

ZHONG HUA YAO JIU YANG SHENG DA HUI

# 中华药酒养生大会



○ 简便 ○ 强效 ○ 实惠

收录

祛病强身药酒秘方  
养颜美容药酒秘方  
民间特效药酒秘方

1100个

《中华药酒养生大全》编写组编

杜同仿 主编



中国出版集团  
世界图书出版公司



Z  
H  
O  
N  
G  
H  
U  
A  
Y  
A  
O  
J  
I  
Y  
A  
N  
G  
S  
H  
E  
N  
G  
D  
A  
Q  
U  
A  
N

# 中華藥酒養生大全



主編：杜同仿



# 前言

QIANYAN

药酒用于治病或保健在中国由来已久。在最早的中医学典籍《黄帝内经·素问》中，就有记载酒的治疗作用的专篇——“汤液醪醴论”（吴崑注云：“谷之造作成酒者皆名醪醴。”）。可见，酒用于保健和治病可追溯到上古时期。《黄帝内经》记载的十三方中，就包括有酒剂，如《素问·腹中论》治鼓胀之鸡矢醴，《素问·缪刺论》治尸厥之左角发酒等。东汉张仲景的《伤寒杂病论》也记载了不少酒剂，如栝蒌薤白白酒汤、红蓝花酒等。后世以酒入药或用酒制剂者日益多见，运用与治疗范围日广，疗效颇高，大大丰富了中药的剂型和中医的治疗手段。药酒遂成为人们养生保健和临床治病的常见剂型之一。

在浩瀚如海的中医古籍中，有关药酒养生保健或临床治病的记载十分丰富，各种各样的药酒秘方、验方丰富多彩。现代医家在继承前人对药酒使用经验的基础上，对用药酒养生保健或临床治病也多有发挥，新的创见和新创的方法、方剂层出不穷，大大丰富了药酒防病治病的内容。但这些内容大多散见于各种各样的书籍或报刊杂志中，人们检阅与应用颇不容易，宛如一座有待发掘及继承发扬的宝库。

笔者在三十余年临床工作中，对药酒的养生保健及临床治病的作用产生了浓厚兴趣，深感药酒具有三大优势：一是服用方便，利于长期服用，对慢性患者或身体虚弱需日常加强保健者尤为适宜；二是可借助酒通经透络、活血行气之性，来达到加强药力、提高疗效的目的；三是制作简单，用药量少，成本较低。但是，饮用药酒一定要严格掌握剂量。李时珍云：“酒，天之美禄也。面曲之酒，少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴；痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生痰动火。”精辟指出酒少饮有益、多饮有害的特性。而对于药酒则应更加严格掌握剂量，万万不可肆意狂饮。如不注意掌握好饮用量，非但无益，反而易生祸害。

为发掘古往今来药酒养生保健防病治病的宝贵经验，笔者与数位同事在工作之余翻阅古今各种文献资料，对照参验，条分缕析，共分四章，整理成书。其中，第一章概述药酒的起源、发展、作用、特点，以及药酒制作、服用、





储存的方法；第二章简介制备药酒常用中药的来源、加工、功效、临床使用、使用注意、药理研究，以及常用基质酒的种类；第三章以中医的治疗方法为纲，辑录了古今养生保健、益肤美容的实用秘传药酒配方218首；第四章以临床病症为纲，遴选内、外、妇、男、儿、骨伤、皮肤、五官、肿瘤等科常见病153种，精选出古今祛病强身的药酒名方991首。全书合计收录药酒方1109首，附录药酒中文名称笔划索引，方便检索。

本书对医务工作者而言，可多掌握一些防病治病的方法与手段；对一般读者而言，可多了解一些祛病强身的知识。当然，读者如要制作适合家用的药酒，最好咨询一下中医师，从而更加切合病情，收到良效。此外，对药方中极个别生僻中草药，应弄清其品种、产地、炮制方法之后再行使用，以保证安全和疗效。

书中如有讹误之处，诚望师长、同道及读者指正，以便再版时匡正，不胜感谢。

广州中医药大学研究员 杜同仿



# 目 录 CONTENTS

## 第一章

### 药酒概述

第一节 药酒的起源与发展	2
第二节 药酒的作用与特点	8
第三节 药酒的制备方法	11
一、药酒制作前的准备	11
(一) 药酒方的准备	
(二) 中药材的准备	
(三) 基质酒的准备	
(四) 浸酒器的准备	
二、制作药酒的方法	14
(一) 煎煮法	
(二) 浸渍法	
(三) 酿制法	
(四) 渗漉法	
三、制作药酒的时节	16
第四节 药酒的服用方法	17
一、准确选择药酒	17
二、科学服用药酒	18
(一) 适量服用药酒	
(二) 适时服用药酒	
(三) 适温服用药酒	
(四) 区分内服外用	
三、服用药酒的禁忌	19
(一) 药物禁忌	
(二) 病症禁忌	
(三) 生理禁忌	
(四) 年龄禁忌	
(五) 饮食禁忌	
第五节 药酒的储存方法	22

## 第二章

### 常用药酒材料

第一节 常用中药	24
一、益气药	25
二、补肾助阳药	37
三、养血滋阴药	57
四、理气消食药	78
五、活血止血药	97
六、祛风通络药	136
七、化痰止咳平喘药	149
八、安神息风药	167
九、化湿渗湿药	187
十、解表药	203
十一、清热药	217
十二、温里药	237
十三、收涩药	246
第二节 其他材料	258
一、蛇类	259
二、兽畜类	261
三、其他类	266
第三节 常用酒	267
一、酒的分类	268
(一) 按制造方法分类	
(二) 按酒精含量分类	
(三) 我国对酒的习惯分类	
二、中国白酒	269
(一) 高粱、小麦酒类	
(二) 五粮液酒类	
(三) 烧酒类	
(四) 广东米酒(白米酒类)	
三、中国黄酒	273

四、洋酒 ..... 274

### 第三章

## 保健药酒秘验方

第一节 养颜嫩肤药酒 ..... 276

第二节 祛斑增白药酒 ..... 279

第三节 乌须黑发药酒 ..... 281

第四节 生发护发药酒 ..... 289

第五节 减肥瘦身药酒 ..... 294

第六节 安神益智药酒 ..... 295

第七节 强筋壮骨药酒 ..... 306

第八节 强身健体药酒 ..... 310

第九节 延年益寿药酒 ..... 318

### 第四章

## 常见病药酒名方

第一节 内科常见病 ..... 330

一、感冒 ..... 331

二、咳嗽 ..... 333

三、哮喘 ..... 336

四、肺结核 ..... 337

五、肺病 ..... 338

六、消化不良 ..... 338

七、呕吐 ..... 340

八、呃逆 ..... 342

九、胃腹疼痛 ..... 343

十、泄泻 ..... 345

十一、痢疾 ..... 348

十二、便秘 ..... 348

十三、肝硬化 ..... 349

十四、胆结石 ..... 349

十五、黄疸 ..... 350

十六、头痛 ..... 351

十七、眩晕 ..... 353

十八、失眠 ..... 355

十九、高血压 ..... 357

二十、冠心病 ..... 358

二十一、中风及后遗症 ..... 359

二十二、贫血 ..... 362

二十三、尿路结石 ..... 362

二十四、遗尿 ..... 363

二十五、泌尿系感染 ..... 364

二十六、水肿 ..... 366

二十七、自汗、盗汗 ..... 368

二十八、高脂血症 ..... 369

二十九、糖尿病 ..... 370

三十、中暑 ..... 372

三十一、疟疾 ..... 373

三十二、瘴气瘟疫 ..... 376

三十三、食物中毒 ..... 378

第二节 外科常见病 ..... 379

一、疖 ..... 380

二、痈 ..... 380

三、颈淋巴结核 ..... 383

四、甲状腺肿大 ..... 384

五、乳腺炎 ..... 385

六、脱肛 ..... 387

七、痔疮 ..... 387

八、鸡眼 ..... 388

九、冻疮 ..... 389

十、疯狗咬伤 ..... 390

十一、外伤出血 ..... 390

十二、烧烫伤 ..... 391

十三、脉管炎 ..... 392

十四、脚气病 ..... 395

第三节 妇科常见病 ..... 399

一、月经不调 ..... 400

二、经期延长 ..... 403

三、月经过多 ..... 404

四、崩漏 ..... 405

五、痛经 .....	406	六、麻疹 .....	451
六、闭经 .....	408	七、风疹 .....	452
七、白带过多 .....	409	八、小儿腹泻 .....	453
八、白带夹血 .....	410	九、小儿呕吐 .....	453
九、妊娠腰痛 .....	412	十、小儿暑疖 .....	454
十、流产 .....	412	十一、小儿口腔溃疡 .....	454
十一、难产 .....	413	十二、小儿厌食症 .....	454
十二、产后缺乳 .....	414	十三、流行性腮腺炎 .....	454
十三、产后风痉 .....	415	十四、新生儿硬皮症 .....	454
十四、产后腹痛 .....	416	十五、小儿麻疹症 .....	454
十五、产后胁痛 .....	418	<b>第六节 骨伤科常见病</b> .....	456
十六、产后虚弱 .....	418	一、跌打损伤 .....	457
十七、产后血崩 .....	419	二、闪挫扭伤 .....	462
十八、恶露不绝 .....	420	三、骨折 .....	466
十九、产后便秘 .....	421	四、肩周炎 .....	467
二十、阴道炎 .....	421	五、颈椎病 .....	469
二十一、外阴瘙痒 .....	422	六、腰肌劳损 .....	469
二十二、子宫脱垂 .....	422	七、骨质增生 .....	470
二十三、更年期综合征 .....	423	八、骨髓炎 .....	471
二十四、不孕症 .....	423	九、坐骨神经痛 .....	472
<b>第四节 男科常见病</b> .....	425	十、关节疼痛 .....	474
一、性早熟 .....	426	十一、腰腿疼痛 .....	498
二、性欲减退症 .....	426	十二、肌肉疼痛 .....	517
三、遗精 .....	427	十三、骨质疏松症 .....	517
四、早泄 .....	430	<b>第七节 皮肤科常见病</b> .....	518
五、阳痿 .....	432	一、皮炎 .....	519
六、不育症 .....	438	二、湿疹 .....	520
七、睾丸炎 .....	442	三、荨麻疹 .....	521
八、前列腺炎 .....	442	四、牛皮癣 .....	522
九、阴囊湿疹 .....	443	五、痱子 .....	523
十、疝气 .....	444	六、疥疮 .....	524
<b>第五节 儿科常见病药</b> .....	446	七、癣 .....	525
一、小儿感冒 .....	447	八、鹅掌风 .....	526
二、小儿发热 .....	448	九、痤疮 .....	526
三、小儿惊风 .....	449	十、带状疱疹 .....	527
四、小儿肺炎 .....	450	十一、瘙痒 .....	528
五、百日咳 .....	451	十二、虱 .....	529

十三、疣 .....	530	十五、口腔炎 .....	546
十四、杨梅疮 .....	531	十六、鱼骨哽喉 .....	547
第八节 五官科常见病 .....	532	第九节 肿瘤科常见病 .....	548
一、青光眼 .....	533	一、肺癌 .....	549
二、视力衰退 .....	533	二、乳腺癌 .....	549
三、白内障 .....	535	三、食道癌 .....	550
四、中耳炎 .....	536	四、胃癌 .....	551
五、耳鸣 .....	537	五、肠癌 .....	552
六、耳聋 .....	539	六、肝癌 .....	552
七、鼻出血 .....	540	七、膀胱癌 .....	553
八、鼻炎 .....	541	八、宫颈癌 .....	554
九、酒渣鼻 .....	542	九、阴茎癌 .....	554
十、失音 .....	543	十、甲状腺癌 .....	555
十一、咽喉炎 .....	543	十一、恶性淋巴瘤 .....	555
十二、牙痛 .....	543	十二、白血病 .....	556
十三、牙齿动摇 .....	545	药酒中文名索引 .....	557
十四、拔牙麻醉 .....	546		





DIYIZHANG

第一章 药酒概述



## 药酒的起源与发展

药酒，又称酒剂，是在成品酒或酿酒中加入合适的药物，经过必要的工序，使药物中的有效成分溶解在酒里而制成的一种有医疗保健作用的澄明液体。其中，制作药酒的酒称基质酒，包括医用酒精、白酒、黄酒、葡萄酒、洋酒等；制作药酒的药物泛指有医疗保健作用的物质，包括植物的根、茎、叶、花、果，动物的全体或躯壳、内脏，以及某些矿物质等。

将酒与医药结合运用，是我国传统文化的重要创举，至今仍在国内外医疗保健事业中发挥重要作用。药酒作为中药传统剂型的重要组成部分，使用历史源远流长。在我国古代，“酒”被写成“酉”，“医”的繁体字也从“酉”，说明医药与酒的关系非常密切。根据罗振玉的《殷墟书

契前论》考证，在我国古代的甲骨文里，就有“鬯其酒”的记载。汉代班固认为：“鬯者，以百草之香……合而酿之，成为鬯。”表明在殷商时期，人们已知造酒之法，并将酒与药结合起来运用。

到西周，饮酒越来越普遍，设有专门管理酿酒的官员，即“酒正”，同时设有“食医中士二人”，“掌和王之六食、六饮、六罐……之齐（剂）”。在这里，“食医”即掌管饮食营养的医生，“六饮”即水、浆、醴（酒）、凉、酱、醢六种物质。

这段记载说明，我国早在周代就把酒纳入了医疗保健品管理。

我国现存最早的药酒酿制方，出现在春秋战国时期。1973年，在湖南长沙发掘马王堆汉墓时出土了一批文物。其中，成书于春秋战国时期的《五十二病方》载有30多首药酒方，用以治疗疽、蛇伤、疥瘙等疾病，提出可以通过“择薤一把，以敦（醇）酒半斗煮沸，饮之”来治疗“胫（瘰）病”。同期出土的帛书《养生方》和《杂疗方》虽然多数不完整，但可以辨认出药酒配方、酿制工艺等方面的记述，其中比较完整的是《养生方》“醪利中”的第二方。该方包括了整个药酒制作过程、服用方法、功能主治等内容，是酿制药酒工艺的最早的完整记载，也是我国药学史上的重要史料。此外，从《养生方》的残存文字中，可以辨识出6个药酒方：①用麦冬（即颠棘）配合秫米等酿制药酒（原题：“以颠棘为浆方”治“老不起”）；②用黍米、稻米等制成药酒（“为醴方”治“老不起”）；③用美酒和麦□（文字残缺，不详何物）等制成药酒；④用石膏、藁本、牛膝等酿制药酒；⑤用漆和乌喙（乌头）等药物酿制药酒；⑥用漆、节（玉竹）、黍、稻、乌喙等酿制药酒。从《杂疗方》的残存文字中，只能辨识出1个药酒方，即用智（不详何物）和薜荔根等药放入一种叫做甗的古代蒸器中制成醴酒。

到先秦时期，中医药学的发展达到了一个可观的高度，出现了我国现存最早的中医典籍《黄帝内经》。这本著作不仅载有“鸡矢醪”（主治肿胀）、“醪药”（主治经络不通、病生不仁）、“醪酒”（主治色大深）等药酒方剂，还对酒与防病治病的关系进行了专题论述。如《素





问·汤液醪醴论》首先提出，醪醴的制作“必以稻米，炊之稻薪，稻米者完，稻薪者坚”，即用完整的稻米作原料、坚劲的稻秆做燃料酿造醪醴，其中醪是浊酒，醴是甜酒，并说“自古圣人之作汤液醪醴者，以为备耳……中古之世，道德稍衰，邪气时至，服之万全”，说明这个时期的古人非常重视酒类治病，人们对酒和药酒的认识向前迈进了一步。再如《史记·扁鹊仓公列传》提出“其在肠胃，酒醪之所及也”，认为酒醪可以治疗肠胃疾病。

到汉代，酒和药酒的使用逐渐普遍。其中，酒被称为“百病之长”（《汉书·食货志》），药酒逐渐成为中药剂型的重要组成部分，应用的针对性和作用的效果得到了进一步提高。如《史记·扁鹊仓公列传》记载了西汉名医淳于意的25个医案，其中2个是用药酒治病的医案。一个是济北王患“风蹶胸满”病，服了淳于意配的三石药酒后痊愈了；另一个是甯川有个王美人患了“难产症”，服用淳于意的茛菪酒后产下一个婴孩。这是我国现存最早的药酒医案。再如在东汉名医张仲景的《伤寒病杂论》里，记载了许多用酒煎药或服药的方法，收录了红蓝花酒、麻黄醇酒汤、瓜蒌薤白白酒汤等药酒方。其中，“妇人六十二种风，腹中血气刺痛，红蓝花酒主之”，意思是说红蓝花具有行血活血的作用，酒煎之后药效更强，能使气血通畅，消除妇女腹痛。此外，瓜蒌薤白白酒汤也是一种药酒，能借酒气轻扬，引药上行，达到通阳散结、豁痰逐饮的目的，治疗胸痹。在这个时期，我国还开创了运用酒和麻醉药酒进行外科手术的先河。如《列子·汤问篇》记载：“鲁公扈、齐婴二人有疾……扁鹊遂让二人毒酒，迷死三日，剖胸探心，易而置之，投以神药，既悟如初。”东汉名医华佗也提出：“若疾发结于内，针、药所不能及者，乃令先以酒服麻沸散，既醉无所觉，因剝破

腹背，抽割积聚；若在胃肠，则断截湔洗，除运河疾秽。既而缝合，缚以神膏。四五日创愈，一月之间皆平复。”

至魏晋南北朝，北魏贾思勰的《齐民要术》对药酒的酿造方法，特别是对浸药专用酒的制作，从曲的选择到酿造步骤都做了较为详细的说明，提出了用热浸制备药酒的新方法。晋代葛洪的《肘后备急方》载有海藻酒、桃仁酒、金牙酒、猪胰酒等药酒的治疗办法。南朝齐梁时期的著名本草学家陶弘景则在《本草经集注》中指出“酒可行药势”，对药酒的浸制方法进行了比较详细的论述，提出“凡渍药酒，皆经细切，生绢袋盛之，乃入酒密封，随寒暑数日，视其浓烈，便可滤出，不必待至酒尽也。渣可暴燥微捣，更渍饮之，亦可散服”，阐明了粉碎度、浸渍时间及浸渍温度对浸出速度、浸出效果的影响，指出有71种药物（包括矿石类药物9种、植物类药物35种和动物类药物27种）不宜浸酒。在这一时期，药酒的制作方法不断完



善，配制处方持续增加，临床应用不断拓展。

在隋唐时期，药酒的使用更为广泛。孙思邈的《备急千金要方》卷七“酒醴”、卷十二“风虚杂补酒煎”累计收录药酒方80多首，涉及补益强身、内科、外科、妇科等方面，录用以药酒治唐国寺僧允葱“癫疾失心”的验案1个。该书还对酒与药酒的毒副作用有一定认识，认为“酒性酷热，物无以加，积久饮酒，酣兴不解，遂使三焦猛热，五脏干燥”、“未有不成消渴”，并针对当时一些人因嗜酒纵欲所引起的种种病症，研制出了相应的解酒方剂，如治饮酒头痛方、治饮酒中毒方、治酒醉不醒方等。孙思邈的《千金翼方·诸酒》则是我国现存医著中关于药酒最早的专题综述，载有药酒方20首，对药酒的服法提出了明确的要求，强调“凡服药酒，饮得使酒气相接，无得断绝，绝则不达药力，多少皆以知为度，不可全醉及吐，则大损人也”。唐代名医王焘的《外台秘要》设“古今诸家酒方”一节，收录药酒处方11

首（其中9首为加药酿制法），载有2个用药酒治疗内、妇科疾病病案的病案，同时详细记述了药酒的酿造工艺。

宋元时期由于雕版印刷的发明，加上政府对医学事业的重视，药酒有了很大发展，人们对酒和药酒的认识逐渐从实践上升到理论。如《太平圣惠方·药酒序》认为“夫酒者，谷蘖之精，和养神气，性惟慤悍，功甚变通，能宣利胃肠，善导引药势”。《圣济总录·治法·汤醴》认为“药酒长于宣通气血，扶助阳气，既可用于祛疾，又可以用其防病”、“邪之伤人有浅深，药之攻邪有轻重。病岁始起，当以汤液治其微。病既日久，乃以醴醴攻其甚。又有形数惊恐，经络不通，病生于不仁者，酒以醴药。以此见受邪既深，经脉闭滞，非醴药散发邪气，宣通血脉，安能必愈……酒性酷热，立行药势，所以病人素有血虚气滞、陈寒痼冷、偏枯不随、拘挛痹厥之类，悉宜常服，皆取其渐渍之力也。又古法服药，多以酒者，非特宣通血气而已，亦以养阳也”。同时，药酒的种类明显增





加。仅《太平圣惠方》中就设有6篇药酒专节，收载有地黄酒、黄精酒、枸杞酒、五加皮酒、天门冬酒等42首药酒方。加上《圣济总录》、《太平惠民和剂局方》、《三因极一病证方论》、《普济本事方》、《严氏济生方》等书中的药酒方，宋代著作中共载药酒数百种，运用范围涉及内科、外科、妇科、五官科等多种疾病。这一时期药酒发展的一个重要特点，就是应用范围相对集中，逐渐向养生保健方面发展，如“治一切风通用浸酒药二十二道”、“治风腰脚疼痛通用浸酒药十四道”等。另外，在药酒专门方中出现了较多养身延年、美容保健的药酒方，其中的一些药酒方更因口味纯正成为了宫廷御酒。特别是在元都北京，国内外名酒荟萃，羌族的枸杞酒、地黄酒，大漠南北各地的鹿角酒、羊羔酒，东北各族的松节酒、松根酒、虎骨酒，南方的五加皮酒、茯苓酒，西南的乌鸡酒、牒脐酒等流行一时。此外，宋人陈直《养老奉亲书》以及元人忽思慧《饮膳正要》、《御药院方》等也收载了许多适合老年人服用的养生保健药酒，对后代养生学、中药学、药酒学影响颇大。其中，《饮膳正要》是我国首部营养学专著，成书于1330年，将酒的利弊概括为“酒味甘、辛，性热，有毒，主行药势，杀百邪、通血脉、厚肠胃、消忧愁，少饮为佳，多饮则伤神损寿，易人本性，其毒甚也，饮酒过度，伤生之源”。在这一时期，以药材制曲的风气开始盛行，出现了采用隔水加热的“煮酒法”。如朱翼中在政和年间撰著了《酒经》（又名《北山酒经》），共分3卷，上卷论酒，中卷论曲，下卷论酿酒之法，在“煮酒”一节谈到用加热杀菌的方法贮存药酒，比欧洲要早数百年，为我国

首创，并载有香桂曲、瑶泉曲等药曲13种。其中，香桂曲配用了木香、官桂、防风、杏仁等药品，瑶泉曲配用了防风、白附子、槟榔、胡椒、桂花、丁香、人参、



天南星、茯苓、香白芷、川芎、肉豆蔻等药物。此外，《酒经》还认为东阳酒是药酒的最佳基质酒，“用制诸药良”，“其酒自古擅名，清香远达，色复金黄，饮之至醉，不头痛，不口干，不作泻，其水称之重于他水，邻邑所造俱不然，皆水土之美也”。据李时珍考证，东阳酒就是产于古兰陵的金华酒。

明代医药学家整理继承前人经验，又创制出许多新的药酒。如《普济方》、方贤的《奇效良方》、陈梦雷的《医学全录》、王肯堂的《证治准绳》、李时珍的《本草纲目》等都载有大量药酒方，既有前人经典之作，又有时人创新之举。其中，《本草纲目》辑录药酒方200多首，仅在《谷部·卷二十五·酒》中就列举了69种不同用途的药酒，如人参酒、菊花酒、花蛇酒等，并对药酒的制作和服法作了大量精辟的论述。此外，吴昆的《医方考》载药酒7种，吴旻的《扶寿精

方》载药酒9种，龚廷贤的《万病回春》、《寿世保元》载药酒近40种。其他名家名著甚多，记录药酒不少。这些药酒大多以烧酒为基质酒，与先前用黄酒作基质酒有明显区别。在这一时期，保健药酒特别是宫廷补益药酒较为盛行。宫廷建有御酒房，“御制药酒五味汤、真珠红、长春酒”等各种名酒。如当时名噪金殿的“满殿香”就由白术、白檀香、缩砂仁、藿香、甘草、木香、丁香等药物合白面、糯米粉等酿制而成。当时，民间作坊制作出售不少药酒，如薏苡酒、羊羔酒等。另外，普通老百姓还自酿了不少药酒，如正月的椒柏酒、端午节的菖蒲酒、中秋节的桂花酒、重阳节的菊药酒等，都是常酿的传统节令酒。还有一些药酒用花果酿制而成，多以“露”名之，如玫瑰露、山楂露、茵陈露等，其中不少药酒具有保元固本、益寿延龄的作用，深受读书人喜爱。

至清代，药酒又有新发展，配方数量继续增长。汪昂的《医方集解》、王士雄的《随息居饮食谱》、吴谦的《医宗金鉴》、孙伟的《良朋汇集经验神方》、项

友清的《同寿录》等均录有新创制的药酒方。清代的药酒除了用于治疗疾病之外，最大特点就是养生保健药酒极为盛行，尤其是宫廷补益药酒空前兴旺发达。如乾隆帝经常饮用的松龄太平春酒，对老年人诸虚百损、关节酸软、纳食少味、夜寐不实诸症均有治疗作用；清宫御制的夜合欢酒，由夜合枝、柏枝、槐枝、桑枝、石榴枝、糯米、黑豆、细曲等精制而成，对中风挛缩等症有良好的治疗作用。

民国时期，由于战乱频繁，药酒研制工作和其他行业一样受到冲击，加之当局大肆扼杀中医，药酒也难逃厄运，没有多少进展。

二十世纪下半叶以来，中医中药事业得到了空前发展，作为中医方剂之一的药酒受到更多人们的关注，取得了长足进步。集中体现在五个方面：一是药酒的文献整理研究取得新进展，出现了一批药酒类专著。如许青峰的《治疗与保健药酒》辑药酒方146首、孙文奇的《药酒验方选》收录药酒方361首、李明哲的《药酒配方800例》等，为药酒的





推广利用作出了贡献。二是通过临床研究和实验研究,加深了对传统中药名酒的认识。如采用现代科学技术研究五加皮酒、十全大补酒、史国公药酒、龟龄集酒的功效、配方、组成、药理、毒理等,为其拓展应用、增强疗效提供了科学依据。三是根据市场需要,研发出了许多新的药酒品种和剂型。如根据清宫配方研制了“清宫大补酒”,根据宋代名方配以绍兴名水酿成的饮料酒精研制成了“十全大补酒”,根据古方研制了“金童常乐酒”、“罗汉补酒”,将宋代古方“藿香正气散”(煮散)改成了酒剂“藿香正气水”,将中药材大黄制成了具有健脾和胃、宽肠消胀、行气活血等功效的“大黄酒”,受到国内外欢迎。四是积极改进制作工艺,大大降低了药酒的制作成本、增强了药酒的作用效果。如有报道认为,采用“浸渍—渗滤—洗涤—甩干”的新工艺,运用比《中国药典》规定含醇量(40%~50%)高10%以上的白酒作为提取液,可减少杂质的浸出,提高有效成分的浸出,最大限度地利用药渣中的有用成分,有效节约白酒和药材的用量,明显优于传统的压榨法。五是严格制定卫生与质量标准,药酒生产

逐步转向标准化和工业化。近年来,药酒规范被收入我国药典,国家中医药管理局也分批公布了允许在药酒中使用的中药材。其中,第一批共33种,包括酸枣仁、栀子、甘草、代代红、罗汉果、肉桂、决明子、莱菔子、陈皮、砂仁、乌梅、肉豆蔻、白芷、菊花、藿香、沙棘、郁李仁、青果、薤白、薄荷、丁香、良姜、白果、香橼、火麻仁、橘红、茯苓、香薷、红花、紫苏、乌梢蛇、蝮蛇、牡蛎;第二批共29种,包括八角、茴香、刀豆、姜、枣、山楂、小茴香、木瓜、龙眼肉、百合、花椒、赤小豆、芡实、佛手、杏仁、淡豆豉、昆布、桃仁、莲子、桑葚、黑胡椒、菊苣、蜂蜜、榧子、山药、黑芝麻、薏苡仁、青果。

总之,在长期的医疗保健实践中,我国人们积累了丰富的药酒使用经验,创造了大量的实用药酒处方,为中华民族的繁衍昌盛作出了重要贡献。可以预见,随着人们生活水平的不断提高和现代科技的迅猛发展,在医药院所、厂矿企业、政府部门的共同努力下,通过继承与提高,必将产生更多更好的药酒,走出国门,走向世界,为人类健康事业作出新的更大的贡献。

## 药酒的作用与特点

药酒包含酒和药物的双重功效。因此，在掌握药酒的作用之前，有必要了解酒的作用。



我国传统医药学认为，酒为水谷之气，味辛、甘，性热，有小毒，入心、肝、肾三经，有畅通血脉、活血行气、祛风散寒、通络止痛、健脾养胃、杀虫辟瘴、消冷积、厚肠胃、促消化以及引药上行、助运药力等多种作用，能宣散药力、通行经络、上窜巅顶、外达皮腠、旁通四肢，治疗寒滞经脉、瘀血内阻、风湿痹阻等引起的痛证、痹证、痿证、诸虚劳损、精神不振、肢体疼痛拘挛、胸痛彻背、劳累后体倦神乏等多种疾病，并可增强药物温阳散结、活血逐瘀的作用，反佐或缓和苦寒药物的药性，减少一些药物的不良反应。

现代研究证实，酒对人体各个系统

都有影响，其中对中枢神经系统的影响与麻醉药相似，有促进睡眠的作用，但少量饮酒能减弱大脑皮层的抑制功能，有消除疲劳、振奋精神、减少抑郁、调节心理的作用；对循环系统的影响则表现在少量饮酒能加速心跳，扩张外周血管，促进血液循环，加快热量散失；对消化系统的影响表现在酒精含量在10%左右时能增加胃液和胃酸分泌，促进消化吸收，提高食欲。但酒精含量大于20%时能抑制胃酸分泌，减弱胃蛋白酶活性，酒精含量高于40%时则对胃黏膜有强烈的刺激性，过量饮酒可刺激呕吐中枢引起恶心呕吐。

总体而言，酒对人体的利害与酒的种类、饮酒的数量、饮酒的时间及个体的体质有关，适量饮酒至少对人类健康具有以下5种益处：

**1. 营养机体。**虽然白酒含乙醇较多，营养价值有限，但黄酒、葡萄酒、啤酒都含有比较丰富的营养成分。其中，黄酒含有糖分、糊精、有机酸、氨基酸和各种维生素等，氨基酸的数量、种类更是酒中之冠，营养价值极高。例如加饭酒含有17种氨基酸，其中有7种是人体不能合成的必需氨基酸。葡萄酒含有葡萄糖、果糖、戊糖、多种氨基酸、维生素C、维生素D等营养成分，营养价值与新鲜水果近似，此外还含有各种有机酸、矿物质等。啤酒除了含有3.5%的乙醇外，一般还含有5%的糖类、0.5%的蛋白质、17种氨基酸、多种维生素以及钙、磷、铁等微量元素，而且1升啤酒可为人体提供1776千焦的热能，与4只鸡蛋或500克牛奶近似，营养极为丰富，享有“液体面包”的美誉。

**2. 促进消化。**我国当代著名老中医姜春华教授认为，适量饮酒能提高食





欲，多吃菜肴，增加营养，对身体大有好处。国外的生理学家在实验中也发现，适量饮酒60分钟后，人体内的胰岛素比饮酒前明显增多。胰岛素是胰腺分泌的消化性激素，含有多种消化酶，具有促进消化的作用。因此，如果在饭前适量地饮酒，促进胰岛素分泌，进而促进体内各种消化液分泌，可以增强胃肠道对食物的消化和吸收，弥补中老年人消化功能降低的缺陷。

**3. 预防心血管疾病。**冠心病是一类常见的心血管疾病。该病由于胆固醇沉着在冠状动脉的内壁上，导致冠状动脉硬化、内腔变小、狭窄甚至阻塞，出现心肌缺血，轻者引起心绞痛，重者发生心肌梗死。有资料表明，适量饮用葡萄酒能使血中的高密度脂蛋白增加，有利于将胆固醇从动脉壁输送到肝脏，并能促进纤维蛋白溶解，减少血小板聚集和血栓形成，起到“活血化瘀”的作用，可以减少冠心病的发生和猝死的机会。美国密歇根大学对2万人进行了4年的调查，结果发现适量饮酒可以增加血液中的蛋白质成分，防止心脏病发作，减少动脉硬化。英国医学研究人员分析了8个西方国家的有关统计图表，也发现果酒的消耗量和心血管疾病的死亡率呈负相关：意大利和法国每年的人均果酒饮用量最多，心脏病死亡率最低；美国每年的人均果酒饮用量较少，患心脏病的人很多；芬兰每年的人均果酒饮用量更少，心脏病的发作情况比美国人严重。

**4. 有益身心健康。**随着现代医学研究的发展，中医和西医都认为，疾病的产生与社会环境和心理状况有关。中医更是认为，人类有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种正常的情志活动，当这些情志活动超出人们的正常承受范围时，就会引发不同的疾病。研究证实，如果人们长期处在孤独和紧张的状态，很容易发生疾病。酒有陶醉作用，适量饮

酒能够缓和人的忧虑和紧张心理，增强安定感，提高生活兴趣，对老年人尤其如此。日本的一些养老院针对不少老年人易发怒、易不满、孤独不快以及其他令人费解的古怪性情，用一二杯酒代替通常服用的镇静药物和心情舒展药物，结果养老院的气氛豁然开朗，一派和睦，而且睡眠差的老人从以前的40%下降到了18%。

**5. 延年益寿。**许多研究显示，适量饮酒者比滴酒不沾者健康长寿。对老年人而言，少量的酒是健身的灵丹。美国波士顿的一家老人院自从每天下午给老人供应啤酒以来，仅仅2个月以后，可以自己行动的老年人从21%陡增到了74%，服用强效镇静剂的老年人则从75%降到了零。美国的生物统计学者为了证实这一个事实，对94对兄弟进行了长期的追踪调查。在这94对兄弟中，有一人适量饮酒，而另一人则滴酒不沾。结果表明，适量饮酒者要比不饮酒者长寿。最后由于不饮酒的那组对象都已去世，追踪调查才不得不终止。调查同时表明，长寿的主要原因是心血管疾病的发生概率较低，即使曾经饮酒后来戒酒的人，也要比从不饮酒者患心脏病的概率低。

除了含有酒的作用外，



药酒的作用还与其中加入的中药材的作用有关。配入酒中的药物不同，药酒的作用也不相同。就总体而言，可以分成补益人体阴、阳、气、血之虚的补益性药酒和祛邪治病的治疗性药酒。其中，补益性药酒以补虚强壮为主要目的，大多具有滋补气血、温肾