



American Institute of Chinese Medicine against Cancer
美國中醫腫瘤研究所

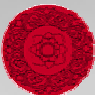
十大滋補中藥

Top Ten Herbs

Jeffrey Zhongxue Mah
(Zhongxue Ma)

麻仲學博士

- ❁ Bachelor: Qinghai University, Medical School
青海大學醫學院本科
- ❁ Master: Henan University of Chinese Medicine, 1979-1982
河南中醫學院碩士
Chinese Medicine and Liver
- ❁ PhD: Beijing University of Chinese Medicine, 1985-1989
北京中醫藥大學博士
Chinese Medicine and Gastric Precarcinoma



十大滋補中藥

❁ 人參

❁ 西洋參

❁ 靈芝

❁ 冬蟲夏草

❁ 黃芪

❁ 鹿茸

❁ 山藥

❁ 當歸

❁ 枸杞

❁ 何首烏



對比分析

四大天王

人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草



人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草

五味、五氣對比

- ❁ 人參：味甘、微苦，性溫熱
- ❁ 西洋參：味甘、微苦，性涼
- ❁ 靈芝：味甘，性平
- ❁ 冬虫夏草：味甘，性溫



人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草

歸經對比

- ❁ 人參：心，肺，脾
- ❁ 西洋參：心，肺，腎
- ❁ 靈芝：脾，肺，心
- ❁ 冬虫夏草：肺，腎



人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草

功能對比

- ❁ 人參：大補元氣，固脫生津，益智安神
- ❁ 西洋參：養陰清熱，清心安神，補氣
- ❁ 靈芝：安神補血，養肝解毒，補益心肺
- ❁ 冬虫夏草：補肺益腎，壯陽強心

以上四大天王，動物實驗均有顯著提高免疫作用，及抗腫瘤作用。



人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草

產地、人工與野生對比

- ❁ 人參：韓國、中國，可人工種植
- ❁ 西洋參：美國、加拿大，可人工種植
- ❁ 靈芝：中國、日本，可人工種植
- ❁ 冬虫夏草：中國（青海、西藏），不能人工種植



人參、西洋參、靈芝、冬虫夏草

記憶要訣

人參補氣洋補陰，靈芝補血草壯陽



對比分析

四小天王

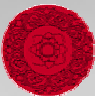
黃芪、山藥、何首烏、枸杞



黃芪、山藥、何首烏、枸杞

- ❁ 黃芪：味甘，性溫，歸肺、脾經，功能補中益肺，補氣生血，益氣固表，生肌斂瘡。
- ❁ 山藥：味甘，性平，歸脾、肺、腎經，功能健脾養胃，補益肺氣，補腎澀精
- ❁ 何首烏：味苦、甘、澀，性溫，歸肝、心、腎經，功能補肝腎、益精血、生髮抗衰、生用潤腸通便
- ❁ 枸杞：味甘，性平，歸肝、腎經，功能補益肝腎，滋陰養血

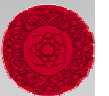
以上四小天王，動物實驗均由提高免疫作用，黃芪和枸杞子還有抗腫瘤作用。



黃芪、山藥、何首烏、枸杞

記憶歌訣

黃芪山藥皆補氣，首烏補血枸補陰



對比分析

Twins 姐妹花

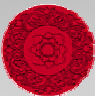
鹿茸、當歸



鹿茸、當歸

- ❁ 鹿茸：（梅花鹿或馬鹿的未骨化幼角）味甘，性大熱，歸腎、肝經，功能溫腎壯陽、強健筋骨、益智
- ❁ 當歸：味甘，性小熱，歸肝、心、脾經，功能補血活血，調經止痛，潤燥滑腸

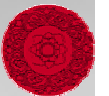
鹿茸含有雄性激素、當歸含有雌性激素，對參與人體的荷爾蒙代謝有作用。



記憶歌訣

鹿茸壯陽歸補血

鹿茸、
當歸



分 類

第一類 補氣類：人參 黃芪 山藥

第二類 補陽類：鹿茸 冬虫夏草

第三類 補血類：何首烏 當歸

第四類 補陰類：西洋參 枸杞



十大滋補中藥的應用原則之一

清晨進補，傍晚排毒



十大滋補中藥的應用原則之二

少火生氣，壯火食氣



十大滋補中藥的食用劑量

- ❁ 人參 0.5-3
- ❁ 西洋參0.5-3
- ❁ 靈芝 (植)15-30; (孢子粉, 無烹調價值) 0.5-3
- ❁ 冬虫夏草 (野)0.5-3(菌絲體,無烹調價值) 6-15
- ❁ 山藥(鮮) 30-100(飲片)6-15
- ❁ 枸杞3-10
- ❁ 黃芪 6-15
- ❁ 何首烏 3-15
- ❁ 鹿茸0.1-0.5
- ❁ 當歸1.5-3



美國康梭療法國際總會

美國康梭療法國際總會

International Society of Consotherapy,
USA

免費入會

歡迎合作推廣

Free membership

Cooperation welcome



美國整合醫學科學院

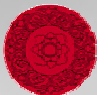
Academy of Integrative Medicine

(American Academy of World Traditional
Medical Science)

Non-profit Organization

歡迎中西醫、科學家成為
本院整合醫學研究員

Welcome Chinese & Western doctors and scientist to
join us and become researchers of our organization



重要預告

第四屆世界中醫腫瘤大會
4th World Conference on Oncology
and Chinese Medicine
March 31, April 1, 2007
San Francisco

