



· 内 容 提 要

本书是“家庭日常滋补系列丛书”之一,作者在探究酒文化的基础上,简要介绍了源远流长的酒文化,各种酒类的营养成分、饮用之法。收录了治疗常见疾病的数百余种药酒配方,详细介绍了制作方法、适用人群、治疗功效、饮用方法等。本书所选药酒处方,具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等特点,只要对症选方、灵活运用,就能取得较好的养生疗效,尤其适合于日常保健,常见病、慢性病的家庭调理及治疗。本书适用范围广泛,极具预防、保健价值,故可供广大群众、病人、医学工作者参考使用。



前言

酒在古代被称为“百药之长”。人们不但把酒当作饮料,也当作药物。由于酒的特殊作用,几千年来,酒不仅引得无数文人墨客吟诗作赋,而且形成了一种独特的保健方法——酒疗。随着酒的应用范围扩大,随之诞生的药酒更是奇妙无比,被称为祖国医学中的一朵奇葩,古往今来,不少养生家更是借酒之功效配以良药,使患久疾之人得以康复。

这是因为,药酒是药物和食物有机结合的产物,既可作为药物,又可作为食物,有祛病强身、延年益寿的功效,在临床医疗、保健方面得到广泛应用,在民间更有其广泛的使用基础。中医理论认为,药酒能“通血脉,厚肠胃,散湿气,消忧解愁”。缘由在于酒是极好的有机溶媒,可以浸出水不能浸出的药物有效成分,而起到防病治病的作用。

本书是“家庭日常滋补系列丛书”之一,作者在探究酒文化的基础上,概略地介绍了源远流长的酒文化,各种酒类的营养成分、饮用之法,使读者在受到酒文化熏陶的同时,还能享受到健康生活的乐趣。闲情一刻,把酒展卷,细细品味,余音绕梁,作者愿与诸君一起共享健康饮酒的乐趣。

本书精心介绍了药酒的种类,收录了常见疾病的数百余种药酒配方,详细介绍了制作方法、适用人群、治疗功效、饮用方法等。本书所选药酒处方,具有取材便利、制作简易、安全有效、经济实用等特点,只要对症选方、灵活运用,就能取得较好的养生疗效,尤其适合于日常保健、常见病、慢性病的家庭调理及治疗。本书适用范围广泛,极具预防、保健价值,故可供广大群众、病人、医学工作者参考使用。

编者 2007年4月8日于西安

Contents



目录

第一章 喝酒喝出健康来 / 1

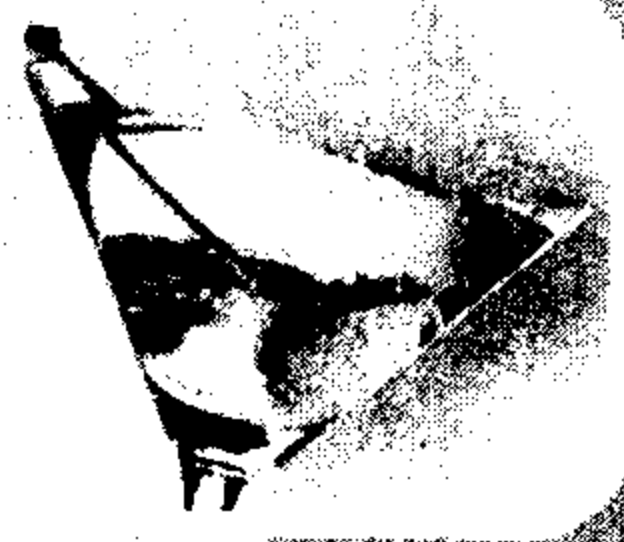
- 酒为何是古今人的最爱 / 3
- 少量饮酒有益于健康 / 4
- 科学饮酒最忌过量 / 4
- 常人该如何科学饮酒 / 5
- 生活中喝酒应防止的误区 / 7
- 过量饮酒对人体造成的伤害 / 8
- 肝病患者应绝对禁酒 / 10
- 为什么要禁忌空腹饮酒 / 11
- 生活中常用的醉酒解酒法 / 12
 - 甘草葛花汤 / 13
 - 陈皮葛根汤 / 13
 - 葛根薄荷丸 / 13
- 睡前饮酒催眠要不得 / 14
- 白酒有哪些养生作用 / 15

- 米酒的作用与滋补功效 / 16
- 黄酒的营养与养生作用 / 16
- 黄酒的药用价值与饮用方法 / 18
- 葡萄酒最益于人体健康 / 19
- 啤酒的养生作用与功效 / 21

第二章 药酒滋补最相宜 / 25

- 历史上酒与药紧密相关 / 27
- 药酒的现代概念是什么 / 28
- 药酒滋补疗法的注意事项 / 28
- 药酒都有哪些优点 / 29
- 常用的药酒制作方法 / 30
- 家庭该如何泡服药酒 / 32
- 如何正确选购商品药酒 / 32
- 药酒有什么贮存要求 / 33

目录



Contents

第三章 养生宜喝保健酒 / 35

药酒与保健酒相同吗 / 37

宜于美容养颜的药酒 / 38

酸枣仁酒 / 39

白鸽血竭酒 / 39

补血美容酒 / 40

白术糯米酒 / 40

葡萄糯米酒 / 41

核桃红枣酒 / 41

轻松减肥宜选的药酒 / 43

酥梨葡萄酒 / 44

能延缓衰老的药酒 / 45

西洋参酒 / 45

葛蒲白术酒 / 46

人参枸杞酒 / 47

党参地黄酒 / 48

黄精松针酒 / 48

气血不足者宜喝的药酒 / 49

人参补益酒 / 50

人参二冬酒 / 51

党参黄芪酒 / 51

首乌地黄酒 / 52

桑叶糯米酒 / 53

春季宜喝的保健酒 / 53

春补延年酒 / 54

薄荷糯米酒 / 54

莲子糯米酒 / 54

冬季宜喝的保健酒 / 55

羊肉生梨酒 / 55

右归酒 / 56

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>