

常 / 见 / 病 / 居 / 家 / 调 / 养 / 系 / 列

专家支招胃肠病**合理用药** **健康饮食** **生活调养**



胃肠病

饮食用药调养

戴德银 黄茂涛 代升平 主编

胃肠病预防与调养的健康枕边书

帮你应对各种类型的胃肠病

- 详细解读胃肠病发病原因、易感人群、常见症状
- 科学指导各型胃肠病常用中成药、方剂、西药
- 特别提示胃肠病合理饮食、生活宜忌、居家调养
- 精心遴选防治胃肠病的简易实用食疗药膳方



常 / 见 / 病 / 居 / 家 / 调 / 养 / 系 / 列

胃肠病 饮食用药调养

戴德银 黄茂涛 代升平 主编



化学工业出版社

· 北 京 ·

本书着重介绍了胃及十二指肠溃疡、反流性食管炎、上消化道出血、消化道肿瘤等最常见的15种胃肠病的临床表现和诊断、防治措施、西药治疗、中医药治疗、饮食原则和食疗药膳等相关知识；书中共精选了约450个食疗药膳方供读者针对疾病选用；具有通俗、翔实、易懂、易学的特点。

本书适合胃肠病患者及其家属、广大基层医务人员阅读。

图书在版编目(CIP)数据

胃肠病饮食用药调养/戴德银,黄茂涛,代升平主编.
北京:化学工业出版社,2016.3

(常见病居家调养系列)

ISBN 978-7-122-26092-5

I.①胃… II.①戴…②黄…③代… III.①胃肠病-
食物疗法 IV.①R247.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第013111号

责任编辑:李少华

装帧设计:尹琳琳

责任校对:宋 玮

出版发行:化学工业出版社(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装:三河市延风印装有限公司

710 mm×1000mm 1/16 印张14 字数253千字 2016年5月北京第1版第1次印刷

购书咨询:010-64518888(传真:010-64519686) 售后服务:010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书,如有缺损质量问题,本社销售中心负责调换。

定 价:36.00元

版权所有 违者必究

本书编写人员名单

主 编 戴德银 黄茂涛 代升平

副主编 卢海波 王 尧

编写人员（按姓氏笔画排序）

王 尧 方宏洋 邓永坤 卢海波

叶奕兰 史小英 代升平 冯早明

刘 英 刘馨馨 汤 敏 李 青

李 卓 肖莎丽 何恩福 闵 敏

张 刚 张德云 陈 贤 郁 杰

赵 艳 胡 露 夏志强 唐 超

陶 熹 黄 鹏 黄茂涛 曹亚玲

敬新蓉 廖 琦 谭 惠 戴德银

主 审 冯怀志 李 健

前言

病从口入人人知，嘴馋染病难防治！有不少疾病就是患者自己吃出来的。肠道寄生虫病、细菌性痢疾、细菌性食物中毒等疾病，就是吃出来的常见病、多发病；最常见的胃肠炎、溃疡病也与饮食卫生密切相关。

随着生活节奏的加快，人们面临的各种压力、危机感正在增强，常见胃肠疾病的发病率逐年上升。年发病率已超过20%，门诊就诊率位居各类疾病的前列；尤其在夏秋季和节假日，门诊胃肠疾病患者明显增多，甚至爆满！消化道中的食道癌、胃癌、大肠癌又是中国最常见恶性肿瘤之一。目前，消化系统的胃肠疾病已成为威胁人类健康而仅次于肿瘤、心脑血管疾病之后的“第三号杀手”！

本书为广大胃肠病患者和读者介绍了非常实用的食疗、康复和保健知识。书中推荐治疗胃肠病的西药、中成药多为国家《药典》2015版或国家《基本医疗保险、工伤保险和生育保险药品目录》2015版的品种。在药品通用名称的右上角用方括号“[]”标注“典”者为药典收载药品；“保甲”或“保乙”为《基本医疗保险、工伤保险和生育保险药品目录》收载的甲类或乙类品种，相对安全有效，合理经济；方便医务人员医疗用药和病人用药咨询。食疗与药膳所用主料、辅料在各地均可选购，烹饪与服法均大众化，不但功效确切，而且实用性强。

本书编写力求文字通俗，内容深入浅出，资料较新颖而翔实，可操作性强；易看易懂，易学易会。既适合胃肠病患者及其亲属阅读，也可作为基层医务人员的业务参考书。

临床主任药师 戴德银

2016年1月

目 录

第一章 胃肠病食疗饮食 1

1. 普通饮食 (普食) [1]
2. 软食 [1]
3. 半流质饮食 (半流食) [2]
4. 流质饮食 (流食) [2]
5. 高蛋白饮食 [3]
6. 低脂肪饮食 [3]
7. 高纤维饮食 [4]
8. 低纤维饮食 [4]
9. 胃肠外科手术前的饮食 [4]
10. 肠切除术后饮食 [5]
11. 胃切除术后饮食 [5]
12. 要素饮食 [5]
13. 肠内营养的应用 [6]

第二章 胃、十二指肠溃疡 8

- 一、临床表现与诊断 8
- 二、防治措施 8
- 三、西药治疗 8

1. 抑酸药 [9]
2. 质子泵抑制药 [9]
3. 胃黏膜保护药 [10]
4. 幽门螺杆菌感染治疗药 [10]

四、中医药治疗 11

1. 中医药方剂 (供参考) [11]
 - (1) 虚寒型2方 [11]
 - (2) 气滞型2方 [11]
 - (3) 血瘀型3方 [11]
 - (3) 附子理中丸 [12]
 - (4) 胃苏颗粒 [12]
 - (5) 越鞠丸 [12]
 - (6) 元胡止痛片 (软胶囊、颗粒、口服液、滴丸) [12]
 - (7) 虚寒胃痛颗粒 [13]
 - (8) 六味木香散 (胶囊) [13]
2. 溃疡病用中成药 [12]
 - (1) 香砂六君子丸 [12]
 - (2) 香砂养胃颗粒 (丸) [12]

五、饮食原则与食疗药膳方 13

1. 饮食原则 [13]
2. 食疗药膳方 [14]
 - (1) 肉末苦瓜 [14]
 - (2) 烧猪肚条 [14]
 - (3) 砂曲蒸鱼 [14]
 - (4) 香菇肉片汤 [15]

- | | |
|----------------------------|-------------------|
| (5) 鲳鱼番茄汤 [15] | (4) 生地山药炖鸭 [19] |
| (6) 芋头蒸鲫鱼 [15] | (5) 陈厚姜薯排 [19] |
| (7) 箭竹笋烧肉 [16] | (6) 姜朴炖猪肚 [19] |
| (8) 莲麦鸭汤 [16] | (7) 荸荠酿猪肚 [20] |
| (9) 茭菇肉片 [16] | (8) 鲤鱼冬瓜汤 [20] |
| (10) 芹菜炒牛肉丝 [17] | (9) 黄鸡炖墨鱼 [20] |
| (11) 香花肉片汤 [17] | (10) 芋儿烧仔鸭 [21] |
| (12) 蒸乌鸡 [17] | (11) 青椒炒鳝鱼 [21] |
| 3. 胃、十二指肠溃疡食疗方 [18] | (12) 笋菇肉片 [21] |
| (1) 莲枸松仁粥 [18] | (13) 竹笋肉片 [22] |
| (2) 山药黄芪炖猪肚
(药芪肚汤) [18] | (14) 萝卜骨头汤 [22] |
| (3) 金樱子鲫鱼汤 [18] | (15) 萝卜酸梅骨头汤 [22] |

第三章 慢性胃炎 24

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| 一、临床表现与诊断 | 24 |
| 二、防治措施 | 24 |
| 三、西药治疗 | 24 |
| 胃黏膜保护药 [25] | |
| 四、中医药治疗 | 25 |
| 五、饮食原则与食疗药膳方 | 26 |
| 1. 饮食原则 [26] | |
| (1) 慢性浅表性胃炎饮食
原则 [26] | |
| (2) 萎缩性胃炎饮食原则 [26] | |
| 2. 食疗药膳方 [26] | |
| (1) 粳米面山药粥 [26] | (8) 山药萝卜炖猪骨 [29] |
| (2) 三鲜豆腐(汤) [27] | (9) 莲枸山药炖猪肚 [29] |
| (3) 八味猪排 [27] | (10) 山药黄芪煲肚片
(药芪肚片) [29] |
| (4) 核桃(胡桃)药粥 [27] | (11) 山药肉菜汤 [30] |
| (5) 栗骨糯米粥 [28] | (12) 鱼腥草(蕺菜)
拌莴笋 [30] |
| (6) 益智仁药粥 [28] | (13) 山药烧排骨 [30] |
| (7) 绿豆南瓜汤 [28] | (14) 山药砂仁藕骨汤 [31] |
| | (15) 豆蔻砂仁骨汤 [31] |
| | (16) 螺(蚶)肉扁豆汤 [31] |
| | (17) 肚条豆芽鱼腥草 [32] |

- | | |
|--------------------|----------------------|
| (18) 葱酥鲫鱼 [32] | (24) 龙眼山药炖甲鱼(鳖) [34] |
| (19) 三菇烧豆腐 [32] | (25) 沙参玉竹炖鸭 [35] |
| (20) 健脾益气面 [33] | (26) 白果莲子炖鸡 [35] |
| (21) 土豆烧牛肉 [33] | (27) 香菇萝卜骨头汤 [35] |
| (22) 鹧鸪章鱼煲玉竹 [34] | (28) 金针菇炖猪肚 [36] |
| (23) 鹤鹑墨鱼煲高良姜 [34] | (29) 番茄豆腐肉片汤 [36] |

第四章 急性胃炎 37

- | | |
|--------------------|----|
| 一、临床表现与诊断 | 37 |
| 二、防治措施 | 37 |
| 三、西药治疗 | 37 |
| 1. 胃黏膜保护药 [37] | |
| 2. 抗酸药(抑酸剂) [38] | |
| 3. 解痉药 [38] | |
| 四、中医药治疗 | 38 |
| 五、饮食原则与食疗药膳方 | 38 |

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 饮食原则 [38] | (16) 银耳豆腐肉蛋汤 [44] |
| 2. 食疗药膳方 [39] | (17) 菜豆肉丝粥 [44] |
| (1) 浓米汤或稀烂粥 [39] | (18) 银耳香菇肉丝面 [44] |
| (2) 鲜桃汁 [39] | (19) 羊杂香菇面 [45] |
| (3) 胡(核)桃山楂汁 [39] | (20) 山药肉丸菜汤 [45] |
| (4) 桃汁牛奶 [40] | (21) 香药豆腐汤 [45] |
| (5) 杨梅荸荠汁 [40] | (22) 蕺菜拌莴笋 [46] |
| (6) 杨桃汁 [40] | (23) 番茄蛋汤 [46] |
| (7) 草莓山楂汁 [41] | (24) 山药萝卜炖猪骨汤 [46] |
| (8) 酸梅萝卜汁 [41] | (25) 山药淡蛋汤 [47] |
| (9) 山楂麦芽汁 [41] | (26) 黄花淡蛋汤 [47] |
| (10) 生姜藕汁 [41] | (27) 胡萝卜煲螺 [47] |
| (11) 鹤鹑山药粥 [42] | (28) 豆豉田螺汤 [47] |
| (12) 山药香菇鸡丝粥 [42] | (29) 素馅鲜馄饨 [48] |
| (13) 米粉香芋汤 [43] | (30) 砂药炖猪肚 [48] |
| (14) 山药萝卜粥 [43] | (31) 羊肉健胃面 [49] |
| (15) 砂仁山药鱼头汤 [43] | |

第五章 反流性食管炎—————50

- 一、临床表现与诊断…………… 50
- 二、防治措施…………… 50
- 三、西药治疗…………… 51
 - 1. 中和和抑制胃酸的药物 [51]
 - 2. 促胃肠动力药 [51]
 - 3. 胃黏膜保护药 [51]
 - 4. 联合用药 [51]
- 四、中医药治疗…………… 51
 - 1. 中医药方剂 (供参考) [51]
 - 2. 中成药治疗 [51]
- 五、饮食原则与食疗药膳方…………… 52
 - 1. 饮食原则 [52]
 - 2. 食疗药膳方 [53]
 - (1) 山药姜笋粥 [53]
 - (2) 香姜蒸肚条 [53]
 - (3) 桂皮羊肉豆粥 [53]
 - (4) 香附扁豆菜粥 [54]
 - (5) 莲枣柏子仁粥 [54]
 - (6) 苏药姜菜粥 [54]
 - (7) 香姜菜粥 [55]
 - (8) 茴香山药炖猪肚
(茴药肚汤) [55]
 - (9) 青椒炒鸡肫 [55]
 - (10) 萆澄茄蒸猪肚 [56]
 - (11) 参归炖鸡 [56]
 - (12) 山药归芪蒸鸡肫 [56]
 - (13) 山药蒸猪肚 [57]
 - (14) 参芪当归炖鸭 [57]
 - (15) 姜药麻圆 [57]
 - (16) 山药奶面 [58]
 - (17) 姜楂二芽汤 [58]
 - (18) 白术鸡内金姜面 [58]
 - (19) 豆芽肉片姜汤 [58]
 - (20) 草药烧牛肉 [59]
 - (21) 苏姜煎饼 [59]
 - (22) 青椒松花蛋 [59]
 - (23) 姜汁翡翠 [60]
 - (24) 拌萝卜丝 [60]
 - (25) 拌胡 (红) 萝卜干 [60]
 - (26) 拌冲辣菜 (“冲菜”) [61]
 - (27) 姜蔗汁 [61]
 - (28) 砂仁姜粥 [61]
 - (29) 扁豆粥 [62]
 - (30) 姜苏饮 [62]

第六章 上消化道出血—————63

- 一、临床表现与诊断…………… 63
- 二、防治措施…………… 63
- 三、西药治疗…………… 64

四、中医药治疗	64
五、饮食原则与食疗药膳方	65

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 1. 饮食原则 [65] | (15) 呕血方 [69] |
| 2. 食疗药膳方 [65] | (16) 吐血方 1 号 [70] |
| (1) 呕血药膳 1 号 [65] | (17) 吐血方 2 号 [70] |
| (2) 呕血药膳 2 号 [66] | (18) 复方藕节骨头汤 [70] |
| (3) 白及猪肚汤 [66] | (19) 苈麻根粥 [70] |
| (4) 藕节莲梗荷叶粥 [66] | (20) 当归羊肉汤 [71] |
| (5) 补虚正气粥 [67] | (21) 生地白及鸡 [71] |
| (6) 藕节骨头汤 [67] | (22) 十全药鸡 [71] |
| (7) 白茅花根骨汤 [67] | (23) 鸡血藤大枣炖骨 [72] |
| (8) 藕节地黄骨汤 [67] | (24) 猪蹄红枣汤 [72] |
| (9) 藕节韭菜汁 [68] | (25) 花生衣荷叶枣汤 [72] |
| (10) 藕节莲荷汁 [68] | (26) 花生赤豆大枣炖骨 [73] |
| (11) 五味藕汁 [68] | (27) 胎盘生地鸡血藤汤 [73] |
| (12) 复方藕节汤 [69] | (28) 乌龟桃仁杜仲汤 [73] |
| (13) 复方蒲黄侧柏汤 [69] | (29) 槐花侧柏大枣汤 [74] |
| (14) 莲藕侧柏叶饮 [69] | (30) 参芪枸枣鸡汤 [74] |

第七章 肠易激综合征 75

一、临床表现与诊断	75
二、防治措施	75
三、西药治疗	76
四、中医药治疗	76
五、饮食原则与食疗药膳方	76

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 1. 饮食原则 [76] | (7) 远志肝肉丸菜汤 [79] |
| 2. 食疗药膳方 [77] | (8) 夏季五鲜果汁 [79] |
| (1) 凉拌车前草蒜苗 [77] | (9) 山楂核桃仁蜜 |
| (2) 红薯蒸猪排 [77] | (山桃蜜) [80] |
| (3) 山药香菇鸡丝粥 [77] | (10) 枣圆芡实白果蜜 [80] |
| (4) 银耳香菇鸡丝笋面 [78] | (11) 什锦果脯 [80] |
| (5) 百菇蒜薹烧鱼肚 [78] | (12) 莲枣蜜汁 [81] |
| (6) 木耳豆腐蛋菜汤 [79] | (13) 参苓药糕 [81] |

- | | |
|------------------------------|------------------|
| (14) 木耳豆腐烧鱼头 [81] | (22) 酥桃鱼 [84] |
| (15) 莲米骨头汤 [82] | (23) 富贵鱼 [84] |
| (16) 酸枣仁粥 [82] | (24) 双仁鱼头豆腐 [85] |
| (17) 砂仁柏子蒸鱼
(双仁蒸鱼) [82] | (25) 核桃仁鸡丁 [85] |
| (18) 猪心蒸大枣 [83] | (26) 参枣山药骨汤 [86] |
| (19) 山药枸杞炖骨头汤
(药杞骨汤) [83] | (27) 三仁药粥 [86] |
| (20) 十全补脑粥 [83] | (28) 八宝粥 [86] |
| (21) 宫保鱼姜丁 [83] | (29) 三参麦豆粥 [87] |
| | (30) 龟枣百合汤 [87] |

第八章 胃肠型感冒 88

一、临床表现与诊断	88
二、防治措施	88
三、西药治疗	88
四、中医药治疗	88
五、饮食原则与食疗药膳方	90

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 1. 饮食原则 [90] | (15) 苏子姜葱粥 [94] |
| 2. 食疗药膳方 [90] | (16) 姜葱糖水 [94] |
| (1) 薤白小米肉粥 [90] | (17) 豆腐葱白汤 [95] |
| (2) 骨汤蘑菇面 [90] | (18) 金银花山楂蜜饮 [95] |
| (3) 温胃猪肚汤 [90] | (19) 姜茶糖水 [95] |
| (4) 葱姜山药骨汤 [91] | (20) 葱姜鱼头豆腐汤 [96] |
| (5) 豆豉姜葱汤 [91] | (21) 苏叶蛋汤 [96] |
| (6) 骨汤菜粥 [91] | (22) 葱豉蒸鲫鱼 [96] |
| (7) 神曲蒸鱼 [92] | (23) 大蒜葱白汤 [97] |
| (8) 荸荠酿猪肚菜 [92] | (24) 绿豆葱白粥 [97] |
| (9) 枇杷叶粥 [92] | (25) 大蒜葱豆粥 [97] |
| (10) 豉茹粥 [93] | (26) 葱白春卷 [97] |
| (11) 神仙粥 [93] | (27) 参苏驱寒面汤 [98] |
| (12) 荷叶粥 [93] | (28) 桑菊米汤 [98] |
| (13) 扁豆菜粥 [93] | (29) 北板蓝根菜粥 [99] |
| (14) 芦根粥 [94] | (30) 夏桑菊茶 [99] |

第九章 功能性消化不良 100

- 一、临床表现与诊断 100
- 二、防治措施 100
- 三、西药治疗 100
- 四、中医药治疗 101
- 五、饮食原则与食疗药膳方 101
 - 1. 饮食原则 [101]
 - 2. 食疗药膳方 [101]
 - (1) 山山菜粥 [101]
 - (2) 豆粥 [102]
 - (3) 山药麦芽粥 [102]
 - (4) 二芽豆菜粥 [102]
 - (5) 嫩高粱米曲菜粥 [103]
 - (6) 小麦曲萝卜粥 [103]
 - (7) 山楂菜粥 [103]
 - (8) 羊肉萝卜汤 [104]
 - (9) 蚕豆萝卜粥 [104]
 - (10) 玉米笋木瓜汁 [104]
 - (11) 萝卜酸梅骨汤 [105]
 - (12) 茭芹肉片 [105]
 - (13) 笋菇熘鸡片 [105]
 - (14) 泡姜肚片 [106]
 - (15) 牛肉烧萝卜 [106]
 - (16) 独蒜鳝鱼片 [106]
 - (17) 薤白鳝鱼汤 [107]
 - (18) 酸菜鸭
(附：酸菜鱼) [107]
 - (19) 酸菜鱼头 [107]
 - (20) 竹笋腰花 [108]
 - (21) 青椒肉丝 [108]
 - (22) 青椒虾米 [108]
 - (23) 青椒炒鸡杂 [109]
 - (24) 姜椒炒猪肝 [109]
 - (25) 芹菜炒牛肉丝 [110]
 - (26) 白菇茭白肉片 [110]
 - (27) 椒麻肉片 [110]

第十章 神经性厌食 112

- 一、临床表现与诊断 112
- 二、防治措施 112
- 三、西药治疗 112
- 四、中医药治疗 113
- 五、饮食原则与食疗药膳方 113
 - 1. 饮食原则 [113]
 - 2. 食疗药膳方 [113]
 - (1) 当归羊肉粥 [113]
 - (2) 养胃猪肚汤 [114]
 - (3) 鸡肫健胃汤 [114]
 - (4) 山药枣粥 [114]
 - (5) 扁豆小米肉粥 [115]
 - (6) 狗肉糯米菜粥 [115]

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| (7) 莲米红枣粥 [115] | (19) 山药粉丝鸭 [119] |
| (8) 龙眼肉药粥 [116] | (20) 砂仁红薯面 [119] |
| (9) 糯米蛋花粥 [116] | (21) 米粉香芋汤 [120] |
| (10) 大枣菜粥 [116] | (22) 枣莲面片 [120] |
| (11) 酸枣仁地黄粥 [116] | (23) 参枣豆沙包 [121] |
| (12) 柏子仁山药菜粥 [117] | (24) 桂圆蒸猪心 [121] |
| (13) 花生麦芽粥 [117] | (25) 柏麦参蒸鸡 [121] |
| (14) 茯苓山药粥 [117] | (26) 砂仁麦芽炖猪肚 [121] |
| (15) 苎麻根粥 [118] | (27) 五香卤鸭 [122] |
| (16) 豆芽鱼饼 [118] | (28) 暖胃补虚鱼
(煎蒸带鱼) [122] |
| (17) 葱酥鲫鱼 [118] | |
| (18) 远志虾米面 [119] | (29) 子姜肉丝 [123] |

第十一章 细菌性痢疾 124

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 一、临床表现与诊断 | 124 |
| 二、防治措施 | 124 |
| 三、西药治疗 | 125 |
| 四、中医药治疗 | 125 |
| 1. 中医药方剂 [125] | 2. 中成药治疗 [125] |
| 五、食疗药膳方 | 125 |
| (1) 凉拌马齿苋 [125] | (14) 薤白粥 [130] |
| (2) 绿茶饮 [126] | (15) 大蒜胡萝卜粥 [130] |
| (3) 刺苋菜汁 [126] | (16) 藜头粥 [130] |
| (4) 凉拌刺苋菜 [126] | (17) 马齿苋蒜粥 [130] |
| (5) 荠菜拌白及 [127] | (18) 黄金粥 [131] |
| (6) 凉拌鱼腥草 [127] | (19) 红苋菜炒大蒜 [131] |
| (7) 凉拌马齿苋黄花 [127] | (20) 乌梅糖粥 [131] |
| (8) 马齿苋汁 [128] | (21) 乌梅骨蒜汤 [132] |
| (9) 杨梅酒 [128] | (22) 韭菜骨汤粥 [132] |
| (10) 韭菜根黄酒 [128] | (23) 乌梅姜汁茶 [132] |
| (11) 糖大蒜 [129] | (24) 葡萄姜汁茶 [132] |
| (12) 马齿苋肉包 [129] | (25) 莲子金银花饮 [133] |
| (13) 马齿苋拌蒜泥肉丝 [129] | (26) 荷梗蒂糖水 [133] |

(27) 蒲公英拌羊肚 [133]

(28) 山楂糖水 [133]

第十二章 细菌性食物中毒 135

一、临床表现与诊断	135
二、防治措施	135
三、西药治疗	136
四、中医药治疗	136
五、饮食原则与食疗药膳方	137

1. 饮食原则 [137]

(15) 洋葱肉粥 [141]

2. 食疗药膳方 [137]

(16) 大蒜香菇肉粥 [141]

(1) 瓜蒂散米汤 [137]

(17) 韭菜肉粥 [141]

(2) 三圣散米汤 [137]

(18) 薤白公英肉粥 [142]

(3) 盐汤探吐方 [137]

(19) 马兰头蒜泥 [142]

(4) 参芦饮 [138]

(20) 荠菜蒜泥 [143]

(5) 生绿豆浆 [138]

(21) 鱼腥草豆干蒜泥 [143]

(6) 萝卜汁 [138]

(22) 苋菜蒜泥 [143]

(7) 生姜苏叶饮 [139]

(23) 蒲公英蒜泥 [144]

(8) 生姜橘皮饮 [139]

(24) 乌梅膏(糖丸) [144]

(9) 荸荠汁 [139]

(25) 蕺菜肚条蒜泥 [144]

(10) 薤白汁 [139]

(26) 韭菜豆干蒜泥 [145]

(11) 独蒜汁 [140]

(27) 洋葱鸡丝蒜泥 [145]

(12) 洋葱汁 [140]

(28) 山药香菇骨汤 [145]

(13) 韭菜汁 [140]

(29) 萝卜烧带鱼 [146]

(14) 刺苋菜蒜粥 [141]

第十三章 阑尾炎 147

一、临床表现与诊断	147
二、防治措施	147
三、西药治疗	148
四、中医药治疗	148
五、饮食原则与食疗药膳方	148

1. 饮食原则 [148]

(1) 山药复原羊肉汤 [149]

2. 食疗药膳方 [149]

(2) 急性阑尾炎外敷方 [149]

- | | |
|-------------------|--------------------|
| (3) 独蒜乌鱼 [149] | (17) 鳝鱼焖藕蒜 [155] |
| (4) 蒜泥羊肚(肠) [150] | (18) 海蜇荸荠蒜泥 [155] |
| (5) 独蒜肚条 [150] | (19) 山楂麦芽蒜汤 [155] |
| (6) 蒲公英绿豆汤 [151] | (20) 绿豆粉蒸薯排 [156] |
| (7) 独蒜炖鸭 [151] | (21) 山药炖骨汤 [156] |
| (8) 金莲骨汤 [152] | (22) 洋葱肉丝 [156] |
| (9) 马齿苋金泥 [152] | (23) 南瓜绿豆薤白汤 [157] |
| (10) 薤白公英骨汤 [152] | (24) 薤白米粉饼 [157] |
| (11) 薤白黄花骨汤 [152] | (25) 菠菜海带蒜泥 [157] |
| (12) 大蒜公英骨汤 [153] | (26) 藕丝拌蒜泥 [158] |
| (13) 绿豆芽蒜泥 [153] | (27) 木耳豆腐蘸蒜泥 [158] |
| (14) 茄豆蒜泥 [153] | (28) 芹菜豆干蒜泥 [158] |
| (15) 洋葱豆干蒜泥 [154] | (29) 炖海参蘸蒜泥 [159] |
| (16) 洋葱韭菜蛋皮 [154] | (30) 刺苋菜蒜粥 [159] |

第十四章 胃癌 160

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 一、临床表现与诊断 | 160 |
| 二、防治措施 | 161 |
| 三、西药治疗 | 161 |
| 1. 单一胃癌用西药 [161] | 2. 联合化疗胃癌用药 [162] |
| 四、中医药治疗 | 163 |
| 1. 胃癌方剂(19方) [163] | 2. 中成药 [165] |
| 五、食疗药膳方 | 166 |
| (1) 花椒橘皮肉汤 [166] | (11) 烧虎皮豆腐 [170] |
| (2) 苦瓜炒肉丝 [167] | (12) 鸡片猴头 [171] |
| (3) 甜瓜炒肉片 [167] | (13) 猴菇四鲜 [171] |
| (4) 大豆排骨汤 [167] | (14) 水锅七丁豆腐 [171] |
| (5) 刀豆生姜汤 [168] | (15) 土豆烧牛肉 [172] |
| (6) 扁豆肉片 [168] | (16) 煮马铃薯 [172] |
| (7) 扁豆羊肚汤 [168] | (17) 莴苣猪皮烧豆腐 [172] |
| (8) 菱烧豆腐蘑菇 [169] | (18) 凉拌莴笋 [173] |
| (9) 豆腐葶肉火锅 [169] | (19) 山楂三七粥 [173] |
| (10) 笋菇焖肉豆腐 [170] | (20) 山楂余鲜贝 [173] |

- | | |
|--------------------|--------------------|
| (21) 砂仁蒸鱼 [174] | (26) 肉片烩山药 [175] |
| (22) 白茄蒸蜂蜜 [174] | (27) 鸡肉山药羹 [176] |
| (23) 牛奶蜜姜汁 [174] | (28) 复方山药羹 [176] |
| (24) 山药蒸野鸭 [175] | (29) 三味补药鸡汤 [176] |
| (25) 萝卜山药鸡肫汤 [175] | (30) 莴苣猪皮山药汤 [177] |

第十五章 食管癌 178

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 一、临床表现与诊断 | 178 |
| 二、防治措施 | 179 |
| 三、西药治疗 | 179 |
| 1. 单一食管癌用西药 [179] | 2. 联合化疗食管癌用药 [179] |
| 四、中医药治疗 | 180 |
| 1. 食管癌方剂 [180] | 2. 食管癌用中成药 [182] |
| 五、食疗药膳方 | 183 |
| (1) 菜豆枣粥 [183] | (16) 草菇菱粥 [188] |
| (2) 海带烧肉 [183] | (17) 香菱肫粥 [188] |
| (3) 糖醋海带 [183] | (18) 芦笋藕粉 [188] |
| (4) 海带豆腐笋汤 [184] | (19) 香菇烧豆腐 [189] |
| (5) 鲨鱼骨汤 [184] | (20) 香菇猪蹄丝瓜汤 [189] |
| (6) 扒猴头 [184] | (21) 归参鳝鱼汤 [189] |
| (7) 蘑菇肉片汤 [185] | (22) 猪肚药芪汤 [190] |
| (8) 猕猴桃汁 [185] | (23) 银耳莲子羹 [190] |
| (9) 泥鳅骨肉汤 [185] | (24) 木耳香菇汤 [190] |
| (10) 虫草炖老鸭 [186] | (25) 鸭肉地黄山药汤 [191] |
| (11) 山楂氽鲜贝 [186] | (26) 灵芝薏米粥 [191] |
| (12) 香菇五鲜汤 [186] | (27) 芦笋白果鸡汤 [191] |
| (13) 蘑菇山鸡汤 [187] | (28) 沙参玉竹鸭汤 [192] |
| (14) 病后补虚汤 [187] | (29) 三药乌鸡汤 [192] |
| (15) 香菱骨汤 [187] | |

第十六章 大肠癌 193

- | | |
|-----------|-----|
| 一、临床表现与诊断 | 193 |
| 二、防治措施 | 194 |

三、西药治疗·····	194
1. 单用抗大肠癌西药 [194]	
2. 联合化学药物治疗大肠癌方案 (供参考) [195]	
四、中医药治疗·····	195
1. 大肠癌方剂 [195]	
2. 大肠癌用中成药 [197]	
五、食疗药膳方·····	198
(1) 甘蓝香菇肉片汤 [198]	(14) 槐榆莲11味炖猪大肠 [203]
(2) 甘蓝香菇豆腐粉丝汤 [198]	(15) 金针菇烧豆腐 [203]
(3) 豆芽素菜 [199]	(16) 五菇炖骨汤 [203]
(4) 豆芽肉丝 [199]	(17) 芦笋黄花骨汤 [204]
(5) 海带豆腐汤 [199]	(18) 香菇豆腐肉片 [204]
(6) 红薯菜粥 [200]	(19) 泥鳅焖豆腐 [205]
(7) 粉蒸薯排 [200]	(20) 萝卜烧猪大肠 [205]
(8) 槐花熘肉片 [200]	(21) 芦笋薏苡仁焖大肠 [205]
(9) 猕猴桃根炖肉 [201]	(22) 芦笋海参炖大肠 [206]
(10) 扁豆苡仁猪骨汤 [201]	(23) 平菇韭黄肉片 [206]
(11) 猪大肠木耳槐花汤 [202]	(24) 草菇烧大肠 [206]
(12) 槐花山药炖大肠 [202]	(25) 花椰菜炒鸡蛋 [207]
(13) 莼菜鲫鱼汤 [202]	(26) 五鲜抗癌汤 [207]