

目錄

牛溲解得三軍危——車前子的故事	4
將軍通神譽滿天——大黃的故事	12
十方九歸女中寶——當歸的故事	22
瑞露生津洗內塵——地黃的故事	30
滿枝雞舌散涎香——丁香的故事	36
銀絲如綿療頑疾——杜仲的故事	42
安魂養神可延年——茯苓的故事	48
天子私藏的毒藥——附子的故事	60
藥中「國老」——美稻——甘草的故事	66
一勺延齡甘露味——枸杞的故事	74
補藥之長多佳話——黃芪的故事	84
根似連珠「治痢王」——黃連的故事	92
根葉花實皆可服——黃精的故事	98
花發金銀香滿架——金銀花的故事	106
傲霜金露延壽客——菊花的故事	112

井口橘葉譜傳奇——化州橘紅的故事	120
推牆倒壁顯神功——萊菔子的故事	130
方中妙藥還陽草——靈芝的故事	138
皇帝小名當藥名——劉寄奴的故事	146
醉心蒙汗麻沸散——曼陀羅的故事	154
藥中至貴數丑寶——牛黃的故事	164
千草之靈地之精——人參的故事	174
沙漠奇珍賽人參——肉苁蓉的故事	186
南國神草藏玄機——三七的故事	196
藥粥相伴學長年——山藥的故事	204
藥食兼用家常備——生薑的故事	210
田間小草禁宮花——王不留行的故事	218
獨秀冰雪西域葩——雪蓮花的故事	224
天下母親離不了——益母草的故事	234
益智強志小草同——遠志的故事	242

牛溲解得三軍危

車前子的故事

【本草故事】

古代由於照明條件不佳，讀書人常在夜間伏案，所以眼疾成了他們最苦惱的事。比如有「詩翁」之譽的白居易，寫有《眼暗》一詩：「早年勤倦看書苦，晚歲悲傷出淚多。眼損不知都自取，病成方悟欲如何。」

同樣的「眼暗」也發生在另一位詩人張籍身上。張籍入仕前，因為家境清貧，刻苦攻讀時落下了眼疾。後考上進士，擔任太祝，常因祭祀時念誦祝文看不清字而感到有些吃力。同僚送了張籍一個綽號：「窮瞎張太祝」。

正當張籍備受困擾之際，好友韋處厚從千里之外給他寄來了良藥：車前子。張籍服用後，視力好轉了。對此，他寫下了《答開州韋使君寄車前子》：「開州午日車前子，作藥人皆道有神。慚愧使君憐病眼，三千餘里寄閒人。」

韓愈以《師說》聞名於世，重教是他的主張。教育貴在知人、育人。在這一點上，韓



車前草

愈借用中藥藥名加以詮釋。比如他在《進學解》裏提到兩味中藥：「牛溲馬勃，敗鼓之皮，俱收並蓄，待用無遺者，醫師之良也。」這句話的意思是，牛溲、馬勃雖是兩種常見的不值錢的植物，但真正的醫師卻知曉它們各自的效用，不會隨便拋棄掉。其中的牛溲就是車前草。

宋朝大文豪歐陽修有一次腹瀉不止，好些名醫上門，所開處方皆不奏效。歐陽修的夫人十分着急，便聽從街坊所言：一種只須幾文錢的藥末能治癒歐陽大人的病。她怕丈夫反對，沒敢對丈夫明說，就讓僕人去街上買回那種藥末。然後，她謊稱是按名醫的處方配成的藥，歐陽修沒有懷疑就把藥末服下了，居然很快就不瀉了。歐陽修要夫人把處方告訴自己，夫人覺得沒必要再隱瞞了，就說出了實情，事後又去賣藥末的地方打聽：才知道藥末就是車前子。

車前子是不起眼的小野草，入藥的車前子更是輕微細小，需要包起來才可入煎劑。但要治療水腫、淋病、暑濕泄瀉、肝熱目赤，它卻可以大顯身手。車前子的命名據說跟東漢馬武將軍有關。馬武是東漢劉秀的得力幹將，先後受封振威將軍、山都侯、捕虜將軍、楊虛侯、中郎將。他與另外二十七名功臣的畫像一起被列入雲台之上。

馬武在一次戰鬥中，被敵軍團團圍在一處荒野。幾天之後，人疲馬乏，彈盡糧絕。更讓馬武焦慮不安的是，他發現戰馬開始尿血了。再這樣下去，只有人馬俱亡了。他走近戰馬，一匹一匹地檢查，眉頭越鎖越緊。

這時，一位老馬夫向他走來，報告說：前幾天他的馬也尿血了，但昨天這匹馬吃了一種不知名的草，就沒再尿血。

馬武將軍聽完就要馬夫帶自己去是那匹馬，然後又問馬吃的是哪一種草。馬夫帶着將軍找到那匹馬吃草的地方。

馬武彎腰摘草，仔細觀察了一番，便下令：拔草，帶草回去餵馬。果然，馬吃了這種草不再尿血了。待人馬恢復了元氣，馬武帶領將士們衝出了重圍。

這種草叫甚麼名字呢？馬武將軍想到平時行進時，曾見過車前有這種草，於是就給它起名車前草。

還有另一種說法，車前草是大禹命名的。故事情節相似，只是換了人名，年代往遠古推了兩千年。

【藥用提示】

車前子為多年生草本植物，生於山野、荒地、路旁、河邊陰濕地。全草和種子入藥。夏、秋季採收。

車前子即是車前草的種子，《神農本草經》列為上品。

車前子味甘，性微寒，歸肝、肺、腎、小腸經，功能清熱利尿，滲濕通淋，清肝明



《黃帝內經》、《本草綱目》
等醫藥書

目，化痰止咳。

車前子與生地黃、熟地黃、菟絲子配伍，對治療老年人因肝腎俱虛所致的視物不清有良效。

現代藥理學研究證明，車前子中含有車前子鹼、車前烯醇酸、膽鹼脂肪酸以及大量維生素，可保護視力；車前子煎劑有降血壓、止咳、化痰作用。

【膳食參考】

車前子藥膳粥

宋朝就有「車前子粥」一方，可治老人小便不利、暑濕下痢、排尿澀痛。

用料：車前子二十克，粳米一百克。

製法：將車前子用布包好後煎汁，再將粳米放入車前子煎汁中同煮為粥。每日早晚溫熱食用。

利水消腫，養肝明目，祛痰止咳。適用於老人慢性氣管

車前子



炎及高血壓、尿道炎、膀胱炎等。

肉桂車前粳米粥

用料：肉桂五克，車前草三十克，粳米三十克，紅糖適量。

製法：先將肉桂、車前草煎水、去渣取汁，然後入粳米煮粥，熟後調入紅糖，空腹食用。

肉桂辛甘、溫，可溫通經脈，溫補下元、助命門之火；車前草入肝、腎、肺經，有利尿通淋作用；粳米、紅糖可溫中益胃，相互配伍並熬成粥，可溫煦腎陽、通利水道。

車前子茶

用料：車前子十克。

製法：先將車前子揀去雜質，篩去空粒，洗去泥沙，曬乾；

再把車前子放入保溫杯中，沸水沖泡十五分鐘，當茶飲，每日一劑。

利水降壓，祛痰止咳。

乾姜車前子飲

用料：乾姜三克，車前子十克，紅糖八克。

製法：用乾姜炒車前子，共研末，加紅糖一匙，滾水沖服。

適宜於脾胃虛寒、腸鳴腹痛、大便清稀無臭的泄瀉患者。

茵陳車前飲

用料：茵陳、車前草各一百克。

製法：取茵陳、車前草（用紗布包）加水一千克浸十分鐘，大火煮沸後改文火煎二十分鐘，煮取八百克。

用法：分四次加糖適量，一日飲完。

清熱除濕，利膽退黃，清熱利尿，滲濕止瀉。適用於急性黃疸型肝炎。

車前草開花時

 加味獼猴桃飲

用料：獼猴桃五十克，車前子十五克，滑石十克，甘草六克。

製法：將獼猴桃洗淨搗爛取汁。車前子、甘草、滑石加水煎煮取汁，並兌入獼猴桃汁中，代茶飲。

獼猴桃性寒，味甘、酸，有解熱止渴，抗癌作用；車前子、滑石、甘草有清熱利尿功效。四味共用，可達到利尿、清下焦濕熱的效果。

【藥名詩文】

車前子是車前草結的籽，又稱當道、苳苳、牛遺等。車前草受到人們的喜愛已有三千年之久了。何以見得呢？中國歷史上第一部詩歌總集《詩經》中有《芣苢》一詩，描寫一群姑娘採摘芣苢的情景，芣苢就是車前草。她們邊唱這首民歌，邊採車前草的嫩葉，拿回家去當菜吃。她們那時候也許還不清楚車前子具有明目的功能，但已經知道車前子熬出來的汁，能給絲織品上光。

詩經·周南

采采芣苢，薄言采之。

采采芣苢，薄言掇之。
采采芣苢，薄言有之。
采采芣苢，薄言捋之。

岐黃之術

黃帝，是中華民族的共同祖先。岐伯，是傳說中古代著名醫學家，黃帝的臣子。中國現存最早的醫書《黃帝內經》，彙聚了古人與疾病作鬥爭的臨牀經驗與理論知識，奠定了中醫學的理論基礎。成書於戰國時期的這本醫學名著，託名黃帝與岐伯，以問答的形式闡述中醫的基本思想和理論。後世因而稱中醫為「岐黃之道」、「岐黃之術」。



岐伯像

將軍通神譽滿天



大黃的故事

【本草故事】

說起同仁堂，誰都知道這是一家有幾百年歷史的中藥房。它的創始人樂顯揚，頗具傳奇色彩，而且和皇帝時有往來。

有一年，康熙帝全身長滿了紅色疹子，十分不自在。宮中御醫也不少，但沒有一人能拿出治癒良方，盛怒之下，康熙帝停用了所有御醫提供的藥物。不服藥怎麼治病呢？康熙帝想到了微服私訪，他要去民間尋找妙手回春的良醫。

一天夜裏，康熙帝路過一家小藥房，只見房裏還亮着燈，有人在燈下看書。康熙帝一來好奇，二來為了尋醫問藥，便推門而入。那位讀書人聽完他的自述，便為之號脈，然後告訴他：「你不用操心着急，你出的疹子不是甚麼大病，大概是平時吃海鮮山珍過量了，再加上你又服用了人參，火氣太重，所以起疹子。」康熙帝關心的是何時能治癒，那讀書人說：「你只要用了藥很快就會好轉的。」



大黃