



## 药食两用植物紫苏的名实考证

李春艳, 许琛, 鲁鹏飞, 黄宝康

### Textual research on the name and reality of edible and medicinal Zisu

LI Chunyan, XU Chen, LU Pengfei, HUANG Baokang

在线阅读 View online: <http://yxsj.smmu.edu.cn/cn/article/doi/10.12206/j.issn.2097-2024.202112055>

## 您可能感兴趣的其他文章

### Articles you may be interested in

#### 药食两用中药防疫应用综述

Application of edible Chinese medicine in epidemic prevention

药学实践杂志. 2021, 39(3): 203-205, 220 DOI: 10.12206/j.issn.1006-0111.202009026

#### 红茴香及莽草的本草考证

Herbal textual research on *Illicium lanceolatum* A. C. Smith and *Illicium henryi* Diels

药学实践杂志. 2018, 36(3): 234-237, 273 DOI: 10.3969/j.issn.1006-0111.2018.03.009

#### 奥卡西平和卡马西平治疗脑卒中后继发性癫痫疗效与安全性的Meta分析

A Meta-analysis for the evaluation of efficacy and safety of oxcarbazepine and carbamazepine for post-stroke epilepsy

药学实践杂志. 2018, 36(4): 373-378 DOI: 10.3969/j.issn.1006-0111.2018.04.020

#### 西格列汀联合预混胰岛素治疗脆性糖尿病伴高脂血症疗效和安全性的回顾性研究

Retrospective study on efficacy and safety of combination therapy of sitagliptin and premixed insulin in the treatment of brittle diabetes with hyperlipidemia

药学实践杂志. 2018, 36(5): 468-470 DOI: 10.3969/j.issn.1006-0111.2018.05.020

#### 抗新冠肺炎中药莲花清瘟胶囊化学成分与临床功效研究进展

Research progress on chemical composition and clinical efficacy of Lianhua Qingwen (LHQW) capsule, a traditional Chinese medicine (TCM) used to treat COVID-19

药学实践杂志. 2021, 39(4): 291-294, 361 DOI: 10.12206/j.issn.1006-0111.202011002

#### 高通量代谢组学在药用植物研究中的应用

Application in medicinal plants research by high-throughput metabolomics method

药学实践杂志. 2017, 35(6): 499-503 DOI: 10.3969/j.issn.1006-0111.2017.06.005



关注微信公众号, 获得更多资讯信息

· 论著 ·

## 药食两用植物紫苏的名实考证

李春艳<sup>a</sup>, 许琛<sup>b</sup>, 鲁鹏飞<sup>a</sup>, 黄宝康<sup>a</sup> (海军军医大学: a. 药理学系, b. 长海医院, 上海 200433)

**[摘要]** 目的 对药食两用植物紫苏的名称、基原、形态和功效进行本草考证,以正本清源,为临床应用提供参考依据。方法 从名称、产地、原植物形态、功效、毒性与副作用等方面进行本草考证。结果 历代本草所言“紫苏”“苏”“白苏”均属“荏”类,为唇形科紫苏 *Perilla frutescens* 及其变种,紫苏叶紫色,茎、叶、子均入药,主下气。白苏叶绿色,治风寒。结论 紫苏与白苏在形态与功效上均有差别,应加以区分。紫苏作为药食两用中药具悠久的历史,白苏不宜作为食用。

**[关键词]** 紫苏;白苏;名称;功效

**[文章编号]** 2097-2024(2023)03-0173-04

**[DOI]** 10.12206/j.issn.2097-2024.202112055

## Textual research on the name and reality of edible and medicinal Zisu

LI Chunyan<sup>a</sup>, XU Chen<sup>b</sup>, LU Pengfei<sup>a</sup>, HUANG Baokang<sup>a</sup> (a. School of Pharmacy, b. Changhai Hospital, Naval Medical University, Shanghai 200433, China)

**[Abstract]** **Objective** To make a textual research on Zisu about the name, origin, morphology and efficacy, a dual-purpose medicinal and edible plant, in order to make the original clear and provide reference basis for clinical application. **Methods** Textual research was carried out from the aspects of synonym, distribution, morphology, efficacy, toxicity and side effects of the plants. **Results** Zisu, Baisu and Su in the herbal medicine of past dynasties belong to the Ren category, which are species or varieties of *Perilla frutescens* (L.) Britt. Zisu has purple leaves, and its stems, leaves and seeds are used as medicine to mainly lower Qi. While Baisu has green leaves, which could cure wind cold. **Conclusion** There are significant differences in botanical morphology and pharmacological efficacy between Zisu and Baisu, which should be distinguished and used separately. Zisu is a dual-purpose traditional Chinese medicine with a long application history. Baisu is not suitable for edible consumption.

**[Key words]** Zisu; Baisu; name; efficacy

紫苏为重要的药食两用中药,来源于唇形科植物紫苏 *Perilla frutescens* (L.) Britt,干燥叶与成熟果实分别作为紫苏叶与紫苏子入药,历版《中国药典》均有收载,紫苏子能降气化痰,止咳平喘,润肠通便,用于痰壅气逆,咳嗽气喘,肠燥便秘<sup>[1]</sup>。紫苏叶有解表散寒,行气和胃的功效,用于风寒感冒,咳嗽呕恶,妊娠呕吐,鱼蟹中毒。

紫苏在我国栽培极广,紫苏叶除了供药用外,还可作蔬菜、香料以及代茶。紫苏叶和肉类煮熟可增加后者的香味。日本人多用于料理,作为生鱼片佐料。紫苏子榨出的油(苏子油)也可供食用。由于紫苏应用历史悠久,形态变异大,栽培品种多,通常将叶背腹面均绿色者称为白苏,叶背为紫色者称为紫苏。紫苏与白苏的分类处理至今仍存在较大

争议。如《中国植物志》<sup>[2]</sup>与《中国药典》<sup>[1]</sup>均将紫苏与白苏合为一种。而《中药志》<sup>[3]</sup>《中药辞海》<sup>[4]</sup>《新编中药志》<sup>[5]</sup>以及《中药品种理论与应用》<sup>[6]</sup>等均认为紫苏为白苏的变种。

研究表明,紫苏与白苏的形态差别并非由于栽培条件差异导致,其化学成分方面也存在明显区别,紫苏的挥发油类成分主为紫苏醛型,而白苏为紫苏酮型<sup>[7]</sup>,本文对药食两用中药紫苏的名称、形态和功效进行本草考证,以正本清源,为临床安全合理应用提供科学依据。

### 1 紫苏与白苏的名称考证

紫苏原名苏,始载于《名医别录》,列为中品。李时珍在《本草纲目》中也记载:“苏性舒畅,行气和血,故谓之苏”<sup>[8]</sup>。陶弘景所著的《本草集经注》记载,“苏,味辛,温。主下气,除寒中,子尤良。叶下紫色而气甚香,其无紫色不香似荏者,名野苏,不堪用”。

宋代苏颂所著的《图经本草》记载:“苏,紫苏也。谨按《尔雅》谓苏为桂荏。盖以其味辛,而形类

**[基金项目]** 国家自然科学基金项目(81773831)

**[作者简介]** 李春艳,硕士研究生, Tel:(021) 81871310, Email: 1076618442@qq.com

**[通信作者]** 黄宝康,教授,博士生导师,研究方向:中药资源及品质评价, Email: hbk@smmu.edu.cn

荏,乃名之。然而苏有数种,有水苏、白苏、鱼苏、山鱼苏,皆是荏类”<sup>[9]</sup>。根据其形态描述及附图(图1),并为后来的本草文献支持,苏为现代唇形科植物紫苏 *Perilla frutescens* (Linn.) Britt.。《救荒本草》记载:紫苏一名桂荏,又有数种,有勺苏、鱼苏、山苏,出简州及无为军,今处处有之<sup>[10]</sup>。这里提到的桂荏即紫苏,李时珍在《本草纲目》解释到:“苏乃荏类,而味更辛如桂,故《尔雅》谓之桂荏”。产地简州及无为军,《宋史》载:“无为军,同下州。太平兴国三年,以庐州巢县无为镇建为军,以巢、庐江二县来属。”《图经本草》有附图简州苏、无为军苏,与此也相符。

苏(舒)的名称来源于其功效。《尔雅义疏》也云:“苏之为言舒也”。紫苏则是指苏之茎叶之色为紫色。《本草求真》记载,紫苏专入肺,兼入心、脾。背面俱紫,辛温香窜,凡风寒偶伤,气闭不利,心膨气胀,并暑湿泄泻,热闭血衄、崩淋,喉腥口臭,俱可用此调治。取其辛能入气,紫能入血,香能透外,温可暖中,使其一身舒畅,故命其名曰苏<sup>[11]</sup>。紫苏又称紫舒,相传还与东汉名医华佗有关。一次华佗在某地水边采药,无意中发现一只水獭因吃了螃蟹,难受在地上打滚,找到一种紫色的草吃了后竟安然无事。后来华佗用这种紫色的草熬汤救治了因多食螃蟹腹痛的患者。因该草紫色,患者喝后病痛解除,顿觉舒服,故称之为“紫舒”<sup>[12]</sup>。

古代本草中提到的“荏”即“白苏”,桂荏则指紫苏。李时珍《本草纲目》载:“曰紫苏者,以别白苏也。其面背皆白者即白苏,乃荏也”。《植物名实图考》中对荏也有解释,“荏,别录中品,白苏也”<sup>[13]</sup>。至于现代紫苏名称较多,紫苏又称野苏、红苏、香苏,青苏等名字。白苏又称白紫苏、青苏、臭苏等。



图1 《图经本草》紫苏图

## 2 紫苏与白苏的形态考证

紫苏与白苏形态方面的差异目前争议颇多,分

类上多被作为同一种处理,认为其形态的差异是由栽培条件不同导致。然而古代本草记载以及现代研究均表明紫苏、白苏在形态与成分方面存在明显差异。《图经本草》记载:“紫苏,叶下紫色,而气甚香,夏采茎叶,秋采实。《本草纲目》曰:“紫苏,其茎方,其叶圆而有尖,四围有锯齿;肥地者面背皆紫,瘠地者面青背紫”,并有附图(图2)。据此有人认为紫苏与白苏的形态差异由于生长环境导致。《本草崇原》也记载:紫苏,其叶面青背紫,气甚辛香,开花成穗,红紫色,穗中有细子,其色黄赤,入土易生,后人于壤土蒔植,面背皆紫者名家紫苏。野生瘠土者,背紫面青。《别录》首次提到野生与栽培紫苏的区别。此外,还提到一种面背皆青,气辛臭香者,为芥。一种面背皆白者,名白苏,俱不堪入药。这里提到的“芥”应为现唇形科植物芥苧 *Mosla grosseserrata* Maxim., 又称臭苏,青白苏。而《植物名实图考》记载紫苏并有附图(图3),形态特征十分清晰,与现代文献描述的紫苏形态特征相符。



图2 《本草纲目》紫苏图

白苏又称为荏,最大区别为叶不为紫色,历代本草对此均有记载,如《本草经集注》载:“荏,状如苏,高大白色,不甚香”;而《本草图经》载:“苏有数种,有水苏、白苏、鱼苏、山鱼苏,皆为荏类。白苏,方茎圆叶,不紫,亦甚香,实亦入药。事实上无论紫苏,白苏皆含挥发油,具有特殊香气,不过紫苏味更辛如桂。《本草纲目》:“其面背皆白者即白苏,乃荏也”。《救荒本草》记载:“(荏)苗高一二尺,茎方。叶似薄荷叶,极肥大。开淡紫色花,结穗似紫苏穗,其子如黍,其枝茎对节生”(图4)。苏与荏形态上较为相似,主要为叶面颜色差异。



图3 《植物名实图考》紫苏图



图4 《救荒本草》紫苏图

### 3 紫苏与白苏的功效考证

紫苏叶、紫苏梗、紫苏子均可入药,紫苏叶具有解表散寒,行气和胃的功效,紫苏梗具有理气宽中,止痛,安胎的功效。紫苏子具有降气化痰,止咳平喘,润肠通便的功效。在历代本草中均有详细记载,如《别录》:“主下气,除寒中。”《食疗本草》:“除寒热,治冷气”<sup>[14]</sup>。《日华子本草》:“补中益气。治心腹胀满,止霍乱转筋,开胃下食,并一切冷气,止脚气,通大小肠。”《履巉岩本草》:“止金疮出血,疗痔疾,煎汤洗之”。紫苏叶入药始见于南北朝时期的《雷公炮炙论》<sup>[15]</sup>。《图经本草》记载,其茎并叶,通心经,益脾胃,煮饮尤甚,与橘皮相宜,气方中多用之。实主上气咳逆,……,若欲宣通风毒,则单用茎,去节良。

《滇南本草》:“苏叶,发汗,解伤风头疼,定吼喘,下气,宽膈,消胀、消痰。苏子,止咳嗽,降痰,定吼喘,下气,消痰涎。”明代《本草汇言》则记载:“紫苏,散寒气,清肺气,宽中气,下结气,化痰气,乃治气之神药也”,突出强调其治气功效。明代《本草

纲目》也记载:“(紫苏)行气宽中,消痰利肺,和血,温中,止痛,定喘,安胎。其味辛,入气分,其色紫,入血分。”清代《本经逢原》则认为紫苏可“散血脉之邪。”<sup>[16]</sup>。

关于紫苏梗的功效,明代《医学入门·本草》记载:“(紫苏)治风寒湿痹,及筋骨疼痛,脚气”<sup>[17]</sup>。明代《本草通玄》认为其“能行气安胎”。清代《本草崇原》:“主宽中行气,消饮食,化痰涎。治噎膈反胃,止心腹痛”。清代《得配本草》记载:“疏肝,利肺,理气,和血,解郁,安胎”<sup>[18]</sup>。明代《本草蒙筌》<sup>[19]</sup>:“下诸气略缓,体虚者用宜”。

清代张志聪的《侣山堂类辩》曾有详细记载<sup>[20]</sup>:“庭前植百合、紫苏各数茎,见百合花昼开夜合,紫苏叶朝挺暮垂,因悟草木之性,感天地阴阳之气而为开阖者也,……,苏色紫赤,枝茎空通,其气朝出暮入,有如经脉之气,昼行于阳,夜行于阴,是以苏叶能发表汗者,血液之汗也(白走气分,亦走血分)。枝茎能通血脉,故易思兰先生常用苏茎通十二经之关窍,治咽膈饱闷,通大小便,止下利赤白。予亦常用香苏细茎,不切断,治反胃膈食,吐血下血,多奏奇功”。详细描述了紫苏不同部位的功效,紫苏长于解表理气之功效,紫苏叶与紫苏茎功效各有不同。

紫苏与白苏均有食用记载,《证类本草》将紫苏列为菜部中品,将荏列为菜部上品<sup>[21]</sup>。紫苏多以叶食用,《救荒本草》记载,“紫苏一名桂荏,今处处有之,苗高二尺许,茎方叶似苏子叶微小,茎叶背面皆紫色而气甚……,救饥采叶炒食,煮饮亦可,子研汁煮粥食之皆好。叶可生食与鱼作羹味佳”。白苏的食用主要为种子,“子可炒食;又研杂米作粥,甚肥美。亦可笮油用”<sup>[10]</sup>。《食物本草》也记载:“(紫苏)子,研汁煮粥长食,令人肥白身香”<sup>[22]</sup>。紫苏食用沿袭至今,许多地区仍有紫苏叶生食并与生鱼片同食习惯。

紫苏子作药用,秦、汉时期《别录》就有记载:“主下气,除寒中”。南北朝《本草经集注》记载:“苏子,主下气,与橘皮相宜同疗也”。唐代《药性论》则有不同记载,认为苏子“主上气咳逆,治冷气及腰脚中湿风结气”。五代时期《日华子本草》则认为紫苏子“主调中,益五脏,下气,止霍乱、呕吐、反胃,补虚劳,肥健人,利大小便,破癥结,消五膈,止嗽,润心肺,消痰气”。北宋时期《本草衍义》记载紫苏子“治肺气喘急”<sup>[23]</sup>。《本草纲目》认为“苏子与叶同功,发散风气宜用叶,清利上下则宜用子也”。

紫苏以种子、叶、梗入药,白苏多以种子、叶和

根入药。白苏又称南苏,叶功效与紫苏相似,而白苏根又有洗疮祛风的功效。《别录》记载:“主治欬逆,下气,温中”。《日华子本草》记载:“调气,润心肺,长肌肤,益颜色,消宿食,止上气咳嗽,去狐臭,敷蛇咬”。《滇南本草》则记载:“南苏,治伤寒发热,无汗头痛,其效如神。此草治一切风寒,痰涌结而霍乱转筋,咳嗽吐痰、小儿风症,定痛止喘。梗能补中益气。根能洗疮祛风。子能开胃健脾”。

#### 4 紫苏的毒性与副作用

紫苏的毒副作用记载较少,多数不良反应为药物或食物的配伍导致。如《本草纲目》记载:“不可同鲤鱼食,生毒疮”。明代的《神农本草经疏》<sup>[24]</sup>:“病属阴虚,因发寒热或恶寒及头痛者,慎毋投之,以病宜敛宜补故也。火升作呕者,亦不宜服,惟可用子”。《本草通玄》则记载:“久服泄人真气”。《药性切用》提到“气虚者禁用”。《医学入门·本草》也提到“脾胃气虚常泄者禁用”。《本经逢原》记载:“性主疏泄,气虚久嗽,阴虚喘逆,脾虚便溏者皆不可用”。因紫苏性温,主下气,故阴虚、气虚及温病患者慎用。

我们对紫苏与白苏的形态与化学成分研究结果表明,白苏的挥发油类成分主要为紫苏酮型,具有一定的毒性,存在安全隐患,因此作为食用以紫苏为好,不宜使用白苏。

#### 5 小结

通过对紫苏名称的文献考证结果表明,历代本草所言“紫苏”“苏”“白苏”均属“荏”类,为唇形科紫苏 *Perilla frutescens* 及其变种,“紫苏”源于“苏”,为其形态与功效的延伸。李时珍区分“紫苏”与“白苏”,白苏又称为荏,紫苏又称荏荏。通常将叶背腹面均绿色者称为白苏,叶背为紫色称为紫苏。白苏不甚香,不堪入药。紫苏茎、叶、子均入药,主下气,治风寒。

根据历代本草记载,紫苏和白苏为两种不同的植物,现代分类处理尚存在争议,认为紫苏是同种植物因环境不同产生的变异。然而其形态、功效及化学成分均存在明显差别。根据历代草本的紫苏附图、形态描述,紫苏与白苏应作为不同的分类单元。

紫苏茎、叶、子均入药,功效有所不同,对于不同病症注意合理的配伍,以免产生不良反应。此外,气虚、阴虚及温病患者慎用。紫苏作为药食两用的种类,应用较为广泛,为保证临床应用的安全

有效,应与白苏加以区分。

#### 【参考文献】

- [1] 国家药典委员会. 中华人民共和国药典(一部)2020年版[S]. 北京: 中国医药科技出版社, 2020: 353.
- [2] 中国科学院中国植物志编辑委员会. 中国植物志. 第八卷[M]. 北京: 科学出版社, 1992.
- [3] 中国医学科学院药物研究所. 中药志-第二册[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1959: 421.
- [4] 袁钟. 中药辞海. 第三卷. 北京: 中国医药科技出版社, 1999: 808.
- [5] 肖培根. 新编中药志-第三卷[M]. 北京: 化学工业出版社, 2002: 499.
- [6] 谢宗万. 中药品种理论与应用[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2008: 906.
- [7] HUANG B K, LEI Y L, TANG Y H, et al. Comparison of HS-SPME with hydrodistillation and SFE for the analysis of the volatile compounds of Zisu and Baisu, two varietal species of *Perilla frutescens* of Chinese origin[J]. *Food Chem*, 2011, 125(1): 268-275.
- [8] (明)李时珍. 本草纲目: 校点本[M]. 2版. 北京: 人民卫生出版社, 2004: 755.
- [9] (宋)苏頌撰. 胡乃长, 王致谱辑注. 图经本草: 辑复本[M]. 福州: 福建科学技术出版社, 1988: 515.
- [10] (明)朱橚原著. 王家葵, 张瑞贤, 李敏校注. 救荒本草校释与研究[M]. 北京: 中医古籍出版社, 2007: 356.
- [11] (清)黄宫绣. 本草求真[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1987: 70.
- [12] 张小敏. 华佗与紫苏传奇[J]. 求医问药, 2007(3): 54.
- [13] 吴其浚. 植物名实图考. 修订本[M]. 北京: 商务印书馆, 1957: 628.
- [14] 孟诜, 张鼎著. 食疗本草[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1984.
- [15] 雷敫. 《雷公炮炙论》[M]. 上海: 上海中医学院出版社, 1986: 89.
- [16] (清)张璐. 本经逢原[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1996: 70.
- [17] (明)李时珍. 金姆莉等校注. 医学入门[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1995: 133.
- [18] (清)严洁等著. 姜典华等校注. 得配本草[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1997: 76.
- [19] (清)陈嘉谟撰. 王淑民等点校. 本草蒙筌[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1988: 102.
- [20] (清)张志聪(清)高世祚. 侣山堂类辨医学真传[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1983: 67.
- [21] 唐慎微. 重修政和经史证类备用本草[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1982: 507.
- [22] (元)李杲编辑. (明)李时珍参订. (明)姚可成补辑. 郑金生等校点. 食物本草[M]. 北京: 中国医药科技出版社, 1990: 373.
- [23] 颜正华等点校. 本草衍义[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1990: 144.
- [24] (明)缪希雍撰. 夏魁周, 赵媛校注. 神农本草经疏[M]. 北京: 中国中医药出版社, 1997: 147.

【收稿日期】 2021-12-19 【修回日期】 2022-04-21

【本文编辑】 李春德