

鳳尾草，治好了我的痢疾！

鳳尾草學名為 *Pteris multifida* Poir 屬鳳尾蕨科，俗名、別名均稱做鳳尾草。鳳尾草有兩種，大葉稱做鳳尾草，細葉稱做苦尾草，據老祖母告知兩者均可做為藥用，大葉鳳尾草味較不苦，細葉苦尾草則味很苦，難以下嚥，一般都用大葉鳳尾草。鳳尾草屬鳳尾草蕨科，可知其與蕨類性狀近似，是比較耐陰之植物，少有獨自生長在遼闊之野地中，大都生長在樹林中，或陰濕之竹林與潮濕之水溝畦旁，採摘時可連根拔起。

談到鳳尾草筆者就會想到民國38年唸初中的一段往事，那時家住鄉下，距火車站有數公里之路程，經大5歲的堂叔介紹，寄住在學校附近之人家，那時稱作「住學寮」，不分年齡大夥住在一起，年



■ 大葉鳳尾草與小葉鳳尾草



■ 採收後的成品

紀大的有20歲左右，筆者最小只有13歲。那時台灣光復不久，還有日本人學長制的精神，低年級生對高年級生敬若神明，如有冒犯，常被

賞耳光。筆者因此生活緊張，適應不良，竟染上痢疾，拉肚子拉個不停。廁所離寢室又遠，那時年紀小很怕鬼，不敢出去，在寢室又怕吵到人家，只好拿件舊內衣當尿布，躲在樓梯下等到天亮，痛苦的挨到星期六回家向老祖母喊救命，把上述情形向祖母細說後，她便帶我去採鳳尾草，採回來後老祖母說「燉個結結」，意思是熬成濃汁之意，喝了兩大碗果真就把痢疾治癒。

鳳尾草採摘時最好洗乾淨曬乾，再以一大把，大約100~150公克乾草，用2公升左右之水去煮成剩半量約800cc~1公升，煮時放些紅糖效果更佳。鳳尾草除對痢疾有特效之外，對清涼保肝亦有良好效果，偶而喝喝當保健飲料，尤其炎熱的夏天更具效果。 腳

最新出版



定價：300元

(郵購另加掛號郵資45元)

家庭學

■楊懋春博士 著 ■高淑貴教授／王瑞禎 編

本書主要内容：

- 一、家庭制度，二、成家之道，
- 三、夫妻關係，四、父母子女關係，
- 五、中國家庭的子女教養，六、兄弟姊妹關係，
- 七、親屬關係，八、鄰居關係

(財團法人楊懋春貞德紀念基金會印行)



豐年社

郵政劃撥 0005930-0 豐年社

台北市溫州街14號

電話：(02) 3628148 (分機30)

傳真 (02) 3636724