



食药同源与健康

联合主办：省科普作家协会食药同源健康专业委员会、广东科技报社

布渣叶作为岭南地区的道地药材，是广东凉茶的常用药材之一。它的药用历史可追溯至清代。关于布渣叶现存最早的记载，见于何克谏所著的岭南本草书籍《生草药性备要》中。而《本草纲目拾遗》亦有言：破布叶出阳江阳春恩平，状如掌而绿，岭南舟人多用，香烟毒水迷客，煎汤服之立解。可见它在岭南地区使用频率之高，且由来已久。至2010年，《中国药典》收录了布渣叶，正式确立其为国家法定中药材。布渣叶能够从岭南民间走向全国，正是因为它临床疗效显著，运用范围广泛。

一 布渣叶的别称

布渣叶最早在《生草药性备要》中被称为“破布叶”，药如其名，叶片在生长过程中易遭虫咬，多有虫洞，且干燥后质地较脆，容易破碎，形似破布，故得名“破布叶”“烂布渣”。后在岭南本草专著《本草求真》中，正式以“布渣叶”为正名记录。此外，布渣叶也称蓑衣子、麻布叶、火布麻。

二 布渣叶的功效

布渣叶是椴树科植物破布叶的干燥叶，其味微酸，性凉，归脾、胃经，具有消食化滞、清热利湿的功效。《生草药性备要》记载，布渣叶可解一切蛊胀，清黄气，清热毒。做茶饮，清食积。布渣叶常用于治疗湿热黄疸、湿热外袭、饮食积滞。

湿热黄疸：用于湿热蕴结所致的黄疸，表现为目黄、身黄、小便赤黄，舌红苔黄腻等。布渣叶清热利湿退黄，常与茵陈配伍使用。

湿热外袭：岭南地区高温多雨，湿热交蒸，久居岭南，易遭到湿热侵袭，且湿邪好伤脾胃，可表现为发热或身热不扬、口舌生疮、头身困重、胸闷腹满、食欲缺乏等。布渣叶表里同治，既能清热化湿，又能健胃化滞。

饮食积滞：用于过食米面薯芋类导致的脘腹胀满、食欲缺乏、嗳腐吞酸等。布渣叶能健胃消食，化滞消积，是治疗食积的常用药。常用于治疗小儿腹泻、食滞腹痛、食欲缺乏。

此外，岭南医家在长期的临床运用中，积累了丰富的经验，扩大了布渣叶的运用范围。广州《常用中草药手册》记载，布渣叶以水煎服，可治疗蜈蚣咬伤。《岭南草药志》记载了布渣叶的外用方法，将布渣叶、茅瓜蒔、食盐，捣烂炒热，待稍凉时敷于患处可治疗瓜藤疮。《陆川本草》中提及布渣叶可收敛去腐，煎汤外洗能够促进溃疡愈合。

李彦昕

副主任中医师、医学硕士，广州中医药大学儿科专业硕士研究生导师。世中联小儿推拿专业委员会理事，中国针灸协会灸养专业委员会委员，广东省保健协会儿童保健分会常委，广东省科普作家协会食药同源健康专业委员会常委，广东省中医药学会儿科专业委员会委员，广东省中医药学会小儿推拿专业委员会委员，广东省针灸协会适宜技术推广专业委员会委员，广东省保健协会儿童内分泌遗传代谢分会委员。第8届羊城青年好医生。

陈妍茜

广州中医药大学第二临床医学院2021级中医学八年制在读本科生。

布渣叶：清热消食两相宜

作者：陈妍茜 李彦昕

三 布渣叶的运用

布渣叶消滞而不伤胃，清热而不碍湿，其临床运用广泛，已作为重要原料制成多种中成药，方便日常生活的使用，如：六和茶、保儿安颗粒、胃肠宁颗粒剂等，多具有清热祛湿、健胃消积等功效。

在中药汤剂中，布渣叶常与其他中药配伍使用，以增强疗效。

布渣叶配茵陈：二者均能清热利湿。布渣叶善于消食化滞，茵陈善于利湿退黄。两药配伍，增强清热利湿、健胃消滞之效，适用于湿热黄疸、目黄身黄、食欲缺乏者。

布渣叶配香薷：香薷发汗解表、化湿。两药配伍，共奏解表清热化湿之效，适用于外感挟湿、恶寒发热、身热

不扬、头身困重者。

布渣叶配山楂：山楂行气，消食化积，尤善消油腻肉食积滞及小儿乳积。两药合用，能增强消食化滞之效，适用于过食肉类及米面、口臭、食欲缺乏、腹痛泄泻、大便臭秽、舌苔厚腻者。

四 布渣叶的食疗

布渣叶是岭南凉茶的常用药，在日常生活中，它也是药膳食疗的常用材料。

(一) 布渣叶茶

布渣叶茶适用于小儿呃逆。

【材料】布渣叶10克，绿茶适量。

【做法】将布渣叶和绿茶放入热水瓶内，冲入开水1000克，代茶饮用。

【功效】消滞除积、降逆。

(二) 布渣汤

布渣汤适用于腹部胀满、大便酸臭等消化不良者。

【材料】布渣叶30克，辣蓼15克，芒果核20克。

【做法】将布渣叶、辣蓼、芒果核洗净后放入锅中，煮沸即可，可代茶饮。

【功效】健脾开胃、去积消滞。

(三) 五花加味茶

五花加味茶适用于喉咙干痛、咽喉发炎、面部痤疮、牙龈肿痛等湿热内盛者。

【材料】布渣叶、金银花、菊花、槐花、鸡蛋花各10克，木棉花15克。

【做法】上述药物加适量清水浸泡10分钟，武火煮沸后转文火煮15分钟即可。一日一剂，可分多次服用。

【功效】清热、解毒、祛湿、消滞。

(四) 布渣鸡内金茶

布渣鸡内金茶适用于消化不良导致口臭、嗝气、食欲缺乏者。

【材料】布渣叶、鸡内金各10克。

【做法】将鸡内金稍冲洗后，与布渣叶浸泡10分钟，武火煮沸后转文火煮20分钟即可，可代茶饮。

【功效】健胃消食。

(五) 布渣叶独脚金鸭跖汤

布渣叶独脚金鸭跖汤适用于呕奶、腹部胀满、大便酸臭等消化不良的小儿。

【材料】布渣叶15克，独脚金15克，白萝卜、鲜鸭跖适量。

【做法】加水大火煮沸后放入所有材料，再次煮沸后改用中火煮0.5小时。

【功效】健脾开胃、去积消滞。

(六) 布渣白扁豆炖排骨

【材料】布渣叶10克、白扁豆30克、淮山30克、薏米30克、排骨200克。

【做法】先将白扁豆、薏米放入水中浸泡0.5小时，其他药食材清洗干净，排骨余水，然后将所有药食材与排骨一同放入盅中炖1.5小时至2小时，最后调味食用。

【功效】健脾利湿、消食化滞。

五 使用布渣叶的注意事项

布渣叶虽为食药两用之品，但并非人人皆宜。布渣叶性凉，寒凉之性可能损伤阳气，尤其是脾阳，导致运化功能减退，出现食欲缺乏、腹胀、便

溏、乏力等脾虚湿盛的症。因此阳虚体质者、脾胃虚寒者慎服。湿热体质者在服用布渣叶期间，应忌酒、高能量甜食、辛辣油腻、冰冻生冷等生

湿助湿之物。中药的运用，应在正规中医师指导下辨证使用，不可擅自服用及长期大量服用。

公益宣传

起居有常 饮食有节



图源千图网