

食物药物 相克宜忌

全书

SHIWU YAOWU
XIANGKE YIJI
QUANSHU

- 如何保持其营养的部分呢？
- 不益于身体健康的反应？
- 如何注意饮食健康呢？

物质是由不同的元素构成的，而让我们生命健康生长的食物当然也不例外。可这就会出现一个困扰我们的问题，这些元素在我们的身体中如何保持其营养的部分呢？而吃五谷杂粮的我们在生病时应如何注意饮食健康呢？那些用来治病的药与我们吃的食物会不会有什么不益于身体健康的反应？答案就在书中。

国医编委会 / 主编

黑龙江科学技术出版社

食物药物 相克宜忌

全书

SHI WU YAOWU
XIANGKE YIJI
QUANSHU

国医编委会 / 主编

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

食物药物相克宜忌全书 / 国医编委会主编. -- 哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2015.7
ISBN 978-7-5388-8374-9

I. ①食… II. ①国… III. ①饮食—禁忌—基本知识
②药物相互作用—基本知识 IV. ①R155②R969.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第164504号

食物药物相克宜忌全书

SHIWU YAOWU XIANGKE YIJI QUANSHU

主 编 国医编委会

责任编辑 马远洋

封面设计 红十月工作室

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 15001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市飞达印刷有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 24

字 数 360千字

版 次 2016年1月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8374-9/R·2485

定 价 39.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

食物药物 相克宜忌

全书

SHI WU YAOWU
XIANGKE YIJI
QUANSHU

国医编委会 / 主编

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

食物药物相克宜忌全书 / 国医编委会主编. -- 哈尔滨 : 黑龙江科学技术出版社, 2015.7
ISBN 978-7-5388-8374-9

I. ①食… II. ①国… III. ①饮食—禁忌—基本知识
②药物相互作用—基本知识 IV. ①R155②R969.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第164504号

食物药物相克宜忌全书

SHIWU YAOWU XIANGKE YIJI QUANSHU

主 编 国医编委会

责任编辑 马远洋

封面设计 红十月工作室

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 15001

电话: (0451) 53642106 传真: (0451) 53642143

网址: www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 北京市飞达印刷有限责任公司

开 本 787mm×1092mm 1/16

印 张 24

字 数 360千字

版 次 2016年1月第1版 第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-8374-9/R·2485

定 价 39.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

前言

随着社会经济的发展和物质生活水平的提高，人们对一日三餐的要求不再只满足于填饱肚皮，已逐渐从吃饱到吃好转变。提倡膳食平衡，讲究科学饮食，也愈来愈被社会关注和重视。日常生活中，人们在注重科学膳食的同时，更应注重饮食搭配、食物相克及饮食宜忌。人们在生病或身体不适的时候，更需要了解食物和药物的性质，掌握食物与药物之间的相克机理，避免因饮食或服药不当而延误甚至加重病情。

药物或食物相克，是指药物与食物之间，药物与药物之间，食物与食物之间存在着相互拮抗、相互制约的关系。如果搭配不当，就会引起中毒或不适反应，这些反应大多呈慢性过程，往往在人体消化吸收和代谢过程中，降低药物或营养物质的利用率，从而导致营养缺乏，代谢失常，产生疾病或加重病情。

为了满足人们日常生活的实际需求，提高人们的科学饮食观，我们组织编写了《食物药物相克宜忌全书》一书，以期能对你的生活有所助益。本书在编写的过程中，得到相关专家及专业技术人员的指导和帮助，在此表示感谢。由于编者水平有限，谬误及不尽之处在所难免，望读者诸君不吝赐教，批评指正。





录

Contents

食物与食物相克 21

一、肉类与相关食物相克.....	23
1. 鸡肉	25
2. 鸡蛋	26
3. 鸭肉	27
4. 野鸡	28
5. 鹌鹑肉	29
6. 雀肉	30
7. 鳗鱼	31
8. 黄鱼	32
9. 鲫鱼	32
10. 鳊鱼	32
11. 鲤鱼	33
12. 鳖肉	34
二、蔬菜类与相关食物相克.....	35
1. 蒜	38
2. 韭菜	38
3. 葱	39

4. 芥菜	40
5. 芫荽	41
6. 黄瓜	42
7. 芹菜	43
8. 辣椒	43
9. 南瓜	44
10. 菠菜	45
11. 萝卜	45
12. 茄子	46
13. 莴苣	47
14. 竹笋	47
15. 花生仁	48
16. 胡萝卜	49
三、水果类与相关食物相克	50
1. 梨	54
2. 李子	54
3. 山楂	55
4. 柑橘	56
5. 菱角	57
6. 柿子	58
7. 核桃	59
8. 香榧	59
9. 银杏	60
四、味料饮剂与相关食物相克	61
1. 茶	62
2. 牛奶	63

3. 酒	64
4. 蜂蜜	65
5. 醋	66
6. 糖	67
7. 咖啡	68
8. 酱、酱油	68



药物与药物相克 70

一、镇痛解热药.....	70
1. 吲哚美辛	70
2. 保泰松	71
3. 扎托布洛芬	72
4. 水杨酸类药	72
5. 吗啡	76
6. 可待因	77
7. 扑热息痛	77
8. 丙磺舒	78
9. 别嘌醇	78
二、抗生素药.....	79
1. 灰黄霉素	80
2. 黄连素	81
3. 卡那霉素	82
4. 四环素	83
5. 氯霉素	85
6. 庆大霉素	88

7. 氨苄青霉素	89
8. 头孢菌素	90
9. 小诺霉素	91
10. 红霉素	91
三、呼吸系统药物.....	94
1. 舒喘宁	94
2. 氨茶碱	94
四、泌尿系统药物.....	96
1. 肾灵片	96
2. 噻嗪类利尿药	97
3. 呋塞米	98
4. 乙酰唑胺	100
5. 保钾利尿药	100
五、消化系统药物.....	102
1. 生胃酮	102
2. 西咪替丁	102
3. 乳酶生	103
4. 酶制剂	104
5. 鞣酸蛋白	105
6. 干酵母	106
7. 阿托品	106
8. 雷尼替丁	108
9. 康胃素	108
10. 硫糖铝	109
六、精神类药物.....	109
1. 苯妥英钠	109

2. 利他林、异唑胍	111
3. 水合氯醛	112
4. 安定	113
5. 丙戊酸钠	114
6. 溴化钠	114
7. 苯乙胍	114
8. 吩噻嗪类药	115
9. 氯硝安定	117
10. 眠尔通、利眠宁	118
11. 苯巴比妥	119
12. 丙咪嗪	122
七、血液系统药物	123
1. 维生素 B ₁₂	123
2. 双香豆素	124
3. 酚磺乙胺	125
4. 华法式	126
5. 硫酸亚铁	128
6. 卡络柳钠	131
7. 肝素钠	131
8. 维生素 K ₃	133
八、心血管药物	134
1. 依那普利	134
2. 消胆胺	134
3. 妥拉唑啉	135
4. 麻黄素	136
5. 心得舒	137

6. 潘生丁	138
7. 异搏定	138
8. 硝酸甘油	139
9. 地高辛	140
10. 心得安	142
九、驱虫类药物.....	145
1. 氯喹	145
2. 伯氨喹	146
3. 驱蛔灵	147
十、维生素类药物.....	147
1. 维生素 D	147
2. 维生素 B ₁	148
3. 维生素 E	150
4. 维生素 B ₂	151
5. 维生素 C	152
6. 维生素 B ₆	155
7. 维生素 A	155
十一、激素类药物.....	157
1. 丙酸睾丸素	157
2. 黄体酮	158
3. 可的松、地塞米松	158
4. 胰岛素	161
5. 康力龙、康复龙	162
6. 双胍类	162
7. 促皮质素	163
8. 格列喹酮	164

9. 格列甲嗪	165
10. 阿卡波糖	166
11. 甲状腺素	166
12. 碘化钾	167
13. 甲基睾丸素	168
14. 甲苯磺丁脲、氯磺丙脲、优降糖	169
十二、其他药物.....	172
1. 普鲁卡因	172
2. 噻庚啉	172
3. 噻替哌	173
4. 巯基嘌呤	173
5. 甲氨蝶呤	173
6. 钙剂	174
7. 依曲替酯	175
8. 保肤灵	175
9. 抗组胺药	176
10. 抗胆碱酯酶药	178
11. 环孢霉素 A	179
12. 环磷酰胺	180



中药与食物及病症相克 181

1. 丁香	182
2. 大茴香	183
3. 丹皮	183
4. 丹参	184

5. 天门冬、麦冬	185
6. 厚朴	185
7. 甘草	186
8. 白术、苍术	187
9. 地黄	189
10. 茯苓	190
11. 附子、乌头	191
12. 黄连	192
13. 菖蒲	192
14. 荆芥	193
15. 桔梗	194
16. 威灵仙	194
17. 乌梅	195
18. 常山	196
19. 巴豆	196



西药与病症相克 198

一、内科疾病	198
1. 脑梗死形成	198
3. 单纯性肥胖症	200
4. 哮喘	201
5. 肺心病	202
6. 高血压病	204
7. 肺气肿	205
8. 心绞痛	206

9. 心肌梗死	206
10. 高脂血症	207
二、外科疾病.....	208
1. 肾和输尿管结石	208
2. 血栓闭塞性脉管炎	209
3. 痤疮	210
4. 骨折	210
5. 急性乳腺炎	211
6. 湿疹	212
7. 胆囊炎和胆石症	212
8. 前列腺增生	213
9. 性欲亢进症	214
10. 性欲减退症	214
11. 毛囊炎、疖、痈	215
12. 烧伤	216
13. 痔疮	217
三、妇产科疾病.....	218
1. 先兆流产	218
2. 妊娠期	219
3. 闭经	222
4. 妊娠剧吐	222
5. 产后	223
6. 更年期综合征	224
7. 阴道炎	225
8. 妊娠高血压综合征	225
四、儿科疾病.....	226

1. 支气管肺炎	226
2. 小儿腹泻	228
3. 维生素 D 缺乏性佝偻病	229
4. 小儿夏热	231
5. 遗尿症	231
五、五官科疾病.....	232
1. 青光眼	232
2. 玻璃体混浊	234
3. 白内障	235
4. 耳鸣	236
5. 急、慢性化脓性扁桃腺炎	236
6. 美尼尔氏综合征	237
7. 急慢性咽喉炎	238
8. 龋齿	239
9. 结膜炎	239
10. 失音	240
六、传染性疾病.....	240
1. 百日咳	240
2. 猩红热	241
3. 水痘	242
4. 肺结核	242
5. 麻疹	244
6. 细菌性痢疾	244
7. 传染性肝炎	245
8. 流行性感冒	246
9. 流行性腮腺炎	247