

五精酒

【配方】枸杞子500g 松叶600g 黄精400g 白术400g 天冬500g糯米12.5kg 细曲1.2kg

【功用】补肝肾，益精血，健脾，祛风湿。

【制法】1 先将细曲加工成细末，备用； 2 枸杞子、黄精等药置于大砂锅中，加水煮到10升，待冷备用；若无大砂锅，可分数次煮； 3 将糯米淘净，蒸煮后沥半干，倒入净缸中待冷； 4 将药并汁倒入缸中，加入细曲末，用柳枝搅拌均匀，加盖密封，置保温处； 5 21日后开封，压榨去糟渣，过滤装瓶备用。

【用法】每次10～20ml，每日2次，将酒温热空腹服用，或每次随量饮之。

【药材功效解析】枸杞子：补肝肾，益精血。

黄精、白术：益气健脾。

天冬：滋阴生津。

松叶：祛风除湿。

此酒有补肝肾，益精血，健脾胃，祛风湿之功效；主治体倦乏力，食欲不振，头晕目眩，须发早白，肌肤干燥易痒等症。五精酒是古人常用的延年益寿药酒。

五味沙苑酒

【配方】枸杞子60g 山茱萸30g 沙苑子30g 菊花60g 生地30g 白酒1500ml

【功用】补肝肾，明目。

【制法】1 将上述药材加工碎，装入纱布袋内，放入干净的器皿中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 7日后开启，去掉药袋，澄清后即可饮用。

【用法】每次10～20ml，每日2次，将酒温热空腹服用。

【药材功效解析】枸杞子、沙苑子、山茱萸：补肝肾。

菊花：清肝明目。

生地：滋阴清热。

此酒有补肝肾、明目之功效，主治腰膝酸软，头晕眼花，目暗不明等症。不耐酒力者，可用米酒或黄酒配制。

【方剂来源】《补肾益寿药酒方》

五子补肾酒

【配方】枸杞子100g 菟丝子50g 五味子50g 覆盆子100g 车前子50g白酒1000ml

【功用】添精补髓，疏利肾气。

【制法】1 将上述药材研细粉，装入纱布袋中； 2 放入酒中，浸泡30天，过滤，去渣备用。

【用法】每次10～20ml，每日1次，晨起即饮。

【药材功效解析】枸杞子：甘平质润，有滋补强壮作用。

菟丝子：功效补肝肾，益精髓，法风明目。

五味子：五味子敛肺益肾，益智安神。

复盆子：甘能益，酸能收，补而兼固，为滋补肝肾，收敛用固涩药。

车前子：清利湿热药，强阴益精，有延年益寿之功。

此酒滋肾填精，对精、神、气、血皆有补益功能，又能充养形体，振奋精神，乌须黑发，强壮筋骨，延年益寿；主治肾虚遗精，阳痿早泄，小便后余沥不清，久不生育，及气血双虚，须发早白。

【方剂来源】《医学入门》

一醉不老丹

【配方】熟地黄90g 生地黄90g 五加皮90g 没石子6枚 莲子蕊90g 槐角子90g 白酒4000ml

【功用】补肾固精，养血乌须，壮筋骨。

【制法】1 将上述药材捣成粗末，装入纱布袋内，放入干净的器皿中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 14日后开启，去掉药袋，过滤后装瓶备用； 4 将布袋中的药渣取出晒干，研成细末； 5 同适量的大麦炒和，炒蜜为丸，每丸重6克，或制成饼状； 6 储藏时，用坛装，每放一层药丸即撒一层薄荷末。

【用法】每次10～15ml，每日2次，将酒温热空腹服用。饭后服用药丸1～2丸。方中槐角有一定毒性，饮用此酒时，剂量不宜过大。

【药材功效解析】熟地、生地：补肾阴，养精血。

莲子蕊、没石子：益肾固精。

五加皮：补肝肾，壮筋骨。

槐角子：滋阴清热，乌须发。

此酒有补肾固精，养血乌发，壮筋骨的功效；主治腰膝无力，遗精滑泄，精神萎靡，须发早白等症。对因肾气不固、精血不足所致的遗精、滑泄者有较好的疗效。

【方剂来源】《扶寿精方》

二地二冬酒

【配方】菟丝子120g 肉苁蓉120g 天门冬60g 麦门冬60g 白茯苓60g

枸杞子60g 五味子60g 石菖蒲30g 车前子45g 山萸肉60g

远志肉30g 柏子仁60g 覆盆子45g 地骨皮45g 牛膝60g

生地60g 熟地60g 山药60g 人参60g. 木香60g

川椒30g 泽泻30g 杜仲（姜汁炒）60g 巴戟天（去心）60g

白酒3000ml

【功用】补肾添精，安神定志。

【制法】1 将上述24味药材一起捣为粗末，用纱布包贮，放入干净的器皿中；

2 倒入白酒浸泡7～12日，即可饮用。可随饮随加酒，直到味薄乃止。

【用法】每次20ml，每日早晚2次。

【药材功效解析】菟丝子：为此方主药，药性平和，温肾助阳，填精益髓；既能补益肝肾，又能温助脾胃；且补而不峻、温而不燥，是一味益寿良药。

肉灰蓉、杜仲、巴戟天：温肾助阳，滋精润燥。

人参：大补元气，生津益智，为补五脏阳气之君药，开胃气之神品。

生地、熟地：均为滋阴养血之药，与天门冬、麦门冬相合能滋补肾精心血。

生地黄：能生精血，天门冬引入所生之地。

熟地黄：能补精血，用麦门冬引入所补之地。

山药：补脾益肺，固肾滋精。

枸杞子、山茱萸、地骨皮、覆盆子、泽泻、车前子：强阴益精。

茯苓、五味子、柏子仁，远志、石菖蒲：养心安神，开窍益智。

川椒：温补脾肾，通利三焦，久服轻身增年。

木香：行气和胃，使其补而不滞。

此酒主治肾虚精亏，中年阳痿，老人视物昏花，神志恍惚，腰膝酸软。

【方剂来源】《民间验方》

女贞子酒

【配方】女贞子250g 白酒750ml

【功用】滋阴补肾，养肝明目。

【制法】1 将女贞子放入干净的瓶子中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 5日后启封，过滤，去渣备用。

【用法】每次10～30ml，每日2次，空腹服用。

【药材功效解析】女贞子：又名女贞实、冬青子，为木犀科常绿乔木女贞的果实。入药以粒大、饱满、色蓝黑、质坚实者为佳，味苦甘性凉，主补中，安五脏，养精神，除百病，久服肥润轻生不老。

此酒有滋补肝肾，乌发明目的功效，主治阴虚内热，腰膝酸软，头晕目眩，须发早白。

【方剂来源】《本草纲目》

三仙酒

【配方】桑椹60g 锁阳30g 蜂蜜60g 白酒1000ml

【功用】补肾养肝，益精血，润燥。

【制法】1 将桑椹捣烂，锁阳捣碎，两药一起倒入干净的器皿中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 7日后开封，过滤去渣； 4 将蜂蜜炼过，倒入药酒中，拌匀，贮入瓶中，即可饮用。

【用法】每次10～20ml，每日2次；将酒温热空腹服用。

【药材功效解析】桑椹：补肝肾，滋阴液。

锁阳：补肾，滋阴，润燥。

蜂蜜：滋阴，润燥；清热，并能调味及缓解药中热性。

此酒有补肾养肝，益精血，润燥之功效，主治腰酸、眩晕、体倦、大便秘结等症。颇适于老人肝肾阴虚所致津液亏损，肠燥便秘者服用，无病者常服，亦有延年益寿之功。

【方剂来源】《补肾益寿药酒方》

山萸苁蓉酒

【配方】菟丝子30g 肉苁蓉60g 山萸肉30g 五味子35g 川牛膝30g

熟地黄30g 巴戟天30g 山药25g 茯苓30g 泽泻30g

杜仲40g 远志30g 白酒2000ml

【功用】补肝肾，暖腰膝，安神定志，充精补脑。

【制法】1 将上述12味药材一起捣粗末，放入干净的器皿中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 春夏5日，秋冬7日后开取，去渣备用。

【用法】每次10～20ml，每日早晚2次，将酒温热空腹服用。

【药材功效解析】山药：味甘性平，补虚羸，助五脏，强筋骨，长志安神，除寒热邪气，补中益气力，长肌肉，强阴，久服耳目聪明，轻身不饥延年。

山茱萸，熟地、牛膝，泽泻：滋肾强精。

五味子：滋肾强精，兼以益智安神。

茯苓、远志：养心，安神，益智。

杜仲，菟丝子、巴戟天、肉苁蓉：温肾助阳。

此酒主治肝肾亏损，头昏耳鸣，怔忡健忘，腰脚软弱，肢体不温。

【方剂来源】《民间验方》

女贞皮酒

【配方】女贞皮400g 白酒1500ml

【功用】补肝肾，祛风湿。

【制法】1 将女贞皮切细后，放入干净的瓶子中； 2 倒入白酒浸泡，密封； 3 5日后开启，去渣备用。

【用法】每次10～30ml，每日2次，将酒温热服用。

【药材功效解析】女贞皮：甘苦凉，补肝肾，祛风湿，

此酒健腰膝、祛风湿，主治腰膝软弱，疼痛拘挛。但在治疗中偶有副作用出现，主要表现为口干，头晕，轻微腹痛、腹泻，停药后自行消失，其中有的继续服用数天后副作用反而减少或消失。

【方剂来源】《中国医学大辞典》

天门冬酒

【配方】天门冬40g 高粱酒500ml

【功用】润肺滋肾，调整血脉。

【制法】1 将大门冬用竹刀剖去心； 2 之后与水同入砂锅煎煮； 3 煮约40分钟后，去渣取液，兑入高粱酒中，装瓶密封待用。

【用法】每次10～30ml，每日1次，以午后服为宜。阳虚阴盛，脾胃虚寒见有食少便溏症状者。不宜饮用此酒。

【药材功效解析】天冬：味甘苦而性大寒，清肺降火，润燥滋阴，保定肺气，去寒热，养肌肤，利小便，冷而能补。

此酒降虚火之上炎，利血脉，主治因肺、肾阴虚所致的劳咳咯血、口燥咽红，便秘，肢体、肌肉酸痛麻木。

【方剂来源】《本草纲目》