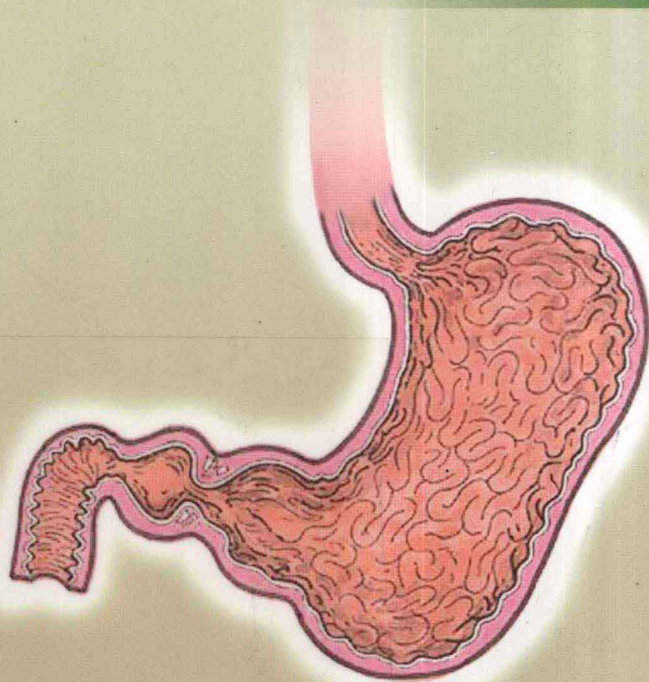


胃养护 与胃病防治

高峰 邵荣姿 主编



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

胃养护 与胃病防治



人民卫生出版社

胃养护与胃病防治

主 编

高 峰 邵荣姿

副主编

陶 勇 于晓敏 张 鹏 高 伟

编著者

(以姓氏笔画为序)

王 舒 王大磊 石 敏 石 超

孙 霞 阮晓波 曲举东 刘立艳

刘鹏飞 张晓波 李卫东 杨月华

邱继标 贾 军 高善兴 路向东

魏 莹

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书详细介绍了针对胃的中医中药、传统疗法、饮食营养、科学起居、运动锻炼、兴趣爱好的养护方法和常见胃病的防治知识。其内容丰富新颖,方法科学实用,文字简明流畅,适合广大群众、胃病患者及亲属阅读,亦可供基层医务人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

胃养护与胃病防治/高峰,邵荣姿主编.--北京:金盾出版社,2011.9
ISBN 978-7-5082-6900-9

I. ①胃… II. ①高…②邵… III. ①胃—保健②胃疾病—防治
IV. ①R573

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 044705 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京凌奇印刷有限责任公司

正文印刷:北京军迪印刷有限责任公司

装订:兴浩装订厂

各地新华书店经销

开本:705×1000 1/16 印张:19.5 字数:337 千字

2011 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~8 000 册 定价:45.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



前言

胃病是一种常见病、多发病,男女老少皆可罹患,在人群中患病率甚高,且因病程长、易复发等,而对人们的健康威胁很大。据不完全统计,中国有 85% 的人曾患过胃病,或正在受各种胃病的折磨;农村中 30% 以上的人因为胃病方面的症状而求医;即使在异国他乡的中国人,胃病仍然是最常困扰人们的疾病。胃病的一些并发症若发现不及时,往往导致严重的不良后果,堪称众多疾病之首。

在精神和物质文化水平不断提高,工作节奏不断加快,各种压力不断增加,危害健康的因素日益增多的今天,人们对健康越来越重视,都希望自己有一个强健的身体。然而,人食五谷杂粮,感受四季风寒,患胃病是一生中经常发生的事。因此,掌握胃养护的要诀和胃病防治知识,保持健康的体魄,已成为社会普遍关注的重要问题。为满足广大人民群众防治胃病的需要,普及医学科学知识,我们根据多年来在实际工作中遇到的一些问题,结合临床实践经验,编写了《胃养护与胃病防治》一书。书中本着通俗易懂、切合实际的原则,介绍了胃的中医中药养护、传统疗法养护、饮食营养养护、科学起居养护、运动锻炼养护、兴趣爱好养护的方法和临床常见胃病的防治知识。其内容丰富新颖,方法科学实用,文字简明流畅,可供广大群众、胃病患者及亲属阅读,亦可供基层医务人员参考。

由于我们水平有限,加之临床医学科学技术发展迅速,难免出现不当之处,恳请广大读者批评指正。

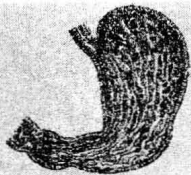
高 峰 邵荣姿



目 录

一、胃 养 护

(一)中医中药养护	(1)
1. 对胃有养护作用的中草药有哪些?	(1)
2. 对胃有养护作用的中成药有哪些?	(3)
3. 对胃有养护作用的中药方剂有哪些?	(7)
4. 对胃有养护作用的药膳有哪些? 怎样制作与应用?	(8)
5. 对胃有养护作用的药茶有哪些?	(15)
6. 对胃有养护作用的药酒有哪些?	(19)
7. 对胃有养护作用的偏方验方有哪些?	(22)
(二)传统疗法养护	(24)
1. 怎样运用艾灸疗法养护胃?	(24)
2. 怎样运用针刺疗法养护胃?	(28)
3. 怎样运用敷熨疗法养护胃?	(30)
4. 怎样运用敷脐疗法养护胃?	(32)
5. 怎样运用刮痧疗法养护胃?	(35)
6. 怎样运用指压疗法养护胃?	(39)
7. 怎样运用拔罐疗法养护胃?	(42)
8. 怎样运用药浴疗法养护胃?	(44)
9. 什么是踩跷疗法? 如何用之养护胃?	(46)
10. 怎样运用拍打疗法养护胃?	(50)
11. 怎样运用点穴疗法养护胃?	(55)
12. 怎样运用梳头疗法养护胃?	(57)
13. 怎样运用电针疗法养护胃?	(60)
14. 怎样运用推背疗法养护胃?	(62)
15. 怎样运用揉腹疗法养护胃?	(66)
16. 怎样运用穴位埋线疗法养护胃?	(68)
17. 怎样运用水针疗法养护胃?	(73)
18. 怎样运用耳针疗法养护胃?	(75)



胃养护与胃病防治

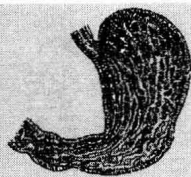
19. 怎样运用头针疗法养护胃? (77)
20. 怎样运用手针疗法养护胃? (80)
21. 怎样运用足针疗法养护胃? (82)
22. 怎样运用腕踝针疗法养护胃? (83)
23. 怎样运用矿泉疗法养护胃? (85)
24. 怎样运用梅花针疗法养护胃? (87)
25. 怎样运用一针灵疗法养护胃? (90)
26. 怎样运用耳穴贴压疗法养护胃? (92)
27. 怎样运用毫针浅刺疗法养护胃? (96)
28. 怎样运用手足按揉疗法养护胃? (98)
29. 怎样运用足底贴米疗法养护胃? (100)
30. 怎样运用推拿按摩疗法养护胃? (101)
31. 运用导引奇术养护胃有哪些方法? (107)
32. 怎样运用诸健胃功法养护胃? (108)
- (三) 饮食营养养护 (112)
 1. 对胃有养护作用的谷类、薯类食物有哪些? (112)
 2. 对胃有养护作用的肉类、鱼类食物有哪些? (113)
 3. 对胃有养护作用的蔬菜有哪些? (114)
 4. 对胃有养护作用的水果有哪些? (116)
 5. 饮食养护有哪些忌讳? (117)
 6. 怎样制订春季养胃食谱? (118)
 7. 怎样制订夏季养胃食谱? (120)
 8. 怎样制订秋季养胃食谱? (121)
 9. 怎样制订冬季养胃食谱? (123)
 10. 怎样运用科学饮水养护胃? (125)
 11. 饮用哪些水不利于胃养护? (126)
 12. 饮茶养胃应注意什么? (126)
 13. 哪些食醋疗法可养护胃? (127)
 14. 运用蜂产品养护胃有哪些方法? (128)
- (四) 科学起居养护 (130)
 1. 防寒保暖对胃有何养护作用? (130)
 2. 人体姿势对胃有养护作用吗? (130)
 3. 劳逸结合对胃有何养护作用? (131)



4. 吸烟对胃有何伤害?	(132)
(五)运动锻炼养护.....	(132)
1. 怎样运用怡情散步养护胃?	(132)
2. 怎样运用腹部运动养护胃?	(133)
3. 怎样运用太极拳锻炼养护胃?	(134)
4. 哪些球类锻炼可养护胃?	(135)
5. 养护胃的简易运动有哪些?	(136)
(六)兴趣爱好养护.....	(138)
1. 怎样运用音乐疗法养护胃?	(138)
2. 怎样运用促膝聊天养护胃?	(139)
3. 怎样通过欣赏盆景艺术养护胃?	(141)
4. 怎样通过书法绘画养护胃?	(142)

二、胃病防治

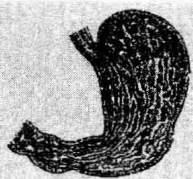
(一)急性胃痛的防治.....	(144)
1. 防治急性胃痛可采用哪些中草药?	(144)
2. 防治急性胃痛可采用哪些中成药?	(145)
3. 哪些中药方剂可防治急性胃痛?	(148)
4. 哪些药膳可防治急性胃痛?	(149)
5. 哪些药茶可防治急性胃痛?	(152)
6. 哪些药酒可防治急性胃痛?	(153)
7. 哪些偏方验方可防治急性胃痛?	(155)
8. 哪些西药可止胃痛?	(158)
9. 怎样运用艾灸疗法防治急性胃痛?	(159)
10. 运用针刺疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(160)
11. 运用敷熨疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(160)
12. 运用敷脐疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(162)
13. 怎样运用刮痧疗法防治急性胃痛?	(165)
14. 运用指压疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(165)
15. 怎样运用拔罐疗法防治急性胃痛?	(166)
16. 运用药浴疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(166)
17. 怎样运用踩跷疗法防治急性胃痛?	(166)
18. 运用拍打疗法防治急性胃痛有哪些选方?	(167)



19. 怎样运用点穴疗法防治急性胃痛? (167)
20. 怎样运用梳头疗法防治急性胃痛? (168)
21. 怎样运用推背疗法防治急性胃痛? (168)
22. 怎样运用揉腹疗法防治急性胃痛? (168)
23. 运用水针疗法防治急性胃痛有哪些选方? (169)
24. 怎样运用矿泉疗法防治急性胃痛? (170)
25. 怎样运用浮针疗法防治急性胃痛? (170)
26. 怎样运用蜂针疗法防治急性胃痛? (173)
27. 怎样运用手指操疗法防治急性胃痛? (176)
28. 运用梅花针疗法防治急性胃痛有哪些选方? (177)
29. 运用一针灵疗法防治急性胃痛选哪些穴位? 如何操作? (178)
30. 运用毫针浅刺疗法防治急性胃痛有哪些选方? (179)
31. 运用手部穴位按揉疗法防治急性胃痛有哪些选方? (179)
32. 运用推拿按摩疗法防治急性胃痛的选方有哪些? (180)
33. 如何运用手腕贴米疗法防治急性胃痛? (181)
34. 怎样运用手掌反应点疗法防治急性胃痛? (182)
35. 怎样运用手掌褶皱贴膏疗法防治急性胃痛? (183)
36. 怎样运用食醋疗法防治急性胃痛? (184)
37. 运用蜂产品防治急性胃痛的选方有哪些? (185)
38. 不同证型的急性胃痛患者宜食用哪些食物? (185)
39. 不同证型的急性胃痛患者忌食用哪些食物? (186)
- (二)急性胃炎的防治..... (186)
 1. 防治急性胃炎的中成药有哪些? (186)
 2. 防治急性胃炎的中药方剂有哪些? (187)
 3. 防治急性胃炎的药膳有哪些? (189)
 4. 怎样运用药茶防治急性胃炎? (190)
 5. 怎样运用药酒防治急性胃炎? (191)
 6. 防治急性胃炎的偏方验方有哪些? (191)
 7. 急性胃炎患者常用的西药处方有哪些? (193)
 8. 怎样运用艾灸疗法防治急性胃炎? (195)
 9. 怎样运用针刺疗法防治急性胃炎? (195)
 10. 运用敷熨疗法防治急性胃炎有哪些选方? (195)
 11. 运用敷脐疗法防治急性胃炎有哪些选方? (196)



12. 运用微针防治急性胃炎有哪些疗法?	(197)
13. 运用梅花针疗法防治急性胃炎有哪些选方?	(197)
14. 运用一针灵疗法防治急性胃炎可选哪些穴位?	(199)
15. 运用毫针浅刺疗法防治急性胃炎有哪些穴位选方?	(199)
16. 怎样运用超短波电疗法防治急性胃炎?	(199)
17. 运用导引奇术防治急性胃炎有哪些方法?	(201)
(三)慢性胃炎的防治.....	(201)
1. 防治慢性胃炎常用的中成药有哪些?	(201)
2. 防治慢性胃炎的中药方剂有哪些?	(203)
3. 哪些药膳可防治慢性胃炎?	(206)
4. 哪些药茶可防治慢性胃炎?	(212)
5. 防治慢性胃炎可选用哪些偏方验方?	(214)
6. 慢性胃炎患者常用的西药处方有哪些?	(217)
7. 怎样运用艾灸疗法防治慢性胃炎?	(219)
8. 怎样运用针刺疗法防治慢性胃炎?	(219)
9. 怎样运用敷熨疗法防治慢性胃炎?	(220)
10. 运用敷脐疗法防治慢性胃炎有何选方?	(220)
11. 运用指压疗法防治慢性胃炎有何选方?	(220)
12. 怎样运用拍打疗法防治慢性胃炎?	(221)
13. 运用电针疗法防治慢性胃炎有何选方?	(221)
14. 怎样运用推背疗法防治慢性胃炎?	(222)
15. 怎样运用揉腹疗法防治慢性胃炎?	(222)
16. 运用埋线疗法防治慢性胃炎有何选方?	(222)
17. 怎样运用水针疗法防治慢性胃炎?	(223)
18. 怎样运用微针疗法防治慢性胃炎?	(223)
19. 怎样运用矿泉疗法防治慢性胃炎?	(224)
20. 怎样运用体操疗法防治慢性胃炎?	(224)
21. 怎样运用健胃功法防治慢性胃炎?	(225)
22. 怎样运用中波电疗法防治慢性胃炎?	(226)
23. 怎样运用超声波疗法防治慢性胃炎?	(227)
24. 运用梅花针疗法防治慢性胃炎有哪些选方?	(228)
25. 运用耳穴贴压疗法防治慢性胃炎有哪些选方?	(229)
26. 运用推拿按摩疗法防治慢性胃炎有哪些选方?	(229)



胃养护与胃病防治

27. 运用毫针浅刺疗法防治慢性胃炎有哪些选方? (230)
28. 怎样运用超短波电疗法防治慢性胃炎? (230)
29. 怎样运用导引奇术防治慢性胃炎? (230)
30. 如何运用食醋疗法防治慢性胃炎? (232)
31. 蜂产品防治慢性胃炎有哪些选方? (232)
32. 防治慢性胃炎有哪些食疗方? (233)
- (四)胃溃疡的防治..... (234)
 1. 防治胃溃疡的中草药主要有哪些? (234)
 2. 哪些中成药可防治胃溃疡? (237)
 3. 哪些中药方剂可防治胃溃疡? (238)
 4. 哪些药膳可防治胃溃疡? (240)
 5. 哪些药茶可防治胃溃疡? (243)
 6. 哪些偏方验方可防治胃溃疡? (243)
 7. 常用防治胃溃疡的西药处方有哪些? (246)
 8. 怎样运用艾灸疗法防治胃溃疡? (247)
 9. 怎样运用针刺疗法防治胃溃疡? (249)
 10. 运用敷熨疗法防治胃溃疡有哪些选方? (250)
 11. 运用敷脐疗法防治胃溃疡有哪些选方? (251)
 12. 运用药浴疗法防治胃溃疡有哪些选方? (253)
 13. 怎样运用电针疗法防治胃溃疡? (253)
 14. 怎样运用推背疗法防治胃溃疡? (254)
 15. 怎样运用揉腹疗法防治胃溃疡? (254)
 16. 运用埋线疗法防治胃溃疡有哪些选方? (255)
 17. 运用水针疗法防治胃溃疡有哪些选方? (256)
 18. 怎样运用微针疗法防治胃溃疡? (257)
 19. 怎样运用蜂针疗法防治胃溃疡? (257)
 20. 怎样运用捏脊疗法防治胃溃疡? (257)
 21. 怎样运用药枕疗法防治胃溃疡? (258)
 22. 怎样运用中波电疗法防治胃溃疡? (259)
 23. 怎样运用超声波疗法防治胃溃疡? (260)
 24. 运用梅花针疗法防治胃溃疡的选方有哪些? (260)
 25. 运用一针灵疗法防治胃溃疡有哪些选穴? (261)
 26. 运用耳穴贴压疗法防治胃溃疡的选方有哪些? (262)



27. 运用毫针浅刺疗法防治胃溃疡如何选方?	(262)
28. 运用推拿按摩疗法防治胃溃疡有哪些选方?	(263)
29. 防治胃溃疡的穴位贴磁疗法有哪几种?	(264)
30. 怎样运用导引奇术防治胃溃疡?	(265)
31. 怎样运用健胃功法防治胃溃疡?	(269)
32. 怎样运用医疗步行防治胃溃疡?	(270)
33. 哪些食醋疗法可防治胃溃疡?	(270)
34. 运用蜂产品防治胃溃疡有哪些选方?	(271)
(五)胃下垂的防治	(273)
1. 哪些中药方剂可防治胃下垂?	(273)
2. 哪些药膳可防治胃下垂?	(273)
3. 哪些药茶可防治胃下垂?	(277)
4. 怎样运用艾灸疗法防治胃下垂?	(277)
5. 怎样运用针刺疗法防治胃下垂?	(278)
6. 怎样运用敷脐疗法防治胃下垂?	(278)
7. 怎样运用指压疗法防治胃下垂?	(278)
8. 怎样运用梳头疗法防治胃下垂?	(279)
9. 怎样运用电针疗法防治胃下垂?	(279)
10. 怎样运用推背疗法防治胃下垂?	(281)
11. 怎样运用揉腹疗法防治胃下垂?	(281)
12. 运用埋线疗法防治胃下垂的选方有哪些?	(282)
13. 运用水针疗法防治胃下垂有哪些选方?	(283)
14. 哪些微针疗法可防治胃下垂?	(283)
15. 怎样运用芒针疗法防治胃下垂?	(284)
16. 运用梅花针疗法防治胃下垂有哪些选方?	(286)
17. 运用一针灵疗法防治胃下垂可选哪些穴位?	(287)
18. 运用耳穴贴压疗法防治胃下垂有哪些选方?	(288)
19. 运用毫针浅刺疗法防治胃下垂有何选方?	(289)
20. 怎样运用推拿按摩疗法防治胃下垂?	(289)
21. 导引奇术的哪些疗法可防治胃下垂?	(291)
22. 哪些体位锻炼方法可防治胃下垂?	(292)



一、胃 养 护

(一) 中医中药养护

1. 对胃有养护作用的中草药有哪些？

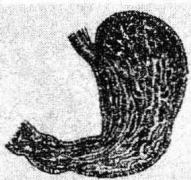
(1) 生姜：性微温，味辛，入脾、胃经。善散胃肠气逆，止呕吐，故有“姜为呕家圣药”之称。其可调味开胃，增进食欲；促进胃液分泌，加强胃肠蠕动；驱除秽气，增强消化功能。生姜用于养胃、温胃、止呕时，常与半夏配伍以增强止呕效果；用于养胃健胃时常与大枣等伍用，以加强健胃的作用。因此，生姜适用于脾胃虚寒者。常用量为每次 3~9 克，水煎服，每日 2 次。

(2) 芦根：性寒，味甘，入胃经。具有清胃止呕的功效。用于胃热呕哕、反胃、呃逆者，常与竹茹、姜汁、粳米、枇杷叶伍用；也可单煎汤代茶饮。因其清胃、止呕、清胃热，故对胃具有养护作用。常用量为每次 15~100 克，以鲜品为佳，水煎服，每日 2 次。

(3) 高良姜：性热，味辛，入脾、胃等经。具有散寒止痛，温中止呕等功效。常用于时发时止的胃脘寒痛者，并与香附等份为丸，每次 6 克，温开水送服。用于脘腹寒痛如刺者时，常与厚朴、桂心等伍用。用于寒凉腹痛者时，常与小茴香伍用。用于胃寒气逆者时，常与大枣伍用。用于腹部寒痛者时，取高良姜、厚朴、生姜各 6 克，当归 9 克，肉桂 4.5 克。水煎服。高良姜善于内攻走里，为温胃散寒之品，对胃的养护作用较好。因其能暖胃散寒，故主要用于寒凝气滞之胃脘寒痛者的胃养护。研究证实，高良姜挥发油能刺激胃壁神经，促进消化功能。常用量为每次 3~6 克，水煎服，每日 2 次。

(4) 红豆蔻：系高良姜的成熟果实，性温，味辛，入脾、胃经。具有温胃散寒，醒脾燥湿功效。可用于胃寒痛者。常用量为每次 3~6 克，水煎服，每日 2 次。

(5) 吴茱萸：性热，味辛、苦，入脾、胃等经。具有下气止呕，温中降逆，调和肝胃功效。适用于肝胃不和、寒湿浊滞者。用于肝火犯胃而胁痛时，常与黄连



胃养护与胃病防治

等伍用。常用量为每次 1~4.5 克,水煎服,每日 2 次。

(6)小茴香:性温,味辛、甘,入脾、胃等经。具有理气和胃,温脾开胃功效。适用于脾胃虚寒,脘腹胀痛者。用于胃寒腹痛者时,取小茴香 50 克,生姜 100 克,炒黄为末,酒糊为丸,每次 6 克,内服,每日 2 次。小茴香常用量为每次 6~9 克,水煎服,每日 2 次。

(7)蜂蜜:性平,味甘,入脾经。具有缓急止痛,滋润疗疮功效。对胃有较好的养护作用。常用于胃痛嘈杂者,取甘草 6 克,水煎后用温药液冲对蜂蜜 25~50 克,内服。用于胃溃疡患者时,取白芍、甘草各 9 克,陈皮 6 克,水煎后用温药液冲对蜂蜜 100 克,内服。蜂蜜常用量为每次 25~50 克,早晚空腹时温开水冲服。

(8)橘皮:性温,味辛、苦,入脾经。具有能理气健脾功效。故可用于脾气滞、腹胀脘闷者,常与厚朴、白术、生姜等伍用。常用量为每次 3~9 克,水煎服,每日 2 次。

(9)砂仁:性温,味辛,入脾、胃等经。具有温胃止呕功效。适用于脾胃虚寒者,常与木香、半夏、陈皮等伍用。砂仁常用量为每次 3~6 克,可研末作丸散剂或随汤剂冲服,每日 2 次。

(10)白豆蔻:性温,味辛,入脾、胃等经。具有开胃消食,温胃止呕,化浊除寒,温中燥湿功效。常用于脾胃虚寒、消化不良者。取白豆蔻 4.5 克,藿香、生姜各 9 克,陈皮 6 克,水煎服。白豆蔻常用量为每次 3~6 克,水煎服,每日 2 次。

(11)檀香:性温,味辛,入脾、胃等经。具有温胃散寒,畅膈宽中功效。适用于胃寒疼痛者,常与石菖蒲、丁香、木香伍用。檀香常用量为每次 1~2.5 克,水煎服,每日 2 次。

(12)大枣:性温,味甘,入脾、胃等经。具有补脾和胃,益气调营功效。适用于脾胃虚弱,脾虚泄泻,营卫不和者,常与党参、白术伍用。常用量为每次 3~12 枚,量大时可用至 50~100 克,水煎服,每日 2 次。

(13)麦冬:性微寒,味甘、微苦。入胃、肺、心经。具有生津润燥,养胃阴功效。适用于胃阴损伤者。常用量为每次 9~15 克,水煎服,每日 2 次。

(14)石斛:性寒,味甘,入胃经。具有滋阴除热,养胃生津功效。石斛煎剂能促进胃液分泌,帮助消化,加强胃肠蠕动。因此,适用于胃阴热伤,口燥烦渴者,常与茯苓、扁豆、牡丹皮、赤芍、橘皮、枳壳、藿香、甘草等伍用,以清胃养胃。常用量为每次 6~12 克(鲜品 15~50 克),水煎服,每日 2 次。

(15)玉竹:性微寒,味甘,入胃经。具有养胃阴,润胃燥功效。适用于胃阴



虚烦渴，燥热炽盛者，常与沙参、麦冬、甘草等伍用。常用量为每次 6~15 克，水煎服，每日 2 次。

(16)肉豆蔻：性温，味辛，入脾、胃等经。具有温脾开胃，行气温中功效。适用于脾胃虚寒气滞，脘腹胀痛者，常与木香、姜半夏等伍用。常用量为每次 3~9 克，水煎服，每日 2 次。

(17)六曲：六曲为全麦粉与中药混合发酵加工而成，性温、味甘、辛，入脾、胃等经。具有消食和胃，健脾健胃功效。适用于饮食积滞、消化不良、胃弱脾虚者，常与山楂、麦芽、莱菔子、鸡内金伍用。常用量为每次 9~15 克，多炒用，每日 2 次。

(18)麦芽：性平，味咸，入脾、胃等经。具有健胃消食，疏肝化滞功效。适用于饮食积滞，脘腹胀闷者，常与山楂、六曲等伍用，亦可单用。常用量为每次 9~12 克，大剂量可用至 100 克，水煎服，每日 2 次。

(19)谷芽：谷芽乃用稻或谷经发芽干燥而成，其性平、味甘，入脾、胃经。具有养胃开胃，消食和中功效。适用于脾胃虚弱者，常与党参、白术、砂仁伍用。常用量为每次 9~15 克，水煎服，每日 2 次。

(20)鸡内金：性平，味甘、涩，入脾、胃等经。具有养胃强胃，健胃消食功效。适用于脾胃虚弱、反胃呕酸者，常与六曲、麦芽、山楂伍用，亦可单用。常用量为每次 3~9 克，水煎服。每日 2 次；散剂吞服时，每次 1.5~3 克，每日 2 次。

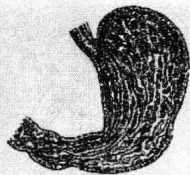
2. 对胃有养护作用的中成药有哪些？

(1)香砂养胃丸：可补气健脾，消食养胃。适用于脾胃虚弱，消化不良而引起的胸膈痞满，倒饱嘈杂，呕吐泛酸，四肢倦怠者。水丸，每袋 18 克，每次 6 克，每日 2 次，温开水送服。

(2)保和丸：可和胃清热，消食导滞。适用于食积停滞，消化不良而引起的胸脘痞满，胃脘疼痛，嗳气吞酸，恶心呕吐，不思饮食者。水丸，每袋 18 克，每次 6 克，每日 2 次，温开水送服。

(3)二味枳术丸：可健脾和胃，消胀导滞。适用于脾胃不和，饮食停滞，腹胀痞满者。水丸，每袋 18 克。每次 6 克，每日 2 次，温开水送服。

(4)香砂枳术丸：可和胃扶脾，顺气宽胸。适用于脾胃不和而引起的食欲缺乏，气滞停食，胸膈胀满者。水丸，每袋 18 克，每次 6~9 克，每日 2 次，温开水送服。



胃养护与胃病防治

(5)曲麦枳术丸:可开胃健脾,消食化滞。适用于脾胃不和,饮食不良而引起的胸膈不利,倒饱嘈杂,嗳气吞酸者。水丸,每袋 18 克,每次 6~9 克,每日 2 次,温开水送服。

(6)大山楂丸:可调和脾胃,消食化滞。适用于脾胃不和而引起食积停滞,脘腹胀满,消化不良者。蜜丸,每丸 9 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服。

(7)橘半枳术丸:可行气养胃,健脾利湿。适用于脾胃气滞,湿痰停蓄而引起胸膈痞闷,不思饮食,胃脘胀痛,恶心呕吐者。水丸,每袋 18 克,每次 6~9 克,每日 2 次,温开水送服。

(8)香砂六君子丸:理气健脾,燥湿养胃。适用于脾胃虚弱,痰湿气滞而引起的饮食不消,胸膈满闷,嗳气反酸者。水丸,每袋 18 克,每次 6 克,每日 2 次,温开水送服。

(9)香砂平胃丸:可和胃消食,理气健脾。适用于脾胃湿盛,宿食停滞而引起的不思饮食,口中无味,倒饱嘈杂,恶心呕吐,肢体倦怠,脘腹胀满者。蜜丸,每丸 6 克,每次 2 丸,每日 2 次,温开水送服。

(10)健胃片:可健胃养胃,止酸止痛。适用于嗳气吞酸,胸膈满闷,胃痛者。糖衣片,每片 0.28 克,每次 6 片,每日 2 次,饭前 1 小时温开水送服。

(11)参苓白术丸(散):可健脾健胃,补气调中。适用于脾胃虚弱而引起的食欲缺乏,脘腹胀满,四肢无力,精神疲倦,身体消瘦者。水丸,每袋 18 克;散剂,每袋 12 克。每次 6 克,每日 2 次,温开水送服或冲服。

(12)人参健脾丸:可养胃健脾,消食除胀。适用于脾胃虚弱,消化不良而引起的不思饮食,食后胀满,倒饱嘈杂,呕吐酸水,面黄肌瘦,精神倦怠者。蜜丸,每丸 6 克,每次 2 丸,每日 2 次,淡姜汤或温开水送服。

(13)附子理中丸:可健脾健胃,温中散寒。适用于脾胃虚寒,阳气不足而引起的脘腹疼痛,腹胀呕吐,不思饮食,手足发凉者。蜜丸,每丸 9 克,每次 1 丸,每日 1~3 次,温开水送服。

(14)胃苓丸:可和胃健脾,祛湿消胀。适用于湿浊中阻,胃失和降而引起的胸腹胀满,呕吐腹泻,食欲缺乏者。水丸,每袋 18 克,每次 6 克,每日 2 次,温开水送服。

(15)调脾止泻丸:可和胃健脾,利湿止泻。适用于脾胃失调,水湿不运而引起的胸腹胀满,腹痛下坠,恶心呕逆者。蜜丸,每丸 6 克,每次 2 丸,每日 2 次,温开水送服。

(16)快胃舒肝丸:可健胃止痛,疏肝解郁。适用于肝郁气滞,宿食不消而引起的胸脘胀满,胃痛,嗳气吞酸,恶心呕吐,饮食无味,身体倦怠者。水丸,每



袋 80 粒,每次 40 粒,每日 2 次,温开水送服。

(17)越鞠丸:可健胃消食,行气开郁。适用于胸脘痞闷,噎气吞酸,不思饮食,腹部胀满,恶心嘈杂者。水丸,每袋 18 克,每次 6 克,每日 2 次,温开水送服。

(18)越鞠保和丸:可和胃化滞,舒气解郁。适用于脾胃气滞引起的胸膈痞满,脘腹胀痛,呕吐嘈杂,不思饮食者。水丸,每袋 18 克,每次 6 克,每日 2 次,温开水送服。

(19)平安丸:可暖胃散寒,行气止痛。适用于胃寒气滞引起的胃脘疼痛,胸膈胀满,倒饱嘈杂,反胃呕吐,肚腹疼痛而得热则减者。蜜丸,每丸 6 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服。

(20)疏肝平胃丸:可和胃行气,健脾燥湿。适用于脾胃湿滞引起的脘腹胀满,口淡无味,食欲缺乏,倒饱嘈杂,呕吐吞酸,肢体倦怠者。水丸,每袋 18 克,每次 6 克,每日 2 次,温开水送服。

(21)补中益气丸(片):可调补脾胃,升阳益气。适用于脾胃气虚而引起的气短懒言,身体倦怠,渴喜热饮,食欲缺乏者。水丸,每袋 18 克;片剂,每片 0.55 克。水丸,每次 6 克;片剂每次 6 片,均为每日 2 次,温开水送服。

(22)益气养元丸:可健脾养胃,升举中气。适用于脾胃虚弱,中气不足者。蜜丸,每丸 9 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服。

(23)补益资生丸:可开胃进食,补气健脾。适用于脾胃虚弱,消化不良引起的脘闷腹胀,不思饮食,呕逆,精神倦怠,面黄肌瘦者。蜜丸,每丸 6 克,每次 2 丸,每日 2 次,温开水送服。

(24)健胃消食丸:可健脾和胃,消食导滞。适用于小儿贪食过饱,宿食停滞,消化不良者。蜜丸,每丸 3 克,每次 1 丸,每日 2 次,用山楂煎汤或温开水送服。

(25)清胃保安丸:可清胃和中,化滞消食。适用于小儿胃热积滞引起的恶心,呕吐,烦躁,不思乳食,倒饱吞酸者。蜜丸,每丸 3 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服。

(26)小儿香橘丹:可健脾和胃,止呕止泻。适用于小儿脾胃虚弱,饮食不节引起的脘腹胀满,饮食不消,面黄肌瘦者。蜜丸,每丸 3 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服;周岁以内小儿酌减。

(27)小儿健脾丸:可健脾和胃,化滞。适用于小儿脾胃虚弱,食滞不消而引起的肚腹胀满,不思饮食,面黄肌瘦者。蜜丸,每丸 3 克,每次 1 丸,每日 2 次,温开水送服。

(28)左金丸:可疏肝和胃,止痛。适用于肝火犯胃,脘肋疼痛,口苦嘈杂,