

自然珍藏图鉴丛书

药用植物



中国友谊出版公司



自然珍藏图鉴丛书

药用植物

莱斯利·布伦尼斯 著



摄影

尼尔·弗莱彻

马修·沃德

编辑顾问

帕特·格里格斯博士

中国友谊出版公司



A DORLING KINDERSLEY BOOK

Copyright © 1994 Dorling Kindersley Limited, London

Text Copyright © 1994 Lesley Bremness

Chinese Translation © 1997 Owl Publishing House

Original title: Eyewitness Handbooks- Herbs

(京)新登字 191 号

图书在版编目(CIP)数据

药用植物/(英)布雷姆尼斯(Bremness, L.)著;台湾猫头鹰出版社译.-北京:中国友谊出版公司,1999.8

(自然珍藏图鉴丛书)

书名原文:Herbs

ISBN 7-5057-1557-7

I. 药… II. ①布… ②台… III. 药用植物-普及读物 IV. S567-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 05504 号

书名 药用植物——自然珍藏图鉴丛书

作者 (英)布雷姆尼斯

出版 中国友谊出版公司

发行 中国友谊出版公司

经销 新华书店/外文书店

印刷 东莞新丰印刷有限公司

规格 889×1194 毫米 32 开本 9.5 印张 213 千字

版次 2000 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

书号 ISBN 7-5057-1557-7/S·11

定价 90.00 元(精装) 66.00 元(平装)

合同登记号:图字 01-97-0041 **版权所有,侵权必究**

目 录

引言 · 6

如何使用本书 · 9

什么是药用植物 · 10

叶和茎 · 12

花 · 14

种子、果实和坚果 · 16

根 · 18

树皮、木材和树脂 · 20

精油 · 22

用药用植物烹调 · 24

药用植物的疗效 · 26

其他用途 · 29

药用植物园 · 30

树 · 32

灌木 · 92

多年生草本 · 136

一年生和二年生草本 · 228

攀缘植物 · 276

其他药用植物 · 286

名词解释 · 293

索 引 · 294



引言

无论是过去、现在还是未来，草药植物都和我们密切相关，诸如：开胃的食物、天然的香气、温和的治疗、平静的花园、精美的工艺品，及在有趣的历史和神圣的活动中，这幅五彩缤纷的织锦画系以绿线织成背景，使得每样东西更衬托出彼此。因为所有这些愉悦的基础都来自植物本身。

世界各地生长着 20000 多种具草药用途的植物，仅印尼就有 7500 种。旅游和烹调书籍增加了我们对异国调味料的一般认识：像大蒜、姜、香茅草和现在的莱姆叶、泰国克拉其的指状根、蒸饭用的芳香露兜树叶、包鸡用的荷叶。此外，还从各种资源不断创制出新的化妆



古代的治疗

早在 20 万年以前，中国人的祖先就吃过芡实的种子。许多世纪后，人们认识其药用价值，便将其载入中国早期的草药书里。

寺院草药书

1100 年左右，由坎特伯雷僧侣抄写的阿普雷犹草药书将植物的药用知识传遍各大陆。尽管在植物学上并不精密，但现代考古学家考据后，认为寺院草药书极为复杂。

品和护肤产品。将新鲜蕃茄或凤梨擦在脸上，五分钟后会“吃掉死皮肤细胞。胡萝卜油和芦荟汁可隔离太阳光

的紫外线而防止皮肤老化。黄金菊和大黄含有润泽毛发的安全成分。红色染发剂系来自散沫花，木兰则可做黑色的染料等。

精油

芳香植物的精华—精油。新的研究不断发现像薄荷油和百里香油，可降低皮肤中游离基的老化速度。传统的法国香水是经由精油、麝香和乙醇混合配制成，但现在许多制造商已将之改成合成物质。



莲香花

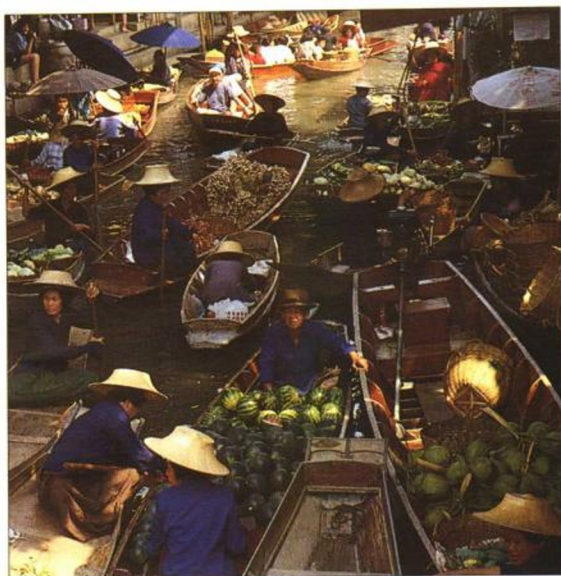
像莲香花之类的许多野花的药效常被人忽略。将新鲜的莲香花泡在茶里具有镇静作用。



随着萃取方法的改进，一般大众可使用种类更多的精油，而再创造出更幽雅的传统气息。

水上市场

泰国水上市场中的茛蒿叶、柠檬香茅、南姜和老藤叶卷等都可用于医药和烹调。此外还售有药用的积雪草和莲根，及供于寺庙的茉莉花环。其中有些是栽培的，有些是从野外采来的。



美化环境

植物能改善生活的品质和工作的环境。在办公室栽植杜鹃花、绿萝、花叶万年青能清除导致职员疾病的香烟、清洁剂和喷雾胶中的各种污染物。植物还可增加空气中的氧气，使心思敏捷专注。大型的植物能降低办公室内令人不适的噪音。而棕榈之类植物则可增加空气中的湿度。

有毒植物

加兰是亚洲一种有毒的草本植物，但微量可用于治疗麻疯病。从南美防己属中提取的箭毒也是一种外科用的重



要肌肉松弛剂，可挽救生命。无论如何，有毒的植物必须由专家指导使用。为了避免陌生草药的毒，精确地鉴别采自野外和买自商店的植物极其重要。必须谨遵草本学家的指示。如果发生反作用，立即停止服用并重新向合格的草本学家请教。

中国的草药

中国正在认真地研究药用植物药效，目前已经发表了有关 236 种抗癌草药的论文。传统中医治疗儿童湿疹的成功，使其将注意力集中于 2000 年来的试验数据。为患者选择适当均衡草药的中国方法恰与西方大异其趣，后者强调标准处方的设立。然而，中国的许多草药现在正被西方所“发现”。中国人一向用葛藤治疗酗酒，在美国的研究进一步证实它含有能抑制嗜酒欲望的成分。从植物中分离出来的“活性”成分可能会导致不良的副作用，不过采用整株植物时却不会发生，因为其他的一些成分可能会以目前还未了解的方式调和这些活性成分。

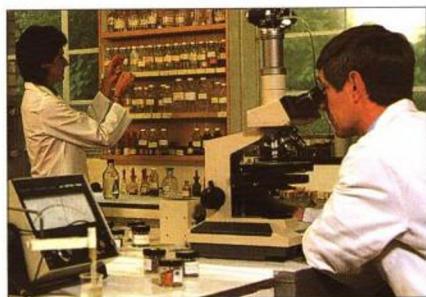
科学和药用植物

传统的西方科学思想主张，整体终可从各个部分的特性理解，就如拼图一样。因此植物学阐明植物体各部分的功能，化学则分析化学组成并分离活性成分。然而，由于最初提出的假设非常狭窄，西方的科学家只注意到植物和人类之间某些微妙关系。另一方面，药用植物学家向来坚持把药用植物视为一个整体的重要性，而非仅具活性成分。现在，量子物理学把重点放在自然过程而非其各个部分



大叶槲子

这种植物种子中的奇特生物碱刺激了对人体免疫系统如艾滋病和癌症的新研究。



植物的加工

草药实验室采用草本学家认为较好的整株药草来配制药方，较之副作用很强的从分离成分制备的强效专利药剂，其作用虽较缓慢，但温和而安全。

——提出某些可信的观点，打开了人体疾病和“不协调”的新视野。科学研究植物方法的这种转变，以及大众对药用植物兴趣的增加，将呈现出一个有趣且能增进生活的未来。

今后的植物保育

科学家研究过的显花植物仅占 5%，在今后的 50 年内，这个数目的四分之一可能将会灭绝。除了道德外，物种保护还具有经济重要性，从事保育的地方团体应该对草药知识的商品化进行奖励。

保育清单

- 仔细地辨认植物，绝不采集濒危物种。
- 在适当的季节挑选适当的植物部位采集。
- 不要采集超过你使用的需要。
- 留下一些供繁殖的部分(根或种子)，以确保其未来的生长。
- 无论如何，避免破坏植物的栖所。



亚马孙雨林

充满了未开发草药的潜力，热带雨林还是“世界之肺”，其存在决定了人类的将来。

什么是药用植物？

很早以前，人类把植物分成有用和无用两类，前者即是最广义的药用植物。被视为有用的那些植物系依据其生长环境和社会关系而定——一位亚马孙医治者认识的 500 种有用植物中，城市居民可能只知道其中 5 种。因此，与其将“药用植物”界定为植物学的，还不如说是文化的更恰当。

在本书中，并没有采用这个最

广泛的定义，因为我们删除了燃料、树木和大多数的食品植物（尽管 100 年前蔬菜还被称为“盆栽药用植物”）。但是愈来愈多食品植物具有药用或化妆用途，因此书中也安插了某些水果、蔬菜和谷物。

植物界的药用植物

大多数人认为药用植物是一年生或草本的植物，像罗勒，或者还有人参等，但事实上药用植物分布的范围扩及整个植

植物类群

植物界中，植物学类群是基于每种植物的生殖方法划分。然而在本书中，植物系根据更容易识别的生长和大小形状来归类，而非根据正规的植物学分类。



树

具有单一主茎的木本多年生植物，通常在地面之上分枝并形成树冠。



灌木

泛指由基部长出多数分枝的木本多年生植物；通常比树小得多。



多年生草本植物

秋天从枝头枯死，春天长出新芽的多年生植物。



一年生和二年生草

本植物

一年生植物在一年内发育、结籽、死亡。二年生植物在二年内完成生长周期，在第二年开花。



攀缘植物

一种倾向于攀爬（靠茎、叶、根的适应性）、盘绕，或长出卷须或吸枝的藤本和攀缘植物。



其他药用植物

不用种子繁殖的药用植物和真菌，主要是蕨类（左上）和真菌（右上）。苔藓（如木藓）和某些低等植物（如由孢子繁殖的木贼）以及海草（如墨角藻）也包括在内。





海藻

某些海藻可用于制造化妆品。

从巨大的针叶树到微小的酵母。在苔藓、蕨类、针叶树，甚至藻类以及众所周知的高等开花植物内都能找到药用植物。

活性成分

· **生物碱** 是具有活性成分的有机化合物，至少含一种氮原子，作用强，常常含有毒性（如吗啡）。生物碱能提供许多重要的药物，是大多数制药研究的重点。



生物碱

奎宁生物碱可治疗疟疾。

· **苦味物** 是具有苦味道的，可刺激食欲的多种化合物。

· **酶** 是有机催化剂，为所有植物行使生化功能必不可少的物质。

· **精油** 是芳香植物的精髓，可借助蒸馏、有机溶剂或压榨来萃取。

· **树胶** 是植物受伤而产生的一种不溶于有机溶液的黏性物质。



树胶

东方枫香树脂是祛痰剂。

· **糖苷** 是某些物质由特殊酶分解后产生的一个糖和一个医疗活性常有有毒的“糖苷原基”。

· **黏质** 是一种在水中膨胀成凝胶的黏性胶，常用于减轻皮肤发炎和过敏。

· **皂素** 是乳剂的糖苷，常具刺激性或有毒，与肥皂相似，化学上类似可以产生性激素的类固醇。

· **单宁** 是引起血蛋白凝结的收敛性化合物。

· **维生素和矿物质** 是各种代谢功能所需要的物质，但它们不像酶，不是催化剂。

学名

种是基本的植物类群，系根据其花、果实和其他器官的结构进行分类。种归于属和科，可再分成亚种、杂种、变种、类型和栽培品种。

科

一个科包括单一属或数个近缘的属。这里所示的薄荷都归为唇形花科。

属

属包括一个种或数个近缘的种。其名称以斜体字表示，如薄荷属（*Mentha*）。

种

种的成员彼此相似，其名称由属名和种名构成，以斜体字表示，如水薄荷（*Mentha aquatica*）。



杂种

杂种是由两个种杂交后产生。由乘号表示，如鲍尔斯薄荷（*Mentha × villosa*）。

变种、类型和亚种

变种（var.）、类型（f.）和亚种（subsp.）是较种小的亚类。其名称用斜体和正体字表示，如除蚤薄荷（*Mentha pugelium* var. *erecta*）。

栽培品种

栽培品种是由人工种植的植物，如绿薄荷（*Mentha spicata* “Crispa”）。



叶和茎

叶是药用植物用途最广的部分，其活性——光合作用对人类的生存至关重要，形成我们食物链的基础。在光合作用中，叶中的

叶绿素吸收红光和蓝光，把水和二氧化碳转化成糖和氧；反射出的绿光使叶子呈现绿色。斑叶含的叶绿素少于非斑叶，可能活性成分的含量较少。叶绿素是防腐剂和除臭剂，其清除毒性的功能构成整个治疗系统的基础。



紫苏 ▷

新鲜的紫苏叶子具抗生性，放在寿司中可降低海产的毒素；干的叶子可治疗流行性感冒、咳嗽和恶心。



香茅

是一种芳香而神圣的香料植物，原产于美洲。

苍儿茶

在中国用它和钩藤荆棘煎出的汁可治疗头晕、高血压和小儿的痉挛。



山蚂蝗

叶可治疗疝气、胆结石和肝炎。



柠檬香茅

具柠檬味的茎也可用于医药和香料。

叶的结构



单叶的形状



叶序



复叶的形状



光合作用在秋天减弱，养分从叶中输出，降低了它们的味道和治疗效果。叶的化学引生出许多调味料、香料和医药。叶在光合作用中产生氧气，因此，室内植物能使空气清新。茎在负责运输养分和支撑植株。许多茎产生有用的树液，并提供制亚麻布、绳索和造纸用的柔韧纤维，如亚麻和大麻。

月桂树 ▽

常绿叶一年四季都可用作调味品，它还是成功的象征。



甜菊

是热带的一年生植物，它的叶子非常甜，产“蛇菊苷”。这种白色的结晶粉末比蔗糖还甜250~300倍。

蕨

嫩叶和叶柄可用于烹饪或腌制，但大量的原酶会破坏维生素B₁。

收获的叶子

对大多数植物而言，在开花前的上午9~11点采收挑拣干燥未损坏的叶子或小枝具有最高的药效。然后迅速冷冻，或松松地扎成束，放在温暖、无灰尘、空气流通处阴干直到脆碎(4~10天)，再放入阴暗密封的罐里贮藏。



茶 △

中国茶是深受世人喜爱的刺激性饮料。未经烘焙的绿茶可解毒、增进免疫系统，还可抑制某些癌症。



旅人蕉

扇形叶可帮助旅行者辨别东西方向，叶柄还可贮藏水分以供急用。



毒参 △

毒性极强，具老鼠般的恶臭。在莎士比亚的剧作《麦克白》中，为巫婆的药酒。

花

许多植物为了繁殖而演化出花，花的每部分都有用处。

花的中央是雌性器官雌蕊，由下部的子房、上部的花柱和柱头组成，四周包围着一圈雄蕊（由花丝和花药组成）。中央的外围是花冠或花瓣，其色彩、香味和花蜜可引诱蜜蜂和昆虫来帮助传粉。



淡黑接骨木 △

奶油色花束具麝香葡萄味，可和醋栗一起拌入奶水中，新鲜的老花可用于“香槟酒”和“柠檬水”中。

野西番莲 ▷

独特形状常被用来当作某种象征。它的叶和茎是非添加性、非抑制性的镇定剂。

再外面是花萼或萼片，在花蕾期保护花。

当一朵花的雄蕊释放的花粉达到另一朵花成熟的柱头上，并向下进入子房和胚珠受精时就发生异花受精。这有时会创造出有趣的新变种，但如果从药用的观点看，出现杂乱的混合并不理想。药草叶子大多具刺激性，但其花的味道较为温和，且可生吃，如薄荷、迷迭香和细香葱的小花美味可口。然而切勿将有毒植物的花加到食品和饮料中。花的香味被捕获在百花香和香料中，如印度金香木是来自黄玉兰。

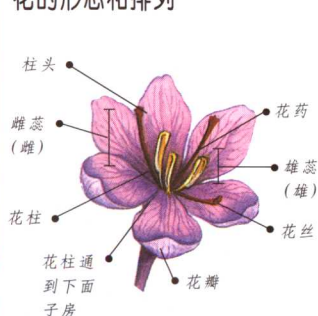


金盏花 ▷

可食用的金色花瓣能使皮肤回春，是防腐剂和杀真菌剂。它能治愈裂开的皮肤、晒伤和湿疹。



花的形态和排列



头状花序



穗状花序



聚伞花序



柔荑花序



圆锥花序



总状花序



伞形花序

世界上最大的藤本植物寄生物大花草，被认为是一种催情剂。

花的采收

花盛开时含有最多的活性成分。在干燥天气的正午采集形状完好且无污点的花。摘折花茎时当心不要碰着花瓣。冲洗丢弃的沾土花朵，以使其组织分解。松散地装在敞开的篮子中运输。



红花

花瓣可食用，加入饮料和化妆品中能染色。



荆芥

茎能治疗初起的肿胀、疹子和疥癣。



菊茶

由菊花制成的清凉且具抗性的花茶，能降低血压，是道家的一种长生不老药。



蔷薇花瓣 △

具有香味的蔷薇花是百花香的主要传统成分，混以其他芳香的花、叶、香料和固定剂。



单子山楂

花能改善心脏瓣膜损伤。



花、叶和浆果都是一种强心剂

银栎

是花匠的含羞草。



月桂仙人掌

又名昙花，花是一种兴奋剂。



虎斑花

被古代墨西哥人用作帮助生育的药。

花的干燥

将整朵小花或大花的厚花瓣铺在纸或纱布上，放在暖和、无尘、流通的空气中1~3周，翻1~2次。干燥蔷薇和其他大花头可直立插在筛孔里。薰衣草的茎可成束挂起来，稍后再取下来。



种子、果实和坚果

种子是由显花和某些隐花植物产生的。每粒种子中含有未来生长的遗传信息、贮藏的食物，以及能发育成幼苗的休眠胚。种子中浓缩的养分提供了世界

上主要的食物：谷物和豆类，如：水稻、小麦和大豆。许多种子含相当高的脂肪油（与精油不同），压榨出来后可用于烹饪、化妆品、医药、工艺和工业。

橘皮

橘柑的果皮在中药中有化痰、清肝和舒解腹部疼痛的功效。



非洲豆蔻 △

产生一种小豆蔻香味的辛辣种子，非洲西部用它来调味。

猕猴桃

酸果肉用作酒石英，可制成柠檬型饮料，并具有药效。



栝楼 ▷△

种子和果皮可抑制癌细胞，根则用于爱滋病的研究。



冬瓜 ▷△

含抗癌的萜烯类物质；在中国某凉拌食用其果实有助于减肥。



果实、坚果和种子的结构

种子在花的子房中发育；子房壁随后发育成果实。果实因不同的种而异，可能是肉质的，或为具一排种子的长荚，或薄得只有一层皮。坚果是一种坚硬而干燥的果实，成熟时不裂开，只含一粒种子。



果实是成熟且发育完全的花的子房，它或者多汁或者干燥。多汁的果实肉质多，如李子或樱桃。坚果则具有坚硬或木质果皮，为一种干果类型，如榛子或栗子。

草药用途

种子和果荚提供许多香料，如茴香、香草等。还可生产刺激性饮料，如咖啡、可可、可乐、果拉那等；罂粟的种蒴是制造鸦片和吗啡的原料；珍珠草种子可作念珠；植物象牙为雕刻材料。果实可做食物、调味品、染料、化妆酵素、香料、蜡和药品。果实常在新鲜时采用，但也可将之干燥或冰冻起来。

果拉那 △

种子能配制具刺激性的、富含咖啡因的饮料。

△ 刺梨

为一种墨西哥仙人掌，其多汁的果实富含营养，用于医药和酿酒。

种子的干燥

在暖和、干燥的天气从健康的植株上收集成熟的种子。放在纸袋里抖动，或切断整个果柄。把种子或果柄放在纸上或吊在敞开的盒子上，在暖和的地方放两个星期，确保没有湿气残留。将种子从其柄或荚上擦落下来，贮藏在密封的罐里。



△ 公山羊李

富含维生素C，是产于澳大利亚的果实，种子(左上)可刺激食欲。



△ 花生

富含维生素，是烹饪油的原料。



△ 神秘果

为西非的一种灌木，其深红色浆果，能刺激舌头，在几小时内尝起来有甜味。



△ 东加豆

是制作百花香的芳香固定剂；种子油可治疗耳痛。

▷ 香蕉

果实有甜味，富含磷和碳水化合物，由于能迅速转成能量而为运动员所青睐，其果肉可软化皮肤。



▷ 大蕉

淀粉含量高，可以煮着吃；还可酿成啤酒和醋，也是病弱者的食品。

