

藏红花

真的会让动物发狂吗?

3D动画电影《疯狂动物城》中有这样一个剧情——绵羊副市长精心谋划了一个大阴谋，她给食肉动物注射一种叫“午夜嚎叫”的藏红花药剂，让它们野性大发，制造恐慌，借机让食草动物上位，不过，英明神武的兔子朱迪和狐狸尼克揭穿了这个大阴谋。藏红花到底有什么功效？它真的会让动物或人兴奋发狂吗？

主要功效是活血化瘀

藏红花又名西红花、番红花，是一味名贵中药材，主要产于欧洲、地中海和中亚等地，我们之所以将其称为“藏红花”，是因为据传最早是经西藏传入我国，而并非因为产自西藏。

中医认为，藏红花性平味甘，主要功效是活血、祛瘀、止痛，可用于女性因血瘀引起的痛经、闭经、月经不调、产后恶露不尽、跌打损伤、瘀血作痛、胸胁胀闷等症。现代药理研究还发现，藏红花对于女性因血瘀引起的面黄、色斑等有一定作用，它能畅通气血，使面色红润；藏红花还能增加心脏、大脑血氧供应，对高原反应、冠心病、脑梗等有很好的治疗作用；研究还发现，藏红花可增强机体免疫力，还有一定的抗肿瘤作用。

子宫肌瘤 可服桂枝茯苓丸

王女士今年50岁，年前体检时发现子宫内有个肌瘤，虽然医生说良性的，暂不需要治疗，但王女士仍然有点担心。最近听说桂枝茯苓丸可以治疗子宫肌瘤，不知是不是真的，特来医院请教专家。

桂枝茯苓丸最早见于东汉名医张仲景的《金匮要略》，由桂枝、茯苓、牡丹皮、桃仁（去皮）、芍药五味药物组成，主要功效是活血化瘀、消症化积，常用于治疗女性月经不调、闭经、痛经、子宫内膜炎、附件炎、子宫肌瘤、卵巢囊肿等症属瘀血阻滞者。因此，如果王女士的子宫肌瘤经中医辨证后属瘀血阻滞者，是可以服用桂枝茯苓丸的。

方中桂枝性温味辛，能通血脉、消瘀血、利小便、助气化、行津液；茯苓渗湿利尿、化痰行水、补脾安胎，两者合用，可加强祛瘀消症（包块）之功。丹皮、桃仁活血化瘀，赤芍缓急止痛，蜂蜜调和诸药。诸药相合，共奏活血化瘀、缓消肿块之效。

此方多作汤剂，每日1剂，水煎服；也可作蜜丸，取上五味药各等份，碾成细粉，过筛，混匀后加等量蜂蜜制成蜜丸，每日3-5克，开水送服；也可选择已经制好的中成药。但需要注意的是，此方作用虽可缓消肿块，但毕竟是破瘀之剂，最好在医师指导下应用。

山东莱州市慢性病防治院 郭旭光

藏红花不是红花

电视剧《甄嬛传》中的华妃让人给端妃灌了一壶红花茶，从此端妃的身体就一蹶不振，无法怀孕……红花在各种影视剧中频频被提到，红花就是藏红花吗？

藏红花和红花虽然名字相近，外形相似，但其实它们是两种药材，藏红花的药效更强，补益作用更好，也更名贵。二者的功效有相似之处，红花也有活血祛瘀、消肿止痛的功效，对于女性痛经、月经不调等症以及心脑血管系统等也都有好处。但与藏红花相比，红花更为常见，临床上用得也较多，一般用量为5-10克。但红花亦不宜过量使用，否则可引起出血。

藏红花不会让动物发狂

说了这么多，藏红花到底会不

会刺激动物的神经系统，让其兴奋发狂而变得有攻击性呢？以目前的研究看，藏红花的主要功效是活血化瘀，还没有发现其有兴奋神经系统的作用，自然也不会让动物或人发狂。影片中所使用的藏红花药剂是否添加了其他具有兴奋作用的成分，就不得而知了。

藏红花虽好，但因其药效较强，必须在医生的指导下谨慎使用，过量服用可能会引起胃肠出血、尿血、牙龈出血，严重者会内脏出血甚至脑出血、惊厥、循环呼吸衰竭等。另外，有出血倾向的人要慎用藏红花，而月经量多、孕妇、哺乳期女性、溃疡患者也不宜用藏红花。

东南大学附属中大医院
中医内科副主任医师 朱欣佚
(钱钰玲 整理)



千家药方

土豆蜂蜜水止胃痛

新鲜土豆切片后，加开水将其捣烂，包纱布绞出汁液，加适量蜂蜜，每日清晨空腹服20毫升，连服20天。治疗期间要忌食辛辣、刺激性食物。

小儿发热外用方

取鲜胡荽（俗称香菜）50克，洗净后入锅内，加60度左右白酒250毫升共煎，沸后关火，让其自然冷却，弃胡荽。使用时用棉球（或棉签）蘸药酒在患儿的额头、颈部、腋窝、前胸、后背、手心、脚心等处反复涂擦，一般30分钟至1小时后，体温多能恢复正常。

单味芦根治呕吐

芦根有清热生津、止呕除烦、利尿的功效，取芦根50克，加水适量煎取浓汁频饮，对胃热引起的呕吐疗效颇佳。

湖南省隆回县
周政根 献方

调治胃病 分清寒热

48岁的张先生因平时应酬较多，长期饮食不规律，经常胃胀、胃痛，每次胃镜检查都显示为“慢性浅表性胃炎”。最近两年，张先生病情越发加重，经常口干口苦、大便干结，胃口也越来越差。医生检查后告诉他，这是属于慢性胃炎寒热错杂证。

“慢性胃炎”在中医属于脾胃病范畴，大多是由于饮食无节制、饥饱无常、过食辛辣、过量饮酒、情志不畅等伤及脾胃引起。正如《脾胃论·饮食劳倦所伤始为热中论》所言：“若饮食不节，寒温不适，则脾胃乃伤”，导致脾失健运、

胃失和降、肝失疏泄、大肠传导失司；病及太阴与阳明，阳明易从热化，太阴易从寒化，故多出现寒热错杂之证，病情缠绵难愈。

“脾寒胃热”可表现为胃痛胃胀，喜揉喜按，乏力畏冷，大便干结，舌淡红苔黄腻，边有齿痕等；“胃热肠寒”可表现为便溏，甚则泄泻，口舌生疮，口干不欲饮水，噎腐吞酸等。寒热错杂之证还有寒多热少、热多寒少、寒热各半之别，所以临床需仔细辨别，遣方用药注重寒热平调之法，并根据寒热的不同性质和程度随症加减。

对于慢性胃炎患者而言，要

特别注意饮食调养，多食新鲜、清淡而富含营养的食物，少吃粗糙、不宜消化，以及过于辛辣的食物，戒烟酒，不吃过甜、过咸、过冷、过热、过酸以及浓茶、咖啡、碳酸饮料等。偏寒者尽量不吃生冷、寒凉的食物，如绿豆、冷饮、螃蟹等，日常可多用胡椒、生姜、薏米茯苓粥、羊肉当归汤都是很好的膳食；偏热者要远离煎炸、辛辣、肥甘厚味的等食物，日常饮食以清淡凉润为主，如苦瓜、藕、荸荠、银耳等。

湖南中医药大学第一附属医院
主任医师 黄政德（赵鸿 整理）

百花入药来(12)

止血止泻石榴花

石榴花、石灰共捣为末，敷于患处；治鼻血，可取石榴花适量，研为细末，用纸管或塑料管吹入鼻孔内；治中耳炎，可取石榴花适量，瓦上焙干后加冰片少许，研为极细末，吹入耳内。

石榴花还可用于食疗，用石榴花烹制的糖醋排骨可改善妇女月经不调。准备排骨250克，洗净切块后，用胡椒粉、酱油、白糖腌渍30分钟，然后蘸面粉入油中炸至金黄色，加糖、醋、酱油少许继续翻炒，快熟时加入洗净的石榴花10朵，再翻炒至花软即可装盘食用。

此外，石榴的果、皮、叶、根均可入药。石榴含有较多的鞣质，有收敛杀菌效果，可治疗腹泻、痢疾，还可开胃、助消化；石榴皮含有“石榴根皮碱”，能涩肠、止血、驱虫，与明矾同用水煎后坐浴，可治疗脱肛；石榴嫩叶能健胃理肠、消食积、助消化，外用可治跌打损伤，水煎液外洗可治痘风疮及风癩；石榴根皮有杀虫、涩肠、止带的功效，可用于治疗久泻、久痢、赤白带下等症，还可驱除绦虫和蛔虫。

天津副主任中药师 韩冰