

# 长白山抚松人参文化节·江苏站

# 本周五盛大开幕 见证传奇

**联合举办:**农民日报·中国农业新闻网、《现代快报》报社、吉林省抚参堂商业发展有限公司、北京海泽天成科技有限公司、国农互联文化传媒(北京)股份有限公司

**公益支持:**中国保健协会原材料分会、中国医药教育协会健康教育工作委员会、抚松人参文化研究会、抚松县人民政府、抚松县各人参种植专业合作社



秋风起,进补时。每年入秋,我市超市、商场的各种人参滋补品便成为抢手货。“草药之王”,“大补元气”,说到人参可谓妇孺皆知。人参有哪些品种?值多少钱?药性药效有何不同?怎么鉴别人参的真伪优劣?怎么选购到最适合自己和家人的人参?人参怎么吃不上火?真正问起来,恐怕你还真就一头雾水。为了普及人参知识,让广大市民吃上地道正宗的好人参,特举办本次活动。

文化节现场,除了大量人参专著、音像资料外,更有应季鲜参、林下鲜参、林下山参、野山参、即食人参、人参米、人参滴丸、人参玛卡、人参面膜等展出,国内著名人参专家现场为您答疑解惑,指点迷津,面对面教您怎么分辨、怎么吃。

**活动时间:**2014年8月22日(星期五)、23日(星期六)、24日(星期日),共三天。

**活动地点:**新街口置地广场现代快报社8楼展会厅(洪武北路55号、长江路与洪武北路交叉口)

**乘车路线:**1、2、3、5、9、16、25、26、27、29、30、33、46、60、68、801、805、824路到新街口置地广场下车、

地铁1号、2号线到新街口出站步行至洪武北路置地广场。

**咨询电话:**025-68890506

## 补气之圣药 活人之灵苗

# 人参——百草之王的秘密

### 长得像人形,所以叫人参

人参,多年生草本植物,喜阴凉、湿润的气候,多生长于昼夜温差小的海拔500~1100米山地缓坡或斜坡地的针阔混交林或杂木林中。由于根部肥大,形若纺锤,常有分叉,全貌颇似人的头、手、足和四肢,故而称为人参。

野山参在深山里生长很慢,60~100年的山参,其根住也仅有几十克重。晒干后能达到10克,就已经是长了好多年的人参了。1989年,抚松县农民在长白山采到一棵“参王”重305克,估计已在地下生长了500年。这棵“参王”是我国目前采到的最大的山参,已作为国宝被国家收购收藏。

### 野山参濒临绝灭,市售多半是假货

现在人们一提起人参,总以为是东北长白山特产,其实在古代,山西上党的人参才被视作佳品,由于对上党人参的推崇,在中原地带很快就被挖得绝种。

到了清朝,每年有数万人到长白山采参,东北人参也面临着灭绝的命运。为了避免东北人参重蹈“上党人参”的覆辙,康熙三十八年(1699年)清廷下令实行发放许可证采参,严禁私采,但这并不能有效地制止有些人冒死私采。野生人参在清末已难得一见,市售的一些所谓“野山参”,绝大多数都是假货。

目前,东北野山参已处于濒临绝灭的边缘,是被国家列为一级重点保护的珍稀濒危植物,严禁采挖,大家寻常能够得到的,可以说全部是人工种植的人参。

### 补气之圣药,活人之灵苗

翻开《中华人民共和国药典》,关于人参功能与主治的第一句话,就是“大补元气”。中国最古老的药学著作《神农本草经》记载“人参补五脏,安精神,定魂魄,止惊悸,除邪气,明目开心益智,久服轻身延年。”《本草新编》称人参“可升可降,阳中有阴,乃补气之圣药,活人之灵苗也。”《药性论》曰:“人参主五脏之气不足。”《珍珠囊》曰:“人参治脾胃阳气不足,肺气虚促,短气。”李时珍更是将人参推崇备至,在《本草纲目》中指出人参“能治男妇一切虚症”。

### 乾隆日服五克活到八十九

### 慈禧日嚼一钱肌肤像少女

乾隆对人参情有独钟,列为药养之首,曾亲笔御书一首《咏人参》诗云:“性温生处喜偏寒,一穗垂如天竺丹。”乾隆朝《上用人参底簿》记载:“自乾隆六十二年十二月初一始,至乾隆六十四年正月初三止,皇帝共进人



参三百五十九次,四等人参三十七两九钱。”这样算来,他每日约服人参5克之多。

《慈禧光绪医方选议》中记述了慈禧用人参的情况:“自(光绪)二十六年十一月二十三日起,至二十七年九月二十八日止,共用嚼化人参二斤一两八钱,……皇太后每日嚼化人参一钱,按日包好,俱交总管郭永清、太监秦尚义伺候。”在她70岁时,依然肌肤白嫩,她的宫女德龄在回忆录中写到:“老佛爷七十七高龄,她的肌肤还像十七八岁的少女一样。”

### 长白山出人参,人参之乡在抚松

由于近似的纬度和气候条件,人参在中国的东北、俄罗斯西伯利亚东部以及朝鲜半岛等北纬40度左右的广袤区域均有生长,朝鲜半岛地区出产的人参被称为“高丽人参”,中国东北地区出产的人参叫“长白山人参”。抚松县位于长白山西麓,东经128°,北纬41°,平均海拔300~700米,年平均气温4.2℃,年降水量500~1000毫米,森林茂密,光线为散射弱光,土质为肥沃的酸性腐殖土壤,渗透性好,自然条件得天独厚,所产人参品质上乘,享誉古今,被称为“道地药材”。

1995年3月在北京召开的“中国百家特产之乡命名大会”上,抚松县被命名为“中国人参之乡”,可谓名至实归。从1987年起,每年八九月间举办的“抚松长白山人参节”客商云集,盛况驰名中外。

### 种出一棵好人参,至少要五年

人工栽培的人参叫“园参”。园参要在伐过树木的腐殖土上种植,育苗期3年,移栽后再生长2~3年,共计5年或6年收获,在政府支持下,抚松参农成立“人参种植专业合作社”,从种植、田间管理到加工的各个过程管

理都极为严格。人参收获后,同一块地再种人参,必须等到33年后!

### 如何选购地参?不是越大越好

在选购地参时,不少人认为人参越大越好,都以根条粗大饱满为标准。但研究结果证实,主根较小,支根较多的人参,有效成分的含量反而较高。其原因在于人参支根越多越细,相对韧皮部的面积就越大,人参皂苷的含量就越高,药用价值越高。因此,人参并非越大越好,而以主根较小、支根较多、须根完整者为优。

### 高丽参比中国人参品质更好吗?

中国人参主产区在长白山西坡及余脉,高丽人参主产区在长白山以东和以南余脉,地理环境和气候差异不大。中国人参种植在500~1200米的丘陵或山地,必须是新翻的林地,韩国由于林地资源有限,人参都种植在大田里,收获后接着继续种。我国专家曾用中国红参和韩国高丽参进行对比研究,结果显示,人参皂甙等各项指标含量旗鼓相当,无明显差异。

### 为何人人都知人参好,却很少有人天天吃?

市面上的人参品质良莠不齐,广大市民难以鉴别;野山参、林下参、移山参、园参……人参品种、名称繁多;保鲜参、生晒参、白糖参、红参……炮制方法多样,药性、药效有别,选购也是难题。加上买回家怎么保存,怎么吃,都所知甚少,导致人人都知道人参好,却很少有人天天吃,白白浪费了健康长寿的好机会。

人参就摆在你面前,它是什么参,值多少钱?

七八种人参产品摆在你面前,哪一种适合你?

## 明明白白买人参 有滋有味补身体

播种在野生状态下自然生长的叫“林下山参”,功效与野山参相近,价格仅次于野山参。将培植的幼苗移植到山野生长,叫“移山参”,其功效超过园参,价格次于林下山参。人工栽培的人参叫“园参”,价格最亲民。这么多种类,你能辨别得出吗?



鲜参经直接晒干或烘干称“生晒参”或“白干参”,鲜参经冰糖闷制晒干称“白糖参”,经高温蒸晒颜色发红的称“红参”……

“生晒参”性较平和,适用于扶正祛邪,增强体质和抗病能力;“白糖参”多选用身短、质较次的人参,效力相对较小,适用于健脾益肺,气阴不足者;“红参”性偏温补,补气中带有刚健温燥之性,适用于急救回阳,气弱阳虚者。这么多品种,哪一种适合你?

### 家门口的人参文化节,怎能错过这个好机会?



活动热线:025-68890506