



家庭生活园艺丛书

保健花卉

郭巧生 史红专 王康才 刘丽 编著

本



上海科学技术出版社
SHANGHAI SCIENTIFIC & TECHNICAL PUBLISHERS



保 健 花 卉

家庭生活园艺丛书

JIATING SHENGLI HUO YUANYI CONGSHU

插花花艺

咫尺山林

观赏果蔬

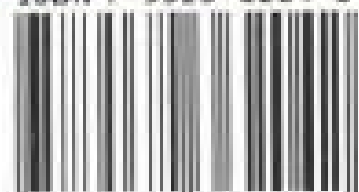
庭栽花木

保健花卉

绿荫室内



ISBN 7-5323-6204-3



9 787532 362042 >

定价：12.00元

中国美术学院美术考级教材
中国美术学院美术考级教材
中国美术学院美术考级教材





J IATING SHENGHUO
家庭生活园艺丛书
YUANYICONGSHU

保健花卉

郭巧生 史红专 王康才 刘丽 编著



上海科学技术出版社

SHANGHAI SCIENTIFIC & TECHNICAL PUBLISHERS

图书在版编目(CIP)数据

保健花卉 / 郭巧生等编著. — 上海: 上海科学技术出版社, 2001.11

(家庭生活园艺丛书)

ISBN 7-5323-6204-3

I. 保… II. 郭… III. ①药用植物—花卉②花卉—观赏园艺 IV.S68

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 080574 号

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路 450 号 邮政编码 200020)

上海市印刷十厂印刷 新华书店上海发行所经销

2001 年 11 月第 1 版 2001 年 11 月第 1 次印刷

开本 889 × 1194 1/32 印张 3.125 字数 70 千

印数 1-5 200

定价: 12.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题,
请向本社出版科联系调换

FAMILY LIFE GARDEN ARTS SERIES

家庭生活园艺丛书

YUANYI CONGSHU

内 容 提 要

本书简要介绍我国保健花卉的种类、分布特点、作用和合理利用等。重点介绍适宜家庭栽培兼具观赏和药用价值的保健花卉 30 余种。每种花卉除介绍其形态特征、生态习性、栽培要点外，还介绍了它的功效和家庭药方，可使人们进一步认识花与中草药的关系，有助于怡情养性、身心健康。



IATING SHENGHUO

家庭生活园艺丛书

YUANYICONGSHU

前言

家居环境质量正受到人们越来越多的关注。在家庭室内外根据自己的爱好合理地利用空间，科学地布置花、草、树、瓜果、蔬菜等园艺植物，不仅能美化生活环境，密切人与自然的联系，更可在观赏之余，品尝自己亲手种出的新鲜果品、蔬菜和健康植物，让家庭生活平添一份情趣。我们组织出版《家庭生活园艺丛书》的目的就在于指导广大家庭在进行家居环境植物布置时能更好地兼顾植物的观赏性和实用性，以获得美化与食用相结合的效果。

《露瓣花卉》是《家庭生活园艺丛书》之一种，叙述了我国露瓣花卉的种类、分布特点、开发利用、家庭露瓣花卉的作用和合理利用，并重点介绍了适宜家庭栽培的常用露瓣观赏花卉30余种。书中插图均由武汉陈同志提供，在此表示感谢。

编 者 言

2001年7月



家庭园艺生活丛书

目录

1. 概述 / 1

- (一) 我国保健花卉的种类 / 1
- (二) 保健花卉的应用 / 4

2. 我国保健花卉的历史与文化 / 15

- (一) 起源时期 / 15
- (二) 古代时期 / 17
- (三) 近代时期 / 19
- (四) 现代时期 / 21

3. 家庭保健花卉的作用和合理使用 / 22

- (一) 作用 / 22
- (二) 合理使用 / 24

4. 家庭常用保健花卉 / 26

- (一) 人参 / 26
- (二) 丹参 / 29
- (三) 天门冬 / 31
- (四) 长春花 / 33
- (五) 凹叶厚朴 / 34
- (六) 玉竹 / 36
- (七) 白花曼陀罗(洋金花) / 38
- (八) 百合 / 40



IATING SHENGHUO

家庭生活园艺丛书

YUANYI CONGSHU

目 录

- (九) 红花 / 43
- (十) 芍药 / 44
- (十一) 西红花 / 46
- (十二) 何首乌 / 49
- (十三) 佛手 / 51
- (十四) 芦荟 / 53
- (十五) 杜仲 / 55
- (十六) 牡丹 / 57
- (十七) 连翘 / 59
- (十八) 麦冬 / 62
- (十九) 金银花 / 64
- (二十) 金樱子 / 66
- (二十一) 南天竹 / 68
- (二十二) 枸杞 / 70
- (二十三) 洋地黄 / 72
- (二十四) 美国凌霄花 / 74
- (二十五) 贴梗海棠(木瓜) / 75
- (二十六) 圆叶牵牛 / 77
- (二十七) 射干 / 79
- (二十八) 桔梗 / 81
- (二十九) 商陆 / 83
- (三十) 菘蓝(板蓝根) / 84
- (三十一) 掌叶半夏(天南星) / 86





1.

概述

(一) 我国保健花卉的种类

保健花卉是指具观赏价值、同时对人体有医疗、保健作用的植物。也就是说这类植物既是防病、治病的药用植物，同时又因其花、果、茎叶甚至植株观赏特性而能给人以美的享受。

我国位于世界最广阔的欧亚大陆的东南部，自北到南可分为寒温带、温带、亚热带和热带。因此，我国的药用植物资源具有地区性的特点，许多名贵的、医疗用途广、药用价值大的药用植物，在

我国不同的气候区域内均有分布。已知可供药用的植物有10 000多种。目前引种栽培的已超过千种，部分涉及粮食、油料、蔬菜、果树、观赏植物等，尤其以具观赏价值的种类为多，在常见栽培的药用植物中就有300多种，如牡丹、芍药、菊花、桔梗、牵牛、麦





冬、鸡冠花、凤仙花、百合、贝母、石斛、玫瑰、月季、栀子、射干等，均为具观赏价值的重要药用植物。现将各地比较著名的具观赏性的药用植物的分布简要介绍如下：

1. 东北地区

东北地区的观赏性药用植物有人参、西洋参、五味子、平贝母、黄柏、关龙胆、紫草、木通、马兜铃、知母、刺人参、箭头唐松草、百里香、短瓣金莲花、毛

百合、越橘、东北天南星、高山红景天等。



2. 华北地区

华北地区

的观赏性药用植物有知母、连翘、枸杞、黄精、紫草、远志、马兜铃、桔梗、防风、银柴胡、玉竹、四叶参、盾叶唐松草、泽兰、菊花、山茱萸、毛地黄等。

3. 西北地区

西北地区的观赏性药用植物有宁夏枸杞、伊贝母、当归、大黄、新疆紫草、款冬花、密蒙花、远志等。





4. 华东地区

华东地区的观赏性药用植物有北沙参、金银花、芍药、郁金、麦冬、山茱萸、菊花、泽泻、酸橙、香圆、山楂、侧柏、芡实、桔梗、明党参、玉竹、紫菀、木瓜、乌药、厚朴、凌霄花、绞股蓝等。

5. 华南和华中部分地区

华南和华中部分地区的观赏性药用植物有菊花、厚朴、杜仲、



玉竹、广东砂仁、益智、沉香、肉桂、高良姜、佛手、黄精、卓豆蔻、红花、连翘、防



风、木瓜、射干、白及、石菖蒲、栀子、钩藤、辛夷、吴茱萸、八角茴香、三七、天冬、浙贝母、郁金、合欢、芸香、佛手、石榴、蒲葵、棕榈、槟榔、萝芙木等。

6. 西南地区

西南地区的观赏性药用植物有麦冬、川乌、黄连、川郁金、川黄柏、佛手、杜仲、三七、草果、黄连、吴茱萸、金银花、白芍、桔梗、款冬花、石斛、使君子、厚朴、甘松、八角茴香、白豆蔻、砂仁、长春花等。



(二) 保健花卉的应用

1. 国外保健花卉资源的开发

近年来随着科学的进步，医疗卫生和保健事业的发展，越来越多的国家在积极地研究和开发天然药物。由于世界各国的自然条件、种族、动植物区系、历史条件以及对药用植物的认识有较大

差异，因此对药用植物的研究和开发利用有一定差别。目前世界上对药用植物研究比较重视的有日本、印度、泰国、巴基斯坦、俄罗斯、美国和东欧一些国家等。美国的一个肿瘤治疗中心，在1964~1970年之间，就从全世界各大洲收集大量植物进行研究，其中从高等植物289个科中分离

出48 000个提取物，低等植物99个科中分离出约1 000个提取物，获得了许多有医疗作用的活性物质，有的已应用于临床治疗中，如治疗肿瘤疾病的长春花碱、喜树碱等。日本积极开展天然药物的研究，并把分子生物学和分子药理学的一些成就与药用植物学研究结合起来，学习和吸收中医中药的传统经验和理论，开展汉药复方的研究，对常





用的药用植物如人参、黄芪、芍药、甘草、酸枣仁、地黄、柴胡、升麻、当归等的化学成分进行了较深入的研究，形成了以药用皂甙为主的药用研究对象。俄罗斯对药用植物的研究也较深入，多年来非常重视药用植物基础研究和引种栽培技术研究，特别对植物强壮药如人参、刺五加、红景天、北五味子等的研究有了较大突破；在全俄罗斯开展药用植物调查，设置药用植物研究所，还根据不同的区域设置药用植物试验站和植物药试验工厂，注重在保健药理方面的发展，为全面系统地研究药用植物资源创造了良好条件。印度是应用天然药物最多的国家，也是植物药材出口国之一，

近年来从100多种植物中，发现29种有避孕作用的成分，人工栽培的大宗药用植物有颠茄、金鸡纳、麦角、长春花、薄荷等。巴基斯坦从345种药用植物中筛选出抗癌活性成分，并开展了避孕药的筛选和研究工作。泰国也是对药用植物开发和利用比较好的国家，已经引种栽培的药用植物有豆蔻、藤黄、穿心莲、芦荟等，泰国产的砂仁、豆蔻、槟榔等每年都有出口。

目前国际上受重视的药用植物有以下几类：

(1) 减肥的药用植物

如番泻叶、车前子、鼠李、大黄等。

(2) 治疗心脑血管系统疾病的药用植物

如萝芙木、长春花、山楂等。

(3) 抗肿瘤作用的药用植物

如人参、刺五加、绞股蓝、虫草等。

(4) 镇静作用的药用植物

如缬草、粉色西番莲等。

(5) 芳香药用植物



如薄荷、小茴香、八角茴香、香茅、洋茴香、茴

萝、桉等；

⑤ 保健饮料

如玫瑰茄、番石榴、酸角、枳、鬼针草、越橘等。

⑥ 具有保健作用的药用植物

如番木瓜、山楂等。

⑦ 与维生素和微量元素有关的药用植物

如薯蓣、剑麻、甘草、闭鞘姜等。

⑧ 具有天然甜味剂的药用植物

如甘草、忍冬、掌叶悬钩子、甜叶菊等。

2. 我国保健花卉的开发利用

药用植物资源开发以往主要体现在医药行业，产品基本上是药物。而今，这种开发的内涵正在发生变化。以药用植物资源为对象的开发研究，已横跨社会不少部门，渗透到许多不同行业和日

常生活的各个方面。产品更是五花八门，丰富多彩，我国药用植物资源优势得到了进一步发挥。

药用植物资源在其他方面的开发，有的来源于古代本草，并在其基础上扩大、延伸；有的则属于新兴开发项目。

药用植物资源方面的开发应用

随着物质生活的不断改善和提高，近年来，我国的食品结构有了很大变化，食物由常规的营养型，逐渐向滋补、保健型发展，药膳及各种保健食品、保健饮料等已进入消费领域。

药膳又称食疗，内容包括食疗、食治、食补，是集传统中医的





“理、法、方、药”原理与食品烹饪于一体的成功创造。远在古代,我国劳动人民就认识到饮食与疾病和健康的关系,并在长期的生活实践中摸索和总结出许多食疗方面的经验。据不完全统计,古代留传下来的食疗本草专著就有65种之多,而相关的著述则多达103种。《神农本草经》记载了许多食疗性药物,如薏苡仁、芡实、大枣、枸杞子、百合、龙眼、核桃、山药、芝麻、莲米等。唐代《备急千金药方》第二十六卷——《食治篇》记载了各类药物162种,其中果实类30种、菜蔬类63种、谷米类24种、动物类45种。唐代著名的《食疗本草》是一部古代食品营养学和食品治疗学专著,载有医疗作用的食物241种。《本草纲目》收载植物类食疗性药物305种,其中谷物73种、菜蔬105种、果品127种。400多种动物性药材中有相当一部分亦可供食用。古代许多传统方剂,本身就是食治方,如张仲

景的“桂枝汤”等。亦药亦食,药食同一,可见药食同源是客观的。



近代药膳学正是对这种同源关系的巧妙结合。药膳食品形是食,性是药,具有营养与治疗保健的双重效用。寓苦口良药于美味佳肴中,相得益彰。改革开放以来,我国许多城市相继开设了药膳餐馆,恢复和开发了许多药膳食品,目前经营的各种药膳菜肴、饭粥、面点、汤羹、饮料、酒、糖果等有几百个品种,如“银花露”、“虫草鸡”、“川贝雪梨”等。可用于药膳食品开发的药用植物资源种类很多,据《中国药膳大全》和《中国药膳学》等收载统计,共有120多种,其中大多为常用药材。迄今我国卫生部公布的三批药食



兼用的药材就有76种,如百合、桃仁、芦根、麦芽、罗汉果、乌梅、白果、菊花、紫苏、莲子、桑葚、薏苡仁、甘草、杏仁等。

中药保健食品和保健饮料的开发方兴未艾,目前市场上盛行各种口服液制剂,如“人参蜂王浆口服液”、“云南花粉田七口服液”、“西洋参口服液”、“无花果口服液”、“娃哈哈儿童营养液”等。罐头食品中有以山药为主要原料开发的

“怀参罐头”。利用药用植物资源还开发了多种饮料、保健茶、药酒等,主要有“少林口乐”、“天府可乐”、“沙棘饮料”、“消肥健身茶”、“怀参茶”、“人参茶”、“北芪茶”、“绞股蓝茶”、“菊花晶”、“菊花饮”、“中华猕猴桃晶”、“中槐茶”、“人参酒”、“五味子酒”、“忍冬玫瑰酒”、“五加皮酒”、“猕猴桃酒”、“鸿茅药酒”等。此外,还有以刺五加、月见草、魔芋、刺玫果、玫瑰茄、香菇等开发生产的保健品。在调味品方面,用砂仁、丁香、干姜等8味药物制成的复合味精,既可调味,又可防治心脑血管病。含





药保健糖果“润喉软糖”口味甜美，并对上呼吸道感染有一定防治作用，同类产品还有“薄荷糖”、“枸杞水晶糖”、“桉叶糖”等。

(2) 在园林绿化方面的开发应用

① **中药美容化妆品**：在现代生活消费中，美容化妆品几乎已成必备之物，社会需求与日俱增。

以往的化妆品大多为化学制品，内含铅、汞、砷等有毒物质，易对人体肌肤造成危害。因此，开发以天然药物为原料的化妆品，达到既美容又防病的目的，成为生产者和消费者的共同愿望。目前，在世界化妆品生产中，天然化妆品占30%~40%。我国在天然化妆品开发方面，充分利用了药用植物资源优势，研制和生产出各种药物型化妆品，美化了生活，给消费者带来了福音。

我国古代本草中包含了許多美容药物。据统计，《本草纲目》中记载的具有美容作用的药物共有500多味，主要用于面、鼻、牙齿、须发、疮疡痲风、疣痣等方面。我国民间也沿用了一些简便的化妆方法，如用凤仙花染指甲、青黛描



眉及用动物油脂护肤等。

借鉴传统的医药理论和实践经验开发现代中药化妆品，



通过发掘研究, 现已筛选出可用于化妆品的药用植物资源有数百种, 并成为天然化妆品的一大系列。中药化妆品多要求有防治皮肤病、防裂、防晒、增强皮肤营养、防止紫外线辐射等功能, 对多脂、干燥、皴裂、色斑、粉刺、皱纹等皮肤缺陷有弥补作用; 有效的化学成分主要为蛋白质、氨基酸、类脂类、糖类、有机酸、酚类、甙类、酮类、挥发油、类



固醇、生物碱、磷脂、色素、微量元素及维生素等。当前应用较多的植物主要有当归、人参、甘草、五味子、黄芪、黄连、黄柏、桂皮、薄荷、川芎、柴胡、地黄、益母草、半夏、白术、泽泻、大黄、茯苓、何首乌、枸杞子、牡丹皮、防风、独活、羌活、枳实、厚朴、菊花、

杏仁、薏苡仁、白芍、麻黄、山楂、党参、槐花、升麻、藁本、紫草、芦荟、白芷、荆芥、生姜、大枣、冬虫夏草和沙棘等。

中药化妆品具有独特的功能, 如甘草在化妆品生产中可作为最

佳沐浴液原料; 麦冬用于配制润肤霜效果较理想; 槐花所含芸香甙对X射线有保护作用, 用其制成的化妆品适于长期野外工作者和接触放射线的人员使用; 白芍、赤芍具

有活血化瘀的功效, 对蝴蝶斑、雀斑及色素沉着都有一定治疗作用, 还可增白, 是一种非激素类增白祛斑剂; 冬虫夏草含有人体需要的氨基酸20余种, 是配制高级化妆品的主要原料; 甘松所含甘松芳香油可作化妆品定香剂, 畅销国内外。



中药化妆品的生产近年来发展较快,产品琳琅满目,有的已形成产品系列,如人参系列产品、芦荟系列产品等。从发展趋势看,中药化妆品开发前景广阔。

② 中药牙膏: 药物牙膏自 20 世纪 50 年代问世以来迅速普及,我国药物牙膏品种日益增多。近年来,以中药材或中草药为原料制成的牙膏广为流行。常见的有“草珊瑚牙膏”、“两面针牙膏”、“三颗针牙膏”、“洁银牙膏”以及用人参、千里光等为原料生产的各种牙膏等。新近又推出“生发乌发牙膏”和“减肥牙膏”等新颖产品。中药型牙膏的共同特点是具有清洁牙齿、防治牙病及多种口腔疾病的功能。这方面的开发还可望有新的进展。

③ 中药型卷烟: 吸烟是当今社会一大公害,也是世界急待攻克的难题之一。人们希望能生产出一种既能使吸烟者享受乐趣,又对身体无害,且能防治疾病的

“健康烟”来取代有害的香烟。我国卷烟行业独辟蹊径,致力于药用植物资源的开发利用,并取得了初步成果,研制出毒性较弱的中药型卷烟。这种加药卷烟降低了烟中焦油含量,比普通烟有更好的提神作用,增强了兴奋性,并有安心养神的效果,可降低吸烟引起气管炎的发病率。在不断研究、改进基础上,药物卷烟很有希望在不久的将来成为卷烟的主流品种。目前,作为药物应用的主要是“罗布麻烟”,此外还有“中南海”、“金健”、“长乐”、“人参”、“薄荷烟”和“祝尔康”等。目前,有一种药物型鼻烟问世,它是将烟





丝磨碎后与麝香、龙脑等混合制成，嗅吸后不仅有兴奋作用，还有治疗效果。

另外，中草药还可用于戒烟，国内已推出“戒烟灵”香水，它是用30余种药用植物提取物配制而成的。

④甜味剂：甜味剂植物是指植物体内具有甜味的物质。这种物质分为糖和非糖两类。糖包括蔗糖、葡萄糖、果糖、乳糖和麦芽糖等；非糖包括糖甙类、糖醇类、甜味蛋白等。非糖甜味剂具有低

热值的特性，能防止因多量的糖而引起的糖尿病、肥胖症、心脏病和龋齿等疾病，因此被广泛应用于食品工业和日常生活中。近年来研究表明：人工合成的非糖甜味剂，食用后不利于身体健康，已遭许多国家限用或禁用，各国都在积极研究甜味浓、味质好、安全、实惠、使用方便的植物甜味剂。我国该类资源丰富，同时也引种了许多国外资源。

目前已开发利用的主要有糖甙类甜味剂、甜味蛋白类甜味剂和糖醇类甜味剂等。

糖甙类甜味剂植物主要有甜叶菊、掌叶悬钩子、假秦艽、罗汉果、甘草等。甜味蛋白类甜味剂（也称多肽类）植物主要有水槟榔（种仁含马槟榔甜蛋白）、奇遇果（果实含甜味蛋白，甜度为蔗糖的1500倍，并有持久性）、西非竹芋（果实含甜味蛋白，甜度为蔗糖



的1 600倍)。糖醇类甜味剂植物主要有野甘草,内含木醇糖,其甜味与蔗糖相似,为低热量甜味剂。

③生物农药:许多药用植物中含有毒杀害虫和抑制病菌的物质,如生物碱、皂甙、挥发油、鞣质、鱼藤酮等。应用此类成分制成的药剂具有成本低、残毒少、无污染、无药害等特点,为保证人们的身体健康,目前世界各国都非常重视农副产品的污染问题,提倡生产和使用低毒农药,因此,对植物性农药的发掘越来越受到人们的重视。

据考证,我国使用植物性农药已有2 000多年的历史。《周礼》中有用莽草驱虫的记载;《本草纲目》中对鱼藤根的使用作了较详细的记载。欧美各国从17世纪起,也开始了这方面的研究工作。我国从20世纪50年代起,对植物性农药进行广泛的调查和研究工作,发掘出闹羊花、巴豆、百部、雷公藤、厚果鸡血藤等农药植物资源,

仅《中国土农药》一书就记载了220种植物性农药,分布在86个科中,其中以毛茛科、蓼科、蝶形花科、芸香科、大戟科、菊科、百部科、天南星科等种类较多。

20世纪60年代以来,从植物界中发现了昆虫蜕皮激素,它是昆虫体内一种极微量但对昆虫有生理活性的甾体化合物。在昆虫体内与保幼激素共同作用,以调节、控制昆虫的变态发育。使用蜕皮激素,能使昆虫幼虫至成虫的变态发生异常,从而使害虫死亡。在国际上称为害虫防治的“第三代农药”。近20年来,对蜕皮激素的研究进展较快,发现有些植物种类含蜕皮激素较高,有些种类其含量可达干重的1%以上,较最初从昆虫或其他动物体中提取的含量高千倍以上。据报道,国外试验过的植物已超过1 200种,其中高等植物200多科800多属,已提取、分离、鉴定出的蜕皮素及类似物达40余种。如我国先后从露



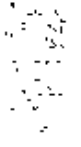
水草、陆均松、水竹叶等植物中提取蜕皮激素成功。

⑥其他含中药日用品：在日用品方面，新近又开发出以苦参等为原料的天然型高级香皂，具有去污、保健、防治疾病的作用，可防止淋病、性病的感染，并能控制其传播。此外，还有中草药空气洁净剂、保健药枕、电热药毯、药物鞋垫、防裂袜、健身鞋、中药保健服装等，均已投放市场。

药用植物资源开发利用范围很广，除上面介绍的各項

目外，还有许多其他方面的产品，如天然色素(姜黄、紫草等)、苦味剂(蛇麻)、卫生香(抗疲劳香、抗感解毒香)，以及从杜仲中制取硬橡胶等。药用植物资源综合开发取得了很好的社会效益和经济效益，引起社会的广泛重视。随着科学研究的不断深入，药用植物资源的开发利用将会在广度和深度上取得新的突破。





2 我国保健花卉 的历史与文化

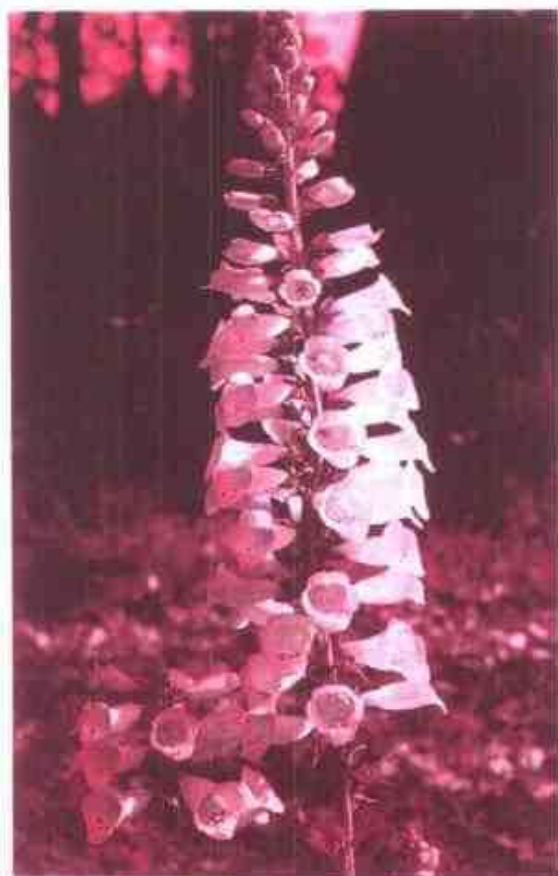
我国药用植物资源开发利用历史悠久。从神农尝百草到东汉《神农本草经》问世，从明代《本草纲目》到现代《中华本草》的编纂，浩瀚的本草文献深刻反映了我国医药发展和劳动人民开发利用药用植物资源的丰富经验。

我国药用植物资源开发利用的历程大体可分为四个时期，即起源时期(公元前221年以前)、古代时期(公元前221~1840年)、近代时期(1840~1949年)和现代时期(1949年以后)。



(一) 起源时期

“神农尝百草始有医药”和“药食同源”的传说，是关于医药



起源的概括。早在远古时期,我们的祖先在采集食物的过程中,经过无数次的口尝身受,逐步认识到哪些植物可以食用,哪些植物可以治疗疾病,初步积累了一些关于植物药的知识,形成了原始的食物疗法和药物疗法。进入氏族公社以后,狩猎和捕鱼已成为人们重要的劳动内容和生活来源,人们又发现了一些既可食用又可

治疗疾病的动物药。氏族公社后期,人类定居下来,开始了原始的农业生产,人类有条件对农作物和植物进行长期、细致地观察和尝试,又认识了更多的药物。但是,当时人们对自然资源的利用是盲目的、自发的。

随着人类社会的进步,由采集、渔猎向农业进化,特别是火的应用、文字的出现及陶器的应用,为药用植物资源的发掘利用创造了条件。周代是我国奴隶社会的全盛时期,药物知识以及人们对药物的需求量与日俱增,药物的来源已由植物、动物发展到矿物及人工制品。春秋时期,药物扩大到100多种,如甘草、贝母、枸杞子、苍耳子、芹菜和益母草等已为当时的常用药物。战国时期,我国进入封建社会。据《山海经》记载,药物已多达124种,其中植物药51种、动物药66种、矿物药3种和其他4种。记载的内容涉及药物的产地、形状、特点及用法等。人们



采集、使用的药物逐渐增多,同时对药物的作用进行了总结和分类。据记载,当时已把药物分成补益、助育、美容、预防、毒类、杀虫、兴奋、兽用等10类。公元前3世纪末,《五十二病方》记载的药物发展到242种,其中植物药108种、动物药51种、矿物药20种和其他63种。先秦时期的医药专著《黄帝内经》、《五十二病方》及其他典籍,常把医和药融为一体,在阐述医理的同时,对药物性质也有初步的归纳,如有毒、无毒及五味,依稀可见君臣佐使配伍原则,为中药理论的形成奠定了基础。

(二) 古代时期

秦汉时期,国家统一、经济发达,为汇集整理先秦时期大量蕴积的药物开发利用经验创造了良好的条件。南北朝时期,商品生产与交换的发展更为药用植物资源的开发利用奠定了基础,当时药

物专著已达110多种,其中,具有划时代意义的杰作是东汉成书的《神农本草经》,它既是先秦时期药用植物资源开发利用的经验总结,又是后世本草和开发利用的楷模。全书记载药物365种,其中植物药252种、动物药67种、矿物药46种,并按中药的养命、养性、治病等3种功效归并为上、中、下三品。这些药物中至今仍有200余种沿用不衰。到了魏晋时期,药物品种增加到730种(《名医别录》新增365种),后又经《本草经集注》增补、完善,初步形成了一套





独特的理论体系。至此,我国中药理论体系雏形已定,药用植物资源的开发利用也得到进一步扩大和提高。

唐代,药物已增加到1 000余种,药物知识也已基本可以满足一般临床应用的需。《新修本草》(656~660年)是世界上第一部由政府编修并颁布实施的具药典性质的药学专著。在已有的本草

学基础上,精选民间新药114种,使药物种数达到850种。这本药学专著以较多的药物基原考证和较丰富的临床用药经验赢得了中外医药工作者的尊崇。70多年后,陈藏器又收集《唐本草》(即《新修本草》)未载之药692种,撰成《本草拾遗》。二者合计,唐代开发利用的药用植物资源已达1 500多种。

宋代,印刷技术的发展为医药资料的整理、传播提供了良好条件。北宋时期,国家再次大规模调查药物资源,并成立医药编纂出版机构——校正医书局,还设立了官办的制药厂(惠民制药局)生产中成药。百余年中,三次修订本草、大量校勘汇总,增补文献和用药经验,形成历史上官修本草高潮。官方代表作有《开宝本草》、《嘉佑本草》和《本草图经》。宋代唐慎微集前人之大成,收集《开宝本草》、《嘉佑本草》筛选遗余药物554种,又自增8种,辑成《经史证类备急本草》,简称《证类本



保 健 花 卉



草》。至此，我国古代开发利用的药物资源已达1 748种，极大地丰富了中医药宝库。

金、元时期，药用植物资源开发利用在稳定和巩固品种的基础上，重点转向精炼药效、归纳药理，其主要贡献是把医药理论与具体药物密切结合，形成了多层次的中药学理论体系，对后世影响极深。

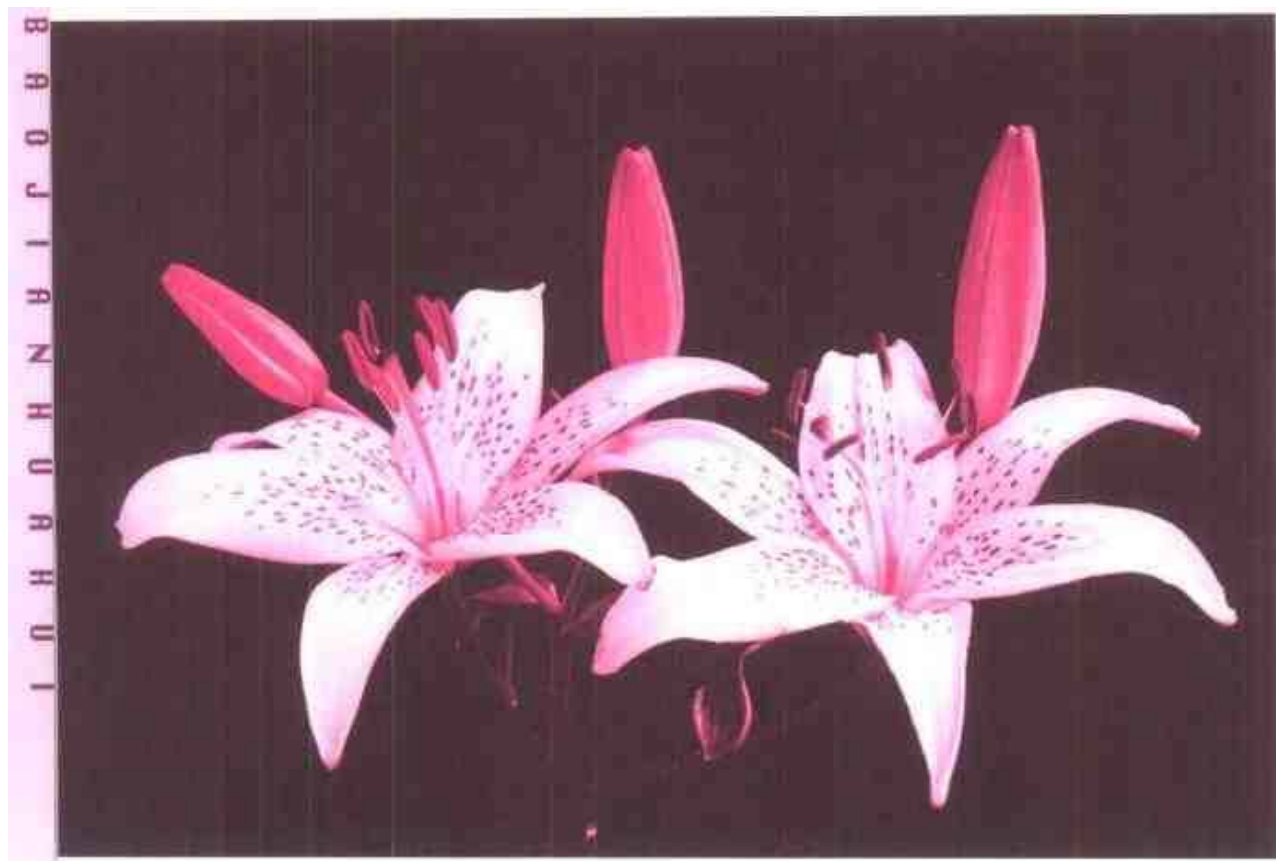
明代是我国古代史上药用植物资源开发利用和本草理论发展的鼎盛时期，特别是明代中叶，随着生产水平的提高及国内外市场的开拓，商品经济有很大发展，医药界人文荟萃，名著迭起。《本草品汇精要》收载药物1 815种，增补46种，尤以文字简洁精要、彩色实物绘图名闻于世。《滇南本草》收载药材448种，是一部记载高原地区药物(包括民族药物)的珍贵著作。举世闻名的《本草纲目》收载药物1 892种，把古代药用植物资源开发利用推向了顶峰，

并以博大精深的内涵总结了明以前药用植物资源开发利用的经验，图文并茂，提高了本草学的编纂技能和水平，开拓了后世中药发展的新局面。

清代，商品经济进一步发展，不仅中药行、店林立，还形成了一些全国性的药材集散市场。中药材产量和运销量随之大增，药用植物资源开发利用的范围又进一步扩大和提高，著录和存世的本草近400部，其中，学术价值较高的著作有《本草纲目拾遗》、《植物名实图考》。前者收载《本草纲目》未收载的药物716种，后者收载植物714种，虽名为《植物名实图考》，实际也是一部宝贵的药物专著。与此同时，我国民族药的开发利用也得到了很大发展。

(三) 近代时期

鸦片战争(1840年)前后，西医药日渐传入中国，中药独撑门



户的局面被逐步打破，但晚清时期，中药材生产和资源开发利用仍有较大的发展。当时的东北三省，以及河北、山西、内蒙古、江苏、浙江、安徽、河南、湖北、广东、四川、贵州、云南和甘肃等地的中药材生产已具相当规模。从国内医药市场看，虽然外国教会在中国开办医院、诊所、药厂，建立西药房，但国内药品销售仍以中药为主，经营的药材仍达500多

种，其中植物药410种，民国初期，中药材出口量比较大。

鸦片战争后，由于帝国主义列强侵略和清政府腐败，药用植物资源的开发利用受到很大影响。抗日战争时期，因战争交通阻塞，国内运销和出口中断，中药材的产量直线下降。药材惨淡经营，药店纷纷倒闭。这一时期，中药业处于停滞不前的状态。



(四) 现代时期

中华人民共和国成立以来，由于党和政府十分重视中医药学的继承、整理与发扬工作，将之视为一项历史使命，中医药事业从而得到了前所未有的迅速发展。中药方面，在继承整理丰富浩繁的药学遗产的同时，培养了一批批中药人才，建立了研究机构和基地，做了许多很有价值的工作。全国各地先后多次进行了相当规模的药用植物资源普查，整理出版了具有特色的专门著作和地方药志，国家药典首次专门收载各种常用中药和成药，逐步制订了成套的质量控制标准，一定程度上反映了我国当代药学科技水平和民族文化特色。一些流传在民间的行之有效的方药不断被发掘出来，使许多研究成果得以交流和推广。由于中药生产技术的发展，药材产量和质量都有所提高。

对于一些药源较少和长期依靠进口的药材，引种和驯化研究有了可喜成效（如沉香、麝香、乳香、血竭、鹿茸等）；对有些人然药材，为了解决药源短缺的问题，进行了人工合成或半合成（如牛黄、延胡索乙素等）。凡此种种，标志着中药科学前所未有的蓬勃发展，并展示了极其光辉而广阔的前景。

1983年我国开始进行的中药第三次资源普查，是中华人民共和国成立以来规模最大的一次，国家和地方各级政府以及医药等有关部门投入了大量的人力和物力，历时5年，取得了大量的第一手资料，采集了近200万份标本和药材样品，收集了10多万个民间单验方。并在此基础上，由中国药材公司组织各省、市、自治区药材部门，以及农业、林业、卫生、科研、测绘等有关单位人员，又用了5年时间，整理、编写出了一套（共6册）中国中药资源丛书。



3. 家庭保健花卉的作用和合理使用

(一) 作用

家庭常用保健花卉不仅外形美观大方,令人赏心悦目,美化生活居住环境,而且具有较高的药用价值。随着科学的进步,对其所起的药理作用也做了越来越深入的研究。主要表现在以下几方面:

1. 主要用于抗感染的清热解毒类花卉

这类花卉如金银花、连翘、板蓝根、射干、牡丹皮等,均具有抗菌、抗病毒、消炎退热的作用。

2. 主要用于呼吸系统的花卉

这类花卉主要有天南星、桔梗、菊花、南天竹等,它们均具有镇咳平喘,并能使呼吸道分泌物增加从而起到化痰的作用。近年来还发现天南星有抗肿瘤作用。

3. 主要作用于消化系统的花卉

这类花卉主要有佛手、厚朴等,具有理气健脾的作用,这些作用的发挥与其所含的挥发油有关。如佛手含挥发油和橙皮甙等,其煎剂及醇提物对动物肠管、胆囊有明显抑制和解痉作用。厚朴挥

发油中主含 β -桉叶醇,另含厚朴酚和厚朴碱以及少量的木兰箭毒碱,其煎剂对兔离体肠管及支气管均呈兴奋作用,在体外对金黄色葡萄球菌、溶血性链球菌及痢疾等多种杆菌均有抑制作用。

4. 主要作用于中枢神经系统的花卉

主要有洋金花等。如洋金花含有天仙子胺(莨菪碱)、天仙子碱(东莨菪碱)和去甲仙子胺、天仙子碱,有中枢镇静作用,与其他药配

伍,可用作全身麻醉剂,并有抗晕、抗震颤性麻痹的作用,末梢作用与阿托品性质相似,有散瞳、解除平滑肌痉挛、抑制腺体分泌的作用。

5. 主要作用于血液及心血管系统的花卉

主要有丹参、西红花、毛花洋地黄等。此类花卉具有抗血栓和改善微循环的作用,适用于心肌梗死的抢救等。还能促进组织的





修复与再生，抑制凝血，激活纤溶。此外，还有较明显的镇静和安定作用。

6. 具有利尿和泻下作用的花卉

这类花卉主要有牵牛、商陆、芦荟等。如牵牛子能刺激肠道，增强蠕动，有强烈的泻下作用。商陆有显著的抗炎活性，能诱生免疫干扰素，临床上用于治疗乳腺增生、银屑病、肝炎、血小板减少性紫癜等。

7. 具有提高免疫能力和强壮作用的花卉

这类花卉有人参、西洋参、天门冬、百合、玉竹、枸杞、杜仲、麦冬等，可提高人体的免疫功能，从而提高机体抵抗和祛除病邪的作用，并能调节和促进核酸、糖、蛋白质、脂质等物质和能量代谢，调整内分泌系统及机体对内外环境的适应能力，增强机体解毒功能和改善造血系统功能。

(二) 合理使用

由于中草药在性质上有寒、热、温、凉的区别，以及炮制方法的不同、药物毒性的不同和人体体质的差别，在服用中草药时必须注意以下几个方面的问题：

1. 辨清人体的阴阳

如寒凉药虽能清热，但亦能伤阳；温热药虽可祛寒，但易耗阴。故应辨清人体的阴阳选用合适的药物。

2. 正确应用补益药

滋补药虽能扶正，但可恋邪，如外感时一般不适合吃滋补药，否则易恋邪。补益药亦有补气、补血和阴、阳之分，如阴虚之人进食壮阳药(杜仲)、阳虚之人进食滋阴药(西洋参、麦冬)会适得其反。

3. 严格把握炮制方法

有的中药炮制前后药物的毒



性不一样,如天南星有毒,但经和生姜一起炮制后则会降低其毒性。故应严格把握炮制方法,以保证药物安全、有效。

4. 其他

一般重病、急病,用量宜大;轻病、慢性病,用量宜小。体质素虚者,用量宜小;体质壮实者,用量宜大。儿童、老人的用量,一般

较小,尤其是峻药及有小毒的药物(如牵牛子、商陆等)。儿童用量与成人用量没有明确的比例,一般10岁以上的儿童,接近成人量,5~6岁儿童的用药量约为成人量的一半。妇女怀孕期间应用某些药物(如峻下药、活血化瘀药、辛香走窜药)可以损伤胎儿或导致流产,所以必须忌用(如牵牛子、商陆、洋金花、麝香等)。





家庭生活园艺丛书

4

家庭常用 保健花卉

(一) 人参

人参(*Panax ginseng*)别名棒槌、山参、园参,为五加科人参属植物。

[形态特征]

多年生草本。直根肥大,多分枝,肉质。根茎短而直立,每年增生一节,俗称“芦头”。顶生越冬芽,侧生不定根,主根粗壮、肉质、圆柱形,多斜生,下部有分枝,外皮淡黄色;须根长,长有多数疣状物。茎直立,单一,不分枝。掌状





复叶，轮生茎端，具长柄；一年生有一枚三出复叶，二年生有一枚五出复叶，三年生有2枚五出复叶，以后每年递增一叶，最多可达6片复叶。小叶片以两侧一对较小、中间较大，椭圆形或长椭圆形，先端渐尖，基部楔形下延，边缘具细锯齿，上面绿色或黄绿色，脉上疏生刚毛，下面光滑。伞形花序顶生，花小，多数，花瓣淡黄绿色。核果浆果状，扁肾形，熟时鲜红色，少数呈黄色或橙黄色。内含种子2粒，肾形，黄白色或灰白色，具深浅不等的皱纹，质硬。花期5~6月，果期7~8月。

[生态习性]

阴性植物，喜凉爽、温和的气候，耐寒，怕强光直射，忌高温热雨，怕干热风。

种子有休眠特性，在相对湿度10%~25%条件下，经高温到低温的自然过程完成生理后熟，发芽适宜温度为12~15℃，发芽率80%左

右。种子寿命为2~3年。

[栽培要点]

人参对土壤要求严格，以pH4.5~5.8、富含腐殖质、排灌方便的砂壤土或壤土为好。一般利用林地栽参。如用农田栽参，前茬以禾本科作物为好，且要收获后休闲一年才能种植。

7~8月间采种后趁鲜播种，种子在土中经过后熟过程，第二年春可出苗。或将种子进行砂埋催芽。播种覆土2厘米，再覆3~5厘米厚的秸秆，以利保湿。经砂藏处理已裂口的人参种子，如用0.1毫升/升的ABT生根粉溶液浸种，可显著增加人参根重。

10月下旬至11月上旬，生长一年以上的人参茎叶枯萎时，及时清除地面。出苗前，浅松土以保持土壤疏松。参苗出土后及时搭棚遮阳。因覆土过浅或受风摇动，参根松动时，要及时培土。人参生长3年以后，每年都能开花结子，



对不收种的地块，应及时摘除花蕾。

[功效]

人参栽培和用药历史悠久，世界闻名，是我国东北“三大宝”之一。因其根如人形而得名人参，栽培者称“园参”，野生者称“山参”，幼小的山参或园参移栽到田园或山野长成者称“移山参”。人参是常用的补气药，有人补元气、强心固脱、补脾益肺、生津安神等功效，用于虚脱、心衰、久病体虚、神经衰弱等症。叶、花和果实亦供药用。秋季采收时选择五年生以上的（尤其野山参），果实成熟鲜红色的易发现，挖时尽可能连须根一起挖出，除净泥土，晒干为“生晒参”；经水烫、浸糖后干燥的为“白糖参”；蒸熟后晒干或烘干的为“红参”。

[家庭选方]

① 人参、薤白适量，加鸡蛋、

粟米煮粥，连续食用，可用于食管癌、贲门癌。

② 人参5克、荞麦10克、瘦肉90克。炖熟、喝汤吃肉。用于自汗、胃纳呆滞、口渴不欲饮的癌肿患者。

③ 人参汁、龙眼肉汁、芦根汁、蔗汁、梨汁、人奶、牛奶等份，加生姜汁15滴，隔水炖成膏，徐徐频服。用治食管癌。

④ 人参（去芦）、干姜（炮）各等分，二药为末，用生地黄汁拌匀，每日饭前服6~10克，可治疗妊娠泛酸吐清水、腹痛不能饮食。

⑤ 人参末6克，生附子末1.5克，生姜0.5克（切碎）。上三味和匀，用水七合，煎至二合，取一枚蛋清，打转，空心顿服。可治胃虚冷，中脘气滞，不能运化，善饥不能食。

⑥ 人参末3克，蛋清调服，日服三四次。治消渴引饮。

⑦ 大剂量的人参（10~30克）煎服或炖服，可用于心原性休克



的急救，或其他一时极端垂危的病人。

(二) 丹参

丹参(*Salvia miltiorrhiza*)别名血参、赤参、紫丹参、红根、牧羊乳、奔马草等，为唇形科鼠尾草属植物。

[形态特征]

多年生草本，株高30~100厘米，全株密被柔毛。根粗长、肉质，外皮朱红色，内部白色。茎直立，四棱形，紫色或绿色，具节，上部多分枝。奇数羽状复叶对生，小叶3~7，卵形，顶端小叶较大，边缘具圆锯齿。轮伞花序顶生或腋生，总状；小苞片披针形，被腺毛。花冠钟状，蓝紫色，二

唇形。小坚果4，黑色或褐色，椭圆形。花期5~8月，果期7~9月。

[生态习性]

对土壤、气候适应性强，喜阳光充足、暖和湿润环境，耐寒、耐旱，野生多见于山坡草丛和沟边、





林缘等阳光充足、较湿润的地方。

种子在 $18\sim 22^{\circ}\text{C}$ 时,15天左右即可出苗,陈种发芽率极低,根段在地温 $15\sim 17^{\circ}\text{C}$ 时开始萌生不定芽,根段上部发芽,发根均较下部早。

[栽培要点]

丹参为深根性植物,故土层深厚、质地疏松的砂质土最利于根系生长。用分根或扦插繁殖,也可用种子繁殖。分根繁殖于秋季收获时,留出部分不挖,到第二年2~3月间起挖,选择直径为 $0.7\sim 1$ 厘米、健壮、无病虫害、皮色红的根作种根,取根条中上段萌发能力强的部分和新生根条,剪成长5厘米左右的节段,斜放入土,使上端保持向上。扦插繁殖于4~5月植株生长旺期进行,取丹参地上茎,剪成10厘米左右的小段,剪除下部叶片,上部叶片剪去 $1/2$,斜插入土 $1/2\sim 1/3$,插后浇水遮阳保湿。

出苗期要经常保持土壤湿润,以利出苗和幼苗生长。雨季要及时排水,以免烂根。

[功效]

丹参以干燥根入药,性微温、味苦,具活血祛瘀、消肿止痛、养血安神等功效;用于月经不调、肝脾肿大、心绞痛、心烦不眠、疮疡、肿毒等症。丹参秋季采挖,除去茎叶、泥沙、须根,晒干。如将直径0.8厘米以上的根条在母根处切下,顺条理齐,曝晒,不时翻动,7~8成干时,扎成小把,再曝晒至干,装箱,即成“条丹参”。如不分粗细,晒干去杂后装入麻袋者,称“统丹参”。

[家庭选方]

① 治经血涩少,产后淤血腹痛,闭经腹痛:丹参、益母草、香附各9克。水煎服。

② 治神经衰弱:丹参15克,五味子20克。水煎服。



3 治腹腔肿瘤: 丹参、莪术、三棱各9克, 皂刺3克。水煎服。

4 治胸腺瘤: 丹参、红花、白术、黄芪、党参、山药各25克, 半夏、白芍、莪术、柴胡各15克。水煎服。

5 治神经衰弱、癫痫: 丹参1500克泡于50%乙醇7000毫升中, 两星期后即可。每次50毫升, 每日1次。

(三) 天门冬

天门冬(*Asparagus cochinchinensis*)别名天冬、明天冬、小叶青、天冬草、结婚草、天棘、满冬、万岁藤、武草等, 为百合科天门冬属植物。

[形态特征]

多年生草本, 块根肉质, 长椭圆形或纺锤形, 外皮灰黄色。幼藤直立, 老藤攀援, 光滑无毛, 茎细长常扭曲, 具有多分枝。叶状枝通

常2~3个簇生, 扁平而具棱、线形。茎与退化叶呈坚硬倒生刺针, 小枝与叶退化成鳞片状。花1~3朵簇生下垂, 黄白色或白色。浆果球状, 幼时绿色, 熟时红色。花期6~7月, 果期7~8月。

[生态习性]

性喜温暖、湿润环境, 忌高温, 不耐旱, 喜荫蔽, 忌强光直射, 一般野生于山坡、山洼、山谷灌丛





或树边。适宜较肥沃的砂质壤上或腐殖质壤上，黏土或土壤贫瘠、干燥的地段不宜栽种。

种子干燥后容易丧失活力，不宜久贮，隔年陈种子发芽率低。

〔栽培要点〕

天门冬栽培容易，很少有病虫害发生。冬季北方需要进入温室(室温不低于6℃)。浇水要节制，一般情况下2~3天浇一次水，夏季在室外时每天浇水，雨季少浇水。天门冬缺少阳光时枝叶会枯黄。天门冬生长快，要多次换盆。

9~10月，果实由绿色变成红色时采收，选粒大充实的用水浸泡，搓去果皮，晒干。播种期分为春播和秋播。秋播在9月上旬至10月上旬进行，发芽率高，管理麻烦；春播在3月下旬进行，此时气温在17~20℃，并有足够的湿度，播后18~20天出苗。幼苗开始出土时需遮阳，在苗高4~5厘米时移栽，每盆几株。

〔功效〕

天门冬为重要的盆栽观叶植物，多放置于庭院、厅堂、室内、窗台等处作为盆景，或在茶几、书架上，任其枝叶下垂。

块根入药，称天冬，又叫丝东、多仔婆等。味甘苦，性寒，有养阴清热，润肺生津作用。临床主用于热病口渴，肺阴受伤、燥咳、咯血、肠燥便秘等症。可以治疗肺结核咳嗽，口疮连年不愈及支气管炎等。种植当年11月至次年早春二月，将茎蔓在离地面7厘米左右处割断、挖出全株，将块根洗去泥沙，放在沸水锅内煮12分钟左右，用利刀或手将内外两层皮一次性剥净，用清水洗去外层胶质，烘干到八成干时，用硫黄熏10小时，再烘或晒至全干，即成药材。为防变色，晒时应用白纸盖上。天门冬不能与鲤鱼同食。

〔家庭选方〕

① 热病阴虚口渴：天门冬15



克,金银花10克,石斛10克。水煎,当茶水频频饮用。

② 肺结核咳嗽:天门冬15克,生地10克,人参10克,十大功劳30克,葎草50克。水煎服,每日1剂。

③ 疖肿:鲜天门冬捣烂敷于患处。亦可加一半芙蓉花叶。

④ 治扁桃体炎、咽喉肿痛:天门冬、板蓝根、桔梗、山豆根各9克,甘草6克,水煎服。

⑤ 治老人大肠燥结不通:天门冬240克,麦冬、当归、麻子仁、生地黄各120克。熬膏,炼蜜收。每早晚白汤调服15克。

⑥ 治疝气:鲜天门冬15~30克(去皮)。水煎,点酒为引内服。

⑦ 催乳:天门冬60克。炖肉服。

(四) 长春花

长春花(*Catharanthus roseus*)别名四时春、日日新、雁

来红、三万花等,为夹竹桃科长春花属植物。

[形态特征]

亚灌木,高达60厘米。幼枝绿色或红褐色,它和叶背、花萼、花冠筒及果均被白色柔毛。单叶对生,长圆形或倒卵形,先端中脉伸出成短尖。1~2朵花腋生,花萼绿色、5裂,花冠高脚碟状、粉红色或紫红色,心皮分离,花柱连和。

蒴果圆柱形,种子多数。花期近全年。

[生态习性]

喜温暖气候,不耐寒,怕涝,较耐干旱,适宜种植于排水良好、疏松肥沃的砂质壤土。

[栽培要点]

种子繁殖和扦插繁殖均可。种子繁殖覆土要浅;扦插繁殖在春季进行,选生长健壮植株的嫩



枝剪成插条,扦插于砂质壤土,成活后打顶促发新枝。高温多雨季节,注意及时排水。

〔功效〕

长春花既可以绿化夏秋花坛、庭院,又可以盆栽观赏,还可以作为切花材料。

地上全草入药,味微苦、性凉,有毒。可以镇静安神、平肝降压,主治高血压、霍奇金病、白血病、肺癌、淋巴肿瘤、绒毛膜癌等症。全年可以采收,鲜用,或切段,晒干。

〔家庭选方〕

① 急性淋巴细胞性白血病:长春花 15 克,水煎服。

② 治高血压:长春花、夏枯草、沙参各 15 克,水煎服,一日一剂。

(五) 凹叶厚朴

凹叶厚朴(*Magnolia biloba*) 别名川朴、赤朴、油朴、重皮等,为木兰科木兰属植物。

〔形态特征〕



落叶乔木，高15~20米。树干通直，树皮灰棕色、粗糙具纵裂纹。顶芽大，窄卵状圆锥形，有黄褐色毛。小枝淡黄灰色，具环状托叶痕。单叶互生，集生于枝端，叶片先端凹陷呈倒心形，裂深可达2~3.5厘米，侧脉15~25对，下面被直的平伏毛；叶柄长3~4厘米；托叶痕延至叶柄中部以上；叶全缘或略有波状，先端钝圆微尖或稍凹，基部楔形或圆形。花与叶同时开放，单生枝端，花被外轮淡绿色，内轮为乳黄色，大型，有香气。聚合果基部圆，微呈心形，成熟后木质化，果梗粗壮。种子扁椭圆形或三角状倒卵形，鲜红色，腹面具一条凹陷，种皮厚而坚硬。花期4~5月，果熟期9~10月。

[生态习性]

喜温暖、湿润气候，为山地特有阳性树种，耐寒，但幼苗怕强光。生长缓慢，一年生苗高仅30~40厘米。主干折断后会形成灌木。

凹叶厚朴5年以上树龄才能开花结果。种子干燥后发芽能力显著降低。发芽适温为20~25℃。

[栽培要点]

选向阳、干燥、微酸性而肥沃的砂质壤土，施足基肥。可用种子繁殖，也可用压条和扦插繁殖。种子繁殖在播前要进行种子处理，方法是：浸种48小时后，用砂搓去种子表面的蜡质层；或浸种24~48小时，盛竹箩内在水中用脚踩去蜡质层；或用浓茶水浸种24~48小时，搓去蜡质层。压条繁殖时可选十年生以上成年树的萌蘖，横割断蘖茎一半，向切口反向弯曲，使茎纵裂，在裂缝中央夹





一小石块，培土覆盖。扦插繁殖，可选径粗1厘米左右的一二年生枝条，剪成20厘米的插条扦插。出苗后，经常拔除杂草，遮阳。每年追肥1~2次，多雨季节要防积水。幼树期应剪除萌蘖，可保证主干挺直、快长。

[功效]

为常用理气芳香化湿药，有温中理气、燥湿消积的作用，可以治疗胸腹胀满、血淤气滞、呕吐泻痢、宿食不消、咳嗽气喘、退热利尿等。

厚朴花为厚朴的花蕾，功效和用途与厚朴相同，力缓且无干燥之弊。

[家庭选方]

① 治皮肤癌：厚朴、川芎、白芷、桔梗、防风、甘草、官桂、银花、大花粉各30克，黄芪、当归、人参各60克、木香15克。共研细末，每服9克。

② 治食管癌：厚朴、紫草、青皮、陈皮、木香、生姜各15克，清半夏20克，桃仁、甘草各5克。水煎服，每日1剂。

③ 治胃寒泄泻：干姜、厚朴等份为末，蜜为丸，每次服10~15克。

④ 治梅核气：厚朴9克，紫苏叶6克，茯苓12克，制半夏15克，生姜7片，大枣1个。水煎服，每日2次。

(六) 玉竹

玉竹(*Polygonatum odoratum*)别名铃铛菜、靠山竹、甜菜根、小笔管菜等，为百合科黄精属植物。

[形态特征]

多年生草本。根茎地下横生，呈压扁状圆柱形，表皮黄白色，断面粉黄色。茎单一，上部稍斜，具纵棱，光滑无毛，绿色。叶互生，



叶片椭圆形，先端钝尖，基部楔形，全缘，上面绿色，下面粉绿色。花1~3朵，腋生，花梗俯垂，绿白色；花被筒状，顶端6裂，裂片卵圆形。浆果球形，成熟时暗紫色。种子卵圆形，黄褐色，无光泽。花期5~7月，果期7~9月。

〔生态习性〕

对环境适应性较强，对土壤条件要求不严，但宜生长在湿润的地方。

种子上胚轴有休眠特性，低温能解除其休眠，胚后熟需25℃80天以上才能完成。故要使种子正常、快速发育，必须先将种子置25℃条件后熟80~100天，然后置0~5℃条件下1个月左右，再移至室温下，就可正常发芽。种子寿命为2年。

〔栽培要点〕

秋季收获时，选当年生长的肥大、黄白色根芽留作种用。随挖、随选、随种(选阴天或晴天栽种)，若遇天气变化不能下种时，必须将根芽摊放在室内背风阴凉处。将种茎平排在沟里，盖上腐熟粪肥，再盖一层细土。栽后当年不出苗，翌春出苗后，及时除草。

〔功效〕



玉竹以干燥根茎入药，又叫玉参、尾参、葳蕤。具养阴、润燥、生津止咳之功能。栽后2~3年，于8月中旬采挖。选雨后晴天，土壤稍干时，用刀齐地将茎叶割去，然后挖根，抖去泥沙，按大小分级，放在阳光下曝晒3~4天，至外表变软，有黏液渗出时，置竹篓中轻轻撞去根毛和泥沙，继续晾晒至由白变黄时，用手搓擦或两脚反复踩揉，如此反复数次，至柔软光滑、无硬心、色黄白时，晒干即可。也可将鲜玉竹用蒸笼蒸透，随后边晒边揉，反复多次，直至软而透明时再晒干。

〔家庭选方〕

① 治鼻咽癌：玉竹、小慈姑、生地各15克，玄参、天花粉、枸杞、女贞子、石斛各9克。水煎服。

② 玉竹30克，玄参、生地、丹参、麦芽各15克，麦冬、石斛各9克。水煎服，用于放疗后口干、咽燥等阴津亏耗者。

③ 治发热口干，小便涩：玉竹150克。煮汁饮之。

④ 治虚咳：玉竹与猪肉同煮服。

（七）白花曼陀罗（洋金花）

白花曼陀罗(*Datura metel*)别名山茄子、大颠茄、颠茄、风茄儿、闷陀罗、猪颠茄、野蓖麻、老鼠愁、金盘托荔枝、白曼陀罗等，为茄科曼陀罗属植物。

〔形态特征〕

一年生草本，高50~150厘米，全体近无毛，幼枝常四棱形、略带紫色，茎基部木质化，上部二歧分枝。单叶互生，上部常对生，叶片卵形或宽卵形，先端尖，两侧不对称，全缘或波状，具长柄。花单生于叶腋或枝分叉处，花大、筒状、白色，萼片5、宿存，雄蕊5、贴在花冠筒，雌蕊1、柱头棒状。蒴果扁三角形，淡褐色。种子黑



色，肾形。花期6~8月，果期8~10月。

[生态习性]

适应性较强，喜温暖、湿润、向阳环境，怕涝，对土壤要求不甚严格，一般土壤均可种植，但以富含腐殖质和石灰质土壤为好。

种子容易发芽，发芽适温15℃左右，发芽率约40%，从出苗到开花约60天，霜后地上部枯萎，温度低于2℃时，全株死亡，年生育期约200天。

[栽培要点]

种子繁殖于4月上旬进行，将种子撒入，覆土1厘米，稍压，保湿。生长期浅锄表土，兼在茎杆基部培上，以防茎杆倒伏。生长旺



盛期可适当施入人畜粪水或过磷酸钙作追肥。

[功效]

白花曼陀罗以干燥花入药，药材称洋金花，习称南洋金花，别名风茄花，有平喘镇咳、止痛镇痛



的作用，其种子、全草皆可药用。花随开随收，每天早晨采摘一次，以含苞待放时为好，连蒂摘下，阴干或晒干，也可微火烘干，扎成小把，以花大、身干、不破碎、无霉变者为佳。其叶和种子也入药。

〔家庭选方〕

① 治慢性气管炎：曼陀罗花0.2克，金银花、远志、甘草各0.8克(每丸含量)。共研细末，加适量蜂蜜制成蜜丸。每次服1丸，每日2次，连服30日。

② 治支气管哮喘、气管炎：洋金花、甘草、远志等量。共研细末，每日3次，每次0.2克，饭后内服。

③ 祛风醉散：朱砂(水飞)15克，曼陀罗花7.5克。上为细末，每服6克，温酒调下，若醉便卧，勿令惊觉。治阳气逆怒而狂。

④ 哮喘：洋金花、烟叶各等份搓碎，作烟吸，喘止即停。此法限于成年人、老年人哮喘，作为临

时平喘用，用量最多0.1~0.4克，不可过量。儿童忌用。

⑤ 治面上生疖：曼陀罗花晒干研末，少许贴之。

(八) 百合

百合(*Lilium lancifolium*)别名卷丹、毛百合、野百合、山百合、喇叭筒、药百合、家百合等，为百合科百合属植物。

〔形态特征〕

多年生草本。鳞茎卵圆扁球形，淡白色。茎直立、圆柱形，深紫色，被白毛。叶互生，无柄，披针形至椭圆状披针形，全缘，叶脉弧形，向上渐小成片状，叶片表面角质发达，如有蜡状，上部叶腋常有紫黑色珠芽。花3~6朵或更多，生于近顶端处，下垂，橘红色或紫红色，花蕾被白色绵毛，花被片披针形，向外反卷，内面密生紫黑色斑点。蒴果长圆至倒卵形，种子多



数。花期6~7月,果期8~10月。

[生态习性]

喜温暖、湿润环境,稍冷凉地区也能生长,能耐干旱,怕炎热、酷暑,怕涝,对土壤要求不

其严格。

感温性强,需经低温阶段,即越冬期。播后在土中越冬,次年3月中下旬出苗。生长时间6~7个月。

[栽培要点]

用了鳞茎繁殖时,结合采收选根系发达、个大、抱口好,有3~5个子鳞茎并大小均匀的母鳞茎

做种。栽种前把子鳞茎分开,使每个子鳞茎都带有茎底盘。9月份栽种,生长周期1年。鳞片、珠芽或子球繁殖时需2~3年的生长发育过程,培育成种球后再移栽,2年后起收,整个生产周期为4~6年。



夏季应防高温引起的腐烂。天凉要保温，防霜冻，并施提苗肥，促进百合的生长。5月上、中旬，百合开始逐渐现蕾，为促进幼鳞茎迅速肥大，要清沟排水、降低土壤湿度，防腐烂；适时打顶；打顶后控制施氮肥，防止茎叶徒长，影响鳞茎的发育膨大。夏至前后，百合珠芽成熟，进入后期生长，应及时摘除珠芽。

[功效]

百合因其鳞茎由众瓣合成而得名，自古为我国人民所喜爱。百合花单生或数朵簇生，花较大，钟形或漏斗形，色美姿丽，清雅脱俗，为世界名贵花卉之一。

百合以干燥肉质鳞茎片和花入药，中药名百合，为滋补上品。百合鳞叶可润肺止咳、清心安神，主治肺病久咳、咳唾痰血、热病后余热未清、神情恍惚、脚气浮肿等症。秋冬季采挖，除去地上部分，洗净泥土，剥取鳞片，用沸水烫过

或微蒸后焙干或晒干。百合花可润肺、清火、安神，主治咳嗽、眩晕、夜寐不安等症。花期采收，鲜用及晒干或阴干。

[家庭选方]

① 肺结核咳嗽：百合15克，吉祥草30克，麦冬10克，冰糖30克。水煎服，每日1剂。

② 支气管扩张、咯血：百合、白及等量。研末，每次服3克，每日早、中、晚各服1次，蜂蜜水调服。

③ 失眠心烦：百合15克、酸枣仁10克、远志10克。水煎服，每日1剂。

④ 治肺病吐血：新百合捣汁，和水饮之，亦可煮食。

⑤ 治肺痈：新百合捣汁同盐敷之。

⑥ 治天疱湿疮：新百合捣汁敷之，一二日即安。

⑦ 治耳聋、耳痛：干百合6克为末，温水调服，一日2次。



(九) 红花

红花(*Carthamus tinctorius*)

别名红蓝花、草红花、杜红花、刺红花、红花草、红花菜等,为菊科红花属植物。

[形态特征]

一年或二年生草本,株高1~1.5米,全株光滑无毛。茎直立,下部木质化,上部多分枝。单叶互生,近无柄,基部略抱茎;叶片长椭圆形或卵状披针形,边缘有不规则的浅裂,裂片先端呈尖刺状,顶端有锐刺,叶两面光滑,深绿色,两面的叶脉均隆起。头状花序顶生,着生多数管状花,总苞叶状,边缘具锐锯齿;花冠先端5裂,裂片线形,红色或橘红色。瘦果白色,倒卵形,通常有4棱,稍有光泽,一端截形,另一端较狭。

花期5月,果期6月。

[生态习性]

喜温暖、干燥气候,抗寒性强,耐盐碱。喜阳光充足的环境,抗旱、怕涝。属长日照植物,短日照有利于营养生长,而长日照则有利于生殖生长。种子容易萌发,5℃以上即可萌发,发芽适温为15~25℃,发芽率为80%左右。种子寿命为2~3年。

[栽培要点]

用砂壤土或黏质壤土种植。种子繁殖。播种期,北方宜春播,





南方则以秋播为主,时间在10月上旬至11月上旬为好。播前用50℃温水浸种10分钟,转入冷水中冷却后取出晾干待播。条播或穴播,播后覆土。

一般种植较稀,在肥沃土地上生长良好的植株,可去顶促其多分枝,当株高达1米左右时摘心即可。出苗前、越冬期、现蕾和开花期,须保持湿润。遇天旱应及时浇水。如降雨量大、气温升高,要及时排水。

[功效]

红花以干燥花冠入药,具活血通经、祛瘀止痛等功效。春栽当年、秋栽第二年5~6月即可收获,一般开花后2~3天即进入盛花期,就可逐日采收,以花冠顶端由黄变红时采收为宜。采下的花应盖上一层白纸后在阳光下干燥;或在阴凉通风处阴干,不能搁置或用手翻动,以免霉变发黑,也可在49~60℃的烘房内烘干。采花

后20天左右,茎叶枯萎,瘦果成熟,可选晴天割下植物。种子既可入药(白平子),又可榨油。

[家庭选方]

1. 治一切肿:红蓝花,熟揉,捣取汁服之。

2. 治妇女月经不下、经脉不调:红花8克,当归10克,甘草5克,水煎服。

(十) 芍药

芍药(*Paeonia lactiflora*)别名草牡丹、白芍、没骨花、婪春、殿春等,为芍药科芍药属植物。

[形态特征]

多年生草本,高50~80厘米。根肥大,常呈圆柱形,外皮棕红色。茎直立,叶互生,下部叶为二回三出复叶,小叶片长卵圆形至披针形,先端渐尖,基部楔形,叶柄较长。花单生于花枝的顶端,花



大，白色或粉红色。果为蓇葖果，卵形。花期5~7月，果期6~8月。

〔生态习性〕

宿根性植物。喜温暖、湿润气候，耐寒，喜土层深厚、质地疏松、排水良好的壤土或砂壤土。

种子为上胚轴休眠类型，播后当年生根，再经过一段低温打破休眠，翌春破土出苗，种子寿命约1年，发芽率在45%左右。

〔栽培要点〕

可在路边、庭院盆栽或在庭院筑台种植。

分根繁殖是芍药生产上常用方法，生产周期短。收获时，将芍药芽头从根部割下，选健壮芽头，切成小块，每块芽2~4个，芍芽下留2厘米长的头，以利生长，随切随栽或暂时砂藏、窖藏后再栽，芍药8~10月种植，芽苞向上，放平，然后覆土5厘米左右，盖实。或8月上、中旬种子成熟，用湿沙混拌贮藏至9月中、下旬播种。早春松土保墒，出苗后结合锄草在



根部培土，地冻前在离地面7~10厘米处剪去枝叶，根际培土约15厘米，以利越冬。第二年起每年追肥3次。第四年收获前追肥2次，追肥时宜于两侧开穴施下。芍药一般不需灌溉，严重干旱时，宜在傍晚灌一次透水，多雨季节应及时排灌，每年春季现蕾时要及时将花蕾摘除。

[功效]

芍药为我国传统名花，古称“花相”。其枝繁叶茂、花色艳丽，观花效果比牡丹尤胜。

以根入药，中药名白芍，可补血敛阴、柔肝止痛、养阴平肝，用于治疗血虚肝旺引起的头晕、头痛、胸肋疼痛，及痢疾、阑尾炎腹痛、月经不调、带下等症。栽后3~4年收获，选晴天，割去茎叶，把根刨出，抖去泥土，分成大、中、小3级，分别放入沸水中煮5~15分钟，待芍药表皮发白、内部透心时，迅速捞出放入冷水中浸泡，刮

去表皮，晒干即可。

[家庭选方]

① 血虚头晕头痛：白芍12克，当归15克，川芎10克，熟地15克，水煎。分3次温服，每日1剂。

② 月经不调、痛经：白芍15克，姜黄10克，甘草5克，水煎服。

③ 腹痛：白芍30克，甘草10克。水煎服。亦治脚转筋。

④ 胆道蛔虫症：白芍15克，附子6克，川连6克，木香6克。加水煎服，痛时煎一剂，2次分服。

(十一) 西红花

西红花(*Crocus sativus*)别名番红花、藏红花、泊夫兰、撒馥兰等，为鸢尾科番红花属植物。

[形态特征]

多年生草本，株高20厘米左右。地下球茎扁球形，外被褐色膜质鳞叶，具环节，环节上着生芽。



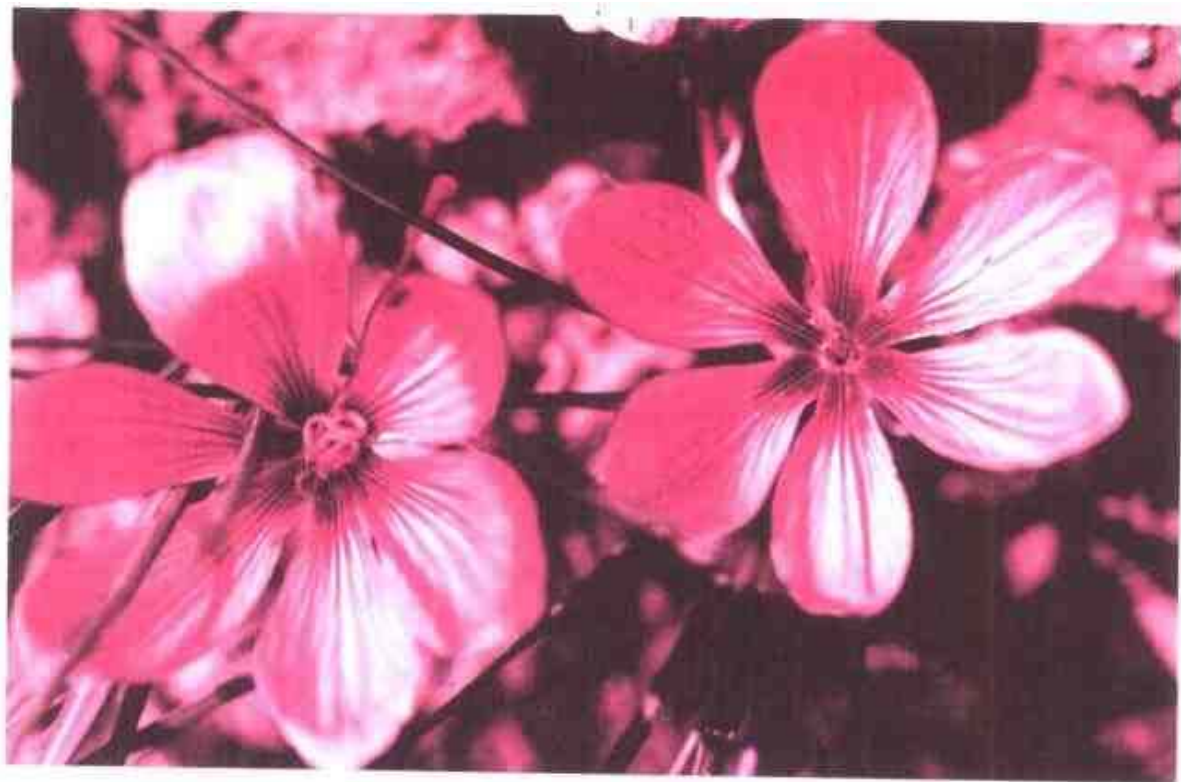
顶芽1~4个，大而明显。每球有2~13叶丛，每叶丛有2~15叶，叶从基部有3~5鞘状鳞片包裹；叶线形，无柄。花顶生，花被6，淡红色；雄蕊3；雌蕊3，花柱细长，柱头3深裂，顶端略膨大呈漏斗状，边缘有不整齐锯齿，伸出花被外，下垂、深红色，油润，具特异芳香。败育，不结子。花期11月。

〔生态习性〕

属亚热带植物，喜冬季温暖

湿润、夏季炎热干旱气候。喜阳光充足环境，较耐寒，冬季能耐-10℃的低温。目前，我国引种区虽也属亚热带地区，但夏季多雨，不利于球茎的露地越冬，故目前多用室内采花和露地繁殖球茎相结合的栽培方法。

番红花室内开花期间，需要一定的空气湿度，一般要求空气相对湿度保持在80%左右，湿度过低，开花数减少；湿度超过90%，又会使球茎过早发根。





〔栽培要点〕

选疏松肥沃、微碱性、排水良好的土壤种植。用球茎繁殖。播种前，球茎应剔除侧芽，15克以下的球茎留一个顶生芽，其余均用消毒的利刀剔除，25克以下的留顶芽3个。剔芽后晾2~3天，促使伤口愈合。种前先浇水，待水下渗后，将球茎放入沟内，主芽向上，覆上。室内应保持80%左右的空气相对湿度。球茎萌芽后，调换位置，使其受光均匀。盛夏季节，尽可能保持阴凉，一般温度控制在24~27℃，以利花芽分化，在花芽伸长的同时，未除尽的侧芽应及时除去。开花和新球生长期间，适

时浇水，保持土壤湿度在70%~80%。花期过后或栽后半月左右要追施一次有机肥和草木灰，翌春视苗情适当追肥。

〔功效〕

西红花以干燥柱头入药，具活血化瘀、凉血解毒、解郁安神之功效。此外还用于观赏、食品调料、化妆美容、染料等方面。当年11月开花后及时采收。摘取雌蕊的红色花柱和柱头，并采用快速干燥法及时加工，一般可用50~60℃烘4小时，干燥后贮放于干燥密闭容器中，并置避光阴凉处。

〔家庭选方〕

① 治胎衣不下：西红花煮酒汁，饮二三盏。

② 治各种痞结：西红花每服一朵，冲汤下。忌食油荤、盐，宜食淡粥。

③ 治伤寒发狂、惊悸恍惚：西红花1克，水一盏，浸一宿，服之。



④ 治吐血：西红花一朵，无灰酒一盞。将花入酒内，隔汤炖出汁，服之。

⑤ 治痛经：西红花30克，当归60克，益母草45克。用白酒浸泡过滤得600毫升。每日3次，内服，每次2~5毫升。

(十二) 何首乌

何首乌(*Polygonum multiflorum*)别名首乌、赤首乌、地精、铁秤砣、红内消，为蓼科蓼属植物。

[形态特征]

多年生缠绕草本。根细长，末端形成肥大的块根，质坚实，外表红褐色至暗褐色。茎上多分枝，无毛，常呈红紫色。单叶互生，具长柄，叶片为狭卵形或心

形，先端渐尖，基部心形或箭形，全缘。圆锥花序顶生或腋生，花小密集，白色。瘦果卵形至椭圆形，具3棱，黑色，有光泽。花期10月，果期11月。

[生态习性]

多野生于草坡、路边及灌木丛等向阳或半荫蔽处，适应性较强，喜温暖、湿润的气候，怕积水，在富含腐殖质的壤上和砂质壤上中生长佳。种子容易萌发，发芽率60%~70%，生长期较长。

[栽培要点]





可在林地、山坡、土坎及房前屋后零星地块种植。

扦插繁殖宜早春进行，选生长粗壮、半年生的藤蔓作插条。将藤蔓剪成段，每段带有3个节，覆土压实，插条有2个芽要埋入土中，注意要顺芽生长的方向插。若天气较干旱，要经常淋水，雨季注意排水。10天后长出新根，30天后便可移栽。块根繁殖在春季采收时，选健壮、无病害的小块根，截成每段带有两三个健壮芽头的种块播种，覆土后及时浇水。

藤蔓长到2米高时，摘去顶芽，以利分枝。30天后剪去过密枝和从基部萌发的徒长枝，以减少养分消耗。摘掉茎基部的叶子及不留种的花蕾，以利通风透光。

[功效]

何首乌以干燥块根入药，有补肝肾、益精血、养心安神之功效，可以治疗神经衰弱、贫血、须发早白、头晕、失眠、盗汗、血胆

固醇过高、腰膝酸痛、遗精、白带等症。干燥茎藤称首乌藤，又名夜交藤，有养心安神、祛风湿之功效，可治疗神经衰弱、失眠多梦、全身酸痛、疮癣瘙痒等症。其叶可治疗疥癣、瘰癧。何首乌种植3~4年可收获，秋季落叶后或早春萌发前采挖，除去茎藤，挖出根，洗净泥土，大的切成2厘米左右的厚片，小的不切，晒干或烘干即成。夜交藤栽后第二年起秋季割下茎藤，除去细枝和残叶，晒干而成。

[家庭选方]

① 何首乌、薏苡仁、三七、黄芪、乳香、没药各30克，人工牛黄15克，共研细末，水泛为丸，每服3克，用于乳腺癌术后。

② 何首乌500克，熟地黄、牛膝、赤芍各200克，上药四味共捣为末、酒煮糊丸如梧桐子大，每服30丸，空心温酒或米汤饮下。治疗阴血虚弱，风伤血络，筋骨酸痛。

③ 防风、苦参、薄荷、何首



乌各等份。上药共为末，水、酒各半煎汤热洗，于避风处休息。治遍身疔肿痒痛。

4 何首乌叶煎汤洗浴。治风疮疥癣作痒。

5 何首乌6~12克，甘草1.5~3克，水煎，每日一剂，分4~6次服。治百日咳。

(十三) 佛手

佛手(*Citrus medica* var. *sarcodatyliis*)别名佛手柑，为芸香科柑橘属植物。

[形态特征]

常绿灌木或小乔木。嫩枝紫红色，老枝茎灰褐色，有棘刺。叶互生，不具叶翼，柄与叶间无隔痕，叶矩圆形或倒卵状矩圆形；叶先端钝圆，有时微凹，基部

圆形，表面深黄绿色，侧脉凹陷，叶背黄绿色，侧脉凸出，叶缘具波状钝锯齿。花单生、从生或数朵组成总状花序，腋生于枝梢上部；花萼绿色，杯状；花冠内白色，外微带紫晕。果实大，长圆形、卵形、矩圆形、拳形等，有棱，表面粗糙，橙黄色，上端开裂，裂数及长短不一，果内肉瓢完全退化，胚珠多不发育。果实呈手指张开的称“指佛手”，屈如拳型的称“拳佛手”，同株上往往两种都有。花期以4月为主，果期以7~8月为主。





[生态习性]

性喜温暖湿润、雨量充沛的气候。怕严寒，冬季 0°C 以下气温较长时间就会出现叶片、树梢冻害现象。夏季长时间酷热天气亦会造成落果。幼苗期怕太阳曝晒。

[栽培要点]

佛手系用扦插、嫁接、空中压条等方法繁殖。用底部有孔洞并覆以瓦片的花盆扦插，利于流水并防止盆土流失。盆内用粗沙、细沙及适量稻壳灰混合，装至八成满，然后将枝条扦插在湿润的盆沙中，深 $7\sim 10$ 厘米。在盆径30厘米左右大的盆中，每盆插 $20\sim 30$ 枝，插后放在阴凉处， $5\sim 10$ 天浇水一次，大约1个月后即可生根，2个月后可发芽。

佛手树型较矮，分枝较多，树冠开阔，应进行整枝修剪以培育树型，成为灌木状矮林。如任其生长则为乔木状，结果枝少、易徒长、产量低，不利于采花、摘果和

修剪。结果多时应支架，以免压断枝条。生长过程中多施钾、钙肥。

[功效]

佛手果实类似人手样，故名“佛手”，为名贵的观赏花木，果熟时为黄色，置于案头，散发清香，既可闻香又可观赏。

以果实入药，为常用中药之一。花也可入药，有理气止痛、消食化痰、解酒的功能，可治肝胃气痛，食欲不振，四肢酸软，痰气咳嗽等症。果实可提取香料及制蜜饯。果实呈浅绿色或稍带黄色时采收，摘下后晾 $3\sim 5$ 天，等大部分水分蒸发后切片，晒干或阴干或低温烘干，密闭贮藏备用，防止香气散失。秋季采根，全年采叶。

[家庭选方]

① 肝胃气痛：佛手10克，延胡6克。水煎服，每日1剂。

② 醉酒：佛手花、佛手果各10克，开水泡饮。



③ 痰饮咳嗽：佛手6克，法半夏6克，砂糖10克。水煎服，每日1剂。

④ 妊娠呕吐：佛手10克，黄芩10克，竹茹15克。水煎服，每日1剂。

⑤ 治痰气咳嗽：陈佛手6~9克。水煎服，每次20毫升，每日2次。

⑥ 治妇女白带：陈佛手15~30克，猪小肠一尺。水煎服，喝汤吃肉，每日1次。

⑦ 治小儿传染性肝炎：1~3岁每日取陈佛手10~15克，3~5岁15~20克，5~7岁20~25克，7~10岁30克；加败酱草每日每岁1克，10岁以上每2岁增加1克。水煎10~15分钟，分3次服。7~10天为一疗程。

(十四) 芦荟

芦荟(*Aloe vera*)别名库拉索芦荟、番拉芦荟、翠叶芦荟、巴巴

多斯芦荟，为百合科芦荟属植物。

[形态特征]

多年生肉质草本。叶肥厚多汁，簇生于短茎上，呈莲座状；长披针形，基部较宽，直立而斜展，粉绿色，有白色斑纹，边缘有尖齿状刺。总状花序腋生，花茎高50~70厘米，花橙红色。蒴果，种子多数。花期3~6月，果期8~11月。

[生态习性]

喜温暖，怕寒冷；喜光，耐





旱，当气温降至 0°C 时即遭冻害，在 -1°C 时植株开始死亡，但在有覆盖的条件下，能忍受 -3°C 的短暂霜冻。生长期间要求有充足的阳光，在潮湿肥沃土壤中生长，则叶片肥厚浓绿。但土壤过湿或积水，会造成根叶腐烂。

[栽培要点]

可在庭院盆栽。每年春季或秋冬季，将芦荟每株周围分蘖出来的小苗，连根挖取，并切断与母株连接的地下茎，即可定植。定植时将根舒展，覆土压紧，如土壤干燥时需浇定根水，并用小树枝临时遮阳。根入药，细根不剪，从容易分株的地方剪下分成2~4株，9~11月即可移栽，以早栽为好。每穴种一株，斜种成 45° 度，覆土3~4厘米。夏季天热干燥时必须淋水，保持土壤湿润。但不宜过于潮湿，注意排除积水，以免烂根。生长期间要勤除草松土，旱季除草，要将除出的杂草覆盖根际。除

草时结合松土或培土。

[功效]

库拉索芦荟叶片肥厚多汁，具有药用、护肤美容、保健饮食和观赏、净化环境等功能。

叶片干燥液汁，有清热导积、通便、杀虫、通经的功能，治热结便秘、经闭、疳热出积，外用治癰疮、龋齿和烫伤等症。鲜叶可泻火、通经、杀虫、解毒，主治尿血、妇女闭经、烫伤、痔疮、肿痛等症。根主治小儿疳积、尿路感染等症。花主治咳嗽、吐血、白浊等症。

芦荟种植2~3年后可收获。在叶片生长旺盛期，将中下部生长完全、长20~30厘米以上的叶片分批割下。采收的新鲜叶片切口向下竖直放于木槽或其他盛器中，取其流出的液汁干燥即可。或将新鲜叶片洗去泥土，横切成片。加入与叶片同重量的水，用猛火煎煮2~3小时后用纱布过滤，把澄清的过滤液放入锅中加热蒸发至稠黏状，倒入模



型内烘干或在太阳下曝晒至干,即为药用芦荟膏。

[家庭选方]

① 疳积、虫积:芦荟、砂仁、胡黄连、大黄、六曲、槟榔、山楂、麦芽各100克,炒山楂、炙甘草各15克,使君子150克。共研细末,水泛为丸,每服3克,每日2次。

② 烧烫伤:芦荟鲜叶捣汁遍涂伤部,日数次。

③ 芦荟叶40克水煎成芦荟汁;或鲜芦荟叶15克,生食,每日2次;或芦荟干品0.5克,泡开水当茶饮。可预防癌症的发生。

④ 鲜芦荟榨汁,取上清液1 000~2 000毫升,倒入浴缸洗澡;或鲜芦荟叶,浸入水中洗澡;可预防肿瘤发生,加速血液循环。

⑤ 治咳嗽痰血:芦荟鲜叶15~30克。去皮,水泡去黏汁,水煎服。

⑥ 治血尿:芦荟鲜叶15克,捣汁加白糖30克,米泔水冲服。

(十五) 杜仲

杜仲(*Eucommia ulmoides*)别名丝棉皮、丝连皮、玉丝皮、思仙、乱银丝、白丝线等,为杜仲科杜仲属植物。

[形态特征]

落叶乔木,株高可达20米、树干挺直,胸径可达40厘米以上。树皮、枝、叶、果实折断时可见有坚韧而细密的银白色胶丝;树皮灰



色、粗糙。单叶互生；叶片卵状椭圆形，边缘有锯齿；幼叶两面被棕色柔毛，老叶仅下面沿叶脉被疏毛。花单性，雌雄异株，无花被，通常先叶开放。翅果长椭圆形，扁而薄，先端下凹，黄褐色或棕褐色。种子1枚，长条形，黄褐色。花期3~5月，果期9~11月。

〔生态习性〕

根系发达，侧根、支根主要分布在地表层5~30厘米，并向着湿润和肥沃处生长。植株萌芽力极强。喜光，对土壤、气温要求不严，在气温20℃时可安全越冬。但在湿润、温度较高的地区生长发育较快，南方冬季缺乏冬眠所需的低温条件，不利于生长发育。种子有一定的休眠特性，经8~10℃低温层积50~70天，发芽率可达90%左右，种子寿命不超过1年。

〔栽培要点〕

选土层深厚、疏松肥沃、土壤酸性至微碱性、排水良好的向阳缓坡地，深翻土壤、耙平。可用种子、扦插、压条及嫁接繁殖。种子繁殖时趁鲜播种。嫩枝扦插在春夏之交剪取一年生嫩枝成5~6厘米的插条扦插，入土深2~3厘米。嫁接繁殖可用二年生苗作砧木，选优良母本树上一年生枝作接穗，于早春切接于砧木上，成活率可达90%以上。种子出苗后，注意中耕除草，浇水施肥。幼苗忌烈日，要适当遮阳，旱季要及时喷灌防旱，雨季要注意防涝。幼树生长缓慢，宜加强抚育，每年春夏应进行中耕除草，并结合施肥。秋天或翌春要及时除去基生枝条，剪去交叉过密枝。对成年树也应酌情追肥。北方地区8月停止施肥，避免晚期生长过旺而降低抗寒性。

[功效]

杜仲为杜仲科单科单属植物，
第三纪孑遗树种，国家珍稀濒危



二类重点保护植物，为我国所特有。由于杜仲树冠美丽，果形奇特，抗性较强，病虫害少，所以杜仲是园林绿化的优良树种。

杜仲传统上以皮入药，是上品药材。有补肝肾、强筋骨、安胎、降血压等功能。目前研究发现可以对其进行全身的开发利用。现代药理学证明杜仲药用价值主要为调血降压，抗菌、增强免疫功能，抗肿瘤、防癌抗癌，利胆利尿，减肥，抗机体老化、清除活性氧自由基，延缓衰老。

〔家庭选方〕

① 杜仲、补骨脂、胡桃肉各50克，以上三味药，捣末，蜜丸如梧桐子大，每服30丸，空腹温酒下。主治肾虚腰痛、腰膝无力。

② 杜仲、全当归、桂圆肉、生地各15克，黄芪30克，人参、银耳、陈皮、地榆、贯众、蒲公英、大蓟、小蓟各9克，三七粉3克。水煎服。用治骨肿瘤。

③ 杜仲、夏枯草各15克。水煎服。用治高血压。

④ 川杜仲120克，小茴香60克，车前子45克，山茱萸肉90克。共为末，每早服15克。治小便淋沥，阴下湿痒。

(十六) 牡丹

牡丹(*Paeonia suffruticosa*)别名富贵花、洛阳花、两白斤、吴牡丹、木芍药、花王、鹿韭、鼠姑等，为芍药科芍药属植物。

〔形态特征〕

多年生落叶小灌木，株高0.8~1.5米。茎短而粗，皮黑灰色。叶互生，常为二回三出复叶，顶生小叶3裂近中部，裂片上部3浅裂或不裂；侧生小叶2，浅裂或不裂。花大，单生于枝顶；萼片5，绿色；花瓣5，或为重瓣，白色、玫瑰色或黄色等，花瓣顶端常凹缺。蓇葖果卵形。花期4~5月，果期5~7月。



〔生态习性〕

喜向阳、温暖、湿润的环境，耐旱，怕高温，土壤以土层深厚、排水良好的砂质壤土为宜，盐碱地不宜种植。

种子有休眠特性，种子采收后先经18~22℃的较高温度处理，再经10~12℃的较低温度处理才能打破其休眠。种子寿命1年。

〔栽培要点〕

可在路边、庭院盆栽或在庭

院筑台种植。

种子繁殖在8月上旬至10月下旬播种，覆土3~5厘米。播种2年后，于9~10月移栽，覆土过顶芽约3厘米。分株繁殖于8月下旬至10月收获时，剪下大、中根入药，细根不剪，从容易分株的地方剪下分成2~4株，9~11月即可移栽，以早栽为好。斜种成45度，覆土3~4厘米。

牡丹忌积水，春、秋均应适当追肥，一般以农家肥和饼肥为主。



保 健 花 卉



牡丹根际在春季常生萌蘖，会影响着花，因此应将其全部剪掉。但若植株因伤偏斜，则可适当选留部分健壮蘖芽；如以药用为主，则春季现蕾后，及时进行摘蕾，以促进地下部生长。

[功效]

被誉为“国色天香”的牡丹，为著名的观花植物。

牡丹干燥根皮为常用中药材，一般种植3~6年后于10月份将根挖出，取粗、长的根切下，去净泥土，抽去木心晒干，即为中药牡丹皮，又名粉丹皮、丹皮等。具清热凉血、活血行瘀之功效。主治热血吐病、血热斑疹、瘀血痛经、跌打瘀血作痛、痈肿疮毒等。其花瓣亦可作菜肴或配制牡丹露酒等。

[家庭选方]

① 急性阑尾炎：丹皮10克，大黄10克，桃仁10克，冬瓜子30克，赤芍10克，芒硝6克。水煎

服，每日1剂。

② 治疗高血压：取牡丹皮30~45克，水煎成120~150毫升，每日3次分服；或初次量用15~20克，如无不良反应，增至30克。

③ 过敏性鼻炎：丹皮10克。水煎，晚上一次服完。10天为一疗程。

④ 血瘀痛经、经闭腹痛：丹皮10克，延胡索10克，牛膝10克，归尾10克，赤芍10克，红花6克。水煎服，每日1剂。

⑤ 失眠、神经衰弱：商陆15克，金樱子15克。水煎服。每次50毫升，每日2次。

(十七) 连翘

连翘(*Forsythia suspensa*)别名连召、黄花茶、黄金条、绶带、黄花杆、黄链条花、黄寿丹、黄奇丹、落翘、连壳等，为木犀科连翘属植物。



〔形态特征〕

落叶灌木，茎丛生，株高2~3米。枝条细长开展或下垂，小枝浅棕色，稍具四棱，节间中空无髓心，着地生根力很强。单叶对生，具柄；叶片卵形至长卵形，或微裂为3片小叶，半革质。花黄色，先叶开放。蒴果狭卵形，木质，略扁，熟时黄褐色，成熟的果实自尖端开裂成2瓣，形状似鸟嘴。种子狭椭圆形，棕色，一侧有薄翅。花期3~4月，果期8~10月。

〔生态习性〕

对土壤和气候要求不严格，耐寒，耐旱，忌水涝。喜温暖干燥和光照充足的环境。在阳光充足的阳坡、富含腐殖质的砂壤土上生长好，结果多；在阴湿处枝叶徒长，结果量较少，产量低。种子在较高温度条件下容易萌发，发芽适温为25~30℃。种子寿命为1~2年。

〔栽培要点〕



可在路边、庭院栽培或盆栽或在庭院筑台种植。

春季以扦插、压条、播种等方法繁殖。扦插时剪取一年生健壮枝条成10厘米长度，插入砂土中5~7厘米，浇水，第二年即可开花。种子繁殖覆土0.8~1厘米，保持土壤湿润，苗高30厘米时定植，3~4年可开花结实。分株繁殖于秋季落叶或春季萌芽时进行，将母株旁边萌发的幼苗与母株分离，带土栽种，及时浇水。

连翘为同株不孕植物，为保证开花结实，要将长短花柱的植株相间种植。夏季及时排除根部积水，过湿或过阴不易开花。平时粗放管理。

[功效]

连翘花色艳丽，先叶开放，是优良的早春观赏花木。可以与其他树种配植，也可以选根干古苍者加工为树桩盆景置于案头，还可以作为绿篱种植。种子榨油可

以食用。

连翘干燥果实为常用中药连翘，有清热解毒、消肿散结、排脓之功效，主治温热、丹毒、斑疹、痈疡肿毒、小便淋闭等症，可治疗小便不利、热痛、舌生疮等。中药将连翘分为青翘(8月至9月上旬采收未成熟的青色果实，用沸水煮片刻或蒸半个小时，取出晒干)、黄翘(10月上旬采收熟透的黄色果实，晒干，除去杂质)、连翘心(将果壳内种子筛出，晒干)3种。

[家庭选方]

① 风热感冒：连翘10克，金银花10克，薄荷10克，菊花10克，桑叶10克。水煎服，分3次，1日服完。

② 小便淋沥：连翘15克，车前草30克，篇蓄30克。水煎服，每日1剂。

③ 急性肾炎、肾结核：连翘20克，茜草30克，生地15克，车前草30克。水煎服，每日1剂。



④ 舌面生疮：连翘15克，黄柏10克，甘草6克。水煎含漱。

⑤ 急性肾炎：取连翘18克，加水用文火煎至150毫升，分3次食前服，小儿减量。视病情需要连服5~10日，忌辣物及盐。

⑥ 紫癜病：取连翘18克，加水用文火煎至150毫升，分3次食前服，忌辣物。

(十八) 麦冬

麦冬(*Ophiopogon japonicus*) 别名沿阶草、羊韭、马韭、爱韭、禹韭、阶前草、韭叶麦冬、家边草等，为百合科沿阶草属植物。



[形态特征]

多年生草本，株高14~30厘米。根茎细长，匍匐有节，节上有白色鳞片，须根多且较坚韧，微黄色，先端或中部常膨大为肉质块根，呈纺锤形或长椭圆形。叶丛生，狭线形，先端尖，基部绿白色并稍扩大。花茎从叶丛中抽出，比叶短，总状花序，每苞片内着生1~3朵花，花被6，淡紫色，偶有白色，小型。浆果球形，成熟时蓝黑色。种子1粒，球形，蓝绿色或黄褐色。花期7~8月，果期8~10月。

[生态习性]

喜温暖湿润、较荫蔽的环境。耐寒，忌强光和高温。7月开花时，地下块根开始形成，9~10月为发根盛期，11月为块根膨大期，2月底气温回升后，块根膨大加快。

种子有一定的休眠特性，经5℃左右低温2~3个月，能打破休眠而正常发芽。种子寿命为1年。



[栽培要点]

繁殖方法以小丛分株为主。一般在4月中旬至5月上旬栽种，结合收获，边收、边选、边栽。选生长旺盛、无病虫害的高壮苗，剪去块根和须根以及叶尖和老根茎，拍松茎基部，使其分成单株，剪去残留的老茎节，以基部断面出现白色放射状花心(俗称菊花心)、叶片不开散为度，垂直种下，及时浇水。

麦冬性强健，夏季略施肥水即可，较耐寒，除北方极寒冷地区外，可以露地越冬。栽种后，经常保持土壤湿润，以利出苗。不宜积水，故灌水和雨后应及时排水。

[功效]

麦冬植株低矮，一年四季苍然茂盛，为良好的地被植物，也可盆栽观赏。

麦冬原产中国和日本，干燥块根入药为麦冬，又叫麦门冬、大麦冬、土麦冬，具有清心润肺、养

胃生津、润肺止咳的功效。可以治疗齿缝出血，身体虚弱，大便干燥不畅，尿道感染，衄血不止以及胃神经官能症等。每年4~5月挖掘纺锤形块根，洗净，晒至须根干燥后，搓揉，碰撞或剪去须根，再晒至足干，备作药用。

[家庭选方]

① 鲜麦门冬2500克(去心)白蜜250克。将麦门冬捣绞取汁，入白蜜以重汤煮，不住手搅如饴。每服半匙，以温酒调下，可治心肺阴虚、咳嗽咽干、消渴、心腹结气、羸瘦短气等症。

② 麦冬、半枝莲各15克，太子参、石斛、生地、板蓝根、天花粉各12克，白术、黄精、首乌、熟地各9克。水煎服。用于急性白血病及淋巴肉瘤白血病。

③ 治吐血、衄血不止：生麦冬汁500毫升，生地黄汁500毫升，生刺藜汁500毫升。每次50毫升，每日数次。



④ 治齿缝出血成条：人参2克，茯苓、麦冬各3克。水煎服。每次50毫升，每日1次。

(十九) 金银花

金银花(*Lonicera japonica*)别名忍冬、银花、双花、二宝花等，为忍冬科忍冬属植物。

[形态特征]

多年生半常绿缠绕灌木，茎枝长可达9米。茎中空，多分枝，老枝浅紫色，光滑；新枝深紫红色。单叶对生，卵形或长卵形。花成对腋生，花冠初开时白色，经2~3天变为金黄色；花萼短小，5

裂；花冠稍呈二唇形。浆果球形，熟时黑色，有光泽。种子椭圆形或三角状卵形，稍扁，黑色或棕色，有光泽。花期5~9月，果期7~10月。

[生态习性]

喜温暖、湿润气候，抗逆性强。花芽分化适温为15℃左右，生长适温为20~30℃。耐涝，耐旱，耐盐碱。喜光，耐阴。根系稠密，分蘖力强。种子发芽需较低温度，如在冰箱中置80天，发芽率可达80%左右。种子寿命2~3年。

[栽培要点]

可在路边、庭院栽培，亦可盆栽或在庭院筑台种植。

扦插繁殖在夏秋阴雨天进行，选择生长势旺、无病虫害的一二年生枝条，截成30~35厘米长的插条，摘去下部叶子。地上露出7~10厘米，随剪随插，插后填土压实并浇水。栽植后，每年早春和





秋后封冻前,要进行培土,防止根部外露。同时结合培土追肥,肥料以农家肥为主,配施少量化肥,施肥量可据花墩大小而定。此外,采花后可追肥一次。定植后的前两年,应以原苗栽的主干为基础,选留2~4条发育健壮的主干,摘除顶梢,剪除其他枝条,抹尽边芽,反复多次,促进主干增粗定型。

〔功效〕

金银花秋末在叶腋间簇生新叶,常呈紫红色,凌冬不凋;春、夏开花不绝,先白后黄,黄白相映,为色、香兼备的藤本植物,是良好的垂直绿化和地被植物。老桩为制作盆景的优良材料。

金银花以干燥花蕾或待开的花入药,具清热解毒、疏散风热的功效,用于治疗温病发热、风热感冒、咽喉肿痛、肺炎、痢疾、痈肿疮疡、丹毒等病症。其茎亦可入药,称忍冬藤,具清热解毒、疏风通络之功效。

5~6月花蕾上部膨大,但未开放,呈青白色时采收。花采下后,将花蕾放在晒盘内,当天晾晒至干。如遇阴雨天应及时烘干。烘干时不能用手或其他东西翻动,否则花易变黑;未干时不能停烘,否则将发热变质。忍冬藤于秋冬割取嫩枝晒干即可。

〔家庭选方〕

① 感冒发热、口渴、不恶寒:金银花30克,连翘30克,石膏15克。水煎服,1日2次服。

② 急性单纯性阑尾炎:金银花80克,蒲公英60克,甘草15克。水煎服,每日1剂。

③ 预防乙脑、流脑:金银花、连翘、野菊花、贯众、甘草各10克。水煎代茶饮,每日1剂,连服3~5日。

④ 痈疖肿毒:金银花30克或用藤60克,甘草6克,瓜蒌20克。水煎服,每日1剂。

⑤ 治急性支气管炎:金银花



6克,天冬6克,枇杷叶30克,桑枝15克,陈皮9克。加水煎服,每日1剂,分2次温服。

(二十) 金樱子

金樱子(*Rosa laevigata*)别名糖罐子、刺头、倒挂金钩、黄茶瓶、白玉带、下山虎、刺藤棘,为蔷薇科蔷薇属植物。

[形态特征]

常绿攀援灌木,长达5米,茎具倒钩状皮刺和刺毛。单数羽状复叶互生,小叶多为3,有时5;叶柄长达2厘米,有棕色腺点及细刺;托叶条状披针形,革质,长2~7厘米、宽1.5~4.5厘米,先端渐尖,基部阔楔形,边缘有锐尖锯齿,两边无毛,上面有光泽,叶柄和叶轴具小皮刺和刺毛。春末夏初开大花,单生于侧枝顶端;花梗粗壮,长达3厘米,与萼筒均密被刺毛;萼片先端有时扩大呈叶状,

被腺毛;花冠白色,芳香,直径5~9厘米,花瓣5,平展,三角状阔倒卵形,长约3厘米,宽大于长,先端近截形,有波状弯曲;雄蕊多数。蔷薇果黄红色,味甜,多为长倒卵形,外被刺毛,冠以宿萼。种子卵形,表面黄褐色。花期4~5月,果熟期9~10月。





〔生态习性〕

喜温暖、向阳环境，对土壤要求不严，一般土壤均可栽培。分布于华东、中南、西南及陕西等地。

种子发芽适温 5°C ，发芽所需天数130天，发芽率95%。

〔栽培要点〕

播种和扦插繁殖。冬季用新



鲜的种子播种，覆土。第二年春季出苗，出苗后注意管理，一般苗期每年结合培土锄草3~4次，春、秋各追肥1~2次。育苗2~3年后，春季移栽。扦插繁殖，宜春季进行，适当遮阳，培育1~2年后移栽。

〔功效〕

金樱子以果实、叶和根入药。果甘、酸、平，补肾固精。叶苦、平，解毒消肿。根甘、淡，平，活血散瘀、祛风除湿、解毒收敛、杀虫。

秋季采摘成熟果实，晾晒后放入桶内搅拌，擦去刺毛，再晒至全干。用时以水稍浸，润软，切开挖净毛、核，晒干。秋季挖根，洗净，切片晒干。叶多鲜用。

〔家庭选方〕

① 治小便频数、多尿、小便不禁：金樱子去尽外皮和内瓢，和猪小肚一个。水煎服。



② 治男子下消、滑精，女子白带：金樱子(去毛、核)50克。水煎服。或和猪膀胱，或和冰糖炖服。

③ 治久痢脱肛：金樱子(去外刺、仁)50克，鸡蛋一枚，炖服。

④ 治失眠、神经衰弱：金樱子15克，商陆15克。水煎服，每次50毫升，每日2次。

⑤ 治久虚泄泻下痢：金樱子(去外刺和内瓢)30克，鸡蛋一枚，炖服。

(二十一) 南天竹

南天竹(*Nandia domestica*) 别名南天竺、天竺、南烛、南天、蓝天竹、闹天竹、猫儿伞、小铁树、老鼠刺、珍珠盖凉伞，为小檗科南天竹属植物。

[形态特征]

常绿灌木，高约2米，平滑无毛。茎直立，少分枝，幼枝常为红

色。叶通常为二至三回单数羽状复叶，各级羽状叶均对生，小叶椭圆形披针形，先端渐尖，基部楔形，全缘，革质，深绿色，冬季变红色；叶基部膨大呈鞘状，包围茎上，叶柄及总轴有条纹。圆锥花序顶生，花瓣白色，花柱短。浆果球状，鲜红色，含种子2粒。花期5~7月，果期8~10月。

[生态习性]

南天竹略耐阴，在强光下叶





变为红色。喜欢湿润、凉爽气候。在石灰质土壤中生长较好。耐寒能力较强，多年生可露地越冬。

〔栽培要点〕

可采用分株、扦插或播种方法繁殖。分株繁殖在早春进行；扦插繁殖在梅雨季节进行较好。移栽时需带土。无论何种繁殖方式都需要三年时间才能开花结实。生长期间要保持土壤湿润，花期不要浇水过多，以免引起落花。盆栽植株3~5年换盆一次。

〔功效〕

南天竹在全国大部分地区都有栽培，茎干丛生，枝叶扶疏，姿形优美，冰雪季节红果累累，是人们所喜爱的观果、观叶植物。

南天竹的果实、茎、叶、根均可入药，果实入药后称为天竹子。冬季或初春采收果实，晒干。根、茎、叶可全年采收。果实酸、甘、平，可敛肺镇咳；茎叶酸、涩、平，

可以健胃生津；根苦、寒，有小毒，可以清热除湿，祛风化痰。南天竹可用来治疗疮毒、风火热肿、百日咳等症；果实内含有南天竹碱，有强烈的麻痹呼吸中枢作用，但过量容易中毒；根有小毒，一般外用。

〔家庭选方〕

① 肺热咳嗽：南天竹茎叶30克，麦门冬15克，天门冬10克，百合15克，十大功劳15克。水煎服，每日1剂。

② 治黄疸：南天竹紫叶30克，虎杖15克，茵陈15克，车前草30克。水煎服，每日1剂。

③ 感冒发热：南天竹茎叶30克，金银花15克。水煎服。

④ 治小儿疳病：南天竹叶，煎汤代茶服。

⑤ 治坐骨神经痛：南天竹根30~60克。水煎调酒服。

⑥ 驱除蛔虫：南天竹根和辣树皮适量。水煎服。



⑫ 治湿热黄疸：鲜南天竹根
30~60克。水煎服。

(二十二) 枸杞

枸杞(*Lycium chinense*)别名
津枸杞、上杞子、地骨子、枸茄子、
狗奶子、红二坠等，为茄科枸杞属
植物。

〔形态特征〕

灌木，全体光滑无毛。主根
长，有支根，外皮黄褐色、粗糙。
茎多分枝，枝条细长，先端通常弯
曲下盘，外皮淡灰黄色，小枝刺
状。叶互生有时簇生，有短柄；叶
片卵状披针形，先端尖或钝，基部
窄楔形，全缘。夏季开花，花单生
或簇生叶腋，花冠漏斗状，淡紫
色；花柱细长，伸出花外。浆果卵
形至卵状长圆形，熟时深红色至
橘红色。种子多数。花期5~10月，
果期6~10月。



〔生态习性〕

适应性较强，对温、光、土要
求不甚严格。年均温5.6~12.6℃
的地方均可栽培。根系发达，一年
有2次生长期，随之有2次开花结
果期，春季4月下旬至6月下旬现
蕾，秋蕾在9月上旬形成，实生苗
当年能开花结实，以后随着树龄
的增长，开花结果能力渐次提高，
36年后开花结果能力又逐渐降
低，经济年龄约30年。

种子很小，千粒重只有0.83~



1.0 克，在常规条件下保存，种子寿命为4~5年，发芽适温为20~25℃，此条件下7天就能发芽。

[栽培要点]

可在路边、庭院栽培，也可盆栽或在庭院筑台种植。

种子繁殖以春播为好，播前将干果在水中浸泡1~2天。搓除果皮和果肉，在清水中漂洗出种子，捞出稍晾干，然后与3份细沙拌匀，在室内20℃条件下催芽，待种子有30%露白时，将种子拌细土或细沙播种，覆土1厘米左右，播后稍镇压，并覆草保墒。扦插于春季发枝前，选一年生的枝条，截成15~20厘米长的插条，上端切成平口，下端削成斜口，斜插于土中，保持湿润，略见阳光，第二年就可以开花结实。也可用分根法进行繁殖，在植树节前后或深秋季节，将母株附近发生的幼根连根挖出，栽好后踏实并浇水。

枸杞忌积水，应及时排灌，并

注意适当追肥。为减少病虫害，降低营养消耗，每年早春萌发前要剪去老枝，夏季剪去徒长枝，秋季剪去老枝和虫枝。

[功效]

枸杞枝条细软，弯曲下垂，有棘刺。花期长，成熟果实卵圆形红色，晶莹夺目，修剪整枝后制成盆景，摆于案头，红果垂盆，璀璨夺目。嫩茎叶春天采摘可作为菜肴，别具风味。地栽枸杞的粗大茎干可作成手杖。

枸杞干燥成熟果实入药为枸杞子，甘、平，可滋肾补血、养肝明目，主治肝肾阴亏、腰膝酸软、头晕目眩等，夏秋果实成熟时采摘，除去果柄，置席上摊开晾至果皮起皱，再移至日光下晒至外皮干燥而果肉柔软。枸杞根皮干燥后入药，称地骨皮，甘、淡、寒，有清热凉血、退虚热、降压的功效，全年可以挖根，剥下根皮晒干（清明前的质量好，皮厚且容易剥



取)。茎叶苦、寒、凉，有补虚益精、清热、止咳、祛风明目的功效，春夏采收。

〔家庭选方〕

① 消渴烦热：枸杞根15克、天花粉10克、麦门冬15克、生石膏15克、知母10克、生地15克。水煎服。

② 夜盲：枸杞苗60克、苍术15克、夜明沙10克、猪肝120克。水煎服。

③ 劳伤虚损：枸杞子15克、干地黄5克、天门冬5克。水煎服，每日1剂。

④ 治目赤生翳：枸杞子捣汁，日点三五次。

⑤ 治体虚疰夏：枸杞子、五味子各等份，研细，滚水泡封三日，代茶饮。

⑥ 治痔疮炎肿：鲜枸杞叶一把。煎汤熏洗。

⑦ 治年少妇女白带：枸杞尖作菜，同鸡蛋炒食。

⑧ 治急性结膜炎：鲜枸杞叶60克，鸡蛋一枚。稍加调味，煮汤吃，每日一次。

(二十三) 洋地黄

洋地黄(*Digitalis purpurea*)别名毛地黄、小洋地黄、紫花洋地黄，为玄参科毛地黄属植物。

〔形态特征〕

二年生草本，高50~100厘米。叶片阔披针形或长披针形，全缘，叶端尖锐，无柄，下端具茸毛，下部叶有柄，茎上部叶柄较短或无叶柄。总状花序，花壶形，花冠紫色，花萼、花柄及花轴密被茸毛。蒴果圆锥形。种子细小，成熟后呈黄褐色。花期5~6月，果期6~7月。

〔生态习性〕

喜温暖、湿润的气候条件，不耐严寒，忌酷热，生长适温15~



25℃, 对土壤要求不严格, 但过于黏重的低洼地不宜种植。

种子常规贮藏2年仍有较高的活力, 发芽适温20℃, 播后7~8天萌芽, 第二年3~8月为旺盛生长期。生产周期为2年。

[栽培要点]

可在路边、庭院栽培, 也可盆栽或在庭院筑台种植。

南方9月上中旬播种, 北方4月中旬播种, 播前用30℃温水浸种12小时, 浸后晾干覆湿布置暗

处催芽, 每天翻动1~2次, 并用清水淋洗, 翻动时宜轻, 露白后即可播种, 播后覆细土, 再覆盖一层稻草保湿, 注意常淋水, 保持土壤湿润, 10天后萌芽。也可用温床、温室育苗, 播前催芽, 晾干后与种子量100倍的细土拌匀, 播种, 再用细土稍稍覆盖, 喷淋水, 覆草保湿, 并常淋水, 使土面保持湿润, 直至发芽揭去盖草。当幼苗有6~7片真叶时即可移栽, 移栽在早春3月进行, 选阴雨天, 随起苗随栽种, 带泥移栽, 定植后隔日浇水。生长期一般不需浇水。

[功效]

洋地黄为优良的花坛、花境材料, 或用于树坛隙地绿化等, 也可盆栽供观赏。

洋地黄以干燥叶入药, 具强心利尿的功效, 治急慢性心力衰竭、阵发性心动过速与心房纤维性颤动等症。当叶片肥厚皱纹显著时即可采收, 在连晴数日的中



午采收为宜，采收时注意采集外围及基部颜色浓绿肥厚成熟的叶片。采后及时干燥，也可采用烘干方法，烘干温度不宜超过60℃。

〔家庭选方〕

本种的叶仅供做制造药剂的原料。制剂主要用于兴奋心肌，增强心肌收缩力，改善血液循环，迟缓心搏跳动。对心脏性水肿患者有利尿作用。用量0.1～0.2克，制剂有粉剂、酊剂及注射剂。

(二十四) 美国凌霄花

美国凌霄花(*Campsis radicans*)别名凌霄花、紫葳、女葳花、武葳花、倒挂金钟、追罗、鬼木、藤萝草等，为紫葳科紫葳属植物。

〔形态特征〕

落叶木质藤本，有气根。茎黄褐色，有棱状网裂。单数羽状复叶对生，小叶9～11片，顶端小叶较

大，卵形至卵状披针形，先端渐尖，基部不对称，边缘有锯齿，小叶柄着生处有淡黄褐色束毛。顶生聚圆锥花序，花大，花萼绿色，花冠赤黄色，漏斗状钟形，筒部为花萼长的3倍，花萼分裂较浅，约裂至1/3，裂片三角状，外向微卷，无凸起的纵棱。蒴果细长，豆荚状。种子多数，扁平。花期7～9月，果期8～10月。

〔生态习性〕





喜温暖、湿润气候，耐寒性不强。对土壤要求不严。

〔栽培要点〕

用扦插、分根或压条进行繁殖。压条在春季或秋季进行，将上一年枝条拉下用土堆埋、露出芽头，约2个月生根，然后剪断分栽。扦插繁殖在春季或高温多湿季节进行。分根则多在春季或秋末进行。生长初期注意浇水，后期可以粗放管理。5~6月追施氮、磷肥一次，可以提高花的产量。

〔功效〕

美国凌霄夏秋开花，花期长，花形美丽，花色鲜艳夺目。为花棚架、花门、墙垣、假山等的优良攀援材料。

花、根入药为凌霄。花、酸、微寒，有凉血通经、祛风之功效，可治月经不调、闭经、小腹胀痛、风疹瘙痒等症。根，苦、凉，有活血化瘀，解毒消肿的功效，用于治疗风

湿痹痛、急性肠胃炎、跌打损伤、脱臼、骨折等症。花7~9月选晴天采收，摘下的花朵晒干或文火烘干。根春秋采，洗净，切片晒干。

〔家庭选方〕

① 酒皰鼻：凌霄花、山梔子等份。研成细末，每次6克，饭后用茶水送服，每日2次。

② 痢疾：凌霄花研成细末。每次服9克，温酒调下，空心服。

③ 血瘀经闭：凌霄花研成细末，每次服6克，饭前用温酒送服。

④ 治通身痒：凌霄花为末。酒调服3克。

（二十五）贴梗海棠（木瓜）

贴梗海棠(*Chaenomeles speciosa*)别名铁杆海棠、皱皮木瓜、铁角海棠、贴梗木瓜、铁脚梨等，为蔷薇科木瓜属植物。

〔形态特征〕



落叶灌木。枝外展，无毛，具直刺。单叶互生，托叶肾形或半月形，叶片革质，卵形至椭圆形、长椭圆形，先端尖，基部楔形，边缘有尖锐锯齿。花先叶开放，3~5朵簇生枝上，花梗短粗，萼筒钟状，顶端5裂，花瓣5，淡红色或白色。梨果卵形，木质外皮光滑，黄色或黄绿色，具芳香。种子扁平，长三角形棕褐色。花期3~4月，果期5~10月。

[生态习性]

喜温暖、湿润气候，较耐寒，不耐旱，对土壤要求不严。贴梗海棠为二年生枝条成花，二三年生的粗壮短枝结果率较高。开花较多，但落花落果严重。

种子具休眠特性，在低温湿润条件下，处理2~3个月能解除休眠。种子寿命为1~2年。

[栽培要点]

贴梗海棠适应性较强，山地、庭院均可栽培，向阳、肥沃的土地生长较好。木瓜根入土浅，分蘖能力强，多采用分株繁殖，在未发芽前进行，栽后踏实，浇水。压条繁殖2个月可以生根。春秋两季用硬枝扦插，生长季节用软枝扦插较容易生根。种子繁殖，于10月下旬种子成熟时，摘下果实，取出种子播种，盖细土3厘米；春播于3月上旬至下旬进行，先将种子置于水中浸泡2天后捞出，放在盆内，用湿布盖上，在温暖处放24小时后再播种。



施肥、浇水要适中，肥料过量会引起徒长。花谢后剪去上年枝条顶部，以促进分枝，增加来年的开花数量。平时粗放管理。

[功效]

贴梗海棠占称“木桃”。春季开花，多为大红色，红花绿叶相互映衬，光彩夺目。地栽、盆栽或切花均可。果实成熟后，美观并且香气宜人，可以作为蜜饯食用。

贴梗海棠干燥近成熟果实入药名木瓜，具镇咳解痉、消暑利尿、舒筋活络、和胃化湿等功效，用于治疗咳嗽、腰酸腿痛、肢体麻木、胃病、消化不良等症。秋季果实变黄时采摘，纵切为几块，内面向上晒干，用时浸润或蒸透后切片，干燥即可。

[家庭选方]

① 治干脚气、痛不可忍：干木瓜一个，明矾50克。煎水，趁热熏洗。

② 治脐下绞痛：木瓜1~2片，桑叶7片，大枣3枚碎之。以水2升，煮取0.5升，顿服之。

③ 治吐衄转筋：木瓜1枚，陈仓米100克。用水1000毫升煎至500毫升，时时温100毫升，频服之。

(二十六) 圆叶牵牛

圆叶牵牛(*Pharbitis purpurea*)

别名喇叭花、朝颜、毛牵牛、紫花牵牛、牵牛花、勤娘子、打碗花、常春藤叶牵牛、姜花、狗儿草等，为旋花科牵牛属植物。

[形态特征]





一年生缠绕草本，茎左旋，长可达2米以上，多分枝，全体具白色长毛。叶互生，阔心脏形，先端短渐尖，基部心形，全缘。花1~5朵成簇腋生，花梗多与叶柄等长。花萼裂片卵状披针形，基部皆被伏刺毛；花冠漏斗状，多为蓝紫色或淡红色。蒴果球形，种子5~6枚，三棱状，黄褐色或黑褐色。花期7~8月，果期9~10月。

[生态习性]

圆叶牵牛适应性较强，对气候土壤要求不严，但以温和的气候和中等肥沃的砂质壤土为宜。过于地湿或干燥瘠薄地生长不良。野生多见于路旁、田间、墙脚或灌丛中。种子发芽温度较广，最适为24℃。种子寿命2年以上。

[栽培要点]

种子繁殖，一般于4~5月播种，播后覆细土一层，以种子不露为宜。生长期至藤蔓较长时应设



立支架,以利攀援。施肥前期以氮肥为主,后期以草木灰、骨粉等磷钾肥为主。

[功效]

圆叶牵牛花形似喇叭,又被称为“喇叭花”,牵牛花清晨开放,人们用其来点缀房前、屋后、篱笆、厅廊、花架等,别有风趣。

圆叶牵牛的种子为中药牵牛子,苦、寒,有小毒,具泻水通便、杀虫攻积等功效。

[家庭选方]

① 治停饮肿满:黑牵牛子4份,茴香1份,木香1份。共研细末,临卧时用生姜汁调服3克。

② 治虫积:牵牛子6克,槟榔10克,使君子肉10克。水煎服,小儿酌减。

③ 治便秘:牵牛子10克,桃仁10克。水煎服,大便通畅后止服。

④ 治梅毒:白牵牛子仁,每次15~18克。煎汤内服。

(二十七) 射干

射干(*Belamcanda chinensis*)

别名乌扇、扁竹、乌蒲、鬼扇、蝴蝶花、金丝蝴蝶等,为鸢尾科射干属植物。

[形态特征]

多年生草本,根状茎横走,呈不规则结节状,外皮鲜黄色。茎直立。叶2裂、嵌叠状排列,剑形、扁平。伞房花序顶生,二歧分枝;花橘黄色,散生暗红斑点,基部合





生成短筒。蒴果三角状，倒卵形，成熟时室背开裂。种子多数，近球形，黑色，具光泽。花期7~9月，果期8~10月。

[生态习性]

适应性强，对环境要求不严。喜阳光充足、温暖湿润气候，耐干旱，耐寒，在气温-17℃地区可自然越冬，但须灌冻水及覆土。种子容易发芽，但发芽率不高，15~30℃的变温和层积处理有利于发芽率的提高。种子寿命为1~2年。

[栽培要点]

种子繁殖，9~10月当蒴果枯黄并将开裂时，剪下果实，晾干打下种子，随收随播，播后覆土2~3厘米，20~30天即可出苗。分株繁殖在秋季枯叶后和春季出苗前进行，选2年生以上的实生苗或结合收获同时进行。先将老根茎挖出，选取无病者，按其自然生长形状剪成3~4厘米的根段，每段留

2~3个根芽。栽种时注意芽头应向上，覆土压实，浇水。如已有绿芽，应将芽头露出地面。栽后应及时浇水，以利成活，以后根据天气情况适当浇水。雨水过多时，应及时排除积水。为促进地下根茎生长，在晴天摘去花蕾。

[功效]

射干的花与叶片较为美观，是一种很有观赏价值的药用花卉，可在庭院、公园、房前屋后等地从植或作为花境的配置或用于切花。

干燥根茎入药为射干，具清热解毒、祛痰利咽、活血消肿之功能，主治咳嗽气喘、腮腺炎、乳腺炎、疮疡肿痛等，可以治疗扁桃体炎、咽喉肿痛，外用治水田皮炎、跌打损伤。4~5月或9~10月植株出苗前或回苗后采收，将根掘出后，去掉茎叶，除净泥土及须根，晒干。根茎还可供酿酒用。

[家庭选方]



① 治喉痹：射干10克。水煎服，一日2次服。

② 治咽喉肿痛：射干花根、山豆根。阴干为末。吹喉。

③ 治腮腺炎：射干鲜根9~15克。水煎，一日2次，饭后服。

(二十八) 桔梗

桔梗(*Platycodon grandiflorum*)别名大药、铃铛花、包袱花



等，为桔梗科桔梗属植物。

[形态特征]

多年生草本，全株光滑，体内具白色乳汁。根肥大肉质，长圆锥形或圆柱形，外皮黄褐色或灰褐色。茎直立，上部稍分枝。叶近无柄，茎中部及下部对生或3~4叶轮生，叶片卵状披针形，边缘有不整齐的锐锯齿。花单生或数朵呈疏生的总状花序。蒴果倒卵形，先端5裂。种子卵形，黑色或棕黑色，具光泽。花期7~9月，果期8~10月。

[生态习性]

深根性植物，根粗随年龄增长而增大。喜凉爽、湿润环境，野生多见于向阳山坡及草丛中，栽培时宜选择海拔100米以下的丘陵地带，对土质要求不严，但以栽培在富含磷、钾的中性类砂土里生长较好。喜阳光，耐干旱，但忌积水。种子在10℃以上时开始





⑤ 治喉炎、扁桃体炎：桔梗6克，山豆根12克，麦冬6克。共碾细末，每次0.5~1克，每日3次，内服。

⑥ 治哮喘：麻黄3克，桔梗3克，甘草3克，大枣20个。加水1000毫升，煎至400毫升。每日3次，每次20毫升。

(二十九) 商陆

商陆(*Phytolacca acinosa*)别名花商陆、地萝卜、见肿消、土冬瓜、抱母鸡、土母鸡、章柳、金七娘、山萝卜、莪羊菜等，为商陆科商陆属植物。

[形态特征]

多年生亚灌木状草本，全体光滑无毛。根粗壮，圆锥形，肉质，外皮淡黄色，有横长皮孔。侧根甚多。主根断面有3~10层同心性环层。茎绿色或紫红色，多分枝。单叶互生，具柄，柄的基部稍扁宽，

叶片卵状椭圆形或椭圆形，全缘。夏秋开花，由白色逐渐变为淡红色，穗状总状花序生于枝端或侧生于茎上，花序直立。浆果扁圆状，有宿萼，成熟时为深紫色或黑色。花期5~7月，果熟期7~10月，千粒重7克。

[生态习性]

喜温暖气候。多生于疏林下、林缘、路旁、山沟等湿润的地方，我国大部分地区有分布，主产于河南、安徽、河北等省。商陆种





植。用种子繁殖，3~6月播种，播后覆土1厘米左右，稍加镇压，干旱地区适当浇水。温度适宜时，播种后7~10天即可出苗。

生长期可适当追肥，当年以氮肥为主，翌年开春以磷钾肥为主。如遇伏旱可在早、晚浇水，切忌在阳光曝晒下进行。

[功效]

菰蓝以干燥根和叶入药，前者称板蓝根，后者称大青叶，由鲜叶加工制得的深蓝色粉末状物为青黛，三者均为常用中药，药性类同，具清热解毒、凉血消肿之功能。春播板蓝根，在收根前，可收割2~3次叶子，但伏天高温季节不宜收割，以免引起成片死亡。收割后的叶子晒干，即成药用大青叶。板蓝根应于入冬前选晴天采挖，挖时务必刨深，以防把根刨断。起土后，去净泥土和茎叶，摊晒至7~8成干，扎成小捆，再晒至全干即可。

[家庭选方]

① 治流行性感冒：板蓝根30克，羌活15克。水煎服，一日2次分服，连服2~3日。

② 治肝炎：板蓝根30克。水煎服，一日2次服。

③ 治肝硬化：板蓝根30克，茵陈12克，郁金6克，薏米仁9克。水煎服，一日2次服。

(三十一) 掌叶半夏(天南星)

掌叶半夏(*Pinellia pedatisecta*)
别名虎掌、独角莲、独脚莲等，为天南星科半夏属植物。

[形态特征]

多年生草本，株高40~60厘米。块茎扁球形，直径2~5厘米，四周常生小块茎。叶近基生，一年生者为单叶，心形，2~3年生者鸟足状分裂，裂片5~11，披针形，长6~15厘米、宽2~4厘米；叶柄长20~50厘米。花葶长10~40



厘米，佛焰苞淡绿色，下部筒状，上部渐狭，顶部稍钝；花单性，雌雄同株，肉穗花序，下部为雌花，贴生于佛焰苞，上部为雄花，顶端附属物细长鼠状，黄绿色。浆果卵形，绿白色。种子1枚，棕褐色。花期6~7月，果期8~9月。

[生态习性]

阴性植物，多野生于海拔200~1000米的山谷或林内阴湿环境中，怕强光，喜水喜肥，怕旱怕涝，忌严寒。种子和块茎无生理休眠特性。种子发芽适温为22~24℃，发芽率为90%以上。种子寿命为1年。

[栽培要点]

8月上旬，用当年新收的种子播种，播后覆土1.5厘米。温度在20~25℃时，播后约10天即可出苗。或在秋季10~11月采收时，选无病虫害、健壮完整的中小块茎作种茎，贮放于地窖或室内沙藏，并保持温度在5℃左右较为适宜。翌年4月取出，块茎繁殖。栽时要注意芽头向上，覆土4~5厘米，





然后浇水一次。生长期间要注意经常保持土壤湿润,少浇勤浇,及时松土,雨季注意排水。

[功效]

掌叶半夏的干燥块茎为中药天南星的主要来源,又名狗爪半夏、虎掌南星。味辛,性平,有毒。具燥湿化痰、祛风止痉、散结消肿之功效,可以治疗毒蛇咬伤及无名肿毒。6~7月挖取块茎,除去须根,放入筐内,浸于水中,用清水洗净,对未撞净的表皮可用竹片刮净。晒至半干时用硫黄熏制。白天晒,晚上熏,直到色

白、全干为止。

[家庭选方]

① 生天南星30~90克。水煎,分多次服,可治肝癌和子宫颈癌。

② 生天南星、生半夏各30克,苍耳草、白蒺藜各15克,加生姜5片。水煎服。用治神经系统恶性肿瘤。

③ 治暴中风口眼:天南星为末,生姜汁调摊纸上,左歪贴右,右歪贴左,病愈则洗去。

④ 治身面疣子:醋调天南星末涂之。