從黔之驢到阿之膠

阿膠入藥的記載，可以追溯到漢代《神農本草經》，列爲上品，稱爲「傳致膠」，其功效記爲「主心腹內崩，勞極，漉漉如瘧狀，腰腹痛，四肢酸疼，女子下血。安胎。」並言「久服，輕身，益氣」，但沒有指明產地和製造的原料。

南北朝《**名醫別錄**》中明確指出：「阿膠，生東平郡，煮牛皮作之，出東阿。」文中「東阿」即爲今山東省東阿縣。此後，牛皮、馬皮、驢皮均被用來製造阿膠，唐代《**千金要方・食治**》中記載「驢肉味酸平無毒，……，皮膠亦治大風」。到了五代與宋，牛皮主要用於軍備，如甲冑、弓弩等，不敷他用。政府還頒布有「牛皮之禁」，正如中國歷史上有過鹽鐵官營令，人參禁採令一樣，民間亦不准私藏牛皮。加之耕牛是重要的農業生產工具，牛皮作爲生產原料的獲得受到了極大限制。

古代的毛驢，戰場上不能像駿馬一樣衝鋒陷陣、農耕時不能如耕牛一樣駕轅耐力。正如《鹽鐵論》中評價的：羸驢不中牛馬之力。小毛驢往往是在結束了拉套、拉磨的使命後，被卸下鞍來，發揮餘熱用於做皮影道具

明代《食物本草》收載的烏驢

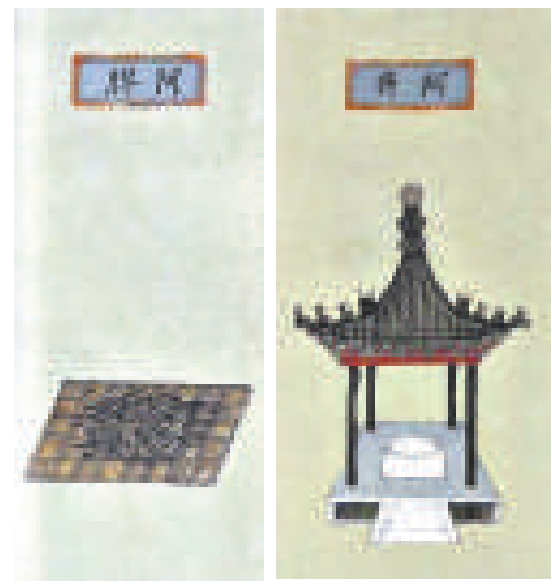
、製三鞭酒、醬驢肉，但最爲獨特的是驢皮在製作阿膠上又派上了用場，可謂物盡其用。

古代醫家曾對不同膠的功效上進行了比較，唐代陳藏器在《**本草拾遺**》中有：「諸膠俱能療風止瀉補虛，而驢皮膠主風為最。」明代李時珍在《本草綱目》中將驢皮熬製者列爲阿膠，並稱其爲「聖藥」，將牛皮爲原料者列爲黃明膠，從而明確了其原料來源。清代以來的本草文獻均記載以烏驢皮和阿井水製成的才可稱爲阿膠，驢皮已經成爲製造阿膠的主流原料，一直發展到今日。《中國藥典》也規定驢爲中藥阿膠的法定原動物來源種。

阿膠與阿井相關，阿井與古阿地相連。東阿縣城在今山東省陽谷阿城鎮。東阿古城遺址中的西北部就是阿井所在之處。阿井水是河南原濟河的一股潛流，用此水與驢皮熬製阿膠，因水質重，雖經炎夏酷熱也不變形變質。宋代《**圖經本草**》中載：「其井官禁，眞膠極難得」。明末清初形成了東阿、阿城鎮兩個阿膠生產中心。

阿膠在臨床上應用十分廣泛，療效顯著。在日本，以阿膠爲主藥的「婦寶當歸膏」，其銷售額一直位列從中國進口中成藥之前茅。1995年的一個夏日，日本海關突然發出禁令，禁止阿膠與相關製品的進口，原因是違反了國際自然保護條例。這一決定，不但影響到中藥的國際貿易，也直接影響到消費者的利益，有關貿易部門一下着了慌。當時我以中醫藥專家身份，受邀來到海

驢 *Equus asinus L.*


《本草品彙精要》阿井與阿膠彩繪圖

關接受諮詢。

此事非同小可，不可等閒視之。我仔細查閱了相關資料。在「**瀕危野生動植物種國際貿易公約**」（*Convention on International Trade in Endangered Species of Wild Fauna and Flora, CITES*）中，驢之學名赫然見於保護物種名單上。阿膠的主要原料爲驢皮，作爲保護動物的驢是否不可再作藥用？爲了回答這個問題，我找出了另外一個日本人生活中更熟悉的例子。在日本出版的動物志上，有非洲綠頭鴨，其學名與北京烤鴨所用原料鴨子的學名相同。是不是橫濱中華街上備受日本消費者鍾愛的北京烤鴨也要從餐桌上撤下來了？當然不必，因爲野生動物和養殖動物是兩個不同的概念。藥用阿膠與食用烤鴨的情形相似。經過交涉，我們達成了共識：阿膠與相關製品可以繼續進入日本，在提到來源時，驢的學名後要加註人工飼養（domestic）字樣。此貿易爭端得以平息。此案也提示我們，開展人工飼養，是解決動物藥來源、保障供應的關鍵所在。目前中國山東、安徽等地均有烏驢的飼養基地，同時阿富汗、澳洲、南非等國家的驢皮通過各種渠道進入中國市場，也爲阿膠的生產提供了保障。

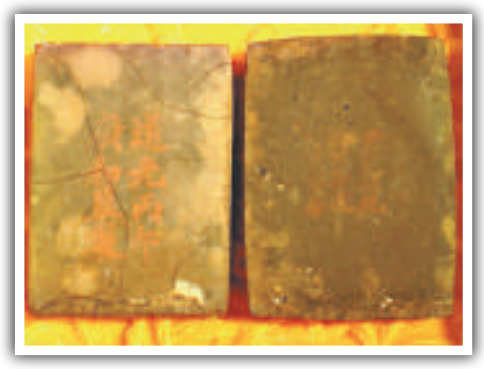
去年8月筆者在本欄目中討論道地藥材時，曾提及香港浸會大學中醫藥博物館藏有清代道光年間的阿膠，此珍品爲我在爲籌建香港浸會大學中醫藥博物館收集藏品而四處奔波之時，成都中醫藥大學的王家葵博士慷慨捐贈。王博士同期還捐獻了其珍藏的一張阿膠仿單（即說明書）。從仿單上可以看出用驢皮製作阿膠的過程決不是簡單的煮一煮，而是有着頗爲講究的煉製過程，「打沫、掛珠、吊猴、凝膠、開片……」每一步都有着具體的要求。仿單不但記述了從毛驢的餵養、選皮到熬

阿膠藥材

膠用水，以及製膠的一套嚴格的工序，就連製膠工具銀鍋金鏟的使用都有說明。仿單中還提到服用阿膠僞造品危害健康以及針對不同婦科疾病的治療配方。

阿膠從南北朝的貢品開始歷練千年經久不衰。傳說1871年清朝派四品欽差大臣來東阿鎮監製，皇室專門放養12頭驢於獅耳山上，冬至時，宰殺取皮，煮熬八天，第九天切膠，晾乾後進貢朝廷。此後又出現了「九天貢膠」（又稱「九朝貢膠」）的美譽。

近日得悉，日本已經將阿膠列入了非藥用物品名單，在不標榜、暗示藥效（效能效果，用法用量）時，可作爲食品應用。昔日只有達官顯貴才可享用的補血聖藥，如今已經進入了中國尋常百姓之家，阿膠藥食兼用，造福世人，市場潛力巨大，前景光明無限。


◀道光年間的阿膠正面（上圖）背面（下圖）

▲阿膠仿單

阿膠：滋陰潤燥補氣血

阿膠益氣補血、滋陰潤燥，並非女性專享，男性保健同樣適合。阿膠尤適於氣血虛弱，免疫力低下，以及有心悸、失眠狀況的人群；中老年人常易氣血不足，進服阿膠食療，滋補效佳。

許多女性都有冬天手腳冰涼的毛病，這是血虛的表現，用阿膠煲湯調理簡便易行。以紅棗數枚、雞蛋一個燉7~8分鐘，雞蛋剝殼後重新放入再燉7~8分鐘，放紅糖調味，沖入放有阿膠（敲碎）碗內，喝湯吃蛋。經期後連喝4~5天，滋補陰血的效果明顯。阿膠用量每次以10~30克爲合。

阿膠雖好也並非多多益善，一般入湯以3~5克爲宜，女性經期後調理可用到12克。女性在月經期無須服用，因爲阿膠活血補血，會引起月經過多；此外，高血壓患者、孕婦最好在醫生指導下服用。

阿膠養生食療方

阿膠枸杞雞

原料：阿膠30克，烏雞一隻，枸杞15克，銀杏約八粒，葱薑適量。

做法：阿膠砸碎放杯中，加黃酒，隔水燉烊。雞洗淨後放鍋內，加生薑、葱、枸杞子和銀杏，加足水量，燉兩個半小時左右，去薑葱，倒入烊化的阿膠，並加鹽，再燉15分鐘，加味精調味食用。

功效：滋陰補腎，防陰虛腎虧。

阿膠蓮子粥

原料：蓮子30克，阿膠10克，糯米100克。

做法：蓮子用熱水浸泡片刻，去蓮子心後待用。阿膠敲碎後研成細末，放入有蓮子的碗內，攪拌均勻，隔水蒸熟，加入事先熬好的糯米粥即成。

功效：健脾益氣養神。

阿膠葱白蜂蜜飲

原料：阿膠原粉、葱白各10克，蜂蜜15克。

做法：葱白洗淨切段，與蜂蜜一起放入燉杯中，加水200毫升。阿膠放入碗中，加水20毫升，蒸化待用。燉杯至武火上燒沸，轉文火繼續煮15分鐘後加入燉化的阿膠拌勻即可。

服法：每日一次，每次一杯，飯前溫服。

功效：滋陰補血，潤腸通便。

嶺南民間有種說法，春分後、秋分前不宜吃阿膠，認爲這段時間天氣最熱，吃阿膠易「上火」。其實阿膠性味平和，四季皆宜，「上火」一般由於食材搭配不當，如煲湯時加入大量當歸、桂圓等溫熱之品。阿膠補而不燥，歸肺、肝、腎經，根據中醫「秋冬養陰」理論，此際服阿膠或用之食療，有潤燥滋陰補血活血之效。

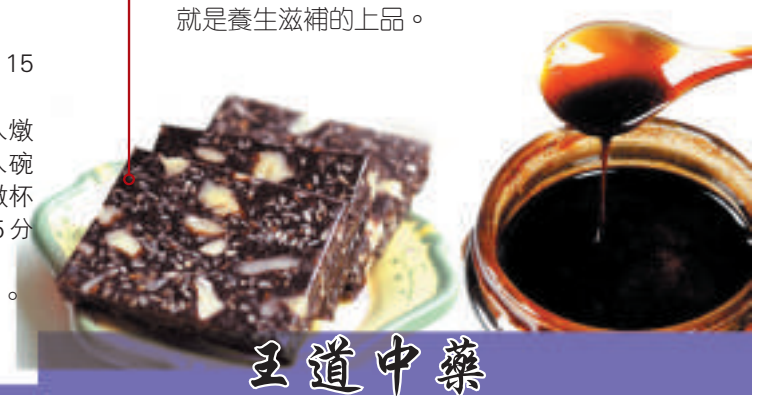
阿膠糕

肌膚的美麗是由內而外的，女子以滋陰補血爲要，氣血充盈，即使素面朝天也能明艷動人。俗話說「藥補不如食補」，選擇用藥食兼顧的中藥調理氣血，美容養顏，已成爲當今女性的共識。選擇一些既營養又養顏的中藥小零食，如近年市面推介不少藥企品牌的「阿膠糕」，特別適合忙碌又愛美的白領女性。

「阿膠糕」是以阿膠爲主要成分，同時配以黑芝麻、核桃仁、冰糖、黃酒等製成。

阿膠味甘性平，「久服輕身益氣」，具有補血養血、滋陰潤燥等功能；芝麻、核桃營養豐富，滋養肝腎，養血潤燥，健腦益智，三者配伍，在養顏美容之餘，對白領女性因陰血不足、心神失養而容易出現的失眠、心悸等症狀，也有很好的整體調理功效，眞正做到了「以內養外，吃出美麗」。其配伍是源自元曲《秋葉梧桐雨》：「阿膠一碗，芝麻一盞，白米紅餡蜜餞，粉腮似羞，杏花春雨帶笑看」，據說這也是「回眸一笑百媚生」的楊貴妃的駐顏秘方。

阿膠富含賴氨酸、甘氨酸等18種氨基酸，並含有鉀、銅、鈣等27種礦物質和微量元素，自古以來就是養生滋補的上品。

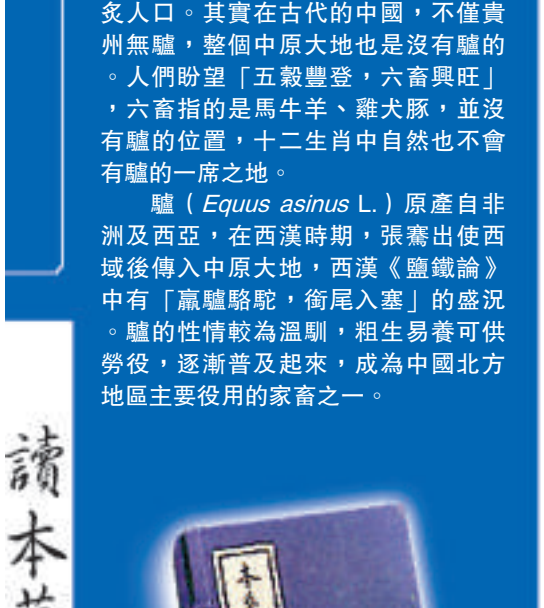


王道中藥

讀本草說中藥

編者按：

中藥專家趙中振教授撰文《讀本草說中藥》專欄，於每月第四個星期一刊出（公眾假期暫停），敬請讀者留意。



趙中振

【作者簡介】

趙中振教授，現任香港浸會大學中醫藥學院副院長。香港註冊中醫師，兼任香港中藥標準科學委員會與國際顧問委員會委員，世界衛生組織西太區傳統醫藥顧問，國際傳統藥物學會執委會委員，美國藥典委員會顧問，歐盟中藥發展項目專家，中國藥典委員會委員等。長期致力於中醫藥教育、研究及國際交流。

學歷

- 1982年北京中醫藥大學 …… 學士
- 1985年中國中醫科學院 …… 碩士
- 1992年東京藥科大學 …… 博士

主編：

《當代藥用植物典》（中英文版）
《中藥顯微鑒別圖鑑》（中英文版）
《香港容易混淆中藥》（中英文版）
《中藥材鑒定圖鑒》（中英文版）
《百方圖解》《百藥圖解》系列叢書

下次刊出：二〇一三年一月二十八日