

“补血圣药”话阿胶

文 / 北京中医药大学东方医院 靳梦亚 史帆 巩颖

阿胶药用历史悠久，早在战国时期的医书《五十二病方》中就有关于“胶”的描述：“大带者……以清煮胶，以涂之……”其后，又出现了不同的叫法：

(1) 傅致胶。东汉时期《神农本草经》记载：“味甘平……一名傅致胶。”

(2) 盆覆胶。南北朝时期《本草经集注》记载：“浓而清者，名为盆覆胶，作药用之。”

此外还有“传致胶”（明代《本草经解》）、“驴皮胶”（清代《得配本草》）等别名，这些皆受当时社会、人文和地域等因素的影响。

早期的阿胶是以牛皮为主要原料，兼用猪、马等多种皮制作而成；而现如今《中华人民共和国药典》（2020年版）中收录的阿胶是马科动物驴的干燥皮或鲜皮经煎煮、浓缩制成的胶块，与人参、鹿茸并称“中药三宝”。

一、由牛皮改为驴皮的原因

根据古籍资料分析，唐代之

前，制作阿胶的原料以牛皮为主且为上品，其他如猪皮、驴皮也是当时的常用制胶原料。自唐代中后期起，驴皮才逐渐成为制作阿胶的原料。到了明代，驴皮已逐渐成为制作阿胶的主要原料。

有学者认为，驴起源于非洲及西亚，并扩散到我国新疆一带，后来汉代张骞出使西域时把驴引进了中原地区。人们从事生产劳作时发现，驴比牛适应性好、繁殖力强，所以被广泛饲养，逐渐成为中原地区与牛、马、猪、羊同等重要的家畜之一；与之相对应，也就有了驴皮胶。而牛皮胶由于制胶技术不成熟，难以控制制胶工艺，导致成品率低，很容易过老或者过嫩，不能入药；加上牛皮当时属稀缺品，以至于牛皮胶逐渐被驴皮胶取代。

其实，驴皮胶取代牛皮胶被广泛流传使用还有一个更重要的原因：在五代时期至宋代，民间一直在实行“牛皮之禁”。当时，牛皮被官家统筹用于军事上甲冑、弓弩等的制造；而民间禁止私藏牛皮。于

是，在阿胶生产方面，驴皮也得以取代牛皮。

二、阿胶的补血功效

阿胶首载于《神农本草经》，列为上品。味甘，性平；入肺、肝、肾经。具有补血止血，滋阴润燥，安胎之功。临床上用于治疗血虚证、虚劳咯血、尿血、便血、妊娠下血、阴虚心烦失眠、肺虚燥咳等。

《神农本草经》记载：“主心腹内崩，腰腹痛，四肢酸痛，女子下血，安胎，久服轻身益气。”《本草纲目》记载：“疗吐血，衄血，血淋，尿血，肠风下痢，女人血痛血枯，经水不调，无子，崩中带下，胎前产后诸疾，和血滋阴，调大肠。圣药也。”

阿胶最常用于中医补血方。比如，在经典名方炙甘草汤中，阿胶就和甘草（炙）、生姜、桂枝（去皮）、人参、生地黄、麦冬（去心）、麻仁、大枣等配伍。其中，阿胶与人参、大枣配伍，能够养心血、充血脉、益心脾。又如，在清代乾隆



时期惇妃“似妊治”案中，惇妃因少血、血不得滋养而致假妊之象，所用包含阿胶的“加味四物汤”“温经丸”等方剂，均为滋血补血之方；道光时期全贵妃因气血大虚，荣分有伤，需峻补气血，故用补气之人参加补血之阿胶珠组成“人参养荣汤”，以调养荣血。除此之外，此类具有补血养血功效的方剂在清宫医案中所见颇多，如用不同炮制方法得到的十珍丸（女金丹）、胶艾四物汤、益母丸等方剂，临床应用效果颇好，均与阿胶补血之功效息息相关。

现代研究表明，阿胶之所以能够补血，是因为其含有人体必需的氨基酸和微量元素。其中，甘氨酸能够调节血清铁的水平，促进血红蛋白合成；苏氨酸、组氨酸、赖氨酸均具有生血作用。而阿胶肽-铁螯合物可以使缺铁性贫血小鼠的血液指标明显恢复，显著增加小鼠血液血红蛋白、红细胞压积、红细胞平均容量、红细胞平均血红蛋白量的值，进而改善缺铁性贫血症状。

三、阿胶的不同炮制品

阿胶的炮制历史悠久：魏晋南北朝时期，为猪脂浸法；到了汉代，发展为煮沸炮制法；唐代出现了一直沿用到现代的炮制方法——熬制和炒制；其后，宋代增加了中药辅料炮制阿胶的方法，比如蛤粉、米炒、麸炒以及将阿胶炒黄的炮制方法；在明清时期，又出现了草灰炒、面炒、蒲黄炒、牡蛎粉炒、酒蒸阿胶等多种更换炮制辅料的炮制方法。而《中国药典》（2020年版）中收录的加工炮制方法仅有阿胶和阿胶珠。

1. 阿胶

将驴皮浸泡去毛，切块洗净，

分次水煎，滤过，合并滤液，浓缩（可分别加入适量的黄酒、冰糖和豆油）至稠膏状，冷凝，切块，晾干，即得。以色乌黑、光亮、断面紫红、质脆者为佳。

2. 阿胶珠

取蛤粉，置热锅内，用文火炒至灵活状态；待蛤粉温度在140~160℃时，加入阿胶丁，烫至成珠，内无溏心，迅速取出，筛去蛤粉，晾凉。平均每100 kg阿胶丁，用蛤粉30 kg。

四、阿胶的食用方法

1. 烊化法

阿胶烊化后，用白开水、黄酒或者药汁冲服。

2. 制作阿胶糕

阿胶烊化后，加入适量的红枣、黑芝麻、枸杞、核桃等，加热搅拌，晾凉后切片食用。

3. 煲药膳

阿胶烊化后，与鸡一起煲汤，具有美容养颜、补气益血的效果。

4. 煮阿胶粥

阿胶可以与糙米一起熬煮成阿胶粥，不仅口感香醇，营养丰富，还具有补气补血的功效，适合当作早餐食用。 **食物与人**

服用阿胶的注意事项

首先，阿胶不能直接与其他中药入汤剂煎煮，必须用液体或开水、黄酒烊化后服用。其次，阿胶性质黏腻，有碍消化，故脾胃虚弱、食欲缺乏者不宜服用，中医辨证有痰湿及呕吐、泄泻者也不宜服用。

