



黑龙江出版集团
黑龙江科学技术出版社

药不如食补 药食同源
饮食文化精粹 保健养生必备

中医食疗源远流长，食物代替药物早在古代医学著作《黄帝内经》中就有记载。不仅在中国，食疗在国外同样有着悠久的历史，欧洲人及印度人早在古代对疾病治疗就已采用很多的食疗方法。本书汇集古今众多有效食疗方法，指导人们纠正不良的饮食习惯，正确利用食物疗法，进行疾病调治，以达到食到病除的治疗效果。

中华食疗大全

中华
典藏
精品

李永来◎主编

· 中华典藏精品系列 ·

黑龙江科学技术出版社



中华食疗大全

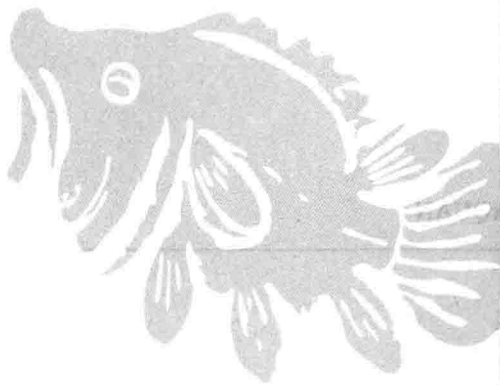
中华

典藏

精品

李永来◎主编

中医食疗源远流长，食物代替药物早在古代医学著作《黄帝内经》中就有记载。不仅在中国，食疗在国外同样有着悠久的历史，欧洲人及印度人早在古代对疾病治疗就已采用很多的食物方法。本书汇集古今众多有效食疗方法，指导人们纠正不良的饮食习惯，正确利用食物疗法，进行疾病调治，以达到食到病除的治疗效果。



图书在版编目 (CIP) 数据

中华食疗大全 / 李永来主编. -- 哈尔滨: 黑龙江
科学技术出版社, 2012.11

(中华典藏精品系列)

ISBN 978-7-5388-7375-7

I. ①中… II. ①李… III. ①食物疗法—验方 IV.
①R247.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第271160号

中华食疗大全

ZHONGHUA SHILIAO DAQUAN

主 编 李永来

责任编辑 刘丽奇 赵春雁

书装设计 张立娟

出 版 黑龙江科学技术出版社

地 址 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电 话 0451-53642106 传真: 0451-53642143 (发行部)

网 址 www.lkcbs.cn www.lkpub.cn

发 行 全国新华书店

印 刷 三河市文通印刷包装有限公司

开 本 787 mm × 1 092 mm 1/16

字 数 1 300 千字

印 张 40

版 次 2013年1月第1版·2013年1月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-7375-7 / R·2070

定 价 49.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前 言

“食疗学”为中医药学的一个重要组成部分。中医学中素有“医食同源”之说，传说“神农尝百草”也足以说明中药的起源是食物。

在上古时代，医生主要靠食疗来治病。因为人们受生活环境的影响，寿命很短，一些重病、疑难病，还没等人们认识到，人就已经离世。然而，人们得的只是一些小病，医生凭着一些经验，给患者吃一些常见的大蒜、大葱等食物，希望减轻病人痛苦，没想到，病人的身体奇迹般康复了。

因风寒湿暑的侵袭，人们难免会生病。随着生活水平的提高，此时，大多数人会选择在医院治疗，殊不知“是药三分毒”，药产生的毒副作用会给身体带来不必要的损伤。特别是那些非常依赖药物的人，体质可能会越来越差，抵抗力越来越低，最终会陷入一种恶性循环。

食物疗法，实际上是是为各种病人设计合理的膳食，通过饮食达到调理身体的目的。它的科学性在于对症选食。2000多年前的《黄帝内经·素问》曾说：“大毒治病，十去其六；常毒治病，十去其七；小毒治病，十去其八；无毒治病，十去其九。谷物果菜，食养尽之，无使过之，伤其正也。”可见，我们的祖先早已明白食疗的重要性。

在国外，食疗同样有着悠久的历史。很久以前，印度人就知晓大蒜的功效，很多人也种植甘蓝，因为他们知道，甘蓝能够治疗腹泻、头痛、耳聋等多种疾病。

古代欧洲人早已知道洋葱能防治20多种疾病。古罗马人知道，小扁豆能治腹泻，且具有镇静、安神之功效。

美国芝加哥大学的科研报告指出，已发现有10.2万种植物能治疗疾病，其中大部分都为食物。同时发现，大部分动物也有治病之功效。

要特别说明的是，所说的食疗并不是有病不去医院，生病一定要在医生的指导下治疗并辅助食物疗法，特别是在病情好转后，应适时停药而以食疗代之。这样既能根除疾病，又对身体之正气无害。同时，食疗的性味大多比较温和，又无毒副作用，因而能为各种疑难病患者的愈后调养起到非常大的作用。

本书是集科学性与实用性于一体，博采众长，分门别类，甄选出行之有效的食疗方。内容丰富全面，涵盖了古今益寿延年、防病治病的各种食疗方法，其中所选中药都是常用之品，制作起来简单易行，十分适合居家百姓之用，同时也可供医务工作者指导病人进行食疗。希望本书能使每一个家庭受惠，做到“食到病除”。

由于学识有限，书中难免出现疏漏之处，望广大读者给予批评指正。

编 者

目 录

一 内科常见疾病食疗方

急性上呼吸道感染	1	芦根银花汤	3	薄荷糖	7
橘姜茶	1	菊花蜜饮	4	胖大海蜜饮	7
生姜米粥	1	甘蔗番茄汁	4	山楂桑菊茶	7
绿豆甜粥	1	太子参薄荷绿茶	4	马兰银花饮	7
薄荷米粥	1	菊花柿桑茶	4	姜蒜柠檬酒	7
苦瓜炖猪肉	1	银菊粟米粥	4	地龙煎葛根	7
萝卜生姜汤	1	茼蒿冰糖饮	4	苏叶姜糖饮	7
香菜萝卜饮	1	菊花脑茼蒿汤	4	桑菊薄荷饮	7
香菜饴糖粥	1	鲜梨椰菜汁	4	银花薄荷饮	7
枣姜紫苏饮	1	葱头苏叶汤	4	狗肝菜鸭蛋汤	7
葱姜橄榄饮	1	葱白麦芽奶	4	竹叶鸭跖饮	8
姜糖荸荠饮	2	金橘冰糖粥	4	绿豆甜粥	8
莲藕金橘汤	2	葱姜米粥	5	葱蒜饮	8
草鱼姜酒汤	2	生姜炒米粥	5	支气管炎	8
秋梨姜汤	2	发汗豆豉粥	5	贝母灵芝炖甲鱼	8
姜枣萝卜汤	2	荆芥豉粥	5	杏仁蒸萝卜	8
细葱老姜汤	2	葱白核桃姜茶	5	紫苏叶姜枣饮	8
姜葱白菜汤	2	香菜牛肉粥	5	桔梗生姜红糖汤	8
葱白香菜汤	2	葱姜粥	5	枇杷鱼腥草蜜饮	9
芥菜姜汤	2	芥菜豆腐汤	5	桑杏银花茶	9
三根汤	2	芥菜炖牛肉	5	冰糖炖雪梨	9
桑叶姜汤	3	清明菜冰糖粥	6	川贝雪梨饮	9
葱白豆豉姜汤	3	紫苏杏仁粥	6	甜杏百合粥	9
葱豉黄酒汤	3	苏叶辛夷茶	6	罗汉果柿饼粥	9
嫩姜炖鲢鱼	3	蔓荆子粥	6	皂刺猪肺汤	9
酸辣豆腐汤	3	预防感冒茶	6	冰糖蒸金橘	9
葱白豆豉汤	3	桑蜜菊茶	6	荆栀葱根豆豉粥	9
醋泡大蒜	3	桑叶枇杷茶	6	银耳沙参粥	10
花椒辣椒汤	3	清热止嗽饮	6	核桃松子膏	10
银菊粥	3	预防流感茶	6	百合花生羹	10
银花蜜饮	3	贯众青茶	6	沙参玉竹炖鹌鹑	10

- | | | | | | |
|---------------|----|---------------|----|--------------------|----|
| 白萝卜雪梨 | 10 | 蜜饯橘皮 | 15 | 苏子红糖粥 | 20 |
| 鸭梨炖鸡块 | 10 | 雪梨三鲜汁 | 15 | 车前子粥 | 20 |
| 棠梨冰糖汁 | 11 | 荸荠白梨饮 | 15 | 祛寒止咳茶 | 20 |
| 冰糖蒸草莓 | 11 | 蜜饯柚肉 | 15 | 清气化痰茶 | 20 |
| 黄芪柚肉汤 | 11 | 海带姜糖饮 | 16 | 紫苑冬花茶 | 20 |
| 杏子糖粥 | 11 | 杏仁蚌粉汤 | 16 | 干橘皮茶 | 20 |
| 蔗梨甜粥 | 11 | 红枣苦菜膏 | 16 | 核桃姜杏糊 | 20 |
| 四汁甜饮 | 11 | 松叶扁柏蜜汤 | 16 | 莱菔子白果汤 | 20 |
| 鲜梨甘蔗饮 | 11 | 蜂蜜蒸萝卜 | 16 | 莱菔三子丸 | 20 |
| 红枣剑花猪蹄汤 | 11 | 油煎南瓜饼 | 16 | 冰糖蒸桃 | 20 |
| 桑白皮猪肺汤 | 11 | 灵芝荷包饺 | 16 | 支气管哮喘 | 20 |
| 山茶红枣汤 | 12 | 牛肺糯米饭 | 16 | 白果蜜汁 | 21 |
| 松子南瓜浓汤 | 12 | 田鸡焖米饭 | 16 | 橘叶糖浆 | 21 |
| 荸荠银耳汤 | 12 | 葱白糯米粥 | 17 | 核桃人参饮 | 21 |
| 杏仁猪肺汤 | 12 | 百合粉粥 | 17 | 咸豆浆 | 21 |
| 甜杏炖鲫鱼 | 12 | 莱菔子粥 | 17 | 桃肉止喘茶 | 21 |
| 冬瓜子炖豆腐 | 12 | 桃仁米粥 | 17 | 党参蛤蚧粥 | 21 |
| 白茅根汤 | 12 | 核杏蜜膏 | 17 | 加味参苓粥 | 21 |
| 甘草枣汤 | 13 | 萝卜萍菜猪肺汤 | 17 | 紫苏粳米粥 | 21 |
| 茅根荸荠茶 | 13 | 松黄蜜 | 17 | 炖狗肉 | 22 |
| 芦根枇杷汤 | 13 | 慈菇豆浆饮 | 17 | 萝卜蜜汤 | 22 |
| 冰糖蒸羊奶果 | 13 | 枇杷膏 | 17 | 姜汁蜜饮 | 22 |
| 无花果糖饮 | 13 | 二陈汤粥 | 18 | 秫米桃仁粥 | 22 |
| 橘皮粳米粥 | 13 | 杏仁山药粥 | 18 | 猪肾散 | 22 |
| 萝卜籽饮 | 13 | 干姜附子粥 | 18 | 茶叶炒荞麦饮 | 22 |
| 猪胆汁蜜饮 | 13 | 加味干姜粥 | 18 | 糖白果 | 22 |
| 麻黄萝卜汁 | 13 | 苡仁猪肺粥 | 18 | 地龙胎盘粉 | 22 |
| 苏子姜枣饮 | 13 | 甘蔗汁蒸山药 | 18 | 蛤蚧煲胎盘 | 22 |
| 冰糖燕窝粥 | 13 | 糖渍花生糊 | 18 | 地龙麻油蜜 | 22 |
| 麦冬沙参蒸鸡 | 14 | 佛手半夏汤 | 18 | 猪胎糊 | 22 |
| 芝麻姜汁蒸蜜 | 14 | 佛手蜂蜜饮 | 18 | 拌腐竹鲜菇 | 22 |
| 蜂蜜杏仁酥 | 14 | 冰糖蒸白果 | 19 | 板栗炖猪胎盘 | 23 |
| 莲百炖瘦猪肉 | 14 | 白果麻甘汤 | 19 | 芝麻秸豆腐 | 23 |
| 散寒消炎汤 | 14 | 石苇白果汤 | 19 | 杏仁炖豆腐 | 23 |
| 百合荸荠雪梨羹 | 14 | 柚皮芝麻汤 | 19 | 白果仁甘草汤 | 23 |
| 葛根蒸糕 | 14 | 核桃蒸嫩鸡 | 19 | 竹笋汤 | 23 |
| 蜂蜜酸枣糕 | 14 | 半夏山药粥 | 19 | 木耳枣米粥 | 23 |
| 大枣柿子糕 | 14 | 玉兰茶 | 19 | 补虚正气粥 | 23 |
| 荸荠桂花饼 | 15 | 米仔兰散 | 19 | 冬虫夏草炖白鸭 | 23 |
| 黑豆鲜梨饼 | 15 | 剑花杏仁糖饮 | 19 | 苏子降气粥 | 24 |
| 蛤蚧人参饼 | 15 | 杏仁大米粥 | 19 | 荸茛子粥 | 24 |
| 杏仁百合粥 | 15 | 四仁鸡蛋粥 | 19 | 霜桑叶茶 | 24 |

百喘糖汁	24	银杏炖猪排	31	阿胶糯米粥	40
生姜枣米粥	24	翡翠牛肉片	31	珠玉粥	40
桑皮桂苓粥	24	蒜苗炒肉丝	31	松子黑豆粥	40
杏仁胡桃粥	24	木耳炒肉片	31	雪梨天冬粥	40
柚皮炖牛胎盘	24	白菜炒驴肉	32	白及蜜枣粥	40
蛤蚧米团	24	菠菜炒驴肉	32	黄精天冬粥	41
百果玫瑰球	24	百冬焖驴肉	32	枣仁地黄粥	41
豆腐栗子丁	25	三味炖猪肺	33	山药大枣猪胰羹	41
双仁姜汁	25	翡翠肺片	33	甲状腺肿大	41
油煎鸡蛋加蜂蜜	25	兰花豆扣	33	糖腌海带	41
八宝炖鸡	25	蜜汁萝卜	33	陈皮紫菜萝卜汤	41
冰糖冬瓜	25	香椿荷包蛋	34	鸭子海带汤	41
白糖西葫芦	25	蒜烧茄子蚬肉	34	绿豆陈皮海带粥	42
冰糖蒸鸭梨	25	杞子芦笋	34	海带清茶	42
姜味润肺蜜糖	25	白果枸杞炖银耳	35	醋淹海带	42
胎盘或脐带粉	26	银耳山楂汤	35	昆布海藻炖黄豆	42
贝母甲鱼汤	26	西红柿炒蛋	35	海带拌三丝	42
百果蜜糕	26	凉拌三丝	35	冷拌海蜇头	42
小米羊胎盘粥	26	果仁煎蛋	35	海带昆布汤	42
肺 炎	26	多彩山药片	36	紫菜海带燕窝汤	42
冰糖蔗柑	26	燕窝炖鸡肉	36	海带紫菜汤	43
金荞麦瘦肉汤	26	海参龟肉煲	36	淡菜猪胰汤	43
蔗浆粟米粥	26	紫菜牡蛎汤	36	海藻丹参汤	43
无花果汁	26	翡翠藕汤	37	紫菜瘦肉汤	43
桃仁粥	26	人参炖驴肉	37	甲状腺机能亢进	43
梨藕饮	27	银耳肉丸汤	37	橙子绿果饮	43
鸭蛋蜜汤	27	麦冬沙参蜜	38	萝卜青果饮	43
肺 结 核	27	蜜饯雪梨	38	洋参龙眼肉饮	43
红烧黄花鱼	27	蜜饯百合	38	马齿苋黄花菜饮	43
百合枸杞炒鱼片	27	菠菜根雪梨汤	38	桂圆桑葚饮	44
参枣炖黑鱼	27	白及猪肺汤	38	鲜五汁饮	44
清汤鳗鱼	28	冬笋雪菜炖黄鱼	38	西瓜蕃茄汁	44
夏枯草鲍鱼汤	28	萝卜甘蔗马蹄汤	38	百合桑葚饮	44
党参蛤蚧甲鱼煲	28	银耳蛋羹	38	麦冬洋参炖鱼	44
韭黄炒蛤蜊	28	银耳白果羹	39	百仁炖全鸭	44
蒜台炒淡菜	29	龟肉汤	39	菊花蚌肉	44
百部炖乌鸡	29	梨藕蒸饼	39	紫菜蛋卷	45
百合杞子炖乌鸡	29	雪梨山药粥	39	卤汁黄豆	45
百合鸡丸汤	29	紫河车瘦肉粥	39	杞麦炒冬笋	45
百合炖鸭	30	黄精冬虫夏草粥	39	红白萝卜卷	45
沙参虫草炖乳鸽	30	杞子金钱龟粥	40	桂圆八味膏	45
山药炖羊排	30	百合猪肺汤	40	百合蜜汁	45

- | | | | | | |
|------------------|----|------------------|----|------------------|----|
| 蜜汁鸭梨 | 45 | 淡菜皮蛋粥 | 50 | 参枣蒸蜜 | 54 |
| 桑葚桂圆糖块 | 45 | 皮蛋汤 | 50 | 天麻黄芪炖鸡 | 54 |
| 佛手麦芽糖 | 46 | 洋葱粥 | 50 | 莲苡参山粥 | 54 |
| 昆布元鱼汤 | 46 | 万寿菊槐花饮 | 50 | 贫 血 | 54 |
| 淡菜紫菜汤 | 46 | 黄豆灵芝散 | 50 | 枣菇蒸鸡 | 54 |
| 蜇皮凉拌芹菜 | 46 | 草菇清汤 | 50 | 加味红枣花生米 | 55 |
| 拌莲花白 | 46 | 淡菜海蜇汤 | 51 | 阿胶大枣粥 | 55 |
| 酱油拌海参蛋 | 46 | 杞菜粥 | 51 | 黑芝麻桂圆粥 | 55 |
| 糖醋冬笋蜇皮 | 46 | 玉米须茶饮 | 51 | 黄芪鸡汁粥 | 55 |
| 鱼香四季豆 | 46 | 香蕉皮玉米须汤 | 51 | 动物肝粥 | 55 |
| 油栗子烧白菜 | 47 | 香菇白菜 | 51 | 龙眼莲子粥 | 55 |
| 枸杞叶炒菇笋 | 47 | 水芹鲜饮 | 51 | 菠菜猪肝粥 | 55 |
| 枸杞汤煲鸡蛋 | 47 | 发菜皮蛋粥 | 51 | 大枣羊汤粥 | 55 |
| 地黄炖乌鸡 | 47 | 决明海带饮 | 51 | 豉姜鸡肝粥 | 56 |
| 莲子茯苓糕 | 47 | 菠菜海带汤 | 51 | 牛蹄筋粥 | 56 |
| 枣柿瘦肉饼 | 47 | 决明紫菜饮 | 51 | 芪枣羊骨粥 | 56 |
| 川贝丹参粥 | 47 | 芹菜牛骨粉饮 | 51 | 大枣荔枝干 | 56 |
| 五味养心粥 | 48 | 西芹苹果茼蒿汁 | 52 | 鸡血藤煲鸡蛋 | 56 |
| 鲜蘑米粥 | 48 | 柳菇竹荪煲丝瓜 | 52 | 当归猪肉饭 | 56 |
| 皮蛋枣仁粥 | 48 | 海带参贝汤 | 52 | 炒糯米饭 | 56 |
| 高血压 | 48 | 香菇淡菜粥 | 52 | 养血扶中糕 | 56 |
| 枣菊汤 | 48 | 酸枣仁芹菜汤 | 52 | 蜜枣糖糕 | 56 |
| 葛根凉薯饮 | 48 | 海蜇拌芹菜 | 52 | 枣泥薄撑 | 57 |
| 凉薯饮 | 48 | 荸荠芹菜根汤 | 52 | 豌豆核桃仁泥 | 57 |
| 绿豆荸荠饮 | 48 | 茼蒿汤 | 52 | 猪皮糖酒汤 | 57 |
| 灵芝荸荠饮 | 48 | 笋丝炒茼蒿 | 53 | 黑木耳红枣汤 | 57 |
| 玉米须香蕉汤 | 49 | 菊花茼蒿饮 | 53 | 天花粉山药汤 | 57 |
| 蘑菇鲜汤 | 49 | 芹菜葵花子汤 | 53 | 当归鲑鱼鳔汤 | 57 |
| 豆腐干芹菜炒肉丝 | 49 | 葵花仁白糖饮 | 53 | 紫荆皮山药汤 | 57 |
| 芹菜饮 | 49 | 百合万寿果汤 | 53 | 牛筋生血汤 | 57 |
| 芹菜粥 | 49 | 菊花酒酿 | 53 | 山药羊肉汤 | 57 |
| 红枣芹菜汤 | 49 | 大蒜蘸酱油 | 53 | 黄豆芽炖猪血 | 58 |
| 豆腐拌芹菜 | 49 | 决明蜜饮 | 53 | 猪皮红枣羹 | 58 |
| 香菇芹菜丝 | 49 | 香菇猪血汤 | 53 | 桂炖鹌鹑 | 58 |
| 醋浸花生仁 | 49 | 海带煮鸭肉 | 53 | 高血脂 | 58 |
| 麦冬山楂饮 | 49 | 低血压 | 53 | 紫茄子烧牡蛎肉 | 58 |
| 芹菜根枣汤 | 49 | 羊奶粥 | 53 | 芡实茯苓瘦肉汤 | 58 |
| 五丝烩蕨菜 | 50 | 牛奶粥 | 53 | 玉米豆苹果粉羹 | 58 |
| 枯草荠菜汤 | 50 | 桂枝肉桂茶 | 54 | 长寿水饺 | 59 |
| 旱莲草荠菜花汤 | 50 | 菠萝炖鹌鹑 | 54 | 首乌三七粥 | 59 |
| 香椿拌双丁 | 50 | 菠萝炒鸡片 | 54 | 黄精山楂粥 | 59 |
| 皮蛋蕨菜汤 | 50 | 归芪红枣蛋 | 54 | 花生壳粥 | 59 |

双玉米粥	59	三七人参粥	65	苦瓜爆炒蛤蜊	73
葡萄酒泡洋葱	59	丹参粳米粥	65	桑叶豆芽蛤肉汤	73
清蒸肉末海带盒	59	玉竹兔肉汤	65	菠菜炖牡蛎	73
鲜虾核桃仁炒韭菜	60	豆腐烧木耳	65	双瓜牡蛎汤	74
素炒三菇	60	花椒嫩鸡	65	珍珠玉米炒鲜贝	74
银耳炒肉丝	60	炒香舌片	65	三豆炒鲜贝	74
豆腐炒双耳	60	参芪陈皮煲猪心	65	香醋拌蜇皮	75
山楂粥	60	麦冬人参炖瘦肉	66	黄瓜炒鸡片	75
决明子菊花粥	60	川芎蛤蜊汤	66	三色乌鸡丝	75
健身消脂茶	60	紫菜豆腐兔肉汤	66	苦瓜炖鸭块	75
荷泽山楂茶	60	山甲首乌汤	66	茼蒿炖鸭块	76
消脂茶	61	猪心枣汤	66	蘑菇炖鸭块	76
消脂麦麸茶	61	冬菇枣汤	66	女贞子烧鸭肝	76
桃仁山楂露	61	回春汤	66	香菇炖兔肉	76
醋蛋液	61	降脂香菇汤	66	芸豆烧兔肉	77
山楂青鱼片	61	长寿杂面	67	双瓜炒兔肉	77
杞子红花鸡	61	归芪蒸鳗鱼	67	油菜兔肉汤	77
黑豆首乌炖甲鱼	61	姜葱滑鸡煲	67	海带菜花炖鸽	78
萝卜绿豆灌大藕	61	豆腐炖草鱼	67	双黄炖乳鸽	78
荷叶米粉肉	62	岗松炖猪心	67	青豆蒸鸽	78
山楂鲤鱼蛋	62	洋葱炒猪肉	67	豌豆乳鸽汤	78
冠心病	62	山楂蜜饯	67	鲜藕肉鸽汤	79
木耳拌洋葱	62	山楂糖块	67	鸽子炖兔肉	79
玉竹炖猪心	62	糖尿病	68	杞叶木耳炒鸽蛋	79
双耳滑鸡煲	62	兰花虾丸	68	双子鹌鹑汤	79
山楂炖牛肉	63	斛草甲鱼汤	68	精豆牛肉汤	80
山楂丹参粥	63	双冬蒸水鱼	68	青豆玉米炒牛肉	80
半夏瓜蒌薤白粥	63	麦冬沙参蒸鲫鱼	69	蒲公英肉丸汤	80
红花川芎粥	63	海带炒鱼丝	69	韭菜绿豆芽炒肉丝	81
山楂柿叶茶	63	玉米鱼块汤	69	番茄煮肉片	81
决明子菊花茶	63	茼蒿炖黑鱼条	70	双色鹿肉	81
红果丹参茶	63	大枣山药炖鱼头	70	药芹炒猪腰	81
决明楂菊茶	63	冬瓜烧鱖鱼块	70	三味腰片	82
茜草根老茶树茶	63	芦根炖墨鱼	70	香菇油菜心烧猪肚	82
山楂益母茶	64	苦瓜烧鳝段	71	豇豆香菇炒肚丝	82
止痛乳香茶	64	大枣炖黄鳝	71	魔芋猪胰汤	83
开元寿面	64	茼蒿炖黄鳝	71	油炸葱香豆腐	83
玉米粉粥	64	油菜黄精焖乌龙	71	茯苓豆腐汤	83
豆腐浆粥	64	莴笋炒海参	72	菠菜炒豆腐	83
红豆绿豆粥	64	爆炒虾仁	72	白玉红豆腐汤	84
葱粉薤白粥	64	甘蓝炒虾仁	72	豆扣烧蟹柳	84
五味子参麦粥	64	虾仁炒冬瓜	73	豆腐炖河虾	84

- 腐竹炒银芽 84
 香菜豆干 85
 双参蚕蛹汤 85
 浇汁茄子 85
 药汁烧茄子 85
 素菜荟萃 86
 香辣丝瓜 86
 丝瓜炒木耳 86
 三冬南瓜汤 86
 枸杞拌黄豆芽 87
 菠菜炖山药 87
 鹿肉人参炒苦瓜 87
 荸荠炒扁豆 88
 香菇山药炖鸡茸 88
 三丁爆玉米 88
 香菇炒洋葱 89
 蒜末拌芸豆 89
 凉拌三丝 89
 白果药丁 89
 猪胰汤 90
 苡仁猪胰汤 90
 黄酒炖兔肉 90
 银耳菠根汤 90
 玉米须炖猪胰 90
 玉竹山药炖鸽肉 90
 天花山药羹 90
 八宝饭 90
 枸杞葱油炒苦瓜 91
 芹菜炒鳝丝 91
 山药炖蛤蜊 91
 五味子炖鸡蛋 91
 茶蒸鲫鱼 91
 山药炖猪肚 91
 蒜烧南瓜 91
 陈皮炖兔肉 92
 芡实老鸭汤 92
 绿豆南瓜汤 92
 牛蒡香菇汤 92
 苦瓜炖蚌肉 92
 糯米桑白梅花汤 92
 蘑菇炖冬瓜 92
 四桑苦瓜汤 92
 黑豆黄精汤 93
 山药鸡蛋羊肉面 93
 兔肉馄饨 93
 猪肚粥 93
 玉竹粥 93
 益母草生地粥 93
 沙参玉竹粥 93
溃疡病 93
 甜菜枣粥 94
 蛎糖海蜇粉 94
 清明菜蒸糕 94
 姜韭牛奶羹 94
 黄鱼炖鱼肚 94
 冬菇大枣汤 94
 苡仁扁豆山药汤 94
 卷心菜粥 95
 木瓜红枣姜粥 95
 鲜姜炖猪肚 95
 冰姜糖 95
 生姜莲子炖猪肚 95
 马铃薯蜜膏 95
 陈皮甘草蜜膏 95
 甘蓝养胃饮 95
 红茶蜜饮 95
 白及枳壳粥 96
 红花蜂蜜茶 96
 老姜汁炖鸡 96
 黄芪炖猴头 96
 旱莲草枣粥 96
 田螺墨鱼骨汤 96
 甘蓝果蔬汁 96
 大枣白及粥 97
 三珍八宝饭 97
 土豆蜜粥 97
 包心菜水煮粥 97
 桂花莲子羹 97
慢性胃炎 97
 姜汁黑枣 97
 木瓜姜汤 98
 生姜枣汤 98
 茴香炖黄羊 98
 陈皮鲫鱼羹 98
 暖胃粉 98
 粳米炭粉 98
胃下垂 98
 砂仁炖笋鸡 99
 白汁炖桂鱼 99
 五香猪肚卷 99
 黄芪鳊鱼 99
 黄芪补胃枣 99
 枳壳黄芪炖带鱼 99
 参芪蒸羊肉 99
 黄酒炒田螺 100
 荷叶蒂莲子粥 100
 归升炖牛肚 100
 牛肚荷叶汤 100
 海参猪肉汤 100
 黄芪粳米粥 100
 鸡内金炒粉 100
 黄芪枳壳粉 101
 猪肚白术汤 101
 枳壳砂仁猪肚 101
 何首乌炖鸡 101
 枳芪炖鲫鱼 101
 豆米猪肠 101
 陈醋煮枣 101
 枳壳龟肉汤 101
 枳砂牛肚汤 101
 鲢鱼薏米汤 102
 黄芪炖羊肉 102
 马齿苋猪肠汤 102
 黄芪炖鲫鱼汤 102
 核桃肉蚕蛹汤 102
 蚕蛹粉 102
 茯苓香菇米饭 102
急性肾炎 102
 荠菜粳米粥 102
 山药茯苓粥 103
 葱白炖青头鸭 103
 枸杞米饭 103
 向日葵丝瓜蛋汤 103
 大蒜炖鳖肉 103
 冬瓜豆汤 103
 逐水消肿方 103

- 菠萝茅根速溶饮 103
 赤豆冬瓜粥 103
 车前叶粳米粥 103
 大蒜炖绿头鸭 104
 薏冬炖鲫鱼 104
 葫芦双皮汤 104
 葱白灯芯丝瓜汤 104
 莲茸糯米团 104
 黄芪豆粥 104
 蚕豆壳冬瓜粥 104
 栗茸糯米糊 105
 冰糖葫芦粥 105
 车前叶玉米须粥 105
 茅根蒲公英粥 105
 白菜苡米粥 105
 芡实白果粥 105
 玉米蝉衣汤 105
 车前草二皮汤 105
 赤豆茅根粥 105
脂肪肝 105
 金钱草炖鱼 106
 海带脊骨汤 106
 枸杞赤豆汤 106
 山楂燕麦粥 106
 当归芦荟茶 106
 山楂龙井茶 106
 菊杞乌龙茶 106
病毒性肝炎 107
 车前草郁金炖水鸭 107
 大蒜西瓜散 107
 香附陈皮蒸乳鸽 107
 红花五灵脂蒸墨鱼 107
 萝卜根溪螺汤 107
 小白菜炖田螺 107
 豆腐炖鳊鱼 108
 豆腐马蹄汤 108
 糖醋猪骨 108
 番茄烧墨鱼 108
 二豆蒸饭 108
 茯苓赤小豆粥 108
 泥鳅牛奶饮 108
 番茄马蹄饮 108
 荸荠肉馄饨 109
 荸荠雪蛤羹 109
 玉米须煲鲜蚌 109
 冰糖田螺 109
 胡萝卜炖田螺 109
 马蹄炒猪肝 109
 马蹄烧茄子 109
 淡菜苡仁煲冬瓜 110
 海蜇拌莴苣 110
 番茄煲蚌肉 110
 薏苡仁炖水鸭 110
 砂仁豆芽瘦肉汤 110
 青皮炖白鸭 110
 白扁豆溪螺汤 111
肝硬化 111
 黑豆黑鱼汤 111
 莲子山药甲鱼汤 111
 益肝汤 111
 枸杞炖鲜鱼 111
 鸡骨草炖田螺 111
 白萝卜牛肉汤 111
 冬瓜赤小豆炖乌鱼 112
 泥鳅粉 112
 桂圆山药炖甲鱼 112
 牛脾仙人掌 112
 地耳草鸡蛋 112
 红枣鳖甲汤 112
 大蒜炖黑鱼 112
 枸杞虫草蒸老鸭 112
泌尿系感染 112
 小蓟栀子粥 113
 青小豆粥 113
 粳酥粥 113
 玉米须车前甘草粥 113
 凤尾草米汤 113
 翠衣炒鱼片 113
 车前野苋汤 113
 鳧葵粟米粥 113
 黄花双耳肉片 113
 马蹄炖水鸭 114
 冬瓜鲤鱼盅 114
 地胆草猪肉汤 114
 冬瓜牛肉羹 114
 绿豆车前粥 114
 冬麻子粥 114
 五爪龙粥 114
 四鲜粥 114
泌尿系结石 114
 钱草玉米茶 115
 三金排石粥 115
 韭菜炒胡桃肉 115
 赤小豆内金粥 115
 琼浆玉液 115
 海金胡桃粥 115
 三金茶 115
 竹笋鸭肫汤 115
 牡丹皮乌龟汤 116
 薏苡仁蒸鸡 116
 花生米莲子粥 116
痛风 116
 椒叶止疼丸 116
 黄花菜汤 116
 羊蹄躅黑豆粥 116
 水煎爬墙虎煎 116
 桂膝芝麻散 116
失眠 116
 藕丝蛋羹 117
 人参黄芪粥 117
 大枣桑葚粥 117
 南烛子芝麻 117
 百合龙大枣眼粥 117
 海带陈皮粥 117
 灵芝荷包饺 118
 生地鸡子黄百合汤 118
 五味子炖鲈鱼 118
 银耳红枣汤 118
 黑枣桂圆蛋汤 118
 龙龟龟版汤 118
 八宝酿梨 118

- | | | | | | |
|-----------|-----|-------------|-----|------------|-----|
| 乌灵参鸡汤 | 119 | 天麻米饭 | 125 | 银耳瘦肉粥 | 130 |
| 百合青葙炖芦荟 | 119 | 芎脑芷汤 | 125 | 杞子炒肉丝 | 130 |
| 沙参玉竹炖鹧鸪 | 119 | 天麻石猪脑汤 | 125 | 山药炖乳鸽 | 130 |
| 桂圆红枣炖鹌鹑 | 119 | 升麻三黄茶 | 125 | 松子米粥 | 130 |
| 莲子百合炖猪肉 | 119 | 川芎白芷茶 | 125 | 山药炖羊肉 | 130 |
| 龙眼百合鸡蛋汤 | 119 | 苏叶姜糖饮 | 125 | 肥胖病 | 130 |
| 玫瑰烤羊心 | 120 | 天麻炖鲤鱼 | 125 | 冬瓜萝卜羹 | 130 |
| 枣仁芹菜汤 | 120 | 葱姜鲤鱼头汤 | 125 | 龙眼莲子粥 | 130 |
| 百合红枣龟汤 | 120 | 金雀花瘦肉汤 | 125 | 冬瓜萝卜粥 | 131 |
| 酸枣仁炖老鸡 | 120 | 生姜橘皮汤 | 126 | 白茯苓粥 | 131 |
| 玉竹淮杞鲜蚝汤 | 120 | 神经衰弱 | 126 | 苹果胡萝卜汁 | 131 |
| 龙眼淮山药糕 | 120 | 花生叶散 | 126 | 痢疾 | 131 |
| 萱草忘忧汤 | 120 | 胡桃黑芝麻散 | 126 | 马齿苋绿豆汤 | 131 |
| 天麻什锦饭 | 121 | 酸枣仁散 | 126 | 野苋甜汤 | 131 |
| 茯苓龙眼粥 | 121 | 金针菜枣仁散 | 126 | 草山楂鱼腥汤 | 131 |
| 银耳灵芝羹 | 121 | 枸杞大枣蛋汤 | 126 | 西红柿叶汤 | 131 |
| 桂圆蛋羹 | 121 | 玫瑰烤羊心 | 126 | 鸡冠花蛋甜汤 | 131 |
| 头痛 | 121 | 抑郁症 | 126 | 大蒜炖鲫鱼 | 131 |
| 清眩明目茶 | 121 | 蜜桃汁 | 126 | 莲子芡实龟肉汤 | 131 |
| 青箱子饮 | 121 | 猕猴桃果汁 | 127 | 枣肝兔肉汤 | 132 |
| 米醋花生粥 | 121 | 胡萝卜小麦草汁 | 127 | 鲫鱼汤 | 132 |
| 豆豉葱白茶 | 122 | 香橙葡萄苹果汁 | 127 | 双瓜叶汁 | 132 |
| 蔓荆子烩面 | 122 | 鲜椰菠萝汁 | 127 | 马齿苋蜜汁 | 132 |
| 杜仲银耳羹 | 122 | 薄荷清心茶 | 127 | 葡萄姜蜜茶 | 132 |
| 四味止眩汤 | 122 | 鼠尾草香醋 | 127 | 槟榔茶 | 132 |
| 川芎白芷鳙鱼汤 | 122 | 山药草莓奶 | 127 | 山楂茶 | 132 |
| 草果麦片羊肉汤 | 122 | 鲜奶玉米银耳羹 | 128 | 二陈止痢茶 | 132 |
| 屈头鸡姜汤 | 122 | 百合鲜奶蜜羹 | 128 | 乌梅止痢茶 | 132 |
| 三七花煮蛋 | 123 | 麦冬莲蓬豆腐 | 128 | 枣蜜茶 | 132 |
| 党参当归鱈鱼汤 | 123 | 合欢海参鸭心 | 128 | 大蒜马齿苋粥 | 133 |
| 菊苗锅塌盒 | 123 | 南瓜鸡蓉土豆泥 | 129 | 白头翁粥 | 133 |
| 雪里开炖猪腰 | 123 | 香蕉酸奶 | 129 | 乌梅姜茶粥 | 133 |
| 二蒺藜烧猪排 | 123 | 玫瑰菊花茶 | 129 | 鸡冠花米粥 | 133 |
| 茴香猪肾汤 | 123 | 菊花明日叶减压茶 | 129 | 加味槟榔粥 | 133 |
| 蛤蟆鲍鱼 | 123 | …………… | 129 | 莲子姜粥 | 133 |
| 金雀花煮蛋 | 124 | 果蔬汁 | 129 | 莲子木耳薤白粥 | 133 |
| 枸杞蒸蛋 | 124 | 西瓜芦笋汁 | 129 | 韭菜粥 | 133 |
| 菊花肉片 | 124 | 老年痴呆 | 129 | 金针冰糖饮 | 133 |
| 灵芝猪脚汤 | 124 | 扁豆粥 | 130 | 榴皮茄根饮 | 133 |
| 丝瓜藤煲猪肉 | 124 | 龙眼米粥 | 130 | 扁豆花馄饨 | 134 |
| 蜈蚣汤 | 124 | 肥羊汤 | 130 | 陈皮猪肾馄饨 | 134 |
| 黄酒核桃泥 | 124 | 泥鳅炖豆腐 | 130 | 赤石脂面 | 134 |

- 大蒜粥 134
韭菜粳米粥 134
茶叶大米粥 134
炮姜附子粥 134
便秘 134
松子炸豆腐 134
姜汁菠菜 135
虾子海参 135
杏仁豆腐 135
木耳蕨菜肉片 135
芝麻糖粉 135
芝麻补肾糕 135
火麻仁芝麻粉 136
核桃仁嚼食 136
松子蜜粥 136
盐水蜂蜜饮 136
生首乌蜂蜜 136
熟地核桃炖猪肠 136
牛奶蜜饮 136
芝麻蛋糊 136
核桃蜜羹 136
核桃芝麻蜜 136
桑葚杞参汤 136
冰糖蒸香蕉 136
核桃蜜 136
海参肠耳汤 137
绿海藻汤 137
海带西洋菜汤 137
苡蓉炖羊肉 137
三籽润肠茶 137
菠菜饭猪油 137
菠菜根蜜汤 138
清炒番薯叶 138
藤菜鲜汁 138
芹菜茭白汤 138
鲜藕生地蜜膏 138
蜜汁鲜桃 138
薄荷甜桃 138
柠檬苹果汁 138
玉麻粟糕 138
黑米番薯粥 138
番薯蘸蜜 139
桑葚芝麻首乌汤 139
利水消肿 139
白术炖鲤鱼 139
菊花火锅鱼 139
橘皮煮鲤鱼 139
玉兰花氽鲫鱼 139
红糖烩鳝鱼丝 139
冬瓜乌鱼汤 139
冬瓜皮蚕豆汤 140
牛肉萝卜汤 140
赤豆炖鲫鱼 140
桑白皮赤豆汤 140
玉米汁炖鲫鱼 140
冬瓜鳢鱼汤 140
猪苓炖鲫鱼 140
商豆炖鲫鱼 140
蚕豆牛肉汤 141
香菜鲙鱼汤 141
赤豆鹌鹑汤 141
拌饭蒸鸭 141
冬瓜茅根汤 141
黑豆炖鲤鱼 141
地狗蛋汤 141
豌豆苗汤 141
发菜车前汤 141
芡实老鸭粥 142
鸡汁红豆粥 142
黑豆蛋粥 142
赤小豆鲤鱼粥 142
小麦仁狗肉粥 142
鲤鱼汁粥 142
苡仁郁李粥 142
商陆鲫鱼汤 142
麻黄连翘赤豆汤 142
冬瓜炖鲤鱼 143
草果青鸭汤 143
眉豆薏苡仁粥 143
茅根豆粥 143
玉米豆枣粥 143
解暑 143
乌梅茶 143
冬瓜饺 143
鸡血炖豆腐 143
翠衣毛根汤 144
西瓜蒸鸭 144
酸菜炖鲫鱼 144
柠檬炖乳鸽 144
豆腐炖泥鳅 144
酸辣笋瓜汤 144
冬瓜绿豆汤 145
绿豆百合粥 145
白菜炖鸭头 145
青荷炖鳅鱼 145
萝卜炖鸭肫 145
竹荪口蘑汤 145
芦笋鲜奶汤 145
莴笋草菇汤 146
发菜芙蓉汤 146
乌梅蚕豆枣汤 146
酸辣海参汤 146
马蹄猪肺汤 146
双菇炖蛇肉 146
清暑茅芋糕 146
冬瓜海带汤 147
七鲜解暑汤 147
椰子鸡球 147
莲花百合汤 147
三鲜苦瓜汤 147
三丝冬菜汤 147
番茄皮蛋汤 148
海蜇马蹄汤 148
苡仁炖蛇丁 148
苦瓜肉丝汤 148
乳腺炎 148
通草母猪蹄羹 148
苍耳子炒鸡蛋 148
豆豉粥 149
白果仁酒 149
鲜蒲公英酒 149
黄花菜炖猪蹄 149
油菜帖 149
甜橙黄酒 149
薏苡仁赤小豆粥 149
橘核黄酒饮 149

- 蒲公英粳米粥 149
 马兰头拌豆腐 149
 丝瓜汁 149
 油菜粳米粥 149
 鸡爪黄花蛋汤 149
 山药黑鱼汤 150
 银耳木耳汤 150
 粳米香附粥 150
 三草红糖蛋 150
 公英虾肉汤 150
 蜂房蒲公英汤 150
 瓜蒌酒 150
 鸡爪黄花菜蛋汤 150
 四仙猪骨汤 150
 蒲公英金银花粥 150
 橙汁酒 151
 油菜橘皮汤 151
 丝瓜络酒 151
- 痔 疮** 151
 蜥蜴鸡蛋粉 151
 阿胶海参粉 151
 地瓜藤酒 151
 血三七酒 151
 白糖炖鱼肚 151
 黑木耳芝麻茶 151
 黑木耳粳米粥 152
 荸荠马齿苋粥 152
 香椿鱼 152
 米醋煮羊血 152
 清蒸黄鳝 152
 水蒸茄子 152
 白糖炖鱼肚 152
 红枣银耳粥 152
 红枣糯米粥 152
 决明子菊花茶 152
 五仁糕 152
 黑芝麻核桃糊 152
 生姜鲜蚌肉 152
 大蒜炖乌鲤鱼 153
 猪苦胆丸 153
 槐花猪肠丸 153
 槐花蜂蜜膏 153
- 陈石榴猪肉煲 153
 醋煮赤小豆 153
 润肠香蕉汤 153
 鳗鲡烤片 153
 黄酒猪皮汤 153
 苦参红糖煮鸡蛋 153
 清蒸鱈鱼 153
 无花果炖瘦猪肉 154
 瘦肉丝瓜汤 154
 猪肚砂枳汤 154
 僵蚕莲藕汤 154
 木耳柿饼汤 154
 薤汁蜂蜜膏 154
 槐花荆芥糊 154
 凌霄槐花粥 154
 山茶花糯米粥 154
 阿胶糯米粥 154
 桑葚糯米粥 154
- 脱 肛** 155
 蓖麻根煲猪大肠 155
 山药粳米粥 155
 黄鳝羹 155
 郁李仁粳米粥 155
 猪肚粳米粥 155
 马齿苋直肠汤 155
 山药麻雀粥 155
 炒田螺 155
 黄花菜木耳汤 155
 黄芪羊肉汤 156
 薏米鳝鱼汤 156
 巴戟猪大肠汤 156
 乌龟芡实汤 156
 黄芪鲫鱼汤 156
 黄芪枳壳炖带鱼 156
 绿豆糯米煮猪肠 156
 陈醋煮大枣 156
 益气黄精酒 156
- 肛 裂** 157
 马齿苋莱菔子汁 157
 蒲公英粳米粥 157
 金银花粳米粥 157
 赤小豆绿豆粥 157
- 马兰头炒佛手 157
 鲜刀豆汁 157
 蜂蜜腌核桃仁 157
 香蕉牛奶饮 157
 糖腌藕片 157
- 肛 痿** 157
 麻仁牡蛎肉饮 157
 百合茯苓粥 158
 蜂蜜核桃仁糊 158
 金银花绿茶饮 158
 马齿苋郁李仁汁 158
 蒲公英菊花饮 158
 苦瓜冬瓜饮 158
 薏仁绿豆粥 158
 清蒸河鳗 158
 松子粳米粥 158
- 疝 气** 158
 草果麦仁汤 158
 金橘末汤 158
 陈醋煮鸡蛋 159
 吴茱萸酒 159
 枳壳鸡蛋汤 159
 吴茱萸粥 159
 丁香煮酒 159
 小茴香烧鸭蛋 159
 马蔺茴香拌豆腐 159
 荔枝核粳米粥 159
 桂花羊肉 159
 柚子鸡蛋 159
 大蒜金橘饮 160
 楝脂二香脬 160
 葱衣汤 160
 小茴香红糖粥 160
 当归生姜羊肉汤 160
 双核饮 160
 桂姜茱萸酒 160
- 冻 疮** 160
 羊肉花椒归姜汤 161
 生姜酒 161
 花椒羊肉汤 161
 山楂归枣汤 161
 胡萝卜炖羊肉 161

- 黑芝麻鸡蛋汤 161
- 橘皮姜汤 161
- 干姜红花酒 161
- 复方樟脑酒 161
- 大蒜煲牛肉 162
- 牛脂樟脑膏 162
- 疖、痈疮肿** 162
- 炒西瓜 162
- 苦瓜豆腐瘦肉汤 162
- 三豆白糖汤 162
- 蒲公英粳米粥 162
- 凉拌马齿苋 162
- 天然白虎汤 163
- 金银花茶 163
- 山药大米粥 163
- 绿豆粥 163
- 蜜糖银花露 163
- 三花天葵蒲公英饮 163
- 马齿苋银花饮 163
- 二黄冰片酒 163
- 苦瓜绿豆瘦肉粥 163
- 枸杞白糖饮 163
- 凉拌三丝 163
- 银花绿豆粥 163
- 苦菜姜汁 163
- 甘草银花酒 164
- 银花陈皮酒 164
- 芙蓉花茶 164
- 银翘黄芪茶 164
- 白萝卜茶饮 164
- 银花菊花茶 164
- 蒲公英银花茶 164
- 茯苓白芷粥 164
- 菠菜猪肝汤 164
- 香菇母鸡汤 164
- 风湿性关节炎** 164
- 川乌粥 165
- 生地加皮酒 165
- 雪莲鹿筋汤 165
- 木瓜炖羊肉 165
- 菊花山楂茶 165
- 红烧鳝鱼 165
- 乌豆独活汤 165
- 葱白薏米粥 166
- 羊蹄躄根糯米粥 166
- 玫瑰酒酿饼 166
- 雪莲鸡汤 166
- 木瓜柳枝粥 166
- 薏苡仁粳米粥 166
- 苦丁茶 166
- 黑豆炖蛇肉 166
- 双菇南蛇汤 166
- 参芪红烧熊掌 167
- 鳝鱼鸡汤 167
- 牛膝木瓜酒 167
- 千年健酒 167
- 猪脚筋汤 167
- 杜仲猪脊骨汤 168
- 桑枝药酒 168
- 威灵仙酒 168
- 松叶药酒 168
- 三蛇酒 168
- 核桃大米酪 168
- 苡米防风茶 168
- 三藤寄生酒 168
- 公藤麻黄酒 169
- 老桑枝雌鸡汤 169
- 菊花龙虎丝 169
- 五加皮瘦肉粥 169
- 附片蒸狗肉 169
- 木瓜牛奶羹 169
- 三丝蛇羹 170
- 蛇羹杂烩 170
- 蛤什蟆蛇羹 170
- 鸡茸炖鲑鱼 170
- 鹿蹄陈皮汤 170
- 重阳蒸糕 170
- 栗子糯米糕 171
- 银花藤蜜饮 171
- 复方桑枝茶 171
- 威灵仙炖狗骨 171
- 蜜汁木瓜饮 171
- 辣椒煨牛蹄筋 171
- 核桃酪 171
- 木瓜薏苡仁粥 172
- 防风粳米粥 172
- 韭菜羊骨粥 172
- 乌蛇羹 172
- 川乌草乌酒 172
- 三蛇药酒 172
- 葱头豆豉粥 172
- 肉桂桂粥 173
- 姜汁川乌粥 173
- 强壮筋骨饮 173
- 柳枝茶 173
- 槐子核桃茶 173
- 仙灵木瓜茶 173
- 五加木瓜茶 173
- 鹿角胶粳米粥 173
- 木瓜猪蹄汤 174
- 参归鳝鱼羹 174
- 骨碎补狗骨汤 174
- 川芎归尾酒 174
- 姜黄木瓜酒 174
- 伸筋草酒 174
- 竹黄通络酒 174
- 独活杜仲酒 174
- 薏苡仁酒 175
- 松节酒 175
- 血栓闭塞性脉管炎** 175
- 党参黄芪炖猪肘 175
- 狗肉羹 175
- 七品蒸鸭 175
- 焖罐鸡 175
- 毛冬青猪爪汤 176
- 牛蹄筋祛瘀汤 176
- 木耳紫菜蛋花汤 176
- 熟地鹿角胶汤 176
- 黑大豆活血粥 176
- 红枣枸杞山药粥 176
- 活血四虫粉 176
- 鲜藕雪梨银花饮 176
- 爬山猴酒 177
- 通脉乌蛇酒 177
- 祛寒通络酒 177

丹参通络药酒 177

通脉管药酒 177

蜈蚣鹿蝎蒜酒 177

二 妇科常见疾病食疗方

月经不调 178

益母芹菜汤 178

黄花艾叶炖母鸡 178

龙眼桑葚汤 178

芪归鸡 178

归芪米粥 178

红糖皮冻酒 178

蒲黄月季酒 178

归芪酒 179

阿胶黑米粥 179

牛肾粳米粥 179

白果煲白鸭 179

槐花两地粥 179

红糖芝麻饮 179

姜艾粥 179

草汁益母粥 180

獐归肉 180

鸡蛋黑枣红糖汤 180

芪参补膏 180

葵籽山楂汤 180

调经草汤 180

大枣黑米红糖粥 180

枣姜红糖汤 181

乌鸡陈皮汤 181

艾叶姜枣茶 181

牡丹花米粥 181

升阳补中粥 181

益母草米粥 181

当归粳米粥 181

益母红糖饮 181

酒苳蓉粥 181

青蒿丹皮茶 182

香附乌药茶 182

红枣黑木耳茶 182

茅根茶 182

黑豆苏木饮 182

益母草绿茶 182

二花茶 182

白芍黄芪酒 182

地榆酒 182

多味调经酒 182

月季归参酒 183

珍珠蒸蟹蛋 183

茜根桃叶饮 183

牛肉阿胶汤 183

黄芪党参羊肉汤 183

芹菜卷柏鸡蛋汤 183

珍珠烧鲫鱼 183

茯苓乌鸡汤 184

瘦肉炖水鱼 184

藏红花酒 184

洋参炖乌鸡 184

芎归益母茶 184

枸杞烧猪腰 184

三白煲鸡 184

当归羊肉生姜汤 184

益母草炖鸡蛋 185

生姜艾叶蛋 185

鸡蛋马齿汤 185

泻热芥菜汤 185

黑豆酒蛋汤 185

花椒姜枣汤 185

山楂生姜汤 185

红花益肤通经粥 185

牛肾起阳粥 185

艾叶红糖粳米粥 186

薏苡仁姜艾粥 186

肉桂粳米粥 186

麻雀茴香粥 186

吴茱萸米粥 186

玉簪花粳米粥 186

四炭茶 186

苏梗橘叶茶 186

莲子茶 186

苦瓜根早莲茶 187

艾叶茶 187

川芎茶 187

月季花茶 187

茴香青皮酒 187

生拌马兰头 187

羊肉豇豆汤 187

银耳话梅羹 187

虫草青鱼馄饨 187

白莲参芪粥 188

八宝酒 188

贝母煲香瓜 188

南瓜双红补血汤 188

延胡当归汤 188

益母草山楂粥 188

泽兰绿茶 188

经前乳房胀痛 189

贝母麦芽杏仁汤 189

金针排骨粉丝汤 189

山楂二枣汤 189

蚕豆玫瑰花茶 189

金橘玫瑰饮 189

茯苓陈皮糕 189

经间期出血 189

青梅羹 189

棉籽粉 189

桂圆肉炒蕃石榴 189

小麦鸡血粥 190

黑豆莱菔煎 190

痛经 190

益母草粥 190

双花三草酒 190

山楂止痛粥 190

调经草饮 190

枣糖姜椒煎 190

益母草乌豆汤 191

吴茱萸米粥 191

血藤煲河蟹 191

狗肉五味汤 191

元胡当归酒 191

- 枸杞煲鱼头 191
 调经去痛酒 191
 玉簪花粥 192
 蒸乳鸽 192
 益母草生地粥 192
 葵籽山楂汤 192
 黑豆酒蛋汤 192
 花椒姜枣汤 192
 泽兰绿茶 192
 当归米粥 192
 补血参茸酒 192
 红糖炮姜茶 193
 参归牛膝酒 193
 薏苡仁姜艾粥 193
 肉桂粥 193
 当归酒 193
 参芪归枣膏 193
 乌鸡陈皮汤 193
 养血去痛粥 193
 人参煲鹌鹑 194
 桂圆玫瑰粥 194
 山楂生姜汤 194
 艾叶姜枣汤 194
 茴香麻雀粥 194
 月季花茶 194
 川芎止痛茶 194
 艾叶茶 194
 月季花酒 194
 韭汁糖饮 194
 酒浸苡蓉粥 195
 二花茶 195
 藕粉玫瑰羹 195
行经吐衄 195
 韭菜红糖茶 195
 猪蹄枣糖煎 195
 藕节黄花菜汤 195
 藕节栀子汤 195
 栀子山药楂肉粥 195
 玉竹百合鸡蛋饮 195
 鳝鱼木耳汤 195
经行口糜 196
 黑豆汁 196
 银耳大枣汤 196
 蜜桑葚 196
 冰糖燕窝银耳 196
 里脊片枸杞子 196
闭 经 196
 红枣马蓝头根汤 196
 川芎煮蛋 196
 墨鱼炒姜丝 196
 芪归补血汤 196
 乌贼乌鸡当归汤 197
 红花桃仁粥 197
 桃仁粳米粥 197
 墨斗鱼桃仁羹 197
 兰花米粥 197
 红花黑豆汤 197
 米酒黑豆鸡蛋汤 197
 蜂蜜桃花粥 197
 月季花酒 197
 蚕砂米酒 197
 蒜姜羊肉丝 198
 鸡血藤炖鸡蛋 198
 三七芥子酒 198
 冬虫草鸭 198
 红花粥 198
 姜丝黑鱼 198
 黑豆红花糖煎 198
 桂圆薏苡粥 198
 胎盘参枸汤 198
 益母草乌豆汤 198
 鳖甲煲鸽肉 199
 当归煮蛋 199
 祛瘀水鱼汤 199
 天香炉炖猪肉 199
 鸡内金糯米粥 199
 阿胶凌霄花粥 199
 牛膝煲猪蹄 199
 牛膝党参酒 199
 桃仁香附粥 199
 香菇墨鱼冬笋粥 199
 归姜猪肉汤 200
 薏苡香术米粥 200
 黄芪首乌乌鸡汤 200
 牛血桃仁羹 200
崩 漏 200
 红花川芎酒 200
 米酒姜汁蚌肉汤 201
 乌鸡米粥 201
 蚕茧黄酒 201
 玉米须猪肉汤 201
 艾叶老母鸡汤 201
 牛血桃仁汤 201
 藕节木耳炖猪肉 201
 槐花黄酒 201
 猪肚莲子汤 201
 墨鱼煲鸡 201
 昙花粳米粥 202
 黑豆益母草汤 202
 乌贼骨煲鸡 202
 三七粉米粥 202
 地黄当归羊肉汤 202
 韭汁豆浆饮 202
 乌雄鸡米粥 202
 生地红米粥 202
子宫脱垂 202
 韭菜猪腰 203
 月季花酒 203
 枸杞黄芪炖乳鸽 203
 荔枝米酒 203
 柿蒂金樱桂圆饮 203
 蓖麻根煲鸡 203
 巴戟煲猪大肠 203
 山楂双花饮 203
 芝麻升麻炖大肠 203
 龟肉枳壳汤 204
 黄芪鲫鱼汤 204
 黄鳝姜汁饭 204
 升麻炖龟肉 204
 多味金樱子粥 204
 首乌炖鸡 204
带 下 204
 白果蒸蛋 204
 山药苡莲汤 205
 金樱子粳米粥 205
 银花草薺粥 205