

● 中华传统医学养生丛书



蜂胶·花粉·冬虫夏草
祛百病



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technological Literature Press

● 中华传统医学养生丛书



蜂胶·花粉·冬虫夏草
祛百病



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press



图书在版编目 (CIP) 数据

蜂胶·花粉·冬虫夏草祛百病 / 柳书琴主编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2016

(中华传统医学养生丛书)

ISBN 978-7-5439-7087-8

I. ①蜂… II. ①柳… III. ①蜂胶—食物疗法—基本知识②花粉—食物疗法—基本知识③冬虫夏草—食物疗法—基本知识 IV. ①R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 150746 号

责任编辑: 张 树 王倍倍

蜂胶·花粉·冬虫夏草祛百病

FENGJIAO HUAFEN DONGCHONGXIACAO QUBAIBING

柳书琴 主编

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市长乐路 746 号 邮政编码 200040)

全 国 新 华 书 店 经 销

四川省南方印务有限公司印刷

*

开本 700×1000 1/16 印张 20 字数 390 000

2016 年 9 月第 1 版

2016 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5439-7087-8

定价: 78.00 元

<http://www.sstlp.com>

版权所有, 翻印必究。若有质量印装问题, 请联系工厂调换。

图书服务热线: (028) 87336749

>>前言

《中华本草》记载：蜂胶对糖尿病、高血脂、高血压、肿瘤、息肉、多种炎症、病菌等引起的疾病有很好的辅助治疗作用。蜂胶被誉为“紫色黄金”，是治疗疾病、养生保健的佳品。

蜂胶中含有丰富而独特的黄酮类、萜烯类物质，对多种细菌、真菌、病毒等有显著的抑制和杀灭作用，可以用来治疗脚气、灰指甲、湿疹、各种溃疡、牙周炎、咽喉炎、鼻炎、胃炎、泌尿系统感染、感冒、痔疮、腹泻等病原微生物引起的疾病。具有用量小、见效快，不产生耐药性、不破坏有益菌落等特点。

它还具有提高免疫力的功能，能显著提高身体的抗病能力，对预防感冒、癌症、衰老和消除老年斑、色素沉积有良好作用。

蜂胶的抗菌排毒作用、强化免疫力作用，对糖尿病引起的多种并发症具有很好的预防和治疗效果。长期临床研究表明，服用蜂胶对糖尿病患者健康长寿具有重要意义。蜂胶是糖尿病患者必选良药。此外，它对高血压、高血脂等疾病治疗效果显著。

花粉功效众多，含有丰富的营养物质，天天食用花粉可以快速消除疲劳、消除便秘、消除四肢酸痛、恢复体力，并能消除粉刺、营养肌肤、美容养颜，对糖尿病、心脑血管疾病、肿瘤、前列腺炎有辅助治疗功效。花粉富含多种氨基酸、蛋白质、维生素，以及生物活性物质，既营养皮肤，又能祛除各种色素斑点。花粉能调节内分泌，维持卵巢正常功能，所以能祛黄褐斑；花粉既能抗日光辐射，又能治晒斑。



此外,花粉被誉为前列腺炎的克星,以油菜花粉、荞麦花粉治疗前列腺炎功效最佳。

冬虫夏草是我们现在并不陌生的一种补品,其药性温和,可以与天然人参、鹿茸相媲美。传统中医理论认为:“冬虫夏草性平味甘,入肺、肾二经,功能益肺、肾,止咳,补虚损,益精气。”因此,冬虫夏草具有养肺滋阴、补肾壮阳的功效,为补阴阳之品,可用于肺癆咳血,同时也适用于病后久虚、自汗、盗汗等虚症状。而现代研究显示,冬虫夏草还具有改善微循环、明显扩张及软化毛细血管的作用,可以调节内分泌、神经系统,激活脑细胞,对癌细胞的生长具有明显的抑制作用,是防癌抗癌的佳品。

总的来说,冬虫夏草男女老少皆宜,而且不需要忌口,是适合人群最广的补品。

为了让人们更好、更快地了解蜂胶、花粉、冬虫夏草治病的神奇功效,使人们受益,我们多方搜集资料系统地编写了此书。在编写的过程中我们得到了很多专家、学者的帮助和指导,借鉴和参考了一些中外学者和专家的论述和观点,因篇幅有限,恕不能一一列出,在此一并感谢!此外,对书中出现的一些纰漏和不当之处,还望广大读者多多体谅,提出宝贵意见,批评斧正。

编者
2016年8月

目 录

contents

第一篇 蜂 胶

 一、基本常识	1
蜂胶的定义	1
蜂胶的形成过程	3
各种蜂产品之间的区别	3
我国蜂胶产业的现状	4
蜂胶的常见制品	4
蜂胶的化学成分	5
蜂胶的类型	8
蜂胶的质量标准	9
蜂胶的感观鉴定	10
蜂胶软胶囊的鉴别	10
水溶蜂胶液的鉴别	12
上品蜂胶的认定	13
蜂胶具有促进组织再生的作用	14
蜂胶有调节免疫功能的作用	15
蜂胶具有降血脂、缓解高血压的作用	15
蜂胶对糖尿病有辅助治疗的作用	16
蜂胶具有养肝解毒的作用	18
蜂胶具有戒烟的作用	18
蜂胶具有抗菌的作用	19

蜂胶具有抗病毒的作用	20
蜂胶具有抗疲劳的作用	20
蜂胶具有保护肠胃功能的作用	20
蜂胶具有局部麻醉的作用	21
蜂胶具有抗癌的作用	22
蜂胶具有抗氧化、抗衰老的作用	23
蜂胶具有美容的作用	23
蜂胶具有防治支气管哮喘的作用	24
蜂胶具有治疗脚气的作用	24
蜂胶具有防治龋齿的作用	24
蜂胶具有治疗口腔疾患的作用	25

二、注意事项与宜忌 26

健康的人同样需要服用蜂胶	26
蜂胶的过敏反应不可怕	26
蜂胶服用后的好转与过敏反应怎样区别	27
蜂胶不是抗生素	28
不适合吃蜂胶的人群	29
粗胶万万不可食用	29
蜂胶的服用量有讲究	30
各种剂型的蜂胶制品有哪些特点	30
进口与国产蜂胶哪种好?	31
黏性大的蜂胶利于吸收吗?	31
用蜂胶治疗糖尿病时是否需停其他药?	32
不同的蜂产品可以同食吗?	32
酒精可以用来融合蜂胶吗?	32
蜂胶能和其他药物同服吗?	33
蜂胶可以和茶水同服吗?	33
蜂胶溶于水后的黑色物质可以吃吗?	34

病愈后仍需继续服蜂胶吗？	34
蜂胶治病的疗法	34

三、蜂胶治病方例 38

痤疮	38
癣	39
皮肤顽癣	40
牛皮癣	41
疮 疖	42
口疮、黄水疮	42
湿 疹	42
鸡 眼	43
带状疱疹	43
皮肤瘙痒症	44
神经性皮炎	45
皲裂症	46
急性咽喉炎	46
慢性咽喉炎	47
扁桃体炎	48
口腔溃疡	48
牙 疼	50
牙周病	50
拔牙麻醉	51
牙齿敏感症	51
中耳炎	51
外耳道炎	52
上呼吸道炎	52
哮喘、支气管炎	53
呼吸道感染	53

结核病	53
哮喘	56
鼻炎	56
慢性颌窦炎	57
鼻黏膜糜烂	57
肠炎	57
贲门癌	59
胃痛	59
胃炎	59
胃出血	59
阑尾炎	59
消化性溃疡	60
急性胃肠炎	61
腹泻	61
血稠	61
心绞痛	61
高血压	62
高脂血症	62
高黏滞血症	63
骨损伤	64
颈动脉部位疼痛	64
风湿性关节痛	64
灼伤	64
创伤	65
下肢溃疡	67
关节疾病和损伤	67
便秘	67
痔疮	68
红眼病	69

腮腺炎	69
肾囊肿	69
脑卒中(中风)	70
糖尿病	70
前列腺炎	70
妇女更年期综合征	70
减 肥	70
美 容	71
脱发症	71
甲沟炎	71
妇科病	72
肾囊肿	72
蛲虫病	72
脚气病	73



四、蜂蜜治病方例 73

胃及十二指肠溃疡	73
痢疾、肠炎、腹泻	74
胃 炎	75
失 眠	76
牙龈肿痛	77
感 冒	79
咳 嗽	80
哮 喘	84
气管炎、支气管炎	85
肺结核	86
便 秘	86
风湿、腰腿疼痛	88
膀胱炎	88

缺 钙	88
中暑口渴	89
酒后头疼	89
肝脏病	89
瘙 痒	89
烧伤、外伤	90
老年斑	90
皮 炎	90
疝 气	91
足 癣	91
颈部淋巴结核	91
外 痔	91
冻 疮	92
小儿疳积	92
百日咳	92
小儿夏季热	92
小儿遗尿	93
小儿丹毒	93
小儿鹅口疮	93
小儿蛔虫、绦虫	93
婴儿湿疹	94
小儿厌食	94
小儿自汗	94
小儿惊风	94
青光眼	95
眼睛发炎	95
红眼病	95
麦粒肿	95
口舌疮、咽痛	95

喉哑失声	97
口角炎、口腔溃疡	97
萎缩性鼻炎	97
神经衰弱、滑精、早泄	98
贫 血	98
急性乳腺炎、乳头破裂	98
月经不调	99
产后阴虚	99
前列腺炎	99
阳 痿	99
阴茎龟头溃疡	100
流行性腮腺炎	100
关节疼痛	100
湿 疹	100
美容养颜	101

五、蜂王浆治病方例 103

胃炎、胃痛	103
肝 炎	103
脂肪肝	104
冠心病	104
动脉粥样硬化	105
高脂血症	106
高血压	106
低血压	107
白血病	107
神经衰弱、失眠健忘	108
糖尿病	108
肿 瘤	109

营养不良、水肿	109
烧伤、烫伤	109
更年期综合征	110
口腔溃疡	110
美 容	111
白发变黑	112
提高免疫力	112
健脑益智	112
延缓衰老	113
抗疲劳	113

第二篇 花 粉

 一、基本常识	114
花粉定义	114
花粉的颜色与植物种属	115
蜂花粉的理化性质	115
蜂花粉的形态	116
蜂花粉的种类	116
花粉壁的定义	117
蜂花粉中的常量元素和微量元素含量	117
蜂花粉中的蛋白质和氨基酸含量	118
蜂花粉中的核酸含量	118
蜂花粉中的黄酮类含量	119
蜂花粉中的激素含量	119
蜂花粉中的酶类有多少种	119
蜂花粉中的碳水化合物含量	119

蜂花粉中的维生素含量	120
蜂花粉中的脂类含量	121
花粉具有保护肝脏的功效	121
花粉具有保护心血管的功效	121
花粉具有调整胃肠功能的功效	122
花粉具有防治贫血的功效	122
花粉具有提高免疫力的功效	123
花粉具有抑制前列腺增生的功效	123
花粉具有增强体力的功效	123
花粉具有助糖尿病患者康复的功效	123



二、注意事项与宜忌 124

蜂花粉是否必须破壁?	124
破壁花粉和花粉粉末有什么区别?	125
服用蜂花粉是否会过敏?	126
蜂花粉有毒吗?	126
花粉有致畸作用吗?	127
蜂花粉可引起儿童早熟吗?	127
各种类型的花粉功效有何区别?	127



三、花粉的治病方例 128

高脂血症	129
冠心病	129
脑动脉硬化、脑梗死	129
胃肠功能紊乱	129
功能性便秘	129
男性不育症	130
妇女不育症	130

鼻黏膜糜烂	130
流行性感冒	130
咳嗽、哮喘	131
矽 肺	131
慢性肺气肿	131
扁桃腺炎	131
咳嗽、咳血	132
高脂血症	132
动脉粥样硬化	132
心脏病	132
心悸、心脏衰弱	133
低血压	133
脑卒中	133
静脉曲张	133
慢性胃炎	134
胃炎、肠道功能紊乱	134
健脾、驱虫	135
食欲不振	135
赤 痢	135
肝 炎	135
肝硬化、腹部积水	136
胃及十二指肠溃疡	136
慢性顽固性便秘	136
慢性胆囊炎	137
神经衰弱	137
失眠、健忘症	137
癫 痫	137
老年性痴呆	138
神经官能症	138

肾结石	138
慢性前列腺炎、前列腺肥大	138
前列腺炎	139
阳 痿	139
精血不足	139
男性不育症	139
前列腺癌	140
糖尿病口渴、尿浊症	140
糖尿病	140
经 痛	140
不孕症	140
妇女更年期综合征	141
乳腺炎、乳房肿胀	141
淋 病	141
变应性皮炎	141
皮肤过敏、剥脱性皮炎	141
天疱疮	142
麻 疹	142
秃 发	142
湿 疹	142
尿布皮炎	142
婴儿湿疹	143
皮肤溃疡	143
烧伤、烫伤、皮肤干裂	143
角膜炎	143
鼻黏膜糜烂	143
咽 炎	144
咽喉炎、百日咳	144
鼻窦炎	144

肩周炎	145
酒精中毒	145
风湿病	145
贫 血	145
头晕、健忘	146
肝肾功能不全	146
体质虚弱	146
营养不良	146
失眠健忘、眩晕	147
体弱多病、浑身乏力	147
过度劳累	147
暑热、烦渴	148
衰 老	148
头疼目眩、咽喉闭闷	148
胃痛、久痢	148
增强心肺功能	148
保健花粉方	149
美容养颜花粉方	150



四、蜂花粉治病方例

153

脱发、秃发	153
面部美容	153
除皱美容	154
祛 斑	156
痤 疮	157
皸裂、皮肤干燥	157
外 伤	158
流行性感冒	158
呼吸系统疾病	158