

营养与健康手册

中草药保健 与养生大趋势

主编 黄斌



人民日报出版社

目 录

第一章 中草药是人类健康的使者	(1)
第一节 中草药的基础知识	(2)
一、中药的概念	(2)
二、中草药简史	(4)
三、中草药的命名	(7)
四、中草药的分类	(9)
五、中草药的发现和使用	(11)
第二节 历史悠久的中草药文化	(13)
一、从“彭祖食桂”到“茅葛施医”	(13)
二、六朝时期的中医药发展	(14)
三、《本草纲目》和异国草药	(15)
四、江宁名医药材闻名天下	(15)
五、中草药药物知识的起源和积累	(16)
第三节 中草药的国际地位	(19)
一、中药在美国	(19)
二、中医药在非洲	(20)
三、中医药在澳大利亚	(21)
四、中药保健品在日本	(22)
第二章 中草药与中医保健	(25)
第一节 中医学概要	(26)
一、中医学的发展概况	(26)
二、中医学的基本特点	(33)

三、阴阳五行学说	(37)
四、藏象学说	(40)
五、气、血、津液学说	(41)
六、经络学说	(42)
七、病因与发病	(43)
八、病机学说	(43)
九、防治原则	(45)
第二节 为什么中草药保健效果好	(46)
一、中草药的产地特殊	(46)
二、中草药采集科学	(47)
三、中草药的贮藏考究	(51)
四、中草药的炮制得当	(52)
第三章 中草药治病优于西药	(58)
第一节 中草药与西药的区别	(59)
一、中药和西药概念内涵试探	(60)
二、中药与西药的活性物质基础不同	(65)
三、中成药是复方	(65)
四、中西药差异原因分析	(66)
第二节 中草药治病比西药好在哪里	(67)
一、中草药源于自然,副作用小	(68)
二、西药一般治标,中药标本兼治	(69)
三、人体对药物没有依赖性	(71)
四、中药也“来的快”	(72)
五、中药毒性低,西药则很难做到	(73)
第三节 中草药的药性理论	(74)
一、古代中草药的药性理论	(74)
二、当代中草药的药性理论	(78)
第四章 我国中草药发展走向辉煌	(87)
第一节 千年根基,铸就国际品牌	(88)
第二节 强大质量体系,打造放心健康品	(88)
一、三大体系控制产品质量	(89)

第三节 我国中草药企业发展	(94)
一、“双鼎”同获第一家	(94)
二、获鼎资格要求	(96)
第五章 我国致力于打造优质中草药保健品	(98)
第一节 保健品	(99)
一、保健品简介	(99)
二、保健品与一般食品的区别	(102)
三、保健食品的主要功能和特点	(104)
第二节 中草药类保健品	(105)
一、中草药保健品越来越受消费者青睐	(106)
二、中草药保健品将成为中药产业发展主流	(107)
第三节 中草药产品的五大显著特点	(108)
一、安全无毒副作用	(109)
二、功效确切	(109)
三、适用人群广泛	(109)
四、可长期服用	(110)
五、源于自然,无化学成分	(110)
第四节 中草药保健食品的典型代表	(111)
一、灵芝	(111)
二、茯苓	(112)
三、枸杞	(114)
四、桑叶	(115)
五、菊花	(116)
六、山药	(117)
七、当归	(118)
八、阿胶	(118)
九、珍珠	(119)
第六章 中草药护肤品	(124)
第一节 如何保养脆弱的肌肤	(125)
一、教你如何护理干性皮肤	(125)
二、四季皮肤护理要责	(127)

第二节 如何选择化妆品 (132)

第三节 中草药护肤品的特点 (138)

一、抗自由基 (138)

二、纯天然植物提取成分 (146)

第四节 中草药护肤品代表 (151)

一、维雅洁面乳 (151)

二、维雅活肤水 (152)

三、维雅保湿眼霜 (152)

四、维雅保湿润肤露 (152)

五、维雅保湿晚霜 (153)

第七章 中草药个人护理品 (154)

第一节 如何做好个人护理 (155)

一、美好生活从头开始 (155)

二、正确护理口腔牙齿 (156)

三、常洗澡,身体好 (157)

第二节 中草药护理品相关信息 (162)

一、鸭脚木制品的代表——植雅沐浴露 (163)

二、人参制品的代表——植雅洗发露 (164)

三、中草药牙膏的代表——植雅牙膏 (170)

第三节 中草药洗涤剂系列 (172)

一、洗涤用品成分分析 (172)

二、中草药产品的植物成分 (175)

三、洗涤剂古今谈 (176)

四、化学洗涤剂与健康的关系 (178)

五、未来洗涤剂行业发展趋势 (180)

第八章 无限极保健食品与中医学的扶正祛邪 (183)

第一节 无限极系列生物调节剂辨证论治和辨病论治 (184)

第二节 复合多糖的临床价值及其调节反应 (238)

第三节 人类健康的新曙光 (247)

维雅灵动焕颜液:让你健康更美丽 (247)

无限极维康素:让你倍感健康、活力、好状态! (248)

第
一
章

◎ 中草药是人类健康的使者





中草药是中医所使用的独特药物,也是中医区别于其他医学的重要标志。它是我国劳动人民在长期的社会实践中,通过无数次实践尝试、摸索和总结出的、可用于疾病防治的自然物。

中草药包括植物药(根、茎、叶、果)、动物药(内脏、皮、骨、器官等)和矿物药等,并非仅指“草”类药。因植物药占中药的大多数,所以中药又称中草药。中草药历史悠久,源远流长,它不仅是我国医药经济中独具特色的重要组成部分,也是国际医药,特别是植物药、天然药物的有机组成部分。在博大精深的中华医药学文化长河中,我国人民对中草药的探索、研究经历了几千年的历史,最终形成了一门独立的科学——本草学。

中草药的应用理论比较独特,中药有四气五味。四气又称四性,是指药性的寒、热、温、凉;五味指药物的辛、酸、甘、苦、咸。中草药的气、味不同,其疗效也各异。

目前,我国各地使用的中草药已达 5000 种左右,把各种药材相配伍而形成的方剂,更是数不胜数。中草药的应用形式也多种多样,有用药物加水煎熟后去渣留汁而成的汤剂,有研磨成粉末状的粉剂,还有丸剂、膏剂、酒剂、片剂、冲剂、注射剂等等。

中草药中有许多名药,植物药以人参、灵芝、何首乌、枸杞等最为著名,动物药以牛黄、熊胆、蛇毒、鹿茸等最为珍贵,矿物药以朱砂、芒硝等最为常用。

第一节 中草药的基础知识

一、中药的概念

凡是以中国传统的医药学理论(如四气五味、升降浮沉、归经、补泻润燥、配伍反畏等)为指导,来解释其作用和用途而用以防病、

治病、保健的药物,均可称为中药。

目前,很多人对中药和西药的概念不是很明了,存在许多误解,大致有以下几种:

第一,(用原来的“(一)”与下文不符,下文的“(一)”是用黑体突出)中国出产的药物为中药,外国研制和生产的药物为西药。这在现代医学刚传入我国的初期,似可理解。但现在,我国不仅能制造和生产国外最先研究和生产的药物,亦研究制造和生产了很多属我国首创的药物,如天花粉素、棉酚等天然产物药物,以及一大批人工合成的药物。事实上,这些药物是西药而不是中药。此外,像乳香、西洋参等药物,虽实产于外国,但它们不是西药,而早已成为中药。

第二,中医使用的药物为中药,西医使用的药物为西药。这看似有道理,但仔细分析,也不确切:

(1)西医也使用大黄、甘草等,但不能就此简单地称其为西药;中医即使施用维生素类药物,也不能就此称其为中药。

(2)若中药处方所使用的中药,不考虑中药的基本内容(性味、升降浮沉等),仅考虑其现代科学的功效(如升血压作用、抗菌作用等),且违背中医药学的用药规律(如“君臣佐使”配伍),即俗称的“中药西用”,此时的中药称作西药更合适。

(3)中医使用药物,往往按中医药学理论使用;反之,西医使用药物亦往往按西医药学理论使用。

第三,天然药物为中药,人工合成的药物为西药。现在所称的很多西药如黄连素、延胡索乙素、地高辛及大量激素类、抗生素类、维生素类药物,均是天然产物(有的已能人工合成)。同样,有些中药也是人工合成的。如冰片,现已有人工合成的龙脑供用;砒石,在我国古代就是用人工方法获得的,即用雄黄(硫化砷)经炼制(氧化)而得的三氧化二砷。

第四,组成成分不纯或不清楚的天然混合药物称作中药,成分较纯或结构清楚乃至单体化合物的药物称作西药。这种说法也不



确切,像颠茄片、洋地黄叶、大黄苏打片等西药就是成分不完全清楚的混合物;而硼砂(氯化铵)、冰片(右旋龙脑)、砒石(三氧化二砷)等中药,则属成分清楚或单体化合物的中药。

第五,中国已有的传统剂型如丸、散、膏、丹、汤等称作中药,而现代制剂如片剂、针剂等称作西药。这种划分在上世纪 50 年代以前,似可理解,而今显然不合适了。因为银翘解毒片、当归浸膏片等是中药,却是现代剂型;而西药的一些合剂也与中药汤剂类似,更有丸、散、膏等剂型。

二、中草药简史

(一)起源

原始时代,我们的祖先在生活与生产活动中,无意识地发现某些动植物对人体可引起某种药效反应或中毒现象,从而使人们懂得在寻觅食物时有所辨别和选择。为了同疾病作斗争,上述经验积累到一定程度,人们就有意识地试验、观察,口尝身受,实际体验,逐渐创造并积累一些用药知识,并经不断总结和交流,逐步形成了早期的药物疗法。

(二)发展

1. 先秦时期

感性认识阶段。最初的简朴药物知识由口耳相传发展为文字记载,这一时期未见中药学方面的专著。

2. 秦汉时期

理性认识的初期阶段。现存最早的药学专著《神农本草经》出现,该书成书于东汉末年(公元二世纪),共三卷,载药 365 种,总结了汉以前的药学知识和经验,初步建立了我国中药学基本理论,是我国最早的珍贵药学文献。

3. 魏晋南北朝时期

《本草经集注》及《炮炙论》出现,标志着综合本草模式的初步确立及本草学新分支学科的产生。《本草经集注》作者梁代陶弘

景,该书成书于公元 500 年左右,全书七卷,载药 730 种,首创药物自然属性分类法,对魏晋以来 300 余年间的药学发展作了总结。《炮炙论》作者雷斅,开创新分支学科炮炙学。

4. 隋唐时期

这一时期是中药学较大发展的阶段,主要表现在:

①首次依靠国家和行政力量对本草学进行整理,从而产生了我国历史上第一部官修本草——《新修本草》。作者是李贽、苏敬等 22 人,成书于唐显庆四年(公元 659 年),载药 844 种,首创图文并茂形式。

②陈藏器的《本草拾遗》把各种药物功用概括为十类,从而提出著名的“十剂”,首创按临床功效分类的方法。

③中药学新分支学科《食疗本草》产生。

④外来药及地区药专著《海药本草》产生。

⑤开始使用动物组织、器官及激素制剂。

5. 宋代

这一时期的中药学发展表现在:

①雕板印刷的应用,促进了以国家规模对大量本草著作的修订刊行。

②1080 年首设国家药局“熟药所”,并由医官编纂了《太平惠民和剂局方》,促进了药材检验、成药生产的发展,带动了炮制、制剂技术的提高,并制定了制剂规范。

③总结了“十八反”、“十九畏”等配伍禁忌。

6. 金元时期

这一时期的中药学发展表现在:

①张元素、李东垣等著名医家注重对常用药物奏效原理的探讨,建立了一整套法象药理论。

②元代王好古发展了医学经典中有关升降浮沉、归经等药性理论,并著有《汤药本草》。

7. 明代



这一时期的中药学发展表现在：

①伟大的医学家李时珍以毕生精力编成《本草纲目》，全面总结了16世纪的医学成就，载药达1892种，附方11000多个。同时，改绘药图，订正错误，新增药374种，并以药物的自然属性和生态条件为分类基础，分十六纲、六十类，是中古时代最完备的分类系统。此书是我国科技史上极其辉煌的成就。由于综合了16世纪以前动物学、植物学、矿物和冶金学等多学科知识，因此其影响远远超出了本草学的范围，17世纪末即传播海外，先后有多种文字的译本。

②专题本草较大的发展。

③人工栽培药物技术达到较高水平。

④药物有效成分制取法萌芽（如乌头制取乌头碱）。

⑤《神农本草经》辑复。

8. 清代

这一时期的中药学发展表现在：

①1765年，赵学敏的《本草纲目拾遗》刊行，载药921种，其中新增药716种，大大丰富了我国药学宝库。

②研究本草之风盛行，大批草药专著出现。

9. 民国时期

鸦片战争以后的百年间，中药学的发展受到阻碍，解放前甚至濒于被人为消灭的境地。但在志士仁人的努力下，本草学在继承和发扬方面仍有新的发展。如中医学校建立，涌现一批适应教学和临床应用需要的中药学讲义；药学辞典类大型工具书出现；本草学的现代研究开始起步等。

10. 当代

中药学在当代的发展主要表现在：

①政府高度重视中医药事业的继承和发扬，中医药事业得到前所未有的发展，许多中医药文献得到整理刊行。

②中药新著数量多，门类齐全，从各个角度将本草学的研究提

高到崭新的水平。

③政府多次组织各方面人员对中药资源进行大规模调查,编写了全国性的中药志、药用植物志、药用动物志及地方性中药志等一批著作,使目前已知中药总数达到8000种左右。

④随着中医院校的建立,中药教育形成了中专、大专、本科、硕士、博士等不同层次培养的完整系统。为适应中药教育的需要,各种中药教材也多次编写修订,质量不断提高。

⑤中药的现代研究,无论在深度和广度上都取得了令人瞩目的成就。

⑥促进了中药鉴定、中药化学、中药药理学、中药炮制学、中药制剂学等分支学科的发展。

⑦1997年,江苏新医学院编的《中药大辞典》出版,载药5767种,不仅选载了历代本草书籍中的大量资料,而且对现代中草药研究成果作了有选择的收录。这是我国目前最大的中药学工具书之一。

11. 未来展望

古老的中医药与现代先进的科技相结合,使中医药在基础理论、中成药的剂型、中医药治疗当今疑难疾病等方面将有重大突破。通过热爱中医药的科学家、学者和大众的努力,中药的发展将有更大进步。将研制出更多由中药精制提取的“量小、高效、安全、可控”的中成药剂型,力争攻克癌症、艾滋病等当今的疑难恶症,使中医药崛起,扬威于世界。其中,中草药保健品也日益成为人们生活的新宠。

三、中草药的命名

中药材来源广泛,品种繁多,它的命名与名称都与医疗应用有很大关系,特别是它的命名具有一定的意义。有的药材顾名思义,可以帮助人们了解一些药物的性能;有的药材是用其突出点命名,因为人们是利用药材的形、色、气味来治疗疾病的;有的药材在某



地产品质量最好,故以产地命名。此外,也有从药材的生长特性、药用部分以及国外名称译音等作为药材命名的依据。现将中药的命名分述如下:

以产地命名:中药由于生长或栽培的土壤以及所处地区气候条件的不同,往往会影响其功能和疗效。古人很重视“地道药材”,常在优质药材的名称上冠以地名,以便与其他地方的药材相区别。如有一种具有补中益气功效的中药出产于山西上党县,故取名党参;巴蜀出产一种外形似豆的药物,故称巴豆;川贝母、川黄连、蜀椒等,都是因其生长在四川而得名;广木香、广陈皮、广郁金等,都是因生长在广东而得名;怀牛膝、怀山药、怀菊花、怀生地号称四大怀药,系因产地在怀庆府(今河南博爱等县)一带而得名。

以颜色命名:一些药材是根据原药材的天然颜色而命名的。如红花的花是红色的,大黄的根茎是黄色的,黑牵牛的种子是黑色的,紫草的根是紫色的。其他如朱砂、金银花、赤苓、丹参、鸡血藤、黄柏、金莲花、红娘子、青风藤等,也都因其特有的颜色而被冠以贴切的药名。

以味道或特殊气味命名:有相当一部分中药是根据中药的味道、特殊气味而命名的,如香薷、香附、藿香、茴香、苦参、酸梅、酸枣仁、甜叶菊、甘草、九香虫、鱼腥草、苦参等。

以形态命名:有些中药是根据植物或生药形态而命名的。人参的根像人形,故名人参;白头翁的茎叶遍布白毛,宛如老叟的发,故称之为白头翁;乌头的块根因类似乌鸦的头而得名;牛膝是因其茎节膨大部分类似牛的膝关节而得名;马兜铃是因其状如马项下的系铃而得名。其他如马钱子、附子、猫爪草、七叶一枝花、翻白草、龙眼、狗脊等,也都是因其形态而命名。

以药用部分而命名:在植物方面,如白茅根、麻黄根、桑叶、苏子、橘皮等;在动物方面,如虎骨、鹿茸、蝉蜕、龟板、鸡内金、海狗肾、蜈蚣等。

以生长特性而命名:有些中药是根据它们的发育特性而命名

的。如款冬花冬季开花,忍冬藤经冬不死,夏枯草在夏至枯萎,桑寄生寄生在桑树上。其他如冬虫夏草、半夏、垂盆草、半边莲、旋复花、鸡血藤等皆以生长特性而命名。

以动物命名:如猪苓、马蹄莲、牛尾蕨、羊肝菜、鸡血藤、鸭跖草、鹅不食草、猫爪草、虎杖、狼毒、蛇床子、骆驼刺、飞燕草、金鸡菊等,均以动物而命名。

因纪念某人而命名:有些药材是以最先发现或最初使用人的名字来药名,如使君子、何首乌、刘寄奴、杜仲等。

以数字命名:如一见喜、二宝花、三棵针、四季青、五味子、六月雪、七星剑、八角莲、九月菊、十姐妹、百日红、千年健、万年青等,皆以数字而命名。

沿用外来药物的译名:根据进口药物译音或冠以“番”、“胡”等字样。如曼陀罗、诃黎勒、番木鳖、胡椒等。

以功效命名:有些药材为了突出其主要性能,往往直接以功效命名。如防风是因其善于疏散风邪;血竭长于止血;锁阳能补肾固精;淫羊藿可使公羊动情;千里光能明目;益母草善于调治妇科病;通草能利小便;王不留行可通乳;伸筋草能舒筋活络;何首乌能补肝肾、益精血、治疗须发早白;大风子可治麻风等,都是因其功效而命名。

以炮制(加工)方法而命名:如甘草加入蜂蜜拌炒谓炙甘草,柴胡加入醋拌炒谓醋柴胡,西瓜加工制霜谓西瓜霜,生地经过反复蒸晒谓熟地等。

除上述方法外,有些药材具有两种特性,如黄连是因其色黄、根茎节节相连,细辛是因其根细味辛而得名。

四、中草药的分类

中草药的种类很多,根据近年的初步统计,总数约在 8000 种左右,常用中草药亦有 700 种左右。如此繁多的种类必须按照一定的系统分门别类,才便于学习、研究和应用。药物分类的方法是



根据人们对药物认识的逐渐深化而不断发展的。

我国最早的药书——《神农本草经》，把当时常用的 365 种药物按照毒性强弱和用药目的不同分成上、中、下三品：上品是延年益寿药，无毒，多服久服不伤人；中品是防病补虚药，有毒无毒根据用量用法而定；下品是治病愈疾的药，多有毒性，不可久服。这种分类方法简单而粗糙，其中有些药物的分类也不一定恰当，但当时可能在避免因用错药物而中毒的问题上是起到一定作用的。

梁代陶弘景编《本草经集注》时，增药 365 种，分为玉石、草、木、果菜、米食、有名未用六类，每类又各分上、中、下三品，这是根据药物自然属性进行分类的开端，但仍较粗糙。

直到明代李时珍编《本草纲目》一书时，分类方法始有重大发展。李时珍在以前本草的分类方法上略加修改，把药物分为水、火、土、石、草、谷、菜、果、木、器、虫、鳞、介、禽、兽、人等十六部外，又把各部的药物按照其生态及性质分为六十类。如草部分为山草、芳草、隰草、毒草、蔓草、水草、石草、苔、杂草等。同时，李时珍还把亲缘相近或相同科属的植物排列在一起，如草部之四、隰草类中的 53 种药物中，有 21 种属于菊科，而且其中 10 种是连排在一起的。这种分类方法有助于药材原植物（或动物）的辨认与采收，对于澄清当时许多药材的混乱情况起了很大作用。

现代记载中草药的教科书所采用的分类方法，根据其目的与重点而有不同，主要有四种：

按药物功能分类——如解毒药、清热药、理气药、活血化瘀药等。

按药用部分分类——如根类、叶类、花类、皮类等。

按有效成分分类——如含生物碱的中草药、含挥发油的中草药、含甙类的中草药等。

按自然属性和亲缘关系分类——先把中草药分为植物药、动物药和矿物药，动植物药材再根据其原植物、原动物的亲缘关系来分类和排列次序，如麻黄科、木兰科、毛茛科等。

上述各种分类方法各有优缺点,究竟采用那一种分类方法比较适宜,主要取决于人们的目的和要求。如按药物功能分类,有利于学习和研究中草药的作用和用途;按药用部分分类,便于学习和比较各类药材的外部形态和内部构造,有利于药材的性状鉴定和显微鉴定;按有效成分分类,有利于学习和研究中草药的有效成分及其化学鉴定;按药材自然属性和亲缘关系分类,是由于同科属的中草药在外部形态、内部构造、化学成分和医疗应用等方面往往有很多相似之处,采用此分类方法不但便于学习和研究这些共同点,而且也便于比较它们的特异点,以揭示其规律性。这样,既有利于中草药的鉴定,也有利于从同科属动植物中寻找含有相同或类似成分的动植物,以扩大药物资源。

五、中草药的发现和运用

中药的发现和应用,在我国已有几千年的历史,但“中药”一词的出现确是近代的事情。我国长期以来以“本草”作为中药的代名词。本草一词首见《汉书》。为什么以本草作为中药的代名词?东汉许慎的《说文解字》说:“药,治病草也。”五代时韩保昇也说:“按药有玉石、草木、虫兽,而直云本草者,为诸药中草类药最多也。”这就是说,虽然中药有植物药、动物药、矿物药的不同种类,其中以植物药最多,所以自古相沿袭,就把中药称为本草,同时记载中药理论知识的文献书籍也多以本草命名。近百年来,由于西洋医药学的传入,为了区分两种医药学,始有中医、中药之称。

(一) 植物药的发现和使用

神农氏尝百草而始有医药的传说故事,流传久远。相传,神农尝百草,首创医药,他被尊称为“药皇”。《淮南子·修务训》:“神农……尝百草之滋味,水泉之甘苦,令民知所避就,当此之时,一日而遇七十毒”。皇甫谧《帝王世纪》:“伏羲氏……选书契以代结绳之政,画八卦以通神明之德,以类万物之情,所以六气六腑六脏,五行阴阳,水火升降得以有象,万物之理,得以类推,炎黄因斯乃尝味



百药而制九针，以拯夭枉焉”。《世本》有“神农和药济人”；《通鉴外记》有“民有疾病，未知药石，炎帝始味草木之滋，尝一日而遇七十毒，神而化之，遂作方书，以疗民疾，而医道立矣”；干宝《搜神记》有“神农以赭鞭鞭百草，尽知其平毒寒温之性臭味所主”；《史记补三皇本纪》也有“神农氏以赭鞭鞭草木，始尝百草，始有医药”。

关于我国药物，特别是植物药的最早发现和使用，在古代无不归功于神农。研究者普遍的观点：我国历史上的神农氏，不是专指某一个人，而是指整个以炎帝为首领的氏族部落，是这个群体在漫长认识过程中的实践经验积累。人们对药物特性的认识随着生产技术的改进而不断提高。如畜牧过程的动物中毒、疾病知识的不断总结，农业技术的不断丰富和人们对植物性味、作用经验的不断认识和总结。

原始人类对植物药的应用，开始当以单味药为主，也可能是少数几味药合用。鄂伦春族用“八股牛”草根、“那拉塔”小树熬水擦患处，或用“乌道光”树皮包患处，用来消肿；普米族用“挖耳草”泡酒，治疗疮；用黄芩研细加水，包患处，治痢；用羌活、独活、木通泡酒或口服，治腰肌劳损和风湿性关节炎。佤族用独子叶治肠胃病和便秘，用桂树皮健胃。景颇族用“嘴抱七”根，含口内治牙痛。彝族用石尾草治疟疾。所有这些运用植物药的朴素经验，在各民族的口耳相传中，早已成为各民族医疗共同所有的知识，这些经验一直流传至今。虽然在其发展过程中会有无数次改变、改进，但却如实反映了各民族在原始社会植物药用药经验的积累。这些经验的积累虽然是十分零星和肤浅的，但这种状况为我们研究原始人类发现和使用植物药的早期史实提供了依据。

（二）动物药的发现和使用

动物药的发现与人类的狩猎和畜牧活动有着密切联系。在人类未发明用火之前，只能生啖其肉，渴饮其血；随着用火特别是人工取火的发明，使很多动物肉类成为人们的主要食品来源，使人们更多地接触到动物的肉、脂肪、内脏、骨骼等，从而促进了人们对各