

聖文德天主教小學

# 網絡時空百草園

---

2021-2022 總結報告



# 細說發現中藥

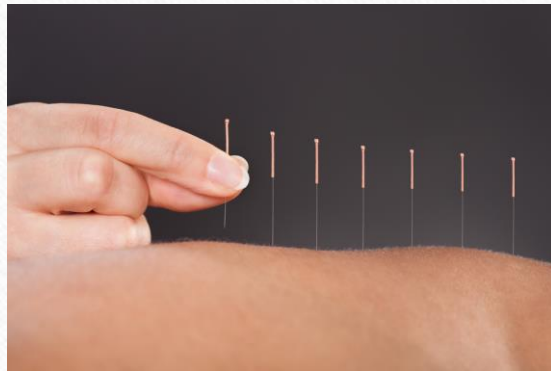
## 中藥的發現

跟據歷史的記載，人類的食物，主要是採果子及野果、獵鳥獸維持生活。有時吃了不該吃的東西，中了毒，重時就被毒死。而人類生病，也不知道對症下藥，很長時間也未能康服，只能挺到死亡。神也曾經試用不同的方法也只能緩解病患的狀。不過有一天，神農來到山西太原金岡一帶，品嚐草木，發現草木有酸甜苦辣等各種味道。他就將帶有苦味的草，給咳嗽不止的人吃，這個人的咳嗽立刻減輕不少；把帶有酸味的草，給肚子有病的人吃，這個人的肚子就不疼了。由此發現到原來有一些植物可以消除病痛，故此就記錄下來，成了神農百草經。



# 現代的中藥

經過三千多年的歷史，中藥除了入藥外，還演變了很多不同的手法或成藥，讓我們可以達到預防疾病、保健養生的功效。日常我們常見的例子，讓我們在此舉個例吧！



# 治療與運用

日常生活中，我們因為飲食習慣或來入侵，有機會因為失體失去平衡而生病，例如傷風感冒、喉嚨痛或皮膚病等



## 處理的方法

而透過百草園，我們學懂了簡單的草藥知識而作出處理  
例如皮膚病:馬纓丹、艾葉、金銀花等



氣管病: 枇杷、桑樹、魚腥草、麥門冬等



# 簡介我們日常在校所見有藥用的植物



紫蘇  
四氣:温  
五味:辛  
藥用部份:葉



薑  
四氣:温  
五味:辛  
藥用部份:根



艾葉  
四氣:温  
五味:辛、苦  
藥用部份:葉



檸檬  
四氣:平  
五味:甘、酸  
藥用部份:果實



黃皮甘蔗  
四氣:涼  
五味:甘  
藥用部份:葉



沙葛  
四氣:涼  
五味:甘  
藥用部份:根

# 簡介我們日常在校所見有藥用的植物



含羞草  
四氣:涼  
五味:甘、澀  
藥用部份:葉



魚腥草  
四氣:微寒  
五味:辛  
藥用部份:全草



馬纓丹  
四氣:溫  
五味:苦、微甘  
藥用部份:葉、根、花



枇杷  
四氣:涼  
五味:甘、酸  
藥用部份:果實、葉

# 強健養生

如何利用藥材作為強身保健的效果呢?

相信「飲息樂動」原則





# 百草園時間表

---

## 2021年

- 10月至11月 第一次校訪 – 活動簡介
- 11月至12月 第二次校訪 – 園圃種植

## 2022年

- 1月 第三次校訪

# 第一次校訪 – 活動簡介



## 第二次校訪 – 園圃種植



# 植物



# 第三次校訪



# 同學的感受

姓名: 甘凱昕

班別: 6EL

## 同學的心聲:

我在這次活動中得到了很多知識,如果不是我種木直那天請了假,我完全可以親手接觸那些植物!



姓名: 陳梓韜

班別: 6BR

## 同學的心聲:

我很開心,不僅可以種植物,還可以令我認識更加多的植物,課堂體驗非常好。

姓名: 陸鈞銘

班別: 6B

**同學的心聲:**

我感到十分有趣,我學到很多知識,這令我  
大開眼界。

姓名: 梁希原

班別: 4C1

**同學的心聲:**

我在這裏得到很多知識,了解到基本的藥理。

姓名: 鄭浩龍

班別: 5AN

**同學的心聲:**

因為我見到大自然的花草木對木成長了,  
所以我很開心。

