



JIU YU JIANKANG

酒与健康

游五洋

生 活 百 科
青 草 梁 电 子 图 书 系 列

酒 与 健 康

游五洋 主编

《酒与健康》编委会

主编 游五洋

编委 杜建成 张 鹏 张守连

陈 赞 朱理森 郑 琴

徐振成 周 华 赵正明

夏雪松 王亚南 张 颖

前言

自古人们就对酒有很深的了解 ,关于酒的饮用和酒疗方剂的记载亦层出不穷。

古代的酒称为“醪醴”(就是用五谷制成的酒),我国最早的医书《黄帝内经》中有“汤液醪醴论篇”。《汉书·食货志》曾指出:“酒为百药之长”,不管是直接以酒为治疗方,还是以酒为药引或配方,酒的疗效和作用都是很显著的。

酒在医药上的应用是我国医学家的一大发明。我们的祖先在饮酒过程中发现酒能“通血脉”、“散湿气”、“行药势”、“除风下气”、“开胃下食”、“温肠胃”、“御风寒”等作用。直至今日,药酒在国内外医疗保健事业中仍享有较高的声誉。

酒除了防病治病的保健作用,亦能增势助兴、活跃气氛,是宴席、交际、外交等场合不可缺少的人际关系的润滑剂。

本书收集、整理了大量的相关资料,比较系统地介绍了酒的文化、酒的分类、酒的疗效作用。书中重点介绍了饮酒的好处和要注意的事项,并且提供了大量的酒疗方,供广大读者参考。

本书内容翔实,通俗易懂,集知识性与实用性于一体,

可读性强。

编者

2000 年 6 月

目 录

第一章 悠久的酒文化	1
第一节 人类酿酒的起源	1
第二节 我国古代的酒和酒器	9
第三节 酒旗与酒肆	11
第四节 酒俗	12
一、酒礼	12
二、节令饮酒	15
三、出师助捷饮酒	19
四、婚嫁丧葬饮酒	20
五、迎宾待友饮酒	21
六、少数民族饮酒风俗	22
第五节 酒令	24
一、俗令	25
二、雅令	29
第六节 酒与诗词	34
第七节 酒典与酒趣	42
一、酒的雅称	42
二、酒典	44
三、酒趣	51
四、酒与英雄人物	58
五、合理饮酒	61
第二章 酒的分类与制法	64

第一节 啤酒	64
一、啤酒的分类	65
二、饮用啤酒的影响	66
三、啤酒的鉴别	67
第二节 黄酒	68
第三节 果酒	70
葡萄酒	71
葡萄酒有三种不同的分类方法	72
葡萄酒的鉴别	73
葡萄酒的功效	74
第四节 露酒	77
第五节 白酒	77
一、中药的酒制	79
二、药酒	80
第六节 鸡尾酒	93
一、鸡尾酒的来历	93
二、鸡尾酒配方	93
第七节 国外酒类	96
一、国外名酒简介	96
二、西餐饮酒习惯	101
第三章 酒的消化与妙用	103
第一节 酒精的消化过程	103
第二节 酒对人体健康的作用	105
第三节 酒在日常生活中的妙用	109
第四节 外用药酒的治疗作用	111
第四章 健康饮酒“二十二”问	113

一、怎样才是适量饮酒.....	113
二、饮酒前后服药有何危害.....	115
三、为何低度酒开瓶后不宜久放.....	117
四、饮酒能御寒吗.....	117
五、为何酒能醉人.....	118
六、酗酒的危害.....	119
七、酒精中毒有何表现.....	121
八、如何选购补酒.....	121
九、男女在饮酒方面有何差异.....	122
十、啤酒为何不能纵情饮.....	123
十一、怎样才能戒酒.....	124
十二、喝啤酒有何益处.....	125
十三、常用解酒的饮食有哪些.....	126
十四、醉酒后能饮浓茶吗.....	127
十五、服用哪些药时应忌酒.....	128
十六、啤酒能解暑吗.....	129
十七、孕妇酗酒对胎儿有何危害.....	130
十八、饮酒对老年人的健康有影响吗.....	131
十九、怎样选用药酒滋补.....	131
二十、外用药酒应当注意什么.....	133
二十一、药酒的服法与禁忌.....	134
二十二、酒贮存时间越长越好吗.....	135

第五章 健康饮酒“十八”忌..... 138

一、忌空腹饮酒.....	138
二、忌过量饮酒.....	139
三、忌一饮而尽.....	139
四、忌喝冷酒.....	139

五、忌酒后驾车.....	140
六、忌病中饮酒.....	141
七、忌孕期饮酒.....	142
八、服药期间切勿饮酒.....	142
九、忌酒后洒农药.....	144
十、忌生气和运动后喝酒.....	145
十一、忌酒后洗澡.....	145
十二、忌酒后着凉.....	146
十三、忌与汽水同饮.....	146
十四、忌边吸烟边饮酒.....	147
十五、忌酒后立即看电影、电视.....	148
十六、忌多种酒掺和喝.....	148
十七、酒后不宜合房.....	149
十八、忌睡前饮酒.....	149
第六章 饮酒治疗篇.....	150
一、记忆衰退.....	150
安神补心酒.....	151
健脑益智酒.....	151
安神健脑酒.....	152
提神醒脑酒.....	152
桂圆补血酒.....	153
三仙酒.....	153
读书丸酒.....	154
龙眼肉酒.....	154
菖蒲酒.....	155
益智酒.....	155
巨胜酒.....	156

二、失眠心悸	157
冠心活络酒	157
桃枝酒	158
四味补酒	158
补心安神酒	159
桃仁朱砂酒	159
宁心酒	160
固本酒	160
鸡蛋阿胶酒	161
虫草酒	161
蚕蛹酒	162
桂圆酒	162
灵芝酒	162
五味子酒	163
核桃仁酒	163
白参酒	164
菟丝五味酒	164
三、耳聋耳鸣	164
胡桃补脑酒	165
补肝聪耳酒	165
白石英酒	166
菖蒲桂心酒	167
苍耳愈聋酒	167
聪耳磁石酒	168
磁石酒	168
桑椹柠檬酒	169
四、老年头痛	169
葱豉黄酒	170

红花酒	170
五、老年中风	171
天麻石斛酒	171
天麻浸酒	172
六、半身不遂	173
白花蛇酒	173
蛋壳酒	173
瓜艾酒	173
丹参酒	173
七、神经衰弱	174
八、头晕眼花	175
菊花酒	175
还睛神明酒	176
慈禧酒	177
枸杞石决明酒	177
枸杞酒	178
枸杞生地酒	178
九、抗衰老	179
地黄年轻酒	181
固本酒	181
杞地人参酒	182
十、冠心病	182
茶根糯米酒	183
瓜蒌薤白白酒汤	184
十一、糖尿病	184
十二、性功能减退	185
菟丝巴戟天酒	185
雪莲新婚酒	186

兴阳酒	186
三汁酒	187
温肾助阳酒	187
壮阳酒	188
五子补酒	188
理气壮阳酒	189
兴阳补肾酒	190
固精酒	190
石燕酒	190
仙茅酒	191
仙茅龙眼酒	191
瞿翁药酒秘方	192
对虾酒	193
海马酒	193
万灵至宝仙酒	194
淫羊藿苁蓉酒	194
毓麟酒	195
兔耳草壮阳酒	195
猬皮酒	196
鹿龄集酒	196
雪莲虫草酒	197
固本遐龄酒	197
脾肾两肋酒	198
巴戟淫羊酒	199
十三、不孕不育	199
当归远志酒	200
灵脾熟地酒	200
水陆二仙酒	201

鸡冠花酒.....	202
十四、痢疾.....	202
十五、腹泻.....	203
十六、腹痛.....	204
十七、便秘.....	206
滑肠散结酒.....	206
火麻仁酒.....	207
猪脂酒.....	207
麻子酒.....	208
枸杞双麻酒.....	208
松子仁酒.....	209
通便蜜酒.....	209
养阴润肠酒.....	210
吴茱萸根浸酒.....	211
硝黄酒.....	211
秘传三意酒.....	212
竹酒.....	212
桃仁酒.....	213
十八、头痛.....	213
十九、发热.....	215
二十、咳嗽.....	216
二十一、气管炎.....	217
高粱酒.....	218
热蛋酒.....	218
橘红酒.....	218
灵芝酒.....	218
红菊酒.....	219
二十二、哮喘.....	219

生姜白芥酒.....	219
鹤鹑红糖酒.....	220
猪睾丸酒.....	220
瓜蒌酒.....	220
鸡蛋蟾蜍酒.....	220
二十三、肺结核.....	221
二十四、贫血.....	221
二十五、出血症.....	222
猪皮酒.....	223
鲫鱼黄酒.....	223
黑豆米酒.....	223
鳗鱼酒.....	224
鲜茅茅酒.....	224
乌龟补血酒.....	224
苦苣苣酒.....	224
肥生地酒.....	224
川芎当归酒.....	225
鸭血酒.....	225
鸡蛋三七酒.....	225
猪血炭酒.....	225
百草霜酒.....	225
血见愁酒.....	226
二十六、疥疮.....	226
刺猬苦参酒.....	226
蟒蛇羌活酒.....	227
百部根酒.....	227
剪草酒.....	228
二十七、牛皮癣.....	228

祛风解毒酒.....	228
五蛇酒.....	229
首乌五加皮酒.....	229
当归首乌酒.....	230
腹蛇人参酒.....	231
葡萄干酒.....	231
白藓皮酒.....	232
蜈蚣虾蟆酒.....	232
二十八、脚气.....	233
大麻仁酒.....	233
白杨皮酒.....	234
十味侧子酒.....	234
酸枣仁酒.....	235
蒜酒.....	235
松节浸酒.....	236
香豉酒.....	236
生地黄酒.....	237
青风藤酒.....	237
二十九、痛.....	238
金银花酒.....	238
消痞块酒.....	239
三十、痔疮.....	239
白梅花酒.....	240
愈痔酒.....	240
茄子酒.....	241
三十一、疝气.....	241
茴香橘核酒.....	241
治疝酒.....	242

疔疔酒	242
金橘核酒	243
三十二、虫症	243
桃仁下虫酒	243
驱虫酒	244
吴茱萸根酒	244
冷虫心痛酒	245
茱萸根酒	245
三十三、跌打损伤	246
鸭血酒	246
杨梧酒	246
三七酒	246
田螺三七酒	246
骨髓补酒	247
川芎酒	247
玫瑰黄酒	247
甜瓜子酒	247
菜服子酒	247
山梔子酒	248
三十四、腰疼	248
赤小豆酒	248
韭菜酒	248
菠菜酒	248
葡萄干酒	248
鳖甲酒	248
针菜小豆酒	249
杜仲酒	249
生附子酒	249

三味酒	249
辣椒酒	249
三十五、关节炎	250
墨鱼干酒	250
三味补酒	250
脂肉风湿酒	250
威灵先酒	250
桦叶酒	251
五加皮糯米酒	251
刺五加酒	251
蛇酒	251
桃叶酒	251
辣椒酒	252
三十六、烫伤、烧伤	252
三十七、毒虫咬伤	252
三十八、外科杂症	253
白介子酒	253
红花酒	253
荔枝茴香酒	254
牛角酒	254
樟脑酒	254
白芍药酒	254
木耳酒	254
木瓜酒	255

第一章 悠久的酒文化

第一节 人类酿酒的起源

我国是世界上最早酿酒的国家之一,对世界酿酒技术的发展作出过巨大贡献。酒作为一种独特的物质,其产生和发展与生产力的发展有着密切关系。

在原始社会里,我们的祖先巢栖穴居,主要以野果裹腹。野果中含有能够发酵的糖类,在酵母菌的作用下,可产生一种具有香甜味的液体,这就是最早出现的天然果酒。

“猿猴造酒”的古代传说正是建立在这种天然果酒的基础之上。江苏淮阴洪泽湖畔下草湾曾经发现了醉猿化石,证明天然果酒是在人类出以前就已产生。“猿猴造酒”听起来近乎荒唐,其实倒很有科学道理,它们不仅嗜酒,而且还会“造酒”。《清稗类钞·粤西偶记》中记载:“粤西平乐等府,山中多猿,善采百花酿酒。樵子入山,得其巢穴者,其酒多至数石。饮之,香美异常,名曰猿酒。”《紫桃轩杂缀·蓬枕夜话》中也曾记载:“黄山多猿猱,春夏采杂花果于石洼中,酝酿成酒,香气溢发,闻数百步。”当然,这里的“酝酿”是指自然变化而成,猿猴居深山老林中,完全有可能遇到成熟后坠落发酵而带有酒味的果子,从而使猿猴采“花果”,

“酝酿成酒”。不过，猿猴造的这种酒，与人类酿的酒是有本质的区别的，充其量也只能是带有酒味的野果。

人类社会进入旧石器时代的后期，虽说当时人类基本上还过着采集和渔猎的生活，但已能打制许多获取自然物的石头工具，在此时，人类就具有野果自然发酵酿酒的知识了。随着社会的发展，人类社会进入新石器时代，畜牧业逐渐产生并发展起来，当猎获到哺乳幼兽的母兽时，人们可能尝到兽乳，含糖的兽奶也可能受到自然界酵母菌等微生物作用发酵成酒。自然发酵而成的果酒和用乳酿制的酒，可以说是最原始、最古老的酒了。

随着农业文明的出现，谷物酿酒取代了天然果酒。这标志着酒已经开始作为一种人类创造的物质出现在社会生活中，人类已经有了自觉的饮酒需求。农业的发展，生产出来的谷物由于保管不良等原因百发霉发芽成酒的事必定会多起来。人们尝了谷物变成的酒后，模仿着干起来，谷物酿酒就问世了。

从考古发掘的许多酿酒和饮酒器具中可以推算，大约在5000年前的龙山文化的早期，我们的祖先就已经开始了谷物酿酒的划时代创造。到商代，酿酒技术有了长足的进步，曲蘖开始出现。“蘖”是用发芽的谷物制成的酿酒发酵剂，用这种糖化剂所酿成的酒叫“醴”，醴是一种甜酒。曲主要是以含淀粉的谷物为原料的培养微生物的载体，在其中培养着丰富的菌灵——曲霉菌、根霉菌、毛霉菌以及酵母菌等。以曲酿酒能同时起到糖化和酒化的作用，从而把谷物酿酒的两个步骤——糖化和发酵结合到一起，为我国后来独特的酿

酒方法——曲酒法和固态发酵法奠定了基础。中国现存的先秦古书中，涉及酒的书非常多。中国最古老的文字甲骨文和金文都有“酒”字。我国作为世界三大酒的王国之一，从古至今人们爱饮酒，对酒的发明人也有着种种传说。

从先秦编年史《春秋》起，每个朝代都有正史。在这些史籍中，记载着数不清的关于酒的故事，但都没有记载酒是怎么发明的。对于酒的发明人传说则甚多，一说酒是夏禹时代一个叫仪狄的人开始造作的；一说发明酿酒的人是杜康；一说神农时代已有酒；还有所谓“天有酒星，酒之作也”，认为酒是天上酒星酿造的。

仪狄造酒说始载于《世本》。书中讲：“仪狄始作酒醪，变五味；少康作秫酒。”认为仪狄是酒的始作人，后来又衍生出西汉人刘向编订的《战国策》记：“昔者，帝女令仪狄作酒而美，进之禹，禹饮而甘之，遂疏仪狄而绝旨酒。”东汉人许慎在撰《说文解字》“酒”条中，也记载了“古者仪狄作酒醪，禹尝之而美，遂疏仪狄”。到三国时，蜀汉学者谯周著《古史考》也说“古有醴酪，禹时仪狄作酒”，将仪狄奉为酒的发明人。

当然，很多学者并不相信“仪狄始作酒醪”的说法。在古籍中也有许多否定仪狄“始”作酒的记载，有的书认为神农时代就有酒了，也有说帝尧、帝舜时就有酒了，这神农、黄帝、尧、舜都早于夏禹，可见仪狄始作酒是值得怀疑的。

最初的酒绝不是有意制造，而只是无意中发现的。粮食、水果在一定温度下滋生出酵母菌，就会变馊，到一定程度，恰好就是酒味。晋朝人江统的《酒诰》一文早就指出了

这个秘密，他说：“有饭不尽，委余空桑；郁积成味，久蓄气芳；本出于此，不由奇方。”事实上酿酒方法的创造发明，不可能由某一个人完成。

关于酒的始作者，流传最广的要算“杜康造酒”说。除了一些文人这样讲外，这种说法在民间特别流行，特别得力于曹操的乐府诗《短歌行》而推广，诗中道：“慨当以慷，幽思难忘；何以解忧，唯有杜康。”在这里，杜康是酒的代名词，但人们都因此把姓杜名康这个人当作了酿酒的祖师。

杜康到底是什么时代的人？一说是黄帝时代，一说是夏禹时代，也有说是周朝人氏，更有讲属汉代人。难怪宋朝人高承在《事物纪原》一书中带着疑惑的口气讲：“不知杜康何世人，而古今多言其始造酒也。”杜康是个什么人也从无定论。《说文解字》一书中说：“少杜康也。”少康是夏禹的儿子启建立的我国第一个朝代——夏朝的第五世君主。西晋人张华撰《博物志》一书认为杜康是汉朝时候的酒泉太守，民间传说他是一个手艺高超的酿酒师。事实上，杜姓是周朝以后才有的。周武王灭纣建立周朝后，把商代豕韦氏封于杜（今西安市东南），这家的后裔在周宣王时做官，称杜伯，为周宣王所杀，子孙逃亡至晋国，才以封他杜为姓。可见杜康出世太晚，不可能是酒的始作人。但有一点却值得注意，《说文解字》“酒”条中讲“古者仪狄作酒醪”后，又说“少康作秫酒”；“帚”条文中也说：“古者少康初作箕帚、秫酒。少康，杜康也。”明确提到杜康是“秫酒”的初作者。秫，即粘高粱，也作高粱的统称。按此说，杜康可能是用高粱酿酒的创始人。在杜康之前，即使有酒的存在，却没有人用高

梁酿酒。在粮食作物中，高粱比黍、稷、粟、稻的出现要晚一些。高粱富含淀粉，并含少量单宁，这是酒中芳香族物质的主要来源，使高粱成为一种很好的酿酒原料。杜康凭着对高粱的认识，在总结前人酿酒的经验的基础上，创造性地用它来酿酒。可能由于他的手艺高超，加上高粱的特性，酿出的酒味道美好，人们一旦尝到这种酒，觉得别有风味，于是杜康善酿酒之名鹊起，历经时时，为人们释为最早酿酒者。”

用含淀粉的谷物酿制酒液，要经过两个阶段：一是水解淀粉使之分解成葡萄糖等的粮化阶段；一是利用酵母菌将葡萄糖等转化成酒精的酒化阶段。在实际酿酒中，人们往往看不到这两个不同阶段，这里将二者合而为一的秘密就在酒曲之中。

酒曲，是用谷物制成的发酵剂、糖化剂或糖化发酵剂，含有大量微生物，其中有能起糖化作用的黄曲霉菌、黑曲霉菌，也有既能起糖化作用又能起酒化作用的根霉菌、红曲霉菌，并且一般都含有能进行酒化作用的酵母菌。由于酒曲的出现，使糖化和酒化两个阶段结合起来，使淀粉一边糖化，一边酒化，连续交叉进行，而不是按先糖化再酒化两个步骤酿造。

酒曲的产生和谷物酿酒是同时出现的。最初，保管不善而发霉发芽的谷粒，就是天然酒曲。把它浸泡在水里，即能发酵成酒。人们无数次接触到天然酒曲，观察并总结了它产生的多生的多方面的条件，经无数次试制，终于制出了人工酒曲，这就是古籍上的“曲蘖”。

早在殷商时代，我国已成熟地用曲蘖酿酒了。商王武丁

讲：“若作酒醴，尔惟曲蘖。”自此至今，几千年来，制曲和用曲酿酒的“复式发酵法”一直是我国颇具民族风格的谷物酿酒技艺的源泉。尤其值得一提的是，我国在以谷物为原料制成酒曲时，还创造了一种利用固态培养物保存微生物的好办法，即当酒曲贮存在低温干燥的场所时，曲中的微生物处于休眠状态，并在长时间的贮放过程中起到纯养和驯养的作用。这样，制曲和用曲的过程，实际上是对微生物的接种、选择、培养和运用的过程。

在殷商时代，当人们开始制曲和用曲酿酒时，曲蘖实际上是松散的发霉发芽的谷粒，又叫散曲。到周王朝时期，酒曲有了长足的发展，酒曲的种类大为增加。当时最有名的是一种叫黄曲霉的霉菌。

到西汉时期，曲的种类更多，有大麦、小麦制的曲，也有表面长霉和不长霉之别，并且此时在存在散曲的同时，出现了饼曲，如“麦才”、“麦穴”等。由散曲到成块曲的发展，不仅仅是形式的变化。由于饼曲内外接触空气不一样，内外的霉菌种类也不同。这样，由散曲到饼曲的发展，就成为酒曲发展的一个重要里程碑。

到晋代，人们开始在酒曲中加入草药。由于许多草药都含有有利于微生物生长的维生素，所以这样制出的酒曲更好，用它酿出的酒，也别具风味。

在南北朝成书的《齐民要术》一书汇集了9种酿酒曲的制作方法和39种酒的酿造方法。9种酒曲中，从原料看，8种以小麦为原料；从加药材与否看，4种加药材，5种不加；从形体上看，有体小的饼曲，也有形体大的块曲。

9种曲可分三类：神曲、笨曲、白醪曲。神曲类似近代小曲，不但形体小，而且曲量也小，起着菌种曲的作用。笨曲类似于近代的大曲，形体大，用量也大。白醪曲则介乎二者之间。此外还有一种独特的“红曲”，它既有很强的糖化力，又有酒精发酵力，不仅可以酿酒，还可用于食用色素，开世界采用微生物发酵法制造食用色素之先河。

到宋代，我国制曲技艺更进一步。《北山酒经》中全面记叙了制曲、酿酒的过程，叙说了13种曲的制法，无论在制曲原料上，还是在方法上，均较前大有发展，特别是书中关于菌种选种、育种的记叙，更是延续使用至今。

我国用曲酿酒历史悠久，制曲经验十分丰富，种类数不胜数，总体上讲，可分为三大类：

1. 大曲：形状象砖块，每块重约2—3斤，主要用小麦和大麦、豌豆、黄豆等谷物制成。大曲中含有丰富的微生物，主要是毛霉、根霉、念珠霉、犁头霉、曲霉、酵母菌，既是糖化剂，又是发酵剂，用它酿酒，用曲量很大，如茅台酒用曲量为原料的100%。大曲按制曲过程中对控制曲胚最高温度不同，可分为高温曲、中温曲、低温曲三种。

2. 小曲：体积比大曲小，一般用半米半糠、小麦等为原料，并大多加添中草药，因而又称药曲或酒药。其所含微生物主要是根霉及毛霉、黄曲霉、酵母霉等。小曲的用量比大曲小得多，一般只占酿酒原料的1—2%。

3. 麸曲：用麸皮制成，其生产周期短，又叫快曲。麸曲是由人工培育的菌种主要是曲霉制成的糖化剂，菌种单纯，酿酒时要加酵母。我们祖先制曲和用曲酿酒光辉成就，

使一些外国学者认为可以把酒曲的发明和应用与四大发明相提并论。

在酒为人们发现并广为制作饮用时,起初人们发现谷物自然发酵成酒的现象并有意识地酿酒后,是连汁带糟一起吃的,并非今天人们喝的去掉了糟的酒。

人们酿制漉去酒糟只要酒汁的酒,是从周代开始的。《周礼》中记载的“清酒”就是这种酒。在去糟取汁之初,人们是为了祭祀的需要。随着生产的发展,谷物的增加,酒作为享用品才与饭逐渐分开,于是去糟的清酒就日渐流行。但无论是漉出的酒,还是压榨出的酒,由于谷物原料在发酵过程中,当酒精达到百分十几时,酵母菌受到抑制而停止繁殖,发酵作用也就进行得缓慢了,因而酒精含量不高,一般在15%—20%之间。为了提高酒精的含量,人们发明了蒸馏的方法。当蒸馏酒醪时,由于酒精的沸点比水低,气化比水快,只要掌握好温度和时间,就可以得到含酒精量高的酒液。

谷物蒸馏酒起于何时呢?有人认为唐代已有。有唐代诗人的作品中提到“白酒”、“烧酒”的不少。但我们能够看到充分证据的则要数宋代。1975年在河北省青龙县出土了一套铜制蒸酒器皿,器高41.5厘米,分上下两个部分组成,下体是一只圆球形蒸气锅,上体为冷却器,敞口,二者完全套合后,上器的唇紧贴下器外沿的内壁,形成一套能够完成整个蒸馏过程的酒器,可见在宋代已有现代意义的白酒——蒸馏酒问世。

第二节 我国古代的酒和酒器

我国人民饮酒和酿酒历史悠久，古人饮用的酒品种繁多，大体上可分为直接发酵的果酒、发酵压榨酒和蒸馏酒三大类。从酒带不带酒糟看，可分为浊酒(带糟的酒)、清酒(不带糟的酒)；从酒的浓淡看，有质厚的酒、质薄的酒；从口味上看，有甜、苦、辛辣等品种；从原料来分，则有以粮食作物酿造的酒和动物乳酿造的酒，还有用果品、药草等酿制酒的区分。

在我国历史上，酒的名称很多。酋、酉、醴均是酒的“乳名”，是酒问世初期的称谓。此外，酒的学名也不少，事酒、昔酒、清酒，这三种是周代人按酿制时间的长短和酒的质量来称呼的。林尹先生解释曰：“事酒，谓事而酿者也……以其随时可酿，故为新酒也；昔酒，酿造时间较久的酒，冬酿春熟，其味较事酒为厚，色亦较清；清酒，酿造时间更久于昔酒者，冬酿夏熟，较昔酒之味厚且清。”泛、盎、醢、沉、清酌，这几种酒是周代不同品种的祭祀用酒。汤液、醪醴，是周代人用于治病的药酒。

到秦汉以后，酒名更为繁多。《齐民要术》中提到的酒名有：麦曲酒、黍米酒、麦曲糯米酒、米酒、神曲黍米酒、神曲粳米醪、梁米酒等数十种。《本草纲目》中提到的酒有百余种。

酒曲发明以后，可以利用酒曲中所含的微生物使谷物中

的淀粉边糖化边酒化。由于我国古代没有温度计等仪器可供使用，在酿酒过程中普遍采用“五齐”与“六法”来保证发酵成功。

所谓“五齐”，《周礼·天官》中讲：“酒政举酒之政令……辨五齐之名：一曰泛齐，二曰醴齐，三曰盎齐，四曰醅齐，五曰沉齐。”也就是说把整个发酵过程分为五个阶段：先是发酵开始，产生大量气体，谷物膨胀，叫“泛齐”；接着糖化作用旺盛起来，醪味变甜，并有薄薄酒味，即“醴齐”；再接着发酵旺盛，气浪很多，伴有嘶嘶的响声，为“盎齐”；再往后则酒精成分增多，颜色逐渐转红，为“醅齐”；最后发酵完成，酒糟下沉，即“沉齐”。

“六法”是周代总结的一套比较完整的酿酒经验，《礼记·月令》中说：“（仲冬之月）乃命大酋，秫酒必齐，曲蘖必时，湛积必洁，水泉必香，陶器必良，必齐必得。兼用六物，大酋兼之，毋有差贷。”

这实际上是讲原料的选择，曲蘖的制作，操作的洁净，器具的精良和火候、温度的适宜，可以讲这六法是我国最早的酿酒工艺的规程，实际上是酿酒技术的六个关键问题。这样，古代人们靠着直观，凭着经验，依据酿酒的变化过程，克服了一系列的困难，酿造出种种名传千秋的美酒佳酿。

中国人历来讲究美食美器，人们在饮酒时，不仅讲究对象、环境、时令等，而且十分讲究酒器的精美与适宜，因而我国古代酒器的生产也是一样历史悠久，千姿百态。

早在新石器时代，已有不少陶制酒器如等古朴的酒器。到商周时期，青铜酒器应运而生，如樽、爵、青铜壶等。汉

代则又出现了玻璃杯、海螺杯、玉杯，在豪族显宦的酒宴上出现了金杯和银杯。

古人对酒器非常重视，讲究“非酒器无以饮酒，饮酒之器大小有度”。就其用途而言，可分为贮酒器、盛酒器、卖酒器和饮酒器四大类。下面就几种常用的饮酒器简介如下：

尊：一种大口酒器，颈微缩，凸肚，平底；

豆：一种高脚木制盛器；

斗：是容量较大的酒器，斗酒大约为平常人的适宜酒器；

爵：一种状似鸟雀的敞口酒器，腹下有三足，属典礼时用的酒器；

觥：平底有把，口上刻有兕牛图形的大口酒器；

觚：大口，底部缩入；

此外还有、卣、角、彝、卣、钟、盞、觶等等。

第三节 酒旗与酒肆

酒在最初是用来祭祀的。随着生产力的发展，粮食产量的增加，酒的酿造和消费量逐渐增多。在商代，酒就作为商品出现在交易场上，买酒、卖酒就成了一件极为普通的事。那么怎样招徕顾客，怎样标明酒店所在呢？于是出现了中国特有的“酒旗”。

酒旗又称幌子、酒帘，大多是在一块布上写个“酒”字，高高悬挂在店门口，让人远远就可以看到，身兼今天的招牌和广告牌双重职责。酒旗的颜色，白的青的均可，大小不等，小的仅一尺布可缝制，大的则“酒店门前七尺布，过来过往

寻主顾”。

酒肆，即酒店。我国古代对酒肆异常讲究，它充分反映了城市经济和市民文化生活的发达。《东京梦华录》中记述北宋汴京的酒肆时说：“九桥门街市酒店，彩楼相对，绣旆相招，掩翳天日。”南宋建都临安。酒肆的发达程度一如汴京。《梦粱录》载：“店门首彩画欢门，设红绿杈子，绯绿帘幕，贴金红纱梔子灯，装饰厅院廊庑，花木森茂，酒座潇洒。但此店入其门，一直主廊，约一二十步，分南北两廊，皆济楚阁儿，稳便座席，向晚灯烛荧煌，上下相照。”当时著名酒楼甚多，有熙春楼、花月楼、嘉庆楼等。酒店的各类也很多，有豪华酒楼，有兼卖食次下酒的茶饭店、包子酒店、宅子酒店，不卖食次的“直酒店”，零卖酒的“散酒店”等，适应着不同的买酒对象。更有出奇招者，向绍年间，卖梅花酒之肆，以鼓乐吹《梅花引》曲破卖之”。利用音乐招揽生意，吸引饮酒的顾客。

第四节 酒俗

一、酒礼

酒礼几乎与酒同步诞生。还在上古时候，酒与礼就结下了不解之缘。到西周，对酒礼的规定已经非常严格和具体了，讲究时、序、数、令。

时，即必须严格掌握饮酒的时间，只有天子、诸侯加冕，婚丧，祭祀或其他喜庆大典时才可饮酒；

序，即必须严格遵守等级次序，按天、地、鬼(祖)、神、长、幼、尊、卑的次序来饮酒；

数，即严格控制饮酒的数量，每饮不超过三爵；

令，即必须服从酒民的指挥。对宴会上按长、幼、尊、卑不同，坐什么位置，使用什么酒杯，谁给谁敬酒，怎样敬酒等等，都有较具体的规定。

西周以后，酒礼成了历代统治者用来维护统治、保护特权的工具，出现了所谓“无酒不成礼仪”，“有礼之会，无酒不行”的奇特现象。明太祖就曾下令：居官之人除非在宗族及至亲的家庭便宴上可按长幼之礼饮酒，在正式宴席上则必须按尊卑之礼，居官之人在亲戚宗族中即使辈份较低、年纪较轻，也要坐在长辈、长者的上席。显然，这里的“礼”已是礼治文化的组成部分酒礼也是为维护统治者地地位服务的，代表了统治阶级的利益。

文人雅士所定酒礼也极为丰富多采，它集中反映了士大夫阶层的文化心理。比如，有人认为饮酒必须有特定的诗意氛围。否则就失去了饮酒的情趣。理想的饮酒对象是：高雅、豪侠、知己、故交、玉人、可儿；饮酒地点是：花下、竹林、高阁、画舫、幽馆、曲、荷亭；饮酒时节为：春郊、花时、清秋、新绿、积雪、新月、晚凉。凡此种种，都充分体现士大夫阶层对超俗境界的推崇，对温文尔雅风度的追求。在饮酒过程中，还有一些具体的礼法习俗。

饮前酌酒

酒在古代是敬神祭祖用的，不论王家宗庙中的祭献，还

是民间私家祀祖，祝祷之后必以酒酹地，祭祀江河则以酒酹水。只有经过这番仪式之后，才有与人宴饮。通常酹酒还有一定格式，并不是随意将酒泼撒就算，而要求恭敬肃容，手擎杯盏，默念祷词，然后将酒先分倾三点，最后将余酒洒一半圆形，在地上酹成三点一长钩的“心”字，表示心献之礼。这一祭祀习惯，在有些地方平常饮酒中也保留着。

迟到罚酒

人们酒宴或约人聚饮，如果有人迟到，或不请自到，座客就会提出要罚酒三杯，这也是酒俗中的一种，早在春秋时代就已有。《韩诗外传》记载，春秋五霸之一齐国的齐恒公宴群臣，规定“后者罚饮一经程”。

干杯喝酒

干杯的习俗也在古时就有，保留至今。古人称干杯为“酹”，是饮酒时的一种礼数，所谓“先干为敬”，不以同样方式回报就是失礼，照规矩是要受罚的。明朝人杨君谦《苏谈》中记述苏州一带宴席间的规矩：“杯口余沥，有一滴，则罚一杯。”由此演化而来，现在的酒场中时常有所谓“滴酒罚三杯”。

酒筹

用竹木或牙骨雕刻而成，由席上司酒的人掌管，用来记巡数，行酒令行酒一周为一巡。在三巡之前，按照座客的尊卑上下依次先后斟酒。中国厅堂大多坐北朝南，正宴以面南

者为尊(如果有二人,则左为尊),其余依次是面北、面西、面东。主人和司酒者均坐在面东一方,这样斟酒的次序是北东、北西、南西、南东、东北、东南,最后是主人上下两位。入席后的最初三巡都要按座次先后行酒,三巡一过,斟酒便可以随便了,一般由左至右顺时针方向进行。

由于席间常有闲谈,或有歌乐,容易忘记斟酒的次数,所以用酒筹记数。行酒令时,罚酒都用酒筹来记数,以免赖酒或作弊。同时酒筹还能显示出宴会进行的情况,也是进菜上食时机的一种参考。

二、节令饮酒

酒无日无时不可饮,自古以来,不少酒中豪杰均是不可一日无酒,但只有当酒和民族的节令风俗相融合时,才显示出其在民族文化中独特的酒文化意义。中国的岁令时节甚多,纵观中国的节日,酒在节日中有着无可替代的作用。可以说,植根于民族文化深处的节令,全都离不开酒,凡节令必有酒。现举几个重要的节令酒事。

春节

在中华民族绚丽多姿的众多节日中,阴历正月初一是一年之始,号称“春节”,自古以来讲究合家团聚辞旧迎新。早期的风俗是在这天饮用椒花酒,椒花有香气,泡酒能暖胃强身,是敬神祀祖的佳酿。

到南北朝时,“正月一日是三元之日也,长幼以次拜贺,进屠苏酒”。王安石《元日》诗曰:“爆竹声中一岁除,春风

送暖入屠苏。”正是讲的春节风俗。屠苏原意为草庵。相传一草庵中住一老者，除夕夜分送邻人一包药，嘱咐各家将药投入井水中，汲水和酒服，可预防一年疫病。

早在西周时期，人们为庆贺一年的丰收和新的一年的到来，就捧上美酒，抬着羔羊，同声祝贺，从此开了过年饮酒的先河。到汉代，“年”作为一个重大节日逐渐定型，皇宫、百姓等均饮酒作乐。

清明

它与寒食相差一天，二者往往并称，有禁火寒食、上坟扫墓、踏青春游等风俗活动。上坟扫墓是清明节最重要的活动。这一活动必须有酒。《帝京景物略》云：“三月清明日，男女扫墓，担提尊木盃，轿马后挂楮锭，粲粲然满道也。拜者、酹者、哭者、为墓除草添土者，楚楮锭次，以纸钱置坟头。望中无纸钱，则孤坟矣。哭罢，不归也，趋芳树，择园圃，列坐尽醉。”

扫墓祭祖表达的是生者对死者的怀念和追忆，那堆堆坟莹怎能不触发生者岁月无情、人生有限的种种感慨呢？祖宗坟莹是一个人根之所系，倘若清明日异乡飘零，不能前往祭扫，便会顿生断肠天涯之情，思乡怀人之意，心头怅惘。此时此刻，唯有酒可以抚慰那孤寂的心，忧郁的魂。“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂。借问酒家何处有，牧童遥指杏花村。”

社日

以农业为主的古代中国，专司大地的神灵特别受人尊重，因而人们为它特设了一个节日——社日。社日分春社和秋社，分别在春分和秋分前后。春社尤为人们重视，大多在年前就酿酒备社日祭神、宴客，称社酒。

社日那天，居民纷纷携酒肴蔬果祭社神，聚饮联欢。王驾有诗曰：“鹅湖山下稻梁肥，豚栅鸡埘半掩扉。桑拓影斜春社散，家家扶得醉人归。”人们开怀畅饮，比赛田鼓，鼓助酒兴，酒助鼓威，热闹非凡，直到天近黄昏，才尽兴而归。苏轼写道：“旋抹红妆看使君，三三五五棘篱门，相排踏破茜罗裙。老幼扶携收麦社，乌鸢翔舞赛神村，道逢醉叟卧黄昏。”

端午

农历五月初五为端午节，其主要活动有二：悼屈原，辟邪恶。屈原是我国历史上一位伟大的爱国诗人，相传投江而死，人们每逢端午，均用龙舟等形式表示悼念，酒也就无可或缺。

徐渭《端午日寄酒庶回都官》中载：“龙舟争快楚江滨，吊屈谁知特怆神！家酿寄居须酩酊，古人犹见独醒人。”表达出人们对屈原的钦敬和哀悼。

同时，不少地区有端午节饮雄黄酒以驱疾除病的习惯，还有饮菖蒲酒、门插艾叶以避恶气的习俗，认为端午节是一年阳气最盛之时，又是阴气将到之日，正值阴阳消长的转换

期，因此也是调理身体的重要时刻，端午用酒是为了辟邪去瘟。

中秋

农历八月十五，是我国盛大的中秋佳节，以赏月、拜月、玩月为活动主题。月与酒自古有着不解之缘，不少诗人都嗜酒如命，又以月为魂。

在月光明媚、清辉遍洒的中秋之夜，载酒赏月，吟诗作赋，让人心驰神往。清人陈澧诗曰：“中秋一醉不嫌迟，莫负今朝把酒卮。人有幽怀爱深夜，天将明月答新诗。四山雨气全成水，一桁楼阴倒入池。野鹤闲鸥都睡了，此时清兴有谁知。”

中秋月夜不仅诗人喜好，上至帝王，下至庶民，都乐此不疲。一般人家也安排家宴，团圆子女，以酬佳节。贫困人家亦解衣市酒，勉强近欢，不肯虚度。月、酒、诗三位一体，铸成炎黄子孙所喜爱的秋季盛日——中秋佳节。

重阳

农历九月初九是重阳节，此日属登高、赏菊、饮酒、吟诗四重奏。登高的习俗始于西汉，到东汉时这一活动添上一层神秘的色彩：汝南人恒景遵师命，把众乡亲安置在一座山上，仗着师傅所给茱萸叶和菊花酒，挺身杀魔，从此每逢九九重阳，人们纷纷带上菊花酒外出登高避难。后来迷信色彩淡化，但登高饮酒的习俗却作为一种重要的节日形式保存下来。

最为有名的故事当属陶渊明的外祖父孟嘉“龙山落帽”一事。孟嘉是西晋大将恒温的参军。九月九日恒温在龙山登高，大宴宾客。孟嘉在座上饮酒甚乐，忽然一阵风来，将孟嘉的帽子吹落，孟嘉只顾喝酒，并不察觉。恒温吩咐在座的著名文人孙奎作辞以讥讽之，孟嘉看了乘兴挥笔，作文解嘲，使一座倾服。

重阳菊花盛开，举杯对菊，赏菊花，因而重阳饮酒又称菊花酒、黄花酒。不论是登高，还是赏菊，都离不开酒，有诗曰：“秋风叶正飞，江上逢重九。人世几登高？寂寞黄花酒。”“三载重阳酒，开时不在家。何期今日酒，忽对故园花。野旷云连树，天寒雁聚沙。登临无寒意，何处望京华。”

三、出师助捷饮酒

出师的饮酒风习，在我国已延续几千年，成为司空见惯的事。“勾践投醪劳师”的故事流传甚广，说的是：勾践决定率兵伐吴，出师前群众献美酒犒劳将士。勾践下令将酒倒进一条河，军民同饮河水，致使军民“盛气百倍”。

曹操、孙权、刘备三分天下之前，刘备兄弟暂寄曹操门下。曹操与董卓两军对垒时，曾被大将华雄连两员偏将，曹营一时哗然。这时关羽主动讨战，愿取华雄之头献于帐前。曹操大喜过望，特酹热酒一杯为关羽助威。关羽把酒放下，飞身上马，直奔华雄，帐外杀声大作，如山崩地裂。诸将正在观望，关羽已将华雄之头掷于帐前，杯酒尚温。出师之酒成了胜利之饮了。

曹操定汉中后，分兵去救合肥。东吴趁曹军扎营未定，

急派甘宁领兵劫寨。为鼓士气，王孙权亲赐美酒 50 瓶。大将某宁先用银碗斟酒自饮两碗，然后对众将说：今晚奉命劫寨，请诸公满饮一觞，奋勇向前！说罢又同诸将士共饮，直到酒尽食绝。结果将们无不冲锋陷阵，视死如归。曹军望风而逃，甘宁大获全胜。

祝捷庆功有胜利之饮，较之出师之饮似乎更受重视，也更为普遍。事实上，在我们日常生活中，不仅作战取胜，举凡一项工程任务圆满完成，一个科研项目取得成果，一场竞技名列前矛，一事情顺利完成，一个目的如愿以偿，往往都举行酒宴以示庆贺。

四、婚嫁丧葬饮酒

按我国古老习俗，人生一世，从出生、婚嫁到死亡均离不开酒。婚嫁中更是少不得酒，《礼记·义》中有“合卺”一词，就是新婚夫妇以一个瓠分成的两个瓢，各执一片，盛酒漱口，以表示自此相亲相爱的结婚仪式，后来演化出“合欢酒”、“交杯酒”。

婚嫁饮酒的风习，至今未变，比如向人家去祝贺新婚，还是讲；去吃喜酒。喜宴上新娘新郎要向父母和来宾敬酒，双方还要喝交杯酒。三天后回门，女方也要设宴等客，称“回门酒”。人们通过酒表达对新婚伴侣的良好祝愿，新婚伴侣则以酒来表达对来宾的尊敬和欢迎，同时依托酒来营造一种欢乐的气氛。

与喜气洋洋的婚嫁相反，丧葬则凄凄凉凉，俗称红白喜事的婚嫁与丧葬，虽属南辕北辙，但却殊途同归。为了表达

到死者的哀悼，人们常常用酒祭奠死者的亡灵。在现实生活中，不仅死人下葬时要祭酒坟前，而且要大摆宴席，招待吊唁者，其程度不亚于喜宴。清人顾夔章的《宴白客》对此有生动的描绘：“宴白客，酿曲蘖，濡肉干肉几上列，读礼无人问齿决。戚引戚来宾延宾，主人不识是何人。促席卷波复叫后，孝常拇战喧四邻。酒热脱去头上布，载歌载笑爵无数，呼庐喝雉声嘈杂，稍不如意经嗔怒。帷中不暇泣，恹前酒沥，惟此延客欢，不敢稍吝惜，白马素车賸漫来，荷里薤露唱何哀。只因难供白客宴，多少停恹不得埋。”

亲人谢世，杯酒洒于坟前，既用来表达对死者的哀思，也用来安慰生者，释解郁结情怀，减轻他们丧失亲人的痛苦，本也无可厚非。然而有些人却有别义：丧礼大摆宴席并非为了满足哀悼死者的需要，而是为了满足生者的虚荣，吊唁者越多，宴席越丰，主人似乎身价越高。在这里，哀思的真诚已不重要，重要的却是哀思的形式。

五、迎宾待友饮酒

客来敬茶是我国的传统礼节，但在不少地方却也有待之以酒，似乎更加隆重。而更为普遍的，则在宾客友人来家时，往往设宴以待。由于各自的经济情况不同，宾客的规格也不同，宴席的标准可高可低，可丰盛异常，也可以便宴相等。但是，不管宴席档次规格有何差别，有一点是可以肯定的，那就是必定有酒。

借酒来表达主人对宾客的欢迎之情，让酒营造一种温暖的气氛，以叙友情，话情谊，故人重逢，嘉宾造访，有了酒，

双方多么高兴，多么欢畅。

主人待客以酒，客人感谢主人的情谊：“但使主人能醉客，不知何处是他乡”，“主称会面难，一举累十觴。十觴亦不醉，感子故意长”。

亦或好友相邀，饮上几杯，其乐陶陶：“江城白酒三杯酹，野老苍颜一笑温。已约年年为此会，故人不用赋招魂。”

离别前夕，举杯相敬，以表友情之深厚：“劝君更进一杯酒，西出阳关无故人。”

酒已融合于中国人的诸般行为之中。人们借“酒”传输着不同的情感，表达着各自的襟情。可以说，人生诸态，万般情怀，都可以化为曲酒一杯，其中是苦、是酸，或育、或忧，唯有饮者自知，斟者意会。

六、少校民族饮酒风俗

我国是一个多民族的大家庭，除汉族外，还有 55 个兄弟民族，在漫长的历史发展过程中，各民族互相学习，互相影响，有一些风俗习惯已互相同化或接近，饮酒习俗便是如此，但各民族仍然保留有带民族特点的酒俗。

敬神和祭祖是中华各民族普遍通行的礼俗，祭祀必用酒。南北各少数民族每年都有定期的祭神节日，满族每年春秋祭堂子；壮族每年农事告竣后大祭土地神；蒙古族祭祖时，请祖先之神像安放在正室炕上，面前摆上酒杯、子、牛乳等。

少数民族的婚嫁与酒也有不解之缘。汉族只是婚宴用酒，少数民族的婚姻较自由，饮酒歌舞是男女求偶的最佳机会。藏族男青年求婚要通过媒人向女方家长献哈达和酒，结

婚时，新娘到达夫家前，男女必须在离家不远处设迎路席，对送新的人大碗敬酒。苗族人则由新娘捧着酒坛轮番给客人敬酒，客人不管酒量大小都必须满饮一碗。

少数民族在丧葬中也用酒。云南一带的彝族为减轻死者的痛苦，临终前“举家强灌酒以为别，名曰‘永诀酒’”。傣族人遇丧事，“诸亲戚邻人各持酒物于丧家，聚少年百数人饮酒作乐，歌舞达旦，谓之‘娱尸’”。景颇族的成年人死去，附近青年男女要跳一种祭奠舞，名“布滚弋”，主人则以酒相待。哈尼族除了各带酒食祭亡人外，还敲锣、摇铃、头插鸡尾跳舞，忽泣忽饮，名曰“洗鬼”。

少数民族大多好客，遇客必饮。蒙古族同胞在敬酒时，主人往往手捧酒碗，唱着祝酒歌，客人喝醉倒下了，主人会更高兴，这样主客之间同心了。

在少数民族中还有一些特殊的劝酒方法。如苗族人，一家有客，家家纷纷以酒菜前来相劝告，必须各尽一杯，客人不干杯不走。并且用牛角杯劝告酒，牛角底尖，不能放下，只有饮干了才能放下，客人只能一饮而尽。苗族、傣族、彝族还通行一种“咂酒”的饮法，咂酒用玉米、青稞、小麦、高粱、小米等以曲酿成，酒度不高，一般均由各家自己用坛子酿造。饮用时以芦管或竹管插入坛中吸吮，饮时往往按长幼稚之序轮流吸吮。踩客来时，还有“进门酒”、“入席酒”、“转转酒”、“交杯酒”、“歌催酒”等等，花样繁多，往往通宵达旦，务必宾主尽醉方休。

酒在少数民族中还有一大妙用，那就是民族间结好，常常歃血为盟，一般都杀鸡、羊，甚至刺双方的血滴入酒中互

饮。饮这种歃血酒在少数民族中被视为最神圣的盟誓。

第五节 酒令

酒令是对酒礼的变革、丰富和发展，是佐酒助兴、活跃宴席气氛的重要手段，是文化融于酒，更是酒中的文化。最早的酒令是辅助礼的，后来才发展为佐酒助兴、宾主尽欢的方法，甚至成了酒、赌酒、逼酒的手段。

春秋战国时代的饮酒风俗和酒礼有所谓“当筵歌诗”、“即席作歌”。从射礼转化而成的投壶游戏，实际上是一种酒令。

秦汉之间，承前代遗风，人们在席间联句，名曰“即席唱和”，用之日久，便逐渐丰富，作为游戏的酒令也就产生了。

唐宋时代是我国游戏文化发展的一个高峰，酒令也相应地得以长足发展。

酒令到明清时代则进入另一个高峰期，其品种更加丰富，可谓五花八门，琳琅满目。举凡世间事物：人物、花木、虫禽、曲牌、词牌、诗文、戏剧、小说、中药、月令、八卦、骨牌，以及种种风俗、节令，无不入令。

清人俞敦培的《酒令丛钞》把酒令分为古今、雅令、通令、筹令四类，当代人何权衡等编著《古今酒令大观》把酒令分为字词令、诗句令、花鸟鱼虫令、骰令、拳令、通令、筹令七类，今人麻国钧、麻淑云编《中国酒令大观》将酒令分为射覆猜拳、口头文字、骰子、牌、筹子、杂六类。

按其流行范围分，酒令中较为复杂、书卷气重的大多在书本知识较丰富的人士之间流行，称为雅令；而在广大民众之间则流行比较简单的酒令，称为俗令。当然，这种区分并不是绝对的，酒令的形式千变万化，可以即兴创造和自由选择。酒令可以说是中国特有的一种酒文化。

最早的酒令，完全是酒宴中维护礼法的条规。在古代还设有“立法监”、“佐主史”的令官，即酒令的执法者，这种酒令是限制饮酒而不是劝人多饮的。

随着历史的发展，时间的推移，酒令愈来愈成为席间游戏助兴的活动，以至原有的礼节内容完全丧失，纯粹成为酒酣耳热时比赛劝酒的助兴节目，最后归结为罚酒的手段。

一、俗令

这类酒令是指通俗易懂，简便易学，不论文化水平高低都可以很快操作运用的酒令，在古今宴席上这种酒令占绝对优势。

1. 拳令

又称划拳、猜枚、猜拳、拇战，古今皆常用。拳令的最大优点在于适用面广，不受文化水平高低的限制，其技巧性较强，给划者留有斗智筹划的余地，而且划拳须喊叫，容易让人兴奋，极富竞争性。

拳令的花样很多，最常见的是两人对猜。此外，还有“摆擂台令”：某人摆擂台，先自饮一大杯酒，高坐宣战，席间不论何人，均可应战，应战者先饮一杯酒，再与擂主划拳，

败则退去，胜则擂主退位，胜者继为擂主。百战百胜，合席再无应战者，封摆完令。

“空拳”：二人对垒，只划拳不饮酒，而席间其他人饮酒。二人战成平局，他们的左右邻各喝一杯酒；彼此所出手指相同，口中叫的数也相同，叫“手口相逢”，合席每人喝一杯。

“通关拳”：一个人分别与席中每个人划拳，犹如将军过关斩将一般，行令方法有三种：“赢通关拳”规定只有赢对方一拳，才许过关，再与下一人接战，负者饮酒；“输通关拳”必须输给守关者才许过关，赢了罚酒一杯；“无胜负通关拳”，规定双方打成平手，方准过关。

“霸王拳”：二人划拳，甲胜一拳，乙站立起来；甲再胜，乙向甲作辑；甲三胜。乙向甲深沉鞠躬；甲四胜，乙一膝跪；甲五胜，乙双膝跪地；甲六胜，乙叩头，饮酒。乙胜同此。有时二人对跪，一杯未饮。

“一字清不倒旗拳”：一般猜拳，口中所喊出的字数，因各地习惯不同而不同，如一字叫“一条龙”、“一锭金”、“一夫当关”等；二字叫“哥俩儿好”、“并蒂莲”；三字叫“三星照”、“三羊开泰”；四字叫“四喜财”、“四季发财”；五字叫“五魁首”、“五花骢”；六字叫“六六六”、“六六顺”；七字叫“七个巧”、“七仙女”等；八字叫“八匹马”、“八大仙”；九字叫“九连环”、“九重天”；十字叫“满堂红”、“全来了”。本令则只准叫“一、二、三”等单字，谓“一字清”；两人都须置肘于桌上，直竖小臂，不准倾斜，叫“不倒旗”。

此外还有：七星赶月拳、走马拳、状元游街拳、喜相逢

拳、连环拳、一矢双雕拳等。

2. 骰令

是古人常用的酒令之一。以骰子为行令工具，有时用一枚，有时用多枚，最多的可达六枚，依令限数，因人、因时而定。此令简便快速，带有很大的偶然性，不需要什么技巧，特别受豪饮者欢迎。

骰令名目繁多，方法多样。如“猜点令”：令官用骰筒以两枚骰子摇，摇毕置于桌上，秘而不宣，全席问一人猜所得之点数，猜毕，当众开启摇筒数点，不中，猜者处饮一杯；中，则令官饮一杯。

“六顺令”：合席用一枚骰子轮摇，每人每次摇六回，边摇边说令辞，曰：一摇自饮么，无么两邻挑；二摇自饮两，无两敬席长；三摇自饮川，无川对面端，四摇自饮红，无红奉主翁；五摇自饮梅，无梅任我为；六摇自饮全，非全饮少年。

“正月掷骰令”：合席依次用一枚骰子轮掷，边掷边宣，每人一掷一宣令辞：“一君登位贺新年”，“两班文武排阶前”，“三岛神仙来祝寿”，“四方夷狄贡时鲜”，“五凤楼前齐舞蹈”，“六街声颂太平筵”。

“长命宝贵令”：合席诸位六枚骰子轮掷，以六为长命，五为富，四为跖。凡是掷得四、五、六者为“长命富贵”，合席举杯贺掷者一杯。如果四、五、六不全。缺什么补什么。以缺四为例，先将已掷得五和六两枚骰子提出，若有么、三，二、二，便由下家饮一杯；若得“四”、双“五”、双“六”，

则给上家一杯，余者类推。

“事事如意取十六令”：合席用四枚骰子轻掷，以总点数计得十六点者免饮，少于十六点自饮，多于十六点对家饮，所饮杯数，以多于或少于十六点数为准。

“歌风令”：规定每人四杯酒的饮数，再掷骰子行。在掷骰子过程中，饮酒的杯数将有所改变，掷时用四枚骰子，规定以“二”为准，见一个“二”饮一杯，未出现者不饮；以“三”为风，每得一个三免去一杯，一个人无论掷几次，以消无三杯为止，然后将骰子移给下家。

“连中三元令”：规定每人消三杯酒，三元是指解元、会元、状元，这是封建社会科举考试中乡试、会试、殿试的第一名称谓。此令以么为元，每人用三枚骰子连掷三次，累计得三个“么”，叫“连中三元”，则三杯酒全免，少一个么饮一杯。此外，还有并头连令、卖酒令、赏雪令等等，不计其数。

3. 通令

实用性也很高，带有很强的随意性，只要有约在先，即可随席择项。如猜单双，猜有无，打老虎杠子等等均属可择之列。

如“传花”：用花一朵或其他小物件代替，令官蒙上眼，将花传给旁坐一人，依次顺递，令官喊停，持花未传出者罚酒。罚酒者则充当下轮令官。

“拍七”：要求行令快，以便行令者忙中出错而受罚，从令官报数 1234 顺报至明 7(7、17……)和暗 7(7 的倍数 14、

21……)时,应报者拍桌而不出声,失口出声报数据的罚酒。下一轮从罚酒人从头报起。

“说笑话”:由令官开始或上轮行令受罚者开始,依次轮流说一个,如能逗引全席或多数人发笑,全席各饮一杯;倘若无人被逗笑,则说者受罚;若仅有一个或少数人笑,则罚笑者饮酒。

“放炮仗令”:令官燃香,任指一人,该人须立即学爆竹声,其左邻掩右耳,右邻掩左耳,以迅速为要,动作缓慢或失误,均罚酒。

二、雅令

文人酒令比较文雅,需要具有相当高的文化水准方可操作使用。它们大多是争奇斗巧的文字游戏,也是斗机智、逞才华、比试思维敏捷与否的智力比赛。

当然,文人雅令也和其他酒令一样,目的是为了活跃饮酒的气氛,求得宾主尽欢。为达此目的,在酒令中古今新颖奇巧的文字令层出不穷,随机出令,把经史百家、诗文词曲,瘦词谚语、典故对联以及即景等文化内容都裹括到酒令中去。

古代文人宴集行酒令,虽无一定不变的规则,但也有一些约定俗成的旧习惯,要推定明府(相当于酒宴的主席)、录事(纠察席上秩序及行酒令)等职司。

行酒令时的令官通常由三种人担任:一是主人,一是席中地位最高的人,一是公推一位精娴各种酒令,知识渊博,善会人意,并且酒量宏大的人。由令官宣布行令的规则,并

由令官出酒令后自己第一个应令。

文字令有捷令、限时令之分。捷令要在令官出令后斟酒至某人(依座次顺行)处时即刻应令,或掷骰子以数字指定应令人即时应令。限时令如作诗赋之类,通常点香限时,如半柱香燃尽不完令就要罚酒;也有以奏乐催令的,一曲终了即须缴令。

令官行令前,须先饮干自己的“门杯”,即门前杯。行令时用一公杯罚酒,公杯中先斟酒备用,称“酒面”。每行完令,又须就门杯饮于一杯,或稍稍沾唇示意,称为“酒底”。酒底饮后如要以席上食品加一句古诗、古文结令的叫“席上生风”,依次应令者也照此办理。

1. 字令

汉语言独特的字形结构为文人们在字词令上争奇斗巧提供了广阔的舞台。“字令”有拆析离合、移字换形、交易增损、音义异同、象形指事等项。

“一字藏六字令”:每人举出一个字,要求能将该字分割成包括本字在内共六个字,合席轮说,不成辄罚。如“章”字:剖为“六”、“立”、“日”、“十”、“早”及“章”。

“一字中有反义词令”:每人举出一个字,要求这个字是由两个义词或对义词构成的,合席轮说,不成罚酒一杯。如“俄”,“人”与“我”义相对;“捉”,“手”与“足”义相对;“斌”,“文”与“武”义相对;“傀”,“人”与“鬼”义相反。

“一字五行偏旁皆成字令”:每人举出一字,要求在这

个字的左右上下加上“五行”即“金”、“木”、“水”、“火”、“土”字后，都能成另外一个字，合席轮说，不成罚酒一杯。如“佳”可变为：锥、推、淮、堆、；“可”可变成钶、柯、河、呵。

“横竖均等之字令”：每人举出一个字，要求这个字的横、竖笔划相等，合席轮说，不成罚酒一杯。如：口、止、世、田、由、占、古。

“拆字对令”：令官将古诗一名暗书在纸上，不拘次序从中拈出一字，令每人作对。各人将对好的字写在上，注明姓名，交给令官收存。逐个将句中各字对完之后，令官按所举古诗的顺序将每人所对的字排成一诗句，能与古诗成联的，合席共贺，虽不成联但能自通的免饮，根本不通者罚酒。

2. 诗令

中国的诗歌非常丰富，文人们在饮酒时，很自然会想到诗，借诗语为酒令便成为文人酒令的重要形式。

“天字头古诗令”：要求每人吟诗一首，第一句的第一字必须是“天”字，合席诸人依次轮说，不能吟或违背要求者，皆罚酒一杯，如“天风吹我上南楼，为报姮娥得旧游。宝镜莹光开玉匣，桂花沉影入金瓯”，“天为罗帐地为毡，日月星辰伴我眠。看来气象真喧赫，创业鸿基万万年”。

“春字诗令”：每人吟诗一句，要求“春”字在句首，合席依次轻吟，如“春宵一刻值千金”，“春城无处不飞花”。也有要求每人吟诗一句，第一人所吟之诗句必须“春”字居首，第二人所吟之句春字居二，依次而降至“春”字居第七

字后 ,再从头起。如“春城无处不飞花”,“新春莫误由人意”,“却疑春色在人家”,“草木知春不久归”,“十二街中春色遍”,“昨夜日日典春花”,“诗家情景在新春”。

“七平七仄令”:每人吟七言诗一句,要求七个了都是平声字或都是仄声字,合席轮吟,说错者罚,不能者罚双杯。如“何方圆之难周兮”(七平),“翩何姗姗其来迟”(七平),“有客有客筷子点”(七仄),“帝得圣相相曰度”(七仄)。

在诗语令中还有雅对一格,要求更严,难度更大,一般人根本不必问津。如《红楼梦》中贾宝玉提出的行令方法是:“如令要说‘悲’‘喜’‘乐’四字,都要说出‘女儿’来,还要注明这四字的原故,说完了饮门杯,酒面要唱一个新鲜时样的曲子,酒底要席上生风一样东西一或古诗、旧对、《四书》、成语。”

有些酒令确实很难,但都难中见才情,令人叹赏。

比如小说《西湖佳话》中载有苏轼、秦观、黄庭坚、佛印和尚四人在湖舟会饮,苏轼出一酒令:要一种花落地无声,接一个与这种花有关系的古人,这古人又须引出另一个古人,前古人问后古人一件事,后古人要用唐诗两名作答。苏轼令道:“雪花落地无声,抬头见白起(雪是白色的)。白起问廉颇(两人同是战国时的武将):为何不养鹅(鹅又是白色)?廉颇曰:白毛浮绿水,红掌拨清波。”

秦观接令道:“笔花落地无声,抬头见管仲(管城子是笔的别称)。管仲问鲍叔(同是春秋时齐醒公的大夫):如何不种竹(竹是制笔管的)?鲍叔曰:只须三两杆,清风自然足。”

黄庭坚应令道:“蛙花落地无声,抬头见孔子(虫蛙的地

方必有孔)。孔子问颜回(两人是师徒)，因何不种梅(梅花有色，和“颜”相接)？颜回曰：前村深雪里，昨夜一枝开。”

佛印禅师接令：“天花落地无声，抬头见宝光(天竺佛名)，宝光问维摩(有名的居士)：斋事近何如(居士是常要设斋施僧的)？维摩曰：遇客头如鳖，逢僧项似鹅。”

四则酒令构成一个完整的意象，具有自然的韵律，堪称妙品。

有的诗令虽然只要求对一句古诗，看起来很简单，其实不易。比如“干支诗令”：合席众人轮吟诗句，每人一句，要求句中至少有一个字含天干或地支。天干：甲、乙、丙、丁、戊、己、庚、辛、壬、癸；地支：子、丑、寅、卯、辰、巳、午、未、申、酉、戌、亥。

还有如玉人诗令、数目诗令、乐器诗令、花名诗令、药名诗令、有口诗令、无口诗令等等。对不上者或对得上合要求者都要被罚酒。

古人科举考试，都以《四书》、《五经》为题，所以，当时的文人都熟读经书，这种学风也带到了酒宴上。

“《四书》贯诗句令”：先吟诗一句，再从《四书》中摘读一句，要求上下两句文意贯通，如“英姿飒爽来酣战，兵刃既接”；“家家扶得醉人归，乡人饮酒”。众人依次吟诵，不成句者罚酒。

“《四书》贯人名令”：先说《四书》中一句，再根据此句的文意拈一古人名，使上下贯通。众人轮说，劣者、不成者皆罚。如“孟子见梁惠王赧魏征”，“五谷不生赧田光”，“今有受人之牛羊赧牧之”。

还有“《四书》贯封名令”、“贯《千字文》令”、“贯《西厢记》令”等等

3. 酒筹令

酒筹令更是精雅，需提前制作，临席摇扯，对上即饮。一般酒筹多镌刻唐诗、宋词、元曲名句及文学名著之人名或名贤故事，每筹下注明饮酒对象及数量，诙谐幽默，每每令人捧腹。

如花风令：制酒筹 24 根，选 24 种时令花卉名字，分别刻在筹子的上端，下端刻该行何令、如何行酒等。合席轮流掣筹，明刻写令的饮酒。

第六节 酒与诗词

酒与诗词的关系可谓亲密无间，以至于我们翻阅中国诗歌、史诗的章章节节，均可闻到那扑鼻的阵阵醇香。早在 3000 多年前，中国最古老的诗集《诗经》中就有关于诗与酒结伴同行的记录。《诗经·周南·卷耳》曰：“陟彼高冈，我马玄黄。我姑酌彼兕觥，维以永不伤。”大意为：我登上那高冈，马儿累得变了样。我把酒杯来斟满，一醉了事免怀念。

从此，历经 3000 年悠悠岁月，诗与酒形影相随，结成忠诚的伴侣。从屈原以后，尤以许多诗人饮酒赋诗，给中华文坛留下许多千古不灭的诗篇。

酒能使人精神亢奋，思维活跃，幻想丰富。在酒精的刺

激下引发人的想象,使一个现实生活中严谨刻板的人冲破理性的樊篱而进入感性的王国,展开想象的翅膀,进入诗的境界。同时,酒又能让人袒露出真实的情怀,这正是诗人必备的先决条件。

当然,酒与诗的关系相当复杂,表现形式也各种各样,有的直接咏酒,有的因酒成章,有的有酒名而无酒实,有的有酒实而无酒名。

在中国连绵几千年的诗歌创作中,诗人们不乏以精妙语言论述酒与诗的关系,我们择其要举例如下。

杜甫的《可惜》:“宽心应是酒,遣兴莫过诗。”《独酌成诗》:“醉里从为客,诗成觉有神。”《饮中八仙歌》:“李白斗酒诗百篇”

戴叔伦的《醉中作》:“醉后乐无极,弥胜未醉时。动容皆是舞,出语总成诗。”

晏殊的《浣溪沙》:“一曲新词酒一杯。”

苏轼的《和陶渊明 饮酒》:“俯仰各有志,得酒诗自成。”

陈与义的《醉中》:“醉中今古兴衰事,诗里江湖摇落时。”

杨万里的《重九后二月登万花川谷月下传觞》:“酒入诗肠风火发,月入诗肠冰雪泼。一杯未尽诗已成,诵诗向天天亦惊。”

朱淑真的《雪夜对月赋诗》:“看来表里俱清彻,酌酒因诗兴尽宽。”

陆游的《凌云醉中作》:“饮如长鲸渴赴海,诗成放笔千

觞空。”

唐晏的《饮酒》：“饮中有妙旨，待诗斟酌之。”

金天羽的《佩忍饷酒，以诗报之，效其体》：“酒肠无酒诗不流。”

我们如果把酒看作是诗人的一种抒情言怀的媒介，那么，我们更可以从数千年的诗卷中洞察酒文化中酒与诗的微妙关系。

浪漫主义诗人李白的《把酒问月》：

青天有月来几时？我今停杯一问之。

人攀明月不可得，月行却与人相随。

皎如飞镜临丹阙，绿烟螭尽清辉发。

但见宵从海上来，宇知晓向云间没。

白兔捣药秋复春，嫦娥孤栖与谁邻？

今人不见古时月，今月曾经照古人。

古人今人若流水，共看明月皆如此。

唯愿当歌对酒时，月光长照金樽里。

与此诗并列的是苏轼写于 1076 年中秋，流传千古的《水调歌头》：

明月几时有？把酒问青天。不知天上宫阙，今夕是何年？我欲乘风归去，又恐琼楼玉宇，高处不胜寒。起舞清影，何似在人间！

转朱阁，低绮户，照无眠。不应有恨，何事长向别时圆？人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。但愿人长久，千里共婵娟。

以上我们不难看出，这诗词均因酒起兴，借月发端，表现出一般人很难具有的宇宙意识。忧患在中国文化艺术中有着相当深厚的土壤和普遍的基础，在咏酒诗中也是如此，我们随时都能感觉到这种意识的存在。

王维的《送元二使安西》：

渭城朝雨·轻尘，客舍青青柳色新。

劝君更尽一杯酒，西出阳光无故人。

在这里表达了深厚强烈的依依惜别之情，真是千言万语一时间无从说起，便把它统统溶化到这杯酒中。在这里，有细心周到的体贴，依依不舍的别情，真诚感人的劝慰，也有淡而悠长的离忧，伤而不悲的别苦。

李白名作《金陵酒肆离别》：

风吹柳花满店香，吴姬压酒唤客尝。

金陵子弟来相送，欲行不行各尽觞。

请君试问东流水，别意与之谁短长？

这里写出了离别者自身的愁苦感觉，借酒中淡浓郁的离情别绪，借酒表达对友人真情厚意的感激。

白居易以《何处难忘酒》为题写离别，情真意切：

何处难忘酒，天涯话旧情。

青云俱不达，白发递相惊。

二十年前别，三千里外行。

此时无一盞，何以叙平生。

何处难忘酒，青门送别多。

敛襟收涕泪，簇马听笙歌。

烟柳灞桥岸，风尘长乐坡。

此时无一盞，争奈去留何。

在这里，酒是友谊的象征，表达了依依惜别之情。

在人世间的诸多情感中，最炽烈、最真诚、最持久的当属爱情，情深意挚的吟咏在诗歌史上俯拾皆是，情人之间的离别更加缠绵悱恻，销人魂魄。

宋代著名女词人李清照为思念小别的丈夫而作《醉花阴》：

薄雾浓云愁永昼，瑞脑销金兽，佳节又重阳，玉枕纱厨，半夜凉初透。东篱把酒黄昏后，有暗香盈袖。莫道不销魂，帘卷西风，人比黄花瘦。

这里借黄昏时东篱把酒、赏菊吟诗的生活片断，生动地塑造了一位不堪忍受离别之苦的少妇形象。

北宋词人柳永在《雨霖铃》中写道：

寒蝉凄切，对长亭晚，骤雨初歇。都门帐饮无绪，方留恋处，兰舟催发。执手相看泪眼，竟无语凝噎。

念去去，千里烟波，暮霭沉沉楚天阔。多情自古伤离别，更那堪冷落清秋节。今宵酒醒何处？杨柳岸，晓风残月。此去经年，应是良辰好景虚设。便纵有，千种风情，更与何人说？

这里把离别之情写得淋漓尽致。

在离别之苦中，最痛苦的莫过生死之别。苏武出使匈奴被拘留 19 年，在复归汉室之际，曾同朝为臣的李陵相别赠诗：

嘉会难再遇，三载为千秋。

临何濯长缨，念子怅悠悠。

远望北风至，对酒不能酬。

行人怀往路，何以慰我愁。

独有盈觞泪，与子结绸缪。

两人昔日情若手足，今日分手，形同死别，除了饮几盏浓酒，洒几行热泪，又能说些什么呢？

在战乱年代，李弥逊的《菩萨蛮》表现出了侥幸生还者既喜且惊的特殊心态：

江城风火连三月，不堪对酒长亭别。休作断肠声，老来无泪倾。风高帆影疾，且送舟痕碧。锦字几时来？熏风无雁回。

陆游感人肺腑的《钗头凤》：

红酥手，黄滕酒，满城春色宫墙柳。东风恶，欢情薄。一怀愁绪，几年离索。错、错、错！

春如旧，人空瘦，泪痕红·鲛绡透。桃花落，闲池阁。山盟虽在，锦书难托。莫、莫、莫！

词中描写了诗人与唐婉之间真挚深沉的爱情和被迫分离的极度痛苦，控诉了封建家长制残酷扼杀美好爱情的血腥罪恶。

在咏酒诗中，对故乡亲朋的深深眷恋的游子情结这一深沉凄婉的咏叹调也一再出现，如：

碧云天，黄叶地。秋色连波，波上寒烟翠。山映斜阳天接水，芳香无情，更在斜阳外。

黯乡魂，追旅思。夜夜除非，好梦留人睡。明月楼高休独倚，酒入愁肠，化作相思泪。

范仲淹这一《苏幕遮》写出了满纸凄凉。

杜甫的《登高》诗，则更使人百感交集，忧端丛生：

风急天高猿啸哀，渚清沙白鸟飞回。

无边落木萧萧下，不尽长江滚滚来。

万里悲秋常作客，百年多病独登台。

艰难苦恨繁霜鬓，潦倒新停浊酒杯。

当宋代女词人李清照由一个美丽多情、幸福惬意的少妇变成孤苦伶仃、花容憔悴的寡妇，流落东南之际，在咏酒之作中，将那故国之思羁旅之愁写得凄苦感人：

寻寻觅觅，冷冷清清，凄凄惨惨戚戚。乍暖还寒时候，最难将息。三杯两盏淡酒，怎敌他晚来风急！雁过也，正伤心，却是当时相识。满地黄花堆积，憔悴损，如今有谁堪摘！守著窗儿，独自怎生得黑！梧桐更兼细雨，到黄昏，点点滴滴。这次第，怎一个愁字了得！

在人生价值取向上，诗人们也借抒情，有的流露出无可奈何的悲观情绪和及时行乐的人生态度。如白居易《劝酒》：

劝君一盏君莫辞，劝君两盏君莫疑，劝君三盏君始知，
面上今日老昨日，心中醉时胜醒时。

天地遥遥自长久，白兔赤马相趁走。

身后堆金柱北斗，不如生前一樽酒。

君不见春明门外无欲明，喧喧歌哭半死生。

游人驻马出不得，白舆素车争路行。

归去来，头已白，典钱将用买酒吃。

李白的《悲歌行》：

悲来乎，悲来乎，主人有酒且莫斟，听我一曲悲来吟。
悲来不吟还不笑，天下无人知我心。君有数斗酒，我有三尺

琴。琴鸣酒乐两相得，一杯不啻千钧金。

悲来乎，悲来乎！天虽长，地虽久，金玉满堂应不守。富贵百年能几何，死生一度人皆有。孤猿坐啼蚊上月，且须一饮杯中酒。

在李白的那首《将进酒》中，既有诗人的感伤，却又悲中见壮。哀里见豪，借酒抒发出对人生、自我的热爱和肯定：

君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回。君不见高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪。人生得意须尽欢，莫使金樽空对月。天生我材必有用，千金散尽还复来。烹羊宰牛且为乐，会须一饮三百杯。岑夫子，丹丘生，将进酒，杯莫停。与君歌一曲，请君为我倾耳听。钟鼓馔玉不足贵，但愿长醉不愿醒。古来圣贤皆寂寞，唯有饮者留其名。陈王昔时宴平乐，斗酒十千恣欢谑。主人何为言少钱，径须沽取对君酌。五花马，千金裘，呼儿将出换美酒，与尔同销万古愁。

在贯穿于中华文明史的英雄乐章中，我们也可一见酒的音符。荆轲别燕太子丹于易水之上，对酒悲歌，发出“风萧萧兮易水寒，壮士一去兮不复返”的铮铮誓言。曹操对酒当歌，抒发出“周公吐哺，天下归心”的恢宏抱负！宋江醉酒题反诗，壮志凌云。辛弃疾“醉里挑灯看剑”，神往于铁鼓金笳的战场。就连视死如归的共产党员李玉和也感到了酒的神奇力量，唱出“临行喝妈一碗酒，浑身是胆雄赳赳”的壮歌。酒仿佛成了增强意志的兴奋剂，引发英雄气度的催化剂，助长着千古豪壮之气。

王维的《少年行》：

新丰美酒斗十千，咸阳游侠多少年。

相逢意气为君饮，系马高楼垂柳边。

王翰的《凉州词》是人们共知的咏酒名篇：

葡萄美酒夜光杯，欲饮琵琶马上催。

醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回。

诗里表现出将士们豪放豁达的个性，以及视死如归的英雄主义精神。

在酒的帮助下，豪放的英雄意识表现得更为强烈。从李白的诗歌中，我们可以看到这样一位为酒神精神所催发的英雄，一位把英雄意识变成自然本性的伟大诗人。他欣赏侠客“十步杀一人，千里不留行”的勇敢，赞叹他们“三杯吐然诺五岳倒为轻”的忠义，高吟“兴酣落笔摇五岳，诗成笑傲凌沧洲”。

第七节 酒典与酒趣

一、酒的雅称

中国酒文化历史悠久，古往今来出现过不少名酒佳酿。一般来讲，酒的命名基本上有三种方式：一是以产地命名，如兰陵美酒、金华酒、绍兴酒、西凤酒、茅台酒、泸州大曲、汾酒、京口酒等等，名目繁多，举不胜举；二是以酿造方法和贮器命名，如梨花春、郫筒酒、加饭酒等；三是以牌号命名，如杜康、文君、麻姑、董酒、张裕金将白兰地等等。除了上述正式命名外，酒还有一种别名棗雅号。

这里择几例历代酒客对酒的雅称：

黄流

出于《诗·大雅·旱麓》中“瑟彼玉瓚，黄流在中”的句子，旧时的士大夫人人熟读四书五经，都知黄流的意思，一提就知是杯中物。

黄娇

出于宋人诗“加餐宜白粲，取醉喜黄娇”。娇是取其媚人之意。

欢伯

唐人称酒为欢伯，取它使人欢乐之意。语出汉焦延寿《易林·坎说》：“酒为欢伯，除忧来乐。”

蚁、蛆

古今诗人不少以“春蚁”、“腊蚁”、“玉蚁”、“蝶蚁”、“素蚁”、“浮蛆”、“玉蛆”等代表酒，因为古代酿酒，尤其是家酿，没有榨煮过程，酒母中掺水后，酒熟即可过滤取饮，过滤不净，便有米粒、碎渣浮在酒面，如蚁如蛆，诗人形象遣词，就称酒为蚁和蛆了。

曲秀才、曲道士、曲居士

来源于唐朝《开天传信录》中的神话故事。道士叶法善与一群官员相聚，大家想吃酒时，有人叩门而入，自称曲秀才，叶用剑刺他，化为酒瓶，满装醇酒，坐客皆醉。

般若汤

佛教徒用的隐名，出于《释氏会要》。唐代长庆年间，有一游方僧到一个寺挂单，叫寺里的侍者沽回酒来，为寺僧掷向柏树，瓶碎，这游僧说：“我诵《般若经》，要喝一杯酒，便声音洪亮。”将瓶拼合，收回泼出的酒，几口入肚。般若汤之名由此而来。

圣人、贤人

源《三国志·魏书·徐邈传》和《异苑》。把清酒叫圣人，把浊酒称贤人。

青州从事、平原督邮

出于《也说新语》，好酒称“青州从事”，劣酒称“平原督邮”。因为青州境内有齐郡，齐与脐同音，凡好酒都是酒力下沉到脐部的，从事又是美职；而劣酒则不下肚，至横膈膜为止，平原有鬲县，与膈同音，督邮又是贱职，故以此为喻。

二、酒典

中国酒文化悠久、丰厚，它渗入人们日常生活的各个角落，人们在书本和人际交往的谈吐中都经常会接触到有关酒的趣闻轶事，我国有许多成语故事也与饮酒有关。现列举如下：

画蛇添足

楚国有入祭祀，祭毕，有一壶酒叫门客享用。主人道：“这点酒大家分享太少了，不如由一人独饮，请大家在地上画一条蛇，谁先画成谁就独饮这壶酒。”其中一人首先画成，便取酒在手说：“我还能给蛇添上足。”于是他在蛇身上画起脚来。其时，另一个人已画成了蛇，立即夺取了那人手里的酒，说：“蛇本来就没有足，安上了足就不是蛇了，酒该我享用。”于是喝完了那壶酒。

画蛇添足成了无中生有、费力不讨好的比喻，流传至今。

“不死酒”死耶

汉武帝晚年迷信仙道，朝思暮想能够长生不老。一位庚臣投其所好，谎称君山上有一种美酒，饮后可成仙，使其信以为真，赶快虔诚地斋戒7日，派人带数十名童男童女前去索取。

费九牛二虎之力取回一壶“不死酒”，他不愿草草饮用，姑且存进御用酒库，想择日再饮。没想到大臣东方朔捷足先登，偷偷溜进酒库把它喝个精光，武帝闻报大怒，要对他处以极刑。东方朔毫无惧色地说：“陛下毋须发怒，如果饮过此酒果真能成不死之神，那您无论如何也杀不死我，如果您能杀死我，说明此酒是假的，要它何用？”武帝想想也对，无可奈何地把他赦免了。

文君当垆

《史记·司马相如传》载，司马相如很穷，应友人临邛令王吉之邀，到临邛去作客。临邛有大富豪卓王孙，家中僮仆达 800 人，设宴请司马相如。酒酣，王吉请司马相如弹琴，相如知道卓王孙的女儿文君寡居娘家，貌美喜音乐，善诗词，如意弹《凤求凰》一曲挑动之。卓文君窥见司马相如的丰采，爱上了他，终于在夜间私奔，与相如同回成都。

这对恋人在成都家徒四壁，无以为生，卓文君说不如回临邛，向弟兄借贷谋生，变卖车骑，开了一家酒店。文君当垆酤酒，相如身穿鼻挥作下手，演出一幕动人千古的“文君当垆，相如涤器”的爱情故事。

酒作学费

西汉末扬雄，学富五车，著有《太玄》、《法言》、《训》、《方言》等著作。他家贫而嗜酒。不少人知道他有酒癖，遇到有奇字不能解释时，就载了酒作了礼品，向他请教。

陶渊明诗曰：“子云性嗜酒，家贫无由得。时赖好事者，载醪祛所惑。”用酒缴学费，传为古今趣闻。

杀姬劝酒

西晋初年的石崇家豪富，筑金谷园招宴时饮酒赋诗，诗不成就要罚酒若干。在宴客时常令美人行酒，要美人劝客人干杯，如客人不干，便令军士将美人行斩。王导与王敦兄弟曾被石崇宴请，王导素不能饮，但因不干杯，石崇就要杀掉

劝酒的美人，只得勉强喝下，因此每至沉醉。

但王敦却坚决不喝，石崇果然将行酒的美人杀掉，再换一美人劝酒，如此斩了三个美人，王敦面不改色，仍然不喝。王导在旁责怪他，王敦冷冷地说：“他杀他自己家里的人，管你什么事！”

杯弓蛇影

《晋书·乐广传》载，乐广有一熟客，忽长久不来，来时面带病容。乐广问他得什么病，客人说：“前在坐，蒙赐酒，方欲饮，见杯中有蛇，意甚恶之，既饮而疾。”原来乐广衙门大厅壁上挂有一柄牛角弓，上刻蛇形，乐广心想杯中的蛇一定是弓形。于是仍在老地方置酒，问道：“你现在杯中见到什么？”客人一看，杯中仍有蛇。乐广便告诉他蛇影是壁上的弓。客人恍然大悟，其疾即愈。

倒酒洗足

唐初马周在没有成名时来到首都长安，有一次来到酒肆，老板见他是个穷士，身后没有仆人和马匹，对他礼数不周。马周叫了一斗八升酒，悠然独酌，旁若无人。喝了一半，便将剩下的酒倒在盆中洗脚，四座大骇。中郎将常何知其不凡，留住在家里，最终推荐给唐太宗，成为一代名臣。

《汉书》下酒

北宋人苏舜钦，豪放不羁，好饮酒，住在岳丈杜衍家中，每晚灯下读书，须饮酒一斗。杜衍派人支窥视，听到他正在

读《汉书·张良传》。当他读到张良与刺客在博浪沙狙击秦始皇，误中副车时，拍手道：“惜乎！不中。”便满饮一大杯。又读到张良对汉高祖说到他同高祖相遇于留，这是天使陛下与臣相遇时，拍案道：“君臣相遇，其难如此！”又引满喝干一大杯。杜衍听了，大笑道：“有如此下酒物，一斗不足多也。”

借酒升官

明太祖朱元璋一次微服出行途中遇到某监生，两人同好杯中之物，便一块走进一家小酒店饮酒。席间，他们喝得尽兴，谈得投机，太祖问监生家住何方，监生答四川重庆府。朱无璋趁着酒兴，随口出一对子：“一人为大，大邦大国大明君。”太祖闻之大喜，两人匆匆分手。

监生一觉睡过，早已忘却此事，不想人喊马嘶，圣旨传到，宣他入宫，荣任按察使。进宫后才知道，正是他平素喜好杯中之物，给他带来了好运气。

酒虫

长山刘氏，体肥嗜饮。每独酌，辄尽一瓮。负郭田三百亩，辄半种黍；而家豪富，不以饮为累也。一番僧见之，谓其身异疾。刘答言：“无。”僧曰：“君饮尝不醉否？”曰：“有之。”曰：“此酒虫也。”刘愕然，便求医疗。曰：“易耳。”问：“需何药？”随令于日中府卧，摯手足；去首半尺许，置良酝一器。移时，燥渴，思饮为极。酒香入鼻，馋火上炽，而苦不得饮。忽得咽中暴痒，哇有物出，直堕酒中。解缚视

之，赤肉长二寸许，蠕动如游鱼，口眼俱备。

刘惊谢。酬以金，不受，但乞其虫。问：“将何用？”曰：“此酒之精。瓮中贮水，入虫搅之，即成佳酿。”刘使试之，果然。

刘自是恶酒如仇。体渐瘦，家亦日贫，后饮食至不能给。史氏曰：“日尽一石，无损其富；不饮一斗，适以益贫；岂饮啄固有数乎哉？或言：‘虫是刘之福，非刘之病，僧愚之以成其术。’然孰否欤？”

酒友

车生者，家不中资，而耽饮，夜非浮三白不能寝也，以故床头樽常不空。一夜睡醒，转侧间，似有人共卧者，意是履裳堕耳。摸之，则茸茸有物，似猫而巨；烛之，狐也，酣醉而大卧。视其瓶，则空矣。因笑曰：“此我酒友也。”不忍惊，覆衣加臂，与之共寝。留烛以观其变。半夜，狐欠伸。生笑曰：“美哉睡乎！”启覆视之，儒冠之俊人也。起拜榻前，谢不杀之恩。生曰：“我癖于曲，而人以为痴；卿，我鲍叔也。如不见疑，当为糟丘之良友。”曳登榻，复寝。且言：“卿可常临，无相猜。”狐诺之。生既醒，则狐已去。乃治旨酒一盞，专伺狐。抵夕，果至，促膝欢饮。狐量豪善谐，于是恨相得晚。

武则天醉贬牡丹花

唐朝年间，正值残冬，武后与太平公主在暖阁饮酒，推窗赏雪，忽觉阵阵清香扑鼻，原来是亭前有几株腊梅开了。

随即吩咐宫人道：“此地腊梅既来伺候，想来园中各花自然也都大放。”公主言道：“那腊梅本系冬花，所以大放。至于别的花卉，开放各有其时，此刻天气甚寒，哪儿能都开呢？”武后哪里肯听，命公主、上官婉儿同去赏花。

到了群芳圃一望，各样花木，除腊梅、水仙、迎春以外，尽是一派枯枝。武后不觉面红过耳，便说：“也罢，今日已晚，权且施恩，限他明日开罢。”

武后自上林苑回宫，醉意已消，猛然想起昨日下诏之事。正在寻思，忽听司花太监来报，各处群花大放。武后奔上林苑而来。上林苑中，此时是满园青翠紫目、红紫迎人。众花中唯有牡丹未开放，武后不觉大怒，随即吩咐太监：“将各处牡丹连根挖起，多架柴炭，立时烧毁。”公主忙劝道：“此时众花既放，牡丹为花中之王，岂敢不遵御旨，但恐其花过大，开放不易。望主上再宽限半日，若仍无花，再治其罪。”武后听罢，点头道：“既然如此，再限两个时辰。此时已交辰初，就以辰时为限。”

到了巳初，各处宫人纷纷来报，上林苑牡丹俱已含苞待放，顷刻就要开花了。那武后道：“原来她也晓得厉害！既如此，且把火撤去。”霎时间，各处牡丹大放。

武后见牡丹已开放，怒气虽消，心中究竟不快，因下一道御旨道：“朕命百花黎明齐放，牡丹乃花中之王，理应遵旨先放，今开在群花之后，明系玩误。著贬去洛阳。”此旨下过，纷纷解往，日渐滋生，所以天下牡丹，以洛阳最为有名。

三、酒趣

酒与笑和幽默有着不解之缘,这一方面得力于饮酒时的轻松愉快的气氛,有利于诱发平时被压抑的幽默意识;另一方面,酒有文饰作用,取笑者与被取笑者都可以在酒的遮盖下避免尴尬。下面略举几例:

好酒之徒

一人好酒,坐席太久,其仆欲令其去,因见天阴,说天将下雨了,其人说:“将雨怎么去的。”稍间下雨,许久雨去,仆又说:“雨住了。”其人说:“雨住了还怕甚的。”

戒酒色

一人酒色过度而病,医曰:“今双斧劈柴也,今后须戒。”妻从旁睨之。医会其意。转口曰:“即不能戒色,亦须戒酒。”病者曰:“色害胜酒,还宜首戒。”妻曰:“先生的话不听,如何得病好?”

无钱打酒

有个吝啬鬼,一次让一个仆人去酒店打酒,却只给一个酒壶,一文钱也不给。仆人提醒道:“老爷,您还没给钱呢,叫我拿什么买酒?”刻薄鬼闻言大怒,说:“花钱买酒谁都会,还用得着派你去?不拿钱打回来酒,那才叫本事呢。”

仆人不高兴地走了,不一会儿,他回来了,把酒壶给了吝啬鬼。吝啬鬼以为占了大便宜,高兴地接过酒壶就往嘴里

例，但未见一滴酒倒出来，不禁大怒道：“壶内空空如也，让我喝什么酒！”仆人并不惊慌，慢悠悠地说：“酒壶有酒谁不会喝，要是能够从空酒壶中喝出酒来，那才叫本事呢。”

撞树赔礼

有个人特好喝酒，然而天生量浅，一喝必醉。一天，他醉熏熏地走出酒店，没几步就一头撞到一棵树上，他以为碰着了人，挺礼貌地停下来，满脸堆笑说：“对不起，没看见，请原谅。”到他第三次撞到树上又第三次陪礼道歉后，索性在路旁坐了下来，并自言自语道：“今天人真多，老碰人家不是个事，干脆等他们走完了，我再回家吧。”

糟饼充酒

一人家贫而不善饮，每出，只吃糟饼二枚，即有酣状。适遇友人问曰：“尔晨饮耶？”曰：“非也，食糟饼耳。”归以语妻，妻曰：“便说饮酒，也装些门面。”夫颔之。

及出，遇此友，问如前，以吃酒对。友诘之曰：“热吃乎？冷吃乎？”答曰：“是烙的。”友笑曰：“仍是糟饼。”既归而妻知之，咎曰：“酒如何说烙？须云热饮。”夫曰：“已晓矣。”再遇此友，不待问，即夸云：“我今番的酒是热吃的。”女问曰：“尔吃几何？”伸手曰：“两个。”

文遭涂抹

余邑张斗桥为诸生时，记名家旧文一篇，遭文宗涂抹，乃诉于学博文山先生。先生引戏词慰之，曰：“昔苏秦父母

诞辰，伯子捧觞称寿，叹曰：‘好佳酿’。及季子妻曰：‘这是伯母家借来的’。翁叱曰：‘你这不行时的人，过手便酸。’”斗桥大笑。

坚决戒酒

有个嗜酒如命的家伙，日日沉醉于酒乡之中不能自拔。众乡邻见他日渐衰弱，面黄肌瘦，知他已病入膏肓，纷纷劝他戒酒。他装作很感动的样子，说：“各位父老乡亲，从今以后我一定要彻底戒酒，只是现在还不行。因为小儿外出未归，为父的牵肠挂肚，放心不下，只好借酒浇愁。等小儿回来，坚决戒酒！”并对天发誓：“皇天在上，小儿外出归来，我若不戒酒，让大酒缸把我淹死，小酒杯把我噎死，跌在酒池内泡死，掉在酒海里淹死，罚我生为曲部之民，死为糟丘之鬼，压在酒泉之下，永远不得翻身。”大伙问：“令郎到底干什么去了？”他一本正经答曰：“到杏花村给我买酒去了。”

易酒三佳

师缙绅，喜饮易酒，为其冲淡故也。中原士夫量大者，喜饮明流，为其性酤也。余僚丈湛若，中原人，极有量，尝问人曰：“诸公喜饮易酒，有何佳处？”

其人答曰“易酒有三佳：饮时不醉，一佳；睡时不缠头，二佳；明日起来不病醒，三佳。”湛若曰：“如公言，若不醉不缠头不病醒，何不喝两盏汤儿？”其人大笑。

主客相讥

一主人请客，客久饮不去，乃作谑曰：“有担卖磁瓶者，路遇虎，以瓶投之，俱尽，止一瓶在手，谓虎曰：‘你这恶物，起身也只这一瓶，不塌起身也只这一瓶。’”客亦作谑曰：“昔观音人士诞辰，诸神皆贺，吕纯阳后至，大士曰：‘这人酒色财气俱全，免相见。’纯阳数之曰：‘大士金容满月，色也；净瓶在旁，酒也；八宝璎珞，财也；嘘吸成云，气也；何独说贫道？’大士怒，用瓶掷之。纯阳笑曰：‘人士莫性急，这一瓶打我不去，还须几瓶耳。’”

瓶饮亦好

昔一人专好饮酒，后为高游京师。忽一日遇一故人，其故人乃是慳吝之士，于途间相见。

其好酒人曰：“敬要到贵寓一叙，口渴心烦，或是茶酒，可借一杯止渴。”故人曰：“吾贱寓甚远，不敢劳烦玉趾。”其好酒之人曰：“谅不过只有二三十里。”故人曰：“敝寓所甚隘，不堪停尊驾。”好酒人曰：“但开得口就好。”故人曰：“奈器皿不备，无有杯盏。”好酒人曰：“我与你辱在相知，就瓶饮亦好。”

正常发挥

摔跤手不理睬朋友们对他逛喝滥饮的劝阻，直到把酒喝光了才入往回走。在他们穿过田野小路时，迎在碰见了一头公牛。摔跤手攥住公牛的双角，使劲向前推去，口里还不停

地喊道：“你给我让开路！”相持了好一会，公牛挣脱开来，朝一边跑去。

摔跤手气喘吁吁地对他的朋友们说：“你们是对的，要不是我多喝了点，非把那小子从自行车上拖下来。”

戒酒笑谈

南京陈公善酒，督学山东时，父虑其废事，寓书戒之。乃出俸金，命工制一大碗，可容二斤许，镌八字于内云：“父命戒酒，止饮三杯。”士林传笑。

好酒父子

有一家父子二人皆是好酒之徒，喝得家徒四壁，室无分文，典衣卖粮也要喝。一天，爷俩扛着一袋粮食到集市上换了一坛子白酒，兴致勃勃地商议着回去怎么享用。扛酒坛子的儿子只顾说话，不小心被路上的石头绊倒了，把酒坛摔个粉碎。父亲大为恼火，严辞斥责儿子无用。儿子头也不抬，只顾全神贯注地吸吮洒在路上的酒汁，直到全干了，才抽空对父亲说：“你不楞在那里干什么？难道还要等菜不成？”

祝寿词

众至一家祝寿，饮酒间行令，各说“寿”字一句。一人喊云：“寿夭莫非命。”众哗然曰：“是何言也！”以大钟罚之，即曰：“该死，该死。”

饮急酒

有性吝者，父子在途，每日沾酒一文，虑其竭，乃约用

箸头蘸尝之。其子连蘸二次，父怒叱曰：“汝吃如此急酒耶？”

再打三斤

某县令甚呆，所为多可笑，此纰缪不可枚举。饮量甚洪，日必沾酒数斤，怡然独酌。

一日，突有喊冤者，县令正醺醺时，阻其雅兴，含怒升堂，拍案喝打，并不掷签。役跪请曰：“打若干？”官伸指曰：“再打三斤。”吏笑不可止，况至哄堂。又轿夫工食，升堂点给，怒曰：“我仅见二人抬轿，如何有四名？”轿夫曰：“轿后有二人，非四耶？”官无以诘，方按其名。其一曰洋洋得意，其二曰不敢放屁，其三曰昏天黑地，其四曰拖来拖去。

偷酒

一人好饮酒，馆童爱偷酒，偷得先生不敢用人，自谓必要用一不会吃酒者，方不偷酒，然更要一不认得酒者，乃真不吃，始不偷也。

一日，友人荐一仆至，以黄酒问之，仆以陈绍对。先生曰：“连酒之别名都知，岂止会饮？”遂遣之。

又荐一仆至，问酒如初，仆以花雕对。先生曰：“连酒之佳品竟知，断非不饮之辈。”又遣之。

后又荐一仆，以黄酒示之，不识；以烧酒示之，亦不识。先生大喜，以为不吃无疑矣，遂用之。一日，先生将出门，留此仆看馆，嘱之曰：“墙挂火腿，院养肥鸡，小心看守。”

屋内有两瓶，一瓶白砒，一瓶红砒，万万不可动；若动了，肠胃崩裂，一定身亡。”叮咛再三而去。

先生走后，仆杀鸡煮腿，将两瓶红白烧酒，次第饮完，不觉大醉。先生回来，推门一看，见仆人躺卧在地，酒气熏人，又见鸡、腿皆无，大怒，将仆人踢醒，再再究诘。仆人哭诉曰：“主人走后，小的在馆小心看守，忽来一猫，将火腿叨走；后来一犬，将鸡逐至邻家。小的情急，因思主人所嘱红白二砒，颇可致命，小的先将白砒吃尽，不见动静，又将红砒用完，未能身亡，现在头晕脑闷，不死不活，躺在这里挣命呢。”

醉汉奇遇

两个朋友在外面痛饮了一个晚上，醉醺醺地赶路回家。其中一个自语道：“怎么办？这个时候回家，我太太会把我杀死的。”另一个说：“胡说！学学我的办法吧。你回到家里，就在楼下把衣服脱掉，悄悄地把衣服带上去，然后一声不响地爬进卧室，包你没事。”

次日，他们又在一起吃午饮。第一个说：“你那个忠告把我害苦了！”他的朋友问：“这是什么意思？”他说“是这样，我完全照你说的去做，在楼下脱得精光，把衣服折得整整齐齐，一声不响地爬上梯子，好家伙，那儿原来是贝克大街车站的二号月台！”

无酒伤心

有个行医的酒鬼，一天他因饮酒过度终于病倒了。他的

同行来看望他，好心地劝告说道：“今后不要再喝酒了，热酒伤肝，冷酒伤肺，这道理你还不懂吗？”“唉，酒鬼长叹一声回答道：“可是无酒伤心啊。”

并非醉话

一位醉汉汪断地给希尔大酒店的夜班接线员拨电话，每次都说着同样的醉话：“请问酒吧间什么时候开门？”接线员气坏了，在第12次接电话时，对着话筒吼道：“蠢才，是不是喝醉了！记住，早上九点开门？”“早点开门吧！”醉汉哀求道：“我被锁在酒吧里面了，我要离开呀。”

一杯不喝

在一个酒吧间里，一位老顾客在喝酒，他总是两杯两杯地喝。执行员问道：“你为什么不要一杯大的？”“我已经戒酒了，一杯不喝。”老顾客笑着说。

四、酒与英雄人物

酒能刺激人的感性思维，使人心灵激越，神情飞扬，人们的雄心壮志、政治情怀较平常更易勃发。酒在政治生活中也扮演着不同寻常的角色，以酒解仇，以酒招安，以酒赐恩，以酒避难，以酒消灭异己，以酒巩固政权。酒自觉或不自觉地成了政治斗争的工具和手段，在酒的掩护下演出过多少一幕幕的政治悲喜剧。

曹操是一位深解酒中三味的政治家，他不仅善于以酒赋诗，以酒抒发其政治情怀，而且每每以酒释仇，以酒施恩，

以酒招安，把酒用于政治谋略之中。

“对酒当歌，人生几何”，是以酒赋诗；大宴长江，是以酒抒怀；青梅煮酒之日，关羽、张飞直闯小亭，曹操反而赠酒压惊，是以酒释仇；赐饮降将，是以酒赐恩；设宴安抚关羽，是以酒招安。

其中尤以“青梅煮酒”演出一幕“煮酒论英雄”的好戏。刘备失势后投奔曹操，为防谋害，韬光养晦；曹操则想窥探刘备的内心。于是，一天曹操在许昌九曲河畔青梅亭煮酒与刘备对饮，共论当时天下英雄，刘备佯装糊涂，列举袁绍、刘表、袁术、孙伯符、孙策、刘璋等当时风云人物，曹操一一否定，最后把酒道：“今天下英雄，唯使君与操耳。”曹操想借酒的热情撬开对方心中的秘密，并以此抒发自己的人生感慨；刘备则慑于酒的“热情”，极力掩饰自己的宏伟抱负和政治情怀，假装闻雷失惊，掉了筷子，表示胸无大志，终于骗过曹操。

以酒释仇，是政治家惯用的政治谋略之一。南朝文帝刘义隆在位时，北魏太武帝拓跋焘入南朝，并俘虏了南朝将领蒯应，后来又放了他，临行前对他说：“魏王致意安北，远来疲乏，若有甘蔗及酒，可见分惠。”刘义隆听说后，立即派人送去上等美酒，于是双方化干戈为玉帛，酒成了和平的，释仇的媒介。

在残酷的政治斗争中，酒还是消灭异己的特殊工具。“鸿门宴”是这方面的显著例证。刘邦先入关中，项羽非常恼怒，特在鸿门设宴，意在严惩刘邦。刘邦不得已而赴宴，诚惶诚恐；项羽妇人之仁，不忍下毒手；范增见状，让项庄

舞剑助兴，寻机杀掉刘邦，因项伯的作梗而未能如愿。张良见时态紧急，赶快召壮士樊哙入内，樊哙凭借不怕死的一腔豪气震住项羽，终于使刘邦安然逃离虎口。

作为政治斗争的一种谋略，酒还被用来作为巩固政权的手段。赵匡胤黄袍加身后，总感政权不稳，于是决定收回兵权，消除后顾之忧。

建隆二年七月的一天，赵匡胤准备了丰盛的酒宴，宴请为他立下汗马功劳的有功之臣。三杯酒下肚，越匡胤几经周折，将战功赫赫的武将们唬得惊慌失措，接着故意装随便的样子说：“事情很简单，大家交出兵权就什么事也没有了。把兵权集中在我一个人手里，你们如释重负，我也不再担忧，你们的部下也不会想入非非，咱们君臣之间也不再相互猜疑了。……我们的儿女之间可以相互结为亲眷，咱位既是君臣，又是亲家，国就是家，家就是国，这样和睦相处，该有多好啊！”众武将唯唯诺诺犹恐不及，哪里还有什么异议，第二天乖乖交出了兵权，这就是历史上有名的“杯酒释兵权”。

如果说越匡胤的“杯酒释兵权”还有其积极意义，那么朱元璋的“火烧庆功楼”则是最高统治者“飞鸟尽、良弓藏、狡兔死、走狗烹”的自私和残忍。

朱元璋当上皇帝后，担心与自己一起出生入死、战功卓越著的将领们危及他的皇权，就以设宴庆功行赏为名，把所有有名望的将领和功臣都诏进京城赴宴，然后将庆功楼付之一炬，把他们全部烧成灰烬，酒在这里又充当了阴险计谋的手段。

以酒遁世避祸，更是常见的政治谋略。如宋人叶梦得所

说：“晋人多言饮酒，至于沉醉，未必真在乎酒。盖时方艰难，惟托于酒，可以疏远世故百己。陈平、曹参以来，已用此策，陈平于刘、吕未判之日，日饮醇酒而近妇人，是岂真好饮酒！曹参虽与之异，然方欲解秦烦苛付之清净，以酒而杜人口，是亦一术。传至嵇、阮、刘伶之徒，遂欲全然用此，以为保身之计……饮者未必剧饮，醉者未必真醉耳！”

酒运用得当，可以躲避政治上的迫害和人事上的纠纷，以期达到遁世避祸之目的。阮籍为躲避皇门亲事，饮酒大醉两月余，使对言无法提出，又一次逃脱了卷入政治漩涡的麻烦，既达到了目的，又保全了自己。

五、合理饮酒

自从改革开放、对内搞活经济以来，我们伟大的社会主义祖国一片生机，人民的生活蒸蒸日上，人们开始富裕了。于是，由于各种不同的原因一些人开始饮酒了。中国究竟有多少“酒民”？《中国商报》有过统计，大约 16 岁以上酒民 1.6 亿人；这个数字后面还有一个更可观的、正在培养、即将“成才”的小酒民（16 岁以下的儿童饮酒“接班人”！），总计将有 3 亿人常年在“酒海”荡漾，这 3 亿酒民有近 6000 人是由女性组居的有近 1 亿的青少年。

在 80 年代的 10 年时间里，国营、集体、个体一齐上，有名的酒厂星罗棋布，全国就有 5 万家，年产各种酒 800 万吨，单是国营酿酒工业的产值就达 850 亿元。据 1986 年统计，国产酒 600 万吨，合人民币 130 亿元；进口酒 2500 吨，花去外汇 40 万美元。须知，我国的人均收入仅 400 元。

单单饮酒就将用去 15 元！这不能不说是一种消费的畸形。

我们的造酒老祖宗，夏初的仪狄造出的酒，是为了献给大禹邀功请赏的，当初他喝完这晶莹、清彻、醇香、回味绵长的甘美之物就担心“后代必有为了饮酒而亡国的”，于是他断然下了一道“戒酒令”。无奈，他的这些子孙们大概是“积重难返”。神州大地猜拳敬酒之声此起彼伏，酒席不断。婚丧嫁娶自不必说，工厂厂庆、商店开业、产品鉴定，各种形式的纪念活动、名目繁多的总结检查、公认的或是私人的节日，个人的喜悦等等都要摆上酒席。

酒本身是无罪的，然而用之不当，大量酗酒者后果可怕又可悲，给人们带来经济上的困扰。心理的变态，家庭的不和，生活的麻木。“酒盅一端，政策放宽”，多少人毁于痛饮之间，这确实应引以为戒。有人形象地描写了饮酒的全过程，“喝 1 杯时轻声细语；2 杯进口好言好语；3 杯下肚豪言壮语；4 杯入腑胡言乱语；5 杯进肚污言秽语；再饮几杯语无论次；再若强喝不能言语！”

白求恩医科大学第一临床学院精神医学院庞治兴副教授 1991 年 10 月报导，说院门诊接待酒精中毒的门诊量较 5 年前的 1986 年增加了 6 倍之金。慢性中毒患者多为常年饮酒的男性工人或农民，他们不达到致病的严重程度，或不在亲属和好友的催下一般很少主动来医院诊治。可以说大量的轻度酒精中毒者，还没有意识到后果的严重，也不采取克制措施或加以治疗。长春市铁北医院内科副主任医师张树相曾去 11 家工厂体检达 18600 人，经统计其中男性饮酒者况占 84.3%，达 15579 人之多。张氏统计了该院住院男性病人，

发现病情和饮酒有关的竟占了 27.14%。

美酒一杯，晶莹、纯净、芳香、甘醇，诱人品尝。亲朋好友欢宴喜庆，正常饮酒增加情趣，这是无可非议的，也是人们生活水平提高的一种体现。然而劝君千万莫放纵贪杯，从某种角度来看，酗酒已成为一种公害了。

第二章 酒的分类与制法

在酒的发展过程中，不仅形成了悠久丰富的酒文化，而且酒的种类也推陈出新。由最初的果酒发展到现在的白酒、啤酒、露酒、药酒等，种类日益繁多，品种日益丰富。此外，酒的发展过程中，人们还创造了一系列酒的制法。下面，我们来看一下酒的分类和制法。

第一节 啤酒

啤酒含有酒精的度数较低，一般在 3 到 5% 左右。它是大麦加辅料经糖化后，用啤酒花、酵母发酵后制成的，因此含有丰富的营养，所以素有液体面包之美称。啤酒的酿造已有近 4000 年的历史，最早生产的啤酒是古埃及。我国生产啤酒只是近百年的事，中国文字在 100 年前没有啤酒的啤字，啤酒德国人叫“bier”法国人叫“biere”，英国人叫“beer”，日本人叫“麦酒”，根据英、德、法文的头两个字的发音，创造了一个“啤”字。啤酒含微量的酒精，所以以啤字后面加上一个酒字，这便是啤酒名字的由来。

我国最早的啤酒厂是在 1915 年建立的北京双合盛啤酒厂（现在的五星啤酒厂前身）。本世纪初其他啤酒厂均是由外国资本家在中国开办的，有法国人在青岛建立的青岛啤酒

厂；帝俄在哈尔滨，日本在沈阳，英、法在上海相继建立了啤酒厂家，解放后，特别是改革开放以后全国啤酒家兴罗旗布，几乎市、县均有一厂。

啤酒的原料为大麦、啤酒花、淀粉。辅助原料为碎大米及去胚的玉米渣。生产啤酒的水质很主要，要求要用深井水，这种水硬度小，不含杂菌。

一、啤酒的分类

啤酒分类有四种方法：即按含麦汁的浓度、按颜色的深浅、按是否经杀菌处理、按包装的不同方法。

1. 按啤酒中含麦汁的浓度分为 3 种

低度啤酒：含麦汁浓度在 7 度 8 左右。供夏季作清凉饮料及妇女、儿童饮用较好，但是低度啤酒保管期短，所以应注意勿使其变质。

中度啤酒：含麦汁浓度在 11?12 左右，含酒精量 4 格 6，这种啤酒稳定性好，适于较长时间贮存和远程运输。

2. 按啤酒的颜色深浅则分为 3 种

淡色啤酒(黄色啤酒)，是我国主要的品种。

黑啤酒(浓度啤酒)，是高温烘烤麦芽制造的。

白啤酒是用乳酸发酵制造，目前我国只有五家啤酒厂，生产白啤酒，泡沫洁白。

3. 按杀菌与否分为 2 种

生啤酒(鲜啤酒)是未经杀菌的啤酒，这种啤酒爽口、解

渴、消暑，是夏季的优良饮料，但由于酒中有活酵母，因而容易变质。

熟啤酒，鲜啤酒经过巴氏杀菌后可长期存及运输。因为已灭菌，所以性质较为稳定。

4. 按包装不同则分为瓶装和桶装二种

啤酒的质量检查注意透明度、色泽、泡沫、气味、滋味及酒精含量。啤酒中含有 17 种氨基酸，人体必需的 8 种氨基酸在啤酒中均有，啤酒的热量也较高，一升可达 425 卡。由于啤酒不但营养丰富，而且其营养物质极易被人体吸收，所以，1972 年 7 月在墨西哥召开的世界营养食品会议上，啤酒被誉为营养食品。

二、饮用啤酒的影响

啤酒的酒精浓度极低，含量约为 3 至 5 度，不易醉人。啤酒所特有的苦味和香味，是啤酒花在生产过程中带来的，酒花的浸出物有健胃、消食、清新利湿等作用。

啤酒中含大量二氧化碳，有通气、清凉、消暑作用。适当地饮用啤酒，既可增加营养，又能治疗某些疾病，大量的临床实践证明：啤酒有活血、开胃、利尿、助消化的作用，并且由于啤酒中含有维生素 C。因而有软化血管之功，对高血压、心脏病及结核症等均有较好的疗效，有“啤酒疗法”之说。

对肺结核病患者，啤酒尤其是不可缺少的必需品。产妇喝啤酒以后以增加母体乳汁，使婴儿得到更充分营养。鲜啤

酒中所含的鲜酵母可以促进胃液分泌，增进食欲，加强消化等等，对于肠胃功能紊乱的病人，应用“啤酒方法”，也有意想不到的效果。据某疗养所报道，他们所内患胃功能紊乱的病人，每天饭后半小时和临睡前遵医嘱饮 320 毫升啤酒，经 30 天后，腹泻和便秘和病人都能恢复健康。

因此，适量饮用啤酒对大多数人是有益的，特别是那些营养不良、体重较低、消瘦的人更有好处。

啤酒虽然是营养丰富的饮料，但是如果狂饮也会发生酒精中毒，长此下去，还会影响肝脏排毒功能，导致肝脏细胞受损甚至肝硬化。另外，长期大量饮用啤酒，会增加心脏负担，并使心肌组织中出现脂肪沉积，心脏变大，减弱收缩功能，有人称之为“啤酒心”。大量饮用啤酒还会引起胃粘膜损伤，导致胃炎的发生。

因此，喜欢啤酒的人，为了你的健康，应该控制啤酒的饮用量，一般每次 1 樽 2 杯为宜，每日不宜超过 5 杯。

三、啤酒的鉴别

啤酒的鉴别可按下面 4 个步骤。

首先看出厂时间。在酒的商标的四周边上分别标有 1 樽 31 的数字，代表每个月 31 天，1 樽 12 则代表 12 个月份。啤酒出厂时在月及日子的数字旁划上一个缺口。只要见到缺口的部位就能知道这瓶酒的出厂时间了。

其次看到商标上印着的保存期，如果是在保存期内，说明没有超过可以饮用的时间。

其三，装啤酒的瓶子应是绿色或棕色，这是为了防止啤

酒受光的作用而变质的原故。最后拿起酒瓶对着灯光或日光下照视，好的啤酒精清亮透明，有光泽，无沉淀物。

还有一种办法，起开一瓶，将啤酒倒在杯里看看。倒酒时酒瓶口和杯口要有 3 稠 5 厘米的高度差，这样可以使酒起泡沫。好酒泡沫洁白细腻，呈奶油状；若色暗泡沫松散或起泡沫后立即消除则好为不好。泡沫越多越高、维持时间越长越好，泡沫挂杯越持久越好。

不妨闻一闻尝一尝。好酒有酒花和麦芽的清香。如果酒已老化则会产生则异味或强烈的酸味。然后含一小口酒在嘴里，用舌细品啤酒之滋味，好酒有啤酒花和麦芽之香味，口感清爽、舒适、有醇厚纯正的碳酸气刺激味。若涩口味苦或有酸味、臭味表明啤酒已变质，绝不能饮用了。

第二节 黄酒

黄酒，有些地方称为谓绍兴老酒，是我国的特产，也是我国劳动人民的传统饮用酒。它是用糯米或粘黄米酿造的含酒精 10?15%的弱性酒。因其颜色黄亮而得名。

绍兴老酒驰名中外，是和绍兴的水质是不分开的，因其主要由鉴别水酿造，是故又称“鉴湖名酒”。

黄酒是中国民族特产，久负盛名。堪与日本清酒欧美媲美。它具有香气浓郁、酒味甘醇、风味独特、营养丰富等特点。主要产地为江、浙、闽、沪地区，目前正走向全国。

黄酒是采用压滤方法生产的，它保留了生产过程中产生的葡萄糖，糊精、甘油、醋酸、矿物质等，其营养物质主要

为单糖、氨基酸、肽类等，可为胃肠直接吸收，因此黄酒有“液体蛋糕”的美称。

黄酒的种类很多，其中著名的是绍兴老酒，它具有色泽橙黄清澈，香气馥郁芬芳，滋味鲜甜醇厚的独特风格和越陈越香、久藏不坏优点，享有“东方名酒之冠”的美称，其主要品种有加饭、善酿、香雪、状元红 4 种。

据分析，黄酒可为人体提供的热量是啤酒的 2.85~5.56 倍，是葡萄酒的 1.19~2.37 倍。黄酒中含有 18 种氨基酸，其中有 8 种是人体仅有合成而又必需的。每升黄酒中赖氨酸的含量比葡萄酒和啤酒要高出数倍，为世界营养酒类中所罕见。因此人们称其为“液体蛋糕”。据现代科学研究证明，以糯米为主要原料制而成的绍兴黄酒含有粗蛋白、麦芽糖、葡萄糖、糊精、甘油、酸类、乙酸、氨基酸、乳酸、酯酸，醛及矿物质等。

酒精含量远远低于蒸馏的白酒，不但营养丰富，而且具有补养气血、助消化、健胃、益胃、舒筋活血、祛风的功能。所以，医家广泛用于治病和制药。

黄酒多为药用，广泛用于制药，如酒熟边酒白芍、酒乌蛸及川芎药，它能增强药力，使有效成分易于煎出，并引药归经还可以用酒浸泡物，制成药酒，如虎骨酒、史国公浸酒、五加皮酒及桑椹酒等，这类药酒多用于被用于祛风、活血及助阳药。

黄酒主要根据原料、曲药和酿造方法不同大致分为四种类型：

(1)绍兴黄酒：糯米或大米作要原料。酒药、麦曲为糖

化发酵剂。

绍兴黄酒以绍兴鉴湖产的长春酒质量佳。酒味醇厚，香气浓烈，酒的颜黄而明亮，饮之口味极正，深受人民群众喜爱。绍兴酒的主要品种有：状元红酒、加饭酒、善酿酒、香雪酒。

(2)福建红曲酒：糯米、大米为主要原料。红曲和白曲为糖化发酵剂。这种酒色褐红鲜艳，味甜香可口。

(3)山东黄酒：以产于山东省即墨的即墨老酒和沧口老酒为代表。黍米为主要原料。天然发酵的块状麦曲为糖化发酵剂。

(4)吉林清酒：以大米为原料。纯种曲霉和清酒酵母为糖化发酵剂。其他各地产的黄酒均按上原料及糖化发酵剂分别归入各型之中。

第三节 果酒

果酒以水果为原料，诸如葡萄、苹果、柑桔、山楂等等。酒精含量一般为 10—20%，也有大于 20%的。果酒液色彩斑斓，有鲜红、紫红、宝石红、深黄、麦秆黄等，惹人喜爱，口味多样，如葡萄酒有甜、半甜、半干、干等之分。一般地说，用哪种水果酿的酒，就含有哪种水果的营养成分。果酒亦有含二氧化碳的品种，如大香槟、苹果汽酒等；也有加入某些药材酿成的。如加香型葡萄酒。

葡萄酒

世界上最古老的最有名的果酒要属葡萄酒,因为葡萄酒在水果中最适宜酿酒。葡萄汁发酵后取得的产物就是葡萄酒。下面我们专门谈谈葡萄酒。

我国酿制葡萄酒大约有 2000 以上的历史。比汉代起,就有葡萄酒生产的历史记载。到了唐代,诗人更以“葡萄美酒夜光杯”的诗来盛赞葡萄酒。1982 年山东烟台建立了张裕葡萄酒厂。新中国成立以后全国名地许多省都有自己的葡萄酒厂。较为著名的有山东烟台张裕葡萄酒厂,吉林省通化葡萄酒厂,北京、新疆、河南葡萄酒厂。连云港生产的白葡萄酒也很有名。

葡萄酒按色泽有红、白、黄之分。优质葡萄酒具有令人愉快的色、香、味和较好的营养,含有氨基酸 32 种,各种含按物质 10 种,及醇类、甘油、糖分、酯类和多种维生素等。每升葡萄酒含有维生素 B₁₂ 12~15 微克,故有补血功效。就餐前少量饮酒能刺激消化液分泌,增进食欲,称为“开胃酒”,餐后饮用酒能去胆味解油腻,使人舒适,称为“等散酒”或“饭后酒”,它还是三种平稳的的镇静剂,睡前适当饮对治疗神经衰弱也有一定效果。

对于缺铁性贫血病人来说,葡萄酒是他们的合适补品。葡萄酒中含有丰富的铁质,并且大都能以原铁的形式供给人体,极易被人体吸收。病人只要每天喝了小杯葡萄酒,就能摄入一天所需铁分的 2.5%以上。美国哈佛医院研究证明:常喝红葡萄酒的人,能减少脂肪沉积在动脉血管里,又可使 70%的冠心病心肌梗塞死亡危险。

另外，适量饮些葡萄酒还可以解痛经症状。葡萄酒味辛甘、性温。“辛”能散能行，对寒湿凝滞的痛经症，可以散寒祛湿，活血通经；“甘湿”能缓解结气血虚所致的痛经，又能起到温经补血、缓急止痛的效果。

最近，美国加利福尼亚大学微生物总教授雷顿先生发现。某些葡萄酒里含有很高的栲皮黄素。这种抗癌物质源于红葡萄的皮中，经提炼酿造而成的红葡萄酒，则可以把栲皮黄素高高浓缩。雷顿指出，每天喝 1—2 杯这类红葡萄酒，可起到防癌作用。甚至有人推测，西方人平均寿命高于东方人，这与西方人爱喝葡萄酒有关。因此，人们将葡萄酒列为身体衰弱的老人增进健康、延年益寿的补养剂。

贫血、低血压、结核病、流行性感、消化不良、胃酸过多、支气管炎、心脏衰弱、糖尿病等患者每天适量饮用，均有较好的效果。

据统计全世界年产葡萄 6000 万吨，其中 80% 左右用于酿酒，可见葡萄酒产量之大。用于酿酒的葡萄以近似无色或琥珀色为最好，红葡萄酒则以宝石红色为最佳品种。

葡萄酒有三种不同的分类方法

1. 按色泽划分有红、白两种。

红葡萄酒：以红色或紫红色葡萄为原料，制酒时皮肉一起混合发酵，这样酒的颜色经氧化后呈鲜红色或暗红色。

白葡萄酒：此酒系应用黄绿色葡萄或用红皮白肉的葡萄汁为原料，发酵前将葡萄皮去掉，这样的葡萄酒颜色多为淡

黄色，故有白葡萄酒之称。

2. 按糖分含量划分为干、甜两种葡萄酒。

干葡萄酒：酒中含糖量极少。如果含糖量在 1%以下的为极干葡萄酒；含糖在 4%以下的为半干葡萄酒。干葡萄酒无甜味，半干葡萄酒有极微弱的甜味。在西方，人们有用干葡萄酒佐餐的习惯。

3. 按加工方法可分为五种类型：

原汁葡萄酒：全部由葡萄发酵制成。

加工葡萄酒：在原汁葡萄酒中加入其他酒，比如丁香酒、味美思、桂花酒、人参酒等，亦可加入香料、中药等物，若加入中药为补药葡萄酒。

起泡葡萄酒：这种酒内含有碳酸气（二氧化碳）它一般属于白葡萄酒。开瓶后可以产生大量的气泡，也有称为葡萄酒汽酒。

葡萄酒的鉴别

高档葡萄体澄清透亮，富有天然光泽，馥郁芬芳，绝没有外来添加的气味，滋味丰满，爽口，柔和绵长，葡萄汁的含量均为 100%的葡萄酒原汁经过分离发酵酿制而成。

中档葡萄酒含汁率在 50%左右，又称为半汁葡萄酒。

低档葡萄酒的含汁率在 30%左右，因在酿制过程中要加入一些酒精，砂糖等人工成分，所以营养低值一些，被称为“大路货”。

葡萄酒的存放时间并不是越陈越香,如果过了陈年的高峰期,即便是好酒也会每况愈下。所以要注意时候饮用,才不辜负它醇美的品质。

如果要获得最付款佳品饮温度,应将葡萄酒放在冰箱的冰藏室,或入进装有冰块或冰水的桶中。任何开瓶的酒应在几天内喝完。

鉴定葡萄酒的质量可以从感官和理化两方面进行。感官包括有色泽、透明度、泡沫状况、香气及滋味等项,理化检查要检验酒度及各种杂质、各种的毒物质,例如二氧化硫、甲醇及铅的含量国家都有明文规定。

葡萄酒的功效

葡萄酒在酒类中营养。优质葡萄酒不仅色香,味具佳,就其含有成份也优于其他酒类,它含有 32 种氨基酸,人体内的氨基酸它都有,而且人体必须氨基酸含量也优于其他酒类。各种含氮有机物质 10 多种,像醇类、甘油、糖分、醋类和多种维生素(B1、B2、B12、C)等,特别是维生素 C 和维生素 B12 含量相当丰富,其中 B12 的含量是其他食物所涌比的。而维生素 B12 是人体内造血功能的必须物质,因此葡萄酒有补血之功效。

在饭前如果饮少量葡萄酒,即能刺激口腔味觉,引起我们的食欲,还能促进胃液的分泌,因而有人称它为“待散酒”或“饭后酒”。睡前少饮一小杯葡萄酒,有镇静安定作用。它对多梦性神经衰弱有一定的疗效。

葡萄酒中不但含有丰富维生素 B12,还含有极为丰富的

铁质，这为缺性贫血的病人提供了最好的补品，因为葡萄酒里含有的铁质大都是还原铁，可以直接被小肠吸收。病人只要每天饮上 3 小杯葡萄酒，就能摄入一天需要的铁的 1/4，常喝葡萄酒的人，能减少小动脉，特别是冠状动脉脂肪的沉积。美国哈佛医学院的研究证实常饮葡萄酒可减少冠心病的发作。

红葡萄酒具有缓解痛经的作用，按中医药的理论，葡萄酒味辛甘，性温，对寒湿凝滞的痛经可以起散寒祛湿，活血通经补暖的作用，对血气亏虚所致的痛经能起到温阳补血缓急止痛的效果。

红葡萄酒中含有一种叫栎皮黄素的物质。这种物质原于红葡萄皮，在制酒的过程中得到了高度的浓缩，使其含量大大增加，又不会因“吃葡萄吐葡萄皮”的过程而丢掉。如果每天饮用红葡萄酒 1—2 杯可起到防癌和治癌作用。看来西方人把葡萄酒列为身体衰弱者和老的人增进健康、延年益寿的补品不是没有道理的。

果酒的生产和葡萄酒的生产酿造方法是一样的，可以采用混合发酵法（即把原料和果皮混在一起发酵）、分离发酵法（把原料的果肉和果皮分开，只加工发酵而成）。

葡萄酒、果酒的全国名酒

酒名	商标	产地	特点	获奖
中国红葡萄酒	丰收牌	中国北京东郊葡萄酒厂	是向国庆十周年献礼产品，属甜型红葡萄酒，酒精为 16°。	1963、1979、1983 年被评为全国名酒。

龙眼干白葡萄酒	长城牌	河北沙城中国长城葡萄酒有限公司	选取优质龙眼葡萄为原料，酒精为12°。	1979、1983年被评为全国名酒，1984年在西班牙马德里第3届国际酒类饮料评比会上获金奖。
烟台红葡萄酒	葵花牌	山东烟台张裕葡萄酒公司	1892年由爱国华侨张弼士先生创办，选用优质玫瑰香、玛瑙红、解百纳葡萄为原料。	1915年获巴拿马万国商品赛会金质奖和优等奖，1952、1963、1979、1983年均被评为全国名酒。
烟台味美思	葵花牌	山东烟台张裕葡萄酒公司	原料为上等白葡萄加入肉桂、豆蔻、藏红花等20余种名贵药材浸汁陈酿而成的加香葡萄酒，酒精为18°。	1915年在巴拿马万国商品赛会上获金质奖和最优等奖。1952年、1963、1979、1983年均被评为全国名酒。
半干白葡萄酒	王朝牌	天津中法合营葡萄酒有限公司		1983年被评为全国名酒。

第四节 露酒

露酒又称为色杂酒。该酒的类型比较杂，琳琅满目，常以白酒、食用酒精、黄酒、葡萄酒为原酒，加入一定量香料、食用香精、糖、色料、食品添加剂原剂，经过一定的配制工艺操作制成。原则上药酒属露酒之类，但因药酒大都有较明显的治疗作用，而且必有药材料酿造，故单提出为“药酒”。

露酒因香味的不同而异。常见的有：桔子酒、红果酒、樱桃酒、玫瑰酒、青梅酒。露酒的度数一般要高于原来发酵的酒类，多在 20—40° 之间。其含糖量也较高，大约在 15%—30% 之间。露酒一般都有较鲜艳的颜色，就避光保存，因为露酒的色素在阳光下可以因紫外线作用而退色。

优质露酒的评价有严格标准，主要按色泽、澄清度、香气、滋味几个方面评价其优劣，不论用什么物质配制的露酒必须保持酒体的完整、柔和、口感要有余香，在回味，要幽、净，必须澄清、透明、有光泽、所用的主料在酒中应有显示，这种显示既不失去本质的表现又要保持酒体的完整。例如竹叶青酒，它既体现了竹叶的青竹，又有汾酒的纯正，竹叶的清澄。

第五节 白酒

白酒俗称烧酒，是用谷物酿造的，是一种高浓度酒精饮

料，其酒精含量在 50%—60% 上下。白酒芳香浓郁、醇和软润，品味多样。我国的名白酒，历史悠久，在世界上独树一帜。

白酒讲究色、香、味，即无色透明、扑鼻醇香，无邪杂味。每种香型应独具一格，不能包罗万象。除极少数采用特殊原料工艺生产的白酒有兼香外，大多数没有兼香，否则就不成为一型。目前公认的有 5 种香型：酱香型、清香型、浓香型、米香型和其他香型。近年来不少专家认为著名的西凤酒也应独立成一种香型——凤香型。

白酒在医药上也有很多用处。如跌打损伤，多用白酒进行外部揉搓，散开瘀血，解除病痛。我国的药酒，名扬四海。一般制造药酒所用的酒都是 50°—60° 的白酒。

白酒在生产过程中，会产生一些有害物质，如甲醇。急性甲醇中毒表现为恶心、呕吐、胃疼、呼吸困难、昏迷。少量甲醇可引起慢性中毒，表现为头晕、头痛及视力减退，严重者出现不可逆转的双目失明。

“酒为百药之长”一说，出自《汉书·食货南志》，这是我国古人对酒在医药上应用的高度评价。酒在医学上的应用，是祖国医学家的一大发明。酱字从撚𧈧(酒)，即是由于酒能治病深化而来。酒未问世之前，人们得了病要求“巫”治疗，由于酒的酿造，我们的祖先在饮酒的过程中，发现了酒能“通血脉，散湿气”、“行药势”、“杀百邪恶毒气”、“除风下气”，“开胃下食”、“温肠胃，御风寒”、“止腰膝疼痛”等作用。加之用酒入药还能促进药效的发挥，于是“巫”在医疗中的作用便被“酒”逐渐取而代之。这是古人认识上的

次飞跃。

一、中药的酒制

首先我们应该知道“酒”本身就是一种药，而且为“百药之长”。酒，甘辛大热，能通血脉、舒筋骨、行药势、去风散寒、矫味排矫臭。现代药物化学也将酒精作为一种良好的有机溶剂，药物用酒来炮制的原理就在于此。例如大黄这味中药，若不经黄酒多次蒸制后，其结合性大黄钙明显减少。鞣质成分却几乎没有减少所以经酒制的大黄其泻下作用要缓和的多。

炮制中药主要用白酒和黄酒。药物中的多种有机成分，诸如土生碱、有机生酸、挥发油、鞣酸、甙类、苦味质、树脂、色素、糖类都能溶于酒精中。因此，用酒把这些成分“提取”出来，是为炮制，中药以酒炮制的方法很多，其主要传统方法有：

酒煮：即用酒煎煮中药。如皮，就是用酒煮之而后供用。

酒蒸：用酒之蒸气蒸制。如大黄、地黄、肉苁蓉等中药均用此法炮制。

酒煨：文火煨制中药。栀子、黄芩用这种方法炮制。

酒炒：用就少许酒以爆火炒制。中药栀子、黄芩可用此法炮制。

酒研：加酒研制中药。例如《外台秘要》就有紫苏子的这种炮制方法。

酒洗：中药酒洗。当归、黄连、黄芩，可用洗制。

酒淬：是指用酒淬取中药的有效成份。

酒炙：我国著名的医药著作《千金方》就记载了虎睛的酒方法。

酒浸：有许多中药是应用这种方法炮制的。这是中药炮制中最常用的方法，许多古代医药学著作都记载了这种方法，如果连同浸药的酒一同服用就是药酒。

酒渍：这也是一种常用的炮制中药的方法，和酒浸基本相同，只不过是在浸泡之时加压罢了。中药常山、牛膝等就是用此方法炮制的。

二、药酒

相传我国人民早在西周时期就有应用药酒治病的方法。《神农本草经》一书就最早的记载了药酒的治疗及药酒的浸制。可见，我国药酒已流传了近几千年。

《内经·汤液醪醴论》中提出以酒作汤液醪醴，指明“邪气时至，服之万全”。因酒轻扬，可“通血脉，御寒气、行药势”，故可用酒浸泡一味或多味中药在适当时饮用。我国医药名著《金匱要略方论》介绍的引例药酒的方剂，竟占了该书总方集的 11.83%，以后华佗更以“麻酒”行全身麻醉后手术。

宋、明、清代药酒的应用又有不断发展。数千年来祖国医学在药酒方面积累了宝贵的经验，有丰富的内容。有人潜心地收集了各种医药及民间的著述，其中药酒近 740 种。可见药酒在我国不仅是源远流长，而且种类繁多。

现代知学研究表明，用酒浸药，不仅能将药物的有效成分溶解出来，使人易于吸收，由于酒性善行，能宣通血脉，

还能借以引导药物的效能到达需要治疗的部位,从而提高药效。另外药物久渍不易腐败,便于保存,可以随时饮用。这就是药酒受到历代医学重视和广大群众欢迎的原因。

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

其实,用酒治病在外国也很流行。《临床医药的酒饮料》著作中这样介绍:在发明激素很久以前,酒饮料是糖尿病患者的药物;即使在能够使用激素以后,酒饮料仍不会被放弃在欧洲,许多医生将酒饮料特别是烈性佐餐葡萄酒作为糖尿病患者饮食的重要一部分。经度验和研究表明,糖尿病患者一天饮用一杯左右的烈性佐餐葡萄酒,血液中的糖分基本不上升。

以酒治疗心绞痛,早在几个世纪以前就被应用了,时至今日,许多医生仍认为酒比硝酸盐更为出色。心绞痛是因冠状动脉硬化而引起的阵阵剧痛,在发作时饮用1榧2小杯不经稀释的蒸馏酒,一般在2榧3分钟内就可使剧痛缓解。

正因为药酒有独特功效,自汉唐时期就传入日、印度,以后又传遍了欧美,以及整个世界。

用酒治病,特别是制成药酒来防治疾病的现象十分普遍,因而古人视“酒为百药之长”。例如,用酒泡大黄、白

术、桂枝、桔梗、防风等制成的屠苏酒，是古代除夕男女老幼必用之品。端午节饮艾叶酒，重阳节饮茶以避瘟疫。《千金言》载：“一人饮，一家无疫；一家饮，一里无疫。”可见药酒在古代预防疾病和重要性。

随着人们生活水平的不断提高。药酒作为一种有效的防病祛病、养生健身的可口饮料已开始走进千家万户。一杯气味醇正、芳香浓郁的药酒，既没有古人所讲“良药苦口”的烦恼，又没有现代打针输液的痛苦，给人们带来的是一种佳酿美酒的享受，所以人们乐意接受。诸如人参酒、鹿茸酒、五加皮酒、虎骨酒、国公酒、十全大补酒、龟齿集酒、首乌酒等离有盛名的药酒，深受广大群众欢迎。

药酒的品种繁多，功效各异，常用的有以下六类：

补益类，加入参酒，十全大补酒。

壮筋骨，治不遂，如鹿茸酒，五加皮酒。

治皮湿痹病，如虎骨酒、风湿药酒。

治肺癆久咳，如蛤蚧酒、天门冬酒。

治恶疮类，如蝮蛇酒等。

另外，外用药统归一类，如铁损伤药酒、十一方药酒等。

选用药酒要熟悉其性质。目前市场上出售的药酒，按其所浸药物的不同，大致可分为两大类：

一类是以治疗为主的药酒。其作用是祛风散寒、养血活血、舒筋通络。如用于骨损伤的跌打损伤酒；用于风温性关节炎及风湿所致肌肉酸痛的风湿药酒、追风药酒、风湿骨痛酒、五加皮药酒、虎骨木瓜酒等。对风湿性症状较轻者，可选购药性温和的木瓜酒、风温关节酒、冯了性药酒、养血愈

风酒；若患者风湿多年，肢体麻木、半身不遂者，则宜选购药性猛烈三蛇酒、五蛇药酒、蕲蛇药酒等。

另一类是以补虎强壮者为主要功效的补酒。其作用是滋补气血、温肾壮阳、益肾生津、强心安神。这类补酒品种虽多，但各有侧重。如气血双补的有龙凤酒、八珍酒、山鸡大补酒、益寿大补酒、康宝补酒、楠药补酒、大补酒、十全大补酒；健脾补气为主的人参酒、人参北芪酒、人生茯苓酒、人参茯苓酒、益气补虚酒、参桂养荣酒等；滋阴补血为主的有当归酒、杞圆酒、蛤蚧酒、圆肉补血酒等；益肾助阳为主的有羊羔补酒、龟龄集酒、参茸酒、鹿茸酒、鹿茸三鞭酒等；补心安神为主的有龙眼酒、五味子酒、人参五味子酒、补益杞圆酒、养心安神酒等。

选用药酒，除熟悉各种酒类的功效外，还应根据个人的体质来考虑选择。如一般老年人，多见气血虚弱，宜选用气血双补的药酒。中医有“瘦人多火，肥人多湿”之说，认为形体消瘦的人，偏于阴虚血亏，容易上火、伤津、形体肥胖者，偏于阳虚气虚，容易生痰怕冷。所以，一般来说对瘦弱的人，应选用滋阴补血、生津的药酒；肥胖的人应选用助阳补气的药酒。如果有神疲倦怠、心悸失眠、神经衰弱，可选用安神补心的药酒等等。

药酒由于所含的药物成分不同，功用和适应症也不同，因此，必须合理选用，才能产生较好的疗效。药酒是用酒浸泡中药材，它不同于一般酒，除具有滋补性质外，还有规定的剂量和疗程，它病愈后立即停药。药酒一般应在饭前服用，药物的有效成分会因一部分被食物所发挥药效。佐膳服用，

药物的有效成分因一部分被食物所吸收而影响药效。

药酒以温饮为佳，因温饮能更好地发挥药酒温通、补益的作用。要针对病情选用。不同治疗作用的药酒可交叉服用，以免影响药酒的疗效。有些药酒有少量积于瓶底的沉淀物为无效成分，不宜饮用，饮用补益类药酒，忌与卜、葱、蒜等同服。

古代医家指出，“药酒补虚损、宜少饮，取缓效”。这个经验很宝贵，应当重视。在服用药酒时。要根据人对酒的耐受力，一般应饮含酒精较少的药酒。少量饮用药酒可使唾液、胃液分泌量增加从而有助于胃肠的消化和吸收。

但药酒也切不可多饮滥服，否则会引起不良反应。例如，多服了含鹿茸的补酒，可造成发热、烦躁、甚至鼻出血、牙出血等；多服用含人参的补酒，可造成脘腹胀闷，不思饮食，必须加以注意感冒发热，呕吐腹泻等疾病时，就暂时停止时补。患有肝肾疾病、高血压、皮肤病、溃疡病、癫痫病、过敏性疾病及孕妇和妇女经期不宜服用药酒，必要时，就遵照医嘱服用。

许多家庭在选购成品药酒的同时，还喜欢自己动手配制药酒，保持着每年配制饮用的习惯。自行配制的优点，除较为经济实惠外，还可根据个人的体质情况、特点选用药物，这样更有针对性、收效更加显著。

药酒制作简单，服用方便，有显著的疗效。只要正确掌握一定的方法家庭自制就行，家庭自制药酒，要根据需要，处理好药材，选好配方，选好酒及浸制方法。下面我们就从这些方面一一加以探讨。

首先要根据需要。

一般说来老年人冬季喜欢喝些补酒用以滋补身体。但不是什么补酒喝了都有益处,应用不当,不但收不到治疗作用,反而会适得其反。

补酒按寒、热、温、凉分为四种不同的药性,这和个人的虚、实、寒、热有其对应关系。应该遵循“虚则补之,实则泻之、热则寒之”的治疗法则,只有应用得当才能达到预期之功效。

如果每到冬天即畏寒怕冷,小便频多,不愿活动,动则虚汗,这就为阳虚。有温肾补肾阳的必要,这就要选择以参、茸为主的一系列药物。例如周公百岁酒、红颜酒、福禄补酒,人参鹿茸酒等。

其次要处理好药材。

一般应将药材切成薄片,或捣碎成粗颗粒,要严格按照处方取剂量,将药材洗净、晒干。有些药物还需要一定的加工处理。有些是自民间的中药,则更弄清品名和规格,一定要防止同名异物或同物异名的药,以防搞错而遣误。

再次要处理好药材。一般以 60° 的白酒为宜。酒的度数越高对浸出的药物越有利,但不易饮用,如果泡酒的度数偏低。则浸泡的时间应适当延长,以让药物的有效浓度达到疗效的为好。

最后是浸制方法。

浸制的方法有冷浸和热浸泡两种。

冷浸法：将药物选好后，按规定加上就浸泡即可。酒量一般以药材的 8—15 倍为宜，可在这个范围内酌情增减。酒瓶要刷洗干净，密闭放置。浸泡后每天，或隔日应震荡或搅拌一、二次。浸到一周左右可改为每周震荡搅拌一次。浸泡时间一般需要一个月，然后倾出上清液，并压榨残渣，将压出液体与上清液混合，再经纱布过滤即得，亦可在浸泡 1 周或 10 天时取上表液饮用，并随时加酒，加酒的数量，要根据酒的颜色来确定，一般加至第一次泡酒的酒量就可以了。

热浸法：这种方法是药和酒在一起同煎一定时间，然后放置冷却、贮存。制作时应用隔水煮炖的间接加热法，即把药和酒装入器具后，再将此器具放在另一盛水大锅里煮炖。一般煮炖半小时即可，隔日再煮 1—2 次，放置 2 天后就可用这种方法的优点是既可以加速浸出速度，又能使药浸出完全。服用时间早，但有些不易加热的药物（宜生用的药物）不能采用此法。

下面简单介绍几种常用的自制药酒。

家中常用的药酒有如下几个方面。健身益寿抗衰老药酒；解除疲劳药酒；冬季抗寒、补虚、弱药酒、抗风湿、腰膝酸痛、壮关节药酒；跌打损伤药酒。

1. 健身益寿抗衰老方面药酒

【地骨酒】

配方：枸杞根 0.5 公斤，生地黄 0.5 公斤，甘菊花 0.5

公斤

制法：将以上 3 味药洗净，自然干燥后捣碎，然后加水 10 公斤煮沸。待余汁 5 公斤时取出再加炊糯米 5 公斤，拌匀，入瓮中后封酿 10 天去渣澄清后即得。

功能：壮筋骨、补精髓、延年耐老。

用法：每饮 1 杯，日服 3 次。

【四补酒】

配方：柏子仁 60 克何首乌 60 克肉苁蓉 60 克牛膝 60 克

制法：上 4 味，细切碎，入净器中，用好酒 2 公斤浸泡，春夏季 10 日，秋冬 20 日，澄清好得。

功能：益气血、补五脏、悦颜色。

用法：每饮 1—2（10 毫升）每日 2 升。

【壮肾酒】

配方：牛蒡根 90 克生地黄 90 克大豆（炒）180 克

制法：取牛蒡根、生地黄加细，大豆炒，乘热加白酒 1 公斤浸泡，经 5—6 日后开取。

功能：治风湿痹症，筋骨挛痛。有壮骨，润皮毛、益气力之功效。

用法：空腹温服 20 毫升，每日 2 次。

【延寿酒】

配方：黄精 60 克苍术 60 克天门冬 40 克甘杞子 60 克松叶 80 克

制法：将上 5 味药共研成粗末放净瓶中，加醇酒 3 公斤浸泡 7—10 日后即成。

功能：养气益寿。主治劳倦腹服之。每日 10 毫升。

【十全大补酒】

配方：人参（或党参）80 克肉桂（去粗皮）20 克川芎 40 克熟地 120 克茯苓 80 克炙甘草 40 克白术（炒）80 克黄芪 80 克当归 120 克白芍 80 克。

制法：上 10 味中药研精末加白酒 16 公斤浸泡 10 日之后，于浸出液中加砂糖约 1.5 公斤，生姜 50 克切片，大枣 150 克（煮）搅匀，继续密闭浸泡数日，经静置滤过即得。

功能：在补气血，强筋健骨。治诸虚不足、大劳七伤、不思饮食、潮热自汗、面色萎黄、忧思作脾、脾肾气弱、神乏力倦怠。可延年。

用法：每服 20—30 毫升，每日 1 次。

2. 解除疲劳药酒

【海狗肾酒】

配方：海狗肾一具人参 15 克淮山药 30 克

制法：海狗肾用适量酒泡后切片，白酒 1000 毫升，浸泡 7 日后可服。

功能：消化体力。但目赤、咽干痛、咳嗽痰少、咳血、便秘、阳强易举、阴火旺盛及外感发热者忌用。

【菊花酒】

配方：干菊花 30 克干地黄 10 克当归 10 克枸杞子 20 克。

制法：将菊花去蒂，洗净，洁净的地黄、当归与枸杞子一齐装入纱布袋内，扎紧口后放入酒罐中，盖好，加上好白

酒 500 克，7 天内即成。

功能：头目眩晕，容易疲劳者服用之有效。

用法：每日 10—20 毫升。每日 1 次，宜晚服。

3. 冬季抗寒补虚弱酒

【杜仲酒】

配方：杜仲（灸，去粗皮）50 克，仙灵脾 15 克独活 25 克牛膝 25 克附子（炮裂去皮去脐）30 克

制法：将上 5 味药细碎，以酒 1 公斤浸之，经 7 天后即成。

功能：温阳通里，散寒逐湿，壮腰益肾。

用法：每饮 10—20 毫升，日服 3 次。

【驱寒单味药酒】

五加皮、蚕沙、百灵藤、百南藤、青藤、将上药每单味药加适量上好白酒浸泡 10 日后即可用，每用 1—2 小盅，有驱寒之功效。

4. 抗风湿腰膝酸痛，壮关节药酒

【苍耳子酒】

配方：苍耳子（炒香）50 克白酒 500 毫升

制法：上药浸泡 7 日即成。

功能：去风，补益。祛风湿，治风寒头痛，风瘙隐疹等。

用法：每服约 50 毫升，每日 1 次。

【海桐皮酒】

配方：海桐皮 30 克五加皮 15 克独活（去芦头）30 克

防风 30 克枳壳（炒）30 克杜仲 30 克牛膝 60 克薏苡仁 60 克生地黄 300 克

制法：将上 9 鼓掌药锉细装入布袋贮，加好黄酒 2 公斤浸春夏 7 日，秋冬 14 日，取上清液即可。

功能：治风冷流于脚膝，步履艰难。

用法：每空腹温饮 1 杯（约 50 毫升）日服 3 次。

【女贞皮酒】

配方：女贞皮（切）10 克

制法：上药加黄酒 1 杯煎煮去滓饮之。

功能：主治风寒风湿。

【五加皮药酒】

配方：当归青风藤川芎威灵仙木瓜各 120 克白术（麸炒）白芷各 180 克牛膝红花 240 克独活制川乌制草乌各 60 克玉竹 2 公斤肉豆蔻（滑石煨）豆蔻仁各 90 克檀香 120 克菊花 240 克公丁香砂仁木香肉桂各 60 克陈皮 500 克桅子 1500 克冰糖 20 公斤白酒 200 公斤。

制法：先将前 17 味药碎断，水煎取汁，渣煎取汁，如此 3—4 次。过滤浓缩成清膏，置铜罐内，再加入白酒及余药末，移至开水锅中加热，待酒沸 6—8 分钟，立即将罐取出倒入缸中，密封浸泡 3—5 个月，开封后榨汗过滤，即得。

功能：除湿祛风，舒筋活血。治风湿手足拘挛，四肢麻木，腰膝酸重，妇人阴冷等症。

家制可按比例减量。

5. 跌打损伤药酒

【神曲酒】

配方：神曲 20 克酒 1 小碗

制法：将神曲入柴火中烧令赤，入酒淬，泡浸少顷，去渣饮酒。

功能：治闪腰痛。

用法：1 次顿服。

【红花药酒】

配方：红花 100 克

制法：取红花，纱布包扎，加 50% 的食用乙醇 1000 毫升浸泡 7 天，滤过，放置室温下静置 48 小时，再过滤，取滤液即得。

功能：活血止痛。用于跌打损伤，风温性关节炎症。

用法：每饮 10 毫升，每日 2 次。

【跌打损伤酒】

配方：柴胡 12 克续断 6 克当归 12 克马钱子马钱子（去毛）6 克川芎 12 克骨碎补（去毛）6 克黄芩 6 克红花 4 克桃仁 6 克三棱 4 克五灵脂 6 克乳香（醋制）3 克赤芍 6 克 60° 以上白酒 1000 毫升。

制法：将上药研成细末，混匀，装入棉布袋内宽扎。与白酒 1000 毫升，共入罐内，密封浸泡约 30 天，澄清滤过即得。

功能：舒筋活血，消肿止痛。用于跌打损伤，瘀血凝滞，肿痛不消，筋络不舒。

用法：每服 30—60 毫升，每日 2 次。亦可外用涂擦患处。

【周公百岁酒】

配方：黄芪 30 克白茯苓 30 克白术 25 克熟地 20 克全当归 18 克生地 20 克党参 15 克麦冬 15 克茯苓 15 克陈皮 15 克山萸肉 15 克杞果 15 克川芎 15 克防风 15 克龟胶 15 克五味子 12 克羌活 12 克肉桂 10 克

制法：将上诸药共研粗末，用棉麻布包好放于法净瓶中，加入高粱酒 2 公斤，浸泡之。经 7—10 天后开瓶即可饮用。

功能：壮元气，和血脉，添精补脑。可用以主治气怯神倦形体消瘦、腰膝酸软、怔忡健忘。

用法：空腹温饮 1 小杯（约 10 毫升）每日 2 次。

【红颜酒】

配方：核桃肉 120 克红枣 120 克杏仁（泡去皮、尖双仁煮四五沸晒干）30 克白蜜 100 克酥油 70 克

制法：先将前味药拣清去除杂质，共研为细末。用好烧酒 1.5 公斤浸经 3—5 天。另取少量烧酒约 500 毫升，将蜜、酥油溶化，一并浸入酒容器搅匀，再浸 3—5 日后即可取用。

功能：补肾润肺、泽肌肤、乌须发、悦容颜、益气健脾。主治肺肾两虚、腰痛脚弱、咳嗽气端、老人久痢等。

用法：每早、晚空服 2—3 盅。

【人参鹿茸酒】

配方：鹿茸（嫩，去毛，切片）37 克人参 20—30 克

制法：将上药以竹刀切片，放入净瓶中，加上好白酒 1 公斤浸 7—8 日后即可服用。

功效：补中益气，通治诸虚，面色无华。

用法：每次饮用 1 小杯，(约 10 毫升)，每日服 1—2 次。忌食萝卜、藜芦。实证热证患者忌服。

第六节 鸡尾酒

一、鸡尾酒的来历

鸡尾酒一词译自英文 COCKTAIL，是两种以上的酒相混合或加果汁混合而成的饮料。它是一种餐前酒，无论春夏秋冬。饮用前都用冰块冰凉，其温度视需要而决定加冰块的多少。鸡尾酒是现饮配制，不能贮藏。

鸡尾酒是鸡尾酒会的主角，鸡尾酒会则是这宴或人们沟通感情的小型餐会。它起源于西欧，传至今已有几百年的历史。相传 12 世纪初欧洲有位公主无意中在一次宴会中把贵酒混合起来献给国王，国王饮酒以后觉得异常美妙而位名加赞赏，决定用公主的名字来给这种酒定名，而这位公主的名字的谐音刚好和鸡尾相同。从此，这种酒就叫鸡尾酒了。以后鸡尾酒风靡欧洲，流传于全世界，受到世人的喜爱。

二、鸡尾酒配方

至今鸡尾酒有名的配方已达 500 余种。

尽管各地配制鸡尾的配方不同，但大多由三部分组成。其一是酒、二是副材料，三是点缀物。酒是主要部分，多用

蒸馏酒（西方一般用威士忌、伏特加、我国用茅台或其他白酒）。副材料则是各种果汁、苏打水、冰块、牛奶、糖水等。点缀物则是为使鸡尾酒的诱人泽饰物，如西瓜水、柠檬汁、橄榄汁、桔柑汁等。

鸡尾酒的效果要看配出的鸡尾酒是否五彩斑斓，芳香四溢，即鸡尾酒的色、香、味。又因人们喝鸡尾酒时总是慢慢的、一点点的品尝，所以其色泽就显得更为突出了。

制作鸡尾酒要有一个调酒壶，先将选好的材料加入壶中，并加进冰块一起摇荡，注意一定要摇匀，这是配制鸡尾酒时很主要的过程，摇荡前先不要加苏打水，以免产生泡沫。摇动酒壶时动作要敏捷，不能使酒在壶内乱响。应让酒在酒杯内测迅速搅转，不能胡乱搅动。以免影响酒的质量。

下面介绍一种自制鸡尾酒制的方法。

首先，选用的蒸馏酒应是上好白酒，以茅台、五粮液等国家名酒为好。

1. 用 1 个 100 毫升的高脚杯，先倒入酒 60 毫升，然后再加经煮沸的鲜奶至近满杯，搅匀即成。引酒适合四季饮用，酒香味浓，佐餐时饮用甚好。

2. 将酒杯中倒入八层香槟酒，然后放上几小块冰，加上匙茅台酒、5 滴桔汁，6 滴薄荷酒、略加搅拌就可饮用。

3. 酒杯中先倒入半杯鲜桔汁，加上半杯茅台和两汤匙苹果酒，再加入香槟酒至满。然后加上小块冰块即成。此酒颜色层次分明，宜饭前饮用。

4. 酒杯中加茅台小杯，再加等量红葡萄酒。取广柑 1 只，拨开分出 1 片。其余榨汁，柑汁加入杯内。然后加 2

块小冰块，再加广柑一片放在酒面上即可饮用。

节日的时间可以利用家里现有的酒和果汁，为家人和朋友调配几款有品味的鸡尾酒讲究情调和色泽，不必非是昂贵不可。您要以先在厨房内多试几款，那时也许会有不少新奇的火花。

红霞满天：白兰地酒 20 毫升，橙汁 60 毫升，红石榴果汁若干滴（或其他红颜色的糖浆滴入白兰地冰块，冰上放只红色的樱桃，先倒入白兰地酒，再倒入橙汁，最后倒将红色糖浆滴入杯中，红色的汁水会先沉入杯底，然后慢慢上升，仿佛旭日初生，云霞满天，喝起来清凉爽口，气味芬芳，非常适合家庭聚会。

碧水白云：午槟酒中放入一些碎冰块，加入白葡萄酒 20 毫升，橘汁几滴，绿薄荷酒 40 毫升，沿杯边慢慢倾入（如果绿薄荷酒不太甜的话可以加入鲜奶油 15 毫升，轻轻浮在酒的表面）此款色彩晶莹碧绿，口味清新，尤其适合女士饮用。

冰海情深：鸡尾酒杯中加入碎冰、慢慢注入 10 毫升蓝色轻度酒，再注入 20 毫升伏特加（vodka），此款清凉豪爽适合男士饮用。

美酒咖啡：将您喜爱的浓咖啡煮好后放入高脚杯中，放入两块方糖，取一钢匙，大小根据自己的爱好，匙中注入白兰地，用火先将匙中酒烧热，再将酒点燃，把酒倒入杯中，白兰地酒会在咖啡中的表面继续燃烧一会儿才熄灭。饮用时，配上餐后甜点，味道独特。

第七节 国外酒类

一、国外名酒简介

国外有许多名酒，酒名各有含意，我国把这些大都音译过来。现介绍几种常见的外国名酒。

白兰地

“白兰地”是英文 Brandy 的音译，其原来外文的意思是“蒸馏酒”。荷兰语的意思的“燃烧之酒”法语的意思是“生命之火”。它是由来是当年法国白葡萄酒大量外销时，在运输过程中为了防止酒酸变质，人们变用蒸馏的。方法将其浓缩，到了目的地之后再兑入适量的水饮用，一次偶然的机会有人品尝了一下浓缩后的白葡萄酒，发现有特殊的芳香和柔和的酯香，香泽上有种黄金般的潋潋，味道清香绵长、微苦、柔和、回味悠长。度数为 40 度左右。

经过实践人们进一步发现，将新蒸馏出来的白兰地酒在原来的工艺基础上再进行贮存、陈酿、醇化后仅有黄金般的光泽，更异香扑鼻，醇美甘冽的效果。所以目前世界上以 X O 级的法国“甘武士陈年白兰地”为最佳，它的葡萄不仅选实精美、工艺优良、而且贮存期往往在 50 周年以上。白兰地酒是一种高档次的酒，由于度数较高又有独特的风味，夏季饮用时间可加入一些冰块，冬季用时间可以加入一点茶水，不仅酒味不变，而且加馨香。

有些用水果制成的果酒也经蒸馏，也可称为“白兰地”，

为了和用葡萄酒制面的白兰地加区别,在白兰地前边加上果实的名称就行了。比如我国青岛生产的樱桃白兰地,白兰地酒的度数一般在 $38^{\circ}50^{\circ}$ 之间,色泽金黄透明,有较为浓郁的芳香,饮起来十分爽口。

白兰地属烈性酒,以法国科涅克地区产制的最为著名。按白兰地的商业习惯在装瓶出售时,多数在瓶上或商标上标出出产时间(年、月),主要用来表示贮存年数,也是一种珍贵程度的象征。其主要标志如下:

(三星)	5—8 年
(四星)	8—10 年
(五星)	10—12 年
V、O	12—15 年
V S、O	15—18 年
X、O	45 年
E X T R A	75 年
Napoleon	年数不详

威士忌

“威士忌”是英文 whisky 的音译,是原产于苏格兰的一种蒸馏酒,以大麦和黑麦、玉米为原料,颜色浩似琥珀,金黄透明,味醇香而略带辣味。酒的度数为 $20^{\circ}740^{\circ}$,用它配制鸡尾酒别有风味。

威士忌是烈性酒之一,大多数嗜酒者喜欢它,据说它是苏格兰高地人发明的,苏格兰威士忌在世界上也最为出名。

在全世界生产威士忌的地方很多,可按产地和原料不同

而分为几种：像麦芽威士忌、玉米威士忌和裸麦威士忌；

也可按产地及风格不同分为苏格兰威士忌、爱尔兰威士忌、勃本威士忌及混合威士忌。

爱尔兰威士忌由大麦制成，麦芽不经过烘干，没有烟熏味，而且都是用小炉蒸馏，味道十分浓烈。

勃本威士忌系美国制造，其酒性香醇，最著名的品种为“杰克、丹尼尔”(JackDanid)及“老大七”(OldNo.7)。裸麦士忌也是美国特有的，其主要原料为裸麦，味道浓烈。

苏格兰产的威士忌，可称为正宗威士忌。瓶上标有“Blended”字样，在国际上很竞争力。

朗姆酒

“朗姆酒”(又叫兰姆酒，老姆酒)英文 Rum 的音译，也是一种蒸馏酒，常用蜂蜜及甘蔗为原料。因此，这种酒绵软而浓香，有独特的甘蔗香味。酒色淡黄而透明，饮后杯中还留有余香，酒度为 40° — 45° 。

金酒

“金酒”原是荷兰的一种白酒，以大麦和玉米为原料，制酒时先将原料制成食用酒精，而后浸入松子，再经蒸馏配制成酒。金酒无色透明，醇香带有微辣，还有花露水的香气，酒度数为 40° — 42° 。

味美思

“味美思”英文为 Wermonth 的音译，这种酒的主要香

料为植物苦艾叶，加入白葡萄制成，是法国的特产。酒的度数在 18° 左右。喝起来清香略苦，甜而微酸，味道醇厚，味美思常在饭前饮用，可开胃。

据科学测定，饮此酒后有促进消化液的分泌作用。可以增加食欲。

香槟酒

“香槟酒”英文 Champagne 的译音，是产于法国香巴尼省的一种带泡沫的白葡萄酒。香巴省，我们以前翻译为香槟省，所以当地产的葡萄酒被称香槟酒。其酒的度数为 13° — 15° 。

由于此酒在生产时加入了足量的二氧化碳，所以饮用时十分爽口而舒适。其酒色金黄透明，味甜而微带酸味，有独特的香味。由于度数不高，所以常用于宴会中。

由于香槟酒特别是法国香槟很名贵，所以在饮用时人们往往是慢慢地细细地品味方能领略它的美味，这种文雅地喝酒方式被人们保留下来，成为在隆重的宴会中增加情意与产生高尚气氛的象征。

香槟酒实际上是一种富含气泡的白葡萄酒，因为其中加入了酵母和糖，在 $8-12$ 摄氏度的低温下发酵而成含有二氧化碳气体。在喜庆和欢乐的日子里人们常用香槟酒来助兴和活跃气氛。开瓶时先将瓶塞上的一根铁丝封口拆开，把瓶口向无人的地方略偏一下，以免万一气泡把瓶塞冲向某位客人，一手按住瓶盖，另一只手从瓶肩将酒瓶托住，然后慢慢的旋转酒瓶，这时瓶塞会慢慢的退出，这样酒瓶里的气泡主

会慢慢冒出，先在每个杯里倒入一点酒，再加至三分之二外即可。

香槟酒是清凉高品质饮料，饮用时不可加冰块稀释，酒的温度应在 6—8 摄氏度之间饮用为宜，如果有冰酒用的小冰桶，加冰水浸泡 20—30 分钟最好。也可以在冰箱的冷藏定放上半天，达到同样的效果。忌用冰柜或冰箱的冷冻室储藏香槟酒，过芳的冷冻会断送酒的美味。同时注意买酒时如果瓶身标签上标明“香槟方法”的字样，说明此酒不是香槟酒。

在居家饮用时，因为上市的香槟已达到完美的程度，不需要在家里放置一些日子，可以拿来就喝，所以贮存的时候，最好将酒瓶放在避光的并远离暖气地地方。

雪醴酒

“雪醴”酒，原文 Shený 是西班牙产的美酒。在世界上很有名。它含酒精不多，大约为 15—18° 左右，颜色淡黄，适合在饭前饮用，若经冰镇则更好，较为著名的雪醴有如下品种：

翠脑（Fino），这是一种有代表性的雪醴，很适合于夏季饭前镇后饭前冰镇后饮用。

维瑙·德·帕斯托（Vinodepasto），这种酒的性质及饮用和翠脑相同。

阿蒙提利多（Amontiliado）这种酒含精度数较高，因而比前两种酒更为醇厚，其颜色也较浓，此酒价格较高。

俄罗若索（Oloroso）和阿摩索（Amoroso），这种酒颜色

浓艳，含糖量较高，味道甜美。一些愿意喝甜味酒的人特别喜爱这种酒。

金黄雪醴这种酒的颜色金黄，含糖量较高，味甜而美，很有特色。

伏特加

“伏特加”是俄文 Bogka 的音译，这种酒是苏联人民经常饮用的普通白酒。在某些东欧国家，特别是波兰，很受欢迎。它是食用酒精经过活性炭处理后脱去杂质除去异味而加式制成，最高度可达到 60° 以上，属烈性酒。

此酒在我国哈尔滨天津，上海等地也有生产。哈尔滨人把这种酒称为珍珠水酒，天津人和上海人则称之为俄斯克。

二、西餐饮酒习惯

西餐的用酒习惯是：

清淡的葡萄酒配清淡的食物；白葡萄酒配海鲜，红葡萄酒配禽肉；咸的菜要用甜的白葡萄酒或果味重的红葡萄酒；微辣的用芳重香果味带辛烈香味的葡萄酒，酸的菜要用甜的葡萄酒去中和；吃羹汤时用酸度较高的葡萄酒作为开胃酒；吃鱼和海鲜时用白葡萄酒；吃油腻浓肥味道的牛羊肉和其他野味时，用高度红葡萄酒；吃普通肉食、禽肉、奶酪时用低度红葡萄酒；吃甜点布丁时可饮甜味的葡萄酒或香槟酒。

但由于菜肴的复杂和人个的口味不同，比如同是一道海鲜菜、清蒸和红烧的口味在浓淡上却是南辕北辙，所以您在使用餐上不必过于拘泥常规，可以根据自己的口味选择您所喜

欢的酒款，但在正式场合中注意不要过于执拗。

还有您到餐厅或饭店用餐时，如果不清楚菜肴的种类与葡萄酒的搭配，为点酒时的询问感到难为情，可以直接请待者或主管推荐最佳组合，或者偶尔按您自己的口味来点儿搭配上的新招儿，有时您会看见待者拿来的葡萄酒瓶底有透明结晶物，这不是酒变质了，而是葡萄酒的酒石酸，是正常现象，一般在白葡萄酒中出现的情况多一些。而葡萄酒瓶底玻璃做成的凹陷，是为了在换瓶时分离沉淀物。

斟酒时一般倒一半或最多三分之二。

品酒时注意手不要触及杯子有酒的部位，以免手温度影响酒湿度，因而影响色、香、味，首先鉴赏酒色，好酒色的色泽应是纯净的，没有沉淀，然后闻香、拿起酒杯，靠近鼻部3厘米，慢慢吸入酒气，千万记住不要对酒呼气，千万记住不要对酒呼气，闻过后将杯晃晃再闻，再次辨别酒的芬芳，然后轻啜一小口酒，铺满舌面，慢慢回味酒的真味，芳香及醇厚。正式饮用时。不要大口豪饮，浅斟细酌才有情调。

第三章 酒的消化与妙用

第一节 酒精的消化过程

你空着肚子喝一口 50° 的白酒，这口酒精在你的体内是如何消化代谢的呢？

酒首先引起了口腔、食道的灼烧感，很快就进到了胃中，其中一小部份被胃粘膜吸收（最多不会超过 20%），其余的则迅速被胃液稀释，当酒清浓度降至 5% 左右时稀释过程就终止。

紧接着酒精很快就进入小肠，并由小肠壁渗入了血管，即由小肠吸收入血液。小肠对酒精的吸收既迅速又完全，它的吸收速度和酒精浓度有关，酒的度数越低，越易于吸收；酒的度数越高，反而吸收缓慢。非但如此，高浓度的酒精刺激胃的下部开口——胃的幽门，引起胃幽门痉挛，从而延缓酒精进入小肠，因而也就延缓了酒精在小肠的吸收。

进入血液的酒精很快就分布在全身各种组织中。如果是孕妇，那么，酒精还可以通过胎盘进入胎儿的体内；假如一位 70 公斤重的人，酒精的分布空间约为 50 公斤，它包括细胞内和细胞外液之中，但却不能进入脂肪组织和骨组织，因为脂肪和骨组织不含水分。

就全身的织质而言,血液中的酒精量比其他组织多,因为血液是体内含水量最多的组织。酒精和水的亲和力强,人体内的水分及溶于水中的物质统称为体液,细胞内液和细胞的比值大约为 2:1。而整个人体含水将占体重的 65%。

如果饮酒很多,酒精在细胞外液循环时,由于渗透作用原因就会把细胞内的水分吸收出来。此时尽管体内的水分总体未变,却已不在原位,即不在细胞内了,这就造成了细胞内的缺水,即细胞脱水。特别是大脑的神经细胞的脱水,于是便引起强烈的口渴,这时即便是大量饮水,口渴感也久久不能消除。

脑细胞是含水量较多部位,它仅次于血液位居第二。因此,酒精脑组织的分布也是较多的。酒精对大脑及对中枢神经系统的作用先是兴奋而后产生抑制,进而形成麻醉作用。而且酒精兴奋作用并非真的兴奋,而是抑制过程在大脑皮层的减弱,从而使兴奋过程占了相对优势,正是由于这种“兴奋”致使饮酒者丧失了部分理智和自制,从而产生了许多无意识的言行和幼稚的举动及“酒后无法”的状态。据说这种兴奋状态正是嗜酒者追求的飘飘欣快感。大量进酒,超过了机体氧化乙醇的速度,这常常是造成慢性酒精中毒的第一步。

除了对大脑的突出作用外,酒精体内逐渐被分解的部位是肝脏。在肝脏内,酒精进行氢反应,这是一种在生物酶催化下的从酒精分子中去掉一个氢原子,变为乙醛的生物化学反应。新生的乙醛机体是有毒的物质。在肝脏中乙醛再分解代谢转化的产物是乙酸,乙酸对机体也有毒性作用。

假如饮酒不是一口，而是很多，这种分解过程还会在肝以外的其他组织中进行。但是其他组织没有解毒的能力，很容易引起细胞中毒导致损伤甚至死亡。如果长期酗酒，就连肝细胞也会越来越承受不了。

酒精变成的乙酸（即醋酸）会在所有的脑细胞中慢慢分解，最后形成水和二氧化碳。一部分醋酸转化为对人体很有关联的胆固醇和脂肪酸。

酒精一这个氧化过程能释放出热量，1克酒精燃烧时可产生7大卡的热量，但这种热量却不能代替与由食物提供而进入体内的热量。酒精不能形成组建机体的原料，只是按时按量氧化燃烧为机体供热，别无他用。因为酒精不是食品，不含蛋白质、维生素、矿物质等营养成份。未被分解的按原形排出的酒精只占2.5%左右，还有数量差不多相同的酒精又经肾排了出去，经汗液一起由皮肤排出的酒精极少。排出体外的主要是酒精的分解产物，而不是酒精本身。

总之，从口腔内的烧灼感直到大脑深部的变化，这就是一口酒精在人体内所走的一条消化道路和引起的生理反应。

第二节 酒对人体健康的作用

有人对滴酒不沾引以为荣，也有人对海量而赞叹不已，究竟怎样评价酒对人体影响，自古以来就毁誉参半。其实饮酒及是正常的饮食活动。只要因人而异，用量适当还是有益的。

第一，酒在体内可以燃烧而产生热量供机体利用，而且

机体燃烧酒精是优先的，即若同时食入其他物质，那么酒精将先燃烧而留下其他物质供机其他的用途。酒精只能燃烧产热，不能供机体他用。

第二，适度饮酒可以增加食欲。国外生理学家观察到，人在饮酒 10 分钟后，测量道化内液体的含量表明，胃液中盐酸和胃消化酶人含量及胰液中消化酶的含量、胆汁的分泌都会增加，特别是对中老年人来说，饭前适当的饮酒将有增进食欲、帮助消化的作用。

第三，适当饮用酒可以增强心脏功能，增加心脏本身的血循环，扩张冠状血管，预防和冠心病，美国密歇根大学对 2 万人进行 34 年营养血压关系的调查发现：酗酒者血压最高，其次是不饮酒的人，少量饮酒者血血压最低。还发现适量饮酒可以增加血液中的蛋白南成分，而且具有防止心脏病发作和减少动脉硬化的危险。英国医学研究会研究了 18 个国家有关死亡原因和饮酒的关系，结果有趣的是，意大利和法国人在的心脏病而死亡的比率最低，而这两个国家饮果酒量却最高；相对的美国人的饮酒量较少，因心脏病而死亡的人数却最高；芬兰人饮酒的数量也低于美国。

目前，心脏病特别是冠心病，已成为世界死亡原因最多的疾病之一，而且发病年龄逐渐减小。世界卫生组织（WHO）调查表明：心血管疾病已经为威胁人类生命的第一大病，但是饮酒适量确能预防冠心病。饮酒适量可减少了胆固醇在冠心病状血管的沉积，并且还能将原来沉着在血管内壁上的胆固醇溶解，还有一定的治疗作用。

此外血液的凝固可造成冠状血管的栓塞，若是血栓的形

成和冠状动脉硬化组合，发生冠心病、心肌梗塞的机会就更多了，适量饮酒可以抑制由血小板凝集而造成的血液凝固，并且还可以使已凝固的血凝块中的纤维蛋白溶解，从而使凝血重新解溶化，起到活血化瘀之功效。减少冠心病的发作机会。

第四，适量饮酒可促进消化，当代中国著名老中医学姜春华教授在总结适量饮酒的好处时指出，酒能助食、促进食欲，可多吃菜肴，增加营养。一位从事内分泌研究的生理学家曾做过这样的实验；人们在适量饮酒 60 分钟后，测量其体内胰液素的含量。他发现人体内胰液素的含量比饮酒前明显增多，胰液素是胰脏分泌的消化性激素，它对人前的健康的是很有利的。

在步入中年以后，人体消化系统的功能开始降走低。如果饭前适量饮酒，可以促进胰液素的分泌，胰液素又可促进人体消化系统内各种消化的分泌，胰液素又可促进人体消化系统内各种消化液的分泌，从而增强胃肠道对食物的消化和吸收。因此，中老年人饭前适量地饮酒可以弥补消化功能低这一缺陷。

第五，我国古代中医很早就知道酒有舒筋活血、通经络的作用。2000 年前我国中医经典名著《素各、血气形态》载：“形数惊恐，经络不通，病生于不仁，治之以按摩醪药。”这里的醪药即药酒。明代应用的药酒《本草纲目》载有药酒 69 种，近代医家更将其发扬，现代应用的药酒不下千种之多。药酒乃是将中药适当调配，本酒浸制而成，可治疗内、外、妇、神经、跌打损伤等诸多疾病。

据文献记载，日本还有一种浴酒，即淋浴前将适量酒加入浴水中，经常酒浴，可使身体异常和暖，洁光皮肤。日本为此特制的称为“玉之肤”的浴酒就是这种浴酒之佳品。

“玉之肤”是将发酵的酒糟和发酵的米酒混合，再蒸制多次而成的清酒即自制的米酒，色淡黄，醇香可口，加上染色剂便成了市场上出售的黄酒。日本医学专家对引进行了研究，发现酒浴时洗澡水中酒的成分对全身是一种良性刺激。不但能加速血液循环，且对神经传导产生良好的反馈作用。尤其是米酒，做酒的大米经过发酵，产生 200 多种有用成分，酒糟中原来含有大量氨基酸、蛋白质和维生素等物质，经发酵，营养价值又比普通清酒高几倍，加之酒精有活血作用，这就是“玉之肤”能使皮肤健美的奥秘。酒浴时一些皮肤病、神经痛等疾患有较好的疗效，再加上简便易行，所以作为一种保健方法已风靡日本。

第六，适量的饮酒益于人们心身健康，随着现代医学研究的发展，人们已经发现许多疾病的产生和环境及人的心理状况有着密切的联系。

如果长期处于孤独和紧张状态，就容易生病，而适量饮酒能使人精神愉快。酒的陶醉作用能够缓和人的忧虑和紧张状态，增强安定感，提高生活兴趣，对老年人尤其如此。针对不少老年人易发怒、易不满、孤独不快以及其他令人难以理解的古怪性情，日本的一些养老院用一二杯酒代替通常服用的镇静药物和心情舒展的药物，成功地使养老院的气氛豁然开朗，洋溢着和睦家庭中才有的气氛。同时，老人中睡眠差的人数，从以前的 40% 下降到 18%。

第七，适量饮酒能延年益寿，近年来许多国家的研究显示，适量饮酒比滴酒不沾者要健康长寿，适量的酒可以增加高度脂蛋白的含量，可防止心脏病，养活动脉内胆因醇的积累，对老年人而言，少量的酒是健身的灵丹。

美国波士顿二象老人院自从每日下午给老人供应啤酒以来。短短的两个月时间，可以自己行动的人数从 21% 陡增到 74%。总之适量饮酒有益于人们的身心健康，可以起到延年益寿之功效。

然而饮酒过量、酗酒者，或不适当、不适时的饮酒带来的危害也非同小可，有时竟会倾家荡产，造成极为、严重的后果。

第三节 酒在日常生活中的妙用

下边我们介绍一下酒在生活中的几种妙用。

煮猪肉、冻排骨时，先用小量啤酒将肉腌渍 10 分钟，经清水冲洗一下再烹制，不但可以去腥异味，而且易烂。若是老牛肉，则在牛肉上涂一层干茶末，然后第 2 天冲净后放点酒，煮出来的肉即烂又细嫩。

英国有一道名菜，叫做啤酒焖牛肉。这道菜据说有一个来历。十八世纪时，一艘轮船在茫茫大海中航行，船上有牛肉，可惜没有淡水，厨师灵机一动，用啤酒代水烧牛肉，1 小时后以后，干味四溢，食后味道特佳，大受欢迎。从此以后，便逐渐成了一道英国名菜。啤酒不但可以焖牛肉还可以炒肉，用啤酒湮调淀粉，勾芡，炒出出的肉味道鲜嫩可口。

啤酒内蒸鸡。水加 20% 的啤酒在将鸡清蒸前浸泡 20 分钟，然后立即按常法蒸煮。其味纯正、而且鲜嫩可口。对于一般炖鸡，加料酒和不加料酒味道是不一样的。如果在炖制过程中加啤酒就更好，其味道鲜美，口感也更美。炖鱼加黄酒或啤酒，则香益浓、味也更美。如果想把活鱼保留几天，就将蘸上酒精的棉球放在鱼鳃里，鱼就会暂时不死。如果没有棉球，直接滴几滴酒在鱼口腔里也可达到目的。

不论是杀鸡还是剖鱼腹，如果不小心将其苦胆弄破，用白酒涂抹在染有胆汁的部位，再用清水冲洗，沥干后苦味就会自然消除。

杀鸡前，先让鸡服下些酒，然后再宰杀，这样很容易将毛脱尽。脱毛后泡在啤酒晨（20—25% 的啤酒水）中 10—20 分钟，然后按常规蒸煮，鸡肉可以比平常做法更加鲜嫩可口。

煎鱼时在锅里喷上壮举上杯葡萄酒，这样鱼将不粘锅。炒洋葱时加一点葡萄酒在锅底就不会炒焦。炒鸡蛋加上一点米酒可以使鸡蛋鲜嫩松软，而且光泽鲜艳。

如果你把米饭做夹生了，不要着急，只要在饭锅里加上 2—3 匙酒，盖上锅盖再蒸一会儿即完全熟透。

为了化装的需要，比如说美貌的女郎想拔眉毛，可用棉团蘸上 90° 的酒精涂眉毛，3 分钟以后再拔眉毛就不会太痛。

在花瓶中放上少许酒精，鲜花就会鲜艳而持久。

秋季傍晚如果蚊子太多让你无法入睡，可将空啤酒瓶装上 5—10 毫升啤酒，再轻轻摇晃，使瓶内壁沾上酒，放在

桌子或室内蚊子较多的地方，蚊子闻到酒味就会自投落网，有进无出。

酒精擦拭玉石制品最好，擦后玉石光亮如新，但酒精不能擦拭黄金或黄金首饰，啤酒却可以擦拭黄金首饰。

如果口腔有异味或刚吃过塞牙的食物，请用啤酒漱口。啤酒可以包围或冲掉喉咙中中的微尘，其泡沫还可以通过表面张力的作用清除喉咙中的微尖，并且还有清毒作用，可以使喉咙更舒畅。

巧揭锅巴。饭烧焦时锅巴很难从锅底下揭下来，如果在锅巴上洒些米酒，盖上锅盖闷一会儿，就可以轻巧干净地将锅巴揭下。

第四节 外用药酒的治病作用

药酒能治病这是我国古代劳动人民的一项发明。我国最早的一部医学著作“内经”中就明确记载：“经络不通，病生于仁，治之以按摩醕药。”药酒即可内服又可以局部外用。内服可能治病在下已讲过。局部外用何以治疗疾病，主治什么疾病？这是因为酒可以通经络，它有芳香走窜的特性，可能增加局部血液循环，增强软组织弹性，缓解组织的痉挛，同时还能兴奋局部的神经纤维。

由于酒是一种良好的溶剂，可以将表皮上的脂质脱掉，从而增加了药物对皮肤的渗透作用，因而增加了对皮下组织的渗透作用，这就可以起到舒筋活络、活血化瘀、消肿止痛、祛除风湿的一功效。

由此我们得出，药酒的外用主要于用运动系统外表损伤，如关节肌肉的跌打扭伤、及风湿、神经疼痛等症。外用药酒治上述诸症不止是外表涂擦，在涂擦的同时应用指腹或手掌根在患处做一些按摩、推拿手法这样更能增加疗效。这种方法是先把药酒涂于患处，然后在患处及其周围反复进行按揉、抚摩，同时配合诸如捍压弹拨，援顺旋转等不同疾病、不同病情采用适当方法。这样充分活跃局部组织以提高疗效。病人可以采用坐痊或卧位、体位以病人舒服及拖术得双方合适为目的。擦酒后按摩推拿时间一般为 15—25 分钟为宜，隔日或每日 1 次。每 5—7 次为 1 疗程。

这样治疗促进了局部组织的新陈代谢，加速身体的恢复。这种方法对急性软组织损伤、陈旧性软组织损伤、骨折、关节脱位、软组织感染等疾患引起的关节僵硬强直、肌腱和肌肉痉挛，均有效。对颈椎病、风湿性关节炎、脊柱骨质增生和有关节周围炎也能起缓解作用。

手法上要注意：施药前必须详细检查病人有无骨折及血管损伤，以免造成副损伤，并且在软组织局部出血肿胀严重时不要做。对骨肿瘤、骨结核、化脓性软组织炎症亦不宜采用本做法。软组织原实的部位可能重些，其手法应先轻，渐进性增重，待到按摩快停止时再进渐进性减轻为好；骨踝部位及易损伤的部位则易轻。外用药酒一般除非标明可内服者不应内服，以免引起中毒性反应。

第四章 健康饮酒“二十二”问

一、怎样才是适量饮酒

我国伟大药学家李时珍在《本草纲目》中指出“酒少饮则和血行气，痛饮则作神耗血损胃之精，生痰动炎”。现代医学对酒的研究也表明：饮酒的功益和损害因人而异，因酒而异，因量而异。

因人而异。有人一点酒也不能喝。稍喝一点会发生胃痉挛，轻则胃痛难忍，略过一些就呕吐，好几天也难以恢复，真好象这了一场在病。也有人只要沾酒，全身皮肤就会变红、奇痒异常。然而也有人喝上半斤八两却清醒如常。据测，有的人血液中酒精浓度达到 0.05%，就表现出醉酒的迹象；而有的人血中酒液浓度达到 5% 还很清醒。这并不是说酒精对后者的损害小，潜在的损害是相同的。为什么酒量有如此差别呢？这是由于个体差异——人特异体质造成的。这就是好比有人对某种物质过敏一样，一经接触就不行。

因酒而异。由于酿酒的用水、原料、工艺过程不同就产生了多种多样的品质各异的酒。好酒醇香、回味醇香、回味绵长，不上头；孬酒则苦涩、而且有害。因此，饮酒就饮好酒。因量而异。这是很重要的。无论何种好酒，对人的基本作用都是由乙醇引起的。以在脑为例，少量的酒能使之兴奋，

激起人豪情和能勇气；过量就会使人麻醉，失去自我控制，丧失理智，由量变引起质变。

美国以血液中的酒精的浓度和人的行为做过较系统的研究，当血液中酒精的浓度达到 0.04—0.05%时，大脑负责自我控制、镇静和健全思考的部位开始变弱。饮了酒的人开始失去控制、放纵自己去满足冲动性的愿望而顾及周围的人会对他产生什么看法，自我批评能力减弱，变得饶舌而吹牛。当酒精在血中浓度达 0.1%时，大脑更深层受到掣制，特别是与运动功能有关的部位，这时走路就要摇摇晃晃，饶舌而口齿不清，有人则伴有消沉感，会痛哭流涕地倾诉自己的生不逢时、变自己的不尽人意、数落自己的过失、惭愧自己的不足，这恐怕就是所谓“酒后吐真言”吧！也有约占 1%的人看不到上述表现，但专门的意识运动测验可以检查出来，对于这种酒后不形于色的人来说，酒精的潜在威胁会更大。

随着血液中酒精浓度的增加，视觉、听觉触觉都变差，运动反应速度降低，但本人却觉得样子极佳，反应加快，感觉敏锐。当血液中酒精浓度 0.2%时，在脑更深部位——中脑受到抑制，这时是完全的处在酒醉状态了。除了知觉障碍、运动中枢和平衡器官活动障碍外，初级本以也失去控制。这时人会突然激怒，说下流话，会做出侵犯他人的举动和引起下意识的举动，发生违反社会利益的行为，这就是俗话说的“酒后无德”有时会做出犯罪行为。

当酒精浓度达到 0.3%左右时，大脑更深部位的感觉和理智就会更加迟钝，他会不明白自己在做什么，自己看到或

听到什么，这在医学上称之为酒精中毒性痴呆状态。

酒精浓度再高，血中达到 0.55 时，人的一切知觉都消失了，处于休克状态，这时人就跟醉死了一样，会完全丧失知觉，熟睡而不醒，呼吸短促而不均匀，反应消失，人体内的主要孔道关闭，括约肌松弛下来，其他肌肉也松弛了。人在这种状态下会因呼吸中枢、心跳中枢受抑制而死亡。也可因脑出血或呕吐及干呕时的窒息而死去。

究竟酒精在血中的致死量为多大，尽管因人而异，就目前测得的浓度大约为 0.6—0.8%。人体含血量大约为 8%，比如一个体重 75 公斤重的人，将有 $75 \times 8\% = 6$ 公斤的血。如果这 6 公斤的血中 0.8% 是酒精的话，那么血中酒精的重量就相当于 0.48 公斤，即 480 克，相当于 50° 白酒 1 斤。这个数字仅是一个平均数字，在生活中确有人饮酒大大超越此界，但绝大多数人是不行的。

既然如此，那究竟喝多少酒才算适量呢？一般说来，每日饮白酒以 60° 计，不超过 30 毫升为益；一般色酒、黄酒以不超过 60 毫升为宜；啤酒以一瓶为宜。

提出这个剂量的根据，除以上理由之外，还有体内肝脏每小时最多能处理的酒精量为：男人按体重计算每公斤、每小时平均为 0.1 克，女性 0.08 克。因此，劝君饮酒莫贪杯。

二、饮酒前后服药有何危害

酒中主要成分是酒精，酒精在人体内会抑制中枢神经、扩张血管、刺激或抑制肝脏中的酶系统，进而影响肝脏的功能。所以饮酒前后服药，势必会因酒精的作用，或加速或延

迟某些药物的吸收。此药物又可加速或延迟身体对酒精的吸收，从而使身体出现各种生理乃至病理反应。特别是在饮酒前后 12 小时内服药，由于酒精与药物的相互作用，会增加药物或酒精的毒性，产生副作用，影响某些药物疗效，甚至引起致命的后果，故此，必须引起警惕。

根据医院临床证明：凡服用胍苯哒嗪、利尿酸、闷可乐、苯海拉明、苯乙胍、优降宁等药物都能增强酒精毒性。如高血压病人服用胍苯哒嗪时若饮酒，则能增强酒精的麻醉抑制作用，病人易出现呕吐、头晕、行走不稳、语无伦次、昏睡等酒精中毒反应。

饮酒会影响药物疗效的药有苯妥因钠、甲苯磺丁脲、胰岛素等。如癫痫病人在服用苯妥因钠期间饮酒，则因酒精有酶促作用，会加快药物的代谢，从而大大降低药物的作用，引起癫痫发作。

饮酒能加大药物副作用的药有巴比妥、阿斯匹林、利眠灵、冬眠灵、奋乃静、苯海拉明、A P C 片、水杨酸钠、安定、灭滴灵等。如发热病人在服 A P C 片时饮酒，则犹如火上加油，增加药物的副作用，引起食欲不振、恶心，更易诱发和促使胃出血、胃穿孔等严重后果。

饮酒还能造成乙醛中毒。酒精经氧化后转变为乙醛，乙醛可使人产生恶心、呕吐、头痛、头晕、腹痛、脸红、呼吸困难、低血压等中毒症状。促使酒精氧化的药物有痢特灵、硝酸、甘油、戒酒硫、D、氯霉素、灰黄霉素、氯丙嗪、奋乃静等。

由于一般人不了解医生开的是什么药，又不易辨认，因

此，在服药期间切忌饮酒。

三、为何低度酒开瓶后不宜久放

低度酒一般是指酒精含量低于 40% 的酒，葡萄酒和啤酒的酒精度更低。这些低度酒对微生物的抑制能力较弱，当酒瓶开启后，若一次未喝完，则空气中的微生物就很容易进入酒中，在酒里滋生繁殖，并经发酵而产生醋酸、乳酸等混合物，致使酒味变酸，瓶底还出现沉淀，这种变质酒不宜饮用。所以低度酒开瓶后一次饮完，不宜久放。

四、饮酒能御寒吗

酒是含有乙醇的饮料，适量饮酒，酒精能加快体内血液循环，在一定程度上能起舒筋活血、兴奋精神、解除疲劳的作用。

人们喝酒后，会感到身体发热。有些人在冬天下冷水时，先喝一些酒，可以驱除寒冷感；有些人在风雪中作业或从风雪中归来，也要喝上几杯，使全身发热抵御寒冷。这样，很多人就把酒当作御寒饮料，以为在隆冬季节只要多喝一些酒，就可以防寒保暖了。这种以酒御寒的习惯，在我国北方比较多见。

那么，饮酒究竟能否御寒呢？其实，饮酒并不能御寒，人们喝酒后感到身体发热，是因为酒进入体内后，酒精刺激了血管，血管扩张，使全身血液循环加快，这样，体内的热量就会散发得快一些和多一些，饮酒的人就会感到浑身上下

都热乎乎的。但是这种发热感并不会持续很长时间，酒精刺激血管作用，一会儿就会消失，人体的发热感就没有了。这时，由于体内的热量散发得比较多，比较快，反而会感到比没有喝酒时更冷。

是不是多喝一些酒御寒作用就大一些呢？也不是。多喝了酒，进入体内的酒精超过了人体对它的消纳能力，有些人会发生醉酒，神志不清，寒冷感也暂时没有了，更容易毁坏身体。

总之，饮酒不能御寒，不能把酒作为冬天的防寒饮料。平时少量饮点酒还可以，过量饮酒对身体没有好处，长期大量饮酒还会伤害身体。

五、为何酒能醉人

酒，气味芬芳，能兴奋提神、舒筋活血。无论什么酒主要成分是酒精，学名叫乙醇，少喝一些有益身体，饮酒过量，常使人醉倒，这就是酒精中毒。

为什么酒精会使人中毒呢？因为酒精大部分由肠粘膜吸收，经血液到全身。进入人体内的酒精只有 1/10 左右经呼吸和出汗排出体外，大部分经肝脏氧化成为二氧化碳和水，由肾脏排出。当一次大量饮酒时，肝脏来不及对它进行氧化，就在体内蓄积起来引起急性中毒。常常先出现兴奋、面色潮红、话多、语无伦次、行走不稳、呕吐，随之昏迷，面色苍白。还会引起血压下降，昏迷以至死亡。这个过程是酒精作用于中枢神经系统先兴奋、后压抑的结果。

发生醉酒后，应让病人躺下，多给喝些浓茶或糖水，加

快酒精的排泄，一般睡几小时后，就没有问题了，如过度兴奋或已昏迷，应送医院。

六、酗酒的危害

“酒后无德”、“酒大伤身”、“酒极则乱”，这些都是形容酗酒、饮酒过量危害的俗话。事实也是如此，长期饮酒造成的恶果在生活中随处可见。据上海环境研究的一项报告表明，近7年间因大量长期饮烈性白酒造成的酒精中毒的患者上升28.5倍，死亡人数上升30.6倍，酒后驾车造成的危害那就更是司空见惯了。

酗酒后肌体受损害的部位，首先是肝脏。肝脏乃人体消化之中枢，酒精是要在肝脏消化解毒的。乙醇在肝脏中先是转化为对人体有毒的物质乙醛，乙醛再进一步转化为乙酸，最后变为二氧化碳和水经呼吸和尿液排除体外。

首先，肝对酒精的消化作用，不会因酒精在体内的浓度增加而加快，因而大量的酒精使肝脏受损而变性，终导致肝硬化，医生称这种肝硬变为“酒徒肝”。在西方酒精引起的肝硬化占全部肝硬化的50%~90%，我国25%~60%男性死亡的五大原因之一。

其次，酒精对人的大脑有剧烈的麻醉作用。短时间饮入大量的酒精，首先受害的是大脑，使神经细胞突然产生兴奋，继而转为麻醉状态，造成言行失常，昏昏沉沉，不省人事，严重者可致死。醉酒时人体各器官失调，功能性括约肌也由麻痹而开放，生理功能失调，易诱发各种疾病，像胃炎、肺炎和各种感染。如果是长时间慢性中毒，轻则神经衰弱，重

则智力减退、健忘、肝脂肪化。据说胃癌、肝癌、乳腺癌也和饮酒有关。尤其严重的是长期饮酒会罪及下代。

饮大酒，缩短命。医学研究表明酒精使人体内的红细胞粘结力增强，从而造成脑部微血管的栓塞；长期饮酒使血浆有收缩血管作用，儿茶酚胺浓度上升而引起高血压病。国外专家估计，酗酒者的寿命比同样生活条件而不饮酒人寿命平均可缩短 20 年之多。

下面介绍几例慢性酒精中毒患者的痛苦与症状，以引起人们重视，让饮酒者引以为戒。

32 岁李×，15 年前开始喝酒，初时偶饮，近年来酒量骤增，日均饮酒 0.5 公斤，一日三餐顿顿必饮。从 1990 年以来常常是夜间难以入眠，并有恐惧感，诊断为慢性酒精中毒性失眠证。

长春市某厂 25 岁青年工人，5 年前开始饮酒，每天多达 0.75 公斤。自去年起经常酒后闹事，摔砸东西并有乱语现象，且性格也发生了明显的改变。明知酒后惹事，每天仍喝酒不止，就是在人陪伴地进行诊治期间，还想法偷酒喝，不喝便觉心烦意乱，痛苦难耐。此病为慢性酒精中毒，酒精依赖。

一位从 17 岁便饮酒，并具有 25 年酒龄的工人，多时日饮白酒量达 1 公斤，除饮白酒外每天还饮啤酒 5 楼 6 瓶。近 2 年来性格大有改变，记忆明显减退，今年 8 月中旬在亲人的强迫下戒酒。戒酒后便出现夜间胡言乱语之病状，而且肢体震颤，双手哆哆嗦嗦反复做着起啤酒盖的动作。经 C T 检查，此大脑已经萎缩，诊断为慢性酒精中毒伴发精神障碍。

从上面的例子中我们看到了酗酒和长期大量饮酒的危害。因此，饮酒一定要适量。

七、酒精中毒有何表现

1. 病理性醉酒

每于酒后便出现较严惩的神经症状。精神焦虑、性情狂躁、暴跳于雷、好冲动、具有很大冲动性。发作时间长短不一，从几分钟到几天，平静之后无记忆。有时这样的人有自杀或杀人的行为。

2. 严重慢性中毒

这是酒精中毒较严重的疾病。表现如下：

1. 严重记忆丧失。尤其是近期记忆严重缺失，几乎不记得近几天醉酒时的情景。
2. 严重定向力障碍，有时因不能找到自家门口而走失。
3. 特殊心情。对任何提问都表现得自信而肯定，有时近于荒唐和虚构，但本人却全然不知，甚至对自己本不知道的事都表现性情爽朗、愉快，以为自己有超人的能力。

对这些酒精慢性中毒的病人应及时早治疗，平时家人要给以适应监护。

八、如何选购补酒

滋补酒通常都含有一定数量的药物，饮用得当，对身体有益，否则，反而有害，故应根据各人不同情况，选购适合

各人需要的滋补酒。可根据以下三原则来选购：

1. 根据酒中含药成分进行选择。

如：人参酒，具有补气、生津作用，适宜体虚气短、多汗虚脱以及血压偏低者饮用。而患失眠症、高血压及脑血管疾病者不宜饮用此酒。

又如当归酒，能补血、润肠通便，是一种宜于体虚贫血、手脚麻木以及大便干结等患者饮用的滋补品。由于当归还具有一定的破血作用，故月经期妇女或者月经量较多的妇女不宜饮用。当归中还含有较多的蔗糖，糖尿病患者最好不饮。

2. 根据季节变化选用。

夏季炎热，人的体火上升，一般不宜饮用补酒。如确需滋补，宜选用药性较寒凉，滋阴补脾的补酒，如龟蛇酒等。

冬季是服用补酒的最好季节，可选用药性温热、祛风除湿的药酒，如五加皮酒等。

3. 因人而异。

不同年龄不同性别的人，选用补酒应有所不同。老人宜饮药性平和、含维生素和无机盐较丰富的“花粉酒”等。妇女则以药性温平、补血强肾且酒精度较低的被酒为宜。

九、男女在饮酒方面有何差异

医学家经过研究和长期观察，发现男性长期酗酒出现酒精中毒症大约需 10~15 年，而女性只要 5 楼 10 年。那么，

为何会有如此差异呢？这是因为女性体内雌激素分泌能妨碍 ALDH 棒 I 的作用（ALKH 棒 I 为乙醛脱酶 I。对女性来说，体内乙醛含量很容易增加，而且能保持相对比男人高的水平，其毒性作用也随之增强，特别是对妊娠的妇女来说更是如此。妊娠初期雌激素分泌量大，如果酗酒，就会对胎儿产生强烈影响，极易导致流的，甚至死胎，乃至产生畸形儿。妊娠期是绝对不能饮酒的。

由此可见，男人和女人对于酒精的承受能力是不一样的，饮酒当然也就应该有所区别了。

十、啤酒为何不能纵情饮

啤酒营养丰富，开胃健脾，味微苦爽口，醇香扑鼻，是人们夏季最喜爱的饮料之一。它含有人体必需的氨基酸和丰富的维生素，并能供给人体一定的能量，故有“液体面包”之称，所以人们在喝啤酒时，往往不加节制，纵情饮用。其实啤酒喝多了，同样对身体不好。

因为啤酒中还含有一定浓度的酒精（约 2 - 6%），过量饮用，不仅增加血液中的液体量，加重了心脏负担，而且久而久之，心肌变肥厚，心腔扩大，再加上酒精对心丈夫的损害，更会使心肌组织中出现脂肪沉积，减弱收缩功能。

另外，由于啤酒本身能供应人体热能，会促使喝啤酒人多进食高脂肪类食物，长此以往就使人变得大腹便便，即人们常说的“啤酒肚”，并容易患高血压、冠心病、动脉硬化等疾病。大量饮用啤酒，还会使血液中铅的含量增高，从而影响身体健康。

喝啤酒还可能影响一些药物如抗生素、降压药、镇静药对身体的疗效，故服药治病期间不要喝啤酒。

总之，喝啤酒时不能纵情饮用，一般以 1 - 2 杯为宜，放量纵饮有损健康。

十一、怎样才能戒酒

对那些每日必饮、每饮必醉、嗜酒如命的酒癖和酗酒者，必须劝其戒酒。因为酗酒不但使自身发生慢性酒精中毒，损害健康，导致早衰，并且往往引起各种疾病，同时还给社会家庭带来不应有的损失。

酗酒者不但自己要下定决心戒酒，社会、家庭也应帮其戒酒要有决心，因为戒酒会使饮者产生许多不适应症，即停止饮酒后会出现周身无力、精神萎靡、食无无味、不能成眠，有时还会腹痛、腹泻，甚而有涕泪交流的现象。对此如果戒酒者没有决心就会半途而废！此外戒酒者必须以坚强的意志坚持下去。这样经过一段时间，痛苦会一天天减轻，全身开始舒畅，食欲会慢慢变好，睡眠香了起来，这是戒酒后一段必然产生的欣快时期。

照此办法坚持下去，2 槓 3 个月后就能成功了。戒酒同时还应有目的的锻炼身体，例如清晨跑步，做体操及从事其他运动，把业余时间安排好，不要让戒酒者感到时间难挨，空间太多，而重新酗酒。

近年来有人对反复戒酒不成功的人采用了药物戒酒。先给戒酒者服用催化剂，而后再让他喝以前常饮的酒，这也是戒酒的一种方法。

十二、喝啤酒有何益处

啤酒含有乙醇，属于酒类饮料。但是，啤酒中还含有二氧化碳，进入体内，二氧化碳随即排出，能将体内热量带出一部分，使人有清凉爽快感，因此，啤酒也是人们喜爱的夏季饮料之一。

啤酒是用大麦芽、大米等作主要原料，加入酒花和酵母，经过糖化、发酵而制成的一种原汁酒，含乙醇（酒精）量大约为 3 桠 4%。啤酒分熟啤酒和生啤酒两种，生啤酒一般又叫鲜啤酒。啤酒所含酒精浓度较低，含其他营养物质比较丰富，因此，1972 年，墨西哥召开的世界第九次营养食品会议上，啤酒被列为“营养食品”。

啤酒含有较多的氨基酸和维生素，据测定，每升啤酒含维生素 B1（硫胺素）0.15~0.5 毫克，维生素 B2（核黄素）0.2 桠 0.68 毫克，维生素 B6（吡哆素）0.59~0.83 毫克，1 升啤酒可产生 760 千卡的热量，相当于 1100 克牛奶产生的热量，或者相当于 250 克瘦猪肉 500 克瘦牛肉、400 克鸡蛋所产生的热量。

制作啤酒的原料酒花，又叫做啤酒花或香蛇麻，具有较强的防腐杀菌力，对于葡萄球菌、结核杆菌有抑制与阻抗作用。喝适量啤酒对于神经衰弱和高血压等病症有一定的疗效。啤酒还有促进食欲、滋补脾胃、帮助消化、清热利湿的功效。

质量好的啤酒清澈有光，没有沉淀，打开瓶口后有大量泡沫涌出，有一股酒香气，酒入口后有一股沁人的香蛇麻腺

的苦香味，一般说来，啤酒开瓶后，即应一次喝完，瓶盖打开后的剩啤酒存放过久，气味、质量都要受不良影响。

啤酒具有一定的营养价值，适量喝啤对健康是有好处的。但啤酒毕竟含有一定数量的酒精，酒精对胃肠有刺激作用，患有十二指肠溃疡和肝炎的人，不宜喝啤酒。喝啤酒也要适量，长期大量饮用，还可能使心脏扩大，下腹还容易外凸，形成“啤酒肚”影响体型健美。

十三、常用解酒的饮食有哪些

1、糖醋白菜心或萝卜丝将白菜心或萝卜切成细丝，加上醋、糖凉拌，该菜清香酸甜，爽口解酒。

2、糖醋泡菜将泡菜中的萝卜或黄瓜切成薄片，加上醋、糖凉拌，再浇上两匙泡菜卤水，也能解腻醒酒。

3、炒糖玉片将大白菜帮洗净，切成1寸长，三、四分宽的窄条，加醋腌渍15分后取出，放少许油在锅内，用大火煸炒白菜，再倒入醋、糖，翻炒起锅，色如白玉，因此称玉片。

4、炒豌豆苗将豌豆洗净，放在汤碗里，另放少许油在锅内，油烧至冒烟时加水煮开，并加入少许盐、味精、冲入汤碗内。清淡之菜香，透入肺腑，有醒酒之效。

5、清炖冬瓜汤。

6、饮食醋用陈醋50克、红糖25克、生姜3片共煎水服，有较明显的解酒效果。

7、饮白萝卜汁白萝卜汁加红糖适量，每次饮1杯。

8、饮生蛋清或牛奶生蛋清或牛奶可以缓解酒精在胃内

的吸收，保持胃粘膜不被酒精灼伤。

9、饱浓茶。

10、饮绿豆汤。

可参照以下方法解酒：

1、将水萝卜切成细丝与香醋、白糖抖均、吃下一碗，睡上一小觉，醒脑解酒明神，去头涨脸红。

2、桂花与乌梅（可多放几个）放在小砂锅中煮汁。汁色钎浓透亮芬芳，凉后加入白糖，是女士普遍喜爱的饮料，消渴、解热、解酒、美颜。

3、梨去皮切成片，吃时就着花茶，可以冲淡血液中的酒精浓度，加速酒精在体内的分解。

4、少许酸枣面冲水当作饮料喝下，也有快速醒酒的神效。

5、鲜芹菜（苹果、甘蔗、鲜藕、甘薯、水萝卜榨汁也有同样疗效）放在榨汁机中榨汁，喝后可去酒后头晕、头痛、久醉不醒。

十四、醉酒后能饮浓茶吗

有此人在日常生活中经常边饮酒边喝茶，也有人的在醉酒后以浓茶解酒，这种方法有科学性吗？

我国明代伟大药学家李时珍《本草纲目》中指出：“酒后饮浓茶伤肾脏，腰腿坠重，膀胱冷痛，兼患痰饮水肿”。从中医阴阳学说而论，酒味辛入肺，肺通气主皮毛，肺属肺经络大肠，和大肠经相表里。酒可升阳，促血运。而茶味苦属阴，主降。酒后饮茶则将酒驱肾，水生温，于长寒滞导致

小便频浊，阳痿，大便干燥。

酒精有使心血管兴奋的作用，使心脏跳加快加强，血压上升。茶亦有使心血管兴奋的作用，两者叠加，不但对心脏功能差的人无益，就是对心脏功能好的人也将起到推波助澜的损害作用。

酒精的代谢产物为乙醛、乙酸，最终为二氧化碳和水，水经肾生尿而排出体外；浓茶中含有茶碱，具有很强的利尿作用，二者结合会促使尚未分解的乙醛和乙酸过早的时入肾脏。对肾脏来说乙醛是有毒物质，会造成肾功能损害。

因此对喝浓茶可以解酒的看法是不对的。特别是对醉酒后出现昏迷、呼吸缓慢、皮肤温冷、心跳摸不到、脉搏细微的人，灌服浓茶更是有百害而无一利。

真是喝醉了，可以进食些柑桔、梨、苹果之类的水果，或吃些西瓜。若无水果可以饮绿豆汤。对于醉得有如烂泥昏睡者，应快去医生那里抢救。

十五、服用哪些药时应忌酒

1、对胃肠道刺激的药物。如服用抗风湿的消炎痛、水杨酸钠等药物时，饮酒会增强这些药物对胃肠道的刺激。

2、具有一定毒性的驱虫药。如服用山道年、六氯对二甲苯、四氯乙烯等药物时，饮酒会使肠道对药物的吸收增强，常会加重中毒反应。

3、酒精能增强各种中枢神经抑制药（如水合氯醛、鲁米、安眠酮等），成瘾性镇药（如杜冷丁等）及部分抗组织胺如盐酸苯海拉明、非那根、扑尔敏、葡萄糖钙片，乳酸钙

等)的镇静作用。如果在服这些药物的同时,大量饮酒,容易引起不良的后果。

4、服用灭滴灵、单胺氧化酶抑制剂时,饮酒可引起呕吐、腹泻、腹痛、头昏等中毒症状,严重时可引起抽搐、心律失常,甚至造成死亡。

5、服用血管扩张药及双氢克尿噻等利尿剂、胍乙啶等强烈降压药时,饮酒可加重因服药而出现的低血压的反应。

6、胰岛素。酒精能增强胰岛素降低血糖的作用,为了正确观察病情变化和使用胰岛素的药量,应用胰岛素的病人不定饮酒。

十六、啤酒能解暑吗

啤酒营养丰富,含有多多种氨基酸,发热量高。啤酒内的碳水化合物容易被人体消化吸收,吸收率可高达 90%,所以有人称它为“液体面包”,另外它具有特异醇香和爽人的二氧化碳,深受人们的喜爱。

在炎热的夏季,有人将啤酒当作清凉的饮料喝,用来解暑。其实,这种做法是不妥当的。

啤酒的酒精含量虽低,但如果摄入量很多时,进入人体的酒精量也不少,结果造成脉搏频率增加,体温升高,站立能力、协调性能、思维能力均下降。可见啤酒不但没有解暑作用,反而降低身体的各种反应能力,造成身体各种功能失调,引起了工作上的失误。所以不要用啤酒解暑,更不要在工作前和工作时饮用。

十七、孕妇酗酒对胎儿有何危害

我国妇女一般很少过量饮酒,但逢年过节饮酒者并不少见,孕妇如过多饮酒对胎儿有是很不利的。酒精也是一种致畸因素,可造成胎儿的慢性中毒,医学上称为“胎儿酒精综合征”其临床表现为:

1、头颅和颜面部发育异常

如长脸、小眼睛、凹鼻梁、短人中、唇裂、腭裂和小下颌等多种畸形。

2、智力低下

绝大多数为小头畸形或脑受损害,出生后智力低下,成为痴呆儿。

3、四肢和内脏畸形

由于全身多处关节畸形,孩子的四肢伸展活动受限,造成运动障碍。内脏畸形中以先天性心脏病为多见。因此胎儿及新生儿的死亡也增加。

4、染色体畸变

酒精会造成胎儿的染色体畸变,受害胎儿会发生各种染色体综合征,表现出多发畸和智力低下。因此,孕妇不应酗酒,尤其是在怀孕早期应禁止饮酒。

十八、饮酒对老年人的健康有影响吗

众所周知，酒的主要成分酒精。健康人饮用适量的酒精，可促进食欲，帮助消化，有解除疲劳的功效。

但是，老年人由于许多器官和组织都已出现明显的衰退，饮酒则害多利少，老年人的心脏随着年龄的增长，心肌纤维发生萎缩，在淀粉样物质沉积，心脏扩大，心功能减退。实验证明，65岁老人心血输出量较25岁年青人减少30—40%，老年人肺功能也明显衰退，气管粘膜的消除功能、防卫功能、免疫功能均有下降。60岁老人肺摄氧能力可下降30%，据报道，老人的肝硬化发病率有增加趋势，60岁以上几乎占全部肝硬化的30%。随着年龄增长。老年人各种器官的功能都处于进行性衰退之中。

长期饮酒可促使心肌变性，心脏扩大，脂肪沉积，血管硬化。心脏功能进一步衰退，可诱发或加重老年心血管疾病，对健康是有害的。酒精在体内代谢时，有一部分原形由肺排出，这对呼吸也造成一定刺激作用。可降低肺防御功能，对呼吸器官也造成一定损害，并直接损害肝脏，急性大量饮酒可以发生急性醇中毒性肝炎，长期饮酒可发生肝硬化。

有人报道，长期饮酒者患胃癌的较多，并促使肝内胆固醇合成增加，促进血管硬化。还有人认为，长期饮酒可损害眼、耳鼻等感觉器官，使之发生功能迟钙。

十九、怎样选用药酒滋补

“冬令进补”，老年人往往喜欢喝少量补酒来滋补身体。

然而，补酒种类繁多，各具特色，根据中医理论，各种补酒有寒、热、温、凉等不同药性，人体也有虚、实、寒、热等不同性质，所以促补之道，也得遵循“虚则补之，实则泻之，寒则热之”的用药原则。所以冬令饮补益酒时，要根据各人体质，虚弱情况区别对待。做到科学地选择和应用，才能发挥药酒的功效，达到补益的目的。

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

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

有血虚者，头昏上眼花，面色苍白，以及妇女月经延后，量少，色淡，应该选择有被益气血功效的药酒，如十全大补酒，补益杞圆酒、桑椹酒、味美思等。若是妇女产后出血症、面色萎黄或苍白者，还可选用一些特别适应妇女的补酒，如乌鸡补酒、八珍酒、毛鸡酒。这类酒对促进产妇健康，祛瘀生新、润和气血，振奋精神的较好的作用。

有脾胃虚弱、筋骨不健、易荣累者，可选择有舒筋活血强壮筋骨作用的药酒，如虎骨酒、史国公酒、状元红、杜仲糯米酒，养血愈风酒等，但这类药酒药性猛烈，身体虚弱者及老年人应慎用。

二十、外用药酒应当注意什么

常用外擦药酒的舒活灵、正骨水、骨友灵、樟脑酊、万花油、云南白药酊等，亦可自己配制。外用药酒一般由活血化瘀、疗伤止痛及有消炎作用的中草药，再加上芳香走窜渗透作用的药物如冰片、樟脑、麝香等配制而成。主要用于运动系统损伤的治疗，如关节肌肉扭伤以及风湿、神经炎患者。

外用药酒具有芳香走窜的特性，有较强的皮下组织浸透力，功能舒筋活络、血管化瘀、消肿痛、祛除风湿、这些药酒擦在皮肤上可交替出现阵阵温热和凉松舒适之感，对促进局部血液循环，解除肌肉痉挛，改善局部组织缺氧和增强局部新陈代谢，以及消炎止痛有明显的功能。

外擦药酒的同时，可用指或手掌根部在患处做些推拿手法，其效果更好，方法是：先将药酒涂擦患处，然后在患处及其周围徐徐反复进行按揉、扶摩。在按揉、扶摩过程中或结束时，配合捏压、弹拨、援顺、旋转等辅助手法，以提高疗效。患者可采用坐位或卧位，一般应兼顾病人的舒适度和便于按摩者操作。

按摩治疗时间每次 15—20 分钟，每日 1 次或隔日 1 次。每 5 次为 1 疗程。

临床实践表明，药酒按摩可增加局部血液循环，增强软组织弹性、松解局部组织粘连、缓解痉挛、促进新陈代谢，提高神经兴奋性等。对于急性软组织损伤、陈旧性软组织损伤、骨折、关节脱位、软组织感染等疾病患后遗的关节僵直、肌腱和肌肉痉挛、局部疼痛和组织粘连等均有疗效，对肩周

炎、颈椎综合症、风湿性关节炎、肥大性脊炎等亦有一定疗效。具体而言，应注意以下以几方面：

1、按摩手法宜先轻后重，临近结束时再逐渐减轻。

2、软组织损伤中 2 天内，因局部出血、肿胀严重，如果在患处用力揉按，会使红肿灼痛症状加重，故一般不宜使用。

3、用药酒按摩推拿时注意不要直接按擦骨凸部，以免损伤骨面的软组织和吸膜组织而加重病情。

4、药酒按摩疗法不宜新鲜的骨折、关节脱位、骨裂及表皮破损。对心、肝、肺、肾有严重疾患者也应禁用该法治疗。

5、对骨肿瘤、骨结核、软组织化脓性感染等，只可在疼痛较重处作表面涂抹不要推拿重压，以免使病变扩散。

6、外用药酒不能内服，以免引起中毒反应。

二十一、药酒的服法与禁忌

药酒一般以温服为好，有利于药效的发挥，其剂量可根据药物的性质和各人饮酒的习惯来决定，一般每服用 10—30 毫升，每日早、晚饮用，或根据病情及所用的药物的性质及浓度而调整。

有些滋补性药酒，也可以在就餐时服用，慢慢地饮、边饮酒，边吃点菜，酒量小的人，可把浸泡好的药酒用纱布过滤，加入适量的冷糖水或蜂蜜水，稀释后的药酒更适合口味。

治病的，病愈后一般不宜再服，不宜以药酒“过瘾”，以免酒后药性大发，反损身体；补虚的，则需较长的时间饮

服，才能奏效，涌痛饮以求速效。

药酒也不是任何人都适用的，还须因人而异，如妇女有经带胎产等生理特点，所以在妊娠期、哺乳期就不宜使用药酒，在行经期，如果月经正常，也不宜服用活血功效强的药酒。

年老体弱者，因新陈代谢缓慢，在服用药酒进可适当减量。相反，青壮年因新陈代谢相对旺盛，用量可相对多一些。儿童因生长发育尚未成熟，脏器功能尚未齐全，所以一般不宜服用，如病情确定有需要者，也应注意适量。

平时惯于饮酒者，服用药酒量可以比一般人略多一些，但也要掌握分寸，不可过量。不习惯饮酒的人，在服用时，可先从小量开始，逐渐增加到需要服用的量，也可以用冷开水稀释后服用。

此外，对有些疾病如肝炎、癫痫、心脏功能不全、慢性肾功能不全等，均不适宜服用药酒，以免加重病情，对酒过敏的人及患皮肤病等病人要禁用或慎用药酒。

二十二、酒贮存时间越长越好吗

“陈酒飘香”这句话古已有之，从这句成语看酒贮存时间越长越好了。事实是如此吗？

我国关部门规定，普通散装白酒贮存期为10—20天；瓶装优质酒内销一般均在半年以上才能了厂，若是出口最少要贮存一年以上，多者需要三年才出厂，可见陈酒比新酒的确要好。

新白酒酒味浓烈香味少，掺杂有邪味而且刺激性大，给

人以一种冲辣感，喝后往往易上头，易醉。因而新酒生产以后都要贮存一段时间，待邪味去除，香味增浓后方能出厂。经过一定时间的合理窖存，白酒中酒精分子和水分子之间相互缔和，可以减少新酒冲劲，消除冲辣感，增加清香味道。

有品酒家们指出，贮存 30—40 年的 40° — 50° 的陈白酒，味觉上只相当于 20° 左右新白酒的刺激程度，这是经过合理贮存后酒精分子和水分子经过缓慢的缔合作用的结果。在贮存的过程中，酒里不到 1% 的其他成分会不断地越来越贵敢。

然而，并非所有酒都是“越陈越香”。非蒸馏酒，如啤酒和葡萄酒就不宜久存。我国有关部门规定，甜白葡萄酒保存期为 3 个月，超越此期，不经鉴定不准出售。鲜啤酒不论瓶装还是散装严格限制在 7 天以内，有的厂家只规定 1—2 天。瓶装熟啤酒的存放时间从 2 个月到 4 个月不等。

这是因为啤酒和葡萄酒久存以后很容易变质，从而失去营养成分。因此不论哪个厂家出品的啤酒都应注明出厂时间和保持期，出厂月日一般在商标四周标明。保质期文字注明。

啤酒的保存天数还和温度有关，鲜啤酒保存温度为 0° — 15° ；熟啤酒保存温度为 5° — 25° ，在保存期内产品不混浊，不沉淀，不发生酸败，不产生异味。在贮存时还要注意，阳光不能直射。放入冰箱贮存时应先降温，不要直接放入，否则易发生爆破。

白兰地和葡萄酒虽然也是蒸馏酒，但在装瓶以后，酒中原料微粒以及酵母还会发生改变，使酒逐渐变得更为成熟。

然而时间超过了限度酒就会“老化”甚至变质。因而是饮用葡萄酒也要注意其贮存方法和时间。藏酒定要放在避光、通风、阴凉的地方。

第五章 健康饮酒“十八”忌

一、忌空腹饮酒

在日常生活中,人们常常先饮酒,后吃饭,因而喝酒时,机体往往处于空腹饥饿状态,血中胰岛素浓度处于低水平,而胰升血糖素浓度则处于高峰。如果在饮酒的同时吃了大量的高蛋白、高脂肪、低糖分的食物,这既刺激胃肠分泌消化液,也刺激了胰岛B细胞分泌大量胰岛素,此时机体本应补充更多的葡萄糖。可是饮酒时因糖或淀粉类食物的摄入甚微,结果使血糖浓度急剧下降。

同时,空腹饮酒时肝脏很快将酒精吸收,进而抑制了肝糖原的分解和糖原异生,这就很容易导致低血糖症的发生。

此外,酒精对口腔、食道、胃部都有害,不单单引起这些部位的不适和灼烧感,严重者还会诱发多种疾病。实验表明,如空腹大量饮酒,酒进入胃肠只需20?30分钟就能完全吸收,对大脑的刺激也就达到高峰。特别是赌气喝酒,借酒浇愁者,更易醉倒。

因此饮酒之前应先吃些食物来延缓酒的吸收,同时也起到保护胃粘膜的作用,酒精也不至于对大脑神经细胞造成强烈的刺激。

二、忌过量饮酒

“酒后无德”、“酒大伤身”、“酒极则乱”，都是说饮酒过量的害处。古书记载“饮酒莫教大醉，大醉伤神损心志也”。

饮酒适量对于患有高血压症、动脉硬化症的病人尤为重要。因为这些病人饮酒过量有导致脑出血致死的危险。对有心脏病的病人，特别是有冠心病的病人更要注意，酗酒会使心绞痛突然急性发作，造成心肌梗死、心包填塞，有时连抢救都来不及。

因而饮酒一定要适量，适可而止为好。节日欢聚，亲朋好友之间更不要相互争雄，争强好胜。

三、忌一饮而尽

酒桌上有一句流行语言叫做“感情深，一口闷”。这样猛喝是为了表现性情“豪爽”和与对方感情的笃好，大有“舍命陪君子”之意。

其实这样喝酒危害极大。一盅酒一口喝入胃内，对胃突然地急性刺激常常会引发胃炎；由于酒精被很书吸收入血，使大脑皮层神经细胞处于不正常的兴奋状态，从而容易使人失去控制，对脑动脉硬化者会造成突然脑出血而导致死亡。再说这样喝法也不文明。因此奉劝饮酒者且莫“一饮而尽”。

四、忌喝冷酒

饮冷白酒进腹先是给胃一个冷的刺激，接着又引起了局

部的烧灼感，这一冷一热很易引起胃发生痉挛，尤其是冬季是这样。饮较好的名酒还好些，因为优质酒含有许多减少酒精对胃不良刺激的物质。要是饮用孱酒就必须先烫热后再喝才好。因为白酒的成分除了酒精以外由于原料不一，用水各异，酿制工艺过程的不同，出厂时间的不一，会有许多杂质成分掺杂，其中最有害的物质是甲醇和乙醛了。

喝酒为什么要烫，这是有一定科学道理的。白酒的主要成分是乙醇，除此还有醛。饮酒过多会引起酒精中毒。醛虽然不是白酒的主要成份，但对人体的损害要比酒精大得多。可是醛的沸点低，只有 20 左右，所以只要把酒烫热一些，可以使大部分醛挥发掉，这样对人身体的危害就会少一些。

五、忌酒后驾车

“酒后驾车必闯祸”交通宣传标语总是有“严禁酒后开车”这一条。

国外专门对饮酒和开车的影响进行了研究和试验。美国对饮酒量不同的汽车司机在危险和复杂地段行驶时的行为做过实地考察。

当酒精在血中浓度为 0.06% 时，与完全清醒的司机相比，发生危险的机会增加 2 倍；浓度达到 0.1% 时增加 5 倍；达到 0.15% 时增 25 倍；而达 0.2% 时几乎增加 50 倍。最危险的界限是在酒精浓度为 0.08%~0.24% 之间，这样的浓度相当于一个体重 70 公斤的人喝下了 0.75~0.85 公斤的 10° 葡萄酒或 50° 的半斤白酒。

英国为研究饮酒对驾车的影响进行了一项有趣的试验。

从市内公共汽车司机中选择了三组人，他们都是有丰富经验、级别很高、从未出过事故的司机。

实验前第一组不喝酒，第二组每人喝 45 克威士忌(40°)，第三组每人喝 140 克同样威士忌。实验中每个司机都要从两堵墙壁夹成的“走廊”通过，而墙壁间的距离可以根据司机的要求而加以改变。

结果表明，饮酒完全破坏了司机们的目测力，有人认为能够通过比汽车还窄的“走廊”，其中有一位司机确信自己能把 2.5 米宽的大汽车从 2.2 米宽的“走廊”中开过去，还有一位司机甚至认为可以通过 1.95 米宽的“走廊”。无疑，这是酒精对人的影响。从而使人产生了判断上的错误。

此外，由于酒精的作用，人的平衡能力、动作的准确程度都会大大降低。从而使动作发生变异，而且很难被说服。在这种精神状态下驾驶汽车定是相当危险的，因此上，酒后绝对不能开车。

六、忌病中饮酒

病人不宜饮酒，特别对肝胆疾病、心血管疾病、胃或十二指肠溃疡、癫痫、老年痴呆、肥胖病人等，忌酒势在必行。

例如患肝炎或患其他肝病的人，应该禁酒，即使酒精含量很低的啤酒也不宜饮用，以免加重病情，这是因为酒精能阻止肝糖元的合成，使周围组织的脂肪进入肝内，并能加速肝脏合成脂肪的速度。这样有肝炎病的人，在肝细胞大量受到破坏的情况下，就比较容易形成脂肪肝。同时乙醇在肝内先要变成乙醛，才能继续参加三羧酸循环，进行彻底代谢，

最后被氧化成二氧化碳和水，同时释放能量，以供人体活动时的消耗。

肝炎病人由于乙醛在肝脏内氧化成乙酸的功能降低，使乙醛在肝内积蓄起来，而醛是一种有毒的物质，对肝脏的实质细胞，可产生直接的毒害作用。患肝炎的病人不但不能饮白酒，就是啤酒也不能饮用。这是因为酒精能抑制肝中葡萄糖合成糖元的生物化学反应，致使肝糖元减少。为了供应机体的能量，肝脏不得不调用身体其他部位的脂肪进入肝脏，并且加速肝脏脂肪的合成速度。这样原来有肝病的肝细胞必然展成为脂肪性肝硬化。

所以饮酒的病人，会使肝病的病情进一步恶化。

七、忌孕期饮酒

酒精对大脑的亲合力很强，对成人如此，对胎儿亦是这样。酒中的酒精能通过血液危害胎儿，胎儿越小，对有害因素越敏感。饮酒会使胎儿的大脑心脏受酒精的毒害，造成胎儿发育迟缓，死亡率提高，出生后对智能也有影响。

美国圣地亚哥医学专家的一项研究表明：7名在妊娠期间一直大量饮酒的妇女中，有一名流产，2名所生的婴儿患胎儿酒精综合症，4名足月婴儿的体重比不饮酒和仅少量饮酒的妇女生的婴儿轻。

八、服药期间切勿饮酒

“病人服药期间切勿饮酒”，医生常常这样嘱咐病人。

当然这和饮药酒是完全不同的两回事。

大家都知道，酒精对人体神经系统的作用先是兴奋作用。随着酒精浓度的增加和时间的延长转为抑制，使大脑对外界反应降低。如果在兴奋期加服了兴奋药，在抑制期服了安定或镇静药，就会产生协同作用相反若在兴奋期服抑制作用药，或是在抑制期服兴奋药就会产生拮抗作用；这种增强和减弱作用只是从药物的疗效考虑。

更为严重的是有些药物会和酒精产生化学作用，产生不良的物质，对病人产生一些副作用，会给病人带来极为不良的后果。例如：酒与巴妥类催眠药物同时应用，可加重药物的中枢抑制作用，严重者会发生昏迷；甚而抑制呼吸中枢致死。世界著名的喜剧大师卓别林就是因酒后服用安眠药而导致突然死亡的。

酒与氯丙嗪类药同用会抑制乙醇脱氢酶，阻碍了乙醇的代谢，从而延长了乙醇抑制中枢的作用时间。酒若和降压药物利血平、复方降压片同时应用，常常引起血压严重升高，造成高血压脑病，心肌梗死，带来不好收拾的严重后果。亚硝酸盐类药物是血管扩张药，若同时饮酒就会增加血管的扩张作用，造成体位低血压，发生昏厥，导致死亡。

酒精还能抑制肝糖元的异生，引起血糖下降，如果服用降糖药时同饮酒，将会引起血糖过分下降从而加重病情。尤其是具有强大降糖作用的胰岛素，病人会因严重低血糖反应造成休克或死亡。

我们常用的解热镇痛药，例如“止痛片”如果在喝酒时服用，可能引起胃粘膜出血，从而造成上消化道出血。这是

由于正痛片中的水杨酸类具有抑制胃肠蠕动作用,使胃粘膜血管收缩,胃局部供血障碍而坏死;与此同时,酒精还会使胃液分泌增加,胃蛋白酶和胃酸增加,从而导致胃粘膜的破坏,增加了胃出血的可能,造成大出血的不良后果。

具有消炎作用的抗生素类药物亦不能与酒同时服用。大多数抗生素类药物需经肝解毒代谢,酒精会使其对肝的损害加剧。利福平或呋喃类抗菌药也是如此。单胺氧化酶抑制剂可以和酒精发生酪胺反应,轻者产生恶心、呕吐、心慌、血压上升,严重者出现高血压现象可危及生命。痢特灵就是这类药物,如果服用了1周左右的痢特灵,再饮哪怕只是中等量的酒也会也现面部潮红、心动过速、恶心呕吐、头痛等毒性反应,这是由于痢特灵抑制了酒精的中间代谢产物乙醛的再分解,造成乙醛在体内的大量堆积而造成的。

总之,酒和药物的作用较为复杂,不单单是协同、拮抗和化学反应,而且还有机体作用的特异性。因而在服药期间切不要饮酒。

九、忌酒后洒农药

农忙时节人们十分劳累,常有休息时饮酒解乏的习惯,酒后继续劳作。酒精入血使皮肤血管扩张,血流加快,皮肤通透性增加,这时如果喷洒的农药落于皮肤上,很快就会吸收入血,造成中毒。弥散在空气中的农药微粒也会随呼吸进入呼吸系统。

如果酒精进入后的生理变化与农药中的反应相一致,两者发生协同作用,就会使中毒程度加深,甚至危及生命。因

此，酒后不可立即喷农药。同样的道理，城市居民也不宜酒后在室内立即喷洒“灭害灵”等杀虫剂，以免引起不良反应。

十、忌生气和运动后喝酒

生气是因人的感情受到了不良刺激的生理反应。人在感情不正常时往往很难控制自己，情绪激动，呼吸加深、加快、心跳加速，这和剧烈运动后的生理反应有相似之处。

人在生气或剧烈运动后，血中的尿酸会迅速上升，达到较高程度。尿酸是体内的一种代谢产物，如果尿酸在体内过高就会沉积在关节处的疏松结缔组织之中，从而引起关节的疼痛，这就是痛风性关节炎。

日本东京女子医科大学的西岗教授对 4 位健康者作过调查，让这 4 位受测者作 15 分钟剧烈运动后立即饮下一大杯啤酒，然后进行血检验，结果发现血中尿酸的浓度，高出正常人 500 倍之多。

高尿酸血症是痛风的主要原因，其病症往往反映在指关节。凡害此病的病人，如果饮酒可使疾病发作，大拇指关节红肿，剧烈疼痛。因此，为避免诱发痛风病，在剧烈运动或重体力劳动和生气后不要立即饮酒。

十一、忌酒后洗澡

人们都有过这样的感受：洗过澡后身体会有些疲乏。这是由于洗澡使人体内葡萄糖大量消耗，出汗时钾钠离子大量丢失造成的结果。与此同时由于消耗体力而使血糖有不同程

度的下降,这样肝脏中原来贮存的糖元就要不断地变为葡萄糖来补充到血中,使血糖不致下降。

酒精对肝脏在糖代谢方面的作用是它能阻碍肝脏对葡萄糖储存的恢复。因此,酒后洗澡会使肝脏来不及补充血中消耗的葡萄糖。再加上洗澡时皮肤血管扩张和酒精对血管的扩张作用,极易导致血压下降,从而使人发生虚脱或休克。饮酒后不宜马上洗澡,以防不测。

而且酒后洗澡还会因眼部充血而发生眼疾。因此酒后不要马上洗澡。

十二、忌酒后着凉

冬季,人们常常在出门时喝上点酒,说是防寒取暖,岂不知,这样对人体很不好。喝酒以后浑身上下暖烘烘的,好不舒服。尤其是在冬天更让人们感到如此。这是由于酒精使体表血管扩张、血流加快、皮肤由于血管扩张而潮红,给人以暖和、抗寒的感觉。

但皮肤的扩张可使体温散发增加,致使体温调节失去平衡,机体内部体温下降。因此酒后外出易发生感冒和冻伤;酒后用冷水洗脸易生疮疖;酒后在通风处睡眠易发生偏头痛,或神经麻痹及其他痛风等病症。这都说明酒后着凉危害大,迎风受凉更可怕。

十三、忌与汽水同饮

有人习惯将白酒和汽水掺和喝,这样对健康是非常有害

的。饮酒掺和汽水大都发生在如下几种情况：

其一是酒桌上怕自己喝多、喝醉，偷偷地倒上点汽水以减少酒量；

其二是夏天天气炎热，加喝点汽水以达到凉快的目的。

其实，这样喝起来，往往会有更坏的结果。我们知道，汽水中含有大量的二氧化碳，二氧化碳具有促进酒精在胃肠吸收的作用，酒精又能促使汽水中的二氧化碳大量产生，二者互相增大对人体的作用，相互促进其对机体的危害。胃内的大量二氧化碳，轻则会使人感到胀肚；如果胃肠道原有溃疡病的人则很容易产生穿孔，造成大出血，其后果不堪设想。

血液中的二氧化碳增多对患高血压病的病人也很不利，它可以使酒精很快地渗透到中枢神经，加重对神经细胞的刺激，同时还能导致血压的迅速上升。

因此我们说，不但汽水、白酒不能掺在一起喝，就是先喝汽水，再喝白酒也同样不利。尤其应注意的是在醉酒以后切不可用汽水去解酒。

十四、忌边吸烟边饮酒

宴席上，常见一些人边饮酒边吸烟。有句俗话说“烟酒不分家”。吸烟有害，岂不知这样边饮边吸更有害！

这是因为酒精能使血管扩张以及血液循环加快，而香烟中有毒物质尼古丁等多极易溶于水，所以，饮酒时吸烟，就加快了人体对香烟中尼古丁的吸收。

此外，由于酒精的毒性作用，可影响肝脏对尼古丁等物的解毒功能，因而，饮酒时吸烟对人体危害大。

十五、忌酒后立即看电影、电视

现代科学证实，酒精中含有很少量的甲醇，甲醇是一种视神经毒，它能使视神经萎缩，严重者使视神经中毒导致失明。酒后看电视、电影易引起眼睛疲劳，由疲劳会导致抵抗力的下降，再加上神经毒，其后果显而易见。

若偶尔酒后看电视或电影尚无大影响，但如果常年如此，其害叠加，后患严重。因而饮酒后最好休息 1 至 2 小时后再看电视、电影。

十六、忌多种酒掺和喝

酒分为发酵酒和蒸馏酒两种，在体内的反应不一样。发酵酒酒精含量少，但质杂多，而蒸馏酒含酒精多，二者能否掺和喝呢？

凡是有经验的饮酒者都非常忌讳几种酒掺着喝，因为这样容易喝醉。醉后的难受程度大大高于饮一种酒的醉酒程度。尤其是将发酵酒和蒸馏酒掺和更是如此。发酵酒如黄酒、啤酒，含酒精量少，蒸馏酒含酒精量高，两者一经掺和会大大促进人体对酒精的吸收，使醉酒状态提早到来，诸如引起头痛、眩晕、恶心、呕吐及中毒症状等，同时各种酒进肚会给胃肠带来多种刺激，从而降低了机体的耐受能力。因此喝酒切勿多种酒掺和。

十七、酒后不宜合房

新婚对人来说真是一生中大喜大庆的日子。从此伉俪一生，是最值得庆幸的日子。自家人自不必说，亲朋好友，邻里街坊一起欢庆，自然离不开酒。但此时新娘新郎要切记不可过多饮酒。因为这样会对后代不利。

有人对酗酒者的精子作过检查，发现精子活动有异常，有的精子活动度较低，还不到 60%，而且畸形精子占 20% 以上。这样很难受孕。（正常精子应是直线向前游动，酒后多数精子运动有转弯征象）；即或受孕，出现畸型的下一代的机率将会大大增加。因此新婚酒后切忌合房。

十八、忌睡前饮酒

睡前饮中等数量酒精，可出现严重呼吸间断，危害健康，如果睡前饮酒，一般会发生睡眠呼吸暂停现象，这种暂停将持续 10 秒或更长一些，常常是两倍于不饮酒者。而呼吸暂停若发生多次，则可导致高血压，甚至心脏破裂，直至心衰。专家还警告，睡前大量饮酒、长时间会导致成人突发性死亡综合症。

第六章 饮酒治疗篇

药酒，古代同其他的酒都称为“醪醴”，我国最早的医书《黄帝内经》中有“汤液醪醴论篇”。

醪醴，就是用五谷制成的酒，前者为浊酒，后者为甜酒，以白酒、黄酒和米酒浸泡或煎煮具有治疗和滋补性质的各种中药或食物，去掉药酒渣所得的口服药剂即为药酒。《汉书食货志》曾指出：“酒为有药之长”。

酒在医药上的应用是我国医学家的一大发明。我们的祖先在饮酒过程中发现酒能“通血脉”、“散湿气”、“行药势”、“除风下气”、“开胃下食”、“温汤胃”、“御风寒”等作用。直至今日，药酒在国内外医疗保健事业中仍享有较高的声誉。

随着社会的发展和人民生活水平的提高，药酒已开始走进千家万户。下面，我们就介绍一下一些常见病的酒疗方。

一、记忆衰退

记忆衰退是指因脑力衰弱所致的遇事善忘。如果45~50岁之前就出现明显的记忆衰退，头发斑白，眼花耳聋，精力不足，易于疲倦，工作效率降低等症状，则可视为早衰。中医认为，本症多因心脾不足，肾精虚衰引起。因年老体衰所

致的记忆力减退,属自然生理现象,与本病造成的健忘不同。

安神补心酒

配方

麦冬 60 克, 伯子仁、白茯苓、当归身、龙眼肉各 30 克, 生地 45 克, 无灰酒 4000 克。

制法

将上药切碎, 盛绢袋中, 入酒浸泡, 窗口密封 14 天即成。

功能

养血安神。适用于阴血不足, 心神失养所致的心烦, 心悸, 睡眠不安, 精神疲倦, 健忘等症。

用法

随个人酒量饮之。

健脑益智酒

配方

远志、熟地黄、菟丝子、五味子各 20 克, 石菖蒲、川芎各 15 克, 地骨皮 25 克, 白酒 500 克。

制法

将上药浸入酒中, 10 天后过滤, 去渣取汁, 倒入玻璃瓶中, 密封, 勿使气泄。

功能

健脑益智, 聪耳明目, 安神定志。适用于健忘, 心悸失

眠，头痛耳鸣，腰膝酸软等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 15 毫升，20 天服完 1 剂。

安神健脑酒

配方

合欢皮(即绒花树皮)200 克，黄酒 1000 克。

制法

将合欢皮掰碎，浸于酒中，密闭置阴凉处。每日摇动 2 次，14 天后开封过滤即成。

功能

安神健脑，止痛消肿。适用于健忘，神经衰弱，失眠头痛，跌打摔伤，伤口疼痛等症。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

提神醒脑酒

配方

松叶 200 克，竹叶 100 克，蜂蜜 120 克，白酒 2000 克。

制法

将松叶、竹叶洗净，切碎，晾干，与蜂蜜同放入白酒中，搅拌均匀，加盖密封，浸泡 30 天即可饮用。

功能

消除疲劳，提神醒脑，对动脉硬化有辅助治疗作用。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

桂圆补血酒

配方

桂圆肉、鸡血藤、何首乌各 125 克，白酒 1500 克。

制法

将鸡血藤、何首乌切成小块，与桂圆、白酒一起置于容器中，密封浸泡 10 天，过滤即成。

功能

补血填精，养心宁神。适用于贫血，容颜憔悴，须发早白，神经衰弱，健忘，失眠多梦等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20 毫升。

三仙酒

配方

龙眼肉 250 克，桂花 60 克，白糖 120 克，白酒 2500 克。

制法

将上 2 味药与白糖、白酒共置容器中，密封静置浸泡。浸泡时间愈久愈佳。

功能

益心脾，补气血，养颜。适用于思虑过度，面色不华精

神萎靡，健忘，记忆力减退，失眠多梦，心悸头痛，健忘等症。

用法

每日饮服 1 桮 2，每日 20?30 毫升。

读书丸酒

配方

远志、熟地、菟丝子、五味子各 36 克，石菖蒲、川芎各 24 克，地骨皮 48 克，白酒 1200 克。

制法

将诸药加工粗碎，装入细纱布袋，扎紧口，放入坛内，倒入白酒，加盖封固，置阴凉处。经常摇动，7 天后开封过滤即可饮用。

功能

补益心肾，益智健脑。适用于健忘，注意力不集中，失眠多梦，心悸，头昏目眩，耳鸣，腰膝酸软等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 15?30 毫升。

龙眼肉酒

配方

龙眼肉 500 克，好烧酒 1500 克。

制法

将龙眼肉浸入酒中，100 天为佳。

功能

养心，健脾，安神。治思虑过度，心脾亏虚，心悸，失眠，健忘。

用法

每日饮服 30?50 毫升。

菖蒲酒

配方

石菖蒲、白术各 250 克，白酒 1250 克。

制法

将石菖蒲切碎蒸透，白术切细，共盛入绢袋，与白酒同置入容器中，密封浸泡。夏秋 7 日，春冬 14 日便可服用。

功能

化湿开窍，健脾养胃。适用于中老年人心脾两虚所致的早衰健忘，视力减退，耳鸣，耳聋，心悸，食欲不振，腹胀便溏等症。阴虚火旺引起的烦躁易怒，潮热颧红，盗汗失眠，口干舌红者忌用。

用法

每日饮服 3 次，每次 20?40 毫升。

益智酒

配方

人参 36 克，猪板油 360 克，醇酒 4000 克。

制法

将人参捣成细末备用，再将猪板油置于锅内，用文火炼熬，待温，与白酒倒入坛内，放入人参末和匀，加盖密封，置阴凉处。21 天后开封即可饮用。

功能

开心益智。聪耳明目，补骨髓，润肌肤，强记性，并去风热痰病。服药期间忌食萝卜、生葱、蒜等。

用法

每日饮服 1 杯 2 次，每次 10~20 毫升。

巨胜酒

配方

薏苡仁 100 克，黑芝麻、生地黄各 125 克，白酒 3000 克。

制法

将黑芝麻煮熟晒干，薏苡仁炒至微黄，两药合起略捣烂，后与切成小块的生地黄共装入纱布袋里，与白酒一起置入容器中，密封浸 12 天后即可饮用。

功能

补肝肾，润五脏，填精髓，祛湿气。适用于体质虚弱，神衰健忘，记忆减退，须发早白，皮肤毛发干燥，腰膝疼痛，倦怠无力。

用法

每日早晚空腹各饮服 1 次，每次 10~20 毫升。

二、失眠心悸

失眠是指夜晚经常不能正常安睡。不寐的情况有多种：不易入睡或寐而易醒，醒后不能再度入睡，甚至彻夜不眠。

心悸包括惊悸和怔忡，均为中医病名，是指患者自觉心中悸动、惊惕不安，甚则不能自主的一种病症。常与失眠、健忘、眩晕、耳鸣等症同时并见，凡遇情志波动或过度劳累便会发作。现代医学中的各种心脏病、神经官能症、神经衰弱、植物神经功能紊乱等皆属此范畴。

冠心活络酒

配方

三七、冬虫夏草、当归各 18 克，西红花、橘络、人参、川芎、薤白各 15 克，白糖 150 克，白酒 500 克。

制法

将上药共捣为粗末，入酒内浸泡 15 天，每天摇动数次，然后过滤，再加入白糖，使之溶化后备用。所滤药渣可续白酒 500 克，浸泡 7 天，过滤后加糖再用。

功能

养心益气。活血通络。治冠心病或慢性冠状动脉供血不足所致的胸闷，气短，心前区疼痛等症。

用法

每日饮服 3 次，每次 5 毫升。

桃枝酒

配方

桃枝 1 把，酒 500 毫升。

制法

将上药切碎，以酒煎取半毫升。

功能

治心猝痛。

用法

顿服。

四味补酒

配方

山药、山萸肉、五味子、灵芝各 30 克，米酒 1200 克。

制法

将上药加工粗碎，浸于米酒中，入坛加盖封严，置于了阴凉处。每日摇晃 1 次，7 天后过滤即可饮用。

功能

益肝肾，补心脾，适用于体虚或神经衰弱、失眠者，及肝脾肾虚所致的遗精，尿频、白带多等症，可长期服用。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

补心安神酒

配方

麦冬 30 克，柏子仁、白茯苓、当归、龙眼各 20 克，生地 22 克，白酒 2500 克。

制法

将上药切碎，盛于绢袋中，放入坛中，倒入白酒浸泡，加盖密封，置于阴凉处，10 天后开封，去掉药袋，过滤澄清即成。

功能

滋阴安神。适用于阴血不足，心神失养所致的心烦，心悸，睡眠不安，精神疲倦，健忘等症。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

桃仁朱砂酒

配方

桃仁、朱砂各适量，醇酒 500 克。

制法

将桃仁烫浸去皮，麸炒微黄细碎，朱砂细研后，用醇酒 50 克浸桃仁于净器中，封口煮沸，取下候冷，再放入朱砂细末，搅拌均匀即成。

功能

安神定志。滋阴安神。

用法

每日饮服 1 次，每次 10~20 毫升。

宁心酒

配方

龙眼肉 250 克，桂花 60 克，白糖 120 克，白酒 2500 克。

制法

将龙眼肉、桂花、白糖共置坛内，倒入白酒，加盖密封，愈久愈佳，其味清美香甜。

功能

安神定志，宁心悦颜。适用于神经衰弱，面色憔悴，失眠健忘，记忆力衰退，心悸等症。糖尿病患者忌服。

用法

每日饮服 2 次，每次 15~20 毫升。

固本酒

配方

人参 30 克，枸杞子 30 克，天门冬 30 克，麦门冬 30 克，生地黄 30 克，熟地黄 30 克，白酒 4000 克。

制法

将上药切碎后，与白酒共置于容器中，密封浸泡 15 天，过滤去渣即可饮用。

功能

补五脏，养阴血。适用于体质虚弱或气血两亏所致的面

色不华，头昏目眩，失眠多梦健忘，怔忡，舌淡脉弱等症。脾虚湿盛引起的食少，胃脘胀满，便稀泄泻，口粘不渴者忌用。

用法

每日早餐前、晚餐后各饮服 1 次，每次 15?30 毫升。

鸡蛋阿胶酒

配方

鸡蛋黄 4 只，阿胶 40 克，米酒 500 毫升，盐适量。

制法

将酒置文火上煮沸，下阿胶，化开后加蛋黄、盐搅匀。再煮沸。

功能

安神镇静，滋阴养神。

用法

冷却后贮入净器中每日早晚各 1 次，温饮。

虫草酒

配方

虫草 15?30 克，低度白酒 1000 毫升。

制法

将虫草浸酒 3 棧 5 日。

用法

每次服 10 毫升，每晚 1 次。

蚕蛹酒

配方

蚕蛹 100 克，米酒 500 毫升。

制法

蚕蛹浸米酒，一个月后即成。

功能

用于失眠心烦。

用法

每次饮两匙，每日 2 次。

桂圆酒

配方

洁净的桂圆肉 200 克放瓶内，加入 60 度白酒约 400 毫升。

制法

密封。每日摇动一次，半月后可饮用。

用法

每日 2 次，每次 10~20 毫升。

灵芝酒

配方

灵芝 100 克，好米酒或好白酒 1000 毫升。

制法

灵芝切块浸泡于酒内封盖，7 日后饮用。

功能

用于失眠、健忘。

用法

每日早晚各 1 次，每次 1 掴 2 小杯。

五味子酒

配方

五味子 50 克洗净，装细口瓶中，加 60 度白酒约 400 毫升。

制法

密封，每日摇动一次，半月后可饮用。

功能

也可佐餐。用于神经官能症引起的失眠。

用法

每日 3 次，每次 3 毫升，饭后服用。

核桃仁酒

配方

核桃仁 10 克，白糖 20 克，共捣成泥状。

制法

加入黄酒 50 毫升，用文火煮 10 分钟，

用法

每日食用 2 次。

白参酒

配方

白参 50 克捣碎 ,装细口瓶中 ,加 60 度白酒至 500 毫升。

制法

封紧瓶口 ,每日摇振一次 ,半月后开始饮用。

用法

随饮随添加白酒至 500 毫升 ,每日晚餐时饮用 10?30 毫升。

菟丝五味酒

配方

菟丝子和五味子各 30 克。

制法

放入 500 毫升酒中浸泡 ,封盖 7 日后即可饮用。

功能

用于神经衰弱失眠。

用法

每日 3 次 ,每次 1 杯 2 小杯。

三、耳聾耳鳴

耳聾是指不同程度的听力減退 ,甚至听觉喪失 ;耳鳴是指病者自觉耳內如聞蟬鳴或如鐘鼓聲 ,或如水激聲 ,妨碍听觉。耳聾耳鳴都是听觉异常症狀。

在临床上，耳聋耳鸣除并见于急性热病之外，通常多属慢性疾病，耳鸣常与失眠、眩晕、健忘等症同时并见，但也会单独发生；耳聋亦有自鸣发展而来。

造成耳聋耳鸣的原因很多，祖国医学认为，此症多与肝肾有关，尤其与肾的关系最大，故多以肝肾为治。由于先天性耳聋及其他外伤、暴震、反复感冒、药物中毒等引起的耳聋均不易调治。

胡桃补脑酒

配方

胡桃肉、胡桃夹、磁石、菖蒲各 30 克，黄酒 1500 克。

制法

将上药捣碎，置于瓷坛中，倒入黄酒浸泡，密封，2 周后过滤即成。

功能

益肾补脑。适用于肾亏所致的耳聋耳鸣等症。

用法

每日饮服 2 次，每次 15~20 毫升。

补肝聪耳酒

配方

覆盆子 60 克，巴戟天、肉苁蓉、远志、川牛膝、五味子、续断 40 克，山萸肉 35 克，醇酒 1200 克。

制法

将诸药共捣为粗末，用夏白布袋盛之，置于净坛中，注酒浸之，密封口，春夏 5 日，秋冬 7 日，然后倒冷开水 1000 克，和匀备用。

功能

益肾补肝，养心，聪耳明目，悦容颜。适用于肝肾虚损所致的耳聾目昏，腰酸腿困，神疲力衰等症。

用法

每日早晚各空腹温饮 1 次，每次 20 毫升。

白石英酒

配方

白石英、磁石各 30 克，白酒 500 克。

制法

将白石英碎为大麻粒，磁石火煅令赤，醋淬，如此 5 遍，再将 2 味药捣筛为粗末，于白布袋贮，置净瓶中，倒入白酒浸之，封口，7 天后开取即可饮用。

功能

温肾纳气，镇静安神。适用于肾虚耳聾，表现为耳聾耳鸣日久不愈，伴有畏寒肢冷，腰膝酸软，遗精阳痿，倦怠乏力等症。

用法

每日早晚各温饮 1 次，每次 20 毫升。

菖蒲桂心酒

配方

石菖蒲 2 克，木通 1 克，桂心、磁石各 15 克，防风、羌活各 30 克，白酒 500 克。

制法

将石菖蒲以米泔水浸 1 宿锉焙，桂心去粗皮，上 6 味药共捣碎，用白纱布包之。置于净器中，倒入酒浸 7 天，去渣备用。

功能

开窍祛风，纳气潜阳，安神。适用于耳聋耳鸣。

用法

每日早晚各空腹温饮 1 次，每次 10~15 毫升。

苍耳愈聋酒

配方

苍耳子、防风、牛蒡子、大生地、黄芪、白茯苓、独活各 30 克，木通、薏苡仁各 20 克，人参 15 克，肉桂 12 克，白酒 100 克。

制法

将牛蒡子炒后，其余 11 味药捣碎，用白夏布包贮，置于净器中，以白酒浸之，封口，7 天后开取，即可饮用。

功能

除热，补虚。适用于骨痛，耳聋。

用法

每日空腹饮，初次 1 椀 2 杯，以后可加至 2 椀 3 小杯。

聪耳磁石酒

配方

磁石 30 克，木通、石菖蒲各 80 克，白酒 1700 克。

制法

将磁石捣碎，用纱布包裹；石菖蒲以米泔水浸 2 日后切碎，微火烤干；把 3 味药装入纱布袋里，与白酒同置入容器中，密封浸泡 7 天后即后饮用。

功能

通窍，聪耳。适用于肝肾阴虚所致的耳鸣、耳聋等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20?30 毫升。

磁石酒

配方

磁石 15 克，木通、石菖蒲各 250 克，白酒 1000 克。

制法

将磁石捣碎，石菖蒲以米泔水浸 1 日切焙，上 3 味药共捣碎，用白夏布包之，置于净器中，以酒浸之，封口，夏 3 日，冬 7 日，去渣备用。

功能

开窍，纳气，潜阳。适用于肝肾虚所致的耳聋耳鸣。

用法

每餐后饮 1 杯 2 杯。桑椹柠檬酒

桑椹柠檬酒

配方

桑椹 1000 克，柠檬 5 个，白糖 100 克，米酒 1800 克。

制法

将上药用米酒浸泡 10 天，加入白糖即可(浸泡 1 樽 2 月效果更佳)。用时将桑椹、柠檬滤去。

功能

滋阴液，养心脉。适用于头晕，眼花，耳鸣，腰膝酸软等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 50~100 毫升。

四、老年头痛

头痛是老年人最常见的病症之一，老年头痛最常见的原因有四：

一是体质虚弱，卫外不足，感受风寒湿，若感受寒邪，卫阳被遏，寒凝血滞，闭阻清阳，而为风寒头痛；若感受风热，风热上扰清窍，侵扰清空，清阳不升，热扰神明，形成风热头痛；

二是老年肾亏，肾精久虚，不能生髓，髓海不足，而致肾虚性头痛；

三是饮食不节，恣食肥甘，又喜食辛辣酒热之品，致使

脾失运化、生痰积热、痰热壅盛、上蒙清窍、阻遏清阳而生头痛；

四是老年阴血不足，加上情志不遂，易于被情态所伤而郁怒，郁而化火，火动风盛，气血逆乱，上扰清空，而为头痛。

葱豉黄酒

配方

葱 30 克，淡豆豉 15 克，黄酒 50 克。

制法

豆豉放砂锅内，加水一小碗，煎煮 10 分钟，再把洗净切断的葱(带须)放入，继续煎煮 5 分钟，加黄酒。

功能

适用于发热风寒感冒、发热、头痛、虚烦、无汗等症。

用法

顿服。

红花酒

配方

红花 10 克，川芎 10 克，川牛膝 10 克，白酒 500 克。

制法

选上等川红花、川牛膝、川芎，后两味切片，备用，将以上 3 味装入盛酒瓶内，浸泡 7 天。

功能

活血化淤、通经止痛，适用于血淤经络之头痛、身痛、心痛、月经疼痛，以及跌打伤所致的痛证。

用法

每日早晚空腹饮用，每次不超过 15 毫升。

五、老年中风

中风病是老年人的常见病、多发病，其病死率、致残率均高。其先兆症状是：头晕、肢麻、吐字不清、疲乏、急躁等，发病时突然昏倒，不省人事，同时伴有半身不遂、语言不利、口眼歪斜。

中医学认为，人至老年，多在气血亏虚及心、肝、肾等脏阴阳失调的基础上，加之情志失常，饮食不节，紧张劳累，房事不节等因素的影响，均可导致脏腑经络功能失常，气血逆乱，阴阳偏颇，阴亏于下，阳亢于上，阳化为火，引起风动，而发生中风。常用的酒疗方法如下。

天麻石斛酒

配方

石斛、天麻、川芎、仙灵脾、五加皮、牛膝、草解、桂心、当归、牛蒡子、杜仲、制附子各 20 克，虎胫骨(涂酥炙黄)32 克，乌蛇肉(微炒)、茵芋、狗脊、丹参各 20 克，川椒(去目闭口者微出汗)25 克，好酒 1500 毫升。

制法

上药共捣碎细，酒浸瓷中密封 7 宿饮用，日一小杯，不

计时温饮，常令有酒力相续。

功能

适用于治疗中因手足不遂，骨节疼痛肌肉疼痛，腰膝酸痛，不能仰俯，腿脚肿胀等。

天麻浸酒

配方

天麻、骨碎补各 20 克，松节(锉)、败龟(醋炙)各 40 克，龙骨、虎骨(酒炙)，乌蛇(酒浸去皮骨炙)、白花蛇(酒浸去皮骨炙)、恶实根(切焙)各 20 克，附子(炮裂去皮脐)一枚，羌活(去芦头)、牛膝(酒浸切焙)各 20 克，当归(切焙)80 克、芎藭各 40 克，大麻仁 80 克，干熟地黄(焙)20 克。茄子根(切焙)80 克，原蚕沙(炒)80 克。

制法

上药用酒 14000 毫升浸，密封。

功能

主治瘫痪风，不计深浅，久在床枕等。

用法

春夏 3 日，秋冬 7 日，每服一盅，不拘时温服。

六、半身不遂

白花蛇酒

白花蛇 1 条，糯米 1000 克，酒曲适量。白花蛇酒润，去皮骨，取肉，装入纱布袋内。备用。将糯米饭置于蛇肉上，加棉絮盖紧，夏天 3 天取酒，冬天 7 天取酒。将蛇肉晒干，研为末。取蛇肉末 5 分，用酒送服。用于治风湿性瘫痪。

蛋壳酒

鸡蛋壳壳内软皮剥去，烤黄研末，黄酒送下，每日服 3 次，每次一只。用治半身麻木不仁。

瓜艾酒

川木瓜和陈艾各 250 克，放入锅内，加水知量煎煮成汤，然后再加入米双酒和米醋各 250 毫升调匀，趁热先熏后洗患处，每日 3 次，每次 20~30 分钟，7 日为一疗程。用于试治中风半身不遂。

丹参酒

丹参 30 克，洗净，浸入白酒 500 毫升中，密封保存，2 椽 3 周后即可饮用。每次 5 椽 10 毫升，每日 1 椽 2 次。用

于截瘫辅助治疗。

七、神经衰弱

患有本病者对情绪无自控能力，常发生神经过敏，也可常出现幻觉、状心忡忡、睡眠不宁。治法多以增补立气为主，可试用下列酒方。

1. 桂圆肉 250 克，白酒(60 度)400 毫升。桂圆肉切碎，装入磁瓶中，以酒浸泡 15~20 日。每日 2 次，每次 10~20 毫升。用于神经衰弱、失眠、健忘、心悸等。

2. 菌灵芝 30 克，切碎，浸泡在 500 毫升白酒中，密封，浸 15 日以上，每日摇动数次，每日饮 1 椀 2 次，每次 10 毫升左右，长期饮用可见效。

3. 白人参 50 克捣碎，装细口瓶中，加 60 度白酒至 500 毫升。封紧瓶口，每日振摇一次，半月后开始饮用，随饮随添加白酒至 500 毫升。每日晚餐时饮用 10~30 毫升。

4. 灵芝 30 克，丹参 5 克，三七 5 克，同装入酒坛中，加入白酒 500 毫升上盖，每天搅拌一次，再盖好，泡 15 天即成。用于神经衰弱，也用于失眠。

5. 生枸杞 500 克捣碎，入绢袋内，加酒 2000 毫升盛密闭坛内，冷浸约 1 周。每日 3 次，每次 1 小酒盅。

6. 黄精 50 克，首乌 30 克，杞子 30 在，浸于好米酒或好白酒 1000 毫升，封盖，7 日后可饮用。每次 1 椀 2 小杯，每日 3 次，空腹服用。

7. 黄酒 500 毫升，猪骨髓一具，将猪髓切碎，同黄酒

放砂锅内煮烂，分 2 椽 3 次吃。

八、头晕眼花

头晕眼花，在中医学为“眩晕症”。本症称法诸多，如：因眼花而致头晕的叫“目眩”；因头晕致眼花的叫“巅眩”；头昏重而致眼黑发花的称为“眩暈”，临床表现有虚、有实，常以虚症为多。

中医认为，虚症多因肝肾不足或心脾气血不足所致。属心脾两虚者，症见头目昏花，伴心悸失眠，体倦纳少等。实症多因肝风上扰、痰浊阻闭所致。属肝风上扰者，症见急躁易怒，失眠多梦，口干口苦等。属痰浊者，症见头重，多痰，胸闷，恶心等。

西医学的高血压病、内耳性眩晕、脑动脉硬化、贫血、神经衰弱、视网膜炎、视网膜血管阻塞等眼底病以及一些脑部疾病，凡是以头晕眼花为主症者，都可根据本症范围进行调治。

菊花酒

配方

甘菊花 500 克，生地黄 300 克，枸杞子、当归各 100 克，糯米 3000 克，酒曲适量。

制法

将上药加水煎煮浓汁，用纱布过滤，再将糯米煮半熟后沥干，与药汁混匀后再蒸熟，待凉后拌上酒曲，装入瓦坛中

发酵，味甜后即成。

功能

养肝明目，滋阴清热。适用于肝肾不足所致的头痛，头昏目眩，耳鸣，腰膝酸软，手足震颤等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20?30 毫升。

还睛神明酒

配方

黄连 25 克，石决明、草决明、生姜、石膏、黄消石蕤仁、秦皮、山茱萸、当归、黄芪、沙参、朴消、甘草、芍药、泽泻、桂芥。

制法

将诸药加水煎煮，取浓汁与糯米煮成干饭，待冷后加入酒曲，拌匀，置入容器中。密封发酵成酒酿，根据个人酒量，对入米酒即可饮用。

功能

滋阴益血，补身延年。适用于中老年人身体虚弱，目暗多泪，视物不明，或有高血压眩晕，或见夏季身热不适，消渴等症。畏寒肢冷，下利水肿者忌用。

用法

每日饮服 3 次，每次适量。

慈禧酒

配方

鲜石菖蒲、鲜木瓜、九月南各 18 克，桑寄生 30 克，小茴香 6 克，白酒 1500 克。

制法

将上药加工轧碎，用布袋盛贮，扎紧口，放入净坛内，倒入白酒浸渍，加盖密封。7 天后了取出药袋，澄清药液即成。

功能

清心柔肝补肾。适用于眩晕耳鸣，消化不良，行走无力等症。如腿痛可加川膝 10 克。

用法

每晨饮服 15~20 毫升。

枸杞石决明酒

配方

枸杞根白皮、石决明各 75 克，白酒 1500 克。

制法

将石决明捣碎，枸杞根白皮细切，装入纱布袋里，与白酒同置入容器中，密封浸泡 7 天即可饮用。

功能

清肝明目。适用于感冒时邪，引起肺火亢盛侵犯肝经，上攻于目之目赤翳痛，或肝肾阴虚有热而致视物昏花等症。脾胃虚寒，便溏者忌用。

用法

随量饮服，以不醉为度。

枸杞酒

配方

枸杞 120 克，白酒 1000 克。

制法

将枸杞子洗净晾干，与白酒共置入容器中，密封浸泡 7 天以上即可饮用。

功能

滋肾润肺，补肝明目。适用于肝肾阴亏或精血不足所致的头昏目眩，视物不明，目暗多泪，五心烦热，遗精，失眠多梦，腰膝酸痛，舌红少津等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20 毫升。

枸杞生地酒

配方

枸杞子 250 克，生地 300 克，好酒 1500 克。

制法

将上药共捣碎，置于净瓶中，用好酒浸泡，密封。15 天开封，去渣备用。

功能

补精益肾，滋阴，养肝明目。适用于视物模糊，阳痿遗

精，腰膝酸软，烦热头痛等症。勿食茱萸、葱、蒜。

用法

每日早晚各空腹温饮 1 次，每次 10~20 毫升。

九、抗衰老

抗衰老，对于老年人来说，具有特殊的重要意义，这是由于老年人都不同程度地有了衰老特征，而衰老是死亡的前奏，亦是导致人死亡的重要原因。

所谓衰老，乃是指机体各器官功能普遍的，逐渐降低的过程。老年人与青年人相比，其最重要的差别就是各器官功能的普遍降低。举例说，如果将一个老为 30 岁的青年的器官功能作为 100%，那么，一个年为 70 岁的老年人，其脑血流量约减少 20%，心脏射血量减少 30%，肺活量约减少 40%。

衰老有两种不同的情况，一种是正常情况下出现的生理性衰老；另一种是疾病引起的病理性衰老。生理性衰老是生命过程的必然结局，病理性衰老则可结合防病加以控制。病理性衰老，有人称为早衰，所谓早衰，是指生命在生长、发育的过程中，由于各种原因引起疾病，从外部侵袭引起形态和功能发生变化，提前出现身体脏器的退行性改变，生命在其途中发生夭折。

抗衰老药酒，既包括治疗生理性衰老，又包括治疗病理性衰老的药膳。它使生理性衰老的时间大大推迟，使病理性衰老尽早解除。由于衰老的延缓，从而保证了身体各组织器

官功能的正常发挥，这样才能达到长寿的目的。如《黄帝内经》所说：“尽终其天年，度百岁乃去”。

药酒的抗衰老作用，早已为历代医学所重视，中医营养学认为，药膳的这种效果是通过补肾健脾、滋养气血、填精生津、祛病疗疾而产生的。为什么这样说呢？

第一，人的生长、发育、衰老与肾气的关系极为密切，因为衰老与否，衰老的速度，寿命的长短，在很大程度上决定于肾气的强弱。若肾气充实，人就会生机勃勃，富有生命活力；若肾气虚衰，人就容易衰老，甚至未到老年便老态龙钟了。

具体地说，肾气衰虚导致衰老的原因是：肾主藏精，它生殖发育，与遗传密切相关。肾气虚衰，则精少气亏，新陈代谢能力低下，易引起衰老；肾藏元气，为一身阳气之根，与机体免疫功能有关。肾阳衰微，火力不足，则生命活力渐减，可致衰老。

因此，凡能补益肾精和强壮元气的药膳皆可增强肾的机能，以激发生命活力，故可起到延年益寿的作用。

第二，祖国医学认为，“有胃气则生，无胃气则死”，而胃气是脾胃功能的总和。脾胃同居中焦，共同完成饮食水谷的消化吸收功能；如果脾胃虚衰，不能消化吸收饮食水谷，人体所需要的营养物质得不到及时补充，便会出现营养不良、贫血、水肿、气短、头晕、四肢无力等各种各样的疾病或症状，从而加速衰老，甚至死亡，故凡能健脾补胃的药膳，都有一定的抗衰老作用。

第三，中医学认为，精气是人体生命的动力，形体生化

之源，人之五脏六腑、四肢百骸、五官九窍皆赖其不断充养。因此，尽管人体衰老的原因繁多，表现复杂，但都必须伴随着精气的病变。如《黄帝内经》里说：“精脱者，耳聋；气脱者，目不明”。《医宗必读》又说：“气血者，人之所赖以生者也，气血充。

地黄年轻酒

配方

熟地黄 100 克，万年青 150 克，黑桑椹 120 克，黑芝麻 60 克，淮山药 200 克，南烛子、花椒各 30 克，白果 15 克，巨胜子 45 克，好酒 2000 克。

制法

上药共捣细，用夏白布包贮，置于净器中，酒浸 7 天后去渣取汁备用。

功能

养肝补胃，抗衰老，适用于肝肾亏损、须发早白、视听下降，未老先衰等症。

用法

每次空腹温饮 1 杯 2 杯，早晚各 1 次。

固本酒

配方

生熟地黄、白茯苓(去皮)各 80 克，天麦门冬(酒润去心)、人参各 40 克。

制法

将上药切片，用磁瓶盛好酒 10 大壶，浸药 3 日，用武火煮 1 槓 2 时，以酒黑色为度。如上热，减人参 20 克；如下虚或寒，将韭子炒重黄色为末。

功能

乌须发、美容颜、抗衰老，久服面如童子。

用法

空腹服 3 槓 5 杯，用铜钱炒韭末 40 克，饮之。

杞地人参酒

配方

枸杞子 80 克，熟地黄 80 克，红参 15 克，茯苓 20 克，首乌 50 克，好白酒 1000 克。

制法

将诸药浸于酒中，封口，半月后饮用。

功能

养肝肾、益精血、补五脏、益寿延年，可用于肾虚阳痿、目花、早衰。

用法

早晚各服一次，每次二小杯。

十、冠心病

本病是由于脂类代谢异常引起冠状动脉内膜形成粥样斑块，导致血管腔狭窄或梗阻，影响冠状动脉血液循环，使

心肌缺血、缺氧乃至坏死所造成的一系列严重临床症状，是老年人常见疾病之一。

祖国医学认为，中年以后阳气、阴精都已出现不同程度的衰减，兼之劳心思虑，忧思恼怒，房室不节，过食膏粱厚味，导致脏气不平，淤血、痰浊、滞气等病理产物乘虚而聚于心之络脉。心络不通，则疼痛如绞；心气不足，则胸闷短气，气血荣于心，故脉率失常，心悸怔忡之症遂作。

通常将冠心病分为六型：隐匿型、心绞痛型、心肌梗塞型、心律不齐型、心律衰竭型和猝死型。急性发病应及时送医求治。可试用下列酒方。

茶根糯米酒

配方

老茶根树，洗净切片，每日 30?60 克，加适量的糯米酒。

制法

盛入瓦罐内，加水，用文火煎 2 次。

功能

本方味苦，但禁止加糖调味，入糖则减低疗效。试用于高血压性心脏病，冠心病，心功能不全等症。

用法

取 2 次浓汁，每晚睡前温服，徐徐服完。30 天为一疗程，可连续服 4 樽 5 个疗程。

瓜蒌薤白白酒汤

配方

瓜蒌、薤白各 12 克，白酒适量。

制法

三味慢火同煎服。

功能

通阳散结，得气祛痰，适用于冠心病之症见胸阳不振、痰浊中阻之胸痹、胸痛彻背、咳唾短气等症。

用法

煎服。

十一、糖尿病

糖尿病是一种有遗传倾向的代谢内分泌疾病，因大量糖尿引致溶质性利尿。临床上出现多尿、多饮、多食疲乏、消瘦等症状。并可并发其他脏器及神经、眼部病变和感染。中医认为本病多由于身体阴虚、饮食不节、情志失调引起。治疗当以滋阴清热、降低血糖为主。可试用下述酒方：

1. 黄精 50 克，首乌 30 克，浸入好米酒或好白酒 1000 毫升，密封 7 月后可饮用。每次 1 榴 2 小杯，每日 3 次，空腹饮用。

2. 大田螺 10?20 只，养于清水盆中，漂去泥沙，取出田螺肉加黄酒 100 毫升拌和，再以清水炖熟饮汤，每日 1 次。

3. 干猪尿泡 10 只，剪破去蒂，烧存性为末，每温酒服 3 克。

十二、性功能减退

性功能减退是指男子遗精、阳痿、早泄，女子性欲减退等病症。遗精是指不因性生活而精液遗泄的病症，其中有梦而遗泄为梦遗，无梦而遗精，甚至清醒时精液流出者，称滑精。阳痿即阳事不举，是指同房时，男性生殖器举而不坚或痿软失用。早泄是指性交时，男方不能持久，一触即泄。

此三症另有不同，但病机多有相似。遗精、早泄多因情志失调或房劳过度，手淫频繁，饮食失节，湿热下注等致肾气不能固摄而病；阳痿多因命门火衰或心脾受损或恐惧伤肾所致。

现代医学认为性功能低下与大脑皮层有关，常见于性神经衰弱症。下列酒饮具有补肾、兴阳、固精、提高性功能之效。

菟丝巴戟天酒

配方

菟丝子、巴戟天各 50 克，白酒 1000 克。

制法

将上药加工粗碎，浸泡于酒中，加盖密封，经常振摇，置阴凉处。10 天后开封，即可饮用。

功能

温补肾阳。适用于肾阳虚所致的阳痿，小便频数，夜尿多，头晕等症。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

雪莲新婚酒

配方

雪莲花 100 克，白酒 1000 克。

制法

将雪莲花全草泡入白酒中，瓶装密封，每日摇动 3 次，密封浸泡 20 天即可饮用。

功能

兴阳，除湿，壮筋骨。适用于阳痿，尤其对青年人新婚阳痿、性生活困难者有效。也可用于风湿性关节炎等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 25 毫升。

兴阳酒

配方

鹿茸 25 克，山药 100 克，白酒 1500 克。

制法

将上药与白酒共置于容器，密封浸泡 15 天即可饮用。

功能

补肾壮阳。适用于性欲减，阳痿，遗精，早泄；肾阳虚

弱之遗尿，久泻，再生障碍性贫血及其他贫血症。

用法

每日饮服 2 次，每次 25 毫升。

三汁酒

配方

枸杞子汁、地黄汁各 120 克，麦门冬汁 80 克，杏仁、白茯苓各 50 克，人参 40 克，白酒 2000 克。

制法

先将后 3 味药捣碎，与前三汁共贮于净瓷罐(瓶)中，倒入白酒，封口，置于阴凉处。每日摇动 2 次，10 天后过滤即成。

功能

滋养肝肾，补益精血。适用于肝肾精亏所致的阳痿，耳聩目昏，面色无华等症。

用法

每日早晚饭前务温饮 1 次，每次 20 毫升。

温肾助阳酒

配方

楮实子(微炒)80 克，制附子、川牛膝、巴戟天、石斛、大枣各 50 克，炮姜、肉桂(去粗皮)各 25 克，鹿茸(涂酥炙去毛)15 克，醇酒 1500 克。

制法

将上药共捣细碎,用夏布包贮,置于净器中,注酒浸之,封口,置阴凉处。每日摇动3次,10天后取出药袋即成。

功能

温肾助阳。适用于肾阳虚损所致的阳痿滑泄,脾胃虚等,面色无华等症。

用法

每日早晚空腹温饮1次,每次15~25毫升。

壮阳酒

配方

韭菜籽120克,白酒100克。

制法

将上药焙干研末备用。

功能

补肾壮阳,收敛固精。治梦遗、滑泄或精液随小便流出症。

用法

分3次用酒冲服,1日内服完。

五子补酒

配方

覆盆子、菟丝子、楮实子、金樱子、枸杞子、桑螵蛸各50克,白酒2250克。

制法

将上药加工捣碎，用绢袋盛之，扎紧口，悬于小坛内，再倒入白酒；封严，置阴凉处。每日晃动 2 次，25 天后开封，取出药袋即可饮用。

功能

补肝肾，益精髓，固精，缩尿。明目。适用于肝肾虚损所致的腰膝冷痛，软弱无力，阳痿，遗精，滑精及小便频数，视物模糊，妇女白带、经久不止等症。此酒不宜长期饮服，病愈即止。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 10~15 毫升。

理气壮阳酒

配方

九香虫 50 克，白酒 500 克。

制法

九香虫干燥拍碎，装入细纱布袋中，扎紧口，放入小坛里，倒入白酒，浸泡 10 天即可饮用。

功能

补肾壮阳，理气止痛。适用于肾虚所致的阳痿及胸膈气滞等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20~25 毫升。

兴阳补肾酒

配方

淫羊藿、阳起石各 50 克，米酒 800 克。

制法

将上药浸泡于酒中 1 个月即成。

功能

补肾壮阳。适用于阳虚所致的阳痿，遗精，早泄，腰膝酸软，畏寒等症。

用法

每晚临睡前饮服 40 毫升。

固精酒

配方

复盆子、韭菜籽各 200 克，黄酒 2000 克。

制法

将上药炒熟，研细，混匀，浸黄酒中 10 天即成。

功能

补肾，固精，壮阳。治阳痿，精冷，精少。

用法

每日饮服 2 次，每次 50~100 毫升。

石燕酒

配方

石燕 270 克，醇酒 1000 克。

制法

将上药洗净，和五味炒熟，用酒浸泡 3 天，去燕取酒。

功能

温肾壮阳，添精，补髓，益气，润皮肤，暖腰膝，缩小便，御风寒，除瘴气，防温疫。治虚损，阳痿。

用法

每晚临睡前饮服 60 毫升。

仙茅酒

配方

仙茅 60 克，白酒 500 克。

制法

将上药加工粗碎，置入净瓶中，倒入白酒，加盖密封，置阴凉处。每日摇晃数次，7 天后开封即可饮用。

功能

补肾阳，壮筋骨，除寒湿。适用于男子阳痿精冷，小便失禁，心腹冷痛，腰脚冷痹等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 10~15 毫升。

仙茅龙眼酒

配方

仙茅、淫羊藿、五加皮、龙眼肉各 30 克，白酒 2250

克。制法

将上药捣碎浸泡于白酒中，3 周后过滤即可饮用。

功能

壮阳补肾。适用于男子虚损，阳痿不举。兼服葆真丸效果更佳。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 30?60 毫升。

瞿翁药酒秘方

配方

生羊肾 1 具，沙苑蒺藜、桂圆肉、淫羊藿、仙茅、薏苡仁各 120 克，白酒 7000 克。

制法

将羊肾去脂膜切碎，沙苑蒺藜炒黄，淫羊藿去边毛后用羊油拌炒至焦黄，仙茅用糯米的洗米水浸泡至水赤色后取出，最后将全部药物，白酒共置于容器中，密封浸泡，每日振摇 1 次，酿制 21 天即成。

功能

益寿延年，乌须黑发。适用于肾阳虚弱，精血亏损所致的肢冷畏寒，腰膝酸软，阳痿滑精，小便频数而清长，须发早白等症。阴虚内热(症风潮热，盗汗，颧红，口干，脉细数)者忌用；阳热素盛(症见身热喜凉，面红唇燥，烦渴欲饮，便秘溲赤)者忌用。

用法

每日随量饮服 1 椀 2 次，但勿醉。

对虾酒

配方

鲜对虾 1 对，白酒 250 克。

制法

将对虾洗净，放入酒罐中，再将白酒倒入其中，加盖密封，置于阴凉处，浸泡 7 天即可饮用。

功能

补肾壮阳。适用于性机能减退，男子阳痿等症。对食虾过敏及皮肤病患者忌服。

用法

每日饮服 2 次，每次 15 毫升。

海马酒

配方

海马 2 只，白酒 500 克。

制法

将海马浸入白酒内，封固 14 天后即可饮用。

功能

补肾助阳。适用于肾之精气久亏，以命火衰微而引起阳痿、腰膝酸软等症。

用法

每晚临睡前饮服 15~20 毫升。

万灵至宝仙酒

配方

淫羊藿 150 克,当归 120 克,列当(亦可以肉苁蓉代之)、仙茅各 60 克,雄黄、黄柏、知母各 30 克,白酒 3500 克。

制法

将上药切碎,与白酒共置入瓶内封固,以桑柴文武火悬瓶煮 6 小时,再埋地内 3 昼夜(去火毒)取出。待 7 日后将药挖出,晒干为末,稻米面打为糊丸(桐子大),待用。

功能

生精血,益肾水,进饮食,助阳补阴,强身健体。适用于男子阳痿,遗精,滑精,白浊,小便淋漓不尽,以及诸虚百损,五劳七伤,诸风杂证等。还治妇女赤白带下,月经不调,腹冷脐痛,不孕症等。忌食牛肉,勿入铁器。

用法

酒药同服,每日早晚各服药丸 30 粒,饮服药酒。

淫羊藿苁蓉酒

配方

淫羊藿 100 克,肉苁蓉 50 克,白酒(或米酒)1000 克。

制法

将上药加工粗碎,浸入酒中,封盖,置阴凉处。每日摇晃数下,7 天后开封即可饮用。

功能

补肾壮阳。适用于肾阳虚之阳痿,宫寒不孕,腰膝酸痛

等症。

用法

每日饮服 3 次，每次 10~15 毫升。

毓麟酒

配方

肉苁蓉、覆盆子、炒补骨脂各 30 克，桑椹、枸杞子、菟丝子、韭子，楮实子、巴戟天各 23 克，山萸肉、牛膝各 22 克，莲须 15 克，蛇床子、炒山药、木香各 7.5 克，白酒 3000 克。

制法

将上药加工成粗末，装入纱布袋内，与白酒共置于容器中，密封，隔水煮 4 小时后，埋入中 2 天，退火气即成。

功能

补肝益肾，助阳固精。适用于阳痿，早泄不育。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20 毫升。

兔耳草壮阳酒

配方

兔耳草 15 克，淫羊藿、仙茅各 9 克，白酒 500 克。

制法

将上药浸泡酒中，密封 1 周即可。

功能

补肾壮阳。适用于肾虚腰痛，阳痿，遗精，滑精。

用法

每日早晚饮服 1 次，每次 15~20 毫升。

猬皮酒

配方

刺猬皮 40 克，好酒 500 克，白糖适量。

制法

取刺猬皮焙干，研压成粗末放置容器内，加入好酒，搅拌均匀放置浸泡 5 天，滤过澄清贮存备用。

功能

固本壮阳。适用于性神经衰弱，男性阳痿等症。

用法

每日饮服 3 次，每次 25~50 毫升。

鹿龄集酒

配方

人参、熟地各 15 克，海马、鹿茸各 10 克，肉苁蓉 20 克，白酒 1000 克。

制法

将人参、鹿茸研为粗末，再与其他药物一起用白酒密封浸泡 1 个月，即可饮用。

功能

益气补血，补肾壮阳。适用于气虚及肾阳虚所致的腰膝

酸软,性功能衰退,耳鸣;或由于肾阳虚而致的男性不育症。此药酒能明显提高机体的体液免疫和细胞免疫功能,并对骨髓造血的机能有一定的促进作用。感冒发热、高血压者忌用。

用法

每日早晚各饮服 1 次,每次 10 毫升。

雪莲虫草酒

配方

雪莲花 100 克,冬虫夏草 50 克,白酒 1000 克。

制法

将雪莲花切碎,与冬虫夏草、白酒共置入容器中,密封浸泡 15 天即成。

功能

补虚壮阳。适用于性欲减退或阳痿。

用法

每日早晚各饮服 1 次,每次 15 毫升。

固本遐龄酒

配方

当归、巴戟天、肉苁蓉、杜仲、人参、沉香、青盐、木通、山茱萸、石斛、天门冬、熟地黄、陈皮、狗脊、菟丝子、牛膝、远志、鲜山药、酸枣仁、覆盆子各 30 克、枸杞子 60 克,川椒 21 克,神曲 60 克,白豆蔻、木香各 9 克,砂仁、大茴香、益智仁、乳香各 15 克,炙虎骨 60 克,淫羊藿 120

克，白酒 3500 克。

制法

将糯米、大枣同蒸为粘饭，将鲜山药、生姜捣取汁，其余各药皆研为粗末，然后把山药、生姜汁、药末、炼蜜与粘饭和匀，分成 4 份，用 4 个绢袋盛装，与白酒共置于容器中，密封浸泡 21 天即可饮用。

功能

温阳补虚，益精健骨。适用于身体羸弱，精神萎靡，倦怠乏力，食少脘闷，腰膝酸痛，畏寒肢冷，性欲减退及阳痿。孕妇及阴虚火旺所致的性欲亢进，烦躁易怒，潮热颧红，口干失眠者忌服。

用法

每日温饮 2 次，每次 30~50 毫升。

脾肾两肋酒

配方

白术、青皮、生地、厚朴、杜仲、破故纸、广陈皮、川椒、巴戟天、白茯苓、小茴香、肉苁蓉各 30 克，青盐 15 克，黑豆 60 克，白酒 1500 克。

制法

将白术土炒，厚朴、杜仲分别以姜汁炒，破故纸、黑豆分别微炒，广陈皮去净白。上 14 味药捣为粗末，用白夏布或绢袋盛之，置净器中，倒入白酒浸泡，封口。春夏 7 日，秋冬 10 日后开取。

功能

添精补髓，健脾养胃。久服身体健康。适用于脾肾两衰，男子阳痿，女子经水不调，赤白带下。勿食牛马肉。孕妇忌用。

用法

每日早晚空腹温饮 1 杯 2 杯。

巴戟淫羊酒

配方

巴戟天、淫羊藿各 250 克，白酒 1500 克。

制法

将上药切碎，与白酒共置入容器中，密封泡 7 天后即可饮用。

功能

壮阳祛风。适用于神经衰弱，性欲减退，风湿痹痛，肢体瘫痪，末梢神经炎。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20 毫升。

十三、不孕不育

女性不孕症是指育龄妇女，其配偶生殖功能正常，但婚后同居两年以上不孕者(未避孕)，称为原发性不孕症；或曾有孕育后，两年以上未避孕而不再怀孕者，称为继发性不孕症。

男性不育症与男子性功能异常或疾病有关，是一种常见

的综合病症，除少部分器质性病变外，多属功能性。主要包括遗精，早泄，阳痿，死精，精闭(不射精)，精虫数少、活动度低、不液化或液化时间长，全无精虫，生殖器炎症等。

不孕不育的原因是极为复杂的，无论男女任何一方异常，都会造成不孕不育。因此，男女方都必须认真检查，找出病因，及时调治。下列酒饮可在避孕期间服用，待功能恢复，则应少服或停药。

当归远志酒

配方

全当归 100 克，远志肉 80 克，白酒 2500 克。

制法

将上药加工粗碎，装入细纱布袋内，扎紧口，放入小坛内，倒入白酒浸泡，10 天后去掉药袋即成。

功能

和气血，调经水。适用于妇女经水不调，气血不和所致的不孕症，或妇女一般血虚气弱等症。不善饮白酒者，可改用黄酒。

用法

每晚临睡前随量温饮。

灵脾熟地酒

配方

仙灵脾 80 克，熟地 50 克，醇酒 1500 克。

制法

将上药共研细碎，纱布包贮；用酒浸于净器中，密封，勿通气。春夏 3 日，秋冬 5 日后即可开取饮用。

功能

补肾助阳，强筋健骨。适用于肾虚阳衰，宫寒不孕，腰膝无力，筋骨酸痛等症。

用法

每日随量温饮之，常令有酒力相续，但不得大醉。若药酒将尽，应再如上泡制。

水陆二仙酒

配方

金樱子(去子洗净捣碎)、芡实肉(研)各 120 克，米酒 1000 克。

制法

将上 2 味药，若用鲜果，洗净研末，干者锉细，与米酒与入净瓶内，浸泡 5 椽 7 天，时加振摇，日满，加盐花少许(碾细末食盐 0.1 克)搅匀，隔水(重汤)蒸煮，取出收贮备用。

功能

益气补元，适用于白浊带下。

用法

每日饮服 2 次(饭前)，每次 50 毫升。

鸡冠花酒

配方

白鸡冠花 180 克，米酒 1000 克。

制法

将上药晒干研成粗末，入酒中浸泡，5 楼 7 天后，去渣即成。

功能

止泻止带。适用于妇女赤白带下。

用法

每日清晨空腹饮服 1 杯，约 30?50 毫升。

十四、痢疾

本病是由痢疾杆菌引起的急性肠道传染病以结肠弥漫性化脓性炎症为主要病变。其症状因患病轻重缓急不等不同，多数病人有腹泻、腹痛、里急后重感，大便亦呈脓血样，伴发烧恶心、呕吐。在治疗中，病人应隔离，以防由手经口传染他人。

1. 龟蛋煮熟冲酒服。

2. 桃树叶 15 克，鸡蛋 1 只，用白酒煮，煮至酒干即成。每日 3 次，每次 1 只，去蛋壳腹食。

3. 鳝鱼去肠切碎，瓦上焙干研末，每日热黄酒加红糖调服 9 克。

4. 活鲫鱼去肠杂切段，放瓦上炙炭研末，拌黄糖，每

服 9 克，热陈酒送下。用于久痢，休息痢。

5. 杨梅浸陈酒，每日食 1 株 2 枚，每日 2 次。

6. 韭菜连根捣汁一杯，加黄酒半杯同饮，每日服 2 次。用于下痢鲜血者。

7. 山楂 60 克。文炒至略焦时，离火加白酒 30 毫升搅拌，再置火炒至酒干，加水 200 毫升煎 15 分钟，去渣，加入红糖煎沸，趁温服下，每日 1 剂，1 次服完。

8. 玫瑰花去蒂，焙燥研细末，黄酒送下，每日 2 株 3 次每服 2 克。用于赤白痢疾。

9. 黄瓜入酒浸 21 天后，切成每段 3 厘米，用红白糖为引。若白痢用红糖 30 克，红痢用白糖 9 克，如红白交杂各用红白糖 4.5 克。

10. 腊猪骨烧存性研末，温酒调服 9 克。用于赤白痢疾。

11. 人参 20 克，制附子 20 克，大黄 50 克，干姜 30 克，甘草 20 克。其研为细面，装入布袋内置瓶中，用黄酒 1000 毫升浸泡，密封瓶口埋在一尺以下潮湿地中后即可饮用，每日 1 株 2 次，每次 5 梮 20 毫升，连服 4 株 10 天。用于久寒痢疾。

十五、腹泻

腹泻是一种常见疾病，用心治疗腹泻的酒方也较多，主要有：

1. 杨梅用高粱酒浸，瓶装盖紧，7 天后饮用。每次食 1 梮 2 枚，每日 2 次。

2. 黄酒 50 毫升，丁香 2 粒，共蒸炖 10 分钟趁热饮酒。

3. 柿饼 2 只，蒸熟加酒吃。用于寒泻清水。

4. 糯米粽子，姜汁，白酒各适量。将粽子切片晒干。用时先蒸热后，加盖汁和酒少许吃。每次吃 100 克，早晚各一次，用于治寒泻清水。

5. 黄酒松香 6 克研细末，调整拌白酒，外敷贴肚脐，胃脘外，然后用温灸。

6. 艾叶一把，米双酒适量。艾叶先洗净捣烂，放入锅内加酒炒热，用布包好。趁热熨患者肚脐上，冷则再烘。每日 2 株 3 次，每次 10~15 分钟，连续熨 3 株 5 日。

7. 葱白适量洗净，捣烂，放入锅中，入酒少许炒熟，用布包好，趁热熨患者脐部。每日 2 株 3 次，每次 10 分钟，连续熨 2 株 3 日。用于急性胃肠炎腹泻。

8. 生姜 120 克，米双酒 30 克。将生姜洗净，切开，蘸米双酒，急擦揉患者四肢，擦至转热为度，每日 2 擦 3 次，连续 3 擦 5 日，用于急性胃肠炎腹泻。

十六、腹痛

西医认为，腹痛可由腹腔内脏器官的器质性或机能性病变引起。中医将腹痛分为“胃脘痛”、“腹痛”、“肋痛”、“脐周痛”。腹中脏腹，经络受外邪侵袭，或内因所伤，致使气血运行受阻、气机郁滞不通，或气血不足以温养，皆能产生腹痛，凡遇腹痛。对于一般性腹痛，可以采用调理气机，通经止痛的方法。一般可用以下酒疗方。

1. 小黄狗 1 只，30 克，糯米 7500 克。将小黄狗去内脏，洗净，煮烂，连汁和、糯米如常法酿酒。每日 3 次空腹饮 2 榶 3 小杯。

用于肾阳虚损之小腹冷痛。

2. 胡椒 9 粒，大枣 1 枚。共捣烂，用黄酒送服。用于胃腹痛。

3. 姜 10 片、葱白 7 根，共捣烂，热酒冲服。或敷脐部。用于寒性腹痛。

4. 大蒜头 1500 克、酒醋各半。浸泡于瓶中，10 天后即可服用。痛时每日 3 榶 5 枚，连服 7 天。用于治受寒腹痛。

5. 饮杨梅酒半杯或食酒浸杨梅 2 榶 3 个。用于虚寒胃痛，胃肠疼痛及吐泻。

6. 白胡椒、绿豆等分，共研细末，温黄酒送下。每次 3 克，每日 2 次。用于受寒腹痛。

7. 大茴香 9 克，加酒少许，少煎服。用于胃腹痛。

8. 芥子末 9 克，水调成泥放于底碗上，碗内装酒用火燃着，将碗盖上脐上暖之。用于寒疝腹痛。

9. 黄酒 100 毫升，青梅 30 克。一起蒸 20 分钟。每次 10/30 毫升，温饮。用于蛔虫性腹痛。

10. 白酒 250 毫升，草果仁 10 克。泡 7 天后服。本方亦可加入陈皮、山渣共泡。用于脘腹胀痛。

11. 砂仁 30 克捣碎，干净纱布包，用白酒 500 毫升，泡 7 天，饮后酌饮。本方有消食和中，下气止痛之效。用于脘腹胀痛。

十七、便秘

便秘是指粪便在肠内滞留时间过久，排便周期延长，或粪质干结，排出艰难，或经常便而不畅的病症。包括西医学中的功能性便秘及其他疾病并发便秘等。患者由于粪便燥硬，经常在三五天或六七天才排一二次，且不能通畅，造成腹部胀痛，肛门出血，并伴发胸闷晕，食欲不振等全身不适的症状。

便秘的发生，主要是由于大肠的蠕动功能失调，粪便在肠内滞留过久，水分被过度吸收，使粪便干燥、坚硬所致。本例酒饮有润肠通便之效。

滑肠散结酒

配方

鲜韭菜 500 克，白酒 20 克。

制法

将鲜韭菜榨汁取 40 克，加入白酒 20 克、清水 40 克，搅匀备用。

功能

散结，滑肠通便。治常年大便秘结。

用法

每日饮服 1 次，每次 100 毫升。

火麻仁酒

配方

火麻仁 160 克，好酒 500 毫升。

制法

将上药炒香、捣碎，研细，置于净瓶中，浸泡于酒中，经 3 宿开取。

功能

润肠通便，兼补中。治老年人和妇女产后及热性病后血亏津液少的肠燥，大便秘结，小腹胀满疼痛。

用法

每次饭前随量温饮，勿醉。

猪脂酒

配方

猪脂适量(如半个鸡蛋大，切碎)，酒 250 克。

制法

将酒煮沸后，投入猪脂，再煎 1 棰 2 沸，分为 2 份。

功能

通利二便。治大小便不通。

用法

每日食前温饮，未通再服。

麻子酒

配方

火麻仁 500 克，米酒 1000 克。

制法

将火麻仁研末，用米酒浸泡 7 天即可。

功能

润肠通便。适用于老年或产后津伤血虚，大便于结。

用法

每日饮服 2 次，每次 30 毫升。

枸杞双麻酒

配方

枸杞子 550 克，胡麻仁、生地黄各 350 克，火麻仁 200 克，糯米 1800 克，酒曲 150 克。

制法

将生地黄加工粗碎，酒曲研末，备用；胡麻仁、火麻仁蒸熟后捣烂备用；将杞子捣碎，置沙锅中，加水 3500 克，煮至约 2200 克时取下，倒入坛中待冷；糯米蒸熟，待冷后倒入坛内，加入生地、胡麻仁、酒曲等搅拌均匀，加盖密封，置保温处。15 天后开封，压去糟渣即成。

功能

滋肝肾，补精髓，养血益气，润五脏。适用于虚羸黄瘦，食欲不振，腰膝酸软，遗精，视物模糊，须发早白，大便秘结等症。

用法

每日温饮 3 次，每次 50?100 毫升。

松子仁酒

配方

松子仁 80 克，黄酒 500 克。

制法

将松子仁炒香，捣烂成泥，备用；再将黄酒倒入小坛内，放入松子仁泥，置文火上煮沸，取下待冷，加盖密封，置阴凉处。5 天后开封，用细纱布滤去渣，贮入净瓶中备用。

功能

补气血，润五脏，止渴，滑肠。适用于病后体虚，口渴便秘，羸瘦少气，头晕目眩，咳痰少，皮肤干燥，心悸，盗汗等症。大便溏泻、滑精及有湿痰者忌服。

用法

每日用开水送服 3 次，每次 25 毫升。

通便蜜酒

配方

蜂蜜 550 克，红曲 55 克。

制法

取蜂蜜加水 1100 克，再加入红曲(研末)，混匀加入干净的瓶中，用牛皮纸封口，发酵 50 天，过滤后即可饮用。

功能

滑肠通便，润肺补中，缓急解毒。适用于肠燥便秘，肺虚久咳。特别适合于老年人，长期饮用对身体有益。

用法

每日饮服 2 次，每次 60 毫升。

养阴润肠酒

配方

甜杏仁，蜂蜜各 80 克，地黄汁 160 克，大枣 40 克，生姜汁、花生油各 40 克，白酒 1600 克。

制法

取鲜生地黄按用量榨取汁，备用；将大枣洗净去核，同甜杏仁捣烂成泥备用；再取生姜汁榨取汁，倒入瓷坛，加入白酒和花生油搅匀；最后将蜂蜜炼熟，乘热同大枣、杏仁装入药坛内搅匀，置文火上煮沸离火，等冷后倒入生地黄汁，加盖密封，置阴凉干燥处。每日摇 2 次，10 天开封，过滤后即可饮用。

功能

补脾益气，调中和胃，养阴生津，润肺滑肠，养身益寿。适用于脾胃不和，气血不舒，食欲不振，肺燥干咳，肠燥便秘等症。

用法

每日饮服 3 次，每次 30~60 毫升。

吴茱萸根浸酒

配方

吴茱萸根(粗者)1尺，麻子50克，陈皮70克，酒800克。

制法

将吴茱萸根切碎，捣陈皮、麻子为泥，拌入吴茱萸根，酒浸一宿，慢火微煎，去渣，贮瓶中。

功能

补中益气，通便润肠。适用于产后虚弱，大便秘结，呕吐流涎，头额冷痛，蛲虫瘙痒。

用法

分5次空腹温服。

硝黄酒

配方

朴硝10克(或芒硝代之)，大黄30克，白酒100克。

制法

将上药捣碎，用白酒100克，煮取50克，去渣备用。

功能

开结，消食，通便。适用于食积不化，留滞中焦，腹部满闷，按之疼痛。年老体弱、孕妇及平素体质虚寒者忌用。

用法

将上药1次服尽。

秘传三意酒

配方

枸杞子、火麻仁各 750 克，生地黄 450 克，白酒 4000 克。

制法

将上药切碎，蒸熟，摊开晾去热气后，与白酒共置入容器中，密封浸泡 7 天，即可饮用。

功能

滋阴养血，补虚润肠。适用于身体羸弱，肠燥便秘，面色萎黄，倦怠无力，头昏目眩，口干食少等。

用法

随量饮之，以不醉为度。

竹酒

配方

嫩竹 120 克，白酒 1000 克。

制法

将嫩竹切成片状或碎屑状，与白酒共置入容器中，密封 12 天即成。其间搅拌 2 次，或锯取保留两个竹隔的嫩竹节，在一端竹节上开一个小孔，注入白酒，用塞子塞紧小孔，防止酒液外渗，在室温下静置 15 天即成。

功能

清热利窍。适用于便秘，原发性高血压，痔疮等症。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 20 毫升。

桃仁酒

配方

桃仁 60 克，米酒 100 克。

制法

将桃仁捣烂，用米酒浸泡 10 天即可饮用。

功能

润肠通便。适用于产后血虚便秘。

用法

每日饮服 2 次，每次 30 毫升。

十八、头痛

头痛是一种常见症状，可由许多疾病引起。西医认为，头痛与颅内、外含有痛觉感受器有关。中医认为，脏腑经络病变皆能发生头痛，因头为诸阳之会，五脏精华之血，六腑清阳之气皆上会于此。六淫外袭上犯巅顶皆可致头痛高巅之上惟风可到，故外感头痛，必多兼风内伤诸疾，如气血虚弱，脉络失养，肾水不足，肝阳上亢，情志不和、肝郁化火等，均能致气血阻滞而逆乱或不足以上荣而发生头痛。

此外跌打损伤或久痛入络，使气血滞瘀或痰湿壅塞经络也可致头痛。故对头痛的治疗应首先查明引起头痛的原因，然后采取治疗措施。对于一些有特殊症候的头痛(如头痛伴有视力障碍者)，常见于眼病和脑瘤；头痛伴有剧烈呕吐而

不恶心者，常为颅内压增高征象；高血压动脉硬化病患者突然发生剧烈头痛，应提防发生脑血管意外，更应及时请医生诊治，以免贻误病情和时机。

下面所列方剂仅为一般对症疗法，只能一时供应急之用。

1. 核桃仁粒，白糖 50 克。放在蒜罐或瓷碗中捣碎成泥，再放入锅中，加黄酒 50 毫升，用小火煎 10 分钟，每月食用 2 次，用于有脑震荡病史的头痛。

2. 猪脑 2 只，生姜汁 1 杯，黄酒 100 毫升。同入罐中，隔水蒸熟，一顿吃完。用于头痛，时痛时止者。

3. 黄白鳔烧存性为末。用黄酒 50 毫升。鱼鳔、葱白加水适量煮汤。

4. 胖头鱼(花链鱼)头 1 个，生姜片 50 克，米酒 200 毫升。鱼头切成块，用水半碗，同放砂锅内煮熟，趁热吃完，用于治偏正头痛，时痛时止。

5. 甘菊花 2000 克，生地黄 1000 克，当归 500 克，枸杞 500 克。加水煎汁，过滤待用。再将大米 3000 克煮半熟沥干，和药汁混匀蒸熟，再拌适量酒，装入瓦坛中，四周用棉花或稻草保温发酵直发到味甜即成。食用时，每天 2 次，每次 3 汤匙，用开水冲服。用于肝肾不足引起的头痛。

6. 川芎和白芷各 6 克。加糯米酒 60 毫升，隔水蒸，去药渣吃酒酿，每日睡前服。用于头痛或偏头痛。

7. 杭菊花 60 克，枸杞子 60 克。绍兴酒适量泡 10~20 天，去渣，加蜂蜜适量，每日早晚各饮 1 小杯。用于头痛眩晕。

8. 细草 3 克、沙参 30 克、蔓荆子 10 克、川芎 30 克。加水 1000 毫升，煎至 700 毫升再加酒 300 毫升调匀备用。每日服细沙荆酒 30 毫升，每日 3 次，七日为一疗程。用于一般头痛。

十九、发热

正常体 37 左右，如高于 37.3 即可认为发热，(中医的“发热”还包括五心热及自感热)发热是人体对于致病因子的一种全身性反应，按其病因不同可区分为感染性(如各种急慢性传染病和急慢性全身与局部感染引起的发热)和非感染性(如无菌性组织破坏、变态反应、结缔组织疾病、物理性及化学性损伤、神经原性、功能性等)。

中医认为，凡“六淫”及湿热病邪等引起的发热多属外感(实热)；凡疾病中伤机体后，致脏腑机能失调，气血津液亏耗，出现阴阳偏盛而发热者，多属内伤(虚热)。

凡遇有发热病人，首先必须请医生认真细致地全面诊查，辨症施治，确定发热病因，对症下药，这是最根本的治疗，倘一时不能确诊或在送医院求治前，也可根据诊断倾向先用下述配方进行对症治疗。

1. 花椒 50 粒，侧柏叶 15 克。共捣碎，加入 500 毫升白酒，置瓶中密封，浸半月。在呼吸道以及消化道传染病流行的季节，每日早晨空腹温饮 5 椀 10 毫升。用于防治四时瘟疫、头痛发热。

2. 鲜竹叶菜 150 克洗净，捣烂，绞汁，温热以酒送服。

3. 鳗鱼 500 克。洗净(弃内脏), 加黄酒 500 毫升, 水适量, 小火炖至熟烂, 再加食盐少许, 蘸醋食用。本方有补虚劳, 退热功效。

4. 红枣 250 克。以水煮熟后, 滤去水, 加入羊脂 250 克, 糯米酒或黄酒 250 毫升, 煮一沸后, 倒入瓶罐中, 密闭贮存 7 日即可。每次吃枣 3 槿 5 枚, 1 日 2 次。用于低热。

二十、咳嗽

咳嗽是呼吸道疾病常见症状, 为机体的一种保护性反射动作。主要有以下酒疗方法:

1. 猪油、芝麻油、蜂蜜和茶末各 120 克。同浸 120 毫升酒内。煮沸冷凝, 每日挑食以茶送服。用于寒痰咳嗽。

2. 干啼腐衣烧存性为末, 热陈酒送下, 日服 40~50 克。治冷咳。

3. 干核桃 7 枚微焙后研末, 黄酒 15 毫升送服, 每日 2 次。用于遇风寒而咳嗽加重者。

4. 羊胰 3 只, 大枣 100 枚, 酒 3000 毫升。浸 7 日, 酌量饮之。用于慢性咳嗽。

5. 将椿红 30 克浸入 500 毫升白酒中封固, 7 天后即成。每晚临前饮 1 小盅。用于遇寒即发的久年咳嗽。

6. 麻黄 60 克, 胡椒 20 粒, 老姜 15 克, 研为细末, 然后与米双酒、面粉再炒至成饼状贴于患者背心上, 每日换药 1 次, 连续贴数日, 以愈为度。再于冬天久咳。

7. 丝瓜烧存性为末, 枣肉和弹丸大。每服 1 丸, 温酒

化下。用于痰喘咳嗽。

8. 白酒 1500 毫升，海蜇 500 克，荸荠 100 枚，芝硝 100 克。共浸 7 日后，每日早上食荸荠 7 枚，逐步加至 7 枚。用于痰核痞块，痰热咳嗽。

9. 鲜橘皮洗净，切块，浸白酒可制成橘皮酒，其味清香醇厚，每日饮少量。可清肺化痰。

10. 白芨片 10 克，猪肺一具。将洗净的猪肺同白芨入瓦罐加酒煮熟，食肺饮汤，用于胸痛咳嗽吐脓痰。

11. 鸡蛋黄 4 只，阿胶 40 克，米酒或黄酒 500 毫升，盐适量。将酒文火都沸后，放入阿胶，溶化后再下鸡蛋黄、盐，搅匀；再煮数沸，待冷却后贮入净器中。每日早晚各 1 次，每次随量温饮。用于虚劳咳嗽者。

12. 蛤蚧 1 株 2 只，党参 30，北芪 30 克，北芪 30 克。米酒 1500 毫升，每日饮用 10?20 毫升，用于气虚咳嗽气喘者。

二十一、气管炎

支气管炎根据病程长短可分急性和慢性两种。其发病与感染、过敏、理化因素刺激、免疫状态及植物神经功能失调等有关。主要症状为咳嗽、咳痰，严重者可伴有呼吸机能不良。

中医认为，急性者由于感受四时不正之气，致肺气阻遏不宜、清肃失常而病在肺；慢性者在久咳伤肺致肺气不足，或因脾虚湿痰壅肺，或因肾虚寒水射肺，其病位在肺而涉及

脾肾。治疗本病急性期的祛邪宣肺，慢性者则扶正、健脾益肾为主，解表时莫忘敛肺，止咳时应顾及脾肾，可试用下述酒方。

高粱酒

高粱酒或其他白酒 30?50 毫升。以杯装酒蒸煮待酒挥发蒸气时，将杯取出，打出盖子，即用口深吸酒精蒸气，如此反复蒸用，直至酒精挥发完止。

热蛋酒

煮白酒或黄酒适量。先把酒在火上煮开，再把鸡蛋打入搅拌，不要加盐，趁热吃下，每次 1 椀 2 只鸡蛋。特别是对晚上睡前咳嗽气短不能平卧者，服后数分钟咳嗽可望平息，卧床入睡。

橘红酒

橘红 30 克，洗净，切成 2 厘米宽的块，装入纱布袋内，扎紧口放入白酒 500 毫升罐中，盖好盖，浸泡 7 天即成。每日 2 次，每次饮 20?30 毫升。用于慢性气管炎，亦适用于哮喘。

灵芝酒

灵芝菌 30 克，切碎，浸泡在 500 毫升白酒瓶中密封，浸 15 日以上，每日摇动数次。每日饮 1 椀 2 次，每次 10

毫升左右。长期饮用。用于慢性支气管炎。

红菊酒

红菊 10 朵，酒 15 克。加水 500 毫升，煎至 200 毫升。每天 1 剂，分早晚 2 次服。一般服至 7 剂，按病情需要，必要时可继续服数剂，至症状消失为止。用于慢性支气管炎。
(6)白胡椒粒放了 75%酒精中泡 30 分钟，取出切成 2 或 4 瓣，用于穴位埋藏。选穴：膏肓、定喘、羽骨前压痛点，膻中、肺俞。用于慢性支气管炎和喘息。

二十二、哮喘

本病是一种过敏性疾病，亦与内分泌功能和免疫状态有关。病因比较复杂，一般认为与中枢神经系机能失调及外来或内存的变态反应原的作用有关。中医认为，支气管哮喘可分为虚实两类，寒热两型，急则以去痰平喘为治，缓则以补益脾肾入手、虚实兼顾、不可偏废。

生姜白芥酒

生姜 30 克切细，捣烂绞汁，同白芥子 10 克，加烧酒研和为糊，以棉球蘸药糊，擦试肺俞、大椎、膻中三个穴位，每穴擦试 10 分钟，以局部灼热觉痛为度。或以纱布沾药液贴于以上三穴位 1 样 3 小时，痛则去掉，以不起泡为度。用于支气管哮喘。

鹤鹑红糖酒

鹤鹑 1 只，黄酒 30 毫升，红糖 30 克。鹤鹑(不去毛)焙烧存性，研末装瓶备用，鹤鹑粉 15 克，加红糖温开水溶化后，兑入黄酒，1 次服完，每日 2 次，用于支气管哮喘。

猪睾丸酒

猪睾丸数个，米酒适量。猪睾丸并米酒一起炖熟食用。2 岁以内者，每次食三分之一，2 岁 5 岁以内者，每次食二分之一，6 岁 10 岁者，每次吃一个，成人每次 2 个。以上的均连汤一起食用。每日 2 次，7 天为一个疗程，用于支气管哮喘。

瓜蒌酒

瓜蒌 12 克，白酒适量。文火煎服。本方具有通阳散结，行气祛痰功效，用于咳喘气短。

鸡蛋蟾蜍酒

鸡蛋 1 只，塞进蟾蜍肚内，用泥糊上。放炭火内烧熟，剥去泥和蟾蜍吃鸡蛋。并饮黄酒 30 毫升，每隔 1 天 3 日吃 1 只蛋。本方对顽固性哮喘有效。

二十三、肺结核

肺结核是由结核杆菌引起的一种慢性肺部感染性疾病。中医称肺结核为“肺癆”。认为其病因是由于机体正气不足，阴精耗损，癆虫乘机侵入肺脏所致。治疗此病当以西医抗菌药为主，但为了增强机体的免疫功能，可把中医的补虚结合应用，则可促进病疾消失。中药辅助可试用下述方剂。

1. 鳖 1 只，宰取血，以热黄酒冲服，当日服完，能持续服之更好，除能解热外并有强壮作用。用于肺结核下午发低热。

2. 熟地和当归各 130 克。水煎 2 次，头煎、二煎混合后分 2 次以少许黄酒早晚送服，连服 7 日为一疗程。

二十四、贫血

贫血是指在单位容积的血液内血红蛋白量和红细胞计数以红细胞压积低于正常而言。中医称贫血为血虚，其原因为脾肾亏虚，生血不足或亏血过多所致。可采用补气养血、滋养肝肾，温补脾肾，清热凉血等法辩证论治。可试用以下酒方。

1. 阿胶 15 克，红糯米 50 克，蜂蜜 30 克，米酒 15?20 毫升。红糯米加水适量煮粥，加阿胶、蜂蜜和酒搅匀，温热食之。每日 3 次。连服 10 日为一疗程。

2. 桂圆肉、首乌和鸡血藤各 250 克。加米酒 1500 毫升浸 10 天后使用。浸泡后每天振摇 1 樽 2 次促使药味浸出。每服 15~30 克，早晚各 1 次。

3. 新鲜鸭血加清水适量，食盐少许。隔水蒸熟。再和入好酒 1 杯 2 汤匙稍蒸片刻后服食，每日 1 次，连服 4 樽 5 次为一疗程。

4. 蟹壳烧炭存性为末，每次 10 克，用米酒或黄酒调服。

5. 猪皮 60~90 克。加水及黄酒少许，煮烂以红糖调服。用于失血性贫血。

6. 黄精和枸杞子各 12 克。水煎或浸酒服。

7. 淡菜 60 克，韭菜 25 克，猪排骨 100 克，白酒适量。先将淡菜洗净，用酒浸泡胀发，韭菜洗净，切段，排骨洗净，切块。将淡菜、韭菜、排骨放入碗内蒸熟即成。食时加调味品。用于贫血，可改善人体血液循环。

8. 黄酒 500 毫升，绿矾 20 克，胡桃 7 只，鸡蛋去黄留壳 1 只，先将绿矾装入鸡蛋壳内，外用纸蘸水包 4 层，置柴灰中煨熟，研细放入盛黄酒的瓷瓶内，加入胡桃仁后封口，置锅内蒸者 40 分钟取出食用。每日 3 次，每次 20~30 毫升。服药酒期间忌食黄瓜。本方适用于缺铁性贫血，产后失血性贫血。对再生障碍性贫血也有一定疗效。

二十五、出血症

出血症是疾病的临床表现之一。西医认为，血管受外伤，溃疡性病变腐蚀或因血管壁的缺陷，血小板质与量的差异以

及血液凝固机制异常等均是引起出血的主要原因。中医称出血症为“血证”。凡血液不循常道、上溢于口鼻诸窍，下出二阴或流出血脉之外的诸种血症，都是病理现象。其原因不外为阴阳相乘、络伤血瘀及气不摄血。出血由于损伤位置和程度不同，其机转也甚不一样，严重者可危及生命，必须及时请医诊治，弄清原因，病灶部位和出血程度，对于大出血患者更应及时送医院急救不可延误。中医治疗失血以“调和气血”为原则，以止血、消瘀、宁血、补虚为要法，下述方剂仅为请医调治前家庭应急时试用。

猪皮酒

猪皮 1000 克，去毛、洗净，切成小块，放入大锅中，加水适量，以文火煨至烂透汁液稠沾时，加工内酒 250 毫升，红糖 250 克，调匀停火倒入碗盆内，冷藏备用。随意饮用。本方有养血滋阴之效。用于各种出血调补。

鲫鱼黄酒

大活鲫鱼 1 条去肠留鳞，五倍子和明矾各 6 克研末，填入鱼腹，以黄泥封固烧存性，研为经末，以黄酒关下，每服 3 克，每服 3 次，用于肠风下血，噤口血痢，走马牙疳，齿龈出血等症。

黑豆米酒

黑豆 250 克，米酒 300 毫升。将豆炒至焦黄研碎，用煮

热的米酒泡淋，稍后片刻，去豆饮酒，每次 50 毫升。每日 2 次，连饮数天，用于男子便血。

鳗鱼酒

鳗鱼 500 克去鳃和内脏，洗净入锅，加黄酒 500 毫升，清水适量，用猛火烧沸后，转用文火炖熟，至鳗鱼熟香即成。加食盐少许，蘸醋食用。

鲜荸荠酒

将适量鲜荸荠连皮捣烂，冲入微量的绍兴酒。连渣饮服。用于便血。

乌龟补血酒

乌龟一只，去头和内脏，洗净切块。先以素油煸炒，加姜、葱、冰糖等调料，然后再烹酱油、黄酒，加水适量，以小火煨炖，至熟烂即可顿食。本品具有益阴补血功效。适用于便血患者。

苦苣苣酒

苦苣菜一把，酒水各半煎服。用于尿血。

肥生地酒

肥生地 400 克，何首乌 500 克。煮取浓汁，与 100 克，黄米 2500 克如常法酿酒，密封器中，春夏 5 日，秋冬 7 日

后启用，中有绿汁，此为真汁。宜先饮之，滤汁收贮备用。每日 3 次，每次 10~20 毫升。用于热性出血。

川芎当归酒

川芎和当归各 12 克浸酒，水煎，每日分 2 次温服。用于失血过多。

鸭血酒

鸭 1 只取血，加清水，食盐适量，隔水蒸熟，入黄酒 20 毫升，稍蒸片刻，饭后服，每日 1 次。连服 5 次为一疗程。用于隐性失血者。

鸡蛋三七酒

鸡蛋 1 只，打开，和三七末 3 克，藕汁 1 小杯，陈酒半小杯拌匀，隔汤炖熟食之。每日 1 斟 2 次。用于吐血、咳血、崩漏等多种失血症。

猪血炭酒

猪血块用瓦焙成炭 30 克，血余炭 3 克，研为细面，每服 6 克。黄酒对开水冲服。用于吐血衄血。

百草霜酒

百草霜 9 克，黄料酒适量。将黄米酒熬开，送服百草霜。用于吐血衄血。

血见愁酒

血见愁干品 60 克，鲜品 750 克。洗净晒干炒成性。水煎冲黄酒 3 盅，温服。用于急性吐血应急用。

二十六、疥疮

疥疮是皮肤病的一种，多生于手指，尤以指缝为最，刺痒难忍。本病是由天疮虫潜隐皮肤，辗转攻行，引致患部发痒钻刺，甚则传遍肢体。因抓搔破皮而继发化脓感染者，多成“脓窝疮”(即易于接触传染的化脓性皮肤病)。

刺猬苦参酒

配方

刺猬皮 1 具，苦参 100 克，露蜂房 20 克，黍米 1000 克，曲 150 克。

制法

先将前 3 味捣成粗末，放锅中，加水 800 毫升，煎取汁 500 毫升备用；再将黍米煮成饭，与药汁、曲相伴，放容器中，密封瓶口，酿造 10 天，滤取汁，装瓶备用。

功能

清热解毒，通络止痒。适用于各种疥疮。

用法

每日三餐前温饮 1 次，每次 15~20 升。10 天为 1 疗程。

蟒蛇羌活酒

配方

蟒蛇 1 条，羌活 40 克，白酒 1000 克。

制法

将上药同捣碎，放入纱布袋中，置于酒内浸泡 10 天，滤取清汁即可饮用。

功能

祛风除湿，通络止痒。适用于风湿毒邪等侵袭所致的疥疮。

用法

每日 3 次，随意饮之。

百部根酒

配方

百部根 50 克，白酒 500 克。

制法

将上药炒至微黄，放酒中浸泡 5 天即可饮用。

功能

滋阴清热，杀虫止痒。适用于疥癣等皮肤病。

用法

每日空腹饮服 3 次，每次 15 毫升。

剪草酒

配方

剪草 150 克(鲜品加倍)，高粱酒 500 克。

功能

祛风止痒，散瘀消肿，灭虱杀虫。适用于虱、疮、疥、癣等症。

用法

每日饮服 2 次，早 10 毫升，晚 20 毫升。亦可根据酒量酌情增减。

二十七、牛皮癣

牛皮癣亦称银屑病，因患处皮肤状如牛颈之皮，厚而坚，故名。此病经过缓慢，具有复发倾向，冬季重于夏季，久病则无明显季节特点。临床具有皮损边界清楚，搔刮后有白色干燥的鳞屑层层脱落，最后一层与基底面附着较紧，呈光滑的薄膜，刮下薄膜为细小出血点为其特点。与中医的“蛇虱”、“松皮癣”、“白壳疮”、“白疮”等症相类似。此病多因情志内伤，或饮食失节，复受风热邪毒发病；或阴血虚亏，化燥生风，肌肤失养而致。

祛风解毒酒

配方

活蝮蛇 1 条，人参 50 克，白酒 2000 克。

制法

将蛇放入净器中(最好用大瓶),加入人參和白酒浸泡,经 15 天后取饮。

功能

祛风解毒,治牛皮癬。

用法

每日饮服 2 次,每次 25~35 毫升,15 天为 1 疗程。

五蛇酒

配方

蕲蛇、金环蛇各 2500 克,银环蛇 500 克,乌梢蛇 10000 克,闹洋花、石楠藤各 2500 克,木防己、七叶莲、鸡血藤、眼镜蛇、*荳蔻、钻肾风各 5000 克,白酒 250000 克(75 度纯粮酒)。

制法

将上药洗净沥干切碎,放容器内置酒浸渍封好,一年后使用。

功能

祛风止痒,通络润肤。治牛皮癬。

用法

每日饮服 2 次,每次 30 毫升。

首乌五加皮酒

配方

首乌、松针、五加皮各 30 克，当归身、穿山甲、生地、熟地、虾蟆各 20 克，侧柏叶 15 克，川草乌 5 克，黄酒 3000 克。

制法

将上药共捣碎，以布包，置于净瓶中，浸于酒中，7 天后开封，去渣备用。

功能

祛风解毒。治牛皮癣。

用法

不拘时，空腹随量饮之。

当归首乌酒

配方

穿山甲 50 克，当归、生地、熟地、虾蟆各 20 克，何首乌 50 克，五加皮 25 克，侧柏叶、松针各 15 克，川乌、草乌各 10 克，黄酒 3500 克。

制法

将诸药捣细，用布包好，置于净器中，加盖，密封，浸泡 10 天，滤去药汁，装瓶备用。

功能

温经活血，祛瘀止痒。适用于各种类型的牛皮癣。

用法

不拘时，随量空腹饮之，15 天为一个疗程。

腹蛇人参酒

配方

腹蛇 1 条，人参 50 克，高粱白酒 1500 克。

制法

将腹蛇与人参同放容器中，倒入白酒，密封浸泡 10 天，开封滤取药汁，装瓶备用。

功能

温经通络，益气活血。适用于经脉虚寒，气血运行不畅所致的银屑病。

用法

每日 3 次，随早饮之。

葡萄干酒

配方

葡萄干 500 克，曲、糯米各 1500 克，水 12000 克。

制法

将糯米加水 1500 毫升煮成稀粥，与曲、葡萄干相伴，放坛中，密封坛口，置温处，发酵 10 天，榨取汁，装瓶备用。

功能

滋阴养血，活血通络。适用于阴血不足，不能充分营养肌肤所致的银屑病。

用法

每日饮服 3 次，每次 30 毫升。

白藓皮酒

配方

白藓皮 350 克，苦菜 500 克，露蜂房 80 克，曲 800 克，黍米 5000 克。

制法

先将黍米煮成粥，待冷后，用捣碎的曲末相拌，置容器中，勿进水，放温处，发酵 7 天，将前 3 味药加水适量，煎取药汁 3000 克毫升，晾凉，倒入容器中，与粥、曲调和均匀，再酿 3 天即成。弃渣取汁，装瓶备用。

功能

清热燥湿，解毒止痒，活血通络。适用于遍身白屑，搔之则痛。

用法

每日三餐后饮服 1 次，每次 50?100 毫升。病愈即止。

蜈蚣虾蟆酒

配方

何首乌 60 克，当归身 50 克，穿山甲 40 克，生地 30 克，虾蟆 25 克，侧柏叶 15 克，大蜈蚣 2 条，黄酒 2000 克。

制法

将上药捣碎，用纱布包好，放酒中浸泡 10 天后，滤取药汁，装瓶备用。

功能

祛风通络，养血止血。适用于血虚肌肤失养所致的银屑

病。

用法

每日空腹饮服 3 次，每次 50?100 毫升。

二十八、脚气

脚湿气俗称脚气，生于足趾，由湿热下注或接触湿毒邪气而发。初病足趾间有小水泡，甚痒，搔破后流水，局部可有脱屑或结痂。因反复发作趾间湿烂，故又称“水溃疡”。脚湿气每易有继发性感染，重症渗出液显著增多，并有特殊臭味，局部皮肤(以足趾屈侧近根附近多见)易溃烂露出红色糜烂面，局部渐肿，甚至连及足面，名为“臭田螺”，也有叫“香港脚”的。另有一种脚湿气，趾间干痒，局部皮肤粗糙脱屑，气候寒冷时，容易出现皲裂。

大麻仁酒

配方

大麻仁 50 克，酒 2500 克。

制法

将上药研碎，入酒浸渍 3 宿后即可饮用。

功能

利湿。适用于脚气肿满，小腹痹闷等症。

用法

每日三餐前温饮 1 次，随量饮之，以不醉为度。

白杨皮酒

配方

白杨根皮(去地 1 米深者)1000 克，酒 3000 毫升。

制法

挖出根皮，去皮，加工细碎，于火上熬至黄赤，取汁于酒共置入容器中，密封浸泡，春夏 1 周，冬半月即成。

功能

舒筋，解毒。适用于风毒脚气，手足拘挛。

用法

每日饮服 5 桮 6 次，每次随量。

十味侧子酒

配方

侧子、五加皮、丹参、续断、牛膝、白术、生姜、桑根白皮各 250 克，细辛、肉桂各 200 克，好酒 15000 克。

制法

将诸药加工成麻豆大，以生绢袋盛之，与好酒共置于净瓷瓮中，密封浸泡，春夏 5 日，秋冬 7 日即成。

功能

利湿治脚气。

用法

每日空腹饮服 3 次，随量饮之，以不醉为度。

酸枣仁酒

配方

酸枣仁、黄芪、赤茯苓、羚羊角屑、五加皮各 15 克，干葡萄、大麻仁、牛膝各 25 克，天门冬、防风、独活、桂心各 10 克，酒 1500 克。

制法

将诸药加工研碎，用生绢袋盛之，入酒浸泡 7 天后即可饮用。

功能

利湿。治脚气疼痛及光泽肌肤，润养脏腑。

用法

每日餐前随意温服。

蒜酒

配方

蒜 1000 克，桃仁、鼓各 500 克，好酒 5000 克。

制法

将上药以生绢袋盛之，与酒共置于净瓶中浸泡，密封。春夏 3 日，秋冬 7 日即成。

功能

治脚气初觉。

用法

初服每日饮 10 毫升，渐至 20 毫升。

松节浸酒

配方

肥松节 500 克，桂心 30 克，丹参、萆各 60 克，大麻仁 200 克，干生地黄、牛膝、生牛蒡根各 100 克，酒 3000 毫升。

制法

将麻仁捣碎，牛蒡根去皮，牛膝去苗，与其他药共捣细碎，以生绢袋盛之，入瓷器中，以酒浸之，密封 5 天即成。

功能

养阴，温阳，解毒，舒筋。适用于风毒脚气，痹挛掣痛等症。

用法

每日餐前饮服 1 杯。

香豉酒

配方

香豉 250 克，酒 1500 毫升。

制法

将豉浸酒中 3 天即可饮用。

功能

清心，除烦，祛湿痹。治脚气。

用法

不拘时，随量饮之。

生地黄酒

配方

干生地黄、牛蒡子各 500 克，松木节、牛膝各 150 克，丹参 60 克，大麻仁 250 克，防风、地骨皮各 100 克，独活 1000 克，酒 3000 毫升。

制法

将诸药加工碎，以生绢袋盛之，入酒浸泡 7 天即可饮用。

功能

养阴，清热，除湿，祛风。适用于脚气肿满，烦疼少力。

用法

每日三餐各温饮 1 次，每次随量饮之。

青风藤酒

配方

青风藤 15 克，白酒 500 克。

制法

将青风藤加工研碎，浸入白酒中，封口，置阴凉处。每日摇晃 1 次，7 天后即可饮用。

功能

祛风湿，通经络。适于风湿痹痛、麻木瘙痒，浮肿尿少，脚气湿肿等症。

用法

每日饮服 2 次，每次 15~20 毫升。

二十九、 痈

痈即气血受毒邪所困而壅塞不通之意，属阳症，初起常伴有实热征候，如身热，口渴，便秘，尿赤，舌红苔黄，脉洪数有力等。凡肿疡表现为红肿高起，灼热疼痛，周围界限清楚，在未成脓之前无疮头而易消散，已成脓易溃破，溃后脓液稠粘，疮口易敛的，都称之为“痈”。分为“外痈”、“内痈”两大类。

外痈发于躯干、四肢等体表部位，如“颈痈”、“背痈”、“乳痈”等，是多个外毛囊和皮脂腺的化脓性炎症；乳痈(即乳腺炎)则是乳腺组织的化脓性感染。

内痈发于脏腑，外面看不到，如“肠痈”、“肺痈”、“肝痈”等。

金银花酒

配方

金银花 150 克，甘草 30 克，酒 250 毫升。

制法

用水 500 毫升煎上药，约 250 毫升时入酒略煎。

功能

解毒消痈。适用于痈疽恶闻，肺痈、肠痈初起等症。

用法

分早、午、晚 3 次服尽。

消痞块酒

配方

叶上果根及叶各 30 克，九龙盘 30 克，桂枝 15 克，白酒 500 克。

制法

将上药泡入白酒 5 楼 7 天即成。

功能

活血化瘀，行气祛湿。治痞块(腹腔内的积块)，肠痛。

用法

每日早晚各饮服 1 次，每次 15 毫升。

三十、痔疮

痔疮生于肛门内外，根据部位的不同，分为外痔、内痔、混合痔。此症多因日常湿热内积，过食辛辣燥热食物，或因久坐而血脉不行，经常大便秘结，妇女临产用力过甚，久痢等原因，造成浊气瘀血流注肛门所致。主要症状为块状突出，疼痛，出血等。

外痔生在肛门齿线之外，如皮瓣状，渐渐增大，质地较硬，外表光滑，多不疼痛，无出血，只有异物感，或因感染肿胀始感到疼痛，肿消后如旧。产妇多见。

内痔生在肛门齿线以上，为紫红色块物突出。根据痔核从小到大的发展，可出现大便时滴出鲜血，痔核脱出肛门外，严重时，甚至咳嗽，远行、久立也会脱出，不能自行还入，

还须用手推回或平卧才能复位。内外痔，是兼有内痔和外痔的混合痔。两痔生长一起，以肛门的左中、右前、右后部为多发常见。

白梅花酒

配方

白梅花肉(泡沫)25克，红花、苍术、当归各100克，核桃白肉500克，老酒8000克。

制法

将上药入酒浸渍7日后可服用。

功能

治痔疮，痔漏脓血淋淳。

用法

适量饮服。

愈痔酒

配方

血三七(红三七)、白酒各1000克。

制法

上药入酒浸泡1周。

功能

活血通络，祛瘀止痛，主治痔疮。

用法

每晚临睡前饮服20~25毫升。

茄子酒

配方

大茄子 3 枚，酒 750 克。

制法

选用籽多成熟之大茄子，将 1 枚用湿纸裹，于灰火内，煨熟取出，入瓷坛内，乘热用酒沃之，以蜡纸封口，经 3 宿去茄子。另 2 枚用同样方法加工。

功能

止血。治大便出血(久痔)。

用法

每日空腹随量瘟服。3 枚为 1 疗程。

三十一、疝气

疝气泛指体腔内容物向外突出的病症。多伴有气痛的症状，故称为“疝气”、“小肠气痛”或“盘肠气”。如突出于腹壁、腹股沟部位，或从腹腔下入阴囊的肠疝等，主要是指腹部剧烈作痛并兼有二便不通或睾丸、阴囊部的病症。

茴香橘核酒

配方

橘核、小茴香各 50 克，黄酒 500 克。

制法

将上药炒后研为细末，2 等份混匀即可。

功能

温补肝肾，散寒。治小肠疝气，睾丸疼痛。

用法

每晚睡前以黄酒 25 毫升调服药末 5 克。

治疝酒

配方

猪脬 1 枚，大茴香、小茴香、补骨脂，川楝各 50 克，酒 500 克。

制法

将猪脬洗净，入后 4 味并填满，放适量盐，用酒煮熟，食肉。其药末焙干末。

功能

温补肝肾，散寒。治疝气坠痛。

用法

每次取药末 9 克。以酒 25 毫升冲服。

疗疝酒

配方

金橘根 60 克，枳壳 15 克，小茴根 30 克，酒适量。

制法

将上药与酒共炖。

功能

行气，散结。治疝气。

用法

每日饮服 2 次，每次 20?40 毫升。

金橘核酒

配方

金橘子 6 克，碧朴草 9 克，白酒 200 克。

制法

将上药与白酒共炖。

功能

疏肝理气，散寒。治睾丸垂大。

用法

每日饮服 2 次，每次 20?40 毫升。

三十二、虫症

虫症也称“虫积”，是指寄生在人体腹腔脏腑(以胃肠道为主)的寄生虫病症，以儿童为多见。主要症状有胃脘腹痛，时发时止，久则面色萎黄、消瘦或腹部膨大等。病因是虫毒结聚于内，肝脾受伤，脉络瘀塞，升降失常，清浊相沸所致。

桃仁下虫酒

配方

大桃仁 350 克，米酒 2500 克。

制法

先将桃仁捣碎，再放沙器中细研。用少量酒绞取汁，再研再绞，仁尽即止；将汁放入瓷器内，重汤煮，观其色黄如稀糖时，出锅备用。

功能

活血通络，养颜，驱虫。

用法

每日饮服 2 次，每次 15~20 毫升。

驱虫酒

配方

青梅 100 克，黄酒 250 克。

制法

将青梅去杂质，洗净，装入瓷杯，用黄酒浸泡，将瓷杯入锅蒸半小时即成。

功能

收敛生津，安蛔驱虫。治蛔虫性腹痛，食不欲不振，慢性消化不良性泄泻症。

用法

每日饮服 2 次，每次 15~25 毫升。连服 3 日为 1 疗程。

吴茱萸根酒

配方

吴茱萸根 100 克，白酒 500 毫升。

制法

将上药晒干，去土，切细，浸酒中 1 宿即成。

功能

散寒温中，杀虫。治寸白虫。

用法

每日饮服 2 次，每次 30 毫升。

冷虫心痛酒

配方

川椒 120 克，酒适量。

制法

上药炒出汗，以酒 1 碗淋之。

功能

安蛔驱虫。治冷虫心痛。

用法

顿服。

茱萸根酒

配方

吴茱萸根 15 厘米、大麻仁 50 克，陈皮 25 克，黄酒 1000 克。

制法

上药粗捣碎，置于瓶中，用黄酒浸之，经 1 夜，微火热之，绞去渣备用。

功能

驱虫。治脾虚热，令人呕吐，出虫。

用法

每日早晨空腹饮 1 桮 2 杯，晚饭前服，下尽虫为度。

三十三、跌打损伤

热黄酒或葡萄酒适量饮服，对跌打损伤、疼痛有活血行瘀和止痛的效果。

鸭血酒

鸭血注入热黄酒中，饮之有活血祛瘀之功。用于跌打损伤、瘀血不化。

杨梧酒

杨梧树皮 40?60 克，水煎后冲黄酒少量服用。用于治外伤肿痛。

三七酒

三七 10?30 克，白酒 500 毫升，泡 7 天后服。每次 5 桮 10 毫升，每日 2 桮 3 次。

田螺三七酒

田螺 1 只，三七粉少许。将田螺焙干，研成细末，与三七粉混匀，用米酒(加热)冲服。每日 1 次。

骨髓补酒

骨碎补 60 克，白酒 500 毫升，泡 7 天后服每次 1 小杯，每日一次。用于跌打伤筋疼痛。

川芎酒

川芎 30 克，白酒 500 毫升，泡 7 天后服。每次 10~20 毫升，每日 2 椀 3 次。用于跌打疼痛。

玫瑰黄酒

玫瑰花根 25 克，洗净，用黄酒煮，每日早晚服用。

甜瓜子酒

甜瓜子 9 克，焙干，研为细末，用黄酒一盅送服。每日 2 次。用于四肢关节扭伤。(10)刘寄奴、延胡索和骨碎补各 30 克，切细，以水 1000 毫升，煮取 700 毫升，再放入酒及童便各 100 毫升，温热顿服。用于跌打伤破，腹中有瘀血。

菜服子酒

菜服子 60 克，生研烂，热酒调敷。用于跌打损伤，瘀血胀痛。葱酒

葱一把，捣烂加酒炒热熨患处。用于风湿痛、跌打肿痛。

山梔子酒

山梔子适量研细末，白酒调敷患处。用于外伤未出血者。

三十四、腰疼

赤小豆酒

赤小豆 50 克，炒熟，再加白酒拌匀，日服 2 次，每次一剂。服时把赤小豆嚼碎连酒一起吃下。用于急性腰扭伤。

韭菜酒

韭菜或韭菜根 30 克，切细，加黄酒 100 毫升煮沸后，趁热饮之，每日 1 椀 2 次。用于急性腰扭伤滞血阻者。

菠菜酒

菠菜 500 克，去根洗净，捣烂用纱布绞汁取 100 毫升，用黄酒冲服。每日 2 次。用于急性腰损伤。

葡萄干酒

新疆葡萄干 30 克，用好酒煮汤，连饮 2 梨 3 次剂。

鳖甲酒

鳖甲，用砂炒后，研末，热黄酒送服，每服 3 克，每日

2 次。用于闪腰疼痛。

针菜小豆酒

金针菜鲜根 10 克，赤小豆 30 克，水煮去渣，冲入黄酒，适量温服。治腰挫伤，瘀肿疼痛。

杜仲酒

杜仲 30 克，白酒 500 毫升，泡 7 天后服。每次 10~20 毫升，每日 2 椀 3 次。

生附子酒

生附子 30 克研细末，调拌白酒，外敷贴双足的涌泉穴。用于腰部急性扭伤。

三味酒

茴香 20 克，丁香 10 克，樟脑 6 克，红花 12 克，研细末，调拌白酒敷患处。用于腰部急性扭挫伤。

辣椒酒

辣椒叶适量，洗净，捣烂，放入锅内炒热，再将米酒频频洒上，取出趁热敷患处，并以布带束住，每日换药 1 次，连服 5 日 7 日为一疗程。用于腰酸痛。

三十五、关节炎

墨鱼干酒

墨鱼干 2 只，陈酒 250 毫升左右，共炖熟食鱼喝酒。每日 2 次，连食数日。用于风湿性关节炎。

三味补酒

枸杞、杜仲、五加皮各 30 克，浸泡于 1500 毫升高粱酒中。一周后，每晚睡前饮用 25 毫升。用于风湿性关节炎。

脂肉风湿酒

补骨脂 30 克，胡桃肉 60 克，捣碎，杜仲 30 克，用米酒 500 毫升，浸 7 天后服用，每日 7 次，每次 2 匙。用于风湿性关节炎。

威灵先酒

威灵仙 500 克，白酒 1500 毫升。将威灵仙切碎加入白酒，锅内隔水炖半小时，过滤后备用。每次 10~20 毫升，每月 3 椽 4 次。用于风寒痹、关节拘举。

桦叶酒

桦叶 1500 克，酒 1250 毫升，浸 7 日，每次服 30 毫升，日服 3 次。用于风湿性关节炎。

五加皮糯米酒

五加皮 50?100 克，糯米 500?1000 克。将五加皮洗收，加适量泡透煎煮，每 30 分钟取煎液 1 次，共煎取 2 次，再将煎液与糯米同煮成糯米干饭，待冷加酒曲适量拌匀，发酵成酒酿。每天随量佐餐食用。用于风湿性关节炎。

刺五加酒

刺五加皮浸在白酒中，半月后饮用。但每次饮用不得超过 20 毫升，每天坚持，日久见效。用于风湿性关节炎。

蛇酒

乌梢蛇、草花蛇、眼睛蛇或腹蛇 1 条。用高粱酒、烧酒或米酒浸泡 2 周备用。每次饮 10?30 毫升，每天 2 次。用于风湿性关节炎。

桃叶酒

新鲜桃叶适量，白酒 150 毫升。将白酒温热，桃叶用手稍揉。蘸酒洗患处，每晚睡前 1 次。用于风湿性关节炎。

辣椒酒

辣椒 12 克 , 泡酒 500 毫升 , 半月后饮用 , 每次 15 毫升 , 每日 2 次。用于风湿性关节疼痛等症。

三十六、烫伤、烧伤

烫伤火灼 , 会使皮焦肉烂 , 造成烫伤和火焰伤。由于引起烧伤的原因、烧伤的面积、程度、部位以及被烧伤者体质、年龄不同 , 其临床症状及愈后亦各异。对病情较重者应及时送医院紧急救治。下述酒方仅作为轻症患者应急试用。

1 . 小面积烫伤或烧伤 , 可浸于酒中或用卫生纸浸酒覆盖于伤面上 , 有止痛治伤作用。

2 . 鸡蛋 1 只 , 白酒 15 毫升 , 将蛋清与酒同调匀 , 敷患处 , 每日 3 搽 4 次。用于烫、烧伤。

3 . 红薯叶和车前草各适量 , 洗净 , 焙干研为细末 , 入米双酒和匀 , 涂搽于患处 , 每日数次 , 连续涂 7 搽 10 日。用于烫伤。

三十七、毒虫咬伤

能咬伤人体的毒虫很多 , 其临床表现各异。毒蛇、蜈蚣、毒蜂、蝎等咬伤为症状重者 , 应及时送医院医治 , 以免危及生命。

1 . 白酒 30 毫升 , 滴入水数滴 , 涂患处 , 可止痒、消炎。

用于蜂螫、蚊虫叮伤。

2. 活蝎子 6 条，放在 50 毫升酒精里浸泡，2 天后即可应用。取浸液涂于螫伤处。愈早涂药，效果愈好。用于蝎子螫伤。

3. 将蝎子、马蜂以白酒浸备用，被蜂螫伤时，将泡好的酒涂于伤口。用于治蜂螫伤。

4. 用雄黄和枯矾各一半混合研末，以烧酒调匀外涂伤口。用于蜈蚣咬伤。

5. 凤仙花适量，洗净，捣烂如泥，入米双酒少许调匀，外敷于患处，每日换药 2 株 3 次，连续敷 1 捆 2 日。用于治蜈蚣咬伤。

6. 石胡荽一撮、雄黄(杏仁大)、红糖(桃核大)加入人乳 10 毫升、白酒 10 毫升，共捣敷咬伤口，用于毒蛇咬伤。

三十八、外科杂症

白芥子酒

白芥子 60 克研末，用烧酒调成糊状，敷患处，干了再换，以局部发泡为度。用于沿膝部肿痛。

红花酒

红花 15 克，入热酒 100 克内浸透，速从热酒内将红花取出放于患处，反复搓擦，每日数次。用于腱鞘囊肿。

荔枝茴香酒

带核干荔枝，焙燥 15 克，小茴香 15 克，略炒，共研细末，每服 9 克，临睡时用黄酒冲服。用于睾丸鞘膜积液。

牛角酒

牛角用砂锅或阴阳瓦焙黄研成细末。将上述药用纱布包好蘸酒罨患处。每日换 1 棧 2 次，以愈为度。用于外伤血肿肌炎。

樟脑酒

将樟脑溶解在酒精中，浸湿双层纱布，敷在硬节上，纱布上再撒一层樟脑粉，每日 2 次，每次 30 分钟，有防腐消炎作用。用于消除肌肉注射后的硬结。

白芍药酒

白芍药 30 克焙黄研末，酒或米汤饮 6 克渐渐加之，以药末敷在伤口。用于跌打损伤血流不止。

木耳酒

用肥厚木耳，温水浸大后，酒精消毒，敷于肉牙上。用于创面肉芽过剩。

木瓜酒

木瓜 1 只，挖洞去瓤，加入乳香和没药各 8 克，合好，上笼蒸 3 槊 4 次，捣烂如膏，每服 9 克，黄酒一杯温水送下。用于沾落枕。