

# 药引子：中药界的“导航仪”

文 / 山西中医药大学附属医院 郭阿莉



药引子，又称“引经药”，在中药方剂中扮演着“向导”的角色，就像导航仪一样，能引导其他药物的药力精准到达病变部位或某一经脉，从而增强药物的疗效。

## 一、药引子的种类

- 常见的食材：生姜、葱白、大枣、蜂蜜等，可调和药性，发挥独特功效。
- 生活中的调味品：盐、酒、醋等，具有引药归经之效。
- 饮品类：茶水、白开水、红糖水等，可增强药效，具有辅助治疗作用。
- 谷物类：粳米性味甘平，入脾胃经，能中和胃酸，健脾养胃。

- 药材类：桔梗可载药上行，牛膝有引药、引火下行之效。

## 二、药引子的作用

- 引导方向：帮助药物直达病灶。例如，颈肩腰腿痛的患者可用黄酒作为药引，以助药物发散风寒、舒筋通络。
- 辅助吸收：让药物更快被身体吸收。例如，用姜汤送服感冒药，借助姜的温热特性促进血液循环，从而让药物较快起效。
- 增强药效：提升药物的治疗效果。例如，以蜂蜜水送服止咳药，蜂蜜本身具有润肺止咳功效，可与药物协同，增强疗效。
- 减少不良反应：降低药物对身体的刺激。例如，

用大米汤送服退热药,利用米汤保护胃黏膜,减轻药物对胃的损伤。

### 三、临床常用的药引子

#### 1.生姜

生姜是厨房中最常用的调味佳品之一。记得小时候,每逢冬季感受风寒,母亲总会为我煮一碗热腾腾的姜汤。生姜味道辛辣,可促进身体发汗,能有效驱散体表的寒气,还能温暖中焦,缓解呕吐症状。此外,生姜的主要成分包括挥发油与姜辣素等。这些成分具有加快血液循环、抗炎、止吐、保护胃黏膜等多种药理作用。

在临床应用中,生姜对肺寒咳嗽和脾胃寒证均有很好的调节作用。肺寒咳嗽者可饮用生姜水,以增强药物润肺止咳的功效;脾胃虚寒者可以将生姜片、红枣、红糖煮水饮用,以加强温胃散寒、健脾补中类药物的疗效。

#### 2.大枣

大枣味甘性温,具有补中益气、养血安神的功效,是中医常用的调和药。它能够滋养脾胃,改善脾胃虚弱、消化不良等症状。此外,大枣富含维生素、矿物质和膳食纤维,其活性成分大枣多糖具有抗氧化、抗衰老、抗疲劳、抗炎、提高免疫力、抗肿瘤等多种药理作用。

在临床应用中,补元气时多以大枣为引。脾胃虚弱的患者可将大枣与生姜配伍作为引经药使用。若患者脾胃虚弱、气血不足,可用大枣煎汤送服归脾丸、香砂养胃丸等中成药,从而增强药物补益气血、缓解疲劳、安神助眠、健脾和胃的功效。

#### 3.葱白

葱白虽是平凡的食材,却蕴含着不凡的药力量。它作为手太阴肺经的引经药,味辛性温,是治疗风寒感冒的得力助手。葱白具有发汗解表、散寒通阳的功效,特别适合因体内阳气虚弱而手脚冰凉、畏寒怕冷的人群。此外,葱白含有挥发油、硫化物、苷类成分,具备抗炎、抗氧化、抗菌、降脂等多种药理作用。

在临床应用中,针对轻症风寒感冒,常以葱白与淡豆豉一同煮汤送服药物,可增强方剂发散风寒、发汗解表的功效。

#### 4.盐

作为厨房中常见的调味品,盐在中医理论中具有独特价值。五味入五脏,咸味能引导药物归入肾经。盐具有

清热解毒、凉血润燥、软坚散结、涌吐消痰、利尿通便、杀虫止痒及补肾益气等功效。盐的现代药理作用包括调节渗透压、促进消化、杀菌防腐、调节神经功能等。

在临床应用中,服用六味地黄丸、大补阴丸、金锁固精丸、金匱肾气丸等药物时,常以淡盐水送服,旨在引药入肾,增强药物疗效。诸如补骨脂、巴戟天、车前子、益智仁、沙苑子、杜仲等药材,也常通过盐制炮制方法引药入肾,加强其补益肝肾的作用,充分体现了中医“盐制入肾”的理论。

#### 5.黄酒

黄酒是我国历史最悠久的酒类饮品之一,味苦、辛,性温,具有活血祛寒、通经活络的功效。它能够引导其他药物进入人体的经络与血脉,加速药物的吸收与分布,是中医常用的引经药。

黄酒可促进毛细血管扩张,其中的酒精成分能促进血液循环。黄酒富含多种氨基酸和维生素等营养成分,有助于增强药物疗效并提高人体免疫力。此外,黄酒还具有改善脾胃虚寒、抗衰老等多种药理作用。

在临床应用中,黄酒常被用于辅助治疗风湿痹痛、血瘀等病症。与通经活络类药物(如伤科七厘散、跌打丸、舒筋活血片等)配伍使用时,可增强这些药物疏经活络、活血化瘀、消肿止痛的治疗效果。对于脾胃虚寒、食欲不振者,适量饮用黄酒还可促进胃液分泌,改善消化不良的症状。

#### 6.红糖

红糖是以甘蔗为原料加工提取而成的结晶,其性温味甘,具有益气补血、健脾暖胃、缓中止痛、活血化瘀的功效,常用于调理女性月经不调,效果显著。

红糖富含蔗糖、还原糖、蛋白质、纤维素、多种微量元素(如铁、钙、镁等矿物质)、维生素等,这些物质有助于补血益气。此外,红糖能够为人体提供能量,并具有一定的抗氧化作用,可以美白及延缓皮肤老化。

在临床应用中,常以红糖水送服血府逐瘀丸、失笑散等活血化瘀类药物,可引药入血分,增强其活血化瘀与补血止痛之效。产后妇女将红糖与生化丸同服,可起到缓中止痛、活血化瘀的作用。

#### 7.桔梗

桔梗集食用、药用与观赏价值于一体,其性平味苦,具有宣肺祛痰、利咽排脓之效,是治疗肺系疾病的



引经药。

桔梗的主要成分为桔梗皂苷和三萜类化合物，具有祛痰、镇咳、抗炎、降血糖、降血脂、镇静、镇痛、解热等多种药理作用，常用于治疗咽痛、音哑、咳嗽痰多、肺炎、上呼吸道感染、急性扁桃体炎以及急慢性咽炎等病症。

在临床应用中，桔梗常发挥“舟楫之剂”的作用。例如：在参苓白术散中，桔梗能载诸药上行，引归于肺，同时使脾气上升，实现脾肺双调；在百合固金汤中，桔梗可载滋阴药力上行入肺，既润养肺阴以止咳，又宣肺祛痰。

## 8.牛膝

牛膝，味苦、甘、酸，性平，具有逐瘀通经、补肝肾、利尿通淋、强筋健骨的功效，可改善下肢血液循环，缓解关节疼痛。它能引药、引血、引火下行至病变部位，有“下肢经络的向导”之称。

牛膝富含三萜皂苷、齐墩果酸等生物活性成分，具有改善循环、抗炎镇痛、增强免疫、生殖保护、调节骨代谢及增强药物渗透性与靶向性等药理作用，可引导药力直达下肢经络与关节。

在临床实践中，牛膝常作为引经药发挥重要作用。例如：在独活寄生汤中，牛膝能引诸药下行至下肢，兼具补肝肾与强筋骨之效，常用于治疗肝肾不足、风湿痹阻所致的腰膝疼痛；在血府逐瘀汤中，牛膝既能活血通

经，又可引药力下行至腹部及下肢，促进瘀血排出。

## 四、结语

药引子能够引导药物直达病灶，在增强药效的同时，还可调和药性，并且具有保护正气、缓解症状、改善药物不良气味等作用，是方剂配伍中不可或缺的精髓。

药物与人

## 注意事项

- (1) 所有药引子均须经中医师辨证后使用，不可自行服用。
- (2) 药引子的用量应严格遵循医嘱，根据证型确定，不可盲目添加。
- (3) 药引子不是治病的主药，一般不单独使用。
- (4) 黄酒不宜与头孢类抗菌药物同服，服用期间应避免驾驶，酒精过敏者禁用。
- (5) 药引子需妥善保存，以保证其质量与药效。

