

iQIYI 爱奇艺

# 陈皮

DRIED TANGERINE PEEL

十至十二月果实成熟，剥取  
果皮，阴干或通风干燥



东有三宝



## 功效

理气健脾、和胃止呕、

燥湿化痰

—《中国药典》

# 陈皮



痰证因病邪留阻部位。临床表现及病机的不同，化痰法常与宣肺。顺气。清热。燥湿。健脾。温阳或熄风潜阳等法分别配合应用。化痰的中药有半夏。陈皮。茯苓。贝母等。

防寒



《本草纲目》记载，“橘皮，入脾、肺二经气分药，疗呕哕反胃嘈杂，时吐清水，痰痞痃疟，大肠秘塞，妇人乳痛。入食料，解鱼腥毒”。



陈皮苦能燥能泄，辛能散能和，其治百病，总是取其理气燥湿之功。

# 陈皮



• 翩若游兰与君同



广陈皮这一称谓最早出自黄广汉和夫人米氏的身上。黄广汉是宋代宋孝宗淳熙八年（公元1181年）辛丑科进士身世，从前担任过徐州知府和浙江都漕运使，夫人米氏曾被封赐为“一品夫人”。米氏之所以被封为一品夫人，是由于她用老公所创制的广陈皮为国母杨太后治好了病有功的缘故。

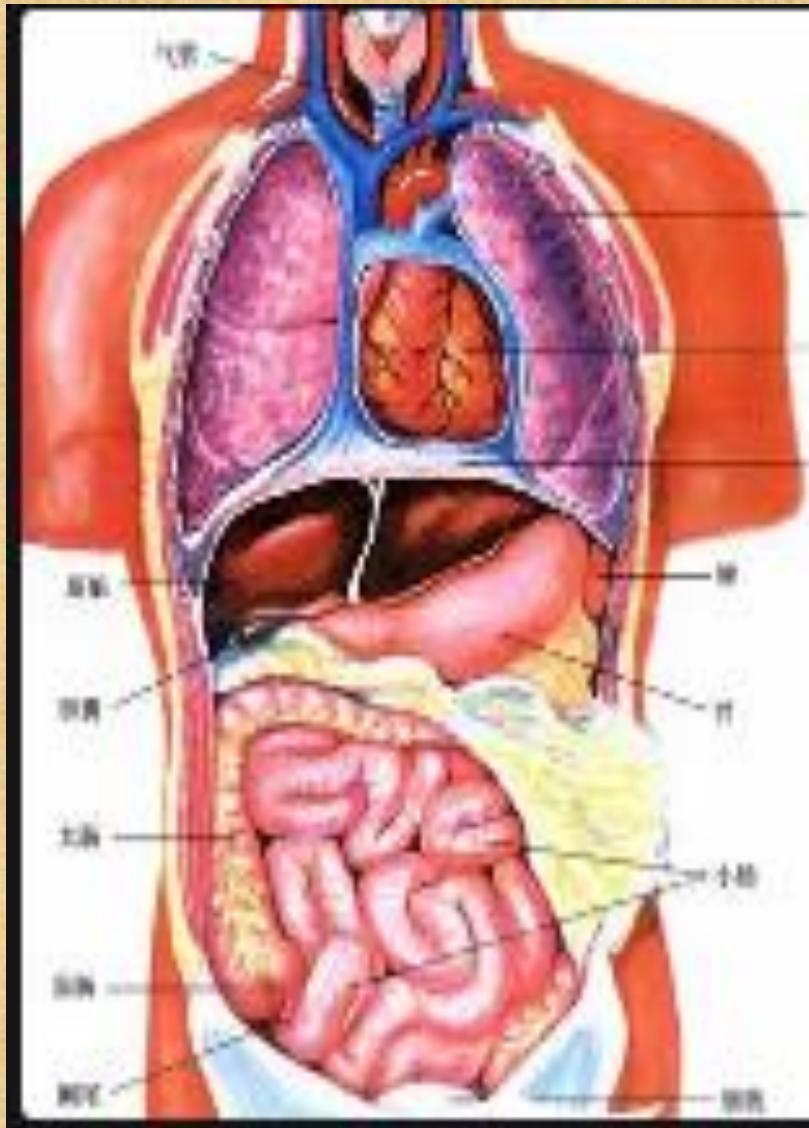
米氏自幼饱读诗书，通晓药理，在南宋宋理宗年间，即公元1229年（其时京城现已迁到了临安）奉皇帝的谕诏在皇宫里随侍杨太后四年时刻，在这个时期杨太后得了乳疾，御医们无论用啥药都医治欠好，束手无策的时候，米夫人把这个差事应承下来了。

黄广汉采用在新会一些特定当地培养的一种柑橘（即是如今的新会大红柑），用特制的办法制成了一种药材陈皮，米氏便用这个药为君药，慢慢地治好了杨太后的乳疾。当杨太后问及这种药材的来历时，米氏由于该药是老公黄广汉研讨发明出来的，所以在她老公姓名“广汉”中取“广”字作为这种药材的姓名，称“广陈皮”，以差异于别的的橘陈皮（在此之前称橘陈皮，尔后才称广陈皮）。

其时的“广”是繁体字，“广”字头“黄”字底，也包容有黄氏所创的意思。杨太后对这个广陈皮的成效和黄夫人的医术大嘉欣赏，奏请宋理宗皇帝用“邦显一品夫人”对黄夫人米氏加以封赏。尔后米夫人帮忙其老公将种柑的技能带回新会，并将其制皮之法传给后代，致使代代相延，一向撒播到了今天。



如果我们把瓜比作问题，那么藤就是解决问题的方法，沿着事物发展的先后顺序，顺藤摸瓜，就可以找到存在的问题。一阴一阳之谓道。瓜是阴、藤是阳，阴阳对立统一，相辅相成。《大学》：“物有本末，事有终始。知其先后，几近道矣。”



痰是如何形成的：

1. 食物通过人体的消化系统——胃、小肠，清者上升、浊者下降，即营养物质——能量、动力，通过脾的运化，进入血液到达全身；产生的垃圾通过大肠、膀胱排遣出体外。
2. 不清不浊的中间产物，进入淋巴系统，再次分清分浊，清者吸收，浊者进入肺臟，形成痰——肺为储痰之器，脾为生痰之源。
3. 营养物质进入血液、细胞，产生的废物，反过来又进入淋巴系统，再次进入肺臟。
4. 肺与大脾相表里，肺部的痰通过膜、三焦下降至大肠，排出体外。

这是人的正常生理过程或者叫循环过程。由于人体的能量不足，或者外邪侵入，痰就会逆行，进入人体的中部心脏，继而进入上部——口、鼻，形成有形之痰，进入耳、大脑，就会昏昏沉沉，还可以通过循环系统进入体的所有器官，有的郁而化热，有的形成肿瘤，这就是病理过程。

话说有一年，华佗外出行医，一日，他乘船去柴桑，船进入赣江时，华佗突遭风寒，身上发热，咳嗽不止，口也很干。他忙打开包袱找起药丸来，不想，治风寒咳嗽的药丸已没有了。正好此时船过三湖，只见岸上桔树成林，红桔累累。华佗想，药丸没了，就买点桔子吃吃，至少也能解渴，便叫船夫靠岸，上去买了一筐桔子，回到船上，他连皮带瓢一连吃了好几个。

到了晚上，华佗忽感咳嗽好多了，他有点奇怪，难道桔子能治咳嗽？第二天，船上两船夫也染上感冒，咳嗽起来，华佗便拿出桔子给他们吃。谁料，俩船夫吃后，一个咳嗽止了，一个却仍咳个不停，华佗问了才知道，止住咳的一个也是将桔子连皮带瓢一起吃，而无效的一个是只吃桔瓢没吃桔皮。

之后一路上，华佗每次吃桔子时，都把桔皮留下。数月后，华佗行医归来，发现那些桔皮都风干了，他不知道风干的桔皮是否还有药用。这天，正好有人患伤风咳嗽前来就诊，华佗便把风干的桔皮煎水让病人服用，没想到效果更佳，华佗这才发觉“陈”皮比“鲜”皮更好。就这样，华佗发现了陈皮，从此，陈皮成了一种不错的中药材。



## 陈皮无主见

陈皮性温，味苦、辛，**辛能横行，能散结，苦能直行，能降气**，它在人体内纵横驰骋。

陈皮跟着补药就补，跟着泻药就泻，跟着升药就升，跟着降药就降，它没有一定的性质，它跟着配伍的药走，它跟着得力的药就有得力的作用，不跟着得力的药就没有得力的作用，它没有主见。陈皮不能做君药，只能做臣药、佐药或使药。**君药要有主见，君药是定位的。**

# 青皮



馨若范兰与君同

青皮



馨若芷兰与君同



**青皮**，中药名。为芸香科植物橘及其栽培变种的干燥幼果或未成熟果实的果皮。5~6月收集自落的幼果，晒干，习称“个青皮”；7~8月采收未成熟的果实，在果皮上纵剖成四瓣至基部，除尽瓤瓣，晒干，习称“四花青皮”。

青皮系橘幼果皮，圆球横剖四花开，外皮深灰成青绿，疏肝破气消滞积。

别名：青橘皮、青柑皮

性味：苦；辛；温。

归经：肝经；胆经；脾经；肺经；心经。

功能：疏肝破气；消积化滞。

主治：肝郁气滞之胁肋胀痛；乳房胀痛；乳核；乳痛；疝气疼痛；食积气滞之胃脘胀痛；以及气滞血瘀所致的癥瘕积聚；久疟癖块

用法用量：内服：煎汤，3-10g；或入丸、散。



### 炮制方法：

- 1、**青皮**原药材清水浸泡，洗净捞出，闷润8-12小时，至内外湿度一致时，切0.15cm薄片，晒干。饮片呈类圆形片状，切面黄白色，内有瓤囊。
- 2、**炒青皮**与麸皮用文火炒至微带焦黄色为度，铲出筛去麸皮，晾凉。麸炒可减破气之烈性，并能和胃。
- 3、**醋青皮**取青皮片100公斤，用米醋15公斤拌匀闷润后，微火炒至微黄色透香气时取出，摊凉，能入肝，增加疏肝破气止痛之功。
- 4、**青皮炭**青皮片武火炒至焦黑色，取出。炒炭后增强消食化滞、和胃止泻之功
- 5、**酒青皮**以黄酒为辅料，法同上，可增强辛散行气之力。

## 陈皮为老，青皮为少

小指月说，同样是橘子，一个成熟一个幼小，功效差别居然这么大。

老爷爷说，同样一个人，年轻人跟年老时，性子相差也大。这药性其实就如同人的性子。

小指月说，那陈皮这成熟的果实，跟青皮这幼小的青果，它们两者性子有什么不同？

老爷爷说，陈皮是橘子成熟的果皮，可以当果子吃，而且鲜美可口，所以能理气健脾，燥湿化痰，它尝起来比较可口，行气也没那么猛烈，所以它就像老年人那样宽和有耐性。

小指月说，那青皮呢？

老爷爷说，青皮还没有成熟，你丢到嘴里一嚼，味道极大，**既苦又冲，苦能降**，带有**辛味冲味**，能够破，所以这青皮就能**疏肝破气**，打击范围更广更深，**陈皮只是消简单的痰湿，而青皮却能消顽固的积滞**。所以这青皮就像青年小子，意气风发，做什么事情都敢在前头，热血飞扬，





故《本草汇言》中讲青皮破滞气，消坚积之药也。

故凡郁怒气逆，而胁肋刺痛，用之无不应手取效。

小指月说，爷爷，可不可以这么理解，像泥泞的湿土块那样的痰湿就用陈皮来去化，而像坚硬的石头块那样，就需要青皮去打，这就像陈皮这老人家去搬土块，而青皮这小伙子却去铲石块。

老爷爷听后哈哈笑道，这样想也未尝不可，《珍珠囊》上讲，青皮主气滞破积结，陈皮治高，青皮治低。

也就是说陈皮体积大，成熟而上浮，调理脾肺中上焦痰湿，青皮体积小，不成熟而下沉，而且质地重，下气快速，降堕中下焦痰结包块。即《治病主要诀》中说，小腹痛用青皮治。

所以你把它理解成陈皮是橘中老人，青皮是橘中少年，那就非常恰当。



行氣藥:青皮(別名:個青皮)(薔香科福桔等多種桔柑類的幹燥幼果)

中藥大全:[HTTP://WWW.16LADYS.COM](http://WWW.16LADYS.COM)

## 辛以散之，酸以泄之，苦以降之

《本草綱目》：青皮乃橘之末黃而青色者，薄而光，其氣芳烈。古無用者，至宋時醫始用。其色青氣烈，味苦而辛，治之以醋，所謂肝欲散，急食辛以散之，以酸泄之，以苦降之也。陳皮浮而升，入脾、肺氣分；青皮沉而降，入肝、膽氣分。一體二用，物理自然也。小兒消積多用青皮，最能發汗，有汗者不可用，出自楊仁齋《直指方》，人罕知之。治胸膈氣逆，脇痛，小腹疝氣，消乳腫，疏肝膽，泻肺氣。

《本草經疏》：青皮古方無用者，至宋時醫家始用之。其色青，其味極苦而辛，其氣溫而無毒。氣味俱厚，沉而降，陰也。入足厥陰、少陽。苦泄，辛散，性復刻削，所以主氣滯，下食，破結積及膈氣也。元素：破堅癧，散滯氣，治左脇肝經積氣。亦此意耳。簡誤：青皮性最酷烈，削堅破滯是其所長。然誤服之，立損人真氣，為害不淺。凡欲使用，必與人參、術、芍藥等補脾藥同用，庶免遺患，必不可單行也。肝脾氣虛者，概勿施用。



青入肝，青皮入肝经。又因为这种橘子还没有成熟，正处在一种升发的阶段，它还正在长，本身依然有生发之气，生发之气也入肝，所以青皮就经常是足厥阴肝经的引经之药。

青皮与陈皮经常一起用。陈皮主要是理气的，青皮是破气的。什么叫破气？气停滞了，它能够给冲击开，这叫破气，或者说理气的力度更大。这好比调停纠纷，你可以慢慢去劝说，最后劝和了，大家消了气，这叫理气；破气呢，遇到矛盾，跑过去桌子一拍，该打板子的打板子，该批评谁就批评谁，最后大家都不说什么了，也都散了，这就是破气。这是解决问题的方式不一样。



痰随气升，无处不到；**治痰先顺气，气为百病之母**，古人以顺气为治病捷径。**枳壳陈皮半夏齐，麻黄狼毒及茱萸。六般药物宜陈旧，入药方知奏效奇。**

治疗湿浊中阻，胸脘胀满，痰多清稀，就要用新鲜的橘皮，因为它比较辛辣冲鼻，更加峻猛。但如果治疗痰湿日久，老慢支，老年人元气不足，气机阻滞，这时就要用陈旧的，放置时间长的陈皮。就像经过岁月洗礼的老人一样，辛辣的猛劲，变为缓和，这样温而不燥，辛而不烈，既可以理顺气机，又不消耗元气，所以可以把身体痰湿慢慢化开。故陶弘景说，化老痰，顽痰，需陈久者良。

用药就和沏茶一样，有时要用陈久的普洱茶，便能够压压气，有时要用新鲜的绿茶，能够清醒大脑。这普洱茶更像经多世事的长者，而绿茶便像年轻富有朝气的小伙子，正如陈皮跟新鲜的橘皮的区别。

对于慢性的痰浊老毛病，用陈皮去化痰，消气胀，虽然陈皮的燥烈之性降低不少，但它**温和的耐性更加绵长**。只有像老者那样富有耐性，才能把老痰缓缓化掉，性子太急了，新鲜橘皮，反而会因为太燥烈而让老人家难受。

如果喜欢饮酒的人，胸中又有寒痰留饮，那就可泡个陈皮酒，每次喝一两杯，对于咳痰胸闷的恢复有好处。