

# 药食

同源物品  
使用手册

既是食品又是药品的物品

于新 李小华 主编  
李奇林 主审

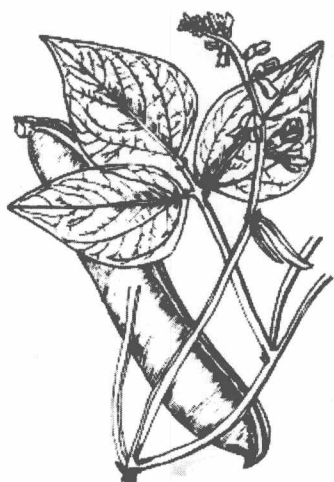
中国轻工业出版社



# 食物良友

同源物品  
使用手冊

三三三



# 药食同源物品 使用手册

——既是食品又是药品的物品

于 新 李小华◎主编  
李奇林◎主审

 中国轻工业出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

药食同源物品使用手册: 既是食品又是药品的物品/  
于新, 李小华主编. —北京: 中国轻工业出版社, 2012. 7  
ISBN 978-7-5019-8571-5

I. ①药… II. ①于…②李… III. ①食物疗法—手册  
②疗效食品—手册 IV. ①R247.1—62②TS218—62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 076682 号

责任编辑: 李亦兵 伊双双      责任终审: 张乃东      封面设计: 锋尚设计  
版式设计: 锋尚设计      责任校对: 晋洁      责任监印: 张可

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街 6 号, 邮编: 100740)

印刷: 三河市世纪兴源印刷有限公司

经销: 各地新华书店

版次: 2012 年 7 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 19.75

字数: 456 千字

书号: ISBN 978-7-5019-8571-5 定价: 40.00 元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: [club@chlip.com.cn](mailto:club@chlip.com.cn)

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

110132K1X101ZBW

# 本书编委会

## 主 编

于 新 李小华

## 参编人员

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 于 新 | 李小华 | 陈晓燕 | 马永全 | 胡林子 |
| 黄雪莲 | 吴少辉 | 叶伟娟 | 赵美美 | 杨鹏斌 |
| 刘 丽 | 刘文朵 | 赵春苏 | 王少杰 | 刘淑宇 |
| 黄小丹 | 冯卫华 | 杨 敏 | 杨 静 | 黄晓敏 |

## 主 审

李奇林



## 前 言

药食同源是我国传统医学的特色，以食品特有的性能预防和治疗某些疾病是中医学的重要组成部分之一。在我国，“医食同源”之说已有三千多年，可谓历史悠久、源远流长。据《周礼·矢官·疾医》记载：“以五味、五谷、五药养其病。”《山海经》记载药品 116 种，其中植物 52 种，动物 61 种，矿物 3 种，其中不少具有食疗作用。随着医学的进步，本草学也有了发展。沿袭数千年的饮食文化与中医学知识积淀，人们早已认识到食补的作用远大于药补，世代相传的药食同源食品对健康大有裨益。

随着我国经济的发展，人民生活水平的不断提高，人们的身体健康、营养保健及机体调理等方面的意识逐步增强，对于既具有保健功能又具有食用价值的药食同源物品给予更多关注。近年来，在开发传统的药食同源食物资源方面，已有许多产品投放市场并形成了产业化。一些药用保健植物、动物类食品被广泛开发，如绞股蓝、芦荟、银杏叶、葛根、红景天、五味子等。在社会上，有关药食同源的实践也方兴未艾，例如，1981 年成都同仁堂设立药膳餐厅，药膳食谱有 96 个品种，分为冷盘、热菜、小吃、饮料和药酒五大类。目前药膳不仅供应国内，且远销国外，为国际市场欢迎。不少药食同源保健饮料近年来也在国内试制试销，如风靡日本的健康饮料——红茶菌即我国民间流传的“海宝”，经北京市食品研究所试制上市，具有清理胃肠、通畅大便、降低血压、降低血脂、安神促眠、增强体质等良好功效。随着我国加入 WTO，药食同源物品加工及相关产业的发展更加日新月异。为了充分发挥传统中医中药、现代医药、食品营养、生物化学、生理学等学科的作用，我国大专院校、科研机构与食品企业集团合作发掘传统食品及中医中药资源的优势，在药食同源产品研究方面取得了可喜的成绩，如山药、山楂、马齿苋、决明子、百合、沙棘、芡实、桂圆、大枣、酸枣、罗汉果、金银花、鱼腥草等均得以开发利用，加工成各式美味食品。相关资料显示，我国的药膳及食疗食品产业前景非常广阔。

2002 年卫生部（卫法监发〔2002〕51 号）颁布了《药食同源物品可用于保健食品物品名单》、《关于进一步规范保健食品原料管理的通知》，明确了 87 种既是食品又是药品的物品、114 种可用于保健食品的物品、59 种保健食品禁用物品，以使消费者减少或避免误食、误用。但至今消费者对这 260 种物品的营养与药用成分、食用方法、药理作用、药用方法、毒性与安全性的了解仍然知之甚少。过去十余年中，我国屡次出现民众误食、误用“食品”或“保健品”的事件，耽误治疗，贻害无穷。某些别有用心之徒自称“神医”，欺骗或误导大众，给社会造成不良影响。

为了更好地服务大众，我们依据卫生部公布的《药食同源物品可用于保健食品物品名单》、《关于进一步规范保健食品原料管理的通知》，以及《中国药典》、《中药大辞典》等经典著作，对卫生部公布的既是食品又是药品的物品（87 种）的药理研究及科学使用方法进行整理，编写了《药食同源物品使用手册——既是食品又是药品的物品》。

本书由仲恺农业工程学院教授、博士生导师于新、塔里木大学李小华主编，南方医科大学教授、学科带头人、国家科学技术奖评审专家李奇林主审，参编人员有陈晓燕、马永

全、胡林子、黄雪莲、吴少辉、叶伟娟、赵美美、杨鹏斌、刘丽、刘文朵、赵春苏、王少杰、刘淑宇、黄小丹、冯卫华、杨敏、杨静、黄晓敏。在编撰过程中参考了许多相关文献，在此向原作者深表谢意。

虽然我们为本书的编写付出了很多努力，但是由于自身水平及条件有限，可能还存在诸多疏漏和不妥之处，恳请专家和读者批评指正。

本书的编写与出版工作得到了广州市科学技术协会、广州市海珠区科技局科普著作项目资助，在此表示感谢！

编著者

2012年3月 于广州

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 一、丁香 .....         | 1   |
| 二、八角茴香 .....       | 5   |
| 三、刀豆 .....         | 8   |
| 四、小茴香 .....        | 13  |
| 五、小蓟 .....         | 17  |
| 六、山药 .....         | 21  |
| 七、山楂 .....         | 28  |
| 八、马齿苋 .....        | 31  |
| 九、乌梢蛇 .....        | 37  |
| 十、乌梅 .....         | 40  |
| 十一、木瓜 .....        | 44  |
| 十二、火麻仁 .....       | 48  |
| 十三、代代花 .....       | 51  |
| 十四、玉竹 .....        | 54  |
| 十五、甘草 .....        | 58  |
| 十六、白芷 .....        | 61  |
| 十七、白果 .....        | 65  |
| 十八、白扁豆 .....       | 70  |
| 十九、白扁豆花 .....      | 74  |
| 二十、龙眼肉 (桂圆) .....  | 76  |
| 二十一、决明子 .....      | 80  |
| 二十二、百合 .....       | 83  |
| 二十三、肉豆蔻 .....      | 89  |
| 二十四、肉桂 .....       | 92  |
| 二十五、余甘子 .....      | 96  |
| 二十六、佛手 .....       | 99  |
| 二十七、杏仁 (甜、苦) ..... | 101 |

## 目 录

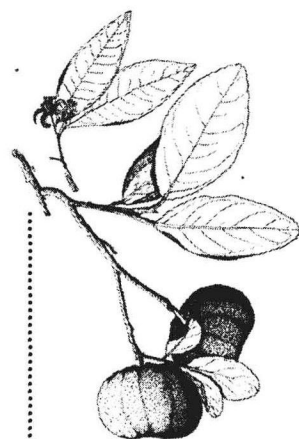
### Contents





|                 |     |
|-----------------|-----|
| 二十八、沙棘          | 104 |
| 二十九、牡蛎          | 107 |
| 三十、芡实           | 109 |
| 三十一、花椒          | 113 |
| 三十二、赤小豆         | 116 |
| 三十三、阿胶          | 121 |
| 三十四、鸡内金         | 123 |
| 三十五、麦芽          | 126 |
| 三十六、昆布          | 128 |
| 三十七、枣(大枣、酸枣、黑枣) | 131 |
| 三十八、罗汉果         | 139 |
| 三十九、郁李仁         | 142 |
| 四十、金银花          | 145 |
| 四十一、青果          | 148 |
| 四十二、鱼腥草         | 151 |
| 四十三、姜(生姜、干姜)    | 156 |
| 四十四、枳椇子         | 159 |
| 四十五、枸杞子         | 162 |
| 四十六、栀子          | 168 |
| 四十七、砂仁          | 170 |
| 四十八、胖大海         | 173 |
| 四十九、茯苓          | 176 |
| 五十、香橼           | 178 |
| 五十一、香薷          | 181 |
| 五十二、桃仁          | 183 |
| 五十三、桑叶          | 186 |
| 五十四、桑葚          | 189 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 五十五、橘红 .....   | 191 |
| 五十六、桔梗 .....   | 194 |
| 五十七、益智仁 .....  | 198 |
| 五十八、荷叶 .....   | 200 |
| 五十九、莱菔子 .....  | 203 |
| 六十、莲子 .....    | 206 |
| 六十一、高良姜 .....  | 209 |
| 六十二、淡竹叶 .....  | 212 |
| 六十三、淡豆豉 .....  | 215 |
| 六十四、菊花 .....   | 218 |
| 六十五、菊苣 .....   | 221 |
| 六十六、黄芥子 .....  | 224 |
| 六十七、黄精 .....   | 226 |
| 六十八、紫苏 .....   | 232 |
| 六十九、紫苏籽 .....  | 235 |
| 七十、葛根 .....    | 237 |
| 七十一、黑芝麻 .....  | 240 |
| 七十二、黑胡椒 .....  | 244 |
| 七十三、槐米 .....   | 247 |
| 七十四、槐花 .....   | 249 |
| 七十五、蒲公英 .....  | 252 |
| 七十六、蜂蜜 .....   | 257 |
| 七十七、榧子 .....   | 259 |
| 七十八、酸枣仁 .....  | 262 |
| 七十九、鲜白茅根 ..... | 265 |
| 八十、鲜芦根 .....   | 268 |
| 八十一、蝮蛇 .....   | 273 |



|               |     |
|---------------|-----|
| 八十二、橘皮 .....  | 275 |
| 八十三、薄荷 .....  | 278 |
| 八十四、薏苡仁 ..... | 284 |
| 八十五、薤白 .....  | 293 |
| 八十六、覆盆子 ..... | 296 |
| 八十七、藿香 .....  | 299 |
| 参考文献 .....    | 303 |



## 一 丁香



### 原植物

丁香为桃金娘科 (Myrtaceae) 蒲桃属 (*Syzygium*) 植物丁香 (*Syzygium aromaticum*)。别名公丁香 (花蕾)、母丁香 (果实)。主产于广东、海南。

落叶小乔木，高达 2~4m，小枝粗壮。单叶对生，广卵形或肾形，基部近心形，全缘。花两性。圆锥花序顶生或侧生；花冠细小，漏斗状，具深浅不同的 4 裂片；花白、紫、紫红及蓝紫等色。蒴果长圆形，先端尖。花期 4~5 月，果期 9~10 月。9 月至次年 3 月间，花蕾由青转为鲜红色时采收，采收后除去花梗，晒干或烘干。

### 【营养与药用成分】

花蕾含挥发油。油中主含丁香酚 (eugenol)、 $\beta$ -丁香烯 ( $\beta$ -caryophyllene)、乙酰丁香酚 (acetyleneugenol)，其他微量成分有庚酮-2 (methyl-n-amyl-Ketone)、水杨酸甲酯、衣兰烯 (ylangene)、胡椒酚 (chavicol)，及丁香子酚、丁香子酚乙酸酯。花中含有齐墩果酸、山柰酚、鼠李素、苯并吡酮类化合物番樱桃素 (eugenin)、番樱桃素亭 (eugenitin)、异番樱桃素亭 (isoeugenitin)、异番樱桃酚 (isoeugenitol)。

### 【食用方法】

(1) 丁香酱羊肝 生羊肝 500g，酱油 100g，精盐 5g，黄酒 15g，甜面酱、葱、生蒜、姜各 25g，丁香、花椒、大茴香、桂皮、山柰、砂仁、豆蔻、肉桂各适量。先将羊肝用冷水泡洗干净，去掉苦胆，下开水锅焯过，然后另换清水，上旺火煮沸，加入所有调料，移到小火上煮 1h，捞出晾凉，切片装盘即可食用。具有强身健体，宽胸理气的功效。

(2) 丁香粥 丁香 3g, 粳米 50g, 白糖适量。将洗净的粳米加水熬煮成粥, 粥将熟时加入丁香、白糖稍煮即可。具有健胃消食的功效。

(3) 丁香紫菜汤 丁香 6g, 紫菜 50g, 鸡蛋 1 个, 盐、鸡精、葱、姜、素油各适量。丁香去杂质, 洗净; 紫菜洗净, 用水发透; 鸡蛋打入碗内, 搅散; 姜切片, 葱切段。炒锅置武火上烧热, 加入素油, 烧六成热时, 下入姜、葱爆香, 加水 800mL 烧沸, 下入丁香、紫菜, 再将鸡蛋液徐徐倒入汤中, 加入盐、鸡精即成。具有醒脑提神, 温中止呕, 清热利尿的功效。适于精神不振、脾胃虚寒、呕吐、腹泻、冷痛、肾虚阳痿、遗精等症。

(4) 丁香烧排骨 丁香 4g, 猪小排骨块 3000g (沸水洗净), 红曲米 250g, 葱、生姜各 40g, 桂皮、小茴香各 3g, 酱油 200g, 黄酒 20g, 白糖 150g, 精盐、精制植物油各适量。取锅倒入红曲米, 加清水 1500g, 置火上熬成红色卤, 过滤去米渣待用。炒锅上武火, 放油烧热, 下葱、生姜煸香, 倒入红曲米卤、丁香煸香, 桂皮、小茴香用纱布扎成小包, 放入锅内, 将卤烧开后倒入排骨, 加酱油、黄酒、白糖、精盐调味, 旺火烧至沸, 撇去浮沫, 改小火焖煮至排骨酥烂, 再用旺火收卤, 去葱姜、纱布包即成。具有益气补虚的功效。

(5) 丁香陈皮饮 丁香、陈皮各 3g, 蜂蜜适量。将丁香、陈皮去杂质煎好后, 去渣留汁, 加入蜂蜜搅拌均匀, 用米汤调服。具有温胃止吐的功效。

(6) 丁香焖鸭肝 鸭肝 750g, 丁香 5g, 冬笋 250g, 青蒜 150g, 木耳 25g, 味精 10g, 料酒 10g, 花生油 150g, 胡椒面 0.5g, 淀粉 15g, 清鸡汤适量, 精盐 5g, 葱、姜各少许。将丁香置砂锅内, 加入 10g 清水, 煎汁留用。将鸭肝去筋膜, 洗净, 片成大片, 用精盐、味精、胡椒面、淀粉浆好。将冬笋切柳叶片, 青蒜切寸段。木耳用温水泡 5min 变软, 摘去根部, 洗净。用精盐、味精、胡椒面、料酒、丁香汁、汤、淀粉兑汁。炒锅上火注入油, 将鸭肝滑散倒出, 锅内留底油, 下入葱姜末、冬笋稍煸, 再下入青蒜、木耳、鸭肝, 烹入兑好的汁, 翻炒均匀, 盛入盘内即可。具有舒气散寒, 清热开窍, 去暑解毒, 镇静止痛的功效。

(7) 丁香米粉蒸兔肉 丁香花 10g, 米粉 (炒香) 100g, 兔肉 300g, 葱、鸡精、鸡油、姜、盐、酱油和花椒各适量。丁香花洗净; 兔肉切成小块; 姜切片剁碎, 葱切花。丁香、兔肉、姜、葱、米粉、酱油、盐、鸡精、鸡油、花椒放入盆内拌匀, 装入碗内。碗置蒸笼内, 用大火蒸 30min 即成。具有温胃助阳, 芳香提神的功效。适于湿寒呕逆、精神欠佳等症。

(8) 丁香番茄牛肉汤 丁香 5 粒, 番茄 2 个, 洋葱 25g, 牛肉汤 750mL, 精盐、花椒粉、五香粉各适量。先将番茄切碎, 洋葱切细。将所有原料混合入锅内煮 20min, 至洋葱熟烂。热、冷饮均可。具有开胸理气, 温里补虚的功效。

(9) 丁香鸡翅 丁香 2g, 鸡翅中段 750g, 青菜叶 100g, 精盐 3g, 味精 2g, 黄酒 10g, 桂皮 3g, 精制植物油 1000g (实耗约 100g), 酱油、葱、生姜、大茴香各适量。先将鸡翅洗净, 用精盐、黄酒、味精、大茴香 (拍碎)、桂皮、丁香、葱、姜腌制 1h, 上笼蒸熟, 取出晾凉。再用酱油上色, 放入七成热油中炸至金黄色, 倒出沥油。锅留底油, 下葱姜炸出香味, 放鲜汤、酱油、精盐、味精、黄酒和鸡翅, 中火烧至鸡翅酥烂, 旺火收浓汤汁。炒锅上火, 放油烧至四成热, 放入青菜丝炸成菜松。将鸡翅盛放盘中央, 菜松围边即成。具有滋补肝肾, 温中益气, 养血填精的功效。

(10) 丁香酸梅汤 丁香 10g, 乌梅 1000g, 山楂 40g, 陈皮 20g, 桂皮 2g, 白糖 500g。先将乌梅、山楂洗净, 逐个拍破。乌梅、山楂、陈皮、桂皮、丁香一起装入纱布袋内, 扎紧袋口。将纱布药袋放入锅中加清水适量, 用旺火烧沸后, 转用小火熬约 30min, 除去纱布药袋, 将锅端离火, 静置沉淀约 15min, 滗出汤汁, 再加白糖搅拌均匀即成。具有开胃止渴, 消暑除烦的功效。可作为肠炎、痢疾患者之饮料, 尤其呕吐不欲食者。

(11) 丁香花酒 丁香花 20g, 白酒 300g, 冰糖 15g。丁香花洗净, 冰糖打碎成屑。丁香花放入酒瓶内, 加入白酒、冰糖屑, 盖上盖, 浸泡 15 天即成。具有温胃止呕, 芳香提神的功效。适于胃寒、呕吐、倦怠、精神不佳等症。

(12) 丁香豆腐 豆腐 200g, 绿豆芽 100g, 植物油 150g, 海米、葱、姜、清汤、料酒各 10g, 丁香粉 1g, 精盐、花椒油各适量。把豆腐入笼蒸 5min, 取出晾透, 切成 1cm 见方的块, 再对角划 2 刀呈 4 个小三角形。绿豆芽掐去根, 洗净沥去水分。海米剁碎, 葱姜切末。炒锅置旺火上, 放油烧至七成热时加入豆腐炸成金黄色。另取炒锅加油烧热, 加入葱姜末炒出香味, 倒入绿豆芽、丁香粉加精盐翻炒几下, 烹入料酒, 倒入豆腐、海米末、清汤翻炒几下, 淋上花椒油即成。具有软化血管, 降脂减肥, 美容祛斑的功效。

(13) 丁香温胃茶 白术 10g, 丁香 2g, 砂仁 3g。将上述药放入茶杯中, 用沸水冲泡, 取汁, 代茶服用。具有健脾和胃, 降逆止呕的功效。适于脾胃虚寒型溃疡、肠炎等。

(14) 丁香炒藕丝 丁香 6g, 鲜藕 300g, 姜、盐、素油、葱、鸡精各适量。丁香研成细粉; 鲜藕去皮, 洗净, 切成丝; 姜切片, 葱切段。炒锅置武火上烧热, 加入素油, 烧六成热时下入姜、葱爆香, 随即下入藕丝、丁香粉, 炒熟, 加入盐、鸡精即成。藕丝入锅后, 炒至断生即成, 不可久炒, 否则不脆。具有提神醒脑, 温中止呕, 养血生肌的功效。适于精神不振、少言、呕吐、热病烦渴、吐血等症。

(15) 丁香炒芹菜 丁香 3g, 芹菜 300g, 姜、盐、葱、鸡精各适量。丁香研成细粉; 芹菜去老梗、叶, 洗净, 切成段; 姜切片, 葱切段。炒锅置武火上烧热, 加入素油, 烧至六成热时下入姜、葱爆香, 再下入芹菜、丁香炒熟, 加入盐、鸡精即成。具有提神, 温胃, 降压的功效。适于精神不振、少言、原发性高血压、眩晕、头痛、面红目赤、痈肿等症。

## 【药理作用】

中药材使用桃金娘科植物丁香的干燥花蕾。该药材味辛, 性温。具有以下药理作用:

(1) 抗菌 含有 1% 浓度丁香的乙醚浸出液、水浸液或含 8% 浓度的丁香煎剂的沙伯氏培养基, 对许兰氏黄癣菌、白色念珠菌等多种致病性真菌均有抑制作用。

(2) 健胃 丁香为芳香健胃药, 可缓解腹部气胀, 增强消化功能, 减轻恶心呕吐。

(3) 止泻 实验表明, 丁香醚提取物按 0.3mL/kg 剂量给药, 可明显抑制蓖麻油引起的小鼠腹泻。

(4) 抗溃疡 以动物为对象, 研究观察了丁香水提物及醚提物对 4 种胃溃疡模型的抗溃疡作用, 结果除对幽门结扎性溃疡无影响之外, 对水浸应激性溃疡、消炎痛加乙醇诱发的溃疡、盐酸引起的胃黏膜损伤等溃疡均具有较好的保护作用。

(5) 驱虫 丁香水或醇提取液在体外对猪蛔虫有麻痹或杀死作用。

(6) 止痛 丁香油（少量滴入）可消毒龋齿腔，破坏其神经，从而减轻牙痛。

(7) 抗炎 丁香醚提物和水提物都能对抗乙酸，提高小鼠腹腔毛细血管通透性，抑制二甲苯性小鼠耳壳肿胀和角叉菜胶性大鼠足跖肿胀。

(8) 其他 静脉注射丁香油酚可使家兔产生麻醉，血压下降，呼吸抑制，并有明显的抗惊厥作用，但皮下注射则不产生麻醉作用。丁香尚可引起子宫收缩。

## 【药用方法】

温中降逆，补肾助阳。用于脾胃虚寒，呃逆呕吐，食少吐泻，心腹冷痛，肾虚阳痿。内服：煎汤，1~3g；或入丸、散。外用：适量，研末调敷。

(1) 胃癌 ① 北庭砂 10g，水和，用麦面包之，煨焦，待冷，取中间湿者焙干 5g，入槟榔 10g、丁香 1 个，研匀。口服，每次 0.3~0.5g，烧酒送下，每日 3 次。愈后吃梗米粥调理。② 丁香 15 个，研末，甘蔗汁、姜汁和丸莲子大，噙咽之。

(2) 食管癌 丁香、礞石各 9g，硃砂、硼砂各 6g，冰片 3g。共为细末，炒糖为片。每次 1g，每日数次，含化。

## 【禁忌】

热病及阴虚内热者忌服。畏郁金。

## 二 八角茴香

### 原植物



八角茴香 (*Fructus Anisi Stellati*) 为木兰科 (*Magnoliaceae*) 植物八角 (*Illicium verum* Hook. f.) 的成熟果实。别名大茴香、大料、舶茴香。广西西部和南部有出产, 云南、广东、福建也有种植。

常绿乔木, 高 10 ~ 15m。树皮灰色至红褐色。叶互生或螺旋状排列, 革质, 椭圆形或椭圆状披针形。上面深绿色, 光亮无毛, 有透明油点, 下面淡绿色, 被疏毛。花单生于叶腋, 有花梗; 萼片 3, 黄绿色; 花瓣 6 ~ 9, 淡红色至深红色; 雄蕊 15 ~ 19; 心皮 8 ~ 9; 胚珠倒生。聚合果星芒状。秋、冬季果实由绿变黄时采摘, 置沸水中略烫后干燥或直接干燥。

### 【营养与药用成分】

果实含挥发油 (茴香油) 约 5%, 脂肪油约 22%, 以及蛋白质、树脂等。茴香油的主要成分是茴香醚 (anethole), 含量 80% ~ 90%; 此外, 尚有少量甲基胡椒酚 (methylchavicol)、茴香醛 (anisaldehyde)、茴香酸 (anisic acid)、茴香酮 (anisyl acetone)、蒎烯 (pinene)、水芹烯 (phellandrene)、柠檬烯 (limonene)、1, 8 - 桉叶素 (桉蒿油素, cineole)、黄樟醚 (safrole)。叶含挥发油约 1%, 主要成分为茴香醛及茴香醚。

### 【食用方法】

(1) 八角茴香卤猪肚 八角茴香 15g, 猪肚 1 只 (1000g), 卤汁 3500mL。将八角茴香研成粉末; 猪肚反复冲洗干净。将八角茴香、猪肚同放卤汁锅内。再把锅置武火上烧沸, 用中火卤制 45min 即成。具有调中止呕的功效。适于腰脊冷痛、腹胀噎气、呕吐。

等症。

(2) 八角茴香卤子鸭 八角茴香 20g, 子鸭 1 只 (1500g), 卤汁 3500mL。将八角茴香研成细粉; 子鸭宰杀后, 去毛桩、内脏及爪。将八角茴香、子鸭同放卤汁锅内, 将锅置武火上烧沸, 再用中火卤制 45min 即成。具有调中止呕的功效。适于胃痛、呕吐等症。

(3) 八角茴香米粉肉 八角茴香 15g, 丁香 6g, 猪瘦肉 500g, 料酒 10g, 姜 5g, 葱 10g, 盐 4g, 味精 3g, 胡椒粉 2g, 酱油 15g, 大米 300g。将大米、八角茴香、丁香炒香, 研成粗粉; 姜切碎; 葱切花; 猪肉洗净, 切 3cm 见方的块。将大米粉、茴香、丁香粉、猪肉、料酒、姜、葱、酱油、味精、胡椒粉放入蒸盆内, 拌匀, 置武火大汽蒸笼内, 蒸 45min 即成。具有调中止呕的功效。适于腰脊冷痛、腹胀嗝气、呕吐等症。

(4) 茴香花椒饮 八角茴香、花椒各 6g, 红糖 30g。将八角茴香和花椒加水约 400mL, 煎至 250mL, 加红糖调服。具有温中散寒, 解郁消积的功效。

## 【药理作用】

中药材使用木兰科植物八角的成熟果实。该药材性温, 味苦、甘。具有以下药理作用:

(1) 抑菌 果实的醇提物在体外对革兰阳性菌及革兰阴性菌和真菌有抑菌作用。其所含成分之一甲基胡椒酚也有抗菌作用。

(2) 性激素样作用 其所含茴香醚有雌激素样作用, 其活性为 50 小鼠单位或 100 大鼠单位。

(3) 升高白细胞 茴香醚和甲基胡椒酚均有升高白细胞的作用。

(4) 其他 甲基胡椒酚还有解痉和镇静作用。挥发油中的茴香醚具有刺激作用, 能促进肠胃蠕动。

## 【药用方法】

(1) 胃寒痛 八角茴香、木香、丁香各 6g, 白豆蔻 10g, 共研细粉, 开水送服; 或水煎服。

(2) 小儿定时腹痛 八角茴香、木香各 3g, 葱头 3~4 条, 水煎服。

(3) 膀胱疝气 八角茴香 10g, 吴茱萸 6g, 荔枝核 30g, 水煎服。

(4) 蜈蚣尿中毒 八角茴香 10g, 捣烂敷脐部或水煎服。

(5) 蜈蚣咬伤 八角茴香适量, 捣烂敷患处。

(6) 丹毒 八角茴香 10g, 苏木、鸭脚木各 30g, 木耳 15g, 辰砂 6g, 水煎服。

(7) 跌打损伤 八角根皮 6g, 水煎, 冲黄酒、红糖, 早晚饭后服。

(8) 内伤腰痛 八角根皮研细粉, 每次服 10g, 早晚用黄酒冲服。

(9) 无名肿毒, 痈疽 八角根研细粉和糯米饭捣烂敷患处。

(10) 预防山蚂蝗叮咬 八角茴香油适量 (或八角茴香捣烂), 搽皮肤暴露部位。

(11) 头风痛 八角茴香叶、酿酒用的酒饼各适量, 捣烂敷于两额部。

(12) 花蜘蛛咬伤, 老鼠咬伤 八角茴香适量, 放入口中嚼烂敷患处。