

# 茶油食药两用的传承与创新

刘禹杞<sup>1</sup> 廖春迎<sup>1</sup> 张瑞达<sup>1</sup> 李鑫<sup>1</sup> 曾镜源<sup>1</sup> 谢守成<sup>2</sup> 陈小勇<sup>1\*</sup>

1. 三亚学院健康医学院, 中国·海南 三亚 572000

2. 海南圣露热带农作物有限公司, 中国·海南 琼海 571400

**摘要:** 茶油起源于中国, 分布在我国亚热带与热带地区, 与世界四大木本油料植物椰子、油橄榄、油棕并称。茶油可用于饮食、保健和药用, 是我国食用油料和民间常用的医药的重要来源。味甘, 性凉, 清热化湿、润肠、杀虫解毒之效。茶油是一种绿色健康的植物油, 是应重点倡导大力发展的食用植物油。本文将立足于古代医籍, 对茶油的食药两用价值作以简要的梳理总结, 以山柚纯露案例作为茶油创新产品的重点分析, 从种植、加工全过程诠释誉为“液体黄金”的海南茶油创新产品山柚纯露。

**关键词:** 茶油; 食药两用; 传承与创新; 山柚纯露

## Inheritance and Innovation of the Dual-Purpose Application of Camellia Oil for both Food and Medicine

Liu Yuqi<sup>1</sup>, Liao Chunying<sup>1</sup>, Zhang Ruida<sup>1</sup>, Li Xin<sup>1</sup>, Zeng Jingyuan<sup>1</sup>, Xie Shoucheng<sup>2</sup>, Chen Xiaoyong<sup>1\*</sup>

1. School of Health Medicine, University of Sanya, China Hainan Sanya 572000

2. Hainan Shenglu Tropical Crops Co., Ltd., China Hainan Qionghai 571400

**Abstract:** Camellia oil, indigenous to China, is predominantly cultivated in the country's subtropical and tropical regions. It is recognized as one of the world's four major woody oils, alongside coconut, olive, and palm oil. Valued both as an edible oil and a traditional folk medicine, camellia oil serves purposes in diet, health care, and therapeutics. It is characterized by a sweet flavor and cool property, with traditional functions including heat-clearing, dampness-resolving, intestine-moistening, parasite-killing, and detoxification. As a natural and health-promoting plant-based oil, its development should be prioritized. Based on ancient medical texts, this paper provides a concise review of the dual-purpose value of camellia oil for both food and medicine. Through a focused case study of Shanyou Pure Dew—an innovative camellia oil product known as "liquid gold"—this article interprets its entire production process, from cultivation to processing.

**Keywords:** Camellia oil; Dual-purpose application; Heritage and innovation; Shanyou pure dew

## 0 引言

山茶属植物山茶 (Camellia oleifera) 是一种原产于中国的木本含油植物。公元前刀耕时期我国已有食用山茶油。先秦古书《山海经》载:“员木, 南方油食也”, “员木”就是油茶树。对油茶籽的性状、产地与效用在北宋苏颂编著的《图经本草》中有详细的记载<sup>[1]</sup>, 如下:“南方山土多植其木”南宋郑樵在《通志》中记载, 说明油茶树当时已进入大量栽培阶段。《植物名实图考长编》对我国荒山种植情况进行了记述。《天工开物》更是直言“山茶油, 油味甚美”。山茶属植物是世界上四大木本含油植物之一, 其用途广泛, 可入药、食用及作观赏用途。由于生长环境的差异, 不同产区山茶油的品质存在显著差异, 因此对其产地进行

全面分析对评估品质至关重要。

## 1 茶油食药两用的经典文献

多本古籍皆表明茶油的功效: 明目亮发、润肠通便、清热化湿、杀虫解毒, 在《本草纲目》《本草纲目拾遗》《随息居饮食谱》等体现。

“茶油性偏凉, 凉血止血, 清热解毒”, 这是《本草纲目》记载。主治肝血亏损, 驱虫, 益肠胃, 明目。同时, 描述了茶油可用于治疗疥疮、湿疹等<sup>[2]</sup>。《农政全书》其中提到“茶油可疗痔杀虫”, 可疗痔疮、退湿热。

《本草纲目拾遗》记载了茶油的功效, 如“润肠, 清胃, 解毒, 杀菌<sup>[3]</sup>”。

《随息居饮食谱》称茶油“甘凉, 润燥, 清热息风,

解毒杀虫，上利头目”“烹调肴饌，日用皆宜，蒸熟食之，泽发生光，诸油惟此最为轻清，故诸病不忌<sup>[4]</sup>”。

山茶油可“治疥癩，头癣”，在《岭南采药录》中提到。

翻阅历代医著，其中记载的茶油的使用方法有很多种。可入膳，在烹饪食物时加入适量的茶油，以增加食物的营养价值。可口服，也可用于治疗一些肠胃疾病或滋补身体，如治疗肠胃疾病方面。

《外治寿世方》载“足脚指缝烂 五倍子(三个)冰片(五厘)茶油调敷<sup>[5]</sup>”。

纵观茶油的以上用治，对于皮肤科疾患，不论是疮毒，还是胎毒；不论其病位在足脚趾，还是口唇部，若属热证毒证，都已应用。

《本草纲目》中记载茶油功效为主治喘咳，去痰浊。且相传慈禧太后护肤时对山茶油颇为喜爱，并广为流传。

## 2 茶油的现代研究

研究表明，适量食用茶油是没有副作用的。但过量食用，可能会导致消化不良等问题。并且，个人体质差异对食物的反应也有所不同，有些人可能对茶油中的某些成分过敏，如皮肤红肿、瘙痒等症状。同时能防止晒伤，还可以改善皮肤状态。有研究表明，茶油可防止早衰，减少皱纹、黄褐斑等。此外，也被应用于婴儿医药用品和妊娠妇女医药用品方面。由此可知，茶油在养生保健和化妆医药用品方面可用人群较广<sup>[6]</sup>。

当前，药理研究发现，油茶含有多种发挥药效的化学物质成分，如三萜及三萜皂苷类、黄酮类、脂肪酸类、多酚类、多糖素类以及其他化学成分等，其中三萜及三萜皂苷类是油茶最主要的化学成分。油茶不仅在抗菌、消炎、清热解毒等方面具有很好的功效，而且，在抗氧化、抗肿瘤等方面也显示出较好的生物活性。同时还具有其他的药理活性，如：抗凝血、抗血栓、降血糖、降血脂、保护受损细胞<sup>[7]</sup>。由此可见，茶油在医药等领域有着极大研究开发价值。

本文基于古籍作以上简要探讨，望有识之士以此为契机，踔厉合作，为茶油的食药两用价值研究做出更多更深入的理论研究和实践探索。

## 3 茶油营养与健康的实证疗效分析

《茶油营养与健康》由国家主管部门国家林业局油茶产业发展办公室、国家林业局场圃总站、国家林业局科技司和科技部门国家油茶科学中心联合发行对茶油的营养、健康进行了科学实验和信用背书<sup>[8]</sup>。对不同人群产生不同

作用：

### 3.1 中老年人

有助于老年人软化和保养血管。富含不饱和脂肪酸，可软化硬化和脆化的血管，保持血管的“年轻态”有利于血液循环的正常运行。同时，可降低脂肪含量，降低心血管疾病的发病风险。有助于改善肠胃。有助于改善中老年人的肠胃问题，更新新陈代谢，维持中老年人身体机能和防止衰老有一定的积极作用。

### 3.2 长期嗜好烟酒者

助于长期嗜好烟酒者润肺和消炎。对长期吸烟者有助于缓解咽喉部的干燥状况，有助于减少痰液对咽喉部的刺激，从而减轻由咽喉炎引起的咽喉肿痛。有助于改善醉酒状态。有助于降低过量饮酒后的醉酒程度。同时，它富含人体所需的不饱和脂肪酸和微量元素，能对化学性肝损伤起到辅助保护的作用。有助于防抗作用。有助于降血压、降血糖、防止脑中风和抗血栓。对于长期嗜好烟酒的人群，有助于应对因烟酒习惯导致的血液黏稠度增高、血流减慢和心脑血管易发生血栓的问题。

### 3.3 孕妇

可产后食用，温补气血，调节内分泌，防盆骨酸痛；可促进母乳分泌，同时为胎儿提供生长所需元素。

### 3.4 儿童

促进消化和营养吸收。适合儿童的口味，其营养成分易于被儿童的身体吸收，有助于提高免疫力促进身体发育。富含单不饱和脂肪酸和生物活性成分，有助于增强儿童的免疫系统，帮助抵抗疾病和感染。

## 4 茶油创新产品山柚纯露案例分析

万泉丹露<sup>®</sup>山柚纯露海南特产山柚特级纯油中提炼的油中极品，由于其色泽金黄、味醇香等特点，因此被称为“液体黄金”。含 85%~95% 不饱和脂肪酸高达（80-83% 油酸、7-13% 亚油酸），山茶甙、皂甙、茶多酚、及维生素 E 和铁、钙、锌等微量元素。山柚纯露作为茶油创新产品的质量品质需要从种植、加工全过程来定义。

### 4.1 山柚种植基地

海南岛，北纬 18℃，热带海岛气候，由地壳运动及火山喷发而成，这里的土壤富含硒等多种元素，海南山柚是生长于这片中国最南端的神奇土地上。万泉丹露<sup>®</sup>马鞍岭（海南）山柚基地坐落于琼海市万泉镇马鞍岭，地占地 1300 余亩。有机基地（琼海）地处海南岛东部，属于热带季风及海洋湿气候区，年平均气温为 24℃，年平均降雨量 2072 毫米，年平均日照 2250 小时，年平均辐射量为

每平方米 118.99 千卡，终年无霜雪。土质为酸性砖红壤为主，土层厚度达 1 米以上，有机质含量为 2.5% 以上，富含作物生长所需的氮、磷、钾，土壤微酸性，pH 值为 5.5-6.5 之间，碱解氮超 250ppm，速效磷为 5-9ppm，速效钾为 80ppm。气候条件及土壤类型非常适合油茶的种植，其丰富的光热资源使得基地油茶比内地油茶生长要快，能够实现丰产、稳产和含油率高等特色。

“琼海油茶”实施国家农产品地理标志登记保护于 2019 年 6 月 24 日中华人民共和国农业农村部批准（中华人民共和国农业农村部公告第 185 号）。万泉丹露® 马鞍岭（海南）山柚基地由国家油茶科学中心热带试验站、海南省农业科学院热带园艺研究所、琼海市热带作物服务中心联合授牌打造国家级琼海油茶高端有机种植基地（编号：D-001）。万泉丹露® 马鞍岭（海南）山柚基地及其出产的高端有机山柚鲜果分别被选为联合国开发计划署（UNDP）- 海南农业生物多样性参与原生境保护及可持续利用项目推广区（GEF）及推广作物的全球环境基金（GEF）。

#### 4.2 种植技术

万泉丹露® 马鞍岭（海南）山柚基地在建设与管理中秉持“绿色、生态、可持续”的核心理念，致力于打造一个既能高效生产高品质山柚产品，又能维护生态平衡、促进生物多样性的国家级生态农场。深刻理解生态农场不仅是农业生产与环境保护的有机结合，更是实现农业可持续发展的重要途径。基于此，我们严格遵循《生态农场评价技术规范》（NT/T3667-2020）的要求，从生产方式、资源管理到环境影响等方面进行全面优化，以期达到生态、经济和社会效益的和谐统一。

作为德米特（Demeter）认证的会员，按照德米特（Demeter）要求对山柚基地实行生物动力有机种植。采用生物动力的种植山柚树方式，是一种结合了生态学、生物学以及特定哲学理念的农业生产方法，旨在创造一个自我维持、充满活力的农业生态系统。生物动力种植不仅能够促进山柚树的健康成长，提高果实品质，还能维护和增强农场的整体生态健康，实现长期的可持续发展。

#### 4.3 国家级认证

2023 年万泉丹露® 马鞍岭（海南）山柚基地已通过良好农业规范认证。良好农业规范（GAP）是泛指一种适用方法和体系，说明其品质有一定保障，同时符合生态的可持续发展，有利于增强消费者的消费信心。

2024 年万泉丹露® 马鞍岭（海南）山柚基地通过绿色食品认证，标志着其食用安全性进一步得到保障。

#### 4.4 科技赋能

估、科研功效性指标及营养价值的深度优化研究，到品牌战略推广合作和艺术设计支持等多元领域。通过全方位、深层次的产学研一体化合作模式，旨在推动油茶产业科技创新、品质升级及市场拓展，共同助力我国油茶产业健康发展。2024 年依托国家级海南琼海油茶科技小院，作为中国农业科技与教育融合的典范，立足于琼海市丰富的热带油茶资源，致力于热带油茶产业的科技化、专业化与现代化发展。作为国家级海南琼海油茶科技小院的唯一企业共建单位，共同申请知识产权，保护并推广山柚油茶新品种与新技术，加速科技成果的市场化进程。

#### 4.5 专利技术

双百（100% 零添加、100% 释放营养上限）中药焅淬法工艺专利技术（由琼海市热带作物服务中心与海南圣露热带农作物开发有限公司合作完成），保证山柚纯露的纯度和品质，有效延长保质期。

#### 4.6 现代化推广策略：基于健康画像与可视化传播的融合创新

三亚学院健康医学院的跨学科团队，通过大学生创新创业训练计划项目，探索了一套将传统智慧与现代科技相结合的山柚纯露创新推广模式，其核心在于“健康画像”精准定位与“可视化传播”深度触达的融合。该模式旨在打通产品与消费者之间的“最后一公里”。

首先，引入“个人健康画像”理念，实现精准化健康干预。陈小勇教授团队将健康管理领域的“健康画像”模型应用于产品推广，通过整合用户的健康数据与需求，将山柚纯露从一种优质农产品，升维为一种有据可依的个性化健康管理解决方案。例如：对于“健康画像”中显示有心血管风险的中老年群体，精准推送其辅助软化血管、调节血脂的实证研究成果；对于关注抗衰的都市白领，则强调其抗氧化成分在延缓衰老方面的应用。这种基于画像的精准定位，使营销更为精准有效。

其次，构建透明供应链，利用可视化技术打通信任壁垒。项目利用 VR（虚拟现实）和 AR（增强现实）技术，开发了“360° 虚拟茶园游览”。消费者可沉浸式体验万泉丹露® 马鞍岭基地的有机种植环境、德米特认证的生物动力农法，以及“双百”中药焅淬法专利工艺的全过程。这种身临其境的体验，将产品的“绿色、生态、高品质”属性可视化，极大增强了品牌信任度。

最后，深化产学研融合，开展内容式营销，通过举办以“健康讲堂”为主题的直播活动，由师生结合健康管理

与智慧康养知识，科普山柚纯露的功效与用法，将复杂的科学原理转化为易懂的消费者语言，实现了“品效合一”的市场教育。

综上所述，对山柚纯露的推广，是一次以学术研究为基石、以数字技术为引擎、以个性化健康管理为价值核心的产业创新实践。这一“科技 + 健康 + 传媒”的跨学科模式，不仅为山柚纯露的成功市场化开辟了新径，也为海南特色农产品的价值提升与产业升级，提供了一个可复制的“三亚学院范式”。

#### 4.7 产品监制

三亚学院健康产业管理学院对万泉丹露<sup>®</sup>山柚纯露产品监制，通过专业知识和技术力量，确保产品的质量和安全，继承了传统山柚油茶的食药两用价值，而且通过现代科学技术提升了产品的营养价值和功能性，是现代健康生活方式的理想选择。

山茶油不仅是中国宝贵的农业文化遗产，更是一个在科学上被不断重新发现、在产业上具有巨大潜力的战略性健康资源。其未来发展，必须建立在“传承 - 验证 - 创新”三位一体的路径之上：即深入挖掘与科学阐释传统智慧，持续开展严谨的临床与药理研究以明确其作用机制与量效关系，并大力推动以全产业链品质管控和核心技术突破为驱动的产业现代化升级。唯有如此，方能使这一古老的“液体黄金”在当代健康产业与精准营养领域中焕发新的生机，为国民健康与乡村振兴战略做出实质性贡献。

#### 参考文献：

[1] 杨兴良，胡国祖，胡禾民. 油茶木本油料之王[J]. 绿色中国，2017,(22):70-71.

[2] 卢燕. 发展油茶产业助力粮油安全[J]. 绿色中国，2022,(23):18-27.

[3] 赵爱国，杨桂燕，翟梅枝. 食用油料经济林油脂合成途径基因研究进展[J]. 北方园艺，2018,(09):171-176.

[4] 韦荷琳，蒋玮，王友国等. 基于大市场营销理论的山茶油服务营销组合创新研究[J]. 企业改革与管理，2019,(22):83-85+88.

[5] 任谦谊. 基于数据挖掘的古今中医药治疗慢喉痹用药规律研究[D]. 黑龙江：黑龙江中医药大学，2024.

[6] 张会敏，李群，田雯雯. 炮制专家王琦论“中药饮片有效成分”研究进展[J]. 中成药，2024,46(08):2698-2702.

[7] 刘欢，于靖，吴友根等. 大果油茶实生树茶籽油脂脂肪酸组成分析[J]. 热带作物学报，2017,38(05):843-848.

[8] 李荣英. 农产品地理标志和绿色食品融合发展探究[J]. 中国食品工业，2024,(15):56-58.

基金项目：2024 大学生创新创业训练计划项目，可视化传播山柚纯露打通产品服务最后一公里（S202413892001X）；海南圣露委托项目，万全丹露<sup>®</sup>校企合作康养产业人才培养基地建设（20240101）。

作者简介：刘禹杞（2002.09-），女，汉族，吉林延吉人，护理学本科，护士，三亚学院健康医学院，研究方向：康养护理、膳食健康管理。

通讯作者：陈小勇（1968.04-），男，汉族，湖南隆回人，中医学学士，三亚学院健康医学院，教授，研究方向：中医学临床与交叉学科研究、健康管理和智慧康养的应用基础研究。