

caishu11 / October 08, 2012 11:43AM

[秋燥感冒：桑葉見功](#)

天氣幹燥，感冒時容易出現頭痛、口鼻發幹、咽喉燥痛、咳嗽無痰或痰少而黏，[\[url=http://mycoconut.createblog.com/blog/entry.php?id=393488\]](http://mycoconut.createblog.com/blog/entry.php?id=393488)[科技獎](#)[\[/url\]](#)嚴重時出現痰中帶血等症狀。

中醫認為是燥邪所致，再加上目前人們體質上往往郁火明顯，[\[url=http://springzhanli.centerblog.net/13-%E6%9C%89%E7%A0%94%E7%A9%B6%E8%A1%A8%E6%98%8E%E5%8D%B0%E5%88%B7%E5%A0%B1%E5%88%8A%E4%BB%8D%E7%84%B6%E5%8F%97%E6%9C%89%E9%8C%A2%E4%BA%BA%E6%AD%A1%E8%BF%8E\]](http://springzhanli.centerblog.net/13-%E6%9C%89%E7%A0%94%E7%A9%B6%E8%A1%A8%E6%98%8E%E5%8D%B0%E5%88%B7%E5%A0%B1%E5%88%8A%E4%BB%8D%E7%84%B6%E5%8F%97%E6%9C%89%E9%8C%A2%E4%BA%BA%E6%AD%A1%E8%BF%8E)[報刊](#)[\[/url\]](#)火與燥結合，加重病情。這種情況下，常用的藥物之壹就是桑葉。

在衆多治療感冒的成方中均有桑葉，如桑菊飲、桑杏湯等。現代研究發現桑葉對金黃色葡萄球菌、乙型溶血性球菌、白喉杆菌、炭疽杆菌均有較強的抑制作用；[\[url=http://lemolena.da-te.jp/e518342.html\]](http://lemolena.da-te.jp/e518342.html)[外文](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)桑葉中的植物防禦素有抗微生物的作用。中醫認為桑葉以經霜後為佳，采集後曬幹備用，亦可直接到藥店購買。

可選用幹桑葉30克泡水，[\[url=http://moonerseas.dtiblog.com/blog-entry-11.html\]](http://moonerseas.dtiblog.com/blog-entry-11.html)[4D印刷](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)每日1次，也可與梨皮、杏仁共煮，熬成湯當作茶喝，可防燥治感冒。

還可選用桑葉10克，川貝3克，梨皮15克，[\[url=http://www.eater.hk/home/space.php?uid=3816&do=blog&id=769\]](http://www.eater.hk/home/space.php?uid=3816&do=blog&id=769)[包裝](#)[\[/size\]](#)[\[/color\]](#)[\[/url\]](#)冰糖適量與薏米壹起熬粥，以作食療。
