

神奇的大蒜食療法



蒜頭調味(阿郎／攝)

大蒜屬於百合科多年生草本植物，其鱗瓣聚合的蒜球為一般人所熟知之“大蒜”，俗稱為“蒜頭”。

據明朝李時珍所著“本草綱目”一書之記載，大蒜乃張騫使西域，始得種入中國，故一名“葫”。其性味辛溫，中國人的老祖先們對於大蒜應用於日常生活的疑難雜症，可以說是令人嘆為觀止！諸如：背瘡灸法、疔腫惡毒、五色丹毒、關格脹滿、乾濕霍亂、水氣腫滿、山嵐瘴氣、瘧疾寒熱、寒瘧冷痢、泄瀉暴痢、下痢禁口、腸毒下血、暴下血病、鼻血不止、血逆心痛、鬼疰腹痛、心腹冷痛、夜啼腹痛、寒濕氣痛、鬼毒風氣、狗咽氣塞、喉痺腫痛、魚骨哽咽、牙齒疼痛、眉毛動搖、腦瀉鼻淵、頭風苦痛、小兒驚風、小兒臍風、小兒氣淋、產後中風、金瘡中風、婦人陰腫、陰汗作癢、小便淋瀝、小兒白禿、閉口椒毒、射工溪毒、蜈蠍螫傷、蛇虺螫傷、脚肚轉筋

栽培高品質果蔬及蘭花

美國原裝進口

漁人牌 福益肥魚精11號 15-6-3

- 特點：
- (1)快速生長，效果好。
 - (2)適用於葉菜、瓜果類、草坪、觀葉植物。



肥料登記證號碼：北進複字02137號
鄉間小路83.9.

全氮.....15
內含銨態氮2.0
水溶性磷酐.....6
水溶性氧化鉀.....3

肥料登記證號碼：北進質字02144號
總經銷 台和園藝企業股份有限公司



肥料登記證號碼：北進質字02144號

請用

福益肥11號 福益肥12號

漁人牌 福益肥魚精12號 5-1-1

- 特點：
- (1)100%高純度有機質。
 - (2)促進蘭花生長期快速生長。
 - (3)提高蘭花之花朵品質。
 - (4)改善果蔬品質、糖度、食味口感。

全氮.....5
水溶性磷酐.....1
水溶性氧化鉀.....1

台北市士林區中正路104巷1弄2號
業務處：台北市士林區大南路347號
台北：(02) 881-3334 台中：(04) 222-3374 嘉義：(05) 276-1033 高雄：(07) 702-3310

、食蟹中毒、蛇瘡面光等症狀，均採用大蒜之食物療法，得以痊癒。

清朝汪昂所著“本草備要”一書中，則簡潔的敘述大蒜之功用為：開胃健脾，通五臟，達諸竅；去寒濕，解濕氣、辟瘟疫；消癰腫，破癥積，化肉食，殺蟲蛇蠱毒。主治：中暑不醒、鼻衄不止，關格不通；傳臍能達下焦、消水、利大小便；切片燻艾、突一切癰疽惡瘡腫核。由上述可知，大蒜對於中國人之保健，的確功不可沒！

在此，茲將手邊所收集有關如何以大蒜實際進行食物療法，介紹給各位讀者參考之用：（資料來源參考“本草綱目”“本草備要”“中國藥膳大全”“中醫食療營養學”“Chinese Medicated Diet”等書）

1.大蒜1頭，煨熟食下，治腹瀉。

2.醋泡蒜，食幾顆，治心腹冷痛。

3.大蒜薑糖水：大蒜15克、

生薑15克，煎水，加紅糖服，治感冒。

4.大蒜薑糖煎：大蒜15克、紅糖6克、生薑1片、水煎服，每日3~4次，治小兒百日咳。

5.大蒜粥：具有抗癌、止痢、降血壓等功效，適用於肺結核、急慢性痢疾、高血壓、動脈硬化等症。

6.大蒜以溫水搗爛後服，治中暑不醒。

7.大蒜和豆豉丸服，治暴下血，通水道。

8.大蒜搗汁飲，治吐血心痛、蛇瘡面光。

9.大蒜煮汁飲，治角弓反張、食蟹中毒。

10.大蒜與鯽魚丸治膈氣。

11.大蒜與蛤粉丸治水腫。

12.大蒜與黃丹丸，治痢瘡孕痢。

13.大蒜與乳香丸治腹痛。

14.大蒜搗貼足心，治鼻衄不止，泄瀉暴痢，及乾濕霍亂。

15.大蒜納肛中，能通幽門，治關格不通。

16.大蒜搗膏敷臍，能達下焦，消水，利大小便。

17.大蒜搗汁，擦瘡口，治疔腫惡毒。

18.食生、熟大蒜各7片，治山嵐瘴氣。

19.大蒜與黃連，治腸毒下血。

20.大蒜削去兩頭，塞鼻中，治狗咽氣塞，魚骨哽咽。

21.大蒜塞耳鼻中，治喉痺腫痛。

22.大蒜煨熟切片，熨痛處，治牙齒疼痛。

23.大蒜湯洗治婦人陰腫。

以上有關大蒜之食療去，乃中國傳統經驗方，不一定適合每一個人的體質，凡有患胃痛者，口齒喉舌腫痛者，均不宜採用。然而，以上之經驗方若能有科學化的實驗來進一步證實，相信能憑藉大蒜食療而受惠者，不僅是中國人而已，亦能佳惠世上更多的人類，使得中國的食療能在世界的舞台上佔一席之地。



上湧公司

台北市敦化北路222巷6弄6號

電話：(02)717-3900

總經理：得春盛實業有限公司

郵政劃撥帳號：16993582

吉惠®
Jiffy®

世界性專利的育苗材料

泥煤片·泥煤鉢

成活好

幼苗壯

生長快

收穫早

