



具開發價值之草藥介紹

闕甫仙 亞洲大學保健營養生技學系

郭昭麟 中國醫藥大學中藥資源學系

壹、消暑聖品 - 薄荷

薄荷油為唇形科植物薄荷的揮發油，具有悠久的藥用歷史，被美國FDA視為安全無毒藥物(GRAS)。薄荷營養豐富，春夏季可採其嫩莖食用，炒食或用開水燙後涼拌，清香可口，尤其是夏季用其嫩葉和其他蔬果榨汁飲用，是去暑化濁的佳蔬。夏季的薄荷茶也別具風味，先用開水泡茶，然後倒去茶葉，在熱水中加入鮮嫩的薄荷葉，口味辛涼，涼爽透心，還可治內熱、外感、頭痛目眩等病症，古人說：「作膳久食，補腎氣，辟邪毒，除穢氣，令人口氣香清。」近年來，芳香療法盛行，國內廠商利用薄荷及加工的原油作原料，先後研製出純天然香油精、藥用薄荷、浴液、洗面乳、白花油、薄荷口含片、薄荷糖等，以上這些薄荷產品的開發，為薄荷生產的發展創造了良好的條件，值得推廣應用。

【別名】

蘇薄荷、仁丹草、卜薄、香荷葉、升陽草、夜息花、蕃荷菜、菝藺、吳菝藺、南薄荷。

【來源】

本品為唇形科植物野薄荷 (*Mentha arvensis* L. var. *piperascens* Malinv.)、蘇薄荷及其同屬植物之乾燥葉及帶花枝梢之全草入藥。

【說明】

多年生草本植物，株高50-100公分。全株具有濃烈的清涼香味，根狀莖細長，白色或白綠色，有節，節上著生鬚根。地上莖基部四稜形稍傾斜向上直立，被逆生的長柔毛。葉對生，橢圓形或披針形，葉緣有鋸齒，兩面有毛和油腺；葉片中精油的含量占全株含油總量的98%以上，花小細密，輪生於上部葉腋，輪繖花序，花冠淡紅或淡紫色。小堅果長圓形，褐色。花期6-10月，果期9-11月。

薄荷喜歡生長於溫暖濕潤氣候和陽光充足、雨量充沛的環境。土壤以疏鬆肥沃、排水良好的砂壤土為好。在生長期要求土壤濕潤，植株封行以後，則以稍乾為好，雨水過多，則影響產量和品質。薄荷生長最適溫為20-25℃。凡土壤瘠薄，土質黏重，酸性過強以及乾燥和蔭蔽，低窪而易積水的地方均不種植。忌連作。

薄荷的繁殖方式有種子繁殖、扦插繁殖、秧苗繁殖和根莖繁殖4種，通常採用後兩種。一是秧苗繁殖。選用生長健壯，無混雜和病蟲害的田塊作留種地。秋季收割後，立即中耕除草和追肥1次，待苗高10-13公分時拔苗帶土移栽。另一為根莖繁殖。移栽期為每年10月至次年4月，此時正是少雨的季節，應加強肥水管理。但一般以秋冬栽種為宜。可選擇粗壯、短節的白色新根莖作種。每畝需毛根量100公斤或精選白嫩根50公斤，按等行距20公分開溝後，插入土層7-10公分，播後覆土壓實，施肥灌水。

薄荷植株生長與揮發油的形成，對土壤中營養元素的吸收有選擇性，連作土地肥力消耗大，造成某些營養元素的缺乏，連作易造成品種混雜退化。過早或過遲採收都會使產量減少。一般每年收穫2次，最佳收穫期是初花期，即當頂葉捲曲皺縮，葉片肥厚，葉面出現凸凹不平的突起時最適宜。在一天中，含揮發油量以中午12時至下午2時最高，因此，每天10時至16時採收最好。收後應立即攤開晾乾或曝曬，切忌堆放，待八成乾時，捆成小把，懸掛繼續晾曬，以便包裝儲運。而日常做佐料或香料以鮮嫩和翠綠時採收較好。

薄荷藥材品質莖方柱形，黃褐色帶紫，有節，表面有白絨毛。以身乾，無根，葉多，色

綠，氣味濃香者佳。味辛，性涼。有疏散風熱、清頭目、利咽喉，透疹、疏肝的功能。用於風熱表証、溫病初起、發熱惡寒、身不出汗、風熱目赤、咽喉腫痛、麻疹透發不暢以及胸膈脹悶、月經不調等。

薄荷在醫療方面，對於皮膚有灼感和冷感同時，可用作抗刺激劑和皮膚興奮劑。對皮膚騷癢具有抗過敏和止癢作用，又對神經痛和風濕關節痛具有明顯的緩解和鎮痛作用。薄荷產品對蚊蟲叮咬皮膚有脫敏、消炎和抗菌的作用；對上呼吸道感染亦有明顯的止咳、消炎和抑菌作用；對痔瘡、肛裂有消腫止痛、消炎抗菌的作用。口含有薄荷產品的方劑，對於味覺神經和嗅覺神經有興奮的作用。它對口腔粘膜有灼熱感和刺激作用，能促進口腔流涎、增進食慾、增加胃粘膜的供血量，改進消化功能。

薄荷在近年來不僅提供醫療用途，也經常應用於在一些食品、糕點、糖果、酒類、飲料中加入微量的薄荷香精，即具有明顯的芳香宜人的清涼氣味，能夠促進消化、增進食慾。甚至在牙膏及漱口水等口腔清潔用品、冷霜、香水、香皂、潔面乳、面膜、洗髮乳、防曬霜等護膚化妝品、空氣清新劑、衛生殺菌、殺蟲劑以及除臭殺菌的鞋墊等家庭衛生用品中加入適量薄荷腦油，既收清涼芳香之功效，又有殺菌消毒之妙用。



參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編上冊。人民衛生出版社。950-952。
邱年永。2004。百草茶植物圖鑑。110。
江蘇新醫學院編。1993。中藥大辭典下冊。上海科學技術出版社。2648-2651。
鄭來送、王高升、馬錦星主編。2002。採種中草藥技術。420-427。
王忠壯、胡晉紅。2006。現代中藥學。第二軍醫出版社。740-742。
花盈、狄留慶。2006。薄荷油的基礎研究及其應用開發。WORLD CL INICAL DRUGS 27(8)：505-507
葉存法。1999。薄荷高產栽培技術。雲南農業 2：15。

貳、半枝蓮—濕地上的抗癌高手

半枝蓮類似薄荷的唇形科植物，為常用抗腫瘤中藥，根據2004年BBC報導，英國的研究人員發現，半枝蓮的萃取物可以用來對付癌組織。專家發現，半枝蓮 (*Scutellaria barbata*) 的萃取物製成的藥物可以破壞癌組織供應血液的血管。英國索爾福德大學的麥高恩教授希望可以在不久的將來在癌症病人身上使用這種新開發的藥物，進行試驗。半枝蓮除傳統用於抗癌、解毒、止

痛、行氣活血、清熱、散瘀、止血、祛風等功效外，對於肝炎、肝腫大、肝硬化腹水、肺膿腫和各種腫毒、胎毒、癰疔、咽喉腫痛、各種腸炎、黃疸、赤痢、驚風、跌打血傷、毒蛇咬傷等，都相當有效，為濟世良藥。半枝蓮之名始見於外科正宗：「僅用半枝蓮搗爛，取汁二兩，熱酒四兩，和汁蓋汁為效。」自清代以來，半枝蓮即廣泛應用於民間，但名稱十分混亂。



【別名】

向天盞、並頭草、牙刷草、狹葉韓信草、四方馬蘭、通經草、紫連草、小韓信草、水韓信、小耳挖草、溪邊黃芩、金挖耳、野夏枯草、方草兒、半向花、半面花、偏頭草、四方草、耳挖草、小號向天盞、虎咬紅、再生草、趕山鞭、狹葉向天盞。

【來源】

為唇形科(*Labiatae*)黃芩屬半枝蓮植物 *Scutellaria barbata* D. Don以全草入藥。

【說明】

一年生或多年生草本。株高20-40公分。葉對生，具短柄，葉片卵形或披針形，長0.7-3.5公分，寬0.4-1.5公分，基部楔形或心形，先端銳形至鈍形，疏鋸齒緣。偏向總狀花序，頂生或腋生，花對生於花軸一側，如牙刷狀，苞片披針形，花梗密生黏液性短毛。花萼鐘形，2唇，一側附有盾片。花冠淺藍紫色，管狀，2唇裂，上唇盔狀，3裂。雄蕊4枚。子房4裂，柱頭2裂。小堅果球形。花、果期春、夏間。

半枝蓮生於山坡草地或陰濕處。臺灣本島平野濕潤地、田畔及水溝旁均有其蹤跡。近年則有規模性栽培，供市場使用。半枝蓮喜歡生長於氣候溫和，比較濕潤的環境，常野生於丘陵及平地地區的田邊或溪邊。過於乾燥的環境不利其生長，土壤以疏鬆為主，肥沃的沙土為佳。

半枝蓮常利用種子繁殖，春季3-4月播種，條播，行距1尺，覆土，播種量每畝250-300公克。播種後保持土壤濕潤，約二周出苗，出苗率80%左右。生長期間，應注意鬆土、除草。定苗後，須追施一次氮肥。春、秋季節可進行分株繁殖，先將老植株挖起，選擇生長健壯、無病蟲害植株，分株後，每新株約含3-4根，即可栽種。花期採集全草，洗淨切段，鮮用或曬乾備用。

半枝蓮藥材品質以身乾、無雜質及霉變為合格。全草分離得到黃酮類成分有黃芩素(scutellarein)、黃芩素苷(scutellarin)、紅花素(carthamidin)及異紅花素(isocarthamidin)。此外，

據報導半枝蓮根含植物固醇和硬脂酸等。其味辛、苦、性寒。全草清熱，解毒，鎮痛，散瘀，涼血，止血，消腫，抗癌。治衄血，吐血，血淋，肝炎，咽喉疼痛，淋巴腺炎，頸淋巴結核，肺結核，肺癰，胃痛，痢疾，小兒發燒，感冒，白帶，角膜炎，乳腺炎，各種癌症。腫瘤，闌尾炎，肝炎，肝硬化腹水，肺膿瘍；外用治乳腺炎，癰癤腫毒，毒蛇咬傷，跌打損傷。但要請您特別注意的是，半枝蓮性涼味苦，脾胃虛寒的患者應當慎用。



參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編上冊。人民衛生出版社。228-229。
- 鄭來送、王高升、馬錦星主編。2002。採種中草藥技術。381-383。
- 蕭海濤、李銑。2006。半枝蓮的化學成分。沈陽藥科學報23(10) 637-640。
- 蔣小崗。2004。半枝蓮的化學成分和藥理作用【1】。中國野生植物資源 23 (1) : 3-6。
- 王剛、董枚。2004。半枝蓮醇提物抗腫瘤活性的研究【1】。現代中西醫結合雜誌 13 (9) : 1141-1143。
- 蔡震峰、任鳳蓮、申定珠、彭慧敏。2006。中草藥半枝蓮的研究進展。廣州化學 31(4) : 55-60。

叁、婦科聖藥－益母草

早期農村庭前院後常見到一棵棵亭亭玉立，臨風搖曳，姿態優雅，遠看頗像芝麻，其實是益母草。本草備要記載：「益母草一名茺蔚，通行瘀血、生新血。辛苦微寒，入手足厥陰。消水行血，去瘀生新，調經、解毒。治血風、血暈、血痛、血崩、血淋，胎痛難產，崩中帶下，為經產良藥。消疔腫乳癰，通大小便。然辛散之藥，腫子散大者忌服。「益母子」主治略同，調經益精，明目活血，順氣逐風，行中有補。治心煩頭痛，胎產帶崩，令人有子。忌鐵，子微炒用。」益母草有紅與白兩種花色，紅花者即為爾雅所謂之「藺」也，白花者即「葇」也。原名「茺蔚」，本經將其列為上品，是常用的藥用植物。在民間藥草中，舉凡對婦女病有療效者或是對婦女身體有助益者，多會以「益母」稱之。益母草的由來另有一說，從前有一對窮苦母子，母親生下兒子後就常腹痛，兒子感念母親平日辛苦，特別買藥材為母親治病，母親吃了十天之後，腹痛症狀漸漸減輕。但由於醫藥費很昂貴，兒子為了想將母親的病完全治好，跟蹤大夫上山採藥，少年將自己採的藥草給母親服用，母親病情亦有所改善，少年不知這藥草名字，由於它對母親有益處，便把它命名為「益母草」。

【別名】

益母、茺蔚、益明、大札、臭穢、貞蔚、苦低草、鬱臭草、夏枯草、土質汗、野天麻、火欵、負擔、辣母藤、郁臭苗、豬麻、益母艾、扒骨風、紅花艾、坤草、枯草、苦草、田芝麻、小暑草、益母蒿、陀螺艾、地落艾、紅花益母草、四稜草、月母草、旋風草、油耙菜、野油麻、白坤草(專指白花種)。

【來源】

為唇形科益母草屬植物益母草 *Leonurus japonicus* Houtt. 以全草和果實入藥。

【說明】

一至二年生草本植物，高約40-160公分，莖方形直立分枝，全株被細毛。葉對生，葉片卵狀心形，不整狀3-5深裂，有長柄，花開時枯萎；莖上葉具長柄，葉對生，葉身3全裂或深裂，裂片又複羽狀裂，有二裂或接近線形的現象，葉背密生白色短毛。輪繖花序，腋生，唇形花冠淡粉紅或白色，夏、秋季開花，集生於葉腋；花萼筒狀鐘形，5淺裂，雄蕊4枚，2長2短，花期夏、秋季，果實為小堅果長圓狀三棱形，褐色，長約2公分。

臺灣在本島和琉球群島皆有紀錄，主要可見於路邊或是荒地邊緣。臺灣平野至低海拔山地自生。近年則有規模性栽培，供市場使用。益母草常利用種子繁殖，一般直播，按行距1尺開溝，溝深約1寸，播種後覆土，每畝播重量約500公克，10天左右出苗，幼苗生有4-5片葉時，間苗，株距約3-4寸。早熟益母草在春、夏及秋季播種均可。在春夏季播種，時間愈遲，溫度漸高，發芽愈快，生長期愈短。喜溫暖較濕潤環境，海拔約1000公尺以下地區均可栽種，以較肥沃的土壤中生長較佳，若在平地栽培時，須注意排水。

益母草採收時間以夏或秋間開花，割取地上全草。論品質，以其幼株童子益母草為好，益母草嫩莖葉含有蛋白質、碳水化合物等多種營養成分。益母草味苦，性微寒，具有活血、祛瘀、調經、消腫等功效，主治月經不調、浮腫下水、尿血、瀉血、痢疾、痔疾等病症。益母草用來治病歷史悠久，古醫籍中都有益母草治病的記載。本草匯言指出：「益母草，行血養血，行血而不傷新血，養血而不滯瘀血，誠為血家之聖藥也。婦人臨產之時，氣有不順，而迫血妄行，或逆於上，或崩中於下，或橫生不順，或子死腹



中，或胞衣不落，或惡露攻心，血脹血暈，是皆臨床危急之症，惟益母草統能治之。」現代藥理研究發現，益母草含有硒、錳、銅等多種微量元素，這些微量元素在抗癌防癌、美容護膚、延年益壽方面有著顯著功效，最新研究還發現，益母草對於溶解血栓，預防血栓形成及降壓有較好的療效。但對婦女子宮有明顯的興奮作用，可令子宮強有力的收縮，故孕婦應當禁用。



參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編上冊。人民衛生出版社。673-674。
 鄭來送、王高升、馬錦星主編。2002。採種中草藥技術。404-410。
 王忠壯、胡晉紅。2006。現代中藥學。第二軍醫出版社。771-775。
 袁秀芬。2006。功效神奇的婦科要藥-益母草。東方藥膳 11：38-39。

肆、救荒的野菜 - 兔兒菜

置身於高大的樹木下，平日嬌小玲瓏、金黃的小花，矮小的身影，兔兒菜全株光滑無毛，莖葉帶點粉綠色，不開花時或長新芽時有點像小型的高苣，是兔子愛吃的野菜。兔兒菜的果實長著常常的喙，上方頂著張開的白色冠毛，乾燥時不裂開，成熟後，便由頂端一圈由花萼變化成的冠毛帶著飛行，種子因此可以飛得更久、更遠，傳播的範圍也就更大了。兔兒菜在整個外觀上看來，有點像是鄉間用來養鵝的高苣，只是個體小些。它也是一種救荒的野菜，其嫩芽及出苔前之根生葉，可當野菜煮食，但具有微麻醉性，不可多食。除了食用之外，兔兒菜煎服可以治皮膚病和瘡疾，和紫背草混合加砂糖搗碎，可以敷治跌打撲傷，為消腫解熱及鎮痛良藥。

【別名】

鵝仔菜、兔仔菜、小金英、鵝仔草、蒲公英、杜公英、大公英、公英、山苦脈、英仔草、苦菜、七托蓮、小苦麥菜、苦葉苗、敗醬、苦麻菜、黃鼠草、小苦苣、活血草、隱血丹、小苦蕒、苦丁菜、苦碟子、光葉苦蕒菜、燕兒衣、敗醬草、山苦妹。

【來源】

為菊科苦蕒菜屬植物兔兒菜 *Ixeris chinensis* (Thunb.) Nakai的全草或根入藥。

【說明】

多年生草本。主根粗大，莖直立，多分支，高20-50公分，全株具白色乳汁。根生葉發達，莖生葉較小。葉互生，披針狀，長5-15公分，全

緣或略具疏齒緣。頭狀花序排成疏繖房狀。呈圓錐花序，黃色，徑約1.5公分。總苞狹鐘狀，長約0.9公分，外總苞片卵形，長1-1.5公分，內總苞片8枚，長橢圓狀線形，鈍頭。皆舌狀花，花冠截頭，5齒狀裂，長1.0-1.2公分，筒狀部分長0.2-0.4公分。雄蕊5枚。子房下位，柱頭2歧。瘦果長0.4-0.6公分，具長嘴，略與冠毛等長，冠毛白色。

兔兒菜原產於中國南部、中南半島。台灣全島平地之庭園、路旁、田畔、乾燥向陽的耕地處，但數量已稍減少，少量地區有大量栽培供鮮用或生機飲食用。兔兒菜適應性較強，廣泛地分佈於海拔500-4000公尺的山坡草地乃至平原的路邊，農田或荒地上，為一種常見的雜草。本種耐旱也較耐寒，但以肥沃稍潮濕之地最容易生長。

兔兒菜的栽培方式以種子和分蘖進行繁殖，但以營養繁殖為主，一般4月上、中旬返青，4-5月為營養期，5-6月為開花期，6-7月結實，10月上旬枯黃。早春採收，洗淨，鮮用或曬乾。藥材品質以根細長，彎曲，黃棕色，具縱皺紋和殘留的鬚根，質脆，易折，斷面黃綠色，為佳。

兔兒菜味苦，性寒。全草主治解熱，消炎，鎮痛，解毒，消腫，活血，止血，生肌，調經，

肺癰，肺炎，乳癰，乳腺炎，腸炎，膀胱炎，尿毒症，咽痛，白喉，無名腫毒，癰腫。但要請您特別注意的是，兔兒菜具微麻醉性，多食有害。且脾胃虛寒者忌食。



參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編下冊。人民衛生出版社。557。
- 邱年永。2004。百草茶植物圖鑑。145。
- 江蘇新醫學院編。1993。中藥大辭典上冊。上海科學技術出版社。186。

伍、 蟛蜞菊為青草茶首選

台灣位屬亞熱帶地區，再加上近年全球暖化，夏季外出活動，民眾稍不小心即可能出現熱急症；熱急症主要是因為體溫調節失衡，劇烈活動或服用某些藥物，會使體內產生的熱量增加；有心血管疾病、年老、肥胖者，或穿著不適當的衣服，導致身體散熱速度降低；再加上高熱和潮溼的環境，尤其是當氣溫達到33°C或以上時，最容易造成中暑。台灣蟛蜞菊常被住民拿來熬煮湯汁當茶飲，因為喝起來甜甜的，所以也叫黃花

蜜菜，原住民也會拿來當野菜，可是有止咳、退熱、消暑的功效。蟛蜞菊現在已很難在野外瞧見，除非是刻意繁殖的場域，否則實在難有它生存之地。

雙花蟛蜞菊中名的由來，源自其屬名及種名。因為本種在分類學上是隸屬於「蟛蜞菊屬」(Wedelia Jacq.)，而其種小名biflora即意謂是有「兩朵花」，故其中名就取為「雙花」蟛蜞菊。看到蟛蜞菊的「頭狀花序」，再加上中文名稱又



是「某某菊」，則說這種植物是屬於菊科植物。

雙花蟛蜞菊是一種多年生匍匐性或懸垂狀的草本植物或亞灌木，延長的莖不但有稜還被有粗毛。在台灣，雙花蟛蜞菊是蟛蜞菊屬中最常見的一種（本屬在台灣原生有3種，包括5個分類群），次則為也是廣泛分布於全台海邊的天蓬草舅（*W. prostrata* (Hook. & Arn.) Hemsl.）；而一般學校、公園、住宅區常見的蟛蜞菊，則是引進且已經馴化的種類 南美蟛蜞菊（*W. trilobata* (L.) Hitchc.）（又名「三裂葉蟛蜞菊」）其莖葉在醫藥上具療效，此外，當眾花盛放，對環境亦頗有點綴之功。

【別名】

九里明、大蟛蜞菊、雙花海砂菊、黃花蜜菜、四季春、四季春仔、田烏草、蛇舌黃、黃花田路草、寒丹草、雞舌黃、黃花蟛蜞菊、田黃菊、路邊菊、馬蘭草、蟛蜞花、水蘭、溲地菊、黃花龍舌草、黃花曲草、鹿舌草、黃花墨菜、龍舌草。

【來源】

為菊科蟛蜞菊屬植物蟛蜞菊 *Wedelia chinensis* (Osbeck) Merr. 的全草入藥。

【說明】

多年生草本，矮小。莖匍匐，上部近直立，基部各節生不定根，長15-50公分，基部徑約0.2公分，分枝，疏被短而壓緊的毛。葉對生；無柄或短葉柄；葉片條狀披針形或倒披針形，長3-7公分，寬0.7-1.3公分，先端短尖或鈍，基部狹，全緣或有1-3對粗疏齒，兩面密被伏毛，中脈在上面明顯或有時不明顯，主脈3條，側脈1-2對，無網狀脈。頭狀花序單生於枝端或葉腋，直徑1.5-2.5公分，具長6-12公分的細梗；總苞鐘形，寬約1公分，長約1.2公分；總苞片2層，外層葉質，綠色，橢圓形，內層較小，長圓形；花托平，托片膜質；花異型；舌狀花黃色，舌片卵狀長圓形，先端2或3齒裂；筒狀花兩性，較多黃色，花冠近鐘形。瘦果，倒卵形，長約0.4公

分；有3稜或兩側壓扁；無冠毛，而有具淺齒的冠毛。花期3-9月。

蟛蜞菊普遍分布於印度、東南亞、太平洋諸島、華南地區、台灣及日本。在台灣廣泛分布於全台海邊。一般以扦插繁殖，性喜溫暖，適合生育適溫約攝氏1-30度，可抗高溫30度，耐低溫4度，栽培土質不拘，只要排水良好之地均可栽植，但以富含有機質之砂質壤土生育最佳。生於田邊、路旁、溝邊、山谷或草地上。

蟛蜞菊於春、夏季採收全草，秋季挖根，鮮用或切段曬乾。其味微苦、甘，性涼。清熱解毒，涼血散瘀，涼血平肝。主治感冒發熱，咽喉炎，扁桃腺炎，腮腺炎，白喉，百日咳，氣管炎，肺炎，肺結核咯血，鼻衄，尿血，傳染性肝炎，痢疾，痔瘡，癩瘡腫毒。；外用治療瘡癤腫。本品是台灣很有名的青草茶原料之一。



參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編上冊。人民衛生出版社。959。
- 邱年永。2004。百草茶植物圖鑑。151。
- 江蘇新醫學院編。1993。中藥大辭典上冊。上海科學技術出版社。1116-1117。
- 鄭麗霞、方紅、周方、謝崇源、羅謀倫。1997。蟛蜞菊抗炎鎮痛作用的實驗研究。中草藥 28(7)：421-422

陸、六月雪—台灣澤蘭

台灣澤蘭不是蘭，它們是菊科的一員，菊科植物中適應性最強，非台灣澤蘭莫屬了，它簡直不怕冷、不怕熱、耐乾濕，平地海邊高山均能生長，其適應性真是一級棒。在平地花為白色，在中高海拔山區則有紫紅狀花出現。它們的外觀平凡，但常以族群生長，別具特色。在秋末冬初時，種子成熟了，黑色的瘦果上有白色冠毛，隨風飄散。台灣澤蘭為本土固有種具有治療癌症之效，也是民間常用之草葯可治療婦女產前產後諸症、治刀傷、消腫。大陸將菊科植物華澤蘭 *Eupatorium chinense* 的根入藥，稱為廣東土牛膝，其藥用歷史最早記載見於清生草藥性備要，原名「班骨相思」，只記載有治跌打傷，壯筋骨的作用，1955年廣東老中醫黃華庭首次運用廣東土牛膝治療白喉的方法及效果，從此廣東土牛膝成為廣東地區著名的喉科要藥。

【別名】

六月雪、山澤蘭、大本白花仔草、尖尾鳳、香草。

【來源】

為菊科澤蘭屬植物台灣澤蘭 *Eupatorium cannabinum* L. subsp. *asiaticum* Kitam. 之全草。

【說明】

多年生草本，高1-2公尺，分枝多，全株密被粗毛。葉對生，莖中央部份通常較莖下方為大，有時單葉，有時三裂葉，變化多端。頭狀花序甚小，由5-6朵小花構成，但是排列密集，使人看起來覺得一個花序就是一朵花。瘦果黑色具5稜，冠毛白色。花期秋天。喜陽光充足，溫暖環境，但不耐陰。台灣低海拔至高海拔地區，多生長於路邊或荒廢地。分布於1300-3200公尺。族群集生於陽光充足的崩塌地、開闊地、林緣，少數散生於玉山箭竹叢間、透光佳的臺灣鐵杉林、針闊葉混合林的裸岩地。

台灣澤蘭主要是利用根莖繁殖，很少用種子繁殖。根莖繁殖主要是在春分至清明節期間，選水利條件較好，疏鬆肥沃土壤，施足底肥，翻耕整地摟平做畦。按行距25-30公分，株距15-20公分開穴，穴深6-10公分。將種秧截成10公分左右的小段，每穴放種秧1-2段，覆土澆水。台灣澤蘭全草入藥。用根莖繁殖的，一年可收割兩次，第一次在小暑至大暑節；第二次在秋分至寒露節，去淨雜質。其藥材品質以質嫩、葉多、綠色不破碎、莖短者為佳。

台灣澤蘭主治祛風，消腫，清熱，解毒，行瘀。頭痛、腹痛、眼病、急慢性盲腸炎、肺炎、肝炎、腎炎、肋膜炎、跌打損傷、風濕病、糖尿病、高血壓、中暑、傷風感冒、痢疾、頭瘡、經閉、產後瘀血、血癌、咽喉癌、肋膜蓄膿、下消風痛。孕婦忌用。

【開發應用】

神農本草經所載中藥材澤蘭其基原為唇形科(Labiatae)植物毛葉地瓜兒苗 *Lycopus lucidus* Turcz. var. *Regel* 或地瓜兒苗 *Lycopus lucidus* Turcz. 的乾燥莖葉，具有活血化瘀、利尿、消腫等功效。主治月經不調、產後瘀血腹痛、水腫、跌打損傷、瘡瘍腫痛等症狀。歷代以來澤蘭常與佩蘭相互混淆，佩蘭原名蘭草，始載於神農本草經，列為上品，至本草綱目始分澤蘭與蘭草為一類二種。時珍曰：「蘭草、澤蘭，一類二種，俱生下濕，紫莖素枝，赤節綠葉，葉對節生，有細齒。但以莖圓節長，葉光有歧者為蘭草；莖微方節短，葉有毛者為澤蘭。」蘭草自本草從新後乃稱佩蘭，為菊科植物佩蘭 *Eupatorium fortunei* Turcz. 的乾燥全草，為芳香化濕藥，主治感受暑濕、寒熱頭痛、濕濁內蘊、脘痞不饑、噁心嘔吐、口中甜膩、消渴等證。據文獻報告澤蘭藥材尚有使用菊科植物單葉佩蘭 *Eupatorium*



japonicum Thunb.、台灣澤蘭(山澤蘭)*Eupatorium formosanum* Hay.、華澤蘭*Eupatorium chinense* L.、田代氏澤蘭*Eupatorium tashiroi* Hay.等植物充當澤蘭藥材來使用，藥材使用頗為混亂。夏日採，置髮中，則髮不墮。浸油塗髮，去垢香澤，故名澤蘭。澤蘭走血分，故能消水腫，塗癰毒，破瘀除癥，而為婦人聖藥。蘭草走氣分，故能利水道，除痰癖，殺蠱辟惡，而為消渴良藥。

夏季天氣炎熱，人們易受到暑邪侵襲，易耗氣傷津，擾心神易汗出，需要隨時補充水分；如果在製作啤酒和各種飲料中加入澤蘭與台灣澤蘭，不但不會影響口感和味道，啤酒及飲料具有解暑生津、活血益氣、補精固氣，調和五臟的功效。通過飲食能使人體氣血通暢，腸道通利，氣血津液調和，是夏天天然綠色保健飲料，增加其食用和醫療保健之功效。

將澤蘭或台灣澤蘭其嫩莖葉與地下根莖切製成細絲與薄片加工製備成山澤蘭茶。每日取一定數量代茶泡飲。其功用可用於氣血經脈不暢導致

的經血不調的痛經、帶下等症。亦可按飲食喜好利用澤蘭或台灣澤蘭地上剛出土的嫩莖葉及地下根莖進行炒、涼拌、煲湯及醃漬成各種小菜食用。該植物中富含高纖維素，多種低聚糖，苷類等多種活性成分，作為蔬菜經常食用。通過飲食達到預防疾病延緩衰老之目的，是平日飲食養生的一種良好蔬菜。

澤蘭與台灣澤蘭是一種比較平和、全草均可利用，無毒綠色藥食兩用植物。通過對藥食兩用經濟價值的深層次開發，可在種植、加工、利用方面獲得較大效益，具有較高的藥食兩用經濟開發價值和廣闊的市場消費前景。

參考文獻

- 謝宗萬主編。1996。全國中草藥匯編上冊。人民衛生出版社。387。
邱年永。2004。百草茶植物圖鑑。143。
江蘇新醫學院編。1993。中藥大辭典下冊。上海科學技術出版社。235。

