

大枣的传统记载及应用

张雨^{1,2}, 瞿水清^{1,2,3}, 杨源民^{1,2}, 邓硕秋^{1,2}, 郑钟原^{1,2}, 王茜^{1,2,4}, 刘慧^{1,2,3}, 陈利娜^{1,2}, 崔红花^{3*}, 李玉洁^{1,2*}

¹中国中医科学院中药研究所, 北京

²中国中医科学院青蒿素研究中心, 北京

³广东药科大学中药学院, 广东 广州

⁴山西医科大学药学院, 山西 太原

Email: *honghuacui@163.com, *yjli@icmm.ac.cn

收稿日期: 2021年8月13日; 录用日期: 2021年9月16日; 发布日期: 2021年9月23日

摘要

鼠李科植物枣 *Zizyphus jujuba* Mill. 的干燥成熟果实大枣, 原产于我国, 在《神农本草经》中列为上品。大枣是药食同源, 滋补气血的佳品, 因助十二经, 通九窍, 和百药, 被广泛应用于中医临床。鉴于古籍对中医药现代研究具有重要指导意义, 本文通过检索中医古籍数据库《中医古籍资源库》收录的2085余种和《中华医典》收录的1000部中医古籍, 全面收集了“大枣”相关文献记载87条, 其中含大枣方剂5988个。经系统甄别、整理、分类, 从中总结了“大枣”的性味、传统功效、临床应用、历史沿革及含“枣”方剂相关记述, 并以《伤寒论》中大枣的应用为例, 梳理、归类其功效的共性规律和典型应用, 为“大枣”现代研究提供详实的文献依据, 并为进一步深入挖掘其药效、阐明作用机制提供新的线索。

关键词

大枣, 中医古籍, 性味, 功效, 方剂

The Traditional Records and Application of *Zizyphus jujuba*

Yu Zhang^{1,2}, Shuiqing Qu^{1,2,3}, Yuanmin Yang^{1,2}, Shuoqiu Deng^{1,2}, Zhongyuan Zheng^{1,2}, Xi Wang^{1,2,4}, Hui Liu^{1,2,3}, Lina Chen^{1,2}, Honghua Cui^{3*}, Yujie Li^{1,2*}

¹Institute of Chinese Materia Medica, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing

²Artemisinin Research Center, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing

³School of Traditional Chinese Medicine, Guangdong Pharmaceutical University, Guangzhou Guangdong

⁴College of Pharmacy, Shanxi Medical University, Taiyuan Shanxi

Email: *honghuacui@163.com, *yjli@icmm.ac.cn

*通讯作者。

文章引用: 张雨, 瞿水清, 杨源民, 邓硕秋, 郑钟原, 王茜, 刘慧, 陈利娜, 崔红花, 李玉洁. 大枣的传统记载及应用[J]. 中医学, 2021, 10(5): 716-727. DOI: 10.12677/tcm.2021.105099

Received: Aug. 13th, 2021; accepted: Sep. 16th, 2021; published: Sep. 23rd, 2021

Abstract

Ziziphus jujuba, the dried ripe fruit of *Zizyphus jujuba* Mill is originally produced in China and listed as Top-class medicines in Shennong Bencaojing. *Ziziphus jujuba* can help twelve regular meridians, dredge nine orifices, and compatible with multiple drugs. It is also a homology of medicine and food, and can nourish qi and blood, which is widely used in the clinical of Chinese medicine. Ancient books on Traditional Chinese Medicine (TCM) have important guiding value to the modern research of TCM. This article collected 87 documents about “*Ziziphus jujuba*” and 5988 prescriptions of “*Ziziphus jujuba*” by retrieving “Resource library of ancient books on TCM” and in the Chinese Medical Canon. In this paper, the varieties, flavor-nature, traditional efficacy, application and historical evolution and related descriptions of “*Ziziphus jujuba*” formula are summarized. Taking the application of “*Ziziphus jujuba*” in Treatise on Febrile Disease as an example, we summarized the common rules of its efficacies and typical applications, which will provide solid clues and basis for modern research of “*Ziziphus jujuba*” and the further exploration of its efficacy and the mechanism.

Keywords

Ziziphus jujuba, Ancient Chinese Medical Literature, Flavor-Nature, Traditional Efficacy, Formula

Copyright © 2021 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. 引言

大枣为鼠李科枣 *Zizyphus jujuba* Mill.的干燥成熟果实，原产于我国，《本草纲目》释名“干枣(《别录》)、美枣(《别录》)、良枣”，《名医别录》曰：“枣生河东平泽”，《本草纲目》“颂曰：近北州郡皆出枣，惟青州之种特佳。晋州、绛州者虽大，而不及青州肉浓也”。大枣为《黄帝内经》所载“五果”之一，在我国北方地区一直被视为一种“木本粮食”。其药用历史悠久，是药食两宜之佳品。《神农本草经》曰大枣“和百药。久服，轻身、长年”，后历代医方中均有记载。

大枣甘，温，归脾、胃、心经，补中益气，养血安神[1]，含有三萜酸、皂苷、生物碱、黄酮和糖苷类等化学成分，其中多糖类成分与大枣的临床药理作用紧密相关[2] [3]，药理研究证明，大枣多糖对自由基有明显清除作用，是天然的抗氧化剂[4] [5] [6] [7]；可改善机体受损的免疫系统，抑制肿瘤生长[8]；能够预防和治疗肝毒性化学物和药物所致肝损伤[9]，还具有调节血糖、血脂的作用[10]。

古籍文献查阅中可见，随朝代更替“枣”在不同医籍中的名称有一定变化，性味功效也有不同。为更准确把握大枣在古籍中的应用记载，现对中国中医科学院中医药信息研究所中医古籍数据平台《中医古籍资源库》收录的 2085 种中医古籍、湖南电子音像出版社《中华医典》收录的 1000 部中国历代医学古籍中“大枣”、“干枣”、“美枣”、“良枣”、“红枣”相关的中医传统应用进行系统考证与梳理，并逐条甄别、删除混淆的“菟枣”、“仲思枣”、“拐枣”、“酸枣”、“赤小枣”等其他相关品种记载，以期为大枣的现代研究应用提供扎实的文献依据和研究线索。

2. 古籍中“大枣”的药性记载

东汉时期的《神农本草经》，是我国目前现存最早的药理学专著(简称《本草经》或《本经》)。其内有关枣的记载，将大枣归入“上品”，称“大枣，味甘，平”。宋代名医唐慎微所撰《经史证类备急本草》(《政类本草》)中对大枣功效的记载遵从前人。金元时期的《汤液本草》，关于生枣与大枣的描述为“生枣，味甘、辛”，“大枣，气温，味甘，气厚，阳也”。明时期的《本草纲目》中记载“生枣「气味」甘，辛，热，无毒”；“大枣「气味」甘，平，无毒。思邈曰：甘、辛，热，滑，无毒。杲曰：温。”可见大枣以味甘性平或温为主，其平和的药性和无毒性决定了其在方剂中和日常饮食中的广泛应用。

3. 古籍中“大枣”的功效记载

古代文献关于大枣的功效记述，以补气、健脾、养血及调和诸药为主。对其功效的描述性语言多见于本草学的著作当中。见表 1，表 2。

3.1. 春秋至秦汉时期

《本经》曰：“大枣……主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气、少津液、身中不足，大惊，四肢重，和百药。久服，轻身、长年。”这一时期就提出了大枣补气、健脾胃、和百药以及“轻身、长年”的保健功效。

3.2. 魏晋南北朝隋唐时期

梁代《本草经集注》多描述与强调了大枣的补中功效，“大枣……补中益气，强力，除烦闷，心下悬，肠澼。”

唐代官修中药著作《新修本草》提及大枣的功效，基本遵从《神农本草经》与《本草经集注》的记述，无变化。

Table 1. Records of the efficacy of “*Ziziphus jujuba*” recorded in Resource library of ancient books on TCM

表 1. 《中医古籍资源库》收载古籍中记载“枣”的功效

来源	功效
《本草衍义》	今人将干枣去核，于铛锅中微火缓逼干为末，量多少，入生姜末为汤，点服，调和胃气。又，将煮枣肉和治脾胃丸药，尤佳。又青州枣去皮核，焙干为枣圈，达都下，为奇果
《医说》	枣能黄齿
《卫生宝鉴》	生姜、大枣、饴糖，辛甘大温，益气缓中。又兴脾胃行其津液，以养四脏。建脾制水，补子泻鬼，使四脏各安其气，必清必净，则病气衰去
《卫生宝鉴》	大枣味甘温。胃者卫之源。脾者荣之本。《黄帝针经》云：荣出中焦，卫出上焦是也。卫为阳，不足者益之必以辛。荣为阴，不足者补之必以甘。甘辛相合，脾胃建而荣卫通。是以姜枣为使也
《卫生宝鉴》	人参葶苈丸(枣肉和丸桐子大)
《卫生宝鉴》	生姜、大枣、辛甘大温，生发脾胃升腾之气，行其荣卫，又能缓其急
《卫生宝鉴》	熟枣肉剂成膏
《医经小学》	大枣甘温可壮神，又能助脉健天真，大和脾胃安中脘，中满之时忌入唇
《苍生司命》	养胃，又曰参草姜枣胃家药也
《本草约言》	若云益气利五脏，必主以参、术、枣、姜之类，斯能安胃益气

Continued

《本草约言》	佐大枣，有厚肠之力
《本草约言》	盖枣仁秋成者也，生则全得金气，而能制肝木，肝木有制，则脾不受侮，而运行不睡矣
《本草约言》	枣类甚多，大抵以青州所出者，肉厚为最。不可同生葱食。中满者与牙痛者，俱不可食。小儿多食，生疳损齿。丹溪云：枣属土而有火，味甘性缓。经云：甘先入脾。又谓：补脾未尝用甘。今人食甘多者，惟脾受病。小儿苦患秋痢与虫，食之良
《本草约言》	枣生者味甘、平，无毒。多食令人寒热腹胀，滑肠难化，羸瘦人尤不可食。熟者味甘，温，无毒。主心腹邪气，安中补虚，益气养脾，助十二经，平胃气，通九窍，润心肺，止嗽，补少气、少津液，身中不足，大惊，四肢重
《东垣十书》	虚，则以甘草、大枣之类补之
《东垣十书》	人参、大枣之甘，以补不足之气
《东垣十书》	生枣味甘、辛。多食，令人多寒热，羸瘦者不可食
《东垣十书》	汤液本草海藏王好古类集新安吴勉学校正果部大枣气温，味甘，气厚，阳也。无毒。《珍》云：味甘，补经不足，以缓阴血。《液》云：主养脾气，补津液，强志。三年陈者，核中仁，主腹痛，恶气卒疰忤，治心悬。经云：助十二经脉，治心腹邪气，和百药，通九窍，补不足气。生者多食，令人腹
《东垣十书》	姜、枣辛甘发散
《周慎斋医书》	心烦，加麦冬、五味、枣仁
《周慎斋医书》	姜枣，辛甘，行阳气，而除阳脉之湿
《周慎斋医书》	用白术，红枣，共捣为丸。每服地黄丸，半杂白术丸
《周慎斋医书》	白术，红枣，补脾，止泻
《周慎斋医书》	茯苓、远志、枣仁之补心
《周慎斋医书》	大枣，属土，有火。生姜佐之，益气厚肠
《古今医鉴》	大枣养胃和脾，遇中满而勿与
《万病回春》	胃腑补泻温凉药，补：白术、人参、黄芪、莲子、炙甘草、芡实、山药、陈皮、半夏、糯米、蜂蜜、砂糖、白糖、荔枝、林禽、枣子
《医学原理》	是以用大枣、人参、甘草、白术等补益中气以健运
《医学原理》	大枣、甘草补脾土以胜湿
《医学原理》	是以用桂枝、生姜、甘草、大枣以发散在表之风寒，芍药收阴寒以救血
《医学原理》	故用桂枝、甘草、大枣、生姜等发表邪
《医学原理》	经云：虚火宜补，故用人参、大枣、甘草以补中
《医学原理》	黄连汤：治中气亏败，阴寒外乘，郁热内激，腹痛呕逆。法当补中气为主，故用人参、甘草、大枣以补中气为本
《医学原理》	大枣补中益肺之母气
《医学原理》	六味地黄丸，以红枣四两蒸烂去核捣膏，和炼蜜丸如梧子大
《医学原理》	肉豆蔻丸，以枣肉捣膏丸梧子大
《医学原理》	是以用人参、黄芪、茯苓、甘草、大枣等以补中气，当归、白芍养气血，为本

Continued

《医学原理》	枣健脾
《杂病证治准绳》	予见其呕恶，用瓜蒂散、人参芦煎汤导吐之，不得吐，因念积饮非十枣汤不能取，乃用三药以黑豆煮制，晒干研为末，枣肉和丸如芥子大，而以枣汤下之，初服五分后，见其不动，复加五分，无何腹痛甚，以枣汤饮之
《医学广笔记》	下焦，少腹不坚痛，而误用芒硝以伐真阴，洞泄不已，元气将脱，宜用人参、白术、炙甘草、大枣、干姜、芍药，大剂与之
《医学广笔记》	大枣去核，有齿病、疳病、虫人及小儿不宜食。忌与葱同食，令人五脏不和。与鱼同食，令人腰腹
《医学广笔记》	胃气弱，加生姜三五片，大枣三枚
《寿世保元》	大枣味甘，调和百药，益气养脾，中满休嚼
《寿世保元》	一论外解诸方，凡被房事、经水、生产之秽所犯者，以大枣烧烟解之
《寿世保元》	以甘草、大枣补脾
《寿世保元》	脾虚者，甘草、大枣之类补之
《简明医彙》	湿证
《丹台玉案》	大枣补脾
《丹台玉案》	咳嗽，加枣仁
《寓意草》	姜、枣为引，平调数日而全愈
《寓意草》	姜、枣和中为引
《医门法律》	姜、枣和中
《神农本草经百种录》	大枣味甘平。主心腹邪气，安中养脾，(建立中气，则邪气自除)助十二经，平胃气，(十二经皆受津液于脾胃，脾胃盛则十二经皆充也)通九窍，(补而不滞)补少气、少津液，身中不足，(周身血气无不补也)大惊，(甘能缓急)四肢重，(脾虚则重，旺则轻也)和百药。(百药气味不齐而甘能调之)久服，轻身长年。(皆补益后天之功)(枣味甘，而肉浓色赤，得火之色，土之味，故能建立中焦，温养脾胃，为后天之本。万物生于土，土气充盈，诸经自皆受益矣)
《医碕》	附子、天雄、乌头毒、大豆、绿豆各数合，煎浓汁饮。又远志、防风、枣、饴糖，并解之
《医碕》	枣以补其阳
《医碕》	参、芪、甘草、姜、枣以补其阳
《伤寒瘟疫条辨》	用姜、枣以培中气
《伤寒瘟疫条辨》	故用甘草、大枣以补益肠胃也
《伤寒瘟疫条辨》	姜、枣又所以和中而调卫荣也
《伤寒瘟疫条辨》	药，久病虚羸，故以参、草、大枣扶其胃气，而诸证自退也
《伤寒瘟疫条辨》	生姜、大枣利气通经，健运脾土以固本，惟善用者乃能收奇功也
《伤寒瘟疫条辨》	佐以参、枣补中虚也
《伤寒瘟疫条辨》	故参、草、桂枝、姜、枣补益中气，调和荣卫
《方义指微》	枣和营为桂芍佐使
《神效奇方》	大枣忌葱

Table 2. Records of the efficacy of “*Ziziphus jujuba*” recorded in the Chinese Medical Canon
表 2. 《中华医典》记载古籍中记载“枣”的功效

来源	功效
《吴普本草》	大枣主调中，益脾气，令人好颜色，美志气
《本草经集注》	大枣味甘，平，无毒。主治心腹邪气，安中，养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气少津，身中不足，大惊，四肢重，和百药。补中益气，强力，除烦闷，心下悬，肠癖。久服轻身，长年，不饥神仙
《名医别录》	大枣无毒。补中益气，强力，除烦闷，治心下悬、肠癖。久服不饥神仙。生枣，味甘、辛，多食令人多寒热，羸瘦者，不可食。生河东
《名医别录》	枣叶散服使人瘦，久即呕吐；揩热瘕疮至良。《本经》原文：大枣，味甘，平。主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气少津液，身中不足，大惊，四肢重，和百药。久服轻身长年。叶覆麻黄，能令出汗。生平泽
《新修本草》	大枣味甘，平，无毒。主心腹邪气，安中养脾，助十二经胃气，通九窍，补少气少津，身中不足，大惊，四肢重，和百药。补中益气，强力，除烦闷，疗心下悬，肠癖。久服轻身长年，不饥神仙
《黄帝内经太素》	大枣味甘平，杀乌头毒。生枣味辛
《证类本草》	大枣味甘，平，无毒。主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气，少津液，身中不足，大惊，四肢重，和百药，补中益气，强力，除烦闷，疗心下悬，肠癖。久服轻身长年，不饥神仙。干枣，温。主补津液，强志。三年陈者核中仁，主恶气，卒疰忤
《证类本草》	仲思枣味甘，温，无毒。主补虚益气，润五脏，去痰嗽，冷气。久服令人肥健，好颜色，神仙不饥
《汤液本草》	大枣气温，味甘，气厚，阳也。无毒。《珍》云：味甘，补经不足，以缓阴血。《液》云：主养脾气，补津液，强志。三年陈者，核中仁，主腹痛，恶气卒疰忤，治心悬。经云：助十二经脉，治心腹邪气，和百药，通九窍，补不足气。生者多食，令人腹胀注泄。蒸熟食，补肠胃，肥中益气。中满者勿食甘，甘者令人中满，故大建中汤，心下痞者，减饴、枣，与甘草同例
《汤液本草》	生枣味甘、辛。多食，令人多寒热，羸瘦者不可食。叶，覆麻黄能令出汗。生河东平泽，杀乌头毒
《神农本草经疏》	大枣味甘，平，无毒。主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气、少津液、身中不足，大惊，四肢重，和百药，补中益气强力，除烦闷，疗心下悬，肠癖。久服轻身延年，不饥神仙
《素问灵枢类纂约注》	补益精气
《神农本草经》	大枣味甘，平。主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气、少津液、身中不足，大惊，四肢重，和百药。久服，轻身、长年。叶覆麻黄，能令出汗。生平泽
《灵素节注类编》	补益精气
《中西汇通医经精义》	补脾
《中西汇通医经精义》	补心，泄水
《内经药论》	运行脾胃也六脉迟缓而甚微者急宜救阳

3.3. 宋金元时期

宋代《本草衍义》对大枣的记载，强调益脾胃之功效，并言其与生姜相配，可调和脾胃，“大枣，今先青州，次晋州，此二等可晒曝入药，益脾胃为佳。余只可充食用”。今人将干枣去核，于铛锅中微火缓逼干为末，量多少，入生姜末为汤，点服，调和胃气。又将煮枣肉和治脾胃丸药，尤佳。又青州枣去皮核，焙干为枣圈，达都下，为奇果。

金元时期的《汤液本草》，提及大枣以及生枣。论及大枣的不同食用方式，功效有所不同。“生枣，味甘、辛。多食，令人多寒热，羸瘦者不可食。……生河东平泽，杀乌头毒。”；“大枣，气温，味甘，气厚，阳也。无毒。《珍》云：味甘，补经不足，以缓阴血。《液》云：主养脾气，补津液，强志。三年陈者，核中仁，主腹痛，恶气卒疰忤，治心悬。经云：助十二经脉，治心腹邪气，和百药，通九窍，补不足气。生者多食，令人腹胀注泄。蒸熟食，补肠胃，肥中益气。中满者勿食甘，甘者令人中满，故大建中汤，心下痞者，减饴、枣，与甘草同例”。

3.4. 明清时期

《本草纲目》记载果部“枣”：「主治」1) 调和胃气。用干枣去核，缓火烤燥，研为末，加少量生姜末，开水送服。2) 反胃吐食。用大枣一枚去核，加斑蝥一个去头翅，一起煨熟，去斑蝥，空心服，开水送下。3) 伤寒病后，口干咽痛、喜唾。用大枣二十枚、乌梅十枚，捣烂，加蜜做成丸，口含咽汁，甚效。4) 妇女脏燥(悲伤欲哭，精神不正常)。用大枣十枚、小麦一升、甘草二两、合并后每取一两小煎服。此方名“大枣汤”，亦补脾气。5) 大便燥塞。有大枣一枚去核，加轻粉半钱入枣中，煨熟服，枣汤送下。6) 烦闷不眠。用大枣十四枚、葱白七根，加水三程式煮成一升，一次服下。7) 上气咳嗽。用枣二十枚，去核，以酥四两，微火煎，倒入枣肉中渍尽酥，取枣收存。常含一枚，微微咽汁。8) 肺疽吐血。用红枣(连核烧存性)、面药煎(煨过)，等分为还想。每服二钱，米汤送下。9) 耳聋鼻塞。取大枣十五枚(去皮、核)、蓖麻子三百枚(去皮)，一起捣碎，棉裹塞耳鼻，一天一次，经一个多月，即可闻声音和辩香自。先治耳，后治鼻，不可并塞。10) 诸疮久溃。用枣膏三程式煎水频洗。

综上可知大枣补中益气，药力平和，为调补脾胃的常用药。又可养血安神，治疗气血亏虚，情志抑郁，心神不宁之脏躁证。这与大枣现代用于治疗缺铁性贫血，失眠烦闷，胃寒疼痛是一致的。大枣又有调和百药，缓和药物毒烈之性的功效，在方剂中常为佐使，被历代医家广泛应用于临床，治疗多种疾病。

4. 古籍文献中含“枣”的方剂记载

古代文献中含有“枣”的方剂不胜枚举，主要是取枣的补益、调和药性之效。分以下三类。

4.1. 以“枣”命名的方剂

这一类方剂有取大枣补益调中的功效，也有取其缓和药性的作用。前者方剂数目较多，如出自张仲景《金匱要略》甘麦大枣汤，由甘草三两、小麦一升，大枣五至七枚组成。有养心安神、和中缓急、补脾益气等功效。适用于脏躁，以精神恍惚、常悲伤欲哭不能自主、睡眠不实、言行失常、哈欠频作、舌红苔少等症状。其构思精练，组方经典，在后世医书《本草问答》、《成方切用》、《古今医统大全》、《韩氏医课》、《金匱要略论注》、《金匱指归》、《医宗金鉴》等中广为记载。《丹溪心法》、《古今医统大全》、《太平惠民和剂局方》收录的枣肉平胃散，大枣用量较大，《丹溪心法》曰：“浓朴(姜制)陈皮(去白，各三斤，二两)甘草(炙)、红枣、生姜(各二斤)苍术(泔浸一宿炒，五斤)上锉，拌匀，以水浸过面上半寸许，煮干，焙燥为末……和匀温服，效。治翻胃、积饮通用。”治疗不思饮食，口苦无味，面黄瘦弱，膈气反胃等症的脾胃不和证。“常服调气暖胃，化宿食，消痰饮，辟风、寒、冷、湿四时非节之气”(《太平惠民和剂局方》)。

取大枣缓和药性作用的代表方剂为十枣汤，主治太阳中风，有形之水客居胸胁之悬饮证。《伤寒论·辨太阳病脉证并治下》云：“芫花(熬)，甘遂，大戟，上三味，等分，各别捣为散，一水一升半，先煮大枣肥者十枚，取八合去滓，内药末。强人服一钱匕，羸人服半钱，温服之，平旦服，若不下病不除者，明日更服加半钱，得快下利后，糜粥自养”。《金匱要略》亦有论述。《注解伤寒论》曰：“辛以散之，

芫花之辛，以散饮；苦以泄之，甘遂、大戟之苦，以泄水。水者，肾所主也；甘者，脾之味也。大枣之甘者，益土而胜水”；《金镜内台方议》曰：“以大枣之甘，益脾而缓其中也”，可见大枣在此处既顾其脾胃，又缓其峻毒。又如葶苈大枣泻肺汤(葶枣散)，载于《金匱要略》，由葶苈子、大枣组成。具有泻肺行水、下气平喘之功效，主治痰涎壅盛、咳喘胸满等证。《金匱要略》卷上曰：“方中葶苈子入肺泻气，开结利水，使肺气通利，痰水俱下，则喘可平，肿可退；但又恐其性猛力峻，故佐以大枣之甘温安中而缓和药力，使驱邪而不伤正”。大枣缓和药性之功可见一斑。此外其他一些以“枣”命名的方剂，针对特殊病症，疗效颇佳，记载于各家医书，随世流传。举例如下：《医林一致》中记载的七枣汤，“附子(一枚盐水煮去皮脐)大枣(七枚)为丸，每服三钱，甚者五钱”，治有寒无热，故用此方以治牝疟。《玉机微义》解：“七枣汤治五脏气虚，阴阳相胜，乍为痎疟，不问寒热先后并治。王冰解：‘益火之原，以消阴翳’，故独寒无热之疟，用附子之辛以主之，佐以大枣七枚，取其能和附热，且引之入至阴耳”。这些古代医家临床经验的总结，很多至今仍习用。见表 3。

Table 3. The formulas named after “*Ziziphus jujuba*” in ancient books of Chinese medicine
表 3. 中医古籍中以“枣”命名的方剂

来源	方剂名称	方药组成
《产宝百问》、《晋唐名医方选》、《治法彙》	大枣汤	甘草，小麦，大枣
《杨仁斋著作三种》	独枣汤	大枣
《王氏家宝伤寒证治明条》	茯苓桂枝大枣汤	茯苓，桂枝，甘草，大枣
《尚论后篇》、《金匱要略直解》、《伤寒来苏集》、 《伤寒瘟疫条辨》、《要略釐辞》、《韩氏医课》、 《金匱要略方论本义》	茯苓桂枝甘草大枣汤	茯苓，桂枝，甘草，大枣
《金匱要略方论本义》、《新编金匱要略方论》	甘草小麦大枣汤方	甘草，小麦，大枣
《金匱要略直解》、《医宗金鉴》、《奇症汇八卷》、 《金匱要略正义》、《金匱指归》	甘麦大枣汤	甘草，小麦，大枣
《金匱要略正义》	桂甘姜枣麻辛附子汤方	桂枝，甘草，干姜，大枣，麻黄，细辛，附子
《景岳全书》	济生七枣汤	大附子或川乌代附子，陈壁土，三七，枣
《医学启蒙汇编》、《证治大还》	金枣丹	雄黄，辰砂，川乌，升麻，蜈蚣，蟾酥， 闹羊花，麝香，大枣
《金匱要略直解》	茯苓桂枝甘草大枣汤	茯苓，甘草，大枣，桂枝
《良朋汇集经验神方》	秘传枣凡丸	红枣，鸡肫皮，皂矾，醪醋
《严氏济生方》、《丹溪心法》、《苍生司命》、 《杂病证治准绳》、《丹台玉案》	七枣汤	附子，姜，枣
《晋唐名医方选》	千金干枣汤	芫花、薤花各半两、甘草、大戟、甘遂、 大黄、黄芩各、干枣
《景岳全书》	三因葶苈大枣泻肺汤	葶苈子，大枣
《伤寒六书》、《古今医统大全》、《明医指掌》、 《医林绳墨》、《医学启蒙汇编》、《尚论后篇》、 《金匱要略直解》、《医林一致》、《伤寒来苏集》、 《起秀堂刊医书两种》、《金匱要略方论本义》、 《伤寒悬解》、《要略釐辞》、《金匱方论衍义》、 《金匱要略札记》、《新编金匱要略方论》	十枣汤	芫花、大戟、甘遂、大枣

Continued

《景岳全书》	仲景十枣汤	芫花、大戟、甘遂、大枣
《丹溪心法》	十枣丸	芫花、大戟、甘遂、枣肉
《景岳全书》、《疡科选粹》	水银枣子膏	水银，枣肉
《外科启玄》、《要略螫辞》	葶苈大枣汤	葶苈子，大枣
《丹溪先生医书纂要二卷》、《杂病证治准绳》、 《金匱要略直解》、《金匱要略方论本义》、 《韩氏医课》、《金匱方论衍义》、 《金匱要略正义》	葶苈大枣泻肺汤	葶苈子，大枣
《瑞竹堂经验方》、《古今医统大全》	香枣丸	苦丁香，大枣
《卫生宝鉴》、《古今医统大全》、《医经大旨》	枣矾丸	皂矾，枣肉，生姜汤送服
《古今医统大全》	枣膏丸	陈皮、苦梗、甜葶苈(炒，研)大枣
《新刊续添是斋百一选方》	枣合丸	丁香，半夏，干姜，胡椒，木香，大枣
《洪梗辑刊巾箱本书》	枣煎方	青州枣，土苏，饴
《丹溪心法》、《古今医统大全》	枣肉平胃散	陈橘皮(去皮)，厚朴(去粗皮，姜制，炒香)， 甘草(炒)，生姜，红枣，苍术
《古今医统大全》	枣肉丸	破故纸，木香，肉豆蔻，红枣
《怀少集》	枣煨丸	丁香，沉香，藿香，木香，人参，甘草， 陈皮，茯苓，朱砂，大枣
《万病回春》	枣子绿矾丸	针砂，绿矾(炒)，苍术(米泔制)，厚朴(姜炒)， 陈皮，神曲(炒)，甘草，大枣

4.2. 以“枣”组成的方剂

此类方剂组成中含有“枣”，但枣大多起调和药性的作用，多为佐使之药。常与生姜同时出现，共奏调和之功。出现形式多为“枣几枚、姜几片”，或是“入姜枣同煎”等。这类方剂极多，该法也从古代一直沿用至今。如建中汤中“生姜三片、枣一枚”；地黄饮子中“生姜五片，枣一枚”等；也有以枣汤调服或为引，如《玉机微义》中积气丹“每服一丸，临卧烧枣汤下，每夜一丸”；《东垣十书》中记载张仲景用竹叶汤治咳逆上气，“唾浊，但坐不得卧，皂荚丸主之。杵末，一物蜜丸桐子大，用枣汤服一丸，日三夜一”。

4.3. 枣肉为丸，枣肉为膏

大枣作为调和药的同时，也为其他剂型如丸剂、膏剂的黏合剂和赋形剂。如《玉机微义》中软金丸“……上同研匀，枣肉为膏，和丸绿豆大，新汲水下一丸。”又如《医学广笔记》中痘疹神效方中将各药“为细末，枣肉捣膏和丸如弹子大。”

5. 《伤寒论》中大枣的应用

后汉张仲景所撰《伤寒论》是一部中医临床理法方药俱全的医学典籍，共记载方药 113 方，91 味药，398 条原文。其中运用大枣的方剂有 39 首，占全部方剂的 1/3 以上，可见仲景擅用、常用大枣。《伤寒论》中应用大枣的方剂中，用量为 4~30 枚不等，用 10 枚以上的有 34 首，12 枚最多，为 28 首[11]。直接以大枣命名的有十枣汤、茯苓桂枝甘草大枣汤等，足以证明其大枣的重视。以其中几个经典方剂为

例。《伤寒论》第一方桂枝汤治疗营卫不和证，生姜与大枣同用，一辛一甘，“取其辛以和肺卫，得枣之甘以养心营，合之能调营卫也”《本草经读》[12] [13]。茯苓桂枝甘草大枣汤“治伤寒发热后脐下悸动，欲作奔豚者”，大枣用量十五枚，《注解伤寒论》曰：“甘草、大枣之甘滋助脾土以平肾水气。”此处大枣与甘草合用，发挥了培土制水，补益脾气之功[14] [15]。炙甘草汤益气滋阴，通阳复脉，用枣重至30枚。《伤寒论》中大枣配方范围广泛，通过配伍和用量不同，来发挥大枣调和营卫、补中益脾、益气养血等功效，充分体现了仲景遣药配方之纯熟，于平凡处见真章[16] [17]。

医圣张仲景继承了《黄帝内经》的脾胃理论，在治疗疾病的过程中，十分注重胃气的养护。《伤寒论》中尤重大枣，其养胃扶正以祛邪、祛邪而不伤胃气的思想随处可见。大枣药性平和，口感甘甜，在顾护胃气中应用广泛。在胃气尚不甚虚时，祛邪药中伍以草、枣、姜，以和胃、鼓舞正气以利祛邪；当胃气受损时，在祛邪药中伍以参、草、姜、枣，以扶胃、振奋正气配合祛邪，为后世医家的治疗和大众的养生提供了有益的依据[18] [19]。

6. 小结

观之屠呦呦教授发现青蒿素，正是受《肘后备急要方》中“青蒿一握，水一升渍，绞取汁尽服之”的启发，这体现了中医古籍对科学研究的重要指导价值[20]。古代文献是现代医学成就的土壤，蕴藏着许多原创思维与宝贵经验[21]，溯本求源，从古籍中寻找灵感，汲取精华，才能使中医药研究得到长足的发展。这正是本文对古籍文献中大枣的传统功效记载进行系统梳理的目的所在。

本文通过系统整理有关大枣性味、功效的传统记载，及含大枣方剂的临床应用，可知在春秋至秦汉时期提出大枣补气健脾，和百药的功效，东汉《伤寒论》尤重在顾护胃气方面大枣的配伍应用，及至宋代更加重大枣调和脾胃之效。古籍中大枣品种和使用禁忌也随朝代有一定的变化，如《汤液本草》论及生枣可杀乌头毒，生食令人腹胀，熟食补肠胃等。由此可看到关于大枣临床应用的历史沿革。

近年来研究显示，大枣多糖具有补血，保肝，抗肿瘤，抗氧化，改善机体免疫力，改善肠道功能的作用[22]，三萜酸类成分具有抗炎，抗微生物，免疫兴奋的作用[23]，黄酮类成分具有血管舒张，抗氧化，镇静和神经保护等作用[24] [25] [26]。这些研究为大枣传统功效提供了科学依据。对仲景擅用、常用大枣以顾护胃气临床经验分析发现，仲景在象数思维指导下根据不同病证的大枣灵活应用，不仅体现在对大枣性味功效的解析与阐释，更体现在大枣与其他药物组方配伍中。本文通过系统梳理发现，大枣的应用主要体现在调和营卫、散寒养血、补中利水、益气滋阴四个方面[25]，这也为汲取大枣临床应用精妙、在配伍理论指导下的拓展应用提供了新的线索。

同时，可以看到，对大枣与峻猛药物配伍发挥减毒效应方面的研究目前并不多见，诸如《药对》：“杀附子、天雄毒”等大枣减毒相关传统记载的物质基础研究方面尚属起步阶段。徐丽[27]等人通过大鼠在体小肠灌流实验发现，大戟95%醇提物在配伍大枣后相关色谱峰减少甚至消失，提示大戟配伍大枣有一定解毒减毒作用。罗丹[28]等人发现，大枣提取部位小分子糖和氨基酸、黄酮苷、三萜对甘遂毒性部位二萜的致炎毒性具有明显的拮抗作用，大枣有效部位对甘遂提取物致小鼠胃肠急性损伤有保护作用。李瑶[29]等人通过研究大枣对巴豆霜胃肠毒性及利尿效应的干预作用，发现大枣与巴豆霜配伍在血清免疫指标、肠道运动与损伤、肠道菌群结构等方面都具有配伍减毒作用。这些研究为临床应用及进一步深入研究提供了依据和线索。大枣广谱的配伍减毒活性是否有一定的物质基础，是否通过某种共通的机制发挥作用，还有待于进一步研究验证。

基金项目

国家自然科学基金面上项目(81673640)、科技部中捷国际科技合作项目(2017-42-4)。

参考文献

- [1] 国家药典委员会. 中华人民共和国药典(一部) [S]. 北京: 中国医药科技出版社, 2020: 23-24.
- [2] 吴国泰, 何小飞, 牛亨惠, 王小飞, 武玉鹏, 任远. 大枣的化学成分、药理及应用[J]. 中国果菜, 2016, 36(10): 25-28.
- [3] 刘世军, 唐志书, 崔春利, 刘红波, 梁艳妮, 张娉, 等. 大枣化学成分的研究进展[J]. 云南中医学院学报, 2015, 38(3): 96-100.
- [4] Ji, X., Hou, C., Yan, Y., Shi, M. and Liu, Y. (2020) Comparison of Structural Characterization and Antioxidant Activity of Polysaccharides from Jujube (*Ziziphus jujuba* Mill.) Fruit. *International Journal of Biological Macromolecules*, **149**, 1008-1018. <https://doi.org/10.1016/j.ijbiomac.2020.02.018>
- [5] Wang, B. (2011) Chemical Characterization and Ameliorating Effect of Polysaccharide from Chinese Jujube on Intestine Oxidative Injury by Ischemia and Reperfusion. *International Journal of Biological Macromolecules*, **48**, 386-391. <https://doi.org/10.1016/j.ijbiomac.2010.12.005>
- [6] Qu, C.L., Yu, S.C., Jin, H.L., Wang, J.S. and Luo, L. (2013) The Pretreatment Effects on the Antioxidant Activity of Jujube Polysaccharides. *Spectrochimica Acta Part A: Molecular and Biomolecular Spectroscopy*, **114**, 339-343. <https://doi.org/10.1016/j.saa.2013.05.084>
- [7] 展锐, 邵金辉. 大枣多糖抗氧化及抗炎活性的研究[J]. 现代食品科技, 2017, 33(12): 38-43.
- [8] X, Ji., Hou, C., Gao, Y., Xue, Y., Yan, Y. and Guo, X. (2020) Metagenomic Analysis of Gut Microbiota Modulatory Effects of Jujube (*Ziziphus jujuba* Mill.) Polysaccharides in a Colorectal Cancer Mouse Model. *Food & Function*, **11**, 163-173. <https://doi.org/10.1039/C9FO02171J>
- [9] Liu, G., Liu, X., Zhang, Y., Zhang, F., Wei, T., Yang, M., et al. (2015) Hepatoprotective Effects of Polysaccharides Extracted from *Ziziphus jujuba* cv. *Huanghetanzao*. *International Journal of Biological Macromolecules*, **76**, 169-175. <https://doi.org/10.1016/j.ijbiomac.2015.01.061>
- [10] Zhao, Y., Yang, X., Ren, D., Wang, D. and Xuan, Y. (2014) Preventive Effects of Jujube Polysaccharides on Fructose-Induced Insulin resistance and Dyslipidemia in Mice. *Food & Function*, **5**, 1771-1778. <https://doi.org/10.1039/C3FO60707K>
- [11] 路宗志, 邵雅斐, 武永利. 从大枣的用量谈《伤寒论》的辨证论治[J]. 光明中医, 2012, 22(12): 2580-2581.
- [12] 王恒杰, 许靓, 王浩, 等. 浅析《伤寒论》中生姜、大枣的运用[J]. 河南中医, 2010, 30(2): 111-113.
- [13] 彭浩, 姚真, 凌昌全. 浅议大枣在《伤寒论》中的应用[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(3): 782-783.
- [14] 叶海勇. 对张仲景应用大枣的几点认识[J]. 国医论坛, 2013, 28(2): 10.
- [15] 王金成, 潘卫峰. 《伤寒论》中茯苓桂枝甘草类方辨析[J]. 光明中医, 2013, 28(4): 655-656.
- [16] 樊一桦, 张丽丽. 谈《伤寒论》对桂枝、生姜、大枣和甘草的应用[J]. 河南中医, 2015, 35(6): 1204-1205.
- [17] 王哲. 茯苓《伤寒论》《金匱要略》应用辑要[J]. 实用中医内科杂志, 2017, 31(5): 46-47+61.
- [18] 郝迎旭. 论《伤寒论》的保胃气思想及其临床意义[J]. 现代中医临床, 2015, 22(1): 5-8+12.
- [19] 何建北. 《伤寒论》保胃气思想对于耳鸣的临床意义[J]. 中医耳鼻喉科学研究, 2017, 16(4): 41-45.
- [20] 毛竹君, 袁文俊. 从屠呦呦获诺贝尔奖论如何科学发展中医药事业[J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(1): 13-16.
- [21] 朱毓梅, 王瑞祥, 李明. 中医古籍文献信息化及信息共享系统建设[J]. 中华医学图书情报杂志, 2013, 22(9): 37-40.
- [22] 裘淼, 熊中奎, 吕梦宇. 大枣多糖的药理作用研究进展[J]. 中国现代医生, 2018, 56(22): 161-164.
- [23] 李瑶. 大枣补脾益胃功效物质及作用机制研究[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2019.
- [24] 陈熹, 李玉洁, 杨庆, 陈颖, 王娅杰, 翁小刚, 等. 大枣现代研究开发进展与展望[J]. 世界科学技术, 2015, 17(3): 687-691.
- [25] 辛基梁. 《伤寒论》中大枣应用的象数思维[J]. 国医论坛, 2017, 32(1): 5-6.
- [26] 郭盛, 唐于平, 段金威. 大枣的化学成分及药理作用研究进展[C]. 全国第 8 届天然药物资源学术研讨会论文集. 凯里: 中国自然资源学会天然药物资源专业委员会, 2008: 553-560.
- [27] 徐丽, 尚尔鑫, 沈祥春, 时乐, 段金威, 徐立. 大戟配伍大枣减毒相关化学物质的初步研究[J]. 安徽医药, 2010, 14(7): 758-760.
- [28] 罗丹, 王友群, 郭盛, 沈祥春, 段金威. 大枣缓解甘遂毒性部位致炎作用的效应[J]. 中国药科大学学报, 2009,

40(3): 238-243.

- [29] 李瑶, 郭盛, 陶伟伟, 于金高, 宿树兰, 段金廛. 基于小鼠胃肠道系统毒性及利尿效应的大枣与巴豆霜配伍减毒机制研究[J]. 药学学报, 2019, 54(1): 95-103.