識用薑科草藥 散寒化濕溫補

薑科植物藥用歷史源遠流長，早在秦漢的《神農本草經》已有乾薑的記載。在漢的《傷寒雜病論》中，出現了生薑、乾薑等不同藥用規格。

隨着時代演進，更多的薑科植物被收載於各本草著作中。不單如此，不同的藥用部位亦陸續被人們所重視並利用，本港市面出售的中藥材多從內地進口，薑科常用中藥材值得進行調查及整理。

文：香港中醫學會 藍永豪博士

當歸生薑羊肉湯方

材料：當歸三兩、生薑五兩、羊肉一斤

功用：當歸生薑羊肉湯運用食材，能養血散寒，用於寒疝或產後腹痛屬血虛裏寒者。方中當歸生薑溫血散寒，羊肉補虛生血，為一精形兼顧的方劑。

■當歸生薑羊肉湯

■當歸

■生薑

薑科 Zingiberaceae 全世界有55屬，1,400多種，分布於熱帶和亞熱帶地區，主產地為亞洲熱帶地區。我國有22屬，208種和10變種。藥用的有15屬100種，佔全國國產種類的1/2左右。本科植物中有很多是著名藥材，如砂仁、益智、薑、薑黃、草豆蔻、草果、山柰、鬱金、莪朮等，《香港植物名錄》收載本港的薑科植物共24種，藥用的品種達14個，包括紅豆蔻、草豆蔻、山薑、箭稈風、華山薑、高良薑、密苞山薑、鬱金、薑黃、薑花、土田七（薑三七）、蘘荷、薑、紅球薑，當中的鬱金更可作香料、薑黃可作染料、蘘荷可食用及可作調味之用。

薑科藥用植物傳統功效

我國人民自古就對許多薑科的植物有認識、研究和應用。《本草述》載薑黃散「治心痛不可忍」；《楊氏家藏方》載「薑黃散治九種心痛，發作無時」，說明中醫早已用薑黃治療心絞痛。《本草綱目》載山柰「治療一切牙痛」；高良薑「治暴冷、胃中冷逆、霍亂腹痛」；草豆蔻「去口臭氣、調中補胃、健脾消食」。

薑科果實種子類藥材大多屬於化濕藥，包括砂仁、白豆蔻、草豆蔻及草果；另有補陽藥如益智仁。而薑科根及根莖類藥材則功效廣泛，有解表發散風寒藥如生薑；溫裏藥如高良薑、乾薑、山柰；溫經止血藥如炮薑；活血化瘀止痛藥如鬱金、薑黃及破血消癥藥如莪朮；行水消腫藥生薑皮。

古籍所載代表方劑

在薑科果實種子類藥材中，化濕藥如砂仁見於《古今名醫方論》的健脾化濕名方「香砂六君子湯」、《證治準繩》的安胎止嘔方「縮砂散」及《景岳全書》的安胎方「泰山磐石散」。白豆蔻於《溫病條辨》的「三仁湯」和「黃芩滑石湯」中起化濕行氣之功，於《沈氏尊生書》的「白豆蔻湯」中起行氣寬中，溫胃止嘔之效。

在薑科根及根莖類藥材中，屬溫裏藥的高良薑和乾薑均收載於《和劑局方》的「二薑丸」中，治胃寒嘔吐。高良薑且見於《良方集腋》的「良附丸」，能散胃寒止冷痛。乾薑還見於《傷寒論》的「理中丸」，能溫中散寒，健運脾陽。

屬溫經止血藥的炮薑見於《證治準繩》的「如聖散」；在《景岳全書》的「生化湯」中炮薑能溫中止痛止瀉。屬活血化瘀止痛藥的鬱金見於《醫宗金鑒》的「顛倒木金散」及《傅青主女科》的「宣鬱通經湯」，能活血行氣止痛。薑黃見於《聖濟總錄》的「薑黃散」、《丹溪心法》的「推氣散」及《傷科方書》的「薑黃湯」，能活血行氣而止痛。

屬破血消癥藥的莪朮見於《壽世保元》的「莪朮散」，能破血散瘀，消癥化積，行氣止痛；另見於《證治準繩》的「莪朮丸」，能行氣止痛，消食化積。解表散寒的生薑見於《傷寒論》的「桂枝湯」，能發汗解表，祛風散寒；亦於《金匱要略》的「小半夏湯」，能溫胃散寒，和中降逆；於《和劑局方》的「二陳湯」中生薑能溫肺散寒，化痰止咳。

《金匱要略》藥膳食補有法

正因藥食同源，「藥補不如食補」，藥膳食療古已有之。《金匱要略》中早已記載血虛寒疝腹痛者及產後婦人皆可以當歸生薑羊肉湯養血補虛、散寒止痛，治療產後腹痛。當中所用的中藥材亦為食材，人們可因氣候、季節、地域的特性而進行調補，《金匱要略》的當歸生薑羊肉湯為後世樹立食療典範。

■草果

■莪朮

■砂仁

■薑黃