

上
篇

一
般
知
识



什么叫药酒

药酒传说是古代部落首领黄帝的厨师长汤尹发明的，至今已经有数千年的历史。当时的情况缺乏翔实的文字记载。据说是他首先发现了酿酒的方法，并且把草药在酒中浸泡，让部落居民喝了祛除疾病，使得黄帝部落不断强盛，演化为中华民族的先民。这则传说最早显示了药酒的神奇功效。

药酒是一种酒，但不是所有的酒都能称为药酒。药酒是含有治疗或保健成分的酒，换句话说，药酒是具有疗效或强体功能的酒。总而言之，药酒就是含药的成分或药的功效益的酒，所以它不是普通的饮料，饮用时要有所选择。

为何古人称“酒为百药之长”

“酒为百药之长”一说出自《汉书·食货志》。这是我国古人对酒在医药上应用的高度评价。酒在医学上的应用，是祖国医药学的一大发明。“医”字从“酉”（酒）即是由于酒能治病演化而来。酒未问世之前，人们得了病要求“巫”治疗。由于酒的酿造，我们的祖先在饮酒的过程中，发现了酒能“通血脉，散湿气”^①，行药

势 杀百邪恶毒气 ”；除风下气 ”；开胃下食 ”；温肠胃 御风寒 ”；止腰膝疼痛 ”等作用。加之用酒入药还能促进药效的发挥 于是“巫”在医疗中的作用便被“酒”逐渐取而代之。这是古人认识上的一次飞跃。

在古代 用酒治病 特别是制成药酒来防治疾病的现象十分普遍 因而古人视“酒为百药之长”。例如 用酒泡大黄、白术、桂枝、桔梗、防风等制成的屠苏酒 是古代除夕男女老幼必饮之品。人们在传统上常常在端午节饮艾叶酒 重阳节饮菊花酒以避瘟疫。《千金方》载：“一人饮，一家无疫，一家饮，一里无疫”。可见药酒在古代预防疾病的重要性。

现代医学研究表明 用酒浸药 不仅能将药物的有效成分溶解出来，使人易于吸收，而且由于酒性善行，能宣通血脉，还能借以引导药物的效能到达需要治疗的部位 从而提高药效。另外 药物浸酒不易腐坏 便于保存，可以随时饮用。这就是药酒受到历代医家重视和广大群众欢迎的原因。

药酒还有延年益寿之效，这一点在历代的医疗实践中已得到了证实，如对老年人具有补益作用的寿星酒和补肾强阳、乌须黑发的回春酒等等。李时珍在《本草纲目》列举了有 69 种不同功效的药酒，如五加皮酒可以“去一切风湿痿痹 壮筋骨 填精髓”当归酒“和血脉 壮筋骨 止诸痛 调经”；人参酒“补中益气 通治诸

虚”黄精酒‘壮筋骨 益精髓 衰白发’等。

其实，用酒治病在国外也很流行。乔姆希立科在他的《临床医药的酒饮料》著作中是这样介绍的 在发明激素以前很久 酒饮料是糖尿病患者的药物 即使在能够使用激素以后 酒饮料仍不会被放弃。在欧洲 许多医生将酒饮料特别是烈性佐餐葡萄酒作为糖尿病患者饮食的重要部分。经试验和研究表明，糖尿病患者每天饮用 1 杯烈性佐餐葡萄酒，血液中的糖分基本不上升。又如以酒治疗心绞痛，早在几个世纪以前就被应用了 时至今日 许多医生仍认为酒比硝酸盐更为出色。心绞痛是因冠状动脉缺血而引起的心前区剧痛，在发作时饮用 1~2 小杯不经稀释的蒸馏酒（威士忌、白兰地、白酒等），一般在 2~3 分钟内就可使剧痛缓解。

药酒有什么优点

在封建时代 制造药酒的技术只被少数人掌握 制作的量少 制作周期长。物以稀为贵 所以药酒只有宫廷贵族达官贵人才享用得起。现在随着保健知识的日益普及，服用药酒的人群也不断地在增多。药酒的长处越来越显现出来。

1. 酒剂所含的有效成分多 酒是一种良好的有机溶媒 易于进入药材内部 可把中药里大部分水溶性成

分，以及水不能溶解的需非极性溶媒溶解的有机物质溶解出来，最大限度地保留药物中的生物活性物质。药物中的有效成分溶解在酒中的要比溶解在水中的多得多 故而在同样的疗效下 使用药酒对药材的消耗量要少一些，从而有利于节约药材，降低成本。

2. 酒助药力 某些药物经酒制之后 治疗作用显著增强。如王好古所云 药“有宜酒浸以助其力”；“阴寒之气味 假酒力而行气血也”。像菟丝子、生地黄、淫羊藿、红蓝花、莪术、白头翁等药物 俗称“得酒良”其含义正在于此。

3. 酒剂起效迅速 中医认为酒是入血分的 酒一旦进入体内 可以直接透过消化道黏膜 进入血液 扩散到全身。而其他口服药如药片、药丸、药汤之类 需要经过消化道的消化吸收方能到达血液。所以它，起效较快 尤其适合于急需用药的人 服用后可借酒的宣行走窜之性，促进药物中有效成分迅速地最大程度地吸收，在较短的时间内发挥治疗作用。

酒剂与其他剂型一样，用于治疗疾病的种类遍及内、外、妇、儿、五官各科。其中 尤以关节疼痛、腰腿疼痛、风湿痹痛、肢体麻木拘挛、中风缓弱不遂等病症用之为多。这与酒行药势 通行血脉 走窜经络的作用密切相关 它与祛风除湿、活血化瘀和 蠲痹止痛之药相合 有相得益彰之效。

4. 酒有引经作用 酒的引经作用 是指用酒引导诸药 选择性治疗某经病变的功能。如‘大黄酒浸入太阳经 酒洗入阳明经(《汤液本草》)香附子‘酒浸炒则引经络(《本草纲目》)皆属此类。所以中医中药的引经理论 其实就是引导药物直达病所 使病灶的药力更加集中，也是一种选择性的治疗。

5. 酒剂防治并举 酒剂在中医临床方面的应用十分广泛。中药保健酒侧重养生预防之用，此类药酒具有补益气血、补益脾胃、滋补肝肾、温肾壮阳、强筋壮骨、养心安神、补虚扶羸、健脑益智、延年益寿、强身健体、平补阴阳等功能。如八珍酒、人参酒、仙灵固精酒、万寿药酒等。这些保健药酒 无病时服用可以养生 调理脏腑、气血、阴阳之偏 有病用之亦可祛疾 只要针对性选用，均可取得良好的养生保健作用。

祖国医学的预防保健思想在药酒中也得到很好的体现。在我国历史上流传最广、使用时间最长的屠苏酒 即用桂心、防风、菝葜、川椒、桔梗、大黄、乌头、赤小豆等酒制而成。大年初一至初三，阖家男女老幼依次饮服 拜贺 旨在辟疫疠 指各种传染病 及一切不正之气 以图全家人年中太平。在宋代 这一习俗曾是春节期间三大民俗活动之一。著名的北宋政治家王安石有诗为证：“爆竹声中一岁除 春风送暖入屠苏 千门万户瞳瞳日 早把新桃换旧符。”此外，《本草纲目》中的椒柏

酒（由川椒和侧柏叶以酒制成）亦属辟疫防病之剂。

6. 酒可矫味杀毒 一些动物药 如白花蛇乌梢蛇等，经酒制后可消除或掩盖其不良气味，并减缓其毒性。另如“常山”若酒浸炒过 则气稍缓（《本经逢源》）大黄酒制 则峻下之势锐减。因此 可根据酒的这些作用 调剂药物 祛除药物的异味与毒性 缓和其峻烈之性，更好地发挥养生祛病的功能。

7. 酒可防腐 便于贮存 药酒中含有乙醇 可延缓许多药物的水解 增强药剂的稳定性 并有不同程度的抑菌作用。故而酒剂可长期存放，不易腐败变质。这样 可以随时饮用 十分方便。对于花、叶和质地松软的中药材来说 尤为适用。此外 酒里的微生物会抑制腐败微生物的生长，这样就延长了药物的保存期。旅游、出差、出国时带上药酒 就不会中断治疗了。

8. 药酒不用每天煎药 有了药酒就不用天天煎药，方便了工作或学习紧张的人，使之仍然能每天服药。慢性病、体质差需要长期服药的人 也适合服用药酒。

药酒有哪些种类

药酒的品种繁多 功效各异 常用的有以下几种：

1. 补益类 如人参酒、十全大补酒。

2. 壮筋骨、治不遂类 如鹿茸酒、五加皮酒。
3. 治风湿痹病类 如虎骨酒、风湿药酒。
4. 治肺结核久咳类 如蛤蚧酒、天门冬酒。
5. 治恶疮类 如蝮蛇酒等。
6. 外用类 如跌打损伤药酒、十一方药酒等。

药酒由于所含的药物成分不同，功用和适应证也不同，因此必须合理选用，才能产生较好的疗效。服用药酒时应注意以下方面：

1. 药酒是用酒浸泡中药材，它除具有滋补性质外，还有规定的剂量和疗程，在病愈后应即刻停药。

2. 药酒一般应在饭前服用，使药物能迅速为人体吸收，较快地发挥药效。佐膳服用时，药物的有效成分会因一部分被食物所吸收而影响药效。

3. 药酒以温饮为佳，因温饮能更好地发挥药酒温通、补益的作用。

4. 药酒要针对病情选用，不同治疗作用的药酒不可交叉服用，以免影响疗效。有些药酒有少量沉积于瓶底的沉淀物为无效成分，不宜饮用。

5. 补益类药酒忌与萝卜、葱、蒜等同服。

酒对人体健康有什么好处

自古以来，对酒的评价毁誉参半。酒究竟对人体

有无好处呢？大量研究资料表明，酒对人的健康至少有以下好处：

1. 酒是一种很好的营养剂 白酒由于含酒精量高，人体摄入量受到一定的限制，营养价值有限。而黄酒、葡萄酒、啤酒含有丰富的营养成分。黄酒中含有糖分、糊精、有机酸、氨基酸和各种维生素等，具有很高的营养价值，特别是所含多种多量的氨基酸，是其他酒所不能比拟的。如加饭酒（黄酒）含有 17 种氨基酸，其中有 7 种是人体必需氨基酸。葡萄酒含有葡萄糖、果糖、戊糖等糖类和多种氨基酸，含有的维生素 C 和维生素 D 接近于新鲜水果。此外，还含有各种有机酸、无机盐。啤酒除了 3.5% 的酒精以外，一般含有 5% 的碳水化合物、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。同时，1 升啤酒可供人体产生 1785 焦耳的热能，与 4 个鸡蛋或 500 毫升牛奶近似。因此，啤酒被人们称为“液体面包”，可见其营养之丰富。

2. 适量饮酒可促进消化 一些从事内分泌研究的生理学家通过实验得出结论：在适量饮酒 60 分钟后，人体内胰液的含量比饮酒前明显增多。胰液是由胰腺分泌的，含有多种消化酶，它对人们的健康是很有利的。在步入中年以后，人体消化系统的功能就开始降低。如果饭前适量饮酒，可以促进胰液的大量分泌，胰

液内各种消化液的分泌又可增强胃肠道对食物的消化和吸收。因此，中老年人饭前适量地饮酒可以弥补消化功能降低这一缺陷。

3. 适量饮酒可以预防心血管疾病 前些年 美国密歇根大学对 2 万人进行了 4 年营养同血压关系的调查发现 酗酒者血压最高 其次是不饮酒的人 少量饮酒者血压最低。还发现适量饮酒可以增加血液中的蛋白质成分，具有防止心脏病发作和减少动脉硬化的危险。英国的一个医学研究会在分析了 8 个西方国家有关死亡原因与饮食关系的统计图表后，发现果酒的消耗量和心血管疾病的死亡率之间有着引人注意的关系 这些国家中 意大利人和法国人的心脏病死亡率最低，而正是这两个国家年人均饮果酒量为 114 升以上。相反 美国人处于图表的另一端 他们饮果酒较少 因此患心脏病的人很多。饮果酒更少的芬兰人的心脏病发病情况，则比美国人还严重。据世界卫生组织的统计，最近几年来全世界死于心血管疾病的 35~44 岁的男子增加了 60% 而 31 岁以前的年轻人增加了 15% 以上。心血管疾病已经成为威胁人类生命的第一大病。适量饮酒可预防心血管疾病已引起医学界的重视。

适量饮酒为什么能预防冠心病呢？冠心病是冠状动脉粥样硬化性心脏病的简称，指冠状动脉内壁上有

胆固醇沉着引起冠状动脉粥样硬化、内径变小、狭窄，甚至阻塞，使心肌缺血，引起心绞痛，甚至心肌梗死。发生冠心病的祸首是胆固醇。体内有一种高密度脂蛋白，它能把血管里的，也包括冠状动脉的胆固醇运走，送到肝脏内再转变成对人体有用的激素，多余的部分就从大便中排出。适量饮酒可使高密度脂蛋白增多，这可能是减少冠心病发生的主要原因。另外，适量饮酒还抑制血小板的聚集并增强纤维蛋白的溶解，因而阻止血液在冠状动脉内凝固，起“活血化瘀”的作用，从而也使冠心病发生率减少。

4. 酒能加速血液循环 有效地调节、改善体内的生化代谢及神经传导 古代中医很早就知道酒有通经活络的作用，在酒中加泡药材，制成各种药酒，如虎骨酒、冯了性酒、史国公酒等，能治愈许多病症，如关节炎、神经麻木等。在跌打损伤后，多用白酒进行外部揉擦，散开瘀血，解除病痛。

近几年日本盛行一种酒浴。每当入浴时，向浴水里加入适量饮浴两用的特效酒，便会使身体异常暖和，浴后皮肤光洁如玉。日本人把这种酒称为“玉之肤”。“玉之肤”是将发酵的酒糟和发酵的米酒混合，再蒸制多次而成的清酒。即自制的米酒，色淡黄，醇香可口，加上染色剂便成了市场上出售的黄酒。日本医学专家对此进行了研究，发现酒浴时浴水中酒的成分对全身

皮肤是一种良性刺激 不但能加速血液循环 且对神经传导产生良好的反馈作用。尤其是米酒，做酒的大米经过发酵后 产生两百多种有用成分 酒糟中原来含有大量氨基酸、蛋白质和维生素等营养物质，经发酵后，营养价值又比普通清酒高几倍，加之酒精有活血作用，这就是“玉之肤”能使肌肤健美的奥秘。酒浴对一些皮肤病、神经痛等疾患 有较好的疗效，再加上简便易行，所以作为一种保健方法已风靡日本。

5. 适量饮酒有益于心身健康 随着现代医学研究的发展 人们已经发现许多疾病的产生和环境、心理状况有着密切关系。如果人长期处于孤独和紧张状态，就很容易生病，而适量饮酒能使人精神愉快。酒的陶醉作用能够缓和人的忧虑和紧张心理 增强安定感 提高生活的兴趣，对老年人尤其如此。针对不少老年人易发怒、易不满、孤独不快以及其他令人难于理解的古怪性情，日本的一些养老院用一二杯酒代替通常服用的镇静药物和心情舒展药物，成功地使养老院中老人的心情豁然开朗，洋溢着和睦家庭中才有的气氛。同时 老人中睡眠差的人数 从以前的 40% 下降到 18%。

6. 适量饮酒能延年益寿 近年来许多国家的研究显示，适量饮酒比滴酒不沾者要健康长寿。适量的酒可增加高密度脂蛋白的含量 可防止心脏病 减少动脉内胆固醇的沉积。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日下午给老人供应啤酒以来 短短 2 个月时间，可以自己行动的人数大大增加，服用强效镇静剂的人则从 75% 降为零。美国一大学生物统计学者为证实这一事实，以 94 对兄弟为对象，进行了长期的追踪调查。这 94 对兄弟中 每对都有一人适量饮酒，而另一人滴酒不沾。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。适量饮酒而长寿者，在中国也并不少见。

常用的酒可分成哪两类

酒的最简单的分类方法就是分成两类：发酵酒和蒸馏酒。

1. 发酵酒 利用各种含淀粉或糖类的物质 经过酿造发酵、过滤而成的酒 如黄酒、葡萄酒等。发酵酒一般含酒精量较低 多在 20% 以下。

2. 蒸馏酒 以淀粉或糖类经发酵形成的酒经蒸馏而成，如白酒、大曲酒等。一般酒精含量较高，多在 38% ~ 55% 。

冬令如何选用药酒进行滋补

冬令进补，老年人往往喜欢喝少量补酒来补益身体。根据中医理论，各种补酒有寒、热、温、凉等不同药性，人体也有虚、实、寒、热等不同体质。所以进补之道，也得遵循“虚则补之，实则泻之，寒则热之，热则寒之”的用药原则。因补酒种类繁多，各具特色，所以冬令饮补益酒时，要根据各人体质、虚实情况区别对待，做到科学地选择和应用，才能发挥药酒的功效，达到补益的目的。

一般来说，平素阳虚，每到冬天就格外怕冷，小便多者，应该选择有温肾助阳的药酒。补阳功效最好的要属鹿茸类药酒，它具有温补肾阳、益精血的作用，而且温而不燥，如参茸酒、周公百岁酒、龟龄酒等。此外，以鹿角胶为主配制的如虫草补酒、福禄补酒、人参鹿茸酒等也可选用。

平素气短懒言、面色无华、疲倦乏力、易出虚汗的气虚者，应该选择有补气作用的药酒。人参是补气药中的佼佼者，故应选择一些含有人参为主的药酒，如人参补酒、参桂酒、人参百岁酒、人参鹿茸酒、十全大补酒等。

有血虚者，症见头昏眼花、面色苍白，以及妇女月

经延后、量少色淡，应该选择有补益气血功效的药酒，如十全大补酒、补益杞圆酒、桑椹酒、味美思等。若是妇女产后血虚、面色萎黄或苍白者 还可选用一些适应妇女特点的补酒 如乌鸡补酒、八珍酒、毛鸡酒 这类酒对促进产妇健康 祛瘀生新 润和气血 振奋精神有较好作用。

有脾胃虚弱 消化不良、不思饮食者 可选择有健补脾胃作用的药酒 如十二红药酒、竹叶青、松龄太平春酒、中国养命酒等。

平素易腰酸背痛、筋骨不健、易劳累者 可选择有舒筋活血、强壮筋骨作用的药酒 如虎骨酒、史国公酒、状元红、杜仲糯米酒、养血愈风酒等。但这类药酒药性较猛烈，身体虚弱者及老年人应慎用。

家庭如何自制药酒

药酒服用简便 疗效显著 家庭亦可自制。但要掌握正确的方法：

1. 选好配方 自制药酒应当选用适合家庭自制的安全可靠药酒配方。有些配方并不适宜自制，如某些有毒性的中药 是必须炮制后才能用的，一般家庭无此条件。民间流传的一些单方、验方，如要配制药酒，应当先去请教医生 弄清楚药物性质和适用范围 以免

不对症甚至引起中毒。

2. 配料 按处方备料。处方的选择可根据医生的处方或参考有关书籍。将原料配齐后 去除杂质 有些药物还需先行炮制。具体方法均按当地炮炙经验进行操作。

3. 药材处理 一般制备酒剂的药材都切成薄片或捣碎成粗颗粒。要按医生处方配齐所用药物的种类、剂量 将其洗净晒干。凡坚硬的皮、根、茎等药物 切成 3 毫米厚的药片子；草质茎根，切成 3 厘米长的段 种子类用棒捣碎。有些药物，还需经过一定的加工炮制处理。民间验方的中药 首先要弄清其品名、规格 要防因同名异物或异名同物而搞错药材。

4. 酒的选择 以酒精度不低于 60 度的白酒较适合。若用 70% 的药用酒精来代替，则更有利于药材成分释出。对于不善饮酒者 亦可用低度白酒或黄酒 但浸出时间及次数宜适当增加。

5. 生产酒剂用的白酒，应符合卫生部关于白酒卫生质量标准的规定。烱糖烱胶，可取适量白酒以热溶法或冷溶法充分溶解，加入浸出液或渗漉液中。如有胶料者 应用 4 倍量的水加热溶化，先加入糖酒，搅匀，然后加入浸出液或渗 漉液中。浸出液或渗漉液加入糖酒 或糖胶酒 后 应密闭静置 充分澄清 方可滤过，装。

6. 具体制作方法

(1) 浸制法

1) 冷浸法 系将药材碎成片或粗粉 置于带盖的陶、瓷罐或带塞玻璃瓶等容器中，加处方量白酒（如未规定酒的用量，则一般酒量为药材量的 8~12 倍，可根据药材性质，适当增减）密闭放置。每天振荡或搅拌 1~2 次 浸渍 7 天后，可改为每周 1 次振荡搅拌 搅拌次数多一些，浸出效果更好。避光在常温下静置 20 天左右（冬季则放置时间更长一些）。然后倾出上清液，并压榨残渣。榨出液与上清液合并，静置澄清，纱布过滤即得。如连续浸制，残渣则不必压榨，可再添加新酒浸渍。调补之品如人参、黄芪、当归及陈皮等多系如此。若所制药酒需加糖、蜜矫味着色，可将糖用等量白酒温热溶解 过滤 将药液与糖液混合 搅匀 再过滤即可得饮用药酒。如自制五味子酒：取五味子 500 克 冲洗干净 装入细口瓶中 加入 60 度白酒 500 毫升 再封严瓶口，然后每日振摇 1 次，15 天后即可开始饮用。其饮用数量为每日 3 次 每次 3 毫升。此药酒主治神经官能症 以及失眠、心悸、健忘、乏力 烦躁等。

2) 热浸法 药料和酒同煎一定时间 然后再放冷，贮存。这种方法的优点是既能加速浸取速度，又能使药的成分容易浸出。制作方法基本上与冷浸法相同。先将原料粗粉置坛中，加一定量的酒，可采用隔水炖煮