



连翘，落叶灌木，香港俗称一串金，是木犀科连翘属植物，又被称作黄花条、连壳、青翘、落翘、黄奇丹。连翘早春先叶开花，花开香气淡艳，满枝金黄，艳丽可爱，是早春优良观花灌木。连翘开花的时候，特别的漂亮，和迎春花是几乎一模一样的，很多人都分不清楚，其实所不同的是：连翘的花瓣是四瓣，而迎春花的是六瓣的。



连翘，可谓浑身是宝，花可赏、叶制茶，果入药。四月春光无限好，庭院连翘金辉耀。《中华本草》及《中药大辞典》中记载有“连翘茎叶。味苦、性寒，功能主治为清热解毒，主治新肺积热”。



秋季是连翘果实的成熟期，果实初熟尚带绿色时采收，除去杂质，蒸熟，晒干，习称“青翘”；果实熟透时采收，晒干，除去杂质，习称“老翘”。连翘性微寒，味苦。归肺、心、小肠经。功能清热解毒，消肿散结，疏散风热。用于痈疽，瘰疬，乳痈，丹毒，风热感冒，温病初起，温热入营，高热烦渴，神昏发斑，热淋涩痛。



相传，五千年前岐伯在这里采药、种药，他有个孙女叫连翘。

一日岐伯和孙女连翘在山上采药时，岐伯自品自验一种药物，不幸中毒，口吐白沫，神昏脑胀，双目直视，不省人事。

在病情十分严重的情况下，嘴里不停地喊着：连翘、连翘，连翘看爷爷中毒严重，有生命危险，泪流满面的抱着爷爷哭喊着：救命！救命！

连翘呼喊了好久无人应答，心急之下她虽无抢救办法，也不忍心看着爷爷离去，无奈之下，她急中生智顺手捋了一把身边的绿叶，在手里揉碎后塞进爷爷的嘴里。

稍过片刻，岐伯慢慢苏醒过来，把绿叶咽下肚里，两刻之后，岐伯面舌如常，连翘搀扶着爷爷回到家里，进行药物和膳食的调养，岐伯仙师逐渐恢复健康。

之后岐伯就开始研究起这绿叶来，经过多次试验，发现这绿叶有较好的清热解毒作用，效果甚佳，便把这绿叶记入他的中药名录，取名为连翘，以孙女代名。



我们用药的时候，用的是连翘树种子的外壳，是个干燥的壳状物，像个心形的东西，里面还有个心，这叫带心连翘，以前药店里有，后来连翘心和连翘变成了两味药，我们就只用不带心的连翘了。连翘心有清心火的作用，味道很怪，入口就想呕吐。连翘除了清热解毒，最大的作用是能够把气血结聚的部分给疏散开，所谓“散结”。

壳

● 和胃治呕，清除心火

果

● 清热解毒，抗炎抗菌

叶

● 抗击氧化，保护血管

花

● 消炎祛热，利水通便





感冒在开始的时候，是外寒，此时体内的抵抗系统处于抑制状态，表现为“寒”的状态，所以我们要用苏叶、生姜、葱白、麻黄、桂枝等温热之药，疏通气血，让抵抗的体统运转起来。如果此时没有控制住，那么，外邪继续深入，与我们人体的抵抗部队激战，造成局部的炎性反应，比如在咽喉，在呼吸道粘膜，此即“内热”的状态，这个情况称作“潜在的疮痈状态”，此时必须用力道足够的药物，帮助身体解决这个局面，否则病邪会继续深入，我们选用连翘来治疗感冒的内热状态，金银花、连翘、公英、地丁，都是治疗疮痈的药物，用这些解毒散结的药物，疏通气血——使得更多的抵抗部队能够参与进来，同时清热解毒——帮助抵抗部队消灭敌人，使得“潜在的疮痈”消散，那么这个外邪也就被清除了。



单味连翘乃治风热之要药，不管是风热感冒还是风热荨麻疹，皆有奇效。用一味连翘一两煎汤服用，一样汗出表解，瘙痒消失，不再去抓了，那些一条条的红疹子，自然就消了。



连翘善于清心经之风热，为何呢？连翘状似人心，两片合成，但开有瓣，古书记载连翘善泻六经郁火，但它轻清气浮，更是泻心妙药。故连翘专主入心，心主火，心清则诸经之风火热毒皆随之而清矣！



唯独胃虚食少之人要慎用连翘，毕竟连翘乃清凉之品。久服或重用凉药，中土不足者，容易败脾胃。所以《本草通玄》上说，连翘久服有寒中之患。



连翘轻清芬芳，善于升浮，凡结者宜散之，这连翘因其质轻，善于飘扬，故能流通气血，治十二经血凝气聚。连翘是疮家圣药，专治疗各类热毒疮火上扰。《本草经疏》上认为，连翘善疏足少阳胆经之郁气，因为它有清扬芬芳之气。它又善于清足少阳胆经之热毒，因为它味苦而能泻。



连翘这样用，治疗心烦易怒、口舌生疮、舌红苔黄、心火旺等症状！腾讯视频

贵州卫视

医生提示

带状疱疹多发生在身体一侧的急性性水泡，并伴有剧烈疼痛。一般不超过中线。

扫一扫
学养生



颈复康颗粒

连翘这样用，治疗心烦易怒、口舌生疮、舌红苔黄、心火旺等症状！

腾讯视频

贵州卫视

连翘心可有效治 疗带状疱疹

连翘心

颈复康颗粒

连翘这样用，治疗心烦易怒、口舌生疮、舌红苔黄、心火旺等症状！

贵州卫视

腾讯视频

三心汤的药用价值

莲子心

医生提示

莲子心可清热解毒。

连翘

栀子心

扫一扫
学养生



颈复康颗粒

连翘这样用，治疗心烦易怒、口舌生疮、舌红苔黄、心火旺等症状！

贵州卫视

腾讯视频

三心汤的药用价值

三心汤

配方：连翘心10克、栀子心10克、
莲子心10克。

用法：开水冲泡代茶饮，
一天两次，一周即可。

三心汤

配方：连翘心10克、栀子心10克、
莲子心10克。

用法：开水冲泡代茶饮，
一天两次，一周即可。

颈复康颗粒

连翘这样用，治疗心烦易怒、口舌生疮、舌红苔黄、心火旺等症状！

腾讯视频

贵州卫视

三心汤

配方：连翘心10克、栀子心10克、
莲子心10克。

用法：开水冲泡代茶饮，
一天两次，一周即可。

医生提示

节目中所有药方均需到
正规医院确诊方能使用，
不建议自行用药。

连翘心、栀子心、和莲子心都有清热解暑作用，
能治疗初期的带状疱疹带来的皮肤疼痛痒感，
可缓解皮肤皮麻、红肿出泡等症状。



肾主收藏，补肾就要用补肾的药。补肾的药有枸杞子、肉苁蓉、补骨脂、益智仁、熟地。枸杞子比较滋阴，偏收，微微偏于补阳，阴阳并补；肉苁蓉比较润，偏于补阴，湿润的也不凉；补骨脂、益智仁收藏的力比较强，气偏收的时候就容易郁；熟地滋腻，太滋腻，容易加重中焦的负担，也容易郁结，不利于木气的宣散。肉苁蓉一节一节往上生长，有通达之象，熟地象地瓜、红薯，是个臃肿之象，流通性不好。