

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】

菊花含菊苷、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