

川贝，它是在我们生活中应用得比较广泛的一味中药材，尤其是在止咳方面有良好的功效。

川贝，是贝母大类中的一个品种，作为中药，以它的干燥鳞茎为入药部位，其性微寒，味甘、苦，有清热润肺、化痰止咳以及散结消肿的功效，临床上可用于肺热燥咳、干咳少痰、阴虚劳嗽以及瘰疬、乳痈等疾病的治疗。



浙贝母与土贝母

浙贝母味苦，具有清化热痰，降泄肺气的作用，多用来治疗外感风热咳嗽及痰热郁肺所导致的咳嗽等症。不过要注意，若是因为体寒引起的多痰，就不能使用贝母来治疗了，否则会加重体寒、加重病情。



贝母还有一定的抗菌作用

有科学实验表明，川贝母对于部分细菌，如大肠杆菌、金黄色葡萄球菌等的分裂有明显的抑制作用，可以通过抑制细菌的繁殖起到抗菌的作用。

贝母最常见的功效就是止咳润肺

因为它性寒味苦，可以有效的降肺火，从而起到止咳润肺的作用。而且，因为它含有生物碱，可以直接作用于中枢神经，通过抑制神经反射来止咳。因此，在许多感冒药中都含有它的成分。



方法/步骤

将梨去核，去不去皮都可以，切成小块，放入果汁机中榨汁去渣，取梨水备用，生姜切碎，红枣去核也切碎，川贝母用料理机打碎，也可以直接买川贝粉。

把梨水和姜、大枣倒入锅中用大火烧开再转小火煮至发稠，用漏勺捞去里面的残渣，再将川贝粉和蜂蜜放入锅中继续浓缩，需搅拌均匀，煮至粘稠状就起锅了，放凉后装入消过毒的瓶子中，放冰箱冷藏，完成~

注意事项

记得瓶子要用水煮沸消毒后晾干才可以用哟，也可以用消毒柜来消毒。

而且要注意的是雪梨膏吃多了可能会导致肠胃不适，所以一定要适量，每天一汤匙（大约10克），食用一周没有见效的话，及时到医院就诊，期间不要吃油腻、辛辣的食物，注意休息。因为雪梨和川贝都是寒性的，所以脾胃虚寒，和外感风寒的人也要谨慎使用。

【END】

图片：来源于网络（侵删）

文/药学部：林咏梅