## 冬季中药饮片销售

1、鹿茸

鹿茸的成分含甘氨酸等16种氨基酸、维生素A、三磷酸腺苷、核糖核酸、卵磷脂、胆固醇、脑磷脂、雌二醇、雌酮、钙、磷、镁、胶质等。鹿茸有强壮作用，能促进生长发育，可提高机体工作能力，改善食欲和睡眠，促进红细胞新生，有促进创伤俞合、强心、利尿等作用。

鹿茸的性味为甘、咸、温，具有壮肾阳、益精血、强筋骨、调冲任、托疮毒等功能；能改善勃起功能障碍、滑精、宫冷不孕．神疲、畏寒、眩晕耳鸣耳聋、腰脊冷痛、筋骨痿软、崩漏带下、阴疽不敛等病症。鹿茸性温助阳，阴虚阳亢及有内热者忌用。

2、当归头和全当归的区别

当归头-止血为主，功似当归，活血之功偏

当归身-补血为主，功似当归，养血之功偏胜

当归尾-破血为主：破血下行，活血之功更佳

全当归-补血活血的功效，补血活血，调经止痛，润肠通便

一般在临床上开当归的处方里没有表示的话，这里的当归是“全当归“的，是当归身和当归尾混杂一起的。当归一身都是宝，得根据病症用药。“头”止血而上行；“身”养血而中守；“尾”破血而不流，“全”活血而不走。血虚引起头疼宜用当归头；身体虚弱可用当归身；筋骨疼痛、手脚麻木可用当归尾。

当归。以伞形科植物当归的根入药，味甘、辛、苦、性温，能补血活血，润肠通便，《本草备要》谓其：“血虚能补，血枯能润”，对气血生化不足，或气血运行迟缓以及血虚肠燥便秘者，常服效佳。临床和实验证明，本品有抗贫血、抗维生素E缺乏及镇静、镇痛，降血脂等作用，还可增加冠状动脉血流量，对子宫有双向性调节作用。因此，是一味重要的保健中药，凡虚损不足、气血虚弱者，皆可常用。由于当归既补血、又能活血，故成为调经要药，可用于月经延时、闭经、痛经、月经量少色淡等病症，常与熟地、白芍、川芎等配成“四物汤”应用。前人把当归称之为“妇科专药”，无论胎前、产后各病，都常随症加减采用。

当归头和当归尾偏于活血、破血；当归身偏于补血、养血；全当归既可补血又可活血；当归须偏于活血通络。

3、三七又名田七明代著名的药学家李时珍称其为“金不换”。三七是中药材中的一颗明珠，清朝药学著作《本草纲目拾遗》中记载：“**人参补气第一，三七补血第一**，味同而功亦等，故称人参三七，为中药中之最珍贵者。”扬名中外的中成药“云南白药”和“片仔黄”，即以三七为主要原料制成。

备注：

1．三七分春七、冬七两类。

“春七”是打去花蕾，在七月收获的，体重色好，产量、质量均佳，应提倡生产“春七”。

“冬七”是结籽后起收的，体大质松。除有计划的留籽外，不宜生产“冬七”。

2．“冬七”外皮多皱纹抽沟，体轻泡，比“春七”质量差，其分等的颗粒标准均与“春七”同，不另分列。

适宜人群

1、心脑血管疾病患者

2．高血压、高血脂及贫血人群

3．各类血症患者（吐血、呕血、咳血、便血、尿血、淤血）

4．体质虚弱、免疫力低下人群

5．妇女经期及产后

6．生活节奏快的白领人士，保持心脑血管健康（生活节奏快、容易造成心、脑供血不足）

7．应酬多，经常饮酒的人士（三七可以促进受损肝中正常细胞的生长，亦可保护肝脏避免化学性的伤害，如酒精和四氯化碳）

——三七适宜人群老少皆宜，独孕妇和儿童禁用。

三七生吃和熟吃的功效区别

三七粉具有生熟之分。

三七粉是精选不同等级的三七头打磨而成的粉，内含有二十一种皂甙活性物质，

十七种氨基酸，十一种微量元素，三种抗癌活性硒及粗蛋白质等。生三七粉和熟三七粉的区别在于使用过程，其使用方法决定市场上的三七粉都是生三七粉。

1．生吃田七粉主治：

跌打瘀血、外伤出血、产后血晕、吐血、衄血等血症。并可防治冠心病、高血脂、高血压等。

生用法：口服，每次1.0-1.5克，外用适量敷患处。忌：孕妇忌服。

2．熟吃田七粉主治：

补血、活血、用于身体虚弱、食欲不振、神经衰弱、过度疲劳、失血、贫血等。

熟用法：可用温开水送服。每次3-5克。

4、山楂－能防治心血管疾病，具有扩张血管、强心、增加冠脉血流量、改善心脏活力、兴奋中枢神经系

统、降低血压和胆固醇、软化血管及利尿和镇静作用；防治动脉硬化，防衰老、抗癌的作用。山楂酸还有

强心作用，对老年性心脏病也有益处。它能开胃消食，特别对消肉食积滞作用更好，很多助消化的药中都

采用了山楂。

山楂有活血化淤的功效，有助于解除局部淤血状态，对跌打损伤有辅助疗效

山楂对子宫有收缩作用，在孕妇临产时有催生之效，并能促进产后子宫复原

山楂所含的黄酮类和维生素C、胡萝卜素等物质能阻断并减少自由基的生成，能增强机体的免疫力，

有防衰老、抗癌的作用山楂中有平喘化痰、抑制细菌、治疗腹痛腹泻的成分

适宜人群：老少皆宜，胃酸分泌过多者勿空腹食用，其他不限。

注意：孕妇禁食，易促进宫缩，诱发流产。孕妇早期妊娠反应，喜欢选择味道酸的水果，但不要选择山楂，因为山楂有破血散淤的作用，能刺激子宫收缩，可能诱发流产！产后服用可促进子宫复原。

5、**红参－**是参的熟用品，其加工方法是经过浸润、清洗、分选、蒸制、晾晒、烘干等工序加工而成。红参在蒸制过程中，因为热处理会发生化学反应，成份上发生变化。会生成水参及白参不俱有的新的成份，即红参特有的生理活性物质G-Rh2，Panaxytriolmaltol等。G-Rh2、Panaxytriol有抑制癌细胞增长的作用，maltol俱有抗氧化作用。干燥后的红参颜色红润，气味浓香。

红参俱有补气、滋阴、益血、生津、强心、健胃、镇静等作用。这些作用红参与白参没有严格的区别，

但在补虚方面一般认为红参强于白参。久服红参可以提高人体免疫力、抗疲劳、抗辐射、抑制肿瘤、调整人体内分泌系统。红参适合于老人、久病体虚者，红参具有火大、劲足、功效强之特点，是阴盛阳虚者的首选补品，医药上治疗虚脱或强补多用红参。

与白参区别

红参和白参其实没有哪个效果好，只是哪一种更适合自己，红参是白参的熟用品，红参具有火大，劲足之特点。是阴盛阳虚者的首选补品，而白参是日常保健常用的补品。人参具有双向调节高血压的作用，可以把过高或过低的血压调到血压正常值的范围内，所以无论是高或低血压的人都可以用人参来保健。同时也可以搭配鹿茸片来食用，也有很好的效果。

宜服：

红参为偏热性，具有振阳之力，特别适用于气弱阳虚的人士服用，如常感头晕眼花、气喘无力、年老力衰、病后体弱者，或妇女失血过多，手术后，特别适于服用。秋、冬季节适宜服用。

忌服：

但阴虚火旺、高血压未受控制者、则不宜服用。心脏病患者在服用前，也最好咨询医师的意见。阴虚火旺、补气养阴、在夏季更适宜服用西洋参。

6、西洋参－补气养阴，清热生津。用于气虚阴亏，内热，咳喘痰血，虚热烦倦，消渴，口燥咽干。西洋参有抗疲劳、抗氧化、抗应激、抑制血小板聚集、降低血液凝固性的作用，另外，对糖尿病患者还有调节

血糖的作用。

1．服用的同时不能喝浓茶，因茶叶中含有多量的鞣酸，会破坏西洋参中的有效成分，必须在服用西

洋参2～3日后才能喝茶，也最好不要喝咖啡，咖啡对西洋参的效果也有一定影响；

2．不能和萝卜一起服用。西洋参为补气（温补元气），白萝卜是泄气的（清热解毒，清凉等作用），两种食物自相矛盾，不但从营养的角度来讲不能吃，而且这两种食物是相克的，容易起过敏反应甚至中毒，而且从中医的药理上来说，白萝卜不光不能和西洋参一起吃，和许多补品都相克，有点时候生病吃白萝卜

也会大大加重病情，比如感冒或者发水泡的时候

3、警惕不良反应：有的人服西洋参后，会出现畏寒、体温下降、食欲不振、腹痛腹泻；也有的会发生痛经和经期延迟；还有的会发生过敏反应，上下肢呈现散在性大小不等的水泡，瘙痒异常，停药后，水泡可自行吸收消退。

4．中医认为，西洋参属于凉药，宜补气养阴。如果身体有热症，比如口干烦躁、手心发热、脸色发红、身体经常疲乏无力，使用西洋参类补品可以达到调养的目的。反之，若咳嗽有痰、口水多或有水肿等状态时，就应避免服用西洋参，否则就会加重病情。另外，“非虚勿补”。如果身体并无不适，不宜经常服用西洋参含片。

5．另外，西洋参不利于湿症，服用时还要考虑季节性。春天和夏天气候偏干，比较适合服用西洋参，不宜服用人参或红参；而秋、冬季节更适宜服用人参。

6．西洋参中含有一种叫人参皂苷的成分，具有提高人体抵抗力的作用。因此，体质较弱的人，如老年人、身患重病的人，时常服用西洋参都能够起到一定的增强体质作用；而一些有慢性疾病的人，如患慢性乙肝的人，服用西洋参也会有利于病情的控制和好转；对于肠热便血者，据《类聚要方》记载，西洋参与龙眼肉同蒸服用，有清肠止血之效。

7、天麻－的功效祛风湿，止痛、行气活血。

天麻的作用：

1、镇痛作用：用天麻制出的天麻注射液，对三叉神经痛、血管神经性头痛、脑血管病头痛、中毒性多发性神经炎等，有明显的镇痛效果。近年来，经一些医疗单位1000多例患者的临床试用，有效率达90%。

2、镇静作用：有的医疗单位用合成天麻素（天麻甙）治疗神经衰弱和神经衰弱综合症病人，有效率分89.44%和86.87%。且能抑制咖啡因所致的中枢兴奋作用，还有加强戊巴比妥纳的睡眠时间效应。

3、抗惊厥作用：天麻对面神经抽搐、肢体麻木、半身不遂、癫痫等的一定疗效。还有缓解平滑肌痉挛，缓解心绞痛、胆绞痛的作用。

4、降低血压作用：天麻能治疗高血压。久服可平肝益气、利腰膝、强筋骨，还可增加外周及冠状动脉血流量，对心脏有保护作用。

5、明目、增智作用：天麻尚有明目和显著增强记忆力的作用。天麻对人的大脑神经系统具有明显的保护和调节作用，能增强视神经的分辨能力，目前已用作高空飞行人员的脑保健食品或脑保健药物。日本用天麻注射液治疗老年痴呆症，有效率达81%。

8、松贝是川贝母的一种。在我国，贝母品种有十多种，其中最有名的有川贝、青贝和浙贝，川贝中又以松贝为最优。松贝主产于“松潘草地”，即阿坝州松潘、红原、若尔盖的大片草地上。因过去松潘为川、甘、青土特产品集散地，这一带的贝母都运到松州城里来做交易，故得名松贝。松贝的特征之一是“怀中抱月”，即一片较大的弧形贝母瓣抱着一片较瘦小的贝母瓣。松贝的另一特征是“嘴巴尖，屁股圆”。因其“嘴”小，所以也有人叫它为尖贝；因其“屁股”圆，有人验证松贝真伪时，抓一把贝母撒在桌面上，如果十有八九能稳坐不动，准是松贝无疑。

松贝是润肺消炎、镇咳化痰的名贵药材，因此是馈赠友人的高级礼品。由于松贝的采挖季节在每年的6至9月间，因而松贝商品也在这时候上市。

购买松贝时，以颗粒小而饱满，色白，嘴尖，屁股圆者为上品，尤以豌豆大小的为最佳，俗称“珍珠贝”。

川贝鉴别：

1、川贝只产于四川，不能种植。入口粉性足，味微苦甘，怀中抱月。

2、浙贝，产于浙江，可以种植，入口粉性不足，味非常苦，无怀中抱月。

3、平贝，产于黑龙江，可以种植，入口粉性不足，味苦，无怀中抱月。

在我国，贝母品种有十多种，其中最有名的有川贝，川贝中又以松贝为最优。

三元汤是由大枣、莲子、桂圆肉制成的一道汤品，大枣可补益脾胃、补阴养血，莲子具有养心安神、健脾、补肾的作用，桂圆补气血，安神养心。本品是冬季老年人和慢性病患者食用的滋补物。

大枣

味甘性平，归脾胃二经，可用于脾胃虚弱，倦怠乏力，食少便溏等症的治疗，经常食用大枣可补益脾胃、补阴养血、固护正气、增加血清总蛋白和白蛋白、治疗营养不良性水肿、贫血和血小板减少性紫癜。

莲子

性甘、平，入心脾、肾经，具有养心安神、健脾、补肾的作用。冬季系收藏季节，更需益肾固精以利健康。

桂圆

性温味甘，益心脾、补气血，安神养心，有着很好的滋补作用。可用于心血虚亏所致的心悸、失眠、健忘和脾虚所引起的泄泻、浮肿、病后体虚或眼力衰退，也适用于妇女产后调补。

大枣、莲子、桂圆三味合用，具有温补气血、养心安神之功效，适用于病后体虚、产后血亏、心烦失眠、神经衰弱、肾虚腰痛、头晕耳鸣等症。

三元汤的制作方法是：先将莲子用清水浸泡1－2小时，然后与洗净的大枣一起同放锅内煎煮，最后放入桂圆肉，待煮至质软汤浓时，加入适量白糖调匀，温凉后即可饮食。一般每次以大枣3－10枚、莲子9－15克、桂圆肉6－12克为量。

维生素与营养补充剂摄入的最佳时间：

早上服用：

1. 铁：血红蛋白的关键成分。缺乏可导致疲劳和免疫力低下。最佳时间为清晨空腹时。避免茶或咖啡，否则会降低吸收率。钙是铁吸收的主要抑制因素，不要同服！
2. 维生素c：维持正常免疫功能，促进能量代谢是，强抗氧化剂。VC的血中浓度只能维持4-6个小时，所以最好从早晨就分几次服用。
3. Vb：由8种水溶性维生素组成，是食物转化为能量的关键物质，和早餐一起服用有助于维持一整天的能量水平。
4. VE:保护细胞免受自由基损伤，维持健康心血管功能。最好能与食物中的脂肪一同摄入，比如牛奶、酸奶、牛油果等。

早晨/下午：

1. 辅酶Q10：各种细胞中都可见到，尤其是高营养需求的器官如心脏。参与机体产生能量的过程，相当于生物燃料。辅酶Q10需要以脂肪作为载体，一次最好是在早餐和午餐时摄入，以免对夜间睡眠产生负面影响。
2. 锌：是人体必需的矿物质，存在于富含蛋白质的食物中，他维持正常的免疫系统和生殖系统功能。锌最好是在午餐后吃，因为如果空腹的话可能引起困倦，另外应避免与钙铁同时服用。

下午/晚上：

1. VD:VD只有在紫外线强度达到一定值之后才开始合成，所以秋冬季常常容易发生VD不足。VD最好和脂肪食物同服，有研究显示可能对睡眠产生负面影响，因此建议午后早些时间摄入。
2. 鱼油：最好与食物同服。

晚上/夜间：

1. 钙镁：钙和镁有高度协同，一般来说夜间补钙最容易吸收利用，钙镁都有助于睡眠。

2、益生菌：建议用清水送服，30-60分钟后再进食，一面受到消化酶干扰。

膳食营养补充剂使用的通用原则：

1. 不可用热饮料、咖啡或茶等以免破坏营养成分，尤其是益生菌类的活微生物制剂。
2. 不可再漏服之后下一顿服用双份。

不可超出说明书的使用剂量服用。

**小儿消积止咳口服液**

小儿消积止咳口服液，中成药名。为祛痰剂，具有清热肃肺，消积止咳之功效。用于小儿饮食积滞、痰热蕴肺所致的咳嗽、夜间加重、喉间痰鸣、腹胀、口臭。口服，周岁以内一次5ml，1～2岁一次10ml，3～4岁一次15ml，5岁以上一次20ml，一日3次；5天为一疗程。

安儿宁颗粒，清热祛风，化痰止咳。用于小儿风热感冒，咳嗽有痰，发热咽痛，上呼吸道感染见上述证候者。

小儿清肺化痰颗粒清热化痰，止咳平喘。用于小儿肺热感冒引起的咳嗽痰喘。

小儿伪麻美芬滴剂，适应症为适用于幼儿由于感冒，枯草热或其他上呼吸进过敏引起的鼻塞、流涕、咳嗽等症状的对症治疗。

布洛芬混悬液(美林) 用于儿童普通感冒或流感引起的发热、头痛，也用于缓解儿童轻至中度疼痛如头痛、关节痛、神经痛、偏头痛、牙痛、肌肉痛、神经痛。

不宜长期或大量使用，用于止痛不得超过5天；用于解热不得超过3天

泰诺林 ：用于儿童普通感冒或流行性感冒引起的发热，也用于缓解轻至中度疼痛如头痛、关节痛、偏头痛、牙痛、肌肉痛

正常[小儿](http://baike.baidu.com/view/958387.htm)的[基础体温](http://baike.baidu.com/view/310309.htm)为36.9℃～37.5℃。一般当[体温](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)超过基础[体温](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)1℃以上时，可认为发热。其中，[低热](http://baike.baidu.com/view/1256671.htm)是指[体温](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)波动于38℃左右，高热时体温在39℃以上。连续发热两个星期以上称为[长期发热](http://baike.baidu.com/view/621190.htm)。长期[低热](http://baike.baidu.com/view/1256671.htm)是指[小儿](http://baike.baidu.com/view/958387.htm)[体温](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)在37～37.4℃之间持续2周以上。

**1、测量腋温比肛**[**温好**](http://baike.baidu.com/view/2344105.htm)：因肛温必须插入[肛门](http://baike.baidu.com/view/20823.htm)内，对宝宝较具刺激性，腋温则较温和。

**2、三岁以下宝宝适用水银温度计或耳温枪**：耳温枪的准确性及安全性已被[医界](http://baike.baidu.com/view/6412574.htm)肯定；[水银温度计](http://baike.baidu.com/view/434124.htm)则较电子温度计准确。

**3、使用前将水银柱甩至36℃以下**：如此测量到的[体温](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)才准确。

**4、需测量足够时间**：若测量腋温需夹5分钟以上，肛温则仅需1分钟即可。

**5、肛表要先润滑**：测量肛温前，需先在肛表上涂上润滑膏，然后插入肛门内2公分即可。

**6、洗澡、饮食、运动后不可立即量**[**体温**](http://baike.baidu.com/view/43079.htm)：洗澡后要半个小时才能测量体温；吃热的食物、大热天刚从外面进来或运动后，其体温在38～38.5℃之间，应先休息半小时后再量，不宜遽然诊断为发烧。

黄氏响声丸。为解表剂，具有疏风清热，化痰散结，利咽开音之功效。用于风热外束、痰热内盛所致的急、慢性喉瘖，症见声音嘶哑、咽喉肿痛、咽干灼热、咽中有痰或寒热头痛、或便秘尿赤；急、慢性喉炎及声带小结、声带息肉初起见上述证候者。

银黄含片，清热、解毒、消炎。用于急性扁桃体炎，急性咽炎所致的咽喉肿痛。