



BENCAO  
LUHUI



# 本草芦荟

—— 天然药用·美容·保健植物

主 编 赵永安 赵 平 赵青梅  
编 委 黄冬青 李岳训 张泽时



陕西科学技术出版社

# 本草芦荟

——天然药用、美容、保健植物

主 编 赵永安 赵 平 赵青梅  
编 委 黄冬青 李岳训 张泽时

陕西科学技术出版社

本草芦荟

——天然药用、美容、保健植物

主编 赵永安

陕西科学技术出版社出版

(西安北大街 131 号)

新华书店发行 西北工业大学印刷厂印刷

850 毫米×1168 毫米 32 开本 8.25 印张 20 万字

1999 年 6 月第 1 版 1999 年 6 月第 1 次印刷

印数:1—5 000

ISBN 7-5369-3000-3/R·733

定价:15.80 元

# 前 言

从历史发展的观点认识芦荟，对人类的健康与长寿有着非常重要的意义。芦荟的使用历史悠久，并不是新发现的药用植物。具有关资料介绍，世界上芦荟的使用约有四千年历史，中国种植芦荟的历史亦有数千年，李时珍的《本草纲目》一书已对芦荟作了详细论述。人类社会是从何时起使用芦荟，目前无法考证，但随着社会和科学技术的发展和人类不断地实践，人们对芦荟的应用价值有了更加深入地了解。尤其是在第二次世界大战以后，现代科学技术的进步，对芦荟作了进一步深入研究和开发，人类对芦荟作用的理解和利用有了飞跃的发展，“芦荟热”正在全世界兴起。

本书对天然药用保健植物芦荟，从古到今，从药理到实验，从开发利用到栽培管理等都作了较全面系统的介绍，并且详细叙述了芦荟在药用、美容、保健、食用和栽培等方面的知识，以此来帮助读者认识、了解和利用芦荟，让广大读者从中受益。

目前随着社会的发展，人们生活水平的提高，出现了威胁人类健康和生命的“生活方式”病。这是由于饮食不平衡，对营养科学缺乏研究而造成的。本书从“药

食同源”的思想出发，根据中医学的观点，在第四章中不仅对芦荟应用在饮食治病方面作了详细的论述，而且还将中医学中有关解释疾病和食疗方面的知识作了详细的介绍。这些科学知识对维护身体健康很有益处。芦荟与食疗结合使用可使两者相辅相成，收益更大。

时代的前进，社会的发展，人类文化物质生活水平的提高，医疗卫生条件的不断完善，人们的平均寿命普遍延长。我国过去有句俗语“人活七十古来稀”，现在“人活七十不稀奇”了。但是，在社会逐步走向老龄化的今天，如何健康与长寿已成为人们极为关注的问题。人们常说这样一句话：“健康长寿是人生的最大幸福”。可是当前的医疗费用不断增长，而天然的中草药芦荟，可助你一臂之力，尤其对家庭更适用，它易栽培，使用简便，有病治病无病健身，可谓一举两得。

本书会同医务工作者、归国留学者、研究生等人一道合作，收集查阅了不少资料，花费了很多时间编写的，希望它能成为我们向社会公众所做的一点贡献。

本书对芦荟爱好者、科研工作者、植物学者、制药、食品、化妆品生产者以及家庭养殖者，都有参考价值。若有不妥当之处，衷心希望得到广大读者的批评指正。

# 目 录

|                          |        |
|--------------------------|--------|
| 第一章 芦荟概述 .....           | ( 1 )  |
| 第一节 芦荟简介 .....           | ( 1 )  |
| 1. 芦荟的名称、属科及形态 .....     | ( 1 )  |
| 2. 芦荟名词探源 .....          | ( 1 )  |
| 3. 芦荟的原产地 .....          | ( 2 )  |
| 4. 芦荟的品种 .....           | ( 2 )  |
| 第二节 芦荟简史 .....           | ( 4 )  |
| 1. 古埃及时代 .....           | ( 5 )  |
| 2. 西欧的芦荟历史 .....         | ( 5 )  |
| 3. 芦荟在中国 .....           | ( 7 )  |
| 4. 芦荟在日本 .....           | ( 11 ) |
| 5. 芦荟在朝鲜半岛 .....         | ( 12 ) |
| 6. 中国芦荟在东南亚地区 .....      | ( 13 ) |
| 7. 芦荟在其它国家和地区的大致情况 ..... | ( 14 ) |
| 第二章 芦荟贵在药用 .....         | ( 15 ) |
| 第一节 芦荟的化学成分 .....        | ( 16 ) |
| 第二节 芦荟的成分分析 .....        | ( 19 ) |
| 第三节 芦荟的药理作用 .....        | ( 23 ) |
| 第四节 现代研究与临床应用 .....      | ( 28 ) |
| 第三章 芦荟是美容佳品 .....        | ( 38 ) |
| 第一节 美容 .....             | ( 38 ) |
| 第二节 皮肤与保健 .....          | ( 40 ) |
| 第三节 皮肤保养常识 .....         | ( 43 ) |
| 第四节 使用芦荟美容、护肤的方法 .....   | ( 47 ) |

|                           |         |
|---------------------------|---------|
| 第五节 用芦荟护理头发 .....         | ( 52 )  |
| 第四章 芦荟用于健身食用和观赏 .....     | ( 66 )  |
| 第一节 芦荟的防病和健身功能 .....      | ( 66 )  |
| 第二节 药食同源与芦荟食疗 .....       | ( 67 )  |
| 1. 药食同源与药的由来 .....        | ( 67 )  |
| 2. 药膳、食疗是保健和医疗的重要方面 ..... | ( 70 )  |
| 3. 食物与治病 .....            | ( 72 )  |
| 4. 营养与健康 .....            | ( 74 )  |
| 5. 常见的食补、食疗举例 .....       | ( 78 )  |
| 6. 芦荟的食疗(包括茶、酒、饮料等) ..... | ( 169 ) |
| 第三节 芦荟的观赏作用 .....         | ( 189 ) |
| 第五章 芦荟的加工使用及注意事项 .....    | ( 197 ) |
| 第一节 芦荟的炮制加工提取法 .....      | ( 197 ) |
| 第二节 芦荟提取液的应用 .....        | ( 203 ) |
| 1. 芦荟提取液用于化妆品 .....       | ( 204 ) |
| 2. 芦荟提取液用于药品 .....        | ( 223 ) |
| 3. 芦荟原汁和凝胶用于食品 .....      | ( 226 ) |
| 4. 芦荟原汁用于安全杀虫剂 .....      | ( 227 ) |
| 5. 芦荟提取液的其它应用 .....       | ( 229 ) |
| 第三节 使用芦荟注意事项 .....        | ( 231 ) |
| 第六章 芦荟的栽培与管理 .....        | ( 234 ) |
| 第一节 芦荟生长的特点与选苗 .....      | ( 234 ) |
| 第二节 芦荟的盆栽培育法 .....        | ( 235 ) |
| 第三节 芦荟的地栽培育法 .....        | ( 238 ) |
| 第四节 芦荟的繁殖法 .....          | ( 240 ) |
| 第五节 芦荟病虫害的预防 .....        | ( 242 ) |
| 第六节 芦荟过冬法 .....           | ( 243 ) |
| 附：编者答问录 .....             | ( 245 ) |
| 参考文献 .....                | ( 257 ) |

# 第一章 芦荟概述

## 第一节 芦荟简介

### 1. 芦荟的名称、属科及形态

芦荟是属百合科多年生常绿多肉质草本植物。芦荟 (Aloe)，异名有卢会 (《药性论》)、象胆 (《本草拾遗》)、奴会 (《开宝本草》)、劳伟 (《生草药性备要》)、油葱、龙角芦荟、龙角草、奴货、草芦荟、罗苇等等。

芦荟耐旱力强，外形似剑麻，千姿百态，有高达 20 米的，也有不足 5 厘米的，叶从茎出，肉质簇生，叶片呈半圆柱型狭长披针形，叶边上既长有小壮刺，也有柔软型的，在花茎上开花，花呈橘红色、黄色或有赤色斑点，呈圆状，长约 2 厘米，尖端裂成 6 瓣的穗状。

### 2. 芦荟名词探源

芦荟 (Aloe)，有人认为来源于阿拉伯文 Alee，苦味的意思，这是从芦荟的味苦而联想得出来的，并无足够的证据；有的人认为库拉索芦荟 (Aloevera) 译音与闽南话“芦荟”非常接近，据此揣测“芦荟”为舶来品无疑；

在《南海药谱》：“芦荟，树脂也，《本草》不细委之，谓是象胆，殊非也”，《开宝本草》：“卢会，俗呼为象胆，盖以其味苦如胆故也”；还有一种说法，“芦荟”有两个来源，来自两种外观不同的植物，今天已知都是芦荟。李中立著《本草原始》根据这种药材的称谓和它的性能、来源，正式记为“芦荟”“芦”，黑色也；“荟”，聚也。本品木脂液凝集色黑如饴，故名。

由此看来，“奴货”或“奴会”有可能是从“Aloevera”翻译出来的，也有可能从西域传入我国时已有“Aloevera”的药名。如是后者，起先当译为“奴货”或“奴会”，辗转成了现今的统一名称“芦荟”。

### 3. 芦荟的原产地

芦荟属热带植物，原产地为高温的非洲北部地区，非洲、地中海沿岸、中近东以及我国南方一些地区也有生长。现在世界各地基本上都有分布。

### 4. 芦荟的品种

芦荟是一个科属，至少有 300 个品种以上，其中，非洲大陆就有 250 多种左右，马达加斯加大约有 40 种，有 10 种分布在阿拉伯等地。据有关资料介绍，已发现的芦荟有 548 种。另外还没有分类的品种也很多，再加上一些变异的品种，整个芦荟的品种超过 600 种。有的生物学家按照特征分类，甚至把芦荟分成 1000 种以上。芦荟

在我国云南南部元江、海南岛、雷州半岛有野生，广东、广西、福建、四川等地一般都在温室栽培。芦荟的品种繁多，但其中可供药用的只有十几种，可食用的仅五六种，其余皆为观赏植物。

现就几种常用的药用芦荟品种介绍如下：

库拉索芦荟 *Aloevera*，多年生草本植物，茎极短，叶簇生于茎顶，直立或近于直立，肥厚多汁，呈狭披针形，长 15~36 厘米，宽 2~6 厘米，先端长渐尖，基部宽阔，呈粉绿色，边沿有刺状小齿；花茎单生或稍分枝，高 60~90 厘米；总状花序疏散，花点垂，长 2.5 厘米，黄色或有赤色斑点；花被筐状，6 裂，裂片稍外弯；雄蕊 6，花药丁字着生；雌蕊 1~3 室，每室有多数胚珠；蒴果三角形，室背开裂，花期二三个月。

库拉索芦荟原产非洲北部地区，目前南美洲西印度群岛广泛栽培，我国也有栽培。其叶汁浓缩物即中药“老芦荟”，又名肝色芦荟。

好望角芦荟 *Aloefeyoxmill*，茎直立，高 3~6 米，叶 30~50 片，簇生于茎顶；叶片披针形，长达 60~80 厘米，宽约 12 厘米，具刺，深绿色至兰绿色，被白粉；圆锥状花序长 60 厘米左右，花梗长约 3 厘米，花被 6，呈管状，基部连合，上部分离，微外卷，淡红色至黄绿色，带绿色条纹；雄蕊 6 枚，花药与花柱、蒴果外露。

好望角芦荟分布在非洲南部地区，主产于南非共和国的凯普州，有凯普达温输出其叶汁浓缩物，即中药

“新芦荟”，又名：透明芦荟。产品呈棕黑色而发绿，质轻而酥脆，易破碎，断面平滑而具玻璃样光泽，遇热易熔化成流质，其余与老芦荟同，质量较老芦荟差。

斑纹芦荟 (*Aloer ar chinensis* (HAW) berser)，亦称中华芦荟。古药典中也称之为油葱（《岭南杂记》）、象鼻草（《植物名实图考》）、蔑草、龙蔑草、龙角、乌七（《纲目拾遗》）、象鼻莲、罗纬草、罗纬花等等。属多年生肉质草本，根系须状，短茎或无茎，容易发小苗。这种芦荟在我国福建、台湾、广东、广西、云南、四川等地均有栽培，云南元江、海南岛、雷州半岛一带有野生。云南元江野生芦荟植株较大，民间广用为草药、美容药物，其叶、花、根均可入药。

龙角芦荟 *Aloe arborescens millvarnata lenris bers*，又名狼牙掌，其叶基生，肥厚多汁，呈披针形，兰绿色，叶缘有荆棘状锯齿，叶面被白粉。花开于夏秋之间，柠檬黄色，花上有暗红色斑，七八月盛开，原产于非洲南部及阿拉伯地中海沿岸一带。我国云南有野生，“滇芦荟”就分布在那一地区，其它地区均为人工栽培。龙角芦荟性凉，有清热解毒的功效，也可作药用，主治烫火伤、肺热、咳嗽、痈肿，但有小毒。

## 第二节 芦荟简史

芦荟有神奇的药用功能，因而引起众多人的重视，而

且它是正在被深入研究开发中的植物。

## 1. 古埃及时代

芦荟远在公元前 20~30 世纪就有之。四千年前的古埃及及民间处方笺中，已记载着芦荟被非洲当地居民作泻剂使用。在埃及金字塔所发现的“纸草”《耶比鲁斯·巴比路斯》一书，是历史上最早的芦荟记载史册，此书存在莱比锡大学。根据“纸草”处方笺的记载，芦荟当时就和番红花、龙胆紫、鸦片等药用植物同时应用。当时芦荟主要用来作泻剂、安眠药，以及苦味剂。也注意到了芦荟的美容作用，据说，历史上有名的埃及艳后克利佩脱拉的美丽容颜完全得自于芦荟所赐，她那雪白的肌肤，闪亮的秀发，都是由于她经常使用芦荟的缘故。

## 2. 西欧的芦荟历史

知道芦荟对创伤有疗效是在希腊文化时代，芦荟被当作伤药来使用。马其顿帝国亚历山大皇帝（公元前 333 年征服了非洲东部的苏克得拉岛，此岛是芦荟原产地之一。他利用这里的芦荟来治疗伤兵，当时受伤而化脓的伤兵，使用芦荟医治后，很快获得痊愈，并再度参战。他们在不习惯外国饮食时，也饮芦荟汁来调节。此后，亚历山大帝继续东征时，下令士兵携带大量芦荟。征服波斯之后，立刻再征服阿富汗、印度西北部肥沃三角地带，在公元前 324 年凯旋巴比伦。亚历山大建立了跨欧亚非

三洲的大帝国，据说芦荟立了很大的功劳。

罗马帝国第五位皇帝尼罗大帝（公元 37--68 年）的侍医在所著《埃及本草》一书中，对芦荟有较详细的记载：“芦荟具有收敛作用，能使人产生睡意，并有强身、清胃干燥等作用。只要将二匙药和开水（有人认为是和牛奶）喝下即可。如果将适量的药和水同时喝下的话，可以治疗黄疸症，抑止吐血。如果和树脂同时服下，或配水或蜂蜜服用的话，可以使胃部懈弛。如果过量的话，便具有下泻作用。若将粉末敷在伤口上，便能将伤口治好”。芦荟对于肿瘤或是性器官的溃疡有疗效，能使幼儿包皮伤口早日痊愈。芦荟加入甜葡萄酒的话，能治疗肛门的肿瘤或臀部的皮肤病，也能止痔疮出血，亦可治疗手上的赘肉，以及由于扑打撞跌的瘀血。如果加入蜂蜜可以治蓄脓症。用芦荟治疗脱毛时，加些葡萄酒涂在上面即可。如扁桃腺发炎、齿龈发炎等一些口腔疾病，同样用芦荟加些蜂蜜和葡萄酒涂在上面即可。还可以把芦荟装在灼热的陶器中不停地搅动，把有粘质的部分去除，剩余的油质部分可以用来当作眼药。此外，能治愈眼角的疥癣和眼角部的瘙痒。头痛之时，只要加些醋和玫瑰油，涂在额头或鬓角便能治愈。

《意大利本草》则补充记载说：“月事不顺的妇女，每天早上只要吃 3 颗芦荟丸即可。把芦荟冲茴香水或玫瑰水洗眼的话，可以改善视力”。尼罗大帝是一位杀害母亲和妻子，迫害基督教徒，恶行昭著的暴君。因此，他时

常产生一种被受害者灵魂困扰之感，经常失眠、头痛。后来他每天靠用一杯冲淡的芦荟汁，来镇定神经，恢复精力。

在《新约圣经》的“约翰福音”第十九章结束部分有如下一段描述：“当尼克雷摩到耶稣那里的夜晚，他带着百斤左右的橡胶汁和芦荟汁的混合液去。他们把耶稣的尸体取下，按照犹太人埋葬的习惯，装入香料之后，再用麻布卷起来”。这显然是将芦荟当作防腐剂使用了。

### 3. 芦荟在中国

芦荟在中国的历史也渊源流长，据有人推测，这个古老植物已有数千年之久。最早的记载见之于隋末唐初的医书。由于亚历山大远征波斯，使得芦荟的药用功效不久经过“丝绸之路”为中国人所知晓。

西域的药物是在唐代才大量传到中国的，芦荟也是在此时传入的。关于芦荟的药用记载，目前的线索有以下几部药典：

隋末唐初，甄权所著《药性本草》即载有：“卢会…单用，杀疳蛔，吹鼻，杀脑疳，除鼻痒”。所言即芦荟。

唐开元年间，陈飘器所著《本草拾遗》中也载有：“诃会，俗呼象胆，以其味苦如胆也”。

唐代诗人刘禹锡在看过《政和本草》和《本草图经》之后，在“传方”中写出他的经验说：“我年轻时患癣症，最初仅仅在颈部，后来蔓延到左耳上，接着变成

湿疮。我用斑蝥、狗腱、桃根诸药来治疗，都不见效果，湿疮反而日益扩大。后来楚州一位药商教我使用芦荟一两，炙甘草半两研磨成粉。先用湿布将患处洗过，用布擦干之后，涂上芦荟粉末，很快湿癣就皮干痊愈”。这些记载说明了早在唐代以前芦荟已经成为一种民间药物。

宋时，芦荟已正式记载在由朝廷编撰的几部“本草”书上。关于芦荟的记载，在中国最早的是《公定本草》。一些御医奉宋太祖赵匡胤之命，在开宝六年完成的《开宝本草》二十卷中亦有记载。

《开宝本草》其中关于芦荟的记载如下：“芦荟主治热风烦闷，胸膈之间的热气，能使视力明亮，心神安定。能治小儿肝火上升、惊风、疳积，能杀三虫，治疗疮痿，解巴豆毒”。

明李时珍的《本草纲目》中对芦荟作了详细的记载：“芦荟……俗称象胆，因为像动物胆汁那样味苦的缘故得名。这种芦荟产于波斯国，其模样象黑色麦芽糖，是树上的黏汁”。根据这一记载，可以判定当时芦荟传入我国的可能是芦荟干块，而不是栽培状态的芦荟植株。

从考证芦荟的历史中，即以李时珍《本草纲目》作为重要依据，还参考了其它一些药典，各家医书对芦荟的药效的探讨更加全面、深入，现摘选如下：“芦荟，寒能除热，苦能泄燥湿，苦能杀虫，至苦至寒，故为除热杀虫之要药。其主热风烦闷，胸膈间热气，明目，镇心，小儿癫痫惊风，疗五疳，杀三虫者，热则生风，热能使

人烦闷，热除则风热烦闷及胸膈间热气自解。凉肝故明目，除烦故镇心”。（《本草经疏》）

“芦荟，凉肝杀虫之药也。凡属肝脏为病，有热者，用之必无疑也。但味极苦，气极寒，诸苦寒药无出其右者。其功力主消不主补，因内热气强者可用之，如内虚泄食少者禁之”。（《本草汇言》）

“芦荟，入厥阴肝经及冲脉。其功能专于杀虫清热。冲脉为病，逆气里急及经事不调，腹中结块上冲，与小儿疳热积滞，非此不除”。（《本经逢原》）

“芦荟，杀小儿疳蛔。主吹鼻杀脑疳除鼻痒”。（《药性论》）

“芦荟，治肝火，镇肝风，清风热，解心烦，止渴生津，聪耳明目，消牙肿，解大毒”。（《本草再新》）

“近世以芦荟为更衣药，盖以其清燥除热之功也”。（《要约分剂》）

芦荟在中国民间的应用历史悠久，而且还积累了不少使用芦荟的经验。我国闽南、云南、台湾、广东潮汕、广西北海地区、海南岛和四川的局部地区，自古以来民间就有盆栽芦荟的习惯。许多地方的妇女长期把它作为天然的护发珍品，因而流传至今。现在这些地方仍然可以见到上了年纪的妇女用芦荟美发的古老习惯：每天清晨对镜梳妆时，都要用梳子“锯”开芦荟鲜叶，蘸上一点芦荟汁液，涂在头发上，然后再梳理头发，天天如此。对他们来说，现在青年们乱花钱买来的什么护发素、发

乳、发油等花样儿，那有天然叶汁的好用。事实是如此，用芦荟叶汁梳头，既好梳，又能固定发型，去头屑，止头痒，不生虱子。有些年届古稀的老大娘至今头发仍然乌黑油亮，甚至胜过年青人。除了作为美容外，在芦荟的药用方面，也摸索到了很多方法。

闽南俗话“爱隋（意美）抹水，爱嫁抹奴货（即芦荟）”。闽南语“隋”音 shui，意即漂亮，“嫁”音 se，芦荟音 le（奴），荟 he（货），闽南习惯地把芦荟叫做“奴货”，说明自古以来芦荟就是女子梳妆打扮的心爱用物。甚至有的地方在操办嫁妆时，往往把培植好的盆栽芦荟扎上红花，作为必不可少的嫁妆送到了婆家。

在有栽培芦荟的地方，当地的草药医生大都对芦荟倍加推崇，他们常常把芦荟叶晒干或从老药店买来老芦荟或新芦荟末备用，不管什么皮肤病，使用芦荟几乎都有效果。如有的将芦荟叶放在热砖头上治疗脚沉底（脚底积脓），芦荟叶切碎炖猪瘦肉治疗扁桃腺发炎等等。

在云南南部少数民族地区，居民将野生的中国芦荟叫做“烫伤草”。有人被汤火烫伤，用芦荟敷贴效果较好，愈后几乎不留疤痕。

随着世界性芦荟热潮，中国的台湾省对芦荟已家喻户晓。从洗脸、滋润、按摩、敷面到洗发、沐浴等各种各样的芦荟产品应有尽有。台湾的《皇医汉药大览》上详尽地记载了生叶药用芦荟。在中国南方大量种植以及野生的斑纹芦荟（称中国芦荟）是库拉索芦荟的变种。