

利水之“子”——车前子

文 / 北京中医药大学东方医院 马小磊 靳梦亚 巩颖

中医药文化源远流长，其间诞生了很多脍炙人口的故事，这些故事或多或少地都反映了某种中药的某个功效，也更有利于我们去熟悉这种中药。今天我们要介绍的是车前子——下面故事开始。

一、车前传

其一，话说“唐宋八大家”之一的欧阳修由于饮食不当，患了腹泻，遍访汴梁（北宋都城，今河南省开封市）名医都不见好。一日，其妻听说城里来了一位江湖郎中，颇有名气，便想让欧阳修去看看，但被拒绝。于是，其妻便瞒着他，叫仆人到郎中那里取了一服药，伪称是太医开的。欧阳修服药后很快便痊愈了；知道原委后，特意登门致谢，并请教：“敢问先生用何方治愈老夫顽疾？”答曰：“实不相瞒，仅一味药，车前子研末，米汤送服而已。”欧阳修听后恍然大悟。

其二，唐代诗人张籍患眼病，友人听说车前子治疗眼病有奇效，乘外出时特地从千里之外的开州

（今重庆市开州区）给他寄来当地新采集的车前子。张籍深受感动，便作诗致谢。他在题为《答开州韦使君寄车前子》诗中饱含深情地写道：“开州午月车前子，作药人皆道有神。惭愧文君怜病眼，三千里外寄闲人。”留下了一段杏林佳话。

二、古书说

“车前”最早出现在《诗经》中，但那时唤作“芣苢(fúyǐ)”；药用最早记载于《神农本草经》中，列为上品，随后各种本草如《名医别录》《救荒本草》《本草纲目》《本草经集注》等都有收载。比如：

——车前子，始载于《神农本草经》，记作“车前实”，列为上品。

——车前子，从字面来看就是车边常见的草药，在《本草经集注》中记载：“人家路边甚多。”现代，在路边或花坛中，我们也常见车前草。

——《新修本草》记载“今出开州者为最”，点出车前子的道地产区为开州，即现在的重庆市开州区。

——《名医别录》曰：“男子伤中，女子淋漓，不欲食。养肺强阴益精，令人有子，明目疗赤痛。”

——《本草纲目》曰：“导小肠热，止暑湿泻痢。”

三、现代看

1. 功效主治

车前子味甘，性寒。归肝、肾、肺、小肠经。功能主治是清热利尿通淋、渗湿止泻、明目、祛痰。车前子对湿热下注而致热淋涩痛尤为适宜；利尿，能治疗水肿胀满；归小肠经，能治湿盛在大肠而致小便不利的暑湿泄泻；入肝走肾，清肝而明目，可治目赤肿痛；入肺经，清肺热，化痰浊，止咳，可治痰热咳嗽。

2. 药理活性

研究表明，车前子能增加水分、尿素、尿酸及盐的排泄，具有利尿、降低尿酸和抑制痛风关节炎的作用；能够调节胃肠道，促进胃肠蠕动；能够抑制支气管收缩，减缓呼吸运动，起到很好的祛痰止咳作用。除此之外，车前子还能降低



血糖、血脂和血压，预防肾结石，抗氧化。

3. 临床应用

作为《神农本草经》中的上品药物，车前子在临床上的应用非常广，在小儿单纯性消化不良、高血压病、转正胎位以及湿热引起的胃肠炎、肾炎等疾病的治疗中发挥着重要作用。车前子入药使用的剂量为9~15 g，内服煎汤需包煎，也可做成丸剂。

4. 注意事项

(1) 车前子性质甘寒滑利，阳气下陷、肾虚遗精及内无湿热者禁服。

(2) 车前子是一味利水渗湿药，性寒滑利，孕妇及肾虚精滑者慎用。

(3) 用药期间需注意清淡饮食，不宜多食葱、蒜，忌食生冷辛辣、寒凉油腻的食物，同时戒烟戒酒。

(4) 儿童用药须在医生或药师的指导和成人的监护下进行。

四、说奇功

1. 利水通淋之功

治热淋、小便淋漓涩痛，常与

木通、滑石、瞿麦等同用。治水肿胀满、小便不利，可与猪苓、泽泻、茯苓等同用。

2. 渗湿止泻之功

治湿盛之水泻，可单用车前子研末，以米饮送服；或与白术、茯苓、泽泻等同用。

3. 清肝明目之功

治肝火上炎之目赤肿痛、羞明多泪，常与菊花、夏枯草、决明子等同用。治肝肾阴虚、目暗昏花，常与熟地黄、菟丝子等同用。

4. 化痰止咳之功

治痰热咳嗽，常与瓜蒌、贝母、黄芩等同用。

五、谈炮制

1. 车前子

取原药材，除杂质，筛灰屑，即可。功效利水通淋、清肺化痰、清肝明目，治疗水肿、淋证、暑湿泄泻、痰热咳嗽、肝火目赤。

2. 炒车前子

取干净的车前子，放于炒制容器内，文火加热，炒至略有爆声时，取出放凉。炒后寒性稍减，利于煎煮，且更容易发挥效果，在渗湿、止泻方面强于生品，多用于治疗湿浊泄泻、小便短少。

3. 盐车前子

取干净的车前子，放于炒制容器内，文火加热，炒至略有爆声时，喷淋盐水，再次炒干，取出放凉。盐车前子的泻热作用较强，利尿而不易伤阴，能益肝明目，治疗眼目昏暗、视力减退。【提示】车前子与食盐的比例为50:1，如车前子100 kg、食盐2 kg。

六、论保健

1. 茶饮

取车前子10 g、红茶3 g，用沸水冲泡浓汁，加盖闷10分钟即可；分2次趁温当茶饮，每日1~2剂。具有健脾利水、化湿止泻的功效。

2. 煮粥

准备车前子20 g，粳米100 g。先将车前子放入纱布袋，加水煎煮，取汁；再将粳米放入车前子药汁内，同煮为粥。具有祛痰止咳的功效。

3. 水煎

(1) 取车前子、茯苓、猪苓、黄芪各10 g，大枣5枚，水煎服。可以治疗肾炎。

(2) 取车前子15 g、熟地黄90 g、山萸肉60 g、麦冬60 g、玄参30 g，水煎服。可以治疗气阴两虚型糖尿病。[续前与](#)

相关链接：车前子和车前草的“同”和“不同”

车前子和车前草是同一种植物的两个不同的药用部位：一子一草，二者均具有清热利尿通淋、祛痰的功效，可治疗热淋涩痛、水肿尿少、暑湿泄泻、痰热咳嗽。不同的是车前草还可凉血、解毒，适用于吐血衄血、痈肿疮毒；车前子则能明目，用于目赤肿痛。

