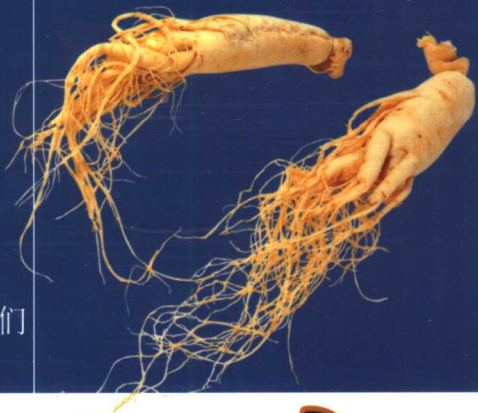


醉翁之意不在酒
而在于情绪的需要
药借酒势不在品
而在于养生的需要
此书献给保健养生、
延年益寿、热爱生活的人们



荣树图书策划工作室
RONGSHU TUSHU CEHU GONGZUOSHI

家庭日常滋补系列丛书

王强虎 编著

药

酒



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

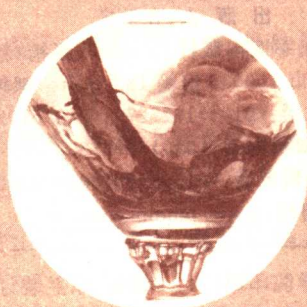


家庭日常滋补系列丛书

药酒

YAOJIU

王强虎 编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

药酒/王强虎编著. —北京:人民军医出版社,2007.9

(家庭日常滋补系列丛书)

ISBN 978-7-5091-1221-2

I. 药… II. 王… III. 药酒—食物疗法 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 139050 号

策划编辑:崔晓荣

文字编辑:翁德昌

责任审读:李 晨

闫树军

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8166

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:后勤指挥学院印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:880mm×1230mm 1/24

印张:8 字数:161千字

版、印次:2007年9月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:27.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



· 内 容 提 要

本书是“家庭日常滋补系列丛书”之一,作者在探究酒文化的基础上,简要介绍了源远流长的酒文化,各种酒类的营养成分、饮用之法。收录了治疗常见疾病的数百余种药酒配方,详细介绍了制作方法、适用人群、治疗功效、饮用方法等。本书所选药酒处方,具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等特点,只要对症选方、灵活运用,就能取得较好的养生疗效,尤其适合于日常保健,常见病、慢性病的家庭调理及治疗。本书适用范围广泛,极具预防、保健价值,故可供广大群众、病人、医学工作者参考使用。



前言

酒在古代被称为“百药之长”。人们不但把酒当作饮料,也当作药物。由于酒的特殊作用,几千年来,酒不仅引得无数文人墨客吟诗作赋,而且形成了一种独特的保健方法——酒疗。随着酒的应用范围扩大,随之诞生的药酒更是奇妙无比,被称为祖国医学中的一朵奇葩,古往今来,不少养生家更是借酒之功效配以良药,使患久疾之人得以康复。

这是因为,药酒是药物和食物有机结合的产物,既可作为药物,又可作为食物,有祛病强身、延年益寿的功效,在临床医疗、保健方面得到广泛应用,在民间更有其广泛的使用基础。中医理论认为,药酒能“通血脉,厚肠胃,散湿气,消忧解愁”。缘由在于酒是极好的有机溶媒,可以浸出水不能浸出的药物有效成分,而起到防病治病的作用。

本书是“家庭日常滋补系列丛书”之一,作者在探究酒文化的基础上,概略地介绍了源远流长的酒文化,各种酒类的营养成分、饮用之法,使读者在受到酒文化熏陶的同时,还能享受到健康生活的乐趣。闲情一刻,把酒展卷,细细品味,余音绕梁,作者愿与诸君一起共享健康饮酒的乐趣。

本书精心介绍了药酒的种类,收录了常见疾病的数百余种药酒配方,详细介绍了制作方法、适用人群、治疗功效、饮用方法等。本书所选药酒处方,具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等特点,只要对症选方、灵活运用,就能取得较好的养生疗效,尤其适合于日常保健、常见病、慢性病的家庭调理及治疗。本书适用范围广泛,极具预防、保健价值,故可供广大群众、病人、医学工作者参考使用。

编者 2007年4月8日于西安

Contents



目录

第一章 喝酒喝出健康来 / 1

酒为何是古今人的最爱 / 3

少量饮酒有益于健康 / 4

科学饮酒最忌过量 / 4

常人该如何科学饮酒 / 5

生活中喝酒应防止的误区 / 7

过量饮酒对人体造成的伤害 / 8

肝病患者应绝对禁酒 / 10

为什么要禁忌空腹饮酒 / 11

生活中常用的醉酒解酒法 / 12

甘草葛花汤 / 13

陈皮葛根汤 / 13

葛根薄荷丸 / 13

睡前饮酒催眠要不得 / 14

白酒有哪些养生作用 / 15

米酒的作用与滋补功效 / 16

黄酒的营养与养生作用 / 16

黄酒的药用价值与饮用方法 / 18

葡萄酒最益于人体健康 / 19

啤酒的养生作用与功效 / 21

第二章 药酒滋补最相宜 / 25

历史上酒与药紧密相关 / 27

药酒的现代概念是什么 / 28

药酒滋补疗法的注意事项 / 28

药酒都有哪些优点 / 29

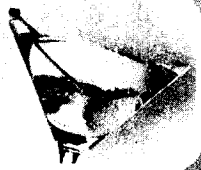
常用的药酒制作方法 / 30

家庭该如何泡服药酒 / 32

如何正确选购商品药酒 / 32

药酒有什么贮存要求 / 33

目 录



Contents

第三章 养生宜喝保健酒 / 35

药酒与保健酒相同吗 / 37

宜于美容养颜的药酒 / 38

酸枣仁酒 / 39

白鸽血竭酒 / 39

补血美容酒 / 40

白米糯米酒 / 40

葡萄糯米酒 / 41

核桃红枣酒 / 41

轻松减肥宜选的药酒 / 43

酥梨葡萄酒 / 44

能延缓衰老的药酒 / 45

西洋参酒 / 45

葛蒲白米酒 / 46

人参枸杞酒 / 47

党参地黄酒 / 48

黄精松针酒 / 48

气血不足者宜喝的药酒 / 49

人参补益酒 / 50

人参二冬酒 / 51

党参黄芪酒 / 51

首乌地黄酒 / 52

桑叶糯米酒 / 53

春季宜喝的保健酒 / 53

春补延年酒 / 54

薄荷糯米酒 / 54

莲子糯米酒 / 54

冬季宜喝的保健酒 / 55

羊肉生梨酒 / 55

右归酒 / 56

Contents



目录

竹黄酒 / 56
能缓解慢性疲劳的药酒 / 57

龙眼桂花酒 / 57

松叶竹叶酒 / 58

人参解困酒 / 58

人参三七酒 / 59

菠萝砂糖酒 / 59

果酒是人们理想的保健酒 / 60

怎样科学选购果酒 / 61

第四章 疾病防治宜喝的药酒 / 63

祛除老年人便秘的药酒 / 65

嫩竹泡白酒 / 65

桃仁米酒 / 66

火麻子酒 / 66

蜂蜜红曲酒 / 67

地黄羊脂酒 / 67

松子仁酒 / 68

能缓解腰腿酸痛的药酒 / 69

杜仲苍术酒 / 69

杜仲酒 / 69

枸杞子麻仁酒 / 70

地黄酒 / 70

牛膝薏仁酒 / 71

祛除老年人尿频的药酒 / 71

金樱首乌酒 / 72

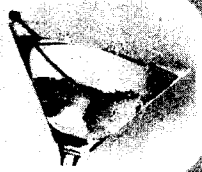
补肾缩尿酒 / 73

蛤蚧缩尿酒 / 73

黄芪尿频酒 / 74

猕猴桃酒 / 74

目录



Contents

产后气血虚弱宜喝的药酒 / 75

杜仲桂心酒 / 75

糯米冰糖酒 / 76

独活肉桂酒 / 76

人参当归酒 / 77

山莲藕酒 / 77

桂圆枸杞酒 / 78

山茱萸酒 / 78

乌鸡米酒 / 79

母鸡参芪酒 / 79

能轻松解除痛经的药酒 / 80

红花苏木酒 / 80

红花红糖酒 / 80

首乌生地酒 / 81

当归益母酒 / 82

当归元胡酒 / 82

茶根茴香酒 / 83

山楂当归酒 / 84

山楂桂圆酒 / 84

女性产后腹痛宜喝的药酒 / 85

羌活止痛酒 / 85

当归地黄酒 / 86

当归肉桂酒 / 86

元胡止痛酒 / 86

泽兰米酒 / 87

能调理月经的药酒 / 87

益母泽兰酒 / 87

当归阿胶酒 / 88

阿胶黄酒 / 88

枸杞杜仲酒 / 89

Contents



当归川芎酒 / 90
茴香桂枝酒 / 90
当归远志酒 / 90
女性闭经宜喝的通经酒 / 91
牛膝参归酒 / 91
牛膝通经酒 / 92
当归红花酒 / 92
枸杞常春酒 / 93
女性阴冷滋补药酒 / 94
人参羊藿酒 / 94
人参鹿茸酒 / 95
鹤鹑菟丝酒 / 95
能治疗带下病的药酒 / 96
芍药黄芪酒 / 96
地榆黄柏酒 / 96
莲子山药酒 / 97

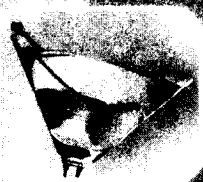
能预防治疗感冒的药酒 / 98

金橘蜂蜜酒 / 98
苦参桔梗酒 / 99
花椒柏叶酒 / 99
肉桂调黄酒 / 100
红茶姜汁酒 / 100
豆豉荆芥酒 / 101
豆豉葱白酒 / 101
紫苏陈皮酒 / 102
葱姜食盐酒 / 103
桑菊酒 / 104

轻松治疗气管炎的美味酒 / 104

天天果酒 / 104
紫苏杏仁酒 / 105
杜鹃酒 / 105

目录



Contents

能消除哮喘病的药酒 / 106

板油白蜜酒 / 106

桑白皮酒 / 106

蛤蚧定喘酒 / 107

能治疗肺结核病的药酒 / 108

止咳雪梨酒 / 108

双参麦冬酒 / 109

灵芝人参酒 / 109

五味子酒 / 110

天冬酒 / 110

能够降低血压的药酒 / 111

天麻首乌酒 / 112

芹菜砂糖酒 / 112

洋葱红酒 / 113

松花粉酒 / 113

菊花枸杞酒 / 114

薯蓣人参酒 / 114

甘菊花酒 / 114

天麻川芎酒 / 115

卒中后遗症宜饮的药酒 / 115

独活牛膝酒 / 116

白花蛇酒 / 117

威灵仙酒 / 117

石楠防风酒 / 117

黄芪乌蛇酒 / 118

补血壮骨酒 / 118

樱桃白酒 / 118

当归白芍药酒 / 119

乌鸡酒 / 119

天麻附子酒 / 119

Contents



目录

延缓视力衰退的药酒 / 120

桑椹子酒 / 120

杞菊地冬酒 / 121

枸杞酒 / 122

冠心病病人安身保健药酒 / 122

丹参赤芍酒 / 123

灵芝三七酒 / 123

丹参活血酒 / 124

双参山楂酒 / 124

丹参蜜酒 / 125

枸杞芝麻酒 / 125

瓜蒌薤白酒 / 126

桃花马兰酒 / 126

枸杞龙眼酒 / 127

党参生地酒 / 127

枣根半夏酒 / 127

三七活血酒 / 127

桂花米酒 / 128

葡萄神曲酒 / 129

红参鹿茸酒 / 129

仙灵川芎酒 / 129

延胡山楂酒 / 129

薤白三七酒 / 130

黄芪生脉酒 / 130

生脉救心酒 / 131

能祛除失眠的药酒 / 131

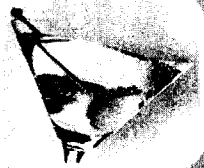
大蒜砂糖酒 / 131

灵芝酒 / 132

柏子仁归身酒 / 132

五味子酒 / 133

目 录



Contents

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 熟地枸杞酒 / 133 | 草果山楂酒 / 139 |
| 枸杞茯神酒 / 134 | 青梅止痛酒 / 140 |
| 熟地养神酒 / 134 | 核桃梨根酒 / 140 |
| 熟地人参酒 / 134 | 地榆木香酒 / 140 |
| 枸杞酸枣酒 / 135 | 佛手酒 / 140 |
| 益智安神酒 / 135 | 番茄酒 / 141 |
| 麦冬安神酒 / 135 | 佛手五加皮酒 / 142 |
| 枣仁安神酒 / 136 | 川椒温胃酒 / 142 |
| 桂圆酒 / 136 | 灵脾肉桂酒 / 143 |
| 灵芝丹参酒 / 136 | 附子酒 / 143 |
| 单味远志酒 / 137 | 丁香山楂酒 / 143 |
| 葡萄酒 / 137 | 能治疗消化性溃疡的药酒 / 144 |
| 养血安神酒 / 137 | 黄狗暖胃酒 / 145 |
| 祛除慢性胃炎的药酒 / 138 | 青皮核桃酒 / 145 |
| 人参养胃酒 / 138 | 佛手养胃酒 / 145 |

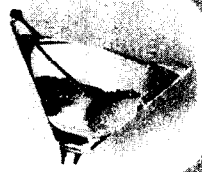
Contents



目录

- 金橘开胃酒 / 146
- 丁香暖胃酒 / 146
- 能纠正缺铁性贫血的药酒 / 147
- 参归补虚酒 / 147
- 柏子首乌酒 / 148
- 当归白芍酒 / 148
- 能降低血糖的美味药酒 / 148
- 草莓橘子酒 / 149
- 人参枸杞酒 / 150
- 首乌黄精酒 / 150
- 地黄降糖酒 / 150
- 仙灵脾降糖酒 / 151
- 茯苓降糖酒 / 151
- 能治疗风湿性关节炎的药酒 / 151
- 乌梢蛇祛痹酒 / 152
- 木瓜牛膝酒 / 152
- 独活人参酒 / 152
- 僵蚕黑豆酒 / 153
- 当归独活酒 / 154
- 三枫止痛酒 / 154
- 追风止痛酒 / 154
- 参苓橘红酒 / 155
- 木瓜祛痹酒 / 155
- 能改变脱发白发的药酒 / 156
- 首乌黑发酒 / 156
- 乌归黑发酒 / 156
- 黄精黑发酒 / 157
- 能防治阳痿的药酒 / 158
- 五加二仙酒 / 158
- 枸杞补肾酒 / 159

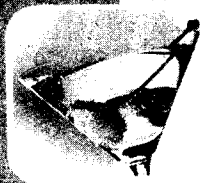
目 录



Contents

- | | |
|-------------------|------------------|
| 海狗肾糯米酒 / 159 | 三七跌打活血酒 / 165 |
| 肉苁蓉酒 / 159 | 寄奴止痛酒 / 166 |
| 狗肾黄酒 / 160 | 化瘀止痛酒 / 166 |
| 黄精天冬酒 / 160 | 用于防治痔疮的药酒 / 166 |
| 首乌地黄酒 / 160 | 茄子酒 / 167 |
| 巴戟二子酒 / 161 | 茅茅酒 / 167 |
| 仙灵脾酒 / 161 | 无花果酒 / 167 |
| 蚂蚁补肾酒 / 161 | 颈椎病的常用药酒疗法 / 168 |
| 狗脊菟丝酒 / 162 | 蛤蚧蕲蛇酒 / 169 |
| 杜仲补肾酒 / 162 | 川乌草乌酒 / 169 |
| 菟丝五味酒 / 163 | 独活寄生酒 / 170 |
| 鹿茸山药酒 / 163 | 牛膝秦艽酒 / 170 |
| 治疗跌打损伤的常用药酒 / 164 | 牛膝薏米酒 / 170 |
| 赤芍当归酒 / 165 | 草乌细辛酒 / 171 |
| 苏木活血酒 / 165 | 木瓜砂糖酒 / 171 |

Contents



目录

治疗腰椎间盘突出症的药酒方 / 172

延胡索酒 / 172

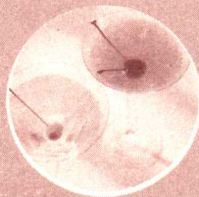
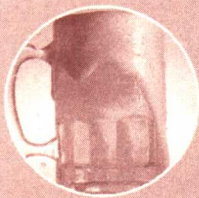
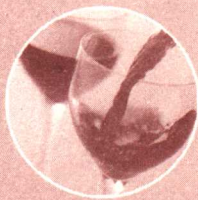
茄皮鹿角酒 / 172

追风药酒 / 173

牛膝附子酒 / 173

人参熟地酒 / 173

四虫雪莲酒 / 174



第一章

喝酒喝出健康来