



餐桌上的中药

当归

陈东银 宋媛 编著



当归是血家圣药，既能止血、养血，又能活血、行血，在我国古代医药典籍中，当归有着“药王”的称号。



金盾出版社



餐桌上的中药

当归

陈东银 宋媛 编著



金盾出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

餐桌上的中药——当归 / 陈东银, 宋媛编著. —北京: 金盾出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5082-9674-6

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 203228 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

封面印刷: 北京鑫海达印刷有限公司

正文印刷: 北京鑫海达印刷有限公司

装订: 北京鑫海达印刷有限公司

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

当归是血家圣药,既能止血、养血,又能活血、行血,在我国古代医药典籍中,当归有着“药王”的称号。

当归原产自中国甘肃省岷县,而之所以取名为当归,有着“应当归来”的意思。唐诗有云:“胡麻好种无人种,正是归时又不归。”而明代医药学家李时珍还从当归调经种子的药效出发,在《本草纲目》中解释了当归命名的由来:“古人娶妻为嗣续也。当归调血,为女人要药,有思夫之意,故有‘当归’之名。”古书《药学辞典》则说:“当归因能调气养血,使气血各有所归,故名当归。”

当归作为药材,其性温,味甘、辛,归肝、心、脾经,能起到补血活血、调经止痛、润肠通便、滋阴润燥的作用。《神农本草经》中有记载:“当归,主咳逆上气,温疟寒热洗洗在皮肤中,妇人漏下绝子。诸恶疮疡、金疮,煮饮之。”李时珍的《本草纲目》中又记载:“(当归)治头痛、心腹诸痛,润肠胃、筋骨、皮肤,治痲疽,排脓止痛,和血补血。”又如《本草新编》中所言:“当归,味甘辛,气温,可升可降,阳中之阴,无毒。虽有上下之分,而补血则一。入心、脾、肝三脏。但其性甚动,入之补气药中则补气,入之补血药中则补血,无定功也。”古书《注解伤寒论》又云:“脉者血之府,诸血皆属心,凡通脉者必先补心益血,故张仲景治手足厥寒,脉细欲绝者,用当归之苦温以助心血。”

如今,当归常被应用到日常饮食中,尽管味道不是特别好闻,但经过处理,再与多种食材、药材搭配来做汤、粥、菜、茶等,既能促进身体健康,又具有多种功效,因此越来越受到人们的欢迎。

本书共分为三章。

第一章全面介绍了当归的相关常识,包括当归的分级与分类,当归的炮制、加工、使用、选购及贮藏,当归的成分与功效分析,当归的常见配伍及对症疗效,当归的食用原则与禁忌,当归的生物学特性等内容,让大家能够较全面地认识到女科之圣药——当归。

第二章主要介绍了当归的养生佳肴,共分为四个部分,其中包括滋补汤煲、养生粥品、美味小菜及健康茶饮,同时还详细介绍了制作当归佳肴的材料及做法,并补充了营养功效和重点提示等内容,让读者在学习烹饪当归美食的同时,对

每一道具体的当归佳肴都有更为深入的认识，还能吸取更多关于当归养生的知识，让身体更健康。

第三章主要介绍运用当归来调养病症的食疗方，包括了冠心病、心律失常、头痛、痛风、贫血、糖尿病、低血压、类风湿关节炎及儿科疾病、妇科疾病、男科疾病、皮肤病，并对这些疾病的致病原因、病症表现进行了简明扼要的阐述，并推荐了大量的药膳食疗方。可以让读者通过阅读本书，了解防病强身、康复养生的方法。

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 认识当归



当归的分类与分级

当归的品种分类	2
当归的国家分级标准	5

当归的炮制、加工、使用、选购及贮藏

当归应该如何炮制	7
当归的加工方法及产品有哪些	9
如何选购优质当归	9
市面上几种主要的当归伪品	10
当归的包装和贮藏	12
当归的使用方法有哪些	12

当归的成分与功效分析

当归的营养成分	14
当归的营养功效	15

当归的常见配伍及对症疗效

与羊肉配伍同食	18
与猪肉配伍同食	18
与海参配伍同食	18
与鸡肉配伍同食	19
与虾配伍同食	19
与黄瓜配伍同食	19
与胡椒配伍同食	19
与金银花配伍同食	20
与大枣配伍同食	20

与枸杞子配伍同食	20
与桂圆配伍同食	20
与桑葚配伍同食	21
与赤芍配伍同食	21
与黄芪配伍同食	21
与白芍配伍同食	21
与川芎配伍同食	22
与熟地黄配伍同食	22
与附子配伍同食	22
与柏子仁配伍同食	22
与荆芥配伍同食	23
与人参配伍同食	23
与白术配伍同食	23
与生地黄配伍同食	23
与桃仁配伍同食	24
与丹参配伍同食	24
与田七配伍同食	24
与吴茱萸配伍同食	24
与延胡索配伍同食	25
与何首乌配伍同食	25
与肉苁蓉配伍同食	25
与独活配伍同食	25
与防风配伍同食	26
与鸡血藤配伍同食	26

与肉桂配伍同食	26
与木香配伍同食	26

当归的食用原则与禁忌

当归的性味归经	27
当归的用法用量	27
哪些人适宜食用当归	27

哪些人不宜食用当归	28
哪些食物不宜与当归同食	28

当归的生物学特性

当归药材的特征	29
当归植株的形态特征	29

第二章 当归养生佳肴



滋补汤煲

当归猪肚羊肉汤	32	羊肉姜归汤	48
当归墨鱼汤	33	归芪猪肝汤	49
当归蚝肉山药汤	34	当归桂圆鸡肉汤	49
当归乌鸡墨鱼汤	35	当归大枣鸭肉汤	50
归芪乌鸡汤	36	当归胡椒瘦肉乳鸽汤	50
当归炖猪心	37	当归冬菇猪脚汤	50
归芪板栗鸡汤	38	当归人参鹿肉汤	51
当归猪蹄汤	39	当归党参牛肉汤	51
莲子当归鸡汤	39	当归排骨胡萝卜汤	51
核桃仁当归瘦肉汤	40	当归枸杞白鳝汤	52
当归羊肉汤	40	当归乳鸽汤	52
归芪乌鸡腿汤	41	当归羊肉甲鱼汤	52
桂圆当归猪腰汤	41	当归花生牛筋汤	53
当归大枣牛肉汤	42	猪心当归洋葱汤	53
海参当归鸡腿汤	42	莲藕当归猪脊骨汤	53
当归生姜羊肉汤	43	当归羊肝汤	54
当归煮芹菜	43	当归桂圆首乌汤	54
当归牛腩	44	当归牛筋黄鳝汤	54
当归鲈鱼汤	44	当归黑豆羊肉汤	55
当归山楂汤	45	当归鲳鱼汤	55
当归甲鱼煲	45	当归猪红冬葵汤	55
当归鸡肝汤	46	当归瘦肉陈皮汤	56
桂圆枣归猪皮汤	46	当归黄芪鲤鱼汤	56
当归萝卜猪排汤	47	当归牛肚大枣汤	56
羊肉当归姜汤	47	当归枸杞虾仁汤	57
归参炖母鸡	48	当归鲍鱼汤	57
		当归桑叶鸡肉汤	57

养生粥品

当归猪蹄粥.....	58
海参当归粥.....	59
当归鹌鹑枸杞粥.....	60
当归马蹄粥.....	61
当归枸杞墨鱼粥.....	61
大枣当归乌鸡粥.....	62
当归薏米补血粥.....	62
当归姜丝羊肉粥.....	63
羊肉当归黄芪粥.....	63
黄芪当归田七粥.....	64
当归燕麦桂圆粥.....	64
当归砂煲八宝粥.....	64
当归黑米糯米大枣粥.....	65
排骨当归白菜粥.....	65
薏米白果当归粥.....	65
当归大枣粥.....	66
当归糯米鸭粥.....	66
赤豆当归粥.....	66
当归猪腰粥.....	67
当归核桃冰糖粥.....	67
枸杞当归粥.....	67
当归黄瓜粥.....	68
当归乌鸡粥.....	68
当归猪肉粥.....	68
当归鱼肚粥.....	69
大枣当归菊花粥.....	69
当归银杏鸡粥.....	69
当归海参鸡肉粥.....	70
当归山楂牛肉粥.....	70
大枣百合当归甜粥.....	70
当归瘦肉生姜粥.....	71
当归猪心粥.....	71
当归鸭肉粥.....	71

美味小菜

当归醉鸡.....	72
当归排骨酥羹.....	73
当归韭菜荳炒猪肝.....	74

大枣当归鸡腿.....	75
当归泡芹菜.....	75
当归猪腰.....	76
当归黄芪蒸鸽.....	76
归参炒鳝丝.....	76
香酥参归鸡.....	77
当归黄瓜肉丝.....	77
当归炖河鳗.....	77
酒香草虾.....	78
当归炒猪血.....	78
归地炒羊肉.....	78
归芪烧鱼翅.....	79
桂圆当归炖肉.....	79
当归炒什锦.....	79
当归煮鸡腿.....	80
归杞炒兔肉.....	80
当归白芸豆炒肉.....	80
当归炖牛肉.....	81
当归烧草鱼.....	81
当归煨泥鳅.....	81
当归浸凤爪.....	82
当归狮子头.....	82
归杞煮白菜.....	82
当归醉虾.....	83
当归煨猪肉皮.....	83
当归焖鸭.....	83
当归煨狗肉.....	84
当归蒸鸡条.....	84
当归烧驴肉.....	84
当归鸡翅.....	85
凉拌归肚.....	85
瑶柱当归乌鸡腿.....	85

健康茶饮

当归桃仁茶.....	86
当归润颜茶.....	87
当归黄芪茶.....	88
白芍当归茶.....	88
当归大枣茶.....	89

当归饮.....	89
山楂当归糖饮.....	89
银花当归茶.....	90
当归山楂大青叶茶.....	90
归苏茶.....	90
二仙当归茶.....	91
当归益母草花茶.....	91
归甲饮.....	91
当归山楂双白饮.....	92

当归苻蓉大枣茶.....	92
当归熟地枣茶.....	92
当归火麻仁蜂蜜饮.....	93
香附当归蜂蜜饮.....	93
当归藕节饮.....	93
益母草当归鸡蛋茶.....	94
当归蛇舌草枇杷叶饮.....	94
归尾赤芍蜂蜜饮.....	94

第三章 妙用当归调理身体



冠心病

当归四物乌鸡汤.....	96
当归三七乌鸡汤.....	97
参归山药猪腰汤.....	97
当归牛尾虫草汤.....	98
当归菖蒲猪心汤.....	98
当归灵芝银耳茶.....	99
田七乌鸡当归煲.....	99
当归补阳汤.....	100
当归桃红四物汤.....	100
当归补肾化痰汤.....	100
当归补心汤.....	101
当归参芪白芍饮.....	101
虫草当归酒.....	101

心律失常

当归黄芪乌鸡汤.....	102
当归党参大枣鸡汤.....	103
橙子当归鸡煲.....	103
归参牛尾汤.....	104
当归党参银耳汤.....	104
当归枸杞猪心粥.....	105
当归郁金猪蹄汤.....	105
核桃排骨当归汤.....	106
归芪大枣鸡汤.....	106
归芪白芍瘦肉汤.....	107

当归枸杞鱼头汤.....	107
当归淮山枸杞猪心.....	108
当归黄芪泥鳅汤.....	108
当归参灵鸡.....	108
当归阿胶参黄酒.....	109
百合当归汤.....	109
当归益气通心汤.....	109

头痛

当归川芎鱼头汤.....	110
大枣当归蛋汤.....	111
当归羊肉羹.....	112
当归养血胜风汤.....	113
当归煮酒.....	113
当归补血汤.....	113
当归化痰止痛汤.....	114
当归芍药汤.....	114
当归郁金楂橘饮.....	114
当归四妙汤.....	115
当归土茯苓降浊汤.....	115
当归牛筋祛瘀汤.....	115

痛风

归芪猪腰汤.....	116
党参当归蒸鳝鱼.....	117
独活当归粥.....	118
熟地羊肉当归汤.....	118

当归伸筋汤.....	119
乳香当归桃仁汤	119
当归二藤汤.....	119

贫血

参归枣鸡汤.....	120
当归白术炖鸡块	121
熟地当归鸡汤.....	122
双色牡蛎当归.....	123
葡萄当归煲猪血	124
当归熟地烧羊肉	124
归七炖乌鸡.....	125
当归甘草蛤蚧汤	125
归药炖乌鸡汤.....	126
当归核桃药膳汤	126
冬菇归胶玉米粥	127
鱼肉豆腐当归煲	127
大枣猪肚当归汤	127

糖尿病

当归白术鲤鱼汤	128
玉竹参归炖猪心	129
当归黄花菜炖瘦肉	130
当归益气粥.....	130
猪腰炖党参当归	130
当归阿胶汤.....	131
当归润燥汤.....	131
当归益肾化瘀汤	131

低血压

十全大补当归鸡汤	132
当归水蛇汤.....	133
当归五加皮酒.....	133
紫薯当归鸡汤.....	134
当归黄芪猪肝汤	135
当归黄芪粥.....	136
当归鸭肉面条.....	136
归芪大枣鸡蛋汤	136
归参茸大补膏.....	137
当归鹿茸参桂酒	137

参芪当归汤.....	137
------------	-----

类风湿关节炎

红凤菜当归素面线	138
当归独活防风酒	139
当归水萝卜牛肉汤	139
当归鸡血藤炖肉	140
当归独活寄生汤	140
当归寒湿痹汤.....	140
当归除痹汤.....	141
当归补脾消痹汤	141
当归雷公藤酒.....	141
归参羊肉汤.....	142
当归二皮三草汤	142
当归羌活汤.....	142
当归薏米牛筋牛膝汤	143
归芍饮.....	143
当归养生滋补汤	143

儿科疾病

当归面线.....	144
当归芍药多味排骨	145
当归苦参饮.....	145
当归清热散结汤	146
当归通圣汤.....	146
当归清暑温下汤	146
当归二甲龙牡饮	147
赤芍枳壳当归汤	147
当归车前麻黄汤	147
党参当归汤.....	148
当归黄芪散.....	148
当归赤芍人参散	148
当归人参香桂散	149
当归赤芍二黄散	149
当归黑豆活血汤	149

妇科疾病

当归养血止痛粥	150
当归四物鸡汤.....	151
熟地当归鸡.....	152

当归红花补血粥	152
三七当归猪蹄汤	153
首乌归芍鸡	153
当归田七炖鸡	154
当归活血乌鸡汤	154
首乌当归鸡汤	155
当归调经茶	155
归芪蒸鸡	156
当归地榆汤	156
归芍益母草饮	156
当归温经汤加减方	157
当归生地饮	157
当归黄芪桂枝饮	157
当归白芍饮	158
芪归大枣饮	158
当归肠宁汤	158
山楂当归饮	159
当归黑豆饮	159
荆归四物汤	159
当归薄荷红豆饮	160
当归川芎红花饮	160
熟地当归仙茅汤	160
当归温经汤	161
柴胡山楂当归饮	161
当归丹栀散	161

男科疾病

当归桂枝红参粥	162
当归苁蓉炖羊肉	163
当归土茯苓鱈鱼汤	164
菟丝当归鸽	164
归地六黄丸	165
当归柴胡郁金汤	165
仙茅淫羊藿当归汤	165
五子当归补血汤	166
太子参熟地当归汤	166
仙灵脾苁蓉当归汤	166
当归生地茅根汤	167

当归益精汤	167
当归熟地附片汤	167
当归益肾种子汤	168
当归解毒汤	168
当归消结汤	168
当归祛瘀汤	169
当归疏肝散结方	169
香桂当归丹参汤	169
归芍柴胡汤	170
当归泻火汤	170
归芍甘菊汤	170
熟地当归鹿角胶汤	171
当归鞭酒	171
当归玉茎涌泉饮	171

皮肤病

鱈鱼归参粥	172
连翘地肤归苓汤	173
当归龙胆泻肝汤	173
女贞子首乌鸡汤	173
当归固表消风汤	174
当归羌活升麻汤	174
桃仁红花当归汤	174
当归土鳖虫柴胡汤	175
当归参芪川芎汤	175
麻黄乌梢蛇归芍汤	175
芪归银花地丁汤	176
当归润肤饮	176
当归加味四物汤	176
当归加味温清饮	177
白芍当归丹皮汤	177
当归乌梅酊	177
当归白鲜皮饮	178
当归退斑汤	178
当归首乌饮	178
银花花粉当归汤	179
当归祛风养血汤	179
当归凉血解毒方	179



认识当归



本章全面介绍了当归的相关常识，不仅介绍了当归的分类与分级，当归的炮制、加工、使用、选购与贮藏，当归的成分与功效分析，当归的食用原则与禁忌等内容，还介绍了有关当归的生物学特性的相关常识内容。

当归是一味补血养血的药材，含有多种营养成分，其营养价值高。作为药食两用的健康补品，当归尤其适合调补身体之用。

下面就让我们来认识补血之圣药——当归。



当归的分类与分级

本节主要介绍了当归的分类与分级。当归主要是以产地、分布地来分类，常见的有二十多种品种，分布于我国各大省市，同时，还详细介绍了国家的两种当归分级标准，从而对当归建立起基础的认识。

● 当归的品种分类

当归为多年生草本植物，在中国各地均有栽培，其品种分类主要有23种。

(1) 管鞘当归

管鞘当归是伞形科当归属的植物，别名为疙瘩羌、四川小金，主要分布于四川的东北部和西北部，多生长于高山灌丛及草地，海拔1500~3000米的地区。

管鞘当归的根较单一，呈圆柱形，黄棕色；其茎单一或略分枝，绿色或紫色，下部光滑，上部有短糙毛；其叶呈三角状卵形至阔卵形，边缘有深锯齿；其花呈花白色，萼齿不明显，花瓣呈卵形；其果实呈卵圆形。

管鞘当归的花期7~8月，果期8~9月。

(2) 玉山当归

玉山当归是高海拔冬枯性多年生草本植物，别名为山独活、福参、福建参、玉山芹菜，主要生长于中国台湾3000~4000米以上的高山上。

玉山当归的茎粗壮，无毛或有短毛；其叶近三角形，上表面绿色，无毛，下表面粉绿色，沿叶脉有短毛；其花呈长圆形，无萼齿，花瓣呈白色；其果实呈卵形，顶端圆，基部心形，背棱丝状，侧棱宽翅状。

(3) 青海当归

青海当归为多年生草本植物，别名为

麻母、独活、白芷，主要分布于中国青海省东南部、甘肃省南部洮河流域、四川省北部，生长于海拔2600~4000米的高山灌丛、草甸、山谷及山坡草地。

青海当归的根呈圆锥形，多不分枝，黄棕色；其茎呈绿色或紫色，有细槽纹，光滑无毛；其叶呈阔卵形，边缘锯齿钝圆，有缘毛；其花呈长卵形，无萼齿，花瓣呈白色或黄白色，少为紫红色；其果实呈长圆形至卵圆形。

青海当归的花期7~8月，果期8~9月。

(4) 四川当归

四川当归是伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，主要分布在中国四川省各地。

四川当归的根尖匍匐生根，仅茎顶部有细刚毛，有沟纹，光滑无毛；其叶呈斜三角状卵形，有缺刻状锯齿，常有白色短尖；其花瓣呈深倒心形，白色。

(5) 雪山当归

雪山当归主要分布于云南丽江，生长于雪山东坡的松林边缘。

雪山当归的茎直立，无毛；其叶草质，呈花绿色；其花的萼齿细，呈三角形，花瓣呈倒卵形，花柱短。

(6) 宜昌当归

宜昌当归是伞形科当归属的植物，为中国的特有植物，因主要分布于中国湖北省宜昌而得名。

宜昌当归茎的上部密生短柔毛至硬毛，呈圆柱形，有条纹，中空；其叶的叶鞘小，叶呈披针形，渐尖；其花的花柄呈丝状，有短糙毛；其果实则近圆形，花柱反曲。

(7) 湖北当归

湖北当归是伞形科当归属的植物，产自中国湖北省。

湖北当归的茎高、粗壮；叶片呈菱形或卵形，边缘有规则的浅齿，或近重齿，齿端有短尖头；花瓣呈卵形，渐尖，先端反卷；花色呈药红色；其果实呈狭椭圆形，背呈棱丝状，侧棱稍呈丝状。



● 湖北当归产自湖北省，属于伞形科，其茎高、粗壮，花色呈药红色。

(8) 林当归

林当归为双子叶伞形科植物林当归的根，主要分布于中国新疆阿尔泰西部山区哈巴河县等地，生长于海拔900~1100米的河谷、林下、林缘、沼泽塘边和潮湿的杂草丛中。

林当归的根直立，呈圆锥形，肥厚，稍有香气；茎呈圆柱形，中空，光滑，具细沟纹，上部分枝，近伞辐处有短柔毛；其花呈绿色，萼齿不明显，花瓣呈白色，

卵形至倒卵形；其果实呈阔卵形，背棱细、稍隆起。

林当归的花期7月，果期8~9月。

(9) 黑水当归

黑水当归为多年生草本植物，别名为朝鲜当归、叉子芹、碗儿芹，主要分布于中国四川、甘肃、陕西、云南、湖北等多个省份。

黑水当归的根呈圆锥形，外皮呈黑褐色；茎中空，光滑无毛，有细纵沟纹；叶呈宽三角状卵形；其花呈披针形，膜质，花白色，萼齿不明显，花瓣呈阔卵形；其果实呈长卵形至卵形。

黑水当归的花期7~8月，果期8~9月。

(10) 滨当归

滨当归属伞形科，为多年生大型草本植物，是伞形科当归属的植物，是中国台湾的特有植物，主要分布于中国台湾的海滨地区。

滨当归的根粗，呈块茎状；其茎呈三角形；其叶呈宽卵形，叶柄质硬，具宽鞘；其花呈花白色，萼齿退化，花瓣呈卵形；其果实极扁压，呈长圆形。

(11) 东当归

东当归是伞形科当归属的植物，主要分布于中国吉林省延边朝鲜族自治州的延吉、珲春、和龙等地。

东当归的根长10~25厘米，似马尾状；茎高30~100厘米；其花白色，花瓣倒卵形至长圆形；外表皮呈黄褐色、棕褐色，气味浓香，果实狭长圆形，略扁。

日本和朝鲜两国以东当归作为当归，栽培入药。

(12) 曲柄当归

曲柄当归为伞形科当归属的植物，主要分布于中国四川省内的多个地区。

曲柄当归的茎直立，上部有细刚毛状的短绒毛；其叶分上、中、下三部分，上、下羽状分裂，中部多为披针形，渐尖，有粗大的深锯齿；叶柄多反曲或稍反曲，叶鞘膨大；其果实为矩圆形。

(13) 疏叶当归

疏叶当归是一年生至多年生草本植物，为伞形科植物疏叶当归的根，别名为疏叶独活、红果当归、猪独活、骚羌活，主要分布于中国甘肃省南部秦岭山区、四川省西部和东北部大巴山区，生长于海拔2300~3000米的山坡草丛中。

疏叶当归的根呈圆柱形，长7~18厘米，灰黄色，微有香气；其茎高30~90厘米，呈绿色或紫色，光滑无毛；其果实呈卵圆形，黄白色，边缘常带紫色或紫红色，无毛。

疏叶当归的花期7~9月，果期8~10月。

(14) 长尾叶当归

长尾叶当归是伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，别名为曲前、尾独活、土羌活，主要分布于中国四川、云南两省，生长于海拔1500米的山地、沟边、

岩边崖隙、灌木林缘和山坡草丛中。

长尾叶当归的根呈圆柱形，肉质，粗壮，棕黄色至棕褐色；其茎中空，有细纵沟纹，光滑无毛；其叶边缘有不规则的深锯齿；其花呈花白色，无萼齿，花瓣呈卵圆形；其果实呈长卵形至长圆形。

长尾叶当归的花期为5~7月，果期为6~8月。

(15) 金山当归

金山当归为伞形科当归属的植物，主要分布于中国四川省南部地区，多生长于阴湿山坡草丛及石缝中。

金山当归的根呈圆锥形，表皮呈黑褐色至黄棕色，常易剥脱；其茎单生，近实心，稍带紫色，有细沟纹，光滑，上部有密短细毛；叶呈宽卵形，有光泽，边缘具圆钝浅齿；其花呈花白色，无萼齿，花瓣呈倒心形；其果实呈椭圆形。

金山当归的花期7~8月，果期8~9月。

(16) 丽江当归

丽江当归是伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，主要产自中国云南省丽江，生长于海拔3100~3400米的山坡草丛、林下。

丽江当归的根呈褐色，圆锥形，分叉；其茎呈圆柱形，有细条棱；其叶呈宽卵形，顶端渐尖，边缘有细锯齿；其花的萼齿不显著，花瓣呈白色，倒卵形，花柱呈基扁圆锥形，花柱短；其果实呈近圆形或长圆形。

丽江当归的花果期8~12月。

(17) 川西当归

川西当归是伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，主要分布于中国四川省西部。

川西当归的叶分上、下两部，上部



● 长尾叶当归的根呈圆柱形；茎中空，光滑无毛；叶边缘有不规则深锯齿。

的茎生叶有叶柄，下部的羽叶无柄或渐狭成叶柄，小叶呈宽卵形；其花的花柄呈丝状；其果实呈倒卵形至长卵形。

(18) 狭叶当归

狭叶当归是伞形科当归属植物的根，主要分布于中国黑龙江、吉林、内蒙古等地，生长于海拔400~1700米的路旁、水溪旁、阔叶林下、林缘、山坡、草地及石砾质河滩上。

狭叶当归的根粗大，呈纺锤形至圆柱形，表皮呈黄褐色至灰褐色；其茎带细沟纹，呈紫色，披短毛；其叶呈卵状三角形，边缘具尖锐细锯齿，并有白色软骨质边缘；其花呈花白色，萼齿不明显，花瓣呈倒卵形；其果实呈长圆形至卵形。

狭叶当归的花期7~8月，果期8~9月。

(19) 洮州当归

洮州当归为伞形科当归属的植物，主要分布于甘肃洮州。

洮州当归的茎直立，呈圆柱形，有条纹，中空，下部无毛，有少数叶，上部密生糙硬毛；其叶与叶柄等长；其花无总苞片，花柄不等长；其果实极扁平，花柱基扁压，凹入。

(20) 城口当归

城口当归为伞形科当归属的植物，为中国的特有植物，因主要分布于中国四川省城口而得名。

城口当归的茎的下部无毛；其叶呈鞘卵形，膨大；其花呈花白色至玫瑰红色，花瓣呈倒心形，顶端具短尖；其果实呈卵圆形。

(21) 峨眉当归

峨眉当归为多年生草本植物，主要分布于中国四川省的峨眉、天全、宝兴、马边、茂汶、冕宁、洪溪、雷波、越西等

地，生长于海拔2100~3000米的山坡、林下、阴湿草地、林缘、溪涧阔叶林下。

峨眉当归的根粗大，呈圆锥形，黄棕色至土黄色，有特异气味；其茎直立，中空，带紫色，有纵沟纹，光滑无毛或上部有稀疏短毛；其叶有齿尖；其花呈黄绿色，无萼齿，花瓣呈卵圆形；其果实近圆形至阔卵形。

峨眉当归的花期为6~8月，果期则为8~11月。

(22) 东川当归

东川当归为伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，主要产自中国云南省境内多个地区。

东川当归的茎呈圆柱形，有纵条棱；其叶呈宽卵形，边缘具细圆锯齿；其花呈倒心形，萼齿不显著，花瓣呈白色；其果实分生果梢两侧扁压，边缘具狭翅。

东川当归的花期为8月。

(23) 秦岭当归

秦岭当归为伞形科当归属的植物，是中国的特有植物，主要产自秦岭北部，生长于海拔1200~2300米的山谷树林下及山坡灌丛中。

秦岭当归的根多呈圆锥形；其茎直立，中空，呈淡绿色，近无毛；其花的萼齿细小，花瓣呈宽倒卵形，花序外缘的花瓣略大；分生果背棱有极狭翅，显著隆起。

秦岭当归的花期8~9月，果期9~10月。

● 当归的国家分级标准 -----○

当归以主根粗长、油润，表皮呈黄棕色，断面呈黄白色，香气浓郁为优质品；主根短小，支根多，气味较弱，断面变红棕色为劣质品。

根据国家医药管理局和卫生部制定的药材商品规格标准，当归可分为全当归、当归头两个品别，其国家分级标准共分为9个等级（表1、表2）。

表1 全当归的国家分级标准

等级	标准
一级	干货。上部主根圆柱形，下部有多条支根，根梢不细于0.2厘米。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克40支以内，无须根、杂质、虫蛀、霉变，因包装、运输而压断的不超过16%
二级	干货。上部主根圆柱形，下部有多条支根，根梢不细于0.2厘米。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克70支以内，无须根、杂质、虫蛀、霉变，因包装、运输而压断的不超过16%
三级	干货。上部主根圆柱形，下部有多条支根，根梢不细于0.2厘米。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克110支以内，无须根、杂质、虫蛀、霉变，因包装、运输而压断的不超过16%
四级	干货。上部主根圆柱形，下部有多条支根，根梢不细于0.2厘米。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克110支以外，无须根、杂质、虫蛀、霉变，因包装、运输而压断的不超过16%
五级	干货。凡不符合以上分级的小货，全归占30%，腿渣占70%，具油性。无须根、杂质、虫蛀、霉变

表2 当归头的国家分级标准

等级	标准
一级	干货。纯主根，呈长圆形或拳状，表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克40支以内。无油、枯干、杂质、虫蛀、霉变
二级	干货。纯主根，呈长圆形或拳状。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克80支以内。无油、枯干、杂质、虫蛀、霉变
三级	干货。纯主根，呈长圆形或拳状。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克120支以内，无油、枯干、杂质、虫蛀、霉变
四级	干货。纯主根，呈长圆形或拳状。表面棕黄色或黄褐色，断面黄白色或淡黄色，具油性。气芳香，味甘微苦。每千克160支以内，无油、枯干、杂质、虫蛀、霉变