儿骨结核，效果更佳。（克蛇龟烧存性、制成丸药，叫断背龟丸，功用同上。江苏苏州地区曾有此成药，用于骨结核有效。）

3. 慢性三日疟，旷日持久，荏苒不愈，或时愈时发，尤其在劳动后疟疾复发者：煮食乌龟肉，有良好效果。

4. 脑震荡后遗症，头痛，头昏：乌龟头5个，京菖蒲4钱，水煎服。或用龟头一个焙燥研粉，一日分2次以黄酒送服。

5. 慢性肾炎：炙龟板5钱，生黄耆3钱，薏仁5钱，先煎龟板一小时，再加入黄耆、薏仁浓煎去渣，一日2次分服，连服1~2个月。

鳖

鳖，一名团鱼或甲鱼。鳖甲、鳖头都作药用。

〔性味〕咸、平，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖，菸酸，无机盐，维生素A、

B₁、B₂。

〔功用〕主治心腹癥瘕坚积、骨蒸劳热、疟母。鳖血为滋阴退热药，适用于肺结核有低热的患者。鳖甲用于肝脾肿大。鳖头治脱肛。

〔便方〕1. 久疟疟母，脾脏肿大：鳖甲煎丸（中成药），每次2钱，一日2次，疗程一个月。

2. 肺结核下午发低热：鳖1只，宰取血，以热黄酒冲服，当日服完，能持续服之更好，除能解热外并有强壮作用。

3. 猝然腰痛，不可俯仰：鳖甲砂炒，研成细末，以热黄酒送服，每服1钱，一日2次。

4. 创伤出血（包括跌打伤，刀伤，枪弹弹片伤等）：用鳖血石灰粉撒布（鳖血石灰粉制法：宰鳖取血，滴入干石灰粉内，搅和捏成团，穿线其中，悬于通风处阴干，研末即得）。

5. 脱肛，子宫脱垂：鳖头烧存性研末。每服1个，黄酒送服。

6. 癫痫：未发作时用鳖煮食，可用油盐调味，每天吃1个，连服七天。（河北《中医验方选》称：曾分别连服5、7、9天，治愈3例，未复发云）。

鲍 鱼

鲍鱼，为海产软体动物。其贝壳名九孔石决明。产我国青岛、烟台、昌潍等海滨浅水中，以足吸附岩礁上，渔民捕得后，其肉作副食品，贝壳供药用。

〔性味〕咸、平，无毒。

〔成分〕肉含蛋白质、脂肪、无机盐类。

〔功用〕壳（石决明）：明目去障，治骨蒸，通五淋。

〔便方〕1. 高血压眼底出血：石决明3钱（碾碎），黄菊花2钱，草决明子3钱，水煎服。

2. 肺结核低热不解：石决明4钱（生碾碎），地骨皮3钱，银柴胡2钱，水煎服。

3. 肝虚目翳，雀目夜盲：石决明4钱，枸杞子3钱，木贼草1钱，水煎服。

4. 肺结核、淋巴结核、潮热盗汗：鲍鱼适量，煮作菜，每日食之，有滋养强壮之功。

河 蚌 附珍珠

蚌，有河蚌、海蚌等，种类甚多。淡水河蚌常产珍珠。海蚌亦产珠。珍珠是一种珍贵的药物，一名廉珠，系指产于廉州（今广东合浦）的蚌珠，实际上我国各处均有产。现在湖南、江苏等各地都已成功地进行了人工养殖珍珠。

〔性味〕蚌肉：甘、咸、冷，无毒。

〔成分〕蚌肉含有蛋白质，脂肪，糖类，钙，磷，铁，维生素A、B₁、B₂。珍珠含有碳酸钙，亮氨酸，蛋氨酸，丙氨酸，甘氨酸，谷氨酸，天冬氨酸等。

〔药理〕珍珠氨基酸，能增大离体动物心脏搏动幅度，离体肠管紧张性降低。对家兔作利尿实验有一时性尿量增加。珍珠的硫酸水解物，有抗组织胺的作用，可防止组织胺引起的动物休克死亡，以及马血清引起的动物过敏反应。

〔功用〕蚌肉：止渴，除热，解毒，去眼赤。蚌汁用于涂

痔肿。壳粉能中和胃酸。珍珠母（蚌壳内珠光层的疙瘩）：平肝，镇静，治眩晕。珍珠粉：去翳，明目，定惊痫，化痰、解毒。

〔便方〕1. 痔疾，脱肛，肿痛：活河蚌1个，掺入黄连粉约1分，冰片少许，待其流出蚌水，以碗承接，用鸡毛扫涂患部，一日数次。

2. 赤眼肿痛，云翳胬肉：珍珠粉、制甘石、冰片、琥珀、硼砂、熊胆、朱砂、麝香制成眼药外用，即著名的中成药“八宝眼药”。

3. 烂喉，喉蛾，疔疮，痈肿：珍珠粉、牛黄、腰黄、麝香、蟾酥、冰片制丸，即著名之中成药“六神丸”。

田 螺

田螺与螺螄仅大小不同，性能相似。李时珍说：“螺、蚌属也，外刚内柔，水煮食之”。

〔性味〕甘、大寒，无毒。

〔成分〕含蛋白质、脂肪、糖、无机盐、菸酸及维生素A、B₁、B₂，还富含维生素D。

〔功用〕利大小便，清暑解渴，治黄疸。

〔便方〕1. 湿热黄疸，小便不利：大田螺10至20个，养于清水中漂去泥，捶碎螺壳，取螺肉加入黄酒半小杯，拌和，再加清水炖熟，饮其汤，每日1次。

2. 因钙代谢失调而引起的关节炎及小儿软骨病：经常煮食田螺有帮助。

3. 阑尾炎，肾炎：大田螺肉捣烂，用荞麦粉拌和，再捣之，摊于布上，阑尾炎贴阑尾部，肾炎贴脐中部。

4. 消渴饮水，日夜不止，小便频数（包括糖尿病）：田螺数百只，养清水中漂去泥，换置清水中浸一夜，取其水煮一沸，每日饮此水，或煮熟饮汁亦好。

5. 全身浮肿，小便不利，或尿闭腹胀：大田螺（去壳），大蒜瓣（去膜）同捣烂，贴脐下一寸三分处（注意勿入脐部）及两足心，外加包扎，可促使利尿消肿。

6. 脱肛，妇女子宫脱垂：大田螺数个，养清水中去泥，黄连2至3分研细末，揭开螺厩，掺入黄连末少许，取吐出的涎水，先以浓茶洗患处，拭干，再以鸡毛蘸田螺涎水扫抹患处，或用之沾湿纱布贴敷患处，然后轻轻托上。

蛤 蜊

蛤蜊，一名海蛤或文蛤。李时珍认为海中诸蛤之有利于人者，统称蛤蜊。白壳紫唇，或壳上有花纹，故称文蛤或花蛤。我国沿海各地均有。大小不等，形圆，其肉可食，味鲜美而营养丰富，其肉及壳均入药。蛤的种类虽多，但性能大致相近。

〔性味〕咸、平，无毒。

〔成分〕蛤肉含糖类，蛋白质，脂肪，菸酸，无机盐，维生素A、B₁、B₂。蛤壳含碳酸钙、磷酸钙、矽酸镁、碘及溴盐等。

〔功用〕蛤蜊肉：润五脏，止消渴，软坚散肿，为营养品，又为利尿药。壳粉（海蛤粉）：治咳逆上气，项下瘰疬，搐搦抽风，心气疼痛等。因其是有机钙质，能治胃酸过多，并适用于小儿佝偻病或因缺钙而来的痉挛抽搐

病。

〔便方〕1. 胃溃疡，胃酸过多症：蛤壳粉研至极细，生甘草粉等分，共研和，以温水调服，每服2钱，一日2次。

2. 小儿软骨病，怀孕妇女缺钙症。痉挛抽搐：蛤壳、炮山甲片、炮鳖甲片等分，各研极细末，炼蜜为丸，以米汤送服，每服2钱(小儿减半)，一日2次。

3. 项下瘰疬(包括淋巴结肿大，甲状腺肿大等)：蛤蜊肉经常煮食。

4. 肺结核，阴虚盗汗：蛤蜊肉加韭菜(韭黄更好)，煮作菜，经常食有效。

5. 肺结核咯血：蛤粉炒阿胶，研细末，温水送下，每日3钱，分2次服。

6. 鼻衄。齿衄，出血性紫癜：蛤壳粉1两(水飞至极细)，槐花5钱，炒燥研末，混和，每服1钱，一日3次。或另用花生衣1钱，红枣6个，煮浓汤送服更好。

蚶 子

蚶子，原名魁蛤，亦名瓦楞子。收载于《名医别录》。肉味极鲜美。产我国沿海各地，浙江近海以田养殖，叫蚶田。壳有沟楞，故名瓦楞子。其壳供药用。

〔成分〕蚶肉含蛋白质，脂肪，糖原，维生素A、B。壳含碳酸钙。

〔功用〕壳火煨后治血气，癥瘕，消血块，化痰积，制胃酸。

〔便方〕1. 胃、十二指肠溃疡，胃酸过多，慢性胃炎、

胃痛：煨瓦楞子研极细末，炒茅术研细末，等分研和，每服2钱，一日2次，食前温水送服。

2. 瘀血腹痛，血积壅块：瓦楞子4钱，玄胡索3钱，当归1钱，加酒水煎服。

3. 小儿头疮，久年烂脚：煨瓦楞子、生石膏等分，共研细末，搽作患处或以麻油调涂。

牡 蛎

牡蛎一名蛎蛤，名见《本草经》。福建地区叫蛎子。宋·苏頌说：“南海闽中尤多，皆附石而生，壳相连如房，呼为蛎房，初生只如拳石，四面渐长至一、二丈者，岩如山，俗呼蛎山。”其肉称蛎黄，味极美，可制蚝油。蛎房即药用之牡蛎。

〔性味〕咸、平、微寒，无毒。

〔成分〕牡蛎的软组织中含有一种含糖类脂物，其中主要成分是右旋葡萄糖、左旋岩藻糖以及维生素A、B、C、D、E。牡蛎壳含碳酸钙、磷酸钙、硅酸等。

〔功用〕蛎肉为极好的营养品，蛎壳为镇静、制酸药。

〔便方〕1. 腺病体质虚弱儿童，肺门淋巴结核、颈淋巴结核，蛎肉为最佳的食物。如无鲜蛎肉，可用蚝油作调味品亦好。

2. 盗汗：牡蛎5钱，加水煎至200毫升，早晚分2次服。

3. 淋巴结核：生牡蛎、大贝母、玄参等量，研细炼蜜为丸，每服2钱，一日2次。

4. 胃病，胃酸过多：牡蛎火煨研细末，每次3至5钱，以布包之，水煎，食前服。或研极细末，以米汤送服，每服3

至4分，一日2至3次。

5. 神经衰弱，心悸，梦遗滑精，妇女带多：生牡蛎、龙骨各3钱，水煎一日2次分服。

淡 菜

淡菜为蚌类，蚌肉俗称水菜，因曝干时不加食盐，故名淡菜。淡菜壳三角形，长2~3寸，足根有丝状茸毛附着于岩石。产于浙江近海，肉红紫色，味美，为营养食品，亦作药用。

〔性味〕甘、温，无毒。

〔成分〕肉含蛋白质、脂肪、糖类、菸酸及维生素A、B。

〔功用〕补虚，去胸中烦热，降丹石毒（古称丹石毒是指误服丹石中毒，相当于高血压、血管硬化等疾患）。

〔便方〕1. 老年头晕，阴虚阳亢：淡菜（干品）10两焙燥研细末，陈皮5两，共研，炼蜜为丸，如小豆大，每服1至2钱，一日2次。

2. 头晕腰痛，小便余沥，妇女白带，下腹冷痛：淡菜用黄酒洗过，和韭菜煮食，有补肾助阳之功。

3. 高血压，耳鸣眩晕：淡菜5钱，焙燥研细末，松花蛋1个，蘸淡菜末，每晚一次吃完，连吃5至7天。

海 参

海参，沿海一带群众视为普通食品，不若内地视为珍品。

〔性味〕甘、微咸，无毒。

〔成分〕含蛋白质，并含糖类，脂肪，钙，磷，铁。此外，还含有少量的碘。海参蛋白质中所含的氨基酸：为精氨酸、脱氨酸、组氨酸、赖氨酸。

〔功用〕补虚损，理腰脚，利大小便。饮其汁止消渴，去黄疸，退水肿。

〔便方〕1. 高血压、血管硬化：海参1两，冰糖适量，煮烂，每日空腹服。

2. 痔疮出血：海参烧存性，研细粉，每次5分，加阿胶2钱，和水半杯炖至溶化后，空腹以米汤冲服，每日2次。

海 蜇

海蜇，一名水母。名见陈藏器《本草拾遗》，原称海蛇。渔民捞捕加工后，称其帽状伞体为白皮子。呼其口腕及触手为海蜇头。

〔性味〕咸、温，无毒。

〔成分〕含蛋白质，脂肪，糖，灰分，钙，磷，铁。此外还含有碘，菸酸，维生素A、B。

〔药理〕静脉注射海蜇制剂能降低兔血压。又可使兔的耳廓体表血管及蛙的周身血管舒张。

〔功用〕主治妇人劳损，积血，带下，小儿风热，丹毒，本品有降血压，软坚化痰之功。

〔便方〕1. 高血压，头昏脑胀，烦热口渴，便秘：海蜇头2至3两，漂洗去咸味，同荸荠等量煮汤服。

2. 肺热咳嗽，痰浓黄稠：海蜇和荸荠适量煮汤，常服

有效。

海 马

海马，一名龙落子。可食，亦作药用。

〔性味〕甘、温、平，无毒。

〔成分〕蛋白质、脂肪、维生素、糖。

〔功用〕主治妇女难产，老人虚弱，止血、止痛。

〔便方〕1. 创伤流血不止：海马烤焦研细末，敷于伤口，立即止血。

2. 妇女子宫阵缩无力而难产：海马一个，煮水，冲入黄酒半杯温服。

3. 跌打损伤、内伤疼痛：海马焙燥研末，每服1~2钱，温黄酒送服。

蝗 虫

蝗虫，又名蝗蝻。未生翅膀的幼虫叫做“蝻”，成虫叫做“蝗”，为庄稼害虫。北方农民常在捕捉后，先用开水将它烫死，再以油酱煎炒作菜，或作副食品，味如虾仁。或焙燥研末，其粉末可制酱油，味颇鲜美。此物既富营养，亦作药用。

〔性味〕咸、平，无毒。

〔成分〕富含蛋白质及脂肪、钙、铁、磷、及维生素A、B等。

〔功用〕补养强壮，主治肺结核、小儿疳积等。

〔便方〕1. 小儿腺病质，颈淋巴结核：蝗虫，去翅、足，

焙燥研粉，以温开水送下，每服1钱，一日2至3次。

2. 神经衰弱、失眠、肺结核、咳嗽气急；蝗虫粉，每服2钱，一日2至3次，食后服。

3. 哮喘，百日咳；蝗虫5至6只，水煎去渣，加黄酒少许，一日2次温服（或用蚱蜢，亦有类似功效）。

蚕 蛹 附白僵蚕

蚕蛹，是高蛋白的营养品，晚蚕砂（蚕屎）、蚕蜕、蚕茧、白僵蚕（感染白僵菌病死的蚕）等，都作药用。

〔性味〕白僵蚕：咸、辛、平，无毒。蚕茧：甘温，无毒。蚕蛹：甘、平。晚蚕砂：甘、辛、温，无毒。

〔成分〕蛹含蛋白质、脂肪油，其中主要成分是不饱和脂肪酸、甘油酯，少量卵磷脂、固醇、脂溶性维生素等。蚕砂（蚕屎）含有肌糖，其中有蛋白质及叶绿素，并含植物生长激素及组氨酸。日光照射后的蚕砂，小鸡食后有钙化骨骼的功效，或系其所含维生素D前级物质属于2,1-二氢钙化醇之故。

〔功用〕蚕蛹炒食治劳瘦及小儿疳瘦，蚕蛹油对高血压、脂肪肝、高脂血症等有一定效果。白僵蚕治小儿惊痫夜啼，瘰疬撮口。晚蚕砂浸酒缓诸风，去顽痹。蚕茧治消渴，止血及治齿齲。

〔便方〕1. 肺结核，消瘦，慢性胃炎，胃下垂：蚕蛹焙燥研粉，每服5分至1钱，一日2次（此粉须干燥保存，最好装入胶囊）。

2. 风湿筋骨痛，神经痛，肢体麻木感：晚蚕砂3两炒燥，盛入布袋，浸泡于1斤黄酒中，七至十天后，适量饮酒，一日2次。

3. 消渴尿频，糖尿病：带蛹蚕茧10个，水煎服（清朝名医王孟英治消渴，常用缣丝汤，同此理）。

4. 血友病，牙龈出血，紫斑，鼻衄：蚕茧烧存性，研细，每服1钱，一日2次。本品亦作外伤出血的止血剂。

5. 荨麻疹、皮肤瘙痒症：白僵蚕2钱，荆芥穗2钱，蝉蜕1钱，水煎服。

6. 风疹块：僵蚕、蝉衣、大黄、姜黄等分为末，每服2钱，以蜜调黄酒送下（清·杨栗山验方，名“升降散”）。

7. 小儿惊风抽搐，破伤风痉挛：僵蚕、全蝎、蜈蚣、蝉衣、胆南星等分，共研细末，以糖汤送下，每服0.5~1钱，一日2至3次。

8. 中风：白僵蚕、红花、荆芥穗、棕榈叶各1钱，水煎服。

9. 癫痫：白僵蚕、紫苏子、牛蒡子各3钱，辰砂3分，生姜2片，水煎服。

10. 风湿腰痛：晚蚕砂1两（布包），鲜松针1两，切细，加黄酒和水各一碗，煎至减半去渣，一日2次温服。

蜂 蜜

蜂蜜，通称蜜糖。古时多采用野蜂蜜，即生于岩石上者，《本草经》称为石蜜或岩蜜。现在则都用人工放养蜂蜜。蜂巢、蜂皇浆、蜂蜡都供药用。

〔性味〕甘、平，无毒。

〔成分〕葡萄糖，果糖，蔗糖，糊精，蛋白质，矿物质（铁、钙、钠、铜、锰、磷酸等），蜡质，天然香料，色素，有机酸（苹果酸、乳酸、甲酸），酶（氧化酶、淀粉酶、还原酶、过氧

化酶、转化酶), 维生素B₁、B₂、B₆、D、E, 菸酸, 泛酸, 钾等。

〔功用〕补中益气, 安五脏, 和百药, 解百毒。蜂蜜为良好的营养剂, 药用有缓解疼痛和润肠之功, 并有强大的杀菌力, 它在试管内能把伤寒、副伤寒、大肠、痢疾杆菌等消灭之。但医疗用取天然的未经加工的蜂蜜为佳。蜂蜜具有营养心肌, 保护肝脏、润肠胃, 降血压, 防止血管硬化的效果。

〔便方〕1. 胃、十二指肠溃疡: 蜂蜜100至150毫升(约1杯), 隔水蒸熟后, 于食前空腹时一次服下, 一日3次, 坚持每天服, 能使胃液总酸度降低, 红血球、白血球恢复正常值, 疼痛消失, 大便正常。连服2至3星期, 溃疡壁龛逐渐消失。

2. 高血压, 大便秘结, 胃痛, 神经衰弱: 食前空腹时用温水化服蜂蜜半杯, 每日1至2次。如能坚持长期服用, 效果更佳。

3. 心脏病, 冠状动脉粥样硬化, 肝脏病: 每日服蜂蜜2至3次, 每次2至3匙。

4. 支气管炎, 鼻炎、鼻塞, 牙痛: 撕蜜蜂蜂房1片, 放于口中嚼烂吐渣, 一日3次。近有人用作解毒抗癌剂(国外资料)。

5. 神经衰弱的失眠: 临睡前饮蜂蜜水1杯有效。

6. 病后、产后体虚贫血及神经衰弱: 蜂皇浆服之有良效。医药公司有成品(蜂乳)供应。

7. 小腿溃疡: 蜂蜜厚厚地涂于纱布上包扎, 1~2日更换1次。

8. 小儿头部湿疹: 蜂蜜2两, 锌氧粉(西药)适量, 调和成膏, 在清洁患部后涂敷, 盖以纱布, 用胶布固定, 一日2次。

9. 烫火伤: 蜂蜜涂上有止痛之效。

附录 1：人体重要营养元素表

营养元素	主要功用	缺乏时的病症	补充来源
糖	供给热能、增进肝的解毒功能。	生长发育迟缓，体重减轻，容易疲劳。	粮食等含淀粉类食物，水果类。
脂肪	供给热能、脂肪酸，帮助脂溶性维生素的吸收。	消瘦，易得脂溶性维生素缺乏症。	芝麻、花生、大豆、菜籽、玉米、椰子等植物油，动物油脂、蛋黄、牛奶等。
蛋白质	促进生长和发代育，补充机体的消耗，供给热能。	生长发育迟滞，营养不良。	大豆、小麦、标准米、标准面、小米、玉米、高粱、花生、禽蛋白、瘦肉、鱼、牛奶。
维生素 A	是上皮细胞和骨骼细胞分化时的调节因素，也是视网膜内感光色素（视紫质）的组成成分。可增强机体的抗病能力。	夜盲病、干眼病、皮肤干燥、毛发脱落、角质化、发育不良、容易传染呼吸感染病。	动物肝脏、牛奶、蛋黄、胡萝卜、荠菜、韭菜、玉米、菠菜、空心菜、雪里蕻、莴菜等。
维生素 B ₁ (硫胺素)	增进食欲，促进发育，是机体脱羧酶的主要成分。	缺乏食欲，易得脚气病，和神经衰弱，发育迟缓，心脏肥大。	麦芽、全麦、豆芽、米胚皮、豌豆苗、花生等谷豆类中的皮层及胚芽中均含有。

<p>维生素B₂ (核黄素)</p>	<p>为构成脱氢酶的辅酶，参与体内氧化还原过程，促进生长发育。</p>	<p>口角炎、唇炎、脂溢性皮炎、舌炎、角膜炎、阴囊炎、视觉不清。</p>	<p>小米、大豆、酵母、豆瓣酱、绿叶菜、动物肝、蛋、乳。</p>
<p>维生素B₆ (泛酸、菸草酸)</p>	<p>组成辅酶I及辅酶II，促进消化道功能，预防皮肤病。</p>	<p>癞皮病、舌炎、皮炎、消化不良、食欲不振、呕吐、腹泻、头痛、眩晕、记忆力减退。</p>	<p>豆类、新鲜绿色蔬菜、动物肝、肾、肉、酵母。</p>
<p>维生素C (抗坏血酸)</p>	<p>促进体内氧化还原作用，和维持结缔组织的正常代谢有关，抗坏血病，增加机体抵抗疾病能力，促进损伤愈合。</p>	<p>坏血病、齿骨不固、牙龈出血、血管脆弱、皮下出血、贫血。</p>	<p>新鲜蔬菜和水果，尤其以鲜枣、野苋菜、苜蓿、青椒、油菜、青蒜苗叶、山楂等为多。</p>
<p>维生素D (抗佝偻病维生素)</p>	<p>促进肠内钙、磷吸收，增进钙化，促使骨骼、牙齿正常发育。</p>	<p>儿童软骨病、成人骨质疏松、齿质生长迟缓。</p>	<p>鱼肝油、牛奶、蛋黄、蕈蕪、酵母，人皮肤中有一种物质，经日光照射亦可变成维生素D，所以，多晒日光也可获此。</p>
<p>维生素K (凝血维生素)</p>	<p>体内生成凝血酶原所必需。</p>	<p>容易出血，或撞伤肢体，皮下即发青紫。</p>	<p>苜蓿、菠菜、卷心菜、花菜、花生油。</p>

钙	构成骨骼、牙齿的主要成分，及帮助肌肉收缩、维持酸碱平衡的正常血压。	发育不全，严重时可致骨质疏松、骨质软化、手足抽掣。	小鱼、虾皮、动物软骨、豆腐、牛奶、蛋、大豆、麦麸、硬菜、葡萄、维生素D同时食，易于吸收。
磷	是骨骼、牙齿、酶的主要成分，与保持体内平衡、帮助糖、脂肪及蛋白质代谢。	发育不全，骨质软化。	同钙
铁	构成红细胞中的血红蛋白。	贫血，容易疲劳。	动物肝，血，蛋黄，绿色蔬菜，特别是菠菜。
碘	是甲状腺素的主要成分，调节代谢平衡。	引起甲状腺机能失调，甲状腺肿大。	海带、海藻等海产食物。

附录 2：病员食物宜忌

1. 高血压

高血压病员宜吃富含维生素B、C的食物，如新鲜蔬菜，豆芽，水果，瓜类，海藻、海带、紫菜等有预防血管硬化作用，可经常吃。植物油类，如芝麻、花生、玉米油等有防止胆固醇增高的作用，可用以代替动物油类。芹菜，菊花脑，枸杞头，马兰头，荸荠等有降压作用，可经常吃。草决明子，有降压、降胆固醇功用，可煮汤代茶喝。

蔬食疗法*、饮水疗法**亦均相宜。

禁忌：伴有心脏或肾脏疾患者，应控制钠盐(食盐)，采用低盐饮食，禁忌酒类。肥胖体质者应控制食量，最好每餐只吃六七成饱。

高血压病员特别禁食高脂肪、高胆固醇食物。

*蔬食疗法：即常用各种蔬菜、瓜果煮饭、粥、面食吃，也可常食杂粮。这样瓜、菜代食，可以降低血脂，调节体液酸碱平衡，促进代谢，对高脂血症、血管硬化、冠心病、高血压、肥胖病、糖尿病均有益，尤适宜于胆结石、胆囊炎、阻塞性黄疸、顽固便秘等。

**饮水疗法：即每日早起喝生水(泉水或自来水)或凉开水4~5杯，约1000毫升左右，1小时后再进早餐。空腹饮水，可促进胃部收缩和肠蠕动，促进代谢，起清洁肠胃、净化血液的作用，对急性胃炎、胃酸过多、胃及十二指肠溃疡、胆囊炎、胆石症、便秘、痔疮等均有效。但胃溃疡反复出血、严重肾脏病、肾功能差、胃下垂、肾下垂、妇女怀孕后期忌用。

一些食物中的胆固醇含量概况如下：

含量最高	蛋黄 猪脑 牛脑 羊肝 鳔鱼
含量较高	全鸡蛋 鱼肝油 猪肝 猪腰 牛腰 蛤蜊
含量中等	鸡、鸭肉 牛、羊肉 牛心 牛油 羊油 猪肚 猪油 甲鱼 青鱼 桂鱼 草鱼 虾 蟹

2. 心脏病

心脏病患者，应注意选择有增强心脏功能和减轻心脏负担的食物。

在增强心脏功能方面，最适宜的食物是山楂，可用鲜山楂生吃或煮食，亦可用干山楂（中药）、糖渍山楂煮汤或煮粥吃。这对各类心脏病或高血压都适宜。此外，覆盆子，金樱子，悬钩子，鲜草莓等蔷薇科植物的果实亦可食。在每日临睡前吃点鲜萝卜或胡萝卜，或饮萝卜汁半杯也有帮助。

木天蓼果实，生吃或盐渍、蜜饯食，对于心悸，心跳，气急均有帮助。

黄精根或玉竹根都是缓和性强心剂。每天 3~4 钱，加糖煮食。对各类心脏病都有好处。

减轻心脏负担方面，包括少吃脂肪及含胆固醇高的食物。促使兴奋的辛辣刺激食物以及浓茶、酒类等也应少吃。肥胖病人应少吃细粮、肉类及含糖份高的食物，必要时要减

食。不拘有无水肿，最好都应低盐饮食。

3. 肝脏病

早期肝脏病患者，可吃乳类、蛋类、各种鱼肉，以及豆制品等含蛋白质丰富的食物。此外还可多食蔗糖、葡萄糖、果糖、蜂蜜等高热量的食物。慢性或中期以后的肝病病员，宜多吃野菜、鲜蔬菜、豆腐、果酱、清淡的鱼贝以及糖果等。

祖国医学认为黄疸型肝炎属湿热范畴，脾虚湿阻、容易胀气，根据这种情况，肝炎病人也应多吃蔬菜、豆腐、番茄及瓜果等各种富含维生素的食物，忌食豆瓣、山芋、土豆等易致胀气的食物。

肝病一般都忌食辣椒、花椒等辛辣刺激性食物，尤其是酒类，伴有浮肿或腹水时，应低盐饮食。

4. 胆囊炎和胆石症

胆囊炎、胆石症都会出现胆汁输出不利，妨碍脂肪的消化。宜吃青菜、萝卜，萝卜有利胆作用，并能帮助脂肪的消化和吸收，生吃或煮熟作菜均可。此外宜食野菜、番茄、瓜类等蔬菜。新鲜水果亦应常吃。慢性胆囊炎、胆石症，最好采用蔬食疗法。此外，草决明子每日3钱，煎汤代茶可以利大小便，应经常喝。如大便秘结，每天可用6钱~1两。草决明子既能润大便并有降胆固醇功效。

胆病病员应严格控制油脂摄入量。禁忌高胆固醇食物。食物烹调宜清炖，忌油炸、煎炒，可采用少量植物油，勿用刺激性或浓烈的调味品，忌胀气食物，以清淡而容易消化的软食为主。

5. 高脂血症（包括高胆固醇）

泽泻，每日2~3钱，煎汤代茶喝。草决明子，每日5

钱~1两,煎汤喝。望江南种子,每日3~4钱,或何首乌,每日4钱,煎服。此外,葛根、葛粉、荸荠、椿叶芽、菊花脑、牛蒡根、刺薊菜、鼠鞠草、枸杞头、白茅根、芦根、茭白、紫云英、苜蓿等亦可适量选用。但应注意适量代茶为宜,切勿大量滥服。

6. 肾脏病

急性肾炎可吃糖粥、藕粉、蔬菜、水果、果酱、蜂蜜,应吃低盐或无盐并低蛋白的食物。

慢性肾炎,亦应吃低盐食物,血浆蛋白低于正常时,可适当选食高蛋白食物,如鲫鱼、鲤鱼、黑鱼、豆腐、豆浆等。如血中非蛋白氮增高,有尿毒症倾向时,应吃低蛋白食物,但可喝鱼汤,不吃鱼肉,因鱼蛋白质70%在肉里,且鱼汤也有利尿作用。慢性肾炎患者还可吃蔬菜和水果。尿量少可吃冬瓜、丝瓜、西瓜、葫芦、竹笋、萝卜、青菜、赤豆、黑豆等。伴有高血压者,可吃藕、玉米、芥菜。并发血尿、尿镜检红血球多者,可吃刺儿菜、芥菜、马兰头等野菜。

忌生大蒜、葱、韭、辣椒等辛辣刺激食物,禁忌烟、酒。

7. 胃病

急、慢性胃炎,胃及十二指肠溃疡,胃弛缓下垂等各种胃病患者的适宜食物不尽相同,应区别对待。

急性胃炎,包括俗称“伤食”者,在发作期间必须禁食,可给予流质饮食,如菜汤、水果汁等,症状缓解后,往往有饥饿感,此时仍应严格控制,如吃食不慎,很易引起反复发作,变成慢性胃炎。

慢性胃炎,宜食易消化并富含维生素B的食物,可将糯

米、标准米、标准面、馒头、玉米粉等煮成糊。豆制品、野菜、鲜果亦均可食。如胃酸缺少者，可吃些糖醋拌食的豆制品和蔬菜等。慢性胃病（包括慢性胃炎、溃疡病或胃下垂患者）可用猪肚疗法。即用猪肚（猪胃）一个，内装小茴香1两，生姜半两（绢包），放砂锅内加水，文火煮烂，去药渣，加调味品后，分次适量食之，但要细嚼缓咽。

胃下垂，祖国医学认为是气虚下陷，主张补中益气，故宜食易消化而富含营养的食品，包括糯米粥、蛋、奶、瘦肉、鱼类、家禽、猪肝、蔬菜等。酵母类食物尤为相宜。但要少量多餐，汤水不宜多喝。

胃及十二指肠溃疡，应少量多餐。糯米粥为较宜的主食，粗粮磨粉煮成糊。菜蔬包括豆制品、野菜、青菜。也可用马铃薯、芋艿、山药磨粉蒸煮成糊，慢性胃、十二指肠溃疡病用藕根、野菱、苡米仁，文火久煮，饮其浓稠之汁，应少量而持久服用，且有防治胃癌之功。

胃病者应避免生冷食物，除慢性胃炎的胃酸缺乏症可略食酸性食物外，一般禁食辛辣酸性、刺激性及寒冷生硬的食物。

8. 慢性肠炎

慢性肠炎，包括慢性细菌性痢疾、肠结核以及神经性结肠炎等，可用下列食物：韭菜、葱、蒜等，切细煮粥。苹果去核、连皮细切，煮烂食之。山药、莲子、芡实、菱肉、藕、蕨麻、百合等煮食或磨粉蒸食。

慢性细菌性痢疾及肠结核的患者，宜常吃大蒜头，可每次用大蒜头1~2个，煨熟吃或去皮捣烂、加糖拌和生吃。或吃糖醋大蒜亦好。

9. 糖尿病

糖尿病患者的食物，应由医生根据病员的病情、体重和工作情况，制订一份蛋白、脂肪、醣类均占适当比例的食单，指定分量进食，进行食物控制。如果按照医生的规定量进食，病员仍感饥饿，可吃些蔬菜、瘦肉、豆制品等。

此外，还可采用适当的食物疗法。如：菊芋块根或牛蒡根，煮食或醃渍做菜吃。胡萝卜、萝卜、藕、花生、玉米、海藻、南瓜、山药、百合、贝蛤、蚬类，分别煮食或煨汤喝。猪胰脏每次半条至1条，煮食，间日或2~3天吃一次。野菜如椴木叶芽(吻头)、五加叶芽、香椿头等亦可吃，还可用紫杉叶或连钱草煮水代茶。

10. 肺结核

肺结核病，低热，体力消耗大，又需增加抵抗力，故必须注意补充营养。在病员能接收并能消化吸收的条件下，应尽量吃些高热量、高蛋白及维生素A、B、C、D含量较高的食物，如鸡蛋、牛奶、兽肉、动物内脏，还有鳗鲡、龟、鳖、泥鳅、小鱼、小虾、排骨等含钙较高的食物和各种蔬菜、鲜果、豆浆、豆腐皮、百合、山药、苡米仁等。

郑重推荐吃点糙米饭(糯米、粳米都好)因谷类的营养成分绝大部分含于米皮内、先把糙米清水浸一夜，要压紧锅盖，文火煮熟、焖透，细嚼缓咽，不但营养好，且含纤维，增进胃肠活力，具有积极意义。

禁忌烟、酒、辛辣刺激物。在咳嗽咯血时，葱、韭、大蒜也要禁忌，煮熟的大蒜可以吃，但应少量。

11. 老年慢性支气管炎

根据祖国医学，老年慢性支气管炎患者应扶正固本，因此，可适当吃一些热量较高、维生素较多的食物，可吃一些鱼类，如鳗鲡、泥鳅、鳖等，以及海菜类，如海带、海蜇、紫菜等。此

外如百合、山药、芡实、萝卜、荸荠、新鲜蔬菜亦均适宜。咳嗽者可用糖渍丝瓜作菜食，痰多者可用荸荠、海蜇煨汤喝。禁忌酒、烟及辛辣刺激的食物。

12. 妇女怀孕期

妇女怀孕后半期，胎儿生长骨骼，需要供给钙质，宜多吃些含钙食物，如豆浆、豆腐、鸡蛋、土豆、白菜、胡萝卜等。如有小鱼、小虾，最好油炸连皮带骨吃，还要注意大便通畅，吃些鲜菜、豆芽、瓜果、蜂蜜等。怀孕期便秘易发生痔核，可用草决明子少量（1~2钱）泡水代茶，较为适宜。

13. 小儿麻疹期

麻疹以早透、早发为佳。故首应注意护理，饮食宜清淡，宜食容易消化而富含营养的流质、半流汁，如豆浆、藕粉、赤豆或绿豆煮粥，青菜、豆腐、萝卜、竹笋、芫荽煮汤做菜。此外，鲜鲫鱼或鲜虾炖汤喝，最易使麻疹透发。荸荠或芦根煮水代茶，亦均有帮助麻疹早发、早回，防止麻疹并发症的作用。忌食生冷酸辣及油脂食物。

14. 痔疮便秘

痔疮便秘患者，为了使大便通畅，防止大便干结，应多食粗粮、糙米（九五米），青菜、芹菜等含纤维多的蔬菜。每日早晚空腹吃柿子或柿饼1~2个，并常用草决明子3~4钱煮水代茶。忌辛辣刺激性食物。

附录 3：便方索引

一、预防用药

- | | | | |
|---------------|---------|------------|-----|
| 1. 预防乙脑 | 松塔····· | 153 | |
| 芦根····· | 104 | | |
| 2. 预防流感、麻疹、白喉 | 4. 预防冻疮 | | |
| 黄皮····· | 211 | 辣椒····· | 148 |
| 葱白····· | 1 | 茄子····· | 168 |
| 磨菰蕈····· | 61 | 醋····· | 221 |
| 马兰····· | 44 | 5. 预防肠道传染病 | |
| 稻槎菜····· | 15 | 乌梅····· | 178 |
| 醋····· | 221 | 大蒜····· | 2 |
| 芦根····· | 104 | 6. 预防小儿麻疹 | |
| 大蒜····· | 2 | 香菜····· | 5 |
| 橄榄····· | 155 | 樱桃核····· | 193 |
| 苦菜····· | 18 | 马料豆····· | 165 |
| 萝卜····· | 101 | 蔊菜····· | 16 |
| 刺苋····· | 11 | 鲫鱼····· | 244 |
| 3. 预防流脑 | | 酒酿····· | 226 |
| 荸荠····· | 92 | 荸荠····· | 92 |
| | | 竹笋····· | 109 |

二、各种中毒

- | | | | |
|----------------|-----------|----------|-----|
| 1. 食物中毒、河豚鱼、鱼蟹 | 无花果····· | 195 | |
| 毒、野菰毒、毒药中毒 | 番薯嫩苗····· | 89 | |
| 芥苳····· | 73 | 2. 毒蛇咬伤 | |
| 黄花鱼····· | 243 | 石耳····· | 58 |
| 杨梅树根····· | 194 | 苕麻····· | 47 |
| 橄榄····· | 155 | 东风菜····· | 75 |
| 扁豆····· | 124 | 慈菇····· | 97 |
| 生姜····· | 85 | 苦菜····· | 9 |
| 空心菜····· | 10 | 竹叶菜····· | 24 |
| 紫苏····· | 167 | 腐婢····· | 57 |
| 腐婢····· | 57 | 刺苋····· | 11 |
| 食盐····· | 219 | 香茶菜····· | 74 |
| 羊血····· | 233 | 番薯苗····· | 89 |
| 冬瓜····· | 171 | 宝塔菜····· | 110 |
| 马料豆····· | 165 | 黄皮····· | 211 |
| 活芦根····· | 104 | 烟草····· | 60 |
| 绿豆····· | 127 | 茄子····· | 168 |

三、计划生育

- | | | | |
|----------|-----|-----------|-----|
| 黑木耳····· | 64 | 蒲公英根····· | 164 |
| 油菜子····· | 20 | 石耳····· | 58 |
| 茄子····· | 168 | 柿····· | 184 |
| 苜蓿····· | 46 | | |

四、呼吸系统疾病

1. 感冒、流行性感 冒(头
痛、鼻塞、咳嗽、咽痛、
发热)
 - 醋..... 221
 - 竹叶椒..... 147
 - 桔皮..... 187
 - 梨..... 183
 - 刺苋菜..... 11
 - 青鱼胆..... 247
 - 木半夏..... 213
 - 戴菜..... 41
 - 兰香菜..... 74
 - 荸荠..... 92
 - 大蒜..... 2
 - 槟榔..... 215
 - 枇杷..... 185
 - 竹叶菜..... 24
 - 马兰..... 44
 - 罗汉果..... 206
 - 石榴..... 192
 - 饴糖..... 225
 - 茼蒿..... 51
 - 茶菊..... 115
 - 薄荷..... 52
 - 葱白..... 1
 - 牛蒡..... 69
 - 萝卜..... 101
 - 杏仁..... 194
 - 蕤苳..... 23
 - 苦菜..... 18
 - 山药..... 100
 - 丝瓜..... 170
 - 海蜇..... 269
2. 白喉(包括预防白喉、心
肌炎)
 - 竹叶椒虫瘦..... 147
 - 阳桃..... 214
 - 玉竹..... 106
3. 慢性气管炎(咳嗽、气
喘)
 - 白果..... 198
 - 白栎..... 55
 - 枇杷..... 185
 - 独行菜..... 56
 - 咖啡树..... 132
 - 灵芝..... 63

薺菜·····	16	鵝胆·····	232
松塔·····	153	鸡胆·····	228
刀豆·····	121	冬瓜子·····	171
棉花·····	116	蝗虫·····	270
蛤蚧·····	258	向日葵·····	158
紫苏·····	167	5. 肺脓疡(肺痛吐脓血)	
木半夏·····	213	蕺菜·····	41
珊瑚菜·····	96	甜瓜子·····	172
胡颓子·····	203	丝瓜子·····	170
北瓜·····	174	芦根·····	104
香椽·····	189	葛根·····	84
燕窝·····	231	红麴·····	227
萝卜·····	101	冬瓜子·····	171
清明菜·····	17	百合·····	88
生姜·····	85	6. 肺结核、淋巴结核、骨结	
饴糖·····	225	核	
葵菜·····	14	牡蛎·····	267
海松·····	133	播娘蒿·····	56
栗子·····	142	蛇·····	252
甘蔗·····	108	黄颡鱼·····	242
青鱼胆·····	247	鳊鲡·····	249
柚子·····	188	百合·····	88
白芥子·····	177	乌贼鱼·····	248
菠菜子·····	43	鮑鱼·····	262
4. 百日咳		柿·····	184
大蒜·····	2	藤梨根·····	184
刀豆·····	121	蛤蜊·····	265

木瓜	216
蝗虫	270
五味子	134
蕺菜	41
大蒜	1
龟板	260
稗	53
鳖甲	261
何首乌	94
珊瑚菜	96
山药	100
桃	179
芋艿	98
菊花脑	45

白果	198
蚕蛹	271
生姜(外用)	85
7. 慢性鼻炎、副鼻窦炎、(鼻渊、脑漏)	
葛根	84
玉兰花	113
葱白	1
灵芝	63
大蒜	2
8. 鼻息肉、肥厚性鼻炎(鼻痔)	
甜瓜蒂	172

五、消化系统疾病

1. 急性胃肠炎(痧气、腹痛、吐泻)口臭	
乌梅	178
丁香	153
茶叶	77
桂花	113
睡菜	9
大蒜	2

杨梅	194
萝卜	101
兰香草	74
番薯苗	89
扁豆	124
荞麦	141
竹叶椒	147
2. 骨鲠咽喉	

橄榄核.....	155	刺猬皮.....	241
3. 口腔糜烂		佛手.....	190
石榴.....	192	黄皮.....	211
梧桐.....	68	牡蛎.....	267
蕺荷.....	23	桂花.....	113
可可豆.....	127	桔皮.....	187
桂花.....	113	番木瓜.....	196
野蔷薇.....	70	桂皮.....	68
4. 食道疾病, 包括食道癌		牛蒡.....	69
(噎膈、反胃) 咽喉骨鲠或		五加皮.....	76
竹木刺入喉		睡菜.....	9
韭菜.....	7	食茱萸.....	209
莼菜.....	19	玫瑰花.....	112
罗勒.....	54	枇杷叶.....	185
鹅血.....	232	蛤壳.....	265
甘蔗.....	108	刀豆.....	121
鳊鱼.....	249	胡椒.....	146
栗子.....	142	向日葵.....	158
菱.....	139	蚶子.....	266
薏米.....	159	乌贼骨.....	248
鲫鱼.....	244	大麦芽.....	137
荸荠.....	92	糯稻根.....	111
胡椒.....	146	代代桔.....	190
5. 慢性胃炎、胃酸过多(胃		鸡蛋壳.....	228
痛、吐酸水、消化不良)		山楂.....	161
生姜.....	85	铁树皮.....	66
胡孙眼.....	62	花椒.....	149

香菜	5	李)	
无花果	195	芦根	104
小茴香	150	丁香	153
鸡内金	228	刀豆	121
锅粑焦	227	柿蒂	184
砂仁	144	9. 肠寄生虫病, 如蛔虫、钩虫、蛲虫、绦虫、姜片虫病等	
6. 胃、十二指肠溃疡		葱白	1
马铃薯	91	胡萝卜子	103
包心菜	16	番木瓜	196
饴糖	225	棕榈根	76
五加皮	76	槟榔	215
清明菜	17	榧子	157
乌贼鱼骨	248	乌梅	178
蜂蜜	272	芝麻秸	166
木棉根	117	椰子	213
青鱼胆	247	花椒	149
7. 慢性肠胃病 (脾胃虚寒、气滞腹痛)		茵陈	59
代代桔	190	石榴根	192
香椽	189	薏米根	159
蔊菜	16	南瓜子	174
东风菜	75	黄皮	211
茴香	150	10. 肠炎下痢, 包括菌痢、阿米巴痢	
文旦	188	榛子	143
生姜	85	木半夏	213
大枣	181		
8. 呃忒 (横膈膜痉)			

- | | | | |
|------------|-----|----------------|-----|
| 胡颓子····· | 203 | 12. 慢性腹泻, (包括肠 | |
| 石耳····· | 58 | 结核、慢性结肠炎 | |
| 番石榴····· | 208 | 等) | |
| 翻白草····· | 71 | 木半夏····· | 213 |
| 大蒜····· | 2 | 榛子····· | 143 |
| 乌梅····· | 178 | 仙人果····· | 71 |
| 玫瑰花····· | 112 | 金樱子····· | 134 |
| 竹叶菜····· | 24 | 食茱萸····· | 209 |
| 椿根皮····· | 80 | 薤白····· | 100 |
| 白栎····· | 55 | 石耳····· | 58 |
| 龟····· | 260 | 蕨菜····· | 14 |
| 菠萝根····· | 186 | 波罗蜜····· | 186 |
| 地肤子····· | 51 | 苹果····· | 182 |
| 茶叶····· | 77 | 荞麦····· | 141 |
| 石榴皮····· | 192 | 牛肉····· | 234 |
| 杨梅····· | 194 | 芡实····· | 138 |
| 刺苋菜····· | 11 | 山药····· | 100 |
| 鹅肠菜····· | 25 | 胡桃····· | 200 |
| 马齿苋····· | 46 | 莲子····· | 140 |
| 牛····· | 234 | 龟····· | 260 |
| 11. 肠痈、阑尾炎 | | 13. 痔肿、脱肛 | |
| 鹅肠菜····· | 24 | 茄子····· | 168 |
| 芋艿····· | 98 | 香蕉····· | 182 |
| 冬瓜子····· | 171 | 仙人果····· | 71 |
| 生姜····· | 85 | 鹅肠菜····· | 24 |
| 甜瓜子····· | 172 | 刺猬皮····· | 241 |
| 苦菜····· | 18 | 蕨菜····· | 14 |

胡孙眼·····	62	甜瓜蒂·····	172
田螺·····	264	灵芝·····	63
柿饼·····	184	茵陈·····	59
甜瓜·····	172	田螺·····	264
白栎·····	55	金花菜·····	46
河蚌·····	263	玉米须·····	129
苎麻·····	47	葫芦·····	169
海参·····	268	蘑菰蕈·····	61
梧桐·····	68	五味子·····	134
香菜·····	5	宝塔菜·····	110
无花果·····	195	泥鳅·····	255
代代桔·····	190	松塔·····	153
榧子·····	157	薏米根·····	15 ⁹
14. 便秘, 腹胀		金针菜·····	118
大头菜子·····	93	大头菜·····	93
大茴香·····	151	马兰·····	44
马铃薯·····	91	蒲葵叶·····	164
柏子仁·····	209	16. 肝、脾肿大(痞块、痞母等)	
郁李·····	132	鳖甲·····	261
苜蓿·····	9	狗肉·····	240
15. 肝炎、胆囊炎、胆石		阳桃·····	214
症、黄疸等		槟榔·····	215
茅莓·····	54	17. 腹水、便秘	
刺儿菜·····	21	桃花·····	179
蕲蕈·····	57	紫藤花·····	114
牛·····	234	柏子仁·····	209
红花菜·····	41		

槟榔	215
郁李	132

番薯藤	89
-----	----

六、泌尿、生殖系统疾病

1. 急、慢性肾炎, 肾盂肾炎 (浮肿、腹水、小便不利、 尿闭)

西瓜	176
四季菜	72
玉米	129
红花菜	41
紫藤花	114
大腹皮	215
赤豆	123
野蔷薇	70
桑	201
葫芦	169
五加皮	76
空心菜	10
葵菜	14
鲫鱼	244
洋生姜	87
越桔	133
豇豆	125
芥菜	12

冬瓜	171
荸荠苗	92
鸭	230
竹笋	109
南瓜	174
砂仁	144
金针菜	118
黑鱼	248
食盐	219
黄颡鱼	242
椒目	149
高粱根	163
鲤鱼	242

2. 尿路感染(尿急、尿 频、热淋、血淋、尿痛 等)

刺儿菜	21
地肤	51
鸭跖草	24
田螺	264
红花菜	41

鹅肠菜	25
玉米	129
芥菜	12
绿豆	127
向日葵	158
薏米根	159
葱白	1
3. 尿路结石(砂淋)	
玉米须	129
葫芦	169
地肤子	51
黄花鱼	243
4. 小便频数、夜尿、尿床	
山茱萸	135
棉花子	116
栗子	142
枳椇子	136
饴糖	225
韭菜	7
鸡内金	228

红花菜	41
芡实	138
胡桃	200
5. 疝气, 睾丸炎, 前列腺 炎	
山楂	161
大茴香	151
枸桔	206
海藻	81
蒟萝	145
桔核	187
葫芦巴	128
黄皮	211
食盐	219
小茴香	150
白栎	55
荔枝	204
木天蓼	156
榧子	157
向日葵	158

七、循环系统疾病

1. 高血压、血管硬化

香蕉	182
桃	179
灵芝	63

藜	53
西瓜	176
荸荠	92
海参	268

山楂	161	何首乌	94
向日葵	158	莲心	140
葫芦	169	木耳	64
玉兰花	113	茶菊	115
茼蒿	51	豌豆	122
豆薯	92	西红柿	120
番茄	120	葛根	84
荞麦	141	2. 冠心病(怔忡、脉结代、心悸动)	
芹菜	6	莲	140
莼菜	19	薤白	100
鸭蛋	230	豌豆	122
黑芝麻	166	五味子	134
柿	184	野山楂	161
亚麻	207	小麦	137
荠菜花	12	蜂蜜	272
海蜇	269	牡蛎	267
竹叶心	109	3. 心脏病, 包括肺原性心脏病、风湿性心脏病	
梧桐	68	玉竹	106
菠菜	43	竹叶菜	24
茭白	107	蕺菜根	41
棕榈	76	老茶树根	77
鲍鱼	262	豌豆	122
蜂蜜	272		
马兰	44		

八、神经系统疾病

- | | |
|------------------------------|------------------------|
| 1. 神经官能症、神经衰弱、
性神经衰弱、心烦不眠 | 金樱子…………… 134 |
| 胡芦巴…………… 128 | 马宝…………… 237 |
| 苦瓜…………… 210 | 萍蓬草…………… 98 |
| 灵芝…………… 63 | 2. 癫痫 |
| 复盆子…………… 211 | 马宝…………… 237 |
| 刺猬皮…………… 241 | 蟾蜍…………… 260 |
| 睡莲…………… 23 | 睡莲…………… 23 |
| 睡菜…………… 9 | 3. 项肌、腿肌痉挛（落枕、
牵筋等） |
| 雀…………… 231 | 木瓜…………… 216 |
| 五味子…………… 134 | |

九、各种出血病

- | | |
|--------------------------|----------------|
| 1. 咯血、尿血、下血、妇科
出血、白血病 | 莲、藕…………… 140 |
| 芹菜…………… 6 | 豆腐锅粑焦…………… 223 |
| 仙人果…………… 71 | 玉米…………… 129 |
| 蚕豆…………… 125 | 马齿苋…………… 46 |
| 稗…………… 53 | 苜蓿…………… 46 |
| 芝麻…………… 166 | 鲫鱼…………… 244 |
| 石耳…………… 58 | 棕榈…………… 76 |
| 刺儿菜…………… 21 | 金针菜…………… 118 |
| 蘑菰蕈…………… 61 | 荠菜…………… 12 |
| | 棉花…………… 116 |

空心菜·····	10
2. 出血性紫癜 (齿衄、青腿 牙疳)	
荠菜·····	12
枣皮·····	181
马兰·····	44
牛·····	234

刺儿菜·····	21
棉花子·····	116
蛤蜊粉·····	265
鹿角·····	237
花生米·····	120
猪皮·····	239

十、妇科疾病

1. 月经不调、痛经

向日葵·····	158
酒·····	220
蕤苳·····	23
芹菜·····	6
马兰·····	44
木天蓼·····	156
小茴香·····	150
玉兰花·····	113
桃仁·····	179
薏米根·····	159
桂皮·····	68
茶·····	77
地笋·····	95
玫瑰·····	112

2. 闭经

香茶菜·····	74
羊肉·····	233
3. 月经过多、功能性子宫 出血 (崩漏等)	
牛角腮·····	234
荔枝·····	204
马蹄甲·····	237
刺儿菜·····	21
砂仁·····	144
萍蓬草·····	98
阿胶·····	238
淡菜·····	268
马兰·····	44
木耳·····	64
鲫鱼·····	244
香椿根皮·····	80

蚕豆	125
狗肉	240
向日葵	158
桂圆	203
棉花根	116
荠菜	12
马齿苋	46
荞麦	141
4. 赤白带	
豆腐锅粑	223
白果	198
碎米荠	13
荠菜	12
乌饭树	66
石榴	192
马齿苋	46
莲子	140
蚕豆	125
马料豆	165
荞麦	141
椿根皮	80
扁豆	124
淡菜	268
向日葵	158
韭菜	7
茄子	168
空心菜	10

5. 子宫附件炎及盆腔炎	
鹅肠菜	25
四季菜	72
无花果	195
茄子	168
蕺菜	41
铁树叶	66
苎麻	47
马料豆	165
苦菜	18
椿根皮	80
6. 习惯性流产(胎漏、胎动不安)	
苎麻根	47
鲈鱼	246
牛鼻	234
凉粉果	197
紫苏叶	167
刀豆	121
南瓜蒂	174
秫米	129
砂仁	144
7. 难产、胞衣不下	
河蟹	256
兔脑	241
海马	270
燕麦	163

- | | | | |
|----------------------|-----|-----------------------|-----|
| 蒲葵叶..... | 164 | 酒酿..... | 226 |
| 8. 产后血晕昏倒(急性脑
贫血) | | 桔叶..... | 187 |
| 醋..... | 221 | 枸桔..... | 206 |
| 韭菜..... | 7 | 13. 乳痈(乳腺炎)乳头破裂 | |
| 9. 妇人阴挺(子宫脱垂) | | 鹿角..... | 237 |
| 龟..... | 260 | 马兰..... | 44 |
| 苳麻..... | 47 | 向日葵..... | 158 |
| 蛇..... | 252 | 酒酿..... | 226 |
| 茄子..... | 168 | 丁香..... | 153 |
| 代代桔..... | 190 | 榧..... | 157 |
| 田螺..... | 264 | 芋艿..... | 98 |
| · 10. 产后乳汁缺少 | | 14. 产后风痛 | |
| 猪皮..... | 239 | 马料豆..... | 165 |
| 虾..... | 257 | 黑豆(豆淋酒)..... | 126 |
| 棉花子..... | 116 | 15. 产后儿枕痛(子宫收缩
不全) | |
| 鲫鱼..... | 244 | 河蟹..... | 256 |
| 猕猴桃..... | 184 | 山楂..... | 161 |
| 金针菜..... | 118 | 16. 产前产后浮肿 | |
| 鲤鱼..... | 242 | 鲤鱼..... | 242 |
| 芝麻..... | 166 | 鲫鱼..... | 244 |
| 11. 回奶 | | 南瓜..... | 174 |
| 大麦芽..... | 137 | 糠粃..... | 225 |
| 12. 乳房核肿 | | | |

十一、皮肤疾病

- | | | |
|--------------|----------|-----|
| 1. 头癣、体癣、牛皮癣 | 胡桃油..... | 200 |
|--------------|----------|-----|

大头菜·····	93	茭白·····	107
醋·····	221	山药·····	100
鳃油·····	249	竹叶菜·····	24
梧桐·····	68	赤豆·····	123
柚子·····	188	空心菜·····	10
马料豆溜油·····	165	绿豆·····	127
烟草·····	60	枣树皮·····	181
杨梅树皮·····	194	洋生姜·····	87
辣椒·····	148	5. 风疹、疱疹、湿疹、黄水	
榧·····	157	疮	
芝麻叶·····	166	茶·····	77
2. 鸡眼、胼胝、皲裂		茅莓·····	54
薏米·····	159	番石榴·····	208
芋艿·····	98	醋·····	221
白果·····	198	枇杷·····	185
梅·····	178	何首乌·····	94
无花果·····	195	青鱼胆·····	247
3. 脂溢性秃发, 白癜风		马铃薯·····	91
芝麻秸·····	166	番木瓜·····	196
鲇鱼·····	252	红曲·····	227
4. 丹毒、腮腺炎		薄荷·····	52
泥鳅·····	255	丝瓜·····	170
地耳·····	58	芋艿·····	98
苎麻·····	47	地肤子·····	51
食盐·····	219	番薯叶·····	89
青鱼胆·····	247	茵陈·····	59
油菜·····	20	荞麦·····	141

菱	139	清明菜	17
蚕豆	125	蚰子	266
枸桔	206	马齿苋	46
酸枣树	181	黄颡鱼	242
乌贼鱼	248	黄鳝血	251
慈菇	97	虾	257
蜂蜜	272	10. 皮肤化脓性疾病 (毛囊炎、疖、疖、背疽、疔疮等)	
6. 冻疮		黄鹌菜	8
辣椒	148	芥苳	73
醋	221	大头菜	93
茄子	168	苜蓿	9
白果	198	菊花脑	45
山药	100	碎米荠	13
鸡蛋黄油	228	稻槎菜	15
油橄榄	218	刺苋菜	11
7. 漆疮		茅莓	54
河蟹	256	黄瓜	218
8. 狐臭		香茶菜	74
醋	221	苎麻	47
9. 疔疮、烂腿 (下肢溃疡)		百合	88
刺苋菜	11	油菜	20
无花果	195	番木瓜	196
翻白草	71	胡颓子	203
豆腐	223	鳊鱼	249
乌贼鱼	248	蕺菜	41
蜂蜜	272		
波罗蜜	186		

鸡蛋黄油	228
向日葵	158
鲫鱼	244
番薯	89
甘蔗	108
红曲	227
饴糖	225
枇杷叶	185
虾	257
黄皮	211
棉花子	116
白芥子	177
葱	1
赤豆	123
香椿	80
空心菜	10

桃	179
阳桃	214
洋生姜	87
鹿角	237
丝瓜	170
醋	221
竹叶菜	24
慈菇	97
小麦粉	137
河蟹	256
香蕉	182
烟草	60
鹅肠菜	25
芋艿	98
藜	53

十二、眼科疾病

大头菜子	93
蕤核仁	131
罗勒	54
红花菜	41
芥萸	57
雀	231
兔肝	241

番薯叶	89
地肤子	51
槟榔	215
兔屎	241
青鱼胆	247
覆盆子	211

十三、骨、关节疾病

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 风湿性关节炎、神经痛 | 烟草汁.....60 |
| 蛇..... 252 | 木棉树根..... 117 |
| 五味子..... 134 | 凉粉果..... 197 |
| 阳桃根..... 214 | 麻蕒..... 160 |
| 明党参..... 104 | 越桔..... 133 |
| 花姬蛙..... 258 | 黄楝头.....69 |
| 棉花子..... 116 | 玫瑰..... 112 |
| 桂花..... 113 | 棕榈根.....76 |
| 高粱根..... 163 | 宝塔菜..... 110 |
| 蚕砂..... 271 | 柏子仁..... 209 |
| 麻子仁..... 160 | 芝麻叶..... 166 |
| 苜蓿.....46 | 2. 骨髓炎 |
| 木天蓼..... 156 | 烟草.....60 |

十四、外 伤

- | | |
|---------------|--------------|
| 1. 跌打伤痛 | 木半夏..... 213 |
| 木棉树根..... 117 | 金樱子..... 134 |
| 木瓜..... 216 | 香茶菜.....74 |
| 黄鹌菜..... 8 | 番石榴..... 208 |
| 玫瑰..... 112 | 藤梨..... 184 |
| 宝塔菜..... 110 | 铁树叶.....66 |
| 鹅肠菜.....25 | 烟草.....60 |
| 鹿角..... 237 | 2. 扭挫伤 |

木瓜	216	鹅肠菜	25
海马	270	马勃	65
蒟萝	145	椿根	80
3. 治伤止血		红花菜	41
稗	53	桂圆核	203
乌饭树	66	鳖血	261
葱白	1	4. 火伤	
韭菜根	7	南瓜	174
茅莓	54	梧桐	68
野苎麻	47	桂圆	203
海马	270	亚麻	207
东风菜	75	苦瓜	210
刺儿菜	21	鲟鱼	244
番石榴	208	杨梅树	194
铁树叶	66	葵菜	14
乌贼鱼骨	248	鸡蛋黄	228
蚕茧	271	5. 吸出弹片签刺	
波罗蜜	186	番薯	89
竹叶菜	24	蕺菜	41
杨梅树皮	194	南瓜	174
金樱子	134	饴糖	225

十五、恶性肿瘤

番杏	37	蟾蜍	260
紫藤	114	薏米仁	159

蘑菰草.....61

菱..... 139

十六、其 他

1. 糖尿病、尿崩症(尿多、 消渴)

冬瓜..... 171

豌豆..... 122

西瓜..... 176

番薯藤.....89

鲇鱼..... 252

马乳..... 237

五加皮.....76

豇豆..... 125

马蹄甲..... 237

田螺..... 264

洋生姜.....87

山药..... 100

南瓜..... 174

菠萝..... 215

糯稻根..... 111

2. 脚气病

糠栖..... 225

白首乌.....96

3. 小儿佝偻病

五加皮.....76

附录 4：药名索引

二画

刀豆	121
丁香	153
丁萝卜	49
八角	151
八月瓜	208

三画

三角姬蛙	259
三叶鸡血藤	29
万寿果	196
小麦	137
小茴香	150
大麦	137
大豆	126
大血藤	29
大麻	160
大枣	181
大蒜	2
大头菜	93
大蓟草	21

大茴香	151
大芥	57
子午莲	23
广西木瓜	176
飞蝗	270
山楂	161
山药	100
山羊	233
山花根	104
山萝卜	49
山石榴	134
山茶萸	135
山西胡麻	207
川椒	149
千屈菜	35
马(蹄甲、马宝)	237
马兰头	44
马勃	65
马料豆	165
马齿苋	46
马铃薯	91
土豆	91

土茴香..... 145
土三七..... 39

四画

木耳..... 64
木莲..... 197
木棉树..... 117
木瓜..... 216
木通..... 208
木兰..... 113
木蜜..... 136
木半夏..... 213
木波罗..... 186
木天蓼..... 156
木犀花..... 113
木灵芝..... 63
文旦..... 188
文蛤..... 265
丹桂..... 113
牛..... 234
牛蒡..... 69
牛皮消..... 96
风尾蕉..... 66
风梨..... 215
天竺桂..... 68
天青地白..... 54
无漏子..... 67

无花果..... 195
瓦雀..... 231
水粟..... 98
水仙桃..... 36
水莴苣..... 36
水母..... 269
水苦苣..... 36
火葱..... 1
火麻仁..... 160
五加皮..... 76
五味子..... 134
五棱子..... 214
五敛子..... 214
乌芋..... 92
乌龟..... 260
乌梅..... 178
乌贼鱼..... 248
乌骨鸡..... 228
乌梢蛇..... 252
乌饭树..... 66

五画

白果..... 198
白栎..... 55
白首乌..... 96
白茅根..... 36
白木耳..... 64

白茄子	168
白芥子	177
白残花	70
白带草	13
白花败酱	72
白扁豆	124
白头翁	27
白胡椒	146
白僵蚕	271
白地黄瓜	40
生姜	85
可可豆	127
台湾莴苣	49
石榴	192
石决明	262
石耳	58
石壁花	58
石首鱼	243
代代橘	190
仙人果	71
半荷枫	34
冬瓜	171
冬葵	14
冬苋菜	14
东风菜	75
田螺	264
田鸡	258

田芥	15
四季葱	1
四季菜	72
四鳃鱼	246
四眼果	30
包心菜	16
北瓜	174
北沙参	96
北五味子	134
甘兰	16
甘蔗	108
甘菊	115
甘露子	110
兰香草	74
龙眼	203
龙落子	270
玉竹	106
玉米	129
玉麦	129
玉兰花	113
巨胜子	203

六画

地瓜	92
地笋	95
地瓜儿苗	95
地肤	51

地栗	92
地耳	58
地钱	58
地衣	58
羊	233
阳桃	214
阴香	68
托盘	33
竹笋	109
竹叶	109
竹茹	109
竹叶菜	24
竹叶椒	147
肉蕈	61
华中五味子	134
肉枣	135
向日葵	158
回青橙	190
血风藤	29
西瓜	176
西红柿	120
沙枣	32
百合	88
红豆蔻	32
红枣	181
红梅消	54
红花菜	41

红曲	227
芋艿	98
芝麻	166
安乐菜	46
安石榴	192
亚麻	207
齐墩果	218
鳧葵	9

七画

佛手	190
佛耳草	17
赤豆	123
赤曲	227
花椒	149
花姬蛙	259
芸苔菜	20
茺荑	5
茺菁	93
菟菜	11
芡实	138
芹菜	6
芦根	104
芦粟	163
芦稷	163
芥菜	177
何首乌	94

旱芹.....	6	河蟹.....	256
灵芝.....	63	油菜.....	20
杏仁.....	194	油橄榄.....	218
鸡.....	228	杨梅.....	194
鸡距子.....	136	刺猬皮.....	241
鸡头子.....	138	罗汉果.....	206
鸡腿子.....	71	罗勒.....	54
苏枳壳.....	190	波罗蜜.....	186
空心菜.....	10	明党参.....	104
麦芽糖.....	225	阿胶.....	238
饭炭.....	227	狗.....	240
牡蛎.....	267	枣.....	181
豆薯.....	92	枣皮.....	135
豆腐.....	223	咖啡树.....	132
豆豉.....	224	刺苋菜.....	11
豆腐柴.....	57	刺蒺花.....	70
苇茎.....	104	刺儿菜.....	21
驴皮胶.....	238	玫瑰花.....	112
八画		丝瓜.....	170
金花菜.....	46	宝塔菜.....	110
金樱子.....	134	败酱莲.....	35
金针菜.....	118	郁李.....	132
使君子.....	155	苞米.....	129
泽漆麻.....	27	苞谷.....	129
泥鳅.....	255	委陵菜.....	27
河蚌.....	263	松塔.....	153
		松果.....	153

枫荷梨.....	34	枸橘.....	206
枇杷.....	185	枸杞.....	143
矾松.....	31	胡麻.....	166
苦瓜.....	210	胡椒.....	146
苦丁香.....	172	胡桃.....	200
苦苣菜.....	18	胡萝卜.....	103
苦酒.....	221	胡瓜.....	218
苦菜.....	18	胡芦巴.....	128
苹果.....	182	胡颓子.....	203
茄子.....	168	胡孙眼.....	62
苎麻.....	47	茴香.....	150
青鱼.....	247	独行菜.....	56
青果.....	155	柏子仁.....	209
青桐.....	68	树莓.....	33
青鱼胆.....	247	茭白.....	107
青冈树.....	55	草棉.....	116
美舌藻.....	38	草蒺藜.....	41
昆布.....	82	草石蚕.....	110
饴糖.....	225	芥菜.....	12
苜蓿.....	46	芥苳.....	73
茅莓.....	54	荞麦.....	141
		荔枝.....	204
九画		茶叶.....	77
枳椇子.....	136	茶菊花.....	115
韭菜.....	7	苘蒿菜.....	51
柿.....	184	茵陈蒿.....	59
柚子.....	188	追骨风.....	17

洋生姜	87
洋山芋	91
泽漆麻	27
泽兰	95
砂仁	144
南瓜	174
南烛	66
南五味子	134
南酸枣	30
扁豆	124
香瓜	172
香芹	6
香葱	1
香菜	5
香佩兰	54
香椿头	80
香榧	157
香蕈	61
香蕉	182
香椽	189
香蛇麻	115
香茶菜	74
珍珠母	263
费菜	39
虾	257
兔	241
复盆子	211

食茱萸	209
食盐	219
珊瑚菜	96

十画

铁树	66
莼菜	19
高粱	163
凉瓜	92
凉粉果	197
胭脂菜	21
豇豆	125
家皂	230
海马	270
海参	268
海滨莴苣	37
海带	82
海藻	81
海松子	133
海蛤	265
海蜇	269
海螵蛸	248
海棠梨	216
海萝卜	31
粉蕨	14
酒	220
酒酿	226

烟叶	60
烟草	60
粟	142
染菽	66
桑椹	201
桑耳	201
桔	187
桃	179
桃南瓜	174
桂圆	203
桂花	113
桂皮	68
桂鱼	246
核桃	200
秫米	129
通天草	92
鸭跖草	24
鸭脚荷	34
鸭	230
拳头菜	14
蚕豆	125
蚕蛹	271
莲、藕	140
荸荠	92
苔菜	9
鬼球	197
高粱	163

荷叶	140
蚝子	267
臭黄荆	57

十一画

莱阳参	96
莱菔	101
野蒜	100
野蔷薇	70
野刺苋	11
野百合	88
野苎麻	47
野菱	139
紫菜	83
紫苏	167
紫藤花	114
紫云英	41
蚶子	266
蒜薹	57
梅子	178
梧桐	68
蛇	252
梨	183
犁头蛙	259
淡菜	268
清明菜	17
甜瓜	172

绿豆	127
绵絮头	17
莢实	70
菌灵芝	63
菊花脑	45
慈菇	97
菊芋	87
菱	139
萝卜	101
菠菜	43
菠萝	215
萍蓬草	98
黄皮	211
黄瓜	218
黄颊鱼	242
黄精	105
黄鹤菜	8
黄花鱼	243
黄棟头	69
黄棟茶	69
黄瓜菜	8
黄鱈	251
黄颡鱼	242
黄魮	242
野芥菜	13
银杏	189
猪肤	239

鹿	237
麻蕒	160
麻雀	231
啤酒花	115
猕猴桃	184
淮小麦	137
雀	231
雀麦	163
雀梅	132

十二画

翘摇	41
棉子	116
菰米	107
椒红	149
棕櫚子	76
椰子	213
寒食菜	17
葱	1
葵菜	14
落苏	168
落帚	51
落花生	120
落葵	21
遏蓝菜	57
滑菜	14
葡萄	205

葫芦	109
萱草	118
粟米	129
蛤蜊	265
番瓜	174
番木瓜	196
番杏	37
番茄	120
番薯	89
番石榴	208
鵝	232
鵝腸菜	25
黑豆	126
黑木耳	64
黑芝麻	166
黑苏子	167
黑魚	248
蛙	258
蛤蟆	258
蛤蚧	258
蛤士蟆	258
葛根	84
葛寒猕猴桃	156
遂仁	131
晚蚕沙	271
腐婢	57
越桔	133

十三画

苜蓿	145
椴木	74
椴子	209
蜂蜜	272
锦荔枝	210
蜀酸枣	30
碎米荠	13
稗	53
稗草	53
椿根皮	80
蒲公英	164
蒲公英	48
莠翁菜	69
蓬蒿菜	51
睡莲	23
睡菜	9
鼠曲草	17
鲇鱼	252
鮑鱼	262

十四画

辣椒	148
辣子	209
馥菜	9
碧桃干	179

蕻菜	6
蔊菜	16
嘉草	23
蔓菁	93
酸枣仁	181
鲫鱼	244
槟榔	215
榛子	143
鲢鱼	252
稻槎菜	15

十五画

榧子	157
櫻桃	193
播娘蒿	56
醋	221
醉草	9
豌豆	122
蕨麻	71
蕈核仁	131
鲤鱼	242
蝮蛇	252
蝗虫	270
猬鼠	241
鳎	230

十六画

橡栎	55
橡子	55
藤梨	184
橄榄	155
蕹菜	10
蕹白	100
蕺菜	41
螃蟹	256
燕麦	163
燕窝	231
燕尾草	97
薏米仁	159
薜荔	197
薄荷	52
糖罐子	134

十七画以上

藕田蔗	54
蕻荷	23
鲮鱼	255
藕节	140
鳖	261
酱	222
鳗鲡	246
鳊鱼	251
蜉蝣	256
鳢鱼	248

糯稻.....	111	蟾蜍.....	260
糠栖.....	225	癞虾蟆.....	260
藜.....	53	繁缕.....	25
鳊鱼.....	249	锅粑.....	227
鳊鱼.....	244	藤菜.....	21
鲈鱼.....	246	蘑菇草.....	61
鲟鱼.....	244	蘑菇.....	61
蒜香.....	151	翻白草.....	71

附录 5：拉丁学名索引

学 名	药 名	科 名
<i>Acanthopanax gracilistylus</i> W. W. Smith.	细柱五加	五加科
<i>Actinidia polygama</i> (Sieb., et Zucc.) Miq.	木天蓼	猕猴桃科
<i>Actinidia chinensis</i> Planch.	猕猴桃	猕猴桃科
<i>Adenophora remotifolia</i> Miq.	茅茛	桔梗科
<i>Akebia quinata</i> DC.	木通	木通科
<i>Allium fistulosum</i> L.	葱	石蒜科
<i>Allium safivum</i> L.	大蒜	石蒜科
<i>Allium odorum</i> L.	韭菜	石蒜科
<i>Allium bakeri</i> Regel.	薤白	石蒜科
<i>Alpinia galanga</i> Willd.	红豆蔻	姜科
<i>Amaranthus spinosus</i> L.	刺苋	苋科
<i>Amomum xanthoides</i> Wall.	缩砂密	姜科
<i>Amyda sinensis</i> Wiegmann.	鳖	鳖科
<i>Ananas comosus</i> (L.) Merr.	菠萝	凤梨科
<i>Anethum graveolens</i> L.	茴香	伞形科
<i>Anguilla japonica</i> Temm et schl.	鳗鲡	鳗鲡科
<i>Anodonta chinensis</i> .	河蚌	蚌科
<i>Anser domestica</i> .	鹅	鸭科

学名	别名	科名
<i>Apis mellifica</i> L.	蜜蜂	蜜蜂科
<i>Apium graveolens</i> L. var <i>dulce</i> DC.	芹菜	伞形科
<i>Apocynum venetum</i> L.	罗布麻	夹竹桃科
<i>Arachis hypogaea</i> L.	落花生	豆科
<i>Aralia chinensis</i> L.	楸木	五加科
<i>Arca inflata</i> Reeve.	蚶子	魁蛤科
<i>Arctium lappa</i> L.	牛蒡	菊科
<i>Areca catechu</i> L.	槟榔	棕榈科
<i>Artemisia capillaris</i> Thunb.	茵陈蒿	菊科
<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	菠萝蜜	桑科
<i>Aster scaber</i> Thunb.	东风菜	菊科
<i>Astragalus sinicus</i> L.	紫云英	豆科
<i>Aurelia aurita</i> .	海参	(腔肠动物 水母类)
<i>Auricularia auricula</i> (L. ex Hook.) underw.	木耳	木耳科
<i>Avena sativa</i> L.	燕麦	禾本科
<i>Averrhoa carambola</i> L.	阳桃	酢浆草科
<i>Basella rubra</i> L.	落葵	落葵科
<i>Benincasa hispida</i> Cogn.	冬瓜	葫芦科
<i>Bidens tripartita</i> L.	郎耶菜	菊科
<i>Biota orientalis</i> (L.) Endl.	侧柏	柏科
<i>Boehmeria nivea</i> (L.) Gaud.	苎麻	荨麻科
<i>Bombyx mori</i> L.	蚕蛹	蚕蛾科
<i>Brasenia schreberi</i> J. F. Gmel.	莼菜	睡莲科

学名	药名	科名
<i>Brassica alba</i> (L.) Boiss.	白芥	十字花科
<i>Brassica campestris</i> L.	油菜	十字花科
<i>Brassica napobrassica</i> Mill.	大头菜	十字花科
<i>Brassica oleracea</i> L.		
var. <i>capitata</i> L.	包菜	十字花科
<i>Bufo gargavizans</i> Cantor.	蟾蜍	蟾蜍科
<i>Caloglossa leprieurii</i> (Mont.) J. Ag.	岩头菜	红叶藻科
<i>Camellia sinensis</i> O. Ktze.	茶叶	山茶科
<i>Canarium album</i> Raeusch.	橄榄	橄榄科
<i>Canis familiaris</i> L.	狗	犬科
<i>Canavalia gladiata</i> DC.	刀豆	豆科
<i>Cannabis sativa</i> L.	大麻	桑科
<i>Capsella bursa—pastoris</i> (L.) Medic.	荠菜	十字花科
<i>Capsicum frutescens</i> L.	辣椒	茄科
<i>Carassius auratus</i> L.	鲫鱼	鲤科
<i>Cardamine flexuosa</i> With.	碎米荠	十字花科
<i>Carica papaya</i> L.	番木瓜	番木瓜科
<i>Caryopteris incana</i> Miq.	兰香菜	马鞭草科
<i>Castanea mollissima</i> Bl.	栗	壳斗科
<i>Cedrela sinensis</i> Juss.	香椿	楝科
<i>Cephalanoplos segetum</i> (Bunge) Kitam.	刺儿菜	菊科
<i>Chaenomeles lagenaria</i> Koidz.	木瓜	蔷薇科
<i>Changium smyrnioides</i> Wolff	明党参	繖形科

学 名	药 名	科 名
<i>Chenopodium album</i> L.	藜	藜科
<i>Chœrospondias axillaris</i> (Roxb.) B. L. Burtt et Hill.	南酸枣	漆树科
<i>Chrysanthemum coronarium</i> L. var <i>spatiosum</i> Bailey	茼蒿	菊科
<i>Chrysanthemum morifolium</i> Ramat.	菊	菊科
<i>Chrysanthemum nankingense</i> Hand—Mazt.	菊花脑	菊科
<i>Cinnamomum wilsonii</i> Gamble	川桂	樟科
<i>Cipangopaludina chinensis</i> Grag.	田螺	田螺科
<i>Citrullus vulgaris</i> Schrad.	西瓜	葫芦科
<i>Citrus aurantium</i> L. var. <i>amara</i> Engl.	代代桔	芸香科
<i>Citrus grandis</i> (L.) Osbeck	柚	芸香科
<i>Citrus medica</i> L.	香椽	芸香科
<i>Citrus medica</i> L. var. <i>sarcodactylus</i> Swingle	佛手	芸香科
<i>Citrus reticulata</i> Blanco	桔	芸香科
<i>Clausena lansium</i> (Lour.) Skels.	黄皮	芸香科
<i>Clemmys reevesii</i> Gray	乌龟	龟科
<i>Cocos nucifera</i> L.	椰子	棕榈科
<i>Coffea arabica</i> L.	咖啡	茜草科
<i>Coix lachryma—jobi</i> L.	薏苡	禾本科

学 名	药 名	科 名
<i>Colocasia esculenta</i> (L.) Schott.	芋	天南星科
<i>Commelina communis</i> L.	鸭跖草	鸭跖草科
<i>Coriandrum sativum</i> L.	芫荽	伞形科
<i>Corylus heterophylla</i> Fisch	榛	桦木科
<i>Cornus officinalis</i> Sieb. et Zucc.	山茱萸	山茱萸科
<i>Crataegus cuneata</i> Sieb. et Zucc.	山楂	蔷薇科
<i>Cucumis melo</i> L.	甜瓜	葫芦科
<i>Cucumis sativus</i> L.	黄瓜	葫芦科
<i>Cucurbita moschata</i> Duch.	南瓜	葫芦科
<i>Cycas revoluta</i> Thunb.	苏铁	苏铁科
<i>Cyclina sinensis</i> Gmelin.	蛤蜊	帘蛤科
<i>Cynanchum bungei</i> Decne.	白首乌	萝藦科
<i>Cyprinus carpio</i> L.	鲤鱼	鲤科
<i>Daucus carota</i> L.	胡萝卜	伞形科
<i>Dendropanax chevalieri</i> (Vig.) Merr.	枫荷梨	五加科
<i>Descurainia sophia</i> (L.) Schur.	播娘蒿	十字花科
<i>Dioscorea batatas</i> Dcne.	山药	薯蓣科
<i>Diospyros kaki</i> L.	柿	柿树科
<i>Dolichos lablab</i> L.	扁豆	豆科
<i>Echinochloa crusgalli</i> (L.) Beauv.	稗	禾本科
<i>Elaeagnus angustifolia</i> L.	沙枣	胡颓子科

学名	药名	科名
<i>Elacagnus multiflora</i> Thunb.	木半夏	胡颓子科
<i>Elaeagnus pungens</i> Thunb.	胡颓子	胡颓子科
<i>Elaphe taeniurus</i> Cope.	蛇	游蛇科
<i>Equus asinus chinensis</i> L.	驴皮胶	马科
<i>Equus caballus</i> Linn.	马蹄甲、马宝	马科
<i>Erinaceus europaeus</i> L.	刺猬皮 食蚁类	猬科
<i>Eriobotrya japonica</i> Lindl.	枇杷	蔷薇科
<i>Eriocheir sinensis</i> H. Milne—Edwards.	螃蟹	方蟹科
<i>Eugenia aromatica</i> Baill.	丁香	桃金娘科
<i>Euphobia longan</i> (Lour.) Steund.	龙眼	无患子科
<i>Euryale ferox</i> Salisb.	芡实	睡莲科
<i>Ficus carica</i> L.	无花果	桑科
<i>Ficus pumila</i> L.	薜荔	桑科
<i>Firmiana simplex</i> (L.) W. F. Wight.	梧桐	梧桐科
<i>Fluta alba</i> Euiew.	黄鳢	合鳃科
<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	小茴香	伞形科
<i>Folipta prostirata</i> L.	墨菜	菊科
<i>Fomes ignarius</i> Cooke.	胡孙眼	多孔菌科
<i>Gallus domesticus</i> Briss.	鸡	雉科
<i>Galium aparine</i> L.	猪殃殃	茜草科
<i>Ganoderma japonicum</i> (Fr) Lloyd.	紫芝	多孔菌科
<i>Ginkgo biloba</i> L.	银杏	银杏科

学 名	药 名	科 名
<i>Glehnia littoralis</i> F. Schmidt	珊瑚菜	伞形科
<i>Glycine max</i> (L.) Merr.	大豆	豆科
<i>Glycine soja</i> Sieb. et Zucc.	野大豆	豆科
<i>Gnaphalium multiceps</i> Wall.	鼠麴草	菊科
<i>Gossampinus malabarica</i> (DC.) Merr.	木棉	木棉树科
<i>Gossypium herbaceum</i> L.	草棉	锦葵科
<i>Gyrophora escolenta</i> Miyos	石耳	石耳科
<i>Gyrophora</i> sp.	地耳	石耳科
<i>Haliotis</i> Sea—ear.	鲍鱼	鲍科
<i>Heleocharis tuberosa</i> Schult	荸荠	莎草科
<i>Helianthus tuberosus</i> L.	菊芋	菊科
<i>Helianthus annuus</i> L.	向日葵	菊科
<i>Helicolenus</i> sp.	鳊鱼	鲃科
<i>Hemerocallis flava</i> L.	黄花菜	百合科
<i>Hippocampus coronatus</i> T. & S.	海马	杨枝鱼科
<i>Hordeum vulgare</i> L.	大麦	禾本科
<i>Houttuynia cordata</i> Thunb.	蕺菜	三白草科
<i>Hovenia dulcis</i> Thunb.	枳椇子	鼠李科
<i>Humulus lupulus</i> L.	啤酒花	桑科
<i>Ilisha elongata</i>	鲷鱼	鲷科
<i>Illicium verum</i> Hook. f.	八角	木兰科
<i>Imperata cylindrica</i> (L.) Beauv.		
Var. <i>major</i> (Nees) Hubb.	白茅根	禾本科
<i>Ipomoea batatas</i> Lam.	甘薯	旋花科
<i>Juglans regia</i> L.	胡桃	胡桃科

学名	药名	科名
<i>Kalimeris indica</i> (L.) Schulz.—Bip.	鸡儿肠	菊科
<i>Kochia scoparia</i> Schrad.	地肤	藜科
<i>Lactuca taiwaniana</i> Maxim.	台湾莴苣	菊科
<i>Lagenaria</i> <i>siceraria</i> (Molina) Standl.	葫芦	葫芦科
<i>Laminaria japonica</i> Aresch.	海带	海带科
<i>Lapsana apogonoides</i> Maxim.	稻槎菜	菊科
<i>Lasiosphaera fenzlii</i> Reich.	马勃	马勃科
<i>Lateolabrax</i> Common perch.	鲈鱼	鲈科
<i>Lentinus shiitake</i> P. Hcem.	香菇	侧耳科
<i>Lepidium virginicum</i> L.	独行菜	十字花科
<i>Lepus brachyurus</i> Temm Hane.	兔	兔科
<i>Lilium brownii</i> F. F. Brown var. <i>colchesteri</i> Wilson	百合	百合科
<i>Limonium Sinensis</i> (Girard) Kuntze	盐云参	兰雪科
<i>Linum usitatissimum</i> L.	亚麻	亚麻科
<i>Litchi chihmensis</i> Sonn.	荔枝	无患子科
<i>Livistona chinensis</i> R. Br.	蒲葵子	棕榈科
<i>Luffa cylindrica</i> Roem.	丝瓜	葫芦科
<i>Lycium chinense</i> Mill.	枸杞	茄科
<i>Lycopersicum esculentum</i> Mill.	番茄	茄科
<i>Lycopus lucidus</i> Turcz.	地瓜儿苗	唇形科
<i>Lythrum salicaria</i> L.	千屈菜	千屈菜科
<i>Macrura</i> sp.	虾 节肢动物	甲壳类

学 名	药 名	科 名
<i>Magnolia denudata</i> Desr.	玉兰	木兰科
<i>Malus pumila</i> Mill.	苹果	蔷薇科
<i>Malva verticillata</i> L.	冬葵	锦葵科
<i>Marchantia polymorpha</i> L.	地耳	地钱科
<i>Medicago hispida</i> Gaertn.	金花菜	豆科
<i>Mentha arvensis</i> L.	薄荷	唇形科
<i>Menyanthes trifoliata</i> L.	睡菜	龙胆科
<i>Microhyla pulchra</i> Hallowell.	花姬蛙	姬蛙科
<i>Miichthys miiuy</i> Basil	黄花鱼(石首鱼)	石首鱼科
<i>Misgurnus anguillicandatus</i> Cantor.	泥鳅	泥鳅科
<i>Momordica charantia</i> L.	苦瓜	葫芦科
<i>Momordica growenosi</i> Swingle.	罗汉果	葫芦科
<i>Morus alba</i> L.	桑	桑科
<i>Musa paradisiaca</i> L. var <i>sapientum</i> L.	香蕉	芭蕉科
<i>Mylopharyngodon piceus</i> Ridi.	青鱼	鲤科
<i>Myrica rubra</i> Sieb et Zucc.	杨梅	杨梅科
<i>Mytilus edulis</i> L.	淡菜	贻贝科
<i>Nelumbo nucifera</i> Gaertn.	莲	睡莲科
<i>Nicotiana tabacum</i> L.	烟草	茄科
<i>Nymphaea tetragona</i> Georgi	睡莲	睡莲科
<i>Nymphoides peltatum</i> Kuntze	荇菜	龙胆科
<i>Nuphar pumilum</i> DC.	萍蓬草	睡莲科
<i>Ocimum basilicum</i> L.	罗勒	唇形科
<i>Olea europaea</i> L.	油橄榄	木犀科

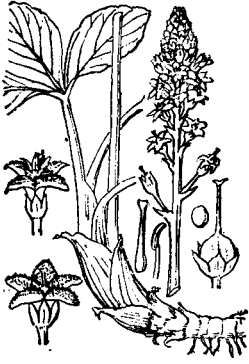
学名	药名	科名
<i>Ophiocephalus argus</i> Cantor.	黑鱼	鳢科
<i>Oryza sativa</i> L.	糯稻	禾本科
<i>Ostrea talitnwhannensis</i> Cross	牡蛎	牡蛎科
<i>Oyster Auster.</i>		
<i>Ovis aries</i>	羊	哺乳类
<i>Oxya japonica</i> Willemse.	蝗虫	蝗虫科
<i>Pachyrhizus erosus</i> (L.) Urban	豆薯	豆科
<i>Parasilurus asota</i> Linnaeus.	鲇鱼	鲇科
<i>Passer montanus</i> Linn.	雀	雀科
<i>Patrinia scabiosaefolia</i> Fisch.	黄花败酱	败酱科
<i>Patrinia villosa</i> Juss.	白花败酱	败酱科
<i>Perilla frutescens</i> var.		
<i>crispa</i> Decne.	紫苏	唇形科
<i>Phaseolus angularis</i> Wight	赤豆	豆科
<i>Phaseolus mungo</i> L.	绿豆	豆科
<i>Phragmites communis</i> Trin.	芦苇	禾本科
<i>Phrynosoma cornuta</i> Horned		
toad.	蛤蚧	蜥蜴类
<i>Pinus bungeana</i> Zucc.	白皮松	松科
<i>Pinus koraiensis</i> Sieb. et Zucc.	红松	松科
<i>Piper betle</i> L.	蒟酱	胡椒科
<i>Pipir nigrum</i> L.	胡椒	胡椒科
<i>Pistacia chinensis</i> Bunge	黄楝木	漆树科
<i>Pisum sativum</i> L.	豌豆	豆科
<i>Plectranthus amethystoides</i>		
Benth.	香茶菜	唇形科

学 名	药 名	科 名
<i>Polygonatum multiflorum</i> (L.) All.	黄精	百合科
<i>Polygonum multiflorum</i> Thunb.	何首乌	蓼科
<i>Polygonatum officinale</i> All.	玉竹	百合科
<i>Polygonum fagopyrum</i> L.	荞麦	蓼科
<i>Poncirus trifoliata</i> Raf.	枸桔	芸香科
<i>Portulaca oleracea</i> L.	马齿苋	马齿苋科
<i>Potentilla anserina</i> L.	仙人果	蔷薇科
<i>Potentilla chinensis</i> Ser.	委陵菜	蔷薇科
<i>Potentilla discolor</i> Bge.	翻白草	蔷薇科
<i>Premna microphylla</i> Turcz.	腐婢	马鞭草科
<i>Prinsepia uniflora</i> Batal.	蕤核	蔷薇科
<i>Prunus armeniaca</i> L.	杏	蔷薇科
<i>Prunus japonica</i> Thunb.	郁李	蔷薇科
<i>Prunus mume</i> Sieb. et Zucc.	梅	蔷薇科
<i>Prunus Persica</i> Batsch.	桃	蔷薇科
<i>Prunus pseudocerasus</i> Lindl.	樱桃	蔷薇科
<i>Pseudobagrus aurantiacus</i> .	黄颡鱼	鲇鱼科
<i>Pseudosciaena crocea</i> .	黄花鱼(大黄鱼)	石首鱼科
<i>Pseudosciaena polyactis</i> Rich.	黄花鱼(小黄鱼)	石首鱼科
<i>Psidium guayava</i> L.	番石榴	桃金娘科
<i>Pteridium aquilinum</i> (L.) Kuhn.	蕨菜	蕨科
<i>Pueraria lobata</i> Ohwi	葛	豆科

学名	药名	科名
<i>Punica granatum</i> L.	石榴	安石榴科
<i>Pyrus</i> sp.	梨	蔷薇科
<i>Quercus fabri</i> Hance	白栎	山毛榉科
<i>Quisqualis indica</i> L.	使君子	使君子科
<i>Rabdosia lophanthoides</i> Hara.	溪黄草	唇形科
<i>Rana esculenta</i> L. Frog	蛙	蛙科
<i>Raphanus sativus</i> L.	萝卜	十字花科
<i>Roripa montana</i> Small.	蔊菜	十字花科
<i>Rosa laevigata</i> Michx.	金樱子	蔷薇科
<i>Rosa multiflora</i> Thunb.	蔷薇	蔷薇科
<i>Rosa rugosa</i> Thunb.	玫瑰	蔷薇科
<i>Rubus coreanus</i> Miq.	插田蕪	蔷薇科
<i>Rubus crataegifolius</i> Bunge.	托盘	蔷薇科
<i>Rubus parvifolius</i> L.	茅莓	蔷薇科
<i>Saccharum officinarum</i> L.	甘蔗	禾本科
<i>Sagittaria sagittifolia</i> L. var <i>sinensis</i> Sims.	慈菇	泽泻科
<i>Sargassum fusiforme</i> (Harr.) Setch.	海藻	马尾藻科
<i>Schisandra chinensis</i> Baill.	五味子	木兰科
<i>Sedum aizoon</i> L.	费菜	景天科
<i>Sepia esculenta</i> Hoyle.	乌贼鱼	乌贼科
<i>Sesamum indicum</i> L.	脂麻	胡麻科
<i>Setaria italica</i> (L.) Beauv.	小米	禾本科
<i>Sika nipponnippon</i> Temm.	鹿	鹿科
<i>Solanum melongena</i> L.	茄	茄科

学 名	药 名	科 名
<i>Solanum tuberosum</i> L.	马铃薯	茄科
<i>Sonchus brachyotus</i> DC.	苦菜	菊科
<i>Sorghum vulgare</i> Pers.	高粱	禾本科
<i>Spatholobus suberectus</i> Dunn	密花豆	豆科
<i>Spinacia oleracea</i> L.	菠菜	藜科
<i>Stachys sieboldi</i> Miq.	宝塔菜	唇形科
<i>Stellaria media</i> L.	繁缕	石竹科
<i>Stichopus japonicus</i> Selenka		
Sea—slug.	海参	海参科
<i>Sus sorofa</i> var. <i>domesticus</i> Brisson	猪	猪科
<i>Anas domestica</i>	鸭	鸭亚科
<i>Taraxacum mongolicum</i> Hand—Mazt.	蒲公英	菊科
<i>Tetragonia expansa</i> murr.	番杏	番杏科
<i>Theobroma cacao</i> L.	可可	梧桐科
<i>Thlaspi arvense</i> L.	蔊菜	十字花科
<i>Torreya grandis</i> Fort.	香榧	红豆杉科
<i>Trachycarpus fortunei</i> H. Wendl.	棕榈	棕榈科
<i>Trapa bispinosa</i> Roxb.	菱	菱科
<i>Trigonella foenum—graecum</i> L.	胡芦巴	豆科
<i>Triticum aestivum</i> L.	小麦	禾本科
<i>Vaccinium bracteatum</i> Thunb.	乌饭树	杜鹃花科
<i>Vaccinium vitis—idaea</i> L.	越桔	杜鹃花科
<i>Veronica anagalis-aquatica</i> L.	水苦苣	玄参科

学名	药名	科名
<i>Vicia faba</i> L.	蚕豆	豆科
<i>Vigna sinensis</i> Endl.	豇豆	豆科
<i>Viola diffusa</i> Ging	野白菜	堇菜科
<i>Vitis vinifera</i> L.	葡萄	葡萄科
<i>Wistaria sinensis</i> Sweet.	紫藤	豆科
<i>Youngia japonica</i> (L.) DC.	黄鹌菜	菊科
<i>Zanthoxylum ailanthoides</i> Sieb.	樗叶花椒	芸香科
<i>Zanthoxylum bungeanum</i> Maxim.	花椒	芸香科
<i>Zanthoxylum planispinum</i> Sieb. et Zucc.	竹叶椒	芸香科
<i>Zea mays</i> L.	玉米	禾本科
<i>Zingiber officinale</i> Rosc. -	生姜	姜科
<i>Zingiber mioga</i> Rosc.	藜蓍	藜蓍科
<i>Zizania caduciflora</i> (Turcz.) Hand.—Mazt.	菰	禾本科
<i>Zizyphus jujuba</i> Mill.	枣	鼠李科



睡菜



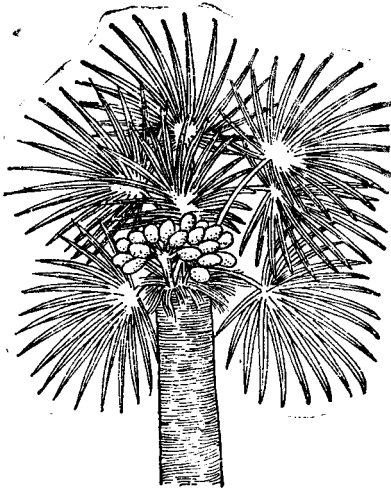
睡莲



黄鹤菜



铁树



海枣



苦菜



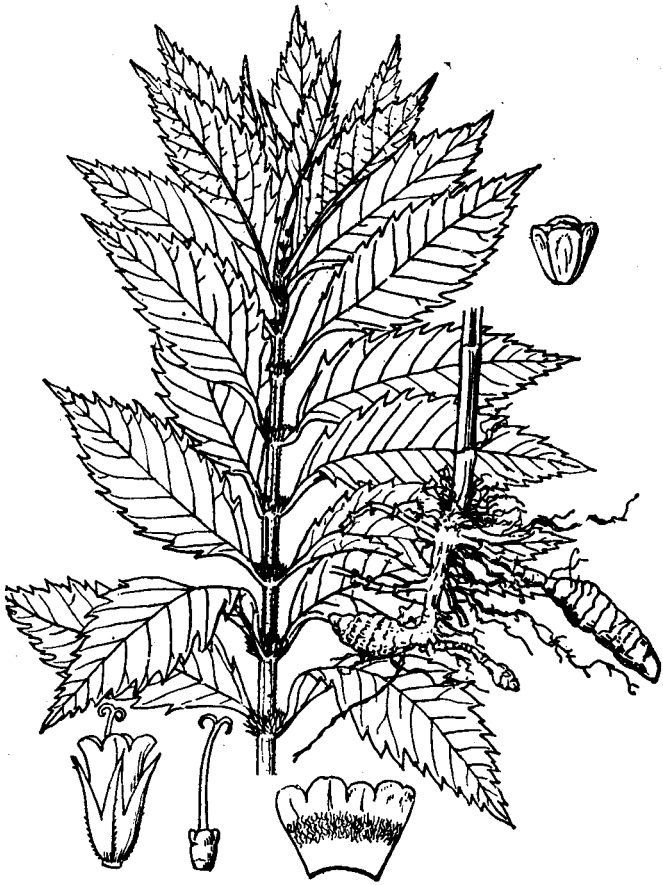
梔木



菊芋



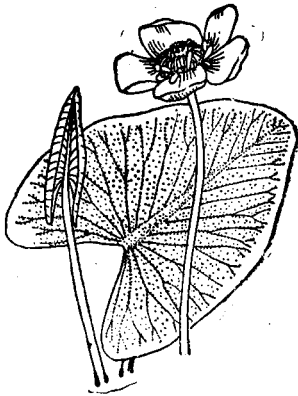
白首乌



地笋



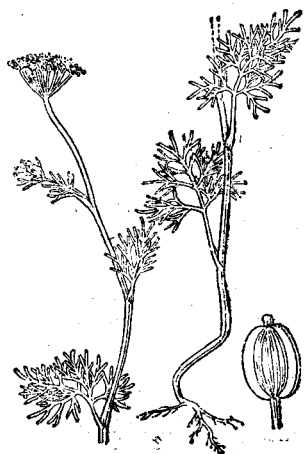
珊瑚菜



萍蓬草



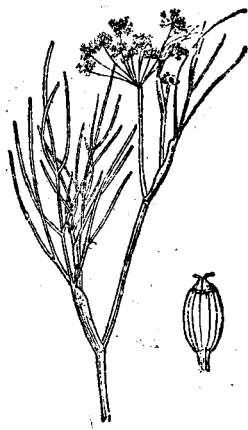
枳椇子



莴苣

小茴香

毒芹

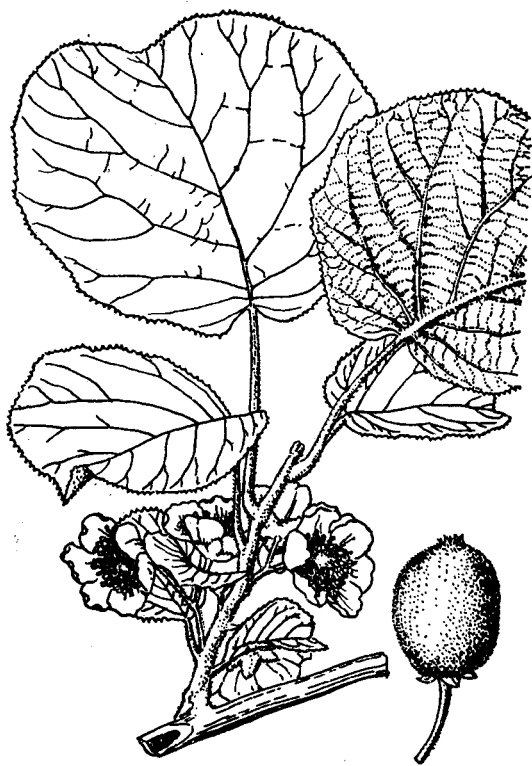




大茴香



莽草实



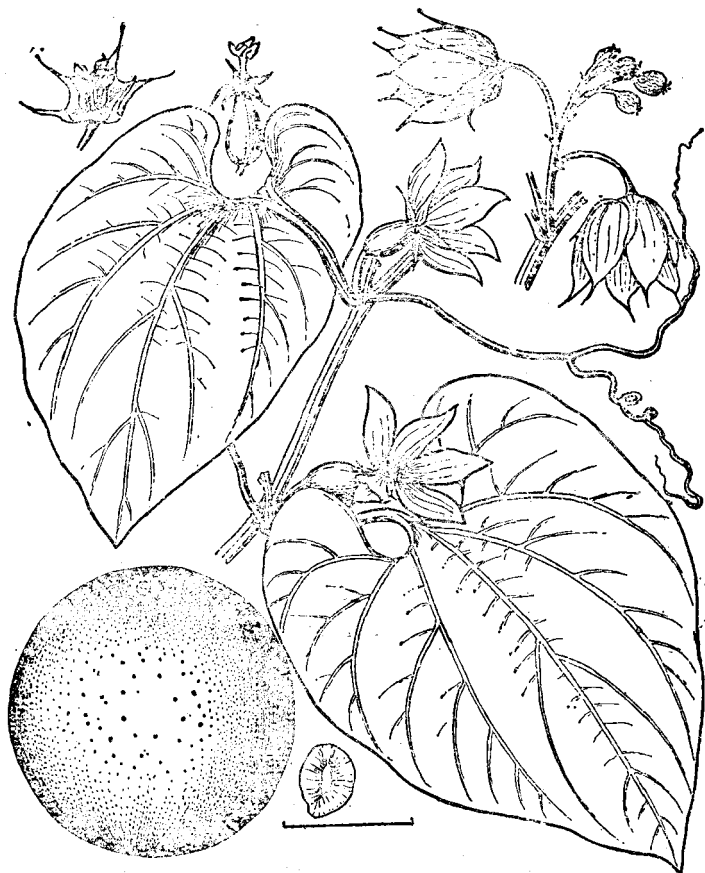
猕猴桃



宝塔菜



油橄榄



罗汉果