

缬草药材 供图 / PHOTO\_W (汇图网)



## 一种畅销的天然药用植物 ——缬草

撰文 冷家归 董燕梅

缬草 (*Valeriana officinalis* L.) 是败酱科缬草属多年生高大草本植物, 又名小救贺、大救贺、五里香、满坡香等, 根、茎供药用。该属植物在全世界有250余种, 主要生长在气候温和、湿度较大的山坡草地、林下和沟边等地区。

随着人类生活节奏的加快, 生活压力也随之增加, 像失眠、抑郁、肿瘤等疾病更加频繁地出现, 影响了人类的健康状况和生活水平。我们生活中常见的很多化学合成类药物在治疗疾病方面虽然效果明显, 但是副作用往往很大。缬草作为天然资源植物, 具有镇静安神、解痉止痛的功效, 在临床中可以用来缓解心神不安、心悸、失眠、焦虑、胃肠道疼痛等症状。另外, 缬草在欧洲

及美国也常常被作为镇静、安神、催眠的药物。目前, 缬草因其提取物及制剂在国际上是一种畅销的天然药用植物, 其销售额在植物药中可以排到前10位。

在很早之前, 古希腊和古罗马人就已经利用缬草来镇静安神。在欧洲, 缬草被奉为万灵草药、神草和圣草, 并且在16世纪, 欧洲就用缬草煎茶来改善睡眠。在抑制小鼠的自主活动实验中, 缬草水提物可以镇静、催眠以及延长睡眠时间, 但是后面发现, 同等剂量下, 在增加小鼠睡眠率和延长小鼠睡眠时间上, 缬草挥发油比缬草水提物效果更明显。缬草挥发油主要来自缬草根和根茎, 且根茎挥发油含量

为0.5%~2.0%, 其主要成分为乙酸龙脑酯、苧烯、 $\alpha$ -蒎烯、乙酸乙酯、 $\beta$ -蒎烯、D-柠檬烯、龙脑、1, 8-环十五二烯、(+)-苧烯和桉油烯醇等。

缬草挥发油作为名贵的天然食用香精是香料工业中的座上客, 像生活中的烟、酒、食品、化妆品、香水香精里均有它的身影。除此之外, 缬草中的一些非挥发物如生物碱、黄酮类和多酚类等, 具有很强的抗菌、抗氧化作用。在中国, 缬草油和缬草根提取物已被允许作为天然香料添加到食品中。葡萄果实保鲜实验表明, 用缬草精油处理夏黑葡萄, 可以提高好果率, 保持可滴定酸含量与可溶性固形物含量, 从而延长果实保鲜期。缬草是欧洲非常畅销的天然药物之一, 并被列入《欧洲药典》。

缬草除了是我国传统的药用植物, 还可作为观赏植物。缬草的花期是6月至9月, 花为白色或粉红色, 且具有芬芳怡人的气味。该种分布广, 形态变异大, 变异的性状包括: 是否存在匍匐枝, 植株的大小, 叶片的大小以及叶裂片的对数、形状和大小, 叶缘齿的形状, 花序、果实大小等等。而以上性状的改变又是造成该种出现不同名字的原因。事实上, 在民间“拔地麻”和“媳妇菜”

指的并不是一种, 而是包括了各种形态的个体。目前, 在国外的药用缬草主要有4个类型, 分别为欧洲缬草 *Valeriana officinalis* L.、印度缬草 *V. wallichii* DC、墨西哥缬草 *V. edulis* Nutt. ex Torr & Gray 和日本缬草 *V. auriei* Briq. (Japanese valerian)。我国国产缬草共有17种2变种, 而有文献记载的药用植物为9

种。国产缬草 *V. pseudofficinalis* C.、宽叶缬草 *V. officinalis* L. var *latifolia* Miq、黑水缬草 *V. amurensis* Smir. ex Komarov、蜘蛛香 *V. jatamansi* Jones 和长序缬草 *V. hardwickii* Wall 这5种, 是目前研究报道最多的, 也是被广泛使用和种植面积最大的。

我国贵州地处云贵高原, 属亚热带地区, 常年气候较为温和, 山阴潮湿, 缬草分布较为广泛。统计发现, 当前在贵州的剑河、江口、施秉、台江等县均有大面积种植。2018年, 在较为贫困的石阡县青阳乡, 通过产业结构调整, 累计种植缬草300亩, 每亩效益12 000元, 为当地合作社的实体化运行和贫困户脱贫致富提供了很好的门路, 是造血式脱贫的典范。

作者简介

冷家归, 贵州省农业科学院油料(香料)研究所助理研究员, 主要从事辛香料植物栽培与遗传育种工作。

董燕梅, 中国科学院植物研究所博士研究生, 主要参与芳香植物萜烯代谢与功能基因挖掘研究。

(责编 桑新华)



左: 开花的缬草 供图 / 周豚 右: 缬草植株 供图 / 冷家归