

11 自然
珍藏

特徵最清楚、
辨認最容易的世界級圖鑑

全新
美耐版
防水耐髒

世界藥用植物圖鑑

全世界700種以上藥用植物的彩色圖鑑

布倫尼斯◎著



胡椒



大茴香



多花黃精



岩景天



鬱金

草莓番石榴



四葉重樓



相思子



黑色胡椒籽



紫羅勒

S507-64
2014.3

港台書

自然珍藏系列

世界藥用植物圖鑑

全新美耐版



布倫尼斯◎著
格林納維、華德◎攝影
格里格博士◎編輯顧問



貓頭鷹出版



A Dorling Kindersley Book

www.dk.com

世界藥用植物圖鑑 (全新美耐版)

重要聲明

本書並非醫學用藥參考書，所述僅為一般性質，具特殊體質者請勿任意嘗用。
切記他人之香草或可為己身之毒藥。若有誤服現象，作者與出版社恕不負責。

Original title: EYEWITNESS HANDBOOK: Herbs

Copyright © 1994 Dorling Kindersley Limited, London

Text Copyright © 1994 Lesley Bremness

Chinese Text Copyright © 1996, 2008 Owl Publishing House

All rights reserved.

作者 布倫尼斯 (Lesley Bremness)

譯者 傅燕鳳、楊金玲、劉景慧、丁群星、戚紅

審校 李瑞宗、桂耀林

出版者 貓頭鷹出版

發行人 涂玉雲

發行 英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司

104台北市中山區民生東路二段141號11樓

劃撥帳號：19863813書虫股份有限公司

購書服務信箱：service@readingclub.com.tw

購書服務專線：02-25007718~9 (週一至週五上午09:30-12:00；下午13:30-17:00)

24小時傳真專線：02-25001990~1

香港發行所 城邦(香港)出版集團／電話：852-25086231／傳真：852-25789337

馬新發行所 城邦(馬新)出版集團／電話：603-90563833／傳真：603-90562833

印製廠 宏玖國際有限公司

初版 1996年10月／三版1刷 2010年8月

定價 新台幣650元／港幣217元

ISBN 978-986-12-0178-8

有著作權，侵害必究

初版執行主編 江秋玲

編輯協力 江嘉瑩、葉萬音、諸葛蘭英、韓慶、陳以音、

謝自富、林敏煌、李曉青、吳珮伶

行銷企畫 林欣儀、吳宜臻、鍾欣怡

總編輯 謝宜英

社長 陳穎青

讀者服務信箱：owl_service@cite.com.tw

貓頭鷹知識網：<http://www.owl.tw>

歡迎上網訂購；大量團購請洽專線02-25007696轉2729

國家圖書館出版品預行編目資料

世界藥用植物圖鑑 / 布倫尼斯 (Lesley Bremness) 作 ;
傅燕鳳等譯. -- 三版. -- 臺北市 : 貓頭鷹出版 :
家庭傳媒城邦分公司發行, 2010.08
面 : 公分. -- (自然珍藏系列全新美耐版 ; 11)

含索引
譯自 : Herbs
ISBN 978-986-12-0178-8 (平裝)

1. 藥用植物 2. 植物圖鑑

376.15025

99011718

目錄

引言 6

如何使用本書 9

什麼是藥用植物 10

葉和莖 12

花 14

種子、果實和堅果 16

根 18

樹皮、木材和樹脂 20

精油 22

用藥用植物烹調 24

藥用植物的療效 26

其他用途 29

藥用植物園 30



樹 32



灌木 92



多年生草本 136



一年生和二年生草本 228



攀緣植物 276



其他藥用植物 286



名詞解釋 293

英文索引 294

中文索引 314

致謝 327



自然珍藏系列

世界藥用植物圖鑑

全新美耐版



貓頭鷹出版

1978



S507-64
2014.3

港台書

自然珍藏系列

世界藥用植物圖鑑

全新美耐版



布倫尼斯◎著
格林納維、華德◎攝影
格里格博士◎編輯顧問



貓頭鷹出版



A Dorling Kindersley Book

www.dk.com

世界藥用植物圖鑑 (全新美耐版)

重要聲明

本書並非醫學用藥參考書，所述僅為一般性質，具特殊體質者請勿任意嘗用。
切記他人之香草或可為己身之毒藥。若有誤服現象，作者與出版社恕不負責。

Original title: EYEWITNESS HANDBOOK: Herbs

Copyright © 1994 Dorling Kindersley Limited, London

Text Copyright © 1994 Lesley Bremness

Chinese Text Copyright © 1996, 2008 Owl Publishing House

All rights reserved.

作者 布倫尼斯 (Lesley Bremness)

譯者 傅燕鳳、楊金玲、劉景慧、丁群星、戚紅

審校 李瑞宗、桂耀林

出版者 貓頭鷹出版

發行人 涂玉雲

發行 英屬蓋曼群島家庭傳媒股份有限公司城邦分公司

104台北市中山區民生東路二段141號11樓

劃撥帳號：19863813書虫股份有限公司

購書服務信箱：service@readingclub.com.tw

購書服務專線：02-25007718~9 (週一至週五上午09:30-12:00；下午13:30-17:00)

24小時傳真專線：02-25001990~1

香港發行所 城邦(香港)出版集團／電話：852-25086231／傳真：852-25789337

馬新發行所 城邦(馬新)出版集團／電話：603-90563833／傳真：603-90562833

印製廠 宏玖國際有限公司

初版 1996年10月／三版1刷 2010年8月

定價 新台幣650元／港幣217元

ISBN 978-986-12-0178-8

有著作權，侵害必究

初版執行主編 江秋玲

編輯協力 江嘉瑩、葉萬音、諸葛蘭英、韓慶、陳以音、

謝自富、林敏煌、李曉青、吳珮伶

行銷企畫 林欣儀、吳宜臻、鍾欣怡

總編輯 謝宜英

社長 陳穎青

讀者服務信箱：owl_service@cite.com.tw

貓頭鷹知識網：<http://www.owl.tw>

歡迎上網訂購；大量團購請洽專線02-25007696轉2729

目錄

引言 6

如何使用本書 9

什麼是藥用植物 10

葉和莖 12

花 14

種子、果實和堅果 16

根 18

樹皮、木材和樹脂 20

精油 22

用藥用植物烹調 24

藥用植物的療效 26

其他用途 29

藥用植物園 30



樹 32



灌木 92



多年生草本 136



一年生和二年生草本 228



攀緣植物 276



其他藥用植物 286



名詞解釋 293

英文索引 294

中文索引 314

致謝 327



引言

無論是過去、現在還是未來，草藥植物都和我們密切相關，諸如：開胃的食物、天然的香氣、溫和的治療、平靜的花園、精美的工藝品，及在有趣的歷史和神聖的活動中，這幅五彩繽紛的織錦畫係以綠線織成背景，使得每樣東西更襯托出彼此。因為所有這些愉悅的基礎都來自植物本身。

世界各地生長著20,000多種具草藥用途的植物，僅印尼就有7,500種。旅遊和烹調書籍增加了我們對異國調味料的一般認識：像大蒜、薑和香茅草等現在均加到萊姆葉、泰國克拉其的指狀根、蒸飯用的芳香露兜樹葉、包雞用荷葉中。此外，還從各種資源不斷創製出新的化粧品和護膚產



古代的治療

早在20萬年以前，中國人的祖先就吃過艾實的種子。許多世紀後，人們認識其藥用價值，便將之載入中國早期的草藥書裡。

寺院草藥書

1100年左右，由坎特布里僧侶抄寫的阿普雷猶草藥書將植物的藥用知識傳遍各大陸。儘管在植物學上並不精密，但現代考古學家考據後，認為寺院草藥書是極為複雜。

品：像將新鮮蕃茄或鳳梨擦在臉上，五分鐘後會「吃」掉死的皮膚細胞。胡蘿蔔油和蘆薈汁可隔離太陽光的紫外

線而防止皮膚老化。黃金菊和大黃含有潤澤毛髮的安全成分，紅色染髮劑係來自散沫花，木藍則可供做黑色的染料等。

精油

芳香植物的精華—精油。新的研究不斷啓發。有些像薄荷油和百里香油，可降低皮膚中游離基的老化速度。傳統的法國香水是經由精油、麝香和乙醇混合配製成，但現在許多製造商已將之改成合成物質。



蓮香花

像蓮香花之類的許多野花的藥效常被人忽略。將新鮮的蓮香花泡在茶裡具有鎮靜作用。



隨著萃取方法的改進，一般大眾可使用種類更多的精油，而再創造出更幽雅的傳統氣息。

水上市場

泰國水上市場中的茛菪葉、檸檬香茅、南薑和老藤葉卷等都可用於醫藥和烹調。此外還售有藥用的積雪草和蓮根，及供於寺廟的茉莉花環。其中有些是栽培的，有些是從野外採來的。

美化環境

植物能改善生活的品質和工作的環境。在辦公室栽植杜鵑花、綠蘿、花葉萬年青能清除導致職員疾病的香菸、清潔劑和噴霧膠中的各種污染物。植物還可增加空氣中的氧氣，使心思敏捷專注。大型的植物能降低辦公室內令人不適的噪音，而棕櫚之類植物則可增加空氣中的濕度。



中國的草藥

中國正在認真地研究藥用植物藥效，目前已經發表了236種抗癌草藥的論文。傳統中醫治療兒童濕疹的成功，使其將注意力集中於2000年來的試驗數據。為每名患者選擇適當均衡草藥的中國方法恰與西方大異其趣，後者強調標準處方的設立。然而，中國的許多草藥現在正被西方所「發現」。中國人一向用葛藤(*Pueraria lobata*)治療酗酒，在美國的研究進一步證實它含有能抑制嗜酒慾望的成分。從植物中分離出來的「活性」成分可能會導致不良的副作用，不過採用整株植物時卻不會發生，因為其他的一些成分可能會以目前還未詳細的方式調和這些活性成分。

有毒植物

嘉蘭 (*Gloriosa superba*，見右圖) 是亞洲一種有毒的草本植物，但其微量可用於治療癱瘓病。從南美防己屬中提取的箭毒也是一種外科用的重要肌肉鬆弛劑，可挽救生命。無論如何，有毒的植物必須由專家指導使用。為了避免陌生草藥的毒，精確地鑑別採自野外和買自商店的植物極其重要。必須謹遵草本學家的指示。如果發生反作用，立即停止服用並重新向合格的草本學家請教。



科學和藥用植物

傳統的西方科學思想主張，整體終可從各個部分的特性理解，就如拼圖一樣。因此植物學闡明植物體各部分的功能，化學則分析化學組成並分離活性成分。然而，由於最初提出的假設非常狹窄，西方的科學家只注意到植物和人類之間某些微妙關係。另一方面，藥用植物學家向來堅持把藥用植物視為一個整體的重要性，而非僅具活性成分。現在，量子物理學把重點放在自然過程而非其各個部分——提出某些



大葉栗子

這種植物種子中的奇特生物鹼刺激了對人體免疫系統如愛滋病和癌症的新研究。



植物的加工

草藥實驗室採用草本學家認為較好的整株藥草來配製藥方，較之副作用很強的從分離成分製備的強效專利藥劑，其作用雖較緩慢，但溫和而安全。

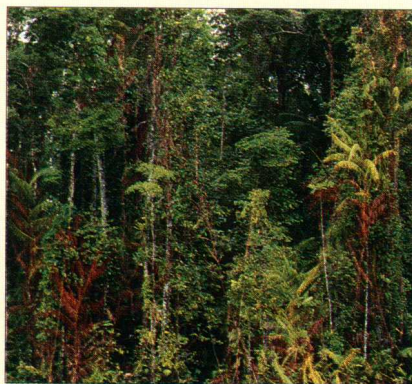
可信的觀點，打開了人體疾病和「不協調」的新視野。科學研究植物方法的這種轉變，以及大眾對藥用植物興趣的增加，將呈現出一個有趣且能增進生活的未來。

今後的植物保育

科學家研究過的顯花植物僅佔5%，在今後的50年內，這個數目的四分之一可能將會滅絕。除了道德外，物種保護還具有經濟重要性，從事保育的地方團體應該對草藥知識的商品化進行獎勵。

保育清單

- 仔細地辨認植物，絕不採集瀕危物種。
- 在適當的季節挑選適當的植物部位採集。
- 不要採集超過你使用的需要。
- 留下一些供繁殖的部份（根或種子），以確保其未來的生長。
- 無論如何，避免破壞植物的棲所。



亞馬遜雨林

充滿了未開發草藥的潛力，熱帶雨林還是「世界之肺」，其存在決定了人類的將來。

如何使用本書

根 據主要的植物類型，這本書分成六個章節（見第10頁）：樹、灌木、多年生草本植物、一年生與二年生草本植物、

攀緣植物和其他藥用植物（包括真菌和隱花植物）。每一章節的條目係根據其學名的字母排列，下文即是典型的一個例子。

學名的科名 ● 學名的種名 ● 根據植物類型定的章節名稱 ●

多年生草本 · 171

公認的俗名 ● 植物外觀的描述 ● 植物用途的詳細資訊 ● 不常見或顯著的特徵，或近緣種的用途 ● 許多條目中出現的近緣、品型、變種或栽培品種 ● 註解強調最重要的鑑定特徵或用途 ● 標題描述近緣、品型、變種、或栽培品種 ●

科 繖形花科	種 <i>Foeniculum vulgare</i>	地方名 Finocchio/Fenouil
--------	-----------------------------	-----------------------

茴香(Fennel)

葉呈細裂羽狀；仲夏開繖形花序，種子彎曲有肋；根系發達；全株均有新鮮的茴香味。

● 用途 種子可用於麵包、咖喱、蘋果餡餅、魚醬等的調味，發芽後可拌沙拉。精油則用於利口酒及牙膏的調味。種子咀嚼後可解飢並助消化。經油製後可治療便秘、增加奶水、調月經。根的提取物具解毒、利尿和減肥作用。研究表明，茴香有助於酒精損傷的肝臟的恢復。種子和葉片蒸汽可清潔深層皮膚，而精油可少量適當地用於肌肉按摩。

● 附註 茴香油不能用於癲癇病人和幼童。

種子芳香，咀嚼後可使口氣清香。

黃色小花組成平展而芳香的繖形花序

羽狀葉片可作為油魚、海鮮及沙拉的配料。

△ 紫茴香
「Purpurascens」
是青銅色栽培品種，用途與綠茴香類似，使花蕾和花束增色不少，也使茴香醃呈紅寶石色。

● 羽狀葉能補腦，提高記憶力

△ 茴香

● 肉質莖隨著年齡逐漸中空

● 幼莖

● 根切片拌沙拉或作蔬菜羹

● 肉質、鱗莖狀莖基部

● 葉片纖細，呈粉紅色、褐色、青銅色等，在春天色彩最繽紛

● 優茴香▷
(*F. vulgare* var. *azoricum*, 異名: *F. vulgare* var. *dulce*)
可食的「鱗莖」，由莖基部膨大而成。

● 從原產地選擇的一個或多個俗名 ● 具有藥價值的乾燥部分 ● 主圖表示氣生部分或植株部分 ● 所示的植株約為活體大小的三分之一 ● 美術圖形表示植株的全貌 ●

樓所 排水良好的土壤；歐洲，地中海

利用部分

符號圖解

花 葉 枝，莖 根 果，堅果 樹皮 木材 樹脂，膠 種子 精油

植物的自然棲所，或能栽種的條件，及植物的原生地

符號表示植株可利用的部分（見右邊圖解）

什麼是藥用植物？

很早以前，人類把植物分成有用和無用兩類，前者即是最廣義的藥用植物。被視為有用的那些植物係依據其生長環境和社會關係而定——一位亞馬遜醫治者認識的500種有用植物中，城市居民可能只知道其中5種。因此，與其將「藥用植物」界定為植物學的，還不如說是文化的更恰當。

在本書中，並沒有採用這個最廣泛

的定義，因為我們刪除了燃料、樹木和大多數的食品植物（儘管100年前蔬菜還被稱為「盆栽藥用植物」）。但是愈來愈多食品植物具有藥用或化妝用途；因此書中也安插了某些水果、蔬菜和穀物。

植物界的藥用植物

大多數人認為藥用植物是一年生或草本的植物，像羅勒，或者還有人參等，但事實上藥用植物分布的範圍擴及整個植物界，

植物類群

植物界中，植物學類群是基於每種植物的生殖方法劃分。然而，在本書中，植物係根據更容易識別的生長和大小形狀來歸類，而非根據正規的植物學分類。



樹

具有單一主莖的木本多年生植物，通常在地面之上分枝並形成樹冠。



灌木

泛指由基部長出多數分枝的木本多年生植物；通常比樹小得多。



多年生草本植物

秋天從枝頭枯死，春天長出新芽的多年生植物。



一年生和二年生草本植物

一年生植物在一年內發育、結籽、死亡。二年生植物在二年內完成生長周期，在第二年開花。



攀緣植物

一種傾向於攀爬（靠莖、葉、根的適應性）、盤繞，或長出卷鬚或吸枝的藤本和攀緣植物。



其他藥用植物

不用種子繁殖的藥用植物和真菌，主要是蕨類（左上）和真菌（右上）。苔蘚（如水蘚）和某些低等植物（如由孢子繁殖的木賊）以及海草（如墨角藻）也包括在內。





海藻

某些海藻可用於製造化妝品。

從巨大的針葉樹到微小的酵母。在苔蘚、蕨類、針葉樹，甚至藻類以及衆所周知高等開花植物內都能找到藥用植物。

活性成分

• **生物鹼**是具有活性成分的有機化合物，至少含一種氮原子，作用強，常常含有毒性（如嗎啡）。生物鹼能提供許多重要的藥物，是大多數製藥研究的重點。



生物鹼

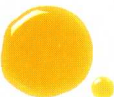
奎寧生物鹼可治療瘧疾。

• **苦味物**是具有苦味道的，可刺激食慾的多種化合物。

• **酶**是有機催化劑，為所有植物行使生化功能必不可少的物質。

• **精油**是芳香植物的精髓，可借助蒸餾、有機溶劑或壓搾來萃取。

• **樹膠**是植物受傷而產生的一種不溶於有機溶液的黏性物質。



樹膠

東方楓香樹膠是祛痰劑。

• **糖苷**是某些物質由特殊酶分解後產生的一個糖，和一個醫療活性常有毒的「糖苷原基」。

• **黏質**是一種在水中膨脹成凝膠的黏性膠，常用於減輕皮膚發炎和過敏。

• **皂素**是乳劑的糖苷，常具刺激性或有毒，與肥皂相似，化學上類似可以產生性激素的類固醇。

• **單寧**是引起血蛋白凝結的收斂性化合物。

• **維生素和礦物質**是各種代謝功能所需要的物質，但它們不像酶，不是催化劑。

學名

種是基本的植物類群，係根據其花、果實和其他器官的結構進行分類。種歸於屬和科，可再分成亞種、雜種、變種、類型和栽培品種。

科

一個科包括單一屬或數個近緣的屬。這裡所示的薄荷都歸於唇形花科。

屬

屬包括一個種或數個近緣的種。其名稱以斜體字表示，如薄荷屬（*Mentha*）。



種

種的成員彼此相似，其名稱由屬名和種名構成，以斜體字表示，如水平荷（*Mentha aquatica*）。

雜種

雜種是由兩個種雜交後產生。由乘號表示，如鮑爾斯薄荷（*Mentha × villosa*）。



變種、類型和亞種

變種（var.），類型（f.）和亞種（subsp.）是較小的亞類。其名稱用斜體和正體字表示，如除蚤薄荷（*Mentha pulegium* var. *erecta*）。



栽培品種

栽培品種是由人工種植的植物，如綠薄荷（*Mentha spicata* 「Crispa」）。



葉和莖

葉是藥用植物用途最廣的部分，其活性—光合作用對人類的生存至關重要，形成我們食物鏈的基礎。在光合作用中，葉中的葉綠

素吸收紅光和藍光，把水和二氧化碳轉化成糖和氧；反射出的綠光使葉子呈現綠色。斑葉含的葉綠素少於非斑葉，可能活性成分的含量較少。葉綠素是防腐劑和除臭劑，其清除毒性的功能構成整個治療系統的基礎。



香茅

(*Hierocole odorata*) 是一種芳香而神聖的香料植物，原產於美洲。



蒼兒茶

(*Uncaria rhynchophylla*) 在中國用它和鉤藤煎出的汁可治療頭暈、高血壓和小兒的痙攣。

紫蘇 ▷

新鮮的紫蘇(*Perilla frutescens* var. *crispa*) 葉子具抗菌性，放在壽司中可降低海產的毒素；乾的葉子可治療流行性感冒、咳嗽和噁心。



山螞蝗

(*Desmodium stryacifolium*)，葉可治療疝氣、膽結石和肝炎。

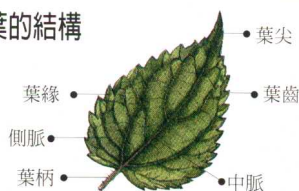


檸檬香茅

(*Cymbopogon citratus*)，具檸檬味的莖也可用於醫藥和香料。



葉的結構



單葉的形狀



卵形



倒卵形



橢圓形

葉序



輪生



對生



互生

複葉的形狀



掌狀



羽狀



二回羽狀