

图解喝对药酒不生病

本草纲目

全图解 滋补药酒

张伟 双福 等编著



全国百佳图书出版单位



化学工业出版社

图解喝对药酒不生病

本草纲目 滋补药酒全图解

张伟 双福◎等编著



化学工业出版社

·北京·

本书精选源于《本草纲目》中记载的药酒方，按照滋补药酒的功效划分，详细讲解了80余款滋补药酒的制作方法，包括活血健脑药酒方、补益五脏药酒方、温补肾阳药酒方、祛病强身药酒方和延年益寿药酒方。所选药材易购，成本低，让您能在家轻松制作。

书末附有药酒方名拼音索引，方便查找。本书还详细讲解了滋补药酒的相关知识以及《本草纲目》附方，让您喝对药酒不生病。

图书在版编目（CIP）数据

本草纲目滋补药酒全图解 / 张伟，双福等编著. — 北京：
化学工业出版社，2014.1
（图解喝对药酒不生病）
ISBN 978-7-122-18304-0

I. ①本… II. ①张… ②双… III. ①《本草纲目》—药酒—
验方—图解 IV. ①R281.3-64②R289.5-64
中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第203109号



责任编辑：马冰初 李娜 贾维娜
文字编辑：王新辉
责任校对：战河红

全案统筹：
摄影：
装帧设计：

双福 SF文化·出品
www.shuangfu.cn

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码 100011）
印 装：北京瑞禾彩色印刷有限公司
710mm × 1000mm 1/16 印张12 字数200千字
2014年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686）

售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

如何使用这本书

本书从古典医学书籍精选药酒方，进行全图解诠释，更符合现代大众需求，简单易做，效果显著。

药酒精选

本书选择的药酒都是经过验证的验方，治疗或滋补效果都比较显著。药酒中使用的药材秉持易购、安全的原则，方便大众选购使用。

制作简单

药酒方中多使用单味药材或者较少药材，方便家庭中使用，药酒制作方法多以冷浸法为主，制作简单易学。

对症速查

药酒编排根据病症进行分类，有助于查找使用。

丰富知识

本书还详细讲解了滋补药酒的药材功效、饮用方法、《本草纲目》附方等知识，丰富您的中药知识。

速查索引

附有方名汉语拼音速查索引，方便实用。

声明：本书可作为日常保健和辅助医疗参考之用，但书中的任何内容并不能代替医嘱，必要时请咨询临床医师或专业从医人员。

目录

CONTENTS

第一章

《本草纲目》滋补药酒

- 《本草纲目》中关于药酒的记载与泡制方法.....2
- 《本草纲目》中药酒的应用.....4
- 正确选择滋补药酒的制作工具...5
- 掌握好滋补药酒的浸泡时间.....5
- 药酒的正确保存方法.....6
- 滋补药酒的优点.....6
- 药酒饮用注意事项.....7

第二章

《本草纲目》活血健脑药酒方

- 甘草酒.....10
- 川芎酒.....12
- 当归酒.....14
- 白术酒.....16
- 豆豉酒.....18
- 大蒜酒.....20
- 牛蒡根酒.....22
- 丹参酒.....24

- 益母草酒.....26
- 小茴香酒.....28
- 大黄酒.....30
- 红花酒.....32
- 艾叶酒.....34
- 柏叶葱白酒.....36
- 灵脂当归酒.....38
- 龙眼补血酒.....40
- 灵芝酒.....42
- 人参七味酒.....44
- 三七酒.....46

第三章

《本草纲目》补益五脏药酒方

- 黑芝麻酒.....50
- 桑叶酒.....52
- 藿香酒.....54
- 砂仁生姜酒.....56
- 草豆蔻酒.....58
- 五加皮酒.....60
- 二皮酒.....62
- 核桃仁酒.....64
- 何首乌甘草酒.....66
- 羌活酒.....68
- 山药人参酒.....70
- 黄精酒.....72
- 牛膝酒.....74
- 温脾酒.....76
- 归圆菊杞酒.....78
- 双耳酒.....80
- 萝卜酒.....82
- 神曲酒.....84



第四章

《本草纲目》温补肾阳药酒方

- 菟丝子酒·····88
- 杜仲酒·····90
- 仙茅酒·····92
- 淫羊藿酒·····94
- 补骨脂酒·····96
- 山药酒·····98
- 牛膝苁蓉酒·····100
- 海马酒·····102
- 参鹿杜仲酒·····104
- 核桃酒·····106
- 参茸补阳酒·····108
- 复方淫羊藿酒·····110
- 固精酒·····112
- 板栗酒·····114

第五章

《本草纲目》祛病强身药酒方

- 紫苏叶陈皮酒·····118
- 葱酒·····120
- 桃仁酒·····122
- 木瓜酒·····124
- 紫苏子酒·····126
- 黑大豆酒·····128
- 乌梅酒·····130
- 牛蒡地黄酒·····132
- 姜酒·····134
- 马鞭草酒·····136
- 赤小豆酒·····138
- 公英银花酒·····140

第六章

《本草纲目》延年益寿药酒方

- 柏子仁酒·····142
- 川芎地黄酒·····144
- 黄连当归酒·····146
- 苦参酒·····148
- 葱白豆豉酒·····150

- 菊花地黄酒·····154
- 薏苡仁酒·····156
- 牡蛎杜仲酒·····158
- 枸杞酒·····160
- 桃花酒·····162
- 人参酒·····164
- 侧柏叶酒·····166
- 何首乌酒·····168
- 花椒酒·····170
- 二活松节酒·····172
- 地黄天冬酒·····174
- 固本回颜酒·····176
- 龙眼桂花酒·····178
- 回春酒·····180
- 茯苓酒·····182
- 姜附酒·····184

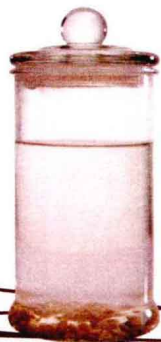
附录

- 药酒方名汉语拼音索引·····186

第一章

《本草纲目》 滋补药酒

酒，素有“百药之长”的美称，药酒不仅配制方便、药性稳定、安全有效，而且酒精是一种良好的半极性有机溶剂，中药的各种有效成分都易溶于其中，药借酒力、酒助药势而充分发挥其效力。





《本草纲目》中关于

药酒的记载与泡制方法



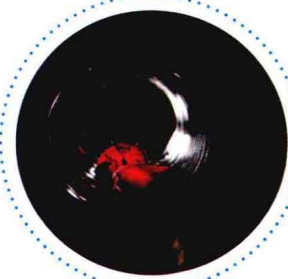
《本草纲目》中收集了各种药酒方 200 余道，详细阐述了各种药酒的制作和服法，还只是“辑其简要者，以备参考，药品多者，不能尽录”。同时，在明代大型医学方书《普济方》、《奇效良方》、《医学全录》、《证治准绳》等中也收集了大量的药酒配方。可见，在明代药酒的制造和使用已逐步深入民间。

依据《本草纲目》，酒可以行药势，杀百邪，恶毒气，通血脉，厚肠胃，润皮肤，散湿气……酒本身就是一种药。其中五加皮酒、当归酒、人参酒、虎骨酒等至今还颇流行。制药酒的原料大多为植物，也有少数用矿物如白石英及磁石，更有用虎骨、鹿茸、狗肉、蛇肉及羊肉等动物的，甚为复杂。

药酒制作法，古人早有论述，如



《素问》中有“上古圣人作汤液醪醴”，“邪气时至、服之万全”的论述，这是药酒治病的较早记载。《本草纲目》记载了烧酒的制作，即用蒸馏法，“用浓酒和糟入甑，蒸汽令上，用器承取露滴，凡酸之酒，皆可烧酒，和曲酿瓮中七日，以甑蒸取，其清如水，味极浓烈，盖酒露也”。此种操作方法与现代基本相同。根据历代的医药文献记载，古人的药酒与现代药酒具有不同的特点：一是古代药酒多以酿制酒的药酒为主，亦有冷浸法、热浸法；二是基质酒，多以黄酒为主，而黄酒较白酒缓和。



●冷浸法

将药物适当切制或粉碎，置瓦坛或其他适宜容器中，按照处方加入适量的白酒（或黄酒）密封浸泡（经常搅拌或振荡）一定时间后，取上清液，并将药渣压榨，压榨液与上清液合并，静置过滤即得。

●热浸法

将药物切碎（或捣为粗末），置于适宜容器内，按配方规定加入适量白酒，封闭容器，隔水加热至沸时取出，继续浸泡至规定时间，取上清液，并将药渣压出余液，合并，静置，沉淀，过滤即得。或在适宜容器内注入适量白酒，将粉碎适度的药物用纱布袋装好，置于酒中，封闭容器，然后在水浴上保持一定温度浸渍，取液同冷浸法。

●酿制法

将药物直接加入米谷、高粱、酒曲中蒸煮发酵成酒。



现代药酒，则多以白酒为溶剂，酒精含量一般在 50% ~ 60%，少数品种仍用黄酒制作，酒精含量在 30% ~ 50%，制作方法为浸提法，很少用酿制法。

制作药酒时，通常是将中药材浸泡在酒中，经过一段时间后，中药材中的有效成分溶解在酒中，此时过滤去渣后即可饮用。



《本草纲目》中药酒的应用



《本草纲目》中用了两卷的篇幅，列举了221种病症的主治药，名曰“百病主治药”。其中用酒治病者、以酒制药者、以酒服药者非常多，其对药酒的应用主要有几类。



◆以酒作为载体

用酒引药归经的作用，把酒作为载体，通过内服外用，达到治疗疾病的目的。如跌仆损伤，土当归煎酒服；追风和气，侧柏叶煎服等。

◆直接用酒疗疾

把酒作为单用的药物，运用酒所具有的药理作用，对相关性疾病进行直接治疗，分布于全书的众多章节里。如用烧酒灰汤治鹅掌风，用烧酒入飞盐治冷气心痛等。

◆用酒炮制药物

书中此种用法最多，运用的手段也非常讲究，涉及浸、泡、渍、炒、熬、焙、淬、蒸、洗、拌、和、化、酿等多个方面。例如，风寒头痛，川芎浸酒服；咳嗽暴烈，百部用酒浸服等。

◆酒与它药合用疗疾

将酒作为药物的一种，与其他相关药物组成复方，共同对疾病起治疗作用，涉及的篇章几乎贯穿全书。如痰湿咳嗽，用烧酒浸猪脂、茶末、香油、蜂蜜；中恶心痛，用醇酒浸豌豆、大豆、芫荽、罗勒、芥子等。





正确选择滋补药酒的制作工具

按照中医传统的习惯，煎煮中药一般选用砂锅，这是有一定科学道理的。一些金属器具如铁、铜、锡之类，煎煮药物时容易与药物成分发生化学反应，影响药性的正常发挥。所以配制药酒时要用一些非金属容器，如砂锅、瓦坛、瓷瓮、玻璃器皿等。当然，有的药酒制作有其特殊要求，那就另当别论了。



掌握好滋补药酒的浸泡时间



不少人认为，药酒要浸泡数月至1年以上，时间越长药效越好。但大多数医家认为，浸泡药酒的时间要根据药材的多少、气温的变化等多种情况而定，不能一概而论。一般来说，药酒浸泡的时间在15~30天。同时，在药酒浸泡期间，需每日摇晃或搅拌一次，7天后改为每周搅拌一次。但有些药材结构比较致密，为了使有效成分充分浸泡出来，时间可稍长一些。气温对药酒的

浸泡有直接影响，气温高则浸泡时间短些，气温低则浸泡时间长些。此外，如不考虑美观，可将药材切碎浸泡，这样能使有效成分更快地溶出。待药酒饮服90%后，可再加酒浸泡。

药酒需每日摇晃



药酒的正确保存方法



对于服用药酒的人来说，掌握一定的药酒贮存和保管方法是十分必要的。不当的贮存方法会造成药酒变质或污染，直接影响药酒的疗效。药酒保存要注意以下几点。

◆ **夏季贮存药酒时要避免阳光直射**，以免药酒的有效成分被破坏，药酒功效降低。

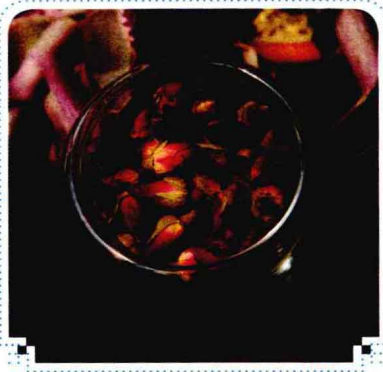
◆ **家庭自制的药酒要贴上标签**，并写明药酒的名称、作用、配制时间和用量等内容，以免时间长了发生混乱，造成不必要的麻烦。

◆ **药酒贮存宜选择温度变化不大的阴凉处**，室温以10~20℃为宜，不能与汽油、煤油以及有刺激性气味的物品混放。

◆ **凡是用来配制药酒的容器均应清洗干净**，再用开水煮烫消毒。

◆ **家庭配制好的药酒应及时装进细口的玻璃瓶里**，或者其他有盖的玻璃容器里，并将口密封。

药酒越来越受到人们的重视和欢迎，自有它的独到特点。概括起来，主要表现在以下几方面。



◆ 适用范围广

药酒既可治病防病，常见多发病和部分疑难病症均可疗之，又可养生保健、美容润肤，还可作为病后调养以延年益寿。

◆ 便于服用

饮用药酒，不同于中药其他剂型，剂量不大，便于服用。



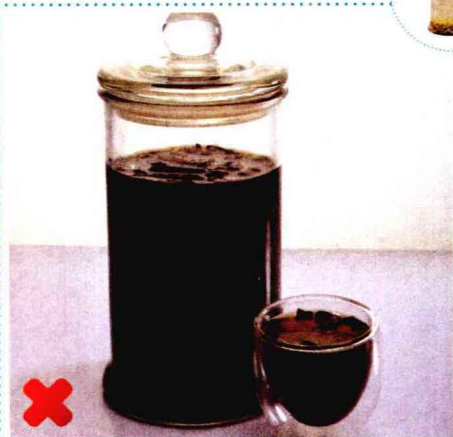
滋补药酒的优点

◆吸收迅速

饮用药酒后，吸收迅速，可及早发挥药效。因为人体对酒的吸收较快，药物之性（药力）通过酒的吸收而进入血液循环，周流全身，能较快地发挥治疗作用。

◆药酒较其他剂型的药物容易保存

因为酒本身就具有一定的杀菌防腐作用，药酒只要配制适当，遮光密封保存，便可经久存放，不至于发生腐败变质。



药酒饮用注意事项

◆饮酒忌成瘾，饮用不宜过多，要少饮。凡服用药酒或饮用酒，要根据人的耐受力而定，要合理、适宜，不可多饮滥服，以免引起头晕、呕吐、心悸等不良反应。即使是滋补药酒也不宜多服。

◆要根据病情选用药酒，不能乱饮。每一种药酒都有适用范围，不能见药酒就饮。如患有感冒、发热、呕吐、腹泻等病症的人，要选用适用药酒，不宜饮用滋补类药酒。不可几种治疗作用不同的药酒同时或交叉服用，以免影响疗效或引起不良反应。

◆不宜饮酒的人，不能饮。凡是药酒或饮用酒，不是任何人都适用，不适用的就要禁饮。如孕妇、哺乳期妇女和儿童等就不宜饮用药酒。年老体弱者，因新陈代谢相对缓慢，饮用药酒也应当减量，不宜多饮。育龄夫妇忌饮酒过多。

药酒在饮用时，必须注意以下各点。

◆服药时不宜饮酒和药酒。

◆某些疾病忌饮酒过多，如肝病患者、高血压病患者等。

◆外用药酒，不能内服。凡规定外用的药酒，则禁内服。

◆可单用，必要时可配合治疗，有时药酒仅作为辅助疗法之用。此外，服用药酒后，不宜再服白酒；也不宜与白酒同饮。



第二章

《本草纲目》 活血健脑药酒方

《黄帝内经》曰：“虚则补之”；“形不足者补之以气，精不足者补之以味”。
活血健脑药酒是用具有活血健脑作用的
药物配伍制成的，主要针对年老体弱，
或多病久病、气血不足的人群。



甘草酒

—— 行气活血，通淋止痛 ——

这款药酒使用甘草、延胡索、川楝子制作而成，材料简单易购，制作也比较简便，适合家庭制作饮服。

甘草：《本草纲目》草部。（根）甘，平，无毒。

延胡索：《本草纲目》草部。（根）辛，苦，温，无毒。

川楝子：《本草纲目》木部。苦，寒，有小毒。

材料处方



黄酒 1000 毫升



甘草 50 克



延胡索 150 克



川楝子 100 克



活血

止痛

饮用方法

每日1次，每次25～50毫升，饮服即可。

功能主治

行气活血，散瘀止痛。适用于脘腹胀痛、四肢关节疼痛及跌仆外伤肿痛等。

禁忌

脾胃虚寒者慎用。不可与含大戟、芫花、甘遂、海藻的药同用。不可与鲤鱼同食，同食会中毒。

药材功效

甘草补脾益气，清热解毒，祛痰止咳，缓急止痛，调和诸药。用于脾胃虚弱，倦怠乏力，心悸气短，咳嗽痰多，脘腹、四肢挛急疼痛，痈肿疮毒，缓解药物毒性、烈性。

延胡索活血散瘀，理气止痛。用于胸胁、脘腹胀痛，经闭痛经，产后瘀阻，跌仆肿痛。

川楝子疏肝行气止痛，驱虫。用于胸胁、脘腹胀痛，疝痛，虫积腹痛。

制作方法



1. 将甘草、延胡索、川楝子择净，放入容器中。



2. 加入黄酒中煮沸。



3. 装入容器中即可饮服。

【本草纲目附方】——延胡索

1. 皮下气痛或气块痛：延胡索研细，将猪胰一个，切成小块，炙热蘸药末随时吃下。

2. 下痢腹痛：延胡索三钱，米汤送下。

3. 产后诸病（血污不净，产后血晕，腹满心梗，寒热不足，手足烦热等）：延胡索炒后研细，每服二钱，酒送下，甚效。