

探秘内乡县药用植物资源价值

□许周茵 姚 松 李薇薇 许文振

南阳市内乡县中药资源丰富,得益于拥有宝天曼国家级自然保护区。保护区历史古老、地表水系丰富、土壤肥沃、四季分明,植物资源非常丰富,这种优越的自然条件,孕育着丰富的中药资源,为内乡县中医药发展带来无限机遇。

为进一步揭开内乡县药用植物资源“宝库”的神秘“面纱”,笔者通过多维度调研,了解保护区的中药材分布与种植情况,掌握保护区中药材的核心影响力,为中药资源做了全面、客观、详实地记录,希望能为保护区药用植物资源的保护、开发、利用及系统研究提供科学依据,供中医药爱好者借鉴参考。

『天然药库』孕育好药材

内乡县中药资源丰富,有较为辉煌的历史。1551年(明朝嘉靖年间),内乡县志记载中药材28种;1932年,内乡县志记载中药材70种;中华人民共和国成立后,内乡县中药资源普查有1062种,内乡县宝天曼所属区域有1055种。宝天曼国家级自然保护区药用植物资源丰富,品质优良。

宝天曼国家级自然保护区东南与南召县相邻,北隔嵩县,西接西峡,南同内乡县夏馆镇、马山口镇、七里坪乡接壤。宝天曼国家级自然保护区植物资源非常丰富,是动植物种类富集的地方,是一座“天然药库”,自然孕育好药材。

许周茵 河南卫生健康干部学院助教
姚 松 宝天曼国家级自然保护区管理局林业工程高级工程师
李薇薇 河南中医药大学第三附属医院主任医师
许文振 内乡县中医院主任医师

药用植物资源调研背景

中药资源是中医药事业赖以生存发展的重要物质基础,也是国家主要的战略资源。中华人民共和国成立后,内乡县中医院始终关注本区域中药资源,先后3次参与全国中药资源普查、2次地方中药材种植调研。

2023年4月,内乡县中医院受宝天曼国家级自然保护区委托,对该保护区中药资源开展普查。截至目前,工作人员已完成保护区42块样地的中药资源普查。

通过这次普查,笔者进一步查清

宝天曼国家级自然保护区内野生药用植物资源分布规律,揭开宝天曼这一药用植物资源“宝库”的神秘“面纱”,为保护区药用植物资源保护、开发、利用及系统研究提供可靠的科学依据。

药用植物资源价值

内乡县中医院与河南中医药大学第三附属医院联合,携手内乡县板场乡卫生院、七里坪乡卫生院、夏馆镇卫生院等单位进行实地调查。截至目前,工作人员共采集有价值的照片1753张、标本740份,制作431份,采访500余人,优质品种成分鉴定10余种。

本次普查按照第四次全国中药资源普查有关要求设计与实施,根据保护区的地理植被特点,调查设置草丛、草甸、灌丛、阔叶林和针叶林等5种植被类型区域,参考海拔,结合当地药农、村医、中药材交易户及林业养护工提供的线索,确定区域具体调查路线及抽样方案,保证中药资源调查的科学性,提高调查结果的可靠性。笔者通过线路调查(30条样线),基本对保护区中药资源分布的范围、气候特征、地形地貌、植被类型、土壤类型,以及相关资源种类和分布的规律进行了解,获取中药资源的种类、分布等相关信息。

笔者参考胡同瑜编写《实用中药

品种鉴别》和南京中医药大学编著的《中药大辞典》,对200余个优质大宗品种样本进行性状鉴定,增加普查深度;掌握当地土单验方与药食同源所涉及中药材品种500种,了解内乡当地习惯用法及独特的炮制工艺,增加普查的广度;查阅相关县志与地方卫生志、医药志和中华人民共和国成立后每年的大宗中药材品种交易记录,增加中药资源普查的历史厚度;通过了解保护区中药材分布与种植情况,掌握保护区中药材的核心影响力,为中药资源做了全面、客观、翔实地记录。

笔者严格遵循药用植物标本采集的标准,严格按照国家级自然保护区的区域划分和国家野生植物采集的相应规定进行,将传统野外调查方法与现代化科技相结合开展本次普查,以确保普查数据的准确性和客观性,从而提高普查的效率和质量。通过调查,获得普查区域内药用植物的种类、分布和蕴藏量等数据信息,了解周边地区中药材分布与种植习惯,掌握宝天曼中药材对内乡县中药产

业发展的影响力度。

经最后统计分析,宝天曼国家级自然保护区分布药用植物155科811种;其中,苔藓类11科、蕨类18科、裸子9科、被子117科(双子叶99科、单子叶18科),优势科为菊科、豆科、毛茛科、蔷薇科。

根据《中华人民共和国药典(2020年版)》,将药用植物入药部主要划分为全草、根及根茎、叶、花、果实及种子、茎木及皮类等7种类型。根及根茎类占明显优势,代表药物有虎杖、黄精、玉竹、丹参、射干、黄芩、苍术、香附、天门冬、麦门冬、柴胡等;全草类次之,代表药物有仙鹤草、卷柏、鱼腥草、毛茛、马鞭草、蒲公英、千里光、茵陈等;叶类,代表药物有银杏叶、艾叶等;花类,代表药物有菊花、红花、金银花、旋覆花等;茎木类,代表药物有天麻、桑枝、忍冬藤、紫苏梗等;果实和种子类,代表药物有山茱萸、山楂、栀子、连翘、银杏、菟丝子等;皮类,代表药物有杜仲、牡丹皮、陈皮等。

药用植物资源开发利用潜力大

内乡县中药资源历史辉煌,宝天曼国家级自然保护区药用植物资源丰富、品质优良。笔者通过本次调查,发现宝天曼国家级自然保护区药用植物有155科502属811种。其中,药用资源优势科为菊科,其次为豆科。药用部分以根及根茎类入药的最多,其次为全草类,蕴藏量较大的代表药物有夜交藤、蒲公英、野菊花、山茱萸、黄精、天麻、山楂、枣仁、鬼针草、艾叶、杜仲、金银花、五味子、连翘、丹参、葛根、商陆等18种。属地种植药用植物26种,种植面积大的物种主要为黄精、山茱萸、葛根、金银花、菊花、蒲公英、柴胡、瓜蒌、杜仲、河南石斛等。但是,人工种植引种宝天曼优质品种的药用植物只有黄精、山茱萸、杜仲、蒲公英、伏牛山石斛等。

近年来,严格的保护措施使宝天曼国家级自然保护区成为药用植物的样板园、种苗库,集观赏、研学、培育于一身,具有广阔的开发利用前景。由于既往人为的盗采盗挖,以及日常监管、滋养措施不到位,导致保护区中药资源受损,部分种群已处于濒危边缘,严重危及保护区药用植物资源天然宝库的完整和进一步研究开发利用,亟待科学适宜的整体保护监管滋养战略决策。

继续深入开展中药资源调查在本次调查中,30条线路、42块样地,未能覆盖所有药用植物,而且优势物种样本成分鉴定较少,不能反映保护区中药资源的全貌。我们应进一步扩大普查范围和开展道地药材的认证,继续将其他动物和矿物药材纳入调查范围,从而全面查清保护区中药资源种类分布及品质鉴定;尤其应加强珍稀濒危药材资源的调查与科研,做好其种类、数量、分布的资料调查,制定珍稀濒危程度量化标准,确定保护等级与保护措施。

加强保护区中药资源监测和滋养保护措施 保护区独特的气候、土壤类型及植被类型,保证了中药资源的多样性和旺盛的繁殖力;但环境恶化、病虫害、近亲繁殖、密度过低等,包括盗采盗挖、运动性采挖及常态监测滋养措施不力,严重危及保护区野生中药种群繁衍。因此,保护区要建立一个科研攻关团队,成立野生中药材资源联合监测滋养中心,设立科研基地,制定重点中药材保护名录和保护制度,形成中药资源调查、研究、监测和服务体系,积极推进与中药有关的政策、法规的制定,把宝天曼中药材优势和品牌与马山口中药材集散地相结合,促进全域中药产业创新性发展,打响“宛药”中宝天曼特有品牌。

通过本次普查,拓宽了中医视野,加深其对中药材的认知,厚植中医人的中药情怀,充分展示中药在中医药诊疗中的重要地位,为当地中药材普查与发展培养了队伍,更为中药资源研究与创新奠定了基础,加强中医药事业与产业的融合,创新了名医、名药战略。因此,各地应有计划地组织一定规模的中药资源普查,从而挖掘研究中药资源的新用途、新价值。

推进优质道地药材生态种植,唱响“宛药”品牌 通过研究宝天曼国家级自然保护区优质中药材生长环境,与县境内伏牛山余脉属地的比照,科学有序引种保护区的优质道地药材,稳步扩大种植面积,开展种子质量的评价鉴定和种子质量的利用创新,开展地理标志及GAP体系认证,实现保护区中药资源的可持续利用,强调生态种植,健全追溯体系,从而打造出“宛药”中的宝天曼“金牌”体系,积极融入“一带一路”倡议,为创建南阳市“全球中医圣地、全国中医高地、全国中医药名都”,贡献内乡中医药力量。

养生堂

祛除肝火有良法

□刘仿访 尹国宥

在日常生活中,有些人不仅心烦失眠、脾气暴躁,还有头胀头痛、咽干口苦、舌苔变厚、大便干结等不适。从中医角度来说,这种情况是由肝气郁结、气郁化火、肝火旺盛造成的。心烦易怒肝火盛,清肝怒火去无踪。为了祛除肝火旺盛引起的诸多不适,患者必须养成良好的生活习惯,保持健康的心态和稳定的情绪。患者还可以选择服用泻肝安神丸,按摩太冲穴、行间穴,以及饮栀子茶、莲子心茶等方法进行调理。

保持乐观的心态

“治病必求于本”“心病还须心药医”,患者要想祛除肝火旺盛引起的心烦失眠、头胀头痛等不适,首先应避免生气、恼怒等不良情绪,保持乐观的心态和稳定的情绪。俗话说:“人生在世,不如意之事十有八九。”关键是要看你是否能想得开,及时调整自己的情绪。

患者在日常生活中,如果遇到不满意的人和事,不要发脾气,切忌生闷气。患者还可以培养一些兴趣爱好,参加一些公益活动,陶冶情操。听音乐、赏花,以及散步,都是使人心情舒畅、缓解不良情绪的有效方法。当生气、恼怒致使肝郁化火、肝火旺盛时,患者不妨试一试这些方法。听音乐时,患者可以选择《喜相逢》《喜洋洋》《在希望的田野上》等歌曲,以疏肝解郁、愉悦心情、音量不宜太大,以舒适为度。赏花

时,患者可以一边欣赏花卉一边散步,也可以静坐在花丛边。散步时,患者可以选择在森林中漫步,调节心情,或在森林中放声歌唱,以消除心中的烦闷。在幽静的环境中,患者可以倾听鸟鸣、风吹枝条发出的声音,以开阔胸怀,使紧张的神经得以放松。

服用泻肝安神丸

泻肝安神丸的主要成分为龙胆草、黄芩、栀子、珍珠母、牡蛎、龙骨、柏子仁、酸枣仁、远志、当归、生地、麦门冬、茯苓、茯苓、车前子、泽泻、甘草,具有清肝泻火、滋阴安神之功效,主治肝火旺盛、阴虚有热引起的心烦急躁、失眠多梦、头晕耳鸣、小便黄赤等。

方中龙胆草既清肝经实火又清肝经湿热,黄芩、栀子清肝火,车前子、泽泻、茯苓清湿热,茯苓疏肝解郁,当归、生地养血益阴,以防肝火

耗阴及苦寒之品伤阴。在此基础上,加入酸枣仁、柏子仁、麦门冬滋养阴血以补心,龙骨、牡蛎、珍珠母、远志镇心以安神,甘草调和诸药,共奏清肝泻火、滋阴养血、宁心安神之功效。

肝火旺盛而心烦急躁、爱发脾气

的患者,可以服用几天泻肝安神丸。

按摩太冲穴、行间穴

太冲穴位于足背,在第一个脚趾和第二个脚趾之间的缝隙向上1.5厘米的凹陷处,是肝经上最重要的穴位。按摩太冲穴不仅能疏肝解郁、活血化瘀、行气止痛,还能平肝清热、清利头目、降低血压。在生气时按摩太冲穴,可以调理肝脏的疏泄气机功能,从而帮助患者缓解因为生气引起的诸多不适。

行间穴位于足背第一、第二脚趾间的缝纹端,是足厥阴肝经的荣

穴,也是清肝泻火、调治肝火旺盛的要穴。如果因情志不舒、生气恼怒、嗜食辛辣、肥腻食物,致使肝火旺盛而出现头胀头痛、面红目赤、眼睛胀痛、耳鸣如潮、急躁易怒、心烦失眠时,对患者行间穴进行按摩,可以取得很好的效果。

对肝火旺盛导致的心烦急躁、爱发脾气,以及失眠的患者来说,按摩太冲穴和行间穴,能够使旺盛的肝火逐渐消退,缓解急躁易怒、心烦失眠等不适。

按摩太冲穴的方法很简单,先用水浸泡双脚10分钟~15分钟,用左手拇指按摩右脚太冲穴3分钟,再换右手拇指按摩左脚太冲穴3分钟,反复2遍~3遍,每天2次~3次。需要注意的是,按摩太冲穴要有一定力度,以局部产生酸胀感甚至胀痛感为宜。

按摩行间穴,首选掐按法,通

常是用拇指的指端进行掐按,每次掐按3分钟左右,可以两脚同时掐按,每天1次~2次;也可以用牙签对行间穴进行刺激,效果也不错。

饮栀子茶、莲子心茶等

栀子、莲子心具有清热、泻火的作用。肝火旺盛、心烦急躁、失眠时,患者可以每天取3枚~5枚栀子,或取3克莲子心放入茶杯中,沸水冲泡后加盖焖10分钟左右,代茶饮;还可以将栀子和莲子心一同泡茶饮用,其效果会更好一些。

除上面所说的栀子茶、莲子心茶外,适宜于调养肝火旺盛的茶方还有很多,较常用的有栀子夏枯草茶、栀子合欢皮茶、栀子菊花郁金茶等。

栀子夏枯草茶 材料:栀子5枚,夏枯草15克。做法:栀子、夏枯草一同放入茶杯中,用适量沸水冲泡,加盖焖10分钟。用法:每天1剂,代茶饮。

栀子合欢皮茶 材料:栀子5枚,合欢皮12克。做法:将合欢皮加工成粗末,与栀子一同放入茶杯中,用适量沸水冲泡,加盖焖10分钟即可。用法:每天1剂,代茶饮。

栀子菊花郁金茶 材料:栀子3枚,菊花6克,郁金9克。做法:将郁金加工成粗末,与栀子、菊花一同放入茶杯中,用适量沸水冲泡,加盖焖10分钟。用法:每天1剂,代茶饮。

(作者供职于河南省遂平县人

民医院)

海风藤

□张海朋

■中药传说

古时候,在福建沿海地区的一个小村子里,村民世代以捕鱼为生,生活得其乐融融。有一天,一个渔夫在回家的路上遇见下大雨,衣服被雨水淋透了。次日,渔夫便出现发热、膝盖疼痛、四肢伸展不开的症状。他一直蜷缩着身体,不能下地活动,急坏了家里的人。家人请遍周边地区的名医,竟无人会治这种病。因为渔夫一家一直积德行善,所以村民都帮忙四处询问医治之法。

一天晚上,村里来了一位白胡子郎中,因为天色已晚,所以想在村里借宿。渔夫一家爽快地答应了郎中,并为其准备了丰盛的晚饭。郎中看了看渔夫说:“你这病是由于常年在海上捕鱼,湿气入骨,经络瘀堵导致的。治疗这种病,必须吃一种药材。这种药材的表面为灰褐色或褐色,生长在湿润的环境中,虽然不耐寒,但是耐湿热,河边较为常见。”渔夫的儿子听后连忙向郎中道谢,说等天亮了就去寻找这种药材。第二天早上醒来,渔夫的儿子竟然发现郎中不见了,感觉自己像做了一个梦,但是顾不得细想,急忙出去寻找药材。

按照郎中的描述,渔夫的儿子在河边找了许多,发现一株他从未见过的植物,其根茎呈扁圆柱形、微弯曲,表面为灰褐色或褐色,有纵向菱状纹理及明显的节,并且质地轻脆,容易折断。因为周边其他植物他都认识,唯独这株植物的生长环境和形态与郎中描述的相似,所以他便拿着这株植物回家了。到家后,渔夫的儿子将植物煎煮后给渔夫服用。3天后,渔夫的病情明显好转;7天后,渔夫已经能下地走路;10天后,渔夫痊愈了。附近的村民听闻后,都来找渔夫求药,因为他们也长期遭受这种病的折磨。渔夫的儿子就带村民们去采集这种药材。最后,大家决定给这种药材取一个名字,叫海风藤,谐音是“海风痊愈”。

海风藤,性微温,味苦,归肝经,具有祛风湿、通络止痛的功效。本品辛散、温通,为治风寒湿痹、关节疼痛、筋脉拘挛、屈伸不利的常用药。本品还能治疗跌打损伤、瘀肿疼痛。

(作者供职于郑州大学第一附属医院)

神奇的“毛笔头”——辛夷

□王 璐 文/图

玉兰花在盛开前是一味中药,花蕾入药名为辛夷,因其形状像毛笔的头,也叫毛笔。

辛夷为木兰科木兰属植物,冬末春初花未开放时采收,除去枝梗,阴干。其性温,味辛,归肺经、胃经,具有散风寒、通鼻窍的作用,可以用于风寒头痛、鼻塞流涕、鼻渊、鼻渊等证。

辛夷配伍防风、白芷、细辛等,可以治疗外感风寒、肺窍郁闭、恶寒发热、头痛鼻塞等症。

辛夷常与白芷、细辛、苍耳子等散风寒、通鼻窍药物配伍,可以治疗风寒;与薄荷、连翘、黄芩等疏风热、清肺热药物配伍,可以治疗风热;与黄连、连翘、野菊花等清热、泻火、解毒药物配伍,可以治疗肺胃郁热发为鼻疮等疫病。

巧用辛夷

辛夷陈皮水 材料:辛夷10克,陈皮3克。做法:辛夷(包煎)和陈皮一起煮水,煮沸即可关火,代茶饮。功效:理气、祛湿、通鼻,可用于鼻渊

头痛、鼻塞流涕等症状。

辛夷白芷鱼头汤 材料:辛夷10克,白芷10克,鱼头1个,生姜15克,小葱4根,花生油、食盐适量。做法:将辛夷洗净,鱼头洗净、去鳃;起锅烧油,爆香生姜,放入鱼头煎至两面金黄;辛夷放入汤包中,与白芷、鱼头一起放入锅中,加入适量清水,大火煮沸后转小火煲40分钟;最后放入小葱,煮2分钟,放入盐调味即可。功效:祛风散寒,不仅用于风寒所致的鼻塞头痛等症,还用于过

敏性鼻炎、鼻窦炎导致的头痛、头晕等症。用法:一周2次~3次。儿童应在医生的指导下辨证服用。

辛夷香囊 材料:辛夷15克,广藿香5克,佩兰5克。做法:将上述材料打成粉装入香囊中,隔衣佩戴。功效:提神醒脑。

注意事项

辛夷的表面有很多绒毛,容易刺激喉咙,引起咳嗽、呕吐等不良反应,煎煮时要用纱布包煎。阴虚火旺患者忌用辛夷。



玉兰花的品种有很多,但大多为园艺品种,没有药用价值,只有木兰科植物望春花、玉兰,以及武当玉兰才能作为中药材的来源。

(作者供职于河南省巩义市公立中医院)