



黑龙江科学技术出版社

中医

良石杨焕瑞◎主编

话酒疗

- 药酒疗疾的文化起源和历史发展
- 中医专家谈药酒的六大功能
- 中医专家谈药酒治病的六大优点
- 中药药酒的制作方法
- 药酒疗疾应注意的事项



中
医
专
家
谈
养
生
系
列

本书是“中医专家谈养生系列”中的一本，主要介绍药酒疗疾的文化起源、历史发展、六大功能、六大优点、制作方法及注意事项。本书图文并茂，通俗易懂，是广大读者了解药酒疗疾的必读之书。

中国专家养生系列

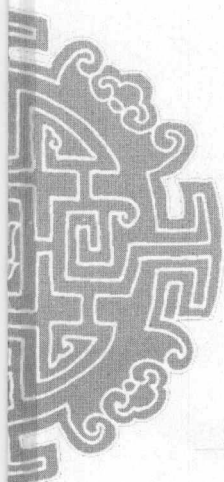
牛 医

良石 杨焕瑞◎主编

话酒疗



黑龙江科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

中医话酒疗/良石,杨焕瑞主编. —哈尔滨:黑龙江
科学技术出版社,2007.12

ISBN 978-7-5388-5617-0

I. 中… II. ①良…②杨… III. 酒—食物疗法
IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 176962 号

中医话酒疗

主 编 良 石 杨焕瑞

责任编辑 张丽生 刘佳琪

出 版 黑龙江科学技术出版社



(地址:哈尔滨市南岗区建设街 41 号 邮编:150001)

电话:0451-53642106 传真:0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市业和印务有限公司

开 本 787×1092 1/16

印 张 21

版 次 2008 年 1 月第 1 版·2008 年 1 月第 1 次印刷

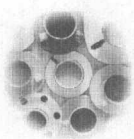
书 号 ISBN 978-7-5388-5617-0/R·1425

定 价 32.80 元

前言

酒是沟通人们友谊的桥梁。亲朋相聚，当端起小小的酒杯畅叙友情之时，暖意浓浓，有谁能说这不是人间乐事呢？如果在享受此情的同时能再加上点养生健体的保健知识、治疗沉疴的功效，岂不是锦上添花？为了你的生活能够锦上添花，我们给您编写了这部《中医话酒疗》，希望你能喜欢。

说起酒能疗疾，其实也不是什么新鲜的话题，它非常古老。我国最早的中医经典著作《黄帝内经》对酒治病就有过论述：“自古圣人之作汤液醪醴，以为备耳”，这句话说明酒这种物质的产生是与药物治病密切相关的，是专门为药而准备的。追溯历史，历代医家都有用酒治病的先例。在《史记·扁鹊仓公列传》中有“其在肠胃，酒醪之所及也”的记载，这表明扁鹊就有用酒醪治疗肠胃病的事实；《史记》中还记载西汉名医淳于意的25个医案中就有用药酒治愈济北王和王美人之病的医案；东汉医圣张仲景的《伤寒杂病论》中有许多方药均是以酒煎煮或以酒水混煮，借酒来发挥药效的；班固在《前汉书·食货志》也称酒“为百药之长”；南北朝时期的大医家陶弘景在其《本草集经注》一书中明确提出“酒可提药势”之说，并在总结前人的基础上，创造了一套较为完善的制药酒的方法；唐朝孙思邈的《备急千金要方》卷七“酒醴”，卷十二“风虚杂补酒煎”共收集药酒处方80余种；明朝李时珍在《本草纲目》中收集了古代大量的药酒处



方，这些药方既有前人的传世经典，又有当时人的创新，辑录药酒配方 200 余种……据此，编者认为：中国几千年的酒文化从来没有离开过中医药，它们是相辅相成的关系，是古老中华文化的重要组成部分。

药酒疗疾产生于远古，为历代医家发扬光大，在民间广为流传。它具有方法简便、疗效可靠、费用低廉、副作用小等优点，深受老百姓喜爱，为历代大众广为采用。为弘扬祖国传统医学文化，编者历经书海，遍览古今医学专著，深入民间收集，觅得千余种药酒的优秀配方皆疗效显著之方。北京同仁堂等老字号药厂所生产药酒的功效是人所共知的，他们药酒的配方和我们收集的配方来源是相同的，现在我们把这些传统的药酒配方奉献给读者朋友，如果读者朋友能深受其益，对编者来说就是莫大的慰藉。

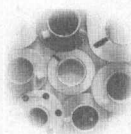
自古难寻长生不老药，而今易找延年益寿酒。为了人间无病愁，更为世人皆长寿，编者跋山涉水，四处采撷的这些医药花朵，希望您能带回家，朵朵花香君品嗅，杯杯美酒再无愁，奉劝读者朋友，可别辜负了这杯酒，因为它是有情物！

编者

2008 年 1 月

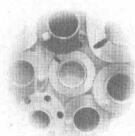
目 录

一、药酒疗疾源远流长	1	治口腔病和咽喉痛处方	75
药酒疗疾的文化起源和历史		治月经失调和乳腺癌处方	76
发展	1	治瘰疬处方	79
中医专家谈药酒的六大功能	6	治牙痛处方	80
中医专家谈药酒治病的六大		治消化不良处方	82
优点	9	治胃病处方	84
中药药酒的制作法	10	治糖尿病处方	87
二、白酒处方集	18	治肩周炎处方	88
祛病强筋壮骨处方	18	治静脉炎处方	90
补肾益气处方	26	治外伤处方	91
调节气血处方	31	治高血压和偏瘫处方	96
益智健脑处方	33	治中暑和中毒处方	102
抗老防衰处方	37	治腰腿痛处方	103
养心安神处方	45	治疝气和痔疮处方	110
养肝明目处方	52	治头晕和气管炎处方	113
治咳嗽和感冒处方	55	治腹泻和便秘处方	117
治皮肤病和冻疮处方	60	治神经衰弱和失眠处方	121
治狐臭和脚气处方	64	治癫痫和冠心病处方	126
治眼疾、耳疾和鼻疾处方	68	治癌症处方	130



目 录

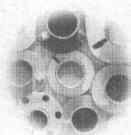




补阳处方	133	治胃病处方	233
补阴处方	144	治外伤处方	236
男性滋补处方	149	治高血压和偏瘫处方	236
治阳痿早泄处方	164	治中暑和中毒处方	238
补肾助阳处方	170	治腰腿痛处方	238
女性滋补处方	182	治疝气和痔疮处方	239
补气养生处方	187	治头晕和气管炎处方	240
补血养生处方	195	腹泻和便秘处方	242
养容颜处方	202	治神经衰弱和失眠处方	243
护肤处方	204	治癫痫冠心病处方	243
祛斑处方	209	治癌症处方	244
美发处方	210	补阳处方	246
排毒处方	217	补阴处方	248
三、黄酒处方集	222	男性滋补处方	248
补肾益气处方	222	女性滋补处方	249
调节气血处方	223	补气养生处方	252
抗老防衰处方	224	补血养生处方	252
养心安神处方	225	养容颜处方	253
治咳嗽和感冒处方	226	护肤处方	254
治皮肤病和冻疮处方	228	祛斑处方	254
治狐臭和脚气处方	228	美发处方	255
治眼疾、耳疾和鼻疾处方	229	排毒处方	255
治口腔病和咽喉肿痛处方	229	四、米酒、果酒处方集	258
治月经失调和乳腺癌处方	230	调节气血处方	258
		抗老防衰处方	259
		养心安神处方	260

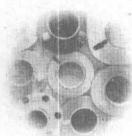
治咳嗽和感冒处方	261
治皮肤病和冻疮处方	261
治眼疾、耳疾和鼻疾处方	262
治口腔病和咽喉疾病处方	262
治月经失调和乳腺癌处方	263
治消化不良处方	264
治胃病处方	265
治糖尿病处方	265
治高血压和偏瘫处方	266
治腰腿痛处方	267
治头晕和气管炎处方	267
治腹泻和便秘处方	268
治癫痫冠心病处方	269
治癌症处方	270
补阳处方	272
补阴处方	273
男性滋补处方	274
女性滋补处方	275
补气养生处方	278
补血养生处方	279
养容颜处方	280
护肤处方	280
美发处方	281
排毒处方	281

五、医用乙醇、酒曲处方集	283
补肾益气处方	283
抗老防衰处方	284
养肝明目处方	284
治咳嗽和感冒处方	286
治皮肤病和冻疮处方	287
治狐臭和脚气处方	293
治眼疾、耳疾和鼻疾处方	293
治口腔病和咽喉痛处方	295
治瘰子处方	296
治牙痛处方	297
治消化不良处方	299
治糖尿病处方	299
治肩周炎处方	300
治静脉炎处方	300
治外伤处方	302
高血压和偏瘫处方	304
治中暑和中毒处方	306
治腰腿痛处方	307
治疝气和痔疮处方	307
治头晕和气管炎处方	308
腹泻和便秘处方	309
治神经衰弱和失眠处方	309

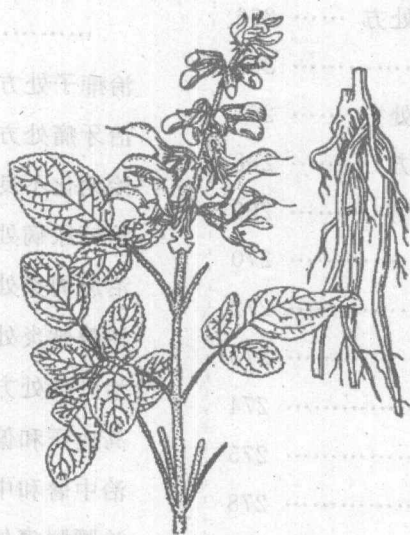


目 录

治癌症处方	310	美发处方	316
补阴处方	311	排毒处方	320
男性滋补处方	312		
补气养生处方	312	六、药酒疗疾应注意的事项	
养容颜处方	313		321
护肤处方	314	药酒疗疾应注意八点	323
祛斑处方	316	存放药酒的常识	327



中医话酒疗



一、药酒疗疾源远流长

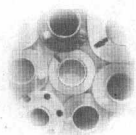
药酒疗疾的文化起源和历史文化发展

酒与医药的结合，是我国医药发展史上的重要创举。古时“酒”写作“酉”，《说文解字》中是这么解释的：“酉，就也，八月黍成，可为耐酒。”这里的“就”意为“成熟”，“黍成”就可做酒（酉），黍，性味甘平，益气补中，不也是中药吗？古时候“醫”字下面有个“酉”（酒），即说明酒与医药的密切关系，后世又有“酒为百药之长”的说法。

药酒应用于防治疾病，在我国医药史上已处于重要地位，成为历史悠久的传统剂型之一，至今在国内外医疗保健事业中享有较高的声誉。作为我国医药学宝库中的一朵奇葩，药酒的出现，首先得益于人类对酒的发现，而它的发展，则是借助于酿酒技术的不断进步和完善。现代医学证实，适当饮酒，可通络祛风，舒筋活血，驱寒暖身，消积健脾和安神镇静，具有一定的治病保健的功效。

关于殷商的酒类，除了“酒”、“醴”之外，还有“鬯”。殷商甲骨文有“鬯其酒”，据汉班固解：“鬯者，以百草之香郁金合而酿之为鬯。”说明当时即有与中药郁金合酿而成的郁金药酒。这是有文字记载的最早药酒。鬯常用于祭祀和占卜。鬯还具有驱恶防腐的作用。《周礼》中还记载：“王崩，大肆，以鬯。”这句的意思是说帝王驾崩之后，用鬯酒洗浴其尸身，可较长时间地保持不腐烂。所以说药酒的起源与酒的产生是分不开的。

我国现存最早的药酒方见于1973年发掘的长沙马王堆三号汉墓出土的一部医方专书，后来被称为《五十二病方》，被认为是公元前3世纪末，秦汉之际的抄本，用到酒的药方不下于35个，其中至少有5个药方可认为是酒剂配方，用以治疗蛇伤、疽、疥疮等疾病。其中有内服药酒，也有供外用的。“养生方”、“杂疗方”是马王堆西汉墓中



中医话酒疗

出土帛书，可辨识的药酒方共有6个，其中大多数资料已不齐全。比较完整的是“养生方”“醪利中”的第2方。该方包括了整个药酒工艺的最早的完整记载。此方共包括10道工序，也是我国药学史上的重要史料。其中记载了浸取药汁和米饭，使之发酵，再加药和药汁，沃以美酒，放置一定时间的酿制过程，服用方法及主治功效。由此可见，我国的药酒在先秦时期就有了一定的发展。但值得强调的是远古时代的药酒大多数是将药物加入到酿酒原料中一块发酵，而不是像后世常用的浸渍法。其主要原因可能是远古时代的酒不易保藏，而浸渍法容易导致酒的酸败，药物成分尚未溶解充分，酒可能就变质了。



在秦汉之际，我国现存最早的中医经典著作《黄帝内经》也对酒在医学上的贡献作了专门论述。《黄帝内经》中的《素问·汤液醪醴论》专篇曾指出：“自古圣人之作汤液醪醴，以为备耳。”这说明

古人之所以酿造醪酒，是专为药用而备的。醪醴，就是用五谷制成的酒类。醪为浊酒，醴为甜酒，并论述了醪醴与防病治病的关系。在其他篇章中还提及了治臌胀的“鸡矢醴”，治经络不通；病生不仁的“醪药”，主治色大深的“醒酒”；治尸厥的“左角发酒”等，均系较早的药酒记载。

到了汉代，随着中药方剂的发展，药酒逐渐成为中药方剂中的一个组成部分。而且针对性和疗效也有了很大提高。在《史记·扁鹊仓公列传》中有“其在肠胃，酒醪之所及也”的记载，表明扁鹊认为用酒醪可治疗肠胃疾病的看法。这篇著作中还收录了西汉名医淳于意的25个医案，如用药酒治愈济北王病“风蹶胸满”和甯川王美人患“难产症”的验案。约在汉代成书的《神农本草经》中有如下一段论述：“药性有宜丸者，宜散者，宜水煮者，宜酒渍者”。用酒浸渍，一方面可使药材中的一些药用成分的溶解度提高；另一方面，酒行药势，疗效也可提高。东汉时期“医圣”张仲景的《伤寒杂病论》中载“妇人六十二种风，腹中血气刺痛，红蓝花酒主之”，书中除有红蓝花酒、麻黄醇酒汤、栝楼薤白酒汤外，尚有很多方药均是以酒煎煮，或以酒和水混煎，借酒以加强药效。《金匱要略》中还记载了一些有关饮酒

宜忌事项，如“龟肉不可合酒果子食之”；“饮白酒，食生韭，令人病增”；“夏月大醉，汗流，不得冷水洗着身及使扇，即成病。”“醉后勿饱食，发寒冷。”这些实用知识对于保障人们的身体健康起了重要的作用。可见时至汉代，药酒和将酒用于医疗方面已非常丰富和普遍。故班固在《前汉书·食货志》中称酒“为百药之长”。

南朝齐梁时期的著名本草学家陶弘景在《本草集经注》中提出“酒可行药势”，在总结前人采用冷浸法制备药酒的经验基础上，提出了一套冷浸法制药酒时“凡渍药酒，皆须细切，生绢袋盛之，乃入酒密封，随寒暑日数，视其浓烈，便可滤出，不必待至酒尽也。滓可暴燥微捣，更渍饮之，亦可散服”的方法，阐明了粉碎度、浸渍时间及浸渍时的气温对于浸出速度、浸出效果的影响。并指出了71种不可浸酒的药材，可见此时药酒的制法和用法已不断完善。

北魏贾思勰的《齐民要术》虽为农业专著，但对药酒的酿造方法，特别是对浸药专用酒的制作，从酒曲的选择到酿造步骤均作了较为详细的说明，在卷七还总结性论述了当时的制曲酿酒技术、经验及原理。热浸法制药酒的最早记载大概是北魏《齐民要术》中的一例“胡椒酒”，该法把干姜、胡椒末及

安石榴汁置入酒中后“火暖取温”。尽管这还不是制药酒，但作为一种在民间流传的方法十分普及，因此也用于药酒的配制。热浸法确实成为后来药酒配制的主要方法。晋代葛洪的《肘后备急方》中记有桃仁酒、猪胰酒、金牙酒、海藻酒等治疗性药酒。酒不仅用于内服药，还可用来作为麻醉剂。传说华佗用的“麻沸散”，就是用酒冲服这种方法，缘于华佗发现为醉汉治伤时没有痛苦感，由此得到启发，从而研制出“麻沸散”。



唐代孙思邈的《备急千金要方》卷七“酒醴”，卷十二“风虚杂补酒煎”，书中共收有药酒方80余种，涉及了补益强身、内科、外科、妇科等方面，并对酒与药酒的毒副作用已有一定认识，针对当时一些人因嗜酒、纵欲所引起的种种病症，研制了一些相应的解酒方剂。同时《备急千金要方》还对药酒的服法提出了要求，“凡服药酒，

饮得使酒气相接，无得断绝，绝则不达药力，多少皆以知为度，不可全醉及吐，则大损人也”。唐代王焘的《外台秘要》卷三十一“古今诸家酒方”一节中共收录了药酒 11 方，其中 9 方为用加药酿制法，同时对酿造的工艺也记述颇详。此外，《备急千金要方》中还记有用药酒治唐国寺僧允冲患“癫疾失心”的验案。

到了宋元时期药酒有了很大发展，药酒的种类和应用范围均有了明显的扩大。仅《太平圣惠方》中就设有药酒专节达 6 篇之多，连同《圣济总录》、《太平惠民和剂局方》、《本事方》、《三因方》、《济生方》等书中的药酒方，共计有药酒方数百种，运用药酒治病的范围也已涉及内科、外科、妇科、五官科等多种疾病，对于药酒的主要功效也有了进一步明确的认识，如《圣济总录》卷四认为“药酒长于宣通气血，扶助阳气，既可用于祛疾，又可以用其防病”；“兼有血虚气滞，陈寒痼冷，偏枯不随，拘挛痹厥之类，悉宜常服”。在药酒的制法上，已开始对多种药物均采用隔水加热的“煮酒法”，这样可以提高药物有效成分的浸出率，增强药酒的功效。这一时期药酒发展的一个重要特点就是用于补益强身的养生保健药酒渐多，有些药酒不但具有治病养生的特点，而且口味纯

正，成了宫廷御酒。除了上述大型方书所记载的药酒外，宋代陈直的《养老奉亲书》和元代忽思慧的《饮膳正要》、《御药院方》等书中也收录了许多适合老年人服用的养生保健药酒。

明代的医药学家在整理继承前人经验的同时，又创制出许多新的药酒方。在明代医学书中，如《普济方》，方贤的《奇效良方》，陈梦雷的《医学全录》，王肯堂的《证治准绳》，李时珍的《本草纲目》等都收录了大量的药酒配方。这些方剂中既有前人的传世经典之作，又有当代人的创新之举。仅《本草纲目》就辑录了各类药酒配方 200 余种，《普济方》通卷收录的药酒配方达 300 余种。此外，如明代吴昆的《医方考》载药酒 7 种，吴旻的《扶寿精方》载药酒 9 种，龚廷贤的《万病回春》和《寿世保元》两书载药酒近 40 种。值得一提的是明代的民间作坊已有药酒出售，如薏仁酒、羊羔酒等；而老百姓自饮自酿的酒中也有不少药酒，如端午节的菖蒲酒、中秋节的桂花酒、重阳节的菊花酒等。

到了清代，药酒又有了进一步的发展，又创造出许多新的药酒配方。如汪昂的《医方集解》，王孟英的《随息居饮食谱》，吴谦等人的《医宗金鉴》，孙伟的《良朋汇集经验神方》和项友清的《同寿

录》等等，均记载了不少明清时期新创制的一些药酒配方。清代的药酒，除了用于治疗外，最大的特点就是养生保健药酒较为盛行，尤其是宫廷补益药酒空前兴旺发达。例如，清朝乾隆皇帝经常饮用之益寿药酒方“松龄太平春酒”，对老年人诸虚百损、关节酸痛、纳食少味、夜寐不实诸证均有治疗作用。“夜合枝酒”也是清宫御制的药酒，组方中除了夜合枝外，还有柏枝、槐枝、桑枝、石榴枝、糯米、黑豆和细曲等，可治中风挛缩之症。



在民国时期，由于军阀混战，百业不兴，加之大肆扼杀中医，药酒也自是在劫难逃，在此期间药酒配方没有取得多大进展。

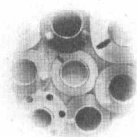
新中国成立后，中医中药事业得到了空前的飞速发展，作为中医方剂之一的药酒，不仅继承了传统的制作经验，而且采取了现代科学技术的方法，规范了卫生与质量标准，使药酒的生产逐步向标准化和

工业化发展，药酒的质量也大大提高。医药学家还对许多传统中药名酒（如五加皮酒、十全大补酒、史国公药酒、龟龄集酒等）的功效、配方进行了大量的实验研究和临床验证，为药酒的应用和疗效提高提供了宝贵依据。

同时，在中药药酒的文献整理、研究和不断开发药酒新品种方面的过程中后人也做了不少工作。如在文献整理研究中，近年来也有一些药酒专著出现，如许青峰的《治疗与保健药酒》辑药酒方146种，孙文奇的《药酒验方选》载药酒方361种，李明哲的《药酒配方800例》，陈贵廷等的《百病中医药酒疗法》共载药酒1364种。此外，如《中国药典》等国家颁布的典籍中，亦对一些传统中药名酒的配方、制作工艺、质量与卫生要求等做了规定。以上均为中药药酒的开发研究、药酒的制作工艺和质量提高提供了方便。

在不断开发研制药酒的新品种和剂型改革方面也取得了很大进展。首先是开发新品种。如根据清代宫廷配方研制的“清宫大补酒”，根据宋代名方配以绍兴名水酿成的饮料酒精研制而成的“十全大补酒”，根据古方研制的“金童常乐酒”、“罗汉补酒”等多品种、高质量的药酒，不断涌向市场。有的药酒已进入千家万户，并且走出国





门，远销海外，受到广大人民和患者的欢迎和普遍饮用。其次是药酒的制作工艺和剂型改革，也正在朝着节约利用中药材，提高其有效成分的浸出和回收以及方便使用、疗效显著的方向发展。例如近年来有报道认为，采用比《中国药典》规定含醇量（40%~50%）高10%以上的白酒（含醇量达60%左右）作为提取用溶液，浸泡中药饮片，用量为处方全量的50%左右，即可减少杂质的浸出，而提高有效成分浸出的效果，并认为采取“浸渍→渗滤→洗涤→甩干”的新工艺方法，可最大限度（几乎全部利用）地利用药渣中的有用成分，并提高了药酒的吸收效率，减少了白酒用量，且能保证药酒的质量，从而改进了采用压榨法榨取效果差的旧方法。此外，由于中药酒剂（酏）具有用量小（内服或外用）、药效迅速、有一定防腐性等优点，因而便于长期保管和使用。又有报道，将丸剂改制为酒剂使用，如“藿香正气水”，原为宋代古方“藿香正气散”（煮散），早期改为“藿香正气丸”，现又将丸剂改制成酒剂。再其次，

国外目前也很重视中药酒剂的研究，如运用我国中药材大黄等制成的“大黄酒”，具有健脾和胃、宽肠消胀、行气活血等功效，可用于胃脘胀满，大便秘结，少食纳呆以及用于轻身减肥等等。

“酒”系谷类和曲酿造而成的流质，其气慄悍，质清，具有治病强身的功效，其作用已如上述。而中药一般多系天然之品，毒副作用少。药酒系由二者结合配制而成，介于食与药之间，有病可以治病，无病可以防病健身，古代即用药酒来预防瘟疫流行，如《备急千金要方》所说：“一人饮，一家无酸，一家饮，一里无疫。”随着人们生活水平的不断提高，中药药酒的应用必将更为广泛。

在医药学家的不断努力下，我们深信，通过继承与提高，发掘与创新，必将有品种更多、质量更好、范围更广的药酒产品走向市场，走出国门，进入千家万户，造福人类，更好地发挥药酒在医疗和保健事业中的重要作用，为全人类的健康事业做出新的贡献。

中医家族药酒的六大功能

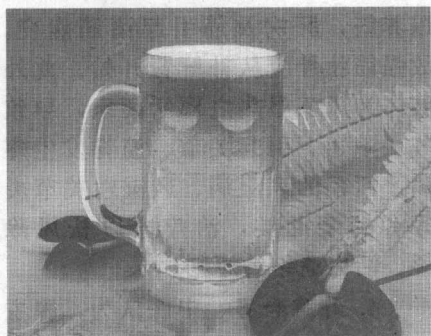
药酒疗法是中医的独特疗法，一定的比例和方法与酒配制成一种而药酒就是将一些药合理配伍，按可用于保健、治疗的酒剂。药酒中

的药一般指无不良反应的天然中草药，包括动物药、植物药、矿物药。药酒所用的酒一般指谷物与曲酿制而成的醇酒。在中医学中酒作为一种辅料，可以对药的多种作用加以引导、改变，使之更好地按用药目的而发挥疗效。酒有这样的作用在于它本身味甘苦辛，中医认为味甘能补、能缓、能和；味苦能燥、能泄；味辛能散、能行。药和酒相互配合，酒助药行，药增酒性，具有消积化淤、温经散寒、疏通血脉、滋补强身等药理作用。

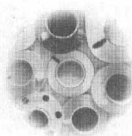
从根本上讲，药酒的医疗保健作用大致可分为两类：一类是对人体有滋补作用的补性药酒，它可以增强机体的免疫力，使人精力充沛；另一类是针对某些疾病起预防作用的治疗性药酒。

1. 益气补血 中医认为，气是构成人体和维持人体生命活动的基本物质，具有推动、固摄、防御、温煦、气化、营养的作用。气可以分为元气、宗气、营气、卫气、脏腑之气和经络之气。血是运行于脉中而循环流注全身的富有营养和滋润作用的红色液体，是构成人体和维持人体生命活动的基本物质之一。血具有濡养滋润全身脏腑组织的作用，同时它也是神志活动的主要物质基础。无论何种原因造成的血虚或运行失常，均可表现出不同程度神志方面的症状。气和血二者之间的关系为“气为血之帅，

血为气之母”，具体表现为气能生血，气能行血，气能摄血，血能生气，血能载气。气血双亏表现为精神疲乏，短气懒言，食欲不振，面色萎黄，心悸怔忡，目眩耳鸣，爪甲枯萎等症状。此外血虚则肝阴不足，虚阳上扰，肝阳偏亢，风自内生，故出现拘挛、麻木、抽搐、脚弓反张等症状。



2. 滋阴壮阳 中医认为，阴阳是宇宙中相互关联的事物或对立双方属性的概括。阴阳相互交感、对立制约、消长平衡、互相互用、相互转化。阴虚则热，阳虚则寒。阴阳的偏盛或偏衰都可以产生一定的病症。肾阳虚则表现为面色苍白、畏寒、肢冷，同时肾藏精、主骨生髓，还表现腰膝酸软、齿摇稀疏、发堕枯痒、耳聋耳鸣、阳痿、遗精、不育等。由于肾阳通达全身的脏腑、经络、形体、官窍，所以肾阳是全身之阳，对人的生命至关重要，一般称肾阳为“真阳”、“元阳”，肾阴为“真阴”、“元阴”。常用的药酒多通过壮肾阳、滋肾阴而达到治病目的。又由于“肝肾同





源”，故一般为肝肾同补。

3. 强筋壮骨 当你感到腰膝酸软，筋骨不利时，往往伴有头晕目眩、视物昏花、眼睛干涩、手足麻木、关节屈伸不利等症状。中医讲“骨者髓之府”，肾主骨生髓，骨骼的生长发育及修复依赖精的滋养。如果肾精充足，则骨髓充盈，骨骼充实健壮。而肝主筋，肝之气血可以养筋，肝病及筋引起诸筋病变。故强筋壮骨应从补肝肾开始。此外肢体为风寒湿热之邪所闭塞，导致气血不通，引起关节、筋骨发生疼痛。西医的风湿病、风湿性关节炎等皆属于此类，治疗应以祛风除湿、活血通络为原则。

4. 补脾和胃 中医认为，脾主运化，主升清，主统血，脾和胃相表里；胃主受纳、腐熟水谷，主通降，以降为和；“脾为胃行其津液”，共同完成饮食的消化吸收及其精微的输布，从而滋养全身，故称脾胃为“后天之本。”此类药酒有健脾燥湿、疏肝和胃、温中散寒、降逆止呕、化滞消导、增进食欲等功效。此外，脾与肺在病理上相互影响，脾失健运，津液代谢障碍，水液停滞，则聚而生痰，成饮，多影响肺的宣发肃降。肺病日久可影响到脾，使脾功能失调或脾气虚，出现纳食不化、腹胀等症，可根据不同症状选择合适的药酒。

5. 养肝明目 中医认为，肝开

窍于目，肝又藏血。而眼必须依赖于血濡养才能发挥视觉功能。在病理状态下，肝病往往反映于目，如肝阴不足，则两目干涩；肝血不足，则夜盲或视物不清；肝经风热，则目赤痒痛；肝阳上亢，则头晕目眩；肝风内动，则两眼斜视。故有“肝气通于目，肝和则目能辨五色矣”。

6. 安神益智 在生活节奏日益加快的现代社会中，人们由于工作和生活的双重压力，身体往往出现诸多不适，从而导致神志损伤，出现注意力不集中、失眠、多梦、心悸、倦怠、精神恍惚等症状。有人称之为第三状态或“亚健康”，尤其是失眠常使人的精神和体力得不到有效的恢复，第二天再坚持下去则更加身心疲惫，从而恶性循环。中医上讲，心主血脉，心藏神。如果心血不足，心神失养，则会出现日间精神恍惚、注意力难以集中、记忆力减退、夜间难以入睡，即使入睡亦梦绕不安，心神不宁。故应养血，补心气，使心的气血充盈，有力推动血行，精神旺盛。服用安神益智类药酒，应在晚上睡前，宜少量。此外在服用期间，应配合情志调节，喜为心之志。喜有利于心主血脉等生理功能，但喜乐若过度，则可使心神涣散不收。而惊对心神不利，惊则气乱。故应保持乐观豁达的心态。