

枝干肌理似狗骨 冬日不枯夏日枯

平日里的 花花草草 其实都是药

在西溪镇上马村上蒋自然村有一位耄耋之年的医生,记者听闻后慕名拜访。这名医生叫蒋长生,在以前,如果村民身体不适,都会来找他医治。

如今,蒋长生年纪已大,再加上乡村医疗已经得到极大改善,他早已在家颐养天年,只是平日里还会种些花花草草。本期《丽州本草》就取材于这些花花草草,通过蒋长生的讲述,记者了解到能作为苦茶饮用的枸骨、用于烹饪的紫苏和被称为止血草的白毛夏枯草。

记者 胡凌霄 吕鹏 高婷婷

紫苏:药食两用,可解鱼毒

在上蒋自然村,记者发现不少村民门前的花园里都种有紫苏,在蒋长生的庭院内同样不意外。紫苏的叶面皱巴巴、毛茸茸的,十分可爱。时值秋日,花园里的紫苏也生出了很多穗,开了很多花。凑近一闻,有种淡淡的清香。

明代李时珍曾记载,紫苏嫩时有叶,和蔬茹之,或盐及梅卤作菹食甚香,夏月作熟汤饮之。紫苏在中国人的饮食中十分常见。

作为烹饪中常用的香料,紫苏的香味让人沉迷。无论是烹调河鲜,还是炖肉,加上少许紫苏,往往能带来不一样的风味。紫苏,不仅是餐桌上的奇特美味,也是流传千年的常见药材。

紫苏作为一种药食两用的佳品,备受人们喜爱。而关于它的由来,记者翻阅资料发现,这其中还有一段特别的故事:传说有一年,华佗在江南某地的河边采药,无意中发现一只水獭吞吃了一条鱼后,在地上打起滚来。后来,只见水獭一直沿着河滩爬行,直到爬到一片紫色的草前吃了起来。不久后水獭竟然没事了。华佗心想:难道这种紫色的草叶可以解鱼毒?

后来,华佗去附近的一家客栈住宿,巧遇一群年轻人正在比赛吃螃蟹,蟹壳堆了一大堆。螃蟹性寒,到了半夜,吃螃蟹的几个年轻人喊肚子痛。情急之下,华佗想起白天见到的那种紫色草。那草既然能解鱼毒,

可能也能解蟹毒。于是,他马上带人去采摘,煎成汤药给几个年轻人服下。过了一会儿,年轻人的肚子果然不痛了。

华佗便给这种草药取名为紫舒,其中的意思是服后能使腹中舒服的意思。因为字音相近,又属草类,后人就把它称作紫苏。

虽然叫紫苏,但紫苏叶的颜色也不都是紫色的,有的两面全绿,也有的的一面绿一面紫,还有两面全是紫色的。人们根据叶子颜色来取名:如果叶子是全绿的,那么就取名为白苏或者荏苒;如果叶子的一面是紫色或是一面为青色一面为紫色,那就取名为紫苏。

药用价值

中医认为,紫苏叶性味辛、温,入肺、脾经,有解表散寒、行气宽中之功。紫苏辛香温散,入肺走表而发散风寒,又能走脾行血而宽中,对外感风寒、内兼湿滞之症尤为适宜。

紫苏梗,味辛、甘,性微温,具有理气宽中、安胎的功效。胃脘胀闷、不思饮食,可将紫苏梗与陈皮、茯苓、鸡内金等一同调配药膳食用。胎动不安,或是妊娠呕吐,可在医生指导下将紫



紫苏

苏梗与紫苏叶、陈皮等药材一起调配药膳食用。

紫苏籽中的-亚油酸能显著降低血中较高的甘油三酯含量,可抑制内源性胆固醇的合成,并且能抑制血小板和血清素的游离基,从而抑制血栓疾病的发生,具有抗血栓的效果。

虽然紫苏有诸多功效,但是服用也有禁忌。比如,将紫苏叶与鲫鱼一起食用后容易生毒疮。而长期服用紫苏,脾胃虚寒的人会出现滑泄症状,气虚、阴虚的人不宜食用。

同时,紫苏叶不能过多食用。紫苏中含有大量草酸,草酸在人体内遇上钙和锌便生成草酸钙和草酸锌,在人体沉积过多,会损伤人体的神经、消化系统和造血功能。

枸骨:外形似猫儿爪,枝干肌理似狗骨

走进蒋长生的老屋,记者就被两棵巨大的绿植吸引,它们左右相邻栽种在庭院正中,不仅枝叶茂密,而且叶形奇特,有棱有角,就像是一把把关公的大刀。蒋长生向记者介绍,这两棵是枸骨树,是从附近的山上移栽下来的,估计已有近百年的树龄。

枸骨,乍一听这个名字,就有一种迎面扑来的豪气之感,如同一位坚强不屈的硬汉。记者查阅资料发现,药典典籍《本草纲目》中有对枸骨名字的解释,此木肌白,如狗之骨,树如杜仲,诗云:南山有枸,是也。指它的枝干肌理像狗或者猫的骨头,叶子也长得奇怪,不但没有像其他植物的叶片那么曲线柔和,反而是五角形状,每一个角都伸得长长的,最尖端的地方长着一根坚硬的刺,就像是猫儿的爪子。正因如此,枸骨还有猫儿刺、狗骨刺的别名。

枸骨具有非常高的观赏价值,不少人对它的第一印象就是路旁的观赏植物。这是因为枸骨叶的叶形奇特,碧绿光亮,在太阳的照射下,会闪出一道道光线。入秋之后,枸骨还会生出一簇簇的红果,即便在严酷的冬天也不会凋谢,显得诱人可爱。然而,并不是所有的枸骨树都会结果。

蒋长生说,枸骨树有雄雌之分,只有母的会结果。庭院内的两棵枸骨树,正是一公一母,记者走近发现,果然靠右的公枸骨枝上没有任何果实;另一旁的枸骨树,已经长出一颗颗青色的果实,静待变红。

药用价值

枸骨不仅是优良的景观植物,而且是一味传统的中药,浑身是宝。其根、枝、叶、果实和树皮均可入药,具有多种药用功效,可以将其用于治疗风湿性关节酸痛、头痛、牙痛等多种常见病。

《江西草药》记载,枸骨,其味甘微苦,止血、凉血,祛风通络,补肾健骨。中医上强调枸骨果属于寒性药材,所以滋阴润燥是它的主要功效。如果是患有因肺热、肺燥导致咳嗽气喘或痰多等疾病,可以服用一些含有枸骨果的药物。

除此之外,枸骨果可以治疗肠胃疾病,当出现肠燥便秘和腹部胀痛等情况,也可以服用枸骨果。它可以快速让肠道功能恢复正常,也可以加快宿便的排出。并且,枸骨果还可以拿



枸骨

来泡酒,把它放到白酒中浸泡,既可以当作药酒服用,又可以将其涂抹在病痛处并给予按摩,这样可以有效缓解疼痛与麻木。

在我国民间,有人专门采摘枸骨灌木嫩芽制作茶叶。由于其叶微苦,因此也有人称枸骨茶为苦茶。



白毛夏枯草:外形毛茸茸,武侠气息扑面

在蒋长生的园子里,中草药品种不可谓不丰富,令记者大饱眼福。其中,一丛毛茸茸、绿油油的植物吸引了记者的注意力。这丛植物外形好似野生芥菜,叶匙形,匍匐茎,像一朵紧贴在地的绿花;一簇精致的小白花从叶片中间探出头,活泼可爱。

这叫白毛夏枯草,也叫筋骨草、金疮小草。注意到记者好奇的目光,蒋长生热心地科普一番,因为长相酷似野菜,有时候也会被农夫砍去喂猪。过去,农村生活贫穷,医药资源短缺,村里人生病了,没条件上医院看病,就会去路旁、河岸、山脚下、荒地上或者山上采一些白毛夏枯草来煎汤喝。所以,农村上了年纪的老人,基本可以亲切地喊出它的名字。

金疮小草,听其名字,就能感受到一股浓浓的武侠气息扑面而来,让人联想到金庸江湖中疗伤佳品的金疮药。何为金疮?被刀斧等利器所伤,古人称为金疮。而白毛夏枯草别名金疮小草,可想而知,它对于治疗外伤出血有不错的效果。在以前,它还被称作天然止血剂。

这可是好东西,白毛夏枯草全草都能入药,可以内服,也可以敷在伤口上,能起到抗菌消炎、止血的作用。蒋长生说,不过,因为这种草味道非常苦,一般人很难忍受,所以大多时间都拿来外用。

据介绍,白毛夏枯草在我市并不多见,常长于山上、田埂及道路旁边,由于此草夏至过后即枯,过秋再生长出来,因此而得名夏枯。

药用价值

清代赵学敏《本草纲目拾遗》称白毛夏枯草,产丹阳县者佳,叶梗同夏枯草,惟叶上有白毛,今杭城西湖凤凰山甚多。性味苦寒,专清肝火。《四川中药志》:白毛夏枯草,治癆伤、咳嗽、吐血及妇人血气痛。

白毛夏枯草的使用历史非常悠久,许多医学典籍里都有记载它的使用方法和使用症状。《纲目拾遗》称其:性寒,味苦。白毛夏枯草具有止咳化痰、清热、凉血、消肿、解毒的效果,可治气管炎、吐血、衄血、赤痢、淋病、咽喉肿痛、疔疮、痈肿、跌打损伤。

在医疗条件发达的当下,白毛夏枯草现在最常见的用法是拿来泡茶:将新鲜的白毛夏枯草摘下,阳光下晾晒后冲泡,或是直接用新鲜叶子开水冲泡。王老吉、何其正等凉茶中就有添加夏枯草,利用其所具有的清熱解毒功能。但因为白毛夏枯草性寒,不能多喝,多喝易伤脾胃。



白毛夏枯草