



台灣當歸

在本地生根的外籍新娘

文·圖／藥劑部中藥局 藥師 涂慶業

初次在台北建國花市看到攤商在展售剛採收的當歸，有些不敢相信它竟是產自台灣本地的農產品，上網查詢才知道，原來行政院農業委員會花蓮區農業改良場在花蓮地區推廣種植當歸等中草藥作物，栽培面積達數十公頃，1年收成的產量有6、70公噸。當歸，可說是已在台灣落地生根的外籍新娘。

當歸之名，深情傳說

當歸，是中醫和血補血的重要藥材，堪稱百病可治，各有所歸，故名「當歸」。它的由來有一個美麗的傳說，相傳在很久以前，岷山腳下渭水源頭，住著一對恩愛夫妻，丈夫名荊夫、妻子喚秦娘。婚後秦娘懷孕生子，不幸得了產後血症，荊夫四處求醫

治療，依舊不見好轉。有一天，門口來了一位老道人，聲稱他居住在峨嵋山下，種植百草百藥，醫治人間疾病，如荊夫願去求藥，秦娘之病可治。

荊夫聽說能治好秦娘，哪怕刀山火海也要前去。經過千里跋涉，終於到了峨嵋山，老道人將荊夫領到一座古庵旁，指著一棵紫桿綠葉開著蔥白繖形花序的植物說：「這就是你要找的那種藥！」老道人將所栽之藥交給荊夫，並說：「眼下秦娘病重，正盼你歸。當歸！當歸！」荊夫拜別老道人，回到家裏，即將此藥依方配製，秦娘服下，病情立見好轉，不久便痊癒了。當歸之名即從此來。

婦科聖藥，補血活血

在台灣，當歸是屬於「藥食同源」的作物，主要利用部位為根部。據《中藥大辭典》（第2版）記載，當歸為繖形科Umbelliferae植物當歸*Angelica sinensis*（Oliv.）Diels的乾燥根，具有補血活血、調經止痛及潤燥滑腸等功效，其味甘、辛，性溫，入心、肝、脾三經，為傳統的婦科聖藥。

在應用方面，補血用當歸身，破血用當歸尾，和血用全當歸，止血用當歸炭，若用酒配製，更能增強當歸活血的功能。含有當歸的中藥方劑很多，著名的有四物湯、生化湯、十全大補湯等。在藥膳方面，常見的有當歸鴨、當歸羊肉、燒酒蝦等美食。

（提醒您，品嚐當歸藥膳前，宜先請教醫師或藥師，以確定自己的體質或健康狀況是否適合食用！）



根是當歸的主要應用部位



當歸開花時如點點繁星！

當歸藥膳

燒酒蝦

藥材：

川芎1錢、當歸1錢、黃耆2錢、枸杞3錢、桂枝1錢、紅棗（劈破）5顆、蝦子1斤、米酒1瓶。

作法：

將上述藥材放入鍋中，用清水煮到水滾10分鐘後再放入蝦子，蝦熟即可食用。

當歸鴨肉湯

藥材：

當歸3錢、熟地3錢、川芎3錢、炒白芍3錢、黨參5錢、黃耆5錢、桂枝2錢、枸杞5錢、紅棗15顆及鴨肉（半隻）。

作法：

將上述藥材與鴨肉一起放入燉鍋中，佐以老薑、米酒、鹽等調味料，燉煮1-2小時即可食用。🍲