



中華人民共和國
香港特別行政區政府
醫務衛生局



中醫藥發展基金
Chinese Medicine Development Fund



中醫藥家族 小知識



雞蛋花



又名緬梔，是夾竹桃科植物，主要產地為雲南、廣東、福建、海南、台灣等。性平，味甘。歸大腸、胃經。其功效以消暑祛濕為主，可用作預防中暑、治療泄瀉痢疾、肺熱咳嗽、小兒疳積、濕熱黃疸等。



“
五花茶是家喻戶曉的廣式涼茶，成份有金銀花、杭菊花、木棉花、雞蛋花和槐花五種中藥，有清熱解毒、利水祛濕的作用。
”

雞蛋花妹妹



“
同樣都是薑，經過不同的炮製加工，生薑、乾薑、炮薑、薑炭的藥效有明顯差別。生薑重在解表散寒；乾薑經過曬乾或低溫乾燥，藥性由溫轉熱，外散之特性減少，重在溫中散寒；炮薑及薑炭則有溫經止血之效。
”

薑



是草本植物薑的根莖。主產於四川、貴州等地。

「生薑」性微溫，味辛。歸肺、脾、胃經。可以解表散寒，配伍其他解表藥治療風寒感冒，可加強發汗作用。其又善於溫中化飲止嘔，有「嘔家聖藥」之美譽；又可解魚蟹之毒。生薑除了是餐桌上常見的食材，也是中醫師很常用的中藥，常見用法為把生薑洗淨切片後與其他中藥飲片一同加水煎煮，一般無需去皮。



薑BB



陳皮



又名橘皮，是秋末冬初果實成熟時所採收的果皮，經曬乾或低溫乾燥製成。**以陳久者為佳，故稱陳皮。**主產於廣東、福建、四川、浙江、江西等地區。

性溫，味辛、苦。歸脾、肺經。主要功效為**理氣健脾、燥濕化痰**，多用於治療胃脹、嘔吐泄瀉、咳嗽痰多等症。



“陳皮是廣東三寶之首，盛產於新會。陳皮通常剝成三瓣形態，**經年存放後，越見陳香醇厚**，理氣和胃而不傷正，療效更佳。”



人參



是五加科植物人參的乾燥根和根莖。產自吉林、遼寧、黑龍江等地。性微溫，味甘、苦。歸心、脾、腎經。人參有很強的**補益脾氣**作用，可治療虛弱倦怠，短氣喘促，食慾不振等症。在氣虛欲脫，脈微欲絕的危重情況，更可用人參「大補元氣」，回陽氣於垂絕。**但如沒有虛弱之症，甚或體質實熱，服用人參補益也可以助熱生火，氣滯壅塞，誤補益疾。**



品種源於人參的中藥材有很多，**根據不同的產地，名稱和功效也會有所不同**，如韓國的高麗參、日本的東洋參等。但名稱中有「參」字的藥材，品種卻未必一定源於人參，如西洋參（品種：西洋參）、黨參（品種：黨參、素花黨參及川黨參）等。

肉桂



是樟科常綠喬木植物肉桂的樹皮部位，經由剝取、乾燥等程序製作而成。

性大熱，味甘、辛。歸腎、脾、心、肝經。肉桂有補火助陽的能力，可以**散寒止痛、溫經通脈**。但因為藥性辛熱，所以陰虛體質，或病症屬熱的人士要慎用，以免燥熱過度。



“**肉桂的嫩枝**，也就是我們所稱的「**桂枝**」，功效主要為**發汗解肌**。肉桂的樹皮部位是直到南宋時期才開始被重視，並與嫩枝分屬為不同功用的藥材。”



靈芝



是多孔菌科真菌赤芝或紫芝的乾燥子實體。主產華東、西南地區以及河北、廣西等地。主要生長在濕度高而昏暗的樹林。

性平，味甘。歸腎、肝、心、肺經。靈芝功效良多，包括**補氣安神、止咳平喘**，主要用於治療心神不寧、失眠心悸、肺虛咳喘、虛勞短氣、不思飲食等症。

“坊間常說的靈芝孢子是甚麼？靈芝孢子其實是靈芝成熟期不斷從菌蓋下噴射出的粉狀生殖細胞。因其外殼質地堅韌，故先將靈芝孢子的外殼打破（即破壁），成為「破壁靈芝孢子」，可有利於人體吸收。”



中醫 ○ ○ ○

在香港分為**註冊中醫**和**表列中醫**，兩者皆可**在香港合法作中醫執業**。香港有一套完整的中醫註冊規管制度，要成為中醫師，需要先修讀中醫藥管理委員會認可的中醫學位課程，並通過中醫執業資格試，才可註冊並合法行醫。中醫師在註冊後有持續進修要求，讓醫師們不斷更新知識，與時並進，為病人提供專業的中醫藥服務。



“**神農嚐百草**是中國古代神話，相傳神農氏是三皇之一，因見百姓生病，於是決心嚐遍百草以辨析其平毒寒溫之性及特徵、氣味，最後因嚐斷腸草而逝世。人們為了紀念他的恩德和功績，奉他為藥王神。沿用至今，我們常用「百草」泛指各種中草藥。

”

“**為甚麼中醫師叫「大夫？」**

「大夫」原本是中國古代的職稱，自宋代增加了醫官這個編制，並把醫官最高級別命名為「大夫」後，民間慢慢便將中醫師稱為「大夫」。其實還不少與中醫有關的別稱，例如**郎中、岐黃、杏林、懸壺**等，大家可以一起發掘這些名稱背後的有趣典故哦！

”

中藥 ○ ○ ○

在香港的商品主要分為**中藥材及中成藥**。

「中藥材」是指根據中醫藥理論使用的藥材，來源包括**植物、動物與礦物**等，當中植物藥佔了最大部份。

把中藥材**配製成特定劑型**，並用於診斷、治療、預防或紓緩疾病，調節人體機能狀態的產品，就成了「中成藥」。在香港，中藥材和中成藥均有完整的制度進行規管和監察，以保障市民用藥安全。



大棗



是鼠李科植物棗的乾燥成熟果實。主產於山西、陝西、河北、河南等地區。

性溫，味甘。歸脾、胃經。大棗是**中醫常用的補益藥**，具有**補中益氣、養血安神**的功效，常用於治療脾胃虛弱等症。然而多吃易生痰生濕，氣滯胃脹者需慎用。



“市面常見的幾種棗，你能分辨嗎？”

紅棗，是新鮮棗果直接曬乾而成。將鮮棗煮熟晾乾，然後燻焙至外皮發皺烏黑稱為**黑棗**，而**南棗**則由青棗精製而成，還有經過糖製的**蜜棗**、形小如雞心的**雞心棗**等，在香港市面也很常見，藥效價值各有不同。

”



中醫藥發展基金執行機構

地址：香港九龍達之路78號生產力大樓

電話：2788 5632

傳真：3187 4581 電郵：enquiry@cmdevfund.hk

網站：www.CMDevFund.hk



Website



Facebook



YouTube



執行機構

