

新版家庭保健系列

蜂产品治百病

葛凤晨 主编



Feng
Chanpin
Zhi
Bai bing



吉林科学技术出版社

新版家庭保健系列

蜂产品治百病

葛凤晨 主编

吉林科学技术出版社

新版家庭保健系列

蜂产品治百病

葛凤晨 主编

责任编辑:司荣科 郝沛龙 封面设计:杨玉中

*

吉林科学技术出版社出版、发行

长春新华印刷厂印刷

*

880×1230毫米 32开本 8.5印张 215 000字

2004年1月第1版 2004年1月第1次印刷

定价:12.00元

ISBN 7-5384-2844-5/R·656

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4646号 邮编 130021

发行部电话 0431-5677817 5635177

电子信箱 JLKJCBS@public.cc.jl.cn

传真 0431-5635185 5677817

网址 www.jkchs.com 实名 吉林科技出版社

前 言

蜜蜂系社会性群居昆虫，它以植物为资源，通过采集、酿造、分泌、哺育活动而生产的蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶、蜂蜡、蜂巢、蜂蛹虫、蜂毒等多种蜂产品，是来自大自然的产物，堪称“绿色食品”、“天然药品”。

自古以来，蜂产品已在食疗、医疗中广泛应用，治愈了许多常见病和疑难疾病，成为治疗百病方剂中的重要组成部分。随着现代养蜂科学技术的发展，人类从蜜蜂王国中开发出众多的蜂产品，极大地丰富了蜂产品食疗和医疗的神奇功效，受益的广大民众愈来愈多，因此，当前蜂产品是国内外保健食品中需求量最大的品种之一。

在蜂产品食疗、医疗历史发展过程中，我国积累了许多古方、验方、奇方、秘方，流传在民间。为了进一步发挥蜂产品在医疗、食疗中的重大作用，我们组织专业人员结合现代蜂产品的研究成果，收集、挖掘研究蜂产品治百病的经验和处方，并运用科学观点进行研究分析，在数千个处方中精选出一批优良、奇特、实用的处方，在此基础上编写了本书。尽管在编写过程中编写人员做了很大努力，但由于水平所限，书中错误之处，仍在所难免，诚恳希望广大读者批评指正。

编 者

二〇〇三年五月二日

目 录

第一章 蜂产品概说

一、蜂蜜	1
二、蜂王浆	3
三、蜂花粉	5
四、蜂胶	7
五、蜂蜡	9
六、蜂巢	11
七、蜂蛹虫	12
(一) 蜂成虫	12
(二) 蜂蛹	12
(三) 蜂幼虫	13

第二章 内科疾病用方

一、感冒病	14
(一) 感冒	14
(二) 流行性感胃	16
二、呼吸系统疾病	18
(一) 急慢性气管炎	18
(二) 咳嗽	23
(三) 感冒、风寒、呛风咳嗽	26
(四) 肺燥、肺热、肺虚咳嗽	27
(五) 肺结核、虚劳咳嗽	31
(六) 哮喘(气喘)	32
(七) 肺炎	36

(八) 矽肺、肺脓疡	36
(九) 流行性腮腺炎 (炸腮)	37
(十) 肺气肿	38
(十一) 咯血	38
三、消化系统疾病	39
(一) 胃炎	39
(二) 胃寒、胃痛	41
(三) 胃、十二指肠溃疡	43
(四) 脾胃虚弱	46
(五) 消化不良、厌食	47
(六) 肠炎、腹泻	48
(七) 痢疾	51
(八) 便秘	53
(九) 蛔虫病、肠梗阻	57
(十) 肝炎	58
(十一) 肝硬化	62
(十二) 胆囊炎、胆结石	62
(十三) 内出血、吐血、便血	63
(十四) 呃逆、呕吐	65
四、脑、心血管系统疾病	66
(一) 高血压	66
(二) 高脂血症	71
(三) 动脉硬化	72
(四) 冠心病、心绞痛、心肌梗死	75
(五) 心悸	77
(六) 低血压	79
(七) 脑卒中 (脑血管意外) 及后遗症	80
(八) 脑炎	81
五、血液与造血系统疾病	82
(一) 贫血	82

(二) 白细胞减少症	84
(三) 血小板减少紫癜症	84
六、神经系统疾病	85
(一) 神经衰弱	85
(二) 失眠	86
(三) 癫痫	88
(四) 梅尼埃综合征	89
(五) 头痛、偏头痛	89
(六) 神经痛	91
(七) 痹症	92
(八) 精神病、老年性痴呆	92
(九) 神经官能症	93
七、泌尿、男性科疾病	94
(一) 膀胱炎、尿道炎	94
(二) 肾炎	94
(三) 泌尿系统结石	95
(四) 小便不通(尿潴留)	96
(五) 遗尿、尿频	97
(六) 尿血	97
(七) 阴茎生疮、精囊炎	98
(八) 前列腺炎、前列腺增生(前列腺肥大)	99
(九) 阳痿、早泄	100
(十) 遗精	101
(十一) 肾虚精亏	102
(十二) 男性不育症	103
(十三) 淋病、尖锐湿疣	104
八、其他疾病	105
(一) 甲状腺功能亢进症	105
(二) 糖尿病(消渴症)	106
(三) 眩晕	108

(四) 水肿、浮肿	109
(五) 疟疾	110
(六) 自汗、盗汗	111
(七) 良性肿瘤、癌症	112
(八) 维生素缺乏症	115
(九) 晕车船、中毒	116

第三章 外科疾病用方

一、损伤性疾病	118
(一) 烧伤、烫伤	118
(二) 挫伤、扭伤、创伤	121
(三) 虫蛇咬伤、蜂蜇伤	124
(四) 冻伤、冻疮	125
(五) 外伤感染	127
(六) 骨折、颅骨损伤	128
(七) 腰肌劳损	128
二、皮肤科疾病	128
(一) 荨麻疹(风疹)	128
(二) 湿疹	130
(三) 带状疱疹、痘疹	132
(四) 丹毒	132
(五) 皮炎	133
(六) 皮肤变态反应、皮肤瘙痒症	135
(七) 慢性皮肤感染、脓肿溃疡	135
(八) 毛囊炎	137
(九) 脓疱疮、对口疮	138
(十) 疥疮	139
(十一) 红斑狼疮	140
(十二) 疔疮	140
(十三) 疔肿痈疽	141

(十四) 皮肤顽癣·····	143
(十五) 银屑病(牛皮癣)·····	144
(十六) 鸡眼、结节病·····	145
三、关节炎类疾病·····	146
(一) 关节肿痛、关节炎·····	146
(二) 风湿性关节炎、类风湿性关节炎·····	147
(三) 肩周炎·····	148
四、其他疾病·····	149
(一) 脱肛、肛裂、痔疮·····	149
(二) 慢性胸膜炎、甲沟炎·····	151
(三) 静脉曲张·····	151
(四) 血栓闭塞性脉管炎(脱疽)·····	152
(五) 小腿慢性溃疡(臁疮)·····	152
(六) 肾结核、淋巴结核、骨与关节结核·····	153
(七) 腰腿疼痛、指痛·····	154
(八) 转筋、气厥·····	155

第四章 妇产科疾病用方

一、月经异常·····	157
(一) 痛经、闭经·····	157
(二) 月经不调·····	157
(三) 经行呕吐·····	158
二、妊娠、产后病·····	159
(一) 妊娠呕吐·····	159
(二) 先兆性流产·····	160
(三) 妊娠水肿、尿闭·····	160
(四) 难产·····	161
(五) 产后便秘·····	161
(六) 产后体虚、浮肿、晕厥·····	162
(七) 产后风及后遗症·····	163

三、其他疾病	164
(一) 不孕症	164
(二) 阴道炎、宫颈炎	164
(三) 白带异常	165
(四) 乳头皲裂、急慢性乳腺炎	166
(五) 更年期综合征	167

第五章 小儿科疾病用方

一、小儿内科疾病	168
(一) 小儿感冒、发热、低热	168
(二) 小儿咳嗽	169
(三) 小儿哮喘	170
(四) 小儿百日咳	171
(五) 小儿肺结核	172
(六) 小儿暑热症	173
(七) 小儿疳积、厌食	173
(八) 小儿呕吐	174
(九) 小儿胃肠炎、泄泻、痢疾	175
(十) 小儿便秘	175
(十一) 小儿肝炎	176
(十二) 小儿贫血	177
(十三) 小儿遗尿症	177
(十四) 小儿寄生虫病	177
(十五) 小儿惊风、夜啼	178
(十六) 小儿营养发育不良、智力障碍	178
二、小儿外科疾病	180
(一) 小儿佝偻病	180
(二) 小儿湿疹	180
(三) 小儿皮炎、麻疹、丹毒	181
(四) 幼儿水痘、脓疱疮	181

三、小儿耳鼻喉、口腔科疾病·····	182
(一) 小儿中耳炎·····	182
(二) 小儿鹅口疮·····	182
(三) 小儿急性感染性口炎、疱疹性口炎·····	183
(四) 小儿扁桃腺炎·····	184
(五) 小儿鼻出血·····	184

第六章 眼耳鼻喉、口腔科疾病用方

一、眼科疾病·····	185
(一) 夜盲症·····	185
(二) 青光眼、青盲眼障·····	185
(三) 干眼、昏花·····	186
(四) 结膜炎、角膜炎、角膜溃疡·····	186
(五) 目赤肿痛、目翳·····	188
(六) 目生胬肉、倒睫·····	188
二、耳科疾病·····	189
(一) 中耳炎·····	189
(二) 外耳道炎·····	189
(三) 耳鸣、耳聋·····	189
三、鼻科疾病·····	190
(一) 急慢性鼻炎·····	190
(二) 肥厚性鼻炎、萎缩性鼻炎、变态反应性鼻炎·····	191
(三) 鼻窦炎·····	193
(四) 鼻出血·····	194
(五) 鼻黏膜糜烂、鼻疮·····	194
(六) 酒渣鼻·····	195
四、咽喉科疾病·····	196
(一) 咽喉炎、咽喉肿痛·····	196
(二) 喉痹·····	200

(三) 梅核气(咽异感症)	200
(四) 失音声哑	201
(五) 急慢性扁桃体炎	202
五、口腔科疾病	203
(一) 口腔炎、口臭	203
(二) 复发性口疮、疱疹性口炎	204
(三) 口腔溃疡	204
(四) 鹅口疮	206
(五) 舌疮、舌裂	206
(六) 口角炎、唇炎、口唇皲裂	207
(七) 牙痛	207
(八) 牙齿敏感症(牙本质变态反应症)	208
(九) 牙周炎(牙龈炎、牙龈肿痛、牙龈出血)	209
(十) 坏死性龈炎(牙疳)	209

第七章 美容、养生保健用方

一、须发美容	211
(一) 乌发	211
(二) 养发、美发	213
(三) 治脱发、秃发	214
(四) 治头屑	215
二、面部美容	216
(一) 洁面增白	216
(二) 养颜美容	218
(三) 润肌护肤	222
(四) 除皱	226
(五) 祛斑	230
(六) 除痤疮	235
(七) 治疣	238
三、肌体美容	239

(一) 香身·····	239
(二) 明目·····	239
(三) 生眉·····	240
(四) 除口臭·····	240
(五) 治皲裂、皮肤干燥·····	241
(六) 减肥·····	244
四、养生保健·····	245
(一) 滋补强身·····	245
(二) 增强免疫力·····	249
(三) 抗老防衰、延年益寿·····	250
(四) 健脑益智·····	252
(五) 抗疲劳·····	253
(六) 生津止渴、清热解暑·····	254
(七) 戒烟、醒酒·····	256
(八) 抗辐射·····	256

第一章 蜂产品概说

蜜蜂是一种能为人类社会提供食品与药品的昆虫，是人类健康食品制造的高级工程师。我们通常将蜜蜂从自然界植物上采集并经过加工、酿造和自身腺体分泌的物质，以及蜜蜂自身生长发育不同阶段营养体统称作蜂产品。蜂产品来源于蜜蜂及其生态资源，是大自然的产物，其珍稀的成分、神奇的功效，已广为人知。

蜜蜂的产品种类繁多，应用价值较高。来源于自然生态植物的蜂产品主要有蜂蜜、蜂胶、蜂花粉、蜂粮，来源于蜜蜂自身体内腺体的蜂产品主要有蜂王浆、蜂毒、蜂蜡及蜂巢，来源于蜜蜂自身营养体的蜂产品主要有雄蜂蛹、蜂王幼虫、蜂成虫等。

一、蜂 蜜

蜂蜜，可谓家喻户晓，老幼皆知。蜂蜜是蜂产品中的大宗产品，蜜蜂的主要食物，它是蜜蜂采集植物的花蜜，经过充分酿造而贮藏在巢脾内的甜物质。凡是经蜜蜂采集酿造的蜜，统称为蜂蜜。追溯其来源还可分为3种：一是蜜蜂采集植物花蜜酿造而成的蜂蜜，我们通常所说的蜂蜜，主要是指以这种花蜜酿造成的，其主要特点是蜜味芳香浓郁，质地优良。二是蜜蜂采集植物花外蜜露酿造而成的蜂蜜，我国以这种蜜露酿成的蜂蜜主要有棉花蜜和橡胶树蜜。三是蜜蜂采集昆虫分泌的甘露酿造而成的蜂蜜，我国无此商品蜜种，而在北欧却是主要蜜种之一。

我国现在被蜜蜂采集利用的蜜粉源植物有上千种，但蜜蜂仅能从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、枣花蜜、荔枝蜜、龙眼蜜、油菜蜜、柑橘蜜等。单一花种蜂蜜具有与蜜源植物花香相一致的气味，但有些蜂蜜还带苦、涩、酸或刺激性怪味。此外，在多种蜜源植物同期开花

时，蜜蜂所采集酿造的蜂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。

蜂蜜在常温常压下呈现 2 种不同的物理状态，即液态和结晶态。液态蜜也就是蜂蜜从蜂巢中分离出来，所保持着透明或半透明黏稠液体状态。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天然食品的本性，是纯粹的物理现象。蜂蜜呈弱酸性，pH 值为 4~5。在 20℃ 时，含水量 17%~27% 的蜂蜜，相对密度为 1.3561~1.4230。

蜂蜜中含有生物体生长发育所需要的多种营养物质，现代研究已证明含有 180 余种不同物质成分。蜂蜜的主要成分是糖类，占 70%~80%。而又以葡萄糖和果糖为主，占总糖分的 85%~95%，可被人体直接吸收利用。其次是水分，通常蜂蜜中含 17%~25% 的水分，成熟的蜂蜜一般不超过 20%，平均为 18% 左右。除此之外，蜂蜜中还含有 0.03%~0.9% 的矿物质，一般深色蜜比浅色蜜含有的矿物质多；含有少量蛋白质，一般浅色蜜含 0.2%、深色蜜含 0.3% 左右；氨基酸多达 18 种以上，含量极微，平均为 0.00476% 左右；有机酸约有 0.1%，主要为葡萄糖酸和柠檬酸，无机酸含量极少；酶类丰富，主要有淀粉酶、转化酶、葡萄糖氧化酶、过氧化氢酶等，淀粉酶的含量可以作为衡量蜂蜜成熟度、加热程度以及贮存时间的质量指标；维生素以维生素 B 族和维生素 C 为最多；芳香物质是由 100 多种分子组成的复杂化合物，主要来自蜜源植物花瓣或油腺分泌的挥发性香精油及其酸类；还含有乙酰胆碱、胆碱、色素、抑菌素、去甲肾上腺素等生物活性物质成分。

蜂蜜不仅是人类古老而传统的医疗保健药品，而且也是食用价值很高的天然营养食品，在古今中外文献中都有很多记载。蜂蜜有补脾肾、润肺肠、安五脏、和百药、解毒、消炎和止痛等功效。经常内服蜂蜜可以增强脑力和体力、帮助消化、调节神经、改善睡眠、营养心肌、平衡血压、养生抗衰老等，对老人、儿童以及营养不

良等病人都很适用，对胃肠道病、呼吸道病、肝脏病、心脏病以及贫血、神经衰弱等疾病均有良好的辅助治疗作用。外用蜂蜜具有抑菌、杀菌、加速创伤组织再生、吸湿、收敛、止痛、润泽肌肤、滋养毛孔等作用，可直接用于护肤美容以及烧烫伤、外伤、冻疮、溃疡、湿疹等外科皮肤疾病的辅助治疗。

天然成熟蜂蜜，无须任何加工即可直接服用，每日最好定时、定量，一般早、晚各服1次，每次20~30g。除直接服用外，还可以与牛奶、豆浆等调和或与其他药物配伍服用。因为蜂蜜是一种弱酸性物质，能和某些金属起化学反应，所以，盛装蜂蜜绝对不能选择金属容器，可以采用玻璃瓶、塑料瓶或桶、缸、完好的搪瓷盆等。此外，由于蜂蜜本身具有从潮湿空气中吸收水分和吸收异味的特性，低浓度蜂蜜还含有大量的酵母菌，所以，蜂蜜需要加盖放置阴凉、无直接阳光照射的地方贮藏，有条件者可以放在冰箱保鲜层中贮藏。

二、蜂王浆

蜂王浆，不是蜂王的产物，与其他蜂产品一样都是工蜂的产物，只因蜂王以此为食物，故此称蜂王浆，又称蜂皇浆、蜂乳，通称王浆。实质上，蜂王浆是青年工蜂咽下腺（也称王浆腺）和上颚腺分泌的物质，主要用来饲喂蜂王的幼虫和蜂王，还用以饲喂工蜂和雄蜂3日龄以内的幼虫。

蜂王浆是一种微黏稠乳浆状物质，为半流体，外观有些像奶油，有光泽感，手感细腻。手工采收未经过滤的蜂王浆呈朵块形花纹，而机械采收或过滤后的蜂王浆则形态一致。蜂王浆颜色以乳白色或淡黄色为主，个别的也有呈微红色。蜂王浆具有较重酸涩、浓厚辛辣、略微香甜的味道，并有与酚或酸类似的微弱气味。蜂王浆的比重略大于水，但低于蜂蜜，呈酸性。蜂王浆部分溶解于水，呈悬浊液；部分溶解于酒精，并产生乳白色混合物，久置后分层；在浓盐酸或氢氧化钠中全部溶解；不溶于氯仿。

蜂王浆是一种活性成分极为复杂的生物产品，它几乎含有人体生长发育所需要全部营养成分，而绝不会含有对人体有任何毒害、副作用的物质。蜂王浆除含62.5%~70%的水分外，基本成分就是蛋白质，占蜂王浆干物质的40%~50%，其中2/3为清蛋白，1/3为球蛋白。氨基酸含量约占蜂王浆干物质的0.8%，目前已经测出至少有18种，人体所必需的10种氨基酸在蜂王浆中都存在。糖类占蜂王浆干物质的20%~39%，主要是葡萄糖和果糖。蜂王浆干物质中含有2%~3%的脂类，0.9%~3%的矿物质。有机酸主要是脂肪酸，占蜂王浆干物质的8%~12%，至少含有26种，其中特别重要的是10-羟基-2-癸烯酸，在自然界只有蜂王浆中才存在，故又称为王浆酸，含量在1.4%以上，是检验蜂王浆质量优劣真伪的主要指标。维生素种类多、含量高，尤其B族维生素含量最多又最高，维生素C含量极少且随着蜂王浆贮存时间延长而逐渐下降。乙酰胆碱含量较多，是蜂蜜中乙酰胆碱含量的100倍。除此之外，蜂王浆中还含有多种活性酶、核酸、激素、类胰岛素、生物嘌呤、黄酮类化合物等生物活性物质，但遗憾的是，现代生物化学分析法尚未对蜂王浆中的2.84%~3%的成分做出分析。虽然人们对蜂王浆的营养成分已有较清楚的认识，但是还不能人工合成蜂王浆，蜂王浆的奥秘还有待于进一步探索。

蜂王浆是一种纯天然、纯生物、人工不能仿造的医疗保健品。早在清朝初期就已在我国应用，当时称蜂王浆为“蜜尖”，是朝廷贡品中的上品，专供皇帝食用。不过，蜂王浆的独特神奇作用，到20世纪中叶才引起人们的注意，并逐渐应用于医药和保健食品中，现已风靡全球、经久不衰。蜂王浆对慢性病的疗效最为显著，但必须坚持长期服用才会收到好的效果，否则达不到预期疗效。蜂王浆常服可以调节消化系统、神经系统以及其他系统的平衡，能够促进消化、增进食欲、改善睡眠、增强脑力与智力、调整内分泌和代谢；能够强壮造血系统、增强组织再生、降低血脂和血糖、预防动脉硬化；能够提高机体免疫机能，预防感冒、肝炎和癌症；能够抗辐射和提高机体对恶劣环境的应激能力；可使皮肤滋润、防止皱