

# 土壤稀缺，三七原产地资源告急

记者赴云南文山探访“三七”产地，采挖面积锐减五成以上

起底  
三七

□半岛全媒体记者 王爱科

近年来，越来越多的人开始关注“三七”养生。本报“起底三七”系列报道推出后，不断有市民来电咨询三七方面的问题。要弄清楚这味“道地药材”的“前世今生”，不如到三七的最大产地文山州看看。3月1日，本报记者来到全国最大的三七种植和加工基地云南文山，一探“三七原产地”的真面目。

## 三七种植土壤资源稀缺

1日早上7点多，记者从青岛机场起飞前往云南。历经3个多小时的飞行后，记者抵达了云南昆明。而此行的目的地文山州，还在距离昆明300多公里以外。几经周折，记者搭乘上了去往文山平坝镇的汽车。

资料显示，云南文山是中国最大的三七种植基地，被国家农业部命名为“中国三七之乡”。据随行的云南滇七堂药业总经理张彬介绍，文山常年平均气温都在20摄氏度左右，海拔1000米到2000米，地处北纬23.5度附近的狭窄地带，从自然条件上，完全满足三七对于纬度海拔以及光照、湿度、温度、土壤酸碱度等一系列极为苛刻的条件。“这儿生长出来的三七营养价值非常高，而文山的三七又以平坝镇的三七为最。”张彬说，所以，平坝镇又被称为中国的三七起源地、三七最早的贸易区、文山三七的主要种植基地。

文山州的气温与青岛差不多，当地气象台公布的信息显示，1日上午，平坝镇的气温在8~15摄氏度左右。去往平坝镇的路上，记者注意到，路两侧分布着不少三七培植基地，覆盖着黑色的遮阳网。“三七生长怕冷怕热，太低或太高的气温，都不适于它的生长。”张彬说，太阳暴晒会把三七晒死，而零摄氏度的气温就足以把三七冻死。据介绍，今年文山州的气候条件蛮适合三七的生长，没有出现低于5摄氏度的天气。

张彬透露，他在文山有两个三七种植基地，其中平坝镇一处仅有100多亩，另外的一处种植基地位于石林县，有近600亩的规模。“文山适合种植三七的土壤资源越来越少了，由于三七种植对土壤的要求非常高，一块地如果当年采挖了三七，当地的‘七农’一般要等15年后才能再次栽种三七。”张彬说，这也是他为什么要远到石林县开辟第二个种植基地的原因。

## 种植基地频现药企身影

种植基地之间，是九曲回肠一般的小路；一路上，不时会有挂有外地车牌的车辆驶过。

“这些都是去培植基地看货源的药企，尽管离‘春七’的采挖还有半年多的时间，每周都会有药企的人员来文山种植基地。”张彬说，就在昨天，他还陪同湖



“七农”在精心地打理三七。

南制药厂的人员跑了几个合作社，商谈订货事宜。

经过多方打探，张彬帮记者联系到了文山平坝镇当地最大的种植户之一王发云。王发云正在自己的一处培植基地里忙活。记者注意到，培植大棚里的三七已有三四十公分高，几位“七农”正在挖三七。据王发云介绍，现在是挖“冬七”的季节，留籽的三年生三七，一般在七、八月份开花、结子，红子较二年七结得多、成熟得早，红子采摘后，再收挖加工的三七，称为冬三七，也叫“冬七”。

“春七”则不同，一般每年的六月份三七会抽出花蕾，七、八月份开花；如果不打算留种，或者因为病害较重不能结子，这段时间应及时摘去三七花蕾，以提高三七块根的产量，而且9月份下旬至10月份便可收挖，此时收挖加工的三七，称为“春三七”，也叫“春七”。

据张彬介绍，据粗略统计，由于三七种植土壤资源稀缺，今年三七的采挖面积下滑了半数。去年的采挖数量达4万多吨，但今年预计只能达到两万余吨。其中，“春七”的采挖量在1.5万吨左右，“冬七”的采挖量则只有0.5万吨。

## 须生长两三年以上才能收获

王发云今年40岁出头。早在9岁时，他就开始给村里的三七种植户打小工，12岁开始独立给三七农家看园子，在种植过程中他也总结了不少经验。到了2008年，王发云跟几个朋友合伙成立了云发中药材种植农民专业合作社，生产基地就在文山州平坝镇。

据介绍，短短几年时间，游资的注入，让当地三七的种植规模迅速扩大。王发云的云发种植合作社从当初的20多亩，到现在已发展成为社员155名、培育种植面积达2500亩的三七种植大户。他还牵头成立了文山云发珍稀濒危中药材种源繁衍基地，挽救当地的珍贵稀有药材。

“一年生的三七，只能叫做‘籽条’，是不能收获的，必须经过移植后，再生长一至两年以上才能收获。”王发云说，通常头越大的三七生长年限越长，皂苷含量越高，养生价值高；此外，三七浑身都是宝，不同部位、不同的食用方法功效不同。

## 小资料

### 三七浑身是宝，但要讲究吃法

三七都有什么功效，为什么会受到药企、药商如此高的关注？1日记者连线世医堂主治医师裴强伟，他为我们详解三七这位中药材。裴强伟介绍，三七又名田七，明代著名的药学家李时珍称其为“金不换”。清朝药学著作《本草纲目拾遗》中记载：“人参补气第一，三七补血第一，味同而功亦等，故称人参三七，为中药中之最珍贵者。”因其播种后三至七年挖采而且每株长三个叶柄，每个叶柄生七个叶片，故名三七。

三七的功效，可以归结为以下几方面：

一、降血压、降血脂、双向调节血糖。三七中的有效成分皂苷能扩张血管，改善微循环，降低外周阻力而达到降血压的作用；三七能降低血液胆固醇和血脂，特别是甘油三酯。三七还能双向调节血糖，促进人体血糖达到正常水平。

二、抗疲劳、安神助眠。三七能兴奋中枢神经，提高脑力和体力，增强记忆能力。三七花具有强心、安神、镇静作用，可以促进全身血液循环，从而改善脑部的供血状况，解除因神经衰弱或疲劳所致失眠问题。

### 生吃熟吃功效不同

三七性温、无毒，归肝、胃经。三七的食用有讲究，生吃熟吃的功效不同，与其它中药合理搭配，效果不同。生吃侧重于活血（多数人群适用），熟吃侧重于补血。

1、三七粉建议坚持常服：长期服用三七粉可活血通络、软化血管、降血压、降血脂、治疗肝纤维化等。

2、请勿过量：一般正常体质的人，服用三七粉的一日总量在10克左右，分2次服用。

3、早上服用：早上起来服用三七粉3克左右，用温开水送服。可以增强免疫力、抗衰老等功能。

三、防治心脑血管疾病。三七具有活血化瘀而不伤正、补虚强体而不壅滞的特点，既能改善冠状动脉的血运运行，又可补益正气，增强抗病能力，对预防冠心病、脑溢血及脑萎缩等有较好作用。

四、治疗各种跌打损伤。三七既能止血、又能活血化瘀（促进瘀血吸收）、消肿止痛，可用于跌打损伤的全过程，故被誉为“伤科圣药”。

五、防治各种出血性疾病。三七还可用于防治胃、十二指肠溃疡出血、眼底出血、结膜下出血、牙周炎牙龈出血、妇女月经过多、痔疮出血、咯血（如支气管扩张、肺结核咯血）等。

六、抗肿瘤。三七对抗肿瘤有一定的辅助作用，既可以抗癌祛邪，又可以借其补益扶正，增强机体免疫力。对于中晚期恶性肿瘤的患者，三七可达到减轻“放疗”、“化疗”对人体产生的损害、减少毒副作用、减轻患者痛苦的作用。

七、提高免疫力。三七中的多糖等成分能够提高巨噬细胞的吞噬功能，三七总皂苷可提高血液中白细胞总数及淋巴细胞百分比，促进体液抗体的生成，从而提高机体免疫力。

4、晚上服用：服用三七粉最好在饭前服用，有助于改善睡眠。如果在饭后服用请少量，最好不超过3克，晚上过量服用，有兴奋作用。最好不要在睡前服用三七粉，因为服用三七粉容易口渴。

5、孕期妇女禁止使用：女性在怀孕期间，禁止服用三七粉。这和孕妇不能服用很多西药一样的道理。

6、感冒期间：风寒感冒期间不能服用三七花，因为三七花性微凉，会加重风寒感冒，三七粉性温，风寒感冒期间可以服用。而患风热感冒则不宜服三七粉。