



地肤子,为藜科植物地肤的干燥成熟果实。秋季果实成熟时采收植株,晒干,打下果实,除去杂质。性寒,味甘、苦。果实及全草入药。能利小便,清湿热。种子地肤子,可治膀胱炎,尿道炎。嫩茎叶称地肤苗,具清热解毒,利尿的功效。

传说以前有个道士喜欢炼制丹药，以寻求长生不老。一天，他又在炼制丹药，可由于事先准备不足，丹药没有炼制成功。于是，他上山寻找各种金石药草，动物药材等，一连好几天都在山上度过。夏天的夜晚蚊虫叮咬甚是厉害，让道士受尽了折磨。

眼看就要变天了，道士赶紧连夜下山，回到自己的道观中。回来后，他感觉浑身不自在，身上到处瘙痒不安，很多地方都被抠出血迹来了。实在难熬，他想着要烧一锅热水，泡个热水澡试一试，看能不能好受些。

他用扫帚清洗了锅子，添了满满一锅子水。也许几天没有休息好了，这道士居然忘记把洗锅用的扫帚拿出来了，直到他把水烧热后才发现，不过，他顾不得这么多了，赶紧洗澡。洗浴完后，道士明显感觉到全身瘙痒减轻了，他一想，这一切难道是因为那个扫把的缘故？以后连续几天，他都用扫帚熬水洗澡，果然身上的瘙痒全部去除。

于是，他开始研究地肤子的功效，并题下药云：地肤子，一干数十枝，攒簇直上，其子繁多，星之精也。其味苦寒，得太阳寒水气化，盖太阳之气，上及九天，下彻九泉，外弥肤腠。故地肤之功，上治头，而聪耳明目，下入膀胱而利水去疝，外去皮肤热气，而令润泽。服之病去，必小水通长为外征也。



地肤子, 别名地葵、地麦、落帚子、独扫子、竹帚子、千头子、帚菜子、铁扫把子、扫帚子。  
【药性】辛、苦，寒。归肾、膀胱经。 【功效】清热利湿，祛风止痒。



地肤子是治疗皮肤病常用的一味草药，具有祛风、止痒、利湿、清热的作用。

《药性赋》上说地肤子利膀胱，可洗皮肤之风，它是种子类的药，为什么能够走到皮肤去治病呢？

因为这地肤子是蓼科植物，带有一股特殊的味道，所以能够辛开散表，但它又是苦寒的种子药，所以它走到表后，因为足太阳膀胱经主表，这时它能够撤肌表湿热，下出膀胱。开膀胱水道，使尿去痒止。

《本草乘雅半偈》中讲，地肤子之功，上治头而聪耳明目，下入膀胱。而利水气疝，外去皮肤热气，而令润泽，服之病去，必小水通长为外征也。

原来地肤子在人体皮肤之中是这样走的，它能以奇特的辛味进到肌表，把风邪开散出去，并运用它种子苦寒肃降之性，把湿热血毒，收到膀胱来，通过加大排尿排泄出体外。这样浊阴不在肌表，能归浊道，所以皮肤湿疹瘙痒自去。

有个人吃完海鲜后，双手臂瘙痒，而且还有些水泡，尿黄尿赤。明显浊阴不降。浊阴在肌肤则痒，在心则烦，在胸胃则痰浊多口臭，不管在那里，总之要令浊阴归浊道，使浊阴出下窍。

那么用什么药来使皮肤中的湿毒浊阴能够归到膀胱排出体外呢？

就给他用上两味药，地肤子配白鲜皮。

为什么要配白鲜皮呢？

白鲜皮，它的根皮去掉了栓皮是白的，白是它的颜色，鲜是它的气味。好像这个根皮挖起来以后它有一个羊膻味，羊身上那种特殊的气味，所以把它称为白鲜皮。它还有一个名字又叫做羊鲜草。

所以这个鲜字呢一般没有草字头，但是在现代的中医文献当中，很多人也是画蛇添足，人为的加上草字头，有失原意。这个鲜是指它特殊的不良气味。

白鲜皮在皮肤病方面用的比较多，主要是它能够清热解毒，能清热燥湿，但是主要是外用，局部洗，治疗一些湿热，或者热毒引起的皮肤病。而且白鲜皮走皮，又能利胆退黄，清热止痒，地肤子走膀胱，可以把湿痒毒浊撤下来，通过膀胱水道排出体外，这样浊去一身轻。

地肤子、白鲜皮各50克煎水熏洗，这两味药都能清热止痒，它们是治皮肤湿热瘙痒的黄金搭档，可以独挡一面，也可以加到辨证方中去强强联合。

地肤子、白鲜皮这一堆黄金搭档，对于湿热导致的皮肤瘙痒，但见尿黄尿赤，皮肤湿痒者，用之无不应手取效。



品尝地肤子，入口细嚼，先苦而后微甘。谓其性寒可能言过，治病体验该是性凉，非大寒之药，久服未见其有害胃滑肠之弊。治皮肤痒疹，症见瘙痒流滋，可为君药，重症用100克左右也不为过，常配白鲜皮为对药；外阴出汗瘙痒，勿论男女，可单味服之，外以蛇床子、枯矾、滑石研细末扑，常有奇效。



风毒之邪侵袭人体，与湿热相搏，内不能疏泄，外不能透达，郁于肌肤腠理之间而出现皮疹、瘙痒。



扫帚菜的嫩苗或者嫩叶嫩尖都可以食用，用清水洗干净，拌上面粉蒸着吃最好吃。也有人用它来做包子，也有人把它用开水烫一下然后凉拌，也有人直接下锅清炒。



复方地肤子汤一方，治疗急性肾炎，颇具新意，说理透彻，用药中的，真难得之良方也。方用：地肤子20克，荆芥、苏叶各10克，连翘、桑白皮、瞿麦、黄柏、车前子各15克，蝉蜕10克。血尿重加重瞿麦用量；蛋白尿重加重苏叶、蝉蜕用量；尿中白细胞多加重连翘、黄柏用量；管形多加石苇。水煎服，每日1剂，2次分服。



不能和蜈蚣同时使用，因为这两种药材是相克的。



有的人在使用地肤子后，会出现瘙痒、起风团，面后等过敏反应，这种情况要立即终止使用。



小便过多的人也不建议使用地肤子，因为传统观念认为地肤子有一定的利尿效果。



孕妇不宜使用地肤子



小孩也不建议使用地肤子，因为小孩肾功能可能还不是很完善，可能加重肾脏负担。

BTV 北京卫视



YOUKU 优酷

# 地肤子的“神奇”妙用



地肤子

5克



马齿苋

5克

5克能用一天到两天



苦参

5克

11:45 / 14:30

倍速 标清

打成粉，加冷水2000毫升，烧开，小火20分钟。凉后用纱布敷脸，三至五六分钟，一次五六次。治皮肤风疹。苦参燥湿可以去油，马齿苋清热凉血可以去红，地肤子解痒止痒。

BTV 北京卫视

11:59:29 YOKU 优酷



这个就是我们药用的地肤子



13:34 / 14:30

倍速

标清



地肤子

形

籽

逢子必降

色

棕

膀胱

气

寒

清热

味

辛、苦

散、降

皮肤病：清热、利湿、祛风、止痒