



丛书主编：何赛萍

● 精选历代经典酒方

● 适用于关节疼痛、腰腿酸痛的患者

● 适用于中风半身不遂、肢体麻木拘挛者

● 常饮药酒，可预防心脑血管病

——药酒篇



药酒名方 200例

陈 一 江 编 著
浙江科学技术出版社

前 言

全面提高身体素质,不断改善生活质量是人们对现代社会生活发展的追求;选择合适的保健方式,获取最佳的保健效果,保持健康的身体是人们共同的期望。用膏方、药茶、药粥、药膳、药酒补益身体,祛病疗疾是我们中华民族祖先千百年的实践与积累,是中国医药学宝库中的一颗瑰宝,它同中医药一样,为增强人们体质、延年益寿作出了重要的贡献。《名方经典》丛书由膏方、药茶、药粥、药膳、药酒五个分册组成,它们大部分来源于清代以前的中医经典书籍,较全面地介绍了我国历代和目前民间流传的膏、茶、粥、膳、酒等保健良方,旨在为广大读者提供经典的养生知识及方法。

药酒由酒、中药配制而成,具有强壮身体、延年益寿、治病防病的作用。酒行药势,通行血脉,走窜经络,特别适合关节疼痛、腰腿酸痛、风湿痹痛、肢体麻木拘挛、中风半身不遂等患者选择服用。中老年人每日喝少量益气活血的药酒,有助于防治心脑血管疾病。

在编写本套丛书时,我们不仅力求精选确实行之有效的验方,而且着眼于深入普及医疗保健知识,对每一张方谱的组成、配伍、应用作了详尽的解释,如有相

关的现代研究成果,我们也加以收录。本套丛书既是介绍中医传统食疗保健方法的普及性读物,又是集中医食疗、保健精华的工具书。我们衷心地希望,它能成为广大读者健体养颜、祛病保健、延年益寿的得力助手,为大家的健康提供有益的帮助。

编 者

2002年8月



目 录

上篇 一般知识

什么叫药酒.....	(2)
为何古人称“酒为百药之长”.....	(2)
药酒有什么优点.....	(4)
药酒有哪些种类.....	(7)
酒对人体健康有什么好处.....	(8)
常用的酒可分成哪两类.....	(13)
冬令如何选用药酒进行滋补.....	(14)
家庭如何自制药酒.....	(15)
制作药酒时怎样选酒.....	(20)
为什么中医要用黄酒作药引.....	(21)
为什么酒越陈越好.....	(22)
如何贮存药酒.....	(23)
如何服用药酒.....	(23)
饮服药酒应注意什么.....	(24)
为什么只有适量饮酒才有益于健康.....	(26)
酒精中毒有什么危害.....	(27)



如何缓解醉酒	(29)
酗酒有何危害	(30)
饮酒有哪“十五忌”	(33)

下篇 药酒谱

补气血药酒

黄芪酒	(39)
加味黄芪酒	(40)
温阳黄芪酒	(41)
薊根酒	(42)
白术酒	(43)
麻子酒	(44)
胶艾酒	(45)
补益黄芪酒	(46)
竹茹酒	(47)
牛膝人参酒	(48)
黄芪石斛酒	(50)
五味子酒	(51)
甘草升麻酒	(53)
黑豆酒	(54)
神效酒	(55)



人参酒	(57)
滋阴养血酒	(58)
紫酒	(60)
桑椹酒	(61)
青蒿酒	(62)
黄精酒	(63)
逡巡酒	(64)
种子药酒	(65)
乌须酒	(66)
宁心酒	(67)
经验乌须酒	(67)
长春酒	(68)
长生固本酒	(69)
造酒乌须方	(70)
神仙延寿酒	(71)
八珍酒	(72)
红颜酒	(73)
百药长酒	(74)

祛风湿药酒

鲁王酒	(76)
蛮夷酒	(77)
鼠粘子酒	(78)



五加皮酒(1).....	(79)
五加皮酒(2).....	(80)
列节酒	(82)
茵芋薏仁酒	(83)
松节地黄酒	(84)
生地加皮酒	(86)
川乌杜仲酒	(87)
独活参附酒	(89)
牛膝羌活酒	(91)
独活牛膝酒	(92)
牛蒡酒	(93)
茺莢根酒	(94)
茄子根酒	(95)
羌活酒	(96)
菝葜酒	(97)
夜合枝酒	(98)
地黄羌活酒	(99)
独活羌活酒	(100)
排风酒	(102)
增损茵芋酒	(102)
乌梢蛇酒	(103)
蚕沙酒	(104)
蜈蚣蛇酒	(105)



白花蛇酒	(106)
大豆乌梢蛇酒	(107)
白石英酒方	(108)
两皮干蝎酒	(109)
史国公浸酒方	(111)
青囊药酒	(112)
乌梢蛇浸酒方	(114)
海桐皮酒	(115)
固春酒	(116)
愈风酒	(117)

健脾利湿药酒

海藻酒	(119)
大豆酒方	(120)
艾叶酿酒	(121)
白术酿酒	(122)
薏仁白苡酒	(124)
牛膝白术酒	(125)
薏仁牛膝酒	(127)
独活石斛酒	(128)
极熟豉酒	(130)
石菖蒲酒	(131)
鲜橙汁冲米酒	(132)



茯苓酒	(133)
缩砂酒	(134)
薏苡仁酒	(134)
延寿九仙酒	(136)
猪歪酒	(136)
草薺酒	(138)
除噎药酒	(139)
五香酒料	(141)

补肝肾药酒

独活寄生酒	(143)
枸杞酒	(144)
牛膝玉米酒	(145)
牛膝大豆酒	(147)
熟地杜仲酒	(148)
二味牛膝酒	(150)
牛膝石斛酒	(151)
牛膝加皮酒	(152)
牛膝复方酒	(154)
薏仁防风酒	(155)
茯苓菊花酒	(157)
延年益寿耐劳酒	(160)
菊花酒	(161)



神仙枸杞子酒	(161)
三石酒	(162)
牛膝酒	(163)
补肾地黄酒	(164)
巨胜酒	(165)
延胡酒	(166)
灵脾肉桂酒	(167)
两皮独活酒	(168)
牛膝蚕沙酒	(170)
梔子酒	(172)
桑椹酒	(173)
独活寄生酒	(174)
秘传药酒	(175)
仙茅加皮酒	(177)
中山还童酒	(178)
熙春酒方	(179)
三香酒	(180)
喇嘛酒	(180)

治心肺药酒

羊胰酒	(182)
瓜蒌薤白酒	(182)
蜜膏酒	(184)



阿胶酒	(186)
桃仁朱砂酒	(187)
葶苈酒	(188)
紫苏子酒	(189)
龟肉酒	(189)
天门冬酒	(190)
延寿酒	(191)
读书丸酒方	(192)
苏子酒	(193)

壮阳药酒

巴戟天酒	(194)
鲁公酿酒	(195)
秦艽酒	(196)
十味附子酒	(197)
附子丹砂酒	(198)
牛膝肉桂酒	(200)
附子细辛酒	(202)
防风白术酒	(204)
附子白术酒	(205)
牛膝附子酒	(206)
葡萄酒	(208)
草薢附子酒	(208)



独活附子酒	(210)
鹿血酒	(211)
肉桂酒方	(213)
香楝酒	(213)
鹿茸酒	(215)
淫羊藿酒	(216)
椒柏酒	(217)
海狗肾酒	(218)
健步酒	(219)
肉桂酒	(220)

活血化瘀药酒

红蓝花酒	(222)
桃花酒	(223)
川芎酒	(223)
丹参酒	(224)
当归细辛酒	(226)
桃仁酒	(227)
皂角刺乳香酒	(228)
桃仁生地酒	(229)
皂荚酒	(231)
牛膝丹参酒	(231)
天麻酒	(233)



蒜酒	(235)
天麻石斛酒	(236)
薏仁石斛酒	(238)
当归延胡酒	(240)
降椒酒	(241)
消癭酒	(242)
当归酒	(244)
丹参杜仲酒	(245)
川芎羌活酒	(246)

清热解毒药酒

屠苏酒	(248)
蒲黄酒	(250)
牛蒡地黄酒	(251)
瓜蒌甘草酒	(253)
必效酒	(254)
地黄杨皮酒	(255)
大生地酒	(257)
牛蒡松节酒	(258)
苦参酒	(260)
槐花酒	(261)
桑白皮酒	(262)
忍冬藤煎酒	(262)



蒲公英酒	(264)
黄药酒	(265)
金银花酒	(266)

上
篇

一
般
知
识





什么叫药酒

药酒传说是古代部落首领黄帝的厨师长汤尹发明的,至今已经有数千年的历史。当时的情况缺乏翔实的文字记载。据说是他首先发现了酿酒的方法,并且把草药在酒中浸泡,让部落居民喝了祛除疾病,使得黄帝部落不断强盛,演化为中华民族的先民。这则传说最早显示了药酒的神奇功效。

药酒是一种酒,但不是所有的酒都能称为药酒。药酒是含有治疗或保健成分的酒,换句话说,药酒是具有疗效或强体功能的酒。总而言之,药酒就是含药的成分或药的药效的酒,所以它不是普通的饮料,饮用时要有所选择。

为何古人称“酒为百药之长”

“酒为百药之长”一说,出自《汉书·食货志》,这是我国古人对酒在医药上应用的高度评价。酒在医学上的应用,是祖国医药学的一大发明。“医”字从“酉”(酒),即是由于酒能治病演化而来。酒未问世之前,人们得了病要求“巫”治疗。由于酒的酿造,我们的祖先在饮酒的过程中,发现了酒能“通血脉,散湿气”,“行药



势,杀百邪恶毒气”,“除风下气”,“开胃下食”,“温肠胃,御风寒”,“止腰膝疼痛”等作用。加之用酒入药还能促进药效的发挥,于是,“巫”在医疗中的作用便被“酒”逐渐取而代之。这是古人认识上的一次飞跃。

在古代,用酒治病,特别是制成药酒来防治疾病的现象十分普遍,因而古人视“酒为百药之长”。例如,用酒泡大黄、白术、桂枝、桔梗、防风等制成的屠苏酒,是古代除夕男女老幼必饮之品。人们在传统上常常在端午节饮艾叶酒,重阳节饮菊花酒以避瘟疫。《千金方》载:“一人饮,一家无疫,一家饮,一里无疫”。可见药酒在古代预防疾病的重要性。

现代医学研究表明,用酒浸药,不仅能将药物的有效成分溶解出来,使人易于吸收,而且由于酒性善行,能宣通血脉,还能借以引导药物的效能到达需要治疗的部位,从而提高药效。另外,药物浸酒不易腐坏,便于保存,可以随时饮用。这就是药酒受到历代医家重视和广大群众欢迎的原因。

药酒还有延年益寿之效,这一点在历代的医疗实践中已得到了证实,如对老年人具有补益作用的寿星酒和补肾强阳、乌须黑发的回春酒等等。李时珍在《本草纲目》列举了有 69 种不同功效的药酒,如五加皮酒可以“去一切风湿痿痹,壮筋骨,填精髓”;当归酒“和血脉,壮筋骨,止诸痛,调经”;人参酒“补中益气,通治诸