

药酒治病养生

敏涛 瑶卿 时文 一 编著

222 方



江西科学技术出版社



2

R240
M107/1-2

前言

我国人民酿酒和饮酒的历史悠久，药酒疗法是在我国古代劳动人民发现饮酒具有治病作用的基础上逐步发展起来的一种治疗方法。几千年以前，我国人民就已经掌握了药酒治病的方法。药酒既可以防病治病，又能养生美容，延年益寿，因而深受历代医学家的重视，成为我国传统医学中的一种重要的治病方法，许多价廉效著的药酒良方一直流传至今，现在仍为许多医家沿用。而药酒疗法在当代倍受人们重视，这是因为大多数的药酒都具有制作简单、服用方便、疗效灵验、便于存放的特点。

除了历代医学典籍收载有药酒方外，还有许多药酒方以偏方和验方的形式流传于民间，我们通过博览群书和收集验证，荟萃了 900 余首药酒方，编写成书，以便于我国广大城乡的居民对症下药选用，防病治病，养生保健，进一步提高身体素质。本书的主要内容是，第一章概述酒与药酒的由来，以及与防病治病、养生保健的关系和药酒的选用等；第二章是药酒治内科常见病；第三章是药酒治儿科疾病；第四章是药酒治妇科疾病；第五章是药酒治外科病；第六章是药酒治五官科疾病；第七章是药酒防癌抗癌；第八章是药酒与美容养生。

本书所选药酒方由组成、制法、功效、用途、用法等五项构成。组成有药物与药量两部分，其中药量按国家统一计量单位“克”来计算；制法是介绍药酒的制作方法；功效是简述每一药酒方的治病原理；用途是规定防病治病和养生保健的范围，患者可根据医生的指导来选用对症的药酒方；用法主要介绍药酒的使用方法，说明每一个药酒方是内服还是外用等。毋庸讳言，尽管



药酒具有一定治病防病和养生保健价值,但仍有一定局限性,对于危重病人首先应送医院治疗。

编著者

1999年7月



目 录

第一章 概 述..... (3)

第一节 酒的由来..... (3)

第二节 药酒的由来与发展..... (5)

第三节 药酒的制作方法..... (8)

第四节 药酒的选用 (11)

第五节 饮用酒和药酒的注意事项 (14)

第六节 药酒的贮存 (20)

第二章 药酒治内科疾病 (25)

第一节 呼吸系统疾病..... (25)

感冒 (25)

咳嗽 (28)

哮喘 (36)

肺结核 (38)

肺病 (39)

第二节 消化系统疾病..... (40)

消化不良 (40)

呕吐 (44)

呃逆 (47)

胃腹疼痛 (48)

泄泻 (52)

痢疾 (57)



便秘	(59)
第三节 循环系统疾病	(63)
高血压、高血脂症	(63)
心脏病	(64)
中风后遗症	(65)
贫血	(68)
第四节 泌尿、生殖系统疾病	(72)
尿路结石	(72)
遗尿	(72)
小便不利	(74)
淋症	(75)
遗精	(77)
早泄	(83)
阳痿	(86)
不育症	(102)
睾丸炎	(107)
前列腺炎	(107)
第五节 神经、运动系统疾病	(108)
头痛	(108)
眩晕	(109)
失眠	(114)
关节疼痛	(120)
腰腿疼痛	(140)
肌肉疼痛	(158)
骨髓炎	(159)
第六节 其它疾病	(159)
糖尿病	(159)
水肿	(161)
中暑	(163)
盗汗	(163)
黄疸	(163)



寄生虫病	(164)
瘴气瘟疫	(167)
食物中毒	(168)
第三章 药酒治儿科疾病	(171)
小儿感冒	(171)
小儿低热	(172)
百日咳	(172)
小儿麻疹	(173)
风疹	(174)
小儿呕吐	(174)
水痘	(174)
第四章 药酒治妇科疾病	(179)
痛经	(179)
闭经	(182)
月经不调	(185)
经期延长	(193)
月经过多	(193)
崩漏	(194)
带下	(196)
赤白带下	(200)
产后缺乳	(203)
产后痛风	(205)
产后中风	(207)
产后腹痛	(208)
产后胁痛	(210)
产后虚弱	(211)
产后血崩	(212)
产后血滞	(213)
产后便秘	(215)
乳痈	(215)



胎动不安	(219)
流产	(221)
不孕症	(222)
子宫出血	(226)
子宫脱垂	(227)
阴道炎	(228)
脏躁症	(229)

第五章 药酒治外科疾病

(233)

第一节 感染

(233)

疖	(233)
痈	(234)
颈淋巴结核	(236)

第二节 皮肤病

(237)

皮炎	(237)
湿疹	(238)
荨麻疹	(240)
疖子	(241)
脚气	(242)
疥疮	(243)
癣	(243)
鹅掌风	(245)
银屑病	(245)

第三节 直肠肛门疾病

(247)

疝气	(247)
脱肛	(249)
痔疮	(249)

第四节 外科杂症

(251)

疯犬咬伤	(251)
跌打损伤	(251)
外伤出血	(266)



烧烫伤	(266)
脉管炎	(267)
杨梅疮	(267)

第六章 药酒治五官科疾病

(271)

青光眼	(271)
视力衰退	(271)
目昏生翳	(273)
中耳炎	(277)
耳鸣	(278)
耳聋	(281)
鼻衄	(283)
喉痹	(284)
声音嘶哑	(284)
牙痛	(285)
龋齿	(286)
口腔炎	(286)

第七章 药酒防癌抗癌

(289)

肝癌	(289)
食道癌	(290)
胃癌	(290)
肠癌	(290)
白血病	(291)
肺癌	(292)
乳腺癌	(292)
子宫颈癌	(294)
阴茎癌	(295)

第八章 药酒与美容养生

(299)

养颜嫩肤	(299)
祛斑增白	(305)



生发乌发	(308)
延年益寿	(317)
祛病强身	(319)

第一章

概
述



第一章 概 述

第一节 酒的由来

我国具有悠久的酒文化，是世界上酿酒最早的国家之一，对世界酿酒技术的发展作出了巨大的贡献。一般认为，人类社会进入旧石器时代后期，已能打制出许多用于获取自然物的石头工具，对于食物的好恶也就有了选择的可能性。那时的农业尚未兴起，野果和蜜则成了可供人类酿酒的理想而又容易得到的原料。野果和蜜中含有发酵性的糖分，接触了空气中的霉菌和酵母就会发酵成酒。由于经自然发酵的野果好吃，引起了原始人的极大兴趣，于是他们有目的地将野果采摘并贮存起来，让其自然发酵成酒，这可以说是最原始的酿酒了。

人类进入农业社会后，我们的祖先需要贮存谷物，由于保存的方法原始，条件较差，谷物容易受潮发芽、霉变。这些长霉的谷物就成了天然的曲蘖，遇水后便开始发酵成酒。正如原始人用水果酿酒一样，我们的祖先在品尝了由谷物变成的酒后很是喜爱，于是就有目的地利用曲蘖来酿酒，这样谷物酿酒也就应运而生了。汉朝淮南王刘安在其所著的《淮南子》中也认为，谷物酿酒的起源几乎是和农业同时开始的。到了商周时代，谷物酿酒已相当普遍，从商代废墟中发现了规模可观的酿酒作坊，还有许许多多的专用酒器。例如，1959年在发掘山东泰安大汶口村南的新石器时代的“大汶口文化”遗址时，发掘出了许多专用的



陶制酒器，如高柄杯、双耳杯等，这些专用酒器的发现也为我国的谷物酿酒起源于六七千年前的说法提供了有力的证据。

到了周朝，随着生产力的大发展，酿酒技术也有了长足的进步。国家成立了专门机构，还设立了专管酿酒的官员。《礼记·月令》中指出，酿酒要用煮熟的谷物，投曲必须掌握好时机，火候要适宜。这是我国古代劳动人民对酿酒技术的总结和概括，也是世界上最早的酿酒工艺规程。《礼记·月令》在谈及酿酒的准备过程时已经提到孳长微生物的“曲”和发芽的“蘖”必须准备及时。曲是用含有丰富的必要的发酵微生物的谷物制成。蘖就是发了芽的谷物。从现代的科学观点来看，谷物中的淀粉是不能直接与微生物作用而发酵成酒的，淀粉必须经过水解变成葡萄糖、麦芽糖、果糖等以后才能酒化，而由淀粉变为糖的过程则称之为糖化。用曲酿酒可以使糖化和酒化的过程连续地交替进行，这叫做复式发酵法，是我国古代劳动人民首创的特有的酿酒方法。以蘖为原料酿酒，酿出的成品酒中酒精的含量较低，而糖分较多，容易酸败，故汉代以后多用曲酿酒。

秦汉以来，制曲技术明显提高，曲的品种迅速增加。从原料看，汉代制曲所用的原料有大麦、小麦、稻米、高粱和小米等。用不同的谷物制曲，因而酒的品种增加。两晋时，我国出现了制作药曲和使用药曲酿酒的工艺，制成的药酒既有大曲酒的风味，又有中草药的芳香和具有健身去病功效的药物成分，这也是世界酿酒史上的一个伟大创举。

我国唐代已酿造出世界上最早的蒸馏酒（也就是通常所说的烧酒或白酒），这是酿酒史上的一个划时代的进步，制取蒸馏酒是利用酒精与水的沸点不同，来蒸烤取酒。唐代的那些贪杯豪饮的人不但饮酒，而且还写下了许多与酒有关的留传千古的名句。宋代是我国制曲史上的飞跃时期，当时不仅有曲蘖、饼曲和药曲，还使用曲母传醅，以及酒花酿酒。北宋·朱肱的《北山酒经》是一部专门论述造酒的书，该书的上卷论酒，中卷论曲，下卷



论酿酒之法,共记载了十多种酿酒的方法,代表了北宋时期的酿酒水平。明代宫廷建有御酒房,专造各种名酒。清代乾隆初年,就有“酒品之多,京师为最”一说。

现代酒类根据酿造方法不同,可分为蒸馏酒、发酵酒和配制酒三大类。蒸馏酒是将淀粉或糖类经发酵后蒸馏而成,酒精浓度可高达 60%。发酵酒是用大麦、大米、水果和酒花等原料经发酵而酿成,酒精含量较低。配制酒的酒精浓度一般为 25% ~ 40%,介于蒸馏酒和发酵酒之间。若根据酒精含量不同可分为高度酒、中度酒和低度酒三种。若根据商品名称则有白酒、啤酒、黄酒、果露酒、汽酒和药酒之别。

第二节 药酒的由来与发展

5

本书所讲的药酒在中药方剂学上又称之为酒剂。所谓药酒一般是把植物的根、茎、叶、花、果和动物的全体或内脏以及某些矿物质成分按一定比例浸泡在低浓度食用酒精、白酒、黄酒或葡萄酒中,使药物的有效成分溶解于酒中,经过一定时间后去除渣滓而制成的,也有一些药酒是通过发酵等方法制得的。因为酒有通血脉、行药势、温肠胃、御风寒等作用,所以酒和药配伍可以增强药力,既能防治疾病,又可用于病后的辅助治疗。

古时医字从酉(酒),可见酒与药的关系密切,而药酒的产生更是我国医药发展史上的重要创举。药酒的起源与酒的产生是分不开的,我国现存的最早的药酒方见于 1973 年马王堆出土的帛书《养生方》和《杂疗方》中,虽多已不完整,但仍可辨认出药酒配方、酿制工艺等记述,由此可见,我国的药酒在先秦时期就已有了一定的发展,先秦时期的医学代表作《黄帝内经》也对酒在医学上的贡献作了专门论述,其中,《素问·汤液醪醴篇》论述了醪醴与防病治病的关系,在其它篇中还提及了治膨胀的“鸡矢



醪”，治经络不通、病生不仁的“醪药”等，这些均是较早的药酒记载。

至汉代，随着中药方剂的发展，药酒逐渐成为中药方剂的一个组成部分，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，表明了扁鹊认为可用酒醪治疗肠胃疾病的看法。这篇著作中还记载了西汉名医淳于意的 25 个医案。东汉·张仲景的《伤寒病杂论》中记载：“妇人六十二种风，腹中血气刺痛，红兰花酒主之”，该书还记载了许多以酒煎药或服药的方例。

北魏·贾思勰的《齐民要术》对药酒的酿造方法，特别是对浸药专用酒的制作做了较为详细的说明。晋·葛洪的《肘后备急方》中记载了海藻酒、桃仁酒、金牙酒、猪胰酒等药酒的治疗方法。梁·陶弘景在《本草经集注》提出“酒可行药势”，尤其是对药酒的浸制方法论述较详，并指出有 71 种药物不宜浸酒。

唐·孙思邈的《千金方》中共有药酒方 80 余首，涉及补益强身、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。《千金翼方》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·王焘《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。

宋元时期的药酒有了很大发展，药酒的种类和应用范围均有明显的扩展。仅《太平圣惠方》中就设有药酒专节达 6 篇之多，加上《圣济总录》、《太平惠民和剂局方》、《三因方》、《本事方》、《济生方》等书中的药酒方，计有药酒数百种。运用药酒治病的范围也已涉及到内、外、妇、五官等多科疾病，对于药酒的主要功效也有了进一步的认识。在药酒的制法上已开始采取隔水加热的方法，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养生的药酒渐



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·陈直《养老奉亲书》和元·忽思慧《饮膳正要》、《御药院方》等书中也记载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,又创制出许许多多新的药酒方。在明代医书中,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,记载了大量的药酒配方,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》通卷记载的药酒达 300 余方。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,如端午的菖蒲酒、中秋的桂花酒、重阳的菊花酒等。

清代的医药学家同样也创制出许多新的药酒方。这一时期的医药学著作中,如汪昂的《医方集解》、王士雄的《随息居饮食谱》、吴谦的《医宗金鉴》、孙伟的《良朋汇集经验神方》、项友清的《同寿录》等,均记载了明清时期新创制的药酒配方。清代的药酒除了用于治病外,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,乾隆皇帝经常饮用的益寿药酒“松龄太平春酒”对老年人诸虚百损、关节酸软、纳食少味、夜寐不实诸症均有治疗作用。“夜合枝酒”也是清宫御制的一大药酒,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。

民国时期,战乱不断,百业不兴,药酒也难逃厄运,没有多少进展。

新中国成立后,中医中药事业得到了空前的大发展,作为中药方剂之一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,严格卫生与质量标准,使药酒的生产逐步走向标准化和工业化,药酒质量也大大提高。医药学家还对许多传



统药酒方的功效、配方进行了实验研究和临床验证,为药酒的应用和提高疗效提供了宝贵依据。此外,药酒规范已被收进我国的药典,由此可见国家对药酒的重视。

第三节 药酒的制作方法

古医籍《黄帝内经·素问》上有“上古圣人作汤液醪”,“邪气时至,服之万全”的论述,这是药酒治病的较早记录。东汉·张仲景的《金匱要略》中收录的红蓝花酒、麻黄醇酒汤所采取的煮服方法则类似于现代的热浸法。唐·孙思邈的《备急千金方》则较为全面地论述了药酒的制法、服法:“凡合酒皆薄切药,以绢袋盛药内酒中,密封头,春夏四五日,秋冬七八日,皆以味足为度,去渣服酒……大法冬宜服酒,至立春宜停。”根据历代的资料,古代的药酒与现代药酒具有不同的特点,一是古代药酒多以酿制酒为主,兼有冷浸法、热浸法;二是基质酒多以黄酒为主,而黄酒性较白酒缓和。现代药酒则多以白酒为溶媒,含酒精量一般在 50%~60%,少数品种仍用黄酒制作,含酒精量在 30%~50%,制作方法多为浸提法,很少有用酿造法的。

从使用方法上来看,多数药酒是内服的,但是也有外用的,还有一些药酒既可以内服,又可以外用。从药酒的作用方面来看,可以分为治疗类药酒和滋补养生类药酒,前者有特定的医疗作用,使用得当则可取得显著的疗效;后者具有养生保健的作用,其中的一部分还可以作为日常饮料酒使用。人们习惯把中国医药学比作是一座伟大的宝库,那么药酒可以说是这座宝库中的一股香泉。

药酒除了有成品酒市售外,在家庭中也可以自配药酒,许多人喜欢自己动手配制药酒,并且保持着每年配制饮用的习惯。自制药酒首先需要选择适合家庭制作的药酒配方,并不是所有