



陈皮百问

功效篇

49、新会陈皮的价值有哪些？

新会陈皮的价值： 入药、入膳、品饮、收藏、金融

50、都说新会陈皮养生，那补的是什么？

新会陈皮是古今著名的“臣药”。《本草纲目》记载：陈皮有“同补药则补，同泻药则泻，同升药则升，同降药则降”的神奇功效。许多名贵中成药中加入新会陈皮，目的就是要其药性发挥得更好。利用陈皮养生，一字记之曰“和”--陈皮性温，能和百病。

51、陈皮煲水可以天天喝吗？

陈皮性质温和，具有健气理脾、燥湿化痰、降逆止呕等功效，对多数人群的相关不适症状有一定缓解作用。定期饮用，对身体有一定好处。但对于体质阴虚内热的人群，可能会引起内燥等上火症状，建议适量饮用。

52、陈皮可以天天食用吗？会不会有副作用？

陈皮辛散通温，可以理气、健脾胃、又善于燥湿化痰，自身没有不良的副作用，可以用陈皮泡水喝，既可以健脾理气，又可以润肺止咳，但由于个人体质不同，如需长期食用，建议在医师的指导下服用。

53、孕妇可以吃陈皮吗？

中医学认为新会陈皮味辛、性温，具有理气健脾，燥湿化痰的功效。合理配合使用，可以治疗脾胃气滞、脘腹胀满、恶心呕吐、泄泻及止咳化痰。在理气药中陈皮药性较为缓和，孕妇如果出现上述症状可以服用，但要对症，但由于个人体质不同，建议在医师的指导下服用。

54、新会陈皮主要有哪些功效作用？

新会陈皮主要有：消化消滞、燥湿降火、对心脑血管的保健、润肺化痰止咳平喘、抗菌消炎、利胆、抗氧化、抗衰老、抗癌等功效作用。

55、新会陈皮为何会有消化消滞的作用？

①理气

陈皮含有挥发油成份，对胃肠道平滑肌有温和刺激作用，可促进消化液的分泌，同时排除肠管内积气，增加食欲，体现了陈皮芳香健胃和苦能泄降的作用。

②健脾胃

陈皮能健肠胃，增进消化吸收。食用陈皮后，肠胃蠕动加快，食欲增加，耐饥渴的时间长，陈皮含有的甲基橙皮甙治有明显抑制溃疡发生的效果，而且还有抗胃酸分泌作用。其对胃病、胃痛和肠胃不适有很好的调理效果。

56、新会陈皮怎样发挥燥湿降火的作用？

广东地处岭南，气候潮湿。长期生活在潮湿环境中的人，容易感受环境中“湿邪”而造成脾胃运化功能的损伤，也就是所谓的湿气重，湿气一重就容易上火，



这时做菜、煲汤加入陈皮甚至直接用陈皮煮水喝就能起到很好的祛湿降火作用。

57、新会陈皮对心脑血管的保健作用？

①对心肌保护作用

陈皮中的橙皮苷、橙皮素及其衍生物可抗心肌凋亡，抑制冠脉血管增殖和迁移，在心肌损伤、心脏重构、心肌缺血、心肌梗死等方面均显示良好的作用。

②抗动脉硬化

陈皮对动脉硬化也有一定的预防作用，陈皮中的果胶能降低脂类物质在器官内的沉积，从而能避免因高脂饮食引起的动脉硬化。

③降低血压

陈皮中所含的挥发油、甲基橙皮甙能扩张血管，增加冠脉流量，使血压降低，心率减小。

58、新会陈皮有润肺化痰止咳平喘的作用？

陈皮含有的柠檬烯，能刺激支气管，引起腺体分泌增多，使痰液易咯出，从而达到化痰润肺的作用。同时研究表明：新会陈皮能有效预防和减轻空气污染中有害气体引起的肺部炎症，包括对肺泡间隔的破裂、小气道重塑和粘液高分泌等具有一定保护作用。雾霾天气的危害主要体现在对上呼吸道的危害、新会陈皮在这方面有非常好作用，特别适合经常咳嗽，老慢支，及抽烟的人群喝陈皮非常好。

59、新会陈皮为何有抗菌消炎作用？

陈皮中的橙皮苷在体外有抗水泡性口炎病毒、流感病毒以及单纯疱疹病毒活性，其机理是通过抑制透明质酸来抑制这几种病毒的活性。另外还发现橙皮苷对婴儿因感染轮转病毒而导致的腹泻有明显抑制作用。

60、新会陈皮为何有利胆作用？

陈皮含有的甲基橙皮甙，可增加胆汁及胆汁内固体物质的排泄量。合用维生素 C 和 K4，可增强其利胆效果。

61、新会陈皮有抗氧化抗衰老的作用？

陈化多年的老陈皮提取物能促进体液免疫和细胞免疫，有明显的清除氧自由基、羟自由基和抗脂质过氧化作用，对自由基引起的细胞膜氧化损伤有保护作用。能抗衰老，增强生命活力。

62、为什么说新会陈皮有抗癌的作用？

陈皮中的黄酮类化合物有不同程度的抗癌作用，可用来有效预防乳腺癌，对肺癌、肾癌有显著的抑制作用，能拮据多种化疗药物的致突变作用。实验证明，陈皮多甲氧基黄酮可以通过抑制血管生长因子 VEGF 及 b-FGF 的表达，从而抑制肿瘤血管的生成及抑制肿瘤的生长。

63、新会陈皮有哪些药典古籍记载？

《神农本草经》、《伤寒杂病论》、《太平惠民和剂局方》、《元大德南海志》、《新会乡士志》、《本草纲目》、《汤液本草》、《本草备要》

64、新会陈皮的医疗功效最早见著与何古籍？怎样描述？



新会陈皮的医疗功效最早见著与李时珍的《本草纲目》：“橘皮，苦能泻能燥，辛能散，温能和。其治百病，总是取其理气燥湿之功，同补药则补，同泻药则泻，同升药则升，同降药则降。”