



自制药酒是中国人的餐桌爱—— 每天小酌一口， 养生变伤身



今日女报 / 凤网记者 李诗韵

一杯酒、一碟菜……每逢夏季，街道路口的夜宵摊便坐满了人。尽管嘴里吃着夜宵，但不少打着养生旗号的“达人”也不忘向亲朋好友推荐自己的“独门秘籍”——自制药酒，既消了酒瘾又不伤身。

然而，自制药酒是不是可以随心畅饮？独门配方的“养生酒”又是不是真的对身体有利呢？让我们看看下面这位养生老大爷的故事吧！

故事 I

东施效颦，药酒喝出胃病变

每天小酌一口自制药酒，对很多步入中老年的人来说，无疑是养生首选。62岁的赵大爷就是这样一位推崇药酒养生的市民。在赵大爷看来，平常喝一小盅用中药浸泡的滋补小药酒，不仅能够舒筋活血，还有补益肾气的作用。

赵大爷每天坚持喝自制药酒养生已有两年多的时间，并向众多老邻居、老同事推荐赠送。不过，近段时间，一直强健有力的赵大爷时常感觉胃痛胃胀并伴有反酸、暖气等。没有重视，赵大爷认为“这是小病”，并在楼下药房购买了几盒治疗胃炎胃病的药物，并坚持服用。

两个月后，赵大爷胃痛胃胀的情况并未缓解，仍在加重。无奈之下，他到医院挂号诊治，经胃镜检查后被告知——这是慢性糜烂性胃炎引起的胃胀痛，现已发展到了胃粘膜肠上皮化生（胃肿瘤病变前期）状态。

在医生细细询问用药史后才发现，原来导致老人胃病加重的因素，竟是他每天都要坚持喝的一小盅自制丹参药酒。



治病的药酒。

湖南省中医院骨伤科主任医师孙达武告诉记者，隋唐时期，是药酒使用较为广泛的时期，记载最丰富的数孙思邈的《千金方》，共有药酒方 80 余首，涉及补益强身、内科、外科、妇科等多个方面。

宋元时期，对药酒的功效，也渐渐从临床上升到理论，“治风腰脚疼痛通用浸酒药十四道”。另在药酒专门方中，出现了较多的养身延年、美容保健方剂。

“以前都是用米酒作为配制药酒的原料，从清朝开始，渐渐普及使用白酒来浸泡药物。”孙达武介绍，按其中所含药材性质的不同，药酒可以分为动物药酒、植物药酒、动植物药酒，以及矿物类药酒。

常见的动物药酒有：金钱白花蛇、乌梢蛇、海龙、蛇胆（眼镜蛇、金环蛇等多种蛇的胆囊）、熊胆（胆囊）、鹿胎（包括胎鹿、胎盘和羊水）、狗骨（骨骼）、鹿茸、蚂蚁、蜈蚣等，多数与植物共配药酒。



历史 I

药材泡酒历史悠久

酒为百药之长，酒与中医有着密切的关系。中药泡酒在我国已有几千年的历史，《内经·素问》中有“上古圣人作汤液醪醴”之说，醪醴就是

链接 I

自制药酒，别相信“以形补形”

“自制药酒关键要对症下药。”湖南中医药大学第一附属医院药剂科主任医师刘绍贵介绍，针对风湿和类风湿性关节炎，就应当以蛇为主要原料；若是脾虚，应该使用当归；精神衰弱用五味子比较合适；肾保健采用人参和鹿茸比较好。药物使用量也要注意，参茸如果使用过多，就会出现胸腹胀闷、食欲减退、发热烦躁、流鼻血等症状。刘绍贵提醒，在喝药酒前，一定要向医生咨询，不能轻信“以形补形”。

据媒体报道，“动物鞭酒”所谓的“壮阳”功效，是因为各类动物鞭里雄性激素的含量相对较高。男性如果在不确定自己身体疾病的情况下，仅凭个人感觉“有点虚”了，就盲目饮用药酒来补一下，结果可能会越补越虚。

此外，有人喜欢将新鲜蛇胆刺破，然后将胆汁兑白酒或纯净水喝。对此，专家表示，大部分蛇的胆汁中都或多或少含有一些对人体有害的毒素。对于这些毒素，只有度数很高、质量很好的白酒才能够基本分解。但如果酒质较差、度数较低的话，不小心就可能引起人体中毒，如果直接勾兑纯净水饮用危险更大。

OTC 国药准字 Z45022017



葛洪[®]桂龙药膏 调五脏 治病补身

急病用猛药，慢病用补药，补药之中属膏方



葛洪牌桂龙药膏，精选 28 味野生中药，久熬成膏分入五脏，药材好药力强，入口即溶易吸收，方中三爪龙、狮子尾等入心经，青藤、万筋藤、四方藤、过岗龙、杜仲等入肝经，老鸦嘴、千斤拔、土茯苓等入脾经，五爪龙、牛大力、玉郎伞、高山龙、白芷等入肺经，黑老虎根、首乌藤、九牛力等入肾经，祛风湿止疼痛，活经络补气血，温肾阳调五脏，用于风湿骨痛、慢性腰腿痛、心悸气短、失眠多梦、肾虚尿频等慢病治疗。

这里有专家全天的陪伴
这里有医生一对一指导
养生知识天天都更新
食疗药方条条治大病
扫描二维码 关注五脏健康道



桂药广审(文)第 2016030030 号

体验
热线

400-750-8800

请仔细阅读说明书并按照说明书使用或在医师指导下购买和使用 广西邦琪药业集团有限公司
【禁忌】孕妇及小儿忌用；【注意事项】忌辛辣、生冷、油腻食物；其余内容详见说明书。

销售地址：岳麓区感嘉湖路 656 号众泽堂大药房（省肿瘤医院后门旁）