

Zoujin
DongchongXiacao

走近

冬虫夏草



天地灵气 岁月精华
自然生万物 尤以药为珍

神农赐福 华佗济世
千年文明积淀 万古渊源流长

冬虫夏草 位居三宝
雪域炼成圣药 高寒铸就尊贵

一药两兼有 动植

虫草子两相缠绵

滋补成尚品、名扬遍天下

钟氏医药 传承衣钵
光大中华文明 福泽芸芸众生

钟氏虫草行

典藏珍品 心归养生



【编著 ★ 钟双全 刘大来】

团结出版社



走近

冬虫夏草

【编著☆ 钟双全 刘大来】

图书在版编目 (C I P) 数据

走近冬虫夏草 / 钟双全, 刘大来编著.

— 北京: 团结出版社, 2012.6

ISBN 978-7-5126-1022-4

I. ①走… II. ①钟… ②刘… III. ①冬虫夏草—基本知识 IV. ①R282.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 131214 号

出 版: 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编: 100006)

电 话: (010) 65228880 65244790

网 址: www.tjpress.com

E-mail: 65244790@163.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 合肥中建彩色印刷厂

开 本: 1/16

字 数: 30 千字

印 张: 9

版 次: 2012 年 7 月 第 1 版

印 次: 2012 年 7 月 第 1 次印刷

书 号: 978-7-5126-1022-4/R.37

定 价: 36.00 元

(如果有印装差错, 请与本社联系)

冬虫夏草 位居三寶

雪域煉成全潔 高寒鑄就尊貴



序

使命悄然而至，责任由心而生。钟双全先生从四川南充的一个小山村启程，传承着祖上六代行医的中医世家，跋山涉水进入西藏那曲、果洛等地域，同人们共同生活，采挖虫草，从青龙场的一间小店蝶变为百年同仁堂敬之为对手的虫草、燕窝、人参行业的巨擘企业。钟双全先生用了30年的时间，建立起庞大的虫草营销网络，掌控着世界虫草的一定份额，来之不易。受朋友之托，双全先生编著的《走近冬虫夏草》一书叫我说几句，实感诚惶诚恐，冬虫夏草我不敢多说，双全先生对冬虫夏草的使命与责任让我敬佩，欣然接受。

“夏则为草，冬则为虫”，冰雪融化，土地解冻，紫红色的小草在羌塘草原阳光的照耀下闪着金黄色的光芒……它就是被称之为“药中之王”的冬虫夏草。

《走近冬虫夏草》一书从冬虫夏草形成、生长地域、气候环境、科学采掘、等级评判、真伪鉴别、常见饮食方法等方面进行了系统的诠释。旨在揭开冬虫夏草的神秘面纱，普及知识，正确了解冬虫夏草，反对虚夸，正视现实，回归原态，珍惜品质，让人们避免盲目追崇，给冬虫夏草的药用价值和保健作用作一个合乎情理的告白，使冬虫夏草真正走进百姓生活。这是双全先生编著《走近冬虫夏草》一书的出发点。

双全先生一生只做两件事：一件经营虫草，一件担当社会责任。先后解决百名残疾人员就业，援助十多个国家级贫困县，援建多所



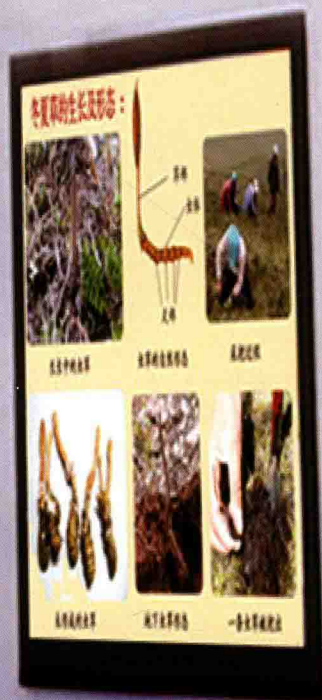
希望小学，长期资助 50 名失学儿童，向灾区捐资捐物折合人民币上千万元。不宣传，不图利，这种人格特质，敬仰之心，让我油然而生……。我祝双全先生心目中的钟氏虫草行成为百年老店，祝钟氏虫草走近百姓，走向世界。

汪辉君

目 录

中国冬虫夏草资源概述	3
冬虫夏草生态地理分布特征	13
冬虫夏草分布区的气候特点	25
中国冬虫夏草资源主要分布地区	33
冬虫夏草的常见形态特征	43
冬虫夏草的大致分类	52
中国主要的冬虫夏草介绍	56
冬虫夏草常见的分级方法	68
冬虫夏草的鉴别及常见伪品	80
冬虫夏草的科学采掘	98
冬虫夏草的科学研究	110
冬虫夏草常见的食用方法	120

中国冬虫夏草资源概述



天地灵气 岁月精华

自然生万物 尤以药为珍

神农赐福 华佗济世

千年文明积淀 万古渊源流长

冬虫夏草 位居三宝

雪域炼成圣药 高寒铸就尊贵

一草兼有 动植

虫草两相缠绵

滋补成尚品、名扬遍天下

钟氏医药 传承衣钵

光大中华文明 福泽芸芸众生

钟氏虫草行

典藏珍品 心归养生

中国冬虫夏草资源概述

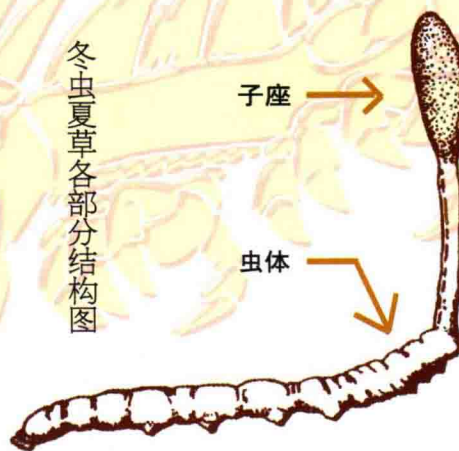
冬虫夏草的由来

冬虫夏草又称冬虫草、虫草，藏名是“牙扎滚布”，它是麦角菌科植物冬虫夏草菌寄生在蝙蝠蛾科昆虫幼虫体内长出的子座（又称“草头”）及幼虫尸体的复合体（图 1-1），它是一种动物昆虫与植物真菌的结合体，虫是虫草蝙蝠蛾的幼虫，草是虫草真菌。

前人曾有诗云：“冬虫夏草名符实，变化生成一气通。一物竟

能兼动植，
世间物理信
难穷。”特
别值得一提
的是，广义
上的虫草有
很多，据统
计虫草全球
约有 500 多个
品种，国内
约有 90 种，
如冬虫夏草、
亚香棒虫草、

凉山虫草、新疆虫草、分枝虫草、霍克虫草、蛹虫草等等，广义上



(图 1-1) 冬虫夏草各部分结构图

的虫草种类如此之多，但对我们有药用保健价值的只有一种：冬虫夏草，它生长在海拔 3000-5000 米的青藏高原地区，产区内海拔高、气温低、自然环境恶劣，虫草真菌对寄主的选择非常专一，迄今没有发现除寄生于蝙蝠蛾幼虫以外的任何幼虫，因此冬虫夏草是中国青藏高原独有的特产药材。因此我们通常所说的虫草是指狭义上的虫草即冬虫夏草，大家在阅读有关内容时一定要注意这个概念，本书所说的虫草是专指冬虫夏草。



(图 1-2) 产于我国青藏高原及其边缘地带的冬虫夏草

中国冬虫夏草只产于我国青藏高原及其边缘地带，一般生长在海拔 3000 ~ 5000 米的气候高寒、土壤湿润、土层较厚且含一定有机质的树林草甸上和草坪上；由于土质的缘故，生长在树林草甸上的冬虫草颜色以暗黄棕色、棕褐色或褐色为主，生长在草坪上的冬虫草则以黄棕色或暗黄棕色为主；前者多产自四川、云南、甘肃，后者多产自西藏、青海，其中以西藏那曲和青海玉树所产冬虫夏草品质最佳。此外，印度、尼泊尔、不丹也产冬虫夏草与我国相比，

产量极低。

(图 1-3) 适合蝙蝠蛾生存的草植物



每当盛夏，在海拔 3000 米以上的高原草甸上，花身体小的成年蝙蝠蛾便将千千万万个虫卵产在地上，经一个月左右孵化后蛾卵变成小虫，再钻进潮湿疏松的土壤里，吸食植物根茎的营养，逐渐将身体养得洁白肥胖。土层里有一种球形的虫草真菌子囊孢子，当虫草蝙蝠蛾幼虫受到孢子侵袭后便钻进地面浅层，孢子在幼虫体内生长，幼虫的内脏就一点点消失，最后幼虫头朝上尾朝下而死去，这时虫体变成了一个充满菌丝的躯壳，埋藏在土层里，这就是“冬虫”。经过一个冬天，到第二年春夏季，菌丝又开始生长，从死去幼虫的口或头部长出一根紫红色的小草，高约二至五厘米，顶端有菠萝状的囊壳，这就是“夏草”。这样，幼虫躯壳与长出的小草共



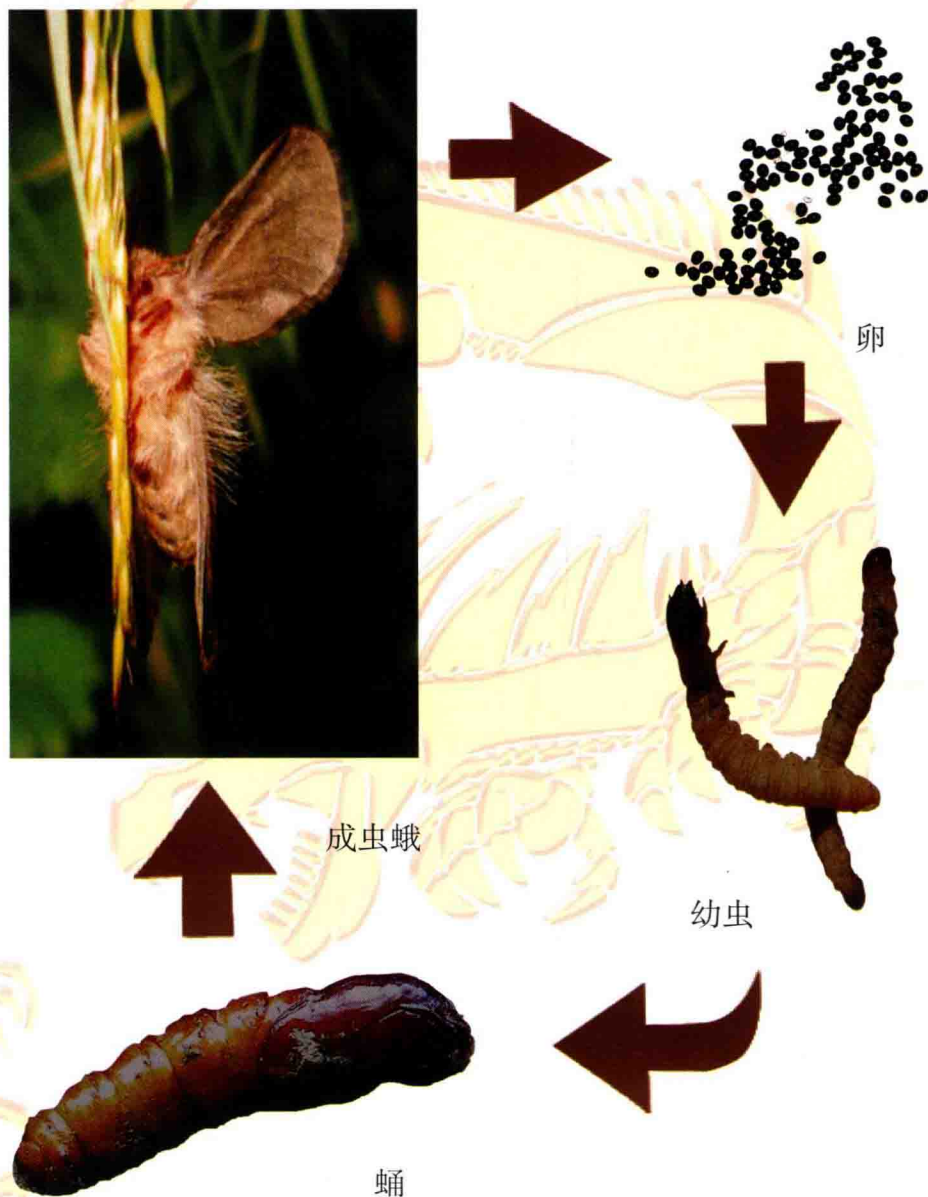
同组成了一个完整的“冬虫夏草”。



冬虫夏草形成过程

(图 1-6)

蝙蝠蛾的繁衍过程



(图 1-5)



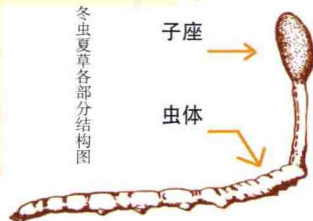
成品冬虫夏草



冬虫夏草各部分结构图

子座

虫体



蝙蝠蛾幼虫一旦和一种真菌相遇，它的生命轨迹将发生改变，这种真菌就是冬虫夏草菌。冬虫夏草菌的孢子挥发出来后，随风散落在地，在雨水的作用下渗入土层中，如果孢子恰好和蝙蝠蛾幼虫相遇，便会黏附在幼虫身上，在条件适宜的情况下孢子就会萌发出芽管，这些尖状的芽管通过幼虫的口腔、气孔等通道侵入幼虫体内，并形成真菌菌丝。这种菌丝利用幼虫体内的有机物质作为营养，直到把幼虫的生命耗尽，留下一具被菌丝所充满的躯壳。春天来临，寄居在蝙蝠蛾幼虫体内的真菌冒出地面长成一株深褐色的“小草”。



幼虫



被毛孢



