

赵世臻
编著

鹿

产

品

及其保健



中国农业出版社

鹿产品及其保健

赵世臻 编著



中国农业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

鹿产品及其保健/赵世臻编著. —北京: 中国农业出版社, 2001. 10 (2008. 5 重印)

ISBN 978-7-109-06918-3

I. 鹿… II. 赵… III. 鹿-动物药-临床应用-保健
IV. R282.74

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 037742 号

中国农业出版社出版

(北京市朝阳区农展馆北路 2 号)

(邮政编码 100125)

责任编辑 王玉英 刘振生

北京中兴印刷有限公司印刷 新华书店北京发行所发行

2001 年 9 月第 1 版 2008 年 5 月北京第 2 次印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/32 印张: 4.875 插页: 2

字数: 102 千字 印数: 10 001 ~ 15 000 册

定价: 7.50 元

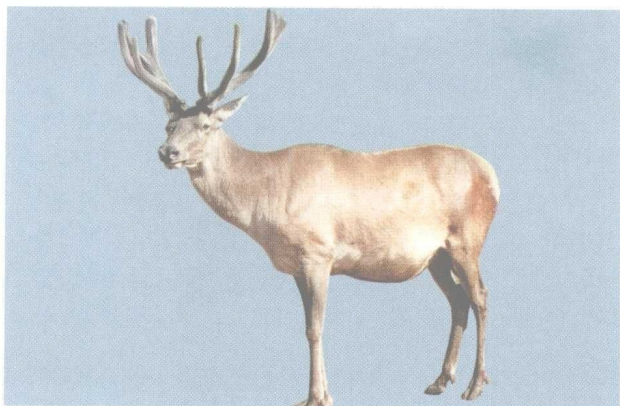
(凡本版图书出现印刷、装订错误, 请向出版社发行部调换)

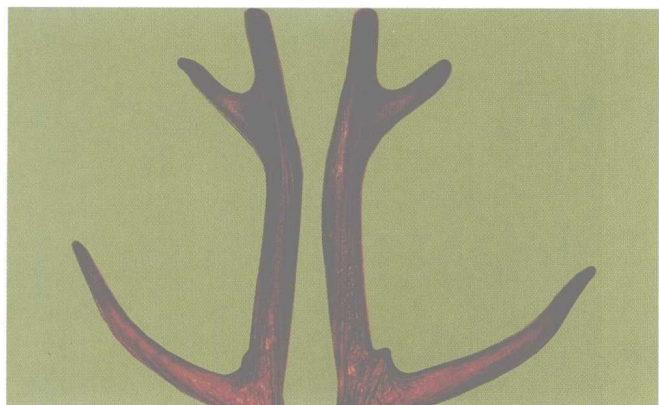
舍饲梅花鹿



放牧梅花鹿

马鹿





鹿 茸



鹿茸片



烤梅花鹿胎

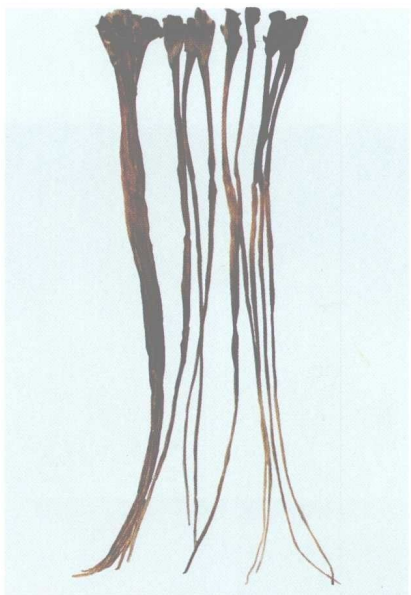
鹿角盘



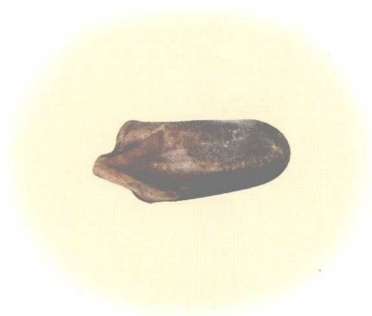
鹿 肉



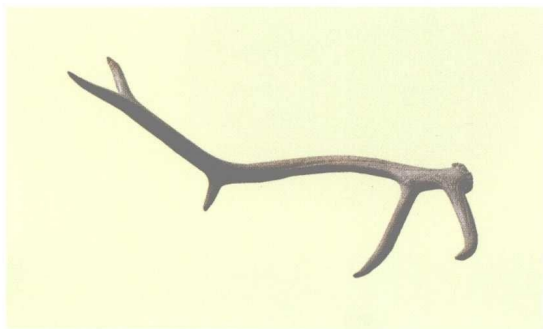
鹿 鞭



鹿 筋



鹿 尾



马鹿角



鹿茸保健制品



我国老年人口已达 8 000 万。这是由于政治稳定、生活水平提高、医疗条件和生存环境改善、保健意识增强所致，是好事。但也有令人担心的事。报载，我国知识分子英年早逝现象并没得到遏制，这是因为他们艰苦卓绝，废寝忘食，又不注意自我保健造成的，既可敬又可悲。这使我们看到，保健已引起公众的高度重视，成为一项工程，一个社会问题。所以，近几年各种各样的保健品林林总总，应运而生，其说明书、广告词天花乱坠，信誓旦旦。但是纵观保健品，相当部分没有离开我国传统保健药——人参与鹿茸。

鹿在古代被视为神物，认为它能给人们带来吉祥幸福、健康长寿。今人研究，鹿的每个器官非美食即良药，有的还是工艺品和工业原料，可谓鹿全身是宝。



我国人口众多，绝大多数人只在动物园和影视上看见过鹿，对鹿产品了解得很少。在一次会上，有位小姐听说作者是养鹿专家时咨询：“鹿茸能不能美容？”她可能将茸和容弄混了。鹿茸可以美容，更重要的是鹿茸是药，能治病、健体、强身。

鉴于我国缺少介绍鹿产品及其保健功效的书，有关文章也散在于浩如烟海的报刊杂志之中，给群众了解、认识鹿产品带来困难。作者在朋友们的鼓励下，花费近2年时间，查阅几十部书籍和大量的报刊杂志，编著了《鹿产品及其保健》一书。目的是向急需保健和正在保健的中老年朋友，以及意欲保健的青壮年朋友系统地介绍鹿产品及其保健功效，其中包括鹿产品的种类、性状、采收加工、化学成分、药理、保健作用及应用方法等，为朋友们了解鹿产品，认识鹿产品，进而应用鹿产品提供一条捷径。当朋友们茶余饭后翻阅本书时，能认识到鹿茸及鹿的其他产品是健康长寿时刻不可离开的好东西时，则莫大欣慰。

在21世纪之初，本书付梓之际，仅向给予本书帮助的王铁生先生、郑兴涛先生、吴维芳先生及关心本书的朋友们致以谢忱。由于作者水平有限，谬误之处在所难免，诚望读者批评指正。

赵世臻

2001年1月于左家





前言

一、鹿	1
(一) 鹿的种类	1
(二) 中国鹿文化	3
(三) 鹿产品	6
二、鹿茸	8
(一) 鹿茸的生长过程	8
(二) 鹿茸的化学成分	9
(三) 鹿茸的药理作用	15
(四) 鹿茸的功效与主治	20
(五) 鹿茸制剂	22
(六) 鹿茸片和鹿茸粉	25
(七) 鹿茸的副产物	28
(八) 鹿茸和其他鹿产品在临床、保健上的应用	31
(九) 怎样吃鹿茸	35
(十) 含鹿产品的中成药及美容护肤品名录	37
三、鹿血	42



(一) 鹿血的化学成分	42
(二) 鹿血的药理作用	43
(三) 鹿血在临床及保健上的应用	45
(四) 鹿血制品	46
四、鹿茸血	49
(一) 鹿茸血的化学成分	50
(二) 鹿茸血的药理作用	50
(三) 鹿茸血在临床及保健上的应用	51
(四) 鹿茸血制剂	52
五、鹿胎	55
(一) 烤鹿胎的加工	56
(二) 鹿胎的化学成分	56
(三) 鹿胎在临床及保健上的应用	58
(四) 鹿胎制剂	58
(五) 乳鹿	62
六、鹿肉	66
(一) 鹿的产肉性能	66
(二) 鹿肉的化学成分	67
(三) 鹿肉在保健上的应用	68
(四) 鹿肉干及鹿肉制剂	69
七、鹿角(角盘)	72
(一) 鹿角(盘)的化学成分	73
(二) 鹿角(盘)在临床及保健上的应用	74
(三) 鹿角胶	76
(四) 鹿角霜	79
(五) 鹿花盘注射液	81
八、鹿鞭	83
(一) 鹿鞭的采取与加工	83
(二) 鹿鞭的化学成分	84



(三) 鹿鞭在临床及保健上的应用与制剂	85
九、鹿筋	89
(一) 鹿筋的采收与加工	89
(二) 鹿筋的化学成分	91
(三) 鹿筋在临床及保健上的应用与制剂	92
十、鹿尾	94
(一) 鹿尾的采收与加工	94
(二) 鹿尾的化学成分	95
(三) 鹿尾在临床及保健上的应用	96
十一、鹿皮	98
(一) 鹿皮的初步加工	98
(二) 鹿皮的应用	99
十二、鹿骨	100
(一) 鹿骨的加工	100
(二) 鹿骨的化学成分	100
(三) 鹿骨在保健上的应用	102
十三、鹿蹄肉	104
十四、鹿头肉	105
十五、鹿髓	106
十六、鹿脂	107
十七、鹿香	108
十八、鹿齿	109
十九、鹿脑	110
二十、鹿心	111
二十一、鹿肾	112
二十二、鹿肺	113
二十三、鹿精	114
二十四、鹿乳	116

二十五、鹿粪	118
二十六、鹿产品的鉴别、包装、贮存和运输	119
(一) 鹿茸片的鉴别	119
(二) 鹿鞭的鉴别	120
(三) 鹿胎的鉴别	121
(四) 鹿筋的鉴别	122
(五) 鹿产品包装、贮存和运输	124
二十七、鹿产品药膳菜肴烹饪集锦	126
(一) 红烧鹿肉(川菜)	127
(二) 鹿肉余丸子	128
(三) 首乌蒸鹿鞭	129
(四) 淮杞花胶炖鹿鞭(港台风味)	129
(五) 扒烧鹿筋	130
(六) 凤爪鹿筋汤(港台风味)	131
(七) 黄芪焖鹿尾	132
(八) 鹿皮白汁假燕羹	133
(九) 莲藕煨鹿骨	134
(十) 五加皮炖鹿软骨	135
(十一) 通草煨鹿蹄	135
(十二) 椒炒鹿耳	136
(十三) 圆肉烩鹿血	137
(十四) 天麻炖鹿脑	138
(十五) 枸杞蒸鹿肝	139
(十六) 朱砂蒸鹿心	139
(十七) 杜仲鹿腰片	140
(十八) 肉桂卤鹿肚	141
(十九) 鹿肚火锅	142
(二十) 黄芪煨鹿肺	143
主要参考文献	144





（一）鹿的种类

鹿是鹿科动物的总称，有人称鹿为经济动物，有人称鹿为药用动物，都说明鹿的经济价值很高。

世界上有鹿科动物 47 种，我国有鹿科动物 9 属 16 种，它们是斑鹿属的斑鹿；鹿属的梅花鹿、水鹿（黑鹿）、白唇鹿、马鹿、泽鹿（坡鹿）；麋鹿属的麋鹿；狍属的狍；驼鹿属的驼鹿；驯鹿属的驯鹿；麝属的黑麝、小麝、赤麝；毛冠鹿属的毛冠鹿；獐属的獐（河鹿）。一般又将茸用价值的梅花鹿、马鹿、白唇鹿、水鹿等称为茸用鹿，我国药典只承认梅花鹿与马鹿。现分别叙述如下。

1. 梅花鹿

梅花鹿是中型鹿，体重 80~130 千克，夏毛为棕褐色、黄褐色或棕红色，周身布满白斑，如梅花一样，故称梅花鹿。我国的梅花鹿共有 6 个亚种，



现仅存原产东北长白山地区的东北梅花鹿亚种和四川梅花鹿亚种，四川梅花鹿亚种仅数百只。东北梅花鹿亚种野生的已不多，较多的是家养梅花鹿，全国约有 40 万~50 万只。

吉林省饲养梅花鹿约有 300 年历史，现存栏 15 万只，由于地域的隔离，生态条件的差异，在生理解剖、生产性能方面各有不同的特点，据此又将吉林省梅花鹿分为 5 个类型群，它们是双阳型梅花鹿、东丰型梅花鹿、伊通型梅花鹿、龙潭山型梅花鹿和抚松型梅花鹿。在这些梅花鹿类型群基础上，经过人工多年选种选育，又培育成双阳梅花鹿品种、长白山梅花鹿品系和西丰梅花鹿品种。这些鹿具有生产能力强、遗传性稳定等特点，对推动养鹿业生产作出了很大贡献。

2. 马鹿

马鹿是大型鹿，体重 150~250 千克，是赤鹿的一种，因其像马而称为马鹿。

关于马鹿亚种分类上尚存在分歧，马逸清（1998）将世界马鹿分为 22 个亚种。我国有 8 个亚种，分别是：天山亚种、叶尔羌（塔里木）亚种、阿尔泰亚种、东北亚种、阿拉善亚种、甘肃亚种、四川亚种和西藏亚种。

我国的野生马鹿较多，主要在新疆、内蒙古和大小兴安岭。20 世纪 80 年代尚不下 30 万~40 万只，由于滥捕滥猎，资源受到严重破坏。家养马鹿大约 10 万只。

（1）东北马鹿 也叫黄臀赤鹿，原产于东北地区的长白山区和大小兴安岭地区。东北马鹿体大，但生产能力低，目前饲养的大部分已与天山马鹿杂交改良。

（2）天山马鹿 产在新疆北部，其中以产在伊犁地区和



阿勒泰地区的马鹿生产力高，被广泛引种到内地。引种到辽宁省清源地区的天山马鹿，经培育已形成天山马鹿清源品系，生产能力比原产地又有所提高。

(3) 塔里木马鹿 产在新疆南部塔里木河流域，因其生活在干旱少雨的戈壁地区，具有耐干旱、耐粗饲、生产力高等特点，经新疆生产建设兵团农二师的培育，已育成塔里木马鹿品种。

3. 白唇鹿

白唇鹿也是大型鹿，生活在海拔 3 000 米以上的青藏高原地区，其茸骨化程度轻，茸皮含脂肪较少，因其特化性强，引种内地不易生活。

4. 水鹿

中型鹿，主要分布在云、贵、两广及台湾省，其茸三尖骨化程度大。

此外，驯鹿、坡鹿、驼鹿、麋鹿也有很大的开发价值。

(二) 中国鹿文化

中国鹿文化，随着鹿的饲养利用不断发展，并在发展中得到丰富和提高，变得绚丽多彩。

公元前 11 世纪殷纣王建筑了“大三里、高千尺”的鹿苑，这是中国养鹿最早的文字记载，那时养鹿主要用来食肉、衣皮、观赏和祭祀。

鹿肉是味道鲜美、营养价值极高的保健食品。古代由于鹿易于捕捉，鹿肉曾是民间和上层社会的主要食物，周朝已



将鹿肉作为宴宾的美味佳肴。唐代州、县官宴请得中举子的人“歌鹿鸣曲”、“设鹿鸣宴”，在食谱中已有“鹿胃脯”的记载。北魏贾思勰的《齐民要术》详细地记述了鹿肉的烹饪技术。以后各朝代因鹿的减少，有关鹿肉的记载见诸不多。至清朝，鹿肉则成为贡品。近代由于养鹿业的发展，鹿肉不仅数量增多，吃法也花样翻新，以鹿肉为原料的佳肴不下百十种，成为我国食文化中的光辉一页。

鹿皮衣服作为文化具有明显的时代特征。唐代隐士戴鹿巾（帽子）自诩清高；金代北方少数民族以鹿皮为衣、靴、褥则极为普遍。当然现代的鹿皮夹克、衣裙、靴鞋、手套等都成为时髦的高档品。精加工鹿皮还可用作精密光学仪器的擦拭布，说明了经济的发达和科学文化的进步。

鹿茸药用最早见于马王堆汉墓《五十病方》中（公元168年），记载燔鹿角治疗肿痛。以后历代医书都记载了鹿茸具有“益气强志”、“生精补髓”等疗效和作用。

鹿茸是现代养鹿业的主要产品，主要用于医疗保健。近代中医认为，鹿茸为补阳药，主要用于肾阴不足引起的阳萎早泄、宫冷不孕、精神疲倦及小儿发育不良，疡病久溃不敛等症。国内外大量研究表明，鹿茸中含有多种生物活性物质，能促进机体生长发育和新陈代谢，增强机体免疫力，对神经系统和血管系统有良好的调节作用。古今中外将鹿茸作为强壮药，用于身体衰弱、年老或病后恢复期、神经衰弱等。

我国养鹿历史久远。新中国成立以来养鹿业有了飞速发展，鹿由原来的园囿饲养发展到半散放和如牛、羊一样的放牧饲养，使之迈出了家畜化的重要一步。现已形成国营、集体、个体养鹿共同发展的格局。全国饲养梅花鹿、马鹿、白唇

