

药食同源植物在当代园林景观中的应用模式探讨

——以上海新江湾城绿地为例

陆丹

上海杨浦城市建设投资(集团)有限公司, 上海

收稿日期: 2026年4月20日; 录用日期: 2026年5月18日; 发布日期: 2026年5月28日

摘要

随着城市快速发展,城市居民对绿色空间的需求从单一的视觉审美向多元化的生态服务与健康效益转变。本文从药食同源植物入手,阐述了国内外的研究现状,以新江湾城绿地为例挖掘其园林特性,探索了药食同源植物在园林景观中应用的实践模式,探究其在改善生态环境、促进公众健康、传承传统文化等方面的多元价值,同时指出其面临认知、技术、管理等多重挑战,为园林规划设计、城市绿地系统建设及社区健康环境营造提供新的思路。

关键词

药食同源, 园林应用, 新江湾城

Exploring Application Models of Medicinal and Edible Plants in Contemporary Landscape Architecture

—A Case Study of the Shanghai Xinjiangwan City Green Space

Dan Lu

Shanghai Yangpu Urban Construction Investment (Group) Co., Ltd., Shanghai

Received: April 20, 2026; accepted: May 18, 2026; published: May 28, 2026

Abstract

With rapid urban development, residents' demand for green spaces has shifted from single visual

aesthetics to diversified ecological services and health benefits. This paper starts with medicinal and edible plants, reviews the current research status domestically and internationally, and takes the green space in Xinjiangwan City as a case study to explore their landscape characteristics. It investigates practical models for applying these plants in landscape architecture and examines their multiple values in improving the ecological environment, promoting public health, and inheriting traditional culture. Meanwhile, it points out the multiple challenges they face in terms of public awareness, cultivation techniques, and landscape management. The study aims to provide new ideas for landscape planning and design, urban green space system construction, and the creation of healthy community environments.

Keywords

Medicinal and Edible Plants, Landscape Application, Xinjiangwan City

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 概述

1.1. 研究背景

在快速城市化进程中，随着人们生活水平普遍提高，饮食卫生和营养知识逐渐普及以及公众的健康意识日益增强，人们越来越重视保健和养生，崇尚自然[1]。城市居民对绿色空间的需求也逐步从单一的视觉审美向多元化的生态服务与健康效益转变。园林作为城市生态系统的重要组成部分，其功能定位也从传统的“观赏为主”向“生态、健康、文化、生产”复合功能转型。

与此同时，“药食同源”这一传统中医理念逐渐获得现代科学的认同，兼具观赏、食用与药用价值的多功能植物资源正在成为园林绿化工程建设中的重要选择。所谓药食同源，从字面上理解是指药物与食物的起源相同，当前主流的看法是药物和食物没有明显的界限。唐朝时期的《黄帝内经太素》一书中写道：“空腹食之为食物，患者食之为药物”，反映出“药食同源”的思想[2]。在食用火后，人们开始食熟食，烹调加工技术逐渐发展起来，药食才开始分化。在食与药开始分化的同时，食疗与药疗才逐渐区分。根据国家卫健委颁布的《按照传统既定食品又是中药材料物质目录管理办法》中明确指出，“药食同源”物质是指具有传统食用习惯，且列入国家中药材标准的动物和植物可食用部分[3]。截至2024年，国务院卫生行政部门共纳入食药物质目录的物质达106种¹，其中植物类98种，包括草本、木本植物的根、茎、叶、花、果实、种子等部位，占比约92%，为园林应用提供了科学依据和安全保障。

将药食同源植物系统性地引入城市园林，不仅是对中国传统优秀中医药文化的继承，而且能够丰富植物景观的多样性[4]，还能为市民提供直接的生态效益，满足人们对于园林保健的需求，是健康城市理念的积极实践。本研究旨在探索药食同源植物在园林景观中应用的实践模式，探究其在改善生态环境、促进公众健康、传承传统文化等方面的多元价值，为园林规划设计、城市绿地系统建设及社区健康环境营造提供新的思路。

¹<https://www.nhc.gov.cn/wjw/c100175/200203/1aeb32433c364e72a14ef4741cdaa111.shtml>

<https://www.nhc.gov.cn/wjw/c100175/202001/60977058ce3b4449b1b1d46cff283e73.shtml>

<https://www.nhc.gov.cn/sps/c100088/202408/53150d0918ec40899b5293147ec0dd01.shtml>

1.2. 国内外研究现状

西方国家的“可食景观”(Edible Landscaping)将可食用植物融入园林与城市空间,兼具生产、生态与观赏功能[5];“治疗性园林”(Therapeutic Gardens)以促进人类身心健康为目标,常被称为自然疗愈或疗愈景观,其发展根植于人与自然互动的健康效益[6];“感官花园”(Sensory Gardens)是一种以多感官体验为核心理念的友好空间设计[7]。以上的研究实践广泛应用具有保健功能的香草、浆果等植物,其研究侧重于园艺疗法效果验证、参与式设计及生境营造。这些实践如“康复花园”中常应用紫苏、生姜等药食植物,虽未明确提出“药食同源”概念,但在理念与方法方面可以借鉴食用。

园林景观中的“药食同源植物”与上述概念虽有交叉,但存在本质区别。可食景观的核心在于“可食用性”与食物生产功能,植物选择往往以产量、口感或观赏性优先;治疗性园林侧重于通过植物实现心理或生理疗愈效果,植物自身的食用功能并非必要;感官花园则强调多样性感官刺激,对植物的药理作用关注有限。而“药食同源植物景观”以兼具药用与食用功能的植物为物质基础,在空间设计中同时整合健康疗愈、日常饮食参与、生态服务与文化认知等多重功能,强调植物“药-食-景”属性的协同发挥。

近年来,国内学者开始关注药用植物在园林中的应用,研究多集中于传统药用植物的观赏特性及在专类园(如百草园)的建设[8][9],或涉及社区园艺与可食用景观,却很少聚焦于“药”与“食”双重属性的应用。对于药食同源这一特定类别植物在园林中系统性的应用模式、设计方法及综合效益评估的研究非常少。

2. 以新江湾城为例阐述药食同源植物的园林特性与资源筛选

2.1. 研究地概况

新江湾城位于上海市杨浦区,其四至范围西起逸仙路、国权北路,北抵军工路,南至政立路,东靠闸殷路。生态资源是新江湾城最核心的研究价值,其区域内绿化及水域覆盖率达约43%,拥有长达2.7公里的生态走廊和总面积达27.04公顷的湿地公园[10]。

2.2. 研究方法

2025年6~8月,通过实地线路调研的方法,记录新江湾城区域内的药食同源植物资源,植物拉丁学名、科、属等信息通过植物智(<http://www.iplant.cn/>)网站查询。

2.3. 园林应用视角下的分类体系

在城市景观设计中,园林植物具有观赏、组景、庇荫、防护及覆盖地面等功能,通过展现植物自身的形体、线条、色彩等自然美感,营造出与周围环境相适应、相协调的空间氛围。根据园林应用的目的,可将药食同源植物分为:

- (1) 观赏主导型:如丁香、槐花、金银花(观花)、木瓜、枸杞、香橼(观果)等。
- (2) 食用主导型:如柿、山楂、枣、鱼腥草、百合、菊花等。
- (3) 感官体验型:如薄荷(嗅觉)、桂花(嗅觉)、桃(视觉、味觉)等。
- (4) 生态功能型:如莲(水体净化)、枳椇(蜜源)等。

2.4. 新江湾城药食同源植物种类

通过调查,新江湾城目前有药食同源植物共计24种(见表1),其中木本10种,草本14种,约占食药物质目录的23%。

Table 1. List of medicinal and edible homologous plants in Xinjiangwan City
表 1. 新江湾城药食同源植物名录

| 序号 | 名称 | 拉丁学名 | 科属 | 食用部位 | 应用形式 |
|----|------|---------------------------------|--------------|-----------------------------|------|
| 1 | 银杏 | <i>Ginkgo biloba</i> | 银杏科 银杏属 | 白果(食用部分: 成熟种子) | 行道树 |
| 2 | 桑 | <i>Morus alba</i> | 桑科 桑属 | 桑叶(食用部分: 叶) 桑葚(食用部分: 果穗) | 生态 |
| 3 | 贴梗海棠 | <i>Chaenomeles speciosa</i> | 蔷薇科 木瓜属 | 木瓜(食用部分: 近成熟果实) | 观花灌木 |
| 4 | 梅 | <i>Prunus mume</i> | 蔷薇科 李属 | 乌梅(食用部分: 近成熟果实) | 观花乔木 |
| 5 | 杏 | <i>Prunus armeniaca</i> | 蔷薇科 李属 | 杏仁(食用部分: 种子) | 观花乔木 |
| 6 | 桃 | <i>Prunus persica</i> | 蔷薇科 李属 | 桃仁(食用部分: 成熟种子) | 观花乔木 |
| 7 | 国槐 | <i>Sophora japonica</i> | 豆科 槐属 | 槐花/槐米(食用部分: 花及花蕾) | 行道树 |
| 8 | 枣 | <i>Ziziphus jujuba</i> | 鼠李科 枣属 | 枣(大枣)(食用部分: 成熟果实) | 观果乔木 |
| 9 | 香橼 | <i>Citrus wilsonii</i> | 芸香科 柑橘属 | 香橼(食用部分: 成熟果实) | 观果乔木 |
| 10 | 忍冬 | <i>Lonicera japonica</i> | 忍冬科 忍冬属 | 金银花 (食用部分: 花蕾或初开的花) | 攀援植物 |
| 11 | 马齿苋 | <i>Portulaca oleracea</i> | 马齿苋科 马齿苋属 | 马齿苋(食用部分: 地上部分) | 乡土地被 |
| 12 | 决明 | <i>Cassia obtusifolia</i> | 豆科 决明属 | 决明子(食用部分: 成熟种子) | 观花草本 |
| 13 | 紫苏 | <i>Perilla frutescens</i> | 唇形科 紫苏属 | 紫苏(食用部分: 叶、或带叶嫩枝) | 彩叶地被 |
| 14 | 薄荷 | <i>Mentha haplocalyx</i> | 唇形科 薄荷属 | 薄荷(食用部分: 叶或嫩芽) | 地被 |
| 15 | 夏枯草 | <i>Prunella vulgaris</i> | 唇形科 夏枯草属 | 夏枯草(食用部分: 果穗) | 乡土地被 |
| 16 | 桔梗 | <i>Platycodon grandiflorus</i> | 桔梗科 桔梗属 | 桔梗(食用部分: 根) | 宿根花卉 |
| 17 | 刺儿菜 | <i>Cirsium arvense</i> | 菊科 蓟属 | 小蓟(食用部分: 地上部分) | 乡土地被 |
| 18 | 菊 | <i>Chrysanthemum morifolium</i> | 菊科 菊属 | 菊花(食用部分: 头状花序) | 观花草本 |
| 19 | 蒲公英 | <i>Taraxacum mongolicum</i> | 菊科 蒲公英属 | 蒲公英(食用部分: 全草) | 乡土地被 |
| 20 | 淡竹叶 | <i>Lophatherum gracile</i> | 禾本科 淡竹叶属 | 淡竹叶(食用部分: 茎叶) | 地被 |
| 21 | 白茅 | <i>Imperata cylindrica</i> | 禾本科 白茅属 | 鲜白茅根/干白茅根 (食用部分: 根茎) | 边坡绿化 |

续表

| | | | | | |
|----|----|-----------------------------|------------|-------------------------------|------|
| 22 | 芦苇 | <i>Phragmites communis</i> | 禾本科 芦苇属 | 鲜芦根/干芦根(食用部分: 根茎) | 挺水植物 |
| 23 | 莲 | <i>Nelumbo nucifera</i> | 睡莲科 莲属 | 荷叶(食用部分: 叶) 莲子(食用部分: 成熟种子) | 挺水植物 |
| 24 | 麦冬 | <i>Ophiopogon japonicus</i> | 百合科 | 麦冬(食用部分: 块根) | 地被 |

3. 探讨药食同源植物的园林价值和应用模式

3.1. 药食同源植物的园林价值

药食同源植物在公共绿地中的应用主要围绕景观营造、生态效益、功能服务、文化传播四大方面展开, 兼具实用性与观赏性, 适配公共绿地的多元需求。目前新江湾城绿地中对药食同源植物的应用主要以景观营造和生态效益两个方面为主。

3.1.1. 景观营造层面

利用药食同源植物的株型、花色、叶色、季相变化造景, 打造花境、绿篱、专类园等景观, 丰富绿地视觉层次, 替代部分普通观赏植物。

3.1.2. 生态效益层面

选择乡土、抗逆性强的药食同源植物如薄荷、金银花等, 提升绿地的水土保持、空气净化能力, 同时为昆虫、鸟类提供食源, 完善绿地生态系统。

3.1.3. 功能服务层面

在社区绿地、口袋公园等场景设置可体验的药食同源植物区, 兼具科普教育(识别植物、了解功效)与轻康养属性, 在规范管理的前提下选择适宜的易采摘品种为市民提供低成本的天然食材或药用原料。

3.1.4. 文化传播层面

通过植物铭牌、科普标识等形式, 融入中医药文化、食疗文化, 让公共绿地成为传统文化传播的载体, 提升绿地的文化附加值。

3.2. 药食同源植物在公共绿地中的应用模式

3.2.1. 行道绿化

部分药食同源为大乔木, 冠大荫浓、风姿绰约, 可以作为城市绿化的骨架, 比如银杏、国槐等, 作为新江湾城国晓路的行道树, 起着美化市容、遮荫护路、隔音防尘、调节气候, 保护改善城市生态环境等重要作用, 例如银杏的扇形叶片和金黄叶色, 为新江湾城增添了美丽的景色。其食用部分是白果, 富含大量的营养, 其中的蛋白质、维生素、多糖、脂肪含量非常的丰富, 可以滋补身体, 补充机体营养, 增强机体的免疫力和抵抗能力。

3.2.2. 庭荫绿化

部分药食同源植物枝干苍劲、荫浓冠茂, 无论孤植或丛栽, 都可形成美丽的景观。在新江湾城中多生长于休闲绿地中, 或路旁、或池边、或亭廊附近、或草地和建筑周围, 有孤植, 有三五株丛植, 也有在游人较多的地方成组散植。在绿地中形成绿荫、降低气温, 为市民游客提供良好的休息和娱乐环境。具体品种有国槐(其花有凉血止血、清肝明目的功效)、香橼(它的成熟果实有燥湿化痰、增强抵抗力的功效)等。

3.2.3. 园林景观绿化

许多药食同源植物具有美丽奇特的花、叶或果实等，有很高的观赏价值，比如贴梗海棠树形优美、花色艳丽，同时其果实具有舒筋活络和化湿功能；梅的树姿古朴、花色典雅，具有敛肺止咳、涩肠止泻的功效；桃花淡雅可爱，桃仁有活血化瘀、润肠等功效，这类植物配置于绿地中，使园林景观更有层次感，增加了环境的协调性。通过点植或片植的方式布置，凸显其物候和季相变化，增添了绿地的季节特色，使之更容易引起人们的注意，并使人在实践上形成韵律和节奏感，直接感受到时间的变化。

3.2.4. 河道滨水景观

新江湾城河道面积约 40 公顷，选择芦苇、荷花等药食同源植物种植于河道内，利用其优美的姿形线条打造出优美的河道景观环境，一方面可以有效控制水土流失，改善气候、净化空气，另一方面营造水生生态系统，不仅为鱼类提供食物，也为它们提供栖息的场地。同时通过生态循环起到净化水质、降低水体营养化作用。

3.2.5. 自然野趣景观

新江湾城保护利用了一部分原生态的药食同源植物，如马齿苋具有清热解毒、散血消肿的功效；紫苏具有散寒解表、理气宽中的功效；夏枯草具有散结消肿、清热解毒、祛痰止咳的功效；桔梗具有治疗咽喉肿痛、治疗胸闷的功效；刺儿菜有凉血止血、去火、祛瘀消肿等功效；蒲公英具有清热解毒、消肿散结等功效。这类植物作为地被植物分布于林缘地带，由于这类药用植物在自然界中大多能自生自灭，在营造保健型园林绿地的同时，不但降低了养护成本，又给人还原自然的感觉。

3.3. 主题专类园模式

3.3.1. 药用植物园

国内不少植物园会以单独设立草药园等专类园的模式集中展示药食同源植物，并按功效分区(如清热区、补益区)或生长环境分区(如岩生区、湿生区)，结合解说系统传播中医文化与植物知识。例如辰山植物园的药用植物园、上海植物园草药园、浙江省丽水市华东药用植物园等[11]，重点收集展示中国传统医药植物、世界传统药用植物、芳香植物、药食同源植物等，展示了与人类生活息息相关以及在人类发展历史上影响深远的药用植物。

3.3.2. 可食景观花园

营造“可食景观花园”，以美观的形式种植可食用的药食同源植物，打破食用植物与景观植物的功能界限，将蔬果、香草、可食花卉、药食同源植物的实用价值与景观美学深度融合。2025 世界花园大会的参赛作品“可食花园让生活更美好”营造的药食花园，采用了几何图案、色彩搭配等设计手法，既激发人们的园艺创作热情，又让花园兼具实用价值、观赏价值与生态价值。

3.3.3. 疗愈花园

康复与疗愈花园模式将药食同源植物应用于医院、养老院、福利院等康复花园，以“自然疗愈力”与“中医药文化传承”为核心，融合生态学、园艺疗法、中医五行学说及现代景观设计，构建沉浸式场景的疗愈花园[12][13]。在营造康复花园时可将药食同源植物按木、火、土、金、水五行分区种植，形成养生场(见表 2)[12]，搭配色彩心理学设计(如蓝色镇静区、红色活力区)，通过种植薄荷(触、嗅)、金银花(视、嗅、味)、沙沙作响的麦冬(听)等刺激感官，调节情绪，营造“可参与、可感知、可持续”的互动体验，让自然与文化成为疗愈身心的“双引擎”。

Table 2. Five elements reference table for wellness field**表 2.** 养生场五行对照表

| 养生场 | 五行 | 五方 | 五感 | 药食同源植物应用 |
|-----|----|----|----|---------------------------------------|
| 清肺园 | 金 | 西 | 闻 | 选用忍冬、金银花等散发芳香物质的植物营造芳香的感官体验。 |
| 舒肝园 | 木 | 东 | 看 | 选用杜仲、桑等疏肝植物围合形成绿色空间，舒缓眼睛疲劳。 |
| 固肾园 | 水 | 北 | 听 | 选用桔梗、莲等水性植物达到滋阴养肾的效果。 |
| 强心园 | 火 | 南 | 触 | 选用银杏、麦冬、夏枯草、大蓟等有质感的植物通过人们的触觉刺激达到保健作用。 |
| 健脾园 | 土 | 中 | 尝 | 选用海棠、山楂等结果植物通过采摘食用等趣味体验达到保健脾胃的作用。 |

3.3.4. 社区花园

社区与居住区绿地模式划分小块地块供居民认养，种植常见药食同源植物如花椒、生姜、紫苏等，促进邻里交往与户外活动。昆明市时光记忆睦邻中心“时”愈花园以药食同源植物为载体，通过园艺活动形成了社区健康互动新模式；推广垂直绿化、容器栽培技术，鼓励居民在阳台、窗台种植盆栽薄荷、菊苣等；设置触摸、闻香、采摘区域，选用安全、有趣的植物如草莓、挠痒痒的含羞草(非药食同源，可搭配)，结合自然教育，营造儿童探索区。

4. 药食同源植物应用面临的挑战和解决思路

4.1. 认知的局限性

部分药食同源植物，公众和部分园林管理者认知不足，视其为“野菜”或“药材”，而非景观素材，应用存在局限性。可在市级综合公园侧重主题展示与科普，构建智慧导览系统结合二维码，为植物配备数字名片，详细介绍其药食价值、食用方法及文化故事。

4.2. 安全与卫生风险

城市环境污染(土壤、空气、水体)可能对植物造成污染，药食同源植物种植于公共绿地中可能发生误采误食(部分市民将萱草当作黄花菜采食)或农药残留问题，直接食用存在安全隐患。在管理上需对用于公共绿地特别是可采摘区域的药食同源植物，推行从清洁种苗到有机管护的全流程安全管控，并设立明显标识。

4.3. 景观持久性与管理瓶颈

部分药食同源植物观赏期较短，或采收后景观不佳，需细化设计更替方案；市民对于部分药食同源植物并不陌生，如金银花、桃、山楂、桂圆、香橼等，公众采摘行为与景观维护存在潜在矛盾。可通过组织工作坊、种植培训、丰收节等活动，激发居民参与热情，建立社区公约规范采摘行为。

4.4. 政策与规范有待完善

目前城市园林绿化相关标准和规范中还没有系统的纳入药食同源植物的应用指引和鼓励措施。可通过将药食同源植物应用纳入生态城市、健康社区等评价指标体系，对相关示范项目给予资金或政策倾斜。

5. 结论与展望

药食同源植物是连接自然、健康、文化与生活的绿色纽带。将其系统、科学、艺术地应用于园林景

观, 是对城市绿地单一观赏功能的突破性拓展, 是落实生态文明建设和健康中国战略的创造性实践。它构建了一种“景观产出健康, 参与促进和谐, 文化浸润心灵”的新型城市绿色空间模式。尽管当前面临认知、技术、管理等多重挑战, 但随着跨学科协作的深入、政策标准的完善以及公众意识的觉醒, 药食同源植物在园林中的应用必将从零星的点缀走向系统的构建, 从先锋的探索走向主流的实践。未来, 我们有望看到更多“春花秋实、药香满园”的城市绿地, 它们不仅是美丽的风景, 更是充满生命力和治愈力的健康家园, 为高密度城市中生活的人们提供持续而深刻的生态福祉。

参考文献

- [1] 黄永昌. 岭南地区高校药用植物园建设实践研究——以广东江门中医药职业学院为例[J]. 广东职业技术教育与研究, 2019(2):163-165.
- [2] 刘勇, 肖伟, 秦振娴, 等. “药食同源”的诠释及其现实意义[J]. 中国现代中药, 2015, 17(12): 1250-1252+1279.
- [3] 中华人民共和国国家卫生健康委员会. 关于印发《按照传统既是食品又是中药材的物质目录管理规定》的通知[EB/OL]. 2021-11-10
<https://www.nhc.gov.cn/sps/c100088/202111/a0f07a6f1d4f4607add51e5a9de73abe.shtml>, 2026-4-16.
- [4] 吴春燕, 王婧婕, 李坤, 等. 药食同源植物在共建花园中的应用研究[J]. 现代农业研究, 2025, 31(3): 55-58.
- [5] Sartison, K. and Artmann, M. (2020) Edible Cities—An Innovative Nature-Based Solution for Urban Sustainability Transformation? An Explorative Study of Urban Food Production in German Cities. *Urban Forestry & Urban Greening*, 49, Article 126604. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126604>
- [6] 周佩玲, 程杨, Rosenberg, M.W. 疗愈景观概念及其在健康地理学中的研究进展[J]. 地理科学进展, 2023, 42(3): 602-616.
- [7] 张帅, 张希晨. 疗愈视角下常州红梅新村适老化景观更新设计探索[J]. 园林, 2020(4):69-75.
- [8] 高薇. 广西药食同源植物种质资源及其园林应用[D]: [硕士学位论文]. 桂林: 桂林理工大学, 2024.
- [9] 张映雪, 黄梅, 魏宇昆. 上海植物园草药园历史现状与发展思考[J]. 园林, 2024, 41(S1): 109-116.
- [10] 郝会杰. 上海新江湾城植被动态与植物景观特征研究[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 中南林业科技大学, 2024.
- [11] 刘梓杨. 景观设计中药用植物的应用研究——以华东药用植物园为例[J]. 城市建筑, 2024, 21(17): 219-222.
- [12] 王行懿, 罗言云. 阴阳五行学说与园林植物种植初步研究[J]. 北方园艺, 2010(16): 119-122.
- [13] 王韧. 用风水学理论来探讨园林植物在造景中的应用[J]. 现代农业科学, 2009, 16(4): 132-133.