

# 我市四县交界处 蕴藏着众多中草药 味道甜美、营养价值丰富 这些宝贝 你认识吗?

邻县磐安是全国有名的中国药材城,与之接壤的我市西溪镇棠溪、上马等村,同样有着悠久种植中药材的历史。

近日,记者走进坐落在永康、缙云、磐安、东阳四县交界峡谷中的上马村上蒋自然村,该村是我市最东边的一个村庄。在村庄路两侧和村民门前的小花坛里,记者寻获到了不少中草药。本期《丽州本草》就取材于此。通过当地村民蒋跃军的讲述,记者了解到五味子、土人參、八月瓜等味道甜美、营养价值丰富的中草药。

□记者 胡凌霄 吕鹏 高婷婷

## 五味子:五味俱全 是中药也是野味

记者在上马村上蒋自然村一户村民的花圃中,发现了几株特殊的植物。

这几株藤本植物攀援在花圃的栅栏处,它叶色浓绿,叶片为长椭圆形,叶缘略带疏齿。让记者感到惊奇的是,它那光泽可人的果实——五味子。五味子的果实长得十分好看,果序为红色,如乒乓球般大小。

这就是南五味子,是我前两年从山上移植过来的。你们来得真巧,正好赶上果实成熟的时候。花圃的主人蒋跃军解释道。他摘下一个红得发紫的果实递给记者:来,你们尝尝。

记者揪下果序上的一颗小果放入口中,果皮有些酸,果肉有些甘甜,再用力一咬,果核的味道又苦又辣又涩。之后,果皮、果肉、果核的味道混在一起,口感变得难以描述,果然是五味杂陈。

五味子之名,源于其果实咀嚼时会产生5种味道。唐代《新修本草》中记载:五味皮肉甘酸,核中辛苦,都有咸味。其作为收敛止涩、镇静宁心药已有2000余年的使用历史。药王孙思邈更是高度肯定了五味子的疗效。

在古书中,曾有这样的记载:古代有八位仙人,个个都有好几百岁。之

所以能如此长寿,是因为他们各自服用了能使自己长寿成仙的物品。其中有一个仙人叫移门子,服食的就是堪称上品仙药的五味子。他连续服食了16年,不但寿岁长绵,而且肌肤细润,洁白如玉。更令人称奇的是,他还因此入火火不灼,入水水不沾,练成水火不怕的神功。

上述记载,读后令人惊诧不已。移门子所服食的五味子,虽不可能具有如此神奇的功效,但确是一味作用广泛的常用中药。

五味子大致可分南五味子和北五味子两类,北五味子果子一长串,主产于东北,南五味子则是长成一个球状,在河南、江苏、浙江、安徽等地的林中、山坡都有分布。

### 药用价值

五味子作为名贵常用中药材具有悠久的历史。五味子味酸、性温,归肺、肾、心经,有收敛固涩、益气生津、补肾养心的功效,是生产健脑安神、调节神经药品及保健品的首选药材。



五味子

《神农本草经》记载:五味子主益气,补不足,强阴,益精。《抱朴子》记载:常服能返老还童、延年益寿。明《本草纲目》记载:补虚劳,令人身体悦泽、明目。

南五味子全身是宝。它的果实中含有五味子素及维生素C、树脂、鞣质及少量糖类。有敛肺止咳、滋补涩精、止泻止汗之效。其叶、果实可提取芳香油。种仁含有脂肪油,榨油可作工业原料、润滑油。茎皮纤维柔韧,可供制作绳索。

## 土人參 根似人參 药蔬两用

在房前屋后,记者总能在簇簇杂草间,看到几株长着红彤彤果实的植物。在蒋跃军房前的花圃里,记者同样注意到了这株讨喜的植物,它就在南五味子下方,一根根细长的花序梗扎根于土地,淡粉红色的五瓣小花摇曳其间,在分支顶端结出一颗颗红色的果实,远看就像是一粒粒石榴肉。

这是土人參,也叫假人參。站在一旁的蒋跃军向记者介绍。这是人參?记者一头雾水。蒋跃军继续解释,这种植物之所以叫土人參,是因为它的根部膨大,有分叉,状似人參,所以别名大多数都带参字。

人參是具有上千年历史的名贵药材,主要功效是补气血、恢复人体元气,是传统滋补药材之一。同样,土人參的根可入药,和人參一样有滋补健身的功效,这也是它得名的原因。记者了解到,其实土人參与人參都算不上亲戚,人參是五加科人參属植物,多生长在北方;土人參是马齿苋科土人參属植物,是一年生植物,分布于长江以南地区。

不同于人參藏在深山老林中,土人參在房前屋后随处可见。土人參一旦种养过,就不会再缺,年年春天就会从土里长出,到了霜降才会枯萎。蒋跃军说,土人參很好养活,不需要特别

打理。

值得一提的是,土人參的花一般在申时即下午3时到5时或是傍晚的时候开放,因地域不同,开放的时间会有差异,因此被称为“申时花”。在农村,还叫它“煮饭花”,因为这花开了,就是要到了煮饭的时间。记者从另一位村民处了解到,土人參还是一种药蔬两用的植物,它的嫩茎叶翠绿肥厚,营养丰富,可以当蔬菜食用。

### 药用价值

关于土人參的药效,在多本药典中均有记载。如《滇南本草》中描述:味甘,性寒。补虚损痲疾,妇人服之补血;《南宁市药物志》润肺止咳。治燥热咳嗽及病后虚弱;《四川中药志》:补气血,充乳汁,助消化,生津止渴。治咳嗽痰带血。根据这些药典的叙述,说明土人參具有清热解暑功效,对气虚乏力,脾虚泄泻,肺燥咳嗽,神经衰弱等有一定疗效。

现代药理研究发现,土人參含微量元素、多糖、黄酮等成分,有抗氧化、促进细胞分化生长等作用,可用于脾胃亏虚、肾病、预防感冒等。土人參根、叶作为一种可食可药的野菜是安



土人參

全、可食用的。

除了土人參外,还有不少植物形式人參,其中一种是商陆。有人给商陆起了一个别名,叫作“有毒的葡萄”,因为果实像葡萄的商陆具有一定的毒性,又由于它的根茎酷似人參,常被人误作人參服用。一般来说,商陆有两种,茎紫红者有毒,不能食用,而绿茎商陆苗是一种优质野生森林菜蔬。关于土人參和商陆,市民食用前一定要区分清楚。



## 八月瓜: 野生 八月炸 味甜胜蜂蜜

看,这就是八月瓜。季节已经过了,只剩下这截藤。蒋跃军指着篱笆上的一根老蔓藤对记者说,八月瓜和瓜类藤本一样,是会爬树的植物,它的藤本没什么突出之处,只是一年四季都是绿色,其貌不扬,就像一株随处可见的蔓藤植物。

在业余时间,蒋跃军热衷研究植物。除了屋前的花圃,他还在村里开辟了一块自己的袖珍庄园,种了不少从各地、山上移植过来的少见植物。这株八月瓜就是他前年从附近的山上移来的。

据蒋跃军介绍,野生八月瓜移植栽种的成活率并不高。它多长在深山野林之中,我市没有大规模种植这种植物。八月瓜成熟时,果皮由绿转褐,果皮会自动裂开,张开很大,整个乳白色果心都能看到,因此它还被形象地称作“八月炸”。

八月到了,八月瓜“炸”了,这仿佛是一个质朴的暗号,提醒着农家孩子们,该上山寻宝了。

八月瓜清甜可口,尝起来很像香蕉,又有点榴莲,比蜂蜜还甜。蒋跃军介绍道,小时候农村没有零食,他们每年8月就到山上找野生的八月瓜吃。八月瓜在野外长得不多,又因为蔓藤外形过于普通,常常要费好大工夫才能找到一个。即使寻找到了藤蔓,要想采摘到它的果实,也得费上一番心力,得攀上大树的枝桠,眼睛够亮,手臂够长,胆子够大,最终才能收获这道外壳丑陋、果肉甜腻的美食。

现在市场上也有八月瓜卖,但是不多,价格差不多是15元一斤。蒋跃军说,如今不缺乏物资,小孩子多的是不同品种的零食可以选择,买八月瓜,更多的是尝个鲜罢了。

### 药用价值

很多人不知道,八月瓜不仅味道好,营养价值也很高,可谓是天然的营养佳品。

蒋跃军说,八月瓜的果实含有多种可溶性碳水化合物以及各种人体所需的微量元素。此外,它还含有各种有机酸、蛋白质、多种维生素。

食用八月瓜,可以清热利湿、活血通脉、行气止痛,一般用于主治小便短赤、淋浊、水肿、风湿麻痛等疾病。八月瓜的果肉可以消除体内毒素,消除皮肤皱纹、色斑、色素,同样也是养颜美容、强身健体的保健果王。

