



Bai 百科

旱莲草为菊科植物鳢肠的全草，因为搓揉它的茎叶时，可见黑色的汁液流出，所以又叫“墨旱莲”，异名又叫醴肠、金陵草、莲子草、墨斗草。时珍曰：鳢，乌鱼也，其肠亦乌。此草柔茎，断之有墨汁出，故名，俗呼墨菜是也。细实颇如莲房状，故得莲名。



马来西亚植物资料库 / Yong Soot B 摄

相传唐代有个叫刘简的人，平生爱慕仙道，听说哪里有名山仙迹，定要去游览拜访。开元(公元713至741年)初年刘简遇一位自称“虚无子”的采药老人，虚无子被刘简锲而不舍的精神所感动，便把他带到自己的药园参观。虚无子对他说：“长生不死是不可能的，但长寿是可望的。”虚无子指着水池边一种长得墨绿鲜嫩的草说：“别以为只有高山上的灵芝是仙草，这水边也长仙草，我就是常食这种草药，活到百岁而发不白，耳聪目明的。”临别时，虚无子送给刘简一包药种，让他回去后种在水池边、水田边，苗长到20厘米以后即可开始服用。嫩时可当菜吃，夏秋可采鲜茎叶煎水喝，每天用鲜品100克左右。冬天则用阴干的茎叶，每天30克煎水饮用。长期坚持，必有所成。刘简回家后按照虚无子的吩咐，种植、食用，果然也活到100多岁而发不白、耳不聋，还能看清书上的小字。因这种植物叶墨绿，刘简便给它取名为墨斗草。墨斗草又叫旱莲草。



旱莲草，味甘性寒，能滋养肝肾、凉血止血，主治头晕目眩、须发早白、热症出血等。

明末安徽地区有位叫汪汝桂的名医，从小体质较弱，弱冠之年，仍长得羸瘦单薄，但却聪明过人，诵诗及经史百家过目不忘，深得父爱，不料父患重病，医治无效，临终遗命：“不为良相，且为良医。”汝桂遂弃儒习医，专心精研医书。由于他临证善于发挥，常独出新意，遇危殆之证，每能化险为夷，在当地颇有名气。但因汪汝桂医师多年苦读，加上先天不足，未到40岁便未老先衰，须发早白，头目昏花，时常腰酸背痛，浑身没有力气。

有一次，他带门生去采药，投宿寺院，遇到一位百岁老僧，此老翁耳聪目明，须发乌黑，步履矫健，便向其请教养生之道。老僧指着院中一株高大的女贞树说：“取女贞子蜜酒拌蒸食即可。”汪汝桂医师反复琢磨，觉得很有道理，为增加疗效，他取滋补肝肾的墨旱莲配伍，将旱莲草捣汁熬膏掺和女贞子末制成药丸，试服了半月，觉得效果很好，便连续服用。半年后，完全恢复了健康，并显得精力过人，生机勃勃。

数年后，汪汝桂医师行医路过浙江丽水，探望寄籍在此的同乡好友汪昂。汪昂见他全无昔日的病容，显得光彩照人，颇感惊诧，汪汝桂医师便如实相告。汪昂家资富有，闲居在家，不免放纵酒色，亦有肝肾不足之虞，闻知赶紧如法炮制、服食，同样收到良好的效果。

汪昂素嗜岐黄之书，寻思着有生之年，做些流传千古之事，便以厚俸延聘汝桂。历时4年，汝桂著书4部。他将女贞子、黑旱莲疗肝肾不足一方，收进《医方集解》一书之中，称之为二至丸。不过《医方集解》刊出后，正式署名的作者却已是汪昂了。

如今，二至丸主要用于肝肾阴虚而致的头昏眼花，口苦咽干，失眠多梦，腰膝酸软，下肢痿弱，早年白发，遗精早泄，舌红脉细等症。



女贞子是冬至日采，旱莲草是夏至日采，一冬一夏，一寒一热，完全互补了。不过，脾胃虚寒，大便溏泻者要慎用，有痰湿的人，一看舌苔就是特别厚腻的人，在祛除痰湿后是可以服用的。

墨旱莲



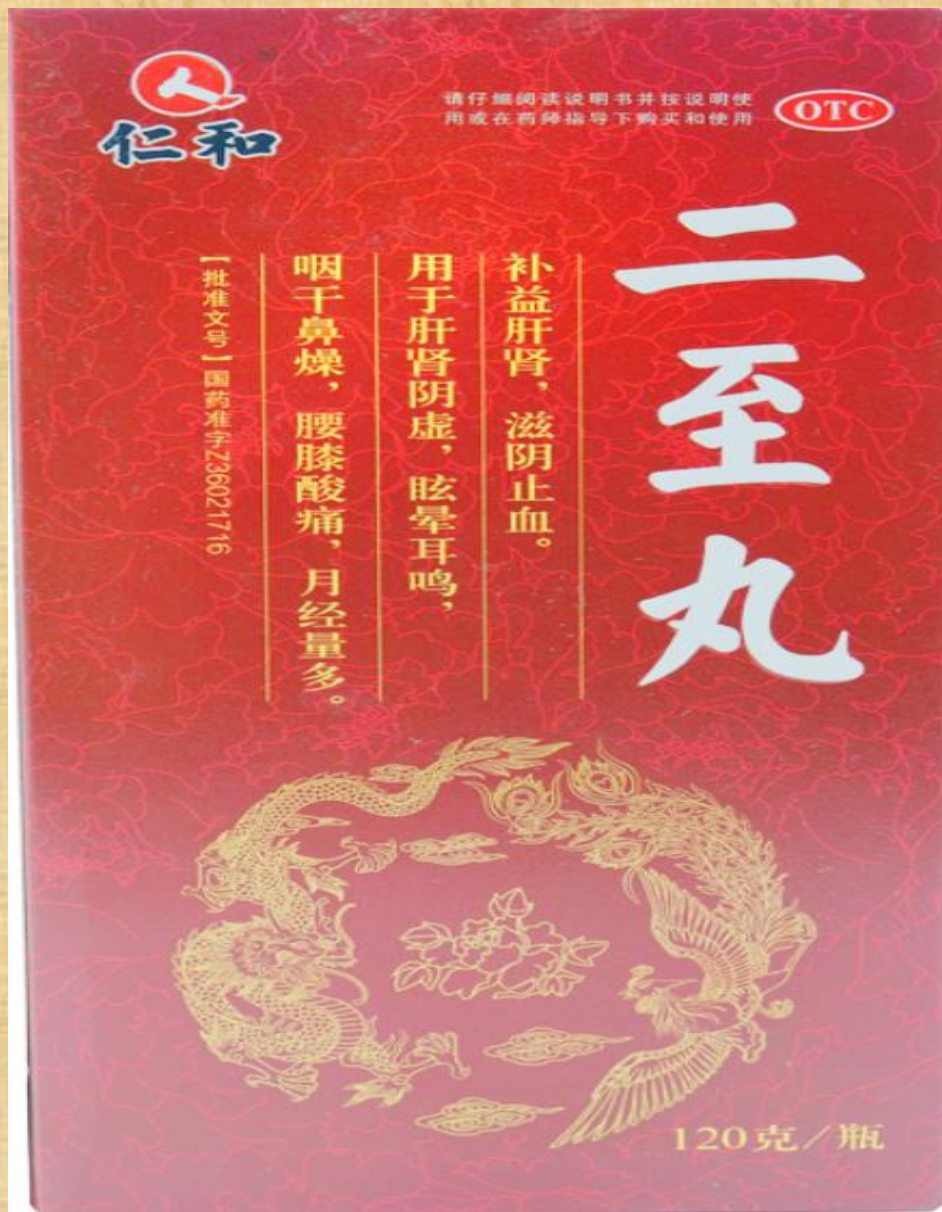
999穴位网

二至丸中，女贞子味甘苦，性平，入肝、肾经，《本草备要》中指出，其具有“益肝肾，安五脏，强腰膝，明耳目，乌须发，补风虚，疗百病”的功效，主治肝肾不足之头晕、耳鸣、腰膝酸软、须发早白等。旱莲草（墨旱莲）味甘酸性寒，入肝、肾经，可补肝肾阴，凉血止血，治疗肝肾阴亏之头昏目眩、牙齿松动、须发早白等，亦可治疗阴虚血热之吐血、咯血、便血、尿血等出血症候。

二者相须为用，有交通季节、顺应阴阳之妙用，相互促进，共奏补肝肾、强筋骨、清虚热、疗失眠、凉血止血、乌须发之功。而且二至丸中只有两味药，药味少而性平和，益上荣下，补肝肾养阴血而不滋腻，为清上补下第一方。

正如明代王三才在《医便》中指出：“其功甚大，初服便能使老者无夜起之累，不旬日使臂力加倍又能变白须发为黑，理腰膝，壮筋骨，强阴不足之人服更奇效。”

美容养颜延衰中药讲究道地药材，并有它严格的采集期。二至丸可谓是最典型的按节气修合的中药了，它需要用冬至采收的女贞子、夏至采收的墨旱莲加工而成，夏至是一年中白天最长的日子，阳气最盛；冬至是一年里黑夜最长的一天，阴气最足。这样制成的二至丸具有滋阴凉血、补益肝肾之功，功效更强。



女贞子（蒸）500g，墨旱莲500g。以上二味，女贞子粉碎成细粉，过筛；墨旱莲加水煎煮二次，每次1小时，合并煎液，滤过，滤液浓缩至适量，加炼蜜60g及水适量，与上述粉末泛丸，干燥，即得。口服，一次9g，一日2次。亦可加味水煎服。

本方所治乃肝肾阴虚，阴虚精血亏损，或有阴虚火旺。方中女贞子补肾滋阴，养肝明目，配用旱莲草养阴益精，凉血止血。二药合用，交通季节，顺应阴阳，补肝肾，养阴血，壮筋骨、清虚热，乌须发，凉血止血。药性平和，略微偏寒，滋而不腻。

本方为平补肝肾之剂，是治疗肝肾阴虚兼有出血的著名方剂，有“清上补下第一方”之美誉。

A close-up photograph of a small, light-colored ceramic bowl filled with dried, crushed Eclipta prostrata (旱莲草). The plant material is dark green and brown, showing stems, leaves, and small flowers. The bowl sits on a light-colored, woven bamboo mat. In the background, other dried herbs and a wooden surface are visible.

旱莲草

旱莲草主要有滋补肝肾、凉血止血的功效，具体如下：

1、旱莲草的滋补肝肾功效在临床上主要用于治疗肝肾阴虚所导致的头晕、目眩、耳鸣、失眠、健忘、早衰、头发脱落或者头发变白、胡须变白，须发早白用的最多，可以促进毛发的生长，可以使头发、胡须变黑；

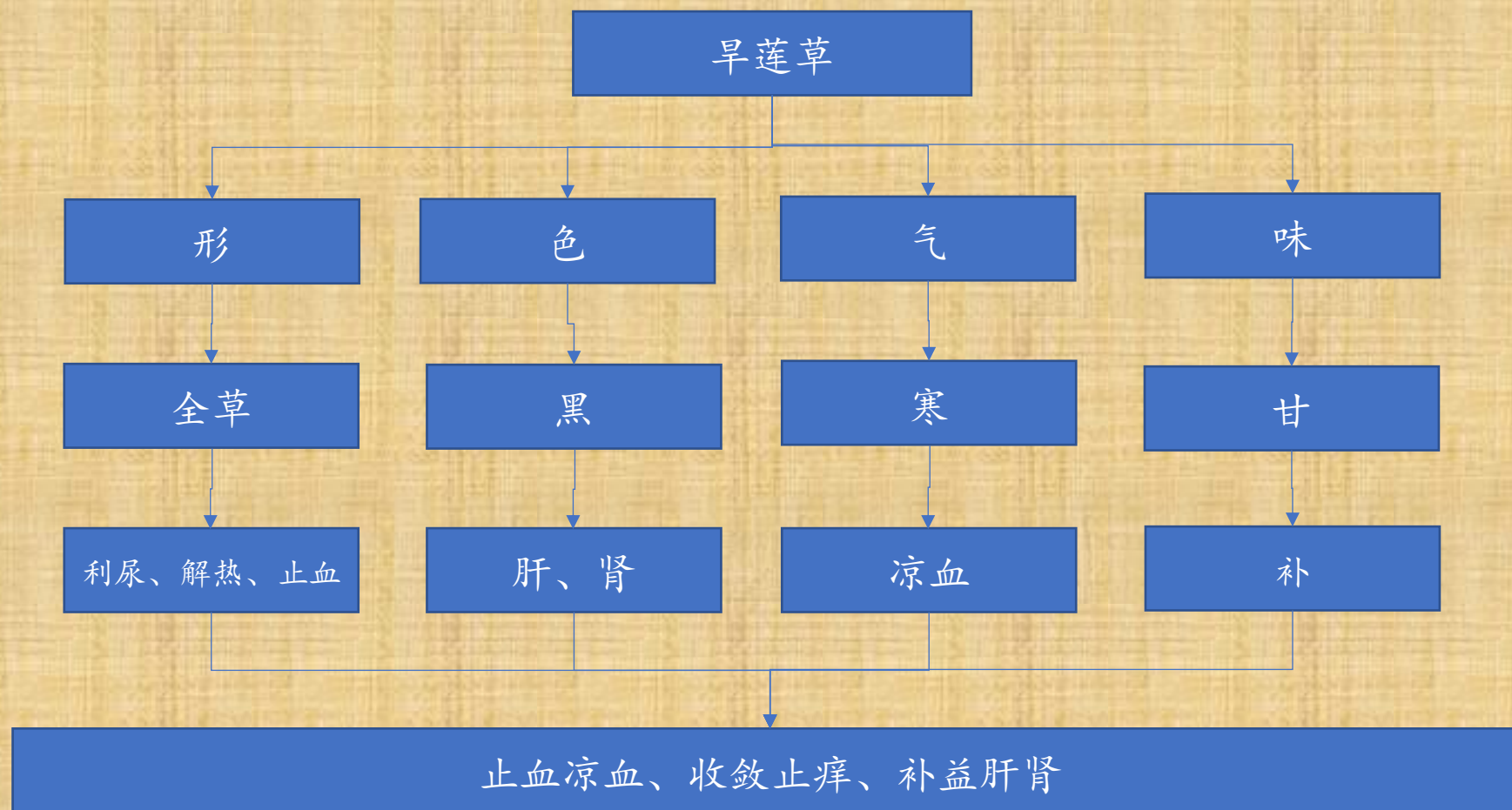
2、旱莲草有凉血止血的作用，尤其适合于治疗血热妄行所导致的出血或者虚火上扰所导致的出血，如咳血、吐血、尿血、便血，都有很好的止血功效，另外对于妇科的出血，如月经量多、崩漏，也有很好的止血功效。



《本草正义》: 鳢肠，入肾补阴而生长毛发，又能入血，为凉血止血之品，又消热病痈肿。但纯阴用事，非阳盛之体，不应多用，脾虚泄泻尤忌。凡劳怯诸症，阴虚火旺者，不可以此等阴药专治其标，须与补中健脾之剂，相辅成功，乃为万全无弊之策。



《本草经疏》:鳢肠善凉血。须发白者, 血热也, 齿不固者, 肾虚有热也;凉血益血, 则须发变黑, 而齿亦因之而固矣。故古今变白之草, 当以兹为胜。



全草类常用中药

名 称	分 科	来 源	药用部位	性状描述	气 味	备 注
麻黄	麻 黄 科	草麻黄、 中麻黄、 木贼麻黄	草质茎	草麻黄：少分枝，微有粗糙感， 髓部红棕色；中麻黄：多分枝，有粗糙感，断面髓部呈 三角状圆形；木贼麻黄：较多分枝，无粗糙感	气微香，味涩，微苦	保卫细胞侧面观呈哑 铃形式或电话听筒形
槲寄生	桑 寄 生 科	槲寄生	带叶茎枝	节膨大，髓部偏向一边，叶对生，无柄	气微，味微苦，嚼之有 黏性	木质部有少数异细胞
桑寄生		桑寄生	带叶茎枝	表面红褐色或灰褐色，有棕色皮孔，叶卷曲，具短柄	革质，气微，味涩	石细胞偶有分子，三 面后，一面薄
鱼腥草	三 白 草 科	蕺菜	全草	穗状花序顶生	气微，搓碎后有鱼腥 气，味微涩	
紫花地丁	堇 菜 科	紫花地丁	全草	边缘具钝锯齿，花距细管状，蒴果椭圆形	气微，味微苦而稍黏	主脉维管束外韧型
苦地丁	罂 粟 科	地丁草	全草	完整叶片二至三回羽状全裂，蒴果荚果状	气微，味苦	
金钱草	报 春 花	过路黄	全草	叶对光透视可见黑色或褐色条纹（分泌道）	气微，味淡	
广金钱草	豆 科	广金钱草	地上部分	茎密被黄色伸展的短柔毛，叶互生	气微香，味微甘	
广藿香	唇 形 科	广藿香		叶对生，两面均被灰白色茸毛	气香特异，味微苦	日晒夜闷，反复至干
荆芥		荆芥		穗状轮伞花序顶生	气芳香，味微涩而辛凉	苯并呋喃类化合物
益母草		益母草		叶形多种，轮伞花序腋生	气微，味微苦	无叶者不可入药
薄荷		薄荷		轮伞花序腋生	揉搓后有特殊清凉香 气，味辛凉	含橙皮苷结晶
半枝莲		半枝莲	全草	叶片多皱缩，展平后呈三角状卵形或披针形	气微，味微苦	
香薷		石、江香 薷	地上部分	叶片边缘有 3～5 疏浅锯齿	气清香而浓，味微辛凉	