



饴糖，补气药，大麦、小麦等粮食经发酵糖化而制成，味甘，性温；归脾、胃、肺经具有补益中气，缓急止痛，润肺止咳功效。本品能润燥止咳，治疗咽喉干燥，喉痒咳嗽者，单用本品噙咽，亦可收润止咳之效。烊化冲服，15-20g



饴糖是以糯米或粳米磨粉煮熟，加入麦芽搅匀，微火煎熬而成。有软硬两种，软者称胶饴，硬者习称白饴糖。入药以胶饴为主。



含飴弄孙,飴：麦芽糖。含着糖逗小孙子玩。《后汉书·明德马皇后纪》：“吾但当含飴弄孙，不能复知政事。”那是後漢時的故事。馬皇太后干預朝政，章帝只是一個傀儡，後來馬皇太后老了，便對章帝說，自己年紀已老，能夠吃吃飴，跟孫兒玩玩，便已經心滿意足，於是還政於章帝。



我国最早的糖是麦芽糖。如北京的“关东糖”、“酥糖”，就是这种麦芽糖的后代。

古时候，麦芽糖有块状和稀状两种，人们把块状的叫作“饴”，把稀状的叫作“飴”。麦芽糖以含有淀粉的粮食作物作为原料，在大麦、玉米、大米以及马铃薯等发芽时，把其中的淀粉加水分解就能得到这种糖，而以大麦芽中提烧的最多，味道最好，麦芽糖便由此得名。

麦芽糖不但在糖果中最有营养，而且还是中药材，汉代张仲景处方的大小建中汤、黄芪汤都以麦芽糖作为主药，有助消化和滋补的功能。在中医史上，用麦芽糖的处方很多，一般丸药除蜜丸外，大都用麦芽糖稀和为丸。

脾虚肺燥顿咳

冬天到了，天干地燥，小孩子最容易咳嗽。

一个小儿咳嗽一顿一顿的，身体消瘦，一咳起来没完没了，经常口干渴，用了一些润肺止咳之品，如川贝、雪梨，却效果不理想。

老爷爷说，这是肺部燥热，气逆不降，而体质又偏虚，土不生金，要找一味药既能补脾建中，使土能生金，又要滋润肺燥，这样才能标本兼治。

小指月说，《本草求真》里头讲饴糖是谷麦所造，凡脾虚而肺不润者，用此气味甘缓，以补脾气之不足，以制肺燥之有余。

老爷爷说，可以，再加些应季蔬菜白萝卜捣汁进去，跟饴糖共同蒸化，这样既有饴糖补中润肺，又有白萝卜降气，这样咳嗽便能止住。

果然孩子就用这小食疗方，吃两天顽固咳嗽就好了。

随后小指月在小笔记本中记道：

《本草汇言》曰，治大人小儿顿咳不止，白萝卜捣汁一碗，饴糖五钱，蒸化，趁热缓缓饮之。

甘以缓急治痛经

有个妇人，月经量少，每次来月经第一天，必然痛到没法干活，只得静卧。她尝试过各种止痛片，以及活血化瘀的止痛的中药，吃的时候稍好，第二个月月经来临时，该痛的照样还痛。

这次月经结束了，可腹中还是拘急作痛，一碰冷水，洗碗洗衣服，肚子就痛得更厉害。老爷爷说，指月，这是什么汤证呢？

小指月说，脉象细弱而迟，舌淡苔白，还是一个虚痛。《伤寒论》上说治虚劳里急，腹中痛，用小建中汤。

老爷爷点点头说，**温中散寒，缓急止痛，正当用小建中汤。**

这妇人问，大夫，为什么我洗衣服洗碗后，碰冷水腹痛加重呢？

老爷爷说，脾主四肢，亦主大腹，四肢受凉，若脾虚的话，便会循经传入中焦，寒主收引，不通则痛。这样病人连服五剂小建中汤，未用任何止痛片，腹痛消失。第二个月微微有些痛，再用五剂小建中汤，从此很少再痛经。

小指月说，爷爷，为什么这小建中汤没有用什么特别强大活血止痛的药，怎么能把他腹中急痛镇住呢？

老爷爷说，《黄帝内经》曰，脾欲缓，急食甘以缓之。而脾主大腹，大腹拘急疼痛，是不能松缓之象。用饴糖大枣甘草之品，能够甘以缓中。



《本草经集注》：方家用饴糖，乃云胶饴，皆是湿糖如厚蜜者，建中汤中多用之。其凝强及牵白者不入药。今酒用曲，糖用蘖，犹同是米麦，而为中上之异，糖当以和润为优，酒以醺乱为劣。

越王勾践被吴王夫差打败之后，一直忍辱负重，希望有天能够雪耻复国。他为了随时提醒亡国之恨，一边卧薪尝胆，过着刻苦的生活，一边积极地讨好夫差，降低夫差对越国的戒心，获取其对越国的信任。例如勾践得知夫差喜欢葛制的轻薄衣服，就命令人民入山采葛，织成布料，好献给夫差。勾践的做法果然获得夫差的信任与赏识，赐给他许多奖赏，甚至是原来属于越国的土地，也拿出来奖赏给勾践。越国的采葛妇人知道勾践为了复国雪耻，用心良苦，所以作了《苦之诗》来称颂自己的君王，其中有句“尝胆不苦甘如饴”，便是描述勾践尝胆之事是极苦之物，但勾践刻苦自励，却把它当成像糖那样甜美。

后来“甘之如饴”就用以形容乐意承担艰苦的事情，或处于困境却能甘心安受。“甘之如饴”较早的成语出处是出自于宋·真德秀《送周天骥序》：“非义之富贵，远之如垢污；不幸而贱贫，甘之如饴蜜。”

饴糖，别名：饴、胶饴、软糖、饴糖、糖稀。为用高粱、米、大麦、小麦、粟玉米等含淀粉质的粮食为原料，经发酵糖化制成的食品。选择干燥、纯净、无杂质的小麦（或大麦）玉米（或糯米）（玉米需粉碎成小米大小）以及无霉烂变质的红薯作原料（红薯需粉碎成豆渣状，但不能粉碎成粉状）

1. 选择颗粒饱满的小麦，在豆芽机里发芽2. 慢慢的孕育成长，不要着急3. 三天后，基本长成这样3-4cm长的时候，可以连根拔起准备粉碎了4. 放了一点水，用搅拌机打碎5. 电饭煲蒸糯米，比平时蒸饭多一点点水，煮成有点烂的饭，容易接下来发酵6. 待蒸熟的糯米放凉至40-50度时，可以和打碎的麦芽混合在一起了7. 充分搅拌均匀，盖上锅盖8. 包上毛巾，盖上被子，我是晚上做的，发酵了一夜，6个小时应该就可以了9. 找块干净的纱布，开始过滤 10. 把水挤出来，用力拧，还是很容易的11. 挤出的汁12. 倒在锅里熬煮，把水份蒸发13. 熬到最后变这样不停起泡，就关火待凉14. 关火终于平静下来了～再等等，应该可以用筷子卷起来了，尝了一下，味道不是很甜～估计外面的麦芽糖都是放了糖的15. 试试看，用小吸管能否吹出泡泡。



饴糖也称麦芽糖，怎么做？

1、用料：小麦150克，糯米（可以加入少量玉米糝）1000克，超市或者杂粮店都能买到。2、第一天晚上用清水浸泡小麦一个晚上3、第二天小麦已经吸饱了水，可以开始发芽，跟家里发豆芽的方法一样。4、第三天已经长出小芽了，放到盘子里将麦子摊开，麦子不要太拥挤。



5、记得每天换水，保持水润，温度在20度左右，经过一周左右的时间，每天长一点，每天都有惊喜，麦芽已经长到4-5厘米，就可以用了，再长呢就成麦苗了。



6、将麦芽连根部一起从盘子里取出来，里面没有发出麦芽的麦子捡干净不要，用清水洗干净备用



7、这时候准备做糯米饭了，将糯米和玉米糝（也可以全部用糯米做）洗干净，浸泡两个小时，上锅蒸熟，跟做米饭的方法一样，蒸的稍微软一些，放凉至40度。



8、将清洗干净的麦芽用料理机打成麦芽糊，打的时候加入适量清水



9、将麦芽糊倒入放凉至40度的糯米饭里，充分搅拌均匀，放入电饭煲打开保温按钮发酵，一般温度要保持在55-60度，温度还是比较高的，发酵时间在6-8小时，晚上睡前开始发酵，第二天一早刚好发好。可以看到已经析出来了 很多麦芽水，很清澈，尝了尝很甜，也有淡淡的麦子清香。



10、开始过滤了，用布将麦芽水挤出来，除去渣滓不用（渣滓也是很甜的，可以吃起来），析出来了半盆麦芽水



11、将麦芽水倒入炒锅，开始熬煮，前面大火煮，后面用小火慢慢熬，直到水分差不多跑完至粘稠状，并且已经很透明了，不可熬的太干就粘在锅上了。



12、放凉一点就可以装瓶了，趁热比较好装瓶，放入冰箱备用。现在虽然网上到处都能买到饴糖，但还是自己亲自做的比较放心，自己做的没有其他添加剂，绿色而纯粹，香甜可口，麦香四溢，很值得尝试做一做。如果用蔗糖熬制的糖稀或者是添加蜂蜜的饴糖，就不能达到治疗的效果，也可能还会出现副作用。