



薄荷品種介紹

吳志文¹、羅文冠、林素汝²

一、薄荷名稱由來

薄荷的英文名為「Mint」，學名「*Mentha sppiperita*」，是從希臘神話中，冥界之神哈德斯(Hades)所愛的妖精密絲“Mentha”取名而來。冥王的妻子看見密絲(Mentha)躺在哈德斯懷裡，便將她變成一株薄荷。所以薄荷的學名Mentha就是因此而得名。

薄荷的花語為「美德」，自古以來即備受推崇，《聖經》中即點出它的價值：法利賽人(Pharisees)以薄荷、時蘿和芹菜繳納什一稅(tithing)。希伯來人將薄荷置於猶太教堂地板上，後來義大利也仿效了數百年。羅馬詩人奧維德(Ovid)更提及薄荷是好客的象徵，他筆下的人物就曾在招待客人之前，用薄荷擦拭餐桌以示好客之道。

二、薄荷特殊功能

遠在希臘時代，當時男女都酷愛擦香水，氣味清新的薄荷味，被視為是最能展現個人魅力的香氛，因此廣受喜愛而大面積栽培，而羅馬人更是將它當作入浴香料。中藥應用上，以薄荷為藥用之名，始載於《雷公炮炙論》，強調其具有疏散風熱、清利頭目的作用，主治感冒風熱、頭痛、目赤、咽喉腫痛、牙痛、肝氣鬱滯、胃悶痛及瘡疥等症狀。

現今薄荷的主要種植地區在美國，

現今薄荷的主要種植地區在美國，亦普遍分布於西班牙、義大利、法國等歐洲地區及非洲、亞洲等地。其中，中國地區以江蘇、江西及湖南等地為主，是精油工業之重要作物之一。

三、薄荷有25個種

一般而言，薄荷(Mint)是泛指唇形花科(Labiatae)薄荷屬(*Mentha sp.*)的植物，包含了二十五個種，除少部分品種為一年生植物外，大部份均為具有芬芳香味之多年生草本植物。喜歡肥沃、濕潤、土層深厚、且富含有機質的土壤，其缺點為較不耐旱，在全日照、半日照或部份遮蔭的環境皆可生長，是相當容易栽種的香草植物，且由於薄荷屬植物自然雜交現象普遍，使其在外觀型態和化學成分上容易產生變異。

一般人所熟知的薄荷植株常具匍匐性，高度大多在1公尺以下，莖方形，有節和對生分枝，直徑0.2~0.4公分，紫棕色或淡綠色，稜角處具茸毛，節間長2~5公分。質脆，斷面白色，髓中空。葉對生，有短柄，葉片展平後為寬披針形、長橢圓形或卵形，長2~7公分，寬1~3公分，綠色，或枯黃色，稀披茸毛，有腺點。花為輪傘花序腋生，花萼鐘形。植株通體氣味芳香清涼，味帶辛涼。其分類學上的地位，是植物界

(Plantae)、被子植物門(Magnoliophyta)、雙子葉植物綱(Magnoliopsida)、唇形目(Lamiaceae)、唇形科(Lamiaceae)、薄荷屬(Mentha)。

目前，從國外引進栽培之薄荷品種有20餘個，但因薄荷容易雜交產生變異，經過天然、人工雜交或愛好者的選拔栽培，在園藝栽培上已超過600個品種，常見之薄荷如下：

¹農藝研究室 副研究員 約用助理 08-7389158

²屏東科技大學 助理教授 08-7703202



唇形花科不同薄荷品種之葉片外觀形態

(一)綠薄荷 (*Mentha spicata*)

原產於歐洲、非洲及西亞一帶，大陸地區稱之“留蘭香”，其商業栽培品種包含荷蘭薄荷(Spearmint)、皺葉綠薄荷(Curled Spearmint)、英國薄荷(English Mint)、黃金薄荷(Golden Mint)等。綠薄荷氣味細緻、芳香溫和，並有一股清新綠草香，外型特徵上葉片較圓且葉色翠綠，葉片的皺摺明顯；其除可提供做觀賞植物用外，亦可做為烹調、盤飾及泡茶等用途。

綠薄荷的精油萃取率約在 0.5-1.5%，主要成分以藏茴香酮(carvone)為主，佔總精油成分的55-70%，其餘成分為檸檬烯(limonene)、1-8桉油醇(1,8-cineole)、月桂烯(myrcene)、-蒎烯(-pinene)、芳樟醇(linalool)、石竹烯(caryophyllene)及順羅勒烯(-ocimene)等，由於此類薄荷沒有薄荷腦(menthol)的成分，故萃取之精油不嗆鼻，氣味溫和。



綠薄荷 (*Mentha spicata*) 中荷蘭薄荷(Spearmint)葉片形態

(二)歐薄荷(*Mentha piperita*)

歐薄荷是國外庭院常見之薄荷種類，別名“洋薄荷”，是由水薄荷(*Mentha aquatica*)和綠薄荷雜交而來的品種，原產於歐洲及北美野外或濕地區域。目前生產地為保加利亞、希臘、西班牙、北歐及美國，以美國生產最多，美國境內以華盛頓州、奧勒岡州、威斯康辛州、印地安那州及愛荷達州為最多。商業栽培種有胡椒薄(Peppermint)、斑葉胡椒薄荷(Variegated Peppermint)、瑞士薄荷(Swiss Mint)、巧克力薄荷(Chocolate Mint)及葡萄柚薄荷(Grapefruit Mint)。此類薄荷莖梗分枝較少，葉片呈暗綠色，若植株遭逢缺水時，葉片呈淡紫色，葉為卵形或披針形。可做為醬汁、甜點配料，薄荷精油有清涼提神作用，常使用於飲料、涼味香菸、牙膏及藥品之調味，是目前世界上栽培面積最大，用途最廣的品種。



歐薄荷(*Mentha piperita*)中胡椒薄荷(Peppermint)葉片形態

(三)水薄荷(*Mentha aquatica*)

水薄荷原產地在亞洲及非洲地區，在非洲地區做為傳統用藥；在台灣的原生種為墾丁水薄荷，水薄荷是少數能直接生長在水域的品種，其商業栽培品種有萊姆薄荷(Lime Mint)、柑橘薄荷(Citrus Mint)、柳橙薄荷(Orange



水薄荷(*Mentha aquatica*)中萊姆薄荷(Lime Mint)葉片型態

Mint)及水薄荷(Water Mint)等，氣味皆帶有柑橘類水果特有的芳香。水薄荷常見於甜點及泡茶，其精油廣泛用於沐浴用品、保養品及清潔用品、藥膏或糖果中。

(四)芳香薄荷(*Mentha suaveolens*)

芳香薄荷產於歐亞大陸一帶，莖綠色，被有絨毛，植株生育旺盛，較其他的薄荷品種可以栽培於乾燥的土壤中，在潮濕肥沃的土壤亦生長良好。香味特色在不具強烈嗆鼻之氣味，帶有如蘋果或鳳梨等水果般甜美的氣味。其商業栽培種有蘋果薄荷(Apple Mint)、鳳梨薄荷(Pineapple Mint)，另有雜色之芳香薄荷變種，葉片帶有乳黃或白色斑紋之斑葉蘋果薄荷(Variiegated Applemint)。

精油成分以胡椒烯(piperitenone)為主，其他成分為綠花白千層醇(viridiflorol)、1-辛烯-3-醇(1-octan-3-ol)及1-辛烯-3-乙酸脂(1-octen-3-yl-acetate)等，其中1-辛烯-3-乙酸脂又名乙酸辛烯脂，是一種食品添加劑。



芳香薄荷(*Mentha suaveolens*)中斑葉蘋果薄荷(Variiegated Applemint)葉片形態

(五)銀薄荷(*Mentha longifolia*)

銀薄荷產於歐洲及非洲地區。葉表面披有銀白色絨毛，植株風味與綠薄荷相近，商業栽培種有銀薄荷、灑銀薄荷及長葉薄荷等，統稱 Silver Mint。主要用於食用、藥用、提煉精油及觀賞造景用。

銀薄荷精油成分以薄荷酮(menthone)、薄荷腦(menthol)、1-8桉油

醇(1,8- cineole)及 β -蒎烯(β -pinene)、藏茴香(carvone)、胡椒烯酮(piperitenone)、薄荷二烯酮

(piperitenone)為主。

(六)其他品種

普烈薄荷(Pennyroyal Mint)原產於南歐地中海一帶，是老式的香藥草，做為地被植物及綠籬均佳，屬於匍匐性品種，具有強烈氣味，其功用為驅蟲、抗菌、藥用、提煉精油及做為觀賞造園之用，其精油是防蟲的重要成分，具有很好的催汗功效，被用來治感冒或驅除蟲蟻，成分以胡薄荷酮(pulegone)及薄荷酮(menthone)為主，各佔30-35%。另有越南薄荷(Vietnamese Mint)、日本薄荷(Japanese Mint)、中國薄荷(Field Mint)，各原產於越南、日本及中國，目前多種於亞熱帶氣候區，皆具有非常清涼的香味，廣泛做為藥草或提煉精油之用。除了舊有品種，新品種的發現育成，亦持續推出，使得薄荷的種類眾多，不勝枚舉。



銀薄荷(*Mentha aquatica*)中銀葉薄荷(Silver Mint)葉片型態

三、結語

自古薄荷即被歐洲人視為清新空氣、驅蟲殺跳蚤及增加個人魅力的香草植物，沿至現代，因為薄荷種與種之間容易因自然或人為雜交而育成新品種，透過愛好者的不斷努力，甚至選育出具有特殊味道的奇味薄荷，讓薄荷更具神奇魅力，廣受大眾喜愛。經研究證實，薄荷的確可以提神解悶、安神鎮定、幫助睡眠、消除疲勞等功效，是生活保健用品，亦將是未來人類生活中，不可或缺的明星香草植物。