



中国茶，最大“非遗”

第一位写来，可见比之他也认为是其一生喝到过的其他好茶——四川“猴茶”、黄山极品云雾茶来，更为出色。所谓“猴茶”，乃猴子从绝壁上采来茶叶所制；黄山极品云雾茶或许也源于采摘困难。而此普洱茶焦之妙，就在于是一块百年老茶膏——有着时光陈下的味道。出身镶红旗，为光绪皇帝的珍妃、瑾妃之堂侄孙的唐鲁孙，也曾在他文章中提及普洱茶饼等，称之本非清宫皇室日常饮用之物，而是逢着积食或者偶感风寒等时，可作药用之物。可见，他与傅增湘老人之会，是相当难得的品饮体验。在当时来说，没病，喝什么普洱？唐鲁孙长时间也没搞懂，只是觉得这茶很妙。

“有文献报道，中国历代古籍中与茶叶的药用价值和药用配方相关的古医籍多达61种，其中涉及治疗疾病的方剂219方。茶叶作为药物也被我国首部也是世界第一部药典《新修本草》所收录。”施毅提及。

其实，现代医学也已经验证了茶的药效。2020年，中国科学院院士、中国医学科学院阜外医院原副院长顾东风团队在《欧洲预防心脏病学杂志》（European Journal of Preventive Cardiology）发表的研究显示，经常喝茶能够降低心脑血管事件及全因死亡发生风险，尤其对于长期坚持喝茶习惯的人群、男性以及喝绿茶者，健康获益更为显著。

北京医院心血管内科主任医师汪芳2017年在个人微信公众号刊文表示，茶虽然不是药，不能神话。但作为保健来说，确实茶含有多种茶多酚、茶色素、茶多糖和咖啡碱等成分，这些物质能辅助调节脂代谢、糖代谢、血液流变特性和血管弹性等作用。

有意思的是，记者最近在一档直播带货节目中看到一款茶粉胶囊，看上去与一些药物在外形上又有新的雷同之处。当然，这样的茶胶囊，并非药用，而是给人一种全新的更为便捷的泡茶或者说冲饮体验。看到这茶胶囊，无疑让当代人再次回想起茶的“初心”——是一味药呢。

下图：药茶方进入许多典籍。

