

· 专题笔谈 ·

茶文化及其保健医疗

中国中医科学院西苑医院心血管病中心(北京 100091)

陈可冀

中国饮茶文化和对茶学的研究历史很为悠久,俗有“开门七件事,柴米油盐酱醋茶”之谓。我国唐代被尊称为“茶神”的陆羽(公元 733—804 年)在其关于种茶、制茶、饮茶、茶具等茶文化著作《茶经》中,曾载称“茶之为饮,发乎神农氏”,说明我国饮茶及以茶叶用于食用及疗疾已有数千年历史。宋代林洪撰的《山家清供》中,也有“茶,即药也”的论断。世界上有很多饮茶品茗作为宾朋集聚及防病医疗等之用,也多由中国传出海外。

我国不同种类的茶叶分别盛产于不同地区。福建武夷山出产的武夷岩茶、大红袍等,历朝多作为贡品朝圣。我国“十大茶诗”中有《咏贡茶》者而负有盛名者,就是称羨武夷茶的诗,出自元代林锡翁,诗云:“百草逢春未敢花,御花葆蕾拾琼芽,武夷真是神仙境,已产灵芝又产茶”。同样出在元代的一位著名书法家赵孟頫,在其《御茶园记》中也称“武夷,仙山也”。可见茶之为“壶中天地”,在品味人生及食饮方面,深得民众喜爱。

我平生也喜爱茶道,诸如大红袍、碧螺春、普洱等,均所喜爱。红茶醒神、绿茶清心、普洱消食,各具特色;每日皆饮,择其一饮用,自觉有醒神、清胃、消食之功效,无日或缺。我到大理、楚雄,品所谓“三道茶”,曾作“白族迎宾三道茶,先苦后甜回味加。纵是评茗论茶道,人生哲理当不差”(南滇杂咏——品白族三道

茶)以自娱。

曩昔曾与沪上名医裘沛然先生、鹭岛名医盛国荣先生共品大红袍于厦岛厦门宾馆,事后各成一诗,为一快事。七十年代应“六、二六指示”下乡到西北甘肃农村巡回医疗,也曾饮藏族奶茶与酥油茶,则是另一感受。饮茶也应适量,多饮也可有“醉茶”感受者,飘飘然焉,我曾有亲身体会。也有对茶饮敏感者,饮茶而诱致心房纤颤,当注意。

药茶治病,见诸传统各类茶书,书肆都可见到。20 世纪 70—80 年代间,我和我的团队曾对儿茶素(catechin)的抗血小板作用进行了系列研究[发表在《中西医结合杂志》1982,2(1):15-18]及《中华医学杂志》1983,63(8):477-481]。国家药监局批准的治疗缺血性脑血管病的倍丙酯注射液的成分也是儿茶精。最应引起我们注意的是本世纪初美国食品药品监督管理局(Food and Drug Administration, FDA)批准的第一个植物药竟然是“茶多酚”,品名为 Veregán,局部应用以治疗尖锐湿疣,取得很好效果,风靡欧非世界。我国现已在不少农业大学也设有茶学专业,并培养茶学各类专业的研究生,后继有人云。

Tel: 010-62860894, E-mail: kjchenvip@163.com

DOI: 10.7661/j.cjim.20170929.231

(收稿: 2017-09-20)

责任编辑: 汤静

中国茶疗法的回归——机遇与挑战

香港茶疗学会(香港)

卫明

茶疗在我国民间已有相当悠久的历史,它大致可分为以茶代药、以药代茶和茶药结合 3 种形式。由于种种原因,茶疗一直以“地方习俗”、“民间验方”、“经验疗法”等形式零散地存在,缺乏系统理论的指导,未能形成一门专业学科,以致茶疗的价值没有被充分认识。有鉴于此,我们将以茶代药的内容特别区分开来,加以专门研究,并命名为中国茶疗法。中国茶疗法是

指单用一味茶叶组成单方或复方,用沸水冲泡或稍加煎煮后取其汤汁饮用,用以防病治病的一种自然疗法。它是以中国传统茶学理论为基础,以中医药学理论为指导,专门研究茶叶防病治病功效的一种新疗法。为局限讨论的范围,此处的茶是指山茶科山茶属的茶(*Camellia sinensis*)的芽及叶,暂时不包括茶籽、茶花及茶树根皮。