

保健植物園



綬草

學名：*Spiranthes sinensis*

科名：蘭科

別名：盤龍參、青龍纏柱、青龍抱柱、清明草

分布：台灣全境平野、田畔草地及中海拔林蔭下路旁、濕潤地草叢中。

形態：多年生宿根性草本植物，根莖短，根系肥厚、簇生。葉數枚，叢生於基部，葉之形狀為線形至線狀披針形，先端鈍尖，全緣，葉面光滑。花冠白色至粉紅，屬穗狀花序，花莖抽自於基部，直立，花朵旋轉著生於花軸上，清明節左右為其盛花期。

繁殖方式：種子。 利用部位：全草。

效用：補腎壯陽、強筋骨、祛風濕之功效。



絞股藍

學名：*Gynostemma pentaphyllum*

科名：葫蘆科

別名：五葉參、七葉膽、金絲五爪龍

分布：臺灣自生於全島低至中海拔山地，開闊地及森林內。

型態：多年生攀緣性匍匐狀藤本。莖細長，綠色，葉互生，掌狀複葉，小葉5~7枚，一般5枚，小葉卵狀長橢圓形至披針狀或倒卵狀長橢圓形，花期8-10月，結果期9-12月，漿果球形，種子成熟時呈黑色。

繁殖方式：扦插或種子。 利用部位：全草。

效用：清熱解毒，止咳祛痰、降血脂等。