



趙中振

讀本草說中藥

下次刊出：二〇一一年八月二十日

編者按：

八月盛夏，正是枸杞果滿枝頭的收穫時節。枸杞子藥食兩用，近年在國內外市場很受歡迎。以枸杞為原料生產的中成藥、糕點、飲料、茶、酒無處不在，枸杞之名也可謂家喻戶曉。可若問起枸杞的身世，枸杞成長走過的崎嶇之路，枸杞未來開發的潛力，就不一定人人都懂得清了。我們曾請趙教授談過艾葉、講過人參，這次就請他說說枸杞吧。

（右起）作者與蕭培根院士、彭勇博士在邱園



編者按：中藥專家趙中振教授撰文《讀本草說中藥》專欄，於每月第四個星期刊出（公眾假期暫停），敬請讀者留意。

【作者簡介】

趙中振教授，現任香港浸會大學中醫藥學院中藥課程主任。香港註冊中醫師。兼任香港中藥標準科學委員會與國際顧問委員會委員，世界衛生組織西太區傳統醫藥顧問，國際傳統藥物學會執委會委員，美國藥典委員會顧問，歐盟中藥發展項目專家、中國藥典委員會委員等。長期致力於中醫藥教育、研究及國際交流。

學歷

- 1982年北京中醫藥大學 學士
- 1985年中國中醫科學院 碩士
- 1992年東京藥科大學 博士

主編：

《當代藥用植物典》（中英文版）
《中藥顯微鑒別圖鑑》（中英文版）
《香港容易混淆中藥》（中英文版）
《中藥材鑒定圖鑑》（中英文版）
《百方圖解》《百藥圖解》系列叢書

賀蘭山麓枸杞紅
枸杞的歷史沿革

在中醫藥的王國裡，枸杞子可以稱得上老資格了。早在兩千年前《神農本草經》中便被列為上品。在《詩經》中也可見到她的蹤影，《詩經》稱其原植物為「杞」。枸杞子具有滋補肝腎，益精明目等功效。本草書言其「久服堅筋骨、輕身、不老」。何為輕身不老？用現代話講，就是減肥瘦身與延緩衰老。

在枸杞子的產區，流傳有這樣一個傳說。一書生途經產地，見一少婦正在鞭打一位白髮老翁，書生忙上前勸阻。少婦笑答，你知我是他什麼人，我是他的外婆，今年已經150多歲了。這孩子不聽教導，不食枸杞子，才未老先衰。只見那老叟站在一旁頻頻點頭稱是。傳說歸傳說，不免有些誇張，但卻道出了枸杞子在民間的廣泛應用和確切效用。

中藥的命名是中國文化的一部分，仔細品味每個藥名，一定能咀嚼出其豐富的內涵。《本草綱目》在每味中藥下都專門列出「釋名」一項。在枸杞條目下，李時珍做了簡明扼要的剖析：「枸、杞二樹名。此物棘如枸之刺，莖如杞之條，故兼名之」。

自古尚有千年枸杞形狀如狗之說。東晉道士葛洪所撰《神仙傳》中有這樣的記載：「溪側二花犬，逐入於枸杞叢下，掘之得根形如二犬，烹之而食，忽覺身輕」。白居易「和郭使君題枸杞」詩曰：「山陽太守政嚴明，吏靜人安無大驚。不知靈藥根成狗，怪得時聞犬吠聲」。詩人的描述與《神仙傳》所述相呼應。

枸杞屬（Lycium）植物中國約有7種、3變種。其中供藥用者是寧夏枸杞 *Lycium barbarum* L.和枸杞 *L. chinense* Mill.兩種。寧夏二字，亮出了道地藥材的金字招牌。追根溯源，枸杞道地產區是在何時形成的呢？《本草綱目》曰：「古者枸杞、地骨取常山者為上，……又以甘州者為絕品。今陝之蘭州、靈州、九原以西枸杞，並是大樹，其葉厚根粗。河西及甘州者，其子圓如櫻桃，暴乾緊小少核，乾亦紅潤甘美，味如葡萄，可作果食，異於他處者」。經過考證與實地調查，《本草綱目》所指產於河西甘州者，應為寧夏枸杞。寧夏種

植枸杞，早在明代《嘉靖寧夏新志》中「物產」部分有明確記載，可見寧夏枸杞的種植在500年前已經獲得成功。歷史上枸杞子的產區主要集中在寧夏的中寧縣與相鄰的中衛縣。清代乾隆年間，寧夏中衛知縣還留下過這樣的讚美詩句：「六月枸杞樹樹紅，甯安樂果擅寰中。千錢一斗矜時價，絕勝陝田歲早豐。」

在一般人的印象中，枸杞是灌木，那麼《本草綱目》中所指的大樹是否存在呢？2008年，當我第二次來到寧夏考察時，終於見到了一棵被譽為枸杞王的小喬木，樹齡過百，但仍可開花結果，該樹堪稱現今高產灌木枸杞的原祖。

「駕長車、踏破賀蘭山關。壯志飢餐胡虜肉，笑談渴飲匈奴血。」一首氣吞山河的《滿江紅》，讓我們總把寧夏與荒涼悲壯的古戰場相聯繫。到了寧夏，我才真正感受到在巍巍賀蘭山的呵護和滔滔黃河的哺育下，銀川平原的一片沃土，有着塞外江南的美麗。

在賀蘭山腳下的枸杞種植基地，我還看到動人的一幕。為避免除草劑對中藥的污染，當地的回族姑娘，採用人海戰術，蹲在地上除草，一幹就是六、七個小時。炎炎烈日下，頂上鮮亮的五色頭巾，遠遠望去宛若一片彩雲飄逸而來，令人讚嘆不已。道地藥材的形成，有大自然的恩澤，更要靠農民的辛勤汗水滋潤。「天下枸杞在寧夏」，真乃名不虛傳。

寧夏遍地枸杞紅



為枸杞正名——

正當枸杞大踏步走向國際市場之際，印度學者Harsh教授

1989年在Current Science雜誌上發表的一篇文章將寧夏枸杞推向了尷尬境地。這篇文章中提到：採自印度乾旱地區的寧夏枸杞（*Lycium barbarum* L.）的果實中含有約0.95%的阿托品（atropine）。阿托品是托品烷（tropane）類生物鹼，是常用的抗膽鹼藥。其中毒劑量是5-10mg，致死劑量是80-130mg。一般情況下的口服最大劑量為每天不能超過3mg。服用阿托品可能有口乾、眩暈、瞳孔散大、皮膚潮紅、心率加快、興奮、煩躁等不良反應。該文章刊出後，寧夏枸杞的安全性受到了極大的質疑，中藥枸杞子的出口也受到了重創。但是，枸杞子在我國已經應用了2000多年，無論是在古代的醫籍，還是現代臨床應用中，從未發現枸杞子有上述毒副作用的記載。

中國工程院的肖培根院士敏銳地意識到此這一問題的嚴重性。在他的建議下，我遂將「中國枸杞屬植物的生藥學研究」立項，作為我來港後指導的第一位博士研究生的研究專題。

若想推翻一個結論，往往比得出一個結論更難，必須要拿出充分的證據，反覆認證，以理服人。在四年的專題研究中，我們研究團隊的足跡遍及新疆、寧夏等我國枸杞屬植物的分布區和商品藥材的主要產區。摸清了國產枸杞屬植物的資源情況，採集了大量的原植物憑證

標本和對口藥材樣品，包括鮮為人知的黑果枸杞（*Lycium ruthenicum* Murr.）和黃果枸杞（*Lycium barbarum* L. var. *auranticarpum* K. F. Ching）等。在查閱有關枸杞的國內外文獻和枸杞屬植物標本的過程中，中國科學院植物研究所珍藏的一份我國植物學老前輩劉慎諤教授1932年採自印度西部地區的歐枸杞（*Lycium europaeum* L.）標本引起了我們的注意。

解鈴仍需繫鈴人。我們多次致信Harsh教授，希望他能提供產於印度的「寧夏枸杞」樣品進行對照，以此作為切入點。但去信如石沉大海，杳無回音。後經多方打聽得知Harsh教授已經過世，沿此線索追尋答案似乎走進了死胡同。就在尋找印度的「寧夏枸杞」一籌莫展時，2003年，我們在南非參加由南非植物分類學會（South African Association of Botanists）和國際民族藥物學會（International Society of Ethnopharmacology）聯合舉辦的學術會議，偶然結識了來自印度的另外一位植物分類學家Sauris Panda博士。為進一步深入合作研究，我們邀請印度學者專程來到香港，共同探討這一課題。在Panda博士的協助下，我們終於收集到印度所產「寧夏枸杞」原植物標本和果實樣品。經與劉慎諤教授所採標本進行對照，得出初步結論：「印度的寧夏枸杞很可能就是歐枸杞」。

為進一步印證，2004年在參加民

族生物學、經濟植物學和民族藥物學國際學術會議之際，我同肖院士、彭博士一行三人前往英國皇家植物園邱園的植物標本館，因這裡珍藏有750萬份乾燥壓製的植物標本，品種涵蓋世界植物種的百分之九十。其中模式、同號模式超過百萬。這一點，世界任何一家植物園無法與之相比。很多世界上植物分類上的難題都需到此獲取權威的憑據。在這裡我們不但找到了產於印度的枸杞屬衆多植物標本和歐枸杞的模式標本，同時還在邱園的藥用植物園區看到了引種栽培的歐枸杞原植物。旁徵博引，最終澄清了印度學者Harsh教授所說的「寧夏枸杞」原來就是歐枸杞，而非我國的寧夏枸杞。

此後，我們又進一步對中國產的枸杞屬植物7種和3變種全面進行了阿托品的含量測定。實驗結果證明，中國產的寧夏枸杞和同屬其他種類果實中阿托品僅限量存在，遠低於中毒劑量，寧夏枸杞可以放心使用。雄辯的事實洗清了印度學者強加在我國寧夏枸杞身上的冤情。2005年彭勇在香港浸會大學榮獲博士學位，主要研究成果也為枸杞走向國際市場鋪平了道路。2006年，奧地利學者Rudolf Bauer教授的研究組也再次證實，中國產的枸杞子中僅含限量的阿托品，最大含量不超過19 μg/kg。依此推算，一次服用超過263公斤的枸杞子才可能達到攝入阿托品5mg的中毒劑量。

歷

史上枸杞子愁的是供不應求，1949年全國產量不足50噸。現在栽培枸杞獲得了成功，2010年僅寧夏的產量就超過8萬噸，佔了全國總產量的60%。由此也驗證了解決中藥資源供應的關鍵在於規範化的栽培。

枸杞的供應解決了，現今藥農愁的是賣不出好的價錢。如何開拓新路，走向國際，開發出附加值高的產品，使枸杞的產品再上一個新的台階？

近年對食品安全的質疑之聲不絕於耳，枸杞也列在其中。現在市場上有的人貪圖商業利益，為了使藥材美觀，將枸杞子用硫磺熏，嚴重影響了寧夏枸杞的信譽。好的藥材品牌需要打造，更需要維護。枸杞的品質監控體系有待完善。

枸杞一身是寶。《中國藥典》也收載寧夏枸杞 *Lycium barbarum* L.和枸杞 *L. chinense* Mill.為中藥地骨皮的法定原植物來源種，根皮入藥，是退虛熱的常用中藥。地骨皮的藥材主產於中國山西、河南等省區。不是寧夏枸杞的根皮不能藥用，正如洛陽牡丹甲天下，而洛陽幾乎不出產牡丹皮一樣。誰又捨得竭澤而漁傷害根皮而斷送搖錢樹的命運呢？

枸杞在中國分布廣泛，但南方地區野生枸杞的果實並不作枸杞子入藥，也沒有規模化的栽培。人們將枸杞的嫩葉拿來做菜，又稱枸杞頭，鮮嫩可口。涼拌、清炒皆宜。

枸杞子與番茄同屬於茄科植物，新鮮的枸杞子晶瑩剔透，就像小番茄一樣，甜甜中略帶有一絲絲的苦味，夏日食之很感到清爽。在寧夏，一位退休老職工向我介紹，他吃了幾十年的新鮮枸杞了。看着他硬朗的身板，就是最好的說明。幾年前，我們曾與和澳洲皇家理工大學進行合作研究。結果表明，新鮮枸杞子中多糖、類胡蘿蔔素等多種生理活性成分的含量均明顯高於乾枸杞子。隨著保鮮技術與運輸手段的進步，相信未來新鮮枸杞一定也能如番茄一樣進入市場，讓更多的人品嘗，更多的人受益。

我在日本工作時，進行過枸杞子及其相關中藥的顯微鑒別研究，曾接受日本電視台記者的採訪。我還清晰地記得在日本電視台上播放的鏡頭，先是一架飛機騰空而起，接着是飛行員炯炯有神的目光，最後鏡頭聚焦到了我用顯微鏡觀察的枸杞子和杞菊地黃丸。枸杞子有「明目果」之別稱。提到枸杞，我時常想到國際上流行的藍莓，因二者有着異曲同工之妙。當我向外國朋友介紹枸杞時，時常比喻這就是東方的藍莓。

隨着人類回歸大自然的熱潮興起，健康食品成為新時代的寵兒。欣聞近來枸杞子已經出口到了60多個國家和地區，願賀蘭山下粒粒晶瑩的紅寶石，綻放出更加奪目的光彩。

中藥新知

枸杞「枸」杞基因組計劃」項目近日在寧夏回族自治區啓動，這將對保護枸杞資源、挖掘優良基因和加速品種選育起到積極作用。

據寧夏農科院介紹，枸杞是寧夏的特色主導產業，枸杞產業已成為寧夏生態治理、農民脫貧致富的優勢產業。寧夏目前已在枸杞種植資源、新品種培育、栽培、產品深加工等方面取得了大量具有自主知識產權的科技成果，但在枸杞基因組的研究方面還沒有涉及，落後於其他農作物。

此次寧夏通過國家枸杞工程中心的平台，率先在國內啓動枸杞基因測序工作，計劃利用三年時間，分步驟地完成枸杞全基因組序列測定和組裝，枸杞不同生長發育階段和不同組織部位轉錄組的測定和分析、枸杞基因組合轉錄組的註釋和功能基因鑒定，最終完成了枸杞基因組精細圖譜的構建。

自治區副主席屈冬玉說，「枸杞基因組計劃」項目的實施，能夠對枸杞全基因組序列進行測定和拼接，通過枸杞不同生長發育階段和不同組織部位轉錄組的測定和分析、枸杞基因組合轉錄組的註釋和功能基因的鑒定，為枸杞功能基因組學、蛋白組學、代謝組學和分子遺傳育種的研究奠定理論基礎。該項目的實施也將加強枸杞基礎前沿研究，對增強行業核心競爭力有重要意義。

新華社記者 曹軼 趙倩

因組計劃 寧夏啟動

季節食療

平肝瀉肺降糖 清涼消暑退熱

教你曬製枸杞茶葉

嶺

南地區種植的枸杞，果實（枸杞子）品質不佳不能作藥食之用，民間採其嫩苗嫩葉作蔬食，亦取其根頭作茶療之用。粵人喜以枸杞茶葉滾豬肝煲湯佐膳，認為有清熱明目的功效。其實枸杞茶葉與莖枝可採收曬乾作茶葉之用，炎夏季節隨飲，有清涼消暑退熱之效；對糖尿病人更有助降血糖之功。

枸杞葉味甘、性涼、入肝、腎經。有清熱補虛、養肝明目的功效。枸杞嫩苗能炒茶、泡茶、煮粥、作羹，可清火明目，治療陰虛內熱，肝火上升，頭暈目糊等。枸杞根皮名地骨皮，入藥可清退熱。這地骨皮還有祛暑功效。

如能採摘野生枸杞全株曬製，功效更佳。否則亦可在枸杞茶盛產季節購之，洗淨後剪下枸杞嫩頭（葉苗）曬乾作茶葉用。肥美的葉片可用來入膳滾湯或灼食；至於粗壯的莖枝（地骨皮），剪碎曬乾，加入與嫩枸杞苗葉一起泡茶飲用。炎夏心煩口渴但兼體質虛弱者，則可加入適量枸杞子泡茶飲，既清熱又有滋補肝腎益精明目的作用。

▲枸杞茶葉和莖苗

圖文：蔡淑芬