

● 中华传统医学养生丛书

食物药物服用宜忌全书



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technological Literature Press



● 中华传统医学养生丛书

食物药物服用宜忌全书



上海科学技术文献出版社
Shanghai Scientific and Technical Literature Press

图书在版编目 (CIP) 数据

食物药物服用宜忌全书 / 柳书琴主编. —上海:
上海科学技术文献出版社, 2016

(中华传统医学养生丛书)

ISBN 978-7-5439-7094-6

I. ①食… II. ①柳… 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 (2016) 第 150740 号

责任编辑: 张 树 王倍倍

食物药物服用宜忌全书

SHIWU YAOWU FUYONG YIJIQUANSHU

柳书琴 主编

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路 746 号 邮政编码 200040)

全 国 新 华 书 店 经 销
四川省南方印务有限公司印刷

*

开本 700×1000 1/16 印张 20 字数 390 000
2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5439-7094-6

定价: 78.00 元

<http://www.sstlp.com>

版权所有, 翻印必究。若有质量印装问题, 请联系工厂调换。

图书服务热线: (028) 87336749

>>前言

随着社会经济的发展和生活水平的提高,人们对一日三餐的要求不再只满足于填饱肚子,已逐渐从吃饱向吃好转变。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制,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。如果药食搭配不当,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,我们组织编写了该书,以期能对读者的生活有所助益。该书在编写的过程中,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,不当之处在所难免,望读者诸君不吝赐教,批评指正。

编者

2016年8月

目 录

contents

食物与食物相克



一、肉类与相关食物相克 2

1. 鸡肉	4
2. 鸡蛋	5
3. 鸭肉	6
4. 野鸡	6
5. 鹌鹑肉	8
6. 雀肉	8
7. 鳗鱼	9
8. 黄鱼	10
9. 鲫鱼	10
10. 鳊鱼	10
11. 鲤鱼	11
12. 鳖肉	11



二、蔬菜类与相关食物相克 12

1. 蒜	15
2. 韭菜	15

3. 葱	16
4. 芥菜	17
5. 茺荳	17
6. 黄瓜	18
7. 芹菜	19
8. 辣椒	19
9. 南瓜	20
10. 菠菜	20
11. 萝卜	21
12. 茄子	21
13. 莴苣	22
14. 竹笋	22
15. 花生仁	23
16. 胡萝卜	23

三、水果类与相关食物相克 24

1. 梨	28
2. 李子	28
3. 山楂	29
4. 柑橘	30
5. 菱角	31
6. 柿子	31
7. 核桃	32
8. 香榧	32
9. 银杏	33

四、味料饮剂与相关食物相克 33

1. 茶	34
------------	----

2. 牛奶	35
3. 酒	36
4. 蜂蜜	37
5. 醋	38
6. 糖	38
7. 咖啡	39
8. 酱、酱油	40

药物与药物相克

 一、镇痛解热药	41
1. 吲哚美辛	41
2. 保泰松	42
3. 扎托布洛芬	42
4. 水杨酸类药	43
5. 吗啡	46
6. 可待因	47
7. 扑热息痛	47
8. 丙磺舒	47
9. 别嘌醇	48

 二、抗生素药	49
1. 灰黄霉素	49
2. 黄连素	50
3. 卡那霉素	50
4. 四环素	51

5. 氯霉素	53
6. 庆大霉素	55
7. 氨苄青霉素	56
8. 头孢菌素	57
9. 小诺霉素	57
10. 红霉素	58

三、呼吸系统药物 60

1. 舒喘宁	60
2. 氨茶碱	60

四、泌尿系统药物 62

1. 肾灵片	62
2. 噻嗪类利尿药	62
3. 呋塞米	64
4. 乙酰唑胺	66
5. 保钾利尿药	66

五、消化系统药物 67

1. 生胃酮	67
2. 西咪替丁	67
3. 乳酶生	68
4. 酶制剂	69
5. 鞣酸蛋白	70
6. 干酵母	70
7. 阿托品	71
8. 雷尼替丁	72
9. 康胃素	73

10. 硫糖铝	73
---------------	----

六、精神类药物 73

1. 苯妥英钠	73
2. 利他林、异唑胍	75
3. 水合氯醛	76
4. 安定	77
5. 丙戊酸钠	77
6. 溴化钠	77
7. 苯乙胍	78
8. 吩噻嗪类药	78
9. 氯硝安定	80
10. 眠尔通、利眠宁	81
11. 苯巴比妥	81
12. 丙咪嗪	84

七、血液系统药物 84

1. 维生素 B ₁₂	84
2. 双香豆素	85
3. 酚磺乙胺	86
4. 华法林	87
5. 硫酸亚铁	89
6. 卡络柳钠	91
7. 肝素钠	91
8. 维生素 K ₃	92

八、心血管药物 93

1. 依那普利	93
---------------	----

2. 消胆胺	93
3. 妥拉唑啉	94
4. 麻黄素	94
5. 心得舒	96
6. 潘生丁	96
7. 异搏定	97
8. 硝酸甘油	97
9. 地高辛	98
10. 心得安	100

九、驱虫类药物 102

1. 氯喹	102
2. 伯氨喹	103
3. 驱蛔灵	104

十、维生素类药物 104

1. 维生素 D	104
2. 维生素 B ₁	105
3. 维生素 E	107
4. 维生素 B ₂	108
5. 维生素 C	108
6. 维生素 B ₆	110
7. 维生素 A	111

十一、激素类药物 112

1. 丙酸睾丸素	112
2. 黄体酮	112

3. 可的松、地塞米松	113
4. 胰岛素	115
5. 康力龙、康复龙	116
6. 双胍类	116
7. 促皮质素	117
8. 格列喹酮	118
9. 格列甲嗪	118
10. 阿卡波糖	119
11. 甲状腺素	119
12. 碘化钾	120
13. 甲基睾丸素	121
14. 甲苯磺丁脲、氯磺丙脲、优降糖	122

十二、其他药物

125

1. 普鲁卡因	125
2. 噻庚啉	126
3. 噻替哌	126
4. 巯基嘌呤	126
5. 甲氨蝶呤	126
6. 钙剂	128
7. 依曲替酯	128
8. 保肤灵	128
9. 抗组胺药	129
10. 抗胆碱酯酶药	130
11. 环孢霉素 A	130
12. 环磷酰胺	131

中药与食物及病症相克

1. 丁香	134
2. 大茴香	134
3. 丹皮	135
4. 丹参	135
5. 天冬、麦冬	135
6. 厚朴	136
7. 甘草	136
8. 白术、苍术	137
9. 地黄	139
10. 茯苓	140
11. 附子、乌头	140
12. 黄连	141
13. 石菖蒲	141
14. 荆芥	142
15. 桔梗	142
16. 威灵仙	143
17. 乌梅	143
18. 常山	144
19. 巴豆	144

西药与病症相克

 一、内科疾病	146
1. 脑梗死形成	146

2. 慢性肾功能不全	146
3. 单纯性肥胖症	147
4. 哮喘	148
5. 肺心病	149
6. 高血压病	150
7. 肺气肿	151
8. 心绞痛	152
9. 心肌梗死	152
10. 高脂血症	153

二、外科疾病 153

1. 肾和输尿管结石	153
2. 血栓闭塞性脉管炎	154
3. 痤疮	155
4. 骨折	155
5. 急性乳腺炎	156
6. 湿疹	156
7. 胆囊炎和胆石症	157
8. 前列腺增生	157
9. 性欲亢进症	158
10. 性欲减退症	158
11. 毛囊炎、疖、痈	159
12. 烧伤	160
13. 痔疮	160

三、妇产科疾病 161

1. 先兆流产	161
2. 妊娠期	162

3. 闭经	164
4. 妊娠剧吐	164
5. 产后	165
6. 更年期综合征	166
7. 阴道炎	167
8. 妊娠高血压综合征	167

四、儿科疾病 168

1. 支气管肺炎	168
2. 小儿腹泻	169
3. 维生素 D 缺乏性佝偻病	170
4. 小儿夏热	171
5. 遗尿症	171

五、五官科疾病 172

1. 青光眼	172
2. 玻璃体混浊	173
3. 白内障	174
4. 耳鸣	174
5. 急、慢性化脓性扁桃体炎	175
6. 梅尼埃综合征	175
7. 急、慢性咽喉炎	176
8. 龋齿	177
9. 结膜炎	177
10. 失音	178

 六、传染性疾病 178

- 1. 百日咳 178
- 2. 猩红热 179
- 3. 水痘 179
- 4. 肺结核 180
- 5. 麻疹 181
- 6. 细菌性痢疾 181
- 7. 传染性肝炎 182
- 8. 流行性感冒 183
- 9. 流行性腮腺炎 183

食物与病症相克

 一、内科疾病 184

- 1. 急性胰腺炎 184
- 2. 急性上消化道出血 185
- 3. 食管癌 185
- 4. 脑溢血 186
- 5. 神经衰弱 187
- 6. 单纯性肥胖症 188
- 7. 急、慢性支气管炎 190
- 8. 肺心病 191
- 9. 心绞痛 192
- 10. 心肌梗死 193
- 11. 高脂血症 194

12. 胰腺炎	195
13. 泌尿系感染	196
14. 慢性肾炎	197
15. 白细胞减少症	198
16. 头痛	199
17. 三叉神经痛	201
18. 脑梗死形成	202
19. 红斑狼疮	202
20. 关节炎	203
21. 肿瘤	204
22. 急、慢性胃炎	205
23. 呕吐	207
24. 胃下垂	208
25. 慢性溃疡性结肠炎	208
26. 细菌性痢疾	210
27. 伤寒	212
28. 便秘	213
29. 急性气管炎及支气管炎	214
30. 肺脓肿	215



二、妇产科疾病 216

1. 白带异常	216
2. 先兆流产	217
3. 妊娠期	218
4. 产褥期	220
5. 妊娠高血压综合征	222
6. 子宫脱垂	222
7. 急性乳腺炎	223
8. 痛经	224

9. 妊娠剧吐	225
10. 功能性子宫出血	226
11. 阴道炎	227
12. 闭经	227
13. 更年期综合征	228
14. 盆腔炎、外阴炎、宫颈炎	229
15. 产后缺乳	230

三、儿科疾病

230

1. 寄生虫病	230
2. 肺炎	231
3. 腹泻	232
4. 夏季热	233
5. 遗尿症	234
6. 麻疹	235
7. 维生素 D 缺乏症	236
8. 百日咳	237
9. 水痘	238
10. 营养不良	239
11. 猩红热	241
12. 流行性腮腺炎	242

四、外科疾病

243

1. 癣病	243
2. 湿疹	244
3. 疔疮	245
4. 前列腺炎与前列腺增生	246
5. 骨折	247