



周鳳珍 註冊中醫師
香港大學中醫學碩士(針灸學)
香港大學專業進修學院中醫學深造證書(腫瘤學)
香港浸會大學中醫藥學院皮膚專科進修證書

川貝 化痰潤肺止咳嗽

春天乍暖還寒，一不小心易染感冒，很多時隨之而來是咳嗽，所以今期介紹為大家熟悉的化痰止咳中藥川貝母，習慣稱為「川貝」。

川貝是百合科植物川貝母、暗紫貝母、甘肅貝母或棱砂貝母的鱗莖，生於海拔高的草地上，前三者按不同性狀習慣稱為「松貝」和青貝；後者稱為「爐貝」，主產於四川的川貝是最優品，顆粒細小如豆如珠者稱「珍珠貝」，屬名貴中藥，《神農本草經》列本品為中品。揀選川貝以質堅實、顆粒均勻整齊、頂端不開裂、色潔白、粉性足者為佳。

根據中醫理論的陰陽五行、臟象學說，肺屬五行中之金，以五色配五行，肺色白所以應金。川貝色白入肺臟，屬清熱化痰中藥，其味甘苦，性微寒，歸肺、心經；有清熱化痰、潤肺止咳和散結消腫功效，可用於虛勞咳嗽或肺熱燥咳，亦可



川貝為百合科植物，而花朵的顏色眾多，相當別緻。



用治療癰、肺癰、喉痺、乳癰。若用於肺虛久咳，陰虛勞嗽，乾咳少痰者，與沙參、麥冬、天冬、百合等配伍以養陰潤肺，化痰止咳；若用於肺熱、肺燥咳嗽，配伍知母、枇杷葉、桑葉等以清肺潤燥，化痰止咳；若用於癰癤、癰瘡，則配伍玄參、牡蠣、花粉等以散結消癰。川貝煎湯內服一般一錢至三錢，其價格較貴，以研末吞服為宜，每次三分至五分。其

藥性涼，不宜長期久服，痰消咳止後應停服；脾胃虛寒者，或有寒痰、濕痰者不宜服，以免寒上加寒，不利病情。



川貝不宜長服服用，止咳消痰後得停止服食。

古籍有關川貝的記載：《本草會編》謂「治虛勞咳嗽，吐血咯血，肺痿肺癰，婦人乳癰、癰疽及諸鬱之證。」《本草匯言》：「貝母，開鬱、下氣、化痰之藥也。潤肺消痰，止咳定喘，則虛勞火結之證，貝母專司首劑。故配知母，可以清氣滋陰；配芩、連可以清痰降火；配蒼參可以行補不聚；配歸、芍可以調氣和營；又配連翹可解鬱毒，治項下癭核；配二陳代半夏用，可以補肺消痰、和中降火者也。以上修用，必以川者為妙。」這些論述對臨床用藥有指導意義。



川貝具化痰降火解鬱毒之效。

嗽、厭食、消瘦，鷓鴣肉營養豐富，長於開胃健脾、消痰，配川貝潤肺止咳之效著。

川貝含多種生物碱，還含鋅、錳、鉀、鈉、鎂等多種礦物質，其藥理作用有類似阿托品的作用，能擴張支氣管平滑

肌，減少分泌，擴大瞳孔及降血壓。中藥配伍禁忌的「十八反」說明川貝不宜與烏頭類藥材（包括附子）同用，因附子與烏頭含生物碱（為烏頭碱、新烏頭碱及次烏頭碱），同用可能增強烏頭的毒副作用。

治療痰熱咳嗽有一配方蛇膽川貝末療效顯著，蛇膽能清熱解毒、化痰鎮痙，川貝清熱化痰、潤肺止咳，兩藥相配能緩解支氣管痙攣，可收止咳解痙之效。另一食療方川貝燉鷓鴣（以二錢打碎的川貝、鷓鴣一隻、蜜棗兩枚，加清水兩碗燉三小時即可），適合小兒咳



中醫理論上有所謂「十八反」，言明了不同藥材不宜同用的例子。

【保健食療】

川貝雪梨蜜 (2人量)

材料：川貝10克、杏仁15克、雪梨3個、蜂蜜適量。

製法：雪梨洗淨，連皮切塊去心，與川貝及杏仁加清水6碗以猛火煮沸後，改文火煲至2碗，熄火後加入蜂蜜攪拌即可食用。

功效：川貝清熱化痰、潤肺止咳，杏仁降氣潤燥止咳，雪梨清熱化痰、潤肺生津，蜂蜜潤肺止咳、潤腸通便。本飲品能清熱潤肺、化痰止咳，適合咳嗽痰稠難咯，咽乾口渴，便秘者服用。 ㊟

