

散 血草屬唇形科草本植物，俗名為苦茶草，一般在夏天當作解暑之飲料，為天然青草茶之好材料。只需少量就煮成深褐色猶如濃茶般，而且很苦，所以叫「苦茶」。

散血草有涼血消腫、止咳化痰、解毒之保健作用，在目前的生活環境裡，真的有很多會影響我們身體健康的物質，所以在平常多喝些各種不同之天然飲料，去除來路不明的毒害，對我們的健康必有很大的助益。

有一天筆者到大園鄉訪問農友之際，順便去看對青草很有興趣的一位朋友，在他住家周邊種了上百種之青草，初看覺得雜草叢生，不懂得整理環境，但細看那些雜草都是寶，找了好久找到一棵說這能解酒，如酒後口中嚼一兩片有解酒之作用，我便小心的保護它除用濕報紙包好外，再用塑膠袋包裹，深怕乾掉種不活，回家後立即種植等數周後成長開花，原來就是散血草。

散血草可用直播或移植兩種

方法，散血草之採收適期為開花結果後種子稍具成熟時為最佳時期，在此時種子自然掉落，稍加整地除去雜草澆水或下雨後自然長出，或整地後將種子撒播亦可。

移植法是用做畦苗床育苗或穴盤育苗，以行株距各以20×20公分種植生長較整齊，散血草生長勢非常強，移植成活率很高，很耐旱，用介質盆栽種一兩盆放置陽台或屋頂可供觀賞之用，亦可在應酬後摘2~3片葉嚼一嚼具解酒提神作用，也是一種生機保健之道。

■

散血草 *Ajuga bracteosa* wall

