

●送你妙方 还你健康 丛书●

蜂蚁养生祛病法

漆 浩 刘 硕 周 荣
宋大江 李丁丁 笑 军 编著
吴又龙 张光芹 马力平

北京体育大学出版社

1234568

责任编辑:张清垣

责任校对:未 茗

责任印制:长 立

图书在版编目(CIP)数据

蜂蚁养生祛病法/漆浩等编著. —北京:北京体育大学出版社,1995

(送你妙方,还你健康丛书)

ISBN 7—81003—934—2

I. 蜂… II. 漆… III. ①蜜蜂-应用-中医疗法②蚁科-应用-中医疗法 IV. R247

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 08467 号

蜂蚁养生祛病法

北京体育大学出版社出版发行
(北京西郊圆明园东路 邮编:100084)

新

图

印刷

开本:787×1092 毫米 1/32

印张:7.375

定价:7.60 元

1995 年 7 月第 1 版

1995 年 7 月第 1 次印刷

印数:8000 册

ISBN 7—81003—934—2/R·16

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

目 录

第一章 蜂 疗

第一节 蜂疗概述..... (2)

一、蜂疗的概念及主治范围 (2)

二、蜂疗的分类及注意事项 (3)

第二节 蜂蜜疗法..... (4)

一、蜂蜜疗法的概念及历史 (4)

二、蜂蜜疗法的注意事项 (7)

三、常见病蜂蜜疗法 (8)

第三节 蜂蜜面膜疗法 (15)

一、蜂蜜——柠檬面膜 (16)

二、蜂蜜——牛奶面膜 (16)

三、蜂蜜——树汁面膜 (16)

四、蜂蜜——甘油面膜 (16)

五、蜂蜜——蛋黄面膜 (17)

六、蜂蜜——蛋黄——植物油面膜 (17)

七、蛋白质——蜂蜜面膜 (17)

八、栗蜜面膜 (17)

第四节 蜂蜜膏疗法 (18)

一、现代滋补蜜膏 (18)

二、传统滋补蜜膏	(25)
三、常见病蜜膏疗法	(33)
第五节 蜂蜜丸疗法	(44)
一、历代宫廷蜜丸	(45)
二、历代民间蜜丸	(53)
三、现代常用蜜丸	(64)
第六节 其它蜂蜜制品疗法	(75)
一、蜜饼疗法	(76)
二、蜜煎疗法	(76)
三、蜜散疗法	(78)
四、蜜汤疗法	(78)
第七节 蜂针疗法	(80)
一、蜂针疗法的概念及主治范围	(80)
二、蜂针疗法的分类	(80)
三、蜂针疗法的注意事项	(82)
四、常见病蜂针的疗法	(84)
第八节 蜂王浆疗法	(150)
一、蜂王浆疗法的概念	(150)
二、蜂王浆的营养价值及对人体的作用	(150)
三、蜂王浆疗法的注意事项	(151)
四、蜂王浆治病法	(152)
第九节 蜂胶疗法	(155)
一、蜂胶疗法的概念	(155)
二、蜂胶疗法的机理	(155)
三、蜂胶防治疾病	(156)

第十节 蜂蜡疗法	(164)
一、蜂蜡疗法的概念及历史	(164)
二、蜂蜡治疗常见病	(165)
第十一节 蜂子疗法	(170)
一、蜂子疗法概念	(170)
二、蜂子疗法注意事项	(172)
三、蜂子治病	(172)
第十二节 露蜂房疗法	(174)
一、露蜂房疗法的概念及历史	(174)
二、露蜂房疗法的注意事项	(174)
三、露蜂房治疗常见病	(175)
第十三节 其它蜂类疗法	(181)
一、独脚蜂疗法	(181)
二、赤翅蜂疗法	(182)
三、土蜂疗法	(183)
四、黄蜂疗法	(184)
第十四节 蜂制成品疗法	(185)
一、蜂胶浓缩原浆	(185)
二、鲜蜂王浆	(186)
三、蜂胶口服液	(187)
四、活力蜂王浆啖	(187)
五、智灵口服液	(188)
六、三乐源生物保健品	(188)
七、无花果蜂蜜营养液	(189)
八、枸杞蜂蜜	(190)

九、维特多蜂蜜口服液	(191)
十、鲜参蜜宝	(191)
十一、甘 饴	(193)
十二、野果壮阳神	(193)

第二章 蚁 疗

第一节 蚁疗概述	(196)
一、蚁疗概念及意义	(196)
二、蚁疗的历史	(196)
三、蚁疗的机理	(200)
四、常用蚂蚁制剂形式及用途	(201)
五、食、药用蚂蚁的标准及采集饲养方法	(204)
第二节 蚂蚁疗法	(211)
一、类风湿及骨伤疾病蚁疗法	(211)
二、妇产科疾病蚁疗法	(218)
三、肿瘤蚁疗法	(219)
四、呼吸系统疾病蚁疗法	(220)
五、生殖系统疾病蚁疗法	(221)
六、消化系统疾病蚁疗法	(221)
七、心血管系统疾病蚁疗法	(223)
八、泌尿系统疾病蚁疗法	(224)
九、神经系统疾病蚁疗法	(225)
十、外科疾病蚁疗法	(226)
十一、虚弱类病症蚁疗法	(227)

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

第一章 蜂 疗

二、蜂疗的分类及注意事项

蜂疗包括蜂蜜疗法、蜂子疗法、蜂蛹疗法、蜂蜡疗法、蜂胶疗法、蜂王浆疗法等多种疗法。

蜂蜜疗法以蜂蜜为主药进行疾病的防治,主要用于脾、胃、肺、肾的滋养,阴虚干燥的病证以及多种疾病的后期调养,大便的通行等方面。

蜂王浆疗法以蜂王浆作为主要药物进行治疗,主要用于清热解毒、消肿抗炎、护肝养肝,以及抗衰老方面,对于肝炎、肾炎、心肌炎及各种体内重要炎症及养生防老均有重要疗效。

蜂蛹疗法主要依据蜂蛹的温补肝肾作用治疗关节炎、阳痿及贫血等疾病。

蜂房疗法主要有清热解毒、消肿止痛的作用,主要用于治疗各种风湿阻滞经络所引起的痹痛、湿肿,邪气补袭引起的神志异常病证。

蜂胶疗法主要用于治疗高血压、皮肤病、口腔粘膜溃疡、鸡眼、牙周炎、妇科等多种疾病,并有美容、抗衰老的作用。

蜂蜡疗法主要对心血管疾病、外科肿痛疾病、肺虚咳喘、妇女崩漏等疾病的防治。

蜂针疗法则显示了其较广泛的防治范围,对于各类炎症、各类疼痛及肿胀、各种心血管疾病、各种关节炎及神经病证均有较良好的作用。

蜂疗是运用蜂自身所含的丰富的生物及药理成份防治疾病,但作为一种动物药,蜂也有其药力偏性的一方面,有些方

法,如蜂针疗法等具有一定的毒性;有的方法,如蜂王浆疗法则多有一定的副作用;有的方法虽然无害,但也不宜服用过量,否则会引起腹泻等反应。特别是蜂胶疗法、蜂针疗法等,最好在大夫的指导下进行,以免由于使用不当引起副作用。

第二节 蜂蜜疗法

一、蜂蜜疗法的概念及历史

所谓蜂蜜疗法是指运用蜂蜜作为主药及主要形式来治疗疾病的方法。蜂蜜疗法是蜂疗的重要组成部分,历史十分悠久,运用十分广泛。

蜜为稠厚的液体,白色至淡黄色(白蜜)或桔黄色至琥珀色(黄蜜),并有葡萄糖的结晶析出,状如鱼子。气芳香,味极甜。好的蜂蜜水份小,有油性,润如凝脂,用木棒挑起时蜜汁下流如丝状不断,且盘曲如折叠状,味甜不酸,洁净无杂质。蜜因蜂种、蜜源、环境等的不同,其化学组成差异甚大。最重要的成分是果糖和葡萄糖,两者含量合计约 70%,尚含少量蔗糖(有时含量颇高)、麦芽糖、糊精、树胶,以及含氮化合物、有机酸、挥发油、色素、蜡、植物残片(特别是花粉粒)、酵母、酶类、无机盐等。蜜一般只含微量维生素,其中有 A、C、D、胆碱、B₂、尼克酸、泛酸、生物素、叶酸、B₆、K 等。在含氮化合物中有蛋白质、胨、肽、氨基酸以及转化酶、过氧化氢酶、淀粉酶等酶类,并含乙酰胆碱。灰分中主要含镁、钙、钾、钠、硫、磷,以及微量元素

铁、锰、铜、镍等。有机酸中往往有柠檬酸，以及苹果酸、琥珀酸、乙酸。也常含甲酸，但含量极低（0.01%以下）。

我们祖先很早以前对蜂蜜就有了认识，早在魏晋南北朝时期人们就知道了蜂蜜的最佳产地及蜜的鉴别方法。当时人们称其为石蜜，如《名医别录》记载：石蜜生于山石之中，色白如膏者最佳，取自山石之中的蜜质量最好。又记载，石蜜出于武都（今甘肃省武都县一带）、河源（今广东省河源县一带）山谷及其山石之中。色白如膏的质量最好。

宋代的《本草图经》甚至已记载了蜂蜜可由饲养蜜蜂而得到。书中记载：食蜜有两种：一种是由在山木、树木上作蜂房的蜜蜂收集；一种是由在房屋中作窠槛的蜜蜂收集。这两种蜜都浓厚味美。近代宣州（今安徽省宣城县一带）有黄连蜜，色黄、味稍苦，主治目热、壅塞；洛间（今陕西、河南省一带）有梨花蜜，色白如脂；亳州（今安徽省亳县一带）太清宫有桧花蜜，色稍赤；柘城县（今河南省柘城县一带）有何首乌蜜，颜色更赤。蜜蜂采花制蜜，其蜜之性各随花性的温凉而改变。

宋代的寇宗奭进一步指出：山蜜多在岩石、树木之上，有的经过一二年采集，气味醇厚；人工收养的蜜蜂，一年取两次蜜，气味淡薄，所以不及石蜜，而且贮藏时间过久容易变酸。

至明代，李时珍已明确了炼蜜过程及判断真蜂蜜、假蜂蜜的办法：“凡炼蜜一斤，一般能得到十二两半的蜂蜜，如果火大或火小，炼出来的蜜都不能作为药用。”〔1〕又说：“凡炼沙蜜，每斤蜜加水四两，在银石器皿内修治，用桑柴为火慢炼，去掉

〔1〕 古代计量单位1斤=16两。

浮在蜂蜜上的泡沫，熬至滴水成珠不散，方可作为药用。另外一种炼蜜方法，用器皿装好蜂蜜，放入沸水中煮一天，待蜂蜜滴水不散，作为药用也可，服用后不易上火伤阴。”还说：“大凡要考察蜜的优劣，用烧红的火筷插入蜜中，拿出后冒气的是真蜜，起烟的是假蜜。”

历代医籍中对蜂蜜治病的阐述也很多。如：先秦的《神良本草经》中说蜂蜜治心腹气，诸惊痫痉；安五脏诸不足；益气补中，止痛解毒；除众病、和百药。外服，强志轻身，不饥不老，延年益寿。

唐代的《本草拾遗》、《食疗本草》中记载：蜂蜜治牙病疳虫、口疮、目肤赤障，杀虫。

治卒心痛及赤白痢下，用水作蜜浆，即服一碗则病愈。或用姜汁和蜜各一，合水后立即服下。常服，面如红花。

治心腹血刺痛，以及赤白痢，蜂蜜和生地黄汁各一匙，服后则病愈。

宋代的《本草衍义》中记载：“蜂蜜同藻白捣后，涂水火烫伤，涂后疼痛就会立即停止。用白蜜涂在水火烫伤患处，再用竹膜贴好，一日三次。”

明代的《本草纲目》中记载：蜜蜂采集无毒之花粉，酿以小便而成蜂蜜。所谓臭腐生神奇，其作为药物有五种作用：清热、补中、解毒、润燥、止痛。蜂蜜生则性凉，所以能清热；熟则性温，所以能补中；味甘和平，所以能解毒；性柔润泽，所以能润燥；缓可去急，所以能止心腹、肌肉、疮疡的疼痛；和可以致中，所以能调和百药，而与甘草有同样的作用，张仲景用蜜煎导法治阳明燥热内结，大便不通，实在是千古神方。

近代蜂蜜疗法得到进一步发展,各种蜜丸、蜜膏等相继出现。特别是近十几年来,蜂蜜疗法已普及到了千家万户,蜂蜜的运用在儿科、妇科及老年性的各种疾病中使用均十分广泛,形式也呈多种多样。由于蜂蜜作用温和而持久,因而无疑将有更大发展。

二、蜂蜜疗法的注意事项

蜂蜜具有很多的医疗价值和养生价值,但也需要进食得当,过多进食蜂蜜会生湿热虫病,小儿尤其应戒食。王充在《论衡》中记载:蜜蜂禀太阳火气而生,故蜂毒在尾部。蜜为蜂液,进食过多则令人中毒,不可不知。如炼过之蜜则无毒性。

寇宗奭说:蜜虽无毒,多食则会导致各种风病。

朱震亨说:蜜喜人脾经,西北之地山高气候干燥,所以进食对人有益;东南之地地热低卑,气候潮湿,进食过多则损伤脾胃。

孙思邈说:七月期间不要吃生蜜,进食则使下突然不利,霍乱生。青赤味酸的蜂蜜,食后令人心烦,蜂蜜不要与生葱、葛苳同时吃。进食蜂蜜后,不可吃腌制的鱼,否则就会突然产生疾病导致死亡。

当然,还有些人食用蜂蜜后有过敏反应,特别是小儿容易发生皮疹、瘙痒、胃肠功能紊乱等。因此未满周岁的乳儿不宜吃蜂蜜。老年人食用蜂蜜亦应谨慎,每天食用一汤匙(30克),逐渐加量,不宜进多。糖尿病患者必须根据医生的意见确定食用蜂蜜的剂量。

三、常见病蜂蜜疗法

(一) 心血管系统疾病

1. 动脉硬化和高血压

患动脉硬化和高血压的老年人,每天食用 40 克蜂蜜配以花粉作为综合治疗,可以改善自我感觉,减少心前区疼痛、耳鸣、失眠,降低神经兴奋性、动脉压和血中的胆固醇含量。

2. 贫 血

暗褐色或暗黄色的蜂蜜最富有铁质和叶酸,最适用于贫血患者食用,对于生长发育期的儿童也最为有益。每日分3次服用蜂蜜 80~100 克。

(二) 外科、伤科疾病

1. 烧 伤

用蜂蜜涂于烧伤创面,能减少渗出液,减轻疼痛,控制感染,促进创面愈合,从而缩短治愈时间。

用法:一般Ⅰ、Ⅱ度中小面积烧伤,创面经清洁处理后,即用棉球蘸蜂蜜均匀涂搽(不宜太厚或太薄),早期每日2~3次或4~5次。待形成胶痂揭去,清创后再行涂搽,创面可重新结成胶痂,迅速愈合。对已感染的或面积较大的Ⅲ度烧伤,则可用蜂蜜纱布敷于创面,外用无菌棉垫包扎。冬天不便使用暴露疗法者,亦可采用此法。蜂蜜中也可加入2%普鲁卡因溶液,配成2:1混合液使用,以减轻涂药开始时给创面带来的

疼痛。Ⅰ、Ⅱ度烧伤一般涂布蜂蜜2~3天后,创面便形成透明胶痂;6~10天胶痂自行脱落,新生上皮完全生长。晚期已有明显感染者,2~3天后创面亦能形成胶痂,痂下上皮细胞生长良好。采用蜂蜜纱布包扎疗法者,一般经过6~9天肉芽生长良好,2~3周后即可痊愈。但使用本法时应尽力创造无菌条件,对胶痂下的感染情况要留意观察,及时处理。在关节处的胶痂易于破裂,要注意保持。

2. 冻伤、冻疮

对于Ⅰ度以上有炎症及有分泌物的冻伤,用熟蜂蜜与黄凡士林等量调成软膏,薄薄地涂于无菌纱布上,敷盖于创面,每次敷2~3层。敷盖前先将创面清洗干净,敷盖后用敷料包扎固定。一般用药2~3次后,疼痛减轻、炎症渐趋消失,3~7次可望痊愈。

对于冻疮,先用温开水洗涤患部,然后涂蜜包扎,间日换药1次,如未破溃的,可不必包扎。

3. 溃疡与外伤

年久不愈的慢性溃疡,可试用10%蜜汁洗涤疮口,然后用纯蜜浸渍的纱布条敷于创面,敷料包扎,间日换药1次。一般1周后即有肉芽新生,约2个月即愈。皮肤与肌肉的外伤,可用10%蜜汁洗涤伤口,然后涂蜜包扎,能防止感染,获得一期愈合。

4. 烫伤

蜂蜜100克、鸡蛋1个、蜂蜜熬热,待凉后与鸡蛋清混匀涂患处。

治疗尿布皮炎，先用温水洗净患部，而后用蜂蜜涂擦，每日1~2次。

13. 痘疹作痒

痘疹作痒难忍，搔抓成疮疡及水疮，欲落不落者，可用上等石蜜，不拘多少，用开水调和，经常以羽毛刷患处，则疮疡易落，并且没有瘢痕。

14. 癰疹瘙痒

白蜜不拘多少，用好酒调好有效。麻风病久的患者，每天早晨服红枣大小丸药1个，一天服3次，用温酒送下，忌生冷醋滑臭物。

15. 面上点

取白蜜和茯苓外涂，7天便愈。

16. 目生珠管

用生蜜涂目，仰卧半日，再洗掉。每天1次。

17. 少年白发

治少年白发。拔去白发，用白蜜涂在毛孔中，就会生黑发。如不生黑发，取梧桐子捣汁涂在发孔处必生黑发。

18. 风疹、风痹

沙蜜500克、糯米饭500克、面曲250克、熟水5升，同入瓶内封7日成酒饭用。

19. 误吞铜钱

炼蜜服2升，铜钱可以随大便解出。

20. 诸鱼骨鲠

用上等蜂蜜慢慢服下，可使鱼骨咽下。