

夏枯草

本品為唇形科植物夏枯草 *Prunella vulgaris* L. 的乾燥果穗。

夏季果穗呈棕紅色時採收，除去雜質，曬乾

【性味與歸經】 辛、苦，寒。歸肝、膽經

【功能與主治】 清肝瀉火，明目，散結消腫。用於目赤腫痛，目珠夜痛，頭痛眩暈，瘰癧，癭瘤，乳癰，乳癖，乳房脹痛

【用法與用量】 9～15g

【貯藏】 置乾燥處



花期4-6月



各家論述

1. 《滇南本草》：祛肝風，行經絡。治口眼歪斜，行肝氣，開肝郁，止筋骨疼痛，目珠痛，散癰癤，周身結核
2. 《本草綱目》：“夏枯草治目疼，用砂糖水浸一夜用，取其能解內熱，緩肝火也……夏枯稟純陽之氣，補厥陰血脈，故治此如神，以陽治陰也。”
3. 《現代實用中藥》：為利尿藥。對淋病、子宮病有效；並能治高血壓，能使血壓下降



果期7-10月

現代藥理

化學成分：夏枯草中主要含有萜類、蔥醌類、甾體類、酚酸類、黃酮類、甾醇類、香豆素類、有機酸類、揮發油類及糖類等，亦含有維生素A，B，C，K，以及D-camphor，D-fenchone 和Cr,Fe,Ni,Zn,Cd,Cu 等微量元素

藥理作用：

1. 降壓
2. 保肝
3. 調血脂
4. 抗炎，調節免疫系統
5. 抗氧化。清除自由基
6. 抗菌，抗病毒
7. 降糖
8. 抗腫瘤
9. 鎮靜催眠

鑑別

夏枯草



唇形科植物夏枯草 *Prunella vulgaris* L. 的乾燥果穗。

【功能與主治】 清肝瀉火，明目，散結消腫。



筋骨草(白毛夏枯草)

唇形科植物筋骨草 *Ajuga ciliate* Bunge 的全草。

【功能與主治】 清熱解毒，涼血消腫。

藥食同源

冰糖夏枯草 (1人分量)

材料：夏枯草2錢、冰糖適量

製法：將夏枯草放入鍋中，加適量水，小火煎煮15分鐘，再加入冰糖，續煮5分鐘即可，濾渣取汁飲用

功效：清肝明目、散結消腫

廣東著名涼茶「夏桑菊」(四人份量)

材料：夏枯草15克 冬桑葉15克 秋杭菊15克 冰糖適量

做法：先把五碗水煲滾，加入以上藥材，後轉細火，加入適量冰糖，大約煲30分鐘即可

功效：清熱解毒、清肝明目

夏枯草雖然功效優良，但不適宜長期大量服用。陽虛體質、脾胃虛弱人士忌用

