

上 篇 总 论

第一章 酒的起源和酒文化

现代科学技术证实，自然界食物中普遍存在着发酵微生物，谷物、蔬菜、水果等久积后则在其作用下发酵产生酒精和其他物质。劳动人民在与自然界的普遍接触中发现了酒，并逐渐掌握了酿酒技术。我国人民掌握造酒技术有文字记载的为四千多年的历史，传统说法是杜康造酒，如《说文解字·巾部》谓：“古者少康初作箕帚、秫酒，少康者，杜康也。”故后世皆称酒为杜康。但该书《酉部》又说：“古者仪狄作酒醪，禹尝之而曰美，……杜康作秫酒。”少康为夏代第六位国君，在禹之后，而仪狄与禹为同时期的人，许慎亦将仪狄置于杜康之前，说明仪狄造酒更早于杜康。《战国策·魏策二》有“昔者，帝女令仪狄作酒而美，进之禹，禹饮而甘之，遂疏仪狄，绝旨酒”的记载。而《淮南子·说林训》谓：“清盎之美，始于耒耜。”故有人认为，我国以谷物造酒的历史应是渊源于新石器时代。在河南郑州发掘有距今约3600年前的商代酿酒工场遗址，说明其时造酒已具有一定规模，不经过很长时期的经验和理论的积累是不能达到此规模的；而山东大汶口遗址中发现有陶制酒器，则把我国造酒的历史提前到距今约6000年前。由上述事实可以推测我国人民造酒的历史应更早于仪狄和少康，“空桑稷饭，酝以稷麦，以成醇醪，酒之始

也。”亦如羹莘《酒谱》所言：“知者作之，天下后世循之，而莫能废。”仪狄、杜康只不过是善酿酒而被文字记载罢了。

我国是世界上最早掌握酿酒技术和饮酒的国家之一，我们的祖先，在创造我国古代灿烂文化的过程中，也积累了丰富的酿酒经验和创造了多彩的酒文化，古代文献记载了很多自酒发明和应用以来的关于酒的制造、酒的法规、酒的礼仪等的内容。如在我国现存最早的经典著作中，《周礼·天官冢宰》即记载了早在周朝，政府机构即设有“酒正”的官位，“酒正掌酒之政令，以式灋授酒材，凡为公酒者，亦如之。辨五剂之名，一曰泛剂，二曰醴剂，三曰盎剂，四曰缙剂，五曰沉剂。辨三酒之物，一曰事酒，二曰昔酒，三曰清酒；辨四饮之物，一曰清，二曰鬯，三曰浆，四曰醕。掌其厚薄之剂，以供王之四饮三酒之饌，及后世子之饮与其酒。”并掌管宾客、军士、祭祀等朝廷日常用酒事宜。

《尚书·酒诰》中首次记载了以政府名义颁发的禁酒令，鉴于夏、商后期统治者因酒废政，周朝于是制定了禁酒的法律，以图巩固周王朝的统治地位，其中规定：王侯不准非礼饮酒，凡是民众聚饮一律处以死刑等等。汉代，有以政府名义制定的关于酒的制造、征税、专卖的法制，并规定，凡遇灾荒、战乱、粮食不足之时禁止酿酒以节约粮食，如汉武帝时因旱灾曾禁酒四年，《三国志·蜀志》有“时天旱，禁酒，酿酒有刑”的记载，可见酒足亦是国家富饶安定、人民丰衣足食的象征，正如《诗经·周颂·丰年》所谓：“丰年多黍多稌，亦有高廩，万亿及秬，为酒为醴，丞畀祖妣，以洽百礼，降福孔皆”。

在古人眼中，饮酒不仅是一种物质享受，也是一种精神享受，饮酒不仅仅是一种行为，也是一门礼仪，还是一种艺术。最早记载饮酒的礼仪的书籍当数与《周礼》同时期的《仪礼》一书，在记载西周时期其他礼仪的同时，其中《乡饮酒礼》篇中就详尽地记载了当时的饮酒礼仪：“乡饮酒之礼，主人就先生而谋

宾、介。主人戒宾，宾拜辱，主人答拜，乃请宾。宾礼辞，许。主人再拜，宾答拜。主人退，宾拜辱，介亦如之。及席宾、主人、介。众宾之席，皆不属矣。尊两壶于房户间，斯禁，有玄酒，在西，设筐于禁南，东肆，加二勺于两壶。……羹定，主人速宾，宾拜辱，主人答拜……”全篇对主客在饮酒过程中的互拜礼节，主、宾喝酒时所穿服饰，入席、退席时的次序，酒和酒器的摆放位置，酒宴中所用菜肴上席的次序，饮酒时所奏乐曲的选定，所请乐工的人数、位置，器乐的次序等等，都有明确的规定。而系统地介绍古代饮酒礼仪和饮酒艺术的专著当是唐·皇甫谹的《醉乡日月》其中辟有《饮论》、《谋饮》、《小酒令》、《酝法》、《风俗》等共 30 篇，系统地介绍了唐以前历代饮酒中的礼仪和饮酒行令等内容，如行酒令时，需选举有主持饮酒的“录事”，任录事者必须具有饮材，而判断“饮材”的条件有三条：“善令，知音，大户”，即要擅长酒令，精通饮酒时所奏音乐，酒量大；饮酒时还要设置有行酒令的骰子、酒筹、酒旗等器具；定有酒规，凡犯规者，由录事主持罚酒等等。宋·窦苹之《酒谱》亦对酒之起源、酒名、酒事、酒之功过、饮器、酒令等份别设有专篇进行介绍。明·袁宏道《觴政》也比较全面地介绍了自西周至明朝各朝代的有关酒规、酒史、酒仪、酒令、酒典等方面的知识。

宋代朱肱所撰《北山酒经》系我国现存古代介绍酿酒技术的专著，其中系统地介绍了酒的发展历史、制作工序及其所用原料的配制要点等，并记录了白羊酒、菊花酒、葡萄酒等的酿制方法，认为按《礼记·月令》中所规定的“秝稻必齐，曲蘖必时，湛炽必洁，水泉必香，陶器必良，火齐必得”则“六者尽善，更得醴浆，则酒人之事过半矣”。但值得一提的是，在此之前，还有被誉为“中国古代百科全书”的北魏贾思勰的《齐民要术》，该书虽不是介绍酿酒的专著，但其中在介绍北魏以前农作物、果

蔬等栽培技术的同时，辟有“造神曲并酒”专篇，详细记录了酒的酿造、保存和饮用的方法，并有“团曲之人皆是童子小儿……有污秽者不使；不得令人室近；团曲当日使讫，不得隔宿；屋用草屋，勿使瓦屋，地须扫净，不得秽恶……”的记载，强调酒在制作过程中必须注意清洁卫生，并对酒曲、曲酒等的酿制方法亦作了详尽的记载。上述有关酒的知识专篇和专著对于人们了解古代酒文化具有重要的史料价值，亦为后世制造酒类提供了极其宝贵的技术资料。

第二章 酒的分类及其制作方法

酒是以秫、黍、粳、糯、粟等谷类食物和葡萄等水果加曲发酵制造而成的含酒精的饮料，根据原料、酿造、加工、贮藏等条件的不同，酒的名色极多，其成分亦有很大差异。古代根据酒的厚薄和品质的优劣，有醇、醞、醕、酿、醪、醴、醕、酎、盎等不同称谓。根据制法不同，可分为发酵酒和蒸馏酒。发酵酒是利用各种含淀粉或糖类食物，经过发酵过滤即成的酒，含酒精量一般比较低，如葡萄酒、其他果酒、黄酒、酒醴和啤酒等；蒸馏酒是用含淀粉或含糖类较高的食物如大米、高粱、玉米或薯类、甜菜等经发酵形成酒醪，再经蒸馏而成的酒，酒精度通常达到30%~70%，如白酒、烧酒、大曲酒、白兰地酒、威士忌酒等均属此类。经过数千年酒文化的熏陶，现今我国的酒类作业已进入鼎盛时期，各种名优美酒竞相媲美，国产美酒在世界市场占有重要席位。

白酒中，国产者以贵州省仁怀县茅台镇所产茅台酒为酒中之冠，该酒以高粱和小麦曲为原料，采用优质深井水或赤水河上游之水，分八次加曲，八次发酵，九次蒸酒，七次摘酒，长期贮存，精心勾兑而成，总生产时期约需10个月，并经贮藏3年后才出厂上市，其酒液清澈，醇香馥郁，味感醇厚，曾被评为世界第二名酒。产于四川宜宾之五粮液，系取用岷江江心之洁净水，由小麦、高粱、玉米、大米、糯米五种粮食加纯小麦曲发酵酿造而成，酒液清澈，入口柔和甘美。享有“甘泉佳酿”之誉的山西杏花村汾酒，相传自南北朝以来即已著名，唐·杜牧“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂，借问酒家何处有，牧童遥指杏花村”

的著名诗篇更使杏花村美酒妇孺皆知，此酒用晋中平原特产之“一把抓”高粱为原料，加优质酒曲发酵，用优质井水酿成，酒液清香馥郁，人口甜绵味长。三者酒精含量均在 50%~60% 之间，为白酒中的娇娇者。除上述之外，尚有久负盛名的剑南春、泸州窖酒、董酒等众多名优酒，均有各自的酿造特点和酒香特征。

黄酒属于一种低度酒，以糯米或粳米或小米为原料，加酒药和麦曲发酵直接酿成。以糯米为原料所酿黄酒主产于江苏、浙江一带，尤以绍兴系列酒最为著名，相传该品种中的状元红酒在战国时期即负盛名，酒液黄亮而有光泽，气味浓郁芳香，味感醇厚。黄酒酒精含量在 15%~20% 之间，日常生活中除用其作为酒类饮料外，还用于烹调菜肴和泡制药酒等。

葡萄酒为诸果酒之长，“葡萄美酒夜光杯”，即说明葡萄酒在古代即是人们钟爱的杯中之物。葡萄不需加曲种即可自然发酵成酒，《蒲桃（即葡萄）酒赋》中云：“绞蒲桃浆，封而埋之，未几成酒，愈久者愈佳。”章穆《调疾饮食辨》中亦有：“葡萄久藏，不必加曲亦自成酒，芳甘酷烈”。据史料记载，葡萄酒的人工制作始于西域，《史记·大宛列传》载：“乌孙以西，地近匈奴，欲嗜饮，以葡萄为酒，富人藏至万余石。”我国是在西汉张蹇出使西域时将其酿制技术带回国内，此后我国便有了人工酿制葡萄酒技术。《本草纲目》谓：“葡萄酿酒，取汁同曲，如常酿糯米饭法，无汁用葡萄干亦可，……烧者，取葡萄数十斤，同大曲酿酢，取入甑蒸之，以器承其滴露，红色可爱”。现代国产葡萄酒品种繁多，著名的有张裕葡萄酒、北京红葡萄酒、天津王朝白葡萄酒、通化山葡萄酒等等，其制作亦采用先进的现代技术。葡萄酒的主要原料即为葡萄，由带皮的红葡萄发酵，红色色素溶于酒中，酒汁呈红色者为红葡萄酒；用葡萄压出的不含色素的汁液发酵而成，酒汁不红者为白葡萄酒。酒中含有酸类、甘油、转化

糖、葡萄糖、维生素、无机盐等营养成分，具有葡萄的芳香和酒的酯香，酒精含量通常在 8%~12% 之间，适合很多人饮用。此酒既可作为日常饮料为佳宴增添兴致，又可作为保健饮料给人体带来健康，其药用价值亦受到人们的关注。孟诜《食疗本草》谓：“蒲桃子（即葡萄）酿酒，益气调中，耐饥强志”；《本草纲目》中谓能“暖腰膝，驻颜色，耐寒”；近年的美国《流行病学》杂志报道，适量饮用不加糖的干型葡萄酒尤其是红葡萄酒不仅有助于防止心血管病的发生，而且还有预防癌症的作用，并可以使由各种原因引起的疾病死亡率降低 30%。这是因为葡萄酒内含有丰富的单宁酸和类黄酮等物质，具有阻断 LDL（低密度脂蛋白）胆固醇发生氧化的作用，能促进血液的流通和减少血管壁沉积物，故能预防心血管疾病；又其中所含的白藜芦醇物质对于癌细胞的形成与发展有抑制作用，故又可作为防癌的食物适量常饮。

酒酿是酒类的又一个品种，以糯米或其他粮食类食物加曲经发酵酿制而成，一般汁与糟混合，酒精度低而富含糖分、粗蛋白、灰分、酵母及各种维生素和矿物质，酒味醇香，甘甜可口，久服具有益气补血、生津活血、温经通络作用，很适合老人、妇女、体质虚弱和不胜酒量者饮用，民间常以其加药糖、鸡蛋给产妇服食，有行气活血、温经止痛、催乳等作用。

啤酒系由国外引入，我国生产啤酒的历史仅有 100 余年，其是以大麦芽和啤酒花为主要原料，大米或玉米为辅助原料，经酵母发酵酿制而成的一种低浓度酒精的饮料。啤酒酒精含量在 10% 以下，含大量二氧化碳和多种易被人体吸收的营养物质，其中含有 17 种氨基酸、10 余种维生素（主要是 B 族维生素）和糖类、无机盐等营养成分，并含多种消化酶类，可以促进食物内蛋白质、脂肪、糖类的消化吸收，故被誉为“液体面包”，又因其喝后有清凉的感觉，故适合人们尤其是在夏季饮用，具有消暑、

解渴、利尿和促进胃液分泌，帮助消化，促进血液循环，镇静安神，消除疲劳等作用。临床可用于治疗胃肠道消化功能紊乱、营养不良、神经衰弱等病证，并有促进乳汁分泌的作用。

另还有一类配制酒，是以蒸馏酒或非蒸馏酒为主要原料，再加水、糖、果汁、香花、药材等配制而成，酒精含量一般不很高，国产配制酒有青梅酒、竹叶青酒、五加皮酒等。风靡于国际餐桌上的鸡尾酒亦是由酒加其他饮料等配制而成，起源于18世纪末的美洲，其起源有一个美丽的传说：此酒是由美国一位富翁的女儿发明的，这位富翁为庆祝女儿心爱的公鸡失而复得，在家举行宴会，这位女子利用家中所有的酒互相掺和后端出请客人喝，大家都认为这酒很好喝，这种喝法后来被一个开餐馆的女老板效法，并将其插上公鸡的尾羽，招待得胜而归的士兵，由此便将鸡尾酒的喝法传播开来。此酒常用配料为高质量的白酒或果酒，加苏打水、牛奶、水果和冰块等配制而成，据统计目前世界上鸡尾酒的配方有4千种之多。

第三章 酒与医学的渊源关系

酒与医学关系密切，可以说渊源长久，如前所述《周礼》中的“醫”即为酒。酒在临床应用的记载，《史记·扁鹊仓公列传》有“疾之居腠理者，汤液之所及也，在血脉，针石之所及也，其在肠胃，酒醪之所及也”；淳于意《诊籍》一书中亦有以酒治愈病例的医案；《后汉书·方术列传·华佗传》记载：“若疾发结于内，针药所不能及者，乃令先以酒服麻沸散，既醉无所觉，因刳破腹背，抽割积聚，若在肠胃，则断截湔洗，除去疾秽，既而缝之，敷以神膏，四五日创愈，一月之间皆平复。”酒则是麻沸散的主要组成药物之一。上述资料说明，自春秋战国时起，以酒醪治疗疾病，和针石、汤药一样已是很普遍的了。

医学著作中酒的治疗作用随处可见，我国最早的医学著作《黄帝内经》有“汤液醪醴”专篇，即对酒的性质作了描述：“必以稻米，炊以稻薪，稻米者完，稻薪者坚，……此得天气之和，高下之宜，故能至完，伐取得时，故能至坚也。”即记载了酒醴是五谷经煮熟后再经发酵而成。《素问·缪刺论》载有治疗尸厥的左角发酒：“鬻其左角之发，方一寸，燔制，饮以美酒一杯，不能饮者灌之，立已。”《素问·腹中论》中载有以鸡屎白治鼓胀“心腹满，旦食则不能暮食”的记载，鸡屎白方的组成和用法，《素问》中未载，《圣济总录》载“以鸡屎白，晒干为末，每用醇酒调服一钱匕，食后、临卧服”；《奇效良方》载用“鸡屎白半升，以好酒一斗渍七日，每服一盞，食后临卧时温服。”都对其配方和服用方法作了记载。《灵枢·寿夭刚柔》篇则对酒外用治疗寒痹的方法作了详细的记载：“寒痹之为病也，留而不去，时痛

而皮不仁，……用醇酒二十斤，蜀椒一升，干姜一斤，桂心一斤，凡四种皆咬咀，渍酒中，用棉絮一斤，细白布四丈，并内酒中，置酒马屎煨中，盖封涂勿使泄，五日五夜，出布棉絮，曝干之，干复渍，以尽其汁，每渍必晬其日，乃出干，干，并用滓与棉絮，……用之生桑炭，炙巾以熨寒痹所刺之处，令热至于内所”。与之同时期的长沙马王堆汉墓出土竹简医书中，有多篇介绍酒的知识，如《十问》记载有“酒者，五谷之精气也，其人中散流，其入理也彻而周，不胥卧而究理，故以为百药由。”这与班固的“酒为百药之长”的观点是一致的；《养生方》最早记载了数种药酒的泡制方法，如：“取段乌喙一升，以淳酒渍之，□去其滓，……與鬻（麦）冬、葶藶、牛膝各五拊。□莢、桔梗、厚□二尺，乌喙十颗，并治，以醇酒四斗渍之，毋去其滓，食以三指撮，为后饭，服之六未强，益寿。”首次对药酒的配方、制法、服用方法、服药时间和功能主治均进行了详细的叙述，其中还介绍了日常保健药酒的配方和服用方法：将鸡卵打破，取卵清卵黄入酒中煎煮后服用，连续服二十一天可以“令人强，益色美”，又最早介绍了用曲酿酒的技术；《五十二病方》则为最早介绍酒之药用的临床专著，其中有十四种疾病共二十五次介绍用药酒进行治疗的记载，酒之药用频率为诸药之首，所介绍方法有内服、有外用、有酒煎煮、药物渍酒或酒送服等，疾病种类包括外科疾病中外伤、伤疮（相当于外伤引起的破伤风）、毒蛇咬伤，内科疾病中的癃病（相当于小便不通）、乌喙中毒，皮肤病中的白处（相当于白癜风）、干瘙（皮肤瘙痒）等疾病。如治干瘙方：“取茹藘本（根）皴之，以酒渍之，后日一夜，而以涂之，已”。《金匱要略》则对红兰花酒、栝楼薤白白酒汤等以酒为主要药物组成的药方的适应证、药物组成和具体用法和注意事项等进行了详细的叙述，此外还在十余个方中采用酒送服药物的方法。最早的药物学专著《神农本草经》虽未对酒进行介绍，但其“序言”

中有“药有宜丸者，宜散者，宜水煮者，宜酒渍者，宜膏煎者，亦有一物兼宜者，亦有不可入汤酒者，并随药性，不得违越”的记载，其中即反映了酒是泡制药物的主要溶媒。上述说明酒在秦汉时期的药用水平已达到了相当高的程度。

自此以后各个朝代的各类医药专著中均有关于酒之药用的记载，如东晋·葛洪《肘后备急方》记载有桃仁酒、猪胰酒、金牙酒、海藻酒等药物或食物与酒同酿或同渍后服用的方法。梁代陶弘景《名医别录》中最早记载酒的性味功能为“味苦甘辛，大热，有毒，主行药势，杀邪恶气”，并在《神农本草经集注》中提出“凡渍药酒，皆经生切，生绢袋盛之，凡人酒密封，随寒暑数日，视其浓烈，便可沥出，不可待到酒尽也”。唐代孙思邈所撰《备急千金要方》中有近四分之一的方中用了酒，其中或以酒煎，或以酒浸泡，或以酒送服药物，并云：“凡服酒药，欲得使气相接，无得断绝，绝则不得药力，多少皆以知为度，不可令至醉及吐，则大损人也。”对酒的治疗作用和醉酒导致的危害均有了认识。至宋代，药酒的应用范围更加扩大，当时由政府组织编撰的大型方书《太平圣惠方》、《圣济总录》和《太平惠民和剂局方》等书中所载酒方的数量均达到了数百种，酒方所治病种涉及内、外、伤、妇、儿、五官等各科疾病。明代李时珍在《本草纲目》“酒”项下列举了近70种药酒，同时介绍了烧酒等的制造程序和数种药曲的制作方法等。除上述之外，几乎所有的医药方书均涉及了酒的药用内容。

近年来，酒在医药方面的应用得到了更加充分的发挥，医药工业采用现代先进的制酒设备和工序，进一步完善了制备工艺，严格了药酒的制作质量标准，对酒的药理作用的研究亦取得了长足的进展，药酒治病的机理有了新的发现，根据其药理作用，在继承和发展传统药酒的基础上，开展了传统名药酒的开发并研制了一些新的药酒品种，使中医药酒方这一古老的传统工艺和传统

疗法的应用范围得到了进一步的扩展。中国药酒工艺正以崭新的姿态走向世界，将为人类的健康事业做出更大的贡献。

第四章 酒与民间保健习俗的关系

传统保健习俗亦与酒有缘，如自古以来，我国即有春节喝屠苏酒，端午日喝雄黄菖蒲酒，重阳日喝菊花酒的风俗。

春节喝屠苏酒，北宋文学家王安石在其《元日》中有“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏”，苏东坡《除夜野宿常州城外》中亦有“但把穷愁博长健，不辞最后饮屠苏”的诗句。屠苏酒相传由华佗创制，元旦饮之，辟疫病及一切不正之气。“屠苏”，有谓为其中药物菝葜之别名者，但《本草纲目》及多种药书中未见此说；李时珍谓“苏魃，鬼名，此药（屠苏酒）屠割鬼爽，故名”；清·梁章钜《归田锁记》则认为“屠苏本古庵名，……孙思邈出庵中之药，与人作酒，因遂名为屠苏酒耳”，然孙思邈在介绍屠苏酒的《备急千金要方》中未见此说。屠苏酒的组成，陈延之《小品方》记载，由赤木桂心七钱五分，防风一两，菝葜五钱，蜀椒、桔梗、大黄各五钱七分，乌头二钱五分，赤小豆十四枚组成；孙思邈《备急千金要方·辟温第二》亦载其方，药以大黄十五铢，白术十八铢，桔梗、蜀椒各十五铢，桂心十八铢，乌头六铢，菝葜十二铢组成。两方中一方有白术，无赤豆、防风，一方则反之，余药则大致相同。二方用法相同，即将上述药味捣碎，以三角绛囊盛之，十二月晦日（除夕）夜将其悬沉至井底，正月朔日（元旦）平晓取出置酒中，共煎数沸后，举家东向，从少至长，次第取酒饮之，药滓再投井中，一年均饮此水，可以“辟疫气，令人不染温病及伤寒，……一人饮一家无疫，一家饮一里无疫”。

五月五日即端午日，民间有喝雄黄菖蒲酒的习俗，相传此日

屈原投汨罗江而死，后人们以吃糯米粽、喝雄黄菖蒲酒以示纪念。如章简公《端午帖子》：“菖花泛酒尧尊缘，菰叶萦丝楚粽香”；清·顾禄《清嘉录·卷五》亦载“五日，俗称端五，……人家各有宴会庆赏端阳，药市、酒肆馈遗主顾，则各以其所有雄黄、芷、术、酒、糟等品。百工亦各辍所业，群入酒肆哄饮。”又载：此日喝朱砂酒辟邪解毒，并以其染额、胸、手足心，可保无蛇虺之患，同时以之洒墙壁门窗，以避毒虫；杭州风俗，五日以蒲根切碎，入火酒，和雄黄饮，或以涂小儿额上的风俗等。上述习俗至今仍有很多地区沿用，因农历五月，气候温暖潮湿，闷热氤氲，正是各种虫蛇出没和多种流行性疾病的多发季节，雄黄“杀精物恶鬼邪气百虫毒”，菖蒲和中辟浊，芳香开窍，酒则“杀百邪恶毒气”，古人认为喝雄黄菖蒲酒可以辟邪解毒，杀虫蛇，用以消除瘟疫等的发生而保吉祥，戏剧《白蛇传》中法海和尚给白蛇精喝雄黄酒的情节即据此俗而塑造。但雄黄中主要成分为硫化砷，毒性剧烈，酒亦有毒，所以此酒不能当作饮料酒畅饮，如清代梁章钜《浪迹从谈·卷八》所载：“雄黄能解蛇虺诸毒，而其性最烈，用以愈疾多外治，若内服，只可分厘之少，更不可冲酒饮之”。

重阳日喝菊花酒，《续齐谐记》有汝南桓景随费长房（东汉汝南人）游学，费嘱桓景九月九日携家人缝绛囊盛吴茱萸系于手臂上再登高并饮菊花酒以消灾祸的记载，此后便有这一习俗，如唐代诗人崔曙在《九日登望仙台呈刘明府》中有“汉文皇帝有高台，此日登临曙色开，……且欲近寻彭泽宰，陶然共醉菊花杯。”杜甫亦在《九日》中有“重阳独酌杯中酒，抱病起登江上台”的诗句。菊花酒的制法，宋代李石《续博物志》中记载：“菊花舒时，采茎叶杂黍米酿之，至来年九月九日始熟，谓之菊花酒”；《本草纲目》则引《苏颂图经》中菊花酒之制法为：秋八月合花收，曝干，切取三大斤，以生绢袋盛，贮三大斗酒中，经七日服

之，日三次，常令酒气相续为佳；亦有太清灵宝方服菊花酒法：九月九日白菊花二斤，茯苓一斤，并捣罗为末，每服二钱，温酒调下，日服三次，“久服令人好颜色不老”，此酒显然与费长房所言九月九日所喝菊花酒的意图有别。菊花功能清热解毒，《本经》谓其“主诸风头眩，肿痛，目欲脱，泪出，皮肤死肌，恶风湿痹”，现代药理研究则发现其对多种致病性细菌如葡萄球菌、伤寒杆菌、霍乱弧菌等烈性传染性疾病的致病菌有抑制或杀灭作用，以之与酒同服，有预防多种疾病的作用，故能消灾去疾避祸。

除此之外，有些地方尚有饮清明酒、冬至酒、岁尾饮婪尾酒等的习俗，但主要为喜庆或祭祀等而设。

第五章 酒是损益兼行之饮料

酒之性味甘苦辛温，入心、肝、肺、胃经。其作用，《酒谱》谓“酒之言乳也，所以柔身扶老也”；《本草拾遗》谓“通血脉，厚肠胃，润皮肤，散湿气，消忧发怒，宣言畅意”。《别录》谓其“行药势，杀百邪毒气”。根据其配方和酿制方法的不同，酒具有温通经络、祛风散寒、活血化痰、消肿定痛、强筋壮骨、补益气血等作用。

然酒又是为数不多的被公认为“有毒”的饮料食物之一，少量饮用对人体可产生有益作用，但大量饮用则对人体产生损害，这一点可以说是古今贤人的共识。《北山酒经》云：“酒味甘辛，大热有毒，虽可忘忧，然能作疾，所谓腐肠，烂胃，溃髓，蒸筋是也”。《永乐大典·卷一万一千六百二十》中谓：“酒，古礼也，奉祭祀，会宾亲，制药饵，礼有不可缺者，用之有时，饮之有度，岂可以为常而不知节哉。”李时珍亦谓：“酒为天之美禄，少饮则和血行气，壮神御寒，消愁遣兴；痛饮则伤神耗血，损胃亡精，生痰动火。”可见酒的利与弊古人早有认识。以酒治疗疾病，亦只能适量，切不可酗饮，若沉酒无度，醉以为常者，轻则可以导致疾病，重则可致生命危险，这样不但达不到治病的目的，反而给人体造成损害。

第一节 酒精的药（毒）理作用

酒的主要成分是酒精即乙醇，尚含高级醇类、脂肪酸类、酯类、醛类等。酒类饮入之后，其酒精在胃肠道中迅速吸收，空腹

时其吸收更迅速，1个半小时内最高吸收量可达90%以上。进入体内之乙醇90%~98%在肝内经酶作用氧化为乙醛，最后氧化为二氧化碳和水，成人一般每小时可氧化10毫升，如过量喝酒，超过此氧化速度，即可引起酒精蓄积而引起中毒。

酒精的药理作用过量时也是其毒理作用，主要表现在以下几个方面。

1. 对中枢神经系统作用：少饮对中枢神经有兴奋作用，并有缓和的止痛作用，可以减轻各种原因所致之疼痛。大量饮酒则可对神经系统产生损害，引起神经功能紊乱，继而出现抑制作用，其过量可致延髓麻痹，大脑抑制功能减弱，而引起中枢神经兴奋，使患者的辨别力、记忆力、集中力及理解力均减弱或者消失，以致正常的工作能力下降，视力亦常出现障碍。

2. 对循环系统的作用：中等量乙醇即可刺激体表血管而使皮肤血管扩张，血流加快，体内的血液大量地流向身体表面而向外散发热量，使皮肤发红而有温暖感，酒的这一作用是酒药用的最有力依据。适量饮用酒液可使酒及同时使用的药物的效力迅速扩散至全身各组织、器官、关节，而达到消除疲劳、痲痹止痛、祛除风寒、行血舒经活络而消除疼痛的目的；局部涂擦皮肤，可加速热量的散发，此理常用于高热病人的物理降温。但大量酒精刺激后血管运动中枢受抑制，扩张的皮肤血管因酒精的痲痹作用而变得不能灵敏地收缩，而致使大量的热量散发，因而又可使人生冷感，更甚则导致虚脱现象。

3. 对消化系统作用：乙醇含量较低（10%左右）之酒类可增加胃酸之分泌，小剂量低浓度的酒精能增加胃的吸收功能，稍高（20%以上）抑制胃液分泌，减弱胃蛋白酶活性，更高（40%以上）则对胃粘膜有强烈的刺激，一次饮入大剂量的高浓度酒精可引起酒精性胃炎，加之酒精刺激呕吐中枢还可引起剧烈的恶心、呕吐等症状。长期饮酒又可使胃液分泌减少，消化能力