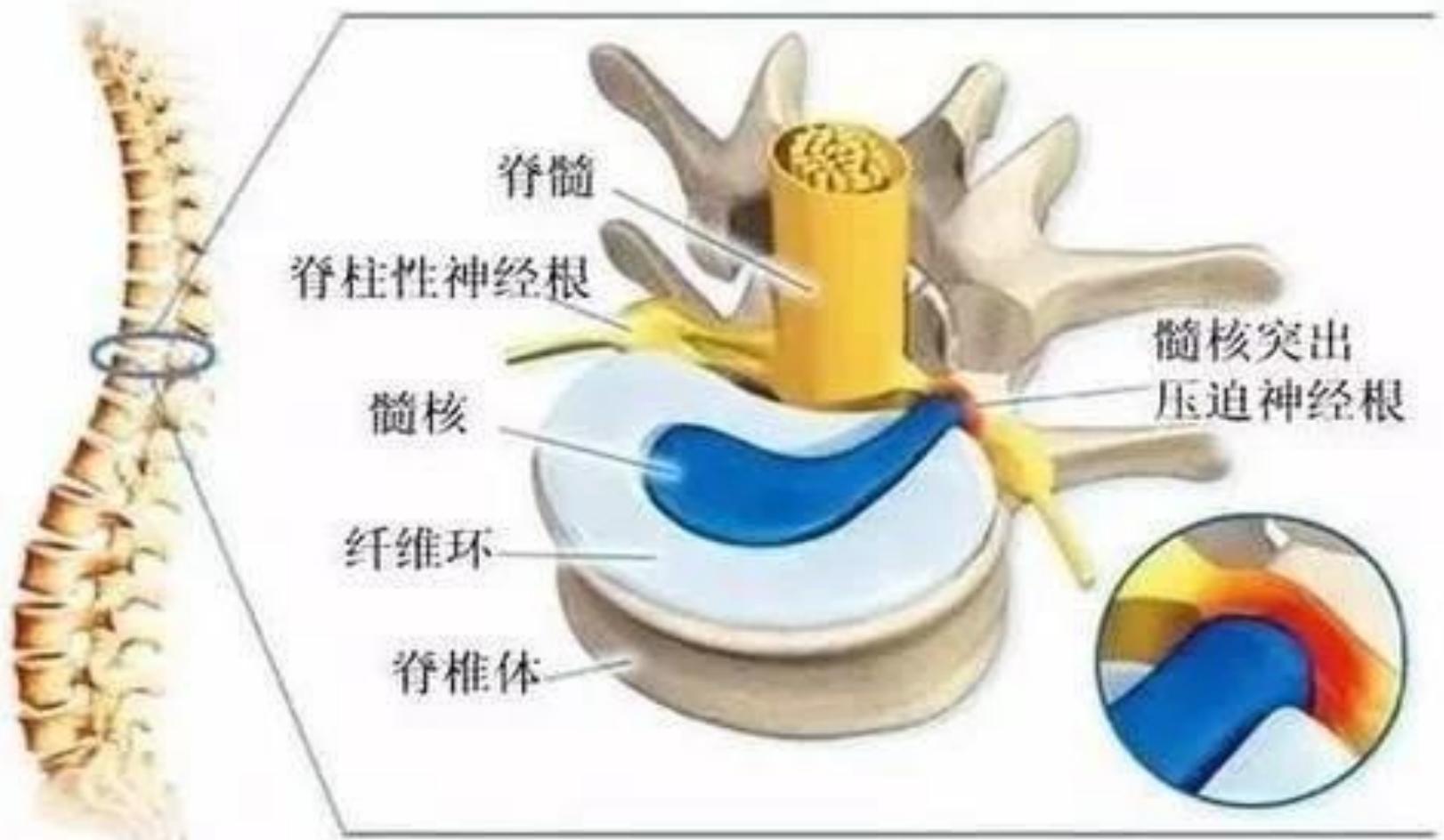




青风藤为防己科植物青藤或毛青藤等的藤茎，青藤及华防己夏、秋采割藤茎，晒干，或润透切段，晒干。清风藤秋冬采老藤，切段，晒干。

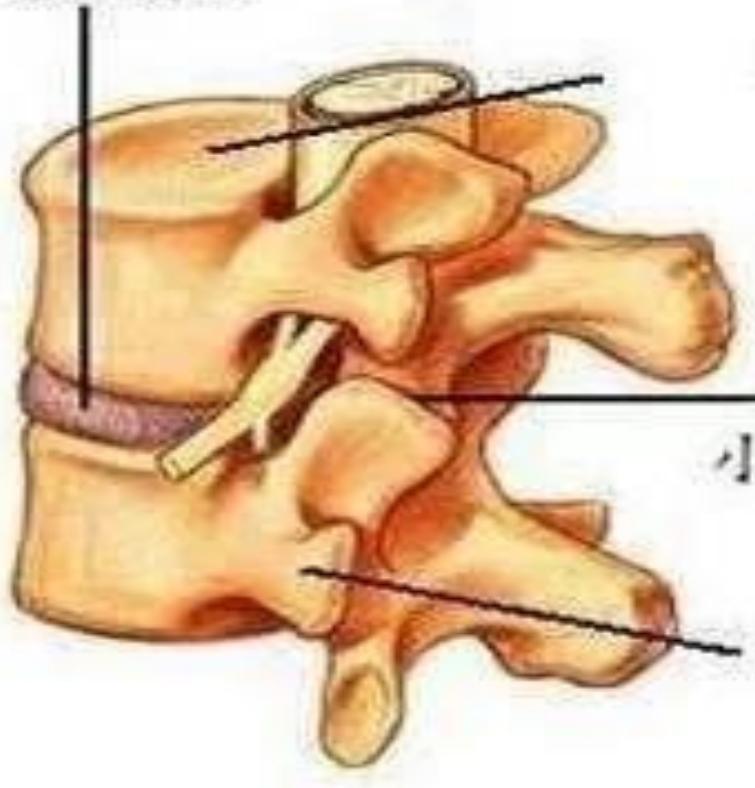


《黄帝内经》，经脉者，所以决生死，处百病，调虚实，不可不通。意思说，经络就是人体的道路，道路瘀堵不通，车马不能往来，经济就转不起来；人体经脉一刻不通，新陈代谢就不能顺利进行，局部会因为缺乏气血的供应，而导致痹痛或者活动功能减退。



《本草便读》曰，凡藤蔓之属，皆可通经入络，青风藤善治风疾，故一切历节麻痹皆治之，浸酒尤妙。风气通于肝，故入肝，风胜湿，湿气又通于脾。

椎間盤



椎體

小面關節

椎弓



青风藤这藤类药，善于窜上走下，令腰背经脉堵塞之处皆可通之。青风藤是防己科植物，防己能利水，青风藤更可以利小便，这在藤类药中非常少见。腰间盘突出，局部充血水肿疼痛，充血是因为脉络不通，水肿是因为水液代谢不去，故青风藤是首选。青风藤：50g 黄芪：50g 黑豆：50g，水煎服，一日一剂。

朱元璋建立明王朝之初，百废待兴，百姓的生活过得十分艰难。由于常年的战乱，百姓四处流离，居无定所，食不果腹，衣不蔽体，很多百姓都患上了风湿等疾病，四肢疼痛难忍。但因药品昂贵，百姓无钱看病，只能拖着，导致病情越拖越严重，最后卧床不起，丧失劳动力。

江东有个叫刘达的年轻郎中，天资聪慧，又勤奋好学，学医十余年，熟读经典，精于临床，在当地已小有名气。

刘达看到百姓遭受如此痛苦，心急如焚，发誓要将百姓的疾患治好。于是，他常常免费给这些百姓治病，但由于病患太多，没几日他家里的存药已全部用完。他只好四处购买治疗风湿的药材，那些药品商也趁机哄抬药价，药材价格节节攀升。

正当刘达犯难时，看到自家的墙壁和门前的树上攀爬着许多的草藤，刘达想起古医籍中有“凡藤蔓之属，皆可通经入络”的记载。于是他想，这种草藤是不是也能用来治疗风湿腿痛等疾患呢？

秉着谨慎的态度，他不敢随便给病人使用，但是前来找他就诊的病人越来越多。正在他进退两难的时候，有病人看出了他的忧虑，便对他说：“刘大夫，你为了我们这些素不相识的人弄得家徒四壁，有你这份心意，即使治不好我们的病，我们也没有半句怨言。如果你觉得这个草藤能治好我们的病，你就大胆地用吧，我们相信你。

听到患者这些话，刘达心里暖暖的，觉得之前所受的再多苦难也都值得了。于是，刘达便将这种草藤煎水给那些患者喝，那些患者风湿的症状竟慢慢地好了。刘达欣喜若狂，因为这种草藤在野外到处都是，百姓可以自己采摘这些草藤煮水喝治疗风湿，既不用花钱，效果又好。这种草藤就是我们现在所说的青风藤。



青风藤苦、辛，平。归肝、脾经。本品苦泄辛散，性平不偏，入肝、脾经。善祛风除湿、通络止痛，凡痹痛拘挛无论寒热新久皆可酌选。能利小便而消水肿，治水肿、脚气可投。



《本草汇言》:清风藤, 散风寒湿痹之药也, 能舒筋活血, 正骨利髓, 故风病软弱无力, 并劲强偏废之证, 久服常服, 大建奇功。须与当归、枸杞合用方善也。



青风藤味苦、辛，性平，青风藤有毒，归肝、脾经；青风藤具有祛风除湿，利尿消肿的功效；青风藤主治风湿痹痛，历节风，鹤膝风，心胃气痛，水肿，脚气，痈肿恶疮，皮肤痒疹。脾胃虚寒者慎服青风藤。



青风藤品种较复杂。全国多数地区所用的青风藤，主要为青藤。其根部在河南，四川地区又作防己药用，湖北地区尚以华防己和木防己的藤茎做青风藤。上述复杂品种中，仅华防己的藤茎与青藤近似，但切断面显清晰的多层环纹，一般2~7圈，中心偏斜，其它品种，均与青藤显著不同，易于区别。

五行图



五脏补泄：

肝：辛补酸泄。

心：咸补苦泄

脾：甘补辛泄

肺：酸补咸泄

肾：苦补甘泄

肝苦急，急食甘以缓之：甘草。

心苦缓，急食酸以收之：五味子。

脾苦湿，急食苦以燥之：白术。

肺苦气上逆，急食苦以泄之：黄芩。

肾苦燥，急食辛以润之：黄柏，知母。

【注云】：开腠理，致津液，通气血也。



中医展板 一五行图一

【肝】欲散，急食辛以散之一—川芎；以辛补之，细辛；以酸泻之一—白芍。

【心】欲软，急食咸以软之一—芒硝；以咸补之，泽舍；以甘泻之一—黄芪、甘草、人参

【脾】欲缓，急食甘以缓之一—甘草；以甘补之，人参；以苦泻之一—黄连。

【肺】欲收，急食酸以收之一—白芍；以酸补之，五味子；以辛泻之一—桑白皮。

【肾】欲坚，急食苦以坚之一—知母；以苦补之，黄柏；以咸泻之一—泽舍。

【注云】：此五者，有酸、辛、甘、苦、咸、各有所利，或散、或收、或缓、或软、或坚、四时五脏病，随五味所宜也。

病在里，需发散，用苦味。

湿症的治法，一般都是寒湿。苦味燥。温药气上。苦+热药，辅佐酸和淡味药。酸味的药收敛，把湿收起来。淡味药来排出。

舌苔，如果是黄，干，或裂开，则为内火盛；用咸冷，附苦发酸收。如黄但湿，则为热。

便血：先血为内痔，便后血为外痔。便混血为大肠有湿热，炎症。

苦味，攻下，润燥。辛药发散。

五行生克的应用：五行相生虚则补其母，实则泄其子，子能令母实，母能令子虚。如：脾土生——肺金生——肾水。如果是入肺的药，则一定影响脾和肾。如果是消化不好，想令脾实，则可用白色的药（子能令母实），补肺，同时此药又补了肾（虚则补其母）。五行相克。酸辣相克，酸过多则伤筋；苦咸相克，苦伤气。脾主肌，甜过多则伤肌。酸制甜。肺主皮毛，辛伤皮，皮肤不好，肺主皮，火克金，苦味克之。咸，过咸伤血，血太浓。则甜克之，但不是人工的甜糖，可甜食，甘蔗等。

酸主筋，苦走骨，甜走肉，辛走气，咸走血。凡是以上之病，尽量不要用此类药。如筋病避免用酸。稀释血。

血是否太浓与太稀，看口是否渴即知。口渴即知太浓。血太浓，则用甜制之。现在很多食品人造的是酸味，对脾有损并至筋。

五味所伤，气虚病，少吃辛辣的东西，肺主气。咸过血浓，辛过则筋急爪枯。酸多肉消皮厚。甜多骨空发落。

朱砂，用量要少，生用，不可加热，安神效果很好。朴消，咸味，攻坚用。大黄是去实。大便干硬时，用芒硝去把大便打碎。

盐过食伤肾，但没有盐也不行，淡咸味入肾，没有盐则水肿。

阳虚的人见阴证，阴虚的人见阳证。

药石：五石脂，很好。

菖蒲。辛温发散。通九窍，治心脏病。治疗鼻窦炎，必用辛夷花，加上苍术。此方只去堵，不治肺，如寒热，可再加味。

人参，即高丽红参，大补元气，补脾益肺，生津止渴，安神增智；需按医嘱服用，不得自行选用，副作用不小。虚证用，实不用。感冒等不可用。

天冬（天门冬）。苦平，入肺。润燥，治虚热。久服益气延年。适合煮食，不生用。可以改善皮肤，使白。无热不用。不可与鲤鱼同用。虚寒泄泻及外感风寒致嗽者，皆忌服。

甘草：缓和解毒。急证，排水利水，不当用甘草。但甘草的半夏之毒不如生姜快。解金石类毒效果最好。黄芪炒可代参。生用甘草缓，宜胃气上升，解毒好。用蜂蜜炒，炙甘草汤，治心动悸。治心病。酒后欲呕，涨满，服甘草。

久咳嗽，必然肺有积血。除正常治疗外，当活血化瘀。

地黄：甘，寒。补药。男人一般熟地，补精。滋阴补血，益精填髓。用于肝肾阴虚，腰膝酸软，骨蒸潮热，盗汗遗精，内热消渴。女人生地。生地黄：清热凉血，养阴，生津。用于热病舌绛烦渴，阴虚内热，骨蒸劳热，内热消渴，吐血，衄血，发斑发疹。脾虚寒的不用生地。

白术：苦，白。健脾益气，燥湿利水。去脾湿，脾阳不够时。健脾胃。如果脓入深时，用排脓汤，即术附汤。白术常配茯苓。茯苓为甘味淡味。是利湿。用以排出白术收集的水。白术有油脂，通利三焦，可治一切水肿病。白术补脾补气，苍术燥湿发汗。可同用。苍术为树干，白术为根。因此，白术是收脾肌湿的，苍术燥湿是收上部的身上的湿。白术禁忌，阴虚水少，骨蒸，口干舌燥，内热，不可用。身上溃疡不用。但在肠胃中的溃疡是可以用的。

菟丝子：补肾益精。禁忌，阳强，性功能正常的不要吃，以前如果是勃起正常，吃则会至不举。阳强，则至不软，都不好。

牛膝；攻中带补的药，活血化瘀；补肝肾、强筋骨；利尿通淋；引血下行。孕妇不可用。入上焦的药不可用。

药的气味，气强则是阳强，气弱则为阳中之阴。去风的药，一般都能去湿。

益母草：是治疗逆经（月经上行）的必用药。活血调经，利尿消肿。入心包经。

女萎（玉竹）：治疗肌肉痛的良药，风热风湿入肌。久服去面黑野，好颜色，润泽。

柴胡：治半表半理之病。治肝胆解郁一般用到柴胡。

补虚和去热同用，才可去掉虚热。移动性的痛属于风痛。

麦门冬：味甘，微苦寒。无毒。主治润肺清火的要药。专治肺中浮火痰多。干咳，口渴。养心阴，清心热。如天王补心丹（《摄生秘剖》）以之与生地、酸枣仁、柏子仁等品同用。热伤心营，神烦少寐者，宜与清心凉血养阴之品配伍，如清营汤（《温病条辨》）以之与黄连、生地、玄参等品同用。

独活：祛风胜湿、止痛：主治风痛。讲风就是讲的是肝脏。去肾间风邪，搜肝风，泻肝气，治项强腰脊痛。收风走表，治实痛，不治虚痛。治下部。

车前子：行水泄热，湿热型的小便不利。虚寒不可用。尿黄刺痛用，便多清长无力为虚。凡内伤劳倦，阳气下陷，肾虚精滑及内无湿热者，慎服。肾虚寒者尤宜忌之。

木香:辛香, 辛味的药, 能发散, 润, 横行(行气散郁)。身体有里寒, 恶心呕吐, 胃酸逆, 都可用木香。去寒湿, 温性的, 开胃调气。治心腹一切气, 三焦之气, 健脾, 脾胃寒湿都可用。白芍, 活血化瘀, 与之有区别。膀胱的小便不利用会木香。所有热证不用。槟榔为使, 是打虫子的药。木香是中下焦。生地加木香做成饼, 热熨可去乳房硬结肿块。

淮山(署豫): 甘温, 补虚。任何味甘的都入脾, 色白的, 入肺。主治补虚扶弱。益肺益脾。治虚热时, 要补虚并去热。

薏苡仁: 甘淡。微寒。根, 可除三虫。除湿行水, 消水肿去风湿, 去油(脖子附近), 益肠胃。忌, 大便干结。

泽泻: 利水消肿, 利小便。本引用于肾阴不足、虚火亢盛, 配地黄、山茱萸等同用, 有泻泄相火作用。泽泻利水力佳, 实有伤阴之可能, 更无补阴之效用, 张景岳谓:「补阴不利水, 利水不补阴」, 阴虚忌用, 阳虚水肿可以, 阳虚的人, 面色暗, 无人色。阴虚的人出现阳证, 是红红的。泻旧陈水, 明目。身上有积水, 则会有肌肉跳, 适合用泽泻。去了陈水, 有新水, 所以明目。配半夏是去呕的。苍术配泽泻可解酒克酒。

远志：长智慧，耳聪目明。经方中用天雄乌头附子(三年生附子，四年以上为乌头)大热大毒的药会伤到心脏，远志可解其毒。远志是治心脏病的非常好的药。苦温，能燥能坚，苦入心。强心益志，安神。心季动季。可强肾。心火不足一般恶心寒，脚冷，一般用远志，可散心中的滞血，又可兼补心火。舌黄实干燥有裂纹，心脉强硬，燥热烦躁，为心火太盛。桂枝通达四肢，为辛香发散，治四肢麻。

溶血作用远志和桔梗相似，含有皂甙，亦有溶解红细胞的作用，溶血作用强度为：远志>美远志>桔梗，远志肉（皮部）比远志木的溶血作用强。（1）祛痰开窍：用于痰阻心窍之神昏痰盛及精神失常，可配菖蒲、郁金。（2）交通心肾：用于心肾不交之失眠，常配茯苓、酸枣仁。

龙胆：苦涩，大寒。除邪火，实热。吃龙胆草，至少会多一次大便，这样剂量刚刚好。其泻肝胆实热之力，数倍于芍药，而以敛辑肝胆虚热，固不如芍药也。中焦湿热用，无毒。泄痢不可用。如果用酒泡制过，可走上走外，治眼赤热红。

细辛：辛温无毒。止牙痛。排水利水，可治咳嗽。肾脏之中的水，如果无阳，则不动，水不上升，温度为阳。下半身积水，上渴，说明肾水中的阳没有了。细辛是小强之阳，可把水气化，肾的阳气恢复。身有寒证风证可有细辛。当医生一定要知道阴阳。治各种寒痛。少阴证用细辛，胆气不足，细辛主之。

石斛：滋阴的药。眼看到的虚为阴，看得到的虚为阳虚。去虚火，如舌苔黄腻胃火旺，即可用。

巴戟天：补肾阳，强筋骨，祛风湿。用于阳痿遗精，宫冷不孕，月经不调，少腹冷痛，风湿痹痛，筋骨痿软。温散的力量很强。虚弱筋强，都用。色为黑入肾骨，补气益精力量很强。阳性，阳性的药都可驱鬼邪，恶梦。水肿因风气引起的，阳虚的人，都可用巴戟天。有虚火的人，不用。遗精滑精萎的，都可用巴。保护肝的方法，强水固肾，水生木。

石菖：味甘平，水生。治病很少用。

天麻（赤箭）：辛，性温，平肝息风止痉。主治抽筋，冷气麻痹。使女大胸，皮肤好。

奄闾子：

蓍实：主益气，充肌肤，明目，聪慧先知。

赤芝：芝类为补药。灵芝：

卷柏：妇科用的多。专治女子阴中寒热，性温辛，活血化瘀。痛经，用生卷柏破血。灸用的时候，止血。

青黛（蓝实）：咸，寒。清热解毒，凉血，定惊。主解诸药毒，小儿诸热，任何质轻的药，一般都少开。咸能软坚，润下。头疮，带状泡疹。治带状泡疹，先隔姜灸，然后丝棉烧，之后洒青黛。寒证不用。

川芎;辛温。现在治肝，头痛，妇科都用。可治西医治病所致血管缩萎。润气行血的良药，一切气郁血郁。味比当归更辛苦，强。走串，走肝。

黄连：苦，寒。味厚。解毒，血里过热，产生毒素，用黄连。极虚极寒时，用热药反而不行，可用黄连，物极必反。

络石藤;苦，微寒。主风热，发炎证。输筋活血，舌头喉肿。可慢慢喝下治喉咙肿，如果作用不大，用硝石，力量猛。

蒺藜子：眼科药。尤其是白蒺藜。生眼中水。

黄芪：甘，温。补气固表，利尿托毒，排脓，敛疮生肌。大补脾。助肺气，补虚劳。实脾时用。通利三焦。脾统少腹。皮肤是表面，气主之。四肢问题，肌肉问题，都可服黄芪。对皮肤非常好的。

肉苁蓉：补肾阳，益精血，润肠通便。用于阳痿，不孕，腰膝酸软，筋骨无力，肠燥便秘。补精益髓，强阳。去女人宫肌留。咸药通利大肠。大咸会痢。阳不足可用。阳药。强化组织功能。肾主大小便，肾有问题，大便也会有问题。

防风;辛甘温发散。解表祛风。解毒。任何发散的药都是可以解毒的。黄芪与防风合用，可以大补，增强黄的力量。防风治头痛，风痛时的药。肌肉风痛。张仲景用防己配黄芪。

蒲黄：是用的花粉。凉血止血，活血消瘀。生用活血，炒用止血。

续断：补肝肾，强筋骨，续折伤，止崩，活血化瘀。味苦。能燥坚泻。治骨病。补益筋骨。、

漏芦：咸，寒，入肾。清热解毒，消痛，下乳，舒筋通脉。

营实：酸收。利水除热，活血解毒。治水肿，脚气，疮毒痈肿，小便不利，经期腹痛。治性病外毒。

天名精：祛痰，清热，破血，止血，解毒，杀虫。

决明子：甘、苦、咸，微寒。清肝明目，益精，润肠通便。用于目赤涩痛，羞明多泪，头痛眩晕，目暗不明，大便秘结。明子既能清泄肝胆郁火，又能疏散风热，为治目赤肿痛要药。

丹参：苦，微寒。一味顶四物汤。祛瘀止痛，活血通经，清心除烦。妇人，上半身为阳，下半身为阴。养血，去心腹痼疾结气，腰脊强，脚痹；除风邪留热，久服利人。可入心脏。

茜根（草）：活血化瘀的力量很强。咸酸，有攻坚的力量。寒性的。凉血，止血，祛瘀，通经。又名血见愁，治血病很好。

飞廉：止痛，虫咬。

五味子：收敛固涩，益气生津，补肾宁心。性温。入五脏。治咳嗽。敛肝肺补肾。酸收，感寒初嗽当忌，恐其敛束不散。肝旺吞酸当忌，恐其助木伤土。

兰草：散胃。解坏病牛猪肉的毒。

蛇床子：解痒，尤其是阴湿痒，放上去就解了。外涂。温肾壮阳，燥湿，祛风，杀虫。用于阳痿，宫冷，寒湿带下，湿痹腰痛；外治外阴湿疹，妇人阴痒；滴虫性阴道炎。

地肤子：苦寒。治膀胱，小便赤痛，尿道炎。

景天：外用，消虫咬伤疮。

茵陈：黄芪是退三焦之黄，茵陈是退肝胆之黄。苦、辛，微寒。清湿热，退黄疸。用于黄疸尿少，湿疮瘙痒；传染性黄疸型肝炎。湿热在中焦，如脾胃的湿热，黄疸都会用到茵陈。用在阳黄。寒热重证，热凉并用时，可以用茵陈。

沙参：清补肺气。甘，凉。清热养阴，润肺止咳。主治气管炎，百日咳，肺热咳嗽，咯痰黄稠。任何治润肺的，都能治肝。任何对肝好的对脾也好，逻辑关系。色白的药，大部分是滋补的药。人参沙参，一般是事后调理补用，经方中一般不用。

徐长卿：精神类药。中邪。祛风化湿，止痛止痒。

龙须草：淡寒。利尿通淋，泄热安神。

薇衔：治水，利关节。

云实：与常山一样，专治疟疾。味辛温。清热除湿，杀虫。治痢疾，疟疾，消渴，小儿疳积。（往来寒热下痢不止为疟疾）。

王不留行：活血化瘀，力量很强。苦，平。活血通经，下乳消肿。用于乳汁不下，经闭，痛经，乳痈肿痛。王不留行治乳汁多而不通；如乳汁少之虚证，则需配用补益气血之药。活血消肿：用于瘀血肿块及疮痈肿毒。

升麻：外用内服都可。辛甘解百毒。发表透疹，清热解毒，升举阳气。用于风热头痛，齿痛，口疮，咽喉肿痛，麻疹不透，阳毒发斑；脱肛，子宫脱垂。本品发表力弱。主要有升举透发及清热解毒等功效。

胡麻子（青囊）：子叫胡麻子，叶子叫青囊。任何有油的，一般是利肠的。滋补益气补骨。

冬葵子（姑活）：甘寒。利水，滑肠，下乳。治二便不通，淋病，水肿，妇女乳汁不行，乳房肿痛。助产。冬葵叶子做菜吃，健脾，利肠胃。

牡桂。是大桂。小桂皮叫肉桂。大桂皮叫官桂。桂枝也就是牡桂树上的。桂枝，主治四肢问题。色红，甘辛香。发汗解肌，温通经脉，助阳化气，平冲降气。桂枝主动脉阳，白芍主静脉阴，两药互相呼应。用于风寒感冒，脘腹冷痛，血寒经闭，关节痹痛，痰饮，水肿，心悸，奔豚。入心肺膀胱经。桂枝与麻黄虽都能发汗，但麻黄辛苦开泄，能开腠理而透毛窍，发汗作用较强，且能宣肺平喘、利尿退肿；桂枝辛甘温熙，主要功能是温通经脉，能通达阳气而解表，发汗的作用较为缓弱。

菌桂（肉桂）：辛、甘，大热。入心，肾，脾肝。补火助阳，引火归源，散寒止痛，活血通经。桂附地黄，治阳虚。命门火衰时，点命门火的药很多，肉桂是其一。点了火以好，如何固定。肉桂最好是生用，不加热用。张仲景用肉桂，定用泡附子同用，用附子固阳。治疗肾脏病，先去治心脏。肉桂打粉生用。桂皮主上升，桂枝主四枝，肉桂主心。中药中医的理论没错，关键是会不会用。任何肿瘤都可用肉桂。不管什么病，要保证大小便通，睡，开心。疮，如果是凹下去的，用升阳托毒之药，可排出毒。

松脂：松树上的脂。味苦、甘，温，无毒。去风去湿。有松子，松叶，松节，松根。什么都能入药。性温，燥热之证不用。

槐实：槐花治痔疮的好药。槐实可以熬羔。实一般都有油，可做膏。可先针刺破之，槐实膏外服在肛中，治痔疮，一天换三次。主五内邪气热，止涎唾，补绝伤，五痔。主头风，明目，补脑。有凉性。痔疮说是小肠温热下注。

枸杞：子叫枸杞，根叫地骨皮。枸杞，加黄芪，加红参，甘草，当茶喝。淡红，入气份，养肺。心是红赤。治心时，红色的药，会润到肺。治心，肺弄好，心就好治了。枸杞生津止渴。滋肾，润肺，补肝，明目。外邪实热，脾虚有湿及泄泻者忌服。

柏实（柏子仁）：甘，平。归心、肾、大肠经。养心安神，止汗，润肠。便溏及痰多者忌服。侧柏之叶中，硬长出来的采集，可生发。肝燥时，眼干。都可用柏子仁，可润肝。

茯苓：外黑内白。甘、淡，平。补脾，利水渗湿，健脾宁心。利尿功能强。糖尿病，心悸都用。积水可用到一两。利水不伤正气。里面是红色的，是赤茯苓，一样的。

榆皮（榆白皮）：利水，消肿，排水。

酸枣仁：酸味，收敛。滋肝养肌。有实邪热，不用。补肝，宁心，敛汗，生津。

黄柏：主五脏黄疸热。苦，寒。解毒。除热，滋阴。黄柏清热燥湿之力，与黄芩、黄连相似，但以除下焦之湿热为佳。得知母滋阴降火，得苍术除湿清热。黄檗，足少阴剂，肾苦燥，故肾停湿也，栀子、黄芩入肺，黄连入心，黄檗入肾，燥湿所归。▼

干漆：顺筋内，填骨髓。辛，温；有毒。破瘀血，消积，杀虫。

五加皮：去风湿，补肝肾，壮筋骨，辛温无毒。疗男子阴痿，囊下湿，小便余沥。

蔓荆石：气烈，质轻。治头痛。

辛夷：通关利节，尤其鼻子。升阳至上。可与菖蒲、苍术一起用，去湿，开窍，散脑鼻之间的风寒。

桑寄生：补肝坚肾，壮筋骨，去风湿。清肝胆之火。苦、甘，平。酸。对风湿痹痛、肝肾不足、腰膝酸痛最为适宜，常与独活、牛膝等配伍应用。桑寄生，号为补肾补血要剂。