

國家圖書館出版品預行編目資料

民間藥王・蘆薈／平田千春著，初版。

臺北市：林鬱文化，2000 [民 89]

面；公分。（健康の文庫；4）

ISBN 957-754-838-5 (平裝)

1. 蘆薈 2. 藥材 3. 植物性生藥

414.3

89015338

健康の文庫 4

民間藥王・蘆薈

NT\$180

平田千春／著

2000 年 11 月／初版

〈出版者〉

林鬱文化事業有限公司

〔編輯部〕 台北市〈文山區〉萬安街 21 巷 11 號 3 F

電話(02)2230-0545 * 傳真(02)2230-6118 * 郵撥・16704886

〔總管理處〕 台北縣深坑鄉萬順寮 106 號 4 F (東南學院對面)

電話(02)2664-2511 * 傳真(02)2662-4655 / 2664-8448

〔網址〕 <http://www.linyu.com.tw>

〔E-mail〕 linyu@linyu.com.tw

〈代理商〉

紫宸社文化事業有限公司

台北縣中和市中山路三段 110 號 7 F 之 6

電話(02)8221-5697 * 傳真(02)8221-5712

法律顧問・蕭雄淋律師 Printed in TAIWAN ISBN 957-754-838-5

AROE-JŪSU KENKŌ-HŌ by Chiharu Hirata

Copyright © 1995 by Chiharu Hirata

Original Japanese edition published by Longsellers Co., Ltd.

Chinese translation rights arranged with Longsellers Co., Ltd.

through Japan Foreign Rights Centre, Bardón-Chinese Media Agency

・本書爲「蘆薈汁健康法」改訂本

民間
藥王

THE BEST WAY TO
KEEP YOUR HEALTH

蘆薈

自然療法的必備良藥

從古埃及時代，就用來治病的蘆薈……
是可以有效的預防與治療的萬能藥！

• 蘆薈研究專家

平田千春〔著〕





民間藥王·蘆薈

早在三五〇〇年前，古埃及的醫學上，就已經有使用蘆薈做為各種疾病治療藥的記載，而今經由各項醫學、藥學實驗，更印證了蘆薈對各種疾病的確有效。舉凡燙傷、凍傷、割傷、撞傷、扭傷、香港腳、濕疹、面皰、痱子、褥瘡、蚊蟲叮咬、痔瘡、牙痛、便秘、腸胃病、宿醉、頭痛、肩膀酸痛、糖尿病等等，效果不但非常好，而且非常迅速。

16
盧薈研究專家

平田千春〔著〕

民間藥王・盧薈

前言

俗話說：擁有健康就擁有希望，而擁有希望就擁有一切。由此可見，健康乃人生的第一財富。

根據醫學研究證明，人類的心臟細胞壽命約為一百六十年，亦即人類的壽命原本應該有一百六十年才合理，但為何如今人類無論男女的平均壽命都只有七、八十歲而已呢？其乃由於現今整個大環境遭受各種化學品污染、破壞，再加上人類本身染有酗酒、抽菸等不良習慣，生活不規律、不常運動、壓力過大等等，因而縮短了原有的壽命。

雖然，有些人非常關心自己身體的健康，只要一有症狀，便會上醫院接受診療，或自行到西藥房配藥，但如此一來，自己的身體似乎就變成藥罐子了，而且，根據不少研究報告指出，大多數的藥物本身即含有致癌的可能性，所以服用太多藥物對身體健康未必很好！

那麼，人們究竟應如何才能擁有健康的身體呢？我想除了規律的生活作息和適度的運動外，攝取對身體有益的自然食物也是非常必要的，而其中，蘆薈便是最具代表性的一種健康食品。

早在三五〇〇年前，古埃及的醫書上，就已經有使用蘆薈做為各種疾病治療藥的記載，而今，經由各醫學、藥學實驗，更印証了蘆薈對各種疾病的確有效，舉凡燙傷、凍傷、割傷、撞傷、扭傷、香港腳、濕疹、面皰、痱子、褥瘡、蚊蟲叮咬、痔瘡、牙痛、便秘、腸胃病、宿醉、頭痛、肩膀酸痛、糖尿病等等，效果不但非常好，而且非常迅速。

總之，神奇的蘆薈，不論內服或外用，效果都是令人驚異的，著實堪稱是「民間藥之王」，更是現代人欲擁有健康所不可或缺的家庭常備藥，本書不僅詳細分析了蘆薈的藥效成分，另外還更進一步地提供了蘆薈的栽培法與各種使用法，相信是您身邊所必不可缺少的保健工具書！

目錄

前言／7

第一章 疾病中利用蘆薈獲得解救／15

- ♥ 罹患肝硬化，壽命僅剩一年，獲得救治／16
- ♥ 糖尿病瀕臨死亡，卻因蘆薈而獲救／18
- ♥ 已宣告要動手術的胃潰瘍，藉由蘆薈而治癒／21
- ♥ 利用蘆薈完全克服高血壓／24
- ♥ 頑固的便秘、膽囊息肉維持穩定，真是好消息！／26
- ♥ 利用蘆薈克服長達三十年的便秘，痔瘡與寒冷症也都痊癒了／29
- ♥ 從嬰兒時期就患有的特應性疾病獲得改善／32
- ♥ 蘆薈使反覆無常的痛風停止發作／34

- ♥ 禿頭原本已無希望，但蘆薈使頭髮再生了／36
- ♥ 去除斑點和頭皮發癢的症狀，蘆薈真是萬能藥／39

第二章 蘆薈生葉的利用法／43

- ♥ 紀元前即是古代人們所愛用的藥草／44
- ♥ 具較多藥效成分、適合國內氣候的劍蘆薈／46
- ♥ 直接使用生蘆薈須留心澀液／47
- ♥ 開始時一天的使用量以四、五公分為宜／49

蘆薈生葉的利用法

- ① 利用擦板或果汁機製作蘆薈汁／51
- ② 利用乾燥粉末／53
- ③ 煎煮生葉飲用／55
- ④ 用葉肉的膠質塗抹患部／56
- ⑤ 製做蘆薈酒／56
- ⑥ 使用於各種烹飪中／58

第三章 蘆薈能抑制發炎、潰瘍等症狀，促進細胞復甦

／61

♥ 蘆薈能抑制發炎症狀的成分是什麼？／62

♥ 蘆薈能抑制潰瘍，使細胞復甦的成分是什麼？／63

♥ 抑制發炎症狀的關鍵物質／65

♥ 比基尼島氫彈爆炸受災者證明，利用蘆薈治療燙傷有效／66

● 急性胃炎——苦味健胃劑的成效。／68

● 慢性胃炎——從根本治療胃部疾病／72

● 胃潰瘍——抑制發炎、治療潰瘍、去除疼痛／75

● 十二指腸潰瘍——超群的抑制疼痛即效性／79

● 燙傷——能抑制發炎的燙傷特效藥／81

● 擦傷、割傷——止血、癒合傷口、治癒後不留疤痕／84

● 蚊蟲叮咬——對於止癢、止痛立刻見效／88

第四章

蘆薈能中和毒素，促進內臟活性化

／91

♥ 蘆薈能分解酒精，防止宿醉／92

♥ 蘆薈能解毒殺菌的成分是什麼？／93

● 肝病——利用解毒作用，增強肝臟功能／95

● 便秘——具有溫和的即效性／100

第五章

蘆薈能降低血糖值，使血壓恢復正常

／107

♥ 蘆薈降血糖作用的成分／108

♥ 蘆薈增強血管，使血壓降低的成分／109

● 糖尿病——降低血糖、使身體從根本治癒／111

● 高血壓——強化血管，促使血壓自然下降／118

● 低血壓——促進新陳代謝，達到治療目的／126

第六章

蘆薈具有免疫、抗癌作用

／131

♥ 能對疾病免疫，產生自然治癒力／132

♥ 蘆薈抗癌作用的成分／133

● 癌症——提高免疫力，防止癌症／136

第七章 蘆薈能防止皮膚老化，使肌膚美麗

／145

♥ 蘆薈防止皮膚老化的成分／146

♥ 蘆薈能促使美肌再生的成分／147

● 皺紋、斑點——防止老化，幫助膠原生成／149

● 面皰——內服外用，治好面皰／154

● 禿頭、白髮——促進頭皮血液循環，提高新陳代謝，治癒禿頭與白髮／158

● 濕疹、痱子——治好濕疹、痱子，不再發癢／163

第八章 每個人都可進行的蘆薈栽培法

／169

♥ 好蘆薈的分辨與購買方式／170

♥ 栽培蘆薈的高招／172

♥ 用土為培養土、赤玉、腐葉土的混合土／179

終章 能預防疾病的速效性家庭常用備藥

／ 191

♥ 原先僅當作家庭常備藥來栽培／ 192

♥ 向蘆薈商品化的夢想挑戰／ 193

♥ 以一餐蕎麥的分量配合一片葉子，開始商品化的腳步／ 194

♥ 蘆薈汁的開發，使蘆薈深受好評／ 196

♥ 不使用化學肥料或農業栽培／ 198

♥ 講求品質，使用有機肥料與完全無農藥生產／ 199

第一章

疾病中利用蘆薈獲得解救！
戰勝疾病！

罹患肝硬化，壽命僅剩一年，獲得救治

以一天三次，一次三十cc的蘆薈汁，每天與醫院開的處方藥物一起服用，一年後，肝功能數值恢復正常，同時治好困擾多年的低血壓。

櫻井 雪（60歲 主婦 北海道）

一九八六年秋天，我先生（六十六歲）接受肝硬化手術，手術後的情況很不好，腹部因積水膨脹得像即將臨盆的孕婦，這時，醫生表示：

「肝臟的情況已到末期狀態，恐怕僅剩一年的壽命。」
換句話說，丈夫已是特定的難治性肝炎患者。

有一天，媳婦的父親帶著蘆薈汁前來探病，雖然不知道蘆薈對治療肝臟是否有效，但仍在對方的建議下，抱著姑且喝喝看的心態，開始嘗試。

當然，丈夫仍好好的接受醫師的治療，並且服用處方藥物，只是每天多加了一點蘆