



西洋参药用及保健功效分析

谷建芬 (湖南省衡山县中医医院 湖南衡阳 421300)

摘要: 西洋参,作为一种具有极高药用价值及保健功效的中药材,是许多医学药物的重要组成成分,同时西洋参也是一种常见的保健品,深受普通大众青睐。但目前而言,大多数人对于西洋参的药用价值与保健功效的认识都十分的片面,甚至存在一定的误区。在这样的发展现状与背景下,对西洋参的药用价值及保健功效进行一番深入的探究有着十分重要的医学意义及应用价值,这一问题的探究也成为了许多学者探究的重要内容。因此,本文主要论述了西洋参的功效与作用,并就西洋参的使用方法 & 价值展开阐述及探究。

关键词: 西洋参 药用价值 保健功效 使用方法 营养价值

中图分类号: R285 **文献标识码:** A **文章编号:** 1009-5187 (2017) 03-169-01

前言: 西洋参,作为一种珍贵的药材,虽然有其特有的功效,但也存在一定的副作用及不良反应,正确的使用是十分有必要的;尤其是随着人们生活水平的提高以及医学技术的发展,对于药材的使用以及其所具有的药用价值的重视、保健功效的关注越来越高,这也促使我们对于西洋参药用价值及保健功效等相关方面的知识加强认识与推广。基于这样的研究背景与发展目标,本文基于西洋参这一药材本身的特点以及其在多种药物中所起到的作用,为更大程度的发挥西洋参的药用价值与保健功效展开探究,为西洋参的正确使用提供理论依据。

一、西洋参的功效与作用

西洋参,是人参中的一种,又称花旗参、野山泡参。西洋参可以直接使用,同时也可以通过加工成为许多药物中的重要组成部分,比如西洋参含片、西洋参胶囊、西洋参口服液等等。基于西洋参这一中药材的广泛应用,揭示西洋参的药物功效及作用意义重大。因此,本文就这一问题展开论述。

具体来说,西洋参主要具备以下几大功效与作用^[1, 2, 3, 4]: (1) 西洋参具备补气养阴,清热生津的作用,对于具有气虚阴亏、虚热、消渴等情况的患者而言,合理食用西洋参以及相关的西洋参药物,能够有效的缓解病情。(2) 西洋参能够对人体的中枢神经系统功能的重要影响,通过增强人体的中枢神经系统功能的调节,从而使人处于一种饱满的情绪状态;这是因为西洋参中的皂甙能够正面影响人体的中枢神经,使之调节得到加强,从而能够达到消除疲劳、静心凝神、增强记忆力等作用,西洋参的这一功效与作用,可以较好的适用于患有失眠、烦躁以及记忆力衰退等症状,同时对于老年痴呆症患者也具有治疗辅助作用。(3) 西洋参能够对人体的心血管系统起到保护作用。据不完全统计表明,长期服用西洋参对于高血压、冠心病、脑血栓等心血管疾病的康复治疗有较为明显的促进作用。以高血压病为例,高血压患者一般会表现出气阴两虚、血压失衡等疾病特征,而通过长期服用西洋参可以有效的降低患者的血压,治疗疗效明显,是高血压患者日常诊治与康复护理中的重要药物之一。(4) 西洋参具有提高人体免疫力的功效。西洋参能够成为保健药材的首要之选,其中最为重要的因素之一就是西洋参能够促进血清蛋白、器官蛋白、骨髓蛋白等各种人体必备蛋白的合成,从而提高人体的免疫能力,提高抵抗癌细胞生长的能力。(5) 西洋参还具有促进血液循环、增强血液活力的能力。众所周知,血液的凝固性使得人体机能发生异常时候会出现血小板凝聚,而西洋参则能够降低血液凝固性,减缓血小板的凝聚,同时,服用西洋参还能够促进人体中十分重要的血小板的生长,从而增强血液的活力。

由此可见,西洋参药用价值大,合理的服用西洋参对人体的各个器官、系统具有保护作用,保健功效显著。

二、西洋参的使用方法 & 营养价值

西洋参具有极大的药用功效与作用,也使得其成为了保健之用的首选。因此,掌握西洋参的使用方法、合理的食用西洋参,有效的发挥出西洋参的应用价值十分重要。对于西洋参的使用主要由食用以及做成药品两种方式。在本文的论述中^[2, 3, 5],主要基于西洋参的功效,对西洋参的使用方法 & 影响价值展开剖析。

首先,西洋参的直接食用可以分为:(1) 通过将西洋参切片文火进行加水煮服的食用方法,这种食用西洋参的方法一般在早饭前空腹使用为佳;(2) 加适量水浸泡 3-5 小时后进行隔水蒸盾法,这一方法也一般需早饭前半小时服用。(3) 配合其他食物食用。西洋参是一种可以搭配多种食物来食用的中药材。比如通过配枣隔水炖成参枣汤服用,具有安神醒脑的功效。除此之外,西洋参还有冲服法、含化法、蒸服法等多种直接食用的方法。其次,相关的研究表明,西洋参中的皂甙在抑制癌细胞生长、提高人体免疫力等方面具有明显的疗效作用,这使得西洋参成为了多种药物的重要组成成分,成功应用在临床诊治与实践。西洋参之所以能够有如此广泛的应用,除了可以在医学药用外,也与其较高的营养价值有关。无论是用西洋参来“降火”,还是用来“解乏”,都十分的有效、实用。虽然西洋参具有较高的营养价值,但仍需注意防止副作用,避免与萝卜等相克的食物一同食用,影响西洋参的影响价值;如若再服用西洋参的过程中,出现腹痛、腹泻、食欲不振、皮肤过敏、瘙痒等症状时,应当立即停止,防止进一步发生不良反应。

结语: 综合本文的论述可知,西洋参是一种兼具极高药用价值与营养价值的中药材,在药用中,可以作为多种心血管疾病治疗、抑制癌细胞生长的重要药物;在保健方面,合理的食用西洋参则能够起到提高免疫力、消除疲劳、清热生津等功效。由此可见,合理有效的食用西洋参,对于相关患者的疾病诊治、普通大众的身体保健具有重要影响,值得推广。

参考文献

- [1] 尚金燕,李桂荣,邵明辉,等.西洋参的药理作用研究进展[J].人参研究,2016,28(6).
- [2] 刘艳红.西洋参化学成分和药理作用研究进展[J].医学信息,2013(20):663-664.
- [3] 董晓强,董文天,洪霞,等.三七、人参和西洋参化学成分与药效学之间的关系[J].承德医学院学报,2011,28(3):307-309.
- [4] 胡敏,李毓群.人参、西洋参和三七的药效比较[J].海峡药学,2011,23(7):112-113.
- [5] 王筠默.西洋参药理作用研究的最新进展[J].中药药理与临床,2001,13(4):46-48.

(上接第 168 页)

妊娠结局的影响分析[J].医学理论与实践,2016,5(29):652-653.

[3] 张庆.左甲状腺素钠片对妊娠合并甲状腺功能减退症孕妇妊娠结局的影响[J].医药论坛杂志,2014,11(35):42-43+47.

[4] 孔丽丽,周金华,黄沁.妊娠合并亚临床甲状腺功能减退症

的早期治疗对妊娠结局的影响[J].实用妇产科杂志,2014,12(30):937-939.

[5] 王晶,宋民喜,王文渊,等.妊娠合并亚临床甲状腺功能减退症对妊娠结局和胎儿的影响[J].陕西医学杂志,2014,2(43):173-174+177.