

· 本草溯源 ·

李时珍对枸杞的应用与研究初探

侯思琪, 汤晓龙*

上海中医药大学, 上海 201203

摘要 枸杞属茄科常见植物, 有解热、降糖、降脂、降压等功效, 其根皮清肺降火, 其子滋补肝肾, 应用广泛, 然枸杞相关理论并未在现代中医药中得到充分应用。明代李时珍总结先贤对枸杞的相关论述, 认为其“气味既殊, 则功用当别”, 并广纳药方, 从药名、鉴别、用药、性味、功效、主治及应用等角度对枸杞进行了较为全面地阐释。本文考证李时珍《本草纲目》中关于枸杞的本草研究, 归纳枸杞与类似植物的外形辨别及道地药材的使用; 明晰枸杞各药用部位主治病证; 汇集各药物条目下枸杞内容, 进一步归纳附方中枸杞的相关配伍与应用; 结合相关现代研究, 剖析枸杞的现代价值; 总结李时珍对枸杞的研究发展产生的影响及做出的贡献。以期为枸杞的现代研究提供新思路。

关键词 李时珍; 本草纲目; 枸杞

中图分类号: R282. 71

文献标识码: A

文章编号: 1002 - 2392 (2026) 07 - 0038 - 08

DOI: 10. 19664/j. cnki. 1002 - 2392. 260138

枸杞, 多见于山坡、田埂或丘陵地带, 属茄科枸杞属植物, 枸杞子与地骨皮这两种中药材均来源于该种植物。该药首载于《神农本草经》, 后代医家也多有论述, 但其性味、药用部位及功效主治尚存争议。明代李时珍结合前人著作, 对枸杞进行了系统考证, 并就上述问题提出创新见解。

现代中药学将地骨皮与枸杞子分别归类为清虚热药和滋阴药。地骨皮归肺、肝、肾经^[1], 其性寒味甘, 具凉血除蒸、清肺降火之效, 主治阴虚发热、肺热咳嗽及血热出血等。现代研究表明, 其具有解热、降压、降糖、降脂、抗炎等作用^[2-3], 其水煎液可镇痛并抑制皮肤炎症反应^[4]。枸杞子归肝、肾经, 性甘平, 可滋补肝肾、益精明目, 主治肝肾阴虚等证^[1]。现代研究表明, 其具有增强免疫、抗肿瘤、降脂保肝等作用^[2-3], 可用于治疗黄斑变性、老年性白内障、视网膜病变^[5-7], 亦可用于养生保健、缓解疲劳^[8]。为进一步挖掘枸杞的药食应用价值, 本文以李时珍《本草纲目》为研究对象, 对植物枸杞进行本草考证, 以期为现代研究提供新思路。

1 枸杞的本草学考证

1.1 枸杞药名及相似植物鉴别

《本草纲目》载, 枸杞之名或源于其形似犬, “千载枸杞其形如犬, 故得枸名。”^[9]李时珍提出, 该种植物其棘类“枸”, 其根似“杞”, 因此合称为“枸杞”, 此说较为可信。

枸杞别名众多, 如枸棘、苦杞、甜菜、天精、地骨、地辅、地仙、却暑、羊乳、仙人杖、西王母杖等, 然诸名所指是否皆为枸杞, 历来医家见解不一。例如, 《本草纲目》^[9]中记载有认为枸棘非枸杞, 其果实有刺, 不可入药; 仙人杖一名, 苏颂列举三种植物, 一种指枸杞, 另两种分别为菜类植物和黑色的枯死竹笋。《证类本草》^[10]中亦记载不同观点, 陈子昂在《观荆玉篇·序》中述仙人杖与白棘相似; 苏颂则指出白棘为木类, 仙人杖为菜类, 不应相似; 还有认为白棘即枸杞之有刺者, 名为枸棘。《新修本草》^[11]亦提及酸枣与白棘的辨析, 认为此两物相似。可见草木种类繁多, 异物同名者众, 辨识不易。

李时珍详细考证后指出, 杞类植物皆有刺, 果实小者刺多, 果实大者无刺, 所以不可据有刺与否来辨别, 枸杞与枸棘可能是同一种植物。此外, 李时珍将菜类仙人杖另立条目为“仙人杖草”, 并与白棘对比鉴别, 在木部的酸枣(卷36)中注解白棘就是酸枣之刺; 又于木部单列仙人杖, 引陈藏器之言指其为“笋欲成竹时

收稿日期: 2024 - 10 - 17 修回日期: 2025 - 10 - 16

基金项目: 上海市科委项目资助(21511102203)

作者简介: 侯思琪(2000 -), 女, 硕士, 研究方向: 古代文献与现代文献。

* 通信作者: 汤晓龙(1971 -), 女, 博士, 副研究员, 研究方向: 古代文献与现代文献。

立死者”，与草部仙人杖草及木部枸杞相鉴别。如此，枸杞与相似植物之异同得以厘清，唯枸棘与其同宗相类。

《本草纲目》中还记载了苏颂辨析洩疏与枸杞类似之论，“洩疏亦有巨骨之名，如枸杞之名地骨，当亦相类，方家鲜用，宜细辨之。”^[9]并以植株高大者为洩疏。宋代马志则以有刺无刺来辨别两物。李时珍指出，枸杞亦有高大者，且“入药有神良”，故以高大辨之不足为据；苏颂因“巨骨”“地骨”之名相近而误判两者相似，但草木中异物同名甚多，亦不可以此为据。《本草纲目·洩疏篇》又引汪机之言，谓马志因洩疏子与枸杞子相似而误解洩疏与枸杞树的植株也相似，以有刺无刺作为差别，但枸杞并非无刺，只是“小则刺多，大则刺少耳”。由此得出，洩疏与枸杞并无相似。

此外，《本草纲目》中还以枸杞植物性状类比其他植物。如沙参、含水藤等叶似枸杞，龙葵、蜀羊泉、蜀漆等果实类枸杞，醉鱼草、五加根形状似枸杞，马兜铃花似枸杞等共 17 类药物。无法考证的草木则通汇于草部杂草篇，足见李时珍辨物之审慎。

1.2 枸杞产地及药材特性

李时珍在《本草纲目·枸杞 地骨皮》中考证枸杞产地、良品的选择以及药材的特性，引《别录》中“常山平泽，及诸丘陵阪岸”及苏颂《本草图经》中“今处处有之”的说法，又据沈存《梦溪笔谈》阐明不同地形所生长的枸杞植株质量不一，古时以常山者为上品，诸丘陵阪岸的枸杞植株也可用，而河西长势高大的枸杞品质较好，适于入药。李时珍经实地考察后提出，后世唯有陕西枸杞品质佳，尤以产于甘州者为上。陕西兰州、灵州、九原以西的枸杞植株叶厚根粗，长势巨大，所产果实圆如樱桃，核小，晒干后滋味甘美，可作果食，品质远胜他处。

在优质药材的选取上，李时珍引据雷敩“其根似物形状者为上”之说，主张选取根部与物相似、形状较好的植株，并于枸杞子“修治”中强调择色鲜者入药。李时珍还指出枸杞春生苗叶，秋生果实，四季可用，苗叶果实乃至根皮茎叶，全株均可入药。卷中引用《种树书》称“收子及掘根种于肥壤中，待苗生，剪为蔬食，甚佳”，肯定了枸杞苗的食用性。

此外，李时珍还对枸杞性味提出新见，指出《神农本草经》所载为全株性味，后世文献对枸杞的指代释义不一，如《别录》中以枸杞代指枸杞苗，甄权以枸杞代指枸杞根，而寇宗奭用枸杞代指其梗皮。李时珍主张枸杞为全株统称，对各部性味认识亦有别于前代。如《药性论》认为枸杞叶味甘，性平，而李时珍认为其

味甘，性凉；《别录》《本草衍义》称枸杞子性微寒，而李时珍从《药性论》之说，认为枸杞子性甘平；《别录》《本草衍义》认为枸杞根性大寒，《药性论》认为枸杞根性甘平，李时珍却认为枸杞根性味为甘、淡、寒。李时珍对枸杞各部性味的不同认识，是《本草纲目》中枸杞分部应用之基础。

2 枸杞分部功效主治与应用

历代记载中，枸杞的苗、叶、果、根、皮均可入药。早期本草视枸杞为一体，性味一致，后虽分部论述，但多概略，缺少深入的阐述。李时珍参考早期本草中枸杞分部的内容，归纳枸杞全株性味为苦、寒、无毒，“主五内邪气，热中消渴，周痹风湿，久服坚筋骨，轻身不老，耐寒暑，下胸胁气，客热头痛，补内伤大劳嘘吸，强阴，利大小肠，补精气诸不足，易颜色，变白，明目安神，令人长寿”，并引《淮南枕中记》西河女子分部用药之例，提出枸杞“分而用之，则各有所主；兼而用之，则一举两得”的观点。《本草纲目》主治第三、四卷中阐述枸杞整体使用在治疗虚损疾病、风湿疼痛、翳膜风障、疮热毒等疾病中的效用，体现了李时珍对枸杞“兼而用之，则一举两得”之论（见表 1）。李时珍认为枸杞各分部“气味既殊，则功用当别”，遂详列枸杞叶、枸杞子、枸杞根及地骨皮（枸杞根皮）之主治功用，载于《本草纲目》主治第三、四卷中。

表 1 枸杞整体应用归纳

应用	出处
治风湿	湿篇
治精虚	虚损篇
治消渴	消渴篇
治阴痿虚弱（补肾强阴）	阴痿篇
治风障，赤膜昏疼	眼目篇
榨油点灯，明目	眼目篇
治寒热头痛	头痛篇
治十三种疔	诸疮上篇

2.1 枸杞苗、叶、菜功效主治与应用

枸杞苗、叶、菜名异实同^[12]。或为保留对原文的引用，李时珍并未统一名称，而是标注来源，分列其名。枸杞苗、叶味甘，性凉，能去上焦心肺之热邪，用于治疗诸火热之邪导致的毒疮、目赤红肿等，亦疗五劳七伤、阴痿等虚损疾病，并解果菜之毒。除此之外，枸杞苗与枸杞根同用可治风寒湿侵袭所致痛风。枸杞苗、叶、菜应用见表 2。

表 2 枸杞苗、叶、菜应用归纳

分部	应用	出处
枸杞苗	解果、菜毒	诸毒篇
	治风寒风湿之痛风	痛风篇
枸杞叶	治五劳七伤	虚损篇
	治癰淋	癰淋病篇
	治疗阴痿虚弱	阴痿篇
	涂火赫毒疮	诸疮上篇
枸杞菜	治眼目赤肿	眼目篇

2.2 枸杞子功效主治与应用

枸杞子“甘平而润,性滋而补”,无退热之效却有补肾润肺、明目之功,适用于治疗阴虚热象疾病,如痿病、目睛发热,视力昏暗、面部疔疮等。若用其榨油点灯,则可减少对眼睛的损伤。另外,枸杞子可取效于各类虚损疾病,尤其是肾虚所致的遗精、耳聋、蒜发等;亦治风寒湿侵袭所致的腰脚痛、痛风,外感冷气所致心腹疼痛等病症。枸杞子应用见表 3。

表 3 枸杞子应用归纳

应用	出处
主风虚,腰脚痛	诸风篇
治虚燥之痿	痿篇
治肾虚之遗精梦泄	遗精梦泄篇
治冷气心腹痛,温中散郁	心腹痛篇
治风寒风湿之痛风,风湿拘挛,筋骨疼痛	痛风篇
治眼目昏盲	眼目篇
治肾虚耳聋	耳篇
治疔疮	面篇
治女人蒜发	须发篇

2.3 枸杞根及地骨皮功效主治与应用

枸杞根又名地骨,其性味甘、淡、寒,可去下焦肝肾虚火,配合他药可治诸阴肿阴痒的皮肤病及虚火所致的带下病;与胡桐泪共用漱口治因虫齩病所致的口臭;亦疗风湿疾病及虚损病证如血虚、腰痛等。枸杞根应用见表 4。

表 4 枸杞根应用归纳

应用	出处
治血虚	虚损篇
治虚损之腰痛	腰痛篇
治风寒风湿之痛风	痛风篇
治虫齩宣露臭气	牙齿篇
治带下脉数	带下篇
治阴肿痛	阴病篇
治阴痒、阴蚀	阴病篇

地骨皮(枸杞根皮)主治范围广泛,对多种内外科疾病均有疗效。其既可治疗肺肾虚火所致的疟病、骨蒸、消渴等,亦治火毒旺盛所致的各种热毒痈疮及五官、皮肤病及各种出血证,还治各种虚损及肾虚风湿病,枸杞根皮应用见表 5。

表 5 枸杞根皮(地骨皮)应用归纳

应用	出处
治肾家风湿痹	诸风篇
泻肺火、肾火、胞中火,补正气,去骨间有汗之蒸	火热篇
治虚疟、热疟	疟篇
治肺痿肺癰	肺痿肺癰篇
治气虚,去下焦肝肾虚热	虚损篇
治瘵疰骨蒸烦热	瘵疰篇
治吐血衄血,滋阴抑阳	吐血衄血篇
治齿衄	齿衄篇
治消渴,降火清金	消渴篇
治尿血	小便血篇
治强中,伏火解毒	强中篇
治头风眩晕	眩晕篇
治赤齩	鼻篇
治天行赤目	眼目篇
治风眼肿痛	眼目篇
治口舌糜烂	口舌篇
治喉腥	口舌篇
治瘵病	音声篇
治牙痛虚热上攻	牙齿篇
治虫齩	牙齿篇
治妒齿去后不能食物	牙齿篇
治痈疽溃疡洗烂病	痈、疽篇
治足疮	诸疮上篇
治臙疮	诸疮上篇
治月蚀	诸疮下篇
治疳疮、阴疳	诸疮下篇
外伤止血	金、镞、竹、木伤篇

由《本草纲目》主治卷可见,枸杞的药用价值极高,分部使用或整体使用,皆可治疗内科、外科、妇科、五官科等多种疾病。其内科主治主要涵盖肾系病证(如蒜发、强中、癰淋、遗精梦泄、阴痿等)、肢体经络病证(如痛风、痿、腰痛、风虚腰脚痛等)和气血津液病证(如血虚、吐血衄血、消渴、便血等)。枸杞不仅疗内伤虚损疾病、外感风邪疾病,亦治疗疟病等感染性疾病。虽然枸杞各部都能治疗外感风寒湿疼痛及虚损疾病,

但主治范围各有侧重(见表6)。除枸杞子外,其他各部性味偏寒凉,具有清热之功。枸杞苗叶更善清实火,善治眼目肿痛、火赫毒疮等实火类病症;枸杞子甘平补虚,可治疗部分热症,但更擅长补益肾精;地骨皮既清实火又降虚火,针对五官热证与出血诸证疗效显著,擅治骨蒸虚热及各类外科痈疽疮疡,并具止血作用。李时珍对地骨皮退虚热之功有独到见解,认为地骨皮性寒平补,“既不损伤精气,也可使邪火自退,其平补之效巧妙”,优于黄芩、黄连、黄柏及知母等苦寒之品。他还根据临床经验,提出青蒿与地骨皮相伍退热效佳。此配伍延用至今,常用于治疗阴虚所致的骨蒸潮热。此外,枸杞子与枸杞叶均治眼疾,枸杞苗叶、枸杞子、枸杞根皆疗风寒湿疼痛。

表6 枸杞各部主治病症对比

病症	苗叶	子	根	根皮(地骨皮)	整体
解果菜毒	是	否	否	否	否
各类虚损	是	是	是	是	是
风寒湿侵袭之疼痛	是	是	是	否	是
出血(内伤、外伤)	否	否	否	是	否
各类疮疡	是	是	否	是	否
虚热骨蒸	否	否	否	是	否
实火之症	是	否	否	是	否
眼目肿痛、模糊	是	是	否	否	是
齿痛虫龋	否	否	是	是	否

3 枸杞的配伍及其他应用

除了主治卷所载功效,《木部·枸杞 地骨皮》及他药卷中亦载枸杞及各部的配伍应用,或是与多种药物配伍治疗内外科病症,涵盖日常养生,或是作为使药以增加他药功效,亦有炮炙之用。

《本草纲目》中,枸杞全株及各部可与46种药物配合使用,包括丹砂、人参、黄精、巴戟天、仙茅、菊、恶实、生地黄、麦冬、车前、石龙芮、预知子、营实、瓜蒌、何首乌、萝藦、茗、莲实、胡桐泪、五加、枸杞虫、鱼子、水龟、海蛤、鸡、猪、羊、鹿等,也涉及与粥、醋、酒共调。

枸杞配伍治疗的内科疾病主要有四类:(1)虚损类病症,如肾虚、阴虚、阳虚、虚劳等,包括因肾虚引起的耳目不明、头发早白、腰腿疼痛等;(2)牵连其他脏腑的病症,如肺痿肺痛、心气不足等;(3)外感风寒所致头痛、腰脚痛等病症;(4)血证,包括吐血、衄血、小便出血等。枸杞治疗内科病症附方及应用见表7。

枸杞不同部位在配伍时各有侧重。枸杞叶常用作

食补,与猪肾、羊肾、粳米同用补虚滋阴。枸杞子应用广泛,既补虚损,又祛风止痛。补精气时常配黄精,补肾虚多与蜀椒等同用,皆可制丸服;亦常与天冬、麦冬、五味子、干柿相伍,主治虚损;治风邪及疼痛,可配牛蒡根、水龟脚、杜仲;若心气不足、心神失养,则可配伍预知子等药。

枸杞根以治疗虚证为主,常与杜仲、地黄、羊骨、鹿骨等补益之品配伍,能调补阴阳气血。地骨皮多配防风、甘草、柴胡、麦冬、狗肉治虚热证;配羊肚、羊肾温补阳气;治肺系疾病如肺痿、肺热,则与芦根、桑白皮等归肺经药同用;亦可与茅苳配伍治疗强中。此外,枸杞全株亦可入药,合萝藦子、五味子、地黄等补益精气。

总体来看,枸杞子在配伍中剂型多样,36条内科附方中,含煎剂7条、丸剂6条、散剂6条、酒剂5条、食补5条、茶饮2条、未明剂型5条。剂型影响药效发挥速度,剂型的丰富程度也反映了枸杞治疗内科病的广泛性,对急、慢性疾病均能发挥效用。

枸杞配伍他药内服、外用,可治热毒相关的外科疾患(见表8)。枸杞子常配营实、鱼子治疗目翳、眼热昏暗等;枸杞叶配伍车前叶,枸杞根白皮与鸡子白皮同用,均可用于治疗天行赤目、风眼肿痛等。枸杞根配伍胡桐泪、地松节、柳蠹屑等漱口能有效治疗齿痛牙疳等症。

地骨皮在外科中应用广泛,与柴胡配伍内服可治疗口舌糜烂,善治日久不愈的疳疮及各类虚火疔疮。若单味煎洗疗疮疡,合牛黄、葵根叶等内服,则疗效更佳。枸杞全株使用可治13种疔疮,亦用于急救,如胁破肠出时,以枸杞汁合人参汁外洗,辅助将脏器纳入体内,并内服羊肾粥补虚扶正,可提高痊愈几率。

枸杞亦用于养生保健,可巩固精气、壮实筋骨、黑发明目、补益脾肾。日常服用,可预防外邪侵袭,预防痿痹、痈疽等疾病。剂型简便,常作丸剂、膏剂久服,或入酒、粥中服用,如菊花酒中添加枸杞、黄精酒中添加枸杞根、枸杞子与生地黄酿酒或是煮粥,均有防病之效。枸杞叶煎汤沐浴,亦可除病。枸杞养生附方及应用见表9。

“有君而无使,独行而无功”,枸杞还可作为使药以加强他药之功。如菊花以枸杞根为使药;瓜蒌根以枸杞为使;丹砂与枸杞同用可养肾;莲子配枸杞子增效;麦冬与枸杞子同用滋阴生津等。枸杞亦可用于炮制,《本草纲目》首次提出枸杞叶可伏砒、砂。此外,枸杞子汤可辅助炮制巴戟天根,枸杞汁与地骨皮均可用于炮制海蛤,地骨皮可用于伏制硫黄等。

表 7 枸杞治疗内科病症附方及应用

部位	配伍	病证	用法	出处
枸杞叶	粳米、豉汁	五劳七伤,庶事衰弱	食用	枸杞卷
	獐猪肾、豉汁	肾虚阴痿羸瘦,精衰少力	食用	猪卷
	羊肾、羊肉	五劳七伤,阳虚无力	食用	羊卷
枸杞子	黄精	精气虚损	丸剂	黄精卷
	天门冬、麦门冬	好色虚人,咳嗽唾血	服食	生地黄卷
	干柿、茅香	妇人蒜发	丸剂	柿卷
	蜀椒、小茴香、芝麻、川楝肉、熟地黄、白术、白茯苓	肾经虚损,眼目昏花有翳	丸剂	枸杞卷
	五味子	疰夏虚病	茶饮	枸杞卷
	牛蒡根、生地黄、牛膝	一切风疾日久	酒剂	恶实卷
	乌龟脚、天花粉、雄黄、麝香、槐花	筋骨疼痛	煎剂	水龟卷
	杜仲、海桐皮、山茱萸	风虚,腰脚痛	-	诸风篇
	生地黄、酒	带下脉数	酒煎剂	枸杞卷
	-	虚劳客热	散剂	枸杞卷
枸杞根	白羊脊骨	老人虚弱	散剂	羊卷
	鹿骨	虚羸	煎剂	鹿卷
	羊肝	血虚	食用	虚损篇
	杜仲、草薢、酒	肾虚腰痛	酒剂	枸杞卷
枸杞根皮 (地骨皮)	茅苳、大豆、茯神、磁石、栝蒌根、熟地黄、玄参、石斛、鹿茸、人参、沉香、猪肚	强中	丸剂	茅苳卷
	芦根、麦门冬、生姜、橘皮、茯苓	骨蒸肺痿不能食	水煎剂	芦卷
	五加皮	虚劳不足	酒剂	五加卷
	防风、甘草、生姜	骨蒸烦热,虚劳烦热	水煎剂	枸杞卷
	柴胡、麦门冬	热劳如燎	散剂	枸杞卷
	麦门冬、小麦	虚劳苦渴,骨节烦热或寒	茶饮	枸杞卷
	黄童子狗、前胡、黄芪、肉苁蓉、莲肉、苍术、厚朴、橘皮末、甘草末	诸虚不足,骨蒸潮热	丸剂	狗卷
	羊肚、羊肾、地黄、干姜、昆布、白术、桂心、人参、厚朴、海藻、甘草、秦椒	阳气亏虚	散剂	羊卷
	桑白皮、甘草、粳米	肺气热盛,咳嗽而喘,面肿身热	水煎剂	桑卷
	海桐皮、牛膝、芎劳、羌活、五加皮、甘草、薏苡仁、生地黄	腰膝痛,肾脏风毒	酒剂	海桐卷
	天南星、石膏、荆芥	治脑风头痛,偏头风	散剂	白花蛇卷
	酒	小便出血	酒剂	枸杞卷
枸杞全株	羊肝、羊脊膂肉	虚损劳瘦	食用	羊卷
	萝藦子、五味、地黄	精虚	散剂	虚损篇
	-	消渴	-	消渴篇
	-	寒热头痛	-	头痛篇
枸杞子、根皮	预知子、白茯苓、石菖蒲、茯神、柏子仁、人参、远志、山药、黄精、朱砂	心气不足,心神失养	丸剂	预知子卷
枸杞根、苗	-	风寒风湿之痛风	-	痛风篇
枸杞根、子、根皮	-	吐血不止	水煎剂	枸杞卷

表 8 枸杞治疗外科病症附方及应用

部位	配伍	病证	用法	出处
枸杞叶	车前叶	目中微翳	外用	车前卷
枸杞子	莒实、地肤子	眼热昏暗	散剂	莒实卷
	鱼子、石决明、草决明、青箱子、谷精草、黄连、炙甘草、枳实、牡蛎粉、远年障翳、毗生胬肉、蛇蛻、白芷、龙骨、黄柏、白附子、白蒺藜、蝉蛻、黄芩、羌活、虎睛		散剂	鱼子卷
枸杞根	胡桐泪	牙疳宣露、脓血臭气	外用	胡桐泪卷
	葵根叶	瘰疽出汁	煎剂	枸杞卷
枸杞根皮	盐	天行赤目	外用	枸杞卷
（地骨皮）	鸡子白皮	风眼肿痛	外用	鸡卷
	米醋	牙齿疼痛	外用	醋卷
	松节、槐白皮	风热牙痛	外用	松卷
	柳蠹末、赤小豆、黑豆、柳枝	齿龈风肿	外用	柳蠹虫卷
	柴胡、薄荷	风热湿热之牙痛	外用	牙痛篇
	甘草节、白蜡、黄丹、香油	疮	外用	诸疮上篇
	红花	足趾鸡眼	外用	枸杞卷
	柴胡	口舌糜烂	煎剂	枸杞卷
	怪乳、质汗、琥珀、紫檀香	外伤出血	外用	金、鍼、竹、木伤卷
枸杞全株	人参	胁破肠出	外用	人参卷
	缙繒、牛黄、反钩棘针、赤小豆	十三种疔	散剂	枸杞卷

表 9 枸杞养生附方及应用

部位	配伍	应用或疗效	用法	出处
枸杞叶	—	沐浴除病	外用	枸杞卷
枸杞子	仙茅、苍术、车前子、白茯苓、茴香、柏子仁、生地黄、熟地黄	壮筋骨,益精神,明目,黑髭须	丸剂	仙茅卷
	赤何首乌、白何首乌、赤茯苓、白茯苓、牛膝、当归、菟丝子、补骨脂	乌须发壮筋骨,固精气,续嗣延年	丸剂	何首乌卷
	生地黄	补虚弱益精气,去冷风壮阳道,止目泪健腰脚	酒剂	酒卷
	酒	百日身轻气壮,积年不辍,可以羽化也	膏剂	枸杞卷
	酒	补虚,去劳热,长肌肉,益颜色,肥健人,治肝虚冲感下泪	酒剂	枸杞卷
	生地黄汁	变白,耐老轻身	丸剂	枸杞卷
枸杞根	黄精、苍术、柏叶、天门冬	壮筋骨,益精髓变白发,治百病	酒剂	酒卷
枸杞根皮	苍术、熟桑椹	一年鬓发返黑,三年面如童子	丸剂	术卷
（地骨皮）	苍术、赤何首乌、白何首乌、黑豆、大枣	滋阴降火,开胃进食,强筋骨,去湿热	丸剂	术卷
枸杞全株	甘菊花汁、地黄、当归	治头风明耳目去痿痹消百病	酒剂	酒卷
	—	治虚劳退虚热,轻身益气,令一切痼疽永不发	膏剂	枸杞卷

4 植物枸杞的现代应用及展望

4.1 现代应用概述

现代研究显示,枸杞子具有广泛的生物活性,包括抗氧化、抗炎、抗凋亡、抗疲劳、神经保护等,对氧化效应及炎症反应相关病理有显著的影响,并在免疫调节、抗病毒活性、抑制肥胖等方面发挥作用^[13-14]。另外,枸杞子对阿尔茨海默病、癌症^[15]、心血管疾病^[16]、缺血性脑卒中^[16]等高发慢性疾病有积极影响。

在眼科中,枸杞子可抑制年龄相关性黄斑变性

(AMD)、糖尿病性视网膜病变(DR)和视网膜色素变性(RP)等氧化性视网膜病变^[17]。枸杞子能在较短时间内提升血浆和视网膜中玉米黄质水平,该物质与叶黄素同为黄斑色素,对视觉功能至关重要,相较于从鸡蛋黄等其他食物中获取,枸杞中的玉米黄质生物利用度高,且不易引起心血管疾病^[18]。

枸杞子可调节肠道菌群与代谢,预防生态失调,其抗炎作用可防治炎症肠病^[19-20]。研究显示,枸杞子漱口水对牙周炎疗效优于普通抗菌剂^[21],这与《本草纲

目》中枸杞根漱口之法一致,进一步体现了《本草纲目》的前瞻性。同时,枸杞子作为膳食补充剂,已广泛用于日常。

枸杞的三种产物中,枸杞子与地骨皮的应用最广,其提取物在抗肿瘤、调节血糖血脂血压、调节免疫等方面疗效良好^[4,22]。枸杞的果实、叶、根3个部分均可减缓衰老^[23],常用于养生保健。地骨皮与枸杞叶的开发研究较少,尤以枸杞叶为甚,早年研究提及其对口疮、蚊虫叮咬有效^[24-25]。现代则多用于茶叶、蔬菜、食品添加剂、饲料、皮肤及牙齿护理品^[26],药用开发不足。研究发现,枸杞叶具有抗氧化、抗栓活性^[27],这提示其在高压、高脂、高糖治疗及延缓衰老^[28]、缓解炎症^[29]方面的潜力。

4.2 现代应用的不足与展望

总之,枸杞的相关研究虽然丰富,但仍存在一定不足。(1)应用部位单一,研究多集中于枸杞子,根皮与叶之研究薄弱;(2)偏重药理成分提取,缺乏中医药特色,方剂应用不足;(3)忽视枸杞作为药物的不良反应,枸杞虽广泛应用于食品,但可能引发过敏反应^[30],应适量服用。

《本草纲目》所载表明,枸杞全身皆具应用潜力,值得深入探索,其价值挖掘应结合中医理论与现代药理研究,从深度与广度两方面拓展。

深度方面应聚焦药用开发。(1)深化枸杞子药理学研究,阐明机制,推进中成药与临床试验。(2)挖掘枸杞叶的应用价值。据《本草纲目》记载,枸杞叶具明目益精、补肝益肾之功,且性偏寒,夏季使用不易上火,尤宜便溏者^[12]。其黄酮、酚酸及生物碱含量高于枸杞子,疗效或更优,且成本低,开发潜力大^[30]。(3)探索枸杞各部位配合应用。枸杞全株性味苦寒,各部主治有交叉,如枸杞子与叶均治眼疾,根与地骨皮长于外科,叶与根合用可治风湿痛风等。“兼而用之,则一举两得”,如地骨皮降火、枸杞子防视网膜病变,二者合用可多靶点奏效。(4)开发外用价值。枸杞子与叶外用点眼治眼疾;枸杞叶外敷可清热解毒,治疗疮;地骨皮外用治疮疡痈疽,适用于洗剂、漱口药等,且可止血。(5)拓展治病范围并优化剂型。将枸杞各部位用于风湿、消渴、疟病等,研究不同剂型对药效影响,优化剂型。

广度拓展方面。(1)食疗应用。将枸杞各部加入日常饮食,与动物药共烹,兼具食疗与食养作用。(2)饮品创新。除枸杞子泡茶外,可配伍其他药物制茶或功能性饮料,如枸杞子配五味子治脾伤劳倦,地骨皮配麦冬、小麦治虚劳口渴。(3)美容应用。利用地

骨皮的抗氧、抗炎功效开发化妆品,用于美白、祛痘等。(4)药物炮炙应用。研究枸杞各部位的炮炙新法,降低成本。(5)优良品种选育与种植。优选高药效品种,优化种植、采收方式,提高成分利用率。

综上,《本草纲目》所载枸杞主治功效及配伍应用颇具开发价值,深入研究可拓宽中医药应用范围,满足临床与养生需求,扩大中医药文化影响。

5 小结

李时珍广泛收录先贤论述,谨守己见,依据事实得出结论。他对枸杞及相关类似植物的辨析,可见其治学之严谨。枸杞性味未定,则列前人观点,结合实践提出己见。李时珍对枸杞性味的论述几乎与现代文献一致,药用价值之阐发亦多符合现代研究结果。《本草纲目》提出枸杞并不苦寒之后,枸杞性味虽仍未定论,但也引发了后续讨论,亦体现了其学术价值。

枸杞叶的使用最早可追溯至宋代《太平圣惠方》,但李时珍的归纳为枸杞的分部运用奠定了基础,也为后世的应用发展提供了参考。且李时珍参照枸杞异名天精,首次为枸杞叶命名为天精草,该名屡见于清代本草著作,可见后世本草编著参考《本草纲目》,使李时珍对枸杞的论述得以传承与创新。

总之,李时珍对枸杞的研究承前启后,系统总结明以前的本草精华,创新性拓展其性味理论与分部应用,丰富枸杞各部的功效与应用,为现代深入研究枸杞的药性药理、功效主治及临床应用提供了重要参考。

参考文献:

- [1] 周桢祥,唐德才. 中药学[M]. 北京:中国中医药出版社,2016:147,415.
- [2] 南京中医药大学. 中药大辞典[M]. 上海:上海科技出版社,2014:988,1948.
- [3] 国家中医药管理局《中华本草》编委会. 中华本草[M]. 上海:上海科技出版社,1999:267-277.
- [4] 陈靖枝,卢星,胡运琪,等. 传统中药地骨皮化学成分和药理活性研究进展[J]. 中国中药杂志,2021,46(12):3066-3075.
- [5] 邓永红,段俊国,路雪婧,等. 枸杞及其提取物在眼科的古今应用概况[C]//世界中医药学会联合会第二届眼科年会,中华中医药学会第十次中医、中西医结合眼科学术大会论文汇编. 广州:世界中医药学会联合会,中华中医药学会,2011:382-385.
- [6] 王永涛,颀瑞萍,于华楠,等. 枸杞子及其提取物在眼科中的应用及机理探讨研究[J]. 中医临床研究,2018,10(34):23-25.
- [7] 廖林丽,杨成昊,杨毅敬,等. 枸杞子在眼病临床运用进展[J]. 陕西中医药大学学报,2022,45(2):137-140.
- [8] 曹茸茸,杨晓磊,孙敏,等. 藏药黑果枸杞对运动疲劳小鼠的缓解作用[J]. 中国临床药理学杂志,2017,33(4):351-354.
- [9] 李时珍. 本草纲目[M]. 张守康,主校. 北京:中国中医药出版社,1998:897-900.
- [10] 唐慎微. 证类本草[M]. 郭君双,校注. 北京:中国医药科技出版

社,2011;379.

[11] 苏敬. 新修本草[M]. 上海:上海科学技术出版社,1955;116.

[12] 朱悦,郭盛,陆韞青,等. 枸杞叶资源利用古今源流考证分析[J]. 中国现代中药,2022,24(1):1-9.

[13] LEE H S, CHOI C I. Black goji berry (*Lycium ruthenicum* Murray): a review of its pharmacological activity[J]. *Nutrients*, 2023, 15(19):4181.

[14] VIDOVIĆ B B, MILINČIĆ D D, MARCETIĆ M D, et al. Health benefits and applications of goji berries in functional food products development; a review[J]. *Antioxidants*, 2022, 11(2):248.

[15] MIRANDA M R, VESTUTO V, AMODIO G, et al. Antitumor mechanisms of *Lycium barbarum* fruit: an overview of in vitro and in vivo potential[J]. *Life*(Basel), 2024, 14(3):420.

[16] HUANG Y, ZHANG X, CHEN L, et al. *Lycium barbarum* ameliorates neural damage induced by experimental ischemic stroke and radiation exposure[J]. *Front Biosci*, 2023, 28(2):38.

[17] 陈晨凯. 枸杞子明目功效评价及其作用机理研究[D]. 南京:南京中医药大学, 2021.

[18] NEELAM K, DEY S, SIM R, et al. Fructus lycii: a natural dietary supplement for amelioration of retinal diseases [J]. *Nutrients*, 2021, 13(1):246.

[19] SUN Q, DU M, KANG Y F, et al. Prebiotic effects of goji berry in protection against inflammatory bowel disease[J]. *Crit Rev Food Sci Nutr*, 2023, 63(21):5206-5230.

[20] FENG Y Q, SONG Y T, ZHOU J, et al. Recent progress of *Lycium barbarum* polysaccharides on intestinal microbiota, microbial metabolites and health: a review [J]. *Crit Rev Food Sci Nutr*, 2024, 64(10):2917-2940.

[21] SANGHAVI A, SHETTIGAR L, CHOPRA A, et al. Efficacy of *Lycium barbarum* (Goji berry) mouthwash for managing periodontitis: a randomized clinical trial[J]. *F1000Res*, 2024, 12:302.

[22] 张敏, 岳坤, 姜交华, 等. 枸杞子及其有效成分的药理作用研究进展[J]. *药物评价研究*, 2023, 46(7):1611-1619.

[23] 郭曼萍, 赵俊男, 施伟丽, 等. 枸杞延缓衰老的研究进展[J]. *中医药导报*, 2019, 25(12):124-128.

[24] 高普选, 党香玲. 鲜枸杞叶绞汁外涂治疗蚊虫叮咬 1853 例[J]. *陕西中医*, 1988, 9(7):320.

[25] 王根军, 尚孟学, 倪方利. 枸杞叶治疗复发性口疮的临床观察[J]. *河北中医*, 2002, 24(1):13-14.

[26] 孙红亮. 枸杞叶的研究及利用[J]. *山西农业科学*, 2017, 45(6):1037-1039, 1052.

[27] 林坤竹. 降解增强枸杞叶多糖抗血小板聚集和抗凝活性的研究[D]. 北京:北京林业大学, 2020.

[28] 缪文玉, 李冠文, 殷孝莹, 等. 新鲜枸杞叶中黄酮提取工艺的优化及抗氧化性分析[J]. *山西农业科学*, 2022, 50(5):762-770.

[29] 赵嘉庆, 肖静, 史春丽, 等. 枸杞叶多糖提取工艺优化及其缓解小鼠过敏性鼻炎的研究[J]. *食品与发酵工业*, 2020, 46(24):90-96.

[30] 宿树兰, 郭盛, 朱悦, 等. 枸杞叶现代研究进展与资源化利用展望[J]. *中国现代中药*, 2022, 24(1):10-19.

Preliminary Study on the Application and Research of Goji by Li Shizhen

HOU Siqi, TANG Xiaolong

Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 201203, China

Abstract Goji is a common plant that is widely used in the Solanaceae family. It has the effects of antipyretic, hypoglycemic, lipid-lowering, and blood pressure lowering. Its root bark could clear the lungs and lowers fire, and its seeds could nourish the liver and kidneys. However, the theory related to Goji is not sufficiently applied in modern times. Li Shizhen of the Ming Dynasty summarized the relevant discussions of ancient scholars on Goji, proposed that “if the odor is unique, the function should be distinguished”, and widely introduced medicinal formulas, comprehensively explained the medicinal name, identification, use, properties, efficacy, indications, and applications of Goji from various perspectives. This article verifies Li Shizhen’s herbal research on Goji in the Compendium of Materia Medica, summarizes both the identification of Goji and similar plants in appearance and the use of authentic medicinal materials; clarifies the indications and symptoms of various medicinal parts of Goji; collects the content of Goji under various drug items, and further summarizes the relevant compatibility and application of Goji in the attached formula. Based on relevant modern research, the modern value of Goji was analyzed. Finally, summarizes the impact and contribution of Li Shizhen on the research and development of Goji.

Key words Li Shizhen; Compendium of Materia Medica; Goji