

中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周然 张俊龙

醋疗

醋疗是指用食醋治疗疾病的一种方法。

食醋性温、味酸苦，

具有开胃、养肝、

散瘀、止血、解毒、

杀虫等功效。



编著
许凯霞



科学出版社

中医优势治疗技术丛书

◆ 总主编 周 然 张俊龙

醋 疗

编著 许凯霞



科学出版社

北 京

内 容 简 介

醋疗是指用食醋治疗疾病的一种方法。食醋不仅是古老的调味品之一，还是一味中药和医疗保健品。中医认为，食醋性温、味酸苦，具有开胃、养肝、散瘀、止血、解毒、杀虫等功效。中医学对醋的应用也是历史悠久，源远流长。

本书力求重点突出，简便实用，主要介绍了醋疗技术的基本知识及其在多种疾病中的具体运用。本书图文并茂，深入浅出，适用于广大基层医生、中医爱好者及家庭自疗者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

醋疗 / 许凯霞编著. —北京: 科学出版社, 2014. 4

(中医优势治疗技术丛书/周 然, 张俊龙总主编)

ISBN 978-7-03-040147-2

I. 醋… II. 许… III. 食用醋-食物疗法 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 044347 号

责任编辑: 鲍 燕 陈 伟 曹丽英 / 责任校对: 蒋 萍

责任印制: 肖 兴 / 封面设计: 王 浩

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

新科印刷有限公司 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2014 年 4 月第 一 版 开本: B5 (720×1000)

2014 年 4 月第一次印刷 印张: 13

字数: 240 000

定价: 39.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

总 前 言

中医学历经几千年的发展，形成了独特的理论体系和完善的治疗技术体系。其治疗技术体系大体为分两类，一为遣方用药。它被作为中医治疗疾病的主体方法。时至今日，我们中医临床工作者诊疗疾病多处方开药，人民群众也多选择服用汤丸膏散等内服药物祛病疗疾。概因理法方药为中医辨证论治体系的高度概括。二为中医优势技术。翻开一部中医学的发展简史，我们不难看到，人们在经历了长期的无数次实践以后，早在新石器时代，就已经会运用针法、灸法、按摩术、止血法这些原始的、朴素的、简单的医疗技术。从砭石到九针，从针刺到药物贴敷，从神农尝百草到丸散膏丹汤饮酒露的制剂技术，从推拿正骨手法到小夹板的应用，这些都是时代的创造、医家的发明，都是当时社会发展条件下的医学领域的领先技术。经过历代医家的不懈努力和探索，这些技术内容丰富、范围广泛、历史悠久，体现了其临床疗效确切、预防保健作用独特、治疗方式灵活、费用比较低廉的特点，传承着中医学的精髓和特色。

这些优势技术或散见于民间，或零散于古籍记录，或濒临失传，面临着传承和弘扬的两大难题。2009年，国务院出台的《关于扶持和促进中医药事业发展的若干意见》中就强调指出：“老中医药专家很多学术思想和经验得不到传承，一些特色诊疗技术、方法濒临失传，中医药理论和技术方法创新不足。”也有专家痛心疾首地指出，“近年来，中医药特色优势淡化，手法复位、小夹板等‘简、便、验、廉’的诊疗手段逐渐消失或失传。”由此可见，传承、发展并不断创新中医技术迫在眉睫、刻不容缓。

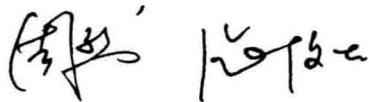
近年来的医改实践证明，中医药在满足群众医疗保健需求、减缓医药费用上涨、减轻患者和医保负担等方面发挥了很好的作用，缓解了群众看病就医问题，放大了医改的惠民效果。人民群众对中医药感情深厚、高度

信赖，中医药作为一种文化已经深深地渗入中国百姓的日常生活当中。中医的一些技术特别是非药物方法，普通百姓易于接受、也易于掌握使用，可获得性强，适用于广大人民群众的生保健和疾病治疗，很多人自觉不自觉地运用中医药的理念和优势技术进行养身健体、防治疾病。

传承和发展中医药技术是每一名中医药人的使命担当。正如国医大师邓铁涛教授所说：“中医之振兴，有赖于新技术革命；中医之飞跃发展，又将推动世界新技术革命”。我们山西中医学院将学科发展的主攻方向紧紧锁定中医药技术创新，不断深化学科内涵建设，凝练学科研究方向，组建优势技术创新研发团队，致力于中医药技术的研究、开发、规范制定和应用推广，以期推动中医药技术的创新和革命，为人民群众提供更多的中医药技术储备和技术应用。

因此，我们组织既有丰富临床经验，又有较高理论素养的专家学者，编写了这套《中医优势治疗技术丛书》。丛书以中医优势治疗技术为主线，依据西医或中医的疾病分类方法，选取临床上常见病、多发病为研究对象，突出每一种优势技术在针对这些常见病、多发病治疗时的操作规程，旨在突出每一项技术在临床实践中的知识性、实用性和科学性。

这套丛书既是国家“十二五”科技支撑计划分课题“基层卫生适宜技术标准体系和评估体系的构建及信息平台建设研究和示范应用”、国家中医药管理局重点学科“中医治疗技术工程学”和山西省特色重点学科“中医学优势治疗技术创新研究”的阶段性研究成果，也是我们深入挖掘、整理中医药技术的初步探索，希望能够指导基层医疗卫生机构和技术人员临床操作，方便中医药技术爱好者和家庭自疗者参考使用。



2014年3月

目 录

上篇 醋疗技术概论

1 醋疗技术的学术源流	2
2 醋疗技术的基本原理	4
3 醋疗技术的药物制备	7
4 醋疗操作的技术规范	11
5 醋疗技术的操作规程	15
6 醋疗技术的适应证与禁忌证	16
7 醋疗技术的优势与注意事项	18

下篇 醋疗技术的临床应用

1 感冒	22
2 慢性支气管炎	26
3 支气管哮喘	32
4 肺脓肿	39
5 肺结核	43
6 慢性胃炎	47
7 肝硬化	52
8 食管癌	56
9 便秘	59
10 高血压病	63
11 冠心病	68
12 糖尿病	74
13 慢性肾小球肾炎	77
14 急性乳腺炎	82
15 单纯性甲状腺肿	87
16 肩关节周围炎	91
17 跟痛症	95
18 扁平疣	102

目 录

19	寻常疣	106
20	痤疮	108
21	带状疱疹	112
22	黄褐斑	116
23	神经性皮炎	119
24	湿疹	122
25	荨麻疹	126
26	体癣	129
27	手癣	131
28	足癣	135
29	甲癣	141
30	皮肤瘙痒症	144
31	痛经	149
32	功能失调性子宫出血	154
33	妊娠剧吐	160
34	产后缺乳	164
35	百日咳	167
36	流行性腮腺炎	170
37	婴儿腹泻	178
38	小儿厌食症	182
39	小儿营养不良	186
40	复发性口疮	190
41	慢性咽炎	194

上

篇

醋疗技术概论



1 醋疗技术的学术源流

1.1 醋的起源

醋是以米、麦、高粱或酒、酒糟等酿成的含有乙酸的液体。醋，古汉字为“酢”，又作“醯”。据考证，制醋的历史虽稍晚于酿酒，但在公元前8世纪已有醋的文字记载。《周礼》有“醯人掌共醯物”的记载，“醯人”，为专管酿醋的官。可以确认，我国西周时已有食醋。中国也因此成为世界上用谷物酿醋最早的国家。古代还称醋为苦酒、米醋等。

关于醋的来历，传说在古代的中兴国（今山西省运城地区），有个叫杜康的人发明了酒。他儿子黑塔也跟杜康学会了酿酒技术。后来，黑塔率族移居现江苏省镇江。在那里，他们酿酒后觉得酒糟扔掉可惜，就存放起来，在缸里浸泡。到了第二十一日的酉时，一开缸，一股从来没有闻过的香气扑鼻而来。在浓郁的香味诱惑下，黑塔尝了一口，酸甜兼备，味道很美，便贮藏着作为“调味浆”。这种调味浆如何命名呢？黑塔用二十一日加“酉”字将其命名为“醋”。

春秋战国时期，我国已有专门酿醋的作坊，到汉代时，醋已经开始普遍生产。南北朝时，食醋的产量和销量都已经很大，当时的名著《齐民要术》曾系统地总结了我国劳动人民从上古到北魏时期的制醋经验和成就，书中共收录了22种制醋方法，这也是我国现存史料中对粮食酿造醋的最早记载。

1.2 醋疗技术的历史沿革

食醋可用于治疗多种疾病，这在我国古医书中早有记载。1973年长沙汉墓出土的医学帛书《五十二病书》是迄今已发现的最古医方。据考证，此书大约成书于公元前3世纪秦汉之际。书中记载了17则醋方，用以治疗灼伤、疖、疽、癣、疯狗咬伤等11种疾病，说明当时的医家已经认识到醋有清热、解毒、疗疮、利尿等多种功效了。这可以看作是我国有记载的最早的醋疗技术。

三国时，名医华佗曾用蒜泥加醋治愈了一例严重的蛔虫感染者，开创了食醋治疗急症的先河。东汉的张机在《伤寒论》中，用醋浸泡乌梅制成了乌梅丸，经过约1800年历史的考验，至今还被用来治疗蛔虫病。汉末《名医别录》又说

醋能“消痈肿，散水气，杀邪毒”。这些都对后来醋疗技术的发展起到了推动作用。

继而在晋、隋、唐、宋、元、明、清各朝代的诸多医学著作中，都有不少食醋参与的组方，用醋治疗的病证有癥瘕积聚、黄疸、黄汗、吐血、衄血、便血、胎死腹中、痔漏、狐臭、阴部瘙痒、虫积腹痛、鱼肉菜毒、痈肿疮毒等。如南宋许叔微的《普济本事方》用醋煮胆矾、黄蜡、青州枣，治“男子、妇人患食劳、气劳，遍身黄肿，欲变成水肿，及久患癖，小肠膀胱，面目悉黄”；明代《医学入门》用鳖甲、诃子皮、干姜各等分为末，醋糊丸，治癥瘕；清代王士雄的《随息居饮食谱》中，较深刻地归纳食醋可以“开胃、养肝、强筋、暖骨、醒酒、消食、下气、辟邪、解鱼蟹鳞介诸毒”。

关于醋疗技术的使用，也不仅局限于内服，如《伤寒论》中用苦酒汤治疗“咽喉生疮，不能言语，声不出”，采用了含咽的方法；《备急千金要方》记载以“醋和豉研敷之”，治小儿火丹赤如朱，走皮中。《千金翼方》以附子十五枚、蜀椒一升、野葛一尺五寸，切，醋渍一宿，猪膏一斤，煎附子黄，“去滓涂面”，治疗面渣、疥痈恶疮。这些都为醋疗技术的研究提供了较丰富的历史资料。

醋疗在西方历史上也有记载，被用于治疗呼吸系统疾病、疹、癣、狂犬咬伤等疾病。使醋成为最早药品之一的人是希波克拉底，而此前也有一些医书上记载用木炭和醋的混合物治疗皮肤病等的方法。此外，加比斯医生研究发现美国佛蒙特地区人充分地摄取利用食用海藻、蜂蜜和苹果醋混合制出的一种饮料，因而得以长寿。而18~19世纪的欧洲人习惯用醋杀菌消毒，预防传染病。

近现代，随着医学的进步和发展，人们对醋的医疗价值有了更进一步的认识和了解，醋的应用不仅已经遍及内、外、妇、儿各科，而且已经广泛应用于养生与美容等领域，各种醋疗的配方与使用方法也更加科学。

2 醋疗技术的基本原理

2.1 中医理论原理

中医学认为，醋味酸、苦，性温，入肝、胃经，具有开胃消食、养肝解毒、化瘀消肿、止血止痛、收敛止泻、杀虫等功用，可用于治疗油腻食积、消化不良、口舌生疮、腹痛腹泻、产后血晕、瘀癍癥瘕、黄疸、黄汗、吐血、衄血、大便下血、阴部瘙痒、痈疽疮肿、解鱼肉菜毒等。

由于醋味酸、苦，入肝经，有养肝解毒、化瘀消肿、止血止痛等功效，因此可用于治疗痈疽疮肿、心腹疼痛、痰水血病、产后血晕等。如《本草纲目》有云：“大抵醋治诸疮肿积块，心腹疼痛，痰水血病……无非取其酸收之意，而又有散瘀、解毒之功。”《本草求真》云：“米醋……且同木香磨服，则治心腹血气诸痛。”《本草汇言》云：“又仲景《金匱要略》治黄汗，有黄芪白芍桂枝苦酒汤；谭氏治风痰，有石胆散子，俱用米醋入剂，专取其敛正气，散一切恶水血痰之妙用也。”《神农本草经疏》又曰：“醋惟米造者入药，得温热之气，其味酸，气温无毒。酸入肝，肝主血，血逆热壅则生痈肿，酸能敛壅热，温能行逆血，故主消痈肿。其治产后血晕，癥块血积，亦此意耳。散水气者，水性泛滥，得收敛而宁谧也。杀邪毒者，酸苦涌泻，能吐出一切邪气毒物也。”《本草汇言》云：“林氏曰，醋主收，醋得酸味之正也，直入厥阴肝经，散邪敛正，故藏器方治产后血胀、血晕，及一切中恶邪气，卒时昏冒者，以大炭火入熨斗内以酹米醋沃之，酸气遍室中，血行气通痰下，而神自清矣。”《本草求真》：“以火淬醋入鼻，则治产后血晕”。《本草衍义》也记载：“产妇房中常用醋气则为佳，醋益血也。”

由于醋可杀虫解毒、化瘀消肿，故可与一些中药一起外敷，治疗局部病变。如《神农本草经疏》云：“《日华子》主下气除烦，妇人心痛血气，并产后及损伤，金疮出血，杀一切鱼肉菜毒，取其酸收而又有散瘀解毒之功也，故外科敷药中多资用。”《本草求真》云：“合外科药敷，则治癥结痰癖、疽黄痈肿，暨口漱以治舌疮；面涂以散损伤积血……至醋既酸（收），又云能散痈肿者，以消则内散，溃则外散，收处即是散处故耳。”

由于醋味酸，具有开胃消食、解鱼肉菜毒的功效，故可用于治疗油腻食积、消化不良、腹痛腹泻、鱼肉菜虫诸毒等。如《本草求真》云：“米醋，酸主敛，

故书多载散瘀解毒，下气消食。”《本草汇言》曰：“醋，解热毒，消痈肿，化一切鱼腥水菜诸积之药也。”《本草纲目》有云：“杀鱼肉菜及诸虫毒气。”

由于醋入肝经，醋本身不仅可以直接用于治疗，而且还可作为引经药应用，从而用于中药的炮制，如醋炙、醋淬、醋浸、醋煮、醋腌、醋炒等，以改善药物性能，增强疗效。如《本草汇言》曰：“凡诸药宜入肝者，须以醋拌炒制。应病如神。”另外，用醋来炮制中药，还能起到矫臭矫味、改变药物作用、提纯药物、降低药物刺激性等作用。

2.2 现代医学原理

食醋除了含有大量的醋酸外，还含有多种蛋白质、氨基酸、糖类、有机酸、维生素和矿物质等营养物质，随着现代医学的发展，人们对醋的研究日趋深入，发现其药理作用相当广泛。

(1) 增加食欲、促进消化作用

食醋对消化系统的作用，主要是促进胃液的分泌。醋中所含的挥发性物质及氨基酸等能刺激人的大脑神经中枢，使消化器官分泌大量胃液、唾液，消化功能大大加强，从而增进食欲，促进食物消化吸收。

(2) 抗菌、抗病毒作用

1) 食醋对食源性病菌有抑菌和杀菌作用。醋酸浓度在 122mg/L，只要半分钟就能完全杀灭葡萄球菌、格特内杆菌、宋内志贺菌、副溶血性弧菌、病原性大肠杆菌等。

2) 食醋对呼吸道致病菌及病毒有抑制作用。对于肺炎球菌、甲型链球菌、白色葡萄球菌及流行性感病毒等呼吸道致病微生物，用醋在室内熏 30 分钟后，除甲型链球菌有个别菌落外，其余全被杀灭；5% ~ 6% 的食醋液，其氢离子浓度足以控制所有感冒病毒的生长。

3) 食醋对某些流行性病毒、真菌等有杀灭作用。例如，食醋可杀灭白喉杆菌和脑膜炎球菌、麻疹病毒、腮腺炎病毒；对于铜绿假单胞菌（绿脓杆菌）、发癣菌等多种细菌、真菌也有很强的杀灭能力。

(3) 护肝作用

食醋中含有丰富的氨基酸、醋酸、乳酸、苹果酸、琥珀酸、维生素等多种肝脏所需要的营养物质，这些营养物质被充分吸收转化后合成的蛋白质对肝脏组织损伤有很好的修复作用，并可提高肝脏解毒功能及新陈代谢能力。此外，食醋还可以通过促进消化液的分泌，增加肝病患者的食欲。

(4) 降压、降脂作用

食醋中含有的维生素 C、烟酸，能扩张血管，促进胆固醇的排泄，并能增强

血管的弹性和渗透力。食醋还能保护食物中的维生素 C 不被破坏，长期食用醋可使体内维生素 C 不断增加，从而促使体内胆固醇含量降低。而且食醋通过利尿作用使钠排出，也可间接降低血压，因此食醋有很好的防治动脉硬化、高血压等血管疾病的作用。

(5) 减肥作用

食醋中所含的氨基酸除能促进人体将过多的脂肪转变为体能消耗外，还可使摄入的糖与蛋白质等的代谢顺利进行，因而具有很好的减肥作用。此外，食醋通过降脂等作用，也能达到减肥的功效。

(6) 美容、延缓衰老作用

随着年龄的增长，人体中过氧化脂质会不断增加，当其过多时就会和体内的物质结合，生成具有毒性的过氧化物质，从而使皮肤新陈代谢能力减退，可形成老年斑，降低皮肤张力或弹性等，使皮肤衰老。而食醋具有很好的抗氧化活性，长期服用食醋不仅能减轻皮肤色素沉着，而且具有延缓衰老的作用。此外，食醋中的醋酸、乳酸、氨基酸、甘油和醛类等化合物，对人的皮肤有柔和的刺激作用，能使血管扩张，增加皮肤血液循环，使皮肤光润。

(7) 解酒作用

醋中含有的多种成分使食醋成为一种天然的“醒酒剂”。食醋能对抗和缓解酒精的抑制作用，增加胃液分泌，扩张血管，利于血液循环，提高肝脏的代谢能力，增加肾脏功能，加快利尿，促进酒精从体内迅速排出。

3 醋疗技术的药物制备

3.1 醋的种类

食醋由于酿制原料和工艺条件不同,风味各异,没有统一的分类方法。

(1) 按制醋工艺分类

食醋可分为酿造醋和人工合成醋。酿造醋,多是以粮食为原料,通过微生物发酵酿造而成,其营养价值和香醇味远远超过配制食醋,具有调味、保健、药用、医用等多种作用,又可分为米醋(用粮食等原料制成)、糖醋(用饴糖、糖渣类原料制成)、酒醋(以白酒、米酒或酒渣等原料制成);此外,还可使用葡萄、苹果、梨、桃、柿、枣、番茄等酿制成各种风味的果汁醋,也可用蜂蜜及糖蜜为原料酿制食醋。而人工合成醋是以食用冰醋酸,添加水、酸味剂、调味料、香辛料、食用色素勾兑而成,不含酿造醋中的各种营养素,仅具有一定的调味功用,又可分为色醋和白醋。选醋当以酿造醋为佳。

就酿造醋而言,以地域划分,长江以南地区主要以糯米和大米(粳米)为主要原料,以生产香醋和白醋为主。长江以北地区以高粱、小米、玉米、柿子等为主要原料,现多以玉米、碎米、马铃薯、马铃薯干、甘薯、甘薯干等代用,以生产老陈醋、陈醋为主。

其中比较有名的酿造醋有山西老陈醋、镇江香醋、四川保宁醋、福建永春老醋,被称为“中国四大名醋”。其中,山西老陈醋为我国四大名醋之首,素有“天下第一醋”的盛誉,它是以高粱为主要原料陈酿而成,色泽黑紫,醋液清亮,味道以“绵、酸、甜、香”为主,至今已有3000多年的历史,以色、香、醇、浓、酸五大特征著称于世。镇江香醋,属于黑醋(乌醋),以优质糯米为原料,采用独特的加工工艺,需50多天,40多道工序才能酿成。它以“酸而不涩,香而微甜,色浓味鲜,愈存愈醇”等特色居四大名醋之一,比起其他种类的醋来说,重点在于其有一种独特的香气。保宁醋色泽黑褐,香而微甜,具有特殊的芳香风味,是四大名醋中唯一的药醋,制醋以优质大米、小麦、麸皮为原料,再以砂仁、白豆蔻等70多种健脾养胃的名贵中药材制曲、发酵而成;它集麸醋、药醋为一身。永春老醋选用优质糯米、红曲、芝麻、白糖为原料,按一定配方精心酿制,其酿造技术独特,醋色棕黑,强酸不涩,酸而微甘,醇香爽口,回味生

津，且不需外加食盐和防腐剂，而能久藏不腐。含有多多种氨基酸等营养成分以及多种对人体有益的发酵微生物，是此醋与其他食醋的区别。

此外，还有玫瑰米醋、白醋、熏醋、红曲醋、糟醋等。如浙江名产“玫瑰米醋”是以优质大米为原料酿造的，色泽呈透明玫瑰红色，除有醋的清香，还有在发酵中产生的淡甜味，又名“浙醋”、“红醋”，与老陈醋等的风味有较大差别。白醋有两种，一种是以大米或糯米等为原料，用传统工艺酿成的酿造白醋，其特点是无色透明，酸味柔和，清香酸甜；另一种，是用食用冰醋酸、水、食盐和少量的糖合成的一种合成食醋，其特点是无色透明，酸味浓烈单一，尖酸刺鼻，口味不柔和，凉拌菜时最好别用。熏醋以高粱为主料，麸皮、谷糠为辅料，采用固体发酵工艺生产，呈黑褐色、微带红，有光泽，稍有焦苦味，挥发性酸味少，上口酸而柔和。红曲醋用优质糯米、红曲、芝麻为原料，色泽棕色，液清，香气浓郁，酸中带甜，味醇厚。糟醋是一种以香糟为原料的食醋，以江苏镇江产的最为著名，深褐色、有光泽、香气浓、口味酸而微甜，主要成分有醋酸、不挥发酸、氨基酸和糖。

(2) 市售醋的种类

1) 酿造醋：用含淀粉、糖的粮食、水果等为原料，经微生物发酵酿制而成，并在酿制过程中不添加冰醋酸，氨基酸等营养成分含量高，有益于人体的新陈代谢。

2) 配制醋：以酿制食醋为主，加入冰醋酸、食品添加剂等混合配制的调味食醋，没有其他营养成分，可分为色醋和白醋，白醋可再分为普通白醋和醋精。

3) 佐料醋：其酸度较低，味浓、醇香、稍甜，具有较强的助鲜作用，醋酸浓度为4%左右，如纯粮米醋、玫瑰米醋、佐餐醋等，适合拌凉菜、蘸吃，也可以用于烹调鱼、肉类等。烹调蔬菜时加点醋，不仅使菜肴脆嫩可口，还能保护其中的营养物质不至于流失。

4) 饮料醋：以果汁、米醋、蜂蜜、麦芽等调和而成，有甜酸适中、爽口不黏的特点，酸度只有1%左右，在发酵过程中加入了蔗糖、水果等，具有防暑降温、生津止渴、增进食欲和消除疲劳的作用。饮料醋可供选择的口味很多，加入冰水和二氧化碳后味感更佳。

5) 保健醋：添加了保健功能因子的食醋，如氨基酸、维生素、低聚糖、益生菌等，酸度较低，一般为3%。

6) 纯发酵醋：使用单一原料，经培育出的真菌（醋曲）发酵而成，口感纯厚，饮用时需加水稀释。

3.2 醋的选购及储存

选购食醋时，无论哪种类型的醋，都应注意从以下几方面鉴别其质量：一要

看颜色。醋主要有带颜色和无色透明的两种，称为红醋和白醋。优质红醋要求为琥珀色、红棕色或黑紫色（米醋为玫瑰色），优质白醋应无色透明。此外，还要澄清，无悬浮物、沉淀物；食醋从出厂时算起，瓶装醋3个月内不得有霉花浮膜等变质现象。质量差的醋，颜色可能会过深或过浅，并且有不正常的沉淀物。购买时还应注意产品标签上注明的醋酸含量，醋酸含量越高说明食醋酸味越浓。一般来说，食醋中的醋酸含量要 $\geq 3.5\text{g}/100\text{ml}$ 。二要闻香味。优质醋闻起来有浓郁的醋香，在酸味之余，还能闻到粮食、水果的香味，熏醋还会有熏制的香气。而质量较差的醋往往醋味较淡或酸味刺鼻。三要尝味道。品尝时用筷子蘸一点醋放入口中，优质醋酸度适中、微带甜味，入喉顺滑不刺激；而劣质醋则会有明显“扎嗓子”的感觉。

总之，酿造醋品种虽因选料和制法不同，但都以酸味纯正、香味浓郁、色泽鲜明者为佳。假醋多用工业醋酸直接兑水而成，颜色浅淡、发乌；开瓶时酸气冲眼睛，无香味；口味单薄，除酸味外，有明显苦涩味；有沉淀物和悬浮物等。

醋应该存放于阴凉低温处，防止生醭、汁液混浊、香气散失、醋味淡薄或出现异味。盛放散装醋的瓶子一定要干净无水。在装食醋的瓶中加入几滴白酒及少量食盐，混匀后放置，可使食醋变香，不容易长白醭，能够储存较长时间。也可在盛醋的瓶中加入少许香油，使醋表面覆盖一层薄薄的油膜，防止醋发霉变质。在醋瓶中放一段葱白、几个蒜瓣，亦能够起到防霉的作用。此外，食醋不宜用铜器盛放，因为铜会与醋酸等发生化学反应，产生醋酸铜等物质，食之不利于健康。

3.3 醋疗技术不同剂型的制备

1) 稀释剂：用不同比例的凉开水稀释醋，即可得到淡醋液，可以用来送服丸剂或散剂等；或用于含漱、局部冲洗等；或者用来置火上熏蒸。

2) 浓缩剂：将醋加热即可得到其不同浓度醋酸的浓缩剂，可用来直接涂抹患处等。

3) 醋泡剂：用大量的醋液浸泡花生、黄豆、大蒜、鸡蛋等食材或中药，用于很多疾病的防治。

4) 膏糊剂：一味或多味中药研末混匀，用醋拌匀呈膏糊状，可外用涂搽或外敷治疗多种疾病（图1）。

5) 丸剂：一味或多味中药研末混匀，掺入适量蜜、醋等制成丸剂，可内服治疗多种疾病（图2）。

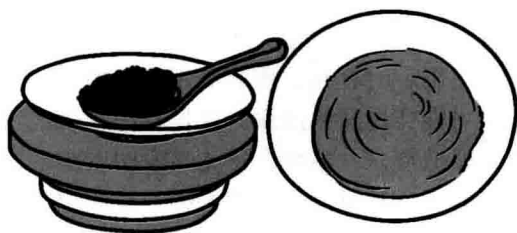


图1 膏糊剂



图2 丸剂

6) 入汤剂：醋还可入汤剂，不同方剂加水的同时，可加不同比例的醋同煎，或水煎药物去渣后将醋调入汤药中，内服或熏洗、浸泡不同部位等用于治疗不同疾病（图3）。

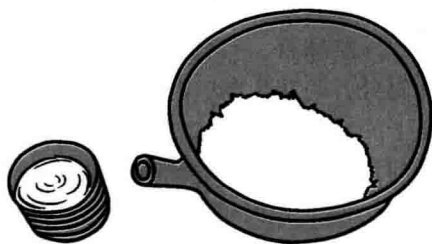


图3 汤剂

7) 食疗剂：烹饪时，如炒菜、做汤或凉拌菜时，加入不同量的醋，除了调味功能外，更能配合饮食起到一定的食疗作用。

8) 炮制药物：许多中药，需要经过醋的炮制，使其药性改变，才能符合治病的需求。如延胡索经醋炙后，可增加其在水煎液中生物碱的含量，从而增强止痛效果；柴胡、香附经醋制后，有助于引药入肝，更好地发挥其治疗肝脏疾病的作用等。