

LuRong
YangSheng

鹿

茸

养 生 药 膳

雄鹿的嫩角没有长成硬骨时，带茸毛，含血液，叫做鹿茸。鹿茸是贵重的中药，用作滋补强壮剂，对虚弱、神经衰弱等有疗效。鹿茸味甘、咸，性温，可壮元阳、补气、益精髓、强筋骨，适用于虚劳羸瘦、精神倦怠、眩晕、耳聋、目暗、腰膝酸痛、男子阳痿、滑精，女子子宫虚冷、崩漏、带下等。



冷同宾

江世胜 副主编

王作生 主编

药膳

故园相见略雍容，睡起南窗日射红。
诗酒一言谈笑隔，江山千里梦魂通。
河天月晕鱼分子，榭叶风激鹿养茸。
几度白砂青影里，审听嘶马自揩瑯。



LU RONG
YangSheng



副主编 冷同宾
江世胜
主编 王作生

养生

药膳

图书在版编目(CIP)数据

鹿茸养生药膳 / 王作生等编著. -- 青岛: 青岛出版社, 2013.9


(中华名中药养生丛书)

ISBN 978-7-5436-9663-1

I. ①鹿… II. ①王… III. ①鹿茸—食物养生—食谱

IV. ①R247.1②TS972.161

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第200837号

- 书 名 鹿茸养生药膳
- 组织编写  工作室
- 主 编 王作生
- 副 主 编 冷同宾 江世胜
- 出版发行 青岛出版社
- 社 址 青岛市海尔路182号(266061)
- 本社网址 <http://www.qdpub.com>
- 邮购电话 13335059110 0532-85814750(传真) 0532-68068026
- 策划编辑 张化新 周鸿媛
- 责任编辑 杨子涵
- 菜品制作 惠学波 张 满
- 摄 影 高玉德
- 装帧设计 周雅榕
- 制 版 青岛艺鑫制版印刷有限公司
- 印 刷 青岛海蓝印刷有限责任公司
- 出版日期 2013年10月第1版 2013年10月第1次印刷
- 开 本 16开(710毫米×1010毫米)
- 印 张 9
- 书 号 ISBN 978-7-5436-9663-1
- 定 价 28.00元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

(青岛版图书售出后如发现印装质量问题,请寄回青岛出版社出版印务部调换。电话:0532-68068629)

建议陈列类别:美食类 养生保健类

目录

Contents

1

关于鹿茸

- 8 鹿茸的种类、分布、采集、形态及特征
- 11 鹿茸的鉴别、分类、分级、选购与保存
- 15 鹿茸的营养分析、保健功效及配膳宜忌
- 19 鹿茸的临床适应证及用法、用量
- 20 鹿茸的烹饪指导及食用指导
- 22 鹿的附药

2

常见病食疗保健菜

尿频

- 24 参茸枸杞炖龟肉
- 25 鹿茸北芪仙茅汤
- 26 人参鹿茸炖乌龟
- 27 鹿茸人参炖童子鸡
- 28 胡卢巴炖猪腰

- 29 鹿角胶粥
- 30 川芎鹿茸羊肉汤
- 31 鹿茸乌龙茶

风湿诸症

- 32 鹿茸淮山炖乌鸡
- 33 鹿角杜仲酒
腰痛酒
- 35 巴戟鸡茸鹿筋

- 36 参茸追风酒

腰膝酸痛

- 37 三珍鹿肉汤

- 38 鹿角胶老龟煲
- 39 鹿茸枸杞猪腰汤
- 40 颈、腰椎病药酒
- 41 鹿参酒
鹿角霜酒

肿瘤·术后

- 42 至尊龟鳖汤
- 43 归杞鹿茸炖牛鞭
- 45 烧鹿茸元鱼
- 46 首乌鸡片汤
- 47 鹿茸蛋
- 49 牛肉鹿茸胶冻
- 50 参茸白凤汤
- 51 三宝炖仔鸭

痛风

- 52 山药枸杞鹿茸饮

3

女性食疗保健菜

月经不调·带下

- 54 参茸养血酒
- 55 炖鹿茸
- 56 白凤汤
- 57 龟鹿鲍鱼煲
- 58 鹿茸杞子炖鲍鱼
- 59 三鲜鹿茸麦仁羹

性功低下

- 60 人参鹿茸酒
- 61 人参苁蓉炖乌雄鸡
- 62 苁蓉鹿茸鸡汤
- 63 鹿茸鸡翅汤
- 64 蛤蚧参茸酒

不孕

- 65 参茸炖乌肉鸡
- 66 鹿茸炖乌鸡
鹿茸淮山竹丝鸡汤
- 67 鹿茸炖鞭腰
- 69 鹿鞭蒸鸡
- 71 苁蓉芙蓉鹿鞭
- 72 巴戟天酒
参茸附片猪蹄汤

先兆流产

- 74 菟丝子烧鹿筋
- 77 参芪胶艾粥
- 78 川断鹿筋

产后缺乳

- 79 鹿茸烧猪手

乳痈

- 80 乳痈酒

产后体虚

- 81 双参鹿茸粥
- 82 鱼鳔鹿角酒

4

男性食疗保健菜

阳痿·滑精

- 84 三鲜鹿茸羹
- 86 锁阳烧鹿鞭
- 87 杜仲茱萸雄鸡煲
- 89 翡翠梅花海茸筋
- 90 鹿胶蒸鸡
- 92 鹿茸片炖全鸽
- 93 鹿茸鸡冻
- 94 九仙海参煲
- 95 杞鞭斑龙海参煲
- 96 鹿茸香菇菜心
- 97 斑龙海参
- 98 鹿茸三珍
- 100 炒二茸
鹿茸炆腰片
- 101 鹿茸银耳
- 102 鹿茸扒猴头蘑
- 103 鹿茸烧虾



- 104 龟鹿童子鸡煲
- 105 菟丝鹿鞭红杞汤
- 106 斑茸鱼翅煲
- 107 银耳鹿茸三珍汤
- 108 斑龙鱼翅
- 109 参茸人参粥

- 109 鹿茸粥
- 111 海参什锦鹿茸羹

- 112 茸血酒

— **早泄**

- 113 鹿衔草炖童子鸡
- 114 早泄方
- 115 男宝药酒

— **不育**

- 116 鹿茸海参
- 117 附子熟地炖乌龟
- 118 鹿角胶炖鱼肚
- 119 鹿茸苁蓉炖猪心
- 120 鹿茸炖黄雄鸡
- 121 鹿茸蛤蚧炖乌雄鸡
- 122 人参龟板炖鱼肚
- 123 红烧鹿鞭
- 124 鹿茸炖羊肾
- 125 鹿茸鸡汤
- 126 杞子鹿茸乌鸡汤
- 127 双鞭羊肉汤
- 128 鹿茸山药粥
鹿茸枸杞粥
- 129 生精灵药酒
还春口服液
- 130 鹿茸虫草酒
- 131 鹿龄集酒
- 132 催育鸡

5

中老年人食疗保健菜

- 134 南枣鹿茸炖鸡
- 135 葆春康复酒
- 137 鹿茸牛肉卷
- 138 大补双味肉



- 139 参茸乌鸡汤
- 140 鹿茸水鸭汤
- 141 猪尾煲
- 142 鹿胶牛奶
- 143 红参鹿茸酒
淮山鹿茸酒



LU RONG
YangSheng.

鹿茸

副主编 冷同宾 江世胜
主编 王作生

养生

药膳



鹿茸，别名斑龙珠，为鹿科动物梅花鹿或马鹿的尚未骨化的幼角。全世界的鹿有40多种，分布在我国有19种，常见的是梅花鹿和马鹿。出生8~10月龄的雄性小鹿，额部开始突起，形成长茸基础，2足岁以后鹿茸分叉，以3~6年所生的为佳。雄鹿的嫩角没有长成硬骨时，带茸毛、含血液，叫做鹿茸，是一种较为贵重的中药，用作滋补强壮剂，对虚弱、神经衰弱等均有疗效，为常用中药，《神农本草经》将其列为中品。李时珍在《本草纲目》中说鹿茸“善于补肾壮阳、生精益血、补髓健骨”。鹿茸中含有磷脂、糖脂、胶脂、激素、脂肪酸、氨基酸、蛋白质及钙、磷、镁、钠等成分，其中氨基酸成分占总成分的一半以上。鹿茸性温而不燥，能振奋和提高机体功能，对全身虚弱、久病之后患者，有较好的强身作用。

为进一步弘扬鹿茸养生文化，我们特组织有关专家和专业中医师编写了这本《鹿茸养生药膳》，以飨读者。

本书包括5个章节：关于鹿茸、常见病食疗保健菜、女性食疗保健菜、男性食疗保健菜、中老年人食疗保健菜，较详细地介绍了鹿茸的营养成分、保健功效、食用方法，以及选购、保存、配膳宜忌等相关知识，并以鹿茸为原料，为您推荐了120余道食疗保健菜。详细的文字介绍配以精美的实拍图片，帮助您烹制出适合自身需要的鹿茸养生佳肴。

在生活节奏极快的当今时代，人们的工作、生活压力均较大，越来越多的人处于亚健康状态，而增强体质、预防疾病、延年益寿依然是大多数人的梦想。为此，我们不仅要有良好的生活方式，更要注意饮食调养，以保持生命活力。相信通过阅读本书，能让大家更深入地了解鹿茸的养生保健作用，同时通过科学地食用鹿茸，不断地增强生命活力，活得更健康、更精彩！

编者

2013年6月

编者简介

Author Introduction



主编 **王作生**



营养药膳专家，主治中医师，青岛市药膳研究会理事。擅长中医推拿理疗、药膳食疗。先后编著出版了《糖尿病食疗菜谱》《足部保健按摩图解》《常见病临床诊断学》《现代医院管理概论》《食物的相克与相宜》《疾病与食物的相克与相宜》《食物相克相宜速查手册》《食物搭配宜忌与食用指导》及“爱心家肴营养保健系列（包括《关爱女性的15种食物与150道养生菜》等共15本）”等书籍。



副主编 **冷同宾**

主管药师，青岛市中药学会会员，从事中医药工作30余年，擅长对中药真伪的鉴别，熟练掌握中药的产地、采集、加工、炮制、性能、配伍、禁忌、剂量、用法，并多次在国家及省级中药刊物发表论文。



副主编 **江世胜**

医师，青岛市医学会会员，传染病分会理事，从事医疗工作近40年，擅长中医药对传染病的防治，对中医药膳的配伍、制作、功效、适应证、适宜人员有独到见解，熟练掌握中药膏、丹、丸、散及各种合剂的制作。

目录

Contents

1

关于鹿茸

- 8 鹿茸的种类、分布、采集、形态及特征
- 11 鹿茸的鉴别、分类、分级、选购与保存
- 15 鹿茸的营养分析、保健功效及配膳宜忌
- 19 鹿茸的临床适应证及用法、用量
- 20 鹿茸的烹饪指导及食用指导
- 22 鹿的附药

2

常见病食疗保健菜

- 尿频
 - 24 参茸枸杞炖龟肉
 - 25 鹿茸北芪仙茅汤
 - 26 人参鹿茸炖乌龟
 - 27 鹿茸人参炖童子鸡
 - 28 胡卢巴炖猪腰
 - 29 鹿角胶粥
 - 30 川芎鹿茸羊肉汤
 - 31 鹿茸乌龙茶
- 风湿诸症
 - 32 鹿茸淮山炖乌鸡
 - 33 鹿角杜仲酒
腰痛酒
 - 35 巴戟鸡茸鹿筋
 - 36 参茸追风酒
- 腰膝酸痛
 - 37 三珍鹿肉汤

- 38 鹿角胶老龟煲
- 39 鹿茸枸杞猪腰汤
- 40 颈、腰椎病药酒
- 41 鹿参酒
鹿角霜酒
- 肿瘤·术后
 - 42 至尊龟鳖汤
 - 43 归杞鹿茸炖牛鞭
 - 45 烧鹿茸元鱼
 - 46 首乌鸡片汤
 - 47 鹿茸蛋
 - 49 牛肉鹿茸胶冻
 - 50 参茸白凤汤
 - 51 三宝炖仔鸭
- 痛风
 - 52 山药枸杞鹿茸饮

3

女性食疗保健菜

- 月经不调·带下
 - 54 参茸养血酒
 - 55 炖鹿茸
 - 56 白凤汤
 - 57 龟鹿鲍鱼煲
 - 58 鹿茸杞子炖鲍鱼
 - 59 三鲜鹿茸麦仁羹

性功能低下

- 60 人参鹿茸酒
- 61 人参苳蓉炖乌雄鸡
- 62 苳蓉鹿茸鸡汤
- 63 鹿茸鸡翅汤
- 64 蛤蚧参茸酒

不孕

- 65 参茸炖乌肉鸡
- 66 鹿茸炖乌鸡
鹿茸淮山竹丝鸡汤
- 67 鹿茸炖鞭腰
- 69 鹿鞭蒸鸡
- 71 苳蓉芙蓉鹿鞭
- 72 巴戟天酒
参茸附片猪蹄汤

先兆流产

- 74 菟丝子烧鹿筋
- 77 参芪胶艾粥
- 78 川断鹿筋

产后缺乳

- 79 鹿茸烧猪手

乳痈

- 80 乳痈酒

产后体虚

- 81 双参鹿茸粥
- 82 鱼鳔鹿角酒

阳痿·滑精

- 84 三鲜鹿茸羹
- 86 锁阳烧鹿鞭
- 87 杜仲茱萸雄鸡煲
- 89 翡翠梅花鹿茸筋
- 90 鹿胶蒸鸡
- 92 鹿茸片炖全鸽
- 93 鹿茸鸡冻
- 94 九仙海参煲
- 95 杞鞭斑龙海参煲
- 96 鹿茸香菇菜心
- 97 斑龙海参
- 98 鹿茸三珍
- 100 炒二茸
鹿茸炆腰片
- 101 鹿茸银耳
- 102 鹿茸扒猴头蘑
- 103 鹿茸烧虾



- 104 龟鹿童子鸡煲
- 105 菟丝鹿鞭红杞汤
- 106 斑茸鱼翅煲
- 107 银耳鹿茸三珍汤
- 108 斑龙鱼翅
- 109 参茸人参粥

- 109 鹿茸粥
111 海参什锦鹿茸羹

112 茸血酒

● **早泄**

- 113 鹿衔草炖童子鸡
114 早泄方
115 男宝药酒

● **不育**

- 116 鹿茸海参
117 附子熟地炖乌龟
118 鹿角胶炖鱼肚
119 鹿茸苁蓉炖猪心
120 鹿茸炖黄雄鸡
121 鹿茸蛤蚧炖乌雄鸡
122 人参龟板炖鱼肚
123 红烧鹿鞭
124 鹿茸炖羊肾
125 鹿茸鸡汤
126 杞子鹿茸乌鸡汤
127 双鞭羊肉汤
128 鹿茸山药粥
鹿茸枸杞粥
129 生精灵药酒
还春口服液
130 鹿茸虫草酒
131 鹿龄集酒
132 催育鸡

5

中老年人食疗保健菜

- 134 南枣鹿茸炖鸡
135 葆春康复酒
137 鹿茸牛肉卷
138 大补双味肉



- 139 参茸乌鸡汤
140 鹿茸水鸭汤
141 猪尾煲
142 鹿胶牛奶
143 红参鹿茸酒
淮山鹿茸酒



1

GUANYU LURONG

关于鹿茸

- 鹿茸的种类、分布、采集、形态及特征
- 鹿茸的鉴别、分类、分级、选购与保存
- 鹿茸的营养分析、保健功效及配膳宜忌
- 鹿茸的临床适应证及用法、用量
- 鹿茸的烹饪指导及食用指导
- 鹿茸的附药



鹿茸的种类、分布、采集、形态及特征

1 鹿茸的种类、分布

鹿茸，别名斑龙珠，为鹿科动物梅花鹿或马鹿的尚未骨化的幼角。梅花鹿的幼角名花鹿茸，马鹿的幼角名马鹿茸。尚有同属动物水鹿、白唇鹿、白鹿等的幼角亦作鹿茸使用。商品在四川称春茸（水鹿茸）、岩茸（白唇鹿茸）、草茸（白鹿茸），但均属野生，产量很少。

1. 梅花鹿茸，又名花鹿茸：

梅花鹿是一种中型的鹿，体长约1.5米，肩高约90厘米。雄鹿有角，生长完全的共有四叉，眉叉斜向前伸，第二叉与眉叉相距较远，主干末端再分一叉；雌鹿无角，眶下腺明显，呈裂缝状。耳大直立。颈细长，颈和胸部下方有长毛。尾短，臀部有明显白斑。四肢细长，后肢外侧踝关节下有褐色腺体，名为跖腺，主蹄狭尖，侧蹄小。冬毛厚密，棕灰色或棕黄色，有白色斑点，夏季白斑更明显，腹部毛白色，四肢毛色较淡，背部有深棕色的纵纹。

梅花鹿大多为人工饲养。野生者栖息于混交林、山地草原和森林边缘附近，冬季多在山地南坡，春秋多在旷野，夏季常在密林。晨昏活动较多。以青草、树叶、嫩芽、树皮、苔藓为食，春、夏季喜食盐。雄鹿每年4~5月脱落旧角，随后长出茸角，外被天鹅绒状的茸皮。梅花鹿分布于东北、华北、华东以及西北、西南地区。

2. 马鹿茸，又名赤鹿茸、八叉鹿茸：

马鹿体型较大，体长可达2米余，肩高约1.2米以上，体重约200千克。雄鹿有角，眉叉斜向前伸，与主干几成直角，主干长，稍向后倾斜，并略向内弯，第二叉起点紧靠眉叉，第三叉与第二叉的距离远，有时主干末端复有分叉，角基有一圈隆起，表面有粗糙的棘突。鼻尖裸露，有眶下腺。耳亦大而直立。颈下被毛较长。尾短，有软的尾毛，蹄大成卵圆形，二侧蹄较长。毛色均匀，冬毛厚密，棕灰色，嘴和下颌毛色棕黑，两颊较浅，额上棕色，耳廓背黄褐色。颈上有棕黑色鬃毛，脊背平直，上有一条棕黑色背纹。体侧黄棕色，臀部有黄白色斑。夏毛较短，赤褐色，脸、嘴及四肢内侧苍灰色。

马鹿有野生亦有人工饲养。野生者栖于较大的混交林中，或高山的森林草原中。冬季到山谷密林中，夏季常在高山林缘活动。以青草、嫩枝、树芽为食。喜食

盐。雄鹿每年3~4月脱换新角，新角5~6月生长最盛，为茸角。马鹿分布于东北、内蒙古、西北、西南等地。

以上两种鹿的已骨化的老角（鹿角）、皮（鹿皮）、骨（鹿骨）、骨髓或脊髓（鹿髓）、肉（鹿肉）、头肉（鹿头肉）、蹄肉（鹿蹄肉）、血（鹿血）、四肢的筋（鹿筋）、尾（鹿尾）、雄性外生殖器（鹿肾）、齿（鹿齿）、甲状腺体（鹿腺）、肝管末端的膨大部（鹿胆）、脂肪油（鹿脂）、胎兽及胎盘（鹿胎）亦可做药用。

2 鹿茸的采集

一般分锯茸和砍茸两种方法。

1. 锯茸：雄鹿从第三年开始锯茸，每年可采收1~2次。每年采2次者，第一次在清明后45~50天，习称“头茬茸”，第二次约在立秋前后，习称“二茬茸”。每年采一次者，约在7月下旬。锯时将鹿用绳子拖离地面，迅速将茸锯下，伤口敷“七厘散”或“玉真散”，贴上油纸，放回鹿舍。锯下之茸须立即加工：先洗去茸毛上不洁物，并挤去一部分血液，将锯口部用线绷紧，缝成网状，另在茸根钉上小钉，缠上麻绳，然后固定于架上，置沸水中反复烫3~4次，每次15~20秒，使茸内血液排出，至锯口处冒白沫、嗅之有蛋黄气味为止（全部过程需2~3小时），然后晾干，次日再烫数次，再风干或烤干（烤时悬在烘架上，以70~80℃之无烟炭火烘烤为宜），烤约2~3小时后取出晾干，接着再烤，反复烤2~3次，至茸皮半干时，再行风干并修整即可。

2. 砍茸：此法现已少用，适用于生长6~10年的老鹿或病鹿、死鹿。老鹿一般在6~7月采收。先将鹿头砍下，再将鹿茸连脑盖骨锯下，刮除残肉、筋膜，绷紧脑皮，然后将鹿茸固定于架上，如锯茸中所述方法反复用沸水烫（烫的时间较锯茸为长，需6~8小时），烫后掀起脑皮，将脑骨浸煮1小时，彻底挖净筋肉，再用沸水烧烫脑皮至七八成熟，最后阴干并修整即可。

3 鹿茸的形态及特征

1. 花鹿茸：

①锯茸：呈圆柱形，多具1~2个分枝。具1分枝者，习称“二杠”，其主枝习称“大挺”，挺高14~20厘米，锯口直径约3厘米，离锯口约3厘米处分枝，分枝长10~15厘米，直径较主枝略细。外皮红棕色或棕色，多光滑，表面布有红黄色或棕黄色致密的茸毛，上端较密，下部较稀，分叉间具一条灰色筋脉，皮茸紧贴。体

轻，锯口洁白，有细蜂窝，外围无骨质。气微腥，味微咸。具2分枝者，习称“三岔”，大挺长24~30厘米，直径较细，多不圆，略呈弯弓形，微向后偏，前端略尖，下部多有纵棱线（称“起筋”）及突起的疙瘩（称“骨豆”或“钉”），皮红黄色，毛稀而较粗。二茬茸和头茬茸相似，但挺长而不圆，或下粗上细，下部有纵棱筋，毛较粗糙，体较重，无腥气。

②砍茸：即带有脑骨的茸，亦分二杠、三岔等规格，与锯茸同。脑骨前端平齐，后端有一对弧形的骨，习称“虎牙”。脑骨洁白无残肉，外附脑皮，皮上密生茸毛。花鹿茸均以粗大、挺圆、顶端丰满、质嫩、毛细、皮色红棕、油润光亮者为佳。挺细瘦、下部起筋、毛粗糙体重者质次。

花鹿茸主产于吉林、辽宁、黑龙江、河北、北京等地，其他地区亦有少量生产。

2. 马鹿茸：

马鹿茸形状比花鹿茸粗大，分枝亦较多，有一个侧枝者称“单门”，两个称“莲花茸”，三个称“三岔茸”，四个称“四岔茸”，或更多。其中以莲花茸、三岔茸、四岔茸为主。东北产的单门，大挺长23~27厘米，直径3厘米许。皮灰黑色，毛青灰色或灰黄色，细而光亮，质嫩，断面外皮较厚，灰黑色，中央米黄色，有较细的蜂窝眼，微有腥气，味微咸。莲花茸大挺长16~33厘米，下部有棱线，而质不老，断面蜂窝眼稍大；三岔茸质较老，皮色深；四岔茸毛粗而稀，挺下部具棱线及疙瘩，分叉顶端多显露光头，习称“捻头”。砍茸则脑骨较薄，色灰白，毛褐色，两茸间距离较宽。西北产的多为砍茸，长30~100厘米。挺多不圆，顶端圆扁不一，表面有棱，多抽皱干瘪，分叉较长且弯曲。毛灰色或黑灰色而粗长，锯面色较深，上端紫红色，中段以下灰红色，下部灰白色，常见骨质。有腥臭气，味咸。马鹿茸均以茸体饱满、体轻、下部无棱线、断面蜂窝状、组织致密、米黄色为佳。茸体干瘪、毛粗不全、体较重、下部起筋、断面灰红色者质次。茸体大部分毛已脱掉，呈灰白色，或下部隆起疙瘩状，内部灰白色，体重，已成骨化者不可作为鹿茸入药。

马鹿茸主产地为黑龙江、吉林、内蒙古、新疆、青海、甘肃等。产于东北的称“东马茸”，又名“关马茸”，品质较优；产于西北的称“西马茸”，品质较次。

鹿茸除上述品种外，尚有同属动物水鹿（分布于四川、云南、广东、台湾等地）、白唇鹿（分布于四川、青海、西藏等地）、白鹿（分布于四川西部）等的幼角亦作鹿茸使用。





鹿茸的鉴别、分类、分级、选购与保存

1 鹿茸的鉴别

1.鹿茸：真鹿茸体轻，质硬而脆，气微腥，味咸。通常有一或两个分枝，外皮红棕色，多光滑，表面密生红黄或棕黄色细茸毛，皮茸紧贴，不易剥离。

花鹿茸以粗大、挺圆、顶端丰满、质嫩、毛细、皮色红棕、油润光亮者为佳，挺细瘦、下部起筋、毛粗糙体重者质次。

马鹿茸以茸体饱满、体轻、下部无棱线、断面蜂窝状、组织致密、皮色米黄者为佳，茸体干瘪、毛粗不全、体较重、下部起筋、断面灰红色者质次。茸体大部分毛已脱落，呈灰白色，或下部隆起疙瘩状，内部灰白色，体重，已成骨化者不可作入药。

假鹿茸通常是用动物毛皮包裹动物骨胶等仿造的，体重，质坚韧，不易切断，气淡，能溶于水，溶液呈混浊状。

2.鹿茸片：鹿茸片应呈圆形或椭圆形，直径3厘米左右，外皮红棕色，以体轻、断面蜂窝状、组织致密者为佳。假鹿茸片也类似圆形，但厚薄不均，直径1.5~3.5厘米，外皮呈灰褐色，毛短，切断面呈棕紫色，无蜂窝状细孔，偶有圆点，外毛皮可剥离。

2 鹿茸的分类

1.按茸体分枝形状分类

(1) 具有一个分枝的花鹿茸称为二杠茸，质地较嫩，一般茸毛细腻光洁，质量较好。具有两个分枝的花鹿茸称为三岔茸，由于生长时间较长，故颜色较深，质地较老。

(2) 具有一个侧枝的马鹿茸称为单门；具有两个侧枝的马鹿茸称为莲花茸，三个者为三岔茸，四个者为四岔茸。莲花茸大挺长达33厘米，下部有筋棱，断面蜂窝状，小口较大。

2.按采收方法分类

(1) 锯茸，多呈圆柱状分枝，枝顶钝圆，大挺长14~30厘米，多具1~3个侧枝，分叉间具一灰黑色突起筋脉，侧枝长9~18厘米，直径较主枝稍细，锯口面类