



加拿大第一品牌

佳丽回国礼品中心

卡尔加里: 191-1623 Centre St. NW, Calgary, AB, Canada T2E 2S2

电话: (403)277-0898, 营业时间: 10:00AM-6:00PM, 全年营业

埃德蒙顿: #113, 9700-105Ave, Edmonton, AB, Canada T5H 4J1

电话: (780)988-7788, 营业时间: 10:00AM-6:00PM, 周日休息

www.jerrycanada.com



外来中药 - 西洋参



一、西洋参简介

西洋参是五加科多年生草本植物西洋参的干燥根，于18世纪初在加拿大南部发现，被称作美洲人参，主产于加拿大、美国及法国，它从西方国家漂洋过海到了中国，被中国人称作西洋参，香港人取美国国旗之意，称之为花旗参。

由于野生西洋参数量很少，在美国与加拿大有大量人工栽培的移种参。中国应用西洋参已有近300年的历史，但引种栽培却始于70年代中后期，80年代初引种获得成功。现已发展成为继加拿大、美国之后的第三大西洋参生产国。

二、不是人人都可以服西洋参

近几年，西洋参在补品中备受青睐。其实，西洋参是一味药，而不是保健品。不少人以为西洋参老少皆宜，四季可服，百无禁忌，这都是错误的。中医认为，西洋参具有补气养阴、清火除烦、养血生津之功效，通常用于肺虚久咳、咽喉干燥、心烦失眠、四肢倦怠、失血气短等症。妇科疾病中出血过多，如功能性子宫出血、产后出血、子宫肌瘤，而造成阴虚内热者，绝经期因生理原因出现轰热口渴、心烦失眠、易动肝火等阴虚内热者；妇科经过手术治疗，又作放疗或化疗后，导致阴虚内热、津伤口渴、尿赤便血者，均可服用西洋参，每日3~9克，也可用洋参丸治疗，每日4粒。若兼有气阴两伤者，可与人参同用，则效果更佳。冠心病患者若有气阴两虚、心慌气短、神倦咽干，可每日含服西洋参3克，久用有良效。患窦房结综合征有眩晕、乏力、口干者，每次取3克西洋参口嚼含化，一日3~4次，可明显改善症状。

多年的研究表明，滥用西洋参会有危害。以下情况忌用：

1. 感受表邪，湿热未尽者不宜用西洋参；
2. 中阳衰微、胃有寒湿或体质虚寒者忌用西洋参；
3. **尤其是高血压患者和慢性乙肝患者不能用西洋参。**

二型糖尿病患者可以适量地吃一些西洋参但是不能太多，因为糖尿病患者多属于气阴两虚（约占50%）的类型。中国中医研究院专家医生说，高血压一般都是阴虚阳亢型，最好不要吃西洋参。有一位北美中医专家说，根据他几十年的医学研究和行医经验，高血压病人不能使用西洋参，很多中医专家也都是这么认为。

服用西洋参要防止两种滥用倾向：

第一种是盲目用于各种病人。临床研究表明，慢性乙肝患者使用西洋参及制剂不仅不利于疾病康复，还会加重病情和使之迁延。又如许多恶性肿瘤患者在术后或放化疗后使用西洋参及其制剂，有的甚至长期大量使用以图尽快康复，可往往事与愿违，实践证明，只有当患者在术后或放化疗后出现明显的肺胃阴虚症状时才可对症使用，发挥西洋参的实际效用。可见，西洋参并非任何病人都适宜。

第二种是将西洋参当作食品。由于西洋参具有一定的抗疲劳、抗缺氧或提神醒脑作用，日常生活中有为数不少的人随身携带西洋参或其制剂以备抗疲劳。殊不知，西洋参也是一种药品，是一种养阴补气的外来中药，不是万能药，不能想吃就吃，否则，适得其反。

三、服用西洋参注意事项

- (1) **不要饮茶：**因茶叶中含有多量的鞣酸，会破坏西洋参中的有效成分，必须在服用西洋参2~3日后才能喝茶；
- (2) **不要吃萝卜：**萝卜会解人参的药性；

(3) **警惕不良反应：**有的人服西洋参后，会出现畏寒、体温下降、食欲不振、腹痛腹泻；也有的会发生痛经和经期延迟；还有的会发生过敏反应，上下肢呈现散在性大小不等的水泡，瘙痒异常，停药后，水泡可自行吸收消退。

四、中医对西洋参的认识

功能主治：补气养阴、清热生津、气虚阴亏、咳喘痰血。

西洋参味甘、微苦，性凉，归心、肺、肾经，具有益肺阴，清虚火，生津止渴之作用。早在清康熙33年《补图本草备要》和清乾隆30年《本草纲目拾遗》中已有西洋参药性的记载。

西洋参的药性与人参有相似之处，但并不相同。凡有肺阴不足之咳嗽喘促，胃燥津伤的咽干口渴，最适宜用之。日常生活中感觉有虚烦燥火，喉疼失音，纳呆（食欲差）倦怠，烟酒过多，特别是夏季治理小孩虚热、烦躁、食欲不振，西洋参最合适。

五、西洋参药理作用

总皂甙（含量为5%~10%）是西洋参的主要药理成分，与人参相似，只是比例有所不同。它们的总皂甙的药理作用也基本相同，只是人参总皂甙侧重抗利尿和抗疲劳，而西洋参总皂甙侧重镇静。西洋参具有多方面的药理活性。

1. 对心血管系统：改善心肌功能，抗缺血，抗心律失常，抗休克，抗动脉硬化。
2. 增强体质：抗缺氧，抗疲劳，耐高温，耐寒，耐饥渴。
3. 其它功效：促进造血；具有镇静作用；降血糖；增强免疫力。

六、西洋参的应用

1. 防治放疗和化疗副反应：西洋参可减轻放射治疗和化学治疗癌症患者引起的不良反应，并能改变机体应激状态，减轻胸腺、淋巴腺组织萎缩等作用。
2. 治疗急性心肌梗塞：以独参汤并配合西药抢救治疗心梗有比较成功的经验。
3. 治疗虚证：西洋参可治咳嗽肺萎、虚热烦倦、口渴少津、胃火牙痛等症，同时还应用在治疗神经衰弱和植物神经紊乱、胸膜炎、感染性多发性神经炎以及乙脑和其它急性传染性疾病的恢复期，或其它中药配伍，有较好的疗效。
4. 保健：西洋参作为保健品的应用越来越广泛，调查显示，西洋参用于保健的量已经远远超过药品了。

七、西洋参的用法

1. 含化法：将无皮西洋参放在饭锅内蒸一下，使其软化，然后用刀将参切成薄片，放在玻璃瓶内，一次口含一片，每天用量2~4克，早饭前、晚饭后含于口中，细细咀嚼。
2. 冲粉法：将西洋参研成细粉状，取5克，用纱布或滤纸包好，置杯中，冲入沸水，加盖后约5分钟即可饮用，可重复冲服几次至无味止。
3. 炖服法：将原皮西洋参切片，每天2~5克加入瓷碗内，以适量水浸泡3~5小时。密封碗口，再置锅内隔水蒸炖20~30分钟，早饭前半小时服用。
4. 蒸服法：将西洋参研成细粉状，每次用一个鸡蛋拌入西洋参细粉5克，蒸熟后服用。
5. 作汤法：将原皮西洋参切成薄片，做菜汤时每次放入5克共煮。菜汤、药同食，每日一次。
6. 煮粥法：取大米50克，淘洗后加水煮粥，粥开后加入西洋参细粉5克，直至粥成，宜每日早餐服用。
7. 泡酒法：取西洋参30克置于净器中，用米酒500克浸泡，密封7日后取用。每日2次，每次空腹饮20毫升。酒尽再添，味薄取参食之。

八、西洋参的选购

西洋参种类复杂，质量也有优劣，甚至还有假冒的，因此，选购时应加以鉴别。西洋参以加拿大安大略省和美国威斯康辛州的参为优质西洋参。优质西洋参的特点是质地饱满而结实，甘苦味浓，透喉，口感好。中国西洋参仅有苦味，甘味少或无，久嚼有棉絮感。劣质参质地较脆而疏松，味淡带甜或有豆腥味。