

# 七葉膽

班級：夜化三甲

組別：第一組

組員：陳育堂(68940017)，莊順昌(68940020)

殷聖傑(68940025)

## 平民人參 絞股藍

【本報訊】絞股藍是目前為全球各大醫學院生藥研究所，所積極研究的中藥之一。起先絞股藍在雲南省當地為治療「慢性支氣管炎」用途。後經日本德島文理大學生藥研究所所長「竹本常松」博士的研究與推展，為醫界所重視。

絞股藍別名七葉膽，又名五葉參。是一種葫蘆科蔓生植物，全草使用。主要生長於「中國大陸西南方」、「日本」及「東南亞」一帶。味甘微苦，因具人參成分及作用，故又有南方人參之美名。

其主要成分為絞股藍皂甙，約80餘種，其中6種皂甙與人參完全相同，所以具有人參性味及功效。另外，並含有17種氨基酸、蛋白質、脂肪、纖維、少量的胡蘿蔔素、維他命B1、B2及維他命E。其中易氧化之維他命E，具有細胞抗氧化的功能。

其次，另含有微量元素鋅、銅、鐵、錳、鎂、鉻、氯及硒，其中硒的含量甚豐，具抗癌及增強免疫的功能。

絞股藍經全球各大生藥研究所研究，包括國內長庚醫院臨床研究證實有以下的主要效能：降低總膽固醇、三酸甘油酯，改善血管硬化、和抑制肥胖作用。



## 七葉膽(絞股藍)

它的皂甘成份和高麗人參相同，經過不段的研究發現在七葉膽中有五十種以上的皂甘，它和高麗人參中的有效成分構造相似，且有治療胃痛、十二指腸潰傷的功效，也能抑制人工癌細胞的增殖能力，七葉膽的栽培方法簡易，且具有高麗人參的高級藥質，它質美味甘不同於一般的藥草多具苦味，適於飲用，它生長在日本各處的雜草叢，因此成本低廉採取容易。

有關七葉膽成分最早的研究報告是再昭和五十二年由日本生藥學會舉辦的第二十四屆學術發表年會中的一篇論文：如果將石川縣所產之七葉膽中的粗皂甘(未經分類，)經過酵素加水分解，可得到 K 複合體的化合物，這和高麗人參的粗皂甘經酵素加水解所得的結果是相同。

## 救荒本草通解~記載：

七葉膽多產於山陰地區，多年宿根蔓草一莖五葉，似人參、五爪葉莖呈綠色。葉互生，莖稍細有縱紋。蔓莖稍生穗開白色小花後結果似南燭。成熟後果

實呈黑色，葉味甘。

以上的敘述可能出自於中國明代時朱繡所著的「救荒本草」，朱繡也將七葉膽列為荒年時能充飢的野草之一，也就是說早在四五〇年前就將它視為無害的食用草。

## 七葉膽~葫蘆科(*Gyonostemma pe-rtaphyllum* Makino)

分布於日本的北海道至九州、朝鮮、中國、中南半島等處，廣泛地生長於山地或樹叢旁的多年生蔓草。地下莖在地面上漫延。莖上有捲鬚，可攀附於它物上，起初成淺色軟毛隨後漸漸消失，雌雄異株，葉互生有三片、五片或七片之分。小葉呈皮針形狀或狹長的橢圓形有鋸齒。葉面生細毛。八、九月間會長出穗狀圓錐形的花序，開出黃綠色的小花。花冠有裂片前端尖銳長約 2mm，葉果呈球形，直徑 6~8mm。成熟後變為墨綠色，葉果上有橫紋，種子長約 4mm，葉帶甘味但無特殊利用價值。

## 分辨方法：

### 葉

七葉膽的葉是屬複葉，有葉柄，大致可分為五-七片葉組成。據說在日本的葫蘆科植物中，只有它有複葉。

小葉多半分為三枚、五枚或七枚，但送至我研究所鑑定的也有六枚，分布於高知縣。台灣產的七葉膽是屬三枚小葉。

我們有時形容幼兒的手掌如「楓葉小手」。七葉膽的葉子有如手掌以下，分出狀似指頭的葉尖。每一片小葉有小葉柄，好幾個小葉集生於共同的葉柄上。此外小葉呈狹卵型，葉邊呈鋸齒狀，葉子的上下兩面有白色細毛，雖乍見之下不明顯，但用手觸摸，會有粗糙感。

小葉長約 4-8cm，寬 2-8cm。依其生長土壤的肥沃程度而定大小。葉肉呈膜狀。雖葉子複生，但從來不對稱，並非從莖的同部位生出二片對稱的葉子。

### 莖・捲鬚

幹莖會漫延，有捲鬚可攀附他物之上。捲鬚從葉柄和葉間生出，這是七葉膽明顯的特徵。

常被誤認的烏劍莓的捲鬚，則是從葉子之另一側生出。

前些日子，曾應邀參加鳥取市所召開的日本藥農聯合會，創立三十周年的記念大會。發表七葉膽談話後，答覆民眾詢問時，聯合會的會長森下德衛先生，說了一則故事，引得全場哄堂大笑。

「公會鑑定七葉膽的結果中，發現送來檢驗有九成以上是烏劍莓。因為七葉膽屬葫蘆科，而葫蘆科植物無論是七葉膽、西瓜、南瓜、黃瓜等的捲鬚一定都是從莖和葉柄間生出。而烏劍莓屬葡萄科，它的捲鬚是從葉子的另一側生出。

前些日子，有人拿一幅葫蘆畫要賣我五十萬圓。當我看到此畫，不禁沈吟片刻。雖對此畫的藝術值不通，但見其捲鬚是從葉柄相反的那一側生出，我付道：這絕對是變種的珍品。我趕忙告訴那人，畫姑且不論，但務必要找出那畫家，請他將這畫中的葫蘆瓜的幼苗分給我。」

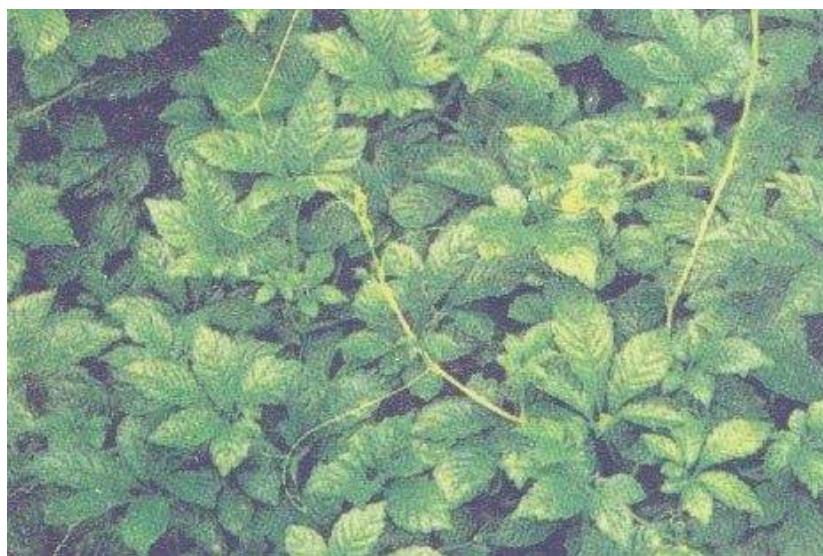
只要將前敘的故事記下，但不久後便會消失。莖節部分，長有稀鬆的白毛。

## 花、果實

從莖和葉柄中間，長出長約 8-15cm 的枝條，上面會長出呈圓錐狀或穗狀的圓錐形花序。到八月、九月間綻開出黃綠色的小花。

花的形狀是花冠五裂，前端尖銳長約 2mm。

雌株上會結出綠色的葉果，初為淡綠，直徑約 6-8mm，成熟後呈黑綠色，果實上有橫紋，是七葉膽明顯的特徵。



## 七葉膽的栽培-播種法 1

- 1.在播種之前，將種子放水中浸泡約二日，使種子發脹，這是促進它發芽的訣竅。
- 2.至園藝店買七號或九號的育苗器，浸泡水中一小時，便會膨脹，將二、三粒種子，放於育苗器內中央的凹陷處。若不使用育苗器，則可用較大的塑膠容器，底部穿約 2~3mm 的二個小洞，便於排水。然後在容器內放入氈石，再撥上二、三粒種子，覆蓋 1cm 厚的泥土。
- 3.將前敘的容器排列於木箱中(底部事先穿洞，以利排水，可避免根部腐爛。)，朝夕用噴筒澆水。箱子不宜放於陽光直射處，應置於半陰涼的地方。過五週後便會發芽，發芽前不可將種子挖出。
- 4.發芽後，過了三、四週會生出二、三片如楓葉般的小葉子，再將之移植於放有塵沼土和腐葉土的花器內。泥土之比例為塵沼土一公斤，腐葉土三

百公克，因塵沼土較細，可利於排水。如在塑膠容器內有育種，移植時，應用剪刀剪開容器，以免傷到根部。

- 5.大約過一週，待其完全扎根穩固後，將固形油置於苗的附近。使用的肥料以固形油或堆肥較適合。化學肥料或雞糞，效果過於強烈，會使根部腐爛。
- 6.經三、四週後，會迅速長出蔓莖，此時應在花器上插上細竹作支柱，並拉上數條塑膠細繩，如牽牛花朵般讓其攀附。若用此法培育，採收時，就不會採到受泥土污染的葉子。
- 7.至夏天，會開出淺黃色的小花。由於是多年生的蔓草，只要留下根部，來年便會重新發芽。若需種子，可在雌株上，採下紫黑色、紅豆般大的果實，經乾燥後而保存下來，就可得到許多的種子。若連果實一起採下煎煮，飲用時，會有果實的苦澀味，而損其原本的風味。
- 8.選擇晴日，進行七葉膽之採集時，應留下根部上方的幾片葉子，然後將其餘的根莖葉一一採下。

## 七葉膽的栽培-播種法 2

- 1.在播種前，先將種子浸泡於水中，使其發脹。
- 2.在木箱中放入比例約為鹿沼土一公斤，腐葉土三百克比例的混合，另外加入 20~30%的固形油。
- 3.將七葉膽的種子散撥其上，再覆蓋一至二公分厚的蚺石。發芽前需一段時間，或許會有其它雜草先發芽，而會誤認為七葉膽。若使用蚺石，就不會混入其它植物的種子，而妨礙七葉膽的萌芽。
- 4.大約五週後發芽，再過三四週長出三片以上的葉子時，便可移植於花盆、菜園、或籬笆等處。此時期不可忽略早晚要澆水。
- 5.扎根穩固後，將固形油放入離幼苗稍遠之處，避免直接接觸肥料。肥料以固形油和堆肥較適合。化學肥料和雞糞太強，會使其枯萎。若要使用雞糞，不可施於長在花盆或容器內的七葉膽，只可施用在栽於花園內的七葉膽。而施肥時，需將雞糞埋入地下 30cm 以上的位置。以免肥料過強，使根部腐爛。
- 6.等到蔓莖開始生長後，要豎立竹子使其成為攀附的支柱，儘量避免使它在地面上匍匐。如果葉子過於茂盛，通風不良，會使葉子背面長白斑病，應多加注意。
- 7.因七葉膽對日光直射或缺水抵抗力弱，因此需充分的澆水，且要再晴日採收，用清水沖洗葉子。

## 七葉膽的栽培-插枝法

- 1.已獲得野生七葉膽，而欲使其繁殖的方法。由於 20 日便會生根，因此此法較種子栽培法簡易。我們可沿河兩岸的竹林或杉林的樹蔭下，草叢陰

影處尋獲。

- 2.首先準備約 20cm 深的扁平苗箱，放入各一半的真土及鹿沼土。
- 3.將剪成約三節長的七葉膽，只露出一節的葉子，其餘兩節則埋入土中，充分的澆水。雖依此法栽種也會生根，但如去園藝店買發根劑，將其塗於生根部分，則更能促進其萌根效果。
- 4.過 20 日後，將已經生長至 30cm 長的插枝苗，移植於花盆或庭園中，此時仍不忘記要充分澆水。
- 5.至根札穩固後，將固形油置於離根稍遠的部位。
- 6.採用插枝法時，用七葉膽的雄株比雌株為佳。雌株會生出果實，果實帶有青澀味，所以飲用前除去果實味較佳，因去果實的手續繁雜，所以使用雄株來插枝繁殖，效率更高。成分上並無雌雄的差異。

## 七葉膽茶(乾燥茶)的製作方法

- 1.挑戰晴日收割七葉膽。留下二、三片葉子，將其餘葉莖一併收割。
- 2.用清水洗淨泥塵。
- 3.分為一束束的，曬於竹上去水分。曬至半乾時，使用切斷器，切成 2~3cm 長。如等乾燥後切斷，會使葉子破碎，不易收取。
- 4.將切好的七葉膽放在日光下曝曬至全乾燥為止。曬時應攤開在乾淨的紙張上或是竹簍內，置於陽光充足之處，葉子較易乾燥，但莖部需多曬些時日。在日光下曝曬好的葉子顏色較佳，但是曝曬過久，過於乾燥時，葉子極易破碎粉碎，不妨將葉子和莖分開曝曬，將曬好之葉子先行收好。
- 5.將曬乾後的七葉膽置入茶筒內，或放於有乾燥劑的空罐內保存。
- 6.保存之地點，應避免潮濕，不可放於冷藏室，但可放在冷凍庫內。儘量置於乾燥陰冷處。有時可用手探測茶葉是否保持乾燥狀態。
- 7.飲用前，先用平底砂鍋略為烘炒，可去茶中青澀味。
- 8.若葉子破碎成粉狀時，可置於砂布縫成的小袋內煎煮。或使用市面上出售的咖啡專用濾過紙來沖泡。

## 綠茶式的製作方法



- 1.將採下的七葉膽切成食指般長短。
- 2.用鍋盛水煮沸，使沸騰冒出的水蒸氣，通過七葉膽。此作法是先將綿製的毛巾或布，鋪於蒸籠或竹簍內，再將切好的七葉膽攤於其上。設法使水

蒸氣通過七葉膽後散逸。

- 3.若蒸得過久，會使葉子變成紅色，使成分逸失，應多加注意。不妨嚐試略蒸、中蒸、深蒸三階段後，再決定自己喜歡的方式。
- 4.蒸好後，用扇子迅速扇涼，使其變成青色茶葉。
- 5.使用不易破裂的日本紙，糊於竹簍的上下兩面。然後用炭火(也可用電爐)烘烤至紙面變熱為止。再放進扇涼的七葉膽，轉動搖晃一番，在炭火上烘乾，逐漸的去其濕氣。同時將變熱的七葉膽葉子用手搓揉，變涼後即不再搓揉，應多加注意。  
用手搓揉的要領，是將七葉膽置於雙掌中間，依照將黏土揉成棒狀的方式即可。  
普通之綠茶約搓揉 30 分鐘左右，但七葉膽則適可而止。
- 6.若過分乾燥時，則切斷易粉碎。所以在半乾時，就應用菜刀或剪刀切成便於儲放茶罐內的長度。
- 7.生七葉膽 1 公斤大約製成 150 公克的七葉膽茶。按照一般的標準，茶葉之重量為原重的 10~15%。

「所謂皂甘是指，植物成分中所含的配醣體，能溶於水或油中而起泡的物質總稱」

**皂甘(saponin)**，(sapo)是拉丁文肥皂之意，因它如肥皂般會起泡，所以稱它為皂甘。過去曾利用這種起泡性質，來作為洗潔劑使用。

現在卻發現皂甘會因化學構造的不同，或所含物質的迥異，以致於產生各種不同的作用。有些具有**抗炎作用**，有些則有**去痰作用**，也有**鎮靜**、**溶血**等多種不同作用。這些皂甘確實是使藥用植物發揮功效的原因，這是無可置疑的。

**糖和非糖物質結合而成的化合物**，稱為**配醣體**。其中一方稱為三帖，是由三十個碳聚集而成。三帖在幾個糖體結合後而成為皂甘。其能溶水且會起泡沫。

除了七葉膽、高麗人參含有皂甘外，在柴胡、桔梗、茶葉、大豆等植物中也含有皂甘成分。電視廣告中常聽到：「××散的效果，在於它所含有皂甘。」

## 絞股藍

**原植物簡介** 本品為葫蘆科植物絞股藍 *Gynostemma pentaphyllum*(Thumb) Makino 的根莖或全草。又名七葉膽、小苦藥、公羅鍋底、遍地生根。係多年生攀援草木。生於山間陰濕處。主要分布 在我國南部、朝鮮、日本、印度、東南亞等地區。

**性味功效** 味苦，性寒。具有消炎解毒，去痰止咳，鎮靜安神，益氣強身之功效。用於慢性氣管炎，失眠，食慾不振，偏頭痛，高脂血症，痔瘡，腹水癌，肝癌，食道癌，胃癌，直腸癌，膽囊癌，胰腺癌，肺癌，子宮癌，乳腺癌等。

**用法用量** 取根莖或全草曬乾研粉製成散劑，每次服 2.5~3 克，每日 3 次。

**評介** 絞股藍是本草書上找不到名字的「無名之輩」。1972 年，雲南省

曲靖地區中西醫結合小組等單位在《中草藥通訊》第二期發表了「**草藥七葉膽治療老年慢性氣管炎 537 例臨床觀察**」一文。這是國內第一篇介紹絞股藍的文獻。雲南的資料證明，537 例老年慢性氣管炎患者，經 10 天治療，總有效率達 79%。日本的竹本常松教授曾試圖在絞股藍中提取類似羅漢果的甜味成分，但沒有成功，卻意外地發現含有 50 多種絞股藍皂甘。1979 年 11 月 28 日，他在日本廣島召開的全國首屆人參討論會上宣佈了他的重要發現。他說，皂甘 III、IV、VIII、XII 分別與人參皂甘 R<sub>1</sub>、R<sub>2</sub>、R<sub>3</sub>、F<sub>2</sub> 的結構完全相同。將絞股藍皂甘 I 進行分解，與人參皂甘 K 完全一致。皂甘 V-AH 與人參皂甘 R<sub>3</sub> 是同一結構。藥理實驗證明，

**絞股藍具有如下作用：**

1. **抗癌**：其皂甘對肝癌、肺癌、子宮頸癌、黑色素瘤等細胞的增殖有明顯的抑制作用，抑制率達 20~80%。
2. **抗衰老**：絞股藍皂甘可顯著延長細胞壽命，並可抑制肝臟中過氧化脂質，從而可延緩機體的衰老過程。
3. **抗疲勞**。
4. 可防治糖皮質激素如可的松等引起的腎上腺皮質、胸腺萎縮和血漿皮質醇減少，調節內分泌系統的功能，提高機體的應變能力和免疫力。
5. 可使血清的中脂肪和總膽固醇水平顯著降低，並可抑制血清谷丙轉氨升高。
6. 有顯著的鎮靜、催眠和抗緊張作用。
7. **抗潰瘍**：對壓力性與醋酸性胃潰瘍有明顯的治療作用。
8. **對偏頭痛和不定愁訴症有治療作用**。

從化學成分與藥理作用來看，絞股藍都具有類似**人參**的作用。人參皂甘的主要活性成分是 R<sub>1</sub>和 R<sub>2</sub>類，前者鎮靜作用明顯，後者則有興奮作用，這兩類活性成分，絞股藍都具備，所以能用於失眠和消除疲勞。日本曾用本品治療 20 多種癌症，均有一定效果。我國南方各省都有絞股藍分布，並且可大面積栽培，畝產可達 240 多斤，有較好經濟效益。我們應該加強對該藥的研究，揭開其去病強身，延年益壽之謎，使之對提高我國人民的身體素質，造福於炎黃子孫發揮更大的作用。此外，對其同屬植物的 11 個品種亦應進行研究。

註解 [t1]:

註解 [t2]:

註解 [t3]:

註解 [t4]:

註解 [t5]:

註解 [t6]:

註解 [t7]:

