



中西合璧话葛根

文 / 北京市西城区广外医院 鲁爽
首都医科大学附属北京中医医院 李璐璐



鲁爽 副主任药师、临床药师，北京市第三批中药骨干人才。深耕中药鉴定学与临床药学领域，承担中国中医药研究促进会药物经济学与药物评价专委会委员等多项社会任职。主持多项科研课题，主编及参编药学著作11部，发表论文多篇。致力于宣传中医药文化，努力做好中西医沟通的桥梁，推动中西医文化融合发展。

仲夏时节，北纬30°的亚热带丘陵间，野葛的藤蔓正以每日5~8厘米的速度攀缘生长。这种豆科植物将80%的生物活性物质储藏在深达3米的块状根茎中，这种根茎的名字叫葛根。这个承载着2000多年东方药食智慧的载体，如今正架起传统医学与现代药理的桥梁。从《伤寒论》中“项背强几几”的经典描述，到《自然》杂志(*nature*)最新报道的葛根素纳米递送系统，人类对它的认知突破恰如葛根的生长：向下深挖传统精髓，向上探索科学前沿。

一、千年药食两用，根茎蕴藏智慧

葛根在中国已有2000多年的应用历史。在湖北神农架发现的春秋时期青铜药臼中，残留物分析显示含有葛根淀粉颗粒，印证了《周礼》中“医师掌聚毒药以供医事”的记载。《神农本草经》将葛根列为中品，记载其“主消渴，解诸毒”；《本草纲目》则称其能“散郁火，生津液”。

葛根不仅是中医经典方剂“葛根汤”“葛根芩连汤”的核心成分，在生活中也有着重要地位。饥荒年代，百姓挖取野葛的根茎磨粉充饥；现代人用它煲汤、制茶，还将其加工成葛根粉、葛根面条等食品。

葛根药食同源的特性在国外同样得到认可。欧美国家将葛根提取物用于缓解更年期症状和改善心血管健康，日本开发出主打抗氧化功效的葛根饮料。这种跨越文化的共识，源于葛根独特的化学成分与广泛的适应性。在当代，葛根药食两用的形式也在不断创新，比如：广东的“葛根奶茶”将葛粉与岭南凉茶结合；美国的功能食品“葛根蔓越莓复合咀嚼片”利用葛根异黄酮提高蔓越莓原花青素的生物利用度；日本静冈县的拉面节，每年吸引超过10万游客体验“葛根拉面”，形成

基金项目：北京市西城区优秀人才项目——基于中药汤剂用药依从性评估构建门诊患者中药药学服务模式的研究【2023-XCRC-区委卫生健康委(202312)】

“药膳观光”特色。

葛根原植物在全球分布广泛,我国是其主要产区,尤其在湖南、湖北、广西等地,葛根的种植和加工已形成完整产业链。随着现代研究的深入,葛根的价值不仅体现在传统医学领域,其活性成分的开发更为中西药互通搭建了桥梁。

二、传统功效与现代研究

在中医理论中,葛根性凉,味甘、辛,归脾、胃、肺经,主要功效为解肌退热、透疹、生津止渴、升阳止泻等,临床应用广泛。葛根能缓解风寒或风热感冒引起的发热、头痛、项背疼痛等外感表证,经典方剂“葛根汤”至今仍是治疗风寒感冒的常用方;葛根生津作用显著,适用于糖尿病早期口渴、更年期潮热多汗等症状;葛根根制后,升阳止泻的功效增强,可配伍黄芩、黄连治疗湿热痢疾。

葛根的药用价值源于其丰富的活性成分。葛根素作为指标性成分,具有扩张血管、改善微循环的作用;

异黄酮类化合物(如大豆苷、染料木素)类似植物雌激素,能调节内分泌;多糖与氨基酸可以增强免疫力,促进代谢。现代药理研究表明,葛根在多个领域表现突出:在心血管保护方面,通过抗氧化和抗炎作用,减少动脉粥样硬化风险;在解热镇痛方面,能抑制前列腺素合成,缓解感冒发热与肌肉疼痛;在神经保护方面,可以改善脑血流,辅助治疗眩晕和偏头痛。

三、中西合璧的药物研发

随着现代制剂技术的发展,葛根已从传统水煎剂演变出多种药物产品。目前,国际市场上以葛根活性成分为核心的相关制剂主要有葛根素注射液、葛根提取物片/胶囊、葛根总黄酮片、葛根异黄酮复合胶囊等。

此外,现代制剂工艺也在不断创新。例如:采用固体分散体技术将葛根素与羟丙基甲基纤维素结合制成的葛根素缓释片,能使血药浓度平稳维持12小时;采用葛根素与L-半胱氨酸的酯化产物结合制成的葛根解酒咀嚼片,已通过美国食品药品监督管理局(FDA)认证,





该产品能够增强乙醇代谢酶活性；中国科学院上海药物研究所开发的葛根素磷脂复合物纳米粒（粒径85纳米），使口服生物利用度从2.3%提升至19.8%，该技术已获中美专利授权，用于治疗糖尿病视网膜病变。

尽管葛根安全性较高，但仍需遵循科学用药原则。在西医体系中，葛根提取物与某些药物可能存在相互作用，例如与抗凝血药同服可能增加出血风险。因此，无论是中药汤剂还是保健品，都应在专业人士指导下使用。

四、文化与科学的交融

葛根的文化象征源于其独特的生物学特性。宋代《图经本草》记载：“葛虽蔓延易生，然采其根者必寻主藤，掘地九尺方得正药。”这种对主根的执着追寻，衍生出“寻葛问本”的哲学隐喻，正如中医强调治病求本。现代研究为这一文化内涵提供了科学依据：葛根通过合成独有的大分子糖蛋白，将土壤中的矿物质转化为生物可利用形态。

在生态文化层面，葛根的生存策略也极具启示意义：其根瘤菌共生系统每公顷（1公顷=10000平方米）每年可固氮150~200千克，这种“利他性生长”的特性，恰似中医药强调的“扶正培本”。美国农业部因此将葛

根纳入可持续农业项目，既防治水土流失，又为药用开发提供资源——传统智慧与现代生态观的交融在此得到了完美的诠释。

从《伤寒论》中的经典药方，到现代实验室的分子研究；从东方药柜中的饮片，到西方药店的保健品——葛根的故事从未停止书写。它提醒我们：传统与现代并非对立，中医与西医亦可交融。正如葛根深扎泥土却向上攀缘，人类对健康的追求，终将在尊重自然与科学探索中找到平衡。**载物与人**

相关链接：葛根与葛藤

许多人分不清“葛根”与“葛藤”。实际上，葛藤是葛的茎蔓部分，古代曾用于编织衣物（“葛布”）；而药用部位是其块状根茎。有趣的是，葛藤在欧美被视为入侵物种，因其生长迅猛而被称为“吃掉南方的藤”。但在中国，人们通过合理采挖与种植，实现了生态与药用的双赢——这或许正是人与自然“调和共生”的缩影。

