



Jiatingbaojiancongshu
家庭保健丛书

中华健康医学会推荐

酒治病养生秘方

养生疗病的必备读物·现代家庭实用秘方

集古今医药典藏及久经险证的
偏方、单方、秘方治病宝典

酒：通血脉、散湿气、养脾、
除风下气、为百药之长。



多种灵验配方·有益自然健康

本草纲目

谷部·酒

释名：酒

气味：（米酒）苦、甘、辛、大热。

- 主治：
- 1、米酒：行药势，通血脉，散湿气。
 - 2、人参酒：补中益气，通治诸虚。
 - 3、茵陈酒：治风疾、筋骨挛急。
 - 4、姜酒：燥贪苒、发热、心腹冷痛。
 - 5、蜜酒：治风疹、风癣。

内蒙古人民出版社

家庭保健丛书

酒

治病养生秘方

乔昱健 编著

内蒙古人民出版社

责任编辑：苏 宇

封面设计：许 柯

家庭保健丛书

乔昱健 编著

★

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街 20 号)

北京朝阳区包装公司印刷厂印刷

开本：889×1194 1/32 印张：36 字数：800 千字

2002 年 11 月第 1 版 2002 年 11 月第 1 次印刷

印数：1 - 3000

ISBN 7 - 204 - 06216 - 7/Z · 205

总定价：60.00 元(全套共 6 册)

前 言

酒是米、麦、黍、高粱和曲酿成的一种饮料，它不仅以其特有的醇香美味吸引着人们，饮酒后还会令人心旷神怡，忘却烦恼、全身放松、减轻疲劳、振奋精神。因此，酒成为世界各国人民喜爱的饮料之一。酒的历史也相当悠久，酒更可入药辅治各种疾病。酒的成分因原料、酿造、加工、贮藏等等条件之不同，酒的名色极多，其成分亦差异甚大。在制法上，酒可分为蒸馏酒(加高粱酒)与非蒸馏酒(如葡萄酒)两大类。凡酒类都含乙醇。蒸馏酒除乙醇的含量高于非蒸馏酒外，尚含高级醇类、脂肪酸类、酯类、醛类等；又含少量挥发酸和不挥发性酸；糖类常存在，或只存少量。

药理与功用

1. 酒中含有乙醇，乙醇对中枢神经系统的作用与麻醉剂相似。由于乙醇引起的兴奋期太长，大量饮酒则导致延脑麻痹而安全度不够，因而酒不能作为麻醉剂使用。乙醇的兴奋作用是大脑抑制功能减弱的结果。此时饮者丧失了其由教育和经验而来之谦虚和自制，同时其辨别力、记忆力、集中力及理解力亦减弱或消失；视力(中枢性)也常

出现障碍。

2. 中等量乙醇可扩张皮肤血管，故常致皮肤发红而有温暖感，对循环系统有着较大的影响。但如因饮酒的皮肤有温暖感而将酒视为御寒药，实属不当。因寒冷时皮肤血管收缩属保护性反射；饮酒后抑制了血管运动中枢，皮肤血管扩张而使大量的热量损失，更增加冻死的危险性。中等量乙醇对心脏功能并无明显影响，但大量乙醇则可麻痹延脑中枢而导致循环虚脱。慢性酒精中毒之心血管障碍，有人认为与营养不良或维生素缺乏有关。

3. 饮酒对消化系统的影响。饮乙醇含量较低之酒类(10%上下)，可增加胃液分泌，胃酸分泌也增加，故溃疡病患者应禁酒类。小量低浓度的乙醇尚能增加胃的吸收机能。更高浓度(20%以上)乙醇内服则抑制胃液分泌，减弱胃蛋白酶活性。40%以上则对胃粘膜有强烈刺激，喜饮烈性酒者多患慢性胃炎。乙醇内服时所见的恶心、呕吐，主要是由其在体内氧化的中间产物——乙醛刺激了呕吐中枢所引起。

4. 乙醇局部涂擦于皮肤，可加速热的挥发，故有冷感，可用于高热病人。高浓度乙醇能使细胞原浆脱水并发生沉淀，故有收敛及刺激作用。其杀菌作用以 70% 者作用最强，低于 60% 或高于 80% 者功效皆较低。

5. 乙醇在胃肠道中吸收迅速，一般约有 20% 在胃中吸收，其余在小肠中吸收。空胃时吸收最多， CO_2 可促进其吸收。乙醇浓度较低之酒类，易于吸收，高浓度者吸收

反较缓慢。进入体内之乙醇约有 90% ~ 98% 被完全氧化，放出高达 29.7 千焦/ 克的能量(介于脂肪与碳水化合物之间)，可为机体所利用。成人一般 1 小时可氧化乙醇 9 ~ 15 毫升(约 10 毫升)，曾有报告 1 天内最多氧化 380 毫升者。此氧化速度常较恒定，不受血中浓度高低之影响。大量饮酒，超过此速度，即蓄积而造成中毒。未被氧化的 2% ~ 10% 乙醇，主要通过肾、肺排出。其他如汗、泪、胆汁、唾液也有微量排出。

性味/ 甘、苦、辛，温，大热，有毒。

归经/ 入心、肝、肺、胃经。

功用主治/ 通血脉，御寒气，行药势。治风寒痹痛，筋脉挛急，胸痹，心腹冷痛。主行药势，杀百邪恶毒气。通脉，养脾气，扶肝。通血脉，厚肠胃，润皮肤，散湿气。除风及下气。阿刺吉酒，主消冷坚积，去寒气。解一切蔬菜毒。米酒，解马肉，桐油毒，热饮之甚良。老酒，和血养气，暖胃辟寒。烧酒，消冷积寒气，燥湿痰，开郁结，止水泄。治霍乱，疟疾，噎隔，心腹冷痛，阴毒欲死，杀虫辟瘴，利小便，坚大便；洗赤目肿痛。散水，和血行气，助肾兴阳，发汗。

用法与用量

内服：温饮、和药同煎或浸药。

外用：淋洗、漱口或摩擦。

宜忌/ 阴虚、失血及湿热甚者忌服。

药用

1. 治胸痹之病，喘息咳唾，胸背痛，短气，寸口脉沉而迟，关上小紧数：栝楼实一枚(捣)，薤白半升，白酒七升。上三味同煮取二升，分温再饮。

2. 治冷气心痛：烧入飞盐饮。

3. 治阴毒腹痛：烧酒温饮。

4. 霍乱转筋而肢冷者：烧酒摩擦患处。

5. 治寒湿泄泻，小便清者：头烧酒饮之。

6. 治寒痰咳嗽：烧酒四两，猪脂、蜜、香油、茶末各四两。同浸酒内，煮成一处。每日挑食，以茶下之。

7. 治风虫牙痛：烧酒浸花椒，频频漱之。(《纲目》)

8. 治耳聋：酒三升，碎牡荆子二升。浸七日，去滓，任性服尽。(《千金方》)

9. 治耳中有核，如枣核大，痛不可动者：以火酒滴入，仰之半时。(《怪证奇方》)

10. 治蛇咬疮：暖酒淋洗疮上，日三易。(《广利方》)

11. 治妇人启蒙身风疮作痒：蜂蜜少许，和酒服之。(《奇效良方》)

12. 治产后单纯性腹泻。取黄酒0.5斤，煮沸后加红糖4两，继续煮2~3分钟，待凉，顿服或两次分服(间隔3~4小时)。

各种药酒

1. 白菊花酒：治丈夫妇人久患头风眩闷，头发干落，胸中痰壅，每梳发就头旋眼昏，不觉晕倒的，即是其症候。先灸两风池穴各十四壮，并服此酒及散，永不再犯。用法：春末夏初，收白菊嫩苗，阴干捣为末，空腹取一方寸匕和无灰酒服，一日两次，逐渐加量到三方寸匕。若不饮酒的，和羹粥服也可。八月收花晒干，切取三斤，生绢袋盛，故入三斗酒中，七日后服，一日三次。

2. 地黄酒：补虚弱，壮筋骨，通血脉，治腹痛，变白发，用生肥地黄绞汁，同曲、米封闭在密器中。春夏二十一日、秋冬三十五日开启，汁变绿最好，宜先饮，乃滤汁藏贮。加入牛汁见效快，亦有加多种药的。

3. 枸杞酒：补虚，去劳热，长肌肉，益颜色，肥健人，治肝虚冲感下泪。生枸杞子五升捣破，用绢袋盛，浸入二斗好酒中，密封不让泄气，十四日后随便饮用，不要喝醉。另，容颜变白，耐老轻身。用枸杞子二升(十月壬癸日采)，加入二升好酒中，在瓷瓶内浸泡二十一日。再添生地黄汁三升，搅匀密封。至立春前三十日，开瓶。每次空心暖饮一盞，至立春后髭发变黑。不得食茱萸、葱、蒜。

4. 地骨酒：壮筋骨，补精髓，延年耐老。枸杞根、生地黄、甘菊花各一斤，捣碎，加水一石，煮取汁五斗，蒸糯米五斗，均匀拌匀，入瓮如日常密封酿酒。等酒熟澄清后，一日饮三盞。

5. 白花蛇酒：治诸风无论新久，手足缓弱，眼目歪斜，语言謇涩，或筋脉挛急，肌肉顽痹，皮肤燥痒，骨节疼痛，或生恶疮、疥癩等疾。用白花蛇一条，温水洗净，头尾各去三寸，酒浸，去骨刺，取净肉一两。入全蝎（炒）、当归、防风各一钱，独活、白芷、天麻、赤芍药、甘草、升麻各五钱，捣碎，用绢袋盛装。用糯米二斗蒸熟，如日常造酒法，用袋置入缸中，造成后取酒同药袋密封，煮熟，置阴凉处七日出毒。每次温饮数杯，连续服用。

6. 瑞竹白花蛇酒：治诸风疥癣。用白花蛇一条，酒润，去皮骨，取肉绢袋盛装。蒸糯米一斗，放曲于缸底，置蛇于曲上，再撒上糯米饭，用物密盖二十一日取酒，以蛇酒干为末。每次用服三五分。若用浊酒和糟作饼吃，极佳。

7. 濒湖白花蛇酒：治中伤湿，半身不遂，口目歪斜，肤肉麻痹，骨节疼痛，及年久疥癣、恶疮、风癩诸症。用白花蛇一条，取龙头虎口，黑质白花，尾有佛指甲，目光不陷者为真，以酒洗润透，去骨刺，取肉四两，真羌活二两，当归身二两，真天麻二两，真秦艽二两，五加皮二两，防风一两，各挫匀，用生绢袋盛装，放入酒坛内，悬置。加入糯米生酒醅五壶浸袋，用箬叶密封。安坛于大锅内，水煮一日，取起，埋阴凉处七日取出。每次饮1~2杯。再用滓晒干碾末；和酒糊丸如梧子大。每次服五十九，用煮酒吞下。切忌行房事，及食鱼、羊、鹅、面

等发风之物。

8. 牵牛酒：治一切肚腹、四肢肿胀，不拘鼓胀、气胀、湿胀、水胀等。有峨媚一僧，用此治人得救，其人牵牛来谢，故名。用干鸡矢一升炒黄，好酒三碗，煮成一碗，滤汁饮服。少顷，腹中气大转动，利下，即自脚下皮皱皆消。若未尽，隔日再作。田螺二枚，温酒服食，后用白粥调理。

9. 猪胰酒：治冷痢久不愈。此是脾气不足，暴冷入脾，舌上生疮，饮食无味，或食下即吐，小腹雷鸣，时时心闷，干皮细起，膝胫酸痛，羸瘦，渐成鬼气，及妇人血气不通，逆饭忧烦，四肢无力，丈夫痲癖，两肋虚胀，变为水气，饮服后都有奇效。另取猪胰一具细切，与青篙叶相和。以无灰酒一大升，微火加温，乘热纳胰中，暖便消尽。再取桂心末一小两，放入酒中。每日晨温服一小盏，午、夜各再服一次，甚验。忌热面、油腻等食。

10. 戊戌酒：大补元气。用黄狗一只，取肉，煮一伏时，捣烂如泥，和汁拌匀，蒸糯米三斗，加入曲如日常酿酒法。趁热时，每日晨空心饮用。此为养老方。

11. 鹿茸酒：治阳事虚痿，小便频数，面色无光。用嫩鹿茸一两(去毛切片)，山药(末)二两，绢袋裹，置酒瓶中，七日开瓶，一日饮三盏。将茸焙作丸服。

12. 蓼汁酒：治胃脘冷，不能饮食，耳目不聪明，四肢有气，冬卧足冷。八月三日取蓼晒干，如五升大，六十把，水六石，去滓，拌米饭，如造酒法，待熟，每日饮

用。十日后，即可目明气壮。

13. 天门冬酒：补五脏、调六腑，令人无病。天门冬三十斤，去心捣碎，加水二石，煮汁一石，糯米一斗，细曲十斤，如日常炊酿法，待酒熟，一日饮三杯。

14. 忍冬酒：治背部及任何部位的痈疽，发眉发颐，或头或颈，或背或腰，或胁或乳，或手足，都有奇效。乡落之间，僻陋之所，贫乏之中，药材难得，只要虔心服用，待其疽破，再用神异膏贴，效果极妙。用生忍冬藤一把，将叶放入砂盆中研烂，加生饼子酒少许，稀稠均匀，涂于四围，中留一口泄气。其藤只用五两，木槌槌损，不可犯铁，大甘草节生用一两，同入沙瓶内，以水二碗，文武火慢煎至一碗，加无灰好酒一大碗，再煎十数沸，去滓分三服，一日一夜吃尽。病势重的，一日二剂。服至大小肠通利，则药力到。

15. 海藻酒：治瘰气。用海藻一斤，绢袋盛装，以清酒二升浸泡，春夏二日，秋冬三日。每次服两合，一日三次。酒尽再作。其滓曝干研为末，每次服方寸匕，一日三次服。不过两剂即愈。

16. 大麻仁酒：治骨髓风毒疼痛，不能运动。用大麻仁浸水，取沉的一升晒干，于银锅中缓慢炒至香熟，入木臼中捣碎，待细如白粉即止，分为十贴，每用一贴，取家酿无灰酒一大碗，和麻粉，用柳槌蘸入砂盆中擂，滤去壳，煎至减半。空腹温服一贴。轻者四五贴见效，重者不出十贴，必失所苦，效不可言。

17. 豆淋酒：治产后百病，或血热，觉有余血水气，或中风困笃，或背强或口噤，或但烦热口渴，或头身皆肿，或身痒呃逆直视，或手足顽痹，头旋眼眩，此皆为虚热中风。用大豆三升熬熟，至微烟出。放入瓶中，加酒五升，经一日以上。服酒一升，温覆令少汗出，身润即愈。口噤者，加独活半斤，微微捶破。产后宜常服，以防风气，又消结血。

18. 树头酒：《一统志》云，缅甸在滇南，有树类似棕，高五六丈，结实如椰子。当地人以罐盛，悬于实下，划开果实，汁流于罐中成酒，名树头酒。或不如此，惟取汁熬为白糖。其树即贝树，缅人取其叶写书。

19. 严树酒：《一统志》云，琼州有严树，捣皮叶，浸以清水，和以粳酿(或入石榴花叶)，数日成酒，能醉人。又《梁书》云，顿逊国有酒树，似安石榴，取花汁贮杯中，数日成酒。大概即是此类。又有一种文章草，也可以酿成酒。

目 录

第一章 内科疾病

- 感冒 / 1
- 支气管炎 / 4
- 支气管哮喘 / 6
- 冠心病 / 10
- 心悸 / 12
- 高血压病 / 15
- 胃痛 / 17
- 腹胀 / 20
- 腹痛 / 24
- 泄泻 / 26
- 噎膈 / 29
- 痞块 / 31
- 脚肚转筋 / 32
- 便秘 / 33
- 泌尿系统感染 / 35
- 水肿 / 36

- 癃闭 / 39
- 前列腺炎 / 41
- 阳痿 / 42
- 缩阳症 / 50
- 精子减少症 / 51
- 贫血 / 53
- 糖尿病 / 54
- 痹证 / 55
- 头痛 / 67
- 中风 / 70
- 眩晕 / 76
- 汗证 / 77
- 中暑 / 78
- 厥脱 / 79

第二章 外科疾病

- 疖 / 81

- 痛 / 82
- 破伤风 / 84
- 急性乳腺炎 / 87
- 疝气 / 88
- 痔疮 / 89
- 蛇虫咬伤 / 90
- 骨髓炎 / 91
- 跌打损伤 / 92
- 外伤出血 / 93
- 腰肢痛 / 94

第三章 妇产科疾病

- 月经不调 / 97
- 痛经 / 101
- 闭经 / 105
- 功能性子宫出血 / 107
- 带下病 / 111
- 不孕症 / 113
- 子宫脱垂 / 116
- 流产 / 118
- 产后出血 / 120
- 产后恶露不尽 / 121
- 产后缺乳 / 122

- 产后中风 / 125
- 产后晕厥 / 129
- 产后便秘 / 130
- 产后腹痛 / 131
- 产后杂症 / 134

第四章 儿科疾病

- 麻疹 / 138
- 小儿腮腺炎 / 139
- 婴幼儿惊厥 / 140
- 虫证 / 142

第五章 五官科疾病

- 中耳炎 / 143
- 耳鸣、耳聋 / 144
- 鼻窦炎 / 146
- 咽喉炎 / 147
- 牙痛 / 148
- 口腔溃疡 / 150

第六章 皮肤科疾病

- 神经性皮炎/ 151
- 银屑病/ 152
- 荨麻疹/ 153
- 头癣/ 157
- 手、足、甲癣/ 157
- 疥疮/ 160
- 酒糟鼻/ 162
- 脱发/ 163
- 鸡眼/ 165
- 白癜风/ 166
- 疣/ 168
- 冻疮/ 169

第七章 传染性疾病

- 痢疾/ 171
- 疟疾/ 172
- 流行性乙型脑炎/ 174
- 病毒性肝炎/ 175



第一章 内科疾病

一、感冒

中医认为,感冒是人体被风热、风寒之邪所侵,引起喷嚏、鼻塞、流涕、咽痛、头痛、恶寒、发热、咳嗽、声音嘶哑,甚至出现关节疼痛、周身不适等症状的常见外感疾病。依据所感外邪及其症状的不同,感冒一般可分为风寒、风热等二种常见症型。

风寒感冒:发热、恶寒的症状较为明显,同时伴有无汗、鼻塞、流清涕、无口渴、小便清长、舌苔白、脉象浮紧或浮缓等症状。

风热感冒:其症状主要表现为发热较高,却只是微恶风寒,并有头痛,咽喉痛,自汗鼻塞无涕(或少量浊黄涕,口渴,舌苔黄,舌边和舌尖发红、脉象浮数,小便短黄。

感冒属四季常发病,多因病毒和细菌引起的鼻、鼻咽或咽喉部的上呼吸道急性感染。

荆芥豉酒

主治/ 治外感风寒, 发热无汗。

酒

治 病 养 生 秘 方

配方 / 酒 750 毫升，豆豉 250 克，荆芥 10 克。

制法 / 将豆豉、荆芥入锅后，加酒煮 5~7 沸，去渣，密封收贮，备用。

用法 / 出现上述病症随量微热饮。

防风荆芎菊花酒

主治 / 治感冒风热性头痛、头昏、偏头痛。

配方 / 防风 60 克，蔓荆子 125 克，川芎 40 克，菊花 45 克，黄酒 1200 毫升，薄荷 70 克。

制法 / 上药五味共捣碎为细末，用黄酒浸泡 7 日，去渣备用。

用法 / 每日 3 次，每次饮 15~20 毫升。

姜蒜柠檬酒

主治 / 治风寒型感冒。

配方 / 生姜 100 克，大蒜 400 克，柠檬 3~4 个，蜂蜜 70 毫升，酒 800 毫升。

制法 / 大蒜去皮蒸 5 分钟后切片，柠檬去皮切片，生姜切片，与蜂蜜共浸泡至酒中，3 个月后过滤可饮用。

用法 / 日饮 2 次，每服 1 汤匙。

注意 / 不可过量饮。

肉桂酒

主治 / 治感寒身疼痛。

配方 / 肉桂末 6 克。

