

葡萄疗法 能为广大疾病患者带来健康



葡萄疗法

Putao Liaofa

周 帆 编著

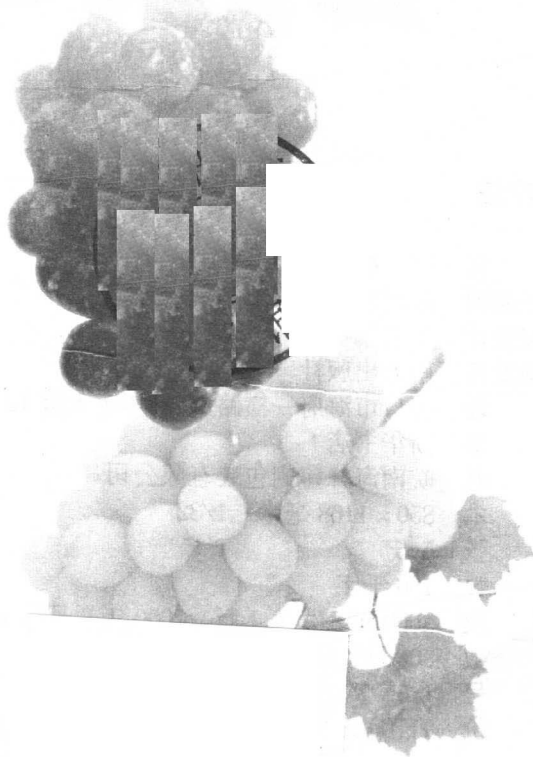


南方出版社

葡萄疗法

Putao Liaofa

周 帆 编著



南方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

葡萄疗法/周帆编著. - 海口: 南方出版社, 2000. 8
ISBN 7-80660-044-2

I. 葡… II. 周… III. 葡萄-食物疗法
IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 62421 号

葡萄疗法

作 者	周 帆
责任编辑	朱伯达
装帧设计	王义钢
出版发行	南方出版社
社 址	海口市海府一横路 19 号华宇大厦 12 楼 邮编: 570203
经 销	新华书店
印 刷	皖南海峰印刷包装有限公司
开 本	850 × 1168 毫米 1/32
印 张	5.5
字 数	100 千字
版 次	2000 年 8 月第 1 版 2000 年 8 月第 1 次印刷
印 数	8000 册
书 号	ISBN 7-80660-044-2/R·1
定 价	11.00 元

如有质量问题, 请与承印厂联系调换



前 言

现代工业给人类带来了现代文明生活,但随之也带来了不少副作用。人类生存环境的污染日益严重,在食物、水、空气、土壤中产生大量的有害物,加上高节奏的工作压力等精神因素影响,诱发人体产生了许多疾病,有的发展为绝症,现代高科技医学手段也无法治愈。国内外医学界发现运用葡萄能治疗许多疾病、疑难杂症,甚至癌症,我国传统医书记载中也证实了葡萄的治疗作用。葡萄含有大量各种人体需要的营养成分,仅氨基酸就含有十几种,大大超过近几年引起人们注意的芦荟。70年代,科学家又发现能从葡萄籽中提取黄酮类化合物原花青素,能对70多种疾病有直接或间接的预防治疗作用,称之为20世纪最引人注目的发现之一。至于葡





萄的根、茎、叶都可以起到保健治疗作用。一份来自法国的研究报告显示,喜欢喝葡萄酒的人心血管发病率显著低于一般人,可见葡萄具有罕见的神奇作用。本书作者根据国内外各种研究资料,介绍了如何巧用葡萄治疗各类疾病,并收集了许多成功病例;同时,大量介绍了葡萄的保健、营养、美容作用。以“天人合一”的中医理论看,葡萄就是大自然有意赐给人类保健、祛病、美容的灵丹妙药。当然,仅仅靠简单的吃葡萄是不够的,另外还要靠阳光、空气、运动等自然疗法辅助手段配合,才能真正体现它的神奇作用。





目 录

一、概述/9

葡萄疗法的渊源/11

葡萄的种类/14

葡萄的药效成分/18

葡萄的效用/20

葡萄汁与葡萄酒/24

葡萄中的营养素对人体的作用/26

1. 微妙的蛋白质/26

2. 微妙的脂肪/27

3. 微妙的糖类/27

4. 微妙的三萜系化合物/28





5. 微妙的儿茶素/28
6. 微妙的水/29
7. 微妙的维生素/29
8. 微妙的无机元素/32

二、葡萄的抗癌疗法/35

1. 胃癌/40
2. 肝癌/41
3. 食道癌/43
4. 肺癌/44
5. 肠癌/47
6. 白血病/49
7. 膀胱癌/51
8. 预防癌症/53

三、葡萄的美容疗法/59

饮食健美/61

有美容作用的食物/62

美容的饮食调节/63

美容的饮水疗法/64

1. 润肤驻颜法/65
2. 抗皱化斑法 1/66
3. 抗皱化斑法 2/66
4. 葡萄酒/66





5. 什景水果羹/67
6. 四色粥/67
7. 糯米藕粉团/68
8. 葡萄苹果粥/68
9. 八宝锅蒸/69
10. 葡萄饮/69
11. 葡萄粒/70
12. 葡萄苹果汁/70
13. 橘子葡萄酒/70
14. 葡萄牛奶饮/71
15. 香蕉葡萄蛋黄饮/71
16. 美容西瓜盅/71
17. 什锦山药/72
18. 葡萄蜜汁藕/72

四、葡萄的食疗法/75

药食同源/77

食疗的作用/79

平衡膳食的基本要求/80

食疗注意/81

水果在食疗中的作用/83

食疗方

1. 葡萄粥/84





2. 山药莲子葡萄粥/84
3. 葡萄桑椹生苡粥/85
4. 葡萄红果粥/85
5. 山莲葡萄粥/85
6. 葡萄糯米粥/86
7. 葡萄四色粥/86
8. 葡茯粥/87
9. 扁豆仁糕/87
10. 人参薯蕷葡萄糕/88
11. 藕葡糕/89
12. 八宝馒头/89
13. 五仁色/90
14. 淮药桃/91
15. 八宝饭/91
16. 一品山药/92
17. 葡萄根炖猪蹄/93
18. 葡萄根炖肉/93
19. 山葡萄根炖猪瘦肉/93
20. 蓼莪根炖肉/94
21. 西瓜葡萄酒/94
22. 葡萄汁酒/95
23. 人参葡萄酒/95





- 24. 杏仁葡萄汤/95
- 25. 炒扁豆泥/96
- 26. 葡萄干墨鱼/97
- 27. 银耳莲子羹/97
- 28. 银耳葡萄羹/98

五、葡萄的祛病疗法/99

- 1. 感冒/101
- 2. 呕吐/103
- 3. 慢性胃溃疡/106
- 4. 食欲不振/108
- 5. 头痛/111
- 6. 水肿/112
- 7. 牙痛/114
- 8. 疝气/115
- 9. 乳腺炎/117
- 10. 胆囊炎/118
- 11. 烫烧伤/119
- 12. 声音嘶哑/120
- 13. 鼻出血/122
- 14. 高血压/123
- 15. 慢性肾炎/124
- 16. 腹泻/126





- 17. 贫血/127
- 18. 银屑病/129
- 19. 咳嗽/131
- 20. 眩晕症/132
- 21. 痢疾/134
- 22. 消渴症/136
- 23. 热淋/137
- 24. 肝炎/139
- 25. 尿路感染/140
- 26. 中暑/142
- 27. 血尿/143
- 28. 筋骨湿痹/145
- 29. 泌尿系结石/148
- 30. 血小板减少/149
- 31. 神经衰弱/151
- 32. 胎动不安/153
- 33. 荨麻疹/155
- 34. 糖尿病/157

六、阳光、空气、运动自然疗法/159



葡

萄

概 述

疗

法



葡萄疗法，是采用品种繁多的新鲜葡萄，通过不同的制作方法，将其榨汁、煎汤、浸酒、制成干果、生食、外敷或添加辅料共制等等，用以防病治病，美容健身，长寿延年。中医历代医学专著中都有记载。由于它简、便、廉、验，寓治于食，无毒副作用，在民间广为流传，备受大众青睐。

葡萄疗法的渊源

葡萄疗法的应用历史悠久。秦汉以前，主要应用本品作补益药，治疗虚弱性疾病。宋元时期仍然将本品作药用，主要用于祛邪，治疗淋证、斑疹、咳嗽等症。我国最早的药物专著《神农本草经》记载葡萄的效用有“主筋骨湿痹，益气倍力，强志，令人肥健耐肌，忍风寒。久食，轻





身不老延年。可作酒。”此外，历代医著对葡萄都有许多评述，如《别录》谓其能“逐水，利水便。”《本草图经》谓“治时气发疮疹不出者，研酒饮。”而《滇南本草》则认为能“大补气血，舒筋活络。”泡酒服能“治阴阳脱症，又治盗汗虚证”。其汁能“治咳嗽。”《陆川本草》谓“滋养强壮，补血、强心利尿。治腰痛、胃痛、精神疲惫、血虚心跳。”在此功效的基础上，创造了许多行之有效的疗法，如《圣惠方》中的葡萄煎，《圣济总录》中的葡萄酒，《医级》中的葡萄散等等。

葡萄根和叶也可作药用。根，始载于《食疗本草》，其性味甘涩，平，无毒。《本草纲目》记载：“治腰脚肢腿痛，煎汤淋洗之良。”《食疗本草》谓“除风湿，利小便，治风湿痹痛，肿胀，小便不利。”《四川中药志》记载“除风湿、消胀、利水、治瘫痪麻木、吐血、口渴。”叶，始载于《本草纲目》，性味甘涩，平，无毒，能行水利湿，清肝泻火。《滇南本草》谓“叶治火眼，汁治咳嗽。”《陆川本草》认为能“治呕吐、恶阻、肿胀。”《中药大辞典》中记载：“治水肿、小便不利、目赤、痈肿。”水煎服可治妊娠恶阻，并有安胎、消肿、利尿的作用。藤，有利尿消肿，清热去湿的作用，同时还能抗肿瘤。

近年来，由于葡萄所含营养丰富，所以对其药化研究做了较多工作。在医学刊物上，国外的杂志、报纸上都





对葡萄疗法作了报道,对其单方、验方、临床观察进行全面研讨。

在南非、意大利、美国、韩国等国葡萄疗法广为流行,并认为是防病治病、抗肿瘤的天然良药。随着世界性回归自然呼声的日益高涨,葡萄疗法以其独特的天然优势展视在世人面前。



葡

萄

葡萄的种类

葡萄，又名单龙珠、山葫芦、蒲桃，为葡萄科植物葡萄的果实。原产于西亚，品种繁多，全世界有八千种左右，仅我国就有五百种左右，一般可分为两大类，即白葡萄和红葡萄。

在我国，葡萄始载于《神农本草经》。有高大缠绕藤本，幼茎秃净或略被绵毛。叶纸质，互生，圆形或圆卵形，宽10~20厘米，常3~5裂，基部心形，边缘有粗而稍尖锐的齿缺，下面常密被蛛丝状绵毛；叶柄长达4~8厘米。花杂性，异株，圆锥花序大而长，与叶对生；花序柄无卷须；萼极小，杯状，全缘或不明显的5齿裂；花瓣5，共绿色，先端粘合不展开，基部分离，开花时呈帽状整块脱落；雄蕊5，花盘隆起，由5个脉体组成，基部与子房合生；子房2室，每室有胚珠2，花柱短，浆果卵圆形至卵状矩圆形，多汁液，熟时紫黑色或红而带青色，外被蜡

疗

法