

常见病偏验方与食疗系列

冠心病 偏验方与食疗

● 侯天印 崔德民 侯书灵 编著



金盾出版社

常见病偏验方与食疗系列

冠心病偏验方与食疗

侯天印 崔德民 侯书灵 编著

金盾出版社



内 容 提 要

本书收录了大量治疗冠心病的有效偏方、验方和食疗方,每方包括用料、制作、用法和功效等内容。其内容丰富,科学实用,每方用料采集方便,制作介绍详细,用法交代清楚,患者可根据自身的病情对症选方试用。

图书在版编目(CIP)数据

冠心病偏方与食疗/侯天印,崔德民,侯书灵编著.—北京:
金盾出版社,2016.6(2017.4重印)

ISBN 978-7-5186-0737-2

I.①冠… II.①侯…②崔…③侯… III.①冠心病—验方—
汇编②冠心病—食物疗法 IV.①R289.5②R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 006161 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

北京军迪印刷有限责任公司印刷、装订

各地新华书店经销

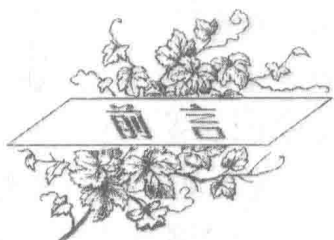
开本:850×1168 1/32 印张:12 字数:245千字

2017年4月第1版第2次印刷

印数:3001~6000册 定价:36.00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)



中医学博大精深，源远流长。几千年来，中国人民在长期的生活实践中，追求防病强身、疗疾延寿，通过不断的经验总结和积累，产生了久传不衰的偏方、验方及食疗方。这些疗法以其药味精、药效广、取之易、用之效，深受广大病人的喜爱，在民间享有“偏方验方治大病”之美誉。

而今中医药事业更是蓬勃发展，学术思想百家争鸣，医家实践不断创新，新医新方层出不穷，中西医结合硕果累累。为了发掘和弘扬中医学，促进学术交流，使中医偏方、验方、食疗方得到更广泛的普及、推广和应用，造福芸芸众生，我们不揣简陋，编写了《冠心病偏验方与食疗》一书，作为常见病偏验方与食疗系列丛书之一。书中广泛收集了民间流传、医家常用，以及一些报刊书籍所载的验方。并以中医药理论为依据，以辨证施治为原则，依托中医证型，进行分门别类、去粗存精，避免了众方杂汇、莫衷一是的弊端，使之更加贴近临床、贴近病人、贴近生活，以期达到读之能懂、学而致用、用之有效的目的。书中每个方剂均详细介绍了方剂来源、用料、制作、用法及功效。我们力求收集一些用料易取，价格低廉，制作简便，有较好疗效的偏验方与食疗方，为广大患者提供经济实用的治病调养方法。由于病有轻重缓急之分，证有表里虚实之别，故

在使用时，宜遵医师之嘱，以免贻误病情。

当今医界是名医辈出，著述丰富，内容广泛。但是，《冠心病偏验方与食疗》是从实效出发，在众多良方中选方辑册，奉献给读者，以冀抛砖引玉。为了便于阅读，避免一方多名和多名一方的现象，我们对原始资料做了适当的更改。由于我们的水平和掌握的资料有限，书中尚存一些不尽完美之处，敬请广大读者批评指正。

侯天印



第一章 概论	(1)
一、心血管生理的基础知识	(2)
(一) 西医对心血管生理的认识	(2)
(二) 中医对心血管生理的认识	(6)
二、冠心病的发病原因	(8)
(一) 西医对冠心病病因的认识	(8)
(二) 中医对冠心病病因的认识	(10)
三、冠心病的病机变化	(13)
(一) 西医对冠心病病机的认识	(13)
(二) 中医对冠心病病机的认识	(16)
四、西医对冠心病的诊断与鉴别诊断	(19)
(一) 无症状性心肌缺血	(19)
(二) 心绞痛	(20)
(三) 急性心肌梗死	(23)
五、中医对冠心病的辨证要点	(26)

(一)辨疼痛性质	(26)
(二)辨气虚、血虚、阴虚、阳虚	(27)
(三)辨气滞、血瘀、痰阻、寒凝	(27)
(四)辨其心痛舌苔脉象	(27)
(五)辨其心痛病情顺逆	(28)
六、中医对冠心病常用的治法	(28)
(一)补益心气法	(28)
(二)理气止痛法	(28)
(三)化痰泄浊法	(29)
(四)温经散寒法	(29)
(五)回阳救逆法	(29)
(六)滋阴养血法	(29)
(七)温阳利水法	(30)
(八)活血化瘀法	(30)
七、冠心病的饮食调理	(30)
(一)心绞痛的饮食调理	(31)
(二)心肌梗死的饮食调理	(34)
(三)心力衰竭的饮食调理	(35)
八、冠心病患者饮食与药物的禁忌	(37)
(一)心绞痛患者的饮食与药物禁忌	(37)
(二)心肌梗死患者的饮食与药物禁忌	(38)

(三)心力衰竭患者的饮食与药物禁忌	(39)
第二章 针对冠心病心绞痛的偏验方与食疗方	(41)
一、心气虚弱型	(42)
(一)偏方	(42)
(二)验方	(44)
(三)食疗方	(74)
二、肝郁气滞型	(79)
(一)偏方	(80)
(二)验方	(82)
(三)食疗方	(92)
三、痰浊中阻型	(96)
(一)偏方	(97)
(二)验方	(99)
(三)食疗方	(119)
四、寒凝血滞型	(124)
(一)偏方	(124)
(二)验方	(127)
(三)食疗方	(133)
五、血脉瘀阻型	(140)
(一)偏方	(140)
(二)验方	(144)

(三)食疗方	(162)
六、肝肾阴虚型	(171)
(一)偏方	(171)
(二)验方	(173)
(三)食疗方	(180)
七、脾肾阳虚型	(184)
(一)偏方	(185)
(二)验方	(187)
(三)食疗方	(197)
第三章 针对冠心病心肌梗死的偏验方与食疗方	(201)
一、痰浊瘀阻型	(201)
(一)偏方	(202)
(二)验方	(203)
(三)食疗方	(211)
二、心血瘀阻型	(215)
(一)偏方	(215)
(二)验方	(218)
(三)食疗方	(223)
三、气虚血瘀型	(228)
(一)偏方	(228)
(二)验方	(230)

(三)食疗方	(242)
四、心肾阴虚夹瘀型	(244)
(一)偏方	(245)
(二)验方	(246)
(三)食疗方	(251)
五、心肾阳虚及心阳欲脱型	(254)
(一)偏方	(255)
(二)验方	(257)
(三)食疗方	(266)
第四章 针对冠心病心律失常的偏验方与食疗方	(272)
一、瘀血内阻型	(273)
(一)偏方	(273)
(二)验方	(275)
(三)食疗方	(281)
二、痰火扰心型	(285)
(一)偏方	(286)
(二)验方	(287)
(三)食疗方	(292)
三、肝郁气滞型	(294)
(一)偏方	(295)
(二)验方	(296)

(三)食疗方	(300)
四、阴血亏虚型	(302)
(一)偏方	(302)
(二)验方	(304)
(三)食疗方	(310)
五、阳气虚弱型	(314)
(一)偏方	(315)
(二)验方	(317)
(三)食疗方	(323)
六、气阴两虚型	(328)
(一)偏方	(329)
(二)验方	(331)
(三)食疗方	(337)
第五章 针对冠心病心力衰竭的偏验方与食疗方	(344)
一、心肺气虚型	(345)
(一)偏方	(345)
(二)验方	(346)
(三)食疗方	(350)
二、肾不纳气及心肾阳虚型	(354)
(一)偏方	(354)
(二)验方	(356)

(三)食疗方	(361)
三、心肝瘀血型	(364)
(一)偏方	(364)
(二)验方	(366)
(三)食疗方	(369)

第一章 概 论

冠状动脉粥样硬化性心脏病,简称冠心病,亦称缺血性心脏病。是指冠状动脉粥样硬化使血管管腔狭窄甚至闭塞,导致心肌缺血缺氧而引起的一种心脏病。临床以胸骨后或心前区呈阵发性缩窄样绞痛,或紧压样闷痛为其主要表现。一般疼痛几秒钟至几分钟,可自行缓解,严重时则持续疼痛,并伴有肢冷、汗出、面白、唇紫、手足发青等现象。

冠心病发病的重要因素为脂质代谢失调和动脉壁损坏。易发因素包括高脂血症、原发性高血压、糖尿病、吸烟、酗酒、脑力劳动、情绪紧张、缺乏体力劳动和遗传因素等。常以饱餐、受寒、疲劳、精神刺激为发病诱因。做心电图、心脏负荷试验等检查可以诊断本病,必要时可做冠状动脉造影检查。根据冠状动脉粥样硬化的部位、病变的程度不同,冠心病又可分为多种类型。1979年,世界卫生组织将冠心病分为心绞痛、心肌梗死、心律失常、心力衰竭和心脏骤停五个类型。

冠心病是当今世界中老年人最常见和危害性最大的心脏病,严重影响着人民的身体健康,在许多国家特别是工业发达国家,已成为人口死亡的主要病因之一。据调查显示:在65岁以上的老年人中,男性罹患此病者达20%,女性为12%,是老年人心衰及死亡中最常见的心脏病,占心脏病死亡的77%~88%。死亡最多的是美国,每年约有80万人死于冠心

病。在我国,人口死亡的原因中癌症不是最主要的,占首位的也是冠心病等心血管疾病。而且,随着人民生活水平的不断提高,膳食结构不合理,人群体力活动下降,体重增加,血清胆固醇升高,男性吸烟率高,生活节奏加快,社会心理压力加重等,使冠心病的发病率和死亡率呈逐年上升的趋势,已成为一个值得社会广泛关注的严重问题。

中医学没有冠心病这一病名,但类似冠心病的一些病症很早就有记载,而且历代医家创立了不少行之有效的治疗方法,为我们研究防治冠心病提供了丰富的资料。冠心病大多属于中医学的“心痛”“厥心痛”“真心痛”“胸痹”“胸痛”“包络痛”“心悸”等范畴。一般认为心痛和胸痹所指为同一疾病,故合称为“胸痹心痛”,即类似现代医学之冠状动脉粥样硬化性心脏病。而厥心痛和真心痛,则类似于冠心病引起的心绞痛和心肌梗死。中医学认为,冠心病是由于心脉不通所致。心脉不通的原因,是因长期以来脏腑功能失调,致瘀血、痰浊、气滞的结果。故瘀血、痰浊、气滞为标,而脏腑虚损为本,因虚而致实,本虚而标实,可见发作时以标实为主,缓解时以本虚为主。

一、心血管生理的基础知识

(一) 西医对心血管生理的认识

人体通过心血管循环系统向各组织输送和分配必需的物质,并排除代谢产物,参与诸如体温调节的某些内环境稳定的

调节,贯穿全身的体液联系,并调整不同生理状态的氧合营养物质的供应。完成上述这些功能的 cardiovascular 系统是由心脏、大动脉、小动脉、静脉等一系列分配和收集管道,以及容许各组织与血管间进行迅速交换的广阔的微血管系统构成。心血管系统所分配的血流量足以满足机体在正常活动、静息和应激情况下不同器官的代谢需要。

1. 心脏的血液供应 人体各组织器官要维持其正常的生命活动,需要心脏不停地搏动以保持血液循环。心脏作为肌性泵血的动力器官,本身也需要足够的营养和能源,以及供给心脏自身营养的血管系统。冠状动脉就是供给心脏血液的动脉血管,它们发自升主动脉的起始部,分左右支,是主动脉的第一对分支。

(1)左冠状动脉:左冠状动脉发自动脉根部的左主动脉窦内。90%以上冠状动脉开口位于窦上嵴(主动脉半月瓣两端固定点的连线上界即为窦上嵴)水平以下,即窦内开口,仅少部分(<10%)位于窦上嵴水平以上,即窦外开口。60%左冠状动脉开口于左主动脉窦上2/3区域,且以窦中部为常见,开口常呈横位椭圆形,口径0.4~0.5厘米。少数情况下,左冠状动脉可分为两个开口,即前降支和回旋支。

(2)右冠状动脉:95%右冠状动脉开口于右主动脉窦的上部,紧靠窦上嵴水平,开口多呈漏斗状,口径0.3~0.4厘米。右冠状动脉主要分为后降支、左室后支、动脉圆锥支、房室结动脉、右缘支及右冠状动脉干。

2. 冠状动脉血流的特点 正常人冠状动脉血流量为每分钟60~80毫升/100克心肌,相当于225毫升/分钟,占心排

血量的4%~5%，冠状动脉血流量变化主要取决于心肌的做工。当机体活动增加，氧耗量增加，冠状动脉达到最大舒张状态时，冠状动脉血流量可增加至每分钟300~400毫升/100克心肌。心脏节律性舒缩对冠状动脉血流量亦有很大的影响，尤以左冠状动脉为甚。在心室等容收缩期，由于心肌收缩的剧烈压迫，冠状动脉压也随之升高，故冠状动脉的血流量增加。继而心室舒张，对冠状动脉的压迫减弱，冠状动脉阻力显著减小，血流量大大增加。由此可归纳为以下几点。

(1)冠状动脉：是产生循环灌注压力的唯一组织。

(2)冠状动脉循环的血流量大：正常人心脏重量约300克，约占体重的1/200，但冠状动脉循环血量占心排血量的5%~10%。

(3)血压较高：冠状动脉直接开口于主动脉根部，主动脉压可直接传到冠状动脉内，再加上冠状血管路径短，因而在冠状血管较细的分支内，其血压仍能维持在较高水平。

(4)冠状动脉循环的路径短、血流速度快：血液从主动脉根部起，经过全部冠状动脉血管到达右心房只需几秒钟。

(5)冠状动脉循环中动静脉氧差较大：在静息时心肌的氧耗量为27毫升/分钟，占全身氧耗量的12%；但心肌血流量在安静时只占心排血量的5%，因此从血中摄取较多的氧，故动-静脉氧差较大。

(6)血流有明显的断续性：当心室开始收缩时，心室张力突然升高，可将各肌纤维之间的小血管压闭，使血流减缓或暂停(约0.04秒)。在这期间，心肌细胞不能从血中得到充足的氧供应，要靠心肌内肌红蛋白释放所储存的氧来供应。当心

室舒张时,心室壁受到的压力减小,冠状血管开放,血流量逐渐增多。

(7)调节冠状动脉血流量的代谢功能:能迅速有效地发挥作用,以便根据氧的需要情况来调节血流。因此,缺氧具有最大的血管扩张效应。

(8)冠状动脉血流的调节功能:对维持生理功能和满足应激需要都极为重要,而心脏本身的代谢性调节则具有首要意义。

3. 心肌代谢的特点 正常人的心肌靠氧化脂肪酸、葡萄糖、乳酸、酮体及氨基酸物质以供给能量,其中 2/3 以上由脂肪酸和酮体氧化供给,1/3 由糖氧化供给。故心肌是主要需氧代谢组织,不但氧耗量大,而且耐缺氧能力差。测定心肌耗氧量可以作为判断心肌能量代谢的指标。心肌氧耗量受多种因素的影响,其中最主要的三个因素为:心肌纤维短状态、肌力状态和基础代谢。

冠状动脉及其分支分布于心室壁外膜下,以直角分出小支深入肌层,这些小旋支一般分为两类:一类很快分成许多很细的支,分布于心肌的外 3/4;另一类数目较小,分支也很少,垂直深入心肌层,过心内膜下,形成血管丛,营养心肌层近心膜的部分。由于血管垂直穿过肌层,又是冠状动脉之末梢,因此易受心肌收缩、冠状动脉的压力、心室内压等的影响,从而引起内膜下心肌缺血。心肌层的细小动脉支与肌束平行,并发出分支穿过肌束的结缔组织鞘,分成毛细血管。当心内膜下心肌纤维由于长期的负担过重而发生代偿肥大时,心脏的毛细血管数量并不相应增加,因此肥厚的心肌也易缺血缺氧。

4. 冠状动脉分布的类型 Schlesinger 等根据左或右冠