



仙草

仙草植株不見得人人都見過，但作為消暑聖品的仙草凍卻是家喻戶曉的冰品。又稱為涼粉草、仙人凍、薪草的仙草，為唇形花科涼粉草屬植物全草。《本草綱目拾遺》敘述：「仙草凍，出廣中，莖葉秀麗，香猶藿檀，以汁和米粉食之，止飢。山人種之連畝，當暑售之」。少量的仙草乾莖葉加水熬煮，濾汁加入少量的澱粉就能變成大量的仙草凍，由於這種具有由少變多的現象，取名為仙草即仙人才變得出的法術。

形態特徵為年生草本，高15~80公分，上部直立，下部伏地，葉對生。葉柄長2~15毫米，被柔

文圖／吳展才

台灣大學園藝所博士後研究

小檔案

學名：*Mesona chinensis* Benth.

英名：chinchau

科別：唇形花科 Labiatae

生態與性狀：台灣主要在北部和中部有大量栽培。為年生草本，高15~80公分，上部直立，下部伏地，葉對生。葉柄長2~15毫米，被柔毛；葉片狹卵形或寬卵圓形。花為輪傘花序，再組成總狀花序。堅果長圓形，呈黑色。

作用：中醫利用對付急性風濕性關節炎，高血壓，中暑，感冒等。目前多作休閒食品。

毛；葉片狹卵形或寬卵圓形，長2~5公分，寬0.8~2公分，先端急尖或鈍，基部寬楔形或圓，邊緣具鋸齒，兩面被細剛毛或柔毛。花為輪傘花序，再組成總狀花序，頂生或生於側枝，花冠白色或淡紅色，長約3毫米，堅果長圓形，呈黑色。

台灣北部和中部有大量栽培。夏季收割地上部分，曬至半乾後堆疊使發酵變黑，再曬乾即成為仙草草藥或飲料使用。主治中暑，急性風濕性關節炎，高血壓，中暑，感冒等。

商業化的做法加入各種的甜食搭配，在休閒食品產業有很大的占有率。



小檔案

學名：*Mentha sp.*

英名：peppermint

科別：唇形花科 Labiatae

生態與性狀：分布在北部、中北部。莖呈方柱形，有對生分枝，表面紫棕色或淡綠色，葉對生，有短柄；葉片長橢圓形或卵形，上表面深綠色，下表面灰綠色。輪傘花序腋生，花萼鐘狀。

作用：揉搓葉片散發特殊清涼香氣，有助於平撫焦慮，是園藝治療上高度使用的香草植物之一。



薄荷

薄荷為知名度頗高的香草，其香氣具有極強的穿透力，帶給人直接清涼、提神醒腦的感覺，在生活上的應用很廣泛。薄荷葉可鮮用或乾燥作為中藥使用。在台灣分布在北部、中北部。

薄荷莖呈方柱形，有對生分枝，長15~30公分，直徑0.2~0.5公分，表面紫棕色或淡綠色，葉對生，有短柄；葉片長橢圓形或卵形，長2~7公分，寬1~3公分。上表面深綠色，下表面灰綠色。輪傘花序腋生，花萼鐘狀，先端5齒裂，花冠淡紫色。

葉片因含有揮發油、薄荷精及單寧等物質，經

揉搓會散發特殊清涼香氣，有助於平撫焦慮、歇斯底里與恐懼的情緒，對疲憊和沮喪者的療效絕佳，是園藝治療高度使用的香草植物之一。現代上班族精神壓力大，薄荷茶可幫助提神醒腦、緩解壓力。薄荷亦為舒緩感冒症狀的食療偏方，以薄荷葉煮粥，可疏散風熱、解除風熱、發熱惡寒等。現代醫學將薄荷萃取物目標放在攻擊供應癌細胞養分的血管上，讓癌細胞因缺乏氧與營養素的供給而死亡，有別於傳統的化療，是薄荷對抗癌症腫瘤的新興研究方向。



實用農藥

定價：2200元

作者：廖龍盛

全新修訂八版，

超過100萬字，

共1350頁



主要内容：含緒論、農藥分類、生物農藥、農藥混合、毒性、毒理、安全合理使用、使用範圍與方法均有詳細介紹。包括殺菌劑、殺蟲劑、殺蟎劑、殺線蟲劑、殺鼠劑、除草劑、植物生長調節劑、引誘劑、忌避劑、拒食劑、微生物殺蟲劑、昆蟲生長調節劑、殺軟體動物劑、殺藻劑、雜類及農藥補助劑等，共50餘大類，530多種農藥。



豐年社

台北市溫州街14號

郵撥00059300財團法人豐年社 郵購另加掛號郵資60元

電話：02-23628148分機30或31

傳真：02-83695591

藤三七

小檔案

學名：*Anredera cordifolia* (Tenore) van Steen.

英名：heartleaf madeira-vine

科別：洛葵科 Basellaceae

生態與性狀：台灣零星栽培。植株基部簇生肉質根莖，芽具肉質鱗片，可分化成花序或單花。葉肉質，心形、寬卵形至卵圓形。總狀花序腋生或頂生。花序軸長10~30公分，花數十朵至200餘朵，呈白色。

作用：中藥上利用來縮短凝血的時間，降低毛細血管的擴張，故可治療人體內外出血症。

藤三七別稱洋洛葵、多枝洛葵、洛葵薯、藤子三七等。聽起來雖然陌生，可是它的另一個名字川七，必是大家耳熟能詳的野菜，另一個別名雲南白藥，更是海內外華人都通曉的化瘀止血良藥。

藤三七為多年生木質藤本，光滑無毛。由於生長迅速，枝梢一年可生長4~5米以上，原產巴西，傳進台灣後，零星栽培於全省或散布於山區，可常見於山林內爬滿樹幹植株。基部簇生肉質根莖，芽具肉質鱗片，可分化成花序或單花。葉肉質，心形、寬卵形至卵圓形，長4~8公分，寬4~9公分，先端凸尖，稍圓形或微凹，基部心形。總狀花序腋生或頂生，單一或疏生2~4個分枝，花序軸長10~30公分，花數十朵至200餘朵，呈白色。

採其肉質葉片，與薑絲麻油大火快炒，是台灣著名的野菜料理。在中藥上，藤三七能縮短凝血的時間，降低毛細血管的擴張，故可治療人體內外出血症。藤三七除使用其葉片之外，珠芽亦是用滋補、消腫散瘀的部位，可治腰膝酸痛、尿毒、骨折及跌打損傷等。除作為凝血的良藥之外，民俗藥效和偏方不勝枚舉，可治習慣性便秘、腫毒、健胃保肝，骨折跌打損傷、糖尿病等症狀，功效顯著，廣為流傳於華人世界。

