

## 藥用保健植物圖鑑

- 作者：張銘文、林好姍、侯鳳舞
- 定價：200 元
- 出版單位：行政院農業委員會苗栗區農業改良場
- 出版日期：2010/03/01  
再版日期：2010/12/01

## 購買資訊

- 展售書局：
  - 1.五南文化廣場/臺中市北屯區軍福七路 600 號 (04)24378010
  - 2.國家書店/臺北市松江路 209 號 1 樓 (02)25180207
- 網路書店：  
五南文化廣場網路書店、GB 國家網路書店、博客來書籍館、誠品網路書店。

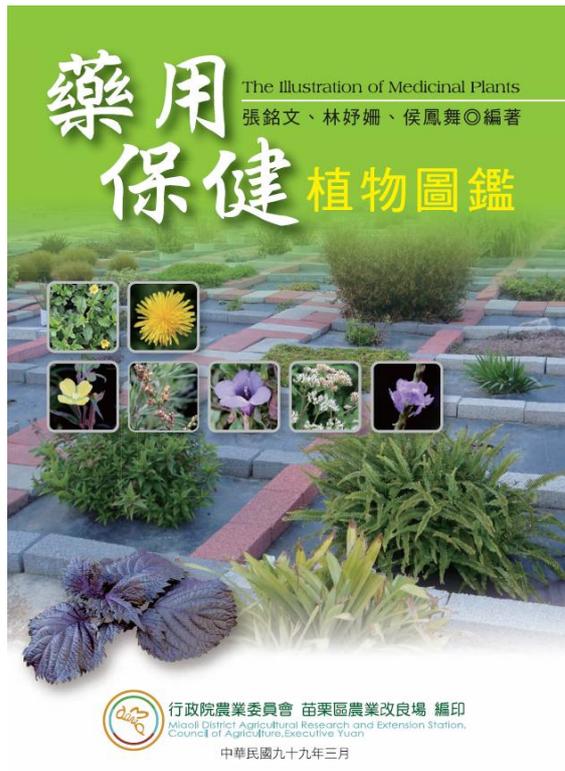
## 摘要

在多元化農業中，自然保健產品日益受到重視的趨勢，本場於 200 種保健植物種源計劃收集保存多種類的臺灣本土中草藥植物，觀察研究後，參考多方文獻，將植物品種特性編列成冊，配合攝影圖片，提供社會大眾參考，以基本了解臺灣本土的保健植物。

《封面》



## 《書名頁》



## 《目次》

目次 | contents

編者序 .....	003
<b>三白草科 Saururaceae</b>	
1 魚腥草 <i>Houttuynia cordata</i> Thunb. ....	008
<b>禾本科 Gramineae</b>	
2 金絲草 <i>Pogonatherum crinitum</i> (Thunb.) Kunth .....	010
<b>仙茅科 Hypoxidaceae</b>	
3 小仙茅 <i>Curculigo archioides</i> Gaertn. ....	012
4 大葉仙茅 <i>Curculigo capitulate</i> (Lour.) Q. Kuntze .....	014
<b>石蒜科 Amaryllidaceae</b>	
5 韭蘭 <i>Zephyranthes carinata</i> (Spreng.) Herbert .....	016
6 葱蘭 <i>Zephyranthes candida</i> (Lindl.) Herbert .....	018
<b>玄參科 Scrophulariaceae</b>	
7 倒地蜈蚣 <i>Torenia concolor</i> Lindl. ....	020
8 過塘蛇 <i>Bacopa mormieri</i> (L.) Wettstein .....	022
<b>柳葉菜科 Onagraceae</b>	
9 水丁香 <i>Ludwigia octovalvis</i> (Jacq.) Raven .....	024
<b>馬齒莧科 Portulacaceae</b>	
10 土人參 <i>Talinum paniculatum</i> (Jacq.) Gaertn. ....	026

## 《內容》

### 紫蘇

*Perilla frutescens* (L.) Britton

科名 | 唇形科 (Labiatae)

別名 | 紅紫蘇、紅蘇、白蘇、青蘇、回回蘇、野蘇、香蘇、赤蘇、蘇子、荳、棧荳、青紫蘇、赤紫蘇、白紫蘇。



● 一年生草本植物，葉緣粗鋸齒狀，兩面紫色或綠色，或葉表綠色葉背紫綠色。

#### 植株特性

典型的一年生草本植物，是一種藥食同源的保健植物，全株具特殊芳香，客家人又稱之為「怪絲」，也是客家菜及美食中常用的調味食材。莖直立，呈鈍四棱形或方形，紫色或綠紫色，上部多分枝，全體密被紫色長柔毛，基部木質化，株高可達0.8~2公尺。單葉對生，長7~13公分，寬4.5~10公分，具3~7公分長葉柄，葉面呈皺狀，闊卵形或圓卵形，先端突尖、漸尖或尾尖，基部近圓形或闊楔形，葉緣粗鋸齒狀，兩面紫色或綠色，或葉表綠色葉背紫綠色，色澤變異大，兩面疏被毛，葉背具細油點。花期8~10月，輪繖花序2花，組成密被長柔毛且偏向一側的頂生及腋生的頭狀花序，花梗長1.5~15公分；苞片寬卵形或近圓形，全緣，無毛，外被紅褐色腺點，邊緣膜質；花萼鐘形，10脈，直伸，下部被長柔

58

## 《內容》



● 單葉對生，葉面呈皺狀，闊卵形。

● 輪繖花序，花白色至紫紅色。



● 花萼鐘形，下部被長柔毛。

● 頂生及腋生的頭狀花序。

毛，夾有黃色腺點；花冠二唇形，白色至紫紅色，上唇先端微凹，下唇3裂，中裂片較大。小堅果卵形或近球形，直徑約0.15公分，灰褐色，具網紋，內含種子單粒。當植株開花直到種子成熟後即自行枯萎。

#### 生長分佈

於台灣普遍用作養生蔬菜調味或藥用，大都由住家庭園栽種供應，鮮見大面積栽培及野生族群。

#### 繁殖方式

種子、扦插。

#### 利用部位及性味效能

##### 利用部位

全株均可入藥，葉（蘇葉）、莖梗（蘇梗）、紫蘇苞、種子

（蘇子），可在白麴菌後處理

開花前，整株煎取，煎液於適

量處煎乾或切斷曬乾備用。

##### 性味效能

性味效能：味平，性溫，能蘇

葉一發汗表，散寒理氣，健脾

胃，祛風止痛，蘇梗一理氣，

解鬱，安胎，發散風寒，紫蘇

苞一煎湯飲食。蘇子一祛寒，

無毒，有鎮咳平喘、潤肺、祛

痰、調中下氣、理腸胃之效。

#### 本草綱目記載

調中，去臭氣。搗敷虫咬及男子陰腫。調氣，潤心時，長肌膚，益顏色，消宿食，止上氣咳嗽，去狐臭，敷虫咬。

59

## 《封底》

