



葛根就是葛藤的根，这葛藤在山谷里到处都有，如果挖到大葛根，真是扛都扛不回来。最大的葛根可以象大腿那样粗，甚至比大腿粗的都有。长长的根直接钻到地下数米，而且它的根须可以向旁边延伸到十几米以外。正因为强大发达的根系，才能够把四面八方的水气吸纳过来，然后源源不断地往高处供养。

藤类能通络，所以葛根应该可以治痹痛痹症。软藤类的药物，如葛根、青风藤、海风藤、络石藤，它们都能疏通经脉，治疗各类经脉痹阻引起的风湿痹痛。

葛根可以长得比树还高。你树有多高，它就可以缠住你，最后站得比你树还高，所以整片山谷都被葛藤覆盖了。

葛根又叫一尺藤，你今天绑一截绳子，在这苗藤上做一个记号，明天它可以长长一尺。像这种肆无忌惮生长的植被，大都具有攻城略地，向外扩张疏散的特点。葛根就是辛味的，辛甘发散为阳，它就善于宣散外达，可以解肌退热，发汗解表。



《本草十剂》说，轻可去实，麻黄、葛根之属也。麻黄乃太阳经表药，兼入肺经，肺主皮毛；**葛根乃阳明经主药，兼入脾经**，脾主肌肉。所以两味药同样清阳发散，但发散的起点不同，一个善于发散肺跟太阳膀胱经之表邪，一个从脾胃肌肉跟阳明经发出来。太阳病初起，表闭者，邪未入阳明，即使头痛也不可以轻易服用葛根，恐引贼入室也。只有见到阳明经证时，或项背强紧紧，经脉不舒利可用之。无论风寒或风热，肌肉被邪气捆绑得紧紧的，疏散不出来，放松不了，就像颈椎病僵硬一样，都可以用葛根。



这葛根它就是一条蔓藤，能把所有土壤里的水气聚在一起，往天空发散。你看十几米高的藤，照样长得如此茂盛，如果它从地下吸水往上升的功能不够强大，离地面那么远，叶子早就因为缺水而干掉，或者被风吹干，或者被太阳晒枯了。但你看这叶子翠绿得比一般树木还多津液，所以这葛根最善于把土壤里头津液往天空发。

对于人体而言，土壤乃脾胃也，天空乃心肺也。所以凡一派阴云密布，天空肌表为邪气所覆盖收紧，这时利用葛根强大的升散能力，立马可以解表一身轻，颈肩即使僵紧紧，也能够得到很快放松。葛根能起阴气。这正是葛根善于把津液往上往外敷布的表现，所以葛根这种强大的功能，我们又称它为升腾，它是藤类药里头升发很厉害的。葛根不单主阳明胃肠的肌肉，周身的肌肉它都能主。所以它能够让肌肉充满力量，能够使阳明主宗筋功能加强。



葛根，中药名。为豆科植物野葛的干燥根，习称野葛。秋、冬二季采挖，趁鲜切成厚片或小块;干燥。**甘、辛，凉。有解肌退热，透疹，生津止渴，升阳止泻之功。**常用于表证发热，项背强痛，麻疹不透，热病口渴，阴虚消渴，热泻热痢，脾虚泄泻。



东晋道教学者葛洪，在茅山脚下炼丹时发现的一种根，此根治好了句容当地老百姓一场瘟疫，当地老百姓为了纪念葛洪，于是把此根命名为“葛”，于是就有了“葛根”一词。



明朝著名的医学家李时珍对葛根进行了系统的研究，认为葛根的茎、叶、花、果、根均可入药。他在《本草纲目》中这样记载：“葛，性甘、辛、平、无毒，主治：消渴、身大热、呕吐、诸弊，起阴气，解诸毒”。



葛根“起阴气”之机理是因葛根气脉上行，辛甘发散，味道具薄的客观之性效果于一体，鼓舞胃气，升发胃阳，其间经由脾主升清的效果，使阳升阴起，气上津生，将阳气、阴津上承入肺，以得到主消渴，止泄痢，润经脉，通血脉之效果。



净阳佛医

项背强痛表实证而兼项背强痛者，用葛根汤；表虚证兼项背强痛者，用桂枝加葛根汤。上二方均源于《伤寒论》，均有邪入太阳经输，经气不利，津液杜绝输布，经脉失养而至。用葛根之意在于鼓舞胃气上行，升津液，起阴气以濡润经脉，以治项背强几几之兼证。“桂枝加葛根汤及葛根汤，皆治项背强，仲景皆言太阳病，是知葛根为项强之特效药”。因而陆渊雷觉得：“葛根能汲取消化器官之养分液而外输肌肉，故能治项背强急，本经言葛根能起阴气，即输送津液之谓也。”



阴虚消渴消渴一证 “.....其实不越阴亏阳亢，津涸热淫而已”。可知其病机特性“以阴虚为本，燥热为标”，故以养阴生津治其本，润燥清热治其标。而**葛根正好具有生津和清热两层的效果**。因而既有“葛根，升散阳明温病热邪之要药也，故主消渴”之言，又有“葛根之用，即《本经》‘起阴气’一语，正合于从太阴之湿土以行其化.....鼓舞其阳，从上述行，观其首‘主消渴’可知矣”之说。



泄痢因此《素问·阴阳应象大论》有“清气在下，则生飧泄”一语，因而用“升阳气”来描述葛根医治泄泻的机理既直接而又明了。否则，用“起阴气”更易辩解其治泄之机理。近代名医陆渊雷在辩解葛根芩连汤时说得更通俗：“本方之要紧葛根，乃取其输运津液，减弱肠中水分以止痢。”



心脑血管本病许多实验还有症状运用考虑表明，葛根具有扩展冠脉和脑血管，多加冠脉和脑血流量；扩血管、降血压；改变血液流变性和抗血栓产生等药理效果。因而，《中药药理学》觉得“葛根具有优良的治血通脉效果”，范围运用于冠心病、心绞痛、高血压、偏头疼、心律异常等本病。



葛花

酒后解酒



葛根

酒前解酒（葛根粉调糊）



粉葛

清热解饥

生津止渴

解酒醒脾



柴葛







植物雌激素

乳头属于肝经所管，乳房却属于阳明胃经所管。所以 丰胸丰乳，应该强大阳明胃经，使脾胃升清功能加强，这样源源不断的津液就会运送到乳房去，取代乳房里的各类包块结节跟病理产物，就像葛藤能把土壤里的水运送到最远的枝条上去。所以葛根入到人体内，可以把脾胃里的津液运送到乳房去。并且把这一系列的经络郁滞打开。

清熱解酒

清腸潤肺

去膈上熱

止渴除煩

清涼利尿

醫治嘔吐



枳椇子120g、葛花150g、山楂160g、陈皮60g（10袋）

【枳椇子】有的地方叫拐枣，呈扁平圓形，背面稍隆起，直徑3~5毫米，厚約2毫米。含有大量的，二氫楊梅素，葡萄糖、有機酸，既能擴充人體的血容量，又能解酒毒，故有醒酒安神的作用。



葛花在《神农本草经》、《本草纲目》、《医药大全》等记载有**解酒醒脾**的功效，还具有清热、解毒、益肝、养颜、益肾、降三高的效用，中医领域民间就有“**干杯不醉葛藤花**”之说。



山楂味甘、性微温酸，入脾、胃、肝经，具有消食健胃，活血化瘀，强心之功效。



【陈皮】由柑、橘、柚、橙经长期干燥或烘烤制作而成。所谓陈皮，就是年头越长越好。外表橙红色或者红棕色，入口有**清爽橘香**，回味微苦。



抱朴子中医

枳椇子，又名木蜜、拐枣、鸡爪子等，也是常用的解酒药。民间还有“**千杯不醉枳椇子**”的说法，酒后生吃几颗拐枣，能醒酒安神。去宜春旅游时，当地人介绍，用枳椇子研末，喝醉了，冲水喝就可以很快苏醒。



制作方法：

- 1、枳椇子切碎，陈皮切成丝，然后将枳椇子、葛花、山楂、陈皮一同装入茶包袋里（建议每回多做一些备用）；
- 2、取一袋放入杯子中，用沸水冲泡，焖3~5分钟即可饮用。

保健功效：长期喝酒的人，平时就可以喝这款茶，既可以减轻酒精蓄积引起的脑损伤，还能预防饮酒过度导致的脂肪肝。