



認識紫錐菊

對多數的臺灣人來說，紫錐菊應該會是個有點陌生的名字，箇中道理也不難理解：由於紫錐菊在少數國家被當做藥物使用，也因此，國內衛生主管機關一直沒有開放將此一材料供做食品原料使用，這也限縮了紫錐菊的用途（或許有人眼尖，可以在百貨公司的超級市場專櫃發現紫錐菊茶或者是糖果，但過去需專案報准始得進口），自然讓大家對這個每年在全球保健產業可以創造出10幾億美元產值的保健作物感到陌生。

先談談紫錐菊的藥效吧。在德國，紫錐菊（*Echinacea purpurea*）的地上部被該國政府核准使用於治療感冒、上呼吸道感染、尿道感染與促進傷口癒合。而白紫錐菊（*Echinacea pallida*）的根部，則被使用於流感等之治療。紫錐菊的適應症顯而易見的，都與「感染」有關，也因此，長久以來與紫錐菊保健功效有關的研究，大部分都著重在其免疫調節能力與免疫促進作用方面。甚至，對多數熟知紫錐菊的朋友來說，紫錐菊和免疫力的提升是可以畫上等號的。紫錐菊提升免疫力的效果到底有多好？筆者曾在一篇論文中看到



如下的敘述：「松果紫錐菊的免疫增強抗病毒作用與我國傳統補益中藥黃耆作用相當」，可見一般。

作為『免疫』植物的紫錐菊，它的效果從何而來呢？菊苣酸（cichoric acid）為一種咖啡酸類衍生物，也是紫錐菊屬植物主要的活性成份之一，屬於多酚類化合物。菊苣酸在紫錐菊的花及根部含量豐富，分別為1.2~3.1%及0.6~2.1%，葉及莖部的含量較少；狹葉紫錐菊（*Echinacea angustifolia*）則僅含少量的菊苣酸。研究發現，菊苣酸能藉由增強巨嗜細胞與淋巴細胞功能，以及刺激免疫相關細胞因子與抗體的分泌，來達到增強動物非特異性免疫反應及特異性免疫反應的



效果。

在清楚了解紫錐菊的藥理作用後，我們再回過頭來多談些與紫錐菊有關的事情吧~這個擁有可愛錐形花托（conical seed head；像極了一隻忿怒的刺蝟的刺，echinos在希臘文中就是刺蝟的意思）的保健作物原產於北美，共有九個種：

Echinacea angustifolia – Narrow-leaf Coneflower

Echinacea atrorubens – Topeka Purple Coneflower

Echinacea laevigata – Smooth Coneflower, Smooth Purple Coneflower

Echinacea pallida – Pale Purple Coneflower

Echinacea paradoxa – Yellow Coneflower, Bush's Purple Coneflower

Echinacea purpurea – Purple Coneflower, Eastern Purple Coneflower

Echinacea sanguinea – Sanguine purple Coneflower

Echinacea simulata – Wavyleaf Purple Coneflower

Echinacea tennesseensis – Tennessee Coneflower

目前已被供為藥品或保健產品原料使用的，包括前述已提及的*Echinacea purpurea*（紫錐菊）與*Echinacea pallida*（白紫錐菊），以及*Echinacea angustifolia*（狹葉紫錐菊）。在國內，先前已有少數含有紫錐菊原料之藥妝或藥品獲准上市；食品部分，則隨著衛生署近年來陸續將*Echinacea purpurea*之全株及



*Echinacea angustifolia*之根部開放為可供食用原料，料將掀起一股以紫錐菊為材料開發相關保健產品之風潮。

紫錐菊好處多多，最後讓我們簡單介紹服用紫錐菊相關產品時的一些原則：

(一) 適量服用，必要時才補充；且應儘量避免連續服用超過八周。(長時間刺激免疫力的提升，將對人體免疫系統造成一定程度的壓力，這種壓力也可能使得免疫力疲乏)

(二) 孩童服用量約為成人的1/3，且應避免服用含酒精之紫錐菊保健產品。

(三) 成人服用方式：當前述之感染症狀出現時，依以下劑量，每日三次，連續服用七至十日。

酹劑：0.75~1.50毫升

紫錐花萃取液：300毫克

乾燥、粉末狀萃取物：300毫克

(四) 二歲以下幼童、糖尿病患者、患有免疫相關疾病者或正在使用免疫相關藥物治療者，在使用前須先諮詢醫療人員。如產品原料為*Echinacea purpurea* (紫錐菊) 之全株，則每日食用限量為900毫克。

延伸閱讀：

1. 張隆仁、邱建中、秦立德、蔡宜峰。
2004。新興保健植物紫錐菊的利用。

豐年半月刊54(7):21-23。

2. 張隆仁、邱建中、秦立德、蔡宜峰。
2004。新興保健植物紫錐菊的栽培。
豐年半月刊54(6):21-25。

3. 秦立德、張隆仁、邱建中、陳榮五。
2003。漫談紫錐花的保健效果。臺中區農業專訊43:26-27。

4. 邱建中、張隆仁、秦立德、勵鑫齋。
2001。西方草藥--紫錐花(*Echinacea*)
的栽培與利用。行政院農業委員會臺中區農業改良場研究彙報73:43-54。

5. An evidence-based systemic review *Echinacea E. angustifolia* DC, *E. pallida*, *E. purpurea* by the Natural Standard Research Collaboration. 2005. J Herb Pharmacother. 5(2):57-88.

6. *Echinacea purpurea* for prevention of upper respiratory tract infections in children. 2005. J Altern Complement Med. 11(6):1027-9.

7. *Echinacea* as a functional food ingredient. 2003. Adv Food Nutr Res. 347: 113-73.

8. Medicinal properties of *Echinacea*: a critical review. 2003. Phytomedicine. 10(1): 66-86.



膿鏈球菌(*Streptococcus pyogenes*)、葉斑病菌(*Alternaria alternata*)等。精油也具有一定的抗氧化活性。由於奧勒岡精油的抗菌及抗氧化特性，具有應用於食品保存劑的潛力，亦具有醫藥價值。另外，由於精油具有抗菌性，近來也被運用於畜禽飼料的添加物中，可提高動物對疾病的抵抗力，減少傳染病的發生。由於消費者傾向購買少用化學合成抗生素的畜禽產品，利用奧勒岡精油作為天然的抗生素，在未來應具有發展潛力，目前中國大陸已有投入相當的研究。牛至精油在作物採後的病蟲害防治上也具有潛力，有研究顯示牛至精油有助於水果的採後保鮮。奧勒岡也具觀

賞用途，目前已有一些商業品種，如黃金奧勒岡(*O. vulgare* “Aureum”)、肯特奧勒岡(*O. rotundifolium*，同屬近緣種)等。



圖1.奧勒岡田間生長情形

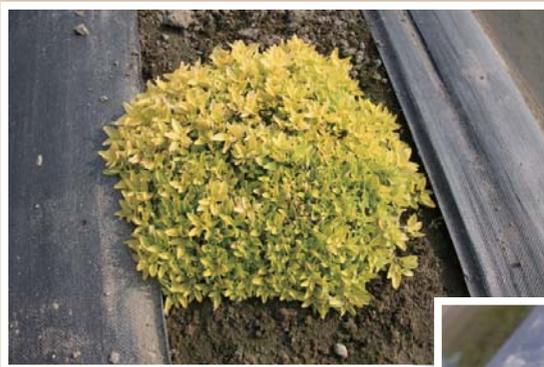


圖2.黃金奧勒岡

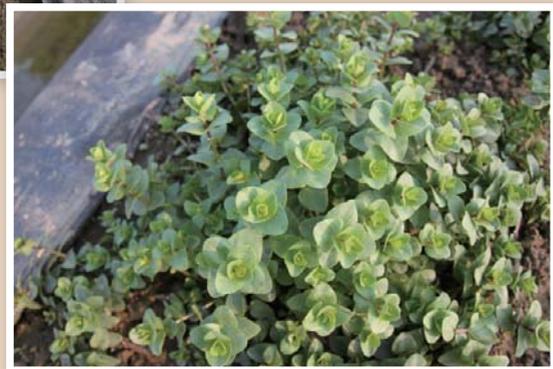


圖3.奧勒岡同屬近緣植物-肯特奧勒岡

你我齊心 合理施肥 農業永續向前行

用肥不多也不少 · 作物飽滿土地好

國際肥料價格漲，照顧農民， 政府及台肥公司吸收漲幅85%

合理化施肥技術輔導，提供下列服務，歡迎農民朋友洽詢：

1. 合理化施肥技術
2. 免費檢測土壤肥力與需肥診斷
3. 施肥量推薦
4. 綠肥及有機肥料推廣

技術輔導專線	電話號碼
農糧署	049-2341056
農業試驗所	04-23335338
桃園區農業改良場	03-4768343
苗栗區農業改良場	037-236619
台中區農業改良場	04-8528503
台南區農業改良場	06-5912936
高雄區農業改良場	08-7389076
花蓮區農業改良場	03-8534914
台東區農業改良場	089-345756
種苗改良繁殖場	04-25825488

農民朋友有肥料購買問題，請撥打各地區服務專線：

地區服務單位	專線電話
農委會農糧署(台北辦公區)	02-23218086
農委會農糧署(中興辦公區)	049-2341056
農糧署北區分署	03-3359323
北區分署新竹辦事處	03-5322287
北區分署苗栗辦事處	037-320745
北區分署台北辦事處	02-23931053
農糧署中區分署	04-8342407
中區分署台中辦事處	04-22223006
中區分署雲林辦事處	05-5322551
農糧署南區分署	06-2351721
南區分署嘉義辦事處	05-2242831
南區分署高雄辦事處	07-2352884
南區分署屏東辦事處	08-7660621
南區分署澎湖倉庫	06-9272014
農糧署東區分署	03-8539128
東區分署宜蘭辦事處	03-9322261
東區分署台東辦事處	089-346567



ISSN 0257571X



9 770257 1571004



行政院農業委員會

COUNCIL OF AGRICULTURE, EXECUTIVE YUAN

健康 效率 永續經營

GNP 2008100085
工本費新台幣 15 元