

健康·长寿·美容
三大功效风靡世界



红茶菌

致读者

亲爱的读者：

您询问“红茶菌”有关问题的来信已收到。有的信我们已转给长春中医学院“红茶菌”研究组，他们已在报刊上做了几次公开的回答，可能你们已经看到了。

目前，“红茶菌”热已遍及中外。这是由于“红茶菌”在延年益寿、强身健体，特别在防治老年病方面，真实的显著效果引起人们的关注。在这种情况下，大家提出来的问题越来越多，可以说，从理论到实际涉及的面很广。为了满足大家的需要，我们特请研究“红茶菌”的几位同志撰写了这个小册子。为了使更多的人能了解到“红茶菌”的知识，建议他们采用科普的形式编写，以便雅俗共赏，通俗易懂。

长春中医学院“红茶菌”研究小组，已进行四年多的研究工作，是我国建立较早的一个研究组。他们新的经验、方法和认识，自然会融汇在这个小册子里去。但是，有些研究项目，如“人参红茶菌”、“参茸红茶菌”等，还正在进行中，作者不拟选入，这种科学的态度是很可贵的。总之，这个小册子仍以目前见到的国内外有关资料为主体，尽量全面细致地介绍给您们。

最后，向来过多次信我们未能及时作复的读者致以歉意。现在，就让这个小册子统一回答大家提出的问题。如有不尽之处，仍热情地欢迎来信。由于我们的水平有限，不当之处，敬请指正。

《吉林中医药》编辑部

《长春科技报》编辑部



序 言

伴随科学与生产的发展，人类生活水平不断提高，人们对未来的生活充满美好的向往。健康、长寿已成为人类追逐的共同目标。“红茶菌”就是在这场追逐竞争中人们凭藉经验和实验遴选出来的一种具有健身、延寿、美容三大作用的理想之品。

当前，“红茶菌”在医疗与保健应用上都取得了很好的效果，不少声高望重的专家学者撰文发表对“红茶菌”的卓见。

“红茶菌”饮用范围之广、妙用传说之神，已非现有饮料所能伦比，“红茶菌热”已席卷全球。但是，科学的事物只能用科学实验来解释、来证明。作为一种几乎人人饮用的普及饮料，目前不能不说表征它的科学数据和实验资料仍很薄弱，“红茶菌”的研究与应用相比较是不相适应的。

“红茶菌”起源于我国，当初以“秘方”问世，因此它是祖国医药的重要组成部分，对于举世瞩目的祖国“医萃”——红茶菌，如何应用现代科学手段加以研究？如何运用中医理论加以探讨？已成为我国有关科技工作者肩负的具有世界意义的责任。这也是我们将“红茶菌”研究列为吉林省教育厅重点科研项目和中医处所抓工作的初衷。

几年来，长春中医学院“红茶菌”研究组围绕着“红茶菌”菌种纯化、防止变异、临床应用效果观察，“复方红茶

菌”的研制，茶菌代谢产物分析等方面做了不少工作。当前这项研究还在进展之中，但鉴于广大人民群众渴望了解红茶菌的有关知识，故由长春中医学院李守成研究员和黄永生医师在前人研究的基础上将“红茶菌研究组”摸索到的经验、教训和方法以及阶段科研成果一并介绍给大家，作为一滴水汇集到“红茶菌”这条源远流长的长河中去。

本书刊行后，望国内、外专家、读者不吝赐教、大力斧正。让我们携起手来为使这项研究沿着正确方向发展，为使“红茶菌”在医疗保健方面发挥更大作用，为创造二十世纪新型延年益寿之品而通力协作、共同奋斗。

李荣和 刘增礼



目 录

I 基本理论知识

姓名名谁.....	1	医学价值.....	21
来到人间.....	3	学者评价.....	31
国际旅游.....	5	美容佳品.....	35
风靡一世.....	7	返老还童.....	39
宏观一览.....	11	美酒宜人.....	45
微观世界.....	15	尊重科学.....	47

II 基本操作技术

无菌观念.....	51	判定方法.....	67
菌种分型.....	53	保健培养.....	69
菌种传代.....	55	特殊培养.....	73
培养容器.....	59	保健饮用.....	77
原料配比.....	63	特殊饮用.....	79
培养温度.....	65	典型病例.....	85

姓氏名谁

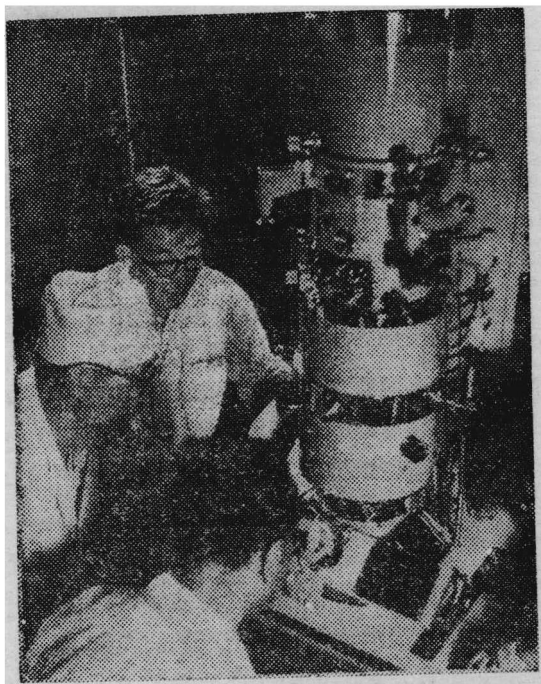
世间的一切事物，当初并没有名字。人呱呱坠地时也没有名字，都是师长给命的名。“红茶菌”也同样，当初是无名氏，但是人们在瓶瓶罐罐里培养过程中，发现它的色泽和形态酷似大海中的浮游生物——海蜇，又从它有益于人体，能使人延年益寿，强身健体，得到它如获至宝，因此，人们称之为“海宝”。

后来，日本人观察“海宝”颇似白色的蘑菇，又靠红茶培养，故又得名“红茶菇”。日本一些医学科研部门进一步经过分析，发现它是某些微生物菌体，故进而得名“红茶菌”。

苏联人认为“红茶菌”可能是一种霉菌，所以称之为“茶霉菌”，又认为它属于一种饮料，因此，又称之为“茶葛瓦斯”。

至于其它一些别称，诸如：“海宝菌”可能是上述不同名称的重新组合；“满洲菌”可能从产地的角度而命名；“胃宝”也许因它具有开脾健胃的作用而得名。近年，北京市食品研究所根据“红茶菌”的作用，为它起了一个十分豁亮而又富有科学风趣的名字——“康寿乐”。这大概是因为它能使人健康、长寿并带给人们精神上无比欢乐而得到的美称。

尽管“海宝”别称很多，但自从1971年日本学者赋予它“红茶菌”的桂冠之后，不仅风行日本全国，而且全世界的多数国家也都采用了这一名称。

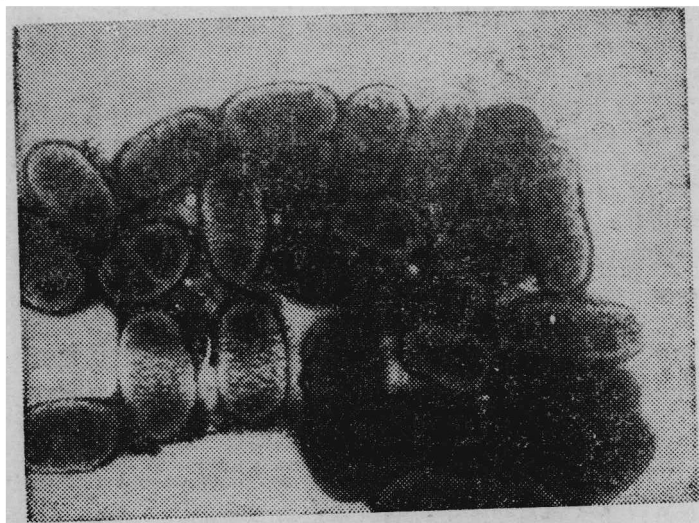


长春中医学院“红茶菌”研究组的研究
人员正在用电子显微镜观察细菌形态

来到人间

“红茶菌”怎么来到人间的呢？这要追溯它的起源了。古典文献中尚未见“海宝”一词。但古籍中却有“醋蛾”之说。根据“醋蛾”的培养方法，性质及其功效，很可能就是“海宝”的前身。

文献报导这样一个有趣的故事：很早以前，我国渤海附近有个店铺，有一次店伙计涮完蜂蜜罐，顺手把涮水倒进一个装过酒的坛子里。不久，店堂里飘逸着芳香的酸味。当时人们都感到很奇怪，但不知道这种芳香气味的来源。后来，想用酒罐时才发现里边生出一层厚厚的乳白色胶状膜，清芳的酸味扑鼻。此时正值盛夏，有一个唇焦口渴的伙计索性舀起一瓢一饮而尽，那种止渴消暑之感使他赞不绝口。因此，周围的伙计们也都随之痛饮。唯惜命的主人不敢一试，但他发现伙计们饮后无事，深感这是天赐之“宝”。于是他把涮洗蜂蜜罐的伙计找来，追问原由并命他们用此物加蜜加水如法泡制。从而这个店铺成了专门经营香醋的铺子。这个店主由于经常吃“醋蛾”拌凉菜，成了当地“寿星老”。他死后，伙计们把奥秘公诸于众，流传后世。使渤海一带的大连、旅顺、天津、北京、青岛、烟台和蓬莱等地的居民至今还都用这种古老的方法制造香醋，饮其液以疗病，食其蛾以健身。目前，多数人认为这可能就是“红茶菌”的起源。



电子显微镜放大12,000倍之酵母菌

国际旅游

“红茶菌”的故乡在中国。与其说它就是“海宝”莫不如说它是中华民族之“国宝”。中国历代帝王都无不觅寻“长生不老”的灵丹妙药。“红茶菌”以祖传秘方的医药问世以后，自然被帝王所控制起来。但它怎么到了国外呢？这要从1900年夏季八国联军侵华谈起，列强入侵公开抢劫三天，当时中国的珍宝，包括祖传秘方的“海宝”也遭掠夺而去。特别当时敌人行军需要饮料，就强迫渤海一带居民给培养“红茶菌”，供应军需。战息之后，“红茶菌”便流落异乡。其它地方可能失传，唯传到苏联的高加索和贝加尔湖畔，得到重视。那里有个小小的山村，村里的人如获珍宝，家家精心培养，户户子孙相传，不分老少，经年饮用，天长日久这个小村庄显示出奇迹般的情景：青少年个个身强体壮，精力充沛，老年人老而不衰，精神抖擞。最使人目睹震惊的事实是村里超过百岁的长寿老人越来越多，且个个身强力壮，仍能耕田农作。因此，这个地处西伯利亚一个不出名的小村庄，竟有“长寿村”之称，这个村里的人以健康、美丽、长寿而引起世界人们的注目。

如果说“红茶菌”在中国主要是在渤海一带发现的，而在国外生根开花的主要在高加索的“长寿村”。这是“红茶菌”诞生与成长的两个主要环节。“红茶菌”转下东洋日本的过程是，一位日本教俄文的女教师赴高加索旅行，发现了“长寿

村”的奇迹，她精心考察，揭开了其中的奥秘——原来家家户户都用大缸培养“红茶菌”，而且，全村人男女老幼坚持饮用。这位有心的日本女性怀着欲使日本人健康、长寿的愿望，便悄悄地把“红茶菌”菌母带回了日本。就这样，“红茶菌”又进入了一个新的国家。“红茶菌”到日本，犹如吉星降临，从电台、电视到新闻出版部门，真是佳音贯耳福光耀眼，大有夹道欢迎之势，轰动全国，从一般平民到科学家、教授无不卷入“红茶菌”的热潮中。

日本“红茶菌”的热风，很快刮到了台湾、香港等地，进而又传到美国、加拿大和印尼许多国家。新加坡和马来西亚的“红茶菌”可能主要来自香港和台湾。可见，“红茶菌”成了气派浩大的“旅游”家。大约七十年代初，“海宝”戴着日本赠给它的“红茶菌”的佳冠毅然从东南沿海登陆回国，结束了她为时半个多世纪的“国际旅游”。



风靡一世

“红 茶菌”诞生之后，时间不久就被软禁于宫庭之中，经过战乱的冲击，又回到民间，最后又被列强夺去“菌母”。因此，在中国一度失传了。

当她到了贝加尔湖畔时，虽然得到无比的重视，但她的声望当初也只能萦绕在小小的山村峡谷里。她真正风行一世的起点还得说从日本开始。自从那位日本女士把“红茶菌”菌母带回日本之后，她便精心地如法培养而获得成功。可是，生长起来的“红茶菌”状如海蜇皮，使人望而生畏，面面相觑不敢饮用。后有自告奋勇者大胆试饮，方知其味如柠檬茶，酸甜爽口。以后饮者日益增多，其中坚持饮者前日本读卖新闻社社会部长，年已六十的小川清先生，使他多年的便秘获得痊愈。由于小川清先生有了切身的体会，他便竭力向人们推荐“红茶菌”。日本把小川清先生荣为推行“红茶菌”的功臣人物。他不仅积极推荐，并热情认真地收集资料和撰写文章。他在日本1972年8月号的《壮快》杂志上发表了十分生动而真实的病例报告：

1、东京都大田区西蒲堤英雄氏，72岁，于40年前患糖尿病，经长期饮用“红茶菌”而痊愈……

2、中满须磨子女士，80岁，自幼体弱多病，患肾炎，胆囊炎，胆结石，消化不良，便秘等病，经长期饮用“红茶菌”身体健壮，精神奕奕，荣光满面……

3、某32岁男性，患肝癌，已被诊为不治之症，经服用“红茶菌”获得痊愈。

4、高血压病，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

5、低血压病，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

6、神经病，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

7、前列腺肥大症，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

8、白斑症，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

9、香港脚，经服用“红茶菌”而获痊愈数例。

小川清先生的文章一发表，就象科学奇闻一样震动极大，人们奔走相告，特别是有一些亲自从小川清先生那里得到菌种并收到实效的人，争先恐后地献身说法为小川清作旁证。就这样“红茶菌”迅速而广泛地神奇般地传开了。

除小川清以外，还有一位著名的“红茶菌”宣传家——鸟居女士。这位女士是一位多病者，她听到关于“红茶菌”的福音高兴以极，但对于“长寿村”和“红茶菌”可以防治高血压及癌症等抱有质疑。不管怎样，她决定争取一试。终于，她幸运地得到了一块指甲大小的菌母，回去后按照要求进行培养，不到一周的时间，“红茶菌”液就培制出来了并开始试饮。说奇迹真出现了奇迹，她多年的高血压病，一向靠每日服用降压药维持，试饮一段之后，不仅症状自觉好转，血压也从210到180到140毫米汞柱，最后一直降至正常而得保持下来。从此，她离开了长期伴随的降压药。这时不要说她的心情是多么愉快！

鸟居女士还患有白内障及头癣等病，曾用各种方法久治不见其效，她感到非常伤脑筋。可是随着坚持饮用“红茶菌”，这两种病也都逐渐痊愈了。特别是她胸前有块白癣，群医久治无效，使她只好穿紧领洋服。可是随着饮用“红茶菌”也意外地

使胸前的皮肤恢复为正常颜色，神奇般的事实，使她欣喜若狂。她平时体质虚弱，现在精力充沛了。鸟居女士生动可靠的切身体验，博得新闻部门的注意。日本广播公司于1972年11月6日特邀她在“趣味手册”节目时间，向全国报告了她饮用“红茶菌”的真实经过及其神奇的效果。从此，“红茶菌”轰动了整个日本，尤其患病多年而医治无效的慢性病患者，纷纷前来索取“菌母”和询问培养方法，最后竟有300多万人饮用“红茶菌”，并且卷入这个浪潮的人还日益在增加中。接着，出版部门也开始发行书刊。最早的是地产出版社的《红茶菌健康法》，发行一万多册，还供不应求。其次是“主妇之友”出版社的《红茶菌的健康法》。还有文泉堂出版的《红茶菌的真相、健康、长寿、美容秘诀》。此外，还有其它出版部门的关于红茶菌的书也都在赶印出版。至于在期刊上发表的文章就更多了。尤其《壮快》杂志，每刊都有，一经出刊便一销而空。

日本“红茶菌”的热风，很快席卷世界各地。台湾的李金城先生报告了“红茶菌”的培养方法及可以防治的病症。香港的《万象月刊》、《明报》、《成报》、《新文摘》等都不断发表“红茶菌”的文章。菲律宾的《当代文摘》也发表了科技消息。还有一位李福照先生特别主编了《红茶菌乳酸保健饮料》的专刊。泰国的陈锡华还专门谈了关于“红茶菌”的心得，等等。

当“红茶菌”传到新加坡，马来西亚就更富有风趣了。最初获得者把它当作“秘方”而禁锢起来，不予外传。可是那里的人心地还好。当邻里有一重症患者处于垂危之中，为挽救生命，一位亲友献出了“红茶菌”，经不断饮用，最后使身体获得康复。“红茶菌”这种起死还魂的神奇功能，在新、马人们的

心目中，建立起崇高的威望。人们争先恐后，纷纷接种培养并经过长期饮用，都从不同方面验证了“红茶菌”的效果。众人之口相传，消息神速而广泛，很快波及到各州府和市镇。

现在新、马的人们对“红茶菌”不但改变了“秘方”不外传的状态，而且还以救人济世之美德，凡因病而需要者都免费赠之。

“红茶菌”在新、马如在日本一样，人们都把它看成延年益寿的珍宝，新闻出版部门决不等闲视之。1978年2月23日，“Rediffusion”银色电台在晚上七时的“茶余饭后”节目中，邀请了《红茶菌的科学分析》一书的作者白振华先生作了“红茶菌”的起源、培养及其在医学上的价值”的讲演。在1978年3月11日的《星洲日报》的“星洲漫步”栏中，报导了“红茶菌”的消息。此外《南洋商报》的“读者之声”栏也刊出了“红茶菇药性属健体强身”的文章。同年3月13日，新加坡广播电视台也邀请白振华先生在“每日杂志”节目中谈了“如何预防饮用红茶菌的中毒以及服药者对红茶菌的认识”。以上足以说明在新、马两地，“红茶菌”的热潮超过或至少不亚于日本。至于美国、加拿大、印尼和菲律宾等地“红茶菌”热也都几乎达到了炽热的程度。



宏观一览

“**红** 茶菌”是由那些物质组成的呢？它的组成比较简单：糖、茶、水加上“菌母”就这四种基本物质。现在，我们借助以往的知识，对这四种物质加以成份分析。

茶叶：

茶叶，历史悠久。古今中外都把茶叶作为消暑解渴的最佳饮品。茶叶的种类繁多，但以其制法不同大致可分为三种：

- 茶叶分类
- ①不发酵茶——称绿茶，如龙井、珠茶等；
 - ②半发酵茶——称红绿茶，如铁观音、乌龙茶等；
 - ③发酵茶——称红茶，如台湾红茶、锡兰茶等。

茶叶里含有那些成份呢？主要的有三种：茶素、茶碱和单宁酸。其化学式、学名及作用如12页表。

除上述三种主要成分外，茶叶中还含有植物蛋白、维生素B₂、维生素C和挥发油等。茶叶经沸水浸泡之后，散发出宜人的香味就是挥发油的作用。

糖类：

糖类是人体的主要能源，也是培养“红茶菌”的主要原料。常见糖类有如下几种：

白糖 (Plantation White Sugar)：内含有草酸、苹果