

Headline Tropical Medicine
Date 21 Dec 2009
MediaTitle Oriental Daily News
Section Supplement
Journalist N/A
Frequency Daily
Circ / Read 102,500 / 127,000

Language Chinese
Page No L1 to 3
Article Size 1978 cm²
Color Full Color
ADValue 24,345
PRValue 73,034



热带雨林本草纲目

目前为止，很多西方国家使用的药方中的药都是从植物中获得的，被美国国家癌症研究协会认定有抗癌作用的植物，70%都只能在热带雨林中找到。从上个月的14日开始，国家博物馆的Galeri 2举办原住民草药展（Pameran Magis Belantara Herba Orang Asli），展出本地原住民常用的54种草药，让大众认识其治疗功效。

在热带雨林研究领域中，最令人振奋的是在民族植物学的研究。民族植物学（Ethnobotany）是研究人类如何利用本土植物来治疗疾病的一门科学。本地原住民拥有惊人的草药知识，他们用草药治疗一切疾病，从蛇的咬伤到肿瘤，都有其独特的治疗配方。

民族草药 先祖智慧

原住民草药展集合了半岛的3大原住民族（Kelompok Orang Asli），即色苗（Senoi）、原始马来人（Proto Malay）和小黑人（Negrito）的珍贵草药。在3大部落各有6个小民族构成18个原住民部落。这个展览的焦点主要囊括了几个较大的部落——Semai、Temiar、Jahhut和Temuan的草药精华。

我们一般都只知道东革阿里（Tongkat Ali）是拿来治疗性功能障碍的药物，其实还有其他鲜为人知的草药也大有裨益。要找回民族自我信心与价值，或许要好好看待祖先宝贵的传统医疗文化所传承下来的文化资产。

相关图文见·L2·3

Headline Tropical Medicine
Date 21 Dec 2009
MediaTitle Oriental Daily News
Section Supplement
Journalist N/A
Frequency Daily
Circ / Read 102,500 / 127,000

Language Chinese
Page No L1 to 3
Article Size 1978 cm²
Color Full Color
ADValue 24,345
PRValue 73,034

原住民传统草药展 流淌古老医疗智慧



原住民传统草药的应用经验及疗效是代代相传的，部落传说中有许多的案例，西医无法治愈而接受部落传统医疗方式而痊愈的情况比比皆是，但现今原住民的传统医疗知识，因著耆老渐渐而没落消失。

为了保留传统知识文化，找回民族自我认同与信心，必须赶快把仍活著的部落耆老，纪录他们还记得的植物药用治疗、保健、养身秘方等等资料，也许未来就有更多医师可以去研究，并从这古老的智慧中找出可以帮助全人类健康的良药，如此传统原住民族医疗将会对世界医疗有所贡献。

国家博物馆为了保存本土医疗模式，也期待能在国际医疗上有所贡献，因此在学校假期期间举办原住民草药展，让各民族的传统医疗智慧得以保留下来，并各自发扬光大，造福人类整体的健康，更不让这些因为经济及工业发展弱势的民族之传统医疗，因被迫西化而放弃了自己祖先宝贵的文化医疗资产。

体验传统按摩疗法

当然，还有很多叫不出名字的原住民药用植物，可是有很多外敷或内用的草药，效果奇佳。事实上，一些药商已发现原住民药用植物的价值，研发新药时，常前往原住民地区调查研究。在知识经济时代，研发者已发现，与其在实验室埋头苦干，不如去发掘原住民的传统智慧，再据为己有申请专利。

原住民草药展于周末和周日时段，还会增设草药摊子和提供传统按摩治疗服务。用草药精油来按摩的这项服务收费合理，10分钟只需5令吉，而20分钟则需付费10令吉。摊子售卖的除了是现成的药物胶囊，也售卖草药盆栽，价格从7令吉起。全场最贵的属玉桂子（Pimenta dioica），玉桂子精油能发挥惊异的功效，它是清血、治疗消化、呼吸问题和风湿症的良方，一株售价150令吉，鹤立鸡群。

滋阴女性草药

痛经是指妇女在经期及其前后，出现小腹或腰部疼痛，甚至痛及腰骶。每随月经周期而发，严重者可能伴恶心呕吐、冷汗淋漓、手足冰冷，甚至昏厥，给工作及生活带来影响。一般原住民相信，草药在缓解女性生理痛的效果上要比西药来得更好。



Beher: 帮助妇女产后收缩子宫。



Cendawan Susu Harimau: 预防女性乳癌。



Daun Kacip Fatimah: 舒缓经痛、产后祛风、促进血液循环。

壮阳男性草药



Tongkat Ali: 改善男性功能障碍、提升体力与活力、减轻疲劳、杀菌、抗溃疡、解热。

工作繁重的男性，对自己的保健尤其重视，都喜好自己弄点参茶、泡酒或煲汤来壮阳保健。那么到底这些草药有何作用呢？特定的草药可以补肾助阳，经过实验发现，中药的蛇床子和人参的效果最好，而东革阿里在本地已广为人知，具有改善勃起功能的效果。



Tunjang Bumi: 有助改善男性勃起功能。



Ubi Jaga: 强腰补肾，调节男性排泄系统的顺畅。

改善糖尿病草药

现代社会，患糖尿病的人数日益增加。糖尿病致残和死亡的原因多数都因糖尿病的慢性并发症。例如冠心病、脑血管病、糖尿病肾病等。目前大多数糖尿病患者缺乏正确的治疗知识。目前的许多降糖药物无法根治糖尿病，很多研究者将眼光转向了天然草药。



Buah Kulim: 降低血压和血糖。



Misai Baung: 改善腰部疼痛和降低血糖。



Tengku Biawak: 治疗糖尿病。

根茎类草药

植物全身都是宝，除了叶子、枝干和果实，根部往往也是大有用途。有些根部的营养价值或者其疗效，甚至比其它部位来得高。我们华人的中药有人参，原住民也有引以为傲的东革阿里。不过，其它一些你可能没有听过的名字，也起著一定的疗效。



Akar Gajah Beranak: 舒缓祛风、肚胀和腹泻。



Akar Pawang: 舒缓腰部酸痛，男女皆宜。



Akar Sugi: 舒缓肚痛。

报导：李金城 助编：吴慧杏

改善肠胃消化问题

天气炎热，体内肠胃蠕动较差，容易出现胀气、腹泻等问题，除与食物的消化、吸收有关外，跟免疫系统更是息息相关。若不照顾，简单肠胃问题带来的恶心、反胃、便秘等，就慢慢积聚成严重的肠胃疾病了。



Sup Kelabang: 舒缓肚痛以及治疗腹泻带血。



Ubi Sembelit Tujuh: 改善便秘、痢疾及痔疮。

推广草药知识

国家博物馆总监拿督依布拉欣依斯迈 (Dato' Ibrahim Ismail) 表示，「为了让原住民的草药知识能够代代相传，因此才决定举办这个草药展。我希望大众可以趁著学校假期到来参观，好好认识传统的草药。」

其实一般的民间食材，包括黄姜、老姜、班兰叶等都很实用，只是很多人还不了解其中的疗效。依布拉欣举例：「姜的功能除了祛风，还有其它功效。生姜中所含的挥发油，可加速血液循环；姜辣素，具有刺激胃液分泌、兴奋肠道、促进消化的功能；姜酚，可减少胆结石的发生。」



拿督依布拉欣依斯迈表示，草药展可让大众认识传统草药的价值。

巫医现场示范治病

除了草药展览，周末和周日召集了来自瓜拉江沙 (Kuala Kangsar)、打巴 (Tapah)、鹅麦 (Gombak)、森美兰州的原住民前来，现场摆摊售卖深山采摘的草药和蜂蜜。「一般情况下，巫师或村里的巫医，熟知草药的知识。巫师经常在祭典或仪式 (sewang) 上，用从周围森林中采集的草药来治病。早上、下午、傍晚3个时段，巫师都会作现场示范。早几个周末的祭典吸引很多外国人的目光。」

依布拉欣也劝勉：「虽然草药各有疗效，可是服食者必须按照限定的分量，不能因为想快速达到效果而大量服食，以免弄巧反拙。有些草药不能混一起吃，会削弱其功效。因此，和西药一样，必须清楚了解其禁忌。」

采集草药只限白天

本地主要有3大植物标本室，分别座落在马来西亚森林研究院 (FRIM)、沙巴森林局以及砂拉越森林局。这些标本室也把传统的原住民草药好好收藏、制作和陈列。

上山采药不只是一般的采集而已，因为深入山林中，必须遵守当地的各种禁忌。采药时间规定在早上9时至下午5时，除了人身安全外，原住民相信黄昏时分，就是妖精出没的时候，不适合在林间活动。如果在采集时，该植物上有昆虫类爬行，也不能杀害它们，以免遭遇不必要的祸害。



原住民就是靠这些不同尺寸的采集刀来砍取山林里大株或小株的草药。

其它草药

由于气候适宜，加上农业技术优异，几乎日常所需使用的青草药材都可生长，因此热带雨林处处有青草药材的盛景。在我们身边，除了经常被用在饮品与搭配食材外，还有以下这些草药用作不同的功效。



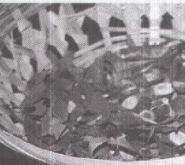
Tampalan: 治疗癌症。



Salom: 治疗皮肤问题。



Penyambung Urat: 治疗扭伤和骨折。



Lawang: 治疗哮喘。



晒干的叶子也能拿来煎煮草药，该器具和华人传统用的大同小异。



焚烧甘文烟，一般是巫师拿来作法治病时候用的疗愈方式。

治药前注重保鲜

根据传统，原住民在采集草药后，不能马上拿到烈日下曝晒，需先装进瓶子或器具里保鲜，以最快速度运回家或当地的药坊 (Balai Berubat)。草药晒干后可以磨成粉末，制成胶囊。

通讯站 原住民草药展

地址：国家博物馆, Galeri 2
Jalan Damansara, 50566 Kuala Lumpur.
电话：03-22671088
开放时间：早上9时至傍晚6时 (至12月31日)
门票：2令吉