

追尋《聖經》記載的中藥

探究乳香·沒藥·黃金的功效



乳香

味辛苦，性溫，歸心、肝、脾經

乳香是橄欖科植物乳香樹、鮑達乳香樹、野乳香樹等皮部滲出的油膠樹脂，該種樹分布於紅海沿岸至利比亞、蘇丹、土耳其等地，自古以來是珍貴的香料。最早使用乳香的紀錄可以追溯到古埃及時代，它不僅是供奉各種神祇的重要祭品，而且由於有一定防腐作用，亦常用於製作木乃伊。燃燒乳香可產生特殊的香味，具有驅趕蚊子和飛蟲的效果，從而降低瘧疾的感染率。時至今日，基督教各類的儀式中亦常用到乳香。

乳香作為中藥的使用最早可追溯到南北朝時期，南齊·陶弘景(公元456-536)所著的《名醫別錄》中記載，乳香可「療風水毒腫，去惡氣。療風癩疹癢毒。」明代李時珍的《本草綱目》則認為「乳香香竄，入心經，活血定痛，故為癰疽瘡瘍、心腹痛要藥。」

而作為現代中藥標準規範的《中國藥典》亦有收載乳香，認為它味辛苦，性溫，歸心、肝、脾經，具有活血定痛、消腫生肌的功效，常用於胸痹心痛、胃脘疼痛、痛經閉經、產後瘀阻、癰疽腹痛、風濕痹痛、筋脈拘攣、跌打損傷、癰疽瘡瘍。

關於乳香的藥用價值，現代科學對它也有不少研究。研究指乳香能促進多核白血球增加，吞噬已凋亡的細胞，以改善新陳代謝，從而起消炎作用。透過動物實驗可發現乳香揮發油有鎮痛作用，而產生鎮痛作用的主要成分為揮發油內的乙酸正辛酯。

每逢聖誕節，街上總是充滿喜氣洋洋的氣氛，一些商場更早在一個月前已為聖誕節旺季的來臨精心布置，而耶穌在馬槽出生的情景更是最常見的擺設之一。根據《聖經》的記載，耶穌出生時，東方三博士順着伯利恒之星的方向找到了耶穌，在馬槽裏獻上了三份禮物給聖母瑪利亞，分別是黃金、乳香和沒藥。至於為什麼選擇獻上這些禮物，歷來雖然眾說紛紜，但可以確認的是，這三份禮物竟然都是中藥。

文：香港中醫學會副秘書長 王錦超註冊中醫師

圖：王錦超、資料圖片、網上圖片 ◆王錦超註冊中醫師



沒藥

味辛苦，性平，歸心、肝、脾經

沒藥和乳香一樣來源於橄欖科植物，不過是沒藥樹及同屬植物樹幹皮部滲出的油膠樹脂。據北宋·蘇頌編撰的《本草圖經》記載：「沒藥，生波斯國，今海南諸國及廣州或有之。木之根、之株，皆如橄欖，葉青而密，歲久者則有膏液滴滴在地下，凝結成塊，或大或小，亦類安息香。」

沒藥的中藥功效與乳香近似，根據《中國藥典》，沒藥味辛苦，性平，歸心、肝、脾經。功效為散瘀定痛、消腫生肌，常用於胸痹心痛、胃脘疼痛、痛經、閉經、產後瘀阻、癰疽腹痛、風濕痹痛、跌打損傷、癰疽瘡瘍等。

現代藥理研究發現，沒藥的水浸劑對多種致病真菌有不同程度的抑制作用。動物實驗亦發現，沒藥煎劑注射於狗雙動脈內，可使血流量增加、血管阻力下降，這結果與中藥學對沒藥有「散瘀」功效的描述相互融合。



◆《聖經》記載，耶穌出生時，聖母瑪利亞收到三份禮物。



黃金

金箔鎮心安神，解毒平肝

黃金是相當體面的禮物。在許多文化中，黃金都是權力和財富的象徵，不過原來黃金也是中藥。早在唐代已有使用金箔入藥的紀錄，常用於藥丸的包衣物料。明代陳嘉謨所著的《本草蒙筌》對金箔的功效描述甚為精闢：「除邪殺毒，卻熱驅煩，安魂魄，養精神，堅骨髓，和血脈，禁癲狂疾走，止驚悸風癇，幼科藥作錠丸，必資此以為衣飾」。所以，傳統上認為金箔能鎮心安神、解毒平肝，可用於驚癇、癲狂、心悸、瘡毒等。



◆金箔

《聖經》中提及的很多材料，其實也是中藥，如小麥、無花果等。耶穌曾將自己比喻為「葡萄樹」，信靠他的人是「葡萄枝」。姑勿論葡萄是不是樹(葡萄其實是藤本植物)，但「葡萄藤葉」和「葡萄根」就的確是中藥。《本草綱目》記載，飲用葡萄葉的汁液能「利小便，通小腸，消腫滿」，而葡萄根煎湯洗則可治腰腳肢腿痛。

今年，這個聖誕除了感受節日氣氛外，順道認識一下中藥，也十分有趣。

食得健康

即叮加熱御結湯品配搭 享受溫暖冬日

入冬佳節來臨了，今年華御結特別帶來限時+\$10換購人氣御結朝食優惠，12月每周送上各種驚喜優惠以及歡聚到會服務，以日式美饌提升節日氣氛，讓你盡情感受冬日溫暖時刻！特別推介只需以微波爐輕鬆加熱的各款湯品和御結，其中全新袋裝和風骨膠原雞丸豆乳湯可變身豆乳湯鍋，加入喜愛食材後更可煮成雜炊，讓味蕾盡享節日療癒時光！

而且，秋冬是屬於燒肉的季节，品牌今個月推出兩款以傳統燒肉料理為主題的限定御結，其中[御結]炭火燒牛肉(燒肉汁拌飯)利用牛肉配搭鹿兒島產醬油與特製香煎白芝麻，再加上燒肉汁拌飯與香脆紫菜，呈現有如燒肉店內充滿炭火香氣牛肉的經典美味；[御結]鹽蔥烤牛舌則選用滿有嚼勁的厚切牛舌，沾上蔥鹽醬汁後以炭火燒製，令牛舌的油脂甘香更加突出，與香甜白飯成為最佳配搭。

除了全新御結外，人氣之選[御結]蒲燒三文魚腩與[御結]本格和風燒牛肉等以微波爐加熱後，立即變成暖笠笠滋味，甚可以多花心思製作燒御結，熱騰騰的美味配上濃郁香氣，讓你垂涎三尺。

另外，經典和風骨膠原雞丸豆乳湯以全新袋裝登場，放進微波爐加熱，就可以輕鬆即開即飲，成為寒流下的暖胃首選。聖誕節約三五知己圍爐，或開心出發郊遊露營，不可錯過隱藏食法：以和風骨膠原雞丸豆乳湯化身的滋味豆乳湯鍋，既美觀又暖心，聚會享用更添溫馨。放入[御結]秋鮭三文魚與豆乳湯一同熬煮，還能變身層次多元化又惹味的日式雜炊，頓時飽腹感滿滿！配搭華御結各種御結、甜品、小料理、水果杯及沙律，令每個相聚時刻都滿足又窩心。

◆文：雨文

◆經典和風骨膠原雞丸豆乳湯



◆鹽蔥烤牛舌御結

◆炭火燒牛肉御結

健康資訊

第二屆慈善跑步比賽「跑 澳南 2024」

將軍澳南(澳南)是一個充滿活力的社區，擁有壯麗的海灣景致、舒適優質的住宅建築、綠色海濱公園和多樣化的社區設施。其中澳南區內四個住宅群及商場，包括豐泰地產投資管理的澳南海岸：「Capri Place」、「Monterey Place」、「Savannah Place」及華懋集團管理的「Papillons Square 蘭匯坊」將於明年4月20日至28日首次聯手合辦首屆「澳南節2024」。

「澳南節2024」旨在推廣健康與優質生活、人寵共融，整個「澳南節2024」活動內容十分豐富，包括：第二屆慈善跑步比賽「跑 澳南2024」、慈善「澳南寵物巡遊」、「美酒佳餚嘉年華」及「澳南精品市集」，讓您與親友及愛寵一同享受充滿歡樂的假日！

當中，繼澳南海岸成功舉辦第一屆「跑 澳南2023」後，明年第二屆將增加難度，讓跑手挑戰十公里賽道，2024年4月21日(星期日)上午八時三十分，在澳南海岸 Monterey Place 旁的海濱長廊起跑。今年終於能返回現場進行即時計時比賽，賽道將經過部分將軍澳海濱長廊和將軍澳跨灣大橋，部分行人路和跑步徑將會臨時封閉，讓參賽者在更舒適的賽道，看着優美的海景比賽。無論你是專業跑手還是跑步愛好者，都能在這裏找到屬於自己的挑戰。參加者均可得到獨特的參賽禮物包，其中包括活動限定紀念Tee、精美索繩袋和冰感運動毛巾等，完成賽程的跑手將獲得極具紀念價值的獎牌和證書。

◆文：Health

