

美國西洋參的新鮮參和乾參有什麼不同？

美國西洋參，作為高級保健品，它的藥用價值在國內外一直備受推崇。自古至今，這種補而不燥，且對中樞神經有著重要調節作用的藥材深得大眾喜愛，近年來更是被大眾開發出了各種各樣的食譜。

大多情況下，我們對美國西洋參的第一印象就是曬乾的、易於保存的乾參。對於新鮮參，由於其存儲條件較乾參更苛刻，所以在市面新鮮有流通，而如果在美國本地嚐過新鮮參的朋友肯定會對新鮮的美國西洋參印象深刻，其味道雖然沒有乾參那麼香，但是甘甜，口感不錯。

具體而言，在口感上，新鮮參比較甘甜一點，但是不及乾參那麼香，幹參煮起來味道更香。原因大概是在於乾參在乾燥時，雖然揮發性油跑掉了一些，但其體積縮小為新鮮參的1/3，香味也更濃縮聚集一點。

在功效上，美國西洋參的新鮮參和乾參的藥補功效其實非常接近的，但新鮮參藥補功效

要高一點。因為新鮮參的揮發性油及多醣較高，相較於乾參會高14%。而乾參在高溫烘乾過程中，其揮發性油會隨著高溫流失一部分。

揮發性油在中藥中是很重要的成分，許多中藥材，例如麝香、薄荷，都是透過其揮發性將中藥的藥性帶入人的身體組織內。中醫上會認為新鮮參較乾參要偏涼一點。如果希望性熱一點的藥材，那麼選擇乾參或紅參會更好。

在儲存上，說是新鮮參的保存不及乾參那麼方便，但具體操作下來也不難。在收到新鮮參之後，從原包裝袋中取出晾一下，然後用廚房紙包一包，最好是放一根卷一下，放第二根卷一下，以此類推。這樣參就不會互相接觸，這樣放一個月都不成問題。不過，放太久也不太好，最好還是半個月到一個月內吃完，而且要堅持吃，不能一曝十寒。如果一個月內吃不完，可以先將包好的參按照每次的食用分量，分別放入密封袋中裝好，再放入冰箱的冷凍室內，等食用的時候直接從冷凍室取出即可。

在日常的食用過程中，由於美國花旗參的藥性並不是很強，主要還是以保健為主，在量上也不需太嚴格控制。例如用來煲湯的話，看家裡有兩個人就可以用兩根新鮮參來煲湯，吃兩餐就放四根下去煮，這也是可以的。

古語云：「西洋參性涼而補，凡欲用人參而不受人參之溫者皆可用之」。花旗參是一種補而不燥、男女老少皆宜的高級保

健品，其中美國西洋參在品質及營養價值上較其他品種更為出色。



藥用價值不容小覷的西洋參

西洋參作為一種高級的保健品，其藥用價值不容小覷。自古以來，這種對中樞神經系統具有重要調節作用的藥物一直受到大眾的歡迎。雖然西洋參藥性溫和、不乾燥，但我們還需要知道它的具體的作用才能真正反映其價值，今天，我們了解西洋參的功效和作用！

西洋參的藥理活性是多方面的，而且還具有雙向調節的作用；也因為它對人類調節身心有著重要作用，深得大家喜愛。總之，西洋參具有以下作用和效果：

1. 增強中樞神經系統

西洋參含有一種叫做皂甙的成分，它可以鎮靜，緩解疲勞，增強記憶力的作用，適用於失眠，易怒，記憶力減退和老年癡呆症。

2. 保護心血管系統

對於患有高血壓，心律不整，冠心病，急性心肌梗塞的患者，長期食用西洋參可以調節血壓，有效降低暫時性和持續性血壓，逐步遠離疾病。

3. 提高免疫力

花旗參作為補氣保健首選藥材，可促進血清蛋白合成、骨髓蛋白合成、器官蛋白合成等，提高身體免疫力，抑制癌細胞生長，有效抵抗癌症。

4. 促進血液活力

長期服用的西洋參可以減少血液凝固，抑制血小板聚集，抵抗動脈粥狀硬化，促進紅血球生長，增加血紅素。西洋參還可以降低血糖，調節胰島素分泌，促進糖代謝和脂肪代謝，對糖尿病的治疗有一定的輔助作用。

5. 治療糖尿病

西洋參的降低血糖、調節胰島素分泌等功效，對治療糖尿病有一定的輔助作用。



美國西洋參怎麼吃效果比較好？記得找好食材搭配

美國西洋參，作為美國和加拿大進口的舶來品，其實在我國古代早有記載。《本草從新》記載：西洋人參，補肺降火，生津液，除煩倦。虛而有火者相宜。作為高級滋補品，西洋參能補益元氣，但其特徵是藥性偏涼，於補益之中兼有養陰、生津的功效。

但稍微了解過西洋參的朋友肯定對它的價格並不陌生，其價格相較其他中藥補品而言偏貴，所以如果用錯誤的方法服用西洋參，不僅會影響藥效、浪費錢以外，嚴重的還有可能導致中毒，下面推薦給大家幾款非常滋補的西洋參食材搭配，跟著吃，功效翻倍哦。

一、西洋參+蟲草

美國西洋參、蟲草搭配一起使用，可消除疲勞、提神補氣。同時對增強和調節人體免疫功能、提高人體抗病能力有一定的作用。

二、西洋參+烏雞

烏雞含鐵元素比較高，中醫認為一些缺鐵性貧血的女性，可以透過喝西洋參烏雞湯來適當補充鐵元素。美國西洋參搭配烏雞可以益氣降火、解酒清熱、提神健脾開胃，天氣燥熱的夏天時服用又為合適。

三、西洋參+石斛

美國西洋參和石斛是一對經典的老搭檔了，搭配一起使用，有益生津，滋陰清熱等功效，適合菸酒過度的等人群，用於調節肝胃、增強食慾、補氣提神、抗疲勞。

四、西洋參+黃耆

黃耆和西洋參的藥性有點接近，兩者都有補氣益氣的作用，非常適合用於氣陰兩虛的人群及抵抗力低的人群，增強人體各項機能，少受病毒侵犯，預防感冒。

五、西洋參+麥冬

麥冬可用於肺燥乾咳。虛癆咳嗽，津傷口渴，心煩失眠，內熱消渴，腸燥便秘。二者沸水浸泡，代茶飲。本方以西洋參益氣，養陰生津，以麥冬增強養陰生津之功。用於熱病氣陰兩傷，煩熱口渴，或老人氣陰虛少，咽乾口燥，津液不足，舌乾少苔。

老中醫為什麼把美國花旗參比作夏季的中藥之王？

現代社會，都市人們生活在被各種壓力包圍的圈子裡，生存的壓力、房貸的壓力、工作的壓力、生活的壓力這些都是在實質上影響人們精神健康和生理健康的罪魁禍首。如果沒有

及時調整，就會感到精神疲倦、疲倦、終日昏昏欲睡。尤其是在盛夏，容易感到口乾舌燥、體熱多汗、心煩失眠、精力不濟。從中醫的角度來說，美國花旗參是夏季的中藥之王，這是為什麼呢？

實驗顯示，西洋參具有多方面的藥理活性，如具有抗疲勞、強壯體魄作用；具有補充人體所需，提高身體免疫功能的作用；具有抗缺氧、抗高溫、抗寒作用；具有抗心肌缺血和抗休克作用，並可明顯降低血脂；具有利尿、鎮靜、止血等作用。

炎炎夏日，人們流汗量增加，人體津液的耗損會直接關係到身體的陰陽平衡，如果

人體長期疲勞，耗損的津液無法及時補充，就會影響身體健康。夏季自然環境炎熱，容易耗

損人體的津液，津液少會感到口渴。同時“火熱食氣”，大量出汗會令氣亦隨之而流失，因此覺得精神疲倦、乏力、終日昏昏欲睡。而這時如果及時服用適量的西洋參，就好比在體內開掘了一口甘泉，自我調節人體功能，確保人體的正常運作。

而美國花旗參之所以特別適合在炎熱的夏天食用，這是因為天然易汗出，身體水分流失，消耗較大，更容易出現氣陰虛的症狀，青壯年都會出現上火、食慾不佳等「苦夏」症，尤其是中老年人夏季本來就容易耗氣傷陰，氣陰兩虛的老年人感覺就更為強烈了，普遍都會在夏季感覺精力不濟、口乾舌燥、沒有食慾，還會因肺虛而久咳不止，嚴重的

還會引發心臟病、腦血栓等急症。



新口味

玉米鮮蝦水餃

Pork, Corn and Shrimp Dumpling

隆重上市






美加真味系列

Find us on:



Search "Wei-Chuan U.S.A."

www.weichuanusa.com

