

{活用小苏打}
{安心做家务}>>> 1元钱小苏打·解决家庭 8大问题



小苏打

健康生活书

除了蒸馒头，
小苏打还有妙用 **500** 招。

清洁用一点，家务主妇变轻松；
烹饪用一点，好菜好饭好滋味。

“面起子”当家啦！！

- 酸碱平衡，调节健康好身体；
- 风靡世界，引领无菌好生活。

王大龙 ● 主 编
吉林科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

小苏打健康生活书/王大龙主编. —长春: 吉林科学技术出版社, 2007.11
ISBN 978-7-5384-3615-0

I.小… II.王… III.①保健—普及读物②生活—普及读物 IV.R161-49 TS976.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 170347 号

小苏打健康生活书

主编 王大龙

编委 程 铭 王博文 郑作鲲 王 岩 陈 聪

责任编辑 宛 霞 崔 岩

封面设计 崔 岩

内文设计

孙明晓 张 虎 吴凤泽 张 丛 赵 婷 王 舒
周鸿雁 侯 隽 于 通 徐晓凤

图片摄影

王大龙 王铁民 韩淑荣 董企功 赵秀香 王铁峰 刘玉云
王雅婷 张振明 陈启壮 董彩霞 宋振杰 刘长珍

吉林科学技术出版社出版、发行

社址 长春市人民大街4646号

邮编 130021

发行部电话 0431-85677817 85635177
85651759 85651628

编辑部电话 0431-85674016 85635186

传真 0431-85635185

网址 www.jkstp.com

实名 吉林科学技术出版社

版权所有 翻印必究

710×1000 16开本 11印张

2008年1月第1版 2008年1月第1次印刷

长春新华印刷厂

如有印装质量问题,可寄本社调换

ISBN 978-7-5384-3615-0

定价:25.00元



小苏打 健康生活书

本书收集近 500 条小苏打在生活中的妙用,

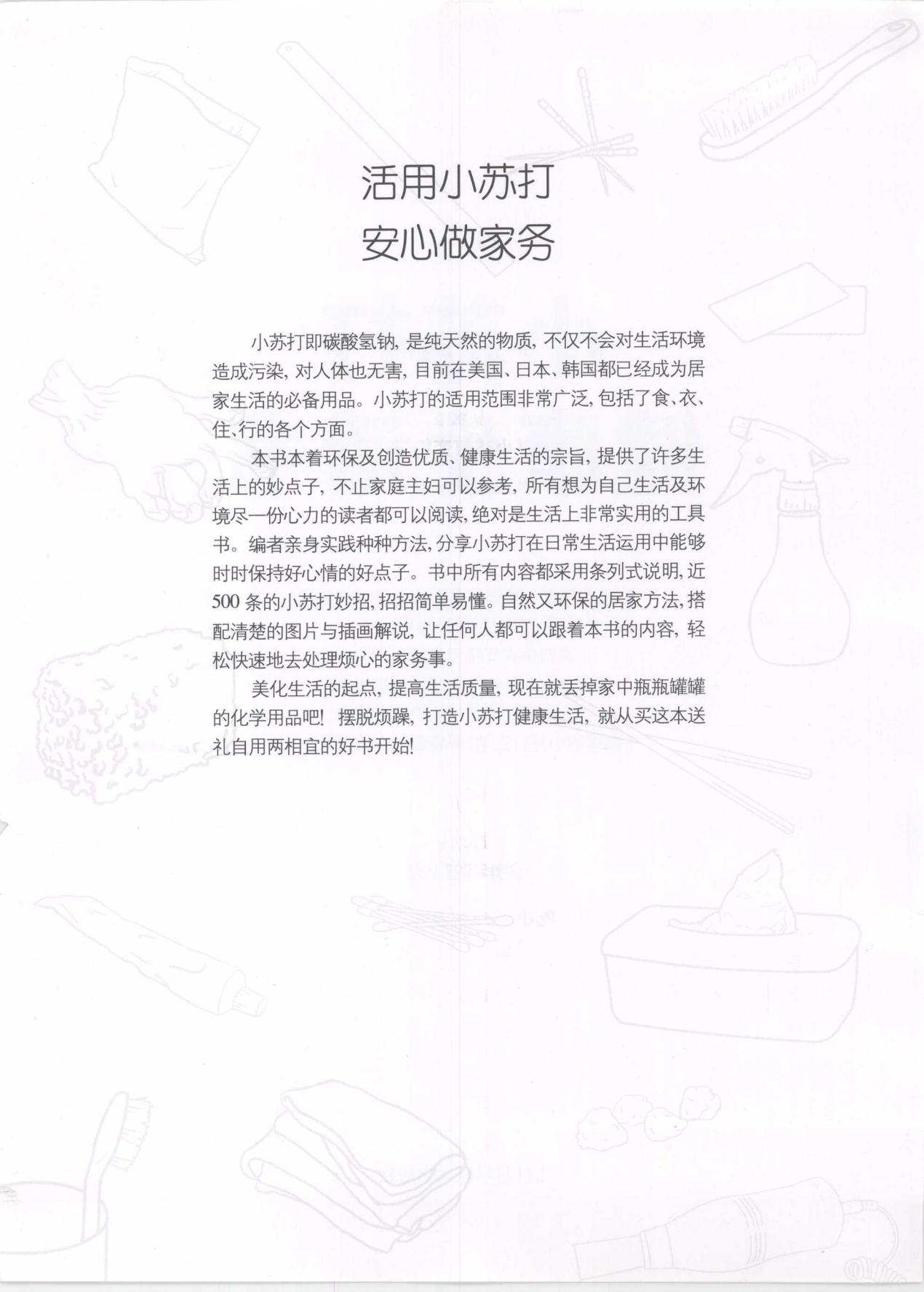
清洁洗涤、烹饪料理、净化排毒……

无论您是在怀疑小苏打妙用的人,
或者您现在已经开始想尝试用小苏打,

我们会通过这本书让您更了解它,
健康的小苏打生活,即将走进你的家庭!

主编 王大龙

吉林科学技术出版社



活用小苏打 安心做家务

小苏打即碳酸氢钠，是纯天然的物质，不仅不会对生活环境造成污染，对人体也无害，目前在美国、日本、韩国都已经成为居家生活的必备用品。小苏打的适用范围非常广泛，包括了食、衣、住、行的各个方面。

本书本着环保及创造优质、健康生活的宗旨，提供了许多生活上的妙点子，不止家庭主妇可以参考，所有想为自己生活及环境尽一份心力的读者都可以阅读，绝对是生活上非常实用的工具书。编者亲身实践种种方法，分享小苏打在日常生活运用中能够时时保持好心情的好点子。书中所有内容都采用条列式说明，近500条的小苏打妙招，招招简单易懂。自然又环保的居家方法，搭配清楚的图片与插画解说，让任何人都可以跟着本书的内容，轻松快速地去处理烦心的家务事。

美化生活的起点，提高生活质量，现在就丢掉家中瓶瓶罐罐的化学用品吧！摆脱烦躁，打造小苏打健康生活，就从买这本送礼自用两相宜的好书开始！

小苏打健康生活书

Contents



小苏打基础篇 · 009

小苏打是什么

小苏打的区分

10 小苏打

10 大苏打

10 苏打

小苏打的种类

11 医用小苏打

11 食用小苏打

小苏打的形态

11 粉状小苏打

11 小苏打溶液

12 块状小苏打

小苏打的特殊性质

11 中和作用

11 除臭作用

11 软水作用

12 研磨作用

12 除湿作用

12 发泡作用

小苏打应用的范围

12 清洁

12 烹饪

12 园艺

12 护肤

12 口腔保健

12 工艺嗜好

12 居家修缮

12 宠物问题

12 汽车

13 手部皮肤会因为每天使用小苏打变粗糙吗

13 小苏打是药吗

13 小苏打就是蒸馒头的碱吗

13 一定要用小苏打才可以蒸馒头吗

14 烹饪不要滥用小苏打

14 小苏打不是食用碱

14 小苏打不是淀粉

14 用小苏打来做菜会影响菜的味道吗

14 吃小苏打有没有药物禁忌

15 小苏打对儿童会有危险吗

15 小苏打, 孕妇用了会影响胎儿吗

15 使用小苏打的注意事项

15 用小苏打可以解决皮肤问题吗

15 小苏打为什么能治胃酸过多
所有胃病都可以服用小苏打吗

16 小苏打有保质期吗
如何收藏小苏打

16 苏打水是“面起子”对的水吗

16 酸碱平衡



清洁篇 · 017

小苏打清洁的基础准备

18 小苏打粉末

18 小苏打溶液

18 棉球

18 棉签

18 筷子

18 废手套

18 抹布

18 废牙刷

18 塑料卡

19 软毛刷

19 硬毛刷

19 牙膏

19 纸巾

19 牙签

19 尺

19 喷壶

19 环保海绵

19 百洁布

客厅的清洁

20 天花板

20 墙壁

21 吊灯

21 电灯开关

22 电器按钮的细缝

22 电视机

23 电源插座

23 遥控器

24 风扇护网

24 空调外壳

25 空调滤网

25 沙发

25 抱枕

25 茶几

25 鞋柜

26 抽屉

26 窗帘

26 雕花饰品

厨房的清洁

27 厨房的瓷砖墙面

27 瓷砖的砖缝

27 料理台台面

28 橱柜把手

28 抽油烟机的风扇

28 抽油烟机的机体

29 集油杯

29 抽油烟机的滤网

29 锅铲上的烧焦物

30 煤气炉架

30 炉嘴

30 煤气炉开关的滤网

31 水龙头

31 水龙头管与墙的夹缝

32 防水边条

32 水槽缝隙

32 水槽滤网

32 水槽滤杯

33 排水管

33 冰箱里的污垢

33 冰箱橡胶边条

34 冰箱把手

34 烤网

35 烤盘

35 烤面包机底的污垢

35 微波炉内的污垢

36 电线快速清洁

36 热水瓶

36 砧板

36 餐具

37 瓶子

37 锅

37 锅的表面

38 锅盖

38 锅盖缝隙

39 杯子

39 杯子内角

39 削皮刀

40 磨泥板

40 漏勺

40 塑料盒盖的细缝

41 筷子

41 筷子盒

窗户的清洁

42 小面积玻璃

42 大面积玻璃

42 雕花玻璃

43 铁窗

43 窗框

43 窗台

44 窗轨

44 纱窗

44 百叶窗

浴厕的清洁

45 瓷砖地面

45 硅胶边

45 水龙头

46 排风扇

46 浴缸

46 脚踏垫

47 喷头的水垢

47 洗手池

48 马桶坐垫

48 马桶刷

48 浴室排水滤网

48 浴缸排水口

其他物品清洁

49 地板

49 地毯上的果汁

49 地毯除尘

50 洗衣机内槽

50 洗衣机排水管



- 51 吸尘器
- 51 电熨斗底部
- 52 电脑
- 52 键盘
- 53 鼠标
- 53 CD 架
- 53 水族缸
- 54 洗衣机
- 54 鞋子防潮
- 54 衣服被烫黄
- 55 烧水壶
- 55 竹藤家具
- 55 木梳
- 56 梳理台
- 56 玻璃桌面
- 57 暖气片
- 57 地板
- 57 地砖

食物清洗篇

- 58 玉米
- 58 水果
- 59 洋葱
- 59 咸菜
- 60 鱼
- 60 肉丝
- 61 羊肉
- 61 黄瓜
- 61 面条
- 62 老牛肉
- 62 海带

炒

- 64 芹菜炒牛肉
- 64 红烧肉
- 65 烧豆角
- 65 锅包肉
- 66 香菇炒菜花
- 66 榨菜肉丝
- 67 宫保鸡丁
- 67 肉丝炒茄条
- 68 糖醋排骨
- 68 回锅肉

爆

- 69 葱爆羊肉
- 69 火爆腰花
- 70 核桃爆鸡丁
- 70 爆炒猪肝
- 71 火爆土豆丝
- 71 油爆双脆
- 72 腰果爆茄丁
- 72 油爆鱿鱼卷
- 73 盐爆肉
- 73 爆炒大头菜

焖

- 74 油焖豇豆
- 74 油焖大虾卷
- 75 焖炒平菇
- 75 焖芦笋鸭掌
- 76 罐焖鸡
- 76 可乐鸡翅

- 77 排骨焖土豆
- 77 油焖笋
- 78 油豆腐焖肉
- 78 酱焖田螺

炖

- 79 炖牛肉
- 79 海带炖鸭
- 80 蘑菇炖豆腐
- 80 奶油炖鳕鱼
- 81 香菇鸡
- 81 猪肉炖粉条
- 81 胡萝卜炖排骨
- 82 酸菜炖肉
- 82 小鸡炖蘑菇

熘

- 83 锅踏豆腐
- 83 醋熘鳊鱼
- 84 黄瓜熘丸子
- 84 醋熘卷心菜
- 85 滑熘肉片
- 85 熘肥肠
- 86 菠萝熘肝尖
- 86 溜鸡脯
- 86 熘鱼片

炸

- 87 干炸肝花
- 87 炸豆腐丸子
- 88 熘杞子炸大虾
- 88 熘香炸石斑鱼块
- 89 炸田鸡腿
- 89 软炸蘑菇

90 炸针鱼
90 清炸里脊
91 炸松肉
91 香炸桂鱼

烹

92 烹蹄筋
92 清烹里脊
93 烹凤爪
93 干烹仔鸡
94 双烹棕球
94 香辣猪蹄
94 炸肉段

汤

95 西红柿牛肉汤
95 鱼头豆腐汤
96 双鲜丸子汤
96 鸽蛋益智汤
97 胡萝卜汤
97 牛肉汤
98 羊肉冬瓜汤
98 海藻荷叶竹笋汤
99 墨鱼肚片汤
99 家常豆花汤

粥

100 黄花菜瘦肉粥
100 红薯鸡蛋粥
101 芹菜海鲜粥
101 玉米粥
102 皮蛋瘦肉粥
102 猪肝陈米绿豆粥
103 苹果麦片粥

103 银耳莲子粥
104 香菇肉粥
104 蔬菜鱼肉粥



保健篇 · 105

护肤

106 去油脂
106 除皱
107 去色斑
107 黑眼圈
108 去角质
108 美白
109 皮肤干燥
109 防粉刺
110 头发的护理
110 去头发的油脂
111 防开叉
111 增亮
111 清除发胶

身体

112 消除疲劳
112 除异味
113 除腋臭
113 去死皮
114 防皮肤松弛
114 防老化
115 清爽、防菌
115 防过敏

四肢

116 双脚疲劳
116 防脚上的角质
117 去脚气
117 去异味
118 止痒
118 防干裂
119 防指甲病
119 防出汗
120 手更白嫩
120 除菌

外伤疾病

121 感冒
121 蚊虫叮咬
121 被蜂蜇伤
122 高血压
122 中风
122 调节失眠
122 腰痛
123 胃酸过多
123 关节痛
123 风湿

口腔清洁

124 刷牙
124 漱口
124 去牙菌斑
125 苏打精盐护牙粉
125 去烟渍
125 防牙过敏
126 预防口臭
126 预防牙龈萎缩

- 126 预防牙齿松动
- 126 防牙石
- 127 预防龋齿
- 127 预防牙龈肿痛

口腔疾病

- 128 牙龈出血
- 128 去舌苔
- 128 牙齿过敏
- 128 牙周炎

儿童篇 · 129

孩子身体的养护

- 130 防皮疹
- 130 止痒
- 131 头发
- 131 指甲

孩子物品的清洗

- 132 奶瓶
- 132 奶嘴
- 132 水杯
- 133 小勺
- 133 瓶刷
- 133 磨牙棒
- 134 围嘴
- 134 吸鼻器
- 134 洗牙布
- 135 绒毛玩具
- 135 床单
- 136 洗脸盆

- 136 洗澡
- 136 便盆



洗涤篇 · 137

- 138 袜子
- 138 衬衫
- 139 床单
- 139 被单
- 140 内衣
- 140 毛巾
- 141 拖鞋
- 141 鞋带
- 142 丝袜
- 142 内裤



园艺篇 · 143

草坪

- 144 草坪根部的养护
- 144 呵护草坪与疏松土壤
- 144 草坪害虫的驱除
- 144 草坪枯萎的治理
- 144 草坪养料的吸收
- 144 草坪土壤的平衡
- 144 草坪生长的加速
- 144 草坪异味的消除

花卉

- 145 月季
- 145 兰花

- 146 昙花
- 146 菊花
- 147 仙人掌
- 147 君子兰
- 147 叶片发黄
- 148 促进养料吸收
- 148 用于插花
- 148 花叶
- 149 防病虫
- 149 防治花卉病
- 150 去腥味
- 150 霜霉病
- 150 灰霉病
- 150 炭疽病

树木

- 151 枯萎
- 151 根系腐烂
- 151 保护带
- 151 消毒
- 152 土培
- 152 抗旱性
- 152 疏松土壤



宠物篇 · 153

宠物的清洁

- 154 地面被宠物弄脏
- 154 宠物毛发
- 155 宠物耳朵
- 155 宠物耳道
- 156 宠物鼻子



- 156 宠物牙齿
- 157 宠物爪子
- 157 宠物尾巴
- 157 宠物踩过的地毯
- 158 宠物的洗浴
- 158 宠物窝
- 159 宠物的衣服
- 159 宠物的饮水盆
- 159 宠物的异味
- 160 宠物的玩具
- 160 宠物的食物用具

宠物的保健

- 161 胃肠炎症
- 161 宠物牙石
- 161 败血病
- 162 烧伤
- 162 治疗碱化尿液
- 162 消化
- 163 跳蚤
- 163 感冒
- 163 过敏
- 163 营养不良
- 164 皮肤病
- 164 免疫力
- 164 腹泻
- 164 有害物质

汽车专用的清洁用品

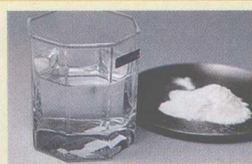
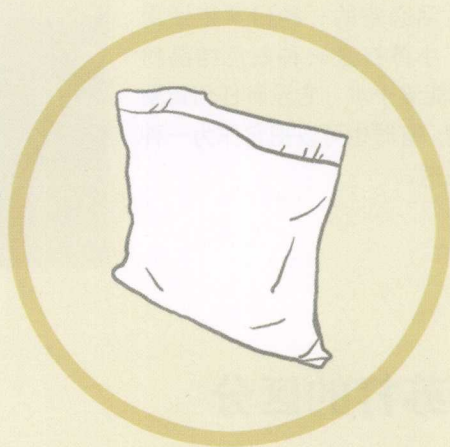
- 166 水源
- 166 海绵
- 166 毛巾
- 166 鹿皮
- 166 板刷
- 166 擦车布
- 166 吸尘器
- 167 车身的清洁
- 167 玻璃的清洁
- 168 车灯的清洁
- 168 车门把手的清洁
- 168 后视镜的清洁
- 168 安全带
- 169 排气筒的清洁
- 169 雨打器的清洁
- 169 安全把手

汽车内部清洁

- 170 顶棚
- 170 皮椅的清洁
- 171 竹坐垫的清洁
- 171 软坐垫的清洁
- 171 空气的净化
- 172 烟灰缸的清洁
- 172 车内音响的清洁
- 172 车内尘土及脏物的清洁
- 173 脚踏垫的清洁
- 173 汽车空调口
- 174 后备箱的清洁
- 174 控制台的清洁

- 175 后平台
- 175 变速杆
- 175 靠垫
- 175 方向盘

第一章 小苏打基础篇





SODA 小苏打是什么

小苏打,可以让我们平时制作的面食更加松软可口,它是家庭生活必备的一种日常生活用品。小苏打是一种白色结晶粉末,能溶于水。它没有任何毒副作用,有时也可以把它作为一种干燥剂。



SODA 小苏打的区分

1. 小苏打

小苏打是白色晶体,溶于水,水溶液呈弱碱性。在热空气中,它能缓慢分解,放出一部分二氧化碳,加热至 270°C 时全部分解放出二氧化碳。

小苏打的这些性质,使它在生产和生活中有许多重要的用途。在灭火器里,它是产生二氧化碳的原料之一;在食品工业上,它是发酵粉的一种主要原料;在制造饮料时,它也是常用的一种原料;在医疗上,它是治疗胃酸过多的一种药剂。

2. 大苏打

大苏打是无色透明的晶体,易溶于水,水溶液显弱碱性。它在 33°C 以上的干燥空气中风化而失去结晶水。在中性、碱性溶液中较稳定,在酸性溶液中会迅速分解。

3. 苏打

是一种十分重要的化工产品,是玻璃、肥皂、纺织、造纸、制革等工业的重要原料。冶金工业以及净化水也都用到它,它还可用于其他钠化合物的制造。在日常生活中,苏打也有很多用途,比如它可以直接作为洗涤剂使用,在蒸馒头时加一些苏打,可以中和发酵过程中产生的酸性物质。

SODA 小苏打的种类

1. 医用小苏打

在医疗上,它是治疗胃酸过多的一种药剂,也可以用来清洗牙齿和假牙。

2. 食用小苏打

在食品工业上,它是发酵粉的一种主要原料。

SODA 小苏打的形态



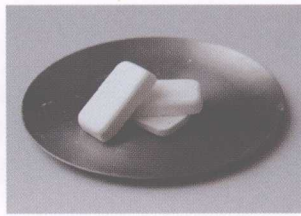
1. 粉状小苏打

传统的小苏打是大家熟悉的,它的外表形态是一种粉剂,一般是袋装的。在商场及各种食品商店都可以买到。



2. 小苏打溶液

为了适应小苏打本身的功能和新的作用,对小苏打做了一些改变,就有了液态的喷洒剂。



3. 块状小苏打

为了方便人们的使用,又有了呈肥皂块状的小苏打。这种改变使小苏打的使用和携带更加方便,小苏打更加贴近了人们的生活。

SODA 小苏打的特殊性质

1. 中和作用

因为小苏打是一种弱碱,所以它可以中和含有酸的物质。比如,家庭用油、机油等,还可以中和蚊虫叮咬造成痛痒的酸性物质。

2. 除臭作用

小苏打还有除臭的作用,经常用小苏打会使空气变的清新,有利于身体健康,和一般的空气芳新剂不同,小苏打完全无公害而且可以吸收臭味,厨房、垃圾桶等等都可以用到小苏打,效果一般可以持续2个多月。

3. 软水作用

有的自来水中的金属离子含量较多,如钙和镁,含量越多,水质越硬,影响人的身体健康。小苏打,可以很好的与这些金属离子反应,使水质软化,软化后的水无论是引用还是洗涤,都是益健康的。



4. 研磨作用

小苏打是一种细小的固体颗粒，所以它具有一定的研磨作用。这种特性不但可以消除污垢，而且在清洁污垢的同时不会磨损物品表面。

5. 除湿作用

小苏打对水及水蒸气有吸收作用，因此用它可以来除湿，让空气变得不那么潮湿。

6. 发泡作用

小苏打加热或者与酸反应产生二氧化碳，多用在制作蛋糕的工艺上，但在清洁中，这种发泡反应可以更好的清除边边角角的污垢。

SODA 小苏打应用的范围

1. 清洁

小苏打是一种弱碱，它可以中和一些不洁物质中的酸。凭借它的研磨作用，在日常生活中，我们可以用小苏打来清洁衣物、厨具等。

2. 烹饪

在烹饪中，可以利用小苏打的发泡作用，让我们的食物更加可口。

3. 园艺

小苏打可以抑制某些对植物有害的细菌的繁殖和发育，所以在园艺中也有小苏打的一席之地。

4. 护肤

溶于水后的小苏打能释放出大量的二氧化碳。二氧化碳小气泡能浸透和穿过毛孔及皮肤的角质层，使细胞的新陈代谢旺盛，达到护肤的效果。

5. 口腔保健

利用小苏打的研磨作用和中和作用，它在口腔保健中起着保健和养护牙齿及牙龈的功效。

6. 孩童照顾

小孩子需要细心的呵护，小苏打在孩童照顾中也扮演着重要的角色。

7. 工艺嗜好

小苏打的某些特性也使它成为了工艺爱好者的良好材料。

8. 宠物问题

小苏打在宠物养护上更是大有作为，如宠物的清洁、饲养喂养、宠物的健康维护等。

9. 汽车

随着对小苏打相关知识了解的增多，越来越多的人将小苏打应用到汽车的清洁与保养中。

SODA 手部皮肤会因为每天使用小苏打变粗糙吗

小苏打刺激性特别低,请放心使用。许多主妇因为每天刷碗、洗衣、清洁……双手会变粗糙。但是用小苏打的话就不用担心了,因为它对肌肤的刺激特别低,跟清洁剂相比,是天然的物质。但如果个别人的皮肤有碱性过敏症状,就要小心用量和用法了。

SODA 小苏打是药吗

在医疗上,它是治疗胃酸过多的一种药剂。主要作用是中和胃酸、作用快、时间短、抗酸能力较弱,用于防治酸中毒,碱化尿液,软化肝脏。成人口服的剂量为 0.5 ~ 1.5 克/次,每日最多不超过 3 次。

注意,千万不要过量食用,以免碱中毒。

SODA 小苏打就是蒸馒头的碱吗

小苏打的化学名称叫碳酸氢钠,经常用它当发酵粉做馒头。小苏打是焙制糕点所用的发酵粉的主要成分之一。



SODA 一定要用小苏打才可以蒸馒头吗

用小苏打蒸馒头,如果用量掌握不好,馒头的味道会有很重的碱味。现在家庭蒸馒头除了用小苏打,鲜酵母和发酵粉效果也不错。

SODA 烹饪不要滥用小苏打

通常用来作粥的玉米渣,由于口感较粳米生硬,且缺乏黏稠感,因此一些“巧妇”会添加一些小苏打,使得熬制的玉米粥会更黏稠、更柔软。不但粗粮粥,就连一般的白米粥,有些人因为口感的喜好,也会习惯性地添加小苏打。

虽然小苏打能够满足人们对食物要求,但用法,用量不对的话,也可能会带来一些不良的后果。所以,烹饪时不要过量使用,只要一点点就可以。



SODA 小苏打不是食用碱

食用碱通常指的是碳酸钠, 在水溶液中, 能强烈促进肉质软化, 缺点是有股难闻的碱味和份量重时会对人体有害, 多用于泡软干货。

而小苏打指的是碳酸氢钠, 为弱碱, 可破坏肉质纤维结构, 使肉类吸收水分, 从而使肉质松软和膨胀, 达到鲜嫩爽滑松软的目的!

SODA 小苏打不是淀粉

勾芡用的淀粉, 又叫做团粉, 是由多个葡萄糖分子缩合而成的多糖聚合物。烹调用的淀粉, 主要有绿豆淀粉、马铃薯淀粉、麦类淀粉、菱角淀粉、藕淀粉、玉米淀粉等。淀粉不溶于水, 在水加热至 60°C 时, 则糊化成胶体溶液。勾芡就是利用淀粉的这种特性。

SODA 用小苏打来做菜会影响菜的味道吗

做菜用的小苏打虽然带点咸味, 但是和盐并不同。注意做菜时只要一点, 与其他口味较重的食材搭配, 不会影响菜的味道。不仅如此, 添加些许的小苏打还可以抑制过强的酸味, 非常适合用在烹饪上。

SODA 吃小苏打有没有什么药物禁忌

因为我们的胃液是酸性的, 长期吃小苏打的话, 会中和胃酸, 这样的话, 胃液可能由酸性变成中性或碱性。中性或碱性的胃酸不能对食物进行很好的消化, 同时, 它不能将食物中的有毒物质或细菌杀灭掉, 这样的话, 可能容易患胃炎、腹胀等, 所以不能长期服用。

吃小苏打的话一定要注意饮食卫生, 少吃酸性食物, 药物如维生素 C 就不可与其同服, 严重胃溃疡患者忌用, 忌与酸性药物配伍。

SODA 小苏打对儿童会有危险吗

小苏打对儿童是绝对安全的,给儿童使用不用担心。它可以用来清洗婴幼儿衣物、给玩具消毒,跟一般化学类的清洁剂比起来,小苏打更让人安心。

SODA 小苏打,孕妇用了会影响胎儿吗

孕妇服用小剂量的小苏打不会有影响,但不要长期和大量服用,酸性过强,碱性过强对孕妇都不可以。吃多了会让身体 pH 值呈过碱性,对胎儿自然有影响了。

SODA 使用小苏打的注意事项

铝制容器、不锈钢制品都要避免使用。但是,树脂加工的家具、地板、玻璃或塑胶就没有这方面的顾虑。不过,小苏打容易在颜色较深的物品上留下白色残留物,所以最后一定要用清水擦拭干净。另外,正在接受高血压或肾脏病治疗的患者,在食用小苏打前请先与医生沟通,因为如果正在服药,小苏打有可能造成身体不易吸收药物,这点请特别注意。

SODA 用小苏打可以解决皮肤问题吗

少量的小苏打溶解后,其水溶液不会对皮肤造成伤害,尤其是对于油性皮肤,能够在清洁的同时,平衡油脂分泌。可以平衡皮肤的酸碱值,同时帮助改善出油现象。用于皮肤的小苏打,要选用那种极细粉末的,其次,小苏打是碱性的,而皮肤是弱酸性的。洗完脸擦干以后,最好在化妆棉上撒一些纯净蒸馏水,把皮肤好好擦一遍。

SODA 小苏打为何能治胃酸过多 所有胃病都可以服用小苏打吗

胃酸过多,一般服用小苏打可以适当缓解,降低胃酸的浓度。但不是所有胃病都能用小苏打来解决的,一旦并发有胃溃疡或胃穿孔症状,那么用小苏打就不合适了,因为反应产生的二氧化碳会刺激胃黏膜,反而使胃酸分泌更多。所以,不要胃部不舒服就用小苏打。要根据实际情况,不要盲目服用。