

## 中药鉴别

## 鲜草之冠话石斛

○ 王兴雷 驻店中药师、营养配餐师



著名京剧大师梅派创始人梅兰芳先生那回味悠长的“梅腔”不知令多少戏迷如痴如醉，而对于曲艺大家来说，拥有一副好嗓音是最为宝贵的。为什么老年的梅先生依旧嗓音甜美动人？原来他的护嗓秘诀就是：长年煎水服用石斛，日常代茶饮用。梅兰芳先生对石斛情有独钟，可以说他在年老之后嗓音依然甜润动人正是拜石斛仙草所赐。

## 石斛与枫斗之得名

石斛受云雾滋润，吸日月精华，多在山谷中，五月生苗，茎似竹节，七月开花，十月结实，其根细长纠结甚繁。陶弘景曰：“今用石斛，生石上”。此石斛之“石”也；《汉书·律历志》载有：量者，合、升、斗、斛也，所以量多少也。十合为升，十升为斗，十斗为斛。可见斛是很大的一个计量单位。据说在上世纪60~70年代，一公斤上等石斛在欧洲可以换回12吨小麦。从中足可见石斛之珍贵，此石斛之“斛”也。石斛之名由此而来。（注：古籍较早记载石斛为霍山石斛，因其产于安徽霍山而得名，现今产量较低。）人们又因其外观形态和颜色而分别给予不同的命名，比如“铁皮石斛”、“铜皮石斛”、“紫皮石斛”等等。

石斛新鲜条茎经过去叶去根、选条、烘烤、旋转定型、烘干等等工序最终成型后便是枫斗了，枫斗是石斛里的上品。部分完整留有根须（龙头）和茎尖（凤尾）且长度适中的石斛加工成的枫斗又称为“龙头凤尾”，被认为石斛中的极品。药农在采集石斛时正值秋冬交接之时，石斛此时

多获丰收，“丰”与“枫”同音，而其成品形似斗状，枫斗之名由此而来，而用铁皮石斛加工的就称为“铁皮枫斗”，以此又有“紫皮枫斗”等等。

## 滋阴圣品

石斛性微寒而味甘，归肺、胃、肾经，其味甘可补虚，其性凉可以清热，且甘寒益阴，为培养五脏阴分不足之药，健胃生津却无碍脾之虑，谓之益胃生津；虽是寒药而又有补性，其性下行，相火得石斛之降而不升。《本草备要》载石斛可疗梦遗滑精，功于水脏，谓之滋阴清热。石斛在《神农本草经》列为上品，载其主伤中、除痹、下气、补五脏虚劳羸瘦、强阴、久服厚肠胃，用于阴伤津亏，口干烦渴，食少干呕，病后虚热，目暗不明等症。

人阴常不足，阳常有余；阴虚难治，阳虚易补。石斛妙在微寒，实为以泻为补，服之可使气液充旺，肾水自生，故而金元四大家之首朱丹溪赞其为“滋阴圣品”，惟石斛气性宽缓而无捷奏之功，故而古人用之必久服频饮。惟鲜石斛清热生津力强，温热病邪入营血，高热烦热者当用，干石斛滋阴清补为长，热病后期，阴亏虚热者适宜。

## 宽汤久煎

由于石斛地生长具有植物中普遍的向上性，植物的根在地下汲取的养分源源不断地向上端运输，来维持地上部分所产生的新细胞的生长所需，也就是说，越是靠近顶端其营养越充分。石斛在生长到两年左右时由于顶部生长放缓，根部所汲取的养分就在茎部沉积，而此时细胞分解的速度是不减的，故而就会在茎部长出新芽，从而运走茎部的养分，而这些新芽就是做成枫斗的最佳原料，做成的石斛枫斗口嚼之无渣滓，味浓而富脂膏，确为妙品，多泡水代茶饮；主干茎因粗纤维较多、胶质较弱，因而嚼之口感较差。

石斛细胞组织结构中最外层的角质层是不通透水分子的，这种结构是为了保护铁皮石斛在干涸的环境中不会失去组织中的水分，使其在悬崖缺水的环境中可以生存下去，因此石斛枫斗打粉后服用后，它的有效成分是很难被人体直接吸收的，古人用“宽汤久煎”的方法来煎煮石斛是非常科学的（大量的水长时间煎煮）。

## 品相与真伪鉴别

石斛和山参、冬虫夏草一样是属于贵细类药材，价格

表1: 枫斗的历史演变

时间	枫斗名称	来源	备注
清代	成球霍山石斛	霍石斛	最早记载枫斗品种, 资源较快枯竭。
20 世纪初期	西枫斗	铁皮石斛	此时铁皮枫斗野生资源较多。
20 年代	耳环石斛	铁皮石斛、细茎石斛等	产量较大, 且粘液质丰富品质
50 年代	铜皮枫斗	细茎石斛	纯净。
60 年代	枫斗	重唇石斛、细茎石斛等	野生铁皮石斛开始衰竭。
90 年代以后	西枫斗	铁皮石斛	现今多杂交和引进, 室内种植
	枫斗	来源趋于复杂, 如梳唇石斛、齿瓣石斛等	品质较野生为差。

表2: 石斛种类详解

注解	特征	鉴定
鲜石斛去须根、薄膜, 切断。多为金钗石斛	易折断, 断面绿色平坦, 嚼之多肉而粘	色绿、质饱满、嚼之多汁而黏者为佳
采收后去根叶, 水烫、蒸透, 搓叶鞘, 晒干	表面光滑金黄色, 体轻而易断, 断面海绵状, 嚼之黏	色黄、质地饱满而疏松者为佳
采收后去根叶, 水烫、蒸透, 搓叶鞘, 晒干	有较深的纵沟, 质地硬脆, 断面平坦, 嚼之味苦	色黄、质地纯净无枯草霉坏者为佳
采收后去根叶, 水烫、蒸透, 搓叶鞘, 晒干	有较深的纵沟, 质地疏松, 断面纤维性强, 嚼之淡而黏	色黄、质地柔软嚼之粘性大者为佳
采收后去叶, 水烫、蒸透, 搓叶鞘, 晒干	常弯曲成团, 质地坚韧而实, 断面平坦, 嚼之味淡	色黄、质地细实而柔软者为佳
采收铁皮石斛, 选茎, 去部分须根, 炒时拧成螺旋形, 固定, 烘干	有细密的纵沟, 质地坚硬, 断面平坦, 嚼之淡有粘性	色黄绿、斗型紧、身细质实者为佳
主茎干后去须根, 润透切断干燥	表面金黄色, 断面黄白色	色黄、质柔软者为佳

表3: 常见伪品

伪品种类	来源	部位	鉴别要点
有瓜石斛	流苏金石斛	干燥全草	假鳞茎膨大成纺锤形
石仙桃	石仙桃属	根茎	假鳞茎较长成圆柱形
石枣子	云南石仙桃	干燥全草	假鳞茎棕褐色成圆柱形
细叶石仙桃	细叶石仙桃	干燥全草	假鳞茎浅褐色成卵形

较昂贵, 是一味药食皆嘉的好药材。普通石斛饮片一般以表面金黄色或者棕黄色、有光泽、有深纵沟、切面黄白色者为佳。而枫斗是石斛属植物的再加工品, 最早石斛品种以霍山石斛枫斗为贵, 始载于清代赵学敏《本草纲目拾遗》。霍山石斛仅出江淮霍山, 形似钗斛细小, 色黄而形曲不直, 有成球者, 彼土人以代茶茗, 其嚼之微有浆、黏齿、味甘, 形缩为真, 而现在枫斗来源趋向于复杂, 其中兰科石斛属植物有环草石斛、铁皮石斛、马鞭石斛和金钗石斛等就有 40 余种, 而其中现今多以铁皮石斛为贵。枫斗历史演变见表 1。

石斛的商品种类可以分为鲜石斛段、鼓槌石斛、金钗石斛、流苏石斛、环草石斛、耳环石斛和石斛段等等。详解见表 2。

常见伪品见表 3。(注: 假鳞茎为兰科植物两片叶子的结处产生的变态茎。)

以下推荐四种比较简单的方法来辨别铁皮枫斗的优劣、真伪:

一、用鼻闻。正品枫斗草香气独特, 无烟火味。

二、用手摸。打蜡的枫斗手感滑腻, 报纸搓过的枫斗用手使劲捏压会有灰油, 染色的枫斗用湿手捏搓后就会退色。

三、用嘴嚼。枫斗品级越高, 胶质越多, 黏性越强, 纤维性剩渣越少。

#### 四、用锅煮。正品枫斗汤色碧绿浓厚。

人药石斛本身种类较多, 如今又有杂交和引进品种, 故市场上多有冒充铁皮枫斗, 另有打蜡、染色、矫味、掺假等等伎俩层出不穷, 内行人已很难细辨真伪, 何况大多数购买枫斗的消费者, 建议大家直接购买正规厂家包装产品, 物虽贵而必有其由, 枫斗这个药材是特别一分钱一分货的。

### 造化仙草

随着现代社会的发展, 忙碌的生活和大压力的工作, 加上熬夜、过食辛辣、生育等因素, 不知不觉中, 一些女性衰老症状也随之出现, 很多女性刚过 30 岁, 面部就开始出现色斑、皱纹, 并且皮肤干燥、瘙痒, 头发枯黄干燥, 月经紊乱等等。甚而出现失眠健忘、烦躁多疑, 手脚冰凉等隐性更年期症状, 并时有眩晕感、恐惧感等。这些症状预示着人体衰老的提前, 因而严重影响了女性的健康和美丽。

唐代著名养生大师、六朝御医叶法善所创以铁皮石斛、藏红花、灵芝三味药之良方专供御用, 具有养血滋阴、益气活血之功效, 而石斛之力功不可没。武则天服用该方长达 50 年之久, 在此方的滋养下她每天都容光焕发、神采奕奕, 即使到了晚年依旧容颜不老。正是:

造化出仙界, 石斛饮耄耋。银发生聘老, 人间第一草。