

雲林水林鄉

藥草群芳譜

認識雲林縣大山村 最重要的 8 種藥草

益母草 ▶

大山村最漂亮的藥草，姿態優美，花色淡雅，或許可以發展為插花素材。分布在亞洲東南部、韓國、日本；台灣全島都可生長。採集全草，切段，曬乾。可活血、調經、治療血腹痛等。



魚腥草 ▶

本名叫蕺，大山村四季常見。可單獨栽培，或與玉米間作。分布在中國大陸、喜馬拉雅山、日本、琉球、爪哇；台灣全島自平地至中海拔陰濕處均可見。多年生，有特殊氣味；夏秋間拔全草，洗淨曬乾或鮮食，有抗菌和利尿作用。



金合歡 ▶

農村常見的綠籬植物，別名番仔刺、牛角花、鴨皂樹。本省中南部、台東、蘭嶼分布較多，但已野生化。落葉灌木或小喬木，植株比人還高，鮮黃色小花却像可愛的小粉撲。採根切片，或採樹皮加工，有收斂止血、消炎解熱之效。



七層塔 ▶

比九層塔少了 2 層的七層塔，本名荔枝草，分布亞洲東南部、澳洲暖帶，在台灣植於平野或園圃。始花期間拔全草、曬乾，有涼血、利水、解毒、殺蟲之效。



黃水茄

別名白絨毛茄，分布亞洲西南熱帶地區，在台灣植於中南部、小琉球，澎湖亦多見。黃色的橢圓型漿果十分動人，紫色的鐘型花冠是另一迷人之處。全年均可採全草，切片、曬乾；根部與果實亦可入藥。有祛風、止痛、消炎、解毒之效。



黃花蜜菜

本名蜚螞菊，是青草茶重要原料之一，也是常見的綠被植物，葉片匍匐生長，就像綠色草毯，上面綴著可愛小黃花。分布在中國大陸、日本、琉球、馬來西亞、印度；本省平野至海濱皆可見。春秋之間採全草，曬乾或鮮食。有清熱、解毒、祛痰、消腫之效。



枸杞

四物湯不可缺的藥材，分布中國大陸中南部各省，台灣全島均有栽培。漿果成熟時呈美麗的鮮紅色，嫩葉可做蔬菜，亦可代茶。根皮、枝葉均可解熱、消炎。



薄荷

香氣強烈，有清涼解熱、健胃、消腫、止癢之效；哺乳期婦女不宜多食，有退乳作用。

(本文參考中國醫藥學院出版之“台灣藥用植物圖鑑”及其他相關書籍，整理而成。)