中藥趣談

蘋婆

臨近七姐誕，大家在街市裏有否看見有「七姐果」售賣呢？「七姐果」其實是嶺南的藥用植物－蘋婆的果實。蘋婆是梧桐科常綠喬木植物，其果實成熟時暗紅色，呈卵形，頂端尖如鳥嘴，表面有短絨毛，果實爆裂後可見內有一至五顆暗栗色的種子。由於果實成熟後轉紅，並裂開露出種子，狀似鳳眼，故蘋婆的果實又名「鳳眼果」。

蘋婆是一物多用的藥用植物。蘋婆的種子味甘、性平；有溫胃健脾，和胃消食的作用。蘋婆的果莢(暗紅色的果殼)能活血行氣，可用於治療血痢、疝痛，翻胃吐食等症。另外，蘋婆的樹皮可下氣平喘。不過，由於個別體質不同，在使用任何中藥前都應先徵詢中醫師的專業意見，並按指示使用，以策安全，療效亦相得益彰。除藥用外，蘋婆的不同部份亦可作爲時令食材。蘋婆種子營養豐富，經煮或炒熟後，味道如板栗，清甜鬆香。蘋婆葉有一股素淡的香氣，廣東一帶農家常用作包裹糍粑。根據廣東習俗，蘋婆的果實是七姐誕的祭品，故在農曆七月前後都會有時令的蘋婆果實在市場上售賣。

蘋婆一般野生在山坡林內或灌叢中，於廣東、廣西、四川、福建、雲南、貴州和臺灣等地方都有栽種。香港郊外亦有蘋婆。大家在五月效遊時可見其花開，約六至八月份就有機會看見蘋婆的果實，但市民郊遊遠足時切勿隨便採摘山野植物或果實服用，以免中毒。

衞生署中醫藥事務部

蘋婆果實及種子圖(小圖)