



車前草全株

# 解熱利尿的戰將 車前草

文·圖／針灸科 醫師 洪毓珮

民間過去常有人說：「你發燒了，解尿又不順，應該吃點車前草！」車前草到底是什麼草，它真有這麼神奇嗎？且聽我慢慢道來。

車前草為多年生草本植物，學名*Plantago asiatica* Linn.，屬於車前草科（Plantaginaceae）車前草屬（*Plantago*），其別名有五根草、當道、台灣車前、牛遺、牛舌。它的生長能力強，到處都有，早年經常在車子前輪接觸的地面就看得見，故名車前草；且因野地、花圃、池塘及河邊也有它的蹤影，又名「路霸草」。

車前草具有長柄穗狀花序，花密生，每朵花含1苞片，呈三角形，屬雌雄同株，多在4-10月開花。其果實呈橢圓形，約0.35公分大小，黑褐色。草長僅15-30公分高，地下莖粗而短，鬚根發達，屬根生植物，無莖。其葉有柄，約3-5公分，從底部叢生，葉形呈長橢圓形或卵形，先端略鈍，葉緣呈不規則鋸齒狀。

## 車前草的傳說

據說在漢光武帝劉秀時期，有位驍勇善戰的馬武將軍。某年夏天，馬武將軍乘勝追擊敵人，追到一個人煙稀少的荒蕪之地，因為日照強烈，水源枯竭，軍隊及馬疲憊不



車前草的葉

堪，再加上高溫暑熱，士兵及戰馬接二連三的倒下，甚至出現腹脹及血尿的現象。此時，馬武將軍的軍隊已被疾病折磨得潰不成軍，雖然勝敗乃兵家常事，但光榮戰死好過因病未戰而敗。

正當馬武將軍苦坐愁城之際，馬夫發現有幾隻拉血尿的馬兒喜歡吃長在車子周圍，一種形似豬耳的草，吃完草，血尿竟不藥而癒。馬夫興奮的告訴將軍這個發現，馬武將軍立刻下令全軍嚼食此草，因而化解危機，並且打了勝仗。後來，馬武將軍將這種救命的草，命名為「車前草」。



車前草的鬚根及地下莖

### 車前草的藥效

車前草出於《神農本草經》，具有清熱解毒，滲濕止瀉的功效。《本經》：「主氣癰，止痛，利水道小便，除濕痺。」《綱目》：「止暑濕瀉痢。」《名醫別錄》：「車前子…強陰益子，令人有子」，指此藥有強壯效果，但其後被《本草衍義》作者寇宗奭斥為荒謬。但，也許是因為這樣的傳說，古人喜以此草入菜，如《詩經》周南·芣苢（ㄉㄨㄛˊ ㄩˇ）：



車前草的種子及花

采采芣苢，薄言采之；采采芣苢，薄言有之。

（車前草，車前草，一邊談心一邊採；車前草，車前草，一邊唱歌一邊採。）

采采芣苢，薄言掇之；采采芣苢，薄言捋之。

（車前草，車前草，丟在地上撿起來；車前草，車前草，弄斷枝莖摘下來。）

采采芣苢，薄言枯之；采采芣苢，薄言櫛之。

（車前草，車前草，放在裙子兜起來；車前草，車前草，裝在口袋回家來。）

根據文獻記載，現代研究已發現車前草的種子含月桃葉珊瑚甙（aucubin）、車前子酸（plantenolic acid）、琥珀酸（succinic acid）及異槲皮甙（isoquercitrin）等成分，除了治療小便不利，還可治療帶下淋濁、暑熱泄瀉等。

知道了車前草的神奇之後，各位今後如果在車前見到它，可要多想想它的偉大傳說，別一下子就發動車子碾過去了唷！



中藥用的車前子