

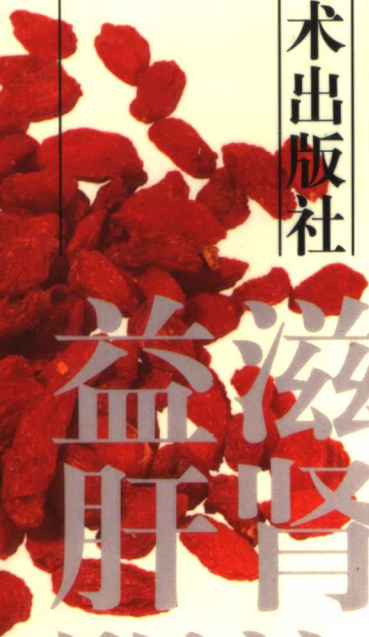


十大名中药丛书

枸杞子

◆主编 窦国祥 窦勇

天津科学技术出版社



补益精气
延缓衰老
滋肾润肺
益肝明目

十大名中药丛书

枸杞子



枸杞子

主编 窦国祥 窦勇

副主编 申九兰 窦虹 胡津丽

编委 杨茗 胡素丽 居文正 沈沂

陆英 马国新



天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

枸杞子/窦国祥, 窦勇主编. —天津: 天津科学技术出版社, 2005

(十大名中药丛书)

ISBN 7-5308-3779-6

I. 枸... II. ①窦...②窦... III. 枸杞—基本知识 IV. R282.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 084579 号

责任编辑: 杨勃森

版式设计: 白 姑

责任印制: 张军利

天津科学技术出版社出版、发行

出版人: 胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051 电话(022)23332393

网址: www.tjkjbs.com.cn

河北省昌黎县第一印刷厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 9 字数 145 000

2005 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 13.80 元

前言

枸杞子丹诚映日，猩红似火，珠玉晶莹，艳自玛瑙。著名作家和园艺家周瘦鹃曰：“高高朱实莹如玉，好与闺人缀玉钗。”

枸杞子虽无人参之名望，虫草之尊贵，但无论男女老幼、贵贱贫富，识之者众，用之者众，是一味天赐的百姓良药。

撰写此书，参阅诸家文献，总结先祖百年来用“杞”经验和本人行医40余年之心得，初成书稿，抛砖引玉。

本书包含枸杞子的来源和传说、枸杞的栽培、枸杞的分类与品种、枸杞子的鉴别、枸杞子的功效、枸杞子的现代研究、枸杞子的服食方法、常用古今方选、历代食疗方选等9个部分，以及枸杞叶、地骨皮两味附录。精选药方41个，含枸杞之中成药60种，食疗方125例，以及枸杞叶方5个，地骨皮方27个，共258个。对历代医家论述也作择要介绍。

期望本书能为读者提供“枸杞”知识，使其更好为大家服务。

本书借鉴安沙舟、项平、苗明三等专家资料，深表谢意。

本书初成，恐有错误，万望专家、读者不吝指教。谢谢。

奚国祥

十大名中药丛书

枸杞子



目 录

异名	(1)
命名	(3)
一、枸杞子的来源与传说	(4)
(一)枸杞子基原	(4)
(二)枸杞子的生物学特性	(4)
(三)枸杞的传说和考证	(9)
二、枸杞的分类与品种	(20)
(一)枸杞的分类	(20)
(二)枸杞的品种	(24)
三、枸杞子的鉴别	(30)
(一)性状鉴别	(30)
(二)显微鉴别	(31)
(三)粉末特征	(31)

四、枸杞子的功效	(35)
(一)枸杞子性味	(35)
(二)枸杞子归经	(36)
(三)枸杞子功效	(36)
(四)枸杞子主治	(37)
(五)枸杞子应用与配伍	(37)
(六)枸杞子的综合利用	(42)
(七)枸杞子的中医论述	(46)
五、枸杞子的现代研究	(53)
(一)枸杞子的化学成分	(53)
(二)枸杞子的药理作用	(56)
(三)枸杞子的临床应用研究	(75)
六、枸杞子的服食方法	(83)
(一)用法与用量	(83)
(二)服食宜忌	(85)
七、常用古今方选	(87)
(一)常用方选	(87)
(二)现有枸杞配方之中成药	(118)
八、历代食疗方选	(145)
(一)粥类	(154)
(二)饭类	(164)
(三)面食类	(166)

(四)糕点	(169)
(五)菜肴	(170)
(六)饮料类	(203)
(七)膏类	(206)
(八)酒类	(207)
九、枸杞的栽培	(212)
(一)栽培方法	(212)
(二)采集方法	(233)
(三)加工方法	(234)
(四)分级与包装	(237)
(五)储藏方法	(239)
附录一 枸杞叶(《名医别录》) ...	(241)
附录二 地骨皮(《大观本草》) ...	(246)

异 名

《诗经》：杞子。

《毛诗传》：枸榘子。

《神农本草经》：枸忌子、地骨子、地节子。

《吴普本草》：羊乳子。

《广雅》：狗奶子、芳杞子、椅乳子、地筋子。

《抱朴子》：象柴子、纯卢子、仙人杖子、却老子、天精子。

《别录》：枸杞子、却暑子、西王母杖子。

《日华子本草》：地仙子。

《本草衍义》：枸棘子。

《草木便方》：狗地芽子。

《本草经集注》：苟起子。

《宝庆本草折衷》：枸杞红实。

《救荒本草》：甜菜子。

《本草纲目》：西枸杞。

《河南中药手册》：红青椒、枸蹄子、山杞子。



《河北药材》:枸杞果。

《山西中药志》:地骨子、枸茄茄。

《中药材手册》:红耳坠、血枸子、红榴子。

《四川中药志》:枸地芽子。

《药材学》:枸杞豆、血杞子。

《山东中药》:山枸杞子。

《常用中草药彩色图谱》:西枸杞、白刺、山枸杞、白疙针。

《和汉药考》:赤宝子、灵庞子、二尸篆子、三尸篆子、石纳蛎子、青精子、明眼草子、雪压珊瑚子。

福建:红珠子。

天津:津枸杞。

平顶山:甜菜芽子、红秦椒子。

命 名

李时珍在《本草纲目》中说：枸树和杞树原是两种树的树名，“此物棘如枸之刺，茎如杞之条，故兼名之”。又说：“道书言千载枸杞，其形如犬，故得枸名。”药用其子实，名枸杞子。其根入土极深，皮亦极厚，力能至骨，故药用根皮称之地骨皮。

今按，枸杞二字，古来书写多形。从音、形二者求之，枸应作勾，杞应言棘，皆因其物多刺得名。音转、字变则有枸榧、枸忌、苟起、枸蹄等诸名。又《本草经考注》：“枸杞为俗名，枸榧为正名。盖榧、杞古今字。”《广雅疏证》曰：“初食味苦，苦杞之名起于此矣。”





一、枸杞子的来源与传说

(一) 枸杞子基原

为茄科植物枸杞或宁夏枸杞的成熟果实。

(二) 枸杞子的生物学特性

1. 枸杞树的生命周期

枸杞树的生命活动从种子发芽开始,形成幼苗,长成具有根、茎、叶的植株,然后开花、结果,形成新的种子。第二年春天植枝返青、生长,开花结实,形成新的种子。如此,年复一年,直至死亡。这种生长、结果、更新、衰老和死亡的过程,称为生命周期。枸杞树的生命周期可达百年以上,大致分为5个时期。

(1) 苗期(营养生长期) 种子萌发或营养繁殖树成活起,到第一次开花结果前,这段时间称为苗期,长达1~2年。

(2) 结果初期(幼树期) 指从定植之后到树冠基本成型,达到成年枸杞树修剪所需高度,或从第一次开

花结果到大量结果这一段生长时间,约为4~5年。

(3) 结果盛期(盛果期) 指栽植后6~35年的生长期,是枸杞大量结果和产量高峰期,每公顷产量可达2 250~5 250千克。这一期一般分为3个阶段:5~10年为盛果初期;10~25年为盛果中期;25~35年为盛果末期,主枝开始出现衰老或死亡。

(4) 结果后期(盛果后期) 指栽植36~55年的生长期,是盛果期的延续。结果能力下降,果实变小。

(5) 衰亡期 指栽植生长56年以上的树龄时期,是结果后期的延续。结果能力已显著衰退,产量剧减。

枸杞生命周期,受到土壤、光照及栽培管理条件的影响。如果管理好,结果盛期可能提前,并时间延长,产量增加。

2. 枸杞树的物候期

随着春、夏、秋、冬温度的温、热、凉、寒节律性的变化,从而形成与此相适应的植物发育节律周期性变化的起止日期称为物候期。

枸杞树的物候期一般分为萌芽期、展叶期、新梢生长期、现蕾期、开花期、果熟期、落叶期和休眠期等8个阶段。年平均气温高的地区要比低的地区萌芽、开花、果熟等物候期要早,而落叶和休眠期要迟。如宁夏中宁的萌芽期是4月中旬,青海格尔木的萌芽期是4月下旬。宁夏中宁的枸杞果熟初期为6月中旬,而青海格尔木的



枸杞果熟期为7月下旬。宁夏中宁的枸杞树的落叶期为10月下旬，青海格尔木的枸杞树的落叶期为10月中旬。

3. 生长发育一般规律

(1) 发芽 种子发芽的最适温度为 $20\sim 25^{\circ}\text{C}$ ，7天就能发芽出土。1~4年期间，种子生命力没有明显减弱，5年时种子生命力明显下降，到10年则完全失去生命力。另外，以果实方式保存的种子比用种子方式保存的种子，在发芽率和发芽势方面都要高。在不同的品种方面也有区别，如圆果类枸杞的种子生命力比麻叶类枸杞的生命力要强，保存了10年的圆果类枸杞的种子发芽率为50%，发芽势为41%，而麻叶枸杞的种子则完全丧失了生命力。

(2) 根系 每年3月中下旬根系开始活动，3月底生长，4月为第一次生长高峰，5月后生长减缓，7月下旬到8月中旬第二次生长高峰，9月生长再减缓，10月底或11月初停止生长。一般入土可达2~3米，根幅达4~5米，最多的根条可在1500条以上，总长度可达到近130米。

(3) 茎叶 每年4月上旬休眠芽放叶，4月中下旬春梢生长，到6月中旬停止。7月下旬至8月上旬，春叶脱落，8月上旬枝条再次放叶并抽生秋梢，9月中旬停止生长，10月下旬再次落叶，进入冬眠。

(4) 花果 春季现蕾开花期是4月下旬至6月下旬，果期是5月上旬至7月底。

秋季现蕾开花多集中在9月上中旬，果期在9月中旬到10月上旬。

总的来说，枸杞树3~5年为幼龄期；6~10年树体扩大，树冠充实；11~25年长势减缓，树干、枝干稳定；26~35年与11~25年相似，但根颈增长略大；36~55年长势衰弱；56年后进入衰亡期。一枝正常生长发育的枸杞，其寿命可达百年。

4. 开花结果

(1) 开花 枸杞花的开放过程，按其外部形态可以分为5个时期。

①现蕾期：在叶腋出现绿色半球形小突起，或在老眼枝的叶原基基部出现绿色半球形小突起，即是幼小花蕾。到长成2~3毫米长、粗1~1.5毫米时为现蕾期，是花粉母细胞形成时期，生长期5~6天。

②幼蕾期：花蕾长3~4毫米，粗2~3毫米，花萼绿色，包住花瓣，花瓣淡黄绿色，见花丝、花柱。生长期约10~12天。

③露冠期：自花萼开裂露出花冠到花冠松动前，此时花蕾长约12毫米，粗2.5毫米，花药为乳白色，柱头绿色，花瓣紫红色。生长期约3天左右。

④开花期：自花瓣松动开始，到向外平展止，花冠裂片紫红色，约2~5小时。雄蕊伸出冠筒，多数高于雌蕊，花药裂开，花粉淡黄色，大量散落；柱头头状，绿色，

子房基部蜜腺丰富。

⑤谢花期：整个花冠干死脱落，为期2~3天。

(2)结果 果期一般分为3期。

①青果期：枸杞花粉传到柱头上，卵细胞受精后，子房膨大成绿色幼果，花柱干萎，花冠和花丝脱落。一般果长达0.9厘米，横径0.5厘米。生长期约22~29天。气温低，生长期长。

②变色期：果色由绿色变为淡绿→淡黄→黄红色。果肉致密，胚乳饱满，种子白色。鲜果可溶性固形物含量达4.62%。时间3~5天。

③红熟期：果实生长最快，其体积迅速膨大1~2倍，色泽鲜红，已完全成熟。果肉变软、汁多，总糖含量达46%~52%。果萼易脱落，种子成熟，黄白色。时间1天。

枸杞实生苗当年就能开花结实，以后随着树龄的增长，开花结果能力逐渐提高，36年后开花结果能力渐渐降低，结果年龄约30年。

管理良好的枸杞园，每公顷产干果750~1 125千克(4~5年生的枸杞树)，最高可达到每公顷产干果1 800~2 250千克(11~25年生的枸杞树)。55年以后产量就极少了。

一般将6~8月成熟的果称为夏果，9~10月成熟的果称为秋果。夏果产量较高，质量也好；秋果因气候条件差，产量低，品质也不及夏果。

枸杞的结果枝细分也有3种：一种是2年生以上的结果枝，习称“老眼株”，这种株开花结果早，开花能力强，坐果率高，果熟早（多为春果或夏果），是枸杞的主要果枝。第二种是当年春季抽生的果枝，产地称“七寸枝”，这种枝条开花结果时间稍晚，边抽生边孕蕾、开花、结实，花果期较长，结实能力也较强，但坐果率较低。第三种是当年秋季抽生的结果枝，当年也可以开花结果，但产量较低。

（三）枸杞的传说和考证

1. 枸杞的传说

（1）李时珍《本草纲目》收录《续仙传》云：“朱孺子见溪侧二花犬，逐入于枸杞丛下。掘之得根，形如二犬。烹而食之，忽觉身轻。”

（2）李时珍《本草纲目》收录周密《浩然斋日抄》云：“宋徽宗时，顺州筑城，得枸杞于土中，其形如羹状，驰献阙下，乃仙家所谓千岁枸杞，其形如犬者。”

（3）李时珍《本草纲目》收录：“兵部尚书刘松石，讳天和，麻城人。所集保寿堂方，载‘地仙丹’云：昔有异人赤脚张，传此方于猗氏县一老人，服之寿百余，行走如新，发白反黑，齿落更生，阳事强健。”

（4）陶弘景曰：“枸杞叶作羹，小苦。俗谚云：去家千里，勿食萝卜、枸杞。此言二物补益精气，强盛阴道也。”



枸杞根、实为服食家用，其说甚美，名为仙人之杖，远有旨乎。”

(5) 李时珍《本草纲目》收录《淮南枕中记》云：“西河女子服枸杞法：正月上寅采根，二月上卯治服之；三月上辰采茎，四月上巳治服之；五月上旬采其叶，六月上未治服之；七月上申采花，八月上酉治服之；九月上戌采子，十月上亥治服之；十一月上子采根，十二月上丑治服之。又有花、实、根、茎、叶作煎，或单榨子汁煎膏服之者，其功并同。世传蓬莱县南丘村多枸杞，高者一二丈，其根盘结甚固。其乡人多寿考，亦饮食其水土之气使然。又润州开元寺大井旁生枸杞，岁久。土人目为枸杞井，云饮其水甚益人也。”

(6) 李时珍《本草纲目》记：“古者枸杞、地骨取常山者为上，其他丘陵陂岸者皆可用。后世惟取陕西者良，而又以甘州者为绝品。今陕之兰州、灵州、九原以西枸杞，并是大树，其叶厚根粗。河西及甘州者，其子圆如樱桃，暴干紧小少核，干亦红润甘美，味如葡萄，可作果食，异于他处者。沈存中笔谈亦言：陕西极边生者高丈余，大可作柱。茎长数寸，无刺。根皮如厚朴。则入药大抵以河西者为上也。种树书言：收子及掘根种于肥壤中，待苗生，剪为蔬食，甚佳。”

(7) 宁夏中宁枸杞 宁夏中宁居民传说，很早以前，在一个风和日丽的早晨，一位白首童颜的仙翁飘然而