

常见病食疗与用药系列

前列腺病 食疗与用药

梔子 主编



化学工业出版社
生物·医药出版分社



常见病食疗与用药系列

前列腺病 食疗与用药

梶 子 主编



化学工业出版社
生物·医药出版分社

· 北 京 ·

本书以介绍前列腺疾病患者的保健食疗和保健药膳为重点,简述了前列腺的基础知识,针对前列腺炎、前列腺增生、前列腺癌等常见疾病,系统论述了发病机制、临床表现、诊断与检查、中西医治疗原则等,尤其是提供了丰富的药膳方和食疗方,可操作性很强,可供读者日常选用。

本书特别适合各种前列腺疾病患者及其家属阅读。

图书在版编目(CIP)数据

前列腺病食疗与用药/梔子主编. —北京:化学工业出版社, 2008.10

(常见病食疗与用药系列)

ISBN 978-7-122-03648-3

I. 前… II. 梔… III. ①前列腺疾病-食物疗法
②前列腺疾病-用药法 IV. R247.1 R697.05

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第139019号

责任编辑:邹朝阳 蔡红

装帧设计:关飞

责任校对:徐贞珍

出版发行:化学工业出版社 生物·医药出版分社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装:北京市兴顺印刷厂

850mm×1168mm 1/32 印张8½ 字数223千字

2009年1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:18.00元

版权所有 违者必究

《前列腺病食疗与用药》

编写人员

主 编 栾 子

编写人员 赵 枫 张 红 刘 慧
 丁 娜 白华娣 周梅萍
 蒙益林 栾 子



前言

前列腺病是男性的常见病，几乎占泌尿外科门诊病例的 60%，50 岁以上男性有 70% 左右的人患有此类疾病。它带给患者及其伴侣众多困扰，如睡眠的干扰（夜尿次数多）、手术的恐惧（晚期须手术治疗）、癌变的沉重打击（晚期导致癌变）、性生活质量的降低（导致阳痿、早泄）并影响社会生活。目前我国前列腺疾病具有高发生率、低认知率、低治疗率的特点，加强大众对前列腺疾病的正确认识是非常重要的。

本书从前列腺的基础知识入手，详尽介绍了急性细菌性前列腺炎、慢性细菌性前列腺炎、非细菌性前列腺炎、前列腺增生、前列腺结石、前列腺脓肿、前列腺癌的防治知识。针对上述疾病，书中系统地介绍了其发病机制、临床表现、诊断与检查、中西医治疗原则，并提供了丰富的药膳方和食疗方，可供读者日常选用。

本书是参编人员在总结多年临床诊疗经验、参阅了大量文献的基础上，悉心创作而成的，具有实用性与通俗性两大特点，适合前列腺疾病患者及其家属参考和阅读。由于写作时间紧张，书中不免有不足之处，敬请批评指正。

编 者

2008 年 10 月

目 录

初识前列腺	1
前列腺的位置、形态	1
前列腺的分叶	2
前列腺的主要生理功能	2
1. 外分泌功能 [2]	4. 射精功能 [3]
2. 内分泌功能 [2]	5. 维持生殖泌尿系统的
3. 控制排尿功能 [3]	卫生 [3]
中医对前列腺的认识	3
小小前列腺,男人大麻烦	3
1. 影响排尿 [4]	3. 引发不育症 [4]
2. 并发精囊炎 [4]	
前列腺最易发生的疾病	4
检查前列腺的方法有哪些?	5
哪些饮食习惯易“招惹”前列腺	5
1. 嗜食辛辣食物 [5]	4. 饮水过少或过多 [6]
2. 高脂饮食 [6]	5. 酒 [6]
3. 食入霉变、油炸、熏烤	6. 烟 [6]
食物 [6]	
轻松自测前列腺疾病	7
前列腺疾病的易患人群	7
别把前列腺疾病当性病	8
急性细菌性前列腺炎的食疗与用药	9
中医对急性细菌性前列腺炎的认识	9
1. 湿热下注型 [9]	2. 热毒壅盛型 [9]

发病机制	10
1. 血行感染 [10]	3. 前列腺自身因素 [10]
2. 泌尿道感染蔓延 [10]	4. 医源性因素 [11]
临床表现	11
1. 全身症状 [11]	5. 直肠症状 [11]
2. 局部症状 [11]	6. 性功能改变 [12]
3. 尿路症状 [11]	7. 常见并发症 [12]
4. 疼痛症状 [11]	
诊断标准	12
1. 病史 [12]	3. 实验室检查 [13]
2. 症状 [12]	4. 直肠指诊 [13]
用药原则	13
1. 选用敏感抗生素 [13]	3. 不可盲目用药 [14]
2. 坚持足疗程治疗 [13]	4. 并发症的治疗 [14]
西药治疗	14
1. 头孢菌素类抗生素 [14]	3. 其他 [15]
2. 磺胺类及增效剂 [14]	4. 合并精囊炎的治疗 [15]
中药口服治疗	15
1. 八正散加减 [15]	4. 铁军汤 [16]
2. 龙胆泻肝汤加减 [15]	5. 长清降浊汤 [16]
3. 苓薏败酱汤 [16]	6. 五苓散与参附汤加味 [16]
中药灌肠治疗	17
1. 活血止痛方 [17]	3. 散瘀止痛方 [17]
2. 清热利湿方 [17]	
药膳调养	17
1. 二鲜饮 [17]	8. 玉米须萝卜粥 [19]
2. 鞭草猪肝 [18]	9. 荷叶粥 [19]
3. 益母草炖冬瓜 [18]	10. 清热苦瓜汤 [20]
4. 紫苏田螺粥 [18]	11. 青叶菊花麦芽饮 [20]
5. 蒲公英消炎粥 [18]	12. 金银花麦冬蛋丁 [20]
6. 蜂蜜绿茶 [19]	13. 薏苡仁黑豆汤 [21]
7. 茅根西瓜汁 [19]	14. 生地鲤鱼汤 [21]

15. 茯苓菊花茶 [21]
16. 竹叶粥 [21]
17. 芦根汤 [22]
18. 黄芩煲瘦肉 [22]
19. 薏苡仁小米羹 [22]
20. 野菊花玉米饼 [22]
21. 泽泻膏 [23]
22. 芦根丝瓜 [23]
23. 夏枯草大蒜萝卜汁 [23]
24. 银耳灯心草粥 [24]
25. 瓜皮茅根汤 [24]
26. 竹茹蒲公英饮 [24]
27. 荷叶田鸡汤 [24]
28. 蒲公英茶 [25]
29. 栀子瘦肉汤 [25]
30. 赤小豆蜜饮 [25]
31. 茅根粥 [25]
32. 冬瓜苡仁汤 [26]

33. 冬瓜皮玉米须汤 [26]
34. 荠菜苍术粥 [26]
35. 车前子粥 [26]
36. 草薢梗米粥 [27]
37. 枯草黄芩粥 [27]
38. 泽苓粥 [27]
39. 金银花连翘薄荷粥 [27]
40. 双皮烧香菇 [28]
41. 黄芪赤豆粥 [28]
42. 竹叶炖西洋鸭 [28]
43. 芡实莲子粥 [28]
44. 仙草赤豆粥 [29]
45. 茯苓枸杞麻香糊 [29]
46. 黄芪葵子汤 [29]
47. 蒲公英绿豆鸡肉汤 [30]
48. 栀子仁野菊花粥 [30]
49. 冬瓜子茶 [30]
50. 苦瓜薏仁粥 [30]

饮食原则 31

食疗食谱 31

1. 豆芽炒肉丝 [31]
2. 菜花肉片 [31]
3. 绿豆小白菜汤 [32]
4. 素扒菜花 [32]
5. 芹香牛肉丝 [32]
6. 木耳炒鱼片 [33]
7. 三鲜汁 [33]
8. 酸八宝菜 [34]
9. 银耳红豆羹 [34]
10. 苦瓜煎蛋 [34]
11. 莴笋炒肉末 [35]
12. 玉米豆苗汤 [35]

13. 清水白菜 [35]
14. 松子香菇 [36]
15. 干煸豇豆 [36]
16. 紫菜黄瓜汤 [36]
17. 鱼片木耳菜 [37]
18. 海参焖笋鸡 [37]
19. 炒碎豆腐 [38]
20. 小黄瓜拌海蜇 [38]
21. 清汤龙须菜 [38]
22. 佛手瓜炒鹌鹑 [39]
23. 冬菇菜胆 [39]
24. 拌豆腐干丝 [40]

25. 珍珠豆腐羹 [40]
26. 清蒸鲈鱼 [40]
27. 洋菇芥菜 [41]
28. 双菇苦瓜丝 [41]
29. 清汤二色菜 [41]
30. 蜂蜜南瓜饼 [42]
31. 山药鱼片汤 [42]
32. 开水白菜 [42]
33. 盐水虾 [43]
34. 炒豌豆荚 [43]
35. 清炖牛肉 [43]
36. 木耳芹菜 [44]
37. 海米拌黄瓜 [44]
38. 金钩青菜心 [44]
39. 干煸冬笋 [45]
40. 西红柿拌豆腐 [45]
41. 苋菜黄鱼羹 [46]
42. 绿豆冬瓜汤 [46]
43. 素炒空心菜 [46]
44. 清炒豆苗 [47]
45. 清炒芦笋 [47]
46. 美味木耳菜 [47]
47. 炒南瓜 [48]
48. 腊肉炒苋菜 [48]
49. 韭菜海参粥 [48]
50. 清凉冬瓜汤 [49]

慢性细菌性前列腺炎的食疗与用药

50

中医对慢性细菌性前列腺炎的认识 50

1. 湿热下注型 [50]
2. 气滞血瘀型 [51]
3. 寒湿凝滞型 [51]
4. 肝肾阴虚型 [51]
5. 脾肾阳虚型 [51]

发病机制 52

1. 急性前列腺炎慢性化 [52]
2. 前列腺充血 [52]
3. 微生物感染 [52]
4. 自体免疫性因素 [53]
5. 对某种病毒的过敏反应 [53]

临床表现 53

1. 疼痛 [53]
2. 泌尿系症状 [53]
3. 性功能障碍 [53]
4. 神经衰弱症状 [54]
5. 继发症状 [54]

检查诊断 54

慢性细菌性前列腺炎引起的并发症 55

用药原则 55

1. 减少治疗的盲目性 [55]
2. 科学使用抗菌药 [56]
3. 中医药治疗 [56]

西药治疗 56

中药治疗 57

1. 萆薢分清饮 [57]
2. 少腹逐瘀汤加減 [57]
3. 小建中汤 [57]
4. 知柏地黄汤加減 [57]

5. 清利理化汤 [58]
6. 三金片 [58]
7. 黄连素片 [58]

药膳调养 58

1. 玉须金龟汤 [58]
2. 赤豆冬瓜氽鲤鱼 [59]
3. 西须饮 [59]
4. 鲤鱼汤 [59]
5. 黄芪炖水鸭 [60]
6. 玉米须田螺汤 [60]
7. 鲫鱼灯心粥 [60]
8. 赤豆冬瓜荷叶粥 [61]
9. 复方黄芪粥 [61]
10. 附子茯苓茶 [61]
11. 玉竹麦芽饮 [61]
12. 枸杞麦冬蛋丁 [62]
13. 紫苏竹叶汤 [62]
14. 枸杞鲫鱼汤 [62]
15. 沙苑子菊花茶 [63]
16. 人参粥 [63]
17. 山药红枣汤 [63]
18. 杜仲煲瘦肉 [63]
19. 薏苡仁黑米羹 [64]
20. 首乌龟苓膏 [64]
21. 百合泽泻膏 [64]
22. 双冬枸杞叶 [65]
23. 香附玫瑰萝卜汁 [65]
24. 银耳洋参粥 [65]
25. 瓜皮茅根汤 [65]

26. 竹茹粥 [66]
27. 当归荷叶田鸡汤 [66]
28. 蒲公英红枣茶 [66]
29. 夏枯草瘦肉汤 [66]
30. 延胡木香蜜饮 [67]
31. 苹果泥红参粥 [67]
32. 海藻薏苡仁粥 [67]
33. 黄芪川芎粥 [68]
34. 地骨皮枸杞饮 [68]
35. 葛根荷叶粥 [68]
36. 白果冬瓜子饮 [68]
37. 人参玫瑰茶 [69]
38. 罗汉果凉茶 [69]
39. 肉苁蓉粥 [69]
40. 骨皮核桃仁粥 [69]
41. 缨子栀子粥 [70]
42. 茯苓车前排骨汤 [70]
43. 地榆车前汤 [70]
44. 银花公英茶 [70]
45. 桑椹车前子粥 [71]
46. 荷叶赤小豆粥 [71]
47. 扁豆菟丝子汤 [71]
48. 三七川楝子汤 [71]
49. 淫羊藿冬瓜汤 [72]
50. 芦根红花绿豆汤 [72]

饮食原则	72
------	----

食疗食谱	73
------	----

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 西红柿紫菜汤 [73] | 26. 空心菜粥 [82] |
| 2. 虾仁韭菜 [73] | 27. 翡翠干贝冬瓜羹 [82] |
| 3. 虾仁烘蛋 [74] | 28. 凉拌芹菜叶 [83] |
| 4. 鲜虾扒豆苗 [74] | 29. 玉米西红柿羹 [83] |
| 5. 凉拌粉丝黄瓜 [74] | 30. 西红柿鸡块 [83] |
| 6. 鲜百合炒牛肉 [75] | 31. 香芹拌鸡丝 [84] |
| 7. 芦笋百合炒虾仁 [75] | 32. 茄汁芹菜 [84] |
| 8. 百合黄花烩豆腐 [76] | 33. 芹菜黄花汤 [84] |
| 9. 鲜百合炒毛豆 [76] | 34. 清炖排骨白菜 [85] |
| 10. 青笋拌粉皮 [76] | 35. 口蘑白菜 [85] |
| 11. 笋香豆皮饭 [77] | 36. 山药白菜 [85] |
| 12. 苹果蒸香菌 [77] | 37. 菜皮烧卖 [86] |
| 13. 花生春笋 [77] | 38. 口蘑白菜 [86] |
| 14. 香菇烧丝瓜 [78] | 39. 佛手白菜 [87] |
| 15. 海米烧菜花 [78] | 40. 红烩菜花 [87] |
| 16. 鲜藕拌蕨菜 [78] | 41. 鲜蘑菜心 [88] |
| 17. 拌海米莴笋 [79] | 42. 炖菜核 [88] |
| 18. 凉瓜煮黄豆 [79] | 43. 青豆牛肉末 [89] |
| 19. 荠菜鲜藕粥 [79] | 44. 三丝蒜苗 [89] |
| 20. 素鸡香油汤 [80] | 45. 香灼香芹 [90] |
| 21. 苦瓜肉糜煲 [80] | 46. 蒸兰花蛋 [90] |
| 22. 四喜豆腐 [80] | 47. 蛋皮炒丝瓜 [90] |
| 23. 双蛋拌空心菜 [81] | 48. 竹荪瓜汤 [91] |
| 24. 瘦身凤爪汤 [81] | 49. 韭菜炒豆干 [91] |
| 25. 空心菜炒肉丝 [82] | 50. 芦笋鸡块 [91] |

非细菌性前列腺炎的食疗与用药	93
----------------	----

中医对非细菌性前列腺炎的认识	93
----------------	----

- | | |
|---------------|---------------|
| 1. 湿热蕴结型 [93] | 3. 气滞血瘀型 [94] |
| 2. 阴虚火旺型 [93] | 4. 肾阳亏虚型 [94] |

发病机制	94
临床表现	94
诊断标准	95
用药原则	95
西药治疗	96
中药治疗	96

1. 龙胆泻肝汤合五味消毒饮

加减 [96]

3. 肾气丸 [97]

4. 大补阴丸 [97]

2. 加味血府逐瘀汤 [97]

药膳调养	97
------	----

1. 白术南瓜麦麸粥 [97]

2. 荷叶糯米粥 [98]

3. 茅根赤小豆粥 [98]

4. 苡蓉桂花羹 [98]

5. 扁豆山药糯米粥 [99]

6. 莲子冬瓜老鸭汤 [99]

7. 麦冬豆腐汤 [99]

8. 竹荪银耳汤 [99]

9. 茯苓白术粥 [100]

10. 三色糯米饭 [100]

11. 红花鸡蛋羹 [100]

12. 玉米须粥 [101]

13. 当归芦荟茶饮 [101]

14. 大黄枳实茶 [101]

15. 茵陈金樱茶 [101]

16. 三七首乌粥 [102]

17. 杏仁薏米粥 [102]

18. 清热生地粥 [102]

19. 菊香红枣茶 [102]

20. 健美降脂茶 [103]

21. 荷叶牛奶面饼 [103]

22. 麦冬苹果汁 [103]

23. 黑木耳红枣饼 [104]

24. 荷叶八宝饭 [104]

25. 山药牛肉饭 [104]

26. 冬葵果鳝鱼羹 [105]

27. 牛奶大枣粟米粥 [105]

28. 陈皮麦麸粥 [105]

29. 黄芪荠菜玉米粥 [106]

30. 二芽白术粥 [106]

31. 双补粥 [106]

32. 淫羊藿煲豆腐 [106]

33. 枸杞白菜 [107]

34. 苦瓜山药粥 [107]

35. 陈皮醋煮花生 [107]

36. 枸杞养阴凉糕 [108]

37. 大黄山药粥 [108]

38. 海马三七鸡 [108]

39. 杜仲大枣芹菜汤 [109]

40. 鱼腥草麦冬烙藕包 [109]

41. 萝卜大薏绿豆粥 [109]

42. 心须汤 [110]

43. 芪蓉桃仁汤 [110]

44. 马齿苋薏米粥 [110]

45. 百合蜂蜜饮 [110]

46. 猪肾白果粥 [111]

47. 核桃栗子红花粥 [111]

48. 莲子芡实粥 [111]

49. 猪肾炖赤小豆 [111]

50. 玫瑰橘红茶 [112]

饮食原则 112

食疗食谱 112

1. 沙锅豆腐 [112]

2. 冬瓜炒胡萝卜 [113]

3. 白萝卜烧墨斗鱼 [113]

4. 蔬菜腐皮卷 [113]

5. 雪片油菜 [114]

6. 炒合菜 [114]

7. 绿豆芽炒鳝丝 [115]

8. 素烧菜花 [115]

9. 葡萄干土豆泥 [115]

10. 凉拌莲藕 [116]

11. 家常豆腐 [116]

12. 糖醋芋卷 [117]

13. 胡萝卜煮蘑菇 [117]

14. 鸡汁茄子 [117]

15. 南瓜鹌鹑蛋 [118]

16. 平菇豆腐 [118]

17. 白玉翡翠 [118]

18. 洋葱海鲜汤 [119]

19. 虾仁豆腐羹 [119]

20. 牛肉末豆腐 [120]

21. 松仁鱼米 [120]

22. 生菜牛肉 [120]

23. 韭菜干丝 [121]

24. 淡菜炒笋尖 [121]

25. 玉兰茄子 [122]

26. 鱼香茄子 [122]

27. 嫩豇豆汤 [122]

28. 桂花丝瓜 [123]

29. 聚三鲜 [123]

30. 香菜皮蛋 [123]

31. 黄瓜拌蜆皮 [124]

32. 粉丝汤 [124]

33. 蛋羹豆腐 [125]

34. 三色魔芋丝 [125]

35. 虎皮山药卷 [125]

36. 炒蚕豆雪菜 [126]

37. 榛蘑炒西芹 [126]

38. 豆苗冬菇 [126]

39. 拌茼蒿丝 [127]

40. 回锅土豆 [127]

41. 炒鲜茼蒿 [127]

42. 鹌鹑丸 [128]

43. 韭菜炒黄喉丝 [128]

44. 洋葱豆腐皮 [128]

45. 丝瓜发菜笋汤 [129]

46. 香干炒芹菜 [129]

47. 三合豆腐 [129]

48. 冬瓜焖凤爪 [130]

49. 花丁群聚 [130]

50. 青菜丸子 [131]

中医对前列腺增生症的认识 132

1. 下焦瘀阻型 [132]
2. 肾阳不足型 [133]
3. 湿热下注型 [133]
4. 中气不足型 [133]
5. 肝郁气滞型 [133]
6. 肺失治节型 [134]

发病机制 134

临床表现 134

诊断标准 135

用药原则 136

西药治疗 137

中药治疗 138

1. 消癥通闭方 [138]
2. 济生肾气丸加减 [138]
3. 八正散加减 [139]
4. 补中益气汤合春泽汤 [139]
5. 沉香散加减 [139]
6. 清肺饮 [139]
7. 前列康胶囊 [140]
8. 癥闭舒胶囊 [140]
9. 刺五加片 [140]
10. 龙胆泻肝丸 [140]
11. 六郁丸 [141]
12. 桂枝茯苓丸 [141]
13. 复方丹参片 [141]

药膳调养 141

1. 参芪冬瓜汤 [141]
2. 桂浆粥 [142]
3. 杏梨石韦饮 [142]
4. 利尿黄瓜汤 [142]
5. 红花豆米粥 [142]
6. 虎杖茵陈汤 [143]
7. 荷叶橘皮茶 [143]
8. 冬瓜皮乌龙茶 [143]
9. 荷叶三七汤 [143]
10. 公英麦冬茶 [144]
11. 马齿苋荷叶绿豆汤 [144]
12. 玫瑰大枣粥 [144]
13. 菊花豆腐汤 [144]
14. 党参茶叶粥 [145]
15. 冬瓜皮薏米粥 [145]
16. 枇杷叶芹菜茶 [145]
17. 陈皮冬瓜皮汤 [146]
18. 西洋参茶 [146]
19. 刀豆壳田基黄茶 [146]
20. 蒲公英地丁绿豆汤 [146]
21. 山药炖苡蓉 [147]
22. 泽泻荷叶粥 [147]
23. 杏仁枸杞饮 [147]
24. 金橘叶绿茶 [147]

25. 佛手茯苓牛肉汤 [148]
26. 红枣麦麸茶 [148]
27. 人参叶绿茶 [148]
28. 山药苏叶木耳汤 [149]
29. 薏米猴头菇汤 [149]
30. 党参大枣茶 [149]
31. 苓术鲫鱼豆腐汤 [149]
32. 橘皮山药粥 [150]
33. 苡蓉海带冬瓜汤 [150]
34. 白参毛豆甜浆 [150]
35. 槟榔莲蓬汤 [151]
36. 魔芋白术豆浆 [151]
37. 丹参山药扁豆糕 [151]

38. 茵陈麦芽大枣汤 [151]
39. 腹皮绿豆茶 [152]
40. 附子麦芽饮 [152]
41. 芪烧活鱼 [152]
42. 菊槐绿茶饮 [153]
43. 黑豆川芎粥 [153]
44. 芦根竹茹汤 [153]
45. 白芍粥 [153]
46. 玫瑰山药汤 [153]
47. 沙参生菜粥 [154]
48. 熟地黄粥 [154]
49. 人参莲肉汤 [154]
50. 芹菜清热利尿汤 [154]

饮食原则 155

食疗食谱 155

1. 蓑衣萝卜 [155]
2. 酱烧茄条土豆泥 [156]
3. 橙汁莲藕西瓜皮 [156]
4. 肉烧白菜 [156]
5. 凉拌洋葱 [157]
6. 红烧冬瓜 [157]
7. 白灼芥蓝 [157]
8. 无花果牛肉汤 [158]
9. 素炒胡萝卜山药 [158]
10. 爽口四宝 [158]
11. 香菇西兰花 [159]
12. 水晶冬瓜卷 [159]
13. 胡萝卜牛肉小米粥 [159]
14. 清新水果粥 [160]
15. 海米紫菜炒木耳 [160]
16. 什锦炒伊面 [160]
17. 脆爽苦瓜 [161]
18. 双冬炒菜花 [161]
19. 白菜柳松菇 [161]
20. 豆腐干拌贡菜 [162]
21. 肉丝茭白 [162]
22. 双耳炒菠菜根 [162]
23. 三鲜珍珠丸 [163]
24. 豆腐皮素什锦卷 [163]
25. 巧炒豆渣 [164]
26. 凉拌核桃黑木耳 [164]
27. 香椿焖蛋 [164]
28. 紫菜蛋皮卷 [165]
29. 鸡蛋西红柿 [165]
30. 凉拌荷兰豆 [166]
31. 芹菜炒香菇 [166]
32. 什锦水果羹 [166]
33. 枸杞丝瓜 [167]
34. 糖醋白菜丝 [167]

- | | |
|-------------------|------------------|
| 35. 凉拌四季豆 [167] | 43. 土豆丝拌白菜 [170] |
| 36. 冻豆腐金针汤 [168] | 44. 豆腐饼 [171] |
| 37. 海带豆芽汤 [168] | 45. 银耳烩菜心 [171] |
| 38. 醋鳊鱼 [168] | 46. 胡萝卜煮蘑菇 [171] |
| 39. 双冬炒芥菜 [169] | 47. 山药扒莴笋 [172] |
| 40. 豆浆粥 [169] | 48. 山药萝卜粥 [172] |
| 41. 西红柿炒西兰花 [169] | 49. 荞麦菜卷 [173] |
| 42. 西红柿炒蘑菇 [170] | 50. 荞麦粥 [173] |

前列腺结石的食疗与用药 174

中医对前列腺结石的认识 174

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 下焦湿热型 [174] | 3. 肝气郁滞型 [175] |
| 2. 下焦瘀阻型 [174] | |

发病机制 175

临床表现 175

用药原则 176

西药治疗 176

中药治疗 177

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. 沉香散加減 [177] | 4. 四金化癥排石汤 [177] |
| 2. 八正散 [177] | 5. 芍药甘草汤合蒲灰散 |
| 3. 桃仁承气汤加減 [177] | 加減 [178] |

药膳调养 178

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 1. 车前天星饮 [178] | 11. 钩藤车前粥 [181] |
| 2. 赤豆生鱼汤 [178] | 12. 金钱草银耳炒莼菜 [181] |
| 3. 排石茶 [179] | 13. 海金沙茶 [181] |
| 4. 荠菜茵陈粥 [179] | 14. 鸡内金荷泽茶 [181] |
| 5. 向日葵茎芯滑石汤 [179] | 15. 柴胡麦芽饮 [182] |
| 6. 海金沙茶 [179] | 16. 荔枝核莲心茶 [182] |
| 7. 核桃仁冰糖糊 [180] | 17. 核桃蜂蜜膏 [182] |
| 8. 荷叶滑石茶 [180] | 18. 茵陈荷叶茶 [182] |
| 9. 车前滑石茶 [180] | 19. 柴胡内金饮 [183] |
| 10. 五苓茶 [180] | 20. 葛根白术香蕉羹 [183] |

21. 荸荠三金粥 [183]	26. 滑石薏米饼 [184]
22. 石韦冬葵茶 [183]	27. 钩藤泽泻茶 [184]
23. 柴胡双花粥 [184]	28. 泽泻绞股蓝粥 [185]
24. 车前玉米须茶 [184]	29. 菊花金钱草粥 [185]
25. 桔梗三七桑叶饮 [184]	30. 金钱草虎杖茶 [185]

饮食原则	185
------------	-----

食疗食谱	186
------------	-----

1. 豆芽炒萝卜丝 [186]	16. 荠菜黄瓜汤 [191]
2. 糖醋莴笋 [186]	17. 圆白菜炒粉丝 [192]
3. 醋泡白菜胡萝卜 [187]	18. 素炒苦瓜 [192]
4. 蛤蜊丝瓜汤 [187]	19. 木耳拌蕨菜 [192]
5. 煎玉米饼 [187]	20. 蚝油菜花 [193]
6. 丝瓜炖豆腐 [188]	21. 肉丝炒豆芽 [193]
7. 海米炒洋葱 [188]	22. 莼菜白玉汤 [193]
8. 巧拌丝瓜 [189]	23. 松菇拌芹菜 [194]
9. 素炒豇豆 [189]	24. 木犀炒黄瓜 [194]
10. 奶油炒甘蓝 [189]	25. 白菜豆腐汤 [195]
11. 丝瓜海蜇汤 [189]	26. 虾子菜花 [195]
12. 白菜饼 [190]	27. 开洋茭白 [195]
13. 萝卜松 [190]	28. 白萝卜豆腐脑 [196]
14. 牛肉片炒洋葱 [191]	29. 美味牛腩 [196]
15. 松仁豆腐 [191]	30. 酸菜粉丝汤 [196]

前列腺脓肿的食疗与用药	198
-------------------	-----

中医对前列腺脓肿的认识	198
-------------------	-----

1. 热毒壅盛型 [198]	2. 湿热内蕴型 [198]
发病机制	199
临床表现	199
诊断标准	199
用药原则	200
西药治疗	200
中药治疗	200