



槟榔研究

刘书伟 王 燕 著

中国农业科学技术出版社

579.2.91
6



槟榔研究

刘书伟 王 燕 著

中国农业科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

槟榔研究 / 刘书伟, 王燕著. —北京: 中国农业科学技术出版社,
2015. 12
ISBN 978 - 7 - 5116 - 2318 - 8

I. ①槟… II. ①刘…②王… III. ①槟榔 - 研究 IV. ①S792.91

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 247150 号

责任编辑 姚 欢
责任校对 马广洋

出 版 者 中国农业科学技术出版社
北京市中关村南大街 12 号 邮编: 100081
电 话 (010) 82106636 (编辑室) (010) 82106624 (发行部)
(010) 82109703 (读者服务部)
传 真 (010) 82106631
网 址 <http://www.castp.cn>
经 销 者 各地新华书店
印 刷 者 北京教图印刷有限公司
开 本 710 mm × 1 000 mm 1/16
印 张 15
字 数 250 千字
版 次 2015 年 12 月第 1 版 2015 年 12 月第 1 次印刷
定 价 48.00 元

— 版权所有 · 翻印必究 —

前言

南宋范成大《桂海虞衡志》中记载：“在海南，漫山悉槟榔、椰子木”，其所载“槟榔”即“槟榔树”。槟榔树是一种典型的热带珍贵植物，原产东南亚，现在主要产于印度、印度尼西亚、孟加拉、缅甸、泰国等。我国引种栽槟榔有1800多年的历史，主产于海南、台湾、广西*、云南、福建，其中，以海南地区所产槟榔为最佳。槟榔树的果实称为槟榔，又名仁频、宾门、宾门药钱、白槟榔、橄榄子、大肚子、洗瘴丹、青仔等，是棕榈科植物槟榔树的种子，槟榔种子多为长椭圆形，类似橄榄，肉质坚硬不易破碎，其果实、种子、皮、花均可入药。梁朝著名医学家陶弘景的《名医别录》中，有槟榔可驱肠虫，治腹泻和消除水肿的记录。槟榔具有显著的消积下气功效，能够有效缓解和治疗南方由于人烟稀少、天气郁蒸而造成的瘴疔，减轻外地人初到南方时的不适，因而成为南方地区人们治瘴、防瘴的良药。明朝李时珍在《本草纲目》中谈到“岭南人啖之以当果食，言南方地湿，不食此无以祛瘴疔也”。槟榔当茶以销瘴疔，成为居住在南方为适应环境的需要而产生的嗜食习俗。东南亚与我国南方气候相似，多潮湿、闷热，在热季常有一种季节性的流行病毒，即“瘴症”，但人们在长期的御瘴实践中，发现了槟榔的妙用。《本草纲目》总结其能“疗诸症，御瘴疔”，所以槟榔又有“洗瘴丹”之别名。宋代的广州城，“不以贫富长幼男女，自朝至暮，宁不食饭，唯嗜槟榔”。因此，“岭海之人多食之，此可类北人之食酥酪”。这种风气渐渐发展蔓延，形成一种独特的文化。槟榔文化丰富多彩，东南亚一些地区的居民常把槟榔作为必需品用以礼待宾客，以表示对客人的尊重和诚意。真腊（今柬埔寨）“其俗有客设槟榔、龙脑、香蛤屑等以为赏”。榜葛拉国（今孟加拉）“土俗无茶，以槟榔待客”。交趾其俗“入门，以槟榔贻我，通殷勤”，“上族客至，以扶留藤、槟榔代茗。若开宴，则人具一大盘”。至今，在东南亚仍有以槟榔待客的习惯。在缅甸，每当客人到来，主人总要拿出槟榔、拌茶和雪茄来招待。菲律宾哈努努人根据主人拿出的萎叶质量好坏，客人就知道自己是否受欢迎，不断交换萎叶配料，表明谈话可以继续下去，见面后第一

* 广西壮族自治区，全文简称广西

次交换配料时就倾盆而给对方,代表想缩短谈话的时间。槟榔作为传递爱情的信物,在各个民族的婚姻生活中广泛存在着。把槟榔用于婚礼,主要是因为槟榔包含着特殊的含义,“槟字从宾,榔字从郎,言女宾于郎之义也”,寓意夫妻相敬如宾。

尽管槟榔具有如此重要的作用,但也不能长期过量嚼食,2003年,来自7个国家的专家组成一个工作组,对于咀嚼槟榔制品和槟榔果的致癌影响以及一些与槟榔果相关制剂再次进行了评估。2003年8月7日,在特别刊物第85卷中,世界卫生组织国际癌症研究中心(IARC)正式认定槟榔为一级致癌物。槟榔的毒理研究也越来越受到重视。

目前,海南槟榔产业所带来的经济效益已经成为海南省东部、中部和南部山区230多万农民主要的经济来源之一。但是,由于槟榔致癌论的影响,给海南乃至全国的槟榔产业带来严重的冲击,为了让更多人了解槟榔,编者利用自己所学知识,并结合自己的研究和实践经验,经过三年的研究分析总结和整理,编写该书。本书作者对槟榔药理、毒理、文化和种植具有一定的专业知识、研究基础和实践经验,保证了该书的质量。

本书分为六章,共25万字,具体编写分工如下:海南热带海洋学院刘书伟同志负责拟定全书写作大纲、统稿和定稿,并负责完成撰写12万字,分别为:第一章、第四章和第五章。海南热带海洋学院王燕同志负责全书的修改,并负责完成撰写13万字,分别为第二章、第三章和第六章。

本书内容汇集了以下科学研究项目的研究成果并获得其资助,项目分别为:海南省中药现代化专项项目——槟榔致癌因素分析研究及其功能食品的开发(编号:ZY201417)、三亚市功能槟榔研究重点实验室项目(编号:L1411)、三亚市院地科技合作项目——槟榔生物碱毒性状况研究(编号:2014YD16)、三亚市农业科技创新项目——槟榔鲜果采后加工工艺研究(编号:2014NK28)和三亚市院地科技合作项目——不同花期槟榔花的营养成分分析及食用安全研究(编号:2015YD29)。此外,在本书的编写过程中,学习、借鉴和吸收了国内外众多专家学者的理论和实践经验,在此一并感谢。

由于编者水平所限,书中难免有收罗未当、涵盖未全、叙述未清、表达未明等疏漏和不足之处,恳请前辈、同行和读者批评指正,以便今后的修订、补充和完善。

编 者

2015年5月5日

目 录

第一章 槟榔概述	(1)
一、槟榔的起源及分布	(1)
二、槟榔的植物学特性	(2)
三、槟榔生长所需的环境特性	(5)
四、槟榔的价值	(5)
第二章 不同国家和地区的槟榔文化	(7)
一、槟榔咀嚼及相关文化	(7)
二、槟榔习俗的衰退	(36)
第三章 槟榔栽培管理技术	(39)
第一节 槟榔栽培概述	(39)
一、中国栽培槟榔的状况	(39)
二、槟榔种质资源和主栽品种状况	(42)
第二节 槟榔繁殖及定植技术	(48)
一、繁殖方式	(48)
二、园地建设	(50)
第三节 槟榔园管理技术	(52)
一、荫蔽及除草	(52)
二、查苗补苗	(53)
三、间种	(53)
四、槟榔园施肥和土壤养分状况	(66)
五、排灌水	(78)
六、病虫害防治	(80)
七、采收	(93)
八、其他栽培管理措施	(93)
第四节 槟榔种植调控措施研究	(97)
一、存在问题	(97)

二、建议	(98)
第四章 槟榔药理及毒理研究	(99)
第一节 槟榔药理研究	(99)
一、槟榔果化学成分研究状况	(100)
二、槟榔花研究状况	(109)
三、槟榔药理作用研究	(111)
第二节 槟榔毒理作用	(129)
一、槟榔不良反应	(130)
二、槟榔细胞毒理研究	(130)
三、槟榔毒理学评价	(156)
第三节 槟榔研究的展望	(159)
一、槟榔生理研究存在问题	(160)
二、槟榔研究的展望	(161)
第五章 槟榔贮藏保鲜与加工	(163)
第一节 槟榔贮藏保鲜	(163)
一、槟榔果实采后生理机制与品质变化	(164)
二、国内外槟榔贮藏保鲜技术	(166)
第二节 槟榔加工概况	(171)
一、槟榔加工现状	(171)
二、加工对槟榔特性的影响	(176)
三、食用槟榔卫生标准和管理	(178)
四、槟榔纤维软化技术	(179)
五、槟榔加工业职业危害状况	(181)
第三节 槟榔加工技术及产品	(183)
一、国内槟榔综合加工技术	(183)
二、国外槟榔综合加工技术	(192)
第四节 我国槟榔加工存在的主要问题及对策	(192)
一、存在的主要问题	(192)
二、槟榔综合加工的科研方向及产业化发展对策	(194)
三、发展趋势	(195)
第六章 中国槟榔产业发展前景	(196)
第一节 世界槟榔发展概况	(196)

一、世界槟榔生产状况	(196)
二、世界槟榔贸易状况	(199)
三、世界槟榔加工利用概况	(201)
四、世界槟榔产业发展展望	(202)
第二节 中国槟榔产业发展状况分析	(203)
一、海南槟榔产业发展状况	(203)
二、湖南槟榔产业发展状况	(210)
三、台湾槟榔产业发展战略	(212)
四、中国槟榔产业发展趋势	(215)
主要参考文献	(217)

第一章 槟榔概述

槟榔 (*Areca catechu* Linnaeus) 属棕榈科 (Arecaceae) 槟榔亚科 (Arecoideae), 槟榔族 (Areceae) 槟榔亚族 (Arecinae) 槟榔属 (*Areca*) 的多年生常绿乔木植物, 其果实槟榔又称宾门、槟楠、大白槟、仁频、仁榔、洗瘴丹、仙瘴丹、螺果、国马、大腹子、橄榄子、榔玉、青仔、海南子等, 是我国四大南药 (槟榔、砂仁、益智、巴戟) 之一。

一、槟榔的起源及分布

槟榔是热带及亚热带一种常见的经济作物, 原产于马来西亚热带雨林中, 属湿热型阳性植物。自古以来, 东南亚、南亚一带均是盛产槟榔的地区。公元前 504 年的印度古籍中就记载有槟榔一物。对嚼萎叶、槟榔的习俗, 中国史书记载最早的当推《汉书·西南夷传》。东方朔在《林邑志》中称林邑 (今越南中南部) “家有数百树”。据北魏杨衒之《洛阳伽蓝记》中所载: “从孙典国 (今缅甸丹那沙林) 北行三十日至扶南国 (今柬埔寨), 方五千里, 南夷之国……饶槟榔”。《梁书》记载: “干陀利国 (今苏门答腊岛), 在南海洲上, 其俗与林邑、扶南略同。出斑布、吉贝、槟榔, 槟榔特精好, 为诸国之极”。可见在魏晋南北朝时期, 东南亚一带就多产槟榔。而尤以干陀利国 (即今苏门答腊岛) 所产为最好。除了东南亚一带盛产槟榔之外, 在中国的云南、广东、海南等地也种植槟榔。唐代韦齐林在《云南记》记: “云南有槟榔, 花糝极美, 且多为大腹槟榔”。自宋代起, 中国海南则成为槟榔的主要生产地之一, 据范成大《桂海虞衡志》中记载: “在海南, 漫山悉槟榔、椰子木”。清初的屈大均在《广东新语》也言道: “槟榔, 产琼州, 以会同为上, 乐会次之。儋崖、万、文昌、澄迈、定安、临高、陵水又次之, 诸州县亦皆以槟榔为业。岁售于东西两粤者十之三, 于交趾、扶南十之七”。

槟榔分布范围广, 目前, 主要分布在东南亚、亚洲热带地区、东非及欧洲部分区域; 太平洋地区主要分布在巴布亚新几内亚、所罗门群岛、斐济、瓦努阿图以及密克罗尼西亚; 皮纳佩岛、美属马里亚纳群岛 (联邦) 和马

绍尔群岛有零星分布；夏威夷群岛槟榔种植仅用作观赏。

所以，槟榔种植仍以东南亚、南亚为主，从西边马达加斯加，到靠近南美洲复活节岛，在此范围内都有槟榔的踪迹。目前全世界有 16 个国家和地区种植槟榔，主产于中非和东南亚，主要生产国有印度、马来西亚、中国、斯里兰卡、菲律宾、缅甸、巴基斯坦、新几内亚、印度尼西亚、越南、柬埔寨、孟加拉和毛里求斯等国。种植面积较大的是印度、孟加拉国、印度尼西亚和中国，据统计，2002 年印度槟榔的年产量占世界总产量的 50.54% 以上。虽然印度的槟榔产量居世界第一位，但东南亚一带在槟榔生产中也占有十分重要的地位。其槟榔出口量占世界槟榔出口总量的 72.76%，泰国次之，占 23.70%，最大的进口国则是巴基斯坦。槟榔引种到中国已有 2 100 多年，主要分布在海南、台湾两省，广东、广西、云南及福建部分地区也有少量种植，而加工过的商品槟榔在湖南十分流行。

二、槟榔的植物学特性

（一）根

槟榔无主根，属须根系。由茎干节长出的不定根称次生根，约 400 多条，次生根上又长出支根，从而形成强大的根系。槟榔根系在土壤中的最大分布深度，因土壤条件而不同，土壤疏松深厚、地下水位低的根系深；若质地坚硬、浅薄，或水位高，则分布浅。一般条件下根系深 1~2 米，但绝大部分分布在 50 厘米的表土层内。

根系的深浅与槟榔的抗性直接相关。根系浅，则水分养分吸收面狭小，对土壤干湿变化、高温寒冷等敏感，且易遭风害；根系深，吸收面广，各种抗性增强。所以槟榔的栽培管理要精细，要尽可能创造适于根系深生的环境条件，增大农业投入，才能获得高产、稳产。同时槟榔根系的水平分布幅度随株龄而逐渐扩大，幼龄期定期扩大植穴结合施有机肥，有利于改良土壤环境，促进支根的良好生长。

（二）茎

槟榔树茎呈圆柱形，挺直而不分枝，高 10~20 米，胸径 10~20 厘米。茎由节和节间组成，节间长一般 5~10 厘米，节间疏密与品种和生势有关。叶脱落后节上留下明显的环状叶痕。幼龄树茎的生长极慢，前 2~4 年主要是茎的横向生长，形成大的茎基。2~4 年后茎部才露出地表，出现明显的叶痕。

槟榔的茎是植株的主轴，是叶片和果穗着生的地方。茎主要由基本组织

和维管束组成，基本组织主要由薄壁细胞组成，维管束分散排列于基本组织中。茎干为巨大的贮藏器官，光合作用产生的有机养分和根系吸收的水分和养分，大部分贮藏于茎的基本组织中。由于叶片和果穗的维管束都直接与茎的贮藏器官相连，便于光合作用同化产物和营养物质的贮藏和运输。槟榔栽培管理良好时，茎干贮藏的物质多，在开花结果期，大量的营养物质便往花穗和果实运输，使产量提高；如果管理不良，茎干贮藏的物质少，便会影响花序和果穗的发育，使产量减少。

（三）叶

槟榔叶为羽状全裂单叶，聚生于茎干的顶端。长1.5~2米，由叶片和叶鞘两部分组成。叶片的叶轴上分布多对裂片，裂片线形或线状披针形，长0.3~0.7米。叶轴基部膨大成三棱形。叶鞘长，环抱茎干。槟榔叶片的生长有极明显的季节性，4~9月为一年叶片的抽生期，成龄树一般每年抽叶约7片，健壮的植株可多达7~10片，进入衰老期在6片以下。落叶数与新生叶片数基本相同。

当茎干贮藏的物质严重不足时，植株只能从树冠的下层叶片抽取养分，这些叶片便会出现黄化而脱落。

（四）花

槟榔花为穗状花序，着生于节上，发育前期被苞片裹着，称佛焰苞，呈黄绿色。苞片开裂后出现花序。花序有10~18个蜿蜒分枝，长25~30厘米，每一分枝又分生5~7个小枝。花单性，雌雄异花。雄花小，无柄，着生于花枝上部，形似稻粒，白绿色，有2000~3000朵，多的可达11000朵以上。萼片3片，卵形，极小，长约1毫米。花瓣3片，长卵圆形，浅黄色。雄蕊6枚，花药基生（几乎无花丝），退化雌蕊3枚，呈丝状。雌花较大，无柄，略呈卵圆形，每序有250~550朵，着生于花枝的基部或花序轴上。花被2轮，每轮3片。退化雄蕊6枚，合生。子房1室，柱头3裂，胚珠1个，倒生。

生长良好的槟榔，种植后4~5年开花结果，管理差的则延迟至8~10年。每年10月后，下部叶片的叶鞘基部节上已孕育有花芽，到翌年3~5月，叶鞘开裂叶片脱落时，就陆续露出佛焰苞，苞片在4~7天后脱落露出花序。每株树一年抽生1~4个花序，多者达5个。槟榔为异花授粉植物。花序上的雄花的花序露出后，自上而下开放，当天开放当天脱落；每天9:00~12:00盛开，大量散播花粉，雄花期为20~25天。当雄花期将结束时，雌花才自下而上开放，花期4~5天。同一花序雌雄花期重叠的时间

很短。雌花开放时，瓣尖微开，三裂柱头便开始授粉。柱头的感受期达6天，但最大感受期在开花后2~4天。槟榔的落花较严重，始花头几年由于植株营养生长和生殖生长失调，雌花多脱落，随着树龄增加，落花减少。

总之，槟榔花序同时开着两种不同的花。雄花量多，微小，无花柄，紧贴着上部的分枝而生长。而雌花着生于花序轴或分枝基部，萼片淡绿色，花瓣长圆状卵形，洁白。雌花在海南指的是，被苞片包被的未抽出的槟榔花序。卵圆形的槟榔果实是由不凋谢、不掉落的槟榔花的花萼和花瓣宿存的结果。槟榔每年都会开两次花，花期主要在3~8月，冬季开的花一般都不结果。果期从当年11月到翌年的5月。

（五）果

槟榔为核果，有圆形、椭圆形、卵形和心脏形等，一般长4~6厘米，最长达11~13厘米。未成熟的果实为青绿色，成熟后为橙黄色，基部有宿存的花萼和花瓣。果实由果皮和种子组成。外果皮革质，中果皮初为肉质，成熟时为纤维质，内果皮木质。种子1枚，由种皮、胚乳和胚组成，扁球形或圆锥形，高1.5~3.5厘米，直径1.5~3厘米，种皮淡黄色或红棕色，胚乳和胚白色。雌花受精后子房开始发育膨大成果实。

花序从开放至果实成熟需12~13个月。第1穗花序的果实翌年3~4月成熟，此穗果由于气候干旱、气温较低，果实发育较差，果小，种仁不够饱满。第2~4穗果于翌年5~6月成熟，由于气候条件较好，果实品质优良。果实产量的高低随树龄而呈现阶段性的变化，第1年的花往往不结果，第2年结果仍少，80~120个，以后逐渐增加，10~20龄树年产果约300个，20~30龄树为生命周期的盛产期，年产果达400个，30~40龄树产量开始下降，年产果150~250个，40龄以上的树进入衰老期，年产果逐渐下降至100个以下。槟榔树的经济寿命约60年。果实采收后颜色呈现黄色的发芽率则可达64.3%。

槟榔坐果率的高低，除受树龄阶段的影响外，还受其他多种因素的制约。如开花后40~60天幼果的脱落属于果实的自疏现象，以维持树体内营养生长和生殖生长的生理平衡；而管理不良导致养分不足所引起的大量落果，则属于生理性营养耗竭；落果还受病、虫害，不良气候条件（低温、干旱）和遗传因素等的影响。因此，为了提高槟榔的产量，必须重视选择宜林地，建立良好的植地小环境，选择良种，培育壮苗，加强抚育管理和防治病虫害等工作。

三、槟榔生长所需的环境特性

(一) 温度

槟榔喜高温，年平均温度以 24 ~ 26℃ 为宜；当气温为 16℃ 时老叶提前脱落，5℃ 时植株开始出现寒害，3℃ 时果实发黑死亡，个别植株死亡，1℃ 时植株死亡严重。如 1975 年冬季，海南省屯昌县部分山区气温下降至 1℃，1 ~ 2 年生幼苗死亡 60%，3 年生以上大苗死亡 40% ~ 50%，成龄母树死亡 20%。

(二) 湿度

槟榔性喜多雨湿润气候，要求降水充足且分布均匀，忌积水。相对湿度在 60% ~ 80% 对槟榔生长有利。年降雨量 1 500 ~ 2 500 毫米适宜生长，以年降雨量 1 700 ~ 2 200 毫米、空气相对湿度保持 80% 以上的地区最为适宜。如果年降雨量 1 200 ~ 1 500 毫米，冬春旱季就需要加强防旱才能生长较好。

(三) 光照

槟榔属阳性植物，对光照强度的要求因生育阶段而异。幼苗期需适当的隐蔽，以保持 50% ~ 60% 的透光度更有利于生长。成龄树则要求充足的光照，隐蔽会使植株徒长，结果迟，产量低。但往往因为满足了光照的要求而使土壤遭受干旱，因此，需加强土壤管理，可以间作矮秆作物或绿肥作为活覆盖，以改良土壤环境。生长于海拔 300 米以下的南坡、东南坡以及谷地和河沟旁。

(四) 土壤

槟榔喜深厚、肥沃、有机质丰富、排水良好的微酸性至中性砂质土壤中，最为理想的底土为红壤或黄壤。土层厚度以 100 厘米以上最合适，80 厘米以下为风化的母岩，也可以种植。

(五) 风

槟榔属风媒花为主的植物，微风有利于花粉的传播。但强热带低压和台风对槟榔生长极为不利，如果损害的叶片在 4 片以上时，就会影响第 2 年的花序形成，使第 3 年失收。所以在风害严重的地区要注意营造防护林，以减轻强风危害。2005 年第 18 号台风“达维”再次警示人们，栽培槟榔必须注意营造防护林。

四、槟榔的价值

槟榔的果实可食用，嚼食槟榔的习惯已有 2 000 多年的历史，在东方普

遍流行。中国除湖南和台湾之外，在印度、斯里兰卡、越南、马来西亚、菲律宾等地，嚼食槟榔均是平民与贵族共有的嗜好，且延续千年。槟榔作为继香烟、酒精、可卡因之后的第四大嗜好品逐渐被人们接受，目前至少 5% 的人嚼食槟榔。现代医学研究表明，槟榔果实中含有多多种人体所需的营养元素和有益物质。

除了食用功能之外，槟榔还具有药用和观赏等价值。槟榔的果皮、花苞和花均可入药，起到抗菌、健胃、兴奋骨骼肌等功效；槟榔树姿优美，加上容易成活，护养成本低，还可以在平地进行大面积培育，作为良好的观赏树种和建材；用槟榔叶加工制成的艺术扇子和除脚汗拖鞋，已成为专利产品远销海外。因此，加强对槟榔各种功能的综合利用研究，深入挖掘和发展槟榔的药用、观赏、建材等用途，形成具有规模的槟榔制药、槟榔建材等相关产业，开拓槟榔产业的销售市场，加大槟榔相关产品的开发深度和力度，对实现槟榔产业的可持续发展具有关键的作用。

此外，在一些国家和地区，槟榔还具有重要的宗教意义和特殊的槟榔文化习俗。

第二章 不同国家和地区的槟榔文化

槟榔文化的形成和发展与槟榔自身特殊的属性、当地的地理环境以及审美观念等均有密切关系。自古以来，中国南方、东南亚与南亚一带的居民就养成了嚼食槟榔的生活习惯，且这种风气曾盛极一时。在一些地区，人们还赋予槟榔更深刻的社会意义，其中，一些礼俗流传至今，形成独特的槟榔文化。由于近代以来自然环境改变、医药卫生科学知识普及、审美观念、婚俗变化以及新嗜好品的出现，槟榔在一些地区已经退出市场，但许多国家和地区至今仍然保留嚼食槟榔的习俗。

一、槟榔咀嚼及相关文化

东南亚、南亚及中国南方一带盛产槟榔，在此基础上，嚼食槟榔的习俗也广为流行，相关的地方习俗文化自然应运而生。

（一）槟榔地方咀嚼文化及形成原因

咀嚼槟榔是世界最古老的习俗之一。但嚼食槟榔究竟始于何时？

据考古学显示，在泰国西北出土的槟榔栽培遗迹证实，远在公元前一万年泰国就种有槟榔，在泰国北部精灵洞一带，居民咀嚼萎叶和槟榔的习惯有超过 8 000 年历史。考古学家在菲律宾杜阳洞发现装贝壳粉的容器，大约制作于 4 500 年前。中国唐代的刘恂在《岭表录异》中记载：“安南（位于今越南）人自嫩及老，采食啖之，以不萎藤兼之瓦屋子灰竞嚼之，广州亦啖槟榔，然不甚于安南也”。公元 7 世纪后，中国史籍中有关东南亚一带居民嚼食槟榔的记载越来越多。关于各地国王出游时常嚼食槟榔的记载有：占城（今越南中南部）“王每出朝坐，轮使女三十人持剑盾或槟榔从”；渤泥国（今印度尼西亚加里曼丹北部）“王每出巡，从者五百余人，前持刀剑器械，后捧金盘、贮香脑槟榔等从”；哑齐（今印度尼西亚苏门答腊全岛）“王出外亦命左右侍从捧槟榔盘后随”；文朗马神（今印度尼西亚加里曼丹岛南岸的马辰）的国王出游，则“以绣女自随，或典衣，或持剑，或捧槟榔盘”。除了国王痴好槟榔之外，民间百姓也常食槟榔。爪哇国（今印度尼西亚）百姓“所食槟榔菹叶就压腰巾内包裹腹前，行走坐卧嚼砸不止，惟睡时不

食。其槟榔椰子类同茶饭，不可稍缺”。在越南，人们把槟榔喻为一种综合不同性质的事物的哲理。槟榔树挺直，作为天（属于阳性）的形象；石灰作为地（属于阴性）的形象；菱叶是一种藤类植物，从地里往槟榔树干上攀缘，作为中间的和解者——人的形象。这三才（天地人合一）的辩证统一形成一种极为和谐的结合。槟榔果的甜美、菱叶的辣、石灰的浓郁等三种味道共同造成一种兴奋剂，使口香、唇红、脸热，令人微醺欲醉。槟榔、菱叶、石灰这三样东西的融合还象征着骨肉之间的团结和睦，所以，槟榔成为越南民族传统文化的特殊表象，被视为吉祥物，吃槟榔也成为一种独特且蕴含美好意义的生活方式，贯穿于越南人民的社会生活中。柬埔寨、缅甸、文莱、越南等地居民至今仍有嚼食槟榔的习惯。柬埔寨的妇女喜欢吃槟榔，当地女孩子到十一二岁就开始嚼槟榔；男人一般不吃槟榔，只有出家多年后还俗的男子才吃。几乎所有缅甸人的家里都备有槟榔，在缅甸的大城市，马路旁边到处可见卖槟榔的小贩，人们一边走一边咀嚼槟榔一边吐出红色的唾液。人类嚼食槟榔的历史悠久，范围广泛，而且无论贫富贵贱，有此嗜好者甚众。

在汉代已有人认识到槟榔的功效，如《中藏经》“辨上痞候并方”“辨中痞候并方”等药方中便记有槟榔的成分。东汉时掌握了其食用方法，汉和帝时议郎杨孚在《南裔异物志》《交州异物志》中记述：“（槟榔）以扶留、古贲灰并食，下气及宿食、白虫、消穀。饮啖设为口实。”“古贲灰，牡蛎灰也，与扶留、槟榔三物合食，然后善也。扶留藤，似木防，与扶留、槟榔所生相去远，为物甚异而相成。俗曰：槟榔扶留，可以忘忧。”扶留藤（亦作浮留藤），是藤科蔓生植物，“槟榔扶留”中的“扶留”是指其叶子，即菱叶，写作菱叶、留叶，产于热带地区。“古贲灰，牡蛎灰也”，也称“蜆灰”“蛎壳灰”“牡蛎灰”“瓦屋子灰”等。“三物合食，然后善也”，说明三物应搭配食用，不可或缺；“槟榔扶留，可以忘忧”则反映了人们已体会到搭配菱叶嚼食槟榔的美妙之感。南北朝萧子显《南齐书》卷二十二列传第三又有“悉省葬后除灵，可施吾常所乘輦扇伞，朔望时节，席地、香火盘、水、酒脯、干饭、槟榔便足”的记载，可见当时已有沉迷槟榔之味的人。唐代，槟榔习俗得到进一步发展。台湾与湘潭民间将韩愈敬为槟榔业始祖与行业神，始于这一时期韩愈与槟榔之渊源。据传韩愈贬至潮州期间，为趋避瘟疫，开始嚼食槟榔，后来官至国子监祭酒、兵部侍郎等职，食槟榔习惯依旧不改。朝中官员见其嗜好槟榔，纷纷效法，在短期内为嚼食槟榔在长安城乃至北方都市内的推广起到了极大作用。在唐宋至明代这一段时期，

槟榔的使用随着交通与经济的发展亦扩大了地域范围，但非原产地却食俗风行之地亦仅限于交通便利的沿海港口与具强大消费能力的大城市。就全国范围而言，食槟榔最盛的当属台湾、湖南、海南和两广地区，“自福建下四川与广东西路，皆槟榔者，客至不设茶，唯以槟榔为礼”，可见过去食槟榔的流行，《鹤林玉露》中亦记述了岭南地区以槟榔代茶的风俗。容媛认为，广东人食槟榔之风可追溯至唐时、宋时这一风俗十分盛行，明清时期广州一带居民仍是“日食槟榔口不空，南人口让北人红。灰多叶少如相等，管取胭脂个个同”。中国海南黎族人更是“以槟榔为命”，“人无贫富皆酷嗜之，以消瘴，能忍饥而不能顷刻去此”。到了清代，不仅在岭南地区有槟榔习俗，湖南省的长沙、湘潭等地已有咀嚼槟榔的习俗。更有甚者，在京城，“士大夫往往耽之”，“竟日细嚼，唇摇齿转”。红楼梦第64回写道：“贾琏因见二姐儿手里拿着一条拴着荷包的红绉子摆弄，便搭讪着，往腰里摸了摸，说道：槟榔荷包也忘记带来了，妹妹有槟榔，尝我一口吃。二姐道：槟榔倒有，就只是我的槟榔从来不给人吃。”；第82回，宝玉上学后袭人得闲，“倒可做些活计，拿着针线要绣个槟榔荷包儿”；《二十年目睹之怪现状》第100回，“卜子修关车门，槟榔荷包上一粒料珠儿滚下来，夹在了门缝里”。这些材料均从侧面反映出当时北京、上海的市民与官宦，有携带荷包方便取食槟榔的习惯。震钧游长安城，发觉当地风俗与北京相似，如“食肆中唤菜必高呼，食毕必有漱水及槟榔碟，皆与北京同”，表明清末的北京与西安，民间有饭后食槟榔以助消食的习俗。由此可见，槟榔俨然成为大都会贵族时尚嗜好品。

那么，究竟是什么原因使人们如此热衷于咀嚼槟榔呢？从日月星辰到花草树木，对于一切事物，人们都希望获得合理解释。下面是我国民间槟榔食俗产生的几类传说。

一是“战乱瘟疫说”，也是流行最广、记载最多的说法，此说的起源时间在三种版本中分别为顺治元年、顺治六年与乾隆四十四年。相传顺治元年清兵于湘潭大肆屠杀，持续十余日，尸横遍城，不下十万，后“有老僧收白骨，以嚼槟榔避秽”；顺治六年之故为，一老和尚将口嚼槟榔避疫之法交给一位来自安徽的程姓商人，商人依此法在城中收尸，而后他于湘潭安家，也将嚼槟榔习俗延续下来；乾隆四十四年则“……居民患臃胀病。县令白璟将药用槟榔劝患者嚼之，臃胀消失。尔后嚼之者众，旧而成习”。瘟疫是否带来了槟榔食俗虽未见古籍记述，但历史上所记载食槟榔习俗最早的地方，确实为瘴病最为盛行的地方。以明清时期为例，瘴病严重的地区如云