

2025 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

文章題目： 蛹蟲草之謎，是蟲還是草？

摘要：蛹蟲草不是蟲也不是草，屬於真菌類生物，是具有多種功效，但因培養不易，而被視為珍貴藥材，探討在科學上的定位，並解析在中藥與保健食品中的應用價值。

文章內容：（限 500 字~1,500 字）

蛹蟲草（*Cordyceps militaris*）是一種寄生在昆蟲幼蟲中的真菌，會在夏季時尋找昆蟲幼蟲寄生其身體中，在冬季時幼蟲死亡兒體內會佈滿菌絲，外觀人保有幼蟲形狀。等到春夏季時長出子實體，即為人們俗稱「冬蟲夏草」。

然而，蛹蟲草與冬蟲夏草不同之處：前者為異絲交配、後者則為同絲交配。蛹蟲草大多生長於高海拔的寒冷地區，隨著溫室效應的影響，生長及產明顯下降。目前市面上的蛹蟲草大多是人工栽培所得，有經研究證實人工培養蛹蟲草的純子實體作為食品上是安全的。



圖一：蛹蟲草

根據現有研究資料中蛹蟲草中含有多種生物活性成分，包括多醣體、蛋白質、胺基酸、腺苷和蟲草素，這些具有抗癌、免疫調節、降血糖、降膽固醇、抗菌、抗病毒、抗氧化等功效。在中醫理論中，蛹蟲草具有補肺益腎、止血化痰的功效，有被收錄在《本草從新》、《中藥大辭典》二書中列為中藥材之一。

由於蛹蟲草視為中藥材和冬蟲夏草具有相似的藥用價值存在，有補肺補腎與利精氣神等效果，現今被廣泛運用在保健食品、養身料理和滋補類產品中，成為大家追求健康養身的好選擇。



圖二：大榮陞技保健產品



圖三：蛹蟲草養身料理

參考資料

1. 圖書：神奇的蛹蟲草：栽培、藥用與保健養生的功效/ 作者：[喬治·斯穆特](#)、[陳振興](#)、[劉宏偉](#)
2. Xin Wang, Yefei Liu, Shuang Yu, Shengyang Yu, Lianju Ma, Bojia Liu, Fangxu Xu, Metabolomics analysis reveals the changes of metabolites in Cordyceps militaris during subculture, Food Chemistry, 1 July 2025
3. 圖書：本草從新/作者：[李艷麗等](#)(2017) -6.52
4. 農業知識入口網；蛹蟲草的保健功效
5. 圖片來源 圖一：Google、圖二：大墩事業 大榮蟲草養身液、圖三：愛料理 黃金蟲草香菇雞湯

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，將不予審查。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，將不予審查。
PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。
3. 建議格式如下：
 - 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
 - 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
 - 字體行距，以固定行高 20 點為原則
 - 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、

對齊該圖