



# 中藥學第3 級

HM103 Herbology 3  
(4 CREDITS)

第四类第二节

化止祛温药（利湿）

麻仲学博士中药快速学习法

Dr. Ma Zhongxue's Chinese  
Medicine Fast Learning  
Method

## 化濕類 之二 The Herbs for eliminating Dampness

### 2. 淡滲利濕 (.利水滲濕, 利尿) Diuretic Herbs

代表藥物: 車前子(草), 石葦, 萹薺, 瞿麥, 澤瀉, 茯苓, 豬苓, 滑石, 萹蓄, 木通, 燈心草, 海金砂, 金錢草, 冬瓜皮, 玉米須, 薏米, 防己

記憶歌訣:

利尿車前石萹瞿, 澤茯苓豬苓滑萹蓄  
木通燈心海金砂, 金錢瓜皮玉薏己

# 車前子（草）（SEMEN PLANTAGINIS PLANTAGO ASIATICA L.）

車前子為車前科植物車前或平車前的乾燥成熟種子。藥用別稱：車前草、車前實、蝦蟆衣子、豬耳朵穗子、鳳眼前仁



【毒性】 無  
毒

【性味】 甘  
，寒。

【歸經】 入  
腎、膀胱經。

【功效】 利  
尿、清熱、明  
目、祛痰

# 師承劑量 Mentor Dose

## 【用法用量】

內服：1.5～15  
克

**【用藥禁忌】**

凡內傷勞倦，陽氣下陷，腎虛精滑及內無濕熱者，慎服。

石葦 (HERBA PYRROSIAE PYRROSIA LINGUA.)

石葦，又稱石櫛、石皮、金星草等，為水龍骨科多年生草本植物。



【毒性】 無毒

【性味】 苦甘，涼。

【歸經】 入肺、膀胱經。

【功效】 利水通淋，清肺泄熱。

---



# 師承劑量 Mentor Dose

**【用量】 1.5~3克**

# 【用藥禁忌】

陰虛、無濕  
熱慎用

萆薢 (DIOSCOREA TOKORO MAKINO, SEVENLOBEDYAMRHIZOME).

**萆薢為薯蕷科植物綿萆薢和薯蕷科植物粉背薯蕷的乾燥根莖。**



**【毒性】 無毒**

**【性味】 苦，平。**

**【歸經】 歸腎、胃經。**

**【功效】 利濕去濁，祛風除痹。**

---

# 師承劑量 Mentor Dose

**【用量】**

9~15G。



**【用藥禁忌】**

**腎陰虧虛、遺精滑精  
者慎用。**

瞿麥 (DIANTHUS SUPERBUS L FRINGED PINK)

瞿麥為石竹科植物瞿麥或石竹的乾燥地上部分。



**【毒性】 無毒**

**【性味】 味苦，性寒**

**【歸經】 歸心、小腸經。**

**【功效】 利尿通淋，活血通經**



師承劑量

Mentor Dose

【用量】  
9~15G

# 【用藥禁忌】

惡桑螵蛸



# 澤瀉 (RHIZOMA ALISMATIS ; ALISMA PLANTAGO-AQUATICA LINN.)

澤瀉為澤瀉科植物澤瀉的乾燥塊莖。



**【毒性】** 無毒

**【性味】** 味甘、淡，性寒。

**【歸經】** 歸腎、膀胱經。

**【功效】** 利水滲濕，泄熱，化濁降脂。

# 師承劑量 Mentor Dose

【用法用量】6~10G

### **【用藥禁忌】**

**1、中藥配伍禁忌：畏海蛤、文蛤。**

**2、中西藥配伍禁忌：**

**(1)不宜與降壓藥同用。**

**(2)不宜與降糖藥同用。**

**(3)不宜與氨苯蝶啶、螺內酯等保鉀利尿藥合用。**

**3、飲食禁忌：忌鐵，不宜與紫菜、海帶、蛋黃菠菜、芹菜等含鐵豐富的食品同用。**

# 茯苓



茯苓，**中药名**。为**多孔菌科**真菌茯苓*Poria cocos*(Schw.)Wolf的干燥**菌核**。多于7~9月采挖，挖出后除去**泥沙**，堆置“发汗”后，摊开晾至表面干燥，再“发汗”，反复数次至现皱纹、内部水分大部散失后，阴干，称为“茯苓个”；或将鲜茯苓按不同部位切制，阴干，分别称为“茯苓块”和“茯苓片”。



性味 味甘、淡，性平。

归经 心、肺、脾、肾经。

功效 利水渗湿，健脾，宁心。



用量 10~15g。

禁忌 阴虚火旺者忌服。

## 豬苓 (POLYPORUS GRIFOLA)

豬苓，非褶菌目多孔菌科樹花屬藥用真菌。



**【毒性】** 無毒

**【性味】** 甘平。

**【歸經】** 入腎，膀胱經。

**【功效】** 利水滲濕。

# 師承劑量 Mentor Dose

【用量】 6-12克

**【用藥禁忌】無水濕者忌服。**

## 滑石 (TALCUM TALC)

滑石是已知最軟的礦物。用指甲可以在滑石上留下劃痕。滑石一般為白色，略帶青色或綠色。滑石通常由鎂的岩石經變質而成。



**【毒性】 無毒**

**【性味】 甘、淡，寒。**

**【歸經】 歸膀胱、肺、胃經。**

**【功效】 利尿通淋，清熱解暑，祛濕斂瘡。**

# 師承劑量

## Mentor Dose

【用法用量】  
10~20克。



# 【用藥禁忌】

脾虛氣弱，精滑及熱病律傷者忌服。孕婦慎服

篇蓄 (POLYGONUM AVICULAREL  
HERBAPOLYGONIAVICULARIS ) )

扁蓄為一年生草本植物, 又名扁竹



**【毒性】** 蕭蓄作為牧草是有毒的,可使馬、羊產生皮炎及胃腸紊亂,鴿對此植物的毒性作用最敏感

**【性味】** 苦,寒。

**【歸經】** 入膀胱經。

**【功效】** 利尿,清熱,殺蟲。

---

【用量】2~10克

# 師承劑量 Mentor Dose

## 【用藥禁忌】

不宜與蛋黃、肉類、海味等高蛋白食物同用。不宜與牛奶等高鈣、高鐵食物同用。

# 木通 (AKEBIA QUINATA AKEBIAQUINATA)

木通為木通科植物三葉木通或白木通的乾燥藤莖。



**【毒性】 無毒**

**【性味】 味苦，性寒。**

**【歸經】 歸心、小腸、膀胱經。**

**【功效】 利尿通淋，清心除煩，通經下乳。**

---

# 師承劑量

【用量】3~6G

**Mentor Dose**



**【用藥禁忌】**

**內無濕熱，津虧，氣弱，  
精滑，洩頻及孕婦忌服。**

燈心草 (RUSH JUNCUS EFFUSUS L)

**燈心草為燈心草科植物燈心草.的乾燥莖髓。**



【**毒性**】 無毒

【**性味**】 味甘、淡，性微寒。

【**歸經**】 歸心、肺、小腸經。

【**功效**】 清心火，利小便。

---

# 師承劑量

【用量】 1~3G

**Mentor Dose**

**【用藥禁忌】**

**《本草求真》：氣虛小  
便不禁者忌服。**

海金砂 (SPORA LYGODII LYGODIUM JAPONICUM(THUNB.)SW.)

海金砂為海金砂科多年生攀援蕨類植物海金砂的成熟孢子。



**【毒性】 無毒**

**【性味】 甘，寒**

**【歸經】 歸小腸、膀胱經。**

**【功效】 利尿通淋。**

---

# 師承劑量

【用量】6-12 克。宜布包。

**Mentor Dose**



# 【用藥禁忌】

腎陰虧虛者慎服,

小便不利及諸淋由於腎水真陰不足者勿服

金錢草 (LYSIMACHIA CHRISTINAE HANCE  
DESMODIUM STYRACIFOLIUM(OSBECK)MERR. )

金錢草, 別名: 過路黃、鏡面草、翠屏草、荷苞草、肉餛飩草、金鎖匙、連錢草、對座草、葉金錢草、錢葉草, 錢芊金等。是多種植物的別稱。為報春花科植物, 管狀花目、報春花科多年生匍匐小草本。



**【毒性】 有毒**

**【性味】 味甘、微苦、性涼。**

**【歸經】 歸肝、膽、腎、膀胱經。**

**【功效】 利水通淋、清熱解毒、散瘀消腫、清利濕熱**

---

師承劑量

Mentor Dose

【用量】5-60G, 鮮品加倍

## 【用藥禁忌】

凡陰疽諸毒，脾虛泄瀉者，忌搗汁生服。

# 冬瓜皮 (EXOCARPIUM BENINCASAE, EXOCARPIUMBENINCASE)

冬瓜皮為葫蘆科植物冬瓜的乾燥外層果皮。



【**毒性**】 無毒

【**性味**】 味甘，性涼。

【**歸經**】 歸脾、小腸經。

【**功效**】 利尿消腫

---

# 師承劑量 Mentor Dose

【用量】9~30G



# 【用藥禁忌】

《四川中藥志》：因營養不良而致之虛腫慎用。

玉米須 為禾本科植物  
玉蜀黍的花柱和柱頭。

玉米須 (STIGMA  
MAYDIS; CORN  
STIGMA)



**【毒性】** 無毒

**【性味】** 味甘、淡，性平。

**【歸經】** 歸膀胱、肝、膽經。

**【功效】** 利尿消腫；清肝利膽。

---

# 師承劑量 Mentor Dose

【用量】 30-60G



# 【用药禁忌】

# 薏米 (COIX CHINENSIS TOD. COICIS SEMEN)

薏米又叫：薏苡仁、苡仁、六穀子，為禾本科植物薏苡的種仁



【**毒性**】 無毒

【**性味**】 甘淡、微寒、

【**歸經**】 入脾、胃、肺、大腸。

【**功效**】 清熱利濕，除風濕，利小便，益肺排膿，  
健脾胃，強筋骨。

---

# 師承劑量 Mentor Dose

【用量】50-100克



## 【用藥禁忌】

婦女懷孕早期忌食;另外汗少、便秘者不宜  
食用.

# 防己 (RADIX STEPHANIAE TETRANDRAE STEPHANIA TETRANDRA S. MOORE)

防己的別名很多，如漢防己，木防己，小防己，粉防己，廣防己，粉寸己等，最常用的商品名有漢防己和木防己兩種。漢防己：又名粉防己。為植物粉防己的根。



**【毒性】** 無毒

**【性味】** 味苦；辛；性寒。

**【歸經】** 歸膀胱；肺；脾經。

**【功效】** 祛風濕，止痛，利水。

---

師承劑量

Mentor Dose

【用量】<sub>6-10G</sub>

# 【用藥禁忌】

食欲不振及陰虛無濕熱者