

补益“参”药, 适合儿童服用吗

文 / 首都医科大学附属北京儿童医院 安俊丽

当提及含有“参”字的药材时, 许多人首先想到的便是“人参”。最早在两千年多前的《神农本草经》中, 人参便被赋予了“上品”药材的地位, 其主要功效包括大补元气、复脉固脱。在《景岳全书》中, 独参汤的配方即由人参大量浓煎制成, 专门用于治疗元气虚脱、脉微欲绝等危急证候, 说明人参为拯危救脱之要药。古往今来, 人参在“参”类药物中一直占据着重要的地位。

那么, 既然人参补益功能这么好, 儿童适合吃吗? 除此之外, “参”药还有哪些呢? 它们适合儿童吗? 今天, 我们简单地了解一下。

补益作用有别

除了人参, 中医临床常用的具有补益功效的“参”药还有西洋参、党参、太子参和沙参。这五种“参”药虽然都能补益, 但作用有别。其中, 人参、西洋参、党参以及

太子参为补气类药物, 可以补气、补血、扶正祛邪。而沙参擅长补阴, 被誉为补阴佳品, 其特性在于能滋润和生津。

(1) 人参是五加科植物, 主要成分为人参皂甙。味甘、微苦, 性微温; 归肺、脾、心、肾经。可以大补元气, 补脾养肺, 生津安神, 复脉固脱。

(2) 西洋参同人参一样也属于五加科植物, 它们所含的成分也很相近。西洋参虽然有人参的补气之效, 但效力稍逊。然而, 凭借偏凉的药性, 西洋参生津解渴、清热养阴的效果十分显著, 同时表现出补气养阴而不助热的特点。

(3) 党参为桔梗科植物, 主要成分包括糖类、聚炔类、黄酮类等。味甘, 性平。偏重补中益气, 在健脾益肺方面具有积极作用。

(4) 太子参来源于石竹科植物孩儿参的根, 主要成分包括糖类、氨基酸类、脂肪酸类以及微量元素等。味甘、微苦, 性平; 归脾、

肺经。尤擅益气健脾、生津润肺。

(5) 沙参分为南北两种, 来源于两种不同植物。北沙参属于伞形科, 而南沙参来源于桔梗科。南北沙参性味功效相近, 味甘、性寒凉、质润, 均以养阴清肺、益胃生津为主要功效, 被广泛应用于治疗肺阴虚证和胃阴虚证。

适合儿童服用吗

“参”药的补益作用是那么强, 以至于很多家长都想让自己的孩子服用——不过, 这些适合儿童吗? 让我们试着分析一下。

在这五种参药中, 人参与西洋参具有较为广泛的适用范围, 对于糖尿病患者具有一定治疗作用, 可以降低血糖, 减少尿糖; 在中枢神经系统和心血管系统疾病的治疗方面也表现出了显著的疗效, 具有增强学习记忆能力、强心、抗休克、抗心肌缺血以及增强免疫功能、延缓衰老、改善睡眠质量等药理作用。



虽然有诸多好处，但是健康成长的孩子不宜服用人参或西洋参，否则可能会加速性发育进程。在专业中医师的指导下，对于体质较弱、发育过程存在问题的儿童可以适量服用人参、西洋参以调理身体，但必须严格控制用量。我国古代中医认为，小儿龟背、鸡胸、五迟（立迟、行迟、发迟、齿迟、语迟）、五软（头软、项软、手脚软、肌肉软、口软）系因虚弱引起，可以通过服用人参来改善。

党参不适合年龄较小的儿童服用，对于年龄较大由于脾胃虚弱引起的气血两亏的儿童，可以适量选用，但容易导致血糖上升。

太子参性能较缓和，其他别名

如孩儿参、童参等，充分显示了其在中医药中的重要地位和广泛使用。其特点是补而不燥，在中医中药的应用上能收到益气而不升提、生津且不助湿、扶正又不恋邪、补虚且不峻猛的效果，儿童使用较安全，能防止诱发性早熟。

北沙参中含有挥发油类、香豆素类、多糖类和聚炔类等化学成分。其中，多糖类含量最高，也是其主要活性成分，具有免疫调节、抗氧化和抗肿瘤等作用，还有抑制脂肪、神经保护的功效；香豆素和聚炔类具有抗菌、镇静和镇痛的功效。临床经验显示，应用沙参麦门冬汤治疗小儿肺炎恢复期疗效确切。

南沙参清泻肺火，平肺止咳，

较北沙参清肺祛痰之力更强。《本草纲目》中记载有“清肺火，治久咳肺痿”之效，可用于治疗儿童肺炎、慢性气管炎急性发作等。此外，南沙参还具有抗辐射、抗衰老、免疫调节、抗肿瘤、改善学习记忆损害、抗肝损伤、清除自由基的作用。

总之，儿童脾胃功能相对较弱，临床上使用补益药物时应遵循辨证施治原则，确保药物用量恰当，避免长期服用。在邪实而正不虚的情况下，误服补益药有“误补益疾”之弊。另外，长期使用过于滋补的药，可能引发儿童阴阳失调，干扰内分泌系统，进而导致性早熟的现象。

家与