



男科专家谈药膳丛书

男性不育症 药膳疗法

NANXING BUYUZHENG YAOSHAN LIAOFA

主编◆曹开镛 袁绍良 曹利东



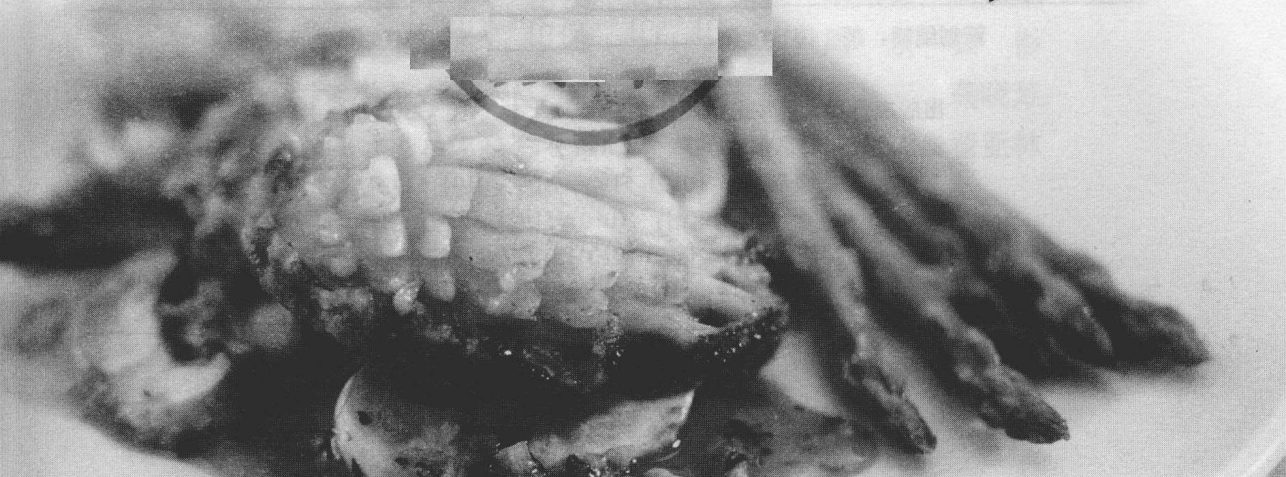
上海科学技术出版社

男科专家谈药膳丛书

男性不育症 药膳疗法

NANXING BUYUZHENG YAOSHAN LIAOFA

主编◆曹开镛 袁绍良 曹利东



R247.1

C128.



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

男性不育症药膳疗法/曹开镛, 袁绍良, 曹利东主编. —北京: 人民军医出版社, 2009.12

(男科专家谈药膳丛书)

ISBN 978-7-5091-3271-5

I. ①男... II. ①曹...②袁...③曹... III. ①男性不育-食物疗法 IV. ①R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 209359 号

策划编辑: 郝 涛 孙丰年 文字编辑: 王 方 责任审读: 余满松

出 版 人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社

经 销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱

邮 编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8745

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 10.5 彩页 4 面 字数: 175 千字

版、印次: 2009 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~5000

定价: 25.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

编著者名单

主 编 曹开镛 袁绍良 曹利东

副主编 梅万方 罗志长 王久源 陈建生 王润和 张树藩
宾 彬 曾政光 雷启发 宋浩铭 田保君 朱秀珍
袁少英 翟亚林 张德义 沈志华

编 委 (以姓氏笔画为序)

孔 全	王 煦	王久源	王俊峰	王润和	王德明
田保君	邢继亮	刘树起	朱秀珍	宋浩铭	沈志华
陈建生	罗志长	张德义	张树藩	周 乐	宾 彬
袁少英	袁绍良	梅万方	曹开镛	曹利东	龚晓芳
韩 强	曾政光	蒙传芹	雷启发	熊 英	翟亚林
翟维胜	魏泽元	魏 莹			

编著者名单

(以姓氏笔画为序)

- | | |
|-----|-----------------|
| 孔 全 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 王 煦 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 王久源 | 成都中医药大学 |
| 王俊峰 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 王润和 | 北京曹开镛中医医院 |
| 王德明 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 田保君 | 河南临颍县卫生防疫站 |
| 邢继亮 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 刘树起 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 朱秀珍 | 河北省廊坊市红十字万平中医医院 |
| 宋浩铭 | 大庆同济男科医院 |
| 沈志华 | 合肥市庆春中医药研究所 |
| 陈建生 | 新加坡中医保健医药针灸中心 |
| 罗志长 | 美国旧金山中医总会会长 |
| 张德义 | 安徽中医学院中西医结合医院 |
| 张树藩 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 周 乐 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 宾 彬 | 广西中医学院第一附属医院 |
| 袁少英 | 广东省中医院珠海医院 |
| 袁绍良 | 香港中医学会副会长 |
| 梅万方 | 英国中医学院院长 |
| 曹开镛 | 天津曹开镛中医男科医院 |
| 曹利东 | 天津曹开镛中医男科医院 |

单 杏 著 录

(书 代 画 著 为 姓 姓)

龚晓芳	天津曹开镛中医男科医院	全 氏
韩 强	天津曹开镛中医男科医院	熊 王
曾政光	成都东区医院	熊 王
蒙传芹	天津曹开镛中医男科医院	熊 王
雷启发	山东省苍山县男女不育不孕研究所	熊 王
熊 英	天津曹开镛中医男科医院	熊 王
翟亚林	内蒙古宁城中蒙医院	熊 王
翟维胜	北京曹开镛中医医院	熊 王
魏泽元	北京曹开镛中医医院	熊 王
魏 莹	天津曹开镛中医男科医院	熊 王

百合蒸鳗鱼

BAIHE ZHENG MANYU

功效：滋阴降火。用于
阴虚火旺型畸形
精子症。

注意：对海鲜过敏者忌
食。



杜仲核桃煲猪腰

DUZHONG HETAO BAO ZHUYAO

功效：补肾益精。用于
肾精不足型少精
子症。

注意：血脂偏高者、高
胆固醇者忌食。



枸杞珍珠笋

GOUQI ZHENZHU SUN



功效：健脾化湿，滋阴补肾。用于阴虚火旺型精液不液化症。

注意：脾虚湿滞，有内实热者不宜食。

核桃仁炖鹌鹑

HETAOREN DUN ANCHUN



功效：补肾温阳。用于肾阳虚型免疫性不育症。

注意：痰火喘咳，泻痢，腹胀及感冒风寒者忌食。

红枣炖鹿肉

HONGZAO DUN LUROU

功效：补脾温肾。用于脾肾阳虚型少精子症。

注意：阴虚阳亢，血分有热，胃火盛或肺有痰热，以及外感热病者，均应忌食。



韭菜炒羊肝

JIUCAI CHAO YANGGAN

功效：温肾补气。用于肾气不足型弱精子症。

注意：阴虚火旺、痰湿壅盛者皆不宜食。



薏苡镶藕

YIYI XIANGOU



功效：补脾补肺，清热祛湿。用于痰湿凝滞型精液不液化症。

冬虫夏草鸭

DONGCHONGXIACAO YA



功效：补虚滋阴。用于肾阴虚型免疫性不育症。

注意：慢性肠炎、腹泻者不宜食。



序

民以食为天。吃是生命活动的根基，吃是健康长寿的保障。饮食不仅维系个体生命，而且关系种族延续、国家昌盛、社会繁荣、人类文明。

中华民族早在两千多年以前就提出平衡膳食的科学论断，这就是《黄帝内经·素问》中提出的“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充”。我们的祖先还发明了食物疗法，它的科学性表现在对证选食。中国食疗，是对人类养生学极有价值的贡献，也是祖国医药学的重要组成部分。将中国食疗与现代营养学和医药学原理相结合，发掘这一祖国传统医学的瑰宝，造福于当今社会，为千千万万群众的健康作出贡献，正是当今中医工作者的使命之一。

中医男科专家曹开镛在广大群众中有很高的知名度，在治疗男科疾病和男性保健方面作出卓越贡献，所以，由他主编的“男科专家谈药膳丛书”相信也会受到广大读者的欢迎。

“男科专家谈药膳丛书”有三大特点。

一是专门针对男性养生保健。占人口一半的男性是家庭中的顶梁柱，在社会生活中占有重要位置，关爱男性健康，对于社会稳定、家庭和谐具有重要意义。这套丛书专门针对男性养生保健，突出补肾强体的特色，以提高机体免疫力、提升男子汉阳刚之气的菜肴汤羹，为男性健康保驾护航，一定会受到男性同胞及其家人的欢迎。

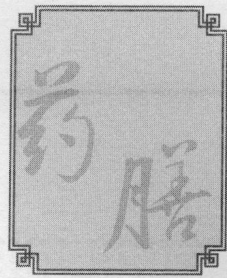
二是突出专家提示。大多数的药膳图书，注重了药膳的配料、做法、功效，这些当然也是十分必要的，但是对于广大读者的指导意义还嫌不足。曹开镛主编的这套“男科专家谈药膳丛书”，突出了专家提示，十分清楚地指出药膳的出处、性味、归型、忌口、功效特色等。使普通读者不仅知其然，而且知其所以然，对于药膳有了较为透彻的了解，在生活中选用药膳也更有把握。即便是懂得专业知识的中医师读了这套药膳丛书，也会从中受到启发、得到借鉴，在临床遣方用药治疗疾病的同时，也可以据此嘱咐患者配合治疗，把药疗与食疗有机地结合起来。三分治、七分养，药膳对病体的康复肯定有益。

三是具有文化欣赏的特色。中医药具有传统文化特色，膳食也具有民族文化风格，两者相互结合、相辅相成而发展成为我国独有的食疗理论：用药治病，应根据毒性（副作用）的大小，慎重用之。当病情好转后，就应适时停药而代之以饮食调摄，这样既能根除疾病，又于身体正气无害，这就是所谓“善用药者，使病者而进五谷，真得补之道也”。“能用食平疴，释情遣疾者”，堪称“良工”。药膳不仅是治病救人、造福人类的宝贵财富，也是一种富有深刻内涵的文化现象。曹开镛主编的这套“男科专家谈药膳丛书”，不仅具有临床医疗保健的实用价值，而且具有医药、饮食文化欣赏的特色。希望医药界的有识之士能够继承和发扬中国食疗的优良传统，力求给予科学的阐释，并普及到广大群众中去，造福于千千万万的家庭和子孙后代，这个使命是光荣的，也是神圣的。

是为序。

李振吉

2009年8月18日



前言

我这一生注定要和男子汉打交道，注定要为男人的健康服务终生。

我从15岁就拜名中医学徒，18岁就参军当卫生员、军医、卫生队长。我周围几乎全部都是生龙活虎的男人。在20世纪60年代的某一天，我所在部队的一位首长，难为情地向我道出他的性功能出现了障碍。这位平时像雄狮般威武的军人从此低下了头。不久，他的家庭就发生了一场令人惋惜的悲剧。我感到既内疚又无奈，因为我当时没有能力治好老首长的病。这件事震撼了我的心灵，从此我发愤要为男人的健康保驾护航。后来，我抓住改革开放的机遇，放弃了官位、待遇，又参加天津中医学院西学中研究班，进一步系统地学习了中医学的理论，主编国内第一部《中医男科学》，创办了国内第一家中医男科医院，成为中国现代中医男科学的奠基人之一。

2008年，日本中医梁博士，专程到天津拜访我，向我学习。她编著了《男性不育症药膳治疗》一书，书中参考了我编著的男科著作中的有关内容，对我触动很大。我在几十年男科临床治疗过程中，经常有男性不育症、性功能障碍、前列腺疾病的患者向我反映，吃中药治疗的时间长，药味苦不好服，能不能改个剂型，既好服又有疗效。我就向病人介绍了有关药膳方，服了反映效果真好。这次出版社的编辑和社领导找我编写一套“男科专家谈药膳丛书”，我也正好有此想法，于是我就答应了。

我学习和收集了我国历代医家有关治疗男科疾病的药膳方，并学习和

吸收了现代药膳学家编著的药膳中的有关方剂，并在此基础上加以改进、充实，同时也吸纳了国内外中医男科专家、学者的配方，加上我本人几十年临床积累的经验，编著了这套“男科专家谈药膳丛书”。

药膳丛书，通俗易懂，容易操作，既适合药膳饭店应用，又适合大众百姓家庭自己操作使用，还可以配合某些男科疾病辅助治疗，更适用于亚健康人群健身强体。所以说，该丛书是一套男人身体保健、增寿延年的护驾书、必读书。

本书以介绍药膳为主，对某些临床效果确切的食疗方（未加中药）也一并收入，供读者选用。

在编写过程中，我认真拜读了许多有关专家编著的药膳书，吸收了不少有益经验，对我帮助很大，谨表感谢！同时对我在编写该书过程中给予指导帮助的高级厨师表示衷心感谢！

鉴于我是第一次编著男科药膳书，对书中的不足之处，敬请读者和有关专家学者赐教。

曹开镛

2009年6月

目录

Contents

第 1 章 概述 /1

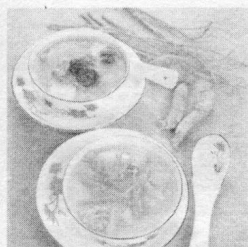
- 一、什么是药膳 /2
- 二、药膳的发展简史 /3
- 三、药膳治疗原理 /5
- 四、药膳使用原则 /7
- 五、药膳应用注意事项 /8
- 六、药膳烹调技术要点 /10
- 七、药膳分类方法 /12
- 八、男性不育症药膳的优越性及应用范围 /17

第 2 章 精液量少症的药膳 /21

- 一、肾精亏虚型 /22
- 二、气血两虚型 /29
- 三、热伤精室型 /34

第 3 章 精液不液化症的药膳 /39

- 一、阴虚火旺型 /40
- 二、痰湿凝滞型 /46



Contents

第4章 少精子症的药膳 /53

一、肾精不足型 /54

二、脾肾阳虚型 /61

三、气血两虚型 /69

第5章 弱精子症的药膳 /77

一、肾气不固型 /78

二、湿型蕴结型 /85

第6章 畸形精子症的药膳 /95

一、肾阳亏虚型 /96

二、阴虚火旺型 /103

三、湿热下注型 /111

第7章 免疫性不育症（抗精子抗体症） 的药膳 /119

一、肾阳虚型 /120

二、肾阴虚型 /127

三、湿困精室型 /134

附录A 男性生殖系统有哪些器官 /143

附录B 男性生殖器官的生理功能 /147

附录C 男性不育症检查与诊断 /149



药膳

第1章

概述

