

最新 芦荟栽培 与健康美容 ALOE

● 李湘 编著

芦荟是一种具有多项
医疗保健与美容功能的植
物，被公认为21世纪极佳
的天然医药保健品。



中国商业出版社

最新芦荟栽培与健康美容

李 湘 编著

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

最新芦荟栽培与健康美容/李湘编著. - 北京:中国商业出版社, 2000. 11

ISBN 7 - 5044 - 4171 - 6

I .最… II .李… III .①芦荟 - 栽培②芦荟 - 应用 - 美容 IV .S567.23

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 79051 号

责任编辑 陈朝阳

*

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)
新华书店总店北京发行所经销
北京星月印刷厂印刷

*

2000 年 12 月第 1 版 2000 年 12 月第 1 次印刷
850 × 1168 毫米 32 开 9 印张 152 千字 插图 4 张
定价:18.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

从科学和实用的角度着手，考虑到广大读者的实际需要，本书清晰而翔实地阐述了芦荟在各种条件下的栽培技术和神奇的医疗、美容、保健性能以及使用方法，是迄今为止较为全面的芦荟专著，实为现代家庭必备读物。

常用的药效芦荟

chang yong de
yao xiao lu hui



砂仙人芦荟



开普芦荟



青鳄芦荟



斑纹芦荟



翠叶芦荟



木立芦荟

常用芦荟的栽培

chang yong
lu hui de zai pei



用小盆栽培的芦荟成熟后要，移到大盆来培育。



扦插芦荟老茎，可以发出许多不定芽。

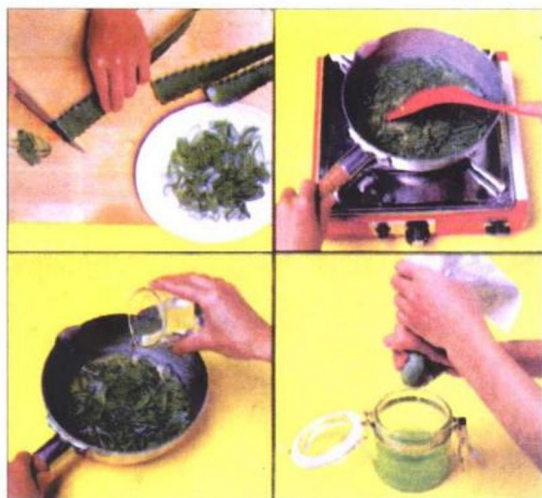


芦荟去掉主茎部分后，侧芽大量发育。



为避免霜冻害，芦荟宜在塑料暖房里进行栽培。

芦荟的内服方法



1	3
2	4

把芦荟鲜叶洗净后、切成薄片，放入锅中煎煮。水要浸没鲜叶，开水量煮成一半时熄火冷却，用干纱布过滤后即可服用。

1	3
2	4

将洗净后的鲜叶切片，越薄越好，放在箩筐上晒干，完全干燥后就成了芦荟干燥叶。把干燥叶用研钵碾碎，就成为粉末。粉末可以放入果汁、牛奶中饮用。



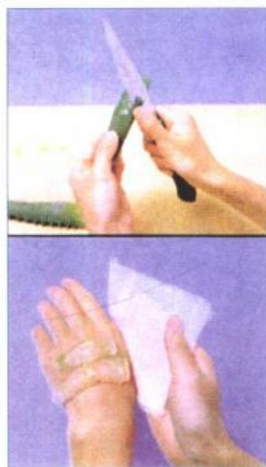
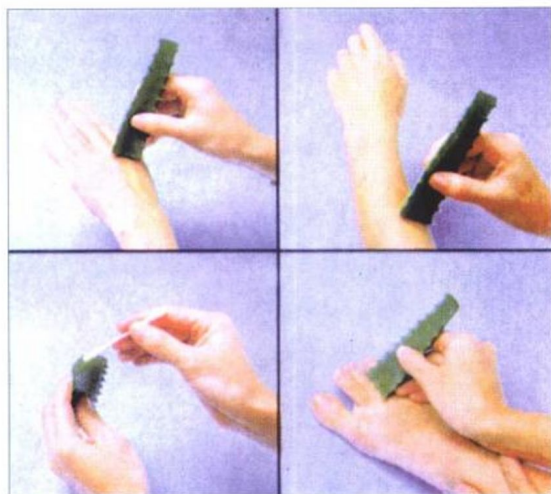
芦荟的外用方法

lu hui de
wai yong fang fa

1	3
2	4



将芦荟鲜叶洗净后，用沸水消毒，直接涂上患处。也可用消毒棉棒沾上液汁涂入口腔、鼻孔等部位。



用芦荟治疗灼伤时，要把叶皮去除，留下透明的叶肉，敷贴在伤口上，用纱布绑带固定。



跌打损伤的医治，可在小麦粉里加入芦荟液汁，调成糊状，涂布在纱布上，敷于疼痛处。



目 录

第一篇 认识芦荟

什么是芦荟	(3)
芦荟的历史记载	(3)
芦荟的近代应用	(8)
芦荟的特征	(10)
(一)根	(11)
(二)茎	(14)
(三)叶	(16)
(四)分类	(17)
芦荟的种类	(19)
(一)吉拉索芦荟	(19)
(二)木立芦荟	(21)
(三)开普芦荟	(21)
(四)皂质芦荟	(22)
(五)珍珠芦荟	(22)
(六)不夜城芦荟	(23)



芦荟的药效成分	(23)
(一)蒽醌类化合物	(23)
(二)糖类	(24)
(三)氨基酸	(24)
(四)脂类及有机酸	(25)
(五)矿物质	(25)
(六)其他成分	(25)

第二篇 芦荟的栽培技术

芦荟栽培的基本要求	(29)
(一)土壤要求	(29)
(二)光照要求	(33)
(三)温度要求	(35)
(四)水分要求	(36)
(五)气体要求	(38)
如何繁育优良种苗	(40)
(一)芦荟苗圃的选择	(41)
(二)分生繁殖	(42)
(三)扦插繁殖	(44)
(四)组培快繁	(46)
常用芦荟的栽培技术	(50)
(一)翠叶芦荟(蕃拉芦荟)	(50)



(二)福建中国芦荟	(55)
(三)海南大叶芦荟	(60)
(四)云南元江芦荟	(69)
(五)广东中国芦荟	(75)
(六)木立芦荟	(78)
(七)斑纹芦荟	(85)
芦荟的大棚栽培技术	(93)
(一)华东、华中地区的芦荟栽培	(93)
(二)华北地区的芦荟栽培	(103)
(三)东北地区的芦荟栽培	(112)
芦荟的盆栽技术	(118)
芦荟病害的防治	(134)

第三篇 芦荟的医疗功效

芦荟的药理常识	(147)
芦荟的使用常识	(151)
(一)必须牢记芦荟的几种性能	(151)
(二)芦荟的几种内服方法	(153)
(三)芦荟内服几点注意事项	(159)
(四)芦荟的几种外用方法	(162)
(五)芦荟使用中应注意的一些问题	(166)
芦荟的内服疗效	(169)



(一)防治感冒·····	(169)
(二)防治头痛·····	(171)
(三)防治晕车·····	(173)
(四)防治酒醉·····	(174)
(五)防治便秘·····	(175)
(六)防治咳嗽·····	(177)
(七)防治支气管哮喘·····	(178)
(八)防治肠胃病·····	(180)
(九)防治小儿厌食症·····	(182)
(十)防治小儿疳积·····	(183)
(十一)防治肝病·····	(185)
(十二)防治出血症·····	(187)
(十三)防治高血压症·····	(188)
(十四)防治低血压症·····	(189)
(十五)防治膀胱炎、淋病·····	(190)
(十六)防治糖尿病·····	(192)
(十七)防治失眠症·····	(193)
芦荟的外用疗效·····	(194)
(一)防治湿疹·····	(194)
(二)防治脚癣·····	(195)
(三)防治脓疱疮及毛囊炎·····	(196)
(四)防治鸡眼·····	(197)
(五)防治皲裂与冻疮·····	(198)



(六)防治水火烫伤·····	(200)
(七)防治刀伤、擦伤·····	(201)
(八)防治软组织损伤·····	(202)
(九)防治痔疮·····	(204)
(十)防治痔瘻·····	(205)
(十一)防治中耳炎·····	(206)
(十二)防治鼻炎·····	(208)
(十三)防治肩膀酸痛、神经痛、风湿痛·····	(210)
(十四)防治晒伤·····	(211)
(十五)防治口腔炎·····	(212)
(十六)防治口角炎、舌炎·····	(214)
(十七)防治牙痛·····	(215)
(十八)防治癌肿·····	(216)
(十九)防治其他疾病·····	(217)

第四篇 芦荟的美容与保健

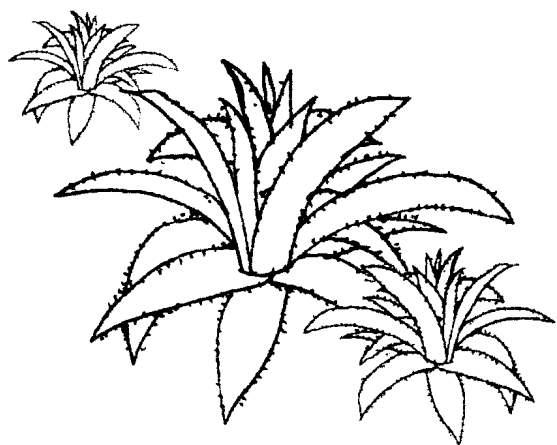
芦荟的美容效用·····	(221)
(一)芦荟对肌肤的作用·····	(221)
(二)肌肤美容及配方·····	(223)
(三)消除雀斑、肝斑的方法·····	(226)
(四)治疗青春痘及肿疣的方法及配方·····	(229)
(五)防皱与延缓衰老的配方·····	(232)



(六)护发美发及白发、掉发的防治	(235)
(七)全身美容方法	(239)
(八)护肤保湿滋养的配方	(241)
(九)芦荟美容品的配方	(244)
(十)芦荟的其他美容产品	(247)
芦荟的保健效用	(249)
(一)清热通便保健功能	(251)
(二)杀虫疗疖保健功能	(252)
(三)生肌治伤保健功能	(253)
(四)抗菌消炎保健功能	(255)
芦荟保健食品	(256)
(一)芦荟保健食品的制作	(256)
(二)芦荟的食用特性	(262)
(三)芦荟配菜及菜谱	(265)

第一篇

认识芦荟





什么是芦荟

芦荟是百合科多年生多肉类植物，有 500 多种。芦荟形状差别很大，千姿百态，花色、叶型各有特色，可适于各种不同的栽培目的，深受人们的喜爱。

芦荟的英文名为 ALOE，来源于阿拉伯语 ALLOEH，其意是“苦味”。芦荟属中的一些种株型奇特，叶片肥厚，具有医疗、美容、保健等多种功能。

芦荟的药用范围很广，被称为“不需要医生”的植物，人们很早就知道它可以作为泻药及胃肠药来用，同时对于日常的伤害，如烫伤、刀伤等，是最适合拿来做应急处理的药物，长期以来，芦荟一直是深受民间喜爱及依赖的家庭常备药。

芦荟的历史记载

非洲被认为是芦荟的原产地，但是，有历史记录的生产地是地中海的沿岸地区。

有关芦荟的最早记录是在古代埃及的莎草纸医学书上。此书被认为在公元前 1550 年写成，也就是说，