

芦荟治疗百例

添田百枝 藁科茂 著

黄海鸥 译



上海科学普及出版社

R 289.5

613

11

芦荟治疗百例

添田百枝 著
藁科茂
黄海鸥 译

上海科学普及出版社

(沪)新登字第 305 号

本书根据日本有纪书房 1991 年出版的日文版本翻译出版。

上海科学普及出版社独家获得本书中文版的翻译、出版发行权利,任何单位和个人不得侵占这个权利,否则将承担法律责任。

责任编辑:陈泽加

5

芦荟治疗百例

添田百枝 著
藁科茂
黄海鸥 译

上海科学普及出版社出版

(上海曹杨路 500 号 邮政编码 200063)

新华书店上海发行所发行 上海印刷七厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 7.375 插页 4 字数 164000

1996 年 1 月第 1 版 1996 年 1 月第 1 次印刷

印数 1—10000

ISBN 7-5427-1032-X/R·76 定价:15.00 元

从十二月至一月开放出具有异国情调的朱红色花，只开花而不结籽。虽有强烈的生命力，但自身不能繁殖，靠插枝来繁衍。不耐寒，为避免冻霜害在塑料暖房里进行栽培。



由于它不是药典上记载的芦荟种类,因此可在食品或化妆品中使用全叶。药性温和,口味也好。



叶粉末(全叶)



1 日的用量 (15g)

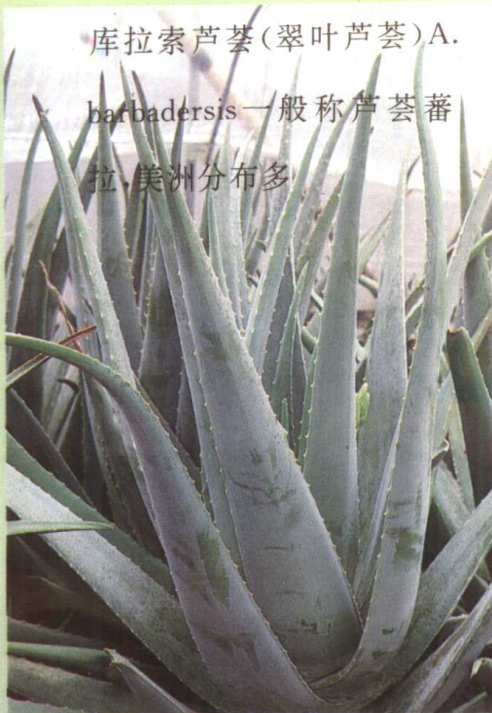


老叶中成分含量高。另外,外售的用小盆栽培育的芦荟成分也差,因此请用大盆来培育,并利用生长 2~3 年后的老叶。

好望角芦荟(青鳄芦荟) *A. ferox*
开普芦荟的一种,主要产于南非,



库拉索芦荟(翠叶芦荟) *A. barbadensis* 一般称芦荟 蕃拉,美洲分布多



是作为医药品专用的药典中芦荟,仅仅将叶内苦液干燥后制成粉末——“芦荟末”,它的苦味为全叶粉末的 14~18 倍,在利用上要十分注意。

粉末(仅由苦液制成)



把附有苦味成分的叶表皮剥去后,用剩下的胶状物制成饮料或化妆品。其中苦味成分被去除了。



果汁饮料(叶肉部)





↑ 不夜城 *A. nobilis*

苦味淡、外形小、适宜观赏

→ *A. africana* (开普芦荟的一种)

属药典中的芦荟,作为医药品利用



↑ 皂质芦荟(斑纹芦荟)

A. saponaria

非籽吹系,夏威夷很多,
比一般的外形大

→ 皂质芦荟(斑纹芦荟)

A. saponaria

籽吹系,在日本通常是被
作为外用的品种。



杂种 C, 杂交而成, 始祖不明,
花很豪华, 苦味少而味佳





七宝锦 *A. mutabilis*



大太刀锦 *A. camperi*
苦味强而味好



中华蕃拉(斑纹芦荟)
A. vera var. *chinensis*
小型、粘液汁多



←塔影锦 *A. dawei*
11 月前后开漂亮的花



← 七宝锦

A. spinosissima
适宜种在花坛观赏

→ 迪桑达

A. doessanda

↙ 细茎芦荟

A. ciliaris

↘ 洞乳锦

A. chabaudii

3 月左右花木繁盛



← 帝王锦

A. humilis

→ 卡梅若尼

A. cameronii

大型,象轮胎,
叶片内筋多



↑ 椰子芦荟

A. striatula

适宜庭栽,抗寒
性也较强

← 笛斯考因希

A. descoingsii

芦荟中的最小
品种

→

索马里埃西斯

A. somaliensis

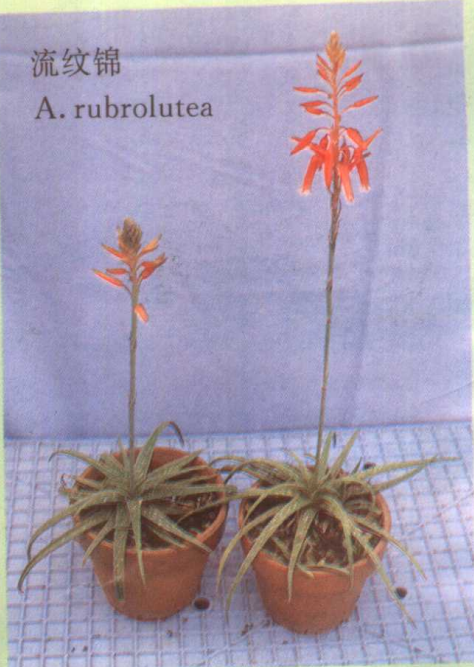
代表性的观赏
品种





流纹锦

A. rubrolutea

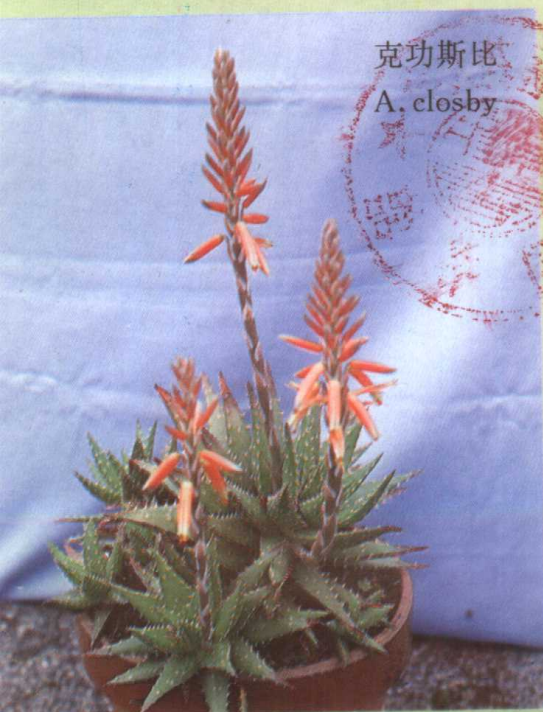


← 佩西底

A. pessity

↓ 翡翠殿

A. squarrosa



克功斯比

A. closby



前 言

读了本书中的体验实例后,我想不少原先对芦荟的作用和效果并不那么相信的人,会感到很大的惊讶。由于这些都是事实,因此,我想经过推荐,使它成为健康运动的向导。

与甜点心相反,苦缘膜裹着的芦荟——

虽说是绿油油的新鲜植物,然而在蝗虫或草食动物无法接近的缘膜中,隐藏着神乎其神而又难以想象的宝贵成分。

于是乎,许许多多的人知道了芦荟,与它邂逅并感悟到它的好处。从那些惊喜之中,芦荟的爱好者也增多了起来。

这10多年的时间里,芦荟在很多人中间不断地产生出良好的体验。对我来说,没有比听到这喜乐的欢笑声更值得高兴的了。

同时,这一期间,学术上的研究也在不断发展。日本癌学会和日本药学会先后发表了木立芦荟具有卓越的抗癌作用的医学文献和含有持续降低血糖作用的成分且无副作用的研究论文。这对进一步探讨芦荟的价值来说,是非常值得欣慰的。这个10年,芦荟的食品化、研究以及芦荟书的出版等等,是日本芦荟史上划时代的时期。

但是,从普及面来看,好不容易得到的可贵体验和研究成果还没能广泛地向大家宣扬,以致不能被充分并有效地利用,这是非常遗憾的。

本书里,除了从芦荟爱用者的体验实例中,根据病情症状分别作介绍以外,还对有关疾病的知识、疗法以及预防进行归

纳总结。我殷切希望本书能成为你和芦荟相遇的桥梁。对于已经是芦荟的爱用者来说,她能让你,还有你的家属和友人,能对芦荟的益处有更多、更深的了解,使得到更有效地利用。

从“药食同源”的思想出发,在本书第8章里,我将中医学上有关解释疾病的思想方法作了汇集。为了维护你的健康,请在利用芦荟的同时,重新估价并纠正你每天的饮食。使两者相得益彰,收效更大。

这里,对将自己的宝贵体验实例寄来的爱用者和致力于芦荟研究并发表了学术上研究成果的先生们表示我由衷的感谢。

衷心希望得到广大读者的批评指教,并对为本书的出版给予大力协助的有纪书房致于诚挚的谢意。

著 者

1991年8月

目 录

1 与芦荟的邂逅

腹部感到沉胀时,喝了就舒畅	1
用芦荟酒治愈胃溃疡	2
20 年来顽固的便秘成快便	3
治好了齿槽脓漏和头部震颤症	3
体质改善,感冒和肩凝也治好了	5
三度开眼,家族也因芦荟得救	6
预防疾病、维护和增进健康更重于治疗	7

2 芦荟的种类和特点

芦荟属百合科,有 300 种以上	8
木立芦荟是日本特产的优良品种	9
开普是药典中作为医药品专用的芦荟	11
蕃拉把苦味成分去除后成为食品	12
适于外用的皂质芦荟和中华蕃拉	14
不夜城品种小,适宜观赏	15

3 芦荟的历史

最古老的历史在金字塔中	16
亚历山大大帝、克娄巴特拉女王也是爱用者	17
从古希腊到罗马、欧洲	17
8 世纪进入中国,被叫作“芦荟”	18
两个品种的芦荟分别渡来日本	19
木立芦荟的商品化是在战时	20

用于食品和化妆品使普及飞跃发展	20
对癌症、糖尿病有效而进入新时代	21
4 芦荟的效用	
芦荟效用一览表	24
芦荟的使用要点	25
芦荟的有效成分	26
5 有效的利用法和注意点	
便秘症患者的服量较多,而腹泻的人则少	34
便秘一日一次,胃溃疡二至三次	34
成分的抗热性强,经加工后效果也不变	35
芦荟有副作用吗?	37
与芦荟较相宜的体质	41
作为内服的利用法	41
作为外用的利用法	44
有益于美容的芦荟	46
6 体验报告	
便秘	
“重度的便秘症戏剧性地畅通了。”	51
“第8个月起每天爽爽快。”	52
“病人大便畅通,喜悦而流泪。”	52
“用芦荟大便畅通后,皮肤也漂亮了。”	53
“不但通了便,连痔也治愈了。”	54
“愿将这喜悦给同样烦恼的人。”	54
“便秘的愁苦烟消云散。”	55
“舒畅的通便真是快乐。”	55
“治好10年来的便秘,迎来了舒畅的每一天。”	56
◆关于便秘	56

弛缓性和痉挛性便秘	56
芦荟使大便软化,诱发蠕动运动	58
24 小时的周期为理想	58
食物纤维多了,便量也会增加	59
腹泻	
“治愈了腹泻、膝盖疼痛、低血压。”	60
“芦荟对便秘、腹泻都有效。”	61
“肠子壮实后,腹泻治好了。”	61
◆关于腹泻	62
令人担心的急性腹泻	62
不必担心的腹泻	62
慢性腹泻	63
最多的是过敏性大肠的腹泻	63
肠胃病	
“彻底治愈了十二指肠溃疡。”	64
“治好了多年的胃、十二指肠溃疡。”	65
“紊乱的胃功能让芦荟给调治好了。”	65
“芦荟治愈了胃痉挛。”	66
“治好了胃下垂,胖了起来。”	67
“剧烈的胃痛在四五天后消失。”	67
“治愈胃弱后,能喝酒了。”	67
◆关于肠胃病	68
两人中一人有胃病	68
胃、十二指肠溃疡的原因和对策	69
烫、烧伤、刀伤	
“芦荟对烫、烧伤、跌打损伤有著效。”	70
“对烫、烧伤立竿见影。”	71

“芦荟汁治好了小孩的烫伤。”	72
“深度的刀伤,由粉末愈合了。”	73
◆关于烫、烧伤	74
严重的烫、烧伤需经医生的诊疗	74
用芦荟来治疗,就不会留瘢痕	74
马上用冷水降温	75
癌、瘤	
“用芦荟来防癌。”	76
“对父母的癌症和高血压有显著效果。”	77
“芦荟使脂肪瘤消失了。”	78
◆关于癌症	79
癌的原因不明?	79
癌的原因是病毒	79
癌的根源是血液的污染	80
糖尿病	
“治愈了严重的糖尿病和高血压。”	81
“芦荟对我熟人的糖尿病有显著效果。”	82
“血糖值安定,胃也强壮了。”	83
◆关于糖尿病	84
糖尿病是胰腺的超负荷	84
芦荟有长久持续的降低血糖作用	85
治疗糖尿病的饮食	85
膀胱炎	
“芦荟治好了严重的膀胱炎。”	86
◆关于膀胱炎	87
膀胱炎是泌尿科最多见的疾病	87
女性应由前往后擦拭	88