



青钱柳与健康

主 编 王永兵
名誉主编 李世升



科学出版社

青钱柳与健康

主 编 王永兵
名誉主编 李世升
副 主 编 杨念云 汤 俊
编 委 冯旭俊 孔 威

科学出版社
北 京

内 容 简 介

本书详细介绍了青钱柳的化学成分、药理学、临床应用；青钱柳叶对糖尿病及心脑血管疾病的防治效果；心脑血管疾病及糖尿病的病因、防治常识；丹溪养生理论及现代应用等。

本书详细地介绍了青钱柳的研究概况，青钱柳对于糖尿病及心脑血管疾病的防治效果，既可以作为一般研究学者的普通参考书，也可供广大的糖尿病患者、心脑血管疾病患者及健康管理人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

青钱柳与健康 / 王永兵主编. —北京：科学出版社，2016.12

ISBN 978-7-03-051021-1

I. ①青… II. ①王… III. ①糖尿病 - 食物疗法 ②心脏血管疾病 - 食物疗法 ③脑血管疾病 - 食物疗法 IV. ①R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 289473 号

责任编辑：丛楠 / 责任校对：郑金红

责任印制：赵博 / 封面设计：铭轩堂

科学出版社出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

北京利丰雅高长城印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2016 年 12 月第 一 版 开本：890 × 1240 1/32

2016 年 12 月第一次印刷 印张：4

字数：74 000

定价：78.00 元

(如有印装质量问题，我社负责调换)

前 言

在过去，因为物质生活的匮乏，人们的健康主要受传染病、寄生虫病和营养素缺乏症等疾病的危害；如今，物质生活富裕了，人们的健康主要受心脑血管疾病、恶性肿瘤、营养过剩和遗传性疾病的威胁，与生活方式密切相关的疾病已成为了威胁人们健康的主要问题。

一百多年前，人们患病发热头痛时，常用柳树皮来解热镇痛，久而久之便产生了现在全球最畅销、最常用的药物——阿司匹林。于是柳树被称为人类健康第一棵树。

当恶性肿瘤严重威胁人类健康、造成数百万人死亡时，人们发现红豆杉中的紫杉醇具有独特的抗肿瘤作用，被医学界认为是抗癌新星。于是红豆杉被称为人类健康第二棵树。

在人类与糖尿病斗争的漫长岁月中，大自然再一次慷慨恩赐给我们一种神奇的植物——青钱柳。经过三十多年的大量科学研究实验证明，青钱柳叶不但能有效降低糖尿病患者的血糖、明显改善糖耐量，同时对于遭受外来有害因子损害的胰岛细胞还有一定的修复作用，并能保护胰岛细胞免受外来有害因子的损害；同时，青钱柳还具有降低血脂和增强免疫力等功效。青钱柳叶中的

主要有效成分为青钱柳多糖、青钱柳黄酮、青钱柳苷，以及铬、钒、硒、锌等微量元素。于是，青钱柳被称为人类健康第三棵树。

朱丹溪名震亨，字彦修，因世居丹溪，故人称朱丹溪，或尊称为丹溪翁，出生于公元1281年，卒于公元1358年，元代金华（今浙江省义乌市）人，金元四大医学家之一，倡导“阳常有余、阴常不足”说，创阴虚相火病机学说，善用滋阴降火的方药，为“滋阴派”的创始人。丹溪养生的核心是：滋阴降火、扶正祛邪、排毒、养心。青钱柳叶的功效恰恰体现出了丹溪医学理论的某些观点。

《青钱柳与健康》一书，详细地介绍了青钱柳的化学成分、药理学、临床应用概况；青钱柳对糖尿病及心脑血管疾病的防治效果；心脑血管疾病及糖尿病防治的治常识；丹溪养生理论及其现代应用等。

本书很多研究数据引自公开发表的论文，并附于书后的参考文献中，在此谨向上述论文作者表示衷心的感谢！

王永兵

2016年10月

目 录

前言

第一章 神奇的青钱柳	1
第一节 青钱柳的传说	2
第二节 人类健康三棵树	9
第二章 青钱柳的研究概况	17
第一节 青钱柳的化学成分研究概况	18
第二节 青钱柳的药理学研究概况	24
第三节 青钱柳的临床应用概况	31
第三章 青钱柳与疾病	34
第一节 青钱柳与糖尿病	35
第二节 青钱柳与心脑血管疾病	62
第四章 朱丹溪理论及其现代应用	88
第一节 朱丹溪的养生理论	89
第二节 朱丹溪养生理论的现代应用	105
参考文献	119

第一章

神奇的青钱柳

青钱柳，又名青钱李、摇钱树等，为冰川世纪幸存下来的珍稀树种。青钱柳非常珍贵，为国家二级保护植物，被誉为植物界的大熊猫。由于青钱柳对于各种慢性疾病，尤其是糖尿病和心脑血管疾病具有很好的调节作用，于是，青钱柳与柳树、红豆杉并称为人类健康三棵树。



第一节

青钱柳的传说

青钱柳 [*Cyclocarya paliurus* (Batal.) Iljinskaja] 是胡桃科 (Juglauraceae) 青钱柳属植物。它是我国特有的单种属植物，是国家重点保护的濒危植物之一。青钱柳树皮、树叶具有清热解毒、止痛等功能，可用于治疗顽癣；青钱柳树叶泡出的茶甘甜滋润，生津止渴，被认为





具有清热解暑、防病治病和延年益寿等功效。

青钱柳有许多美丽的民间故事传说：

1 神仙托梦

紫云山建寺初期，有个农夫收留一患病老翁，悉心照料数月，老



翁病愈竟不辞而别。数日后托梦于农夫，曰：“汝素行善，吾赐树于汝园中，饮其汗可祛病强身，制法已授方丈。”言毕，飘然而去。农夫惊醒，即往寺中，遇方丈始知同得此梦。至园中，果见一青钱柳枝繁叶茂，按老翁所授秘方，采集其叶制成于品，供众僧及朝拜者饮用，效果如老翁所言。众僧及香客以为寺中菩萨显灵，故称此品为“神茶”。



总兵探宝

湖南省绥宁县地处云贵高原东部边缘，森林覆盖率达80%以上，

在湖南省居于首位，被联合国教科文组织誉为“神奇的绿洲”，县城往北3公里就是佛教圣地神坡山，神坡山上有一座千年古刹神坡庵。

明朝副总兵邓子龙多次赴广东、福建沿海抗击倭寇。明万历年间，邓子龙又领兵平息麻阳苗民金道侣起事和贵州黎平伍开卫兵变。经过该山时，邓子龙得知神坡山上神坡庵尼姑常以青钱柳泡茶饮用，并将青钱柳茶作为敬神贡品，且喝此茶者都健康长寿，便欲上山探个究竟。一天，邓子龙专门上神坡庵品茶，当他缓缓步入神坡庵内，还未来得及烧香磕头，尼姑就递上了一杯茶。邓子龙接过茶慢慢品味，突然举起茶杯高兴的说：“此乃神



茶。”饮过茶后，他被该山深深地吸引住了，于是在后山有感而发，拔剑在一块巨石上刻下“东南第一山”五个大字，保存至今仍清晰庄重。

3 古国护宝

据《绥宁民族志》记载：绥宁苗民用青钱柳嫩叶泡茶已有多年的历史。明代李天保率苗民起义，反抗统治者“征讨”，在上堡建都。这里层林苍苍，周围青钱柳资源颇多，尤其是金銮殿前那棵高大挺拔的青钱柳，更引人注目，每到春夏苗民采其叶当茶饮，并选其上等茶作为贡品上交古国。

义军喝了青钱柳茶个个精神饱满，身体棒棒，士气大振，屡战屡胜。自称武烈王的李天保高兴不已，一道圣旨将青钱柳封为“镇国神树”，青钱柳茶封为“国茶”，号召义军及苗民一律喝青钱柳茶，并下令重点保护此树，凡青钱柳不准损坏、砍伐。苗民常年喝青钱柳茶，病痛者减少，延年益寿者增多，认为这是山神的恩赐，故称青钱柳为“神树”，其茶为“神茶”。

人们在路边青钱柳古树周围垒几块石头为标志，以示灵验。全村寨人进寨路过灵树旁都要祭拜几下。每年的四季八节，寨人要去烧香献祭；生了小孩，人们常到神树下“寄名”，大概是认神树为“干爹”，从而让小孩能像青钱柳一样高大、顽强。

正是人们对青钱柳的崇拜，才使这一珍稀濒危植

物得以幸存。那高大的青钱柳群落像一把把撑开的巨伞，日夜擎在溪河边，饱饮潺潺流水，枝叶繁茂，年年结果，可谓春夏满珠翠绿，入秋铜钱串串。恰如宋范成大《石湖集》三白莲堂诗云：“古木参天护碧池，青钱弱叶战涟漪”。

④ 红军赞宝

中央红军曾有四支队伍先后路过绥宁，其中一支队伍从城步县丹口出发，翻越乌鸡山，进入绥宁县上堡、界溪、赤板一带。这里青山如黛，原始森林掩映，青钱柳资源十分丰富。

苗寨家家户户喝的是青钱柳叶煮的茶。红军每到一处，苗民都热



情地送上青钱柳茶给他们喝。上堡一位九十有六的老翁提一鼎罐茶给红军喝，红军见茶汤与它茶有别不敢喝，老翁告诉红军说：“这种茶安全、好喝，您们就放心喝吧！喝了对身体有好处，我喝了几十年的青钱柳茶，连感冒都很少发生。”红军将士听老翁这么一说，就你一碗我一碗地喝开了。有的说这茶气清香、味清甜清凉，口感好，真神；有的说喝了这茶感到很舒服，这里是宝地。为表谢意，红军临走时将一些生活物品馈赠给苗民。同时赠送一联赞誉青钱柳，上联是“一叶青钱柳吐露山水芬芳”，下联是“几朵青钱茶滋润身心健康”，横批是“深山珍宝”。

5 现代发现

1985年，国家林业部门和中医药管理局对药用植物进行大普查时，在湖南、江西、安徽、福建、江苏、浙江、台湾、湖北、四川、贵州、广西、广东和云南东南部等环绕缓冲之地的次原始森林中，均发现有少量野生青钱柳树，树龄平均在150年以上，如湖南绥宁县、江西修水县、湖北神农架等。

那么，青钱柳的功效是如何被发现的呢？二十世纪八十年代，有科学家到湖南、江西等地搞农业资源调查，发现了不少长寿村，村里人都很健康，六七十岁的老人上山下地轻如猿猴，八九十岁的寿星随处可见。后经了解，科学家发现当地老百姓祖祖辈辈常喝

一种用乔木树叶泡的茶，且这种习惯已延续多年，老百姓管这种茶叫“甜茶”或“神茶”。后来经鉴定该种植物就是青钱柳。

为揭开“神茶”神秘面纱，科学家们组织了医学、药学、林学等方面的专家，成立了课题组对其进行了研究。结果表明：它对于老年痴呆、降糖、降压、降脂、减肥有明显功效。

第二节

人类健康三棵树

植物作为食品或药品用来防治疾病的历史由来已久，人类利用药用植物的文字记载可追溯到 5000 多年前，自古就有“神农尝百草”之说。

随着人类的诞生，疾病就伴随而来，可以说人类的发展史就是一部与疾病斗争的历史。在与疾病作斗争的过程中，人类使用众多的植物作为药材以征服病魔。植物已成为人类最密切的朋友，它是大自然赐予人类的福音，人类在它的庇护下才能快乐无忧无虑地生活。

今天，随着经济的迅猛发展，人民生活水平不断提高，人们在尽情享受物质财富的同时，现代各种文明疾病也随之而至。

随着人类生活模式的改变，人类的疾病谱与死亡谱也发生了巨大的变化，对人类健康威胁最大的主要疾病已由传染病转向慢性非传染性疾病。如果说二十世纪人类与疾病作斗争，主要是以各种细菌、病毒以及各种病原微生物为对象，是以治疗为主的医学，那么，二十一世纪人类面临的则主要是各种慢性非传染性疾病，与疾病作斗争的方式也将转变为以预防为主的医学。

在人类与疾病作斗争的历史过程中，有三种植物为人类的健康作出了巨大的贡献，这三种植物分别是柳树、红豆杉和青钱柳。

1 人类健康第一棵树

——柳树

自古以来，中医就有以柳树皮入药的历史，且多用来治疗外感风寒。后来，西方学者从柳树皮中提取了阿司匹林的前体水杨酸，并进而合成出阿司匹林，由此产生了目前全球最常用的药物。现在，阿司匹林已经成为防治心脑血管疾病最广泛使用的药物。

心脑血管疾病是导致全人类死亡的首位病因，每年有超过一千万人死于心脑血管疾病；其中近 1/3 的病人死于中风，而绝大多数中风是由脑血栓所致。

三十多年来大量的研究表明：阿司匹林具有强大的预防心脏病和中风的效果。

研究发现，阿司匹林具有抑制血小板聚集的作用，对心肌梗死、动脉血栓、动脉粥样硬化等多种血管阻塞性疾病具有良好的预防效果。据流行病学调查资料表明：长期服用阿司匹林组与空白对照组相比，其心脑血管疾病的发病率降低50%以上。

阿司匹林最早发现的药理作用是解热镇痛，其通过发汗增加散热作用，从而达到降温目的；同时，它可以有效地控制由炎症、手术等引起的慢性疼痛，如头痛、牙痛、神经痛、肌肉痛等，且不会产生药物依赖性。阿司匹林的另一个重要

