



从前有一个小山村突然发生了洪灾，人们以为自己的生命和家园将在这一天全部覆没。但是那场洪水却只到山下就停止了。有一天人们忽然发现山下有了一个非同寻常的植物，它开着白色的小花，很是吸引人。而且还有这一些特殊的奇效。有人说它是因为洪灾而出现的，于是便有人给它取了一个非常贴切的名字那就是“泽泻”。因为不一样的地方，对于泽泻有着不一样的叫法，除了被叫为如意花，还有水白菜，水泽等等称号。



泽泻的花大，花期较长，常用于水生花卉观赏。听它的名字，大家可能觉得很陌生，其实它跟茨菇的外形相像，生于湖泊、溪流、水塘的浅水带，沼泽或沟渠。。



泽泻的花是白色的，花瓣中间的花心是淡绿色，有一毫米左右的花药从中间伸出；花落结椭圆形瘦果，成熟后是紫褐色。这种植物在秋季生长迅速，生长期约180天，其中苗期约30天左右，成株期约150天左右，但是到了冬季生长就变得极为缓慢。

有的植物用得好是救命的良药，用得不好会变成害人的毒药，**泽泻**便是如此。它**全身都带毒**，特别是块茎的毒性非常大；可它又是一味治疗多种病症的良药。1963年被收录在《中国药典》，1970年被收录在《南方主要有毒植物》书中。

关注

生着花就开了 >



泽泻，这一看名字就知道肯定和水有关，关键是还能**利水渗湿**。李时珍曾说除去水患的方法叫泻，所以叫泽泻；**禹擅长治水，所以称泽泻为禹孙。**泽泻根味甘性寒。



《神农本草经》上说**茯苓**能利小便，说**猪苓**可以利水道，说**泽泻**能消水，它们三者确实都属淡渗之物，它们的功用也全在利水。所以张仲景的五苓散、猪苓汤，常把它们三者连用，三者同用，强强联合，我们称之为**利水三药**。

但**猪苓**利的是**三焦水**，三焦为水道，**茯苓**利的是**膀胱水**，膀胱乃州都之官，为水府，小便从此而出，而**泽泻**利的是**肾水**，肾者主水，百川归海，而**泽泻利水之余还能泄热**，故水热互结，或湿热为患，皆可用之。

人体百分之七十是水，你如果能够领悟治水之道，那么对于绝大部分疾病的治疗思路必有新的突破。《伤寒论》张仲景不仅善于治寒邪，更善于治水湿，你如果能从水湿立论，琢磨湿邪是怎么生出来的，又是怎么排去的，那么你治起湿气病就掌握了一条要领，一把金钥匙。



仲景传人

《纲目》：泽泻，气平，味甘而淡，淡能渗泄，气味俱薄，所以利水而泄下。脾胃有湿热，则头重而目昏耳鸣，泽泻渗去其湿，则热亦随去，而土气得令，清气上行，天气明爽，故泽泻有养五脏、益气力、治头旋，聪明耳目之功，若久服则降令太过，清气不升，真阴潜耗，安得不目昏耶？

仲景地黄丸，用茯苓、泽泻者，乃取其泻膀胱之邪气，非引接也，古人用补药，必兼泻邪，邪去则补药得力，一辟一阖，此乃玄妙，后世不知此理，专一于补，所以久服必至偏胜之害也。神农书列泽泻于上品，复云久服轻身、面生光，陶、苏皆以为信然，愚窃疑之。泽泻行水泻肾，久服且不可，又安有此神功耶，其谬可知。



从前，有一个医徒从老医师那里学了扎实的理论知识后，老医师告诉医徒，要想更上一层楼，须到外面游历，积累更多的经验，方能成为一名大医。于是医徒开始了他的游医生涯。

这一天，医徒来到一个湖区，他发现这里的居民多患水湿之疾，当地的大夫多用茯苓、白术治之，然效果不佳，患者多服药之际有所好转，但见效颇慢，断药后即复发，且该疾疗程长，患者多因经济或疗效不佳等原因不能坚持用药，终成顽疾。

医徒认为凡是问题终有解决的办法，他决定解决这个难题后再去他地。他想，大部分患者是因为不能承担长期治疗的经济压力而放弃治疗的，因此必须找到一种廉价的药材，才能解决根本问题。于是他开始研究本地盛产哪些药材，经过数十天的收集，他发现该地盛产一种水生植物，它善利水渗湿。医徒采了一些单独煎水给一些患者喝，其中病情较轻者效果很好，而水湿症重者效果不佳。医徒让重症者自愿买茯苓、白术等其他利水渗湿之品一起煎服，见效颇佳，待症状减轻后再仅用泽泻及一些当地能采集的草药调服，该法不仅水肿消的快，花钱也不多，患者可自行采集遍地都是的泽泻长期煎服。

这一方法得到了周围郎中的认可，他们请医徒为这种药草取名，医徒道：“去水曰泻，如泽水之泻也，就依其功用而取名泽泻吧。”



水无常形，兵无常势。水湿在身体为患，变化多端。水之为患，不外乎上中下三焦。水泛高原则头晕目眩，水停中脘则心悸痰饮，水乱二便则水肿泄泻、遗精滑精，所以治水不外乎恢复水道的正常运行。治其水饮来源，开其水饮之路。中医治的是病机，动其机，万化安。正如升降机，力能升千斤，而小孩力不足以扛物，却可以一手点按开关，上下升降自如。

痰饮水湿来源于脾，所以白术能治其痰饮水湿之来源，未生湿令不湿，而痰饮水湿去路便在于下焦膀胱水道，所以泽泻能够消膀胱水道而出，打开痰饮水湿去路，这样已生痰饮水湿令其消去。泽泻就像在下游疏导水路，给水湿气以去路，而白术就像在中上游植树造林，巩固堤防，把土壤培厚，水湿就不会泛滥成灾了。



泽泻功效：1.利水渗湿（泽泻味淡）。2.泄热（泽泻性寒）。3.治疗高血脂。4.利尿。泽泻食物相克：与海蛤、文蛤相克。长期或过量食用，会导致体内肾气流失，头晕眼花，肝肾水肿等中毒现象的发生。

## 泽泻汤

泽泻

30克

炒白术

24克

头巅之上痰饮乘，眩晕恶心苦不宁。  
仲景送来泽泻术，化饮去水有奇能。

非常经典

小经方 大智慧 五

打量视频



脑

脾胃虚弱

久泻不止

胆门、亦为立腹役，临证举例。

健脾益气 参苓白术散

脱肛 中气下陷 补中益气汤

脾虚湿盛 胃苓理中丸

在这里边你去找它



泽泻是一种水生植物，开白花，根状茎可入药。还有一种泽泻科的植物叫慈姑，和泽泻长得很相似，花也一样，只是叶子不同。泽泻的叶子是椭圆形，而慈姑的叶子像雨燕，所以有的地方也叫燕尾草，慈姑味甘、涩、性微温，入肺、心经；主解百毒，能解毒消肿、利尿，用来治疗各种无名肿毒，毒蛇咬伤。



泽泻慈姑是泽泻科慈姑属多年生水生草本植物，根状茎匍匐，白色。沉水叶条形，丝带状；挺水叶长卵形至长披针形，青绿色，叶柄长30-50厘米。花葶高60厘米，直立挺出水面，花白色，每朵花瓣三枚，花果期3-11月。原产中美洲及南美洲北部，生于湖边、池塘、溪流、及积水湿地中，是一种稀有的沼泽植物，现国内有引种栽培。



出生时辰：小指长于无名指第二横纹——寅申巳亥，等于——子午卯酉，短于——辰戌丑未；剖腹产左右不一样长。小指长善于辞令，小指短不善于表达。小指长度恰好达到无名指第三指节横纹。这种人个性保守。