



餐桌上的中药

# 田七

陈惠中 宋媛 编著



田七因治疗各种出血、瘀血、跌打损伤、骨折等症疗效良好被成为“金不换”“血参”，入药能散瘀止血，消肿定痛，加工成菜肴味道鲜美，营养丰富，是不可多得的药食两用保健佳品。



金盾出版社

餐桌上的中药

# 田七

陈惠中 宋媛 编著



金盾出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

餐桌上的中药——田七 / 陈惠中, 宋媛编著. —北京: 金盾出版社, 2015.1  
ISBN 978-7-5082-9762-0

I . ①餐… II . ①陈… ②宋… III . ①三七—基本知识 IV . ① R282.71

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 242136 号

### 金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号 (地铁万寿路站往南)

邮政编码: 100036 电话: 68214039 83219215

传真: 68276683 网址: [www.jdcbs.cn](http://www.jdcbs.cn)

封面印刷: 北京鑫海达印刷有限公司

正文印刷: 北京铭传印刷有限公司

装订: 北京铭传印刷有限公司

各地新华书店经销

开本: 720 × 1000 1/16 印张: 12

2015年1月第1版第1次印刷

定价: 22.00元

---

(凡购买金盾出版社的图书, 如有缺页、  
倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)



## 前言

田七作为一味药食同源的中药，早已被人们所熟知，有“人参之王”的美誉。田七入药已有悠久的历史，早在明朝以前，许多本草著作和医书中就有了关于田七的记载。《医门秘旨》云：“田七草，本出广西，七叶三枝，故此为名。用根，类香白芷。”

田七性温，味甘微苦。归肝、胃、大肠经，具有止血散瘀、消肿止痛的功效。著名医家李时珍在《本草纲目》中云：“味微甘而苦，颇似人参之味，凡杖扑伤损，瘀血淋漓者，随即嚼烂，罨之即止，青肿者即消散。若受杖时，先服一、二钱，则血不冲心，杖后尤宜服之，产后服亦良，大抵此。”《本草新编》称：“田七根，止血之神药也，无论上、中、下之血，凡有外越者，一味独有奇效，加入于补气补血之药中则更神，盖此药有得补而无沸腾之患，补药得此而有安静之休也。”《本草纲目拾遗》记载：“人参补气第一，田七补血第一，味同而功亦等，故人并称曰人参田七，为药品中最珍贵者。”清代黄元御的《玉楸药解》记载田七能“和营止血、通脉行瘀，行瘀而敛新血”。现代《中国医药大辞典》记载：“田七功用补血，祛瘀血损，止血衄，能通能补，功效最良，是方药之最珍贵者。田七生吃，祛瘀生新，消肿定痛，并有止血不留瘀血，行血不伤新的优点；熟食可补益健体。”由此可见，田七具有独特的药用疗效和广泛的应用价值。

如今，随着科学技术的进步，人们对田七的研究逐步得到了认识，而田七也逐渐被广泛应用到了人们的日常生活中。田七可与众多食材、药材搭配来做汤、粥、茶、酒等，既能促进身体健康，又能享受美味。

本书共分为三章。第一章介绍的是田七的基本知识，包括田七的分类与分级，田七的炮制、加工、使用、选购及贮藏，田七的营养成分与功效，田七的常见配伍及对症疗效，田七的食用量与食用禁忌，田七的生物学特征，通过对田七的深入浅出的阐述，让广大读者对田七能有全面的认识。

第二章主要介绍了关于田七的养生佳肴，其中包括了滋补汤煲、养生粥品及健康茶饮，还详细地介绍了其材料、做法、营养功效、重点提示等内容，让读者朋友不仅可以学习到如何运用该食材制作美味佳肴，同时又深入的解到食

物的主要食疗功效。

第三章介绍的是运用田七来调养病症，其中包括了高血压、糖尿病、高脂血症、冠心病、心绞痛、动脉硬化、脑卒中、肝硬化、脂肪肝、胃溃疡、贫血、骨折、崩漏，对这 13 类疾病的病症介绍、致病原因、病症表现进行了简明扼要的阐述，为读者推荐了多种对症食疗方，同时结合田七的功效，不仅可以让广大读者防病强身，还可达到康复养生的目的。

衷心希望本书能为广大读者提供一定的帮助，同时，本书在编撰的过程中难免出现纰漏，欢迎广大读者提出宝贵意见。





# 目录

## 第一章 认识田七



### 田七的分类与分级

田七的品种分类 ..... 2

田七的国家分级标准 ..... 3

### 田七的炮制、加工、使用、选购及贮藏

田七的炮制方法 ..... 5

田七的加工方法及产品有哪些 ..... 5

田七的食用方法有哪些 ..... 6

如何选购优质田七 ..... 7

如何辨别田七的真伪 ..... 7

怎么贮藏田七不变质 ..... 8

常见的田七伪品 ..... 8

### 田七的营养成分与营养功效

田七的营养成分 ..... 10

田七的营养功效 ..... 10

### 田七的常见配伍及对症疗效

与人参配伍同食 ..... 12

与黄芪配伍同食 ..... 12

与阿胶配伍同食 ..... 12

与血竭配伍同食 ..... 13

与红花配伍同食 ..... 13

与生地黄配伍同食 ..... 13

与侧柏叶配伍同食 ..... 13

与当归配伍同食 ..... 14

与早莲草配伍同食 ..... 14

与山茱萸配伍同食 ..... 14

与党参配伍同食 ..... 14

与桂枝配伍同食 ..... 15

与川芎配伍同食 ..... 15

与桃仁配伍同食 ..... 15

与前胡配伍同食 ..... 15

与白芍配伍同食 ..... 16

与山楂配伍同食 ..... 16

与丹参配伍同食 ..... 16

与白茅根配伍同食 ..... 16

与菊花配伍同食 ..... 17

与灵芝配伍同食 ..... 17

与沙参配伍同食 ..... 17

与麦冬配伍同食 ..... 17

与茯苓配伍同食 ..... 18

与莲藕配伍同食 ..... 18

与猴头菇配伍同食 ..... 18

与冬瓜配伍同食 ..... 18

与玉米配伍同食 ..... 19

与猪瘦肉配伍同食 ..... 19

与猪心配伍同食 ..... 19

与牛肉配伍同食 ..... 19

与鸡肉配伍同食 ..... 20

与乳鸽配伍同食 ..... 20

与鸭肉配伍同食 ..... 20

## 田七的食用量与食用禁忌

田七的用法用量 .....	21
田七的适应证有哪些 .....	21
哪些人不宜服用田七 .....	21

## 田七的生物学特性

田七药材的特征 .....	22
田七植株的形态 .....	22

## 第二章 养生田七菜肴



### 滋补汤煲

香菇田七鸡汤 .....	24	双草田七脊骨汤 .....	39
茄子田七肉汤 .....	25	田七牛筋汤 .....	40
山药田七炖鸡汤 .....	26	田七藕蛋酒汤 .....	40
人参田七炖土鸡 .....	27	田七牛鞭汤 .....	40
二参田七猪腰汤 .....	28	木耳田七大枣汤 .....	41
板栗田七羊肉汤 .....	29	田七陈皮乌鸡汤 .....	41
田七板栗排骨汤 .....	30	田七木瓜乌鸡汤 .....	41
牛肉田七煲冬瓜 .....	30	桑豆田七鸡汤 .....	42
田七山药牛肉汤 .....	31	猪脑田七汤 .....	42
田七玉米排骨汤 .....	31	桂圆田七排骨汤 .....	42
麦冬田七米羹 .....	32	山药莲七猪肚汤 .....	43
五味子田七羊腰汤 .....	32	田七麦冬鸭汤 .....	43
板栗田七鸡汤 .....	33	马蹄田七茅根汤 .....	43
阿胶田七牛肉汤 .....	33	田七海马滋补汤 .....	44
胡萝卜田七猪蹄汤 .....	34	杜仲田七虾汤 .....	44
虫草田七海马汤 .....	34	田七玉竹炖甲鱼 .....	44
薏米田七猪蹄汤 .....	35	田七豉蓉鸡汤 .....	45
田七党参生鱼汤 .....	35	田七红花煮鸽蛋 .....	45
牛肉海带田七汤 .....	36	归七百合兔肉汤 .....	45
田七大枣牛尾汤 .....	36	田七麦芽肉汤 .....	46
田七鱼肚冬菇汤 .....	37	田七煲蟹汤 .....	46
参芪田七鹧鸪汤 .....	37	田七大枣炖鲤鱼 .....	46
灵芝石斛七参汤 .....	38	田七花鹅肝汤 .....	47
田七木瓜猪蹄汤 .....	38	白果田七鸭汤 .....	47
田七苓皂脊骨汤 .....	38	田七猪肚鸡汤 .....	47
薏米苓七脊骨汤 .....	39	<b>养生粥品</b>	
蛇舌草田七脊骨汤 .....	39	薏米田七鸡肉粥 .....	48

鸡腿田七瘦肉粥 .....	49	田七鸡蛋红糖粥 .....	65
鹌鹑田七瘦肉粥 .....	50	田七鸽肉粥 .....	65
猪腰田七羊肉粥 .....	51	田七海鲜粥 .....	65
田七天冬粥 .....	52	田七枸杞瘦肉粥 .....	66
田七山药豆粥 .....	52	田七什锦菌菇粥 .....	66
猪肉田七香菇粥 .....	53	田七双豆粥 .....	66
莲芪田七猪心粥 .....	53	百合田七粥 .....	67
冬菇田七鸡肉粥 .....	54	田归羊肉生姜粥 .....	67
枸杞田七煲鸡粥 .....	54	田七豆腐虾米粥 .....	67
鸭肉枸杞田七粥 .....	55	<b>健康茶饮</b>	
大枣田七鸭肉粥 .....	55	人参田七大枣茶 .....	68
枸杞田七鹌鹑粥 .....	56	首乌芝麻田七茶 .....	69
虾仁田七黄芪粥 .....	56	沙参田七五味茶 .....	70
首乌田七小米粥 .....	57	田七菊花决明茶 .....	71
杜仲田七鹌鹑粥 .....	57	桑麻田七糖水 .....	72
茯苓田七大枣粥 .....	58	五味子田七茶 .....	72
山药田七麦冬粥 .....	58	菊花田七人参茶 .....	73
田七芝麻粥 .....	59	大枣田七五味子茶 .....	73
红藤田七粥 .....	59	田七菊槐绿茶 .....	74
阿胶田七大枣粥 .....	59	菊花田七枸杞茶 .....	74
田七薏米粥 .....	60	田七山楂茶 .....	75
阿胶田七糯米粥 .....	60	田七山楂红花茶 .....	75
山药田七桂圆粥 .....	60	灵芝田七绿茶 .....	76
当归黄芪田七粥 .....	61	田七郁金丹参茶 .....	76
田七白及糯米粥 .....	61	天麻田七茶 .....	77
参七桂圆粥 .....	61	田七韭菜茶 .....	77
田七山药姜粥 .....	62	田七甜汁饮 .....	77
阿胶田七地黄粥 .....	62	田七核桃蜜茶 .....	78
田七土豆萝卜粥 .....	62	田七人参枸杞茶 .....	78
田七鱈鱼粥 .....	63	田七花蜜茶 .....	78
田七腊肉粥 .....	63	田七鸡内金茶 .....	79
阿胶田七甜粥 .....	63	田七花茶 .....	79
田七猪腰姜片粥 .....	64	灵芝田七大枣茶 .....	79
田七田鸡粥 .....	64	田七杜仲绿茶 .....	80
田七杂粮养生粥 .....	64	田七莲子大枣茶 .....	80



山药田七菊花茶 .....	80
田七花麦冬茶 .....	81
田七花菊花绿茶 .....	81
田七橄榄茶 .....	81

田七舌草薏葵茶 .....	82
玫瑰田七花茶 .....	82
田七莲心茶 .....	82

### 第三章 妙用田七调理身体



#### 高血压

莲藕田七排骨汤 .....	84
蒺藜天麻鱼头汤 .....	85
人参田七乳鸽汤 .....	86
西洋参田七乳鸽汤 .....	86
虫草田七炖甲鱼 .....	87
杜仲田七牛肉汤 .....	87
山楂田七降压汤 .....	88
人参田七大枣粥 .....	88
田七槐花降压茶 .....	89
丹参田七保健茶 .....	89
田七降压药茶 .....	90
田七槐花菊花茶 .....	90
田七花旗参菊花饮 .....	90
蝎子田七丹玄瘦肉汤 .....	91
天麻田七甲鱼汤 .....	91
田七炖鹌鹑 .....	91

#### 糖尿病

菠菜田七猪肚汤 .....	92
田七冬菇炖鸡 .....	93
山药田七鳝鱼汤 .....	94
甲鱼田七芡实汤 .....	94
豆腐田七香菇粥 .....	95
生姜田七猪肚粥 .....	95
羊肉生姜田七粥 .....	96
田七枸杞桑叶茶 .....	96
田七鳝鱼汤 .....	97
山药田七粥 .....	97
川贝田七蛋 .....	97

#### 高脂血症

山楂田七粥 .....	98
丹参田七炖鸡 .....	99
人参田七乌鸡汤 .....	100
灵芝丹参粥 .....	100
白果田七瘦肉粥 .....	101
木耳田七山药粥 .....	101
冬瓜田七竹笋粥 .....	102
当归田七乌鸡粥 .....	102
山楂田七绿茶饮 .....	103
菊花田七山楂茶 .....	103
田七猴头菇汤 .....	104
田七首乌排骨汤 .....	104
田七山楂玉米粥 .....	104
田七首乌粥 .....	105
田七菊花粥 .....	105
丹参田七煮蛋 .....	105

#### 冠心病

山楂田七茶 .....	106
田七二仁乳鸽汤 .....	107
当归田七乌鸡汤 .....	108
白及猪蹄汤 .....	108
花生田七猪蹄汤 .....	109
当归田七瘦肉汤 .....	109
桂枝田七猪心汤 .....	110
兔肉田七粥 .....	110
田七丹参茶 .....	111
丹参田七活血茶 .....	111
鲜姜田七饮 .....	112

田七灵芝猪腱汤 .....	112
灵芝田七瘦肉汤 .....	112
附子田七羊肉汤 .....	113
高丽参田七鸡汤 .....	113
田七甲鱼汤 .....	113

### 心绞痛

田七莲子猪心汤 .....	114
当归田七炖鸡 .....	115
田七薤白鸡肉汤 .....	116
田七煮阿胶 .....	116
当归田七炖猪心 .....	117
桂圆田七羊肉粥 .....	117
桂圆田七参须粥 .....	118
人参枸杞田七粥 .....	118
人参田七茶 .....	119
田七丹参茶 .....	119
田七灵芝饮 .....	120
灵芝田七山楂饮 .....	120

山药田七牛肉汤 .....	120
田七炖乳鸽 .....	121
田七螃蟹汤 .....	121
人参田七粥 .....	121

### 动脉硬化

田七叶乌鸡煲 .....	122
山药田七肉片汤 .....	123
胡萝卜田七羊肉汤 .....	124
百合田七鸽肉汤 .....	124
当归田七山楂汤 .....	125
豆腐田七木耳粥 .....	125
人参田七枸杞粥 .....	126
田七绿茶 .....	126
田七瘦肉汤 .....	127
田七木耳猪脊骨 .....	127
田七木耳田鸡汤 .....	127

### 脑卒中

田七鸡蛋汤 .....	128
-------------	-----

莲子田七鹌鹑煲 .....	129
鸡内金田七鳝鱼汤 .....	130
灵芝田七肉片汤 .....	130
枸杞田七煲猪肚 .....	131
党参田七瘦肉汤 .....	131
鳝鱼当归田七粥 .....	132
西洋参田七茶 .....	132
田七木耳瘦肉汤 .....	133
田七炖水蛇汤 .....	133
田七猪心 .....	133

### 肝硬化

田七鸡丝汤 .....	134
花生兔肉汤 .....	135
鸡骨草田七猪肚汤 .....	136
花旗参田七乌鸡汤 .....	136
虫草田七鸭汤 .....	137
虫草田七枸杞鸭汤 .....	137
鸭肉田七冬菇粥 .....	138
洋参田七大米粥 .....	138
田七红花茶 .....	139
茵陈姜糖茶 .....	139
花旗参田七汤 .....	140
田七鸡骨草汤 .....	140
花旗参田七虫草鸡汤 .....	140
田七丹参麦冬粥 .....	141
丹参灵芝田七粥 .....	141
田七蒸猪肉 .....	141

### 脂肪肝

莲藕田七冬瓜汤 .....	142
胡萝卜田七鲫鱼汤 .....	143
冬瓜田七排骨汤 .....	144
冬瓜田七薏米鸭 .....	144
鳝鱼田七大枣粥 .....	145
田七玉米须粥 .....	145
枸杞田七鸽粥 .....	146
田七丹参绿茶 .....	146

田七云苓扁豆粥 .....	147
田七茄子煲 .....	147
百合田七焖瘦肉 .....	147

### 胃溃疡

田七郁金炖乌鸡 .....	148
参芪田七炖鸡 .....	149
田七首乌当归鸡汤 .....	150
党参田七大枣汤 .....	150
甲鱼田七大枣粥 .....	151
山药田七菇枣粥 .....	151
山药田七竹笋粥 .....	152
山药田七冬菇粥 .....	152
香菇田七猪蹄粥 .....	153
田七大枣黄芪茶 .....	153
茅根田七奶 .....	154
田七大枣饮 .....	154
田七鲜藕橙汁 .....	154
沙参田七饮 .....	155
花旗参佛手田七饮 .....	155
田七豆腐汤 .....	155

### 贫血

菊叶田七猪蹄汤 .....	156
当归芍药多味排骨 .....	157
麦枣田七桂圆汤 .....	158
土豆田七牛肉汤 .....	158
羊排田七滋补煲 .....	159
黄芪田七牛肉汤 .....	159
田七鸽子汤 .....	160
田七生鱼汤 .....	160
阿胶田七补血粥 .....	161
大枣田七党参茶 .....	161
桂圆芡实田七牛肉汤 .....	162
人参田七羊肉汤 .....	162
田七排骨鸡脚汤 .....	162
田七田鸡汤 .....	163
大枣田七田鸡汤 .....	163

田七花生塘虱鱼汤 .....	163
----------------	-----

### 骨折

当归田七鸡汤 .....	164
牛膝猪腰汤 .....	165
牛膝田七鱧鱼汤 .....	166
花生田七排骨汤 .....	166
田七猪骨粥 .....	167
田七养血止痛粥 .....	167
牛肉田七西红柿汤 .....	168
枸杞田七牛肉汤 .....	168
田七首乌葡萄粥 .....	169
田七归芪茶 .....	169
田七杜仲板栗猪腰汤 .....	170
田七牛尾汤 .....	170
田七当归羊肉汤 .....	170
桂圆田七鸡 .....	171
田七炖虾 .....	171
田七炖鱼头 .....	171

### 崩漏

田七玉竹桂圆汤 .....	172
槐花猪肠汤 .....	173
大枣田七乌鸡汤 .....	174
薏米田七鸡腿汤 .....	174
莲子薏米田七汤 .....	175
党参枸杞猪腰汤 .....	175
田七粉粥 .....	176
当归田七鹌鹑粥 .....	176
槐花田七山楂茶 .....	177
玫瑰田七益母茶 .....	177
田七莲藕汤 .....	178
田七白茅根饮 .....	178
核桃田七墨鱼汤 .....	178
益母草田七墨鱼汤 .....	179
鱼肚田七汤 .....	179
田七莲藕蛋羹 .....	179



# 认识田七



本章全面介绍了田七的相关常识，其中包括了田七的分类与分级，田七的炮制、加工、使用、选购及贮藏，田七的营养成分与营养功效，田七的常见配伍及对症疗效，田七的食用量与食用禁忌及田七的生物学特性等方面内容。

田七具有多种功效，能起到活血化瘀、消肿止痛等多种不同作用，是不可多得的药食两用的材料。

本章将为大家全面介绍“活血之最”——田七，也希望大家可以为大家普及更多关于田七的使用知识。



## 田七的分类与分级

这部分全面介绍了田七的分类与分级。田七主要是以采收季节、种植方法来作为分类的标准，同时也详细介绍了田七的国家分级标准，这样有助于读者对田七建立起基础的认识。

### 田七的品种分类

田七又称为三七，正规的品种分类中常称之为田七。

田七的分类方法，常用的有两种。

#### 1. 按采收季节分类

从采收季节上进行分类，主要有春田七和冬田七两种。

##### (1) 春田七

在结子之前采挖的田七，就称为春田七。一般春田七采挖的季节是八月底至十月初。

春田七的品质最佳，尤其以个体较大、体重、色好、光滑、坚实而不空泡者为最好。

##### (2) 冬田七

结子以后采收的为冬田七，冬田七皱纹较多，较春田七质量较次。

#### 2. 按种植方法分类

从种植方法的不同进行分类，则包括：普通田七、优质田七、绿色田七、有机田七4种。

##### (1) 普通田七

普通田七在种植过程中不规范使用肥料和农药，成熟时收挖，分剪加工后进入市场销售。

普通田七一级个头均匀饱满，带少量的乳苞，不超规格；普通田七二级有乳苞，实际的规格不足。

##### (2) 优质田七

优质田七的农残和重金属含量达到有关田七的地方和国家标准。

目前，由于优质田七亩产低，产量较小，但是市场需求较大，所以价格通常会比较高。

##### (3) 绿色田七

绿色田七从种子的培育和筛选、种植、加工及包装、销售等环节都严格规范操作。尤其在种植过程中，由生态农业代替传统化学农业，从而保证了绿色田七的内在品质。

##### (4) 有机田七

有机田七，指的是在生态环境质量符合规定标准的土地上，并且在生产过程中不允许使用任何化学合成物质，严格按照特定的生产操作规程进行生产、加工、运输、仓库管理及包装，并经过专门机构进行认定检验，最终达到有机食品标准的一类田七。



● 优质的田七一般个头比较大、质量重、体表光滑，而且呈棕黑色，质地也比较坚硬。

## 田七的国家分级标准 - - - - o

但春田七和冬田七标准有所不同。

现行标准如下：

### 1.春田七

#### 春田七级别分类

级别标准	头数	形状	色泽	质地	味道	长度	品质
一等	20头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克20头内，长不超过6厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
二等	30头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克30头内，长不超过5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
三等	40头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克40头内，长不超过5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
四等	60头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克40头内，长不超过4厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
五等	80头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克80头内，长不超过3厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
六等	120头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甘	每500克120头内，长不超过2.5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
七等	160头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克160头内，长不超过2厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变

续表

级别标准	头数	形状	色泽	质地	味道	长度	品质
八等	200头	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克200头内，长不超过2厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
九等	大二外	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克250头内，长不超过1.5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
十等	小二外	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克300头内，长不超过1.5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
十一等	无头数	圆锥形或圆柱形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克450头内，长不超过1.5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
十二等	筋条	圆锥形或类圆形	表面灰黄色或黄褐色，断面灰褐色或灰绿色	坚实、体重	味苦、微甜	每500克450~600头内，长不超过1.5厘米	无杂质、无虫蛀、无霉变
十三等	剪口	不分春田七、冬田七，主要是田七的芦头及糊七，均称为剪口					

## 2. 冬田七

冬田七的分级标准也分为13个等级，不同等级的头数标准与春田七的相同，但

表面灰黄色，有皱纹或者抽沟，不饱满，体稍轻。断面黄绿色。无杂质、无虫蛀、无霉变。



## 田七的炮制、加工、使用、选购及贮藏

这部分全面介绍了田七的炮制、加工、使用、选购及贮藏。田七是常见的中药材之一，通过不同的炮制、加工方法可以呈现不同的药材形态，使田七的功能更加凸显，而介绍田七的使用、选购及贮藏，可以使我们更好地利用田七。

### 田七的炮制方法

#### 1. 田七片的炮制方法

取田七原药材，除去杂质，洗净，大小分开，淋水、润软，切极薄薄片，干燥。田七片为薄片状，切面灰绿色、黄绿色或灰白色，木部呈放射状排列，外皮灰褐色或灰黄色。气微，味苦，回甜。

#### 2. 田七粉的炮制方法

取田七原药材，洗净，干燥，加工成细粉或者超细粉。

#### 3. 熟田七的炮制方法

①取田七，打碎，分大小块，用食用油炸至表面棕黄色，取出，沥去油，放凉后研细粉。②取田七，洗净，放置蒸笼里蒸透，及时切片，干燥，或者放凉后研细粉。

### 田七的加工方法及产品有哪些

随着人们对田七的逐步研究，目前涌现出的关于田七的成品，已经不局限于药用，还拓展到了食品、饮料、保健品、化妆品等领域。

市面上的田七产品主要有以下几种：

#### 1. 蜈蚣玉液

蜈蚣玉液以全蝎、田七、土鳖虫、蜈蚣、水蛭、白花蛇、苏合香、当归、枸杞子、肉苁蓉等为主要原料，经过浸泡而成，有通络止痛、攻毒散结、熄风直痉、补气养血的功效。可用于高血压、高血脂等。

#### 2. 田七力康片

田七力康片以田七提取物、灵芝孢子粉为主要原料制成，具有抗疲劳、耐缺氧的功效。可用于易疲劳者。

#### 3. 唐脂康胶囊

唐脂康胶囊以田七、何首乌提取物、桑叶提取物等为主要原料制成，具有调节血脂、降低血糖的功效。可用于高血糖、高血脂。

#### 4. 止血片

止血片以地锦草、田七为主要原料制成，具有祛瘀止血、消肿定痛的功效。可用于消化道出血、衄血、吐血、血小板减少性紫癜等。

#### 5. 牛膝健步颗粒

牛膝健步颗粒以黄芪、附子、牛膝、田七等为原料制成，此药有益气血、补肝肾、祛寒湿、通络止痛的功效。可用于关节疼痛、肿胀、屈伸不利等。

#### 6. 田七沉金散

田七沉金散以田七、沉香、郁金、延胡索、冰片为主要原料制成，有活血化瘀、理气止痛的功效。可用于心绞痛。

#### 7. 田七散

田七散以田七、白芥子、桃仁为主要原料制成，有活血行气、消肿止痛、止血化瘀的功效。可用于心绞痛。

#### 8. 愈疮生肌散

愈疮生肌散以黄芪、人参、云南白



药、白芍、延胡索、白及、田七等为主要原料制成，有益气养血、健脾益胃的功效。可用于消化性溃疡、胃溃疡等。

### 9. 珍黄丸

珍黄丸以珍珠粉、田七粉、猪胆汁、人工牛黄等为原料制成，有清热解毒、消炎止痛的功效。可用于扁桃体炎、牙周炎、虫咬伤。

### 10. 褥疮酒

褥疮酒以田七、红花、樟脑为原料制成，有活血化瘀、理气止痛的功效。可用于褥疮早期没破者。

### 11. 心痛宁片

心痛宁片以田七粉、冰片为原料制成，有活血化瘀、止痛的功效。可用于冠心病、心绞痛。

### 12. 田七血伤宁胶囊

田七血伤宁胶囊以田七、重楼、紫珠、山药、冰片等为原料，经过科学加工而成，有止血镇痛、祛瘀生新的功效。

## 田七的食用方法有哪些

田七不仅可以入药，有理气活血、止血散瘀的功效，而且在日常饮食中也随处可见。

常见的田七食用方法有以下几种：

### 1. 做菜

田七可以用来炒菜，可采用炖、煮、炒、蒸等烹饪方式。如田七冬菇鸡、田七西红柿牛肉锅等美味佳肴，适合大部分人食用。

### 2. 煎汁

将田七直接放入锅中，加水煎煮，去渣取汁，也可以和多种不同的中药材、食材调和使用，例如田七与仙鹤草、侧柏叶、枸杞子、当归、白芍、旱莲草一同煎

汁，可达到活血通络、养血调经的功效，可用于月经不调。

### 3. 煲汤

田七是一种补气血的中药材，可以与多种食材一起煲汤。

田七与牛肉一起煲汤，有活血化瘀、益气消肿的功效，可用于气虚瘀阻型出血症；田七与羊肉一同煲汤，可益气活血、补血调经，可用于气虚、血瘀所致的身体瘦弱、畏寒等；田七与鸡肉一同炖汤，有化瘀止血、活血止痛的功效。



将田七与食材一同入锅煲汤，可以很好地发挥田七补气血的作用。

### 4. 制酒

田七可以制酒，一般是以食用田七作为制酒原料，去除杂质，洗净，切碎，与白酒一同浸泡30天以上，药酒具有消肿定痛、活血散瘀、舒筋止痛的功效。

### 5. 熬粥

田七可以与多种食材一起熬粥，如田七与人参一同熬粥，具有化瘀活血、益气通络的功效，适用于冠心病、心绞痛；田七与灵芝一同煮粥，具有益气补血、活血通络的功效，可用于神经衰弱；田七与玉米一同煮粥，具有补益脾肾、活血降脂的