



话本草

薄荷为唇形科植物薄荷的干燥地上部分。主产于江苏的太仓、南通、海门及浙江、安徽、江西、湖南等省。夏、秋二季茎叶茂盛或花开至三轮时，选晴天，分次采割，晒干或阴干。

建德镇上有位姑娘名叫莺翠，不仅心肠善良还勤劳好学。莺翠一有空就去隔壁镇上的大夫家打下手。建德镇的人都知道莺翠人美心善，大伙儿都很喜欢她。上午黄武家拿来点玉米，下午王嫂家拿来点鲫鱼，邻里乡亲关系十分融洽。

一天中午，莺翠拿着几根煮好的玉米走向张鑫家，大老远就看见他家大门敞开着，可是却没看见人。

“王嫂你在家吗？我给你拿了几根玉米。”莺翠环顾四周，却仍然没有看到人。又连着叫了几声，依然无人回应。

“没人在家吗？那我把玉米放在桌上。”莺翠小声说着，正准备离开。半开着的侧房忽然传出声音：“姑娘，王嫂出去了。”

这声音略带嘶哑，似乎是喉咙被堵住了，气息不顺畅，说话语气也不自然。莫非是病了？莺翠心里暗暗想着，便朝着发出声音的房间走去。

走进侧房，只见老大娘侧身坐在床上。她的脸色极为疲倦，两只眼睛红红的且泪流不止。“大娘，您这是病了吗？为何如此虚弱？”莺翠感觉有些奇怪开口问道。

“今天早晨起床感觉身体不大舒服。头痛的厉害……总感觉脑子晕乎乎的……想坐在床上休息一会儿……王嫂早上天不亮就出门了。”大娘说话断断续续，一句话停顿了好几次才说完。

“大娘，您是喉咙不舒服吗？是不是还有些发热？”莺翠时常帮大夫打下手，对一些病症略有所知。

“是啊是啊……头痛的厉害，嗓子也不舒服。眼睛一直在流泪……王嫂也不在家……”大娘自言自语个不停，越说眼泪掉地越多。

“头痛眩晕、目赤多泪、咽喉肿痛。大娘，您这是风热感冒的症状啊。王嫂不在家也没事，我去给你找草药。你先好好休息会。”莺翠说完便转身出了门，往田野跑去。

“现在是夏季，正值薄荷采收之际。我采点薄荷回去给大娘煎服。一定可以缓解她的病症。”莺翠边走边想，竟太过于入神，一头栽倒在田地里。

“哎呦，疼死我了。”莺翠一边叫喊着一边慢慢爬起来。等她从疼痛中缓过神，映入眼帘的便是一大片绿色植物。

这植物长得十分有特色：茎直立，单叶对生，长椭圆形或卵形，两面被有疏柔毛且有一阵清凉香气迎面扑向莺翠。

“这不是薄荷吗？真是得来全不费功夫。我都不用找，直接采摘就好了，省了好多事。”莺翠顾不上疼痛，连忙采摘叶多、色绿、气味浓的薄荷，她将大夫教的知识牢牢记在脑海里。

“大娘，我回来了。我先烧水，一会就好了。这味草药一定能治你的病。”莺翠深知大夫所教薄荷不可久煎且与其他草药同煎时应后下。故煎了一会，便盛出来放凉。

“大娘，来喝了这碗汤药，睡一觉就会好很多。”莺翠看着大娘流着泪的红眼睛，轻声细语说道。

“莺翠啊，这药喝下去怎么有些凉？”大娘不解地问道。

“大娘，你感染了风热感冒。喝辛凉的药，才能治病呢。来，喝完睡一觉，出身汗就没事了。好好休息。”莺翠边说心里边想着：这草药真是厉害啊，能缓解病症，消除病痛，我以后要更加努力地学习。



1. 【集解】 颂曰：薄荷处处有之。茎叶似荏而尖长，经冬根不死，夏秋采茎叶曝干。

此句说明薄荷的采摘时间为夏秋两季。其生命力旺盛，即使是冬天根部也不会被冻死。

2. 李时珍曰：薄荷，人多栽莳。二月宿根生苗，清明前后分之。方茎赤色，其叶对生，初时形长而头圆，及长则尖。吴、越、川、湖人多以代茶。苏州所莳者，茎小而气芳，江西者，稍粗，川蜀者更粗，入药以苏产为胜。

此段主要说明薄荷的形状特征、功效及产地。薄荷主产江苏太仓、南通、海门（苏薄荷），在浙江、安徽、江西等地也有种植。

3. 故事中主要提及薄荷功效主治为：风热头痛、目赤多泪、咽喉肿痛。其次薄荷还可治疗疏肝解郁、风疹瘙痒等症状。如今薄荷既可泡茶喝亦可入药。

4. 薄荷用量一般为3~6g，煎服。薄荷叶善于发汗解表（比如治疗风热感冒等），薄荷梗善于理气和中，疏肝解郁。

5. 使用注意：发汗容易耗气，故体虚多汗者不宜使用。

【药名】薄荷

【别名】蕃荷菜、菝蕘、吴菝蕘、南薄荷、猫儿薄苛、野薄荷、升阳菜薄苛、蓼荷、夜息药、仁丹草、见肿消、水益母、接骨草、土薄荷、鱼香草。

【药性】辛，凉。归肺、肝经。

【功效】疏散风热，清利头目，利咽透疹，疏肝行气。

1. 风热感冒，温病初起 本品辛以发散，凉以清热，清轻凉散，其辛散之性较强，是辛凉解表药中最能宣散表邪，且有一定发汗作用之药，为疏散风热常用之品，故风热感冒和温病卫分证十分常用。用治风热感冒或温病初起、邪在卫分，发热、微恶风寒、头痛等症，常与金银花、连翘、牛蒡子、荆芥等配伍，如银翘散（《温病条辨》）。

2. 头痛眩晕，目赤多泪，咽喉肿痛 本品轻扬升浮、芳香通窍，功善疏散上焦风热，清头目、利咽喉。用治风热上攻，头痛眩晕，宜与川芎、石膏、白芷等祛风、清热、止痛药配伍，如上清散（《丹溪心法》）。治疗风热上攻之目赤多泪，可与桑叶、菊花、蔓荆子等同用；用治风热壅盛，咽喉肿痛，常配伍桔梗、生甘草、僵蚕，如六味汤（《喉科秘旨》）。

3. 麻疹不透，风疹瘙痒 本品质轻宣散，有疏散风热，宣毒透疹，祛风止痒之功，用治风热束表，麻疹不透，常配伍蝉蜕、牛蒡子、桔梗等药，如竹叶柳蒡汤（《先醒斋医学广笔记》）。治疗风疹瘙痒，可与荆芥、防风、僵蚕等祛风止痒药同用。

4. 肝郁气滞，胸闷胁痛 本品兼入肝经，能疏肝行气，常配伍柴胡、白芍、当归等疏肝理气调经之品，治疗肝郁气滞，胸胁胀痛，月经不调，如逍遥散（《和剂局方》）。

此外，本品芳香辟秽，兼能化湿和中，还可用治夏令感受暑湿秽浊之气，脘腹胀痛，呕吐泄泻，常与香薷、厚朴、金银花等同用，如薄荷汤（《痧胀玉衡》）。

1. 薄荷

【性能】辛，凉。归肺、肝经。

【功效】疏散风热，清利头目，
利咽透疹，疏肝行气。

【功用特点】

- ◆ 清轻凉散，辛散之性较强，有一定发汗作用
- ◆ 质轻芳香，宣散表邪，宣毒透疹
- ◆ 轻扬升浮，功善疏散上焦风热，清头目、利咽喉。



1. 薄荷

【应用】

1. 风热感冒，**温病初起**。

作用——清轻凉散，宣散表邪

2. 头痛眩晕，目赤多泪，咽喉肿痛。

作用——功善疏散上焦风热，清头目、利咽喉。

3. 麻疹不透，风疹瘙痒。

4. 肝郁气滞，胸闷胁痛。

1. 薄荷

【用法用量】

- ◆ 煎服，3~6g；宣后下。
- ◆ 薄荷叶长于发汗解表，薄荷梗偏于行气和中。

【使用注意】

- ◆ 芳香辛散，体虚多汗者不宜使用。

	功效	主治
薄荷	<p>疏散风热 清利头目 (梳头)</p>	<p>利咽 透疹 疏肝</p> <p>1. 风热感冒，温病初起。 2. 风热头痛、目赤、咽喉肿痛。 3. 麻疹不透，风疹瘙痒。 4. 肝郁气滞，胸闷胁胀。</p>
蔓荆子		<p>祛风止痛</p> <p>1. 风热头痛头昏，牙痛。 2. 风热目赤肿痛或目昏多泪。 3. 风湿痹痛，肢体拘急。</p>



薄荷味辛，最清头目，
祛风散热，骨蒸宜服。

[性状鉴别]



茎-方形，有对生分枝，直径2~4mm；表面紫棕色或淡绿色

棱角处具茸毛，有节，节间长2~5cm；

质脆，断面白色，髓部中空。

叶-对生，有短柄；叶片皱缩卷曲，上表面深绿色，下表面灰绿色

稀被茸毛，有凹腺点状腺鳞

花-轮伞花序腋生，花冠淡紫色

气、味-特殊清凉香气，味辛、凉

(以叶多，色绿深，气味浓者为佳)



中医认为薄荷性凉 味辛 归肺 肝经

涼能清利 可消風散熱

考点13 薄荷

【功效】疏散风热、清利头目、利咽透疹、疏肝行气。

【主治】风热感冒，温病初起；风热头痛，目赤多泪、咽喉肿痛；麻疹不透，风疹瘙痒；肝郁气滞，胸闷胁痛；夏令感受暑湿秽浊之气，脘腹胀痛，呕吐 泄泻。宣后下。

考点14 牛蒡子

【功效】疏散风热、宣肺祛痰、利咽透疹、解毒散肿。

【主治】风热感冒，温病初起；麻疹不透，风热疹痒；痈肿疮毒，丹毒，痄腮，喉痹。

【使用注意】本品性寒滑肠，气虚便溏者慎用。

考点15 蝉蜕

【功效】疏散风热、明目退翳、利咽开音、透疹、息风止痉。

【主治】风热感冒，温病初起，咽痛音哑；麻疹不透，风疹瘙痒；目赤翳障；急慢惊风，破伤风证；小儿惊哭不安。

薄荷

+ 关注

性味归经：
辛，凉。归肺、肝经。

薄荷



性味归经：
辛，凉。归肺、肝经。

现代药理学解释

芳香药的作用可能与其气味分子可促使人体免疫球蛋白的产生、提高人体抵抗力、平衡自主神经功能、提高抗病原微生物能力、提高脑内药物浓度等作用有关。

主要作用机理

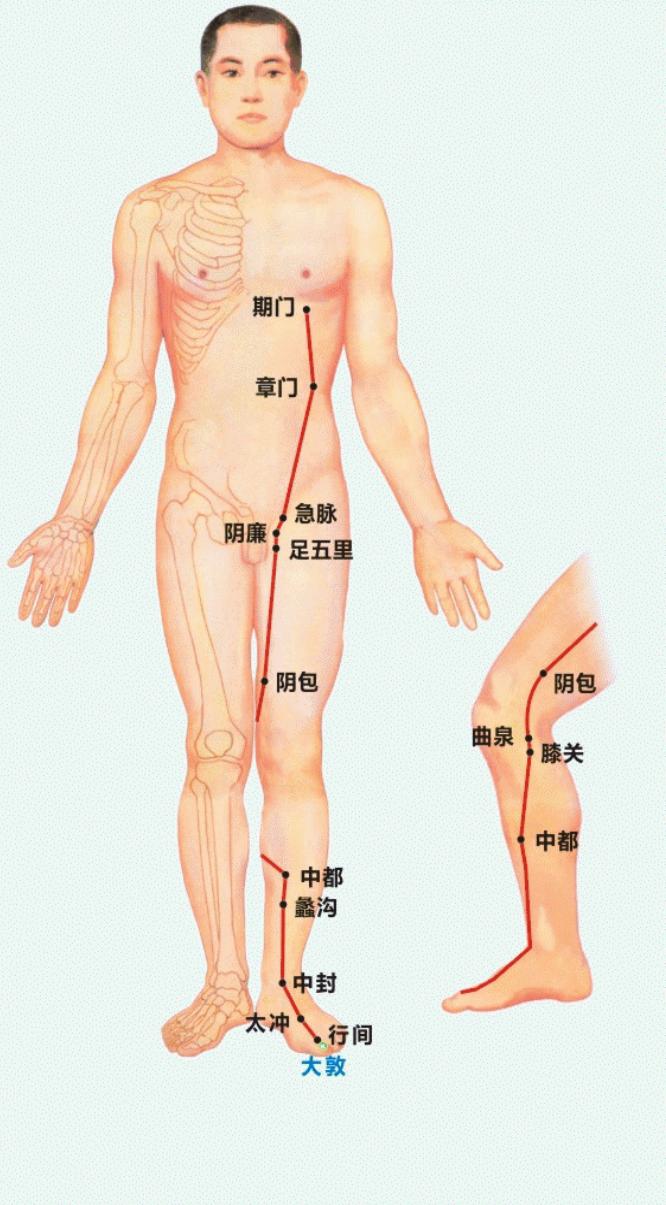
- 行气作用，调节消化道功能；
- 开窍作用，对中枢神经系统的作用；
- 化湿作用，增加胃粘膜血流量、提高血清胃泌素水平、增强胃粘膜组织抗自由基损伤；
- 辟秽作用，具有较强的抗菌、抗病毒、抗真菌的作用。

脾经不通一抱怨，肺经不通一悲伤，肾经不通一压力，肝经不通一发怒，心包经不通一压抑，胆经不通一焦虑，心经不通一记仇，胃经不通一急躁，小肠经不通一哀愁，大肠经不通一懊恼，膀胱经不通一消沉，三焦经不通一紧张。

足厥阴肝经

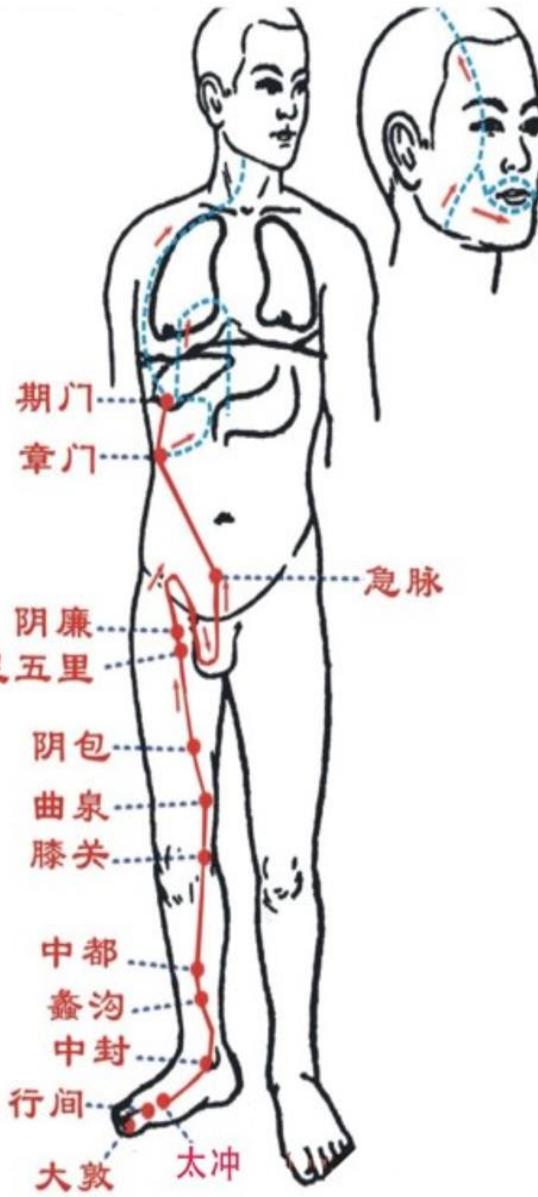
大敦 行间 太冲 中封 蠡沟 中都 膝关 曲泉 阴包 足五里 阴廉 急脉 章门 期门

01点-03点



足厥阴肝经

丑时1-3



肝开窍于目，肝气郁结，眼睛容易胀痛。
肝经上达巅顶，肝气郁结容易头痛头晕。
肝经布胸胁，肝气郁结，胸胁容易胀满，
容易乳腺增生。
肝胆经循咽喉，肝气郁结，咽喉容易长
梅核气梗塞得咽炎。
肝主筋，肝气郁结，气机不疏泄，筋骨
得不到充分气血荣养，不荣则痛。
肝经下络阴器，肝气郁结，妇人痛经，
男子前列腺也容易出问题。
肝木能够疏脾土，肝气郁结，气不疏泄，
脾胃就不好，不想吃饭，容易胃痛。
肝木能生心火，木郁便会化火，所以肝
郁的人，容易心烦失眠。
肝木为肾水之子，肝郁太厉害，就会子
盗母气，煎熬肾水，导致肾亏腰酸。