

顾问 邓明鲁
主编 王富春
董 杰

大众滋补药



酒

吉林科学技术出版社

编 者	刘 洋	魏丽娟
	王姝琛	杨保林
	李为民	王 庆
	左安峰	陈 千

前 言

祖国医学运用药酒防病治病具有悠久的历史。早在长沙马王堆出土的《五十二病方》中就有四首药酒方，我国最早的医学经典著作《内经·汤液醪醴论》中就记载了酒有“邪气时至，服之万全”的功效。而以酒作为溶媒所浸提出来的中药有效成分，则能更增强其治疗作用。

药酒不仅制作简单、取材容易，而且费用低廉、服用方便；有效成分析出全面，易于保存；内服、外用皆宜，适宜于各科疾病。药酒还能够加速血液循环，提高机体对药物的吸收作用，所以，有很多因身体不适或冀望延年益寿之人，常喜欢浸泡药酒治病或保健。为了适应这一要求，我们涉猎古今大量医籍和有关医学期刊，从中精心筛选出具有滋补作用，而且较适合家庭制作浸泡的140余首药酒处方成册，以供广大群众选用。

根据药酒补益功能的区别，书中分为补气、补血、滋阴、壮阳、健脑等五个部分，每则药酒方下分述原料组成、制法与服法、主治功用，最后列有说明，还一一注明出处，读者可根据自己的需要择方选用。

本书所精选的滋补药酒方突出了实用、价廉、简便、易学的特点，适合每个家庭自我疗病、自我保健之用。

编 者

1992年4月

目 录

第一章 概 论 (1)	地黄醪..... (26)
一、药酒的发展概况..... (1)	当归酒..... (27)
二、药酒的特点..... (4)	竹叶酒..... (28)
三、药酒的制备..... (4)	延寿酒..... (29)
四、药酒的饮用..... (6)	延龄酒..... (31)
第二章 滋阴、补血药酒	补心酒..... (32)
..... (8)	补肾地黄酒..... (33)
一醉不老酒..... (8)	补精益老酒..... (34)
一醉不老丹..... (10)	固本酒..... (36)
二至益元酒..... (11)	固精酒..... (37)
女贞子酒..... (13)	参茸补血露..... (38)
天麻酒..... (14)	治怔忡药酒..... (39)
五精酒..... (15)	宜男酒..... (41)
巨胜酒..... (16)	春寿酒..... (42)
长生酒..... (18)	枸杞酒..... (43)
牛膝大豆酒..... (19)	耐老酒..... (44)
乌发益寿酒..... (20)	首乌酒 I..... (45)
乌鸡酒..... (21)	首乌酒 II..... (46)
宁心酒..... (22)	首乌酒 III..... (48)
西洋参酒..... (22)	首乌延寿酒..... (49)
地骨酒..... (23)	养神酒..... (50)
地黄酒..... (25)	养精种玉酒..... (51)
	益肾明目酒..... (52)
	桂圆补血酒..... (54)

桃金娘酒	(55)	健阳酒	(90)
桑椹露	(56)	麻雀酒	(91)
圆肉补血酒	(57)	海马酒	(92)
秘传三意酒	(58)	海狗肾酒	(93)
造酒乌须方	(59)	菊杞调元酒	(93)
菊花酒	(60)	鹿茸酒	(94)
猪肾酒	(62)	淫羊藿酒	(96)
熙春酒	(62)	琼浆药酒	(97)
聚宝酒	(63)	脾肾两助酒	(98)
薯蓣酒	(65)	磁石酒	(99)

第三章 益气、温阳药酒

.....	(67)	毓麟酒	(101)
三圣酒	(67)	瞿翁药酒秘方	(102)
山萸苁蓉酒	(68)	糯米甜酒	(104)

五加酒	(69)	第四章 气血双补药酒	(106)
-----------	------	------------	-------

巴戟天酒	(71)	二冬二地酒	(106)
巴戟淫羊酒	(72)	十全大补酒	(108)
东北三宝酒	(73)	八珍酒	(109)
仙茅酒	(74)	人参枸杞酒	(110)
禾花雀补酒	(75)	人参三七酒	(111)
百岁酒	(76)	三仙酒	(113)
虫草酒	(77)	万寿药酒	(114)
杜仲酒	(79)	千口一杯酒	(115)
助阳益寿酒	(80)	长生固本酒	(116)
龟龄集酒	(81)	六神酒	(118)
延寿翁头春	(83)	平补酒	(119)
沙苑酒	(84)	四补酒	(120)
固本返龄酒	(86)	仙酒	(122)
参芪酒	(87)	仙灵酒	(123)
胡桃酒	(88)	归圆酒	(124)

乌须酒	(126)	海龙酒	(150)
乌须黑发酒	(126)	康壮酒	(152)
百益长寿酒	(127)	期颐酒	(152)
阳春酒	(128)	葡萄酒	(153)
回春酒	(129)	精神药酒	(154)
扶衰五味酒	(130)	魏国公红颜酒	(155)
扶衰仙凤酒	(131)	第五章 其他滋补药酒	
却老酒	(132)		(157)
灵芝桂圆酒	(133)	天麻酒	(157)
还童酒	(134)	五味子酒	(158)
延寿获嗣酒	(136)	丹参酒	(159)
延年益寿酒	(137)	红颜酒	(160)
补血顺气药酒	(139)	羊脰骨酒	(161)
金樱子酒	(140)	壮元红酒	(162)
参茸酒	(141)	青梅煮酒	(163)
参归补虚酒	(143)	松花酒	(164)
荔枝酒	(144)	虎骨地黄酒	(165)
养荣酒	(144)	神仙药酒丸	(166)
养生酒	(145)	神效酒	(167)
美容酒	(146)	桃花白芷酒	(167)
神仙固本酒	(147)	读书丸酒	(168)
神仙延寿酒	(148)	黄连酒	(170)
徐国公仙酒	(149)	绿豆酒	(170)

第一章 概 论

一、药酒的发展概况

药酒作为中药的传统剂型用于治疗 and 养生保健，源远流长，在我国医药史上居重要地位，为中华民族的繁衍生息起了不可忽视的作用。

药酒的起源和发展与酒的历史关系密切，因而回顾酒的发展史将有助于对药酒的认识、理解和应用。

人工酿酒最早发明于我国。远在上古时代，我国较发达的农业，为人工酿酒的发明创造了前提和物质基础。据历史学家和考古学家考证，早在公元前 22 世纪以前的龙山文化时期的陶器中，就有了尊、罍、盃、高脚杯、小壶等酿酒和饮酒的器具。关于造酒，早在战国时期的古医书《黄帝内经·素问》中就有黄帝与岐伯关于酿酒的问答记载：“黄帝问曰：为五谷汤液及醕醴奈何？岐伯对曰：必以稻米，炊之稻薪。”《吕氏春秋》中亦有“仪狄作酒”之说。

商殷时代，我国就已出现了用酒曲酿酒的方法。根据《尚书·说命篇》记载，公元前 12 世纪前半期，商王武丁和他的大臣有过“若作酒醴，尔维曲蘖”的对话。这充分证明在这个时期，我国人民已掌握了丰富的酿酒技术，以及使用酒曲酿酒的方法。

随着农业生产和手工业生产的发展，到了周朝建立初期，酿酒业也发展成为独立的手工业作坊，并有朝廷设立的“大

酋”（亦称“酒正”）、“酒人”等专门管理监督酿酒的官员。

西晋时代（公元 265～316 年），人们已经发现酒对于疾病的治疗作用，在酒曲中加入植物药材，造出了“酒药”。

时至北魏（公元 386～534 年），贾思勰所著《齐民要术》一书中，于第七卷集中记载了当时的制曲酿酒技术和原理，堪称世界上最早的酿酒工艺学。而关于制曲的论述中，已认识到酶的催化作用，与国外在 1897 年才发现磨碎的酵母菌滤液能使糖类发酵相比，早 1400 多年。

此后，出现了用“干酵母”和“红曲霉”等制酒的方法，从而使我国的酿酒工艺有了更大的发展，酒类的品种增多，浓度增高，风味各异。

随着酒的问世和发展，以及人们对医药的认识和知识的不断丰富，人们认识到酒对某些疾病有一定的治疗作用，而且，用药材浸泡酿制的酒治疗效果更好，于是，药酒作为中药的一个剂型出现了。据罗振玉考证，商代甲骨文中“鬯其酒”的记载，即是指用芳香的药材——郁金香制酒。至周代，朝廷设立医事制度，其中设有食医，掌管六饮（即水、浆、醴、凉、酱、醢）及食膳之剂，其中就有以酒治病的运用。汉代《史记·扁鹊仓公列传》中记录了淳于意以药酒治愈疾病的两个医案。一是济北王患病，诊为风厥胸满，淳于意为之服三石药酒，病得治愈；二是菑川王美人难产，淳于意诊后用蓂蓉和酒与病人服下，病人得以顺利分娩。在此时的药酒多是单味药物配成的药酒，治疗范围相应较小或单一。后来，随着人们对酒的作用认识不断加深，药酒也有了迅速的发展。东汉时代著名医家张仲景的名著《伤寒杂病论》和《金匱要略》中，涉及用酒的方剂共 21 方。其中《伤寒杂病论》有 6 方，《金匱要略》中有 15 方。原方中注明用量者共有 7 个方。

方中所用的酒是米酒，在张仲景的原著中称为清酒。张仲景还在书中记载了以酒煎汤剂的方剂，开创了水、酒各半同煎汤剂的先河，进一步发展了多味药酒。到了隋唐时期，药酒的使用已很普遍，药酒的应用范围不断扩大。孙思邈的《备急千金要方》中，共载有药酒方 60 余首；有治疗月经不通，结为癥瘕的；有治虚羸阳道不举的；有治骨髓疼痛的；有延年益寿的，等等，广泛涉猎内、外、妇科等几方面疾病，中药亦发展至十几味，甚至几十味。此外，《备急千金方·风毒脚气》中专有“酒醴”一节，共载酒方 16 首，《千金翼方·诸酒》载酒方 20 首，是我国现存医著中对药酒的最早专题综述。尤其值得一提的是，《千金要方》对酒和酒剂的毒副作用有了一定的认识，并研制出解酒方剂，用以治疗嗜酒所致的各种病证。宋元明清时代，药酒的特点多是集治病健体，保健延年于一方，并注重药酒的色、味，有许多药酒成为享誉国内外的名酒，流传至今。如元代的枸杞酒、地黄酒；明代的菖蒲酒；清代的各种以“露”命名的药酒等等。但由于长期的封建专制，生产力水平的落后，使药酒的生产技术得不到发展，质量不稳定，未能使中国的药酒得到很好的发展。

近年来酿酒事业和药酒生产得到了空前的发展，药酒的生产趋于标准化，质量显著提高而稳定，并将药酒规范列为国家药典的重要内容，使药酒的质量和疗效有了可靠的保障。

近年来，随着人们生活水平的提高，人们对强身延寿的渴求，滋补药酒越来越受到人们的重视。为满足社会对药酒的需求，新的药酒品种不断涌现。相信中国的药酒必定为我国人民及世界人民健身长寿做出新贡献。

二、药酒的特点

药酒是用白酒或黄酒浸泡经过加工炮制的中药而成的酒。药酒作为中药的一个剂型用于治疗 and 保健，应用数千年而不衰，与其特点及作用关系密切。

1. 药酒是一种集治病强身于一体的饮料，在享受酒的甘醇之时，又可以祛病健身，无服药打针之苦楚，易为人们所接受。

2. 药酒取材容易，制作简单，费用低廉，使用方便，既可内服，又能外用。是大众化的药物，已病自治，方便有效。

3. 由于酒的本身就是一种很好的杀菌剂，有防腐、消毒作用，并能增强药物的稳定性。所以，药材浸泡在酒中，能长期保存而无变质之虞，且不会因浸泡时间长久而影响药酒的疗效。同时，酒能除去动物药的腥味及植物药的异味，保证药酒口味纯正。

4. 酒的本身具有舒筋活血，祛风化痰，调和气血，振阳散寒和除湿通络之功，因而能增强人体的血液循环，提高机体对药物吸收能力，增强抵抗外界对人体的不良影响和侵袭。

5. 酒的主要成分乙醇是一种很好的溶剂，可以把药材中的大部分水溶性物质或不易溶解的有机物质溶解出来，从而增强药物的作用，使药酒充分发挥其效能。

三、药酒的制备

1. 酒的选择 浸泡中药一般采用高粱酒、米酒等谷类酿制的白酒，亦可用黄酒。谷类酿制的白酒，具有无色透明、不

混浊、气香味纯等特点，能保证药酒的质量。选用白酒的一般为 50~60°的高粱酒等谷类酿制酒为宜，以利于药物中的有效成分的充分析出，同时可以保证药酒的长期储存而不发生变质等问题。选择酒应注意酒的度数。如酒的度数过低，药材中的有效成分不易析出，且有易使药酒变质之弊；酒的度数过高，又会使药物中的少量水分被酒吸收，使药物的质地变硬而有碍于有效成分的析出，从而影响药酒的质量和作用。鉴于各地区及各人习惯有异，制作药酒时可根据各人的喜好选用白酒或黄酒，但最好遵从本书中的要求为宜。

2. 药材的选择与加工 浸泡药酒所用的药材，必须是名符其实。不可用药名相近，但并不是相同的药物，如南五加皮与北五加皮。同时，还应注意药物的功能和主治与所制药酒功用相符合。此外，药材的选择要注重质量，不可选用霉变、回潮、虫蛀的药物，以确保药酒的质量和疗效。

药材用于浸泡药酒时，一般要加工成薄片或小块，或加工成粗末，以利于药物中的有效成分析出。若生药需炮制者，当按本书中的要求炮制。

3. 药酒的制作方法 关于药酒的制备方法，历代医家对此论述各异。如梁·陶弘景《本草经集注》中记载：“凡渍药酒，随便渍饮之。”唐代孙思邈的浸泡药酒之法则是“凡渍药酒，药皆细切，生绢袋盛之，纳酒中，密封头，春夏四五日，秋冬七八日，皆以味足为度，去滓，服酒。”而明代李时珍则主张酿制药酒当“或以药煮汁和饭，或以药袋安置酒中，或煮药物和饭同酿，皆随方法，又有煮酒者，以生绢袋盛，药入坛密封，置大锅中，水煮一日，埋土中七日，出火毒乃饮。”纵观历代各医家有关药酒的制作方法，归纳起来大致有 3 种。

冷浸法 将药物加工后，置容器中（缸、瓮、瓶、坛等

均可，视药物及酒的多少而定），按书中各酒方的要求加入白酒或黄酒，密封浸泡，每日摇荡1次，通常浸泡15天以上，然后压榨去渣，过滤澄清，贮入瓶中即可。

热浸法 即将药物加工后，与适量的酒共置于容器中，隔水加热至沸后取下，候冷，埋土中14天去火毒，然后将药酒换注到另一个容器中，继续浸泡至规定时间（一般需1个月以上），取上清液，药渣压榨后取压榨液，与上清液合并，静置沉淀，过滤即可。

酿造法 酿造有3种工艺。一是将药物切碎，用50~55°白酒，共置于容器中，密封浸渍20天左右，压榨，过滤，得浸出液，另用糯米或其他杂粮，蒸熟，候冷，进行糖化发酵，得酒酿，加入药物浸出液，拌匀，进行陈酿，1个月后，压榨，过滤即得药酒；二是将药物加工后，用水煎取药汁，另用糯米蒸熟，候冷，入曲糖化发酵，得酒酿，再入药汁进行陈酿，去糟得酒；三是将药物、糯米分别蒸熟，待冷拌匀，入曲同酿。

上述3种方法，在本书中使用的浸泡药酒之法多采用前两种，后一种酿制法较繁琐，并且不易掌握，酿制药酒时需严格要求做。

四、药酒的饮用

药酒中含有一定量的乙醇（即酒精），若过量饮酒，会损害人体健康。因此饮用药酒须适量，方能扬长避短，充分发挥药酒的治病健身的作用而不伤害人体。

一般是每次饮用10~30ml，每天服2~3次，或者依病情及所用药酒的性质、浓度而调整。饮酒时应辨证辨病选择适

于自己的药酒，还应注意禁忌，妊娠妇女不宜饮酒，行经期不宜服用活血功能较强的药酒。此外，有肝脏病、心脏病及酒精过敏者，应当禁用或慎用药酒。饮酒期间应忌服某些药物，以免增强酒精的毒性，或产生某些副作用，危害健康。应当忌服的药物有：胍苯哒嗪、利尿酸、阿可乐、苯妥英钠、甲苯磺丁脲、胰岛素、胍乙啶、双氢克尿塞、氯噻酮、灭滴灵、阿斯匹林、巴比妥、利眠宁、安定、冬眠灵、非那根、奋乃静、苯海拉明、痢特灵、硝酸甘油等等。

第二章 滋阴、补血药酒

一醉不老酒

《医 鉴》

【组成】 莲花蕊 60g 生地黄 60g 槐角子 60g 五加皮 60g 没石子 6个 白酒 3000g

【制法】 将上药捣碎（忌用铁器），装入纱布袋，与白酒共置于容器中，密封浸泡，春冬季浸泡 1 个月，秋季 20 日，夏季 10 日。

【功用】 补肾益精，乌须黑发。适用于中老年精血不足，症见须发早白，精神萎靡，头晕耳鸣，腰膝酸软者。

【服法】 根据各人酒量每日随意饮用，以不醉为度，如未见效，可再酿继饮。

【说明】 一醉不老酒原名一醉不老丹。系以酒浸药后，将药渣晾干研末为丸服用，故而得名。因饮用药酒即可取效。后人多舍去药渣不用。

祖国医学认为，肾之华在发，头发色泽正常是肾中精血充盛的表现。因此，精血亏虚，则表现为须发早白；精能生髓，精亏则髓海空虚，出现头晕耳鸣等肾精不足的表现，故本方以补肾益精为主。

方中莲花蕊又名莲花须、莲须、莲蕊须，有清心益肾、涩精止血之功。《本草纲目》载莲花蕊能“清心通肾，固精气，乌须发，悦颜色，益血，止血崩、吐血。”

生地黄，即干地黄，有滋阴填髓，凉血止血，延年之功。《本草经疏》指出：“干地黄，乃补肾家之要药，益阴血之上品。”《药性论》谓生地黄“补虚损，温中下会，通血脉，……久服变白延年。”现代药理研究证明，地黄确有防止细胞老化、抗衰老的作用。

槐角子又称槐实、槐豆、槐连灯、九连灯、天豆。《本经逢源》载槐角子“专主明目。久服须发不白，益肾之功可知。”现代药理研究证实，槐角子和莲花蕊都有软化血管，延缓血管老化和防治动脉粥样硬化的作用，所以以其治疗须发早白，确有科学道理。

五加皮又名南五加皮。具有祛风除湿、强筋壮骨之功效，历代多习惯于将其酒浸饮用。如《饮膳正要》指出：“五加皮浸酒，或依法酿酒，治骨弱不能行走，久服强壮筋骨，延年不老。”现代研究认为，五加皮类似人参，亦有“适应原”样作用，能够调节机体的新陈代谢机能，增强机体的非特异性防御能力，提高机体的适应性和耐受性，以及强心、降血糖等作用。

没石子又称没食子、无食子、墨食子，具有固肾涩精、助阴强阳的作用，本方中用以加强补肾益精之功效，对早衰有一定的作用。

诸药合用，共奏补肾益精之效，对于中老年人精血亏虚所致之须发早白等早衰之症，疗效较好。

肾阳虚者，症见畏寒肢冷，五更泄泻，小便清长，时有水肿者慎用。

一醉不老丹

《扶寿精方》

【组成】 生地黄 熟地黄 莲须 槐角子 五加皮各 90g 没石子 6 枚 大麦 60g 薄荷 30g 白酒 5000g

【制法】 先将前 6 味药物捣碎，装入细纱布袋中，扎紧袋口，放进酒坛，加入白酒，密封浸泡 10~30 天后，取出药袋晒干，研成细末，然后用大麦与之炒和，炼为蜜丸，每丸重 3g，压成饼状，用瓷瓶贮放，每放一层即撒上一层薄荷细末。

【功用】 滋养精血，强壮筋骨，乌须黑发。适用于中老年人精血亏虚者，症见腰膝酸软、须发早白、遗精、滑泄等。

【服法】 每日饮服 2 次，每次以 10~20ml 药酒送服 2 个药饼。

【说明】 中医认为“发为血之余”，是说毛发的荣枯盛衰，都与血有密切的关系；而精又能生血，所以毛发的荣枯盛衰与精血有密切关系。“心主血”、“肝藏血”、“肾藏血”，由此来看，毛发的盛衰与心肝肾有直接关系，古人在治疗须发早白时，多从调心、肝、肾功能和滋精养血入手。方中莲须入心肾二经，清心益肾，固涩精气；槐角子入肝经，其功能清肝滋燥。现代药理研究认为莲须、槐角都有软化血管、防治动脉硬化的作用，所以古人称其能乌须黑发是有科学道理的。生地黄，“乃补肾家之要药，益阴血之上品，”故临床上常作乌须黑发药使用。现代研究认为地黄可防治细胞老化，也具有滋补、强壮、抗衰老作用。五加皮，入肝肾二经，具

有补肾益精、强筋壮骨的作用。没石子，入肾、脾、肺诸经，其功能为固肾涩精、敛肺止泻。本方以生地黄、五加皮补益肝肾，滋精养血；莲须、没石子固涩精气；槐角子清肝滋燥，此五种药物既能扶正，又能祛邪。故可乌须黑发，滋精养血，强筋壮骨。但应注意阳虚内寒、外感未愈或痰湿内盛者不宜使用。药物研末时忌用铁器。

二至益元酒

《全国医药产品大全》

【组成】 女贞子 17g 旱莲草 17g 熟地黄 13g 桑椹 13g 白酒 1500g

【制法】 将上药装入纱布袋，与白酒共置于容器中，密封浸泡 7 日即成。

【功用】 滋养肝肾、益血培元。适用于肝肾不足，症见腰膝酸痛，眩晕失眠者。

【服法】 每日服 2 次，每次 30ml。

【说明】 本酒方是在《医方集解》二至丸的基础上，加熟地黄、桑椹而成，因其有滋养肝肾、益血培元之效，故名为二至益元酒。二至是指冬至日采女贞子、蜜酒拌蒸，夏至日采旱莲草，捣汁熬膏和入女贞子末为丸，临卧酒服，有补腰膝、壮筋骨、强肾阴、乌须发之效。

女贞子性味甘、苦、平，入肝、肾经，有乌发明目、延年不老之功效，常用于肝肾阴虚所致的须发早白、风热眼赤以及腰膝酸软，下肢无力等症。《神农本草经》将女贞子列为上品，谓其“主补中，安五脏，养精神，除百疾。久服，肥健轻身不老”。《本草纲目》亦记载女贞子“强阴，健腰膝，变