

蜂 蜜

的保健功能 与药用便方

刘强 编著

生活百科知识
青苹果电子图书系列



蜂蜜的保健功能与药用便方

刘 强 编著

内 容 提 要

本书较详细地介绍了蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉、蜂胶等蜂产品的种类、保健功能及应用，并推荐医疗便方 400 余条。内容丰富，通俗易懂，方法简便实用，可供广大群众和基层医务人员参考。

前 言

蜂蜜是人类传统而古老的一种天然食用佳品。我国食用蜂蜜的历史悠久，据文献记载，最早可以追溯至商代。劳动人民在长期的生活实践中发现，蜂蜜不仅可供食用，而且还具有医疗保健作用，以蜂蜜治病在民间广为流传，也引起历代医家的重视。我国最早的药学专著《神农本草经》就将蜂蜜、蜂蜡、蜂子列为上品。其后历代医学典籍中多有论述，使蜂蜜在医疗保健方面的应用不断扩大和发展。随着医学科学水平的提高，医学家还发现，除蜂蜜外，各种蜂产品，如蜂胶、蜂毒、蜂花粉、蜂巢脾、蜂王浆、蜂蜡、蜂子等均有重要的医疗作用，对心脑血管疾病、糖尿病、类风湿性关节炎、肿瘤等多种疾病的治疗具有较好的效果。随着人们生活水平的提高，保健意识的增强，当前，蜂蜜等蜂产品在营养食疗、保健美容、抗衰延年、防治疾病等方面已得到广泛应用，并深受国内外人民所喜爱。

为更好地普及蜂蜜等蜂产品的医疗保健知识，作者在参阅国内外有关资料的基础上，编写了《蜂蜜的保健功能与药用便方》一书，让更多的人了解蜂蜜等蜂产品的医疗保健功能，正确地用以防治疾病，保健美容，提高健康水平。由于

作者知识有限，书中可能存在不足和错误，敬请广大读者指正。

作 者

1999 年 2 月

目 录

第一部分 蜂蜜等蜂产品的种类、应用

一、蜂产品的种类	(1)
二、蜂蜜等级的区分	(5)
三、蜂王浆制剂	(8)
四、蜂蜜质量的鉴别	(14)
五、蜂王浆质量的鉴别	(16)
六、蜂花粉质量的鉴别	(17)
七、各种蜂产品所含的成分	(19)
八、常饮蜂蜜的好处	(23)
九、婴幼儿吃蜂蜜比吃白糖好	(25)
十、婴儿食用蜂蜜不会引起中毒	(26)
十一、服用蜂王浆不会使儿童出现性早熟	(27)
十二、蜂王浆中的激素对人体不会有不良影响	(28)
十三、蜂王浆可以长期服用	(29)
十四、蜂花粉作为营养补剂很安全	(29)
十五、蜂蜜不宜用开水冲服	(30)
十六、不宜服蜂王浆的人	(31)
十七、蜂蜜的家庭保存	(32)

十八、蜂王浆的家庭保存	(33)
-------------------	------

第二部分 蜂蜜等蜂产品的药用源流与保健功能

一、蜂产品的药用发展史	(34)
二、蜂产品的抗菌作用	(39)
三、蜂蜜、蜂胶的抗病毒作用	(43)
四、蜂蜜、蜂胶能增强免疫功能	(44)
五、蜂花粉的抗衰延寿作用	(45)
六、蜂王浆的抗衰老作用	(46)
七、蜂花粉能健脑补髓，增强记忆力	(47)
八、蜂王浆的健脑益智作用	(48)
九、蜂王浆、蜂花粉的抗辐射作用	(49)
十、蜂毒的镇痛作用	(50)
十一、蜂王浆的抗癌作用	(51)
十二、蜂花粉的抗癌作用	(52)
十三、蜂胶的抗癌作用	(53)
十四、蜂王浆能增强性功能	(54)
十五、蜂花粉能益精助育	(54)
十六、蜂王浆的催眠作用	(56)
十七、蜂花粉能治疗神经衰弱	(56)
十八、蜂胶、蜂花粉、蜂王浆的降血脂作用	(57)
十九、蜂蜜能防治心脏病和高血压	(60)
二十、蜂王浆、蜂花粉能防治冠心病	(61)
二十一、蜂蜜、蜂王浆的保肝作用	(62)
二十二、蜂花粉能保肝和防治肝病	(63)
二十三、蜂蜜、蜂王浆能治疗糖尿病	(64)
二十四、蜂花粉、蜂胶能治疗糖尿病	(65)

二十五、蜂毒能治疗类风湿性关节炎	(66)
二十六、蜂王浆能治疗关节炎	(67)
二十七、蜂花粉能治疗前列腺病	(68)
二十八、蜂蜜、蜂胶能治疗口腔溃疡	(69)
二十九、蜂蜜是治疗胃肠病的良药	(70)
三十、蜂蜡能治疗肠炎、痢疾	(71)
三十一、蜂花粉能通便	(71)
三十二、蜂花粉能护肤美容	(72)
三十三、不同品种蜂花粉的保健作用	(73)
三十四、蜂子的营养、保健作用	(75)
三十五、蜡疗的作用	(76)

第三部分 蜂蜜疗病便方

一、内科疾病	(78)
(一) 感冒	(78)
(二) 咳嗽	(80)
(三) 哮喘	(86)
(四) 肺痛、矽肺	(93)
(五) 肺结核	(94)
(六) 消化不良	(98)
(七) 呕吐	(101)
(八) 胃痛	(102)
(九) 胃及十二指肠溃疡	(103)
(十) 呃逆	(106)
(十一) 吐血、便血	(107)
(十二) 痢疾	(108)
(十三) 噎膈	(111)

(十四) 便秘	(112)
(十五) 肝炎	(116)
(十六) 高血压	(119)
(十七) 冠心病	(121)
(十八) 高脂血症	(124)
(十九) 中风	(126)
(二十) 癫痫	(127)
(二十一) 失眠	(127)
(二十二) 糖尿病	(129)
(二十三) 甲状腺病	(130)
(二十四) 贫血	(132)
(二十五) 尿潴留	(134)
(二十六) 淋病	(134)
(二十七) 尿路结石	(135)
(二十八) 前列腺病	(136)
(二十九) 水肿	(137)
(三十) 阳痿、遗精	(138)
(三十一) 风湿、类风湿性关节炎	(141)
(三十二) 疟疾	(144)
(三十三) 中暑	(144)
(三十四) 中毒	(146)
二、外科疾病	(147)
(一) 疔痛	(147)
(二) 疮疡	(149)
(三) 臁疮	(151)
(四) 丹毒	(153)
(五) 瘰癧	(154)

(六) 痔疮	(155)
(七) 乳腺炎	(155)
(八) 烫伤	(156)
(九) 冻伤	(158)
(十) 肠梗阻	(158)
(十一) 破伤风	(159)
(十二) 腱鞘囊肿	(159)
(十三) 颈肩痛	(160)
(十四) 跌打损伤	(160)
(十五) 骨折	(162)
三、皮肤科疾病	(162)
(一) 皮炎	(162)
(二) 牛皮癣	(163)
(三) 湿疹	(165)
(四) 手、足癣	(167)
(五) 疥癣	(167)
(六) 斑秃	(168)
(七) 酒渣鼻	(168)
(八) 雀斑、粉刺	(169)
(九) 荨麻疹	(170)
(十) 带状疱疹	(171)
(十一) 尖锐湿疣	(171)
四、妇科疾病	(172)
(一) 月经不调	(172)
(二) 闭经	(174)
(三) 崩漏	(175)
(四) 经行呕吐	(175)

（五）带下病	（176）
（六）胎漏、胎动不安	（177）
（七）妊娠水肿	（178）
（八）难产	（178）
（九）产后血晕	（179）
（十）产后腹痛	（180）
（十一）产后便秘	（180）
（十二）产后痢疾	（181）
（十三）产后调养	（182）
（十四）不孕症	（183）
（十五）阴疮、阴痒	（184）
五、儿科疾病	（185）
（一）感冒	（185）
（二）咳嗽	（186）
（三）哮喘	（187）
（四）小儿暑热	（189）
（五）百日咳	（191）
（六）痢疾	（193）
（七）消化不良	（194）
（八）二便不通	（195）
（九）小儿水肿	（196）
（十）惊风	（196）
（十一）小儿癫痫	（197）
（十二）小儿虫证	（197）
（十三）佝偻病	（198）
（十四）小儿痘疹	（199）
（十五）小儿乳蛾（扁桃体炎）	（200）

(十六) 小儿杂病	(200)
六、五官科疾病	(202)
(一) 红眼病	(202)
(二) 夜盲症	(203)
(三) 目生胬肉	(203)
(四) 倒睫	(204)
(五) 鼻渊 (鼻窦炎)	(204)
(六) 鼻痈	(207)
(七) 萎缩性鼻炎	(207)
(八) 口腔溃疡	(208)
(九) 咽喉炎	(209)
(十) 失声	(210)
(十一) 扁桃体炎	(211)
(十二) 梅核气	(212)
七、癌症	(213)
八、强身保健	(216)
九、美容养颜	(222)
(一) 颜面美容	(222)
(二) 须发美容	(229)
(三) 护手美容	(233)
(四) 香身美容	(233)

第一部分 蜂蜜等蜂产品的种类、应用

一、蜂产品的种类

蜜蜂一身是宝，其产品包括蜂蜜（主要指家养蜂的蜂蜜）、蜂花粉、蜂胶、蜂王浆、蜂蜡、蜂巢脾（蜂房）、蜂毒、蜂子（蜂王幼虫）、蜂蛹和蜂体（蜂尸）等。

（一）蜂 蜜

蜂蜜是工蜂在采集花蜜时，以吮取植物的花蜜进入腹内蜜囊中，同时将其含有转化酶的涎液混入其中，使蜜中蔗糖转化为葡萄糖和果糖。工蜂归巢后，腹部收缩，将蜜囊中的蜜汁一滴滴吐给内勤工蜂，内勤工蜂接着对蜜汁进行加工酿造，随之将这些未成熟的蜜吐出，涂在巢房壁上，以扩大水分蒸发面积，加之工蜂翅膀扇动，加速蜜汁中的水分蒸发。待蜜汁基本成熟时，集中装入巢房内，装满时，工蜂泌蜡将蜜

房封盖，以贮存蜂蜜。蜂蜜是一种具有粘性的产品。

（二）蜂花粉

蜂花粉是工蜂采集花粉时钻进花朵之中，以口器和绒毛沾取花粉，以 3 对足在雄蕊上刷集花粉。当沾取花粉达到一定数量时，便离开花朵。在飞行中，以前、中两对足的跗刷将粘集在头部、周身绒毛上的花粉进行刷集，并用花蜜润湿和粘集，随后传递给后足，1 对后足相互搓合、刮集，陆续将花粉推挤到后足外侧的花筐中，堆积成团块状花粉团，带回巢房，由内勤工蜂首先咬破花粉团，吐出蜜和唾液的混合物，润湿花粉团，再以头部顶推花粉团贮于巢房之中，在乳酸菌作用下，变为蜂粮。蜂粮营养丰富，含有大量蛋白质，是大的幼虫和 2~3 周的成蜂必备食粮，培育 1 万只蜜蜂，约需花粉 1 公斤。

（三）蜂 胶

蜂胶系树脂、蜂蜡和花粉混合而成。国外的蜜蜂能从树芽、破损的皮部采取树脂；而我国蜜蜂则不具备采取树脂功能，故而其巢脾洁白而脆，但蜡量较高。蜂胶具有粘性和防腐性能。工蜂利用蜂胶粘固巢脾，阻塞孔洞裂隙，封缩巢门，涂刷蜂箱内壁等。

（四）蜂王浆

蜂王浆又称蜂乳，是工蜂头部舌腺和颚腺所分泌的一种乳白色或淡黄色的半透明、半流体的微粘稠的浆液物质。它是蜂王幼虫期和工蜂、雄蜂幼虫前期的唯一食粮。蜂王因食蜂王浆其寿命可达 5 年之久。因此，蜂王浆的营养价值胜过蜂蜜。

（五）蜂 蜡

蜂蜡是工蜂生长在腹部的 4 对蜡腺分泌物，呈白色或淡黄色的脂肪性物质。每当工蜂分泌蜂蜡时，需大量食用蜂蜜，每分泌 1 公斤蜡质，需用 3 公斤蜂蜜和 0.5 公斤花粉。夏季，一群（箱）蜂可分泌 5 公斤~7.5 公斤蜡质。蜂蜡被用来营造巢脾，封闭房盖，封存食粮。蜂蜡为高级脂肪酸和高级一元醇合成的酯，含 30 烷醇，为植物生长刺激素。

（六）蜂巢脾（蜂房）

蜂巢脾由蜂蜡、蜂胶等构成。蜂巢指蜂群居住和生活的地方，由许多巢房组成。蜜蜂泌蜡筑房，数千个巢房相连在一起，构成巢脾。蜂巢脾分为子脾（有大量蜜蜂的巢脾，多位于蜂巢脾中部。又有未封盖脾和封盖脾之分）、蜜脾（以贮蜜为主，位于蜂巢脾两侧。标准蜜脾可达 2 公斤蜂蜜）及花

粉脾（贮存花粉用，也位于蜂巢脾两旁）。

（七）蜂 毒

蜂毒是蜜蜂蜇“敌人”时，由工蜂尾部蜂针排出的毒性透明液体，含有多种成分，气芳香而味苦。蜜蜂毒腺包括酸性毒腺和碱性毒腺两种，其分泌物贮藏在毒囊中。

（八）蜂 子

蜂子又称蜂胎、蜂王幼虫、蜂皇胎。它是蜜蜂的受精卵孵化而成的蛆状蜂王幼虫体。

（九）蜂 蛹

蜂蛹是蜂王幼虫在茧内蛹化后的蛹，以雄蜂蛹最有营养价值。

（十）蜂体（蜂尸）

蛹羽化后出巢房的成虫即为蜜蜂。蜂体多指工蜂的蜂尸。

二、蜂蜜等级的区分

蜂蜜的等级是根据蜜蜂采集的蜜源植物、蜂蜜质量而确定的，分为一等蜜、二等蜜、三等蜜及等外蜜。

（一）一等蜂蜜

此类蜂蜜呈水白色或浅琥珀色，粘稠透明，味甜润，不易结晶，如荔枝蜜、刺槐蜜、紫云英蜜等。

1. 荔枝蜜：浅琥珀色或略深，有荔枝果酸味和荔枝花香，芳香馥郁，甘甜，质软粘稠，结晶细腻，为优质蜂蜜。

2. 柑橘蜜：品种繁多，白色或浅琥珀色，有柑橘芳香气味，甘甜微酸，鲜洁爽口，结晶粒细呈油脂状。

3. 草木樨蜜：浅琥珀色，浓稠透明，气味芳香，结晶细腻呈乳白色。

4. 紫云英蜜：特浅琥珀色，微带青色，气清香，味鲜，甜润而不腻，不易结晶，若结晶呈乳白色细粒状。

5. 刺槐蜜（槐花蜜、洋槐蜜）：水白色或白色，清彻透明，气味清香，有槐花香味，味鲜，甜而不腻。纯槐花蜜一般不结晶，若结晶其粒细呈油腻状。

6. 荆条蜜：特浅琥珀色，鲜蜜色浅渐向橙红色转变，有荆条花香味，不易结晶，若结晶其粒细色白。

7. 桉蜜（山桂花蜜或野桂花蜜）：水白色，近似无色透

明，气味清香，沁人心脾，味鲜，甜润爽口，不易结晶，若结晶其粒细腻呈乳白色。

8. 毛水苏蜜（水苏子蜜）：水白色，透明，有浓郁的水苏花香味，结晶粒细而洁白。

9. 椴树蜜：特浅琥珀色，有浓郁玫瑰花香味或薄荷香味，结晶洁白细腻。

10. 党参蜜：浅琥珀色，粘稠，在波美 40° 以上，浓度高，封盖蜜可达 42° ，不易结晶。

（二）二等蜂蜜

此类蜂蜜质量较一等蜂蜜稍次，香味淡，易结晶，如油菜蜜、棉花蜜等。

1. 油菜蜜（菜籽蜜）：浅琥珀色，略混浊，有油菜花香味，略具辛辣味，久贮辣味减轻，味甜润，但不适口，极易结晶呈乳白色细粒或油脂状。

2. 棉花蜜：浅琥珀色，透明，有乳酸和蔗糖味，无香味，不成熟的棉花蜜有涩口感，极易结晶呈白色粗粒。

3. 紫苜蓿蜜：白色或琥珀色，气味芳香，甜润适口，新蜜较易结晶呈白色油脂状，蔗糖含量偏高。

4. 枣花蜜（大枣蜜）：琥珀色，半透明，粘稠，有中草药芳香味，甜味浓，略感辣喉，久贮不坏，结晶为粗粒状。

5. 葵花蜜（向日葵蜜）：浅琥珀色或琥珀色，浓稠，芳香，甜度较高，易结晶细粒油脂状，色乳白或浅黄。

6. 老瓜头蜜：浅琥珀色，浓稠，芳香，甘甜，甜度大，

结晶呈乳白色，略有涩口。

7. 胡枝子蜜（苕条蜜）：浅琥珀色，味清淡爽口，结晶粒细腻洁白。

8. 苕子蜜（蓝花草子蜜）：浅琥珀色，清香，甜润，结晶粒细腻洁白。

9. 白刺花蜜（狼牙刺蜜）：浅琥珀色，甘甜，芳香，结晶粒细腻质硬，近似白色。

10. 野坎子蜜：浅琥珀色，有清香味，极易结晶呈乳白色。有两种结晶状态，一种结晶较粗，酷似砂糖，称为“砂蜜”；另一种结晶细腻，似油脂状，称为“油蜜”。由于结晶后质硬，故有“云南硬蜜”之称。

（三）三等蜂蜜

此类蜂蜜甜而带酸，易结晶，如乌柏蜜、龙眼蜜等。

1. 乌柏蜜（柏子蜜）：浅琥珀色，气味浓香，有轻微的酵酸味，甜而微酸，回味较重，易结晶，粒粗，色黄略暗。

2. 龙眼蜜（桂圆蜜）：琥珀色，气味浓郁，有龙眼干香气味，甘甜微酸，易结晶，粒细，但浓度偏低，波美度常在39°以下，极易发酵。

3. 芝麻蜜：浅琥珀色，气味淡香，甜而微酸，结晶呈乳白色或淡黄色。

（四）等外蜜

此类蜂蜜色泽深，气味特殊，口感欠佳，如荞麦蜜、桉树蜜等。

1. 荞麦蜜（荞子蜜）：深琥珀色，味甜而腻，回味重，有触鼻刺激味，易结晶，粒粗，铁含量高于浅色蜜。营养和药用效果好，含有芸香甙，对软化血管有益。

2. 桉树蜜：深琥珀色，桉醇味较浓，甜腻辣喉，略带咸味，易结晶，粒较粗，色暗黄。

3. 鹅掌柴蜜（鸭脚木蜜或八叶五加蜜）：琥珀色，苦味较浓，贮存长久后苦味减轻，结晶粒细，呈乳白色。

三、蜂王浆制剂

蜂王浆虽然是一种天然物质，可以直接利用，但是纯蜂王浆适口性较差，剂量难以掌握，服用不方便，加之蜂王浆的生物活性物质在一般条件下难以保存，只有经过科学加工成制剂，方可较好地利用和贮存。我国生产的蜂王浆口服液、胶囊、注射剂、片剂等制剂种类很多，现将主要的蜂王浆制剂介绍如下，供选择应用。

（一）鲜蜂王浆

鲜蜂王浆是从蜂群中采来的蜂王浆，不加任何处理，用电冰箱进行冷藏，或在 -18°C 左右保存，随用随取。这种应用方法一般是养蜂者或直接从养蜂者手中购得的鲜蜂王浆。近年来服用鲜蜂王浆者较多，为适应消费者的需要，已逐渐把鲜蜂王浆加工成应用方便的商品。其方法是将鲜蜂王浆解冻处理，及时过滤，除去蜡屑、蜂幼虫及其它杂质，然后分装不同规格的瓶中。这种制剂的服用方法简便，打开瓶盖即可直接服用。由于未经过加工处理，故能保持其新鲜性，活性物质也不易被破坏，所以其质量稳定而可靠，深受消费者的欢迎。特别适用于癌症、心血管疾病等患者大剂量服用。

（二）简易自配蜂王浆

蜂王浆可以直接服用，并能收到理想的保健及医疗效果，配制方法简便，服用方便，且经济实惠。家庭可以贮存新鲜蜂王浆，现配现用，或配制后放在电冰箱中贮存，以供经常服用。家庭简易自配蜂王浆的方法是：将新鲜蜂王浆放入乳钵（或瓷碗）中研磨，然后加入少量蜂蜜，混合均匀后再加入少量蜂蜜，实行递增法，直到够量，搅拌混合均匀后装入暗色玻璃瓶封口备用。蜂王浆与蜂蜜的配制比例以 $1\sim 4:100$ 为宜， $8\sim 10:100$ 亦可。

（三）蜂王浆蜜

蜂王浆蜜制作简便，成本低，服用方便，液体剂型吸收较快，人们乐于接受。其配制方法是：鲜蜂王浆 40 克，蜂蜜 1080 克，苯甲酸钠 1 克，食用乙醇、香精各适量，搅拌均匀后过滤，配成 1000 克蜂王浆蜜。本品每克含鲜蜂王浆 40 毫克，空腹时服用。

（四）蜂王浆口服液

蜂王浆口服液是以新鲜蜂王浆辅以蜂蜜等加工而成，较好地保持了蜂王浆的有效成分，调整了产品的色、香、味，提高了使用价值。其配制方法是：新鲜蜂王浆 40 克，蜂蜜 950 克，白糖 25 克，75%酒精 40 毫升，柠檬酸 0.5 克，苯甲酸钠 0.2 克，尼泊金乙酯 0.1 克，香精 1 毫升，无菌水适量，经搅拌加工后装入小瓶内。蜂王浆口服液是目前国内外广为流行和深受欢迎的食药兼备型口服珍品。适用于老年人、儿童及病后康复、临床治疗等。

（五）复方蜂王浆口服液

蜂王浆口服液的医疗保健作用是肯定的，但是为了进一步强化其滋补、医疗效果，人们还设计了复方蜂王浆口服液，就是在蜂王浆口服液的基础上添加辅助治疗剂，如有添加人

参的“人参蜂王浆”，添加西洋参的“西洋参蜂王浆”，添加黄芪的“黄芪蜂王精”，添加天麻的“天麻蜂皇浆”。此外，还有添加鹿茸、灵芝、当归等辅助药物的，也有同时添加多种辅助药物的，如北京蜂王精就添加党参、五味子、枸杞子和多种维生素等。

（六）蜂王浆冻干粉

蜂王浆冻干粉是将鲜蜂王浆在低温下快速冻结，然后在真空条件下使冻结的水分子不经过冰化水、水化气的过程，直接升华为水气逸出。冻干的蜂王浆活性稳定，保存 3 年质量不变，可较长时间贮存。蜂王浆冻干粉有与新鲜蜂王浆相同的色、香、味，完好地保持了原有的有效成分，临床应用证明，有与鲜蜂王浆同等的疗效。

（七）蜂王浆花粉晶

蜂王浆花粉晶是以蜂王浆、蜂花粉、蜂蜜为主要原料，辅以蔗糖、奶粉等经科学方法加工而成的高级营养冲剂。它保持了蜂王浆、蜂花粉、蜂蜜的天然营养成分和风味，经常饮用，可消除疲劳，提神助食，促进生长发育，延缓衰老，增强身体的防病祛病能力，是老少皆宜的理想保健品。

（八）蜂王浆晶

蜂王浆晶主要是将蜂王浆配以蜂蜜、白糖、葡萄糖、奶粉等，经过混合搅拌、烘干、制粒而成。

（九）粒状蜂王浆

粒状蜂王浆是日本研制成功的一种制剂，是将蜂王浆干粉与油脂一起混合，再制成粒状作为芯材。然后在其表面再包上一层被膜材料，制成粒状蜂王浆。这种粒状蜂王浆可以长期保存，质量稳定，易于服用，携带方便。

（十）蜂王浆胶囊

蜂王浆胶囊分硬胶囊和软胶囊两种。软胶囊内装鲜蜂王浆的油状物，可以保持蜂王浆的新鲜状态；硬胶囊内装的是蜂王浆、五味子、党参、枸杞子、烟酰胺、维生素 B₁、B₂ 混合粉剂。两种服用方便、效果相同。

（十一）蜂王浆片

蜂王浆片是以蜂王浆为主要原料，添加人参、维生素 B₁、B₂、淀粉和无水葡萄糖等拌匀，压成片再挂上糖衣。服用时将药片含于舌下，使之自然溶化吸收。

（十二）蜂王浆注射液

将新鲜蜂王浆加入等量的 95% 乙醇，混合均匀，过滤。所得残渣再用 30% 乙醇处理一次，将两次所得滤液合并，加蒸馏水稀释至乙醇含量 30%。每毫升溶液中含蜂王浆 25 毫克～50 毫克，并加入盐酸普鲁卡因和三氯叔醇等附加剂，密封条件下进行封灌。用于皮下或肌肉注射。每日 25 毫克～50 毫克。治疗肝炎等疾病，见效快，疗效高。

（十三）蜂王浆酒

蜂王浆酒是将新鲜蜂王浆对入白酒或葡萄酒中混匀。这样可保证蜂王浆各种成分不受损害，使蜂王浆的营养价值和功效得以充分发挥。蜂王浆酒可强身健体，美容驻颜，对月经不调、不孕症有较好的疗效。

（十四）其它剂型

蜂王浆的制剂除上面所述外，还有蜂王浆饮料，如蜂王浆汽水、蜂王浆蜜露、蜂王浆冰淇淋等，均为营养饮料之上品。有人还将蜂王浆添加到食品中，如巧克力蜂王浆、牛乳蜂乳晶、蜂王浆奶糖等。这既有利于强身健体，又有利于防病治病。

此外，还将蜂王浆调制成化妆品用于护肤美容，如蜂王浆雪花膏、蜂王浆香脂、蜂王浆搽剂等。

四、蜂蜜质量的鉴别

在日常生活中，人们购买蜂蜜来防病治病，或进行保健，但由于对蜂蜜质量缺乏了解，往往购买了一些伪劣假冒的蜂蜜，危及人体健康。为了使人们能够掌握鉴别蜂蜜质量的知识，下面介绍一些鉴别的方法。

（一）伪品蜂蜜的鉴别

假冒的蜂蜜大多用白糖熬制而成，没有蜂蜜的营养价值。伪品蜂蜜一般为白色或黄棕色（黄棕色为蔗糖烧焦所致），稠稀不均，并有焦糖香气，味甜而涩。有些商贩在熬制过程中还添加化学染料、杂草等，以假乱真。掺杂的化学染料及杂质极不卫生，对人体健康有很大危害。

（二）蜂蜜质量的鉴别

在购买蜂蜜时，不妨采用一看、二闻、三尝、四查、五滴、六试的方法进行鉴别。

一看：主要是看色泽和结晶。蜂蜜的色泽是鉴别质量优劣的重要依据，优质蜂蜜色浅，光亮透明，呈粘稠状。鉴别时可将蜂蜜放入试管中（家庭用小瓷碗），凡是呈特浅琥珀色，光亮透明，晃动试管（瓷碗）时蜂蜜颤动小，停止晃动后，挂

在试管（瓷碗）壁上的蜂蜜液缓缓流下的是质量较好的蜂蜜。凡是黑红色或暗褐色，光泽暗淡、混浊的为劣质蜂蜜。蜂蜜液粘稠而透明，但光亮度差，颜色特殊鲜艳，这样的蜂蜜可能掺入了白糖，同时加入了化学染料。一般来说，掺入饴糖的蜂蜜颜色深，光泽差，蜂蜜液粘稠而混浊；掺入淀粉类的蜂蜜，混浊而暗淡；掺入明矾的蜂蜜清亮；土法浓缩的蜂蜜色泽较深，蜂蜜液粘稠。

二闻：新鲜成熟的蜂蜜应具有蜜源花种特有的气味。蜂蜜的气味有宜人的芳香、清香，如刺槐、紫云英、荆条蜜；也有醉人的馥香，如野菊花蜜；还有淡淡的浅香，如油菜蜜、草木樨蜜；更有讨厌的臭味，如荞麦蜜。发酵的蜂蜜有酸味、酒味；放置时间长了的蜂蜜有陈腐味。贮存 1 年以上的陈蜂蜜，由于芳香物质已挥发，使得气味淡薄，故鼻闻时较难鉴别。掺假的蜂蜜气味淡薄；掺入河水的蜂蜜气味平淡，有腥味。有异味或气味特殊的蜂蜜较易识别，但掺入可溶性物质反而较难鉴别，所以，颜色深、气味强的蜂蜜在检验时应多加注意。

三尝：用筷子取少许蜂蜜放在舌尖上，用舌尖顶住上腭使蜂蜜慢慢溶化，细品味道。品质优良的蜂蜜，入口绵润清爽，柔和细腻，味甘甜清香，口感清润，余味轻悠；较次的蜂蜜入口绵润，味甜而腻，喉部麻辣感强，余味较重，令人讨厌。

掺入淀粉的蜂蜜味平淡，有淀粉味或馊味；掺饴糖的蜂蜜酸味重，往往带有酸酵味。

四查：主要是查看结晶状况。浅色蜂蜜结晶较白，尤其是特浅琥珀色的蜂蜜结晶后雪白。深色蜂蜜结晶较深。有些

蜂蜜较易结晶，如油菜蜜、椴树蜜、葵花蜜；有些蜂蜜很难结晶，如刺槐蜜、枣花蜜。任何蜂蜜的结晶，用手捻都有绵软细腻感觉，而无坚硬如沙砾样感觉。否则，蜂蜜的质量次或掺假。

五滴：将蜂蜜滴在毛边纸或宣纸上，以测含水量。优质蜂蜜含水量低，滴在纸上不会很快浸透；掺水蜂蜜滴落后水分很快向四周扩散，形成明显的水圈。

六试：纯正的蜂蜜用筷子挑起后可拉起柔韧的长丝，断后断头回缩，并形成下粗上细的塔状。质量差的蜂蜜挑起后呈糊状，形不成塔状。

五、蜂王浆质量的鉴别

蜂王浆的质量主要通过蜂王浆的颜色、气味、稠度、气泡及其变化来鉴别。

（一）颜色

鲜蜂王浆为乳白色或淡黄色，有光泽感。一般春季采的鲜蜂王浆为乳白色；夏、秋季稍带淡黄。储藏不当或室温下放置过久、开始变质的蜂王浆呈金黄色。掺假的色淡、苍白或特别光亮。

（二）气 味

将少许蜂王浆放在舌尖上品尝，鲜蜂王浆味涩辣，变质的有臭味，掺假的味甜、味淡或有异味。

（三）稠 度

新鲜蜂王浆有“钮扣形”的颗粒，且多而明显，储藏时间过久的会逐渐失去“钮扣形”的颗粒，变稠。掺假后又经过搅拌的蜂王浆，“钮扣形”颗粒不明显，或出现条块状。

（四）气 泡

一般鲜蜂王浆无气泡，由于震动等原因也会产生气泡，但静止后不会增加，用针挑破，气泡不会继续产生。掺假的蜂王浆容易产生气泡，而且逐渐增加，即使用针挑破，仍会继续产生气泡。

六、蜂花粉质量的鉴别

蜂花粉是由蜜蜂采集后，贮藏于巢房内的花粉团，亦是蜂粮，具有丰富的营养价值。不同品质的花粉有不同的颜色和气味。其质量的好坏要从颜色、形状、气味及滋味等方面

来衡量。

（一）颜 色

优质的蜂花粉颜色均匀一致,如有不同色泽混杂在一起,质量为次。由于蜜蜂采集不同植物的花粉,因此,各种蜂花粉颜色不同。

1. 鲜红色：紫德槐、七叶树的花粉。
2. 橘红色：紫云英、向日葵、金樱子、水稻、野菊、茶树的花粉。
3. 金黄色：油菜、芸芥、柳树、棉花的花粉。
4. 深黄色：乌柏、盐肤木、蒲公英的花粉。
5. 浅黄色：大豆、高粱、板栗、草木樨、黄瓜、南瓜、枣树、桉树、白车轴草、党参、苹果树的花粉。
6. 米黄色：玉米、枇杷、艾、蒿、松树的花粉。
7. 粉白色：芝麻、女贞、益母草的花粉。
8. 白色：苕子、野桂花的花粉。
9. 淡绿色：李树、椴树的花粉。
10. 灰绿色：荆条、荞麦的花粉。
11. 灰色：蓝桉、泡桐树的花粉。
12. 紫色：半枝莲、马鞭草的花粉。
13. 紫黑色：蚕豆的花粉。
14. 黑色：虞美人的花粉。

（二）形 状

蜂花粉的形状为不规则的扁圆形，并带有工蜂后肢嵌入花粉痕迹的团粒，无霉变。

（三）气 味

优质的蜂花粉有明显的单一花粉清香气味。如果香气混杂，其质量为次。

（四）滋 味

优质的蜂花粉香甜带辛，无异味。有涩的回味质量为次。

七、各种蜂产品所含的成分

（一）蜂 蜜

蜂蜜的化学成分比较复杂，现已知含有 180 余种不同物质。其主要成分为果糖和葡萄糖，占蜂蜜总重量的 65%~80%；其次是水分，占 15%~25%；第三是蔗糖，不超过 5%。此外，还有少量麦芽糖、双糖、多糖、粗蛋白、氨基酸、无

机盐、维生素、酸类、酶、糊精、胶质物、激素、色素和芳香物质，以及掺杂花粉、蜡屑等异物。

（二）蜂 花 粉

天然蜂花粉的成分极为复杂，主要成分有水分 12%~20%，蛋白质 20%~25%，氨基酸 13%，脂肪 1%~20%，糖类 25%~48%，维生素 11 种，无机盐 27 种，酶多种，生物活性物质多种，纤维素 5%，灰分 3%。蜂花粉的化学成分可因蜜蜂采集植物种类、地区和季节的不同，而有很大差别。

（三）蜂 胶

新采集的蜂胶约含有树脂和香膏 55%，蜂蜡 30%，芳香挥发油 10%，蜂花粉 5% 等。蜂胶成分还因工蜂采集树种、季节、地区和蜜源植物种类而不同，常见有桦树型、杨树型、桉树型、松树型、混合型等多种类型。

经现代科学分析，能从蜂胶中分离出多种化学成分，证明蜂胶成分极为复杂。其中有黄酮类化合物、酸、醇、酚、醛、酯、醚及烯、萜、甾类化合物和多种氨基酸、脂肪酸、酶类、维生素、微量元素等。

（四）蜂王浆

蜂王浆中含有生物体生长发育所必需的全部营养成分，

而绝对不会含有对生物体有毒害或有副作用的任何物质。与牛奶、人乳汁一样，绝对不含对牛犊、婴儿有毒副作用的物质。

新鲜蜂王浆成分因产地、蜜源植物、蜂种和采浆时间的不同而存在一定差异。但总体上讲，蜂王浆成分包括：水分占 65%~68%，蛋白质占 11%~14%，糖类占 14%~17%，脂类占 6%，无机盐占 0.7%~0.8%，未确定物占 2.8%~3.0%，还有多种维生素、激素、酶类等。

（五）蜂 毒

天然蜂毒呈半透明黄色液体，味微苦伴特殊浓香气息，粘滞，比重为 1.1313，pH 值为 5.5，含水量为 80%~88%。在干物质中，蛋白质占 75%，灰分占 3.67%，含有钙、镁、铜、钾、钠、硫、磷、氯等。蜂毒成分复杂，主要有蛋白质、多肽类、酶类、生物胺，以及蚁酸、盐酸、Ⅱ—磷酸、磷酸镁、胱氨酸、蛋氨酸、色氨酸、胆碱、甘油、类脂和毒素（主要为密里酐，占毒素 50%），其中约 90% 以上为磷脂酶 A、蜂毒多肽和蜂毒明肽，而生物胺和酶类含量不高。

蜂毒中主要是蛋白质、多肽，但两者在蜂毒中界限不明显。目前认为的某些多肽，很可能具有蛋白质的特殊构像。因为，现在只清楚它的一级结构和二级结构，而三级结构还不清楚，故习惯上称为多肽，所以，将蜂毒活性成分看作一组蛋白质，不无道理。

（六）蜂 蜡

蜂蜡是一种复杂的有机化合物。蜂蜡主要成分是高级脂肪酸和高级一元醇所合成的脂，占 70%~75%，游离脂肪酸占 12%~15%，饱和糖类占 11%~17%，水分占 2.5%，还有少量芳香物质、色素、微量元素等。

（七）蜂巢脾（蜂房）

蜂巢脾化学成分相当复杂，这是由于在幼虫发育期巢房内存有过量的蜂王浆，蜂王幼虫发育后期在巢房内作茧营居，在蜂蛹羽化后便把茧衣留在巢房内。在蜜粉源充足的季节，巢房内存放蜂蜜和蜂粮，这些物质必然浸润巢房，使其含有这些物质。

意大利蜜蜂的蜂巢除含有大量蜂蜡的固定成分之外，还含有树脂、油脂、色素、鞣质、糖类、有机酸、脂肪酸、甙类及铁、钙、铜、钾、钴等。

（八）蜂 子

蜂子是没有毒性、味道鲜美的食用佳品，为人们所喜食。随着科学的发展，人们对蜂子的化学成分进行了分析，发现雄蜂蛹与蜂王幼虫均含有极其丰富的营养物质。如雄蜂幼虫含脂肪 7.5%，蛋白质 20.3%，糖类 19.5%，灰分 9.5%，

微量元素 0.5%，水分 42.7%。而蜂王幼虫的营养成分与蜂王浆十分相似。

（九）蜂体（蜂尸）

各国的科学家通过现代检测手段对蜂尸成分进行了分析，结果表明，蜂尸中含有大量蛋白质、氨基酸、无机盐、维生素、脂肪等，还含有丰富的促性腺激素、单体蚁醛、核苷、多磷脂（ADP）和多种酶类。其中单体蚁醛含量极高，是一种高级滋补物质，可治疗多种疾病。

八、常饮蜂蜜的好处

蜂蜜是营养丰富的天然食品，甜度很高。那么，常饮蜂蜜有什么好处呢？

（一）延年益寿

在几千年前，人们对蜂蜜的健身益寿作用就有所认识。古希腊人认为蜂蜜是“天赐的礼物”，是神仙吃的食物。印度的《耶和—吠陀经》里写道，人类如能经常食用蜂蜜，可延年益寿。我国西汉时期的《神农本草经》中记载，蜂蜜“安五脏之不足，益气补中，止痛解毒，除众病，和百药。久服强志轻身，不老延年”。南北朝时期名医陶弘景说：“道家之丸，多用蜂蜜，修仙之人，单食蜂蜜，谓能长生。”近代科学家对 100 多名百岁老人进行调查，发现老寿星之中有 80% 的人常食蜂

蜜或在养蜂场工作。

（二）有利儿童生长发育

蜂蜜中含有儿童生长发育不可缺少的赖氨酸、组氨酸、苏氨酸等氨基酸。这些氨基酸在人体内的合成是很少的，必须从食物中获得。而蜂蜜则可补充儿童所需的必需氨基酸，有利于合成体内所需的蛋白质，从而促进儿童的生长发育。此外，蜂蜜中含有多种无机盐，如铁、铜、钾、钠、磷、锰等。这些无机盐在儿童的生长发育中起着极为重要的作用。铁是构成血红素不可缺少的物质，常饮蜂蜜的儿童血红蛋白明显增加，面色红润。铜能促使铁组成血红蛋白，是许多氧化酶的辅助因子。锰可促进发育，对性的成熟和生殖功能完善也有一定促进作用。锰还可以促进骨的钙化过程，提高蛋白质的利用率，促进维生素 B₁ 的积蓄。

（三）具有增强心肌作用

因为蜂蜜中几乎不含脂肪，故心脏病患者长期饮用对心脏功能恢复有益。蜂蜜可以促进血管舒张，改善冠状动脉血液循环，有增强心肌功能的作用。

（四）具有润燥滑肠作用

这一点对于老年人和婴幼儿尤为重要。老年人多气虚体

弱，大便干燥，饮用蜂蜜可以解除这些症状。婴幼儿肠道功能还不够完善，一般不宜用导泻药物，否则会引起小儿肠道功能紊乱，但食用蜂蜜则可以解决婴幼儿的便秘问题。

九、婴幼儿吃蜂蜜比吃白糖好

目前，在一些家庭中用牛奶喂养婴儿时，往往加入白糖。那么能否以蜂蜜代白糖呢？两者究竟用哪一种更好呢？据分析，婴儿饮用蜂蜜比白糖好。其理由如下：

蜂蜜营养成分比白糖高。蜂蜜中除含有 80% 左右的糖类外，还含有多种维生素、无机盐、有机酸、转化酶（淀粉酶、蔗糖酶）及有活力的生物素。这些都是白糖所无法相比的。

蜂蜜比白糖易于消化、吸收。蜂蜜中的主要成分是单糖（葡萄糖和果糖），单糖不需要经过消化而被人体直接吸收。况且蜂蜜中含有多种酶类，酶是食物的催化剂，能帮助食物消化。而白糖主要成分是蔗糖（双糖），蔗糖必须经过蔗糖酶的转化才能变成单糖，这无疑地增加了胃肠负担。在白糖中也无酶类，故不能帮助消化。

蜂蜜利于生长发育。蜂蜜中含有利于小儿生长发育所需的蛋白质和多种氨基酸，如丙氨酸、精氨酸、组氨酸等。小儿生长发育所必需的氨基酸在蜂蜜中几乎都含有。在白糖中则无蛋白质和氨基酸。

蜂蜜有杀菌作用。蜂蜜具有较强的杀菌作用，能杀死伤寒杆菌、痢疾杆菌、大肠杆菌等。白糖不但无杀菌作用，常

食还会引起龋齿。

蜂蜜属于生理性碱性物质。蜂蜜中含有 0.03%~0.9% 无机盐。在人体内，蜂蜜中的无机盐可与酸性成分结合，从而有利于酸碱平衡，同时还可以消除机体的疲劳感。而白糖无此作用，且食进体内呈酸性。

十、婴儿食用蜂蜜不会引起中毒

自从国外报道美国加利福尼亚州发生婴儿食用蜂蜜中毒事件，并且从该种蜂蜜中检出肉毒杆菌芽胞后，蜂蜜这种含有多种有益成分，具有多种保健功用的营养佳品，就几乎变成未满周岁婴儿的禁忌食物了。

主张婴儿禁用蜂蜜的所持理由：一是蜂蜜中可产生肉毒杆菌，而目前国内外蜂蜜生产工艺中又无法破坏这种杆菌芽胞。二是婴儿肠道内生物生态平衡不稳定，抗肉毒杆菌的屏障尚未形成，难以抵御这种细菌生长、繁殖。

美国偶然发生的婴儿食用蜂蜜中毒事件，并不能肯定蜂蜜即是肉毒杆菌的孳生基。实际上，由于蜂蜜本身含有抗生素，因而具有较强的杀菌力，加上蜂蜜含水量少，而含糖量和酸度均较高，所以肉毒杆菌及其它细菌是难以生存、繁殖的。美国从引起中毒的蜂蜜中检出肉毒杆菌芽胞，很可能是在加工、运输、存放或销售环节中污染所致。因此，搞好这些环节的卫生和质量检查，是十分必要的。

从蜂蜜本身的营养成分和保健功能看，找不出任何不适

于婴儿食用的理由。世界上有些国家早有用牛奶、奶油、蜂蜜和水混合哺婴的传统。据报道，国内有人曾做过如下实验：给 30 名婴儿每日加喂 2 茶匙蜂蜜，连续 6 个月后，发现体重较不喂蜂蜜的对照组婴儿明显增加，血红蛋白增多 8.5%，红细胞也较对照组的高。这说明蜂蜜对小儿的新陈代谢和生长发育是有促进作用的。

祖国医学总结蜂蜜有“五功”：即清热、补中、解毒、润燥、止痛。实践证明，蜂蜜有助于胃肠对蛋白质和脂肪的消化，尤其有利于婴儿胃肠对乳、蛋的消化，从而避免消化不良。蜂蜜对小儿因缺铁、铜、锰等而发生的贫血症，对新生儿黄疸及婴儿呕吐、感染、便秘等症，均有治疗效果。

十一、服用蜂王浆不会 使儿童出现性早熟

有些人听说蜂王浆中含有性激素，就认为不能让儿童服用，担心儿童服用后会引引起性早熟。其实，激素对生物包括人类在内是不可缺少的，如果没有性激素，儿童无法进入成年，人类也无法繁衍后代。而蜂王浆中除了含有丰富的蛋白质、维生素及人体所需的无机盐外，还含有大量的活性成分，如多肽类物质、多种酶和激素。而激素中又以保幼激素和脱皮激素最为丰富，性激素的含量极微，适量地服用蜂王浆不可能使儿童性早熟。当然也不可不管儿童发育正常与否，盲目地给儿童服用蜂王浆。凡生长发育正常的儿童不需要经常

服用蜂王浆，但可不定期地适量服用，会有利于儿童健康成长和增强身体抵抗力。

十二、蜂王浆中的激素 对人体不会有不良影响

人们常常有个误区，即谈激素色变，其实大可不必。殊不知，蜂王浆对治疗风湿病、神经官能症、更年期综合征、性功能失调、内分泌代谢紊乱等所显示的作用中，激素是扮演着重要的角色。激素也是生理代谢必不可少的物质，如妇女绝经期综合征是由于人进入老年期，性激素分泌减少或停止而引起的生理变化。这时适当地对人体补充一些性激素，可加强对人体自身停止分泌激素的适应性，减少由于绝经期综合征引起的不良症状，消除烦恼。这种补充，选用天然的蜂王浆是再好不过的了，因为它可提供综合性的营养成分，这是人工合成制品所不能达到的。人的衰老首先表现在性功能的衰退，蜂王浆对激素的提供和调节，实际上是起到延缓衰老的作用。因此，作为保健食品的蜂王浆可以随时向人体提供激素来源；作为药品可以增大用量来治疗相应的性功能障碍，如雌性激素用于抑制前列腺癌，雄性激素用于抑制乳腺癌等。由此可见，有些人担心蜂王浆中的激素会对人体产生不良影响是没有必要的。据测定，每100克鲜蜂王浆中含雌二醇416.7纳克，睾丸酮108.2纳克，孕酮116.7纳克。蜂王浆冻干粉中也保持着这些激素成分的含量。从激素含量

之微这点来看，还不可能引起大的生理活性致使分泌失调。

十三、蜂王浆可以长期服用

蜂王浆作为一种天然营养保健品，能否长期服用是不少人关注的一个问题。据日本学者用大鼠作试验，每日腹腔注射蜂王浆，剂量为每日每公斤体重 300 毫克、1000 毫克、3000 毫克，共用 5 周都无明显毒副作用。有人甚至用到每公斤体重 16 克都不能使小鼠死亡。因此，服用蜂王浆是安全可靠的，长期服用也不必担心。中国养蜂学会有位同志自 1982 年患疑难症，食欲极差，身体日渐消瘦，在中西医治疗无效的情况下，自配蜂王浆服用至今已有 10 多年，从未间断，不仅治愈了原来的疑难病症，而且很少生病，虽已年到花甲，头发还乌黑，身体很健康，精力充沛。

十四、蜂花粉作为营养补剂很安全

有人吸入花粉，就会引起变态反应，如变应性鼻炎、支气管哮喘、荨麻疹、皮肤瘙痒等。这是为什么呢？

植物花粉可分为两大类：一类叫风媒花粉，另一类叫虫媒花粉。前一类是无糖，无味，无香气，依赖风力为媒介传播授粉，故称风媒花粉；后一类含糖，味甜，气香，色泽艳丽，故引来虫类为媒介传播授粉，称虫媒花粉，人们又叫它

为蜜源花粉。风媒花粉大都是小型杂草花。有一种蒿草，当八九月间开花时，会引起花粉症。凡具有过敏性体质的人，吸入这类花粉就会引起变态反应。早在 1819 年，英国医生鲍斯托克报道，每当植物开花时，就引起某些人产生流泪、流涕、哮喘等过敏症状，花季过后过敏症状便渐渐消失。1964 年日本初次发现由日本柳杉花粉引起的花粉症，1979 年该症患者达到高峰。在美国、瑞典也有发生。我国北京、南宁、宁夏和新疆均有花粉症报道。因此，大量实践和研究证明，风媒花粉容易引起变态反应，而蜜源花粉是不会引起变态反应的。我国学者在蜂花粉致敏反应实验研究中，将对变态反应比较敏感的豚鼠为试验动物，分别观察油菜花粉、四合花粉（油菜花粉、玉米花粉、向日葵花粉、蒲黄花粉）和人参、黄芪花粉的致敏反应。结果在 3 批 35 只豚鼠中，均无过敏现象出现。日本东京大学牧野庄平认为，蜜源花粉作为营养滋补是绝对安全的。我国一些学者也认为，蜂花粉不产生变态反应。

十五、蜂蜜不宜用开水冲服

现代医学研究表明，蜂蜜中含有丰富的营养素，其中葡萄糖占 30%~35%，果糖占 40% 左右。此外，还含有维生素 B₂、维生素 B₆、维生素 C、维生素 K 及胡萝卜素，并含有多量的淀粉酶、脂酶、氧化酶等。这些维生素和酶参与人体内的许多重要代谢过程，也与维持神经系统的兴奋性和人体的

免疫功能有关，故蜂蜜不失为一种高级营养品。食用蜂蜜的方法有二：一是用冷开水冲服。这样食用，蜂蜜中的维生素C和氧化酶不致破坏，在夏季冲服可起消暑、解毒的作用。二是用温开水冲服。主要起补中益气的作用。但是不少人服用蜂蜜时，往往用热开水冲服，殊不知这样一来，蜂蜜中的酶类物质会遭到破坏，产生过量的羟甲基糖醛，使蜂蜜的营养成分大受破坏。另外，还会产生酸味，改变蜂蜜甜美的味道，所以，服用蜂蜜时不宜用开水冲服，可用温开水（水温低于65℃）冲服。

十六、不宜服蜂王浆的人

蜂王浆是一种高级营养滋补品，不但营养成分众多，而且具有非常广泛的医疗作用，对胃及十二指肠溃疡、高血压、动脉硬化、神经衰弱、关节炎、更年期综合征、记忆力减退等有一定疗效。常服蜂王浆可以增进食欲，增加体重，消除疲劳，增强抵抗力，促进新陈代谢，加快恢复健康。但是，蜂王浆也并非对每一个人都有益处，有些人服用可能反而不利于健康。目前，经医学证实，不宜服用蜂王浆的有以下几种人：一是体质过敏者。蜂王浆中某些致敏物易使这些人产生变态反应，出现皮疹、气喘、呼吸困难、咳嗽、打喷嚏、皮肤瘙痒及呕吐、眩晕等症状。二是腹泻、肠道功能紊乱者。动物实验表明，蜂王浆可引起肠道强烈收缩，使原有症状加重。三是低血压者。蜂王浆中含有类似乙酰胆碱样物质，有引起

血压下降的可能。此外，发热、吐血及黄疸患者服后有使病情拖延甚至恶化的可能；术后虚弱者也不宜服用。

十七、蜂蜜的家庭保存

在家庭中保存蜂蜜应注意的是：

存放蜂蜜的容器要盖严拧紧。蜂蜜具有从空气中吸收水分的能力。蜂蜜吸收过多的水分，会使浓度下降，易引起发酵变质。因此，贮存蜂蜜要将瓶盖拧紧，防止漏气，减少与空气接触。这样能使蜂蜜保持长久。

控制贮存温度。蜂蜜贮存在 10°C 以下时不会发酵，酵母菌不易生长、繁殖。当温度在 $13^{\circ}\text{C} \sim 14^{\circ}\text{C}$ 时，蜂蜜容易结晶，结晶后的蜂蜜易发酵。如夏季存放时，一定要放在干燥、通风、清洁、无污染的地方。蜂蜜中的葡萄糖和果糖在酵母菌作用下很容易发酵，产生酒精和二氧化碳。酒精在有氧的情况下可分解为酸和水，从而使蜂蜜产生浓郁的酸味。当有机酸长期与铁容器接触时，会使铁皮受到腐蚀，并使铁游离到蜂蜜中。当蜂蜜中的铁达到一定含量时，就会使蜂蜜变黑，不仅影响外观，而且还影响食用价值，降低了蜂蜜的质量。因此，家庭中贮存蜂蜜一定要放在玻璃、陶瓷及无损伤的搪瓷容器之中。

十八、蜂王浆的家庭保存

蜂王浆成分复杂。含活性物质的蜂王浆对酸、碱、光、热、金属、空气（氧气）很敏感。因此，优质的鲜蜂王浆购回后应装入棕色瓶中，存放在电冰箱内可1年不变质，在 -20°C 可保存几年。如果没有电冰箱，需要在常温下保存的话，可以将蜂王浆与蜂蜜混合后保存。因为蜂蜜本身是一种糖类物质，而且浓度较高，能抑制细菌的繁殖，同时蜂蜜中有能够抑制细菌繁殖的物质，所以，蜂蜜是贮存蜂王浆最理想的物质。此外，蜂王浆与蜂蜜混合服用，比单纯服用蜂王浆具有更显著的效果。研究和实践证明，蜂王浆在蜂蜜中贮存浓度以5%最适宜，即5克蜂王浆与95克蜂蜜混合均匀，但必须采用浓度较高的优质纯蜂蜜。这种蜂王浆在室内可保存较长时间。

第二部分 蜂蜜等蜂产品的药用源流与保健功能

一、蜂产品的药用发展史

蜂蜜用于人类医疗保健历史悠久，人们在长期生活实践中积累了丰富的蜂产品保健知识。早在《神农本草经》中蜂产品就已列为上品，其后历代医学典籍中多有论述，深受众多医家的喜爱，并应用于民众之中。

（一）蜂蜜的药用史

蜂蜜是人类传统而古老的一种天然食用佳品。我国食用蜂蜜的历史，最早可以追溯到商代。东周时期的《礼记·内则》中载有“子事父母，枣栗饴蜜以甘之”。屈原在《楚辞·招魂》中有“瑶浆蜜勺”和“粃粃蜜餌”（以蜂蜜酿制蜜酒，用蜂蜜和米、面制做蜜糕）的记载，《离骚》中有“朝饮木兰

之坠露兮，夕餐秋菊之落英”的赞美诗句。

蜂蜜的药用，最早见于《神农本草经》，书中指出：“蜂蜜味甘、平、无毒，主心腹邪气，诸惊痫瘕，安五脏诸不足，益气补中，止痛解毒，除百病，和百药，久服强志轻身，不饥不老，延年。”长沙马王堆三号汉墓出土的帛书《五十二病方》中载有以蜂蜜治病的配方。甘肃武威旱滩汉墓出土的木质医药简牍《治百病方》记载的 36 种医方中，多处以白蜜制成丸剂、汤剂。医圣张仲景在《伤寒论》中记有世界最早的栓剂“蜜煎导方”，用来治疗虚弱患者便秘；在《金匮要略》中有“甘草粉蜜汤”治“蛔腹痛”的方法。

晋代葛洪在《抱朴子》和《肘后备急方》中有“五色丹毒，蜜和甘姜敷之”，“目生珠管，以蜜涂目中，仰卧半日乃可洗之，生蜜佳”，“汤火灼已成疮，白蜜涂之”等蜂蜜外用的记载。

南北朝时期的陶弘景在《神农本草经集注》中还将蜂蜜分为“石蜜、木蜜、土蜜及白蜜”，并擅长用蜂蜜等蜂产品进行自我保健，年逾 80 而壮容。

隋、唐时期百岁名医甄权在《药性论》中指出，“蜂蜜常服面如花红”，“治口疮，蜜浸大青叶含之”，“治卒心痛及赤白痢，当作蜜浆顿服一碗止，又生姜汁蜜各一合，水和顿服之”。著名医药学家孙思邈著《千金要方》和《千金翼方》中，在治咳喘等方中多次用蜂蜜。同时，他以蜂蜜酿酒健身治病，老而不衰，年逾百岁。其弟子孟诜著的《修养方》，后由张鼎增补改写成《食疗本草》，书中有“凡觉热，四肢不各，服蜜一碗”，蜂蜜“能止肠澼，除口疮，明耳目，久服不饥”，“点

目中热膜，家养白蜜为上，木蜜次之，岩蜜更次之”，“治癩甚效”的记载。

明代药学家李时珍在《本草纲目》论述蜂蜜时说：“清热也，补中也，解毒也，润燥也，止痛也。生则性凉，故能清热；热则性温，故能补中；甘而和平，故能解毒；柔而濡泽，故能润燥；缓而去急，故能止心腹肌肉疮疡之痛；和可以至中，故能调和百药，与甘草同功。”

（二）蜂花粉的药用史

蜂花粉被称为“完全营养食品”、“健康美容之源”，风靡世界。我国是世界上最早发现和研究蜂花粉的国家，并积累了丰富的经验。早在《神农本草经》中，就将香蒲花粉（蒲黄）列为上品，说它“味甘平，消淤、止血，聪耳明目”，“主治心腹寒热邪气，消小便，消淤血，久服轻身，益气力，延年”。汉代张仲景著《金匱要略》中应用蒲黄花粉活血化淤，治各种病痛。《本经》记载蒲黄花粉“主治心腹膀胱寒热，利小便、止血、消淤血”。唐代苏恭《新修本草》指出，松花粉，真名松黄，甘温无毒，主润心肺，除风止血；亦可酿酒，三月采收拂取；亦如蒲黄花粉，久服轻身疗病。甄权《药性本草》说，蜂花粉可“利水道，通经络，止女子崩中”。宋代寇中奭著《本草衍义》中记有“蒲黄以蜜调和膏，食之，以解虚热”。《诸家本草》记载蜂花粉可治疗“血气心腹痛，血运血淤，颠扑血闷”。明代李时珍的《本草纲目》中有“松花和白糖，印成糕饼，食之甚佳”的记述，并指出蜂花粉具有

“凉血，活血，止心腹诸痛”的作用。《普济方》有用蜂花粉制成的美容方，就是以红莲、白莲花蕊及桃花、梨花、梅花等花蕊配制而成，专门用来治疗粉刺、雀斑等面部皮肤病。

（三）蜂蜡的药用史

蜂蜡又名黄蜡、蜜蜡，由蜜蜂蜡腺所分泌。《神农本草经》将其列为上品，说：“蜂蜡味甘，微温，主下痢脓血、补中、续绝伤金创，益气，不饥耐劳。”汉代张仲景著《金匱要略》中载有用蜂蜡组方“调气食”治痢疾。当时已普遍用蜂蜡、蜂房、蜂花粉、蜂子治病疗疾。晋代葛洪《抱朴子》和《肘后备急方》都记载了蜂蜡外用方法，如“犬咬人重发，疗之灸蜡，灌入疮中”，“治狐尿刺入肿痛，用热蜡着疮中，又烟熏之令汗出，即愈”。陶弘景在《神农本草经集注》中擅长用蜂蜡保健。在《千金要方》和《千金翼方》中载有治痢疾的“胶蜡汤”及蜂蜡“能止肠癖”。刘禹锡著《传信方》载有蜂蜡疗法，医治全身和局部疾患。李时珍在《本草纲目》中把蜂蜡单独列一词条论述，并用于药丸赋形，如三黄宝蜡丸，以及外用涂布油膏等。

（四）蜂房的药用史

蜂房入药时间悠久，早在《神农本草经》中就有“味苦平，主惊痫瘈瘲，寒热邪气，癰疾，肠痔”的记载。《日华子诸家本草》记载蜂房“治牙痛，痢疾，乳痛，蜂叮，恶疮，即

煎洗”。孙思邈在《千金要方》中将蜂房研末，用酒送服，治疗妇女崩中漏下，青黄赤白，使人无子。李时珍在《本草纲目》中把蜂房单立词条论述。《药性论》中载“痈肿不消，蜂房为末，醋调涂之，干更易之”。

（五）蜂毒的药用史

对蜂毒的认识是从其蜇人开始的。在古老的《诗经》中记有“莫予并蜂，自求辛蜇”。东周时期，人们本着以毒攻毒的治病思想，利用蜂蜇治疗疾病，以蜂毒对抗其它虫毒，如解蜘蛛毒等。后来在民间又利用带有蜂毒的成蜂治病。清代方以智在《物理小识》中介绍用蜂毒制做“药蜂针”的方法：“取黄蜂之尾针，合硫炼，加水麝为药，置疮疡之头，以火点而灸之。”

（六）蜂子的药用史

早在《礼记·内则》中就有“雀、鹑、蜩（蝉）、螽（蜂），皆可供应用，则自古食之矣”，“蜩、螽（蜂）鲜之，人君燕（宴）食”。《神农本草经》说：“蜂子味甘、平，主风头，除蛊毒，补虚羸伤中（内脏），久服令人光泽，好颜红不老。”还指出，蜂子“微寒无毒”，令人“轻身益气”。汉代已将蜂蜜和蜂子列为帝王珍贵食品，并以蜂蜡、蜂房、蜂花粉、蜂子治疗疾病。长沙马王堆三号汉墓出土的帛书《五十二病方》有两处用蜂子治病的配方。陶弘景在《神农本草经集

注》中介绍蜂子外用之法：“蜂子渍酒，敷面，令人悦白。”《本草纲目》将蜂子单列词条论述。明代名医孙一奎在《赤水玄珠》中载有蜂子的两个配方，用以治疗淋巴结核。

（七）蜂王浆、蜂胶的药用史

早在晋代葛洪的《神仙传》中就有关于蜂王浆能够使人精力充沛、延长生命的记载。云南省少数民族居住区早就流传“蜂宝能治百病”，蜂宝就是蜂王浆。但直到 20 世纪，关于蜂王浆的奥秘才被逐渐揭开。科学家通过对蜜蜂王国的观察，发现了蜂王浆的奇妙作用。

蜂胶原为国外的蜜蜂采集树胶而制成，引入我国后，国内才有蜂胶生产，曾被称为“黑蜡”。蜂胶来源与乳香、没药、血竭等中药材相同，皆为不同的树脂，属名贵药材。蜂胶在我国虽开发较晚，但速度很快，并已列入药典。

以上历代医家对蜂蜜等蜂产品的论述和利用蜂产品防治疾病、保健美容的宝贵经验，为进一步研究和开发蜂产品提供了丰富的参考资料。

二、蜂产品的抗菌作用

近年来，随着对蜂产品研究的不断深入，国内外学者发现蜂产品具有很强的抗菌作用。现将蜂产品抗菌作用介绍如下。

（一）蜂蜜的抗菌防腐作用

现在已知蜂蜜对多种细菌有抗菌作用,如大肠杆菌、流感杆菌、链球菌、霍乱弧菌、沙门菌、黄曲霉菌、黑曲霉菌、黄青霉菌及革兰阴性和阳性等 15 种致病菌均有抗菌作用。埃及学者在实验研究中证实,在含有不同浓度的蜂蜜培养基上进行培养实验,结果发现,菌群生长密度和数量均较含相同浓度的蔗糖培养基上要少得多。并运用微生物学方法研究证明,蜂蜜对沙门菌属、大肠埃希杆菌、黄曲霉菌、黑曲霉菌和黄青霉菌有更加明显的抑制作用。南非学者将革兰阴性和阳性致病菌 15 种,接种于含有 10%、20%、30%、40%、50% 等不同浓度的蜂蜜培养基上,结果发现,只有 50% 浓度的蜂蜜培养基上无菌落生长,其它浓度组均有少量菌落生长。为什么蜂蜜具有抗菌作用呢?因为蜂蜜中含有葡萄糖氧化酶,使葡萄糖氧化产生过氧化氢,对革兰阴性和阳性菌均有抑制和杀灭作用。

众所周知,世界上只有蜂蜜不会腐败。古埃及墓中存放的蜂蜜,至今已有几千年,仍可食用。古希腊书籍记载,亚历山大大帝死于出征途中,将尸体浸于蜂蜜中运回马其顿安葬,尸体完好无损。古希腊和古罗马人曾用蜂蜜来保存肉类,其风味不变,也不腐败变质。这是蜂蜜的抗菌作用产生的效果。

在医学中,以蜂蜜保存器官,特别是骨骼和牙齿,不仅无感染,而且提高移植的成活率。据研究,这种贮骨方法可

长达 6 个月至 8 年之久。可见蜂蜜防腐功能甚好。

（二）蜂胶的抗菌作用

现代研究发现，蜂胶乙醇提取物对革兰阳性和阴性菌均有抑制作用，尤其对革兰阳性菌和耐酸细菌最敏感。其中对金黄色葡萄球菌、痢疾杆菌、溶血性链球菌、绿脓杆菌、变形杆菌的抑制作用比青霉素、四环素更强。此外，还能抑制和杀灭结核杆菌等多种致病菌的生长。

实验证明，蜂胶中多酚类化合物是其抑菌的主要成分。多酚类化合物含量高则伴有明显的抗菌活性。

此外，对青霉素、四环素、红霉素已产生抗药性菌株，蜂胶提取物仍表现出抑菌活性。蜂胶提取物若同抗生素联合使用，可提高抗生素的抗菌活性，增加抗菌效力，延长抗菌时间。蜂胶还可防止或降低链球菌对抗生素逐渐产生的抗药性。目前，尚未发现对蜂胶产生耐药性的细菌。

（三）蜂王浆的抗菌作用

早在 1938 年，麦克林斯基就已经发现蜂王浆具有明显的抗菌作用。1958 年在国际养蜂会议上，有学者报告，用 7.5 毫克/毫升的蜂王浆，即可抑制大肠杆菌、金黄色葡萄球菌、枯草杆菌、结核杆菌、星状发癣菌、表皮癣菌、巨大芽胞杆菌和变形杆菌的生长；25 毫克/毫升的浓度能抑制酵母菌生长；10-羟基- Δ^2 -癸烯酸对化脓球菌的抑制作用为青霉素

的 $1/4$ ；对革兰阳性菌的抑菌作用为阴性菌的两倍。湖北医学院附属口腔医院的专家用蜂王浆作抑菌试验证明，蜂王浆对乙型链球菌高度敏感，对金黄色葡萄球菌和白色葡萄球菌中度敏感，对肺炎双球菌为低度敏感。蜂王浆对球虫、利什曼原虫、枯氏锥虫、短膜虫类亦有抑制生长作用。

研究表明，10-羟基- Δ^2 -癸烯酸可能是蜂王浆的抗菌有效成分。此外，保加利亚学者还发现，肌肉注射蜂王浆 15 日后，可使血中白细胞吞噬葡萄球菌的活性增强。有人解释为蜂王浆中含有 B 族维生素、多种氨基酸和乙酰胆碱，在这些物质和特异的抗原作用下，促使血清调理素进入血液而激活吞噬细胞。这说明蜂王浆除具有抗菌作用外，还能调节人体功能，增强人体抗病能力。

（四）蜂毒的抗菌作用

蜂毒能杀灭溶血性链球菌、草绿色链球菌及葡萄球菌。实验证明，1:1600 浓度的蜂毒能使乙型链球菌不能生长。科学家早在 1922 年就发现蜂毒具有抗菌作用，并指出其中最有效的抗菌物质是蜂毒肽。实验证明，蜂毒肽对革兰阳性和阴性菌均有抑制和杀灭作用。使用含蜂毒的培养基可在室温中长时间保存而不会变质，并证实蜂毒肽对革兰阳性菌作用最强，比抗革兰阴性菌作用强 100 倍。蜂毒浓度在 0.5 微克~100 微克/毫升时，就可显示出杀菌效应；培养基中含蜂毒 0.8 微克/毫升，就能抑制革兰阳性菌的生长。

蜂毒不但具有直接抗菌作用，还可增强其它抗生素如磺

胺、青霉素等的抗菌作用。蜂毒被煮沸时也不会破坏其抗菌作用，可见其抗菌作用的稳定性。

（五）蜂巢脾（蜂房）的抗菌作用

我国学者研究表明，蜂巢脾浸液有抑制细菌、真菌作用。如加 40 倍水稀释的蜂巢脾浸液，对金黄色葡萄球菌、绿脓杆菌、大肠杆菌、痢疾杆菌及伤寒杆菌等就有较强抑制效果，若稀释到 100 倍以上，对上述细菌就没有抑制作用。蜂巢脾对真菌也有抑制作用。据上海研究证明，稀释 50 倍的蜂巢脾水提取物对烟曲、黄曲、茄镰、腹孢、串珠等真菌有明显抑制作用。此外，蜂巢脾还具有抗病毒作用，常用于鼻炎、肝炎。

三、蜂蜜、蜂胶的抗病毒作用

蜂蜜具有抗病毒作用。它不仅能改善患者的临床症状，而且还可缩短病程。前苏联曾在—所幼儿园进行用蜂蜜治疗流行性腮腺炎的试验，连续服 6 日后，结果显示，服用蜂蜜的患儿的病情比对照组明显减轻，不仅治愈了腮腺炎，同时患儿健康状况也得到明显改善，精神好，睡眠好，体重增加。此外，还进行用蜂蜜治疗麻疹的试验，结果发现，服蜂蜜组患儿不仅症状较轻，而且很少有并发症，发疹全过程的食欲和体重均无明显下降，精神状态也好。这两个试验充分显示蜂蜜具有良好抗病毒作用。

急性鼻炎是由于鼻病毒、冠状病毒等引起的鼻腔粘膜急性炎症，采用蜂胶制剂进行治疗，有效率达 87%，疗效显著。这也证明蜂胶有明显的抗病毒作用，尤其以 5% 蜂胶乙醇提取物抗病毒活性更显著。据国外学者报道，蜂胶乙醇浸出物对小鼠 A 型流感病毒不仅在体外具有灭活作用，而且在给小鼠接种流感病毒前 2 小时，用 5% 蜂胶乙醇溶液滴鼻或雾化吸入，可抑制病毒繁殖，且无毒副作用。此外，他们还采用细胞组织培养方法对 5% 蜂胶乙醇浸出物进行抑菌研究，证明其可抑制疱疹病毒的繁殖，表现出明显的抗病毒活性。因此，有学者用蜂胶与 5% 蜂王浆、干扰素联合用药，可增加抗病毒活性力，如适当配以蜂蜜可使蜂胶抗病毒作用更加明显，使其治疗带状疱疹或流感的疗效更佳。此外，蜂胶在抗病毒的同时，还对一些毒素、类毒素具有抵抗功效，且无毒副作用。

四、蜂蜜、蜂胶能增强免疫功能

免疫是指机体识别和排斥抗原性异物的功能，是机体的一种保护性反应。一般情况下有益于机体。

蜂蜜不仅可增加机体免疫功能，还可调节、平衡免疫水平，且具有双向调节作用。有学者报道，肿瘤患者服用蜂蜜制剂，血清免疫球蛋白 G (IgG) 水平明显提高。慢性支气管炎患者服用蜂蜜制剂后，血清免疫球蛋白 A (IgA) 水平也有所提高，使感冒明显减少。支气管哮喘患者服用蜂蜜后，细

胞免疫水平也有所提高。

另外，临床实践表明，蜂蜜贮存骨等器官移植后，无排斥反应。前苏联外高加索的外科医生发现，将骨、骨髓、神经组织放在蜂蜜中存放，手术植入后愈合快，无排异反应。

蜂胶能使机体血清总蛋白和 γ -球蛋白（丙种球蛋白）合成量增加，并使免疫出现早，持续时间长。有人用相当于蜂胶干物质 2.4 毫克的蜂胶乙醇提取液，喂 1 公斤重的家兔，其丙种球蛋白增长迅速，对抵御疾病产生着直接作用。

1975 年国外有的学者通过实验证明，蜂胶与抗原联合注入动物体内，能刺激白细胞产生，并增加白细胞和巨噬细胞的吞噬能力，提高机体的特异性和非特异性的免疫功能，从而使人们认识到，蜂胶治疗感染性疾病不仅能抑制致病菌的生长、繁殖，还能增加抗体，增强细胞免疫力，提高特异性和非特异性免疫功能，最终达到消灭病原微生物的目的。还有报道指出，蜂胶与抗原混合，免疫启动时，血清凝集素的含量显著增加，使血清防御性增加，抗体快速形成，机体产生特异性和非特异性免疫因素。

五、蜂花粉的抗衰延寿作用

延年益寿，抗老防衰，一直是人们追求并为之努力研究的永恒课题。现在国内外研究衰老的学说很多，延缓衰老的措施和方法也多种多样。然而，蜂花粉自古以来就是养生延年的上品。人们发现，在众多的长寿者当中，养蜂人长寿不

少，如前苏联高加索山脉和黑海一带百岁以上老人中，很多是养蜂的。这可能与他们长期食用蜂花粉有关。现代研究证明，蜂花粉能为机体提供充分营养，增强机体免疫功能和新陈代谢水平，增强脑功能及机体应激能力、耐力和抵抗力，调节机体神经、体液水平，改善酶活性及机体生化反应能力等，对延年益寿、抗老防衰有重要作用。

免疫功能与衰老有重要关系。蜂花粉可增强和促进机体免疫功能，尤其对免疫功能低下者更有良好的补益作用，这无疑对延缓衰老有重要意义。蜂花粉通过提高机体 T 淋巴细胞和巨噬细胞的数量和功能，提高血清免疫球蛋白 G 水平，促进巨噬细胞的吞噬作用，中和毒素，达到增强机体免疫功能而起到抗衰老作用。

六、蜂王浆的抗衰老作用

蜂王因食王浆使寿命可达 5 年之久。有人认为，这与蜂王浆中含有两种球蛋白有关。这两种球蛋白是防止衰老和增加机体抵抗能力的有效成分。也有学者认为，蜂王浆使人长寿的因素是泛酸和吡多醇所起的作用。

当前，学术界对衰老现象的发生有多种解释，其中，脑内单胺氧化酶（MAO—B）的活性是“中央衰老钟”学说评定衰老现象的一个重要指标。血液红细胞中超氧化物歧化酶（SOD）的活性、心肌脂褐素的含量、肝脏中过氧脂质（LPO）的含量是“自由基”学说评定衰老现象的几种重要指

标。中国农业科学院蜜蜂研究所的专家针对上述两种学说中的四项重要指标，测定了蜂王浆对这几项指标的影响，以探讨蜂王浆抗衰老的作用机制和效果。试验采用的是活性蜂王浆口服液。试验动物为 30 只 12 个月龄的昆明种小鼠，随机等分为两组，试验组小鼠每只每日灌服 1.8 毫升口服液（每毫升含蜂王浆 50 毫克），对照组每日灌服等量的蒸馏水。一个半月后将两组动物全部杀死，分别取出大脑、心脏、肝脏和血液，测定脑内单胺氧化酶活性，心肌脂褐素含量，肝脏过氧脂质含量和血液中红细胞超氧化物歧化酶的活性。结果：试验组的前 3 项指标分别比对照组下降了 40.1%、43.8% 和 11.0%，而血液中红细胞超氧化物歧化酶活性却比对照组升高 22.3%。解放军军事医学科学院在研究蜂王浆延缓衰老作用时，针对衰老常见原因——自由基学说、神经内分泌学说、免疫学说，研究证明，蜂王浆对超氧化物歧化酶具有保护作用，可使机体免受自由基损伤。

以上研究结果表明，服用蜂王浆对延缓衰老有特殊功效。

七、蜂花粉能健脑补髓，增强记忆力

大脑的功能受遗传、环境因素的影响，其中营养属重要环境因素之一，直接和间接地影响着神经系统的发育和功能。蜂花粉含有丰富的营养物质。经实验研究证明，蜂花粉能改善正常小鼠和大鼠的记忆功能。有所大学的心理教研室对高中一年级两个班的学生使用“临床记忆量表”法进行记忆力

影响实验研究，测试内容五项：指向记忆、无意义图形再认、图像自由记忆、联想学习和人像特性回忆。实验班服用蜂花粉磷脂，每日2次，每次10克，连服1个月。对照班服安慰剂。结果：实验班记忆总成绩不论与自己服用蜂花粉前相比，还是与对照班学生相比，均有不同程度提高。这表明蜂花粉具有健脑补髓、增强记忆的功效。

人类大脑的重要功能突出表现为思维活动，而其中学习和记忆是思维活动的基础。现已知道，人的精神、智力和思维活动为大脑的一定数量神经细胞及其产生的递质所决定。乙酰胆碱、去甲肾上腺素和多巴胺等中枢神经递质与学习记忆功能有密切关系。而蜂花粉为人类提供了神经细胞产生神经递质的物质基础，如色氨酸、酪氨酸、胆碱是合成多巴胺、去甲肾上腺素、乙酰胆碱、5-羟色胺等神经递质的前体。递质合成的量直接受供给营养物质的影响。老年人记忆障碍与神经细胞量减少、代谢功能降低及递质合成的有关酶活性下降有关，而蜂花粉提供大脑活动的热能，以利递质合成，自然改善记忆功能，提高智力和思维水平。

八、蜂王浆的健脑益智作用

实践证明，服用蜂王浆能使大脑得到充足的营养，提高思维能力，特别是考试前的学生服用蜂王浆后，都感到耳聪目明，思路敏捷，记忆力增强，精神紧张状态也有明显缓和，感到精力充沛。

蜂王浆中含有多种维生素，特别是 B 族维生素，是大脑的重要营养物质，它能保证高级思维活动正常进行。生理学家早就证实，乙酰胆碱也是增强记忆的重要物质。它的作用和功能主要是加强大脑皮质的兴奋过程，促进大脑的条件反射，加强神经细胞之间的信息传递速度，使大脑处于思维灵敏状态。蜂王浆中乙酰胆碱的含量很高，日本学者测定，每 100 克蜂王浆中含乙酰胆碱 95.8 毫克。服用蜂王浆后，乙酰胆碱能够直接被神经细胞吸收和利用。

蜂王浆中含有多种微量元素，特别是微量元素锌与提高思维能力有直接关系。现已证明，锌能帮助大脑发育，提高智力，特别是对儿童更为重要。因此，服用蜂王浆除能满足蛋白质、氨基酸、维生素等营养外，还能得到锌的补充，有利于健脑益智，提高思维、记忆能力。

九、蜂王浆、蜂花粉的抗辐射作用

蜂王浆、蜂花粉有良好的抗辐射作用。不论是工作上经常接触放射线的人，还是因肿瘤接受放射治疗的患者，服用蜂王浆、蜂花粉均有良好的保护作用。现已知道，蜂王浆与蜂花粉都含有防辐射物质，对人体的造血功能有显著的保护作用。

蜂王浆有抗辐射作用。原民主德国应用辐射研究所用蜂王浆治疗经过 X 线治疗的患者，每次 10 毫克肌内注射，每周 1~3 次，患者食欲增加，血红蛋白恢复正常，无后遗症。维

也纳医院住院部应用口服蜂王浆进行试验，也同样证明患者对 X 线的抵抗力增强，细胞内肌水平提高，白细胞和红细胞维持正常数量，不发生后遗症。据保加利亚报道，对若干接受 X 线治疗的患者，肌内注射蜂王浆，能使抑制的吞噬细胞激活，白细胞量增加。这充分说明蜂王浆确有抗 X 线的作用。我国学者对小鼠的试验中，也证明蜂王浆有抗辐射作用。

现在，临床上把蜂王浆当作肿瘤患者放疗和化疗的辅助药，效果甚佳。

射线能影响造血功能，给人体带来伤害。实验研究证明，蜂花粉有良好的抗辐射和保护造血功能的作用。我国学者在研究蜂花粉对骨髓造血功能影响的实验中发现，蜂花粉不仅能刺激骨髓造血功能，而且对各种原因的造血功能低下均有保护作用。这可能是由于蜂花粉含铁、钴等微量元素的缘故。同时，蜂花粉向骨髓提供酶、辅酶和核酸等物质，促进机体有效物质的合成，起到保护细胞免受电离辐射损伤的作用。蜂花粉有保护骨髓造血功能、促进损伤恢复的作用，可作为肿瘤化疗和放疗保护骨髓造血功能的辅助药物。

十、蜂毒的镇痛作用

民间早就知道蜂毒有镇痛作用，利用蜜蜂尾部毒针治疗某些疼痛性疾病，并取得了明显的镇痛效果。现在，蜂毒已广泛应用于治疗神经痛、偏头痛、坐骨神经痛、颈椎病、肩周炎等多种疾病，且效果显著。

蜂毒液的中枢性抗胆碱能活性和神经节阻滞作用是最古老的特性，从生物进化观点来看，蜜蜂的祖先通过螫刺使其它动物及其幼虫麻痹。研究证明，蜂毒液和蜂毒肽对烟碱型胆碱受体有选择性阻滞作用。蜂毒肽可透过血脑屏障直接作用于中枢神经系统，与某些中枢性抗胆碱药相似。它的主要作用部位是脊髓。蜂毒液还能加强催眠药的作用。

蜂毒液镇痛作用明显，镇痛作用比安替比林强，镇痛指数比安替比林高。80年代，从蜂毒液中分离出镇痛抗炎活性很强的安度肽，对脑前列腺素合成酶的抑制作用约为消炎痛的70倍，阿片受体拮抗剂纳络酮能部分解除它对小鼠的镇痛作用，故也涉及受体机制。

十一、蜂王浆的抗癌作用

科学家发现，养蜂人癌症死亡率低于其它职业人的癌症死亡率。这一发现引起广泛重视，通过大量的试验证明，蜂王浆有一定的抗癌作用。1995年，加拿大安大略农学院的教授发现，蜂王浆中的癸烯酸有抗癌作用。

蜂王浆的抗癌作用，目前大多数人认为是蜂王浆中有10-羟基- Δ^2 -癸烯酸的原因，如预先将1毫升腹水癌细胞悬浮液与1毫升癸烯酸或100毫升蜂王浆混合后给小鼠接种，即可使小鼠得到完全保护，不发生肿瘤。如两者剂量减少时，只能延长移植肿瘤小鼠的生存时间，而不能使小鼠免于死亡。

蜂王浆中除癸烯酸有抗癌作用外，日本医学博士森下敬

一还介绍了类腮腺激素和肝过氧化氢酶理论。实验证明，给小鼠注射腮腺激素（唾液腺激素）后，癌细胞受到抑制；给小鼠喂服蜂王浆，肝过氧化氢酶就上升，并促进肝过氧化氢酶活性化，使代谢产物——过氧化氢无害化。

我国学者研究认为，给小鼠口服或注射幼虫浆（其成分与蜂王浆相似），亦有抗小鼠艾氏腹水癌的作用，使小鼠寿命延长，腹水出现较迟，癌细胞有退行性变化。

十二、蜂花粉的抗癌作用

蜂花粉具有抗癌作用，首先是从大量养蜂者较少患癌症并长寿得到启迪。据前苏联科学院报道，高加索 150 名百岁以上的寿星均为养蜂者；据法国凯拉斯报道，欧洲 1000 名已故养蜂者仅 1 人死于癌症；美国贾维斯调查大量养蜂者，无一人死于癌症。

实验研究证实了蜂花粉有抗癌作用。我国学者发现，用少量蜂花粉饲养动物，可抑制试验动物乳腺癌的发生，并证明蜂花粉能有效地阻止放疗、化疗损伤，保护机体，有明显的抑瘤效应。临床应用也有良好的抗癌作用。德国的医生发现，蜂花粉能有效地减轻宫颈癌患者放疗副作用；美国的医生发现，1 例淋巴腺癌患者开始养蜂而食蜂花粉，病情逐渐痊愈了。还有研究表明，蜂花粉能使接种癌细胞的小鼠的 T 淋巴细胞和巨噬细胞数量和活力升高，通过提高免疫功能来实现杀伤、抑制癌细胞。

十三、蜂胶的抗癌作用

人们对蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉较为熟悉，但对蜂胶尚有些陌生。其实，蜂胶与蜂蜜、蜂王浆、蜂花粉一样具有很好的医疗保健作用，同样具有很强的抗癌作用。

据科学家的研究表明，蜂胶抗癌的机制可能与下面 3 个方面有关：

1. 蜂胶含有的黄酮类物质影响癌细胞的基础代谢。蜂胶乙醇提取物抑制胸腺嘧啶、尿嘧啶和亮氨酸的结合，从而影响癌细胞 DNA 的合成；蜂胶乙醇提取物能抑制多环芳香烃的诱导生癌作用，抑制癌细胞的生长。

2. 蜂胶含有的免疫成分是天然免疫刺激剂，能恢复老化器官的免疫功能，提高机体的免疫力。蜂胶可增加补体和吞噬细胞的活力，刺激丙种球蛋白活性，引起强烈的浆细胞反应，刺激淋巴结的抗体生成，故能抑制宫颈癌和鼻咽癌的发展。在提高机体免疫力的同时，维持了机体内的生物平衡，增加抗病能力，所以能治愈癌症。

3. 蜂胶含有的许多酶对防治疾病很有效，尤其对癌症，并且维生素 C 与蜂胶中酶相结合，可提高疗效。高龄癌症患者体内酶含量减少，故增加其机体酶的含量，可保持身体健康。

十四、蜂王浆能增强性功能

关于性功能的衰老，以前认为是生殖器官首先衰老导致对脑垂体激素的感受性衰弱，而使间脑内的性中枢走向退化。实际上不是这样，而是首先性中枢发生衰老，影响生殖器官，产生各种性功能障碍。这是日本鸠胜司教授研究更年期障碍得出的结论。蜂王浆中含有促性腺激素，服用蜂王浆可影响性中枢，起到防止性功能衰老并增强其功能的作用。蜂王浆还能直接刺激生殖器及其有关器官，以增强其功能。蜂王浆本来就是喂养雌蜂王的，故特别适用于女性的生理特点，在恢复和加强女性性功能方面有着更为显著的效果。这就是临床上常用蜂王浆治疗月经不调、不孕症、妇女绝经期综合征等的缘故。此外，蜂王浆含三磷酸腺苷（ATP）及果糖，可供给精子活动能源，提高精子的活力，对男性的性功能也有增强作用。

十五、蜂花粉能益精助育

蜂花粉是种子植物有性繁殖的雄性配子体，即雄性生殖细胞，相当于动物的精子。其功能是与植物卵细胞结合为受精卵，发育成种子。因此，蜂花粉是植物繁衍后代的物质基础。

蜂花粉中含有促性腺激素，人类服用蜂花粉后同样对繁衍后代起到促进作用。最早对花粉中激素的认识是埃及科学家从去脂枣椰花粉中提取到促性腺激素开始的。将促性腺素精制后，得到促滤泡激素和黄体生成素的精品，用于治疗不孕症。近年来，科学家在临床研究发现，蜂花粉有促进男性精子生长的作用，可治疗男子不育症。国外有的教授用蜂花粉治疗精子缺乏、性功能低下的不育症 75 例，在服蜂花粉 1 个月后，57.5% 患者对性生活满意，25% 患者性生活有改善，大多数患者精子质量均有改善，其中 2 名使妻子怀孕。治疗 3 个月，22.5% 患者的性功能及精子的质量均有明显提高，37.5% 患者的性功能及精子的质量有较好改善，27.5% 患者性功能改善不明显，只有 12.5% 患者无效。

我国有的教授用蜂花粉治疗前列腺炎伴男性不育症 423 例，每日 3 次，每次 1 克~2.5 克，连服 30 日为 1 个疗程。结果妻子怀孕 114 例（27.0%），显效（表现为前列腺炎消失，精液检查各项指标有明显改善）230 例（54.4%），好转（自觉症状缓解）45 例（10.6%），无效 34 例（8%）。在北欧也有很多人为了增进健康，长期服用蜂花粉，有的妇女超过 60 岁再来月经，70 岁以上的男子还有生育功能。另外，还有阳痿患者连续服用蜂花粉，使性功能恢复。

从以上的事例可以看出，蜂花粉是益精助育的良药。这些功能可能与蜂花粉中精氨酸及影响细胞活化的核酸含量较多有关，同时与蜂花粉营养丰富、含多种活性酶也有关系。

十六、蜂王浆的催眠作用

养蜂专家曾青霜老先生，有一天邀请几位好友品尝蜂王浆。他取出鲜蜂王浆约 30 克，后友人因故失约，他便独自将蜂王浆吃下，约 1 小时后，自觉昏昏欲睡，酷似酒醉。遂即乘车返家，在路上即呼呼入睡。回到家中，倒床仍睡，整整睡了 24 小时，醒后精神抖擞，全身轻快，甚感饥饿，饱餐一顿后，回蜂场工作，无任何不良反应。他还以自己亲身的体验介绍他人服鲜蜂王浆治疗失眠症，每获治愈。

蜂王浆中含有多种氨基酸，有 3 种是大脑神经的递质，能够抑制或兴奋大脑细胞。其中甘氨酸能抑制神经细胞的活动，但其含量较少，仅为 0.023 毫克/毫升，所以必须大量服用蜂王浆才具有催眠作用，才能治疗失眠症。而少量服用蜂王浆，则兴奋大脑，使精神焕发，记忆力增强。

十七、蜂花粉能治疗神经衰弱

蜂花粉作为一种营养滋补品，不但可以强壮身体，而且还可改善人的精神状态，使机体功能恢复平衡和协调。脾气暴躁、易怒者常服蜂花粉可以变得温和平静。神经衰弱、精神抑郁者常服蜂花粉也颇有疗效。

据罗马尼亚报道，神经衰弱患者服用蜂花粉后，头痛、心

不在焉等症状消失，睡眠、记忆力和精神状态好转，生活能力和对周围环境适应性增强；精神抑郁症患者服用蜂花粉后，自觉症状好转，抑郁情绪改善，生活能力恢复；老年痴呆症患者服用蜂花粉 2~3 个月后，症状大为改善，记忆、判断、计算能力有不同程度改善。对脑萎缩也具有同样疗效，可完成一定脑力劳动。

蜂花粉为何有这种神奇的功效，是因为蜂花粉对神经系统具有特殊作用，为脑细胞发育和生理活动提供丰富营养物质，促进脑细胞发育，增强中枢神经系统的功能，使脑细胞保持旺盛活力。故对神经系统平衡失调引起神经官能症和精神抑郁症有良好疗效。蜂花粉中含的维生素和氨基酸将使神经衰弱和精神抑郁症这类神经功能失常的人恢复协调，经过治疗，患者可对生活重新发生兴趣。奥地利医生也证明，蜂花粉有助于治疗神经官能症，促进康复。国外有的医生经过 3 年的临床研究证明，蜂花粉对治疗精神抑郁症、疲惫衰弱、酒精中毒患者效果良好。严重抑郁症患者，蜂花粉与低剂量常规治疗抑郁症药物合用，可在较短期内恢复健康。大量资料证明，蜂花粉是调节精神障碍的天然良药。

十八、蜂胶、蜂花粉、 蜂王浆的降血脂作用

近年来，国内外学者发现，蜜蜂产品中的蜂胶、蜂花粉、蜂王浆有良好的降血脂作用。蜂胶、蜂花粉、蜂王浆是预防动脉硬化、防治冠心病十分理想的保健佳品，越来越受到广

泛重视。

（一）蜂胶的降血脂作用

蜂胶降血脂有效，已引起广泛重视。南京医学院的专家以蜂胶治疗高脂血症，取得与安妥明治疗高脂血症相似结果。他们指出，蜂胶对高脂血症具有持续的、累进的使之降至正常水平的功能；对高胆固醇血症也有中等程度降低作用。江苏省蜂胶治疗高脂血症协作组用 3 种剂量蜂胶片治疗高脂血症 319 例的临床疗效报告表明，3 种剂量的蜂胶作用相同，治疗高脂血症均有疗效。血清中胆固醇和三酰甘油含量，在治疗前后差异非常显著。同时还提示蜂胶降低三酰甘油比降低胆固醇更为有效，且降低三酰甘油的幅度与安妥明相似。连服 3 个月蜂胶，未发现蜂胶有毒副作用。

临床研究还表明，蜂胶降血脂的疗效比较持久和稳定，说明蜂胶是较理想的降血脂保健品。

（二）蜂花粉的降血脂作用

蜂花粉对血脂影响体现了综合作用，能使多种血脂标准发生良性改变，是难得的天然降血脂良药。

北京顺义县医院用蜂花粉治疗高脂血症证实，蜂花粉能降低血脂，软化血管，防止动脉硬化。蜂花粉中含有大量蛋白质分解物氨基酸，维生素 A、C、E、D、B 等及类胡萝卜素，80 多种酶和人体所必需的微量元素，更重要的是它含有 14 种不饱和脂肪酸。上述成分能有效地降低血清胆固醇和三酰

甘油，增加胆汁固醇含量和促进胆酸排出，从而使动脉粥样斑块消退。辽宁武警总队医院的研究报告证明，蜂花粉对人体无害，服用 1 个月，血脂明显降低，服用 3 个月或半年，血脂水平下降更为明显，如长期服用，有提高其有效率的趋势。国外类似研究也证明，蜂花粉具有多项降血脂功能。保加利亚医生用蜂花粉治疗高脂血症 60 例和脑动脉硬化 40 例，每次 1.5 克，每日 3 次，连服 1 个月。结果发现，患者血清总胆固醇、游离脂肪酸、三酰甘油和 β 脂蛋白等均有明显下降，头痛、心绞痛、记忆力下降等动脉硬化症状普遍好转，且常量服用无副作用。

（三）蜂王浆的降血脂作用

蜂王浆是降低胆固醇，防止动脉硬化的天然补剂，无论是动物实验还是临床研究，均得到证实。前苏联雅罗斯拉夫医学研究所，用蜂王浆治疗早期动脉硬化 16 例，第 1 个疗程每日 2 次，每次 10 毫克；第 2、第 3 个疗程的剂量根据第 1 个疗程增减。第 1 个疗程后，患者就表现出食欲增加，高血压趋向正常，心绞痛消失，第 2、第 3 个疗程疗效得到巩固。北京医学院等单位用蜂王浆胶囊治疗高脂血症 51 例，效果显著。治疗 2 个月后检测，胆固醇由 7.43 毫摩尔/升降至 6.16 毫摩尔/升，三酰甘油由 2.85 毫摩尔/升降至 1.51 毫摩尔/升。

十九、蜂蜜能防治心脏病和高血压

蜂蜜用于治疗心绞痛已有悠久的历史。早在两千年前的《神农本草经》就有“石蜜味甘、平，主治心腹邪气，诸惊痫瘕，安五脏主不足，益气补中，止痛解毒，除众病，和百药”的论述。南北朝的陶弘景《名医别录》说蜂蜜可“除心烦”。甄权《药性论》说蜂蜜“治卒心痛”。现代医学中也发现蜂蜜有防治心脏病的作用，认为蜂蜜能营养心肌和改善心肌代谢功能，扩张冠状动脉，所以能治心绞痛。民间常用蜂蜜治疗心功能不全、心绞痛等病症。

国外学者也认为，蜂蜜是治疗心脏病的一种良药，建议心脏病患者每日应服适量的蜂蜜和石榴。国外有的学者认为，患严重心脏病的人，每日服蜂蜜 50 克～140 克，连续服 1～2 个月，血红蛋白含量增加，病情明显改善。蜂蜜治疗心脏病已得到普遍应用。蜂蜜中含量高且易被人体吸收的葡萄糖可营养心肌，使心血管舒张和改善冠状血管的血液循环，保证冠状动脉血流正常，因而对心脏病有一定疗效。

此外，蜂蜜可促使血管舒展和改善动脉血液循环，能防治高血压。蜂蜜对血压的调解是双向的，并有利于控制体内钠的含量，防止动脉硬化，以保持血压的平稳。

二十、蜂王浆、蜂花粉能防治冠心病

蜂王浆、蜂花粉对人体有多种保健作用，长期服用可预防冠心病，是防治心脏病的理想保健品。

（一）蜂王浆防治冠心病的作用

蜂王浆有降血脂、预防动脉硬化的作用，能改善冠状动脉舒缩，恢复心肌功能。临床用于治疗心肌缺血，能提高心肌物质代谢水平，有恢复心脏被损害细胞（包括心肌梗死后被损害细胞）的再生能力，以及提高体力负荷的耐受性，还能促进动脉压正常。此外，蜂王浆中植物固醇可促进排泄多余胆固醇，防止动脉硬化。前苏联学者用蜂王浆治疗心绞痛，使心绞痛患者发作的频率减少，强度减轻，体力负荷耐受性提高。服用2~3周后，可减量或停药硝酸甘油，部分患者心电图好转。

蜂王浆有增加心肌耐力和抗缺氧能力，口服蜂王浆可使心肌抗缺氧能力增强。冠心病急性发作时给予鲜王浆可使症状得到迅速改善，通过酶谱检查也证明心肌抗缺氧能力有所增强。因此，蜂王浆是一种良好的治疗心绞痛的药物。

（二）蜂花粉防治冠心病的作用

蜂花粉对心血管起良好作用的关键物质是芸香甙类（维生素 P）和黄酮类物质。

芸香甙类是蜂花粉治疗心血管病的主要成分之一。芸香甙类可提高血管壁抵抗力，降低通透性。在预防因毛细血管变脆引起的各种出血症中，芸香甙起重要作用。蜂花粉中的芸香甙有软化毛细血管、增强毛细血管强度的功效，故可以防治动脉硬化、高血压、脑溢血、中风后遗症、静脉曲张等病症。

蜂花粉还能使心肌自由基含量降低。我国专家在动物实验研究中发现，蜂花粉可使小鼠心肌自由基含量下降，提高心肌活力，增加心肌能源贮备，心肌中三磷酸腺苷和多磷脂含量均有所增加，提高了缺氧适应能力。

蜂花粉的降血脂作用能使血小板粘附和聚集下降，防止动脉硬化的发展和血栓形成，有防治冠心病的功能。

二十一、蜂蜜、蜂王浆的保肝作用

肝炎是由于感染肝炎病毒而引起的。肝炎可分为甲、乙、丙、丁、戊等型。乙型和丙型肝炎易成为慢性肝炎，少数可发展为肝硬变甚至肝癌。在近十几年的临床研究中发现，蜂蜜、蜂王浆有防治肝病的作用。

蜂蜜、蜂王浆均有抗菌、抗病毒功效，在抑制病毒复制的同时，还能逐渐清除病毒，起预防病毒感染的作用。

蜂蜜中的单糖、多种维生素、酶及氨基酸均不需肝脏加工合成，可直接进入血液为机体利用，对肝脏有一定保护作用。蜂蜜还可增进肝糖原贮存，使肝脏过滤解毒作用加强，从而增强机体对传染病的抵抗能力。蜂蜜能加强机体的新陈代谢，调整免疫功能，以利肝病治愈。同时，蜂蜜的抗病毒作用和促进组织细胞再生特性，对肝细胞损伤的修复十分有利，也特别重要。有的专家以蜂蜜、蜂王浆与中药配合，治疗甲型、乙型肝炎效果显著。

蜂王浆可促进肝细胞新生，修复肝损伤，使变性和坏死的肝细胞被新生的肝细胞所代替，从而有利于肝功能的恢复。另外，蜂王浆能双向调节机体免疫功能。根据人体需要，能增强细胞免疫和体液免疫功能。还能调动垂体—肾上腺系统的免疫功能，有利于清除病毒，并提高机体对外界适应能力，增强防御功能。蜂王浆对各型肝炎都有治疗作用，特别对传染性肝炎疗效更佳。此外，浙江有用大剂量蜂王浆治愈慢性肝炎并发肝硬变的病例。

二十二、蜂花粉能保肝和防治肝病

蜂花粉含有丰富的蛋白质、氨基酸、多种维生素、核酸等营养物质。这些物质对肝脏有很好的保护作用，能使损伤的肝细胞再生，提高细胞免疫和体液免疫功能，并增强肝细

胞解毒能力。因此，蜂花粉具有保护肝细胞、营养肝细胞、减轻肝细胞受损程度的作用，为理想的肝细胞保护剂。

临床应用表明，蜂花粉对乙型肝炎表面抗原转阴具有显著的效果。解放军某部医院用蜂花粉对无症状乙型肝炎表面抗原携带者进行治疗，结果：蜂花粉能控制乙型肝炎表面抗原及复制。此外，蜂花粉对甲型肝炎也有明显的治疗作用。高安县医院用蜂花粉治疗甲型肝炎 15 例，最短治疗 4 日，最长 26 日，平均 20 日，其症状好转，肝肿大回缩，黄疸指数下降，生化指标好转。

蜂花粉还具有防止脂肪肝的作用。据报道，通过电子显微镜观察证实，蜂花粉可防止脂肪在肝脏堆积，减轻肝细胞损伤，对抗肝坏死，抑制中央静脉下胶原纤维的形成，防止肝纤维化。故蜂花粉不仅能治疗肝炎，还可防治脂肪肝和肝硬变，对肝萎缩也有治疗效果。

二十三、蜂蜜、蜂王浆能治疗糖尿病

蜂蜜以甜著称，糖尿病患者都要回避甜食，这是人所共知的，也是广大糖尿病患者所牢记的。那么，蜂蜜、蜂王浆能否作为糖尿病患者的治疗药品呢？北京医院糖尿病研究小组在对有降血糖作用的中药筛选中，得到了确有证据的科学回答。通过对 50 种单味中药的降血糖筛选，有降血糖作用的中药 35 种，其中有 11 种为降血糖效果明显，蜂蜜就是其中之一。因此，可以确切地说，蜂蜜虽甜但可治疗糖尿病。民

间流传有“鸡蛋蜂蜜治疗糖尿病”的验方。还有报道，小儿糖尿病可用猪胰脏 1 具，蜂蜜适量配制进行治疗，有明显效果，也说明蜂蜜是可以用来治疗糖尿病的。国外学者发现，蜂蜜中有一种类似胰岛素的物质，含多量维生素 B₁、维生素 C、烟酸和复合维生素蜜，是糖尿病患者的一种好食品。蜂蜜中的果糖既提供能源，又不增加胰岛素需要量。因为，果糖代谢是借助相应的酶，而不需要胰岛素参与，所以，更有利于糖尿病患者的治疗和食用。

最近美国学者发现，蜂王浆含有胰岛素样肽类，其分子量与牛胰岛素相同，进一步揭示蜂王浆治疗糖尿病的药理依据。辽宁卫生职工医学院用鲜蜂王浆治疗Ⅱ型糖尿病 38 例，每次用鲜蜂王浆 10 克，每日 2 次，连服 3 个月，结果：显效 23 例（60.5%），好转 12 例（31.3%），无效 3 例（7.8%）。总有效率 91.8%。

二十四、蜂花粉、蜂胶能治疗糖尿病

蜂花粉治疗糖尿病屡有报道。新疆伊犁一位老干部 1991 年患糖尿病，试服蜂花粉，每日 30 克，早、晚 2 次冲服，连续服用 2 个半月，出乎意外地病愈了。北京卫戍区医院用蜂花粉治疗 30 例糖尿病患者，每日 30 克，早、晚 2 次服用，经 1 个月治疗，血糖平均下降 3.98 毫摩尔/升，下降率为 33%。蜂花粉降血糖作用与蜂花粉中含有丰富的营养成分有关。它能改善细胞的生理功能，恢复胰岛功能，促进胰岛素的分泌，

起到降血糖作用。

蜂胶也有降血糖作用，能在较短时间内快速降低血糖，并提高胰岛细胞的活性。病毒阻碍胰腺功能，使胰岛素分泌能力降低是引起糖尿病的原因之一。蜂胶具有抗病毒作用，可提高组织活性。巴西索伯研究所用蜂胶治疗糖尿病，在短期内除少数患者外，绝大多数患者痊愈了。其中有一卧床的重患者，每日饮用 1 毫升蜂胶酊剂，4~5 日后就能离床走动了，1 周后几近痊愈，患者自己和周围的人都感到惊奇。

二十五、蜂毒能治疗类风湿性关节炎

类风湿性关节炎是一种炎症性、进行性、对称性和破坏性的关节疾病，属自身免疫性疾病。关节病变主要表现在四肢小关节，也可累及颈椎和颞颌关节。早期症状为受累关节疼痛、肿胀、活动困难及晨僵。长久不愈至晚期则为关节畸形和强直，导致终身残疾。临床以女性多发。类风湿性关节炎属中医学的痹症范畴，中西医对其治疗方法与方剂颇多，疗效各有所长，然而真正治愈者甚少。蜂毒治疗类风湿性关节炎历史悠久，国内外均有报道，疗效甚佳。

蜂毒主要具有抗炎、止痛和免疫调节作用。国内外学者对蜂毒抗炎的有效成分及作用机制的研究证明，蜂毒中多种成分具有抗炎作用，可以直接抑制炎症、肿胀，比同样剂量的氢化可的松强 100 倍，还可刺激垂体—肾上腺皮质系统，促使肾上腺皮质激素释放而抗炎；蜂毒对白细胞移行具有抑制

作用，限制炎症的局部反应；蜂毒中含有去甲肾上腺素和多巴胺等，也具有抗炎活性，所以，蜂毒是治疗类风湿性关节炎理想的药物。

美国有位学者在介绍他 50 多年蜂疗经验时说，蜂毒治疗风湿病、类风湿性关节炎有 3 大好处：第一完全可靠；第二疗效显著；第三几乎不花钱。临床实践证明，对极难医治的类风湿性关节炎采用蜂毒治疗无副作用，远期效果好，如配合物理疗法，可以取得意想不到的临床效果。我国学者除采用蜂毒注射治疗类风湿性关节炎外，还采用蜂蜇法治疗类风湿性关节炎。其方法是用镊子或手指夹持蜜蜂头胸部，使其腹部末端接触人体的穴位、关节，蜜蜂的螫针即刺入皮肤。蜇后蜜蜂的螫针、贮液囊和其它螫器官便脱落在皮肤上，这时螫器官还会有节奏地收缩，待 10~30 分钟，蜂针毒液完全注入皮内后拔出螫针。每次选 1~2 穴，逐渐增至 7~8 穴。每周 2 次。

二十六、蜂王浆能治疗关节炎

蜂王浆有很强的抗炎作用，治疗关节炎有一定疗效。据报道，有的专家曾用新鲜蜂王浆蜜治疗慢性风湿性关节炎（包括脊柱型、周围型、脊柱周围型、全身关节型、类属型关节炎等类型）77 例，每日口服 2% 蜂王浆蜜 20 克（含 400 毫克鲜蜂王浆），治疗 20~40 日后，效果满意者 36 例，占 47%，比较满意者 10 例，占 13%，效果不理想者 31 例，占 40%。

其中以脊柱型关节炎效果最好，其余类型疗效较差。服用期间，患者有口干和咽干现象，但不影响继续服用。

山西医学院第二附属医院临床用蜂王浆治疗风湿性关节炎，服用 2~3 日症状开始减轻，精神振奋，食欲增加，疼痛减轻。持续治疗 20~30 日，可显示出理想的效果。另据报道，日本将蜂王浆溶于葡萄糖溶液中制成注射液，治疗风湿性关节炎 27 例，其中显效 20 例，效果不明显 7 例。显效率达 74%。

二十七、蜂花粉能治疗前列腺病

前列腺增生又称前列腺肥大，是老年人常见疾病。该病由于年龄的增长，睾丸功能逐步衰退，睾丸本身也逐步萎缩，性激素代谢发生紊乱及慢性前列腺炎等引起。对于前列腺增生的治疗，中西药物均不理想。近来人们发现，蜂花粉对前列腺增生有显著的疗效。日本曾报道用蜂花粉治疗前列腺增生 100 例，治愈率达 80%；过去治疗慢性前列腺炎、前列腺增生需要很长时间，一边治疗一边反复发作，而现在应用蜂花粉治疗，80% 以上的患者在非常短的时间内即获痊愈。

据我国浙江省老年病研究所报道，对 100 例前列腺肥大的患者，每次服用蜂花粉 5 克，每日 3 次，疗程 3 个月。症状有效率达 93%，残尿有效率为 72.3%，总有效率达 95%。以上表明，蜂花粉是目前治疗前列腺增生较理想的药物。

应用蜂花粉治疗前列腺病的机制至今尚不十分清楚，但

在实验研究中发现，经蜂花粉治疗后，腺上皮高度降低，有的呈扁平状，腺腔内乳头短而小，且分枝少，而腺体内纤维结缔组织增多，表示前列腺增生程度已明显减轻。同时发现，蜂花粉并不影响血清睾丸酮和雌二醇水平。蜂花粉具有雌激素样作用，但又不影响性激素水平，既抑制前列腺增生，又没有激素类药物常有的副作用。另外，蜂花粉抗炎作用时间较氢化可的松持久。

二十八、蜂蜜、蜂胶能治疗口腔溃疡

口腔溃疡是常见的一种疾病，常反复发作，目前根治较难。而蜂蜜、蜂胶对口腔溃疡的治疗有较好的效果。

蜂蜜治疗口腔溃疡在我国有悠久的历史。南北朝陶弘景《名医别录》说：“蜜除口疮，明耳目。”唐代陈藏器的《本草拾遗》有：“蜜，牙齿疳蠹，唇口疮，目肤赤障，杀虫。”甄权《药性论》说：“口内生疮，蜜浸大青叶含之。”民间常用纯原浆蜂蜜涂于口腔溃疡面上，保持1~2分钟再咽下。每日数次，一般连续服用2日可愈。另外，也常用蜂蜜与陈皮、桔梗煎剂为口腔溃疡的含漱剂，每日早、晚饭后各取1匙（5克~8克），含漱2~3分钟后咽下。

国外利用蜂胶治疗口腔疾病比较普遍。据报道，用蜂胶乙醇浸膏治疗普通型慢性复发口腔溃疡80例，其中85%涂药后经2~4小时止痛并开始正常饮食，24~48小时有口腔粘膜上皮形成；10%在24小时后止痛，3日疮面愈合；5%经

6 日溃疡愈合。中华蜂不产蜂胶，故我国对蜂胶的治疗研究工作开展较晚，是近年才开始的。北京海淀医院的专家指出，蜂胶乙醇溶液具有止痛明显、愈合迅速、能缩短疗程的特点，是目前治疗口腔溃疡最为理想的药物之一。因为，蜂胶对细菌、真菌、病毒、原虫有抑制或杀灭作用。蜂胶还含有 34 种微量元素，其中锌可加速创伤组织的再生能力，疮面治愈后不留任何瘢痕。此外，蜂胶乙醇溶液涂局部粘膜后，能形成一层保护膜，溃疡面在膜的保护下与口腔隔离，防止继发感染，并在锌的作用下加速疮面愈合。此外，尚有采用蜂胶丸含化治愈口腔溃疡的经验报道。

二十九、蜂蜜是治疗胃肠病的良药

蜂蜜用于治疗胃病已有悠久历史。早在《神农本草经》中就记载：“石蜜味甘、平，主心腹邪气……安五脏诸不足，益气补中，止痛解痉。”指出石蜜有调节胃肠功能、解痉止痛作用。此后，《名医别录》、《药性本草》、《食疗本草》等著作中对蜂蜜治疗胃肠疾病均有论述。现在，国内外众多学者和医生的经验表明，蜂蜜具有调节胃肠功能，治疗胃及十二指肠溃疡的效果显著，能使胃痛和胃烧灼感消失，红细胞与血红蛋白数量升高，体重增加，使胃液酸度正常及降低神经系统兴奋性等作用。此外，蜂蜜治疗结肠炎及儿童痢疾也均有效。

蜂蜜治疗胃溃疡，不仅能保护溃疡面，以利修复，还有抗溃疡的作用。沙特皇家大学医学院药理系的阿里等人的研

究结果表明，蜂蜜具有抗胃溃疡作用，也可以预防药物对胃的损伤。如果每日早、晚空腹各服蜂蜜 25 克，可调节胃肠功能，对胃及十二指肠溃疡、胃穿孔均有疗效，同时还有消炎、愈合创面、增强消化系统功能及滋补作用。蜂蜜能健胃消食，中和胃酸，缓解疼痛，具有保护胃肠粘膜和促进溃疡愈合的能效，是治疗胃肠病的良药。

三十、蜂蜡能治疗肠炎、痢疾

蜂蜡对肠炎，尤其急性肠炎及赤白痢疾有较好疗效。蜂蜡治疗赤白痢疾的成功经验，早在《神农本草经》中就有记载：“蜜蜡味甘、温，主下痢脓血，补中。”历代医家留下不少应用蜂蜡治疗肠炎、痢疾的经验方，如名医华佗治老少下痢，食入即吐方，《续传信方》的调气饮治赤白痢方，《千金方》的千金胶蜡汤主治热痢方等。李时珍在《本草纲目》中指出：“蜡味淡，而性膏质坚，故止泄痢。”所以，“蜜蜡，主下痢脓血，补中”。近年来，有人用蜂蜡制成豆粒大小的丸，治疗急性肠炎，每服 3~5 粒，每小时 1 次，4~5 小时痢止，腹痛消失，效果很好。

三十一、蜂花粉能通便

习惯性便秘是较常见的病症，民间多选用蜂蜜，以润肠

通便。近年来，人们又发现蜂花粉是治便秘的良药。

现代研究证明，蜂花粉可使肠道平滑肌蠕动加强，有通便的功效。食用蜂花粉及其制品，可以治疗顽固性便秘。蜂花粉含有纤维素、维生素 B₁。维生素 B₁ 能使胃液分泌正常，活跃肠的功能，推动粪便下传，故食用蜂花粉及其制品，可以治疗顽固性便秘。据法国肖邦博士报道，对慢性便秘的人给予蜂花粉，在 3~5 日见效。其中有连续 25 年便秘，每日不吃通便药不能排便的妇女，采用蜂花粉治疗 4 个月后已能自行排便。

三十二、蜂花粉能护肤美容

用蜂花粉美容生发，古代医书中记载颇多。如《古今秘苑》中的“令面光华法”，王焘《外台秘要》中的“千金翼面方”、“光面方”、“延年面脂方”和高濂《遵生八笺》中的“九转长生玉液膏”，都含有蜂花粉成分。

蜂花粉含有大量胱氨酸，有些脱发与胱氨酸代谢障碍或不足有关，以各种植物汁液，加入蜂花粉，连用半年可长新发。但脱发原因很多，蜂花粉并不能使所有脱发者都生新发。此外，蜂花粉还能改善头发光泽。有人因长年食用蜂花粉直至老年头发仍乌黑不白。

蜂花粉对皮肤具有良好作用，治疗痤疮有较好疗效。现在利用蜂花粉化妆品治疗痤疮，每获良效，若同时加蜂花粉口服，效果更好。

蜂花粉含有极为丰富的营养物质及生物活性物质，内服或将其精制成花粉精，添加到化妆品中，由皮肤细胞直接吸收，发挥有效的生理作用，改善皮肤细胞的营养状态，促进细胞新陈代谢，延缓细胞老化，防止皮肤干燥脱屑，增加皮肤弹性，消除皱纹。日本女性用蜂花粉雪花膏 6 个月，使小皱纹消退 65%，痣和老年斑消退 50%，粉刺、雀斑消退 73%，皮肤黑色消退 50%。

三十三、不同品种蜂花粉的保健作用

蜂花粉除具有共同医疗保健性能外，由于不同植物的花粉所含有效成分的差异，而具有不同的生物特性和药理作用。

1. 刺槐花粉：刺槐也称洋槐。花粉有健胃、镇静作用。
2. 荞麦花粉：荞麦别名三角麦、甜荞。花粉暗黄色，呈球形至长球形，含丰富的芸香苷。花粉有健脾理气、止血补血作用，可保护毛细血管，缓和心悸。
3. 百里香花粉：百里香别名山花椒、地椒。花粉有促进血液循环、提高智力和理解力、抗菌、镇咳作用。
4. 垂柳花粉：花粉营养价值高，有镇痛作用。
5. 桑花粉：桑树别名家桑、白桑。花粉浅黄色。花粉有降血糖作用。
6. 虞美人花粉：虞美人也称大烟花。花粉有镇静安神作用，可治疗咳嗽、支气管炎、咽喉炎、百日咳等。
7. 油菜花粉：油菜别名菜苔、芸苔。花粉可治疗静脉曲张

张、溃疡病等。

8. 苹果花粉：花粉对心肌有滋补作用。

9. 杏花粉：花粉浅黄色。花粉有润肺、镇咳作用，可治疗上呼吸道感染。

10. 山楂花粉：山楂别名红果。花粉有降血脂作用，可预防动脉硬化等。

11. 椴树花粉：花粉有镇咳作用，可治疗失眠、易怒等。

12. 南瓜花粉：南瓜也称倭瓜、饭瓜。花粉粒深黄色。花粉有调节自主神经功能的作用。

13. 栗树花粉：花粉能促进血液循环，可治疗肝脏、前列腺病等。

14. 蒲公英花粉：花粉有利尿作用，可治疗肾脏、膀胱病等。

15. 覆盆子花粉：花粉有止泻作用。

16. 当归花粉：花粉有补血、止血、调经止痛、润肠通便作用。

17. 枣椰花粉：花粉有改善性功能、防止肌肉萎缩的作用。

18. 三七花粉：花粉有止血行淤、消肿止痛作用。

19. 柑橘花粉：花粉有强身健胃、镇静安眠、驱虫作用。

20. 欧石南花粉：花粉可治疗尿闭、膀胱炎、前列腺炎等。

三十四、蜂子的营养、保健作用

蜂子又称蜂胎、蜂王幼虫，是蜜蜂的受精卵孵化而成的蛹状蜂王幼虫体。没有毒性，是味道鲜美的食用佳品。据史载，我国古代人民很早就有食用蜜蜂虫蛹的习惯。如公元前3世纪的《礼记·内则》中就记有蜜蜂虫蛹为帝王、贵族的珍贵食品。苏颂在《图经本草》中写道：“今处处有之，即蜜蜂子也。在蜜脾中，如蚕蛹而色白。岭南人取头足未成者油炒食之。”我国西南地区的不少地方至今仍有采食蜜蜂虫蛹的习俗。《神农本草经》、《名医别录》及《本草拾遗》都将蜂子视为上品。认为它“味甘、平，主风头，除蛊毒，补虚羸伤中，久服令人光泽，好颜色，不老”，“酒渍传面，令人悦白”，“轻身益气，治心腹痛，面目黄，大人小儿腹中五虫从口中吐出者”，“主治丹毒、风疹、腹内滞热，利大小便涩，去浮血，下乳汁，妇女带下病”等。据科学分析，蜂王幼虫冻干粉的蛋白质含量为50%~60%，18种氨基酸含量达50%以上，高于蜂王浆，是蜂花粉、牛奶的2倍多，必需氨基酸含量是牛奶的10倍以上。此外，尚富含无机盐、维生素、酶及多种生物活性成分，而其脂肪含量则在16%以下。近年来，杭州等地的医院采用口服或注射蜂子提取液治疗小鼠艾氏腹水癌而使其寿命延长，腹水出现较迟，癌细胞发育有退行性改变，从而初步揭示蜂王幼虫所特有的昆虫性外激素具有抗癌作用。80年代，罗马尼亚科学家用蜂子产品治疗精力衰退、体力虚

弱、营养不良、病后虚弱及青春发育迟缓、更年期综合征、未老先衰等病症取得了满意的效果。此外，还可治疗肝炎、胃炎、心脏病、神经官能症、白细胞减少症等疾病。

三十五、蜡疗的作用

蜡疗是指将蜂蜡加热熔解作为温热的介体，将热传入身体，充分发挥其机械压迫和有效化学成分导入作用，以达到防治疾病目的的一种治疗方法。我国开展蜡疗历史悠久，古医书有用蜡疗疮疖、狼疮及使静脉和伤口软化的记载。现蜡疗已可用于多种疾病的治疗。

蜡疗方法较多，如蜡盘法、刷蜡法、浸蜡法、蜡袋法、蜡布法、喷蜡法、浇蜡法及蜂蜡绷带等。现在较常用的为蜡袋法。其操作简便易行，可反复使用，比较经济。方法是将蜂蜡隔水加温熔化，用大号注射针筒把蜡液注入塑料袋至 $2/3$ 容积，排出空气后封口即为蜂蜡治疗袋。治疗时将蜡袋放入热水中，使里面的蜂蜡熔化成液态，将蜡袋用毛巾包裹置所需治疗的部位。每次敷 1 小时左右。可治疗肌炎、软组织急性扭挫伤、术后粘连、腰肌劳损、神经血管性头痛、神经痛、神经炎、神经性皮炎、肩周炎、胃及十二指肠溃疡、肝炎、胆囊炎、鼻炎、盆腔炎、胃肠炎、湿疹、关节炎等疾病。

蜂蜡疗法可使皮肤血管扩张充血，局部代谢活跃、营养改善，组织通透性增高，排汗增多。同时，可促进网状内皮系统功能，激活再生修复机制，从而促使上述疾病的治疗和

身体的康复。但临床运用时应注意禁忌证，急性、感染性疾病不宜应用蜡疗。

第三部分 蜂蜜疗病便方

一、内科疾病

(一) 感 冒

银花山楂蜜汤

【处方】 银花 30 克，山楂 10 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将银花、山楂放入沙锅内，加水置旺火上煮沸，3～5 分钟后把药液倒入小搪瓷盆内。再加水煎 1 次，滤出药液，将 2 次药液合并，放入蜂蜜搅匀即可。可随时饮用。

【功效】 清热解毒，散风止痛。适用于风热感冒，发热头痛，口渴等。

菊花酒蜜

【处方】 菊花、枸杞子各 6 克，绍兴酒 200 毫升，蜂蜜

50 克。

【用法】 将绍兴酒浸泡菊花、枸杞子 10~20 日，去渣加蜂蜜。每日早、晚各饮 1 小杯。

【功效】 散寒解表。适用于风寒感冒，头痛等。

麻酱蜂蜜饮

【处方】 蜂蜜 50 克，芝麻酱适量。

【用法】 将上药调匀，用水冲饮。

【功效】 解表散寒。适用于风寒感冒。

葱姜茶蜜

【处方】 葱白 7 根，生姜 6 片，陈茶叶 6 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将葱白、生姜、陈茶叶水煎，去渣后冲入蜂蜜，顿服，使出微汗。

【功效】 发汗解表。适用于风寒感冒伴胸膈饱闷，腹部疼痛等。

蜂蜜牛奶

【处方】 蜂蜜 30 克，牛奶 250 毫升。

【用法】 将牛奶煮沸，稍温，加入蜂蜜，顿服。

【功效】 强身壮体，抗病毒。适用于感冒。

柠檬蜂蜜汁

【处方】 柠檬 1 个，蜂蜜 50 克。

【用法】 将柠檬切片取汁，加入蜂蜜，加适量温开水冲

饮。

【功效】 杀菌，抗病毒。适用于流行性感冒，咳嗽等。

绿茶钩藤蜜

【处方】 绿茶 1 克，钩藤、蜂蜜各 15 克。

【用法】 将钩藤加水 500 毫升，煮沸 3 分钟，去渣，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服，每日服 1 剂。

【功效】 散风清热。适用于流行性感冒。

蜂胶滴鼻液

【处方】 5% 蜂胶乙醇溶液。

【用法】 在流感流行季节，以 5% 蜂胶乙醇溶液滴鼻。每次每侧鼻孔滴 2~3 滴，每日 2 次，连用 3 日。或雾化吸入，每日 2 次。

【功效】 杀菌，抗病毒。适用于预防流行性感冒。

(二) 咳 嗽

白萝卜蜂蜜

【处方】 白萝卜 1 个，蜂蜜 30 克，白胡椒 5 粒，麻黄少许。

【用法】 将白萝卜洗净，切片，放入碗内，加入蜂蜜、白胡椒、麻黄共蒸 30 分钟，趁热顿服。

【功效】 发汗散寒，止咳化痰。适用于风寒咳嗽。

羊 蜜 膏

【处方】 熟羊脂、熟羊髓、蜂蜜各 250 克，生姜汁 30 毫升，生地黄汁 150 毫升。

【用法】 将熟羊脂煮沸后下熟羊髓，待沸后加蜂蜜、生地黄汁、生姜汁不停搅动，微火熬数沸成膏。每日空腹温白酒调服 1 汤匙。或作生姜汤，或作粥食亦可。

【功效】 补虚润肺，祛风化毒。适用于阴虚发热，骨蒸劳热，虚劳瘦弱，咳嗽，肺痿等。

蒸白梨蜂蜜

【处方】 大白梨 1 个，蜂蜜 50 克。

【用法】 将白梨挖去核，蜂蜜填入其中，加热蒸熟。每日早、晚各吃白梨 1 个，连吃数日。

【功效】 生津润燥，止咳化痰。适用于阴虚肺燥，久咳咽干，手、足心热等。

花生枣蜜汤

【处方】 花生米、大枣、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将上药用水共煎，饮汤。每日服 2 次。

【功效】 止嗽化痰。适用于咳嗽，痰饮等。

百 合 蜜

【处方】 鲜百合 200 克，蜂蜜适量。

【用法】 将蜂蜜拌鲜百合蒸软，时时含 1 片，吞津服食。

【功效】 清肺宁神。适用于肺脏壅热，烦闷，咳嗽等。

秋 梨 膏

【处方】 秋梨 20 个，大枣 1000 克，鲜藕 1500 克，生姜 300 克，冰糖 400 克，蜂蜜 200 克。

【用法】 将秋梨、大枣、鲜藕、生姜砸烂取汁，加热熬膏，加冰糖溶化，再以蜂蜜收之。每日早、晚随意服用。

【功效】 清肺降火，止咳化痰，润燥生津，除烦解渴，消散酒毒，祛病养身。适用于虚劳咳嗽，口干津亏，虚烦口渴，酒精中毒等。

蜜饯柚肉

【处方】 鲜柚肉 500 克，蜂蜜 250 克，白酒适量。

【用法】 将鲜柚肉去核，切块，放在瓶罐中，加入白酒，封严浸泡 1 夜，再倒入铝锅中煮至余液将干时，加入蜂蜜，拌匀即可。待冷装瓶备用。适量服用。

【功效】 润肺，止咳，化痰。适用于咳嗽痰盛，老年咳嗽等。

蜜饯双仁

【处方】 甜杏仁、核桃仁各 250 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将甜杏仁炒至黄色（勿焦），放在铝锅中加水煮 1 小时，再加核桃仁，待汁将干时，加入蜂蜜，拌匀，再煮沸即可。每次 3 克，每日服 2 次。

【功效】 润肺补肾。适用于肺肾两虚性久咳，久喘等。

猪油蜜膏

【处方】 猪油、蜂蜜各 100 克。

【用法】 将上药分别用小火煮沸，停火，晾温，混合调匀即可。每次服 1 汤匙，每日服 2 次。

【功效】 润肺，止咳，补虚。适用于肺燥咳嗽。

薤菜萝卜蜜汁

【处方】 薤菜（全棵带根）2 棵，白萝卜 1 个，蜂蜜适量。

【用法】 将薤菜、白萝卜洗净，共捣烂取汁 1 杯，用蜂蜜调服。

【功效】 适用于肺热咳嗽，咯血等。

贝 母 散

【处方】 贝母 9 克，白糖 30 克，蜂蜜、生姜汁各半酒盅。

【用法】 将贝母研末与白糖和匀，以蜂蜜、生姜汁调服。

【功效】 润肺，止咳。适用于久咳不愈。

香油姜蜜膏

【处方】 生姜 250 克，香油 200 毫升，蜂蜜 200 克。

【用法】 将生姜捣碎取汁，加入香油、蜂蜜，微火熬膏。每日早晨开水调服 1 汤匙。

【功效】 宣肺润燥，止咳。适用于久咳。

黑 豆 散

【处方】 黑豆粉 500 克，雪梨 4 个，生姜、蜂蜜各 120 克。

【用法】 将雪梨、生姜同捣取汁，与蜂蜜调匀，加入黑豆粉中搅匀，7 蒸 7 晒。不拘时服用。

【功效】 补肾止咳。适用于肾虚久咳。

三汁乳蜜膏

【处方】 蜂蜜 12 克，生姜汁 12 毫升，白萝卜汁、梨汁各 250 毫升，人乳 1 小碗。

【用法】 将上药和匀，共熬成膏。每日早、晚各服 2 汤匙。忌食葱。

【功效】 补肺润燥，止咳。适用于阴虚久咳。

蜂蜜鸡蛋

【处方】 蜂蜜 35 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将蜂蜜加水 300 毫升煮沸，打入鸡蛋微沸，1 次服用。每日早、晚空腹服。

【功效】 补肺润燥。适用于肺燥久咳。

二 冬 膏

【处方】 天门冬、麦门冬各 1000 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将天门冬、麦门冬用水煮，然后去渣，加入蜂蜜收膏。每次 15 克，每日服 2 次。

【功效】 滋阴润肺。适用于肺阴不足所致的咳嗽，烦渴，声音嘶哑，咽干且痛，痰中带血等。

绿 豆 酒

【处方】 绿豆、山药各 60 克，川黄柏、牛膝、元参、沙参、白芍、山梔、天门冬、麦门冬、天花粉、蜂蜜各 45 克，当归 36 克，甘草 9 克，白酒适量（用黄酒约 1000 毫升）。

【用法】 将上药 13 味（蜂蜜、白酒除外）共研细末，以绢袋装好，置容器中，加入白酒，密封，浸泡数日后过滤去渣，对入蜂蜜即可。每日 1 次，每次适量饮服。

【功效】 养阴，生津，清热解毒。适用于肺津不足，燥热而咳，干咳少痰，口干易烦等。

山 药 酒

【处方】 鲜山药 350 克，黄酒 2000 毫升，蜂蜜 100 克。

【用法】 将鲜山药洗净，去皮，切片。将黄酒 600 毫升倒入沙锅中煮沸，放入山药，煮沸后将所余黄酒慢慢加入，山药熟后取出，再加入蜂蜜，煮沸即可。每日 1 次，每次适量饮用。

【功效】 健脾益气。适用于虚劳咳嗽，痰湿咳嗽，脾虚咳嗽，泄泻，小便频数等。

(三) 咳 喘

丝瓜花蜜饮

【处方】 丝瓜花 10 克，蜂蜜 15 克。

【用法】 将丝瓜花洗净，放入杯中，用沸水冲泡，盖上盖浸泡 10 分钟，倒入蜂蜜搅匀即可。每日饮用 3 次。

【功效】 清肺止咳，消痰平喘。适用于肺热咳嗽，喘急气促等。

猪板油麦糖蜜膏

【处方】 猪板油、麦芽糖、蜂蜜各 120 克。

【用法】 将上药共熬成膏。每次 1 汤匙，口中含化，每日服数次。数日后喘嗽即止。常服，病可根除。忌食生冷辛辣刺激食物。

【功效】 润肺平喘。适用于咳嗽痰喘。

白果调蜜

【处方】 白果（即银杏）20 克，蜂蜜适量。

【用法】 将白果炒熟，去壳，取白果仁加水煮熟，捞出放入碗中，加蜂蜜调匀服食。

【功效】 益肾固肺，滋阴润燥。适用于支气管哮喘，老年人体虚哮喘，肺结核咳嗽等。

甘草蜜醋饮

【处方】 甘草 6 克，醋 10 毫升，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药放入杯中，用沸水冲泡。每日早、晚代茶饮。

【功效】 润肺止咳，化痰。适用于外感引起的慢性支气管炎，伴有咳嗽痰粘等。

醋煮蜂房

【处方】 蜂房 30 克，醋 60 毫升。

【用法】 将蜂房加醋及适量水共煮，取汁。每日服 2 次，连服 14 日。

【功效】 祛风解毒，散瘀杀虫。适用于支气管哮喘。

豆腐萝卜蜜汤

【处方】 豆腐 200 克，白萝卜汁 30 毫升，蜂蜜 60 克。

【用法】 将豆腐、白萝卜汁、蜂蜜调匀即可。每日 1 剂，分 2 次服。

【功效】 润肺化痰，止咳平喘。适用于慢性支气管炎咳嗽。

白蜜猪脂酒膏

【处方】 白酒、香油各 200 毫升，猪脂、蜂蜜、茶叶末各 200 克。

【用法】 将上药前 4 味共浸白酒中 1 日，再入锅内熬成

膏状。每日取 1 汤匙，茶叶水送服。

【功效】 散寒止咳，平喘。适用于慢性支气管炎之寒痰咳喘。

银花蜂蜜饮

【处方】 银花、蜂蜜各 30 克。

【用法】 用水 500 毫升煎银花，去渣取汁，加入蜂蜜饮用。每日 1 剂，分 3~4 次服。

【功效】 清热解毒，下气润肠。适用于急性支气管炎。

佛手蜂蜜饮

【处方】 蜂蜜 50 克，佛手 30 克。

【用法】 将佛手用水煮，去渣取汁，加入蜂蜜服用。每日 1 剂。

【功效】 理气化痰，止咳平喘。适用于慢性支气管炎。

茶 姜 蜜

【处方】 茶树根 100 克，生姜 50 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药前 2 味用水煎，去渣，加入蜂蜜。每次服 20 毫升，每日 2 次。

【功效】 止咳平喘。适用于慢性支气管炎。

葱汁蜜糖饮

【处方】 葱汁 50 毫升，蜂蜜、饴糖各 50 克。

【用法】 将葱汁、蜂蜜、饴糖调匀，煮开后分次饮用。

【功效】 润肺平喘。适用于慢性支气管炎。

杏仁蜜膏

【处方】 杏仁 30 克，生蜂蜜 120 克，甘草 10 克。

【用法】 将杏仁加水 200 毫升，研取汁，加入生蜂蜜、甘草，共放沙锅中慢火煎成膏。每次服 1 汤匙，每日 2 次，饭后服。

【功效】 润肺止咳，平喘。适用于慢性支气管炎。

贝母蜂蜜饮

【处方】 贝母 12 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药加水煮。每日 1 次，连服 20~30 日。

【功效】 清肺化痰，止咳。适用于痰热犯肺之哮喘。

萝卜子煮蜜

【处方】 萝卜子 100 克，蜂蜜适量。

【用法】 将萝卜子去皮，煮熟，加入蜂蜜，连汤服食。每日 1 次。

【功效】 下气平喘。适用于痰热犯肺之哮喘。

羊胆汁调蜜

【处方】 鲜羊胆汁 20 毫升，蜂蜜 250 克。

【用法】 将鲜羊胆汁倒入碗中，加入蜂蜜，放锅内蒸 2 小时。每日早、晚各服 1 汤匙。

【功效】 清热解毒，化痰平喘。适用于痰热哮喘。

茶叶荞麦蜜

【处方】 茶叶 6 克，荞麦面 120 克，蜂蜜 60 克。

【用法】 将茶叶研末，再将荞麦面炒熟，共搅匀。每次取 20 克，蜂蜜冲服。

【功效】 止咳平喘。适用于哮喘。

蜜 膏 酒

【处方】 蜂蜜、饴糖各 250 克，生姜汁、生百部汁各 125 毫升，大枣肉泥、杏仁泥各 75 克，橘皮末 60 克。

【用法】 将杏仁泥和生百部汁加水 1000 毫升，煮至 500 毫升，去渣，再加入蜂蜜、生姜汁、饴糖、大枣肉泥、橘皮末，文火再熬，取 1000 毫升贮存备用。用时以白酒调服 1～2 汤匙，含咽，每日服 3 次。

【功效】 疏散风寒，止咳平喘。适用于虚寒咳嗽，风寒咳嗽，喘息性支气管炎等。

红 颜 酒

【处方】 核桃仁、大枣各 120 克，杏仁 30 克，蜂蜜 100 克，酥油 70 克，烧酒 1000 毫升。

【用法】 将核桃仁、大枣捣碎，杏仁泡去皮、尖，共煮 4～5 沸，晒干研末。将蜂蜜、酥油溶入烧酒中，随将上药前 3 味药末入烧酒中，密封，浸泡 7 日后过滤去渣即可。每日服 60～90 毫升，每日早、晚空腹各服 1 次。

【功效】 补肺肾，止咳喘。适用于肺肾两虚，咳嗽气喘，

腰痛脚软，老年人便秘，久痢等。

人 参 蛤 蚧 膏

【处方】 人参 15 克，蛤蚧 1 对，沙苑子、菟丝子、紫菀各 50 克，核桃仁 100 克，紫河车、茯苓各 75 克，五味子、甘草各 30 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将人参研为细末。把蛤蚧等 9 味药碎成小块，加水浸泡 2 小时，加热煎煮，每隔 1 小时取煎液 1 次，直煎至药物无味为度。然后合并煎液，先武火后文火煎熬浓缩至稠粘时，入蜂蜜和人参末，熬炼至滴水成珠为度。冷却，装瓶。每次 2 汤匙，开水冲化服，每日 2 次。

【功效】 补肺益肾，止咳平喘。适用于久病咳嗽，痰吐清稀，上气喘满，动则喘甚，不能平卧等。

灵 芝 膏

【处方】 灵芝、大枣各 300 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将灵芝和大枣以适量水浸泡透发，加热煎煮，每隔 1 小时取煎液 1 次，加水再煎，共取煎液 3 次，最后以纱布包过滤，合并煎液，以文火煎熬浓缩，至稠粘时加入蜂蜜，熬炼至滴水成珠为度。冷却，装瓶。每次 1 汤匙，温开水化服，每日 3 次。

【功效】 养心益肺，强肝悦脾。适用于虚劳体弱咳嗽，多痰哮喘，胸闷气短，失眠健忘，消化不良等。

鹿角胶膏

【处方】 鹿角胶 200 克，天门冬 250 克，生姜 100 克，地黄、酥油各 150 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将生姜加水少许捣烂，用纱布包榨取生姜汁。鹿角胶放杯中隔水炖化。将地黄和天门冬断碎，加水适量浸泡透发，加热煎煮，每隔 1 小时滤取煎液 1 次。加水再煎，共取煎液 3 次，合并煎液，先武火后文火煎熬浓缩至一半量时，加入生姜汁、酥油、蜂蜜及鹿角胶汁，武火熬炼至滴水成珠为度。冷却，装瓶。以黄酒 1 盅，调和药膏 1~2 汤匙，加水少许炖化，饭后服用，每日 2~3 次。

【功效】 益肺补虚。适用于肺虚气弱的胸闷，身倦，喘促气短，久咳，痰饮，自汗，脉弱等。

油菜蜂花粉

【处方】 油菜的蜂花粉 3 克。

【用法】 每次 3 克，饭前服，每日 3 次。2 周为 1 个疗程，一般服 2~4 个疗程。

【功效】 适用于慢性支气管炎。

蜂 王 浆

【处方】 鲜蜂王浆 200 毫克。

【用法】 每日 200 毫克，分 2~3 次服，连续服用 2 周。

【功效】 适用于支气管哮喘。

(四) 肺病、矽肺

薏米槟榔粥

【处方】 薏米 240 克，槟榔 30 克，蜂蜜 200 克。

【用法】 将上药前 2 味共研细末，加蜂蜜调成粥状，置锅内蒸熟。每次 30 克～60 克，开水送服，每日 3 次。

【功效】 排脓解毒。适用于肺病，症见咳嗽，咯黄绿色脓痰或带血，呼吸困难，胸胁疼痛，发热烦躁，口渴等。

荞麦蜜汤

【处方】 金荞麦 30 克～60 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将金荞麦加水 400 毫升，隔水蒸煮 45 分钟，去渣服。每日 1 次。

【功效】 排脓解毒。适用于肺病，咯吐脓血等。

豆 汁 蜜

【处方】 黄豆、蜂蜜各适量。

【用法】 将黄豆浸泡，磨汁，去渣，加热后调入蜂蜜饮用。

【功效】 滋阴补气，润肺宁嗽，抑火化痰。适用于肺病咳嗽，痰臭痰浓等。

红 蔗 膏

【处方】 红甘蔗、白萝卜各 5000 克，蜂蜜、饴糖、香油、鸡蛋各适量。

【用法】 将红甘蔗、白萝卜洗净，榨取汁液，与蜂蜜、香油、饴糖调匀，熬成膏。每日早晨取鸡蛋 2 个，去壳，加膏 2 汤匙拌匀，蒸熟后服食。

【功效】 清热，润肺。适用于矽肺。

（五）肺 结 核

白果五汁蜜膏

【处方】 白果汁、秋梨汁、鲜藕汁、甘蔗汁、淮山药汁各 120 毫升，霜柿饼、生核桃仁、蜂蜜各 120 克。

【用法】 将上 5 汁同柿饼捣为膏；蜂蜜与核桃仁捣为泥，稍加热，再同柿饼膏搅拌，然后贮存罐内。每次服 1~2 汤匙。可视病情加減。

【功效】 润肺，消痰，止咳。适用于肺结核引起的咳痰气喘，咯血，咽干口渴等。

百 合 蜜

【处方】 鲜百合、蜂蜜各适量。

【用法】 将鲜百合、蜂蜜共放碗内蒸食。每日 2 次。常服食。

【功效】 清热，润肺，生津，抑制结核菌扩散，促使结

核病灶钙化。适用于肺结核。

五液蜜膏

【处方】 鸭梨、白萝卜各 1000 克，生姜、炼乳、蜂蜜各 250 克，黄酒少许。

【用法】 将鸭梨洗净，去核，切碎。白萝卜、生姜洗净，切碎捣烂。分别用纱布榨汁，取鸭梨汁、白萝卜汁放入锅中熬至稠粘成膏状时，将生姜汁、炼乳、蜂蜜及黄酒共倒入锅内搅匀，再以文火熬片刻即可。每日早、中、晚各服 1 次。

【功效】 清热，润肺。适用于肺结核低热不退。

莲藕乳汁

【处方】 藕汁 500 毫升，人乳 120 毫升，蜂蜜 120 克。

【用法】 将上药搅匀，上笼蒸 15 分钟。每日早、晚各服 1 盅。

【功效】 养阴止血。适用于肺结核咯血。

慈姑醋蜜

【处方】 慈姑数个，蜂蜜适量，醋 10 毫升。

【用法】 将慈姑去皮，捣烂，加蜂蜜、醋拌匀，上锅蒸熟，趁热服。每日 1 次。

【功效】 清热解毒，消痈散结。适用于肺结核咯血，淋巴结核等。

蜡蜜蚧贝丸

【处方】 蛤蚧 1 对，川贝母、蜂蜡、蜂蜜各 60 克。

【用法】 将蛤蚧、川贝母研为细末，将蜂蜡、蜂蜜化开调入药末中，共为小丸，如绿豆大。每次 9 克，每日服 2~3 次。

【功效】 止咳平喘，抗癆杀虫。适用于肺结核，肺病，虚损喘咳，痰脓痰臭等。

一味膏

【处方】 枇杷叶 1000 克，白果 120 克，冬虫夏草、百部各 60 克，五味子、白及各 15 克，蛤蚧 2 对，地骨皮 30 克，竹沥水 30 毫升，蜂蜜 500 克。

【用法】 将上药前 5 味和地骨皮放沙锅中，以水 7500 毫升熬取药汁 5000 毫升，再以水 4000 毫升熬渣，取药汁 2500 毫升，药渣再以水 2500 毫升熬至 1500 毫升，去渣，将 3 次药汁滤净，慢火熬至 1500 毫升，加蜂蜜炼为软膏，加入白及粉微炼，再将蛤蚧粉、竹沥水加入，微熬，收贮瓷罐。每次 15 克~30 克，开水冲服，每日 3~5 次。

【功效】 润肺，止咳平喘。适用于骨蒸癆嗽，喘促盗汗，咳痰咯血，虚弱羸瘦等。

黑豆松子粥

【处方】 黑豆、松子仁、粳米各 50 克，蜂蜜适量。

【用法】 将松子仁研碎，黑豆浸泡，然后同粳米煮粥，

粥熟后冲入蜂蜜即可。

【功效】 补虚润肺，养液滑肠。适用于肺结核，肺燥咳嗽，咯血及体弱早衰，慢性便秘，产后体虚，头晕目眩等。脾胃虚弱所致的腹泻不宜用。

绿茶蜜蛋

【处方】 绿茶 1 克，鸡蛋 1~2 个，蜂蜜 25 克。

【用法】 将水 300 毫升煮沸后加入绿茶、鸡蛋、蜂蜜同煮熟。食鸡蛋，饮汤。每日早饭后服 1 次，每日服 1 剂，45 日为 1 个疗程。

【功效】 补肺。适用于肺结核。

葛粉姜汁蜜

【处方】 葛粉、生姜汁、蜂蜜各 1 汤匙。

【用法】 将上药用开水冲服。每日 3 次，连服 30 日。

【功效】 适用于肺结核，气阴两虚，咳嗽无力，气短声低，痰中偶见夹血、色淡，面白神疲，潮热颧红，自汗盗汗，舌质嫩红，边有齿印，苔薄，脉细数无力等。

萝卜明矾蜂蜜

【处方】 红皮大萝卜 1000 克，明矾 9 克，蜂蜜 90 克。

【用法】 将红皮大萝卜洗净，切碎，加水 300 毫升，煎汁 100 毫升，去渣，加入明矾、蜂蜜调匀。每次 50 毫升，每日 3 次，空腹服。

【功效】 理气止咳，敛肺止血。适用于肺结核咯血。

百 花 膏

【处方】 款冬花、百合各等份，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 2 味研为细末，加水煎熬，再入蜂蜜熬成膏即可。每次 1 汤匙，生姜汤送服，每日 1 次。

【功效】 滋阴润肺。适用于肺结核咳嗽，咯血等。

酥 蜜 粥

【处方】 酥油、蜂蜜各 30 克，粳米 100 克。

【用法】 将粳米淘洗干净，加水 800 毫升煮成粥，再加入酥油、蜂蜜，用文火再煮片刻即成。每日早、晚各服 1 次。

【功效】 强身润肺。适用于肺结核阴虚发热，体弱羸瘦，肺燥咯血，皮枯槁，便秘等。亦可用于保健强身。

（六）消化不良

蜜饯姜枣龙眼

【处方】 龙眼肉、大枣、蜂蜜各 250 克，生姜汁适量。

【用法】 将龙眼肉、大枣洗净，放入锅内，加水适量，用武火煮沸后改用文火煮至七成熟时加入生姜汁、蜂蜜，搅匀煮熟，待晾凉后装入瓶内即可。食龙眼肉、大枣，每次各 6~8 枚，每日 3 次。

【功效】 适用于脾虚、血亏所出现的食欲不振，面色萎黄，心悸怔忡等。

蜜饯红果

【处方】 红果 500 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将红果洗净，去核，加水煮至烂，再加入蜂蜜熬至稠粘为度。每次食 1 汤匙，每日 2 次。

【功效】 健胃消食。适用于消化不良，脘腹胀闷等。

萝卜汁茶蜜

【处方】 白萝卜汁 60 毫升，浓茶 1 杯，蜂蜜 20 克。

【用法】 将上 3 味调匀，加热后服用。每日 1 次。

【功效】 消食导滞。适用于消化不良。

绿茶李子蜜

【处方】 绿茶 2 克，鲜李子 100 克～150 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 以水 300 毫升煮鲜李子 3 分钟，然后加入蜂蜜、绿茶。分 3 次服食。

【功效】 清热，开郁，消食。适用于肝病引起的食欲不振。

百补增力膏

【处方】 党参、白术、苍术、陈皮、厚朴、神曲、麦芽、山楂各 100 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将上药前 8 味加水适量，浸泡透发 2 小时，加热煎煮，每隔 1 小时滤取煎液 1 次，共取 3 次。然后合并煎液，先武火后文火加热煎煮浓缩至较稠粘时，加入蜂蜜，熬

至滴水成珠为度。冷却，装瓶。每次 1~2 汤匙，温开水化服，空腹服用，每日 2 次。

【功效】 健脾，理气，消食。适用于脾胃虚弱，胸满腹胀，食不消化，体倦乏力，四肢水肿等。

刺梨蜜饮

【处方】 鲜刺梨 200 克，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜刺梨洗净，放入锅中，加水适量，煮沸 20 分钟，去渣后加入蜂蜜即可。每日服 1 剂，代茶饮。

【功效】 适用于消化不良，胃及十二指肠溃疡，冠心病，高血压，动脉硬化及肺燥咳嗽等。

红茅药酒

【处方】 公丁香、白豆蔻、肉豆蔻、草豆蔻、枝枝、山药、高良姜、零陵香、红豆蔻各 6 克，白芷、枸杞子、佛手、砂仁各 10 克，当归 30 克，陈皮、肉桂各 20 克，木香、檀香各 2 克，沉香 4 克，红曲 162 克，白酒 5200 毫升，蜂蜜 1560 克，冰糖 416 克。

【用法】 将上药前 20 味研碎，装入布袋，置容器中，加入白酒，加热煮沸后再加入蜂蜜、冰糖溶化，密封浸泡 1~3 日，过滤去渣即可。每次 30 毫升~50 毫升，烫热饮服，每日 3 次。

【功效】 理脾和胃，温中散寒。适用于寒湿中阻、脾胃气滞所致的脘满痞塞，腹胀腹痛，不思饮食，消化不良等。

神仙药酒

【处方】 木香 9 克，丁香、檀香各 6 克，茜草 60 克，砂仁 15 克，红曲 30 克，白酒 500 毫升，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 6 味共研细末，炼蜜为 1 丸。每丸用白酒 500 毫升，密封浸泡 3~5 日即可。每次 15 毫升~20 毫升，每日服 2 次。

【功效】 开胃消食，顺气消胀，快膈宽胸。适用于脘腹饱满，暖气打嗝，消化力弱，食欲不振等。

金 橘 酒

【处方】 金橘 600 克，蜂蜜 120 克，白酒 1500 毫升。

【用法】 将金橘洗净，晾干，切片或捣碎，与蜂蜜一起置容器中，加入白酒，密封，浸泡 2 个月后即可。每次 15 毫升~20 毫升，每日服 2 次。

【功效】 理气解郁，开胃消食。适用于食欲不振，食滞胃呆，腹胀，咳嗽，痰稀白等。

(七) 呕 吐

姜 汁 蜜

【处方】 生姜汁 1 份，蜂蜜 2 份。

【用法】 将生姜汁煮沸，加蜂蜜，1 次饮服。

【功效】 温中健胃，止呕。适用于胃寒呕吐。

萝卜蜂蜜

【处方】 白萝卜 1 个，蜂蜜 50 克。

【用法】 将白萝卜洗净，切丝捣烂成泥，加蜂蜜拌匀，分 2 次服食。

【功效】 健脾和中养胃。适用于恶心呕吐。

（八）胃 痛

土 豆 粥

【处方】 土豆（不去皮）250 克，蜂蜜少许。

【用法】 将土豆洗净，切成丁，用水煮烂成粥状，加蜂蜜拌匀。每日早晨空腹服食，连服半个月。

【功效】 和中养胃。适用于胃脘隐痛不适。

山 楂 蜜

【处方】 山楂、山楂叶各 15 克，蜂蜜适量。

【用法】 将山楂、山楂叶用水煮烂，加入蜂蜜服食。每日 1 剂。

【功效】 消食导滞，止痛。适用于伤食胃痛。

玫瑰茶蜜

【处方】 玫瑰花 5 克，绿茶 1 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药前 2 味加水煎沸，去渣，加入蜂蜜服食。每日 1 剂。

【功效】 理气，止痛。适用于胃神经官能症。

(九) 胃及十二指肠溃疡

土豆汁蜜

【处方】 土豆汁 100 毫升，枳实、白及各 60 克，柯子肉 90 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将枳实、白及、柯子肉共研细末，加入土豆汁、蜂蜜搅拌均匀，装在容器中。每次 1 汤匙，每日 3 次，2 周为 1 个疗程。病情较重者可连服 1 个月。服药期间忌食辛辣和粘硬不易消化等食物。

【功效】 和中养胃。适用于胃及十二指肠溃疡。

服 蜂 蜜

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 每次饭前 1.5 小时或饭后 3 小时服蜂蜜适量。坚持 1 个疗程（2 个月），治愈率可达 80% 左右。

【功效】 健胃，润肠，通便，抑制胃酸分泌，减少胃粘膜的刺激而缓解疼痛。适用于胃及十二指肠溃疡。

牛奶蜂蜜

【处方】 牛奶 250 毫升，蜂蜜 50 克，白及粉 10 克。

【用法】 将牛奶煮沸，调入蜂蜜、白及粉服用。每日 1 次。经常服用有效。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

花生奶蜜

【处方】 花生米 50 克，牛奶 200 毫升，蜂蜜 30 克。

【用法】 将花生米用水浸泡后捣烂，加入煮沸的牛奶中，煮沸后再加蜂蜜。睡前服。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

茶叶白糖蜜

【处方】 茶叶、白糖、蜂蜜各 250 克。

【用法】 将上药加水 4 大碗，煎至 2 碗，去渣，装瓶，12 日后即可。每日早、晚各服 20 毫升，加热后服。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

蜜 汁 藕

【处方】 鲜藕 2 节，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜藕洗净，在藕节处切开灌入蜂蜜，以原藕盖上，竹签固定，蒸熟服食。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

红糖茶蜜

【处方】 红茶 5 克，蜂蜜、红糖各适量。

【用法】 将红茶放入保温杯中用沸水冲泡 10 分钟，加入蜂蜜、红糖。饭前趁热服。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

蜜胶合剂

【处方】 蜂胶浸膏 5%，蜂蜜 95%，香料适量。

【用法】 将蜂蜜加热，过滤，加入蜂胶浸膏、香料，混合搅拌均匀，贮于棕色瓶中。每服 10 毫升，每日服 3 次。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

陈皮甘草蜜

【处方】 陈皮 15 克，甘草 50 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将陈皮、甘草加水 500 毫升，煎浓汁，去渣，加入蜂蜜。每次 1~2 汤匙，每日服 2 次。

【功效】 适用于胃及十二指肠溃疡。

丹参蜂蜜汤

【处方】 丹参 25 克，檀香 15 克，炙甘草 10 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将上药前 3 味加水煮，去渣取汁，加入蜂蜜服用。每日 1 剂。

【功效】 适用于胃溃疡，慢性胃炎，胃脘痛等。

绿茶香蕉汤

【处方】 绿茶 0.5 克，香蕉肉 200 克，精盐 0.3 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药共置大碗中，搅拌后加开水 300 毫升，泡 5 分钟后服用。每日 1 剂。

【功效】 生津利尿，消炎止血。适用于胃及十二指肠溃疡，萎缩性胃炎，痔疮出血，高血压等。

(十) 呃 逆

紫苏姜蜜膏

【处方】 紫苏叶 60 克，蜂蜜 400 克，生姜汁 400 毫升。

【用法】 将紫苏叶加水煎，取煎汁 300 毫升，加入生姜汁、蜂蜜再煎，浓缩成膏。每日早晨服半汤匙。

【功效】 和胃降逆。适用于呃逆。

姜 汁 蜜

【处方】 生姜、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将生姜洗净捣烂，用纱布绞汁，加入蜂蜜服用。

【功效】 和胃止呃。适用于呃逆。

蜂蜡熏烟

【处方】 蜂蜡 1 块。

【用法】 将蜂蜡置于火上，待烟出，以口鼻吸之，呃立止。

【功效】 适用于呃逆不止。

(十一) 吐血、便血

香油茶蜜

【处方】 香油 120 毫升，茶叶、蜂蜜各 120 克。

【用法】 将茶叶煎水 2 壶，再入香油、蜂蜜，煮至起泡即可。每日 3 次，7 日服完。

【功效】 适用于吐血。

藕芽散

【处方】 藕芽、蜂蜜各 30 克，梨 4 个。

【用法】 将藕芽焙黄研细末，将梨的一端削去 1 片，去核，然后把藕芽末、蜂蜜分装于 4 个梨内，再将削去一端封闭，置笼屉中蒸熟。每次食梨 1 个，用温黄酒少许送下，每日 2 次，空腹食用。

【功效】 润肺止血。适用于劳伤吐血，咯血等。

蜂蜜木瓜粉

【处方】 蜂蜜、木瓜粉各 6 克。

【用法】 将蜂蜜用开水溶解，加入木瓜粉调服。每日早、晚各 1 次，连续服用有效。

【功效】 适用于大便下血。

（十二）痢 疾

萝卜姜汁蜜

【处方】 白萝卜 1 个，鲜生姜、蜂蜜各 30 克，陈茶叶 3 克。

【用法】 将白萝卜、鲜生姜分别洗净，捣烂，取白萝卜汁 1 酒杯、生姜汁 1 汤匙，与蜂蜜、陈茶叶和匀，用开水冲沏 1 杯，顿服。连服 3 次可愈。

【功效】 适用于赤白痢疾。

薤白鸡蛋蜜醋饼

【处方】 薤白 10 克，面粉 60 克，鸡蛋 3 个，蜂蜜、醋各适量。

【用法】 将鸡蛋打碎，薤白切碎，与面粉和匀做成饼，用蜂蜜、醋代油煎熟，空腹当主食吃。每日食 2 次。

【功效】 补脾养阴。适用于赤白痢疾，里急后重等。

华佗治痢丸

【处方】 鸡蛋黄 55 克，血余炭、蜂蜡、蜂蜜各 10 克，醋 10 毫升，黄连末 15 克。

【用法】 将蜂蜜、蜂蜡、醋、鸡蛋黄搅匀后加入黄连末、血余炭，熬至能做成丸为度，制成绿豆大小的丸。每日服 3 次，2 日内服完。

【功效】 和中，凉血止痢。适用于赤白痢疾，食入即吐等。

蜂蜜马齿苋汤

【处方】 鲜马齿苋 1000 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将鲜马齿苋用温开水洗净，捣烂取汁，加蜂蜜调匀，1 次服下。每日服 2 次。

【功效】 清热解毒，散血消肿。适用于热痢脓血。

石榴皮蜂蜜汤

【处方】 石榴皮 60 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将石榴皮加水 200 毫升，煎至 100 毫升，加入蜂蜜。每次 20 毫升，每日 3 次，连续服用 1 周。

【功效】 收敛止泻。适用于赤白痢疾。

狼把草蜜汤

【处方】 狼把草 50 克~100 克，蜂蜜适量。

【用法】 将狼把草加水煎 30 分钟，去渣，加入蜂蜜和匀服用。

【功效】 适用于赤痢。

调 气 饮

【处方】 蜂蜡、阿胶各 10 克，黄连末 15 克。

【用法】 将蜂蜡、阿胶融化，加入黄连末搅匀。分 3 次热服。

【功效】 清热解毒，涩肠止痢。适用于赤白痢疾，小腹痛不可忍，里急后重等。

千金胶汤

【处方】 蜂蜡 30 克，当归 8 克，黄连 10 克，阿胶、黄柏各 6 克，陈廩米 250 克。

【用法】 用水 1000 毫升煮陈廩米至熟，取汤约 300 毫升，入上药后再煎至约 200 毫升。1 次温服。

【功效】 健脾止痢。适用于产后下痢。

山楂蜜调膏

【处方】 山楂肉、蜂蜜、白糖各适量。

【用法】 将山楂肉研为细末，每服 3 克～6 克。赤痢用蜂蜜调，白痢用白糖调，赤白相兼用蜂蜜、白糖各半调。空腹温水调服。

【功效】 消食导滞。适用于赤白痢疾。

砂糖蜜萝卜汁

【处方】 砂糖、蜂蜜、白萝卜汁各 1 盏。

【用法】 将上药混匀上锅蒸化，顿服。1～2 次可见效。

【功效】 适用于噤口痢。

止痢丸

【处方】 蜂蜡 60 克，黄丹 120 克，枯矾末 90 克。

【用法】 将蜂蜡融化后加入黄丹、枯矾末做成梧桐子大

小的药丸。每次 10 丸，每日 2 次。一般 1~2 日即愈。

【功效】 涩肠止痢。适用于赤白痢疾。

（十三）噎 膈

韭汁蜂蜜饮

【处方】 韭菜汁 10 毫升，蜂蜜 20 克，竹沥水 20 毫升，羊奶 250 毫升。

【用法】 将羊奶煮沸，再入余药煎沸即可。代茶饮。

【功效】 利膈开胃。适用于噎膈。

锅 灰 丸

【处方】 锅底灰、蜂蜜各适量。

【用法】 将锅底灰加入蜂蜜，共和为丸如黄豆大。每服 10 丸，用新打的井水送服。

【功效】 适用于噎膈。

人参半夏汤

【处方】 人参 8 克，半夏 9 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将半夏用淘米水浸泡 15 分钟后取半夏煮水 1 小碗，人参加水煮 1 小碗，加蜂蜜，共和匀。分 2 次服。

【功效】 益气和中，健胃。适用于噎膈。

二 味 汤

【处方】 威灵仙、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将上药水煎 3 次，每煎分 2 次服，每 4 小时 1 次，1 日服完。每日 1 剂，连服 7 日停药。

【功效】 适用于噎膈。

噎 膈 酒

【处方】 葶苈 120 克，厚朴、陈皮、白蔻仁、橘饼各 30 克，白糖、冰糖各 120 克，蜂蜜 60 克，白酒、烧酒各 1500 毫升。

【用法】 将上药前 5 味共捣碎，置容器中，加入白酒、冰糖和烧酒，密封，浸泡 10 日，过滤去渣，对入白糖、蜂蜜搅拌溶化。每次服 30 毫升，每日 3 次。

【功效】 养胃和中，理气通膈。适用于噎膈轻症，吞咽梗塞不畅等。

（十四）便 秘

蜂蜜木瓜

【处方】 蜂蜜、木瓜粉各 6 克。

【用法】 先用开水将蜂蜜溶化，再入木瓜粉。冲服，每日早、晚各 1 次。连续服用有卓效。

【功效】 润燥滑肠，清热解毒。适用于大便秘结，便血

等。

奶蜜葱汁

【处方】 牛奶 250 毫升，蜂蜜、葱白各 100 克。

【用法】 将葱白洗净，捣烂取汁。牛奶、蜂蜜共煮，煮沸后下葱汁再煮即可。每日早晨空腹服用。

【功效】 补虚，除热，通便。适用于阴虚肠燥之便秘，老年习惯性便秘等。

蜂蜜醋蛋

【处方】 蜂蜜适量，鸡蛋 1 个，9°醋 150 毫升～180 毫升。

【用法】 将鸡蛋洗净，放入广口玻璃瓶中，倒入醋，密封 48 小时，待蛋壳软化，仅剩下薄皮包着胀大的鸡蛋时启封，将鸡蛋清、鸡蛋黄与醋搅匀，再放置 24 小时后即可。1 剂分 5～7 日服完，每次约 30 毫升，加温开水 2～3 倍及蜂蜜调匀，每日 1 次，于早晨空腹时服用，软蛋皮 1 次食完。胃溃疡、胃酸过多者慎服。

【功效】 开胃消食，润肠通便。适用于各种便秘。

服 蜂 蜜

【处方】 蜂蜜 60 克。

【用法】 每日早、晚各服 30 克，温开水送服。一般 3 日即可缓解。

【功效】 润肠通便。适用于便秘。

白萝卜香蕉蘸蜜

【处方】 白萝卜、香蕉、蜂蜜各适量。

【用法】 青少年以白萝卜片蘸蜂蜜嚼食；老年人用香蕉肉蘸蜂蜜吃。每日数次，疗效显著。

【功效】 润肠通便。适用于习惯性便秘。

花粉蜜膏

【处方】 蜂花粉 150 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将蜂花粉去杂，用白酒喷洒消毒，粗粉研碎，加入蜂蜜调成膏。每日早晨空腹服用 1 汤匙，晚服用 1 汤匙，温开水送服。

【功效】 适用于习惯性便秘。

王 浆 蜜

【处方】 蜂王浆、蜂蜜各适量。

【用法】 将蜂王浆加蜂蜜调成 5% 浓度服用。每日 3 次。

【功效】 润肠通便。适用于习惯性便秘。

润 肠 煎

【处方】 当归 12 克，火麻仁、大云各 15 克，郁李仁、杏仁各 10 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 将上药用水煎，去渣，加入蜂蜜温服。每日 1 剂，分 3 次服。

【功效】 滋阴养血，润肠通便。适用手便秘，年老体弱，

久病，产后津少等。

地黄羊脂酒

【处方】 地黄汁 70 毫升，生姜汁 50 毫升，羊脂 150 克，蜂蜜 75 克，糯米酒 1000 毫升。

【用法】 将糯米酒倒入坛中，置文火上煮沸，边煮边徐徐下羊脂，化尽后再加入地黄汁、生姜汁搅匀，煮数十沸后离火待冷。再将蜂蜜炼熟后倒入酒内搅匀，密封，置阴凉处，浸泡 3 日后开封即可。每次服 20 毫升，每日 3 次。

【功效】 补脾益气，调中开胃，滋阴生津，润燥通便。适用于肠燥便秘，虚劳形瘦，脾胃虚弱，食欲不振，烦热口渴，阴虚干咳等。

连翘茶

【处方】 连翘、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将连翘用沸水冲泡，加入蜂蜜，代茶频饮。每日 1 剂。

【功效】 清热解毒，通便。适用于实热痰湿壅结的便秘，有缓泻作用。

决明苳蓉茶

【处方】 决明子、肉苳蓉各 10 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 将决明子炒熟研细，同肉苳蓉放入茶杯中，用沸水冲泡 5 分钟，加入蜂蜜，代茶频饮。每日 1 剂。

【功效】 润肠通便。适用于习惯性和老年人便秘等。

葱白通便外用

【处方】 葱白（小指粗）1根，蜂蜜少许。

【用法】 将葱白洗净，蘸上蜂蜜，徐徐插入肛门内5厘米～6厘米，来回抽擦2～3次后拔出，约20分钟即欲大便。如仍不排大便，再插入葱白2～3次即通。

【功效】 适用于大便不通。

皂角蜂蜜栓外用

【处方】 皂角30克，蜂蜜250克。

【用法】 将皂角研为细末，蜂蜜放入沙锅中用微火煎，待浓缩后加入皂角末，熬至能成丸时即可。将药膏搓成小指粗棍状，约1寸长蜜栓，待冷变硬，塞入肛门。

【功效】 润肠通便。适用于大便秘结。

（十五）肝 炎

老 鳖 散

【处方】 老鳖1只，蜂蜜适量（重量按2：1）。

【用法】 将老鳖放入锅内，用文火焙干，将蜂蜜涂于鳖上，干后研末装瓶。每次10克，温开水送服，每日3次。

【功效】 适用于慢性肝炎。

芹菜汁蜜饮

【处方】 鲜芹菜 100 克～150 克，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜芹菜洗净，捣烂取汁，加蜂蜜炖。温服，每日 1 次，疗程不限。

【功效】 平肝解毒。适用于传染性肝炎。

公英茶蜜

【处方】 绿茶 1 克，蒲公英 20 克，甘草 3 克，蜂蜜 15 克。

【用法】 将蒲公英、甘草加水 500 毫升，煮沸 10 分钟，去渣，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服，每日服 1 剂。

【功效】 清热利湿，解毒。适用于肝炎丙氨酸氨基转移酶偏高。

蜂蜜猪胆汁

【处方】 猪胆 1 个，蜂蜜 100 克。

【用法】 将猪胆汁同蜂蜜调匀，放锅中蒸 20 分钟。分 2 次饮服。

【功效】 清热，解毒，祛湿。适用于肝炎。

大枣花生蜜

【处方】 大枣、花生米、蜂蜜（或蜂王浆）各 50 克。

【用法】 加水先煮花生米，后下大枣，再加入蜂蜜。每日 1 剂，睡前服食，连续服 1 个月。

【功效】 适用于急、慢性肝炎，肝硬变血清丙氨酸氨基转移酶较高等。

玉米花蜜汤

【处方】 玉米秆上的花 60 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将玉米秆上的花水煎，去渣，加入蜂蜜，徐徐饮服。每日 1 次。

【功效】 适用于黄疸型肝炎，胆囊炎，胆结石等。

清 肝 饮

【处方】 山栀 8 克，板蓝根 6 克，甘草 3 克，大枣 10 枚，白扁豆 15 克，茵陈、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将上药前 6 味水煎，去渣，加入蜂蜜。每日 1 剂，分 2 次服。

【功效】 清热利湿，解毒退黄。适用于黄疸型肝炎。

茶蛋蜂蜜汤

【处方】 绿茶 1 克，鸡蛋 1~2 个，蜂蜜 25 克。

【用法】 将水 300 毫升煮沸，加入绿茶、鸡蛋、蜂蜜，待鸡蛋熟后即可。每日早餐后服 1 次，45 日为 1 个疗程。

【功效】 健脾扶肝，利尿解毒。适用于肝炎丙氨酸氨基转移酶高。

服蜂王浆

【处方】 鲜蜂王浆 20 克。

【用法】 成人每日服鲜蜂王浆 20 克，连服 60 日。

【功效】 养肝保肝。适用于急、慢性肝炎丙氨酸氨基转移酶高。

服蜂花粉

【处方】 蜂花粉 2 汤匙。

【用法】 每日用温开水送服蜂花粉 2 汤匙，连服 30 日。

【功效】 养肝保肝。适用于慢性肝炎。

（十六）高 血 压

菊花葛粉粥

【处方】 菊花 25 克，葛粉 50 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将菊花焙干研末，把葛粉熬成粥状，加入菊花、蜂蜜即可。每日 1 剂。常服。

【功效】 清肝明目，降血压。适用于高血压。

绿茶苹果皮汤

【处方】 绿茶 1 克，苹果皮 50 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将苹果皮洗净，加水 450 毫升，煮沸 5 分钟，加入蜂蜜、绿茶即可。分 3 次温服，每日服 1 剂。

【功效】 清热降血压。适用于高血压。

芹菜蜂蜜汁

【处方】 鲜芹菜 500 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鲜芹菜洗净，捣烂取汁，拌蜂蜜温服。每日分 3 次服完。

【功效】 清热平肝，降血压。适用于高血压，高胆固醇等。

荸荠萝卜蜜汁

【处方】 荸荠、白萝卜各 750 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将上药前 2 味洗净，切碎捣烂，用纱布绞汁，去渣，加入蜂蜜。每日分 2~3 次服完。

【功效】 滋阴润燥。适用于高血压，便秘等。

蜂蜜香蕉茶

【处方】 香蕉 50 克，蜂蜜、茶水各适量。

【用法】 将香蕉去皮，研碎，加等量茶水，再加入蜂蜜调匀。代茶频饮。

【功效】 生津利尿，降血压。适用于高血压，冠心病等。

葫芦蜜汁

【处方】 鲜葫芦、蜂蜜各适量。

【用法】 将鲜葫芦捣烂，绞汁，以蜂蜜调匀。每次服半杯至 1 杯，每日 2 次。

【功效】 除烦，降血压。适用于高血压引起的烦热口渴

等。

醋 蜜

【处方】 醋 500 毫升，蜂蜜 500 克。

【用法】 将醋倒入锅中煮沸，加蜂蜜炼成糊状。每次 1 汤匙，每日 3 次。

【功效】 滋阴润燥，降血压。适用于高血压，便秘等。

芝麻蜂蜜醋蛋

【处方】 芝麻、蜂蜜各 30 克，鸡蛋 1 个，醋 30 毫升。

【用法】 将芝麻研末，加醋、蜂蜜、鸡蛋清搅匀。1 剂分 6 次服用，每日服 3 次。常服有效。

【功效】 补肝肾，润五脏，降血压。适用于高血压。

王 浆 蜜

【处方】 鲜蜂王浆 100 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将鲜蜂王浆、蜂蜜混合调匀，装入空瓶中即可。每日早、中、晚各服 1 汤匙，连服 3 个月。

【功效】 适用于高血压，冠心病等。

（十七）冠 心 病

青柿子蜜

【处方】 七成熟青柿子 1000 克，蜂蜜 2000 克。

【用法】 将青柿子去蒂、柄，切碎，捣烂，绞汁，倒入沙锅，先以武火再改用文火煎至浓稠，加蜂蜜熬至稠，停火冷却，装瓶。每次 1 汤匙，开水冲服，每日服 3 次。

【功效】 适用于冠心病，动脉硬化，高血压等。

蜂蜜姜汁

【处方】 蜂蜜 30 克，生姜汁 1 汤匙。

【用法】 将蜂蜜、生姜汁用温开水调匀，顿服。

【功效】 适用于心绞痛。

蜂蜜首乌丹参汤

【处方】 蜂蜜、首乌、丹参各 25 克。

【用法】 将上药用水煎，去渣取汁，加入蜂蜜拌匀。每日 1 剂。

【功效】 益气补中，活血化淤。适用于冠心病，肝脏病等。

刺梨蜜饮

【处方】 鲜刺梨 200 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鲜刺梨洗净，放入锅中，加水适量，煮沸 20 分钟，去渣，加蜂蜜再煮沸即可。每日服 1 剂，代茶饮。

【功效】 适用于冠心病，高血压，动脉硬化，消化不良等。

蜂 蜜 饮

【处方】 蜂蜜 50 克～140 克。

【用法】 将蜂蜜用开水调。每日服 50 克～140 克，连续服用 1～2 个月。

【功效】 扩张冠状动脉，改善心肌供血。适用于冠心病，心绞痛等。

菊花延龄蜜膏

【处方】 鲜杭菊花瓣 500 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将鲜杭菊花瓣加水煎透，共煎 3 次，去渣，合并药液，再用慢火熬成浓汁，加蜂蜜收膏。每次服 12 克，温开水送服，每日服 2 次。

【功效】 适用于冠心病，高血压，老年目赤头晕，糖尿病等。

桃仁栀子蜜糊外用

【处方】 桃仁、栀子各 12 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药前 2 味研末，用蜂蜜调成糊，摊于心前区 7 厘米×15 厘米范围，纱布覆盖。初用时每 3 日换 1 次，第 2 次后 7 日换 1 次，6 次为 1 个疗程。

【功效】 适用于冠心病，心绞痛等。

(十八) 高脂血症

茶菊山楂蜜

【处方】 绿茶 2 克，菊花 10 克，山楂片 25 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药前 3 味加水 400 毫升煮沸 5 分钟，加入蜂蜜，分 3 次温服。可加开水复泡续饮。每日服 1 剂。

【功效】 平肝清热，降血脂。适用于高脂血症。

蜂 胶 酊

【处方】 30% 蜂胶酊、蜂胶片各适量。

【用法】 服 30% 蜂胶酊 50 滴。每日 3 次。同时服蜂胶片，每次 3 片。

【功效】 降血脂。适用于高脂血症。

服蜂花粉

【处方】 蜂花粉 15 克。

【用法】 每次服蜂花粉 15 克，每日 3 次，连服 1 个月。

【功效】 降血脂。适用于高脂血症。

香茹柠檬酒

【处方】 香茹 25 克，柠檬 1 个，白酒 500 毫升，蜂蜜 80 克。

【用法】 将上药前 2 味洗净，晾干，切片，置容器中，加入白酒密封，浸泡 7 日后去柠檬，继续浸泡 7 日，加入蜂蜜混匀即可。每次服 20 毫升，每日服 2 次。

【功效】 健脾益胃。适用于高脂血症，高血压等。

消 脂 酒

【处方】 山楂片、泽泻、丹参、香茹各 30 克，白酒 500 毫升，蜂蜜 150 克。

【用法】 将上药前 4 味切成薄片，置容器中，加入白酒密封，浸泡 14 日后过滤去渣，加蜂蜜溶化即可。每次服 20 毫升，每日服 2 次。

【功效】 健脾益胃，活血消脂。适用于高脂血症。

松 竹 酒

【处方】 松叶 150 克，竹叶 75 克，白酒 1500 毫升，蜂蜜 90 克。

【用法】 将上药前 2 味洗净，切碎，晾干，置容器中，加入白酒、蜂蜜，搅匀，密封，浸泡 30 日后过滤去渣即可。每次服 20 毫升，每日服 2 次。

【功效】 提神醒脑，消除疲劳。适用于高脂血症，动脉硬化，神疲乏力等。

（十九）中 风

木耳桃仁蜜

【处方】 黑木耳、核桃仁、蜂蜜各 120 克。

【用法】 将黑木耳用温水浸泡，洗净，与核桃仁、蜂蜜共捣如泥，放碗中蒸熟。分 4 日服。

【功效】 驱风活血。适用于四肢麻木。

姜末骨髓蜜丸

【处方】 炮生姜末 90 克，熟蜂蜜（滤过）750 克，炒面粉 500 克，热牛骨髓 1 碗。

【用法】 将上药拌匀，制成弹子大药丸。每次 3~4 丸，黄酒送服，每日服 3 次。

【功效】 适用于中风瘫痪。

定 风 酒

【处方】 天门冬 50 克，牛膝、川桂枝各 15 克，麦门冬、生地、熟地、川芎、秦艽、五加皮各 25 克，蜂蜜、红糖各 500 克，醋 500 毫升，白酒 1000 毫升。

【用法】 将白酒、蜂蜜、红糖、醋置容器中搅匀。再将上药前 9 味研成粉末，装布袋，入容器中，用豆腐皮封口，压上大砖，隔水蒸煮 3 小时，取出埋入地下土中，7 日后过滤去渣即可。每日早、晚各服 30 毫升~40 毫升。

【功效】 滋补肝肾，养血熄风，强壮筋骨。适用于中风面瘫，中风后遗症等。

（二十）癲 癇

胆汁蜜蜂散

【处方】 蜜蜂 9 只，羊胆 1 个，黄酒适量。

【用法】 将蜜蜂装入羊胆内，外用黄表纸包 7~8 层，用绳扎好，湿黄泥封固，置木炭火上烧烤半小时，去掉泥土后研细末。以黄酒适量冲服，每次 3 克~6 克。

【功效】 适用于癲癇。

僵蚕茶蜜饮

【处方】 绿茶 3 克，白僵蚕 10 克，甘草 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将白僵蚕、甘草加水 400 毫升，煮沸 10 分钟后加入绿茶、蜂蜜即可。频频饮服。可加开水复泡再饮。

【功效】 适用于癲癇。

（二十一）失 眠

五味蜂蜜茶

【处方】 绿茶 3 克，北五味子 4 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将北五味子炒焦备用。用时用开水 400 毫升～500 毫升，冲泡北五味子、绿茶、蜂蜜。分 3 次温饮，每日服 1 剂。

【功效】 安神定志。适用于神经衰弱，失眠等。

蜂蜜鸡肝汁

【处方】 蜂蜜 200 克，新鲜鸡肝 3 个。

【用法】 将新鲜鸡肝以净白布包好，压出汁加入蜂蜜碗中。分 3 次服，每日 3 次，饭前服。

【功效】 养血安神。适用于神经衰弱，失眠等。

服 蜂 蜜

【处方】 蜂蜜 30 克～50 克。

【用法】 将上药用开水冲服。每日早、晚各 1 次。

【功效】 适用于神经衰弱引起的头痛，失眠，贫血等。

花生叶赤豆蜜

【处方】 花生叶 15 克，赤小豆 30 克，蜂蜜 20 克～50 克。

【用法】 将上药前 2 味用水煎，去渣，加入蜂蜜，睡前服。

【功效】 适用于神经衰弱，失眠等。

服蜂王浆

【处方】 鲜蜂王浆 20 克。

【用法】 将上药用水冲饮。每日 1 次。

【功效】 适用于神经衰弱，失眠，记忆力减退等。

核桃五味蜜糊

【处方】 北五味子 5 克，核桃仁 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 2 味去杂洗净，共捣成糊状，用蜂蜜调匀即可。分 3 次服，每日 1 剂。

【功效】 适用于肾虚耳鸣，神经衰弱，盗汗，遗精，失眠等。

（二十二）糖 尿 病

鸡蛋醋蜜

【处方】 鸡蛋 3 个，醋 400 毫升，蜂蜜 250 克。

【用法】 将鸡蛋打散与醋 150 毫升混合，泡约 36 小时，再用醋 250 毫升、蜂蜜混合，调匀。每日早、晚各服 15 毫升。

【功效】 补虚，降血糖。适用于糖尿病。

服蜂王浆

【处方】 鲜蜂王浆 10 克。

【用法】 每日早、晚各服鲜蜂王浆 10 克，连服 1~3 个月。

【功效】 降血糖。适用于糖尿病。

王 浆 蜜

【处方】 蜂王浆、蜂蜜各 500 克。

【用法】 将蜂王浆、蜂蜜混合。每日早晨空腹服 1 汤匙。
可连续服用。

【功效】 补虚，降血糖。适用于糖尿病。

服 花 粉

【处方】 蜂花粉 30 克。

【用法】 每日早、晚各服蜂花粉 30 克，温开水冲服，连
服 1~2 个月。

【功效】 适用于糖尿病。

蜂胶合剂

【处方】 35% 以上蜂胶酊 1500 毫升，蜂花粉 500 克。

【用法】 将上药混合浸泡 3 日，每日服用 10 毫升。另
配服蜂王浆 10 克。

【功效】 降血糖。适用于糖尿病。

（二十三）甲状腺病

青柿汁蜜膏

【处方】 青柿子（未成熟者）1000 克，蜂蜜适量。

【用法】 将青柿子洗净，去蒂，切碎，捣烂，以纱布包

好挤压取汁，将柿汁放在锅中煮沸，改用文火煎熬成浓稠膏状，加入蜂蜜 1 倍量搅匀，再煎如蜜，待冷装瓶备用。每次 1 汤匙，以沸水冲溶饮用，每日 2 次。

【功效】 清热，消肿。适用于地方性甲状腺肿大，甲状腺功能亢进等。

绿茶菊花蜜汤

【处方】 绿茶 1 克，菊花 12 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将菊花加水 600 毫升煮沸 5 分钟，再加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服。可再加同量开水泡饮，每日服 1 剂。

【功效】 理气散郁。适用于甲状腺功能亢进。

黄药子生地膏

【处方】 黄药子 20 克，生地 50 克，川贝母 30 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将上药前 3 味煎取浓汁 300 毫升，加入蜂蜜收膏。每次服 10 克，每日 2~3 次。

【功效】 消癭散结。适用于甲状腺功能亢进。

夏枯草膏

【处方】 夏枯草 3125 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将夏枯草用水煎煮，连续取煎汁 3 次，去渣，调入蜂蜜收膏。每次 15 克，温开水送服，每日服 2 次。

【功效】 适用于痰热蕴结引起的癭瘤，瘰癧，结核肿痛，甲状腺肿大，淋巴结核，乳房肿块等。

(二十四) 贫 血

阿胶糯米粥

【处方】 阿胶 15 克，红糯米 50 克，蜂蜜 30 克，米酒 15 毫升～20 毫升。

【用法】 将红糯米加水适量煮粥，加阿胶、蜂蜜、米酒搅匀。温热服，每日 3 次，每次 1 剂，连服 10 日为 1 个疗程。

【功效】 益气养血。适用于贫血。

葡萄蜜汁藕

【处方】 鲜藕 750 克，糯米 200 克，网油 100 克，葡萄 500 克，蜂蜜 800 克，冰糖、桂花卤、食用碱各适量。

【用法】 将粗节鲜藕切去一端的藕节，洗净孔中的泥，控净水备用；葡萄用冷开水洗净；糯米淘洗干净，晾干水分。由鲜藕的一头切开，将糯米灌满，再将切开处用刀把轻轻地砸平，以防漏米。取沙锅加水煮灌好糯米的鲜藕，用大火烧开，盖好盖，移至小火上煮，待煮到五成熟时，在水中加入少许食用碱，继续煮烂为止。待藕变红色，捞出晾凉，削去藕的外皮。扣碗底垫入网油，再把藕修去两头，切成 3 毫米厚圆片，成 3 排码入碗内，加入蜂蜜、冰糖、桂花卤，再盖上网油，上笼用大火蒸，待冰糖完全溶化后取出，翻扣盘内，去掉网油渣、桂花卤渣，四周放入葡萄即可。分 3 日服食。

【功效】 养心除烦，益血开胃，清热止渴。适用于贫血，

多病体虚等。

服蜂王浆

【处方】 鲜蜂王浆适量。

【用法】 每日服鲜蜂王浆 10 克～20 克，连续服用 1 个月。

【功效】 补虚养血。适用于再生障碍性贫血。

生血蜜浆

【处方】 蜂花粉 10 克，蜂王浆 40 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 将上药混合调匀。每次服 20 克，每日 3 次。

【功效】 养血生血。适用于缺铁性贫血，再生障碍性贫血等。

黄 精 膏

【处方】 黄精、当归各 300 克，黄酒 450 毫升，蜂蜜适量。

【用法】 将黄精、当归用水适量浸泡透发，然后加水与药相平，再倒入黄酒，加热煎煮，每隔 1 小时滤取煎液 1 次，共取煎液 3 次。然后合并煎液，文火煎熬浓缩至较稠厚状时，加入 1 倍量蜂蜜，熬至滴水成珠为度。离火，冷却，装瓶。每次 1～2 汤匙，开水冲服，每日 2 次。

【功效】 补益气血。适用于气血两亏的面色苍白，体倦乏力，头昏眼花，自汗，心悸，失眠，多梦，饮食减少等。

(二十五) 尿 潴 留

冬葵子蜜汤

【处方】 冬葵子、蜂蜜各 60 克。

【用法】 将冬葵子用水煎煮，去渣，加入蜂蜜。分 3 次服。

【功效】 适用于津枯癃闭，口干舌燥等。

葱蜜外用

【处方】 葱 1 根，蜂蜜适量。

【用法】 将葱洗净，捣烂，加蜂蜜调如泥，敷于会阴部。

【功效】 通阳利尿。适用于小便不通。

(二十六) 淋 病

三汁蜂蜜汤

【处方】 葡萄汁、藕汁、生地黄汁各 50 毫升，蜂蜜 50 克。

【用法】 将上药 3 汁共煎，加入蜂蜜。每日分 2 次饭前服用。

【功效】 适用于热淋，症见小便涩少或疼痛带血等。

萝卜浸蜜

【处方】 白萝卜 1500 克，蜂蜜、精盐各适量。

【用法】 将白萝卜洗净，去皮，切片，用蜂蜜浸泡 10 分钟，放在瓦上焙干，再浸再焙（不要焙焦），连续 3 次。每次嚼服数片，精盐水送服，每日 4~5 次。

【功效】 清热，润燥，解毒，散淤血。适用于各种淋病。

（二十七）尿路结石

葫芦汁蜜

【处方】 鲜葫芦、蜂蜜各适量。

【用法】 将鲜葫芦捣烂取汁，加入蜂蜜。每服半杯或 1 杯，每日 2 次。

【功效】 利尿排石。适用于尿路结石。

杨桃蜂蜜汤

【处方】 鲜杨桃 5 个，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜杨桃切成块，加水 3 碗煎至 1 碗，加入蜂蜜服用。每日 1 次。

【功效】 清热，解毒，利尿。适用于膀胱结石，膀胱炎等。

（二十八）前列腺病

服 花 粉

【处方】 蜂花粉 15 克。

【用法】 每日服蜂花粉 3 次，每次 5 克，连续服用 1～2 个月。

【功效】 适用于前列腺炎，前列腺肥大等。

花 粉 蜜

【处方】 蜂蜜 500 克，蜂花粉 150 克。

【用法】 将蜂花粉放入蜂蜜中，混匀。每次服 15 克，饭前温开水送服，每日 3 次，30 日为 1 个疗程。

【功效】 适用于前列腺炎，前列腺增生等。

绿茶通草蜜汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，通草 5 克～10 克，小麦 25 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将通草、小麦加水 350 毫升，煮沸 15 分钟，加入绿茶、蜂蜜即可。每日 1 剂。

【功效】 利尿通淋。适用于前列腺炎，泌尿系统感染等。

绿茶莲花蜜汤

【处方】 绿茶 2 克～3 克，莲花蕾 15 克～25 克，甘草

5 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将莲花蕾、甘草加水 300 毫升，煮沸即加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次服。

【功效】 凉血止血，生津润燥。适用于前列腺肥大，尿血，月经过多等。

（二十九）水 肿

槟 榔 粥

【处方】 槟榔 10 克，粳米 100 克，蜂蜜、生姜汁各适量。

【用法】 将槟榔水磨取汁备用。煮粳米令熟，再加蜂蜜、槟榔、生姜汁，同煮为粥。空腹服用。

【功效】 行气宽中，利水消肿。适用于脘腹胀闷，大便不爽，或脚气水肿等。

绿茶茯苓蜜汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，茯苓 5 克～10 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将茯苓研末加水 500 毫升，边煮边搅拌，待沸后加入茶叶、蜂蜜。分 2 次服完，每日服 1 剂。

【功效】 利水消肿。适用于一般性水肿。

葱白胆汁蜜酒

【处方】 猪胆 1 个，蜂蜜 120 克，葱白 1 根，黄酒 250

毫升。

【用法】 将猪胆取汁，用蜂蜜调匀，将黄酒、葱白共煮 2~3 沸后冲入蜜胆汁。每日 2~3 次分服。

【功效】 通阳利水。适用于水肿。

（三十）阳痿、遗精

服 花 粉

【处方】 蜂花粉适量。

【用法】 每次服蜂花粉 10 克，每日服 3 次。

【功效】 强阳助性。适用于阳痿，遗精，前列腺炎等。

壮阳暖下饼

【处方】 神曲、干姜、五味子、羊髓各 90 克，白附子、肉桂、酥油、菟丝子各 30 克，大枣 30 枚，肉苁蓉 45 克，川椒 15 克，蜂蜜 120 克，牛奶 250 毫升，面粉 250 克。

【用法】 将神曲、干姜、五味子、白附子、肉桂、菟丝子、肉苁蓉、川椒研为细末，用酥油、羊髓、蜂蜜、牛奶和匀，入熟大枣捏于盆中，盖严勿令通风，半日后即取出再捏令熟，加面粉做饼，入炉釜中，上下用火烤熟。每日空腹服食 1 个。

【功效】 壮阳暖下。适用于阳痿，遗精，老年遗尿症等。

花粉橘汁

【处方】 鲜橘汁 500 毫升，蜂花粉、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将蜂花粉放电冰箱内 24 小时以上，若能放入 -20℃ 低温电冰箱则更好。取出后迅速放入 80℃ 的热水 150 毫升中，立即搅拌，再静置 24 小时，中间搅拌数次。然后用洁净细纱布过滤，制成花粉乳，加入蜂蜜搅匀，再与鲜橘汁混合均匀即成。每次服 20 毫升，加温开水 100 毫升冲服，每日 2 次。

【功效】 适用于心肾不交，气血亏虚，阳痿，神疲乏力，失眠健忘，心悸怔忡，面色无华，眩晕等。

香 蕉 蜜

【处方】 香蕉 500 克，蜂蜜、茶叶水各适量。

【用法】 将香蕉去皮揉成泥，加茶叶水、蜂蜜调匀。饮用，每日 1 次。

【功效】 润燥，生精。适用于阳痿，大便秘结，高血压等。

服 蜂 房

【处方】 蜂房 20 克。

【用法】 将蜂房烧成末，用温水送服。

【功效】 适用于阳痿。

琼浆药酒

【处方】 鹿茸、桂圆肉各 30 克，陈皮 90 克，韭菜子、淫羊藿、怀牛膝、灵芝各 120 克，川附片、人参、黄精、冬虫夏草、当归、佛手、驴肾各 60 克，麻雀头 50 个，红糖 3000 克，红曲 240 克，蜂蜜 5000 克。45°白酒 5000 毫升。

【用法】 将上药前 15 味洗净，炮制，放置洁净容器中，分别放入白酒 2500、1500、1000 毫升，加入红曲，每次均加热至酒沸半小时后取出药液，最后将药渣压榨取液与前 3 次药液合并，混匀，置罐内静置储存 1 个月，过滤，分装即可。每次服 9 毫升~15 毫升，每日服 2~3 次。

【功效】 滋补气血，助阳益肾。适用于肾阳虚损，精血耗伤，体质虚弱，神情倦怠，腰酸腿软，四肢无力，手足不温，精神不振，阳痿不举，肾衰寒气，遗精早泄，阴囊湿冷，妇女白带清稀等。

蛤 鞭 酒

【处方】 蛤蚧 1 对，狗鞭 1 具，沉香 4 克，巴戟天、肉苁蓉、枸杞子各 30 克，山茱萸 120 克，白酒 2500 毫升，蜂蜜 100 克。

【用法】 将蛤蚧去头、足，粗碎，狗鞭酥炙，粗碎，余 5 味研为粗末，与蛤蚧、狗鞭同入布袋，置容器中，加入白酒密封，每日摇动数次。浸泡 21 日后过滤去渣，加入蜂蜜混匀即可。每次服 10 毫升~15 毫升，每日服 2 次。

【功效】 补肾壮阳。适用于腰膝酸软，四肢不温，小腹

发凉，行走无力，阳痿早泄，精神萎靡，面色无华等。

仙传种子药酒

【处方】 茯苓 100 克，大枣肉 50 克，核桃仁 40 克，黄芪、人参、当归、川芎、炒白芍、生地黄、熟地黄、小茴香、枸杞子、覆盆子、陈皮、沉香、官桂、砂仁、甘草各 5 克，五味子、乳香、没药各 3 克，蜂蜜 600 克，糯米酒 1000 毫升，白酒 2000 毫升。

【用法】 将蜂蜜入锅熬沸，入乳香、没药搅匀，微火熬沸后倒入容器中。将上药前 19 味共研为粗末，与糯米酒、白酒一同加入容器中密封，隔水蒸煮 40 分钟，取出埋入土中 3 日，以去火毒，挖出过滤去渣即可。每次服 30 毫升，每日服 3 次。

【功效】 补元调经，填髓补精，壮筋骨，明耳目，悦颜色。适用于气血不足，头晕耳鸣，视物昏花，腰膝酸软，面色无华，男子精少不育，妇女月经不调，不孕等。

（三十一）风湿、类风湿性关节炎

木耳桃仁蜜酒

【处方】 黑木耳 50 克，核桃仁 15 克，蜂蜜 50 克，白酒 50 毫升。

【用法】 将黑木耳用沸水泡展，洗净，再与核桃仁共捣烂，加蜂蜜、白酒蒸熟服食。

【功效】 祛风活络。适用于关节疼痛，四肢麻木等。

王 浆 蜜

【处方】 鲜蜂王浆 40 克，蜂蜜 1080 克。

【用法】 将鲜蜂王浆、蜂蜜调匀装瓶，放入电冰箱中保存。每日早晨或每晚临睡前半小时服 5 克～10 克，连续服用 40 日。

【功效】 适用于风湿、类风湿性关节炎。

蜂巢胶囊

【处方】 蜂巢适量。

【用法】 将蜂巢焙干研为细末，装入胶囊，每粒胶囊含蜂巢 0.3 克。每次服 6 粒，每日 3～4 次，连续服用 2 个月。

【功效】 适用于风湿、类风湿性关节炎。

蜂蜜醋蛋

【处方】 鸡蛋 1 个，醋 150 毫升～180 毫升，蜂蜜 120 克～240 克。

【用法】 将鸡蛋放入醋中泡 2～3 日，以蛋壳泡软为度。取出蛋液，小者分 3～4 份，大者分 5～6 份。每日早晨用开水冲蛋液 1 份，加入蜂蜜 30 克～40 克搅匀。空腹服。轻者服 15～20 个鸡蛋，重者服 40～50 个鸡蛋，为 1 个疗程。

【功效】 适用于慢性风湿病，风湿性坐骨神经痛，久治不愈的关节炎等。

风湿关节酒

【处方】 牛膝、草乌、桂枝、松节、羌活各 90 克，防风、鸡血藤、人参、甘草各 120 克，木瓜、威灵仙各 60 克，萆薢、川芎、当归、苍术、白芍、乌梢蛇（酒制）、佛手各 150 克，穿山龙、仙鹤草、红曲、五加皮、独活各 240 克，红糖 3000 克，蜂蜜 5000 克，45°白酒 5000 毫升。

【用法】 将上药前 23 味碾碎（除红曲外），置容器中。另取 45°白酒，分 3 次加入 2500、1500、1000 毫升，再加入红曲，每次均加热至白酒沸 30 分钟，取出药液，将药渣压榨，取药液与 3 次浸出药液合并，置罐中混匀，储存 1 个月，静置滤过即可。每次服 15 毫升～30 毫升，每日服 2 次。

【功效】 驱风，散寒，利湿，活血，通络，止痛。适用于风湿性关节炎。

防风蜂胶酊外用

【处方】 新鲜蜂胶 10 克，防风 5 克，新鲜红辣椒 5 个，60%乙醇 300 毫升，95%乙醇 50 毫升。

【用法】 将新鲜蜂胶加 95%乙醇 50 毫升浸泡 7 日，每日摇动数次，过滤即为蜂胶酊。另将防风研碎，新鲜红辣椒剪成小节，放入 60%乙醇溶液中，瓶口严封浸泡 7 日后过滤。取其滤液与蜂胶酊混合均匀即可。每日外涂关节。

【功效】 祛风除湿，散寒止痛。适用于风湿、类风湿性关节炎。

（三十二）疟 疾

白酒冲蜜

【处方】 蜂蜜 15 克～30 克，白酒适量。

【用法】 将白酒稍温热，加入蜂蜜调匀。在疟疾发作前半小时服用，如果不能掌握发作时间，可在发作的当日连服 3 次。

【功效】 清热解毒。适用于疟疾。

（三十三）中 暑

茶 蜜

【处方】 绿茶 1 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将绿茶用开水 300 毫升～500 毫升浸泡 5 分钟后加蜂蜜温饮，或煎服。每日服 1 剂。

【功效】 清热解暑。适用于中暑。

银花蜜汤饮

【处方】 银花 15 克～30 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将银花煎取汁液，晾凉后，分次与蜂蜜冲调。代茶饮用。

【功效】 清热解毒，生津止渴。适用于中暑后身热面赤

耳聋，胸闷脘痞，腹泻，小便短赤等。

银菊楂蜜饮

【处方】 银花、菊花、山楂各 15 克，蜂蜜 120 克。

【用法】 将上药前 3 味煎汁，过滤，去渣，加入蜂蜜搅匀，煮至微沸。代茶徐徐饮服。

【功效】 清热解毒，消食导滞。适用于伤暑身热，烦渴，眩晕等。亦可作为高血压、心脏病、高脂血症、化脓性疾病等患者的保健饮料，或暑热季节的清凉饮料。

荷叶蜜饮

【处方】 鲜荷叶、蜂蜜各 100 克。

【用法】 将鲜荷叶水煎取汁，加入蜂蜜。每日 1 剂，连服数日。

【功效】 清热解暑。适用于中暑。

蜂蜜瓜条

【处方】 黄瓜 1500 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将黄瓜洗净，去瓢切条，放沙锅中加水少许，煮沸后去掉多余的水，趁热加蜂蜜调匀，煮沸。随意食用。

【功效】 清热解暑。适用于中暑。

百合蒸蜜

【处方】 干百合 100 克，蜂蜜 150 克。

【用法】 将干百合、蜂蜜放入大碗中，上锅蒸 1 小时，

趁热调匀，待凉装瓶。适量常服。

【功效】 滋阴生津。适用于中暑。

（三十四）中 毒

芝麻蜂蜜

【处方】 蜂蜜、芝麻各适量。

【用法】 将上药混匀，适量服用，嚼烂慢慢咽服。

【功效】 解毒。适用于密陀僧中毒，症见流涎，恶心呕吐，腹痛腹泻，胃肠出血，烦躁，头昏乏力，出血性休克，胁痛，贫血，肝大，黄疸等。

香油蜜调

【处方】 蜂蜜 50 克，香油 50 毫升。

【用法】 将蜂蜜、香油调匀，搅拌发白时加入温开水。1 次口服。

【功效】 解毒。适用于草乌头中毒，症见流涎，口唇麻木，恶心呕吐，严重时视物模糊，吞咽、呼吸困难，肌肉麻痹，血压下降，休克等。也可用于铅中毒。

姜 汁 蜜

【处方】 生姜 50 克，蜂蜜少许。

【用法】 将生姜洗净，捣烂，绞汁，加入蜂蜜。含服。

【功效】 解毒。适用于半夏中毒。

绿豆茶蜜

【处方】 绿豆粉 50 克，绿茶 2 克～3 克，甘草 15 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 用水 500 毫升煎煮绿豆粉、甘草，煮沸 3～5 分钟，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服。

【功效】 清热解毒。适用于药物和食物中毒，铅中毒，腮腺炎等。

二、外科疾病

（一）疔 疔

蜂蜜银花露

【处方】 蜂蜜、金银花各 50 克。

【用法】 将沙锅加水煎金银花，煎至剩 2 碗汁时晾凉去渣。饮用前分次加入适量蜂蜜搅匀。

【功效】 清热解毒。适用于暑季疔肿，脓疱疮及痱子并发感染等。

公英甘草蜜茶

【处方】 绿茶 1 克，甘草 3 克，蒲公英、蜂蜜各 15 克。

【用法】 将蒲公英、甘草加水 500 毫升，煮沸 10 分钟后去渣，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服，每日 1 剂。

【功效】 清热解毒。适用于化脓性感染。

葱蜜外用

【处方】 葱、蜂蜜各适量。

【用法】 将上药捣烂如泥敷于患处，用敷料或绷带包扎固定。每日 1 次，10 日为 1 个疗程，或至愈为止。

【功效】 清痛解毒。适用于痈肿。

葵子蜜外用

【处方】 天葵子适量，蜂蜜少许。

【用法】 将天葵子洗净，捣烂，加蜂蜜调成糊状（现配现用）。先用温精盐水冲洗患处，擦干后再敷药膏，敷贴的范围应较炎症范围稍大，厚 1 厘米～2 厘米。每日换药 2～3 次，严重者夜间应换贴。

【功效】 适用于痈肿。

烟叶樟脑外用

【处方】 烟叶 5 克，樟脑 3 克，蜂蜜适量。

【用法】 将烟叶切丝，焙干研细末，加樟脑调匀，以蜂蜜拌如糊状，敷于患处。

【功效】 解毒，活血，镇痛。适用于项痛，背痛等。

蒜蜜外用

【处方】 独头蒜 1 头，蜂蜜 9 克。

【用法】 将独头蒜捣烂，加入蜂蜜，敷于患处。

【功效】 解毒散疔。适用于疔肿。

蜂房猪胆汁膏外用

【处方】 露蜂房 1 个，猪胆汁 30 毫升，凡士林 30 克。

【用法】 将露蜂房炒至黄黑色存性，研成细末。猪胆汁加水 1 倍煮沸，凉后备用。取 20 克露蜂房细末，加猪胆汁调匀，再加凡士林配成软膏（此为 1 次用量）。将药膏抹在纱布上，敷于患处，包扎固定。每日换药 1 次。

【功效】 消淤，攻毒。适用于各种痛疮肿毒。

蜂胶酊外用

【处方】 30% 蜂胶酊适量。

【用法】 将纱布用蜂胶酊浸湿，敷于患处，或加绷带固定。开始疼麻，10 分钟后疼痛消失。每次敷贴 20～30 分钟，每日 2～3 次。

【功效】 适用于疔肿，痛疮等。

（二）疮 疡

神仙一醉忍冬酒

【处方】 忍冬藤、蒲公英各 30 克，制乳香、制没药、雄黄各 6 克，葱白 7 根，白酒 500 毫升，蜂蜜 120 克。

【用法】 将上药前 5 味捣碎，置容器中加入白酒密封，

隔水煮约 1 小时，再加葱白、蜂蜜，煮 7 分钟，候冷，过滤去渣即可。每次温服 10 毫升～30 毫升，每日 2 次。或不拘时随量温饮，以微醉为度。盖被取汗。

【功效】 清热解毒，消肿止痛。适用于疮疡肿痛。

葱蜜外用

【处方】 葱白、蜂蜜各适量。

【用法】 将上药共捣如泥，敷于患处，以纱布包扎固定。每日换药 1 次。

【功效】 适用于疔疮，肿疡等。

胆汁姜蜜外用

【处方】 猪胆汁、生姜汁、蜂蜜各适量。

【用法】 将上药混合搅匀，频搽患处。

【功效】 清热解毒。适用于疮疡。

葱头面饼外用

【处方】 葱头、蜂蜜、灰面（磨面时尘落周围的面粉）各适量。

【用法】 将葱头捣烂，加入蜂蜜、灰面加热，摊成饼，敷于患处，以纱布包扎固定。每日换药 1 次。

【功效】 适用于肿疡初起。

酱油蜂蜜外用

【处方】 酱油、蜂蜜各等量。

【用法】 将上药调匀，加温，装入塑料袋内，将指（趾）浸入。

【功效】 消肿止毒。适用于指（趾）红肿疼痛。

（三） 臃 疮

葱蜜外用

【处方】 蜂蜜 30 克，葱白 1 根。

【用法】 将葱白洗净，捣烂，加入蜂蜜混匀，敷于患处。每日换药 1 次。

【功效】 解毒疗疮，生肌。适用于臃疮。

臃疮膏外用

【处方】 蜂蜜 20 克，锌氧粉 1 克。

【用法】 将锌氧粉调入蜂蜜内，涂于患处。每日 1 次。

【功效】 生肌疗疮。适用于臃疮。

蜂蜜外用

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 用 10% 蜂蜜液洗涤患处，再用蜂蜜浸渍的纱布条敷于患处，敷料包扎。隔日换药 1 次。

【功效】 生肌疗疮。适用于臃疮，年久不愈的溃疡等。

蜂蜡膏外用

【处方】 血竭、煅赤石脂、煅龙骨、白胶香各 10 克，血余 5 克，蜂蜡 30 克，香油 30 毫升。

【用法】 将上药前 3 味研为细末，香油熬沸，放入血余炸枯，去渣，再加蜂蜡、白胶香，熔化尽离火，加血竭等药末，搅匀候冷，用瓷器盛。用时捏作薄片贴患处，纱布包扎，隔日将药片翻过贴敷。

【功效】 活血，生肌。适用于年久不愈的臃疮。

铜绿膏外用

【处方】 蜂蜡、铜绿末各 60 克。

【用法】 将蜂蜡加热融化，加入铜绿末，搅匀成膏，将膏摊在油纸条上贴于患处。每日换药 2~3 次。每次贴膏药时先用猪蹄皮、葱头、米泔水煎汤洗净患处。

【功效】 解毒疗疮。适用于臃疮。

葱椒香蜡膏外用

【处方】 连须葱白 14 根，川椒、松香、蜂蜡各 5 克。

【用法】 将川椒、松香、蜂蜡共研细末（忌铁器），将葱白捣烂，加入上药末，做成夹纸膏，摊敷患处。

【功效】 适用于臃疮溃烂。

蜂蜡膏外用

【处方】 蜂蜡 150~200 份，牛脂 150 份，橄榄油 80 份，

樟脑 35 份，精盐 25 份。

【用法】 将上药混合，加热融化，待冷后摊敷患处。隔日换药 1 次。

【功效】 适用于脓疮。

（四）丹 毒

五倍子蜜醋膏外用

【处方】 五倍子粉 150 克，蜂蜜 60 克，醋 300 毫升，冰片适量。

【用法】 用沙锅将醋、蜂蜜煮沸，徐徐加入五倍子粉，搅拌，熬成膏，再加冰片调匀，敷于患处。

【功效】 散瘀消肿。适用于丹毒。

绿豆大黄蜜外用

【处方】 绿豆 25 克，大黄 10 克，生薄荷汁、蜂蜜适量。

【用法】 将绿豆、大黄研为末，用生薄荷汁加蜂蜜调匀，涂于患处。每日涂 2~3 次。

【功效】 解毒，泻热。适用于丹毒。

姜粉蜜外用

【处方】 干姜、蜂蜜各适量。

【用法】 将干姜研为细末，用蜂蜜调匀，敷于患处，盖以纱布。每日换药 1 次。

【功效】 适用于丹毒。

（五）瘰 疔

桑 葚 膏

【处方】 黑桑葚 1000 克，蜂蜜适量。

【用法】 将黑桑葚装入布袋捣烂绞汁，加入蜂蜜，文火熬成膏。每服 1 汤匙，温开水调服，每日 3 次。

【功效】 适用于瘰疬。

夏 枯 草 膏

【处方】 夏枯草 3125 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将夏枯草用水煎煮取汁，加水再煮，连续取汁 3 次。再把煎汁与蜂蜜调匀，文火熬炼成膏即可。每次服 15 克，温开水送服，每日 2 次。

【功效】 适用于痰热蕴结引起的瘰瘤，瘰疬，结核肿痛、流脓水、缠绵不愈，或甲状腺肿大，淋巴结核，乳房肿块等。

鳖 甲 酒

【处方】 鳖甲（炙黄）100 克，米酒 500 毫升，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鳖甲浸泡米酒中密封月余后加入蜂蜜。每次饮 1 盅，每日服 2 次。

【功效】 软坚化结。适用于瘰疬，恶疮，痔瘻，风顽疥

瘙等。

(六) 痔 疮

青果蜜饮

【处方】 青果核 30 个，蜂蜜 30 克。

【用法】 将青果核煨成炭研末，用蜂蜜调服。每日 1 剂，早、晚分服。

【功效】 适用于内、外痔等。

葱鳖蜜外用

【处方】 木鳖子 30 克，葱叶、蜂蜜各适量。

【用法】 将葱叶剖开刮取葱涎，加入蜂蜜少许调匀，先用木鳖子煎汤熏洗，然后涂葱蜜汁。每日 1 次。

【功效】 适用于外痔。

(七) 乳 腺 炎

焙 蜂 房

【处方】 蜂房、黄酒各适量。

【用法】 将蜂房撕碎，用沙锅焙干呈半黑样，研为细末。每 6 小时 1 次，每次 1 克～2 克，以温黄酒 30 毫升送服。

【功效】 祛风，攻毒，消炎。适用于急性乳腺炎，急性

化脓性扁桃体炎等。

葱汁蜜饮

【处方】 鲜葱 250 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鲜葱洗净，切碎，捣烂取汁 1 杯，加热，加入蜂蜜。每日服 1 次，可连续服用。

【功效】 散热，消肿，解毒。适用于妇女乳生痈疮，红肿热痛等。

土豆蜜外用

【处方】 土豆 1 个，蜂蜜适量。

【用法】 将土豆洗净，去皮，切碎捣烂，加入蜂蜜敷于患处。每日换药 1 次。

【功效】 清热解毒。适用于急性乳腺炎。

（八）烫 伤

五倍子蜈蚣蜜醋外用

【处方】 五倍子 30 克，蜈蚣 1 条，蜂蜜、醋各适量。

【用法】 将五倍子、蜈蚣研为细末，与蜂蜜、醋调匀，涂于患处。每日数次。

【功效】 散瘀解毒。适用于烧伤瘢痕。

蛋黄酒蜜膏外用

【处方】 鸡蛋 2 个，白酒、蜂蜜各适量。

【用法】 将鸡蛋打破取蛋黄加入白酒、蜂蜜，调成膏状，涂敷患处。

【功效】 清热，生肌，止痛。适用于烧伤。

蜂蜜外用

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 将蜂蜜涂于患处。

【功效】 消炎，止痛。适用于烫、烙伤等。

土豆汁蜜外用

【处方】 土豆、蜂蜜各适量。

【用法】 将土豆洗净，去皮，切碎，捣烂如泥，用纱布绞汁，加入蜂蜜，涂于患处。每日涂数次。

【功效】 清热，防腐。适用于轻度烧伤，皮肤破损等。

烫伤膏外用

【处方】 川黄连、黄柏、蜂花粉、地榆各 60 克，生桐油 1000 毫升，蜂蜜 1000 克。

【用法】 将上药前 4 味共研为末，把生桐油加热和蜂蜜搅匀，再慢慢加入药末，随加随搅，均匀为止，取下待凉，装入瓶内。用时将药涂于患处，每日 2~3 次。

【功效】 清热解毒，止痛。适用于烧、烫伤等。

蜜胶合剂外用

【处方】 蜂胶 50 克，蜂蜜 200 克。

【用法】 将蜂蜜加热，过滤，加入蜂胶，搅拌均匀，贮于瓶中。用时将纱布涂蜜胶，贴于患处。隔日换药 1 次。

【功效】 消炎止痛，抗感染。适用于烧、烫伤等。

（九）冻 伤

蜂蜜冻伤软膏外用

【处方】 蜂蜜、凡士林各等量。

【用法】 将蜂蜜加热与凡士林搅拌均匀成膏。用时将软膏涂于无菌纱布上，盖于已清洗的患处。每日更换 2~3 次，每次均清洗患处，包扎固定。一般 3~4 日后疼痛和炎症逐渐消失，4~7 日痊愈。

【功效】 消炎，止痛。适用于冻疮。

（十）肠 梗 阻

姜汁油蜜

【处方】 生姜 30 克，蜂蜜 60 克，植物油 50 毫升~100 毫升。

【用法】 将生姜洗净，捣烂取汁，与蜂蜜、植物油调匀

为 1 剂。其中植物油，14 岁以下用 50 毫升，14 岁以上用 100 毫升。服用量为：1~2 岁 $1/4$ 剂，2~4 岁 $1/3$ 剂，4~7 岁 $1/2$ 剂，7~14 岁 $2/3$ 剂，15 岁以上 1 剂。每日 3 次。

【功效】 适用于蛔虫性肠梗阻。

（十一）破 伤 风

蜂 蜡 酒

【处方】 蜂蜡 1 块，白酒适量。

【用法】 每次取蜂蜡 5 克~9 克，热白酒 1 杯，化开服。

【功效】 适用于破伤风。

（十二）腱鞘囊肿

肉桂红花蜜饼外用

【处方】 肉桂、红花各 10 克，冰片 2 克，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 3 味研细末，加蜂蜜调成饼，放油纸上，厚约 0.5 厘米。用时先在囊肿部捻搓，然后将药敷贴在上面，包扎固定。隔日换药 1 次。

【功效】 活血散瘀。适用于腱鞘囊肿，前臂桡侧伸肌炎等。

（十三）颈 肩 痛

水果醋蛋

【处方】 香蕉 1 个，胡萝卜 150 克，苹果 200 克，鸡蛋 1 个，牛奶、醋各 100 毫升，蜂蜜适量。

【用法】 将香蕉去皮切成 2 段，胡萝卜、苹果切成碎片，加鸡蛋黄、牛奶、醋搅成汁，再加入蜂蜜即可。常服有效。

【功效】 适用于肩背酸痛。

葱白蜜醋外用

【处方】 葱白 30 克，醋、蜂蜜各适量。

【用法】 将葱白捣烂如泥，加入醋、蜂蜜调成糊状，敷于患处。

【功效】 通络止痛。适用于肩周炎。

（十四）跌打损伤

五倍梔膏外用

【处方】 五倍子（炒黄）50 克，石膏 20 克，梔子（微炒）、蜂蜜各 30 克，醋 30 毫升，白酒少许。

【用法】 将上药前 3 味研为细末，加入醋、蜂蜜、白酒调成膏状，敷于患处，盖铝薄纸，外用绷带固定。每 3 日换

药 1 次。

【功效】 适用于急性踝关节扭伤。

明矾大黄蜜外用

【处方】 明矾、大黄各等量，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 2 味研为细末，用蜂蜜 3 份、水 1 份调成糊状，敷于患处，包扎固定。每日换药 1 次。

【功效】 适用于闭合性骨折，脱位整复后及急性软组织损伤后局部红肿热痛等。

地黄蜜外用

【处方】 生地、蜂蜜各适量。

【用法】 将生地切碎温水浸透，加蜂蜜共捣如泥，敷于患处。如药干则用水拌湿再敷。外伤血肿皮肤未破者，加冰片少许或风油精数滴。

【功效】 活血止血。适用于外伤血肿。

消肿膏外用

【处方】 五灵脂 1000 克，甲珠 300 克，红花、乳香、大黄各 200 克，蜂蜜 3000 克。

【用法】 将上药前 5 味研为细末，蜂蜜加热后放入药末，文火熬炼成膏。用时取膏敷于患处。隔日换药 1 次。

【功效】 活血化淤，消肿止痛。适用于跌打损伤，骨折后软组织肿胀，疼痛等。

（十五）骨 折

接骨膏外用

【处方】 五加皮 1000 克，地龙、乳香、没药、土鳖虫、骨碎补、白及各 500 克，蜂蜜 3000 克。

【用法】 将上药前 7 味共研细末，蜂蜜加热后放入药末，文火熬炼成膏。用时取膏敷于患处。3~4 日换药 1 次。

【功效】 活血化淤，消肿止痛，接骨。适用于各类骨折。

三、皮肤科疾病

（一）皮 炎

绿茶升麻草蜜饮

【处方】 绿茶 1 克，升麻、炙甘草各 10 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将蜂蜜煮热后加入切碎的升麻，炒至蜂蜜被升麻吸尽呈红色，冷却备用。每次按上方前 3 味剂量加水 400 毫升，煮沸 5 分钟。分 3 次饭后饮，每日服 1 剂。

【功效】 适用于皮炎，皮肤过敏等。

蜂胶乳油剂外用

【处方】 蜂胶酊 4 毫升，羊毛脂 10 克，葵花子油（或鱼肝油）86 毫升。

【用法】 将上药混合后加热 10～15 分钟，即成 2% 乳油剂。每日涂抹患处 2 次。

【功效】 适用于日光性皮炎。

（二）牛皮癬

牛皮癬外用

【处方】 茶叶 6 克，轻粉、乳香、象牙末各 3 克，水银、木香各 1.5 克，蜂蜡、羊油各 30 克，鸡蛋 1 个，麝香少许。

【用法】 将茶叶、乳香、木香、麝香共研细末，与轻粉、象牙末、水银混匀，蜂蜡、羊油加热熔化后放入药末，与鸡蛋搅匀，涂抹患处，每日 1～2 次。

【功效】 适用于牛皮癬。

清凉膏外用

【处方】 当归 30 克，紫草 6 克，大黄末 4.5 克，香油 500 毫升，蜂蜡 120 克或 180 克。

【用法】 将香油浸泡当归、紫草 3 日，用微火熬至焦黄，离火将香油滤净，去渣，再加蜂蜡熔化，待冷后加大黄末，搅匀成膏，涂于患处。

【功效】 适用于血热型牛皮癣，皮损干燥脱屑等。

香蜡膏外用

【处方】 香油 500 毫升，蜂蜡 180 克。

【用法】 将香油加热放入蜂蜡熔化搅匀，冷后成膏，涂于患处。

【功效】 润肤生肌，透脓生肉。适用于血热型牛皮癣。

玉黄膏外用

【处方】 当归、甘草各 30 克，白芷 9 克，姜黄 90 克，轻粉、冰片各 6 克，蜂蜡 90 克～125 克，香油适量。

【用法】 将上药前 4 味浸泡香油中 3 日，然后置炉火上熬至枯黄，离火去渣，加入轻粉、冰片（研末）、蜂蜡熔化搅匀成膏，涂于患处。

【功效】 润肌止痒。适用于牛皮癣。

红油膏外用

【处方】 红信 250 克，棉籽油 2500 毫升，蜂蜡 250 克～500 克。

【用法】 将红信捣成细粒，与棉籽油放入大铜锅内，置炭火上，熬至红信呈枯黄色，离火待冷，滤去药渣，再加温放入蜂蜡熔化，离火，调成膏，涂于患处。

【功效】 润肤止痒。适用于牛皮癣静止期。

消银膏外用

【处方】 紫草 500 克，当归、吴白芷、云连各 50 克，猪油 1500 克，蜂蜡 1200 克，冰片 100 克，轻粉 13 克，麝香 6 克，香油 1500 毫升，尿素（按 15% 比例）。

【用法】 将紫草、当归、吴白芷、云连洗净，切成碎段，加入香油 3~5 日后置火上熬沸，待紫草颜色将焦，不糊为宜，离火加入蜂蜡熔化，用纱布过滤药渣。猪油过滤，并入药油中，然后徐徐放入轻粉，边搅边放，待油冷，加入冰片（研细）、麝香，边搅边放，最后放入尿素搅拌 30 分钟左右即可。搽于患处，每日 3 次。

【功效】 适用于寻常型银屑病。

（三）湿 疹

菜 泥 汤

【处方】 新鲜白菜、卷心菜、胡萝卜各适量，蜂蜜、精盐少许。

【用法】 将新鲜白菜、卷心菜、胡萝卜洗净，切碎，按 2 碗菜 1 碗水的比例，先煮沸水后加菜、精盐，煮 5 分钟即可。饮汤时加适量蜂蜜。

【功效】 祛湿，止痒。适用于婴儿湿疹。

绿豆蜂蜜冰片膏外用

【处方】 绿豆粉 30 克，蜂蜜 9 克，冰片 3 克，醋 30 毫升。

【用法】 将绿豆粉用锅炒成灰黑色，同蜂蜜、冰片、醋共调为胶状，摊油纸上，当中留孔，敷于患处。

【功效】 清热解毒，防腐。适用于湿疹，疮疖，痈疽等。

蜂蜜软膏外用

【处方】 蜂蜜 100 克，氧化锌 10 克，淀粉 20 克。

【用法】 将上药混合，调制成软膏，涂抹患处，涂药前先以温水洗净患处。每日 1~2 次。

【功效】 适用于湿疹，过敏性皮炎等。

蜂胶锌油外用

【处方】 蜂胶粉 100 克，氧化锌粉 200 克，植物油 800 毫升。

【用法】 将氧化锌粉逐渐加入植物油中搅匀，再加入蜂胶粉混匀，浸泡 7 日。用时先洗净患处，然后涂抹油液。每日 2~3 次。

【功效】 适用于湿疹，皮肤溃疡等。

（四）手、足癣

蜂房醋外用

【处方】 醋 500 毫升，蜂房 60 克。

【用法】 将蜂房放入醋中，用火煎至焦枯，滤去药渣，取药液涂于洗净的患处。3~4 次可愈。

【功效】 适用于手、足癣等。

凤仙花蜜膏外用

【处方】 凤仙花、蜂蜜各 150 克。

【用法】 将凤仙花研为细末，与蜂蜜调匀成膏，涂于手及指甲，外用油纸覆盖，纱布包扎。每日换药 1 次，连用至愈。

【功效】 适用于手癣，指甲癣等。

（五）疥 癣

疥疮膏外用

【处方】 醋 2500 毫升，五倍子粉 625 克，蜈蚣 10 条，蜂蜜 3000 克，冰片 5 克。

【用法】 将醋、蜂蜜放入沙锅中熬沸，加五倍子粉搅匀，改文火熬成糊状，待冷加入蜈蚣、冰片（均研末）调匀，敷

于患处。3~5 日换药 1 次。

【功效】 适用于疥疮。

(六) 斑 秃

酥油粳米粥

【处方】 酥油 20 克~30 克，蜂蜜 15 克，粳米 100 克。

【用法】 将粳米洗净，加水煮粥，待粥将熟时加入酥油、蜂蜜，煮至粥熟即可。温服，每日食用。

【功效】 适用于斑秃。

龙 眼 蜜

【处方】 龙眼肉 400 克，蜂蜜适量。

【用法】 将龙眼肉放入锅中干蒸 30 分钟取出，置阳光下晒 2 小时。第 2 日按上法再蒸再晒，如此重复 5 次，然后加适量水和蜂蜜，用小火炖熟后服用。

【功效】 适用于斑秃。

(七) 酒 渣 鼻

枇杷叶膏

【处方】 鲜枇杷叶 5000 克，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜枇杷叶洗净，去毛，加水 40000 毫升，煎

煮 3 小时后过滤去渣，再浓缩成膏 1500 克，加入蜂蜜混匀。
每服 10 克～15 克，每日 2 次。

【功效】 适用于酒渣鼻。

(八) 雀斑、粉刺

茉莉蜜膏外用

【处方】 紫茉莉子 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将紫茉莉子去壳，取种子内胚芽，研成极细末，用蜂蜜调成软膏状，贮瓶。洗脸后取适量涂于患处。每日早、中、晚各 1 次。

【功效】 适用于雀斑，粉刺等。

浮萍蜜膏外用

【处方】 浮萍 150 克，蜂蜜适量。

【用法】 将浮萍去杂质，洗净晒干，研极细末，用蜂蜜调成膏，入瓷瓶中贮存。每晚临睡前涂面，次日早晨以温水洗去。

【功效】 适用于雀斑，粉刺等。

桃花瓜仁蜜外用

【处方】 桃花、冬瓜仁各等份，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 2 味研细末，用蜂蜜调匀，贮瓶。每晚临睡前涂面，次日早晨以温水洗去。

【功效】 适用于雀斑，粉刺等。

茯苓蜜膏外用

【处方】 白茯苓、蜂蜜各适量。

【用法】 将白茯苓研为极细末，用蜂蜜调成膏。每晚临睡前涂面，次日早晨以温水洗去。

【功效】 适用于雀斑，面色暗黑等。

（九） 荨 麻 疹

酒 蜜

【处方】 蜂蜜 30 克，黄酒 60 毫升。

【用法】 将上药和匀炖温，空腹服。每日 1 剂，治愈为止。

【功效】 适用于风寒型荨麻疹。

糯米蜜酒

【处方】 蜂蜜 500 克，糯米汤（新熟）1500 毫升，曲粉少许。

【用法】 将糯米汤加开水 5000 毫升、曲粉少许，同入瓶中搅匀，加蜂蜜，封酿 7 日。随意饮服。

【功效】 适用于风疹。

猪脂蜜酒

【处方】 蜂蜜、猪脂、米酒各适量。

【用法】 将蜂蜜炼熟，加入猪脂、米酒。饮服。

【功效】 适用于风疹，风癣，皮肤瘙痒等。

（十）带状疱疹

蜂胶酊外用

【处方】 蜂胶 150 克，95%乙醇 1000 毫升。

【用法】 将蜂胶浸入乙醇中浸泡 7 日，每日摇动。每日涂搽患处 1~3 次，5~7 日痊愈。

【功效】 抗病毒，止痛，消炎。适用于带状疱疹。

（十一）尖锐湿疣

蜂胶软膏外用

【处方】 蜂胶 150 克，凡士林（或羊毛脂）350 克。

【用法】 将凡士林（或羊毛脂）水浴加热至 70℃~80℃，再将蜂胶缓缓加入，不时搅拌，继续加温 1 小时，趁热用 2 层纱布过滤，装瓶。每日涂搽患处 2~3 次。

【功效】 适用于尖锐湿疣，寻常疣，扁平疣等。

四、妇科疾病

(一) 月经不调

红茶当归汤

【处方】 红茶 1 克~1.5 克，当归 5 克~15 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 将红茶、当归、蜂蜜置于杯中，加开水 300 毫升~400 毫升，浸泡 5 分钟。分 3 次温饮。

【功效】 适用于月经不调，痛经等。

绿茶玫瑰花汤

【处方】 绿茶 1 克，玫瑰花 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药加水 300 毫升，煮沸 5 分钟，分 3 次饭后饮服。

【功效】 理气解郁，活血散淤。适用于月经不调，赤白带下等。

红茶柠檬汤

【处方】 红茶 1 克~1.5 克，鲜柠檬 500 克，蜂蜜 25 克，精盐 250 克。

【用法】 将鲜柠檬洗净，加精盐拌匀后置于瓦缸中，在阳光下连续暴晒至果皮皱缩、软润、出水，保存越久越好。用时取柠檬 1 个加红茶、蜂蜜、开水 300 毫升，泡 5 分钟，徐徐饮服。或直接用鲜柠檬 1~2 个，加水 300 毫升炖烂，加入红糖、蜂蜜煮 3 分钟，分 3 次饮服。

【功效】 收敛止血，健脾生津，化痰止咳。适用于月经过多，尿血，便血等。

大枣益母汤

【处方】 大枣 20 枚，益母草、红糖各 10 克，蜂蜜 20 克。

【用法】 将上药加水共炖。饮汤。每日早、晚各 1 次。

【功效】 温经养血，祛瘀止痛。适用于经期受寒或贫血造成的月经不调，疼痛，腰酸，经色暗红有血块等。

龙眼蜜蛋汤

【处方】 龙眼肉 50 克，蜂蜜 20 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将龙眼肉加水煮，30 分钟后将鸡蛋打入龙眼肉汤中共炖至熟，加入蜂蜜。在月经干净后服用，连服 10 日，每日早、晚各 1 次。

【功效】 补心益脾，滋阴养血。适用于月经不调。

（二）闭 经

丹参酒蜜

【处方】 丹参 100 克，蜂蜜 1200 克，黄酒适量。

【用法】 将丹参加水 500 毫升，煮取 400 毫升，加入蜂蜜、黄酒调匀。每服适量，每日 2 次。

【功效】 活血调经。适用于闭经，痛经等。

桑葚汤

【处方】 桑葚 25 克，红花 5 克，鸡血藤 20 克，蜂蜜 30 克，黄酒适量。

【用法】 将上药前 3 味加黄酒、水煎煮，去渣取汁，加入蜂蜜。每日 2 次温服。

【功效】 补血行血，通滞化淤。适用于闭经。

绿茶花蜜饮

【处方】 绿茶 1 克～1.5 克，红花 1 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将红花用醋喷洒后文火炒干。将绿茶、红花、蜂蜜加开水 600 毫升，浸泡 10 分钟。分 4 次饮服，4 小时饮 1 次，每日 1 剂。

【功效】 理气活血，调经。适用于闭经。

(三) 崩 漏

蜂 房 酒

【处方】 野蜂房 1 个，白酒 500 毫升。

【用法】 将野蜂房剪碎，浸泡于白酒中 7 日。每次饮用 30 毫升。或将蜂房略炒至微黄，研为细末。每次取 1.2 克，用白酒 1 杯冲饮。

【功效】 适用于崩中漏下，不孕症等。

胶 蜜 膏

【处方】 阿胶、蜂蜜各 100 克。

【用法】 将阿胶捣碎，同蜂蜜共放入碗中，上锅蒸 20 分钟。每次 30 克，用黄酒调服。

【功效】 养血疗崩。适用于功能性子宫出血。

(四) 经行呕吐

半夏蜂蜜饮

【处方】 半夏 10 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将半夏煎 1 小时，然后加入蜂蜜。1 次服完。

【功效】 降逆止呕。适用于经行呕吐。

（五）带下病

椿皮蜜饮

【处方】 椿根白皮 30 克（鲜品用 60 克），蜂蜜 30 克。

【用法】 将椿根白皮加水 300 毫升，煎取 150 毫升，加蜂蜜。每次服 30 毫升，每日 2~3 次。

【功效】 适用于湿热下注所致带下，多见于宫颈炎，子宫内膜炎等。

韭子丸

【处方】 韭菜子、醋、蜂蜜、白酒各适量。

【用法】 将韭菜子用醋煮后焙干研末，炼蜜为丸，如赤豆粒大。每次 30 丸，空腹白酒送服，每日 2 次，连服 7~8 日。

【功效】 助阳止带。适用于白带过多。

龟胶酒蜜

【处方】 龟板胶 9 克，酒 1 杯，蜂蜜适量。

【用法】 将龟板胶置碗中，加蜂蜜、白酒后加热，将龟板胶融化。每日早晨 1 次调服。

【功效】 适用于淋带赤白不止。

（六）胎漏、胎动不安

麻 油 蜜

【处方】 香油 100 毫升，蜂蜜 200 克。

【用法】 将上药调匀，文火加温。每服 10 毫升，每日 2 次。

【功效】 适用于脾肾气虚所致先兆流产。症见胎漏下血，色淡红，少腹下坠，腰骶酸楚，头晕耳鸣，神疲乏力，溲清便溲，舌质淡，苔薄白，脉细缓滑或沉细而滑等。

蜂蜡黄酒

【处方】 蜂蜡 30 克，黄酒 60 毫升。

【用法】 将蜂蜡、黄酒放在饭锅上蒸，蜂蜡溶化即可。顿服，未愈再服。

【功效】 适用于妊娠胎动，腹痛下血等。

葱根蜜外用

【处方】 葱白、蜂蜜各适量。

【用法】 将葱白洗净，捣烂，加蜂蜜调成糊，敷于脐部。每日 1 次。

【功效】 适用于先兆流产。

（七）妊娠水肿

冬瓜仁陈皮蜜

【处方】 蜂蜜 50 克，冬瓜仁 20 克，陈皮 6 克。

【用法】 将上药水煎服。每日 1~2 次，连服数日。

【功效】 适用于妊娠水肿，腹胀食少，神疲乏力等。

瓜 汁 蜜

【处方】 冬瓜汁、蜂蜜各 1 杯。

【用法】 将上药和匀，频频服用。

【功效】 清热解暑，利尿消肿。适用于妊娠水肿，小便不利等。

（八）难 产

蜂蜜香油

【处方】 蜂蜜 100 克，香油 100 毫升。

【用法】 将上药混匀，煎数沸。顿服。

【功效】 适用于难产。

饮 蜜

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 将蜂蜜冲入温开水，饮服。服 1 次如胞衣未下，30 分钟后继续服。

【功效】 适用于难产及胞衣不下等。

猪油蜜酒

【处方】 猪板油 37 克，蜂蜜 30 克，米酒 200 毫升。

【用法】 将上药同放沙锅中煎沸，趁热分 3 次服。

【功效】 适用于胎死腹中，气血凝滞不下等。

猪肉蜜汤

【处方】 鲜猪肉 1000 克，蜂蜜 200 克。

【用法】 将鲜猪肉切大块，急火煎汤，去浮油，加入蜂蜜，令产妇尽量饮服。

【功效】 补肾益气，催生保胎。适用于胎涩不下。

（九）产后血晕

醋 蜜 饮

【处方】 醋 50 毫升，蜂蜜 50 克。

【用法】 将上药调匀煮沸。顿服。

【功效】 适用于产后血晕。

葱蜜外用

【处方】 葱白、蜂蜜各适量。

【用法】 将上药共捣如泥，敷于脐部，盖以纱布，胶布固定。

【功效】 适用于产后血晕。

（十）产后腹痛

当归蜜饮

【处方】 当归末 15 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将上药放入沙锅中，加水 300 毫升共煎，取汁 200 毫升。分 2 次服。

【功效】 益气养血。适用于产后血虚腹痛。

木耳酒蜜

【处方】 黑木耳 15 克，白酒、蜂蜜各适量。

【用法】 将黑木耳研末，用白酒浓煎，加蜂蜜调服。

【功效】 活血化淤。适用于产后血淤腹痛。

（十一）产后便秘

葱白胶蜜汤

【处方】 葱白 3 根，阿胶 6 克，蜂蜜适量。

【用法】 将上药煎 2 味水煎，去渣取汁，加入蜂蜜饮服。

【功效】 养血润便。适用于产后便秘。

服 蜂 蜜

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 取蜂蜜 2~3 汤匙，加温开水半杯，搅匀后服用。每日 2~3 次。如用首乌 20 克煎汁，加入蜂蜜服，疗效更佳。

【功效】 润肠通便。适用于产后便秘。

油 蜜

【处方】 蜂蜜 60 克，香油 30 毫升。

【用法】 将上药和匀。分 2 次服。

【功效】 润肠通便。适用于产后便秘。

蜜栓外用

【处方】 蜂蜜适量。

【用法】 将蜂蜜加热炼至茶褐色，稍凉成膏，捏如枣状，插入肛门，待欲大便除去。

【功效】 润肠通便。适用于产后便秘。

(十二) 产后痢疾

马齿苋蜜饮

【处方】 鲜马齿苋汁 1 杯，蜂蜜 30 克。

【用法】 将鲜马齿苋汁煎沸后加入蜂蜜和匀饮服。

【功效】 清热解毒。适用于产后赤白痢疾。

(十三) 产后调养

鸡蛋茶蜜

【处方】 绿茶 1 克，鸡蛋 2 个，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药加水 300 毫升煮至鸡蛋熟。每日早饭后服 1 次，45 日为 1 个疗程。

【功效】 益气补虚。适用于产后体虚。

黑豆松子粥

【处方】 黑豆、松子仁、粳米各 50 克，蜂蜜适量。

【用法】 将松子仁研碎，黑豆浸泡，然后同粳米煮粥，粥熟后加入适量蜂蜜，调匀食用。

【功效】 补虚润肺，养液润肠。适用于产后体虚，头晕目眩，便秘等。

蜜饯姜枣桂圆

【处方】 大枣、桂圆肉、蜂蜜各 250 克，生姜汁适量。

【用法】 将大枣、桂圆肉加水煮至七成熟时，加入生姜汁、蜂蜜煮沸，调匀食用。

【功效】 补气生血。适用于产后服用，可辅助治疗因气血亏损引起的水肿。

葆 春 膏

【处方】 生晒参、淡菜各 60 克，南沙参、牡蛎、北沙参、续断、地黄各 90 克，丹参、鸡血藤各 120 克，灵芝、黄芪、枇杷叶、稻芽、麦芽各 150 克，制五味子、菖蒲各 15 克，桑葚、制女贞子、虎杖、陈皮各 45 克，当归、淫羊藿、制远志各 30 克，甘松 18 克，珍珠粉 3 克，制香附 50 克，蜂蜜、白糖各适量。

【用法】 将生晒参水煎 2 次，头煎 4 小时，复煎 2 小时，合并滤液备用。余药除珍珠粉、白糖、蜂蜜外，水煎 2 次，头煎 4 小时，复煎 2 小时，合并滤液并浓缩后加入生晒参液，再浓缩成清膏，每 100 克清膏加蜂蜜、白糖各 110 克，并加入珍珠粉混匀，浓缩成膏即可。每次 15 克，温开水送服，每日 2 次。

【功效】 适用于气血两亏，产后虚弱，病后失调，头昏目眩，盗汗失眠，腰膝酸软等。

（十四）不孕症

养精种玉酒

【处方】 白芍、核桃仁各 60 克，熟地黄、全当归、山萸肉、远志肉、紫河车各 50 克，枸杞子、菟丝子各 30 克，五味子、香附各 20 克，丹参 15 克，酸石榴子、炙甘草、炒枣仁、炒麦芽、炒谷芽各 10 克，白酒 500 毫升，蜂蜜 300 克。

【用法】 将上药前 17 味共研细末，置容器中，加入白酒、蜂蜜，密封浸泡 15 日，过滤去渣。每次服 20 毫升，每日 2 次。

【功效】 养血滋阴，调补肝肾。适用于妇女身瘦，血虚不孕等。

（十五）阴疮、阴痒

地龙葱蜜外用

【处方】 地龙 3~4 条，葱、蜂蜜各适量。

【用法】 将地龙、葱分别炙干，共研细末，加入蜂蜜熬成膏，敷于患处。

【功效】 适用于阴疮。

蛇床明矾蜜栓外用

【处方】 蛇床子 50 克，蜂蜜适量，明矾少许。

【用法】 将蛇床子、明矾研细末，以蜂蜜调为栓状，每栓 6 克，外用纱布包裹，系上一线，塞入阴道。每日 1 次，连用 5 个晚上。

【功效】 杀虫止痒。适用于阴痒。

蜂蜜硼砂液外用

【处方】 蜂蜜 10 克，硼砂 1 克。

【用法】 将硼砂以水溶化，加入蜂蜜调匀，以棉球系线

蘸药液塞入阴道。每日更换 1 次。

【功效】 消炎，杀菌。适用于妇女阴痒（滴虫病）。

五、儿科疾病

（一）感 冒

芝麻冰糖蜜饮

【处方】 黑芝麻、冰糖、蜂蜜各适量。

【用法】 将黑芝麻炒香捣碎，加入冰糖、蜂蜜，用温开水冲服。

【功效】 适用于小儿感冒，风寒咳嗽等。

花生枣蜜

【处方】 花生米、大枣、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将上药加水适量炖 1~2 小时。喝汤。

【功效】 适用于小儿感冒，久咳不止等。

(二) 咳 嗽

二仁姜蜜

【处方】 甜杏仁、核桃仁各 12 克，蜂蜜 30 克，生姜 10 克。

【用法】 将上药置碗中，隔水炖或蒸熟后服食。每日 1 次，连服 4~5 日。

【功效】 宣肺止咳。适用于小儿风寒型支气管炎。

四汁蜜饮

【处方】 生姜汁 25 毫升，梨汁、白萝卜汁、茅根汁各 50 毫升，蜂蜜 100 克。

【用法】 将上药 4 汁和匀，与蜂蜜装入瓷罐中煮沸。每服适量，每日 3 次，连服数日。

【功效】 清热滋阴，润肺化痰，止咳。适用于小儿风热型支气管炎，症见咳嗽不爽，痰黄稠粘，不易咳出，口渴咽痛，鼻流浊涕，伴有发热头痛，恶风，微汗，舌苔薄黄，质红，脉浮数等。

木瓜蜜糖

【处方】 鲜木瓜 1 个，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜木瓜去皮，蒸熟，加少量蜂蜜服食。

【功效】 适用于小儿痰热咳嗽，症见咳嗽痰多，稠粘难

咳，发热面赤，目赤唇红，口苦作渴，烦躁不宁，甚则鼻出血，小便短赤，大便干燥，苔黄舌红，脉滑数等。

百 合 蜜

【处方】 百合 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将百合加蜂蜜蒸熟服食。

【功效】 润肺止咳。适用于小儿肺虚久咳，口干等。

藕汁蜜糖露

【处方】 鲜藕汁 250 毫升，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鲜藕汁加蜂蜜调匀。分 5 次服，连用数日。

【功效】 清热润燥，凉血，止咳祛痰。适用于小儿肺热咳嗽，咽干咽痛，血热鼻出血等。

大蒜汁蜜

【处方】 大蒜 20 克，蜂蜜 15 克。

【用法】 将大蒜去皮，捣烂，用开水 1 杯浸泡，晾凉后再炖 1 小时，取汁加蜂蜜服食。

【功效】 清热润燥，杀菌消炎。适用于小儿久咳不止，夜不能寐等。

(三) 哮 喘

刀豆调蜜

【处方】 刀豆 15 克，蜂蜜适量。

【用法】 将刀豆水煎，加入蜂蜜调服。

【功效】 适用于小儿寒性哮喘。

蜂蜜胆汁

【处方】 新鲜牛胆汁 90 毫升，蜂蜜 150 克，羊胆适量。

【用法】 将新鲜牛胆汁、蜂蜜混合，蒸 2 小时。每日早、晚各服 1 汤匙。或用羊胆焙干研末，每次服 0.6 克~1 克，每日 3 次。

【功效】 清肝泻火，止咳平喘。适用于小儿热性哮喘发作期，症见咳喘哮鸣，痰稠色黄，发热面红，胸闷膈满，渴喜冷饮，声高息涌，呼气延长，小便黄赤，大便干燥或秘结，舌苔薄白或黄腻，脉滑数等。

鸡蛋加蜂蜜

【处方】 鸡蛋 1~2 个，蜂蜜 1~2 汤匙。

【用法】 将鸡蛋去壳，在油锅内煎熟，趁热加入蜂蜜，立即服食。

【功效】 滋阴养血，清热润燥。适用于小儿支气管哮喘。

核桃仁蜂蜜

【处方】 核桃仁、蜂蜜各 1000 克。

【用法】 将核桃仁捣烂，加入蜂蜜和匀，装瓶。每次 1 汤匙，每日 2 次，温开水送服。

【功效】 补肾纳气，平喘。适用于小儿哮喘缓解期。

白果蜜糖

【处方】 白果仁 10 克，砂糖、蜂蜜各适量。

【用法】 将白果仁炒热，去壳，加水煮熟，加入砂糖、蜂蜜，连续服食。

【功效】 敛肺定喘。适用于小儿哮喘缓解期。

蜂蜜治小儿咳喘 4 方

(1) 取生蜂蜜 250 克，净锅烧热后先倒入香油少许，香油热后再倒入蜂蜜，慢慢熬煮。当蜂蜜热到有泡沫溢出时，可用扇子扇以降低液面温度，继续熬数分钟，装瓶。每次 1 汤匙，温开水冲服，每日服 3~4 次，连续用 7~10 日。

(2) 生姜汁半杯，蜂蜜 50 克，炖热，徐徐服食。

(3) 核桃仁、甜杏仁各 25 克，蜂蜜 50 克，同蒸熟，加生姜汁数滴，适量服食。

(4) 柿饼 3 个，开水 1 碗，加入蜂蜜，频服。

(四) 小儿暑热

麦冬蜂蜜蛋清

【处方】 麦冬 9 克，甘草 6 克，蜂蜜 10 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将麦冬、甘草浓煎，取汁，加入蜂蜜、鸡蛋清搅匀。每日早、晚空腹服，连服 3~4 日。

【功效】 滋阴清热。适用于小儿暑热。

蜜 蛋

【处方】 蜂蜜 10 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将上药搅匀，1 次或分次服食。

【功效】 补虚退热，扶正祛暑。适用于小儿暑热。

银花蜜汤

【处方】 蜂蜜、金银花各 50 克。

【用法】 先用沙锅水煎金银花，取汁 2 碗，凉后去渣，服用前分 2 次加入适量蜂蜜，徐徐饮服。

【功效】 清热解毒，疏散风热。适用于小儿暑热。

藕 汁 蜜

【处方】 鲜藕、蜂蜜各适量。

【用法】 将鲜藕洗净，捣烂取汁，每 250 毫升藕汁加蜂蜜 50 克调匀。分次服，连用数日。

【功效】 清热润燥，凉血。适用于小儿暑热。

桑叶蜜茶

【处方】 桑叶 10 克，生蜂蜜适量。

【用法】 先用生蜂蜜将桑叶涂润，阴干后切细，沸水冲泡，代茶饮。

【功效】 清热润燥。适用于小儿夏季口渴。

百合蒸蜜

【处方】 干百合 100 克，蜂蜜 150 克。

【用法】 将上药共置碗中，放入蒸锅蒸 1 小时，趁热调匀，待冷装瓶。每次 10 克，开水冲服，每日 2 次，连服 6～7 日。

【功效】 滋阴清虚热。适用于小儿阴虚所致低热长期不退。

鸡蛋蜂蜜汤

【处方】 鸡蛋 2 个，蜂蜜 50 克。

【用法】 将鸡蛋打入碗中，然后蜂蜜加水适量搅匀，煮沸后冲鸡蛋饮服。每日 1 次，连服 5～10 日。

【功效】 补虚退热。适用于小儿气血两虚所致低热。

（五）百 日 咳

大蒜百部蜜

【处方】 百部、蜂蜜各 9 克，大蒜适量。

【用法】 大蒜用量：1 岁以内为 120 克，2～3 岁为 180 克，与百部煎水半碗，加蜂蜜服食。

【功效】 杀菌，止咳祛痰。适用于百日咳。

芝麻花生蜜

【处方】 花生米 30 克，白芝麻、蜂蜜各 50 克。

【用法】 将上药同放锅中水煮，饮汤。每日 1 次，连服 3~5 日。

【功效】 润肺止咳。适用于百日咳恢复期。

刀豆蜂蜜饮

【处方】 刀豆子 15 克，蜂蜜适量。

【用法】 将刀豆子水煎，去渣，加入蜂蜜。每日 1 剂，连服 5 日。

【功效】 适用于百日咳。

胆 汁 蜜

【处方】 新鲜猪胆 1 个，蜂蜜适量。

【用法】 将新鲜猪胆用凉开水洗净，取出胆汁，按 1 : 4 加入蜂蜜拌匀，装瓶。1 岁以内，每次服 2.5 毫升；1~2 岁，每次服 5 毫升；2~5 岁，每次服 10 毫升。每日 3 次。

【功效】 清肝止痉，镇咳。适用于百日咳。

金钱草蛋蜜

【处方】 金钱草 30 克，蜂蜜 60 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将金钱草水煎取浓汁，趁沸时冲入生鸡蛋，加入蜂蜜搅匀，顿服。每日 3 次，连服数日。

【功效】 清热，镇咳。适用于百日咳痉咳期，咳即作吐，

日轻夜重，眼睑水肿，或痰中带血等。

（六）痢 疾

生姜蜜茶饮

【处方】 生姜 6 克，茶叶、蜂蜜各适量。

【用法】 将生姜水煎去渣，加入茶叶、蜂蜜，温服。

【功效】 杀菌止痢。适用于小儿热痢，症见腹痛，里急后重，大便腥臭有脓血，伴发热恶寒，头痛身痛，苔黄腻，脉滑数或濡数等。

黄瓜蘸蜜

【处方】 黄瓜、蜂蜜各适量。

【用法】 将黄瓜蘸蜂蜜服食。

【功效】 适用于小儿热痢。

绿茶蜂蜜

【处方】 绿茶 5 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将绿茶浓煎，加入蜂蜜，温服。每日 3 次。

【功效】 杀菌止痢。适用于小儿细菌性痢疾。

（七）消化不良

苹果煮蜜糖

【处方】 苹果、饴糖、蜂蜜各适量。

【用法】 将饴糖、蜂蜜、苹果水煮，常食。

【功效】 适用于小儿疳积，消化不良等。

健 胃 膏

【处方】 生姜 25 克，党参、山药各 250 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将生姜捣碎取汁，党参、山药研末，同蜂蜜一起搅匀，慢慢熬成膏。每次 1 汤匙，每日 3 次，热粥送服，连服数日。

【功效】 健胃强脾。适用于小儿脾胃虚弱，厌食等。

消疳灵外用

【处方】 生栀子 30 粒，桃仁 7 粒，皮硝 9 克，葱头 7 个，飞罗面 1 汤匙，鸡蛋 1 个（去黄），蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 4 味研为细末，加飞罗面，用蜂蜜、鸡蛋清调匀，以荷叶为托，贴敷于肚皮上，用纱布包扎固定。忌食生冷、鱼腥、点心等。

【功效】 清热，活血，消积。适用于小儿疳积，症见头大颈细，面露青筋，腹大便泄等。

（八）二便不通

葱蜜阿胶

【处方】 葱白 3 根，生蜂蜜、阿胶末各适量。

【用法】 将葱白煎汤，加入生蜂蜜、阿胶末服食。再以葱头裹蜂蜜，插入肛门。

【功效】 适用于小儿二便不通。

蔗 汁 蜜

【处方】 甘蔗汁、蜂蜜各 1 杯。

【用法】 将上药搅匀。每日早、晚空腹服。

【功效】 适用于小儿积热便秘，症见大便干结，烦躁，口渴，舌红苔黄，脉数等。

土豆汁蜜

【处方】 新鲜土豆、蜂蜜各适量。

【用法】 将新鲜土豆洗净，切碎，加温开水捣烂，用纱布包好绞汁。每日早晨空腹服 1~2 汤匙，酌加蜂蜜同服，连续服用 15~20 日。

【功效】 适用于小儿习惯性便秘。

葱汁蜜奶

【处方】 牛奶 500 毫升，蜂蜜 60 克，葱汁少许。

【用法】 将上药共煮熟，早晨空腹服食。

【功效】 润肠通便。适用于小儿习惯性便秘。

（九）小儿水肿

粳米葱姜蜜粥

【处方】 粳米 50 克，生姜 5 片，葱 5 根，蜂蜜适量。

【用法】 将生姜捣烂，与粳米煮粥，将熟时加入葱、蜂蜜，趁热服食。盖被取汗。

【功效】 散寒，发汗，利水。适用于小儿肺气不宣水肿。

桂圆枣蜜姜汁汤

【处方】 桂圆、大枣、蜂蜜各 250 克，鲜姜汁 1 汤匙。

【用法】 将桂圆、大枣加水煮至七成熟时，加入鲜姜汁、蜂蜜，煮沸调匀服食。每日 2 次。

【功效】 补肾健脾，利水。适用于小儿脾肾两虚水肿。

（十）惊 风

僵蚕茶蜜饮

【处方】 绿茶 0.5 克，白僵蚕、甘草各 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将白僵蚕、甘草加水 400 毫升，煮沸 5 分钟，

加入绿茶、蜂蜜，分 3~4 次徐徐饮服。可加开水复泡再饮，每日 1 剂。

【功效】 清热化痰，熄风止痉。适用于小儿惊风。

芙蓉茶蜜

【处方】 绿茶 1 克，鲜木芙蓉花 10 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将鲜木芙蓉花加水 400 毫升，煮沸 5 分钟，加入绿茶、蜂蜜，分 3 次温服。每日 1 剂。

【功效】 清热，凉血。适用于小儿惊风。

（十一）小儿癫痫

钩藤茶蜜

【处方】 绿茶 1 克，钩藤 10 克，蜂蜜 15 克。

【用法】 将钩藤加水 500 毫升，煮沸 3 分钟去渣，加入绿茶、蜂蜜，分 3 次温服。幼儿分 5~8 次，4 小时 1 次，每日 1 剂。

【功效】 平肝熄风，镇痉。适用于小儿癫痫。

（十二）小儿虫证

百部榧子蜜膏

【处方】 百部、榧子各 30 克，蜂蜜 50 克。

【用法】 将百部加水 300 毫升，煎取 150 毫升，去渣，加蜂蜜收膏。榧子研末入蜜膏，加温调匀，装瓶。每服 20 克，每日 3 次，饭前空腹服。

【功效】 杀虫。适用于小儿蛲虫病。

蜂蜜大黄粉

【处方】 蜂蜜 90 克，大黄 9 克。

【用法】 将大黄研为末，调以蜂蜜，分 2 次服用。

【功效】 润燥滑肠。适用于蛔虫性肠梗阻。

葱 油 蜜

【处方】 葱 30 克，植物油 30 毫升，蜂蜜 30 克。

【用法】 将葱切细，用植物油以武火炒熟，倒入碗中，加入蜂蜜。每日早晨空腹 1 次服完，连服 3 日，服后 2 小时再进饮食。

【功效】 适用于小儿蛔虫病。

（十三）佝偻病

蛤壳双甲丸

【处方】 蛤壳、炮鳖甲片各等份，蜂蜜适量。

【用法】 将上药各研极细末，炼蜜为丸，以米汤送服。每服 10 克（小儿减半），每日 2 次。

【功效】 适用于小儿佝偻病或因缺钙而痉挛抽搐等。

蜜饯黄精

【处方】 干黄精 100 克，蜂蜜 200 克。

【用法】 将干黄精洗净放在铝锅内，加水浸泡透发，再以小火煎煮至熟烂，待液干加入蜂蜜煮沸，待冷装瓶备用。每次 1 汤匙。

【功效】 补益精气，强壮筋骨。适用于小儿下肢萎软无力。

（十四）小儿痘疹

梅花茶枣蜜

【处方】 绿茶 0.5 克，白梅花 3 克，蜂蜜 25 克，大枣 30 克。

【用法】 将大枣剖开，去核，加水 350 毫升煮沸 3 分钟，加入余药，分 3 次温服。每日 1 剂。

【功效】 解痘毒。适用于痘疹。

蜂胶锌油外用

【处方】 蜂胶粉 100 克，氧化锌细粉 200 克，植物油 800 毫升。

【用法】 将上药混合，浸泡 1 周后即成为 10% 蜂胶锌油。涂于患处。

【功效】 适用于痘疮，湿疹，皮肤溃疡等。

（十五）小儿乳蛾（扁桃体炎）

僵蚕姜蜜

【处方】 白僵蚕、生姜汁、蜂蜜各适量。

【用法】 将白僵蚕研为细末，以蜂蜜、生姜汁调服。每服 1 克，每日 2～3 次。

【功效】 化痰散结，清利咽喉。适用于小儿风热乳蛾。

苋菜蜜糖饮

【处方】 鲜苋菜 30 克～60 克，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜苋菜洗净，绞汁或水煎，加入蜂蜜调服。

【功效】 清热利窍。适用于小儿乳蛾。

生姜萝卜汁蜜

【处方】 生姜、白萝卜汁、蜂蜜各适量。

【用法】 将上药调匀水煎，频服。

【功效】 适用于小儿虚火乳蛾。

（十六）小儿杂病

黄连姜汁蜜

【处方】 生姜汁 10 毫升，蜂蜜 10 克，黄连 6 克。

【用法】 将黄连水煎去渣，加入生姜汁、蜂蜜，再煎 2 沸。分 2 次温服。

【功效】 适用于湿罨，症见不思饮食，嗜睡，发热，四肢沉重，舌上尽白、细疮如粟，甚者唇生口疮，肛门糜烂等。

黄花菜蜜

【处方】 黄花菜、蜂蜜各 50 克。

【用法】 将黄花菜水煎，取汁半杯，加蜂蜜调匀，缓缓服用。每日分 3 次服完。

【功效】 适用于小儿鹅口疮。

干姜蜂蜜外用

【处方】 干姜、蜂蜜各适量。

【用法】 将干姜研为细末，以蜂蜜调和如泥状，涂于患处，药干则换新药。

【功效】 适用于小儿赤游风，症见皮肤色赤如丹，形如云片，游走不定，局部红肿硬痛，有水疱，或伴发热等。

葱白蜜外用

【处方】 葱白、蜂蜜各适量。

【用法】 将葱白捣烂如泥，以蜂蜜调匀，涂敷患处。

【功效】 适用于小儿秃疮，局部丘疹瘙痒，毛发干枯、脱落等。

六、五官科疾病

(一) 红眼病

羊胆蜜膏

【处方】 羊胆汁、蜂蜜各等量。

【用法】 将上药拌匀，文火熬炼成膏，装瓶。每次 10 克，温开水冲服，每日 2 次。

【功效】 清火解毒，明目。适用于红眼病（急性传染性结膜炎）。

谷精草茶蜜饮

【处方】 谷精草 12 克，绿茶 1 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药前 2 味加水 350 毫升，煮沸 5 分钟后过滤去渣，再加入蜂蜜搅匀。分 3 次饭后服，可加开水泡服，每日 1~2 剂。

【功效】 疏风散热，明目退翳。适用于急性传染性结膜炎。

碧云膏外用

【处方】 羯羊胆 10 个，蜂蜜适量。

【用法】 腊月取羯羊胆 10 个，以蜂蜜装满，纸套笼住，悬檐下，待霜出扫下点眼。

【功效】 清火解毒，明目。适用于暴赤目疾。

(二) 夜 盲 症

蒙花茶蜜饮

【处方】 绿茶 1 克，蜜蒙花 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药前 2 味加水 350 毫升，煮沸 3 分钟，过滤去渣，加入蜂蜜再煮沸即可。分 3 次饭后服，每日 1~2 剂。

【功效】 清肝明目，退翳。适用于夜盲，视力下降等。

菜籽酒蜜丸

【处方】 大头菜籽 1000 克，白酒、蜂蜜各适量。

【用法】 将大头菜籽加入白酒中浸泡 1 夜取出，隔水蒸 20 分钟，晒干研末，炼蜜为丸如黄豆大。每次 6 克，用米汤送服，每日服 2 次，连服数日。

【功效】 适用于夜盲症。

(三) 目生胬肉

胡连陀僧龙脑蜜外用

【处方】 胡黄连 130 克，密陀僧末 15 克，蜂蜜 120 克，

龙脑 0.75 克，黑豆 10 克。

【用法】 将胡黄连置蜂蜜内浸 1 夜，次日入密陀僧末和匀，用白瓷碗盛。另用黑豆放锅内加水煮沸，将药碗放在黑豆上，勿令黑豆汁入碗，煮至黑豆熟为度，将药过滤，加龙脑搅匀，停置 3 日后点眼。每日数次。

【功效】 适用于目赤生翳肉。

（四）倒 睫

五倍子蜜糊外用

【处方】 五倍子 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将五倍子研细末，用蜂蜜调成糊状。先洗净眼睑，再将适量糊剂涂于距睑缘 2 毫米处。每日 1 次，连涂 3～10 次。

【功效】 适用于倒睫。

（五）鼻渊（鼻窦炎）

蜂 蛹 酒

【处方】 蜂蛹 40 只，白酒 1000 毫升。

【用法】 将上药浸泡白酒中 1 个月即可。每次 3 毫升，每日 3 次，饭后饮，20 日为 1 个疗程。

【功效】 适用于慢性鼻窦炎。

丝瓜藤蜜丸

【处方】 近根丝瓜藤 1 米，蜂蜜适量。

【用法】 将丝瓜藤切碎，晒干，焙至焦黄，研末，加蜂蜜制成 6 克重蜜丸。每次 1 丸，每日服 3 次。

【功效】 抗菌，杀虫。适用于鼻窦炎，伴有头痛，发热，咳嗽，胸闷，痰多等。

柏叶猪鼻汤

【处方】 猪鼻肉、蜂蜜各 60 克，生柏叶 30 克，金钗石斛 6 克，柴胡 10 克，黄酒 30 毫升。

【用法】 将猪鼻肉刮洗干净，与生柏叶、金钗石斛、柴胡同放沙锅中，加水 4 碗，煮至剩 1 碗汤，滤除药渣，加入蜂蜜、黄酒和匀饮服。2~4 剂为 1 个疗程，连服 3~4 个疗程。

【功效】 清热通窍，养阴益肺。适用于鼻渊，脑漏，鼻流鼻涕等。

蜂房口嚼

【处方】 蜂房不限量。

【用法】 将蜂房冲洗干净，撕成块状，放于口中嚼烂，吐渣咽液。每日嚼 3 次，每次嚼 4 厘米×3 厘米×3 厘米大小 1 块。

【功效】 祛风，攻毒，消虫。适用于鼻窦炎，鼻塞，牙痛，气管炎等，亦可用于口腔及鼻咽癌。

干姜蜜膏外用

【处方】 干姜、蜂蜜各适量。

【用法】 将干姜研为细末，以蜂蜜调如膏状，涂于鼻中。

【功效】 适用于鼻渊。

蜂胶水溶液外用

【处方】 蜂胶粉 80 克，葡萄糖酸镁 33 克，蒸馏水 3000 毫升。

【用法】 将上药前 2 味放入水中，煮沸 6~7 分钟，过滤取汁。以此液做雾化剂或用于鼻窦冲洗。

【功效】 抗菌，消炎。适用于鼻窦炎。

蜂胶水外用

【处方】 蜂胶粉 300 克，柠檬酸钠 100 克。

【用法】 将上药混合后逐渐加入 10 升沸水中，边加边搅拌并继续加热 10 分钟，过滤取液，冷却后装入棕色瓶中。每日用于雾化或鼻窦冲洗。

【功效】 抗菌，消炎。适用于亚急性和慢性鼻炎，鼻窦炎等。

(六) 鼻 痛

干姜蜜外用

【处方】 干姜、蜂蜜各适量。

【用法】 将干姜研为细末，以蜂蜜调如膏状，涂于鼻腔内。

【功效】 适用于鼻痛。

黄连矾茶蜜外用

【处方】 黄连 15 克，枯矾 22.5 克，蜂蜜、茶水各适量。

【用法】 将上药前 2 味共研细末，用蜂蜜、茶水调匀，涂于疳肿处。

【功效】 清热解毒。适用于鼻疮。

(七) 萎缩性鼻炎

蜂蜜外用

【处方】 生蜂蜜适量。

【用法】 用温开水洗净鼻腔，以棉签蘸生蜂蜜涂于患处。每日 1 次，至愈为止。

【功效】 适用于萎缩性鼻炎。

冰片蜜外用

【处方】 冰片 3 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将冰片研细末，溶于蜂蜜中搅匀，用棉签蘸取涂双侧鼻腔。每日 3~5 次，至愈为止。

【功效】 适用于萎缩性鼻炎。

菊花蜜外用

【处方】 蜂蜜 10 克，白菊花 20 克。

【用法】 将上药共蒸 2 小时，弃药取液滴鼻。每日数次。

【功效】 适用于萎缩性鼻炎。

蜂胶蜜软膏外用

【处方】 纯蜂胶粉 75 克，液体石蜡 100 克，羊毛脂 250 克，苯唑卡因 20 克，蜂蜜 75 克。

【用法】 将上药前 3 味水浴加热，搅拌混匀，趁热过滤，滤液稍冷再加入苯唑卡因、蜂蜜调匀，装瓶。每日 1~2 次，涂于鼻腔粘膜，15~20 日为 1 个疗程。

【功效】 适用于萎缩性鼻炎。

（八）口腔溃疡

五倍子茶蜜饮

【处方】 五倍子 10 克，绿茶 1 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将五倍子加水 400 毫升，煮沸 10 分钟，加入绿茶、蜂蜜再煮 5 分钟。分 2 次徐徐饮服。

【功效】 敛肺泻火。适用于口腔溃疡。

绿茶果皮蜜

【处方】 绿茶 1 克，苹果皮、蜂蜜各 25 克。

【用法】 将苹果皮洗净，加水 450 毫升，煮沸 5 分钟，加入蜂蜜、绿茶。分 3 次温服，每日 1 剂。

【功效】 清热滋阴，润燥。适用于口舌干燥，口腔炎等。

蜂胶含漱液

【处方】 蜂胶粉、蜂蜜各 100 克，95%乙醇 300 毫升。

【用法】 将蜂胶粉中加入 95%乙醇，置暗处浸 2 昼夜，定时摇动，第 3 日加蒸馏水 500 毫升，用纱布过滤，在滤液中加入蜂蜜后再加水至 1000 毫升，搅匀，贮棕色瓶中。每日用此液漱口。

【功效】 适用于儿童感染性口腔炎的粘膜浅表溃疡，口腔疾病等。

（九）咽 喉 炎

僵蚕蜜姜

【处方】 蜂蜜、生姜汁、僵蚕各适量。

【用法】 将僵蚕研为细末，以生姜汁、蜂蜜调服。每次

3 克~6 克，每日 3~4 次。

【功效】 清喉利咽。适用于风热喉痹。

姜 汁 蜜

【处方】 生姜汁、蜂蜜各等量。

【用法】 将上药共煎数沸，频频饮服。

【功效】 适用于虚火喉痹。

茶 叶 蜜

【处方】 茶叶、蜂蜜各适量。

【用法】 用开水冲泡浓茶，冷后去渣，加适量蜂蜜拌匀。每隔半小时漱口 1 次，并喝下，每日可多用几次，连续服用 3 日。

【功效】 适用于咽喉炎。

（十）失 声

大海橄榄茶蜜

【处方】 绿茶、橄榄各 3 克，胖大海 3 枚，蜂蜜 1 汤匙。

【用法】 将橄榄水煎片刻，然后冲泡绿茶、胖大海，加入蜂蜜调匀，徐徐饮服。

【功效】 清喉利咽。适用于喉痹，失声等。

凤凰衣蜜饮

【处方】 凤凰衣（鸡蛋内膜）、天门冬各 3 克，蜂蜜 1 汤匙。

【用法】 将上药置碗中，加水适量，隔水炖，代茶徐徐饮服。

【功效】 养阴清肺。适用于咽炎，失声等。

菊花蝴蝶茶蜜

【处方】 绿茶、菊花、木蝴蝶各 3 克，蜂蜜 1 汤匙。

【用法】 将上药煎 3 味水煎，加入蜂蜜，代茶饮服。

【功效】 清肺利咽。适用于咽炎，声嘶，喉咙干痛等。

油 蜜 膏

【处方】 猪板油 1 副，蜂蜜 500 克。

【用法】 将猪板油炼熔去渣，加入蜂蜜再炼 1 小时，入容器内成膏，封固。每次 1 汤匙，开水调服。

【功效】 滋阴润燥。适用于失声，大便秘结等。

（十一）扁桃体炎

薄荷茶蜜饮

【处方】 绿茶 1 克，薄荷 15 克，甘草 3 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将水 1000 毫升煮沸后加入上药，再煮 5 分钟

即可。少量多次温饮。饮完后可再加水 1000 毫升、蜂蜜适量，煮沸。每日 1 剂。

【功效】 适用于扁桃体炎。

蜂房黄酒

【处方】 蜂房、黄酒各适量。

【用法】 将蜂房撕碎焙干研末。每次用黄酒送服 1 克～2 克，每 6 小时 1 次。

【功效】 适用于急性化脓性扁桃体炎。

（十二）梅 核 气

萝卜姜汁蜜

【处方】 白萝卜汁 400 毫升，生姜汁 50 毫升，蜂蜜 50 克。

【用法】 将上药共煎 1 沸，频频饮服。

【功效】 理气健胃，宽膈。适用于梅核气。

鸡蛋蜜油

【处方】 生蜂蜜 20 克，鸡蛋 1 个，香油数滴。

【用法】 将鸡蛋打入碗中搅匀，开水冲熟，调入蜂蜜、香油，顿服。每日 2 次，早、晚空腹服。

【功效】 适用于梅核气，肺胃虚火，口咽干燥，时轻时重，慢性咽炎等。

七、癌 症

绿茶圆肉蜜汤

【处方】 绿茶 1 克～1.5 克，桂圆肉 10 克～25 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将桂圆肉蒸 1 小时，然后将绿茶、桂圆肉置于大茶杯里，加入蜂蜜、开水 400 毫升。分 3 次温饮。

【功效】 益心脾，补气血，抗癌。适用于癌症，心脏衰弱，贫血，肺结核等。

绿茶杏仁汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，甜杏仁 5 克～9 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将甜杏仁加水 1000 毫升，煮沸 15 分钟，加入绿茶、蜂蜜，再煮 3 分钟即可。每次 200 毫升，3～4 小时服 1 次。

【功效】 清热润肺，解毒祛痰，抗癌。适用于鼻咽癌，肺癌，乳腺癌等。

绿茶蒲公英汤

【处方】 绿茶 1 克～1.5 克，蒲公英 15 克～25 克，甘草 3 克，蜂蜜 15 克。

【用法】 将蒲公英、甘草加水 500 毫升，煮沸 10 分钟去渣，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温饮。

【功效】 清热解毒，消痈散结，抗癌。适用于肺癌。

绿茶猪苓汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，猪苓 10 克～25 克，甘草 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将猪苓捣碎，加入甘草、水 800 毫升，煮沸 5 分钟后加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温饮。饮完后，加开水再泡饮。

【功效】 抗癌，利尿消肿。适用于肺癌，食管癌，水肿等。

绿茶瓜蒌汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，瓜蒌 3 克～5 克，甘草 3 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将瓜蒌、甘草加水 600 毫升，煮沸 5 分钟后加入绿茶、蜂蜜即可。分 2 次徐徐饮服。必要时可每日服 2 剂。

【功效】 抗癌，宽胸散结，润肺祛痰。适用于肺癌。

绿茶郁金汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，醋制郁金粉 5 克～10 克，炙甘草 5 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将上药加水 1000 毫升，煮沸 10 分钟。少量多次，徐徐饮服。

【功效】 抗癌，行气解郁，凉血祛淤。适用于肝癌，胃癌，食管癌等。

绿茶菱角汤

【处方】 绿茶 0.5 克～1.5 克，菱角 60 克，薏米、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将菱角、薏米加水 600 毫升，煮沸 30 分钟后加入绿茶、蜂蜜。分 3 次饮服。

【功效】 抗癌，益气健脾。适用于食管癌，乳腺癌，子宫癌等。

绿茶茯苓汤

【处方】 绿茶 1 克～2 克，茯苓 5 克～10 克，蜂蜜 25 克。

【用法】 将茯苓研为末，加水 500 毫升，边煮边搅拌，待沸后加入绿茶、蜂蜜。分 2 次饮服。

【功效】 抗癌，健脾胃，利尿消肿。适用于胃癌。

矿泉水蜜醋

【处方】 矿泉水 50 毫升，蜂蜜 20 克，醋 30 毫升～40 毫升。

【用法】 将上药配制成饮料。每日饮服。

【功效】 抗癌。适用于胃癌。

绿茶升麻汤

【处方】 绿茶 1 克～1.5 克，升麻 5 克～15 克，炙甘

草 10 克，蜂蜜 100 克。

【用法】 将蜂蜜煮熟后，加入切碎的升麻，煮至升麻呈红色，冷却，加炙甘草、绿茶、水 400 毫升，煎沸 5 分钟。分 3 次饭后饮服。

【功效】 抗癌，清热解毒，抗过敏。适用于子宫颈癌，疮痈等。

八、强身保健

七仙炒面

【处方】 芡实、茯苓、莲子肉、白砂糖、蜂蜜各 500 克，大枣 2000 克，粳米 2500 克。

【用法】 将茯苓、粳米、芡实、莲子肉炒熟，磨成末，过筛；将大枣加水煮熬，去核、渣，浓缩成膏状，烘干研粉，与药粉、白砂糖混匀，装入瓷缸，密封。每日取适量炒面调蜂蜜，用开水冲服。

【功效】 补脾益气，滋养五脏。适用于慢性病调养康复。常服可延年益寿。

补精蜜膏

【处方】 牛髓、炒核桃仁、杏仁泥各 120 克，山药 250 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将核桃仁、杏仁泥、山药同捣成膏，加入蜂蜜、

牛髓和匀，入沙锅中沸汤煮熬成膏。每次服 10 克，空腹服用。

【功效】 适用于内环境平衡失调和功能适应不全的中、老年人。

女贞桑蜜膏

【处方】 女贞子、桑葚各 20 克，旱莲草 10 克，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 3 味分别洗净，放入沙锅中，加水煎煮，去渣取液，将药液放入沙锅中，加适量蜂蜜煮沸收膏。经常服用。

【功效】 适用于肝肾阴虚，头晕眼花，须发早白，劳伤症等。久服可使人精神焕发，脑力不衰，健身益寿。

人参蜜膏

【处方】 人参（去芦）500 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将人参加水熬透，共煎 3 次，去渣，合并药液，再用慢火熬成浓汁，加入蜂蜜搅匀。每次服 15 克，温开水送服，每日服 2 次。

【功效】 适用于老年人养生保健，延年益寿。

十 珍 膏

【处方】 党参、黄芪、麦冬、枸杞子、当归身、天门冬各 400 克，白术 750 克，北五味子 200 克，生地、蜂蜜各 500 克。

【用法】 将上药前 9 味洗净，切片，放入沙锅中加水共

煎 3 次，过滤去渣，合并滤液浓缩，加入蜂蜜，再熬 2~3 沸收膏。每次服 10 克，温开水送服，每日 2 次。

【功效】 适用于年迈体弱及患大病后的调养。

松子核桃蜜饮

【处方】 松子仁、核桃仁、蜂蜜各 30 克。

【用法】 将上药前 2 味分别用开水浸泡，去皮，共捣烂，放碗中，加入蜂蜜调匀。分 2 次用开水冲饮。

【功效】 适用于润肤乌发，延年益寿。

桃杏枣蜜酒

【处方】 核桃仁、大枣、蜂蜜各 60 克，杏仁、酥油各 30 克，白酒 1500 毫升。

【用法】 将核桃仁、大枣、杏仁洗净，干燥后研碎；将白酒盛入坛内，蜂蜜、酥油溶化后倒入酒坛中和匀，再将核桃仁、大枣、杏仁放入酒中密封，每日摇动 1 次，7 日后改每周摇动 1 次，浸泡 21 日即可。每次服 15 毫升，每日 2 次。

【功效】 适用于肾虚腰痛，膝软无力等。长期服用可面色红润，防老抗衰。

蜂王浆芹菜蜜汁

【处方】 鲜蜂王浆 1 克，鲜芹菜汁 100 毫升，蜂蜜 15 克。

【用法】 将鲜蜂王浆放入洁净的玻璃杯中，加入鲜芹菜汁、蜂蜜调匀。每日饮 1 杯。

【功效】 适用于养生保健。

酥 蜜 粥

【处方】 酥油、蜂蜜各 30 克，糯米 100 克。

【用法】 将糯米淘洗干净，加水 800 毫升煮成粥，再加酥油、蜂蜜，用文火煮片刻即可。每日早、晚各服 1 次。

【功效】 适用于阴虚发热，体弱，肺燥咯血，皮肤枯槁，便秘等。亦可用于保健强身。

枸杞叶蜜汁

【处方】 鲜枸杞叶 50 克，苹果 200 克，胡萝卜 150 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将鲜枸杞叶、苹果、胡萝卜洗净，苹果去皮、核，均切成小片或丝，同放入果汁机中，加入少量冷开水搅拌，过滤取汁，放入玻璃杯中，加入蜂蜜调匀即可。每日 1 剂。

【功效】 适用于养生保健，尤其是工作劳累和运动过度之后饮用，可消除疲劳。

人参蛋蜜膏

【处方】 人参 8 克，枸杞子 10 克，蜂蜜 15 克，味精 1 克，鹌鹑蛋 8 个，鸡汤适量。

【用法】 将人参烘干研成细末，枸杞子洗净，鹌鹑蛋打入蒸碗内，加入鸡汤，用竹筷搅散，再加入人参末、味精、蜂蜜搅匀，撒上枸杞子，置锅中用中火沸水蒸约 10 分钟即可。每日服 1 剂。不宜过多服用。

【功效】 适用于阳虚，气血不足，肢冷晨寒，体质较差

等。

牛奶蛋蜜汁

【处方】 牛奶 100 毫升，苹果 2 个，胡萝卜 1 个，蜂蜜 35 克，鸡蛋黄 1 个。

【用法】 将胡萝卜、苹果洗净，苹果去核切成小块，胡萝卜切成小片，与鸡蛋黄、牛奶同放入果汁机中搅成汁，如果太浓可加冷开水适量调稀。蜂蜜放入杯中，倒入一些果蔬汁搅匀，再倒入全部果蔬汁调匀即可。随意饮用。

【功效】 适用于养生保健，增强体力。

橘子蛋蜜

【处方】 牛奶 100 毫升，橘子、苹果各 2 个，胡萝卜 1 个，蜂蜜 35 克，鸡蛋 1 个。

【用法】 将橘子、胡萝卜、苹果洗净，苹果去核，切成小块，胡萝卜切成片，与橘瓣和橘皮一同放入果汁机中，再打入鸡蛋，放入牛奶，可加冷开水 100 毫升，搅成果蔬汁。然后将蜂蜜放入杯中，倒入一些果蔬汁搅匀，再倒入全部果蔬汁调匀即可。随意饮用。

【功效】 适用于体质虚弱，容易疲劳，病后衰弱，视力较差，肩酸腰痛等。

仙鹤草蜜膏

【处方】 仙鹤草 200 克，大枣 400 克，蜂蜜适量。

【用法】 将仙鹤草、大枣分别洗净，放入沙锅中，加水

适量，浸泡透发，再加热煎煮，每 20 分钟取煎液 1 次，共煎 3 次，去渣合并煎液，然后以小火煎熬浓缩成稠膏，加入 1 倍量蜂蜜，至沸停火，待冷装瓶。需要时代茶饮，每服 50 克，温开水冲服。

【功效】 适用于劳动前后饮用，汗出不止，梅尼埃病等。

花 粉 蜜

【处方】 蜂花粉 100 克，蜂蜜 200 克，白糖 50 克。

【用法】 将蜂花粉磨碎，与白糖搅拌均匀，加入蜂蜜，搅拌均匀，然后放入锅中，用急火快速加热到 95℃，30 秒钟取出装入容器中即成。每次服 20 克，每日服 2 次。可直接食用或放在点心上食用。

【功效】 适用于精血不足，抵抗力弱，未老先衰，体弱多病，久病不愈等。长期服用可防病养生，延年益寿。

藕 蜜 膏

【处方】 鲜藕 1500 克，蜂蜜适量。

【用法】 将鲜藕冲洗干净，刮去外皮，切成细丝，用纱布绞取藕汁，盛入盆中，加入等量蜂蜜，置锅中，隔水用小火慢炖成浓汁，待冷收贮。每次服 20 克，温开水调服，每日服 2 次。

【功效】 适用于心脾两虚，气血虚弱，心悸怔忡等。补益强壮的养生保健佳品。

黑枣蜜饮

【处方】 黑枣 250 克，蜂蜜适量。

【用法】 将黑枣去杂，洗净，放入锅中，加水适量，煮沸 15 分钟，加入蜂蜜稍煮即可。每日服 1 剂，久服效佳。

【功效】 增强体质，抗衰老。

芝麻核桃蜜糊

【处方】 黑芝麻、核桃仁、桑葚各 100 克，蜂蜜适量。

【用法】 将黑芝麻、核桃仁炒熟，捣烂研细，桑葚焙干研末，与黑芝麻、核桃仁末混合，加入蜂蜜调匀即可。空腹服用 20 克～30 克，每日服 3 次。

【功效】 补肝肾，养阴血，明目，润肠通便，延年益寿。

九、美容养颜

（一）颜面美容

荔 枝 蜜

【处方】 鲜荔枝汁 500 毫升，蜂蜜 500 克。

【用法】 将鲜荔枝汁、蜂蜜放入锅中搅匀煮沸，稍冷后置广口瓶中，封口，放置约 40 日结成膏状。可加水冲饮，或

蘸面包、馒头食用。

【功效】 益血生津，理气止痛，悦色润肤。适用于气血亏虚所致的面色萎黄，皮肤干枯等。

猪皮米粉膏

【处方】 鲜猪皮 60 克，米粉 15 克，蜂蜜 30 克。

【用法】 将鲜猪皮去毛，洗净，用文火煨炖成浓汁，加入蜂蜜、米粉熬成膏状。空腹服 10 克，每日服 3~4 次。

【功效】 滋润肌肤，减少皱纹，光泽头发。适用于皮肤粗糙，头发枯焦等。

美容西瓜盅

【处方】 西瓜 1 个（约 2500 克），葡萄 300 克，银耳罐头 200 克，西红柿、桃各 2 个，蜂蜜 50 克。

【用法】 将西瓜洗净，在 1/6 处削盖，其上下划成齿形，挖出瓜瓤，取汁；葡萄洗净，取汁；西红柿、桃烫一下，剥去皮，切成小片。然后将葡萄汁、西瓜汁、蜂蜜调匀，倒入西瓜盅内，加银耳、桃肉片、西红柿片，将西瓜盖盖好后放入电冰箱中冷冻。随意食用。

【功效】 清热消暑，润肤美容。

黄精生地蜜蛋

【处方】 黄精、生地各 60 克，鸡蛋 4 个，蜂蜜适量。

【用法】 将黄精、生地洗净，切片，与煮熟去壳的鸡蛋一同放入锅中，加水适量，武火煮沸后，文火煮约 30 分钟，

取出晾凉。饮前加入蜂蜜，吃鸡蛋，饮汤，每日 1 次。

【功效】 补脾益肾，滋润养颜。适用于脾肾阴亏，精津不足，症见肌肤失养，颜面枯槁，发枯脱落，发白面皱，大便秘结，肌肤粗糙等。

蜂 蜜 醋

【处方】 蜂蜜 20 克，醋 20 毫升。

【用法】 将上药加温开水冲服。每日服 2~3 次。久服效佳。

【功效】 养颜嫩肤。适用于皮肤粗糙。

核桃芝麻豆浆蜜饮

【处方】 核桃仁、黑芝麻各 30 克，牛奶、豆浆各 200 毫升，蜂蜜适量。

【用法】 将核桃仁、黑芝麻放入小石磨中磨碎，与牛奶、豆浆一同倒入锅中煎煮，煮沸后加入蜂蜜调匀。每日服 1 剂，早、晚分服。

【功效】 补肝肾，润五脏。适用于面部黄褐斑。

银耳美容羹

【处方】 银耳 30 克，黑芝麻、核桃仁各 50 克，葡萄汁 50 毫升，蜂蜜 150 克。

【用法】 将黑芝麻、核桃仁炒香，研碎；银耳洗净，再用热水泡发，去杂。净锅置中火上，加水、银耳，烧开后改用文火慢熬，加黑芝麻末、核桃仁末、葡萄汁、蜂蜜，炖至

银耳软烂汁稠即可。每日服 1 剂，分 2 次服用。可经常食用。

【功效】 养皮肤，美容颜。适用于中年人皮肤干燥，面色黯淡等。

玉竹蜜膏

【处方】 玉竹 1000 克，蜂蜜 250 克。

【用法】 将玉竹切成粗片，加水煎煮，共煎 3 次，去渣合并煎液，浓缩，加入蜂蜜收膏，瓷坛封存。每日早、晚空腹服 30 克，温开水冲服。

【功效】 养阴生津，润肤玉颜。适用于皮肤干燥，颜面枯黄等。

木耳枣蜜

【处方】 黑木耳 30 克，大枣 20 枚，蜂蜜适量。

【用法】 将黑木耳洗净，大枣去核，同加水煮 1 小时。用时以蜂蜜调味。每日早、晚各服 1 次。

【功效】 健脾益气，活血化淤。适用于面部黑斑。

草莓蜂蜜外用

【处方】 草莓 3~5 个，蜂蜜 15 克，鲜奶油适量。

【用法】 将草莓研碎，加入鲜奶油、蜂蜜，搅成糊状，洗净脸后涂于面部，20 分钟后用浸有鲜奶的脱脂棉拭净。

【功效】 养颜嫩肤。适用于干性皮肤。

柠檬蜜膜外用

【处方】 柠檬汁 1 毫升，蜂蜜 20 克。

【用法】 将上药混合调匀涂抹于面部，10～15 分钟后用凉水洗去。每日 1 次。

【功效】 养颜嫩肤。适用于中性皮肤。

蛋清蜂蜜外用

【处方】 蜂蜜 10 克，鸡蛋 2 个。

【用法】 将鸡蛋打破，取鸡蛋清搅动起泡，加入蜂蜜，搅匀，于晚上用软毛刷均匀涂于面部，次日早晨用温水洗净。

【功效】 滋润皮肤。适用于消除皱纹。

燕麦片蜜膜外用

【处方】 燕麦片 30 克，牛奶 50 毫升，蜂蜜 20 克。

【用法】 将燕麦片、牛奶混合，放置 20 分钟以上，再煮沸 10 分钟，稍凉后加入蜂蜜混匀，将混合液涂于面部，20 分钟后用温水洗去。每日 1 次。

【功效】 养颜嫩肤。适用于干性皮肤。

天门冬蜜膜外用

【处方】 天门冬、蜂蜜各适量。

【用法】 将天门冬捣烂如泥，加入蜂蜜混匀，每晚临睡前涂搽面部，次日早晨用水洗净。

【功效】 润肤，悦颜，白面。

冬瓜酒蜜外用

【处方】 冬瓜 1 个，蜂蜜 500 克，白酒 900 毫升。

【用法】 将冬瓜用竹刀去皮、子，冬瓜肉切片与白酒加水 600 毫升同煮烂，去渣，以棉纱布滤液熬成膏，加入蜂蜜再熬至稠粘，以棉纱布再滤，贮瓷器中备用。用时取栗子大小，以唾液调涂于手，用手擦面部。

【功效】 润肤白面。适用于颜面不洁，苍黑无色等。

桂盐蜜外用

【处方】 肉桂、精盐、蜂蜜各等份。

【用法】 将上药前 2 味研末，绢筛过滤后加入蜂蜜调匀，贮于瓷器中，临睡前洗净脸后敷于面部，次日早晨用温水洗去。

【功效】 祛风活血。适用于面部黑斑。

白附子蜜外用

【处方】 白附子、蜂蜜各适量。

【用法】 将白附子研细末，与蜂蜜和匀，贮瓶。每晚临睡前先以温米泔水洗脸，再取白附子蜜涂于面部，次日早晨用温水洗去。

【功效】 祛风润肤。适用于面部黑斑。

鹿角姜蜜外用

【处方】 鹿角尖 36 克，干姜 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将干姜研细，以鹿角尖磨浓汁调匀，于每晚临睡前先以温水洗脸，软布拭干，取蜂蜜涂面部，以手磨擦面部，手指不粘为度，然后涂药，次日早晨用温水洗去。

【功效】 美颜。

杨妃玉容外用

【处方】 密陀僧 30 克，人乳（或牛奶）30 毫升，蜂蜜 60 克。

【用法】 将密陀僧研极细末，用蜂蜜、人乳调成糊状，装入瓷瓶密封，每晚临睡前搽面部，次日早晨洗去。

【功效】 消褐斑，增玉容，去皱纹。适用于面部黄褐斑，皱纹，面色萎黄等。

消斑蜜膏外用

【处方】 紫茉莉花子 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将紫茉莉花子剥去外壳，取仁研为极细末，加入蜂蜜调成膏状，洗脸后取蜜膏敷于面部。每日 3 次。

【功效】 润肤去斑。适用于面部雀斑。

桃花瓜子蜜膏外用

【处方】 桃花、冬瓜子仁各等份，蜂蜜适量。

【用法】 将桃花阴干研为细末，冬瓜子仁研为细末，加入蜂蜜调成膏状，每晚取膏敷于面部，次日早晨洗去。

【功效】 去斑消痣。适用于面部雀斑，黑斑，黑痣等。

王浆蜜外用

【处方】 蜂蜜 30 克，蜂王浆 50 克。

【用法】 将蜂蜜、蜂王浆混合均匀，装入瓶中，加盖，放入电冰箱中（0℃）保存。每日取 0.5 克，加水少许涂面部。

【功效】 使皮肤保持光泽和红润。适用于面部皱纹。

（二）须发美容

乌发蜜膏

【处方】 制首乌、茯苓各 1000 克，当归、枸杞子、菟丝子、牛膝、黑芝麻各 250 克，补骨脂 120 克，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 8 味加水浸泡透发，放入锅中加水煎煮，每 20 分钟取煎液 1 次，共取 3 次，合并煎液，加热浓缩至稠粘如膏时，加入 1 倍量的蜂蜜调匀，加热至沸后离火，冷却后装瓶。每次取 15 克，用开水送服，每日服 3 次。

【功效】 补肝肾，益精血，乌发生发。适用于血虚体弱，头晕眼花，须发早白，脱发等。老年人长期服用可抗衰防老，延年益寿。

人参核桃蜜膏

【处方】 人参 5 克，核桃仁 50 克，蜂蜜 300 克。

【用法】 将人参浸润切碎，核桃仁炒香，捣碎，放入沙

锅中，加水适量，先用武火煮沸后改用文火熬煮至稠，然后加入蜂蜜搅匀，继续熬煮成蜜膏。每次服 10 克，温开水送服，每日早、晚空腹服用。

【功效】 补元阳，乌须发，悦颜，明目，丰肌。适用于须发早白，面黄形瘦，视力衰退等。

补骨脂核桃蜜膏

【处方】 补骨脂 300 克，核桃仁 600 克，黄酒 500 毫升，蜂蜜适量。

【用法】 将补骨脂用黄酒泡 1 日，取出研为细末备用。核桃仁用温水泡后去皮捣成泥状。将蜂蜜放入锅中，煎煮 1~2 沸，然后加入补骨脂末和核桃仁泥，搅拌均匀，瓷罐收贮。每次 20 克，饭前用黄酒或温开水送服，每日 3 次。

【功效】 补肾壮阳，乌发，悦颜润肤。适用于肾虚，白发早生，面色晦暗，肌肤不泽等。

枇杷叶枣梨膏

【处方】 枇杷叶 50 片，大枣 250 克，梨 2 个，莲子肉 120 克，蜂蜜 150 克。

【用法】 将枇杷叶加水适量煮沸 1 小时取出煎液，再加水煮 30 分钟，去渣取液，2 次煎液合并过滤，除去药汁中的枇杷叶。另将梨去皮、心，切碎，与大枣、莲子肉、蜂蜜同放锅中，倒入药汁，煮 30 分钟后翻转诸药，再煮 30 分钟，用瓷罐收贮。随意温服。

【功效】 润肺健脾，美容乌发。适用于气血两虚，身体

羸瘦，面色不华，白发早生等。

天门冬饼

【处方】 天门冬 1000 克，黑豆粉 500 克，芝麻 12 克，蜂蜜 60 克。

【用法】 将天门冬加水浓煎，取汁 300 毫升，加入蜂蜜熬炼，再加入芝麻、黑豆粉，混合捏成直径 9 厘米、厚 1.5 厘米的药饼。每次食饼 1 个，嚼烂，温酒送服，每日服 3 次。

【功效】 固齿乌发，延年益寿。适用于牙齿早脱，须发早白，面色早枯等。

地冬黄精蜜膏

【处方】 生地黄、天门冬、黄精各 150 克，蜂蜜 500 克。

【用法】 将天门冬、黄精熬成汁液；生地黄洗净，切片，用纱布绞取汁液。然后将两种汁液同放入锅中混匀，加入蜂蜜，武火煎熬至沸，再改用文火煎熬至稠成膏。每次服 5 克～6 克，每日早、晚空腹用黄酒调匀温服。

【功效】 补益气血，滋阴润肤，悦色乌发，丰肌。适用于气血两亏，身瘦面黄，皮肤干燥，发白不泽等。

芝麻粳米蜜粥

【处方】 黑芝麻、蜂蜜各 50 克，粳米 100 克。

【用法】 将黑芝麻、粳米洗净放入锅中，加水适量熬煮成粥，加入蜂蜜即可。每日 1 剂。

【功效】 补肾乌发。适用于白发。

大蒜蜂蜜外用

【处方】 大蒜 2 头，蜂蜜 30 克。

【用法】 将大蒜捣烂，与蜂蜜调成糊状，擦脱发处头皮。
每日 1~2 次。

【功效】 生发。适用于脱发。

蜂浆蜜霜外用

【处方】 蜂王浆、蜂蜜各 1 克。

【用法】 将上药混匀。每晚涂抹眉毛部位，次日早晨洗去。

【功效】 适用于眉毛色浅。

蜡泽外用

【处方】 青木香、白芷、零陵香、甘松香、泽兰各等份，黄酒、蜂蜡各适量，铅粉、胭脂各少许。

【用法】 将上药前 5 味用棉布裹，浸于黄酒中 2 昼夜，入香油锅中煎枯，捞去药渣，放置 2 昼夜，加入蜂蜡，急火煎，使蜂蜡熔化，再加入少量铅粉、胭脂，搅拌均匀，慢火煎粘，去渣。涂于发根处。

【功效】 使发光泽。

（三）护手美容

蜂蜜猪油止裂膏外用

【处方】 熟猪油 30 克，蜂蜜 70 克。

【用法】 将熟猪油入锅煎沸，冷却后与蜂蜜调匀，用前先以热水将患处浸泡 10～30 分钟，使角质软化，去掉污垢，然后涂上药膏。每日 2 次。

【功效】 滋润皮肤，防止皲裂。适用于手、足皲裂等。

太平手膏外用

【处方】 栝蒌瓢 60 克，杏仁 30 克，蜂蜜适量。

【用法】 将杏仁水浸，去皮，与栝蒌瓢同研如膏，以蜂蜜调稀稠，每晚睡前涂手。

【功效】 嫩手悦白，防皲裂。

（四）香身美容

泽 肤 膏

【处方】 牛骨髓、酥油各等份，蜂蜜适量。

【用法】 将上药前 2 味加水熬成膏，再加入蜂蜜。每服 30 克，开水调服。

【功效】 养精育血，润肤美容。适用于皮肤干燥如鱼鳞

状。

茯苓蜜膏

【处方】 白茯苓 500 克，蜂蜜 1000 克。

【用法】 将茯苓去黑皮，研为细末，用水漂去浮沫，滤取下沉者晒干，复研再漂再晒，反复 3 次，加入蜂蜜和匀熬膏。每次 15 克，温开水送服，每日服 2 次。

【功效】 健脾渗湿。适用于肥胖症，并可预防癌症。

黄瓜山楂蜜

【处方】 嫩黄瓜 5 条，山楂 30 克，白糖、蜂蜜各 50 克。

【用法】 将嫩黄瓜削去两头，去皮、瓢，洗净切成条，入沸水焯熟捞出。山楂洗净用纱布包好，加水 200 毫升熬取药液，共熬 2 次，取药汁约 80 毫升。净锅上火，倒入山楂汁，加白糖，小火慢熬至白糖化净，再加入蜂蜜收汁，倒入黄瓜条拌匀，出锅装盘。随意服用。

【功效】 清热解毒，利咽，利水减肥。适用于咽喉肿痛，疮癣热毒，肥胖症等。