

推薦序一

香港位處中國南端，背靠歐亞大陸及面向太平洋，形成了海洋性亞熱帶季風氣候。這裏四季分明，雨量充沛，草木豐盛。據統計，香港共有超過 3,300 種維管植物，其中約有 2,100 種為本土植物，香港亦是很多東南亞熱帶植物分佈最北邊緣。香港從屬嶺南地區，分佈有嶺南青草藥 800 餘種，如五指毛桃、鴨腳木、布渣葉、龍脷葉、兩面針、草珊瑚、地膽草、三桠苦、馬藍、石黃皮、韓信草、毛冬青、救必應、石仙桃等。由於嶺南的特殊地理環境和氣候特點，嶺南醫家及民間在防治疾病方面，積累了豐富的臨床用藥經驗，形成了獨具特色的嶺南中草藥。

楊根錨藥師早年師承嶺南草藥專家莊兆祥教授，走遍香港的山山水水，組建香港草藥遊並擔任領隊和首席導師，時常開班授課，長期從事嶺南中草藥的研究、應用與傳播。本書的出版是楊藥師多年來的用藥心得和經驗總結。

《嶺南民間草藥應用》針對香港的常見病症，歸納總結了民間草藥的鑒別與應用經驗，包括各種青草藥的形態特徵、生境分佈、性味功能、主治用法及實用驗方，通過文獻記載回顧並評述草藥的用藥歷史。全書條理清晰、記述有據、圖文並茂、方便實用，是一本難得的香港民間草藥應用手冊。欣然推薦，樂之為序。



陳虎彪教授

香港浸會大學中醫藥學院

推薦序二

東西方社會，因不同的時空及現實條件，產生出彼此不同的治病概念及技術。既然目的都是治病，理應唯才是用，才會比較符合公眾利益。在香港實行中西結合醫療系統的願景，是我多年努力的方向，亦是目前大勢所趨。作為一名西醫，亦曾擔任香港醫療系統的管理者角色，我深深感受到，也非常興幸中醫療法對香港現有醫藥體系的巨大潛力。

目前，香港市民信任及願意使用西醫技術，這是過去本港醫療技術發展成熟的結果。舊日嶺南地區民間對草藥的應用，其實十分廣泛，觸及到生活中的多個維度，既有食用的，又有藥用的，又可以種植來觀賞的。種類既有鮮採的山草藥，有預製的熟藥，亦有人工栽種的草藥，呈現出一種社會普遍性地、廣泛性地應用草藥，作為食療及養生的全民健康管理文化。

現時，由專家及政府帶領下的新冠肺炎防控工作可知，令社會大眾具備健康管理的意識，是非常重要的疾控環節。如果業界及社會，在現有的醫療系統基礎上，融入傳統中醫藥的技術及文化，香港的醫療服務及社會大眾的健康水平，絕對會有質素的躍升。

翻看楊老師書中的驗方，不難發現很多草藥都是藥食同源，用煲湯水的方法，期望可達致保健、舒緩及治病的作用。那是濃濃的嶺南地道湯水藥膳傳統，是無形而珍貴的地方特色文化精粹。書中以感冒、咳嗽、皮膚濕疹及跌打骨傷四大分類，介紹了六十多種草藥。內容包括了最常用的草藥，十分完備。

我推薦楊老師這本《嶺南民間草藥應用》，讓更多大眾市民認識這種傳統醫藥文化。



黃譚智媛醫生

香港大學中醫藥學院名譽教授
香港中西結合醫學會榮譽會長

序

吾自小對草藥充滿好奇心，居鄉間時見年長者每遇上疾病時，均自行到村邊或山中採藥治病，又每每藥到病除。鄉中村民每遇高熱會採用一種名為苦楝（臭苦榔）草藥水煎內服，達到退高熱的效果；跌打內傷吐血、內臟受傷，會服用一種稱為紅藍（紅絲線）草藥，煎服或搗敷，最奇特的是誤踏生繡鐵釘而致肌肉留下碎金屬（生繡鐵），會採用一種草藥蓖麻子敷患處，能把肌肉留下之金屬碎片拔出體外而痊癒。

吾於 1964 年與父親一同來香港，完成學業後於 1973 年就讀香港菁華中醫學院修讀五年中醫課程，課程內容包涵：傷寒論、金匱要略、婦科、兒科、瘡瘍、皮膚花柳、溫病、藥物、生藥……等。當年最感興趣是莊兆祥教授之生藥學，他教學生動，生藥標本多由日本帶回，閒時帶領同學上山認藥，從莊兆祥老師學習了很多香港生藥知識。

1976 年，跟隨香港著名草藥專家李甯漢學習，李甯漢老師當年曾成立名為「香港草藥隊」，每星期上山一次活動，幾乎走遍香港各高山平原，由於吾年青時眼光銳利，香港草藥隊友稱吾為「電眼」，確又不負眾望，於大東山臥龍石澗發現香港罕見的十大功勞，同年又於大嶼山白芒石澗發現大葉鈎藤等等罕見草藥。屈指一算，吾研究香港嶺南草藥已經四十多年了，對香港嶺南草藥分佈及臨床應用有些心得。

《嶺南民間草藥應用》一書介紹常見疾病如：流行感冒、咳嗽、皮膚濕疹、跌打骨傷等疾病，這些疾病臨床運用嶺南草藥治療均有良效。《嶺南民間草藥應用》搜集了嶺南民間草藥應用驗方及吾臨床多年經驗方，在本書的編寫過程得到嶺南兩廣、香港、澳門多位權威專家學者和朋友如鄔家林教授、趙中振教授的支持，同時香港浸會大學中醫藥學院陳虎彪教授、名譽教授余秋良醫生、香港大學中醫藥學院名譽教授黃譚智媛醫生、廣州中醫藥大學婦科羅頌平教授、中藥學冼建春教授、深圳寶安純中醫治療醫院藥學部梅全喜教授、中山大學藥學院楊得坡教授、廣西中醫藥大學鄧家剛教授作序言及聯合推薦。

《嶺南民間草藥應用》同時得到健康工房創辦人吳紀嬋行政總裁、健絡痛活絡油創辦人黃天賜教授、香港浸會大學榮譽教授著名婦科名中醫趙少萍會長、香港註冊中醫學會副會長許斐醫師、香港經絡醫學會首席會長黎小慧博士、骨傷名中醫香國成醫師等香港本地名人好友擔任本書的榮譽主編，他們都是中草藥應用的佼佼者。

此外，我還要感謝一眾跟隨我學習的同行，以及本人的香港嶺南醫療經驗與傳承工作室的一眾徒弟和學生，他們的好學精神鼓舞了我，特別感謝梁之桃博士為本書出版所作的貢獻，尤其在學術性的關鍵點上，提供寶貴的意見。我期盼日後大家繼續努力，一起出版更多中醫藥書冊，為傳統嶺南中醫藥文化出一分力。

最後感謝夫人楊關連新多年一直對本人家庭、工作背後默默支持與付出，讓我無後顧之憂，在嶺南醫學的學術上有所鑽研、有所發揮，希望此書能把已近湮沒嶺南民間草藥文化得以傳承與發揚。



楊根錨醫師
香港嶺南草藥師
辛丑年中秋節於香江
2021年9月21日



香港中草藥概況

香港歷史與中草藥有不解的緣份

關於香港地名的由來，較有根據的一種說法，是說香港得名與香樹有關。香樹是一種瑞香科的植物白木香，又名土沉香（*Aquilaria sinensis* (Lour.) Spreng.），常被用作進口沉香的代用品，割出樹脂，是多種香料製品的原料，土沉香盛產於廣東東莞等地，被稱「莞香」而聞名全國。

明神宗萬曆元年以前，香港一帶均屬東莞縣。香港沙田、大埔一帶是「莞香」的著名產地。香港因其地利，充當了轉運「莞香」主要港口，行銷中國各地，久而久之「運香之港」，逐漸被人們稱為「香港」。

香港中醫發展

香港開埠初期，港英政府於 1843 年委任殖民地醫官，提供西醫服務。1872 年首間華人醫院根據《華人醫院則例》成立，即東華醫院，名稱原為「廣東華人醫院」的意思，其資金來源是民間捐款，提供全中醫醫療服務，贈醫施藥，是本港歷史最悠久的慈善醫院。1874 年，香港政府創立第一間公立醫院，國家醫院（Government Civil Hospital），位於西營盤（雀仔橋），以西醫學主導。

1884 年政府通過「醫生註冊條例」，設立醫生登記制度，使市民可以區分合資格的醫生與沒有認可資格的醫生。隨之成立香港醫務委員會，規範醫生的執業和教育。與此同時，中醫藥則被視為傳統文化習俗，執業醫師只須向稅務局辦理商業登記。官方對「中醫」的職稱是「生草藥販賣者」，在法律上只能被稱為「中醫」、「中醫師」、「國醫」，而不能稱為「醫生」。

香港華人崇信中醫中藥，早年香港島灣仔春園街有華陀廟供奉華陀。早期的中醫均穿着長衫，開藥方時用毛筆書寫。1940 年，每天數以萬計的病人湧到東華醫院看中醫。當時三院主席李耀祥倡議將藥方編成一本《驗方集》，並將湯藥改為研末藥散吞服，節省了醫藥成本。

中醫師以前主要是經由師徒、或家族祖傳方式培訓，即所謂的「授徒」、「授男」。自 50、60 年代起，各中醫師公會及中藥商會轄下的學院均主辦業餘培訓課程，採用私塾的形式教授。1990 年起，各所大學的校外進修部，陸續開辦中醫在職進修課程。1997 至 1999 年，本港浸會大學、中文大學、香港大學分別成立中醫藥學院，開辦中醫學及中藥學學位課程。



■ 1976 年，香港中國醫學研究所舉辦的香港草藥展覽，楊根錨醫師（左一）、李甯漢教授（左二）及莊兆祥教授（左三）為展覽作草藥鑒訂。

1999 年 7 月 14 日立法會通過了《中醫藥條例》，成立法定組織「香港中醫藥管理委員會」，規範中醫的執業和教育，為中醫藥的發展奠定了法律基礎和規管架構。從事中醫專業的人士，必須通過註冊審核，或完成認可的本地大學，或內地院校舉辦的中醫執業訓練本科學位課程，再通過中醫執業資格考試，成為註冊中醫。

據當時的衛生福利司「中醫藥工作小組」委託中文大學中藥研究中心所做的調查中發現，1990 至 1991 年間，絕大多數市民首選的醫療服務雖是西醫，但當再進一步求診時，中西醫的選擇是（47% 西醫：42% 中醫）。在普羅大眾的醫療市場上，中醫藥不可或缺。

2006 年 12 月 1 日，勞工法《僱員補償條例》通過，承認註冊中醫簽發病假證明書。2008 年 9 月 1 日修訂，承認註冊中醫所進行的醫治、身體檢查和所發出的核證。僱主須承擔法例下規定，僱員工傷期間一定數額的醫療費用，喪失工作能力期間的工資補償。註冊中醫的法律地位顯著提升，有如註冊醫生相同的職能。

第二章

嶺南民間草藥，
用於治療

咳嗽

咳嗽分為外感咳嗽及內傷咳嗽兩種，中醫師根據病證而適當用藥。
中草藥治療咳嗽有一定優勢，香港常用治療咳嗽的中草藥大約有十五種：



鼠麴草



豬仔笠



龍脷葉



番檸檬



紅絲線



一炷香



千日紅



蚌花



青蘘



石黃皮



胡頹子



芙蓉菊



金鈕扣



石仙桃



飛天螞蟧

咳嗽

咳嗽是由六淫外邪侵襲肺系，或臟腑功能失調，內傷及肺，因而肺氣不宣，肅降失常所成。臨床以咳嗽、帶痰為主要表現。若「咳」與「嗽」分別言之，「有聲無痰為之咳，有痰無聲為之嗽」，臨床一般痰、聲並見為多，難以截然分開，故以「咳嗽」統稱。

咳嗽一般分為外感咳嗽和內傷咳嗽。

外感咳嗽：

多為新病，病理因素以風寒、風熱、風燥為主，均屬實症，咳聲響亮，常伴有惡寒發熱等肺衛表證。

內傷咳嗽：

反覆發作，痰濕、痰熱、肝火至咳者為邪實正虛，或久病陰津虧耗屬虛中夾實，咳聲低怯，可伴有氣短、氣憋、其他臟腑兼證。

內科病證中以咳嗽最為常見，如慢性病（如支氣管炎），寒冷地區發病率更高。中草藥治療咳嗽有優勢，無論中醫還是民間草藥醫生，都積累了豐富的經驗。

治療咳嗽的常用香港中草藥（十五種）

名稱	科名	藥用部位	性味功能
鼠麴草	菊科	全草	味甘，性平 止咳平喘，祛風利濕，降血壓
豬仔笠	蝶形花科	塊根	味甘、微澀、性平 清熱解毒，生津止渴，止咳化痰
龍脷葉	大戟科	葉、花	味甘淡，性平 葉：潤肺止咳；花：止血

名稱	科名	藥用部位	性味功能
番檸檬	唇形科	全草	味微澀，性微溫，氣芳香 化痰止咳，健胃，止痛
紅絲線	爵床科	全草	味甘淡，性涼 清肺止咳，涼血止血，散瘀止痛
一炷香	菊科	全草	味微苦，性平 清熱解毒，止咳化痰，利尿，活血
千日紅	莧科	花序或全草	味甘，微鹹，性平 止咳平喘，平肝明目
蚌花	鴨跖草科	花、葉	味甘淡，性涼 清熱潤肺，化痰止咳，涼血止痢
青萋	胡椒科	葉片及果實	味辛，辣，性溫 疏風消腫，祛痰定喘，健胃，殺蟲止癢
石黃皮	腎蕨科	球莖	味甘淡、微澀，性微涼 清熱利濕，潤肺止咳，消疳除積
胡頹子	胡頹子科	根、葉、果	味酸，澀，性微溫 止咳平喘，收斂止瀉，消食，散瘀解毒
芙蓉菊	菊科	枝葉、根	味辛、苦，性微寒 化痰止咳，解毒消腫，祛風除濕
金鈕扣	菊科	全草	味辛、苦，性微溫 止咳定喘，消腫止痛
石仙桃	蘭科	假鱗莖	味甘、淡，性微寒 養陰清熱，潤肺止咳
飛天螞蟧	杓羅科	莖	味苦、澀，性涼 清肺胃熱，祛風利濕，清熱止咳

菊科 鼠麴草

別名：擬鼠麴草、佛耳草、鼠曲草、黃花鼠麴草、清明菜、鼠耳草

拉丁學名：*Pseudognaphalium affine* (D. Don) Anderberg

異名：*Gnaphalium affine* D. Don



藥用部位：全草

性味功能：味甘，性平；止咳平喘，祛風利濕。

主治：感冒咳嗽、慢性支氣管炎、哮喘；外用於跌打損傷、毒蛇咬傷等。

用法用量：三錢至一兩（10至30克），水煎服。

楊藥師驗方

1. 感冒咳嗽：(鮮)鼠麴草二兩、陳皮一塊，水煎服。
2. 急、慢性氣管炎：鼠麴草二兩、瘦豬肉四兩，清水四碗煎存一碗服。



植物形態：一年生草本，高10至40厘米；莖直立或從基部發出斜升，披白色厚棉毛。葉無柄，匙狀倒披針形或倒卵狀匙形，基部漸狹下延，頂端圓，具刺尖頭，兩面披白色棉毛。頭狀花序密集，花黃色或淡黃色。花期1至4個月。

生境分佈：生長於田野、山邊，分佈於新界鹿頸、貝澳。

文獻記載

《植物名實圖考長編》記載：「鼠麴草味甘，平，無毒。調中益氣，止咳除痰，壓時氣，去熱咳。雜米粉作糗食之，甜美。」

評述

香港總共有四種原生鼠麴草——鼠麴草、白花鼠麴草、秋鼠麴草及多莖鼠麴草，它們為同科同屬植物，均能入藥。其中以白花鼠麴草，與本篇闡述的黃花鼠麴草兩者作藥用最多，治療咳嗽。

白花鼠麴草，又稱匙葉鼠麴草 (*Gnaphalium pensylvanicum*



■ 白花鼠麴草 (匙葉鼠麴草)

Willd.)，分佈於香港大部分地區，

生長於路旁，生長不甚起眼。廣東民間稱之為田艾，鄉民於清明前均會到郊野採摘白花鼠麴草或黃花鼠麴草與大米磨成米漿，製成糕點（艾糰、清明粿），以作拜祭，艾糰有止咳化痰功效。

第三章

嶺南民間草藥，
用於治療

外感

外感，即為感冒，一般以冬天及春天發病較多，嚴重的會誘發慢性病或加劇多種內科疾病。此外，流感的起病急驟，而且傳染力迅速，嚴重的可引致死亡。嶺南中草藥治療感冒已有悠久的經驗，可作為治療及預防之效。香港常用治療外感的中草藥大約有十六種：



救必應



桑葉



三桠苦



野菊花



紫蘇



地膽草



鬼針草



鴨腳木



廣防風



牡荊



紫萁貫眾



南板藍根



木槵子



傷寒草



苦丁茶



山銀花

外感、時行感冒

感冒，俗稱傷風，中醫稱外感。由於感受風邪或時行病毒，引起肺衛功能失調而成。臨床表現主要有鼻塞、流涕、噴嚏、頭痛、咳嗽、惡寒、發熱、全身不適等。

感冒一年四季均可發病，以冬、春季節為多。本病雖然是常見的普通病症，卻足以影響工作和生活；然而一旦發展成重症感冒，則會誘發本身潛在的慢性疾病（如咳喘），或加劇導致多種內科疾病（如心悸、胸痹心痛、水腫、痹病等）的病情惡化，特別對老年體弱患者威脅最大。而時行感冒，又稱流感，常爆發流行，起病急驟，傳染迅速，症狀嚴重甚至死亡，須積極防治。

感冒和時行感冒的證候特點稍有不同——感冒為外感病證，早期症狀表現為噴嚏、鼻塞、流涕等，輕則上犯肺竅，症狀不重，易於治癒；重則高熱、咳嗽、胸痛等肺系證候。而流感病情發展迅速，全身症狀較重，高熱，體溫可達39°C至40°C，全身酸痛，待熱退之後，鼻塞流涕、咽痛、乾咳等肺系症狀依然明顯。嚴重者高熱持續不退，喘促氣急，唇甲青紫，甚則咯血，部分患者出現神昏譫妄，小兒可發生驚厥。

肺衛是人體的第一道屏障，有抵禦外邪的衛外功能。感冒外邪，以風邪為主，首先犯肺，束於衛表。因此，遵從《素問·陰陽應象大論》：「其在皮毛者，汗而發之」之意，疏風解表乃本病的基本治療原則，以具辛味的草藥治療，辛能發散，促使發汗，病從汗出。

嶺南中草藥治療感冒，已有相當悠久的經驗，如早期的王老吉、廿四味等涼茶，欖蔥茶均有嶺南草藥配方於其中。不論在已有流感大流行的地區進行治療，或在流行趨勢前用作預防，均達到滿意的效果。

治療感冒的常用香港中草藥（十六種）

名稱	科名	藥用部位	性味功能
救必應	冬青科	樹皮、葉	味苦，性寒 止咳平喘，祛風利濕，降血壓
桑葉	桑科	葉	味甘、苦，性寒 疏散風熱，清肺潤燥，清肝明目
三桠苦	芸香科	根、葉	味苦，性寒 清熱解毒，燥濕止癢，散瘀止痛
野菊花	菊科	全草、花	味苦、辛，性涼 清熱解毒，涼血降壓
紫蘇	唇形科	葉、莖、 種子	味辛，性溫 蘇葉：解表散寒，行氣和胃 蘇梗：理氣寬中，平氣安胎 蘇子：化痰止咳，降氣定喘
地膽草	菊科	全草	味苦，性涼 清熱解毒，利尿消腫
鬼針草	菊科	全草	味苦，性微寒 清熱解毒，活血散瘀
廣防風	唇形科	全草	味辛、苦，性微溫 祛風解表，理氣止痛
鴨腳木	五加科	樹皮、根	味苦、澀，性微寒 清熱解毒，散瘀消腫，祛風除濕
牡荊	馬鞭草科	全草、果實	味微苦、辛，性平 疏散風熱，化濕消滯
紫萁貫眾	紫萁科	根狀莖	味苦澀，性微寒 清熱解毒，殺蟲，散瘀，止血
南板藍根	爵床科	根，全草	味苦，性寒 清熱解毒，涼血消癍

名稱	科名	藥用部位	性味功能
木槎子	無患子科	根、果實	味苦、辛，性寒，小毒 清熱解毒，宣肺止咳，祛痰， 消積殺蟲
傷寒草	菊科	全草	味苦、微甘，性涼 疏散風熱，涼血解毒，安神
苦丁茶	冬青科	葉	味苦、甘，性大寒 散風熱、清頭目，除煩渴
山銀花	忍冬科	花，藤	味甘，性寒 花：清熱解毒； 藤（忍冬藤）：清熱解毒， 祛風通絡

冬青科 救必應

別名：鐵冬青、熊膽木、山熊膽

拉丁學名：*Ilex rotunda* Thunb.



植物形態：常綠灌木或喬木，高達 20 米；樹皮灰色至灰黑色，平滑。葉互生，僅見於當年新生枝上，薄革質或紙質，卵形、倒卵形或橢圓形，邊緣全緣；葉面綠色，有光澤，背面淡綠色。花小，白色，排成聚傘花序或傘形狀花序，單生於當年生枝的葉腋內，果實球形，冬季成熟，鮮紅色。花期 3 至 4 月，果期 10 至 12 月。

生境分佈：山林或溪邊，錦田石崗、鹿頸鳳坑村、屯門青山寺、大帽山川龍。



藥用部位：樹皮、葉

性味功能：味苦，性寒；清熱解毒，利濕止痛。

主治：感冒熱病及其他疾病引起的高熱、咽喉腫痛、濕熱泄瀉及痢疾。

用法用量：乾品三至五錢（10至15克），鮮品加倍，水煎服。

楊藥師驗方

1. **感冒發熱、痲痧發熱（持久不退）：**救必應一兩、崗梅根一兩、清水四碗煎存一碗服，內臟熱毒而皮膚出現大小紅疹，以及一切發熱之症均可用。
2. **胃痛、反酸、燒心：**救必應六錢、防黨參、雲茯苓、白術（土炒）、川枳實、紫丹參、廣鬱金、春砂仁、烏賊骨各五錢、川貝母三錢、廣木香五錢（後下）、甘草錢半，清水四碗煎存一碗服。

文獻記載

《生草藥實用撮要》：「救必應產於嶺南，別名：熊膽皮，銀香樹皮。木本，色赤黑，味極苦、性寒。主治：外感發熱痲痧症，感暑之大熱症，夾色傷寒之痲痧，熱毒，一切熱症俱水煎服，體寒弱者忌服，用量五錢至一兩。」

評述

嶺南草藥救必應為廣東廿四味涼茶之主要原料，亦是廿四味涼茶解熱及涼茶顏色之主要來源。涼茶舖通常把救必應浸一個晚上，其顏色像可樂顏色一樣深黑，這樣才突出廿四味之顏色而吸引顧客。

救必應其藥名很有意思，其藥名「救」等於治效，「必應」等於藥效靈驗，所以此藥深受嶺南鄉民所應用，在民間流傳甚廣，但文獻記載甚少，包括清代·何克諫《生草藥性備要》均未見救必應此藥。據胡秀英《草藥與涼茶》記載，救必應此名在三十年代南海蕭步丹《嶺南采藥錄》才有記載。

在五十年代，廣東省南海、番禺、順德有一位遊醫，穿洲過省喊道：「神農茶，神農茶，痲痧發熱有揸拿」，遊醫的神農茶標榜以嶺南草藥救必應、鴨腳木皮、崗梅根為主，能解熱、退痲痧，救必應其治效現已廣為嶺南人民所認識及信賴。

救必應又名熊膽皮，皆因像熊膽具消炎止痛作用，尤其對於熱性疼痛，包括消化道潰瘍、膽絞痛，腸炎腹痛等有較好療效。



爵床科 南板藍根（馬藍）

別名：大青葉、大葉冬藍、藍靛葉、南板藍根
拉丁學名：*Strobilanthes cusia* (Nees) Kuntze
異名：*Baphicacanthus cusia* (Nees) Bremek



植物形態：多年生草本，高可達 1 米，莖直立或莖下部斜升；嫩莖四方柱形，節與節間處有時略有膝曲現象，嫩莖披鱗片狀毛，老莖稍呈木質。葉對生、紙質；寬橢圓形或卵狀寬橢圓形；葉緣具鋸齒。花淡紫色，穗狀花序，花期 11 月至翌年 2 月。

生境分佈：林邊陰暗潮濕處，梅子林、八仙嶺、柏架山、梧桐寨、心經簡林、慈雲山觀音山村。



藥用部位：根，全草

性味功能：味苦，性寒；清熱解毒，涼血消癥。

主治：感冒、咽痛、熱病、腮腺炎、腦膜炎、熱病、發癩、丹毒。

用法用量：三錢至一兩半（10 至 40 克），水煎服。

楊藥師驗方

1. 流行性感冒：南板藍根一兩半、海金沙一兩半，水煎服。
2. 急性熱病、喉嚨痛、發癩：南板藍根五錢、生地黃三錢、玄參三錢、甘草一錢，水煎服。

文獻記載

南板藍根收載香港徐子真撰《生草藥實用撮要》稱大藍青：「大藍青產於嶺南，別名：水藍，多年生草本，高三四尺，似灌木狀，春月新枝生苗……秋月開花，花有小柄，比萼略短，蝶狀花，紫紅色，總狀花序，結細長莢果。長六七分許，取莖葉浸水浸為糊名藍靛，曬乾為青黛，味苦，性平。能消腫止痛，祛瘀生新，將葉搗爛可敷瘡，青黛可搽疥腮，又能理眼熱有膜及吐血解蠱毒。」

唇形科 透骨消

別名：金錢薄荷、活血丹、連錢草

拉丁學名：*Glechoma longituba* (Nakai) Kupr



植物形態：多年生草本。高可達 30 厘米。莖細長，四方柱形，基部常現淡紫紅色，下部莖匍匐，節上生不定根及新枝條；嫩枝直立或斜升。葉片對生，莖下部葉心形或腎狀圓形，葉背面常染有紫色。輪傘花序 2 至 6 朵，生於葉腋，花淡藍或藍或紫色，花期 4 至 5 月。

生境分佈：多為栽種，新界鹿頸村有少許野生品種。

藥用部位：全草

性味功能：味苦、辛，性涼；活血散瘀，生肌接骨，利膽退黃。

主治：跌打骨折、風濕痹痛、血瘀經痛，現代用於治療泌尿系結石和膽道結石。

用法用量：五錢至二兩（15 至 60 克），鮮品加倍，水煎服；或鮮品搗爛敷患處。

楊藥師驗方

1. 跌打損傷、積瘀腫痛：透骨消二兩，搗汁調白糖服；另取鮮透骨消適量，搗爛外敷患處。
2. 駁骨散：透骨消、毛麝香、大駁骨、細辛、韓信草各適量，共研粗末，以酒、蜜糖調之外敷，對跌打骨折早期、中期，有消腫止痛之效。



馬錢科 牛眼馬錢

別名：馬錢子、狹花馬錢、牛艮、牛眼珠
拉丁學名：*Strychnos angustiflora* Benth.



植物形態：藤狀灌木。小枝具曲狀彎刺。葉對出，圓形至卵狀漸尖，基出3脈，有光澤。花小，生於側枝頂，花數5，花冠白色，花冠管長約3至4毫米，裂片狹窄，約與管等長。果實大如桔子，花期5至6月，果期10月至翌年1月。

生境分佈：海岸邊陲地帶，二澳、沙螺灣、南丫島、長洲、薄扶林水塘、春坎角、淺水灣、赤柱、歌連臣角、土地灣、九龍水塘、獅子山、大欖涌、鹿頸。

藥用部位：種子

性味功能：味苦、性寒，有大毒；通絡止痛，散結消腫。

主治：應用於風濕頑痺，麻木癱瘓，跌撲損傷，癰疽腫痛；類風濕性關節痛，骨折，面神經痺，小兒麻痺後遺症，惡性癌腫，可以改善微循環，使神經傳導容易，肌肉緊張度增加。

用法用量：內服宜製，多入丸散劑，從小劑量開始逐漸增加，日服劑量一至二分（0.3至0.6克），最大日服劑量三分（0.9克）；研末適量可外塗、外擦、外敷。



■ 牛眼馬錢果實



■ 牛眼馬錢花朵

注意禁忌：內服不可多服久服，且必須經炮製後方可入藥。體質虛弱者及孕婦禁服，高血壓、心臟病及肝、腎功能不全者，應禁服或慎服。

中毒現象：主要為興奮中樞神經系統，令肌肉強直，導致窒息及死亡。臨床表現為口乾、頭暈、頭痛和胃腸道刺激作用；亦見心慌、肢體不靈、恐懼、癲癇樣發作。

輕度中毒：頭痛、頭暈、舌麻、口唇發紫，全身肌肉輕度失常（好奇、醉酒感、恐懼）。

中度中毒：嚴重時可見全身肌肉強直性痙攣、角弓反張、牙關緊閉、苦笑狀、雙目凝視、漸至紫紺、瞳孔散大、脈搏加快。尚有非典型性臨床表現，如耳鳴、耳聾、雙側面神經麻痺等。

嚴重中毒：可致心臟驟停而死亡。

參考文獻

- 清·吳其濬(1963)。《植物名實圖考長編(第二冊)》。香港：中華書局。
- 清·何克諫(2009)。《生草藥性備要》。廣州：廣東科技出版社。
- 清·黃宮綉(2011)。《本草求真》。北京：學苑出版社。
- 清·趙其光(2016)。《本草求原》。北京：中國中醫藥出版社。
- 蕭步丹(1932)。《嶺南采藥錄》。蕭靈蘭室鉛印本影印。
- 徐子真(1949)。《生草藥實用撮要》。萬應堂藥行發行。
- 莊兆祥(1956)。《增訂嶺南采藥錄》。現代中醫藥學院出版兼發行。
- 胡真(2009)。《山草藥指南》。廣州：廣東科技出版社。
- 廣東省中醫藥研究所、華南植物研究所(1961)。《嶺南草藥志》。上海：上海科學技術出版社。
- 《廣東中藥誌》編輯委員會(1994)。《廣東中藥誌(一卷、二卷)》。廣州：廣東科技出版社。
- 羅獻瑞(1998)。《實用中草藥彩色圖集(1至3冊)》。廣州：廣東科技出版社。
- 江潤祥(2000)。《香港草藥與涼茶》。香港：商務印書館。
- 莊兆祥、李甯漢(1978至2000)。《香港中草藥(1至8冊)》。香港：商務印書館。
- 香港植物標本室(2004)。《香港植物名錄》。漁農自然護理署。
- 莊兆祥(2009)。《本草綱目我評》。中國醫學研究所《香港中草藥》編輯委員會·香港飲食研究中心聯合出版。
- 洪烈招、陳愛強(香港漁農自然護理署)(2008)。《香港野花(第二冊)》。香港：天地圖書。
- 關培生、吳兆洪(2005)。《香港藥用蕨類植物》。杏林館出版社。

附錄一：別名檢索表

一畫		大茶藥..... 斷腸草 257	
一枝香.....	一炷香 062	大接骨..... 大駁骨 204	
二畫		大涼傘..... 大羅傘 210	
七葉一枝花.. 華重樓(七葉一枝花) 232		大楓艾..... 艾納香 172	
九連環..... 華重樓(七葉一枝花) 232		大葉冬藍..... 南板藍根(馬藍) 130	
九裡明..... 千里光 154		大葉茶..... 苦丁茶(大葉冬青) 140	
九龍藤..... 圓過江龍 241		大葉傘..... 鴨腳木 120	
入地金牛..... 兩面針 223		大還魂..... 大駁骨 204	
十八癩..... 黑老虎 226		小荊芥..... 土荊芥 194	
三畫		小接骨木..... 小駁骨 207	
三丫苦..... 三桠苦 101		小駁骨丹..... 小駁骨 207	
三叉苦..... 三桠苦 101		小還魂..... 小駁骨 207	
三葉鬼針草..... 鬼針草 114		山血丹..... 小羅傘 213	
千年艾..... 芙蓉菊 079		山柳烏柏..... 山烏柏 187	
千年紅..... 千日紅 065		山熊膽..... 救必應 095	
千金紅..... 千日紅 065		山藍..... 紅絲線 059	
千根草..... 小飛揚草 181		四畫	
土公英..... 地膽草 111		五色梅..... 馬纓丹 170	
土加藤..... 牛白藤 162		五指柑..... 牡荊 124	
土荊芥..... 石薺薺 198		五郎草..... 毛麝香 164	
土藿香..... 廣防風 117		五涼草..... 毛麝香 164	
大力草..... 韓信草 219		天文草..... 金鈕扣 082	
大乳汁草..... 大飛揚草 178		日日紅..... 千日紅 065	
大花忍冬..... 山銀花 144		木子樹..... 烏柏 184	
大青葉..... 南板藍根(馬藍) 130		木沉香..... 雞骨香 229	
大苦酛..... 苦丁茶(大葉冬青) 140		毛大丁草..... 一炷香 062	
大飛羊..... 大飛揚草 178		毛果算盤子..... 漆大姑 160	
		火炭星..... 火炭母 157	