

生活健康系列



滲透力超強的特效藥

神奇的

家庭萬能藥「馬油」



安心編輯部／編著
劉曉梅／譯

能迅速滲透至皮膚內部，防止二次氧化，
並可去除腫熱，加速皮膚再生的作用。



SHY MAU BOOKS

● 主要內容

- ◎馬油神奇藥效的秘密： α -亞油酸。
- ◎去除斑點與小皺紋，擁有細嫩肌膚。
- ◎馬油按摩可消除頸部肌肉的鬆弛，去除腹部的脂肪。
- ◎具有使皮膚再生的作用。
- ◎使白髮變黑的卓越功效。
- ◎防止掉髮，並能去除頭皮屑。
- ◎對於特應性皮膚炎、雞眼、疱疹具有強力療效。
- ◎治癒濕疹，對皮膚皸裂及凍傷也有效。
- ◎消除腰痛、神經痛、膝蓋炎風濕的疼痛。
- ◎氣喘、鼻炎、花粉症等難病及痔瘡、燙傷、便秘也能治癒。
- ◎夫妻性生活不可或缺之物。

ISBN 957-529-444-0



9 789575 294441

N.T.140 00941852

世茂出版社

神奇的家庭萬能藥「馬油」

編著／安心編輯部

譯者／劉曉梅

編輯／黃素妮、羅煥耿、賴如雅

美編／沈虹

出版者／世茂出版社

發行人／林正中

負責人／簡泰雄

地址／台北縣新店市民生路十九號五樓

電話／(〇二)二一八三二七七(代表)

傳真／(〇二)二一八三二三九

劃撥／〇七五〇三〇〇一七

登記證／新聞局登記版台業字第三二〇八號

電腦排版／龍虎電腦排版公司

印刷／三華彩色印刷公司

初版一刷／一九九四年七月

二刷／

定價／一四〇元

※版權所有・翻印必究

・本書如有破損、缺頁，敬請寄回本社更換

PRINTED IN TAIWAN

特別推薦・健康美容叢書

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. 美膚圖解手冊 | 郭玫蘭／編・定價100元 |
| 2. 還我自然肌膚 | 聞薇薇／編・定價110元 |
| 3. 現代女性妝扮技巧 | 林思宏／編・定價100元 |
| 4. 穿出你的成熟美 | 林思宏／編・定價100元 |
| 5. 如何使肚子凹下去 | 林思宏／編・定價130元 |
| 6. 鈴木式無壓抑減肥法 | 鈴木園子／著・定價120元 |
| 7. 化粧品與肌膚保養 | 鈴木一成／著・定價140元 |
| 8. 漂亮粧扮的顏色搭配 | 高紀美／著・定價150元 |
| 9. 飲食與健康 | 寧木園／著・定價100元 |
| 10. 茶生活與健康 | 林文羽／編・定價110元 |
| 11. 五分鐘簡易禪坐 | 唱元居士／著・定價100元 |
| 12. 三分鐘簡易氣功 | 菊秀成／編・定價110元 |
| 13. 如何消除體臭 | 東京體臭研究所／著・定價120元 |
| 14. 氣——病理自療法 | 田博雅／著・定價130元 |
| 15. 圖解腳底病理按摩療法 | 五十嵐康彥／著・定價120元 |
| 16. 圖解手掌病理按摩療法 | 五十嵐康彥／著・定價120元 |
| 17. 圖解懷孕與生產 | 謝國權／著・定價130元 |
| 18. 圖解親子指壓療百病 | 浪越徹／著・定價130元 |
| 19. 圖解家庭中毒防治手冊 | 林佩琪／編・定價120元 |
| 20. 最新日常用藥寶典 | 橫山泉／著・定價130元 |
| 21. 鹽療治百病 | 林佩琪／編・定價130元 |
| 22. 尿療治百病 1 | 中尾良一等／著・定價130元 |
| 23. 新編尿療治百病 2 | 中尾良一等／著・定價140元 |
| 24. 醫生推薦的尿療治百病 3 | 佐野鎌太郎／著・定價140元 |
| 25. 事實證明的尿療治百病 4 | 中尾良一等／著・定價130元 |

特別推薦・健康美容叢書

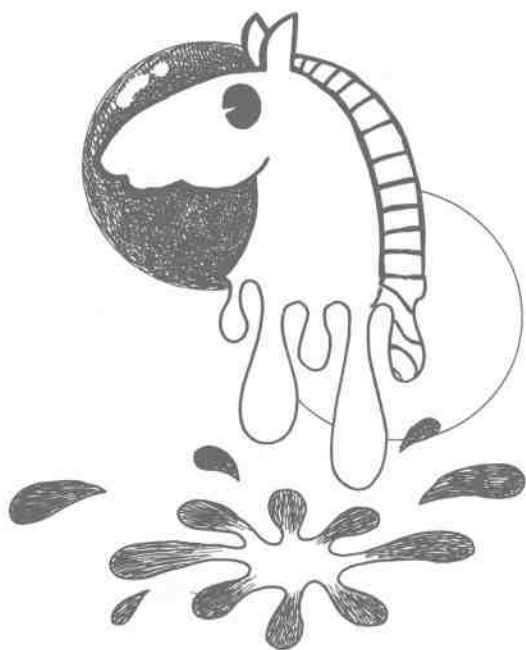
- | | |
|-----------------|------------------|
| 26.大豆食療治百病 | 安心編輯部／編・定價140元 |
| 27.醋療治百病 | 中山貞雄／著・定價140元 |
| 28.超冥想健康法入門 | 兒玉和夫／著・定價130元 |
| 29.最新家庭醫學寶典 | 靳海東／著・定價140元 |
| 30.健身祛病外丹功 | 森益三／著・定價140元 |
| 31.烏龍茶瘦身治病健康法 | 范秀蘭／著・定價130元 |
| 32.蜂王漿驚異物質療百病 | 後藤克夫／著・定價130元 |
| 33.背骨病理自療法 | 松原英多／著・定價140元 |
| 34.足心道療治百病 | 柴田當子／著・定價160元 |
| 35.食療治百病 | 邱淑惠／著・定價140元 |
| 36.半身浴療治百病 | 安心編輯部／編・定價140元 |
| 37.簡易四肢療法 | 五十嵐康彥／著・定價140元 |
| 38.驚異的蛋油卵磷脂健康法 | 野本二士夫／著・定價160元 |
| 39.好水喝出健康來 | 鍾 憲／譯・定價140元 |
| 40.驚異的米食健康法 | 邱淑惠／著・定價150元 |
| 41.如何使你的腿修長 | 野口洋子／著・定價150元 |
| 42.大蒜療治百病 | 永井勝次／著・定價140元 |
| 43.鮮花的神奇療效 | 孫維良／等著・定價150元 |
| 44.營養治病新鮮果菜汁 | 一木喬／著・定價150元 |
| 45.世界公認大豆卵磷脂健康法 | 松木康夫／著・定價150元 |
| 46.神奇的芳香療法 | 威廉・亞諾泰勒／著・定價160元 |
| 47.輕鬆有效的自療法 | 邱淑惠／著・定價150元 |
| 48.神奇蜂膠的驚人療效 | 木下繁太朗／著・定價150元 |
| 49.中國醫學的尿療法 | 朱錦富／著・定價 元 |
| 50.創造奇蹟的鮫鯊烯 | 橫田貴史／著・定價 元 |

神奇的

家庭萬能藥「馬油」

安心編輯部／編著◎劉曉梅／譯

滲透力超強的特效藥



前 言

鐵砲洲診療所理事長 木下繁太郎

馬油，如文所示，即是取自「馬」身體內的脂肪。昔日，販賣馬肉的店，將剩餘的脂肪做成燙傷的民間藥，當成副業販賣。

以前，在大街上所販賣的「筑波山蟾蜍油」秘傳之油，事實上，即是馬油。它能夠防止氧化，可能是在馬油中加了一些藥草的緣故。

昔日的馬油，品質粗劣，氣味較強，但是，最近已被研製成純度較高的良好商品，發行於市。現代的馬油，是將馬的脂肪蒸過、溶解、擠汁，用和紙過濾，做成馬脂原油，再利用蒸氣提煉方法精製而成。

有的是加工成淡黃色的奶油狀，添加些許的香料。不過，基本上而言，已經不具臭味了，使用起來，覺得舒適無比，塗抹之後，令人產生清淡舒爽感。只要塗抹少量，就會自然地延伸。由於能夠消除肌膚的乾燥、斑點與小皺紋，因此，深受時下的女性所喜愛。

因為是自然的東西，故不僅是外用，亦可食用。像烤牛肉、魚或蛋糕時，於鍋底塗抹少量的馬油，就算是用強火烤，也不會燒焦。

值得大書特書的，就是它具有強大的滲透力。一旦沾到肌膚，不出數秒鐘，就能夠被吸入到內部。就算塗抹過多，但在短時間內，也能夠滲透到皮膚組織，因此，不會感覺肌膚粘著。

滲透到皮膚內部的馬油，能夠形成油膜，遮斷外部的空氣。如此一來，就具有防止二次氧化的作用，抑制發炎症狀（伴隨腫脹與發燒的症狀），同時，能夠迅速去除患部的熱。相反的，如果對於血液循環不良的部分進行按摩，並且塗抹馬油，加以保溫，就能夠促使血液循環正常。

◆根據最近的研究，證明為第三油

一般而言，脂肪分為植物性與動物性兩種。攝取過多的脂肪，容易引起肥胖，導致成人病的發生。這時的罪魁禍首，就是動物性脂肪。植

物性脂肪，有助於健康，這乃是一般的常識。對於太胖或成人病患者所進行的營養指導，則是要他們改攝取富含亞油酸的植物油。但是，長時間攝取過量的亞油酸，也會有礙於健康。

亞油酸無法於人體內製造，是要從食品中攝取的必須脂肪酸。的確，亞油酸不足，成長會停止，頭髮會掉光，甚至會誘發皮膚病，造成不孕症。但是，相反的，攝取過剩時，會促進乳癌與大腸癌的發生，製造血栓（血液中的血塊），成為心臟病或腦中風的關鍵。此外，特應性皮膚炎等過敏症狀，也會逐漸地惡化。

這時，我們注意到的，就是稱為 α ——亞油酸的必須脂肪酸。這是從紫蘇科的白蘇植物中所取得的白蘇油（紫蘇油）中含量較多的脂肪酸。

根據名古屋市立大學的奧山治美教授的研究，經由動物實驗，確認 α ——亞油酸具有如下的效果。

①發揮防癌效果。

- ② 防止癌細胞的轉移。
- ③ 具有降血壓的作用。
- ④ 減少造成動脈硬化原因的中性脂肪或膽固醇。
- ⑤ 抑制花粉症、濕疹、氣喘等的過敏症狀。
- ⑥ 防止老化，具有延年益壽的效果。

此外，爲了區別亞油酸與 α ——亞油酸，奧山教授提出如下的分類方式。

- ① 牛的脂肪中所取得的牛油，或從豬體內所取得的豬油，是屬於代表動物性油的飽和脂肪酸與一價不飽和脂肪酸之系列。
 - ② 玉米油、葵花油、大豆油、橄欖油等，是屬於亞油酸系列。
 - ③ 白蘇油、亞麻仁油等，是屬於 α ——亞油酸系列。
- 其中 α ——亞油酸系列的油，是有助於消除疾病，創造健康的「第三油」，現在，逐漸嶄露頭角。

亞油酸與 α ——亞油酸為不飽和脂肪酸的同類，而不飽和脂肪酸則大量地含於植物性脂肪中。

但是，馬油中也富含這種不飽和脂肪酸，可以說是介乎動物性脂肪與植物性脂肪之油的脂肪酸。值得注意的是，馬油的不飽和脂肪酸中，含有一六%的 α ——亞油酸。

閱讀健康雜誌『安心』所介紹的體驗談以及寄來給我的信件之後，發現馬油確實具有多種效果，令人佩服。馬油神奇藥效的秘密，可能是在於含有較多的 α ——亞油酸吧！

在搜集諸多症例之後，相信必能逐漸了解這個神奇藥效的真相，這一切均有賴於今後的研究。此外，馬油神奇的藥效性，亦值得讀者善加利用。

目 錄

前言.....

鐵砲洲診療所理事長 木下繁太郎..... 3

第1章 去除斑點與小綫紋，擁有細嫩肌膚

・ 馬油的美容按摩能消除斑點、綫紋及頸部肌肉的鬆弛..... 17

飛鳥鍼灸治療院院長 福辻銳記

・ 塗抹馬油後，頑固的斑點變淡，皮膚也變得白晰..... 25

福岡縣 44 歲、主婦 黒木正子

・ 手臂上厚實的痣經由塗抹馬油後而變淡..... 29

新潟縣 67 歲、主婦 沖島清子

- 馬油按摩能夠去除腹部脂肪，恢復結實的腰圍……………

福辻銳記 33

- 消除肌膚乾燥與斑點的疑問解答……………

福辻銳記 39

第2章 使白髮變黑的卓越功效

- 頭髮蓬鬆，深受客人好評的馬油護髮……………

東京都、52歲、美容師 森山淑子 53

- 塗抹馬油，丈夫漸禿的髮際上重生黑髮……………

福岡縣、29歲、主婦 野田由紀 57

- 塗抹馬油，丈夫的白髮變黑，恢復年輕……………

靜岡縣、59歲、主婦 後藤淳子 61

• 利用馬油消除白眉毛，肌膚也恢復光澤…………… 65

福島縣、72歲、主婦 村上良慧子

• 困擾我數十年的頭皮屑與香港腳因為馬油而得救…………… 69

福岡縣鍼灸師副會長 坂本法觀

第3章 對於特應性皮膚炎、雞眼、疱疹具有卓效

• 馬油消除我的疱疹痕跡與疼痛…………… 77

演員 藤田誠

• 塗抹馬油後，孩子的特應性皮膚炎一週內痊癒…………… 81

青森縣、44歲、主婦 佐藤緋子

• 馬油治癒女兒的特應性皮膚炎…………… 85

羣馬縣、33歲、主婦 牛窪京子

• 如鱗片般的嚴重濕疹，因為馬油而恢復美麗肌膚…………… 88

大阪府・60歲・主婦 倉田國子

• 馬油治癒藥石罔效的臉部濕疹…………… 92

鳥取縣・45歲・主婦 酒谷惠子

• 馬油治癒困擾我三十年的雞眼與長繭的疼痛…………… 96

北海道・57歲・公務員 堀内治男

• 馬油對於肌膚皸裂與凍傷也有效…………… 101

溫知堂木下診所院長 木下 勤

第4章 消除腰痛、神經痛、膝蓋與風濕的疼痛

• 馬油的塗抹按摩，迅速治癒助間神經痛…………… 109

春日鍼灸治療院長 小澤倫章