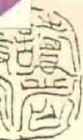




天目药苑

李 梦 先



天 目 药 苑

李 梦 先

浙江省临安县图书馆

八九年九月

编者的话

一旷肥沃的原野，一脉郁郁的山岳，勤劳的人在默默地耕耘劳作。这里充满绿色的生机和金色的希望。《读者丛书》便是这大千世界的一朵野葩。

读者是图书馆的生命，这种生命的活力，在于她与读者不断地交流与通融。《读者丛书》便是她灼灼神采中的一朵笑靥。

《读者丛书》是读者的。她是读者田里灿灿的金谷。她是读者山上烂烂的红果。我们期待读者有更多的金谷，欢迎为她提供更多的红果。

《读者丛书》是个新园地，我们期待批评指正与帮助。她会成长得很好。

目 录

第一章：特产和药材

1— 1	於术·····	1
2	县树——银杏·····	6
3	滋补佳品推核桃·····	18
4	茶叶及其药用·····	22
5	季节与中草药·····	25
6	第二人参——纹股兰·····	29
7	保健佳品——银耳·····	32
8	蜂蜜的营养及其药用·····	36
9	药食俱佳的米仁·····	41
10	山茱萸·····	44
11	杭菊飘香·····	46

第二章：医药天地

2— 1	注意收集日常生活中常见药材·····	51
2	桔子的药用价值·····	54

3	秋冬季节谈吃蟹·····	57
4	胎盘球蛋白不是万能药·····	60
5	暑天话绿豆·····	62
6	防暑良药——六月霜·····	65
7	不要乱服宝塔糖·····	67
8	服药六忌·····	69
9	百草歌谜·····	71
10	药谚·····	73
11	安全使用有毒药物歌诀·····	75
	后记·····	81

1—1 於 术

於术是白术中的优良珍品，属菊科多年生草本植物的根茎。主产在临安县於潜区的西天目、绍鲁、藻溪等乡，称为道地药材。

产在西天目山麓的於术之所以成为质地纯正的名产药材，因该地气候温和，山上林木茂盛，水质较好，四周都是富含多种成份的香灰土，因此有较好的自然条件，最适宜於术的生长；当地药农在选种育苗，精耕细作、移栽施肥，防病治虫等管理上，又有一套较为完整和丰富的生产经验。

於术生产的成本和用工量比一般白术要多，因此收获的於术具有：根茎肥大质地坚，凤头鹤

颈似鸡腿，外皮光滑气味香，切开听回菊花蕊，有黄色纹理，甜味强而辣味少。香味浓郁甘醇。一般大的干品有五六十克。1947年浙江商联会公布的年鉴资料中讲到：於术在於潜以天目山一带附近所产者，最为珍贵，该地人民大多依赖种植於术为生，分一年术、二年术、三年术、四年术四种。普通应市的为二年术，经特殊要求愿出重价的始给以三、四年术。凡在土中生长年份愈久，其疗病价值愈高，代价也愈大。

天目山上还有野生於术，质量犹佳，真正的野山於术实不可多得。据说民国三十六年前在天目山开山老殿附近曾有人发现二棵，其价值极高。普通於术为人植，真正野术为鸟类啄食术籽后排泄于高山上，经过自然生长数十年，名为“飞籽术”。因有质地和形状的不同，而称为“鹤颈术”、“狮子术”、“如意术”等。品质优良，连须根也有股清香味。据《於潜县志》记载：“凡

有术处冬不积雪”。可见其药力之强。质地上好的於术，切开的断面不但有菊花形，而且还有砂点，其药汁也特别浓厚。据说野生於术被野猪吃后，那只野猪的肚子里也留有砂的痕迹。

相传明代药物学家李时珍到天目山一带考察药用植物后，把於术的特征、性能、功效等，写进《本草纲目》。

於术在中药上属补益类的芳香药，药用需要甚为广泛，被列为闻名全国的“浙八味”之一。在北方更视於术为珍品，素有“北参南术”之称。

《药性字典》讲到：“於术，性尤驯良，大凡脾阳亏极，无力运化，泄泻不止者唯用於术以调之。”《本经逢原》记述：“白术非於潜所产者不可生用也。”由此可见於术的质地之佳，是名不虚传的。

《汤头歌诀》的第一剂“四君子汤”中就有“四君子汤中和宜，参、术、茯苓、甘草比”之

句，说明於术和人参均是名列前茅的贵重药物。

於术有补脾益气、化湿利水、消积止泻、固表止汗、消痞健脾、增进食欲之功效。治心腹胀满，止呕逆，治肾炎，治风湿病。在药理上还有明显而持久的利尿作用，也有轻度降低血糖的效果。

白术因有家种和野生之别，加之产地的不同，分为野生术、生晒术、京元术（即於术）。於术的炮制方法视其用途而定。如健胃则须切片用米焙炒，止泻用人乳炒，补虚痹用面炒，疗血症须以其他疗血症药并炒，作补剂用十余片泡开水，常年作茶饮。“於术酒”历史悠久，宋代苏东坡饮用后就夸说很有特色。

於术的采收季节在农历秋后十月，挖掘栽培二至三年出的块根，用日晒、火烘两种方法进行干燥整理后，即可投售。据丰收年景的一九七九年统计，单是西天目乡的十一个村收购

量就达三千九百多担，价值九十多万元。当前技术主要是恢复和发展“鸡腿术”的生产，使这名产药材重放异彩。

* 1—2 县 树——银 杏 *

春天，苍劲葱郁，仲夏巨影婆娑，金秋硕果累累，初冬满树金黄，隆冬银装素裹，别有一番情趣。它一年四季呈现出各个不同的景色，这就是对巍峨的银杏树的赞颂。

银杏是难得的史前遗物，也是著名的稀有树种。我国的银杏，已和四十年代初在四川发现的水杉，同被世界上的植物学家们称颂为植物的活化石。它在世界上的分布已十分稀少，算得上闻名于世的国宝。被视为“东方的圣者”、“中国有生命的纪念塔”……

银杏属裸子植物，是公孙科落叶大乔木。原产我国。该科只有一属一种，是世界闻名的长寿树种，我国有些古老的寺庙门前常有栽培。因其

美丽多姿，人们常把它作为点缀风景的优良观赏植物。因此，树中银杏、花中牡丹、草中兰，常被人们誉为园林三宝。

高大粗壮的银杏树，雄伟壮丽，古雅别致，为古刹名寺和旅游胜地增添了不少声色，从而也更为人们所推崇。

银杏树最长可活到千年以上，民间称它为老寿星树。它生长缓慢，祖父时代栽下，往往要到孙子时代才能得益，因此又称为公孙树。

据记载，山东莒县浮来山宝林寺有一棵世界闻名的古银杏，系商代所植。树高24.7米，要超过七层楼房。粗15.7米，需八人合抱。据鉴定距今已有三千多年高寿，还一直保持着枝繁叶茂，浓荫盖地。

据说，春秋时代鲁国的国君，曾约会于浮来山的大银杏树下。古碑上也说：“大树龙盘会鲁侯，烟云如盖笼浮丘，形分瓣瓣莲花座，质比层

层螺髻头。”

北京大觉寺有一棵一千多年前的辽代所植的古银杏。庐山黄龙寺的古银杏，是晋代昙光和尚亲手所植。四川青城山天师洞的参天大银杏，历经了千年风霜。杭州五云山真际寺，有一棵1400多年的古银杏，可惜在1982年，由于放松管理，不慎毁于一场大火，还追究过肇事者的责任。淳安县境内有一棵七人围抱的大银杏，树高32米，积材达26立方米。奉化雪窦寺有汉代所植的千年古稀银杏树，雌雄各一株，每年还能结果一千余斤。昌化区的白果村，有一棵一千多年的古银杏。相传，当年朱元璋为躲避后面的追兵，曾藏身于这棵大银杏树内，终于躲过了官兵的追捕。而这棵古老的银杏树至今还悠然尚存……

这些古稀银杏，与浮来山宝林寺的“元老树”相比，它们只不过是血气方刚的小弟弟而已。然后，不管它们年岁多高，名声多大，它们共同的

祖籍，却都来自天目山区。

银 杏 的 身 世

银杏曾经有过一段饱经沧桑的历史。据记载，银杏在白垩纪时处于全盛时代。当时分布很广，几乎遍及全球。后来由于气候变迁，特别是第四纪冰川降临，地球上大部分地区都盖上了厚厚的冰层。许多古代的裸子植物都被冰川所吞没，银杏也在世界各地遭到同样的命运而逐渐绝迹，成为化石。

唯独巍巍的天目山，挺起胸膛来挡住了冰川的侵袭。银杏也终于被保存了下来。因此，被誉为原始森林，天然植物园的天目山，是世界古银杏的发源地。

现今天目山的禅源寺和开山老殿附近，还有几棵冰川时期留下来的五人围抱的古银杏。它们以特有的生活能力，代代相传，一直存活到目今。

可见，银杏在经历了漫长的历史时期，已具有较强的适应能力。为此，我们的祖先，常把银杏看成是圣树，并加以栽培保护，才得以成为我国的特产。这种两亿多年前保留下来的珍贵树种，已博得了活化石之称。这个扎根于天目山的珍稀植物，引起了全世界的注意。

银 杏 的 特 征

银杏的适应性很强，喜温暖湿润，有持久的抗旱能力，我国南北各地都能栽植。它的开花比较特殊，是夜里开放，当夜就凋谢，不易为人发觉。

古书记载：“银杏以群植为好，孤植不易结实”。因是雌雄异株，单种雌株没有雄株就不能结实。银杏雌雄异株的受粉能力极强，它还一直保持着原始祖先的特点。由于雄株的花粉质地较轻，远在十余里外随风飘来极为轻细的精子，亦

能被雌株吸收而结实。更远的地方，授粉困难。可在每年四、五月份的扬花期，把雄银杏带有花序的枝条折下来，挂到雌株树上也能结实。因此它能到处安家落户，繁殖后代。

这些郁郁葱葱高龄多寿的古银杏，能保持长年安然无恙，一直存活到目今。为我们研究古代原始的裸子植物形态，提供了珍稀可贵的活材料。一棵大的银杏树杆高度可达四十公尺，树荫可占一亩多土地，夏天可容纳一二百人乘凉。栽种后的银杏树，一般在二、三十年后就逐渐提高结果能力。是长年受益的经济林木。郭沫若同志早在一九四二年，曾提议过要把银杏树例为我国的国树，也是有他的科学道理的。

据记载，银杏从宋代传入朝鲜、日本等国，现今世界各地栽培的银杏树种大多是我国培育好苗木，再输送出去的。

银 杏 的 食 用

银杏的果仁，有多种营养成分，含有脂肪、蛋白质、磷酸、鞣酸、组织胺酸、淀粉、蔗糖等化合物和多种维生素。烹肴佐餐、炖肉做羹、制蜜饯、做甜品、炒食均可。将果仁装入铅丝笼里放到炭火上烘烤，经爆炸取果肉做菜。做成桂花银杏羹，别有风味。银杏产区一带用来烧豆腐和红烧肉，都是味道优美的地方名菜。还有盐炒白果和砂炒白果，其味更是名不虚传的上等干果。

质地上好的银杏果具有：“色泽银白颗粒大，果肉碧绿似翡翠，其香清醇而文雅，其味香糯又“可口”等特色。

银 杏 的 药 用

银杏又叫白果、鸭甲子，是落叶大乔木。

银杏药用为其果仁，味甘、性平、有粉性，