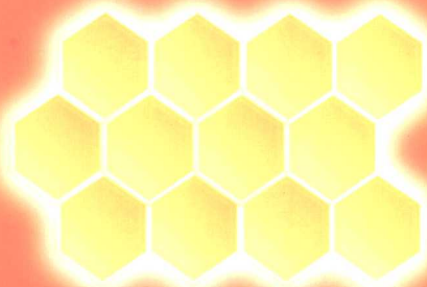




◀|| 蜂产品治百病 ||▶

# 蜂蜜疗法

葛凤晨 主编



吉林科学技术出版社



蜂产品治百病

# 蜂 蜜 疗 法

葛凤晨 主编

吉林科学技术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

蜂产品治百病：蜂蜜疗法/葛凤晨编著. —长春：吉林科学技术出版社，1999.7

ISBN 7—5384—2123—8

I. 蜂... II. 葛... III. 食物疗法, 蜂蜜 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 45121 号

责任编辑：司荣科 郝沛龙 封面设计：崔 华

蜂产品治百病

**蜂 蜜 疗 法**

葛凤晨 主编

\*

吉林科学技术出版社出版、发行

长春市第十一印刷厂印刷

\*

850×1168 毫米 32 开本 7.5 印张 4 插页 175 000 字

2000 年 6 月第一版 2000 年 6 月第二次印刷

定价：9.50 元

ISBN 7-5384-2123-8/S·365

版权所有 翻印必究

如有印装质量问题，可寄本社退换。

社址 长春市人民大街 124 号 邮编 130021 电话 5635176 5635177

电子信箱 JLKJCBS @public.cc.jl.cn 传真 5635185

|             |     |     |     |
|-------------|-----|-----|-----|
| 主<br>编<br>者 | 葛凤晨 |     |     |
|             | 葛凤晨 | 陈东海 | 历延芳 |
|             | 薛运波 | 于殿臣 | 葛英  |
|             | 王永胜 | 牛庆生 | 于殿华 |

## 前 言

蜂产品，包括蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂蜡、蜂巢、蜂蛹虫、蜂毒等诸多产品，它们是来自大自然的产物，具有较高的营养成分和药用价值，长期以来已被人类开发为传统的天然保健食品和医疗药品，在食疗和医疗当中发挥着巨大的作用，为此，蜂产品在市场上颇受欢迎。

我国人民利用蜂产品治病健身已有悠久的历史，早在远古时期，人类在射猎、采捕活动中发现了野生蜂巢，把蜂蜜作为甜食资源开发利用，在长期的进化和演变过程中，古人在利用蜂蜜的基础上，逐渐认识了蜂蜡、蜂花粉、蜂蛹虫等产品，并将其应用到医疗保健配方中。特别是建国以来，随着养蜂业的蓬勃发展蜂产品生产形成规模，各种蜂产品全面为人类所认识和利用，以蜂产品治病健身的古方、验方、传统配方等层出不穷，在民间广为流传和应用，成为人们治病健身的重要方剂。近年我国蜂疗事业迅速发展，蜂疗保健技术水平不断提高，利用蜂产品治百病的传统活动进入了一个新的历史阶段。

为了进一步发挥蜂产品在医疗、食疗中的重大作用，我们组织有关专业人员编写了《蜂产品治百病》系列，此系列共分四册，即：《蜂蜜疗法》、《蜂毒疗法》、《蜂王浆蜂花粉蜂蛹虫疗法》、《蜂胶蜂巢蜂蜡疗法》。在编写过程中专业人员一方面总结实践经验，研究探讨利用蜂产品的科学方法，一方面深入挖掘、收集民间验方，并运用科学观点在数千个处方中选择出一部分优

良的处方编入本文。尽管我们在编写过程中做了大量的工作，力求提高本书的质量，但由于我们的水平所限和经验不足，书中错误之处仍在所难免，在此诚恳希望广大读者批评指正！

作 者

一九九八年九月十日

# 目 录

|              |    |
|--------------|----|
| 第一章 蜂蜜概说     | 1  |
| 一、蜂蜜的来源      | 1  |
| 二、蜂蜜的营养成分和功能 | 4  |
| (一) 蜂蜜的营养成分  | 4  |
| (二) 蜂蜜的功能    | 6  |
| 三、蜂蜜的贮藏和应用   | 9  |
| (一) 蜂蜜的贮藏    | 9  |
| (二) 蜂蜜的应用    | 9  |
| 四、蜂蜜质量的鉴别    | 15 |
| (一) 感官鉴别方法   | 15 |
| (二) 简易检验方法   | 17 |
| 第二章 内科疾病用方   | 19 |
| 一、感冒病        | 19 |
| (一) 感冒       | 19 |
| (二) 流行性感冒    | 22 |
| 二、呼吸系统疾病     | 23 |
| (一) 急慢性气管炎   | 23 |
| (二) 咳嗽       | 28 |
| (三) 肺燥、肺热咳嗽  | 34 |
| (四) 肺虚、肺劳咳嗽  | 38 |
| (五) 哮喘       | 43 |
| (六) 肺炎       | 49 |
| (七) 肺脓疡      | 49 |
| (八) 矽肺       | 50 |
| (九) 咳血、咯血    | 51 |

|                       |    |
|-----------------------|----|
| (十) 腮腺炎·····          | 53 |
| 三、消化系统疾病·····         | 53 |
| (一) 胃寒、胃痛·····        | 53 |
| (二) 胃炎·····           | 54 |
| (三) 胃、十二指肠溃疡·····     | 56 |
| (四) 内出血、吐血·····       | 59 |
| (五) 呃逆、噎膈、呕吐·····     | 61 |
| (六) 食积、消化不良、厌食·····   | 63 |
| (七) 肠炎、腹泻、痢疾·····     | 65 |
| (八) 便秘·····           | 69 |
| (九) 便血·····           | 73 |
| (十) 蛔虫病、肠梗阻·····      | 73 |
| (十一) 阑尾炎·····         | 75 |
| (十二) 肝炎·····          | 75 |
| (十三) 肝硬化·····         | 78 |
| (十四) 胆囊炎、胆结石·····     | 79 |
| 四、脑、心血管疾病·····        | 80 |
| (一) 高血压·····          | 80 |
| (二) 低血压·····          | 84 |
| (三) 高血脂症·····         | 84 |
| (四) 动脉硬化·····         | 84 |
| (五) 冠心病·····          | 87 |
| (六) 心悸·····           | 89 |
| (七) 中风(脑血管意外)后遗症····· | 90 |
| (八) 乙型脑炎、脑萎缩症·····    | 91 |
| 五、血液、神经系统疾病·····      | 92 |
| (一) 贫血·····           | 92 |
| (二) 血友病·····          | 94 |



|                     |     |
|---------------------|-----|
| (三) 神经衰弱、失眠健忘·····  | 94  |
| (四) 癫痫·····         | 97  |
| (五) 眩晕·····         | 97  |
| (六) 头痛 ·····        | 100 |
| (七) 肋间痛 ·····       | 101 |
| (八) 痹症 ·····        | 101 |
| 六、泌尿、男性科疾病·····     | 103 |
| (一) 泌尿系统感染、结石 ····· | 103 |
| (二) 急性肾炎 ·····      | 104 |
| (三) 小便不通、尿潴留 ·····  | 104 |
| (四) 水肿 ·····        | 105 |
| (五) 遗尿、夜尿 ·····     | 106 |
| (六) 前列腺炎 ·····      | 106 |
| (七) 尿血 ·····        | 106 |
| (八) 遗精 ·····        | 107 |
| (九) 阳痿、阳强、早泄 ·····  | 108 |
| (十) 肾虚精亏、气血虚弱 ····· | 109 |
| (十一) 淋症 ·····       | 110 |
| 七、内分泌、免疫及代谢性疾病····· | 111 |
| (一) 甲状腺机能亢进症 ·····  | 111 |
| (二) 红斑性狼疮 ·····     | 113 |
| (三) 肌炎 ·····        | 113 |
| (四) 肥胖症 ·····       | 113 |
| (五) 糖尿病(消渴症) ·····  | 114 |
| 八、其他疾病·····         | 115 |
| (一) 风湿性关节炎 ·····    | 115 |
| (二) 中暑 ·····        | 116 |
| (三) 咽干口渴 ·····      | 118 |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| (四) 自汗、盗汗 .....      | 119 |
| (五) 干瘦症 .....        | 120 |
| (六) 疟疾 .....         | 120 |
| (七) 肾结核、淋巴结核 .....   | 121 |
| (八) 癌症 .....         | 122 |
| (九) 维生素缺乏症 .....     | 126 |
| (十) 体质虚弱, 强身健脑 ..... | 126 |
| (十一) 醉酒、中毒、戒烟 .....  | 129 |
| (十二) 晕车、晕船 .....     | 130 |
| 第三章、外科疾病用方 .....     | 131 |
| 一、烧烫伤咬伤 .....        | 131 |
| (一) 烧烫创伤 .....       | 131 |
| (二) 虫蛇兽咬伤 .....      | 133 |
| 二、诸疮、感染 .....        | 134 |
| (一) 冻疮 .....         | 134 |
| (二) 疔疖疥疮、痈疽肿疡 .....  | 135 |
| (三) 慢性溃疡、化脓性炎症 ..... | 139 |
| (四) 丹毒 .....         | 140 |
| (五) 阴茎生疮 .....       | 141 |
| 三、外科杂症 .....         | 141 |
| (一) 肛门疾病 .....       | 141 |
| (二) 静脉曲张 .....       | 143 |
| (三) 腰腿疼痛 .....       | 143 |
| (四) 骨折损伤 .....       | 144 |
| (五) 转筋 .....         | 145 |
| (六) 瘢痕 .....         | 145 |
| (七) 气臌 .....         | 145 |
| 第四章 妇产科疾病用方 .....    | 146 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 一、妇科疾病·····         | 146 |
| (一) 痛经、闭经·····      | 146 |
| (二) 月经不调·····       | 146 |
| (三) 带下症·····        | 147 |
| (四) 崩漏·····         | 148 |
| (五) 阴道炎·····        | 149 |
| (六) 经行呕吐·····       | 150 |
| 二、产科疾病·····         | 150 |
| (一) 妊娠诸疾·····       | 150 |
| (二) 先兆性流产、胎动不安····· | 152 |
| (三) 难产、胞衣不下·····    | 152 |
| (四) 产后诸疾·····       | 153 |
| 三、妇产科杂症·····        | 156 |
| (一) 不孕症·····        | 156 |
| (二) 乳房疾患·····       | 156 |
| (三) 更年期综合症·····     | 157 |
| 第五章 小儿科疾病用方·····    | 158 |
| 一、小儿内科疾病·····       | 158 |
| (一) 小儿感冒、发烧·····    | 158 |
| (二) 小儿低热·····       | 159 |
| (三) 小儿支气管炎·····     | 159 |
| (四) 小儿咳嗽·····       | 160 |
| (五) 小儿哮喘·····       | 162 |
| (六) 小儿百日咳·····      | 163 |
| (七) 小儿肺结核、肺炎·····   | 166 |
| (八) 小儿暑热症·····      | 168 |
| (九) 小儿厌食·····       | 169 |
| (十) 小儿疳积·····       | 170 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| (十一) 小儿呕吐 .....        | 171 |
| (十二) 小儿胃肠炎、泄泻、痢疾 ..... | 172 |
| (十三) 小儿便秘 .....        | 173 |
| (十四) 小儿肝炎 .....        | 174 |
| (十五) 小儿贫血 .....        | 174 |
| (十六) 小儿扁桃腺炎 .....      | 175 |
| (十七) 小儿糖尿病 .....       | 175 |
| (十八) 小儿寄生虫病 .....      | 175 |
| (十九) 小儿肠套叠 .....       | 176 |
| (二十) 小儿惊风、夜啼 .....     | 176 |
| 二、小儿外科杂症 .....         | 177 |
| (一) 小儿遗尿症 .....        | 177 |
| (二) 小儿佝偻病 .....        | 178 |
| (三) 小儿营养不良 .....       | 178 |
| (四) 小儿硬皮症 .....        | 179 |
| (五) 小儿湿疹、麻疹、皮炎诸症 ..... | 179 |
| (六) 小儿疖疮 .....         | 180 |
| (七) 小儿丹毒 .....         | 181 |
| (八) 小儿鼻衄 .....         | 182 |
| (九) 小儿撮口 .....         | 182 |
| 第六章 五官科疾病用方 .....      | 183 |
| 一、眼科疾病 .....           | 183 |
| (一) 眼目昏花 .....         | 183 |
| (二) 青光眼、白内障 .....      | 183 |
| (三) 夜盲、青盲、干眼症 .....    | 184 |
| (四) 结膜炎 .....          | 185 |
| (五) 角膜溃疡 .....         | 186 |
| (六) 目赤肿痛、目翳 .....      | 186 |

|                      |     |
|----------------------|-----|
| (七) 目生赘肉 .....       | 188 |
| (八) 倒睫 .....         | 188 |
| 二、口腔科疾病 .....        | 189 |
| (一) 牙痛 .....         | 189 |
| (二) 牙龈炎、牙龈出血 .....   | 189 |
| (三) 唇炎、嘴唇皸裂 .....    | 190 |
| (四) 口腔溃疡、糜烂 .....    | 190 |
| (五) 口角炎、口疮、舌疮 .....  | 192 |
| (六) 口臭 .....         | 193 |
| (七) 舌裂 .....         | 193 |
| 三、耳科疾病 .....         | 193 |
| (一) 中耳炎 .....        | 193 |
| (二) 耳鸣、耳聋 .....      | 194 |
| 四、鼻科疾病 .....         | 194 |
| (一) 萎缩性鼻炎 .....      | 194 |
| (二) 慢性鼻炎 .....       | 195 |
| (三) 鼻窦炎 .....        | 195 |
| (四) 鼻出血 .....        | 197 |
| (五) 酒糟鼻、鼻疮 .....     | 197 |
| 五、咽喉科疾病 .....        | 198 |
| (一) 失音沙哑 .....       | 198 |
| (二) 咽喉炎、咽喉肿痛 .....   | 199 |
| (三) 扁桃腺炎 .....       | 203 |
| (四) 梅核气 .....        | 203 |
| 第七章 美容、皮肤科疾病用方 ..... | 204 |
| 一、美容、美发 .....        | 204 |
| (一) 润肌嫩肤, 养颜美容 ..... | 204 |
| (二) 除皱美容 .....       | 208 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| (三) 眉黄、发裂断 .....      | 210 |
| (四) 须发早白, 润乌美发 .....  | 211 |
| (五) 斑秃、脱发 .....       | 212 |
| 二、皮肤科疾病 .....         | 213 |
| (一) 皮肤干燥、手足皲裂 .....   | 213 |
| (二) 雀斑、面部黑斑、黄褐斑 ..... | 215 |
| (三) 面疱、暗疮、粉刺 .....    | 218 |
| (四) 花粉、皮肤过敏 .....     | 219 |
| (五) 过敏性皮炎、湿疹、痘疹 ..... | 219 |
| (六) 荨麻疹 .....         | 221 |
| (七) 甲癣、鸡眼 .....       | 221 |
| 参考文献 .....            | 223 |

# 第一章 蜂蜜概说

## 一、蜂蜜的来源

蜂蜜，可谓是家喻户晓，老幼皆知。那么，蜂蜜究竟来源于何处呢？很多人不甚了解。其实，蜂蜜是大自然赐予人类的珍贵食物，它主要来源于植物的花朵，是蜜蜂辛勤劳动的结晶。

俗话说：有花才有蜜。在长期的自然选择及进化过程中，植物花和蜜蜂形成了密切的相互依存关系。蜜蜂体态轻盈，浑身密布带有分叉的绒毛，能够粘附花粉，为植物授粉使其繁茂生长、传宗接代。植物花能够分泌甘甜的蜜汁和产生花粉供蜜蜂采食生存繁衍。人们将这些能够分泌甘甜蜜汁和产生花粉的植物，称为蜜粉源植物。有了蜜粉源植物，才能够饲养蜜蜂，从而获得蜂蜜。

凡是经蜜蜂所采集酿造的蜜，统称为蜂蜜，但追溯其来源可分为三种：一是蜜蜂采集植物花蜜酿造而成的蜂蜜；二是蜜蜂采集植物花外蜜露酿造而成的蜂蜜；三是蜜蜂采集昆虫分泌的甘露酿造而成的蜂蜜。

花蜜来源于植物的韧皮部、木质部，经植物花内蜜腺转化、分泌而成。植物花内蜜腺大多位于雄蕊、雌蕊、花柱、花萼的基部或花盘、花托上等，是蜜蜂采集的主要对象。我们通常所说的蜂蜜，主要是指以这种花蜜酿造成的。这一类蜂蜜的主要特点是蜜味芳香、浓郁，质地优良，如椴树蜜、刺槐蜜、荔枝蜜、向日葵蜜、紫云英蜜、油菜蜜等。花蜜中含有较多的水分、蔗糖、葡

萄糖和果糖。此外，在许多植物的花蜜中还含有少量的棉子糖、低聚糖和麦芽糖，以及矿物质、维生素、氨基酸、有机酸和精油类等。

蜜露是植物花外蜜腺分泌的甜汁液。花外蜜腺在双子叶植物中较为常见，多位于植物的叶柄、叶脉、叶面、叶背、叶缘或托叶等处。花外蜜腺分泌的蜜露，同花内蜜腺分泌的花蜜一样，对蜜蜂生活和养蜂生产具有重要价值。我国以蜜露酿成的蜂蜜，主要有棉花蜜和橡胶树蜜。蜜露的成分与花蜜大致相同，有时在干旱高温、昼夜温差较大的年份，有一些植物的枝叶能分泌大量的蜜露，这一类糖的含量要超过花蜜，灰分大，颜色深，极易结晶，蜜露几乎无香味或香味很淡，通常不为蜜蜂所采食。

甘露是寄生在松树、柳树、椴树、榛树以及高粱、玉米等枝叶上的蚜虫、介壳虫、叶蝉、木虱等昆虫，在采食这些植物汁液后，排泄出来一种含糖的甜汁。当外界蜜源缺乏时，蜜蜂就会采集甘露，并以这种甘露酿造成蜂蜜，又称甘露蜜。甘露蜜质地不如花蜜酿造成的蜂蜜，化学成分比较复杂，葡萄糖、果糖含量较低，蔗糖较多，还含有大量的糊精、矿物质、树脂以及甘露糖等成分，极易结晶，无香味，颜色暗绿，较多粘稠。甘露蜜可供人食用，不易做蜜蜂的饲料，易导致甘露蜜中毒。我国无此商品蜜种，而在北欧却是主要蜜种之一。

蜜蜂采蜜时，通过一根柔软多节、生满细毛、前端有唇瓣的长吻，将蜜汁吸入它体内的蜜囊中。这个蜜囊如同能够伸缩的气球，它是临时贮存蜜汁的仓库。平时蜜囊的容积只有13~16立方毫米，吸满蜜汁后可以扩大5~6倍。蜜蜂将蜜囊装满后，飞回自己的蜂巢，将蜜汁吐给内勤蜂，再由内勤蜂进行加工酿造。蜜蜂采集的无论是花蜜、蜜露，还是甘露，都需要经过它们充分的加工酿造，才能转化为成熟蜂蜜。外勤蜂在采集时，即将蜜中混入含有转化酶的涎液。内勤蜂从采集蜂接受蜜汁后，继续混入



涎液反复酿造。同时，蜜蜂加强扇风，蒸发水分，促使蜜汁浓缩，使含水量由原来的 40% 以上降至 18% 左右，形成高浓度的蜜液，可以抑制各种微生物的生长；并通过腺体分泌转化酶的混入，促使蔗糖充分地转化为葡萄糖和果糖，降低蔗糖的含量。蜜蜂将稀薄的蜜汁酿制为成熟蜂蜜，通常需要 5~7 天的时间。

在采蜜的季节里，蜜蜂每天要采集飞行 10~20 次，每次至少要采访数百朵花，甚至上千朵。每次采蜜量约占蜂体重的一半，平均为 40mg，最多可达 70~80mg。如果蜜蜂每次采集飞行 3 公里，那么采集 1000g 花蜜，就要飞行 15 万多公里，酿造 1000g 成熟蜂蜜，就得飞行 30 万公里以上。然而，由于蜜蜂是喜群居的社会性昆虫，一群蜂有几万只蜜蜂从事采集活动，所以每天采回来的花蜜就十分可观。由此可见，蜜蜂采集酿造蜂蜜，付出的劳动代价是惊人的。

我国现在被蜜蜂采集利用的蜜粉源植物有数千种，蜜蜂仅可以从 40 多种主要蜜源植物采集到单一花种蜂蜜，如椴树蜜、向日葵蜜、刺槐蜜、荆条蜜、枣树蜜、油菜蜜、柑桔蜜等。此外，在多种蜜粉源植物同期开花时，蜜蜂采集酿造的蜜，称为百花蜜或杂花蜜。从营养价值角度来讲，杂花蜜优于单一花种蜜。蜂蜜如果按生产方式来划分，有分离蜜、压榨蜜和巢蜜。分离蜜是现代养蜂生产获得的蜂蜜，通常所说的蜂蜜，指的都是分离蜜。压榨蜜是旧法养蜂和采捕野生蜂蜜所获得的蜂蜜。巢蜜是不经分离的原巢带原蜜直接食用的天然产品，具有蜜味香浓、水分和金属含量低、营养价值高等特点。此外，蜂蜜在常温、常压下呈现两种不同的物理状态，即液态和结晶状态。液态蜜也就是蜂蜜从蜂巢中分离出来，始终保持着透明或半透明状粘稠液体。然而，多数品种的蜂蜜，放置一段时间，尤其在气温较低时，逐渐形成结晶状态，这样的蜂蜜，称为结晶蜜。结晶是由于蜂蜜中所含葡萄糖具有容易结晶的特性，所以结晶蜂蜜并没有降低其营养价值和