

菊花的功效与作用

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/zhishi/a/16778763823291.html>

范文网，为你加油喝彩！

芹菜牛肉-蒸汽熨斗



2023年3月4日发(作者：消毒柜原理)

菊花的功效有哪些？

菊花又名甘菊、真菊、家菊、甜菊花、黄华、金蕊等名，占有女

华、日精、更生、金蕊、周盈等异名。菊花被列入我国十大名花之一。

菊花为菊科一年生草本植物菊花的头状花序，有家生、野生两类。菊

花品种繁多，全世界已有上万品种，我国也有二三千种。菊花为我国

的传统名花，是品质高傲、坚韧贞洁的象征。

《周官》一书最早记载了菊花：“季秋之月，鞠有黄花。”菊花原产

于我国河南内乡县的一个甘谷山上，距今已有3000多年的栽培历史，

菊花的花色十分丰富，白、红、紫、黄，几乎应有尽有，根据自然花

期，菊花分为早菊、中菊、晚菊：根据花径的大小，可分大菊、中菊、

小菊和满天星菊。菊花又有夏菊、秋菊、冬菊之分。

菊花品种很多，李时珍在《本草纲目》中记载：“菊之品900种。药

用菊花由于产地、花色及加工方法的不同，可分为白菊花、黄菊花。

目前我国大部分地区均有菊花栽培，主产于浙江、安徽、河南、四川

等省。以安徽亳县所产菊花品质最佳，称作亳菊；滁县的滁菊品质亦

优；尚有河南的怀菊、河北的祁菊、四川的川菊、浙江的德菊亦为优

质菊花。此外，杭州的杭白菊，又名白菜菊，杭黄菊又名黄甘菊，也

久负盛名，畅销各地。秋末冬初花盛开时于晴天露水干后采摘，割取

全株阴干，摘花再晒干；或直接采摘鲜花，除去枝叶烘干；或经硫磺

熏过；或蒸后再晒干备用。菊花以花朵完整、颜色新鲜而气清香者为

佳。菊花除观赏外，还有较高的药、食两用价值。菊花全身都是宝。

苗可做菜，叶可生吃。花作糕饼，根和种子可入药，装入布袋可作枕

头。

【成分功用】

菊花含菊昔、多种氨基酸、胆、黄酮类、腺嘌呤、水苏碱、维生素A

样物质、维生素Br、刺槐素、硒、锌和挥发油等成分。菊花中所含

微量元素硒可以防癌，锌可以增强机体的免疫功能。菊花有扩张冠状

动脉、增加冠脉血流量的作用，能减轻心肌缺血。并能降低血压，抑

制毛细血管通透性。菊花还有一定的解热、镇痛作用。杭菊对金黄色

葡萄球菌、溶血性链球菌、宋内氏痢疾杆菌、伤寒杆菌、人型结核杆

菌有抑制作用。白菊花对堇色毛癣菌等多种皮肤真菌有抑制作用；并

能抑制毛细血管通透性而有抗炎作用。【性味功效】

菊花味辛甘苦，性微寒。入肝、肺经。具有疏风清热，清肝明目的功

效。主治外感风热初期，发热、头晕、头痛等症及肝经风热上攻所致

的目赤肿痛等症。

【用法用量】

菊花常用量10-15克，水煎服。大剂量可用至30克。亦可水煎浸洗，

或鲜品捣敷，或入丸散。外感风热多用黄菊花，清热明目多用白菊花。

更多 在线阅览 请访问 https://www.wtabcd.cn/zhishi/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发