

主 编 陈静岐

临床食疗配方



天津科学技术出版社

责任编辑:张洪善

临床食疗配方

主 编 陈静岐

副主编 孔增科

尚小平

*

天津科学技术出版社出版

天津市张自忠路189号 邮编300020

河北省雄县胶印厂印刷

新华书店天津发行所发行

*

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 16.25 字数 365 000

1996年9月第1版

1996年9月第1次印刷

印数: 1-4 000

ISBN 7-5308-1982-8

R·550 定价:17.00元

编 著 者 名 单

主 编 陈静岐

副主编 孔增科 尚小平

编著者 (以姓氏笔画为序)

弓爱秀	王盛增	王长垠	孔增科
史凤娥	李秀云	李付章	陈静岐
宋威生	林 静	金光辉	尚小平
曹林伍	詹文彦	潘春范	

中华人民共和国国家
中医药管理局关于
《中医医院分级管理标准》的规定：

中医医院应设食疗营养科(室), 并应配备“从事临床食疗并有系统的中医药知识的营养师以上职称人员”。

**继承中医传统
创造崭新业绩
弘扬食疗妙术
促进康复保健**

国家中医药管理局

于生龙

1995年10月

编写说明

一、本书初稿是在陈静岐、孔增科同志拟定的编写通则基础上,由有关作者分头执笔编写。初稿完成后,进行了两次较大的修改,最后,由孔增科、陈静岐统稿、定稿。

二、全书共分十四章。第一章至第四章阐述了临床食疗的定义、探讨了临床食疗源远流长的发展历史、作用原理、治疗法则、作用特点和食疗方的制作方法及注意事项;第五章至第十三章详述临床各科 160 种病证的辨证分型、食疗配方与用法;第十四章简述 140 种临床食疗常用药、食物质的性味归经、功能主治、主要成分、药理作用和代表食疗方。

三、每种病证的编写,是在简述其特点的前提下,按辨证分型的具体情况,确定治则、配方与用法,有的病证介绍了注意事项。

四、各科所涉病名,以国家中医药管理局发布的《中医病证诊断疗效标准》(以下简称《标准》)为蓝本;《标准》中暂未收入的病证,使用教科书中的中医病名,《标准》中不能概括的病名,则使用现代医学病名,但于各该病证的简述中,说明属于中医何种病证的范围,以突出中医药特色。附录列“中医病证相当于现代医学病名对照”,以便于临床查阅参考。

五、文稿中涉及的药物名称,除个别情况以外,均用正名(即《中华人民共和国药典》1990 年版所载名称)。文稿中均用法定计量单位,如:公斤(kg),克(g),升(l),毫升(ml)等。

六、书末附有“食疗配方名称索引”、“部分药、食物学名及应用部位索引”，以方便读者查阅。

序

我国远在周代就设有食医,创立了“以五味、五谷、五药养其病”,“药以祛之、食以随之”,“谷肉果菜,食养尽之”的食疗基本理论。从先秦的《神农黄帝食禁》、东汉的《伤寒杂病论》、南北朝的《刘氏食方》、隋朝的《太官食经》、唐朝的《千金食治》、《食疗本草》、宋朝的《食治通说》、《太平圣惠方》、《养老奉亲书》、元朝的《饮膳正要》、明朝的《食物本草》、清朝的《随食居饮食谱》,到现代的《中国食疗学》等,历代均有食疗专著问世。几千年来,中国食疗理论和实践与中医药学共同促进了中华民族的繁衍昌盛,同时,也促进了世界医学尤其是营养学的发展。

食疗虽然历史悠久,但近代囿于食养而少于食疗,限制和影响了食疗水平的提高和发展。国家中医药管理局《中医医院分级管理标准》中,提出了医院建立食疗营养科的要求,为医院食疗的发展指明了方向。

陈静岐等同仁,积数十年临床经验,撰写《临床食疗配方》一书,详述食疗之起源、历史发展、基本原理、治疗法则、作用特点和食疗方制作方法与注意事项,重点介绍各科病证的食疗配方和用法。论述博而不繁,详而有要,临证辨证施方,重在食疗,兼及食养,理据充分,切合实用。此书问世,拓宽了食疗范围,尤其为医院开展食疗提供了一本很好的工具书,为继承发展祖国医学,充实祖国医学宝库作出了贡献,实为医界之幸,故乐为之序。

河北省中医药管理局局长 孙万珍

前 言

临床食疗是我国医药学的重要组成部分,早在公元前 1122 年医学分科中,就有了“食医”,而且居于疾医、疡医、兽医之首。历代医药学家对食疗都十分重视,著名的医药学家孙思邈把用食疗遣疾作为衡量医者技术水平高低的主要标准,毫不夸张的说,食疗对防治疾病、繁衍昌盛中华民族做出了重要贡献。

出于历史、教育和医院分科编制等方面的原因,食疗的应用多散在于民间和基层医疗工作者之中,在具有一定规模的医院中且较少应用。这种状况,影响了食疗水平的提高和发展。

国家中医药管理局《中医医院分级管理标准》中,明确提出“医院应建立食疗营养科”,给医院临床食疗的发展指明了方向,迎来了临床食疗的春天。

本书的编写,从临床食疗的定义入手,简述临床食疗的发展历史,详述临床食疗的作用原理、治疗法则及食疗方制法和注意事项,密切结合临床实践,重点介绍临床各科病证的食疗配方和用法,面向医院食疗营养科和临床食疗人员,旨在发掘祖国医药学宝库,整理食疗传统经验,拓展食疗应用范围,解决食疗重辅助、轻治疗和临床食疗人员基础狭窄、技术素质不一的实际问题,填补临床食疗专著出版的空白,以应临床食疗工作者之急需,为医院分级管理上等级,强化医院食疗的临床治疗和人民健康服务。

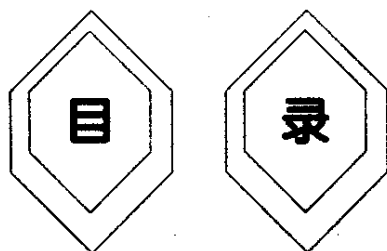
本书编写出版过程中,得到天津科学技术出版社的大力支持,国家中医药管理局于生龙副局长、河北省中医药管理局孙万

珍局长热情赐序,孔增祥、朴晓宏、马登斌等同志协助誊清文稿,谨此表示诚挚的感谢。

由于我们水平有限,时间仓促,且临床食疗的经验比较局限,有些尚在实践摸索之中,有待于发展、完善,内容上难免不足之处,恳请读者不吝指正。

编著者

1995年7月



第一章 临床食疗的定义、分类与历史发展	(1)
第一节 临床食疗的定义与分类	(1)
一、临床食疗的定义	(1)
二、临床食疗的分类	(1)
第二节 临床食疗的历史发展	(3)
一、临床食疗的发展简史	(3)
二、临床食疗主要著作简介	(11)
第二章 临床食疗的基本原理与治疗法则	(15)
第一节 临床食疗的基本原理	(15)
一、天人合一、调整阴阳	(15)
二、药、食共烹、治病求本	(17)
第二节 临床食疗的治疗法则	(18)
一、辨证施治、据型定法	(18)
二、扶正祛邪、固本强身	(20)
第三章 临床食疗的作用特点与注意事项	(23)
第一节 临床食疗的作用特点	(23)
一、色香味美	(23)
二、确实有效	(23)
三、制作简单,服用方便	(23)

四、无副作用	(23)
第二节 临床食疗的注意事项	(24)
一、辨证用药,严格用量	(24)
二、正确配方,注意宜忌	(24)
三、精心烹调,讲究工艺	(25)
第四章 临床食疗方的制作方法与注意事项	(26)
第一节 临床食疗方的制作方法	(26)
一、菜肴	(26)
二、粥饭	(27)
三、汤液	(28)
四、蜜膏	(28)
五、鲜汁	(28)
六、羹	(28)
七、酒	(29)
八、饮	(29)
九、茶	(29)
十、露	(29)
第二节 临床食疗方制作的注意事项	(29)
一、核方检料、遵法炮制	(29)
二、严格操作、讲求实效	(30)
第五章 内科疾病	
咯血	(44)
悬饮	(46)
喘病	(48)
哮病	(51)
胃脘痛	(54)
痢疾	(58)
泄泻	(60)
感冒	(31)
咳嗽	(33)
风温肺热病	(37)
肺痈	(40)
肺癆	(42)

黄疸	(63)
水臌	(65)
便秘	(68)
中暑	(70)
胸痹心痛	(72)
心悸	(75)
不寐	(78)
自汗、盗汗	(80)
郁病	(82)
癫病	(85)
痫病	(86)
头风	(89)
眩晕	(92)
痿病	(94)
中风	(96)
水肿	(100)
消渴	(103)
热淋	(106)
石淋	(108)
乳糜尿	(110)
癃闭	(112)
阳痿	(114)
遗精	(116)
风湿痹	(118)
尪痹	(121)
骨痹	(124)
肌痹	(126)

痛风	(127)
----	---------

第六章 外科疾病

	(130)
疖	(130)
有头疽	(131)
瘰癧	(134)
乳痈	(135)
乳癆	(137)
乳癖	(138)
肠痈	(140)
水疝	(142)
子痈	(144)
子痰	(146)
精癰	(148)
精浊	(151)
膿疮	(153)
褥疮	(155)
流痰	(157)
脱疽	(159)
青蛇毒	(162)
股肿	(163)
混合痔	(164)
脱肛	(166)

第七章 妇产科疾病

	(169)
第一节 月经不调 与带下病	

.....	(169)
月经先期.....	(169)
月经后期.....	(171)
月经先后无定期	
.....	(174)
月经过多.....	(175)
月经过少.....	(178)
经期延长.....	(181)
痛经	(184)
闭经	(188)
崩漏	(192)
经行身痛.....	(196)
经行泄泻.....	(198)
绝经前后诸证	
.....	(199)
经行吐衄.....	(201)
带下病	(203)
第二节 产科疾病	
.....	(206)
妊娠恶阻.....	(206)
胎漏、胎动不安	
.....	(209)
滑胎	(212)
子肿	(214)
产后恶露不绝	
.....	(216)
产后大便难	(218)

产后缺乳.....	(220)
产后乳汁自出	
.....	(222)
产后贫血.....	(223)
产后腹痛.....	(225)
产后身痛.....	(226)
阴挺	(228)
盆腔炎	(231)
不孕症	(233)

第八章 儿科疾病

.....	(238)
水肿	(238)
麻疹	(242)
口疮	(245)
顿咳	(247)
疳症	(250)
水痘	(253)
猩红热	(254)
佝偻病	(256)
疳腮	(258)
泄泻	(260)
蛔虫病	(264)
蛲虫病	(265)

第九章 眼科疾病

.....	(267)
天行赤眼.....	(267)
暴风客热.....	(268)

神水将枯····· (270)
 疳积上目····· (272)
 血灌瞳神····· (275)
 绿风内障····· (277)
 圆翳内障····· (278)
 视瞻昏渺····· (281)
 青盲····· (283)
 高风雀目····· (287)
 能近怯远····· (289)
 眉棱骨痛····· (292)

第十章 耳鼻喉科疾病

····· (295)
 脓耳····· (295)
 暴聋····· (297)
 久聋····· (300)
 耳眩晕····· (303)
 伤风鼻塞····· (305)
 鼻塞····· (307)
 鼻渊····· (308)
 鼻衄····· (311)
 慢喉痹····· (314)
 乳蛾····· (316)
 梅核气····· (319)
 牙宣····· (321)
 口疮····· (323)

第十一章 皮肤科疾病

····· (326)

热疮····· (326)
 蛇串疮····· (327)
 疣目····· (329)
 粉刺····· (330)
 酒皴鼻····· (332)
 面游风····· (334)
 瘾疹····· (335)
 四弯风····· (337)
 猫眼疮····· (339)
 土风疮····· (340)
 登豆疮····· (341)
 黄水疮····· (343)
 湿疮····· (344)
 药毒····· (346)
 脚湿气····· (348)
 白疔····· (349)
 风热疮····· (351)
 摄领疮····· (353)
 紫癜风····· (355)
 白驳风····· (357)
 黧黑斑····· (358)
 风瘙痒····· (359)

第十二章 血液病

····· (362)
 缺铁性贫血····· (362)
 再生障碍性贫血····· (364)

巨幼细胞贫血	
.....	(366)
紫癜	(368)
虚劳	(371)

第十三章 肿瘤科疾病

.....	(374)
胃癌	(374)
肺癌	(376)
肝癌	(378)
肠癌	(380)
食管癌	(382)
乳岩	(383)
宫颈癌	(385)
鼻咽癌	(387)

第十四章 食疗方常用药物 与食物

.....	(389)
-------	-------

第一节 药物

.....	(389)
丁香	(389)
人参	(389)
三七	(390)
土茯苓	(391)
大蒜	(391)
大枣	(392)
大黄	(393)
川贝母	(394)

山楂	(394)
山药	(395)
山茱萸	(396)
小茴香	(396)
马齿苋	(397)
天麻	(397)
天冬	(398)
五味子	(399)
木瓜	(399)
木槿花	(400)
车前子	(400)
巴戟天	(401)
女贞子	(401)
火麻仁	(402)
丹参	(402)
乌梅	(403)
玉竹	(404)
龙眼肉	(404)
白术	(405)
白芍	(406)
白及	(406)
白果	(407)
白扁豆	(407)
冬虫夏草	(408)
西洋参	(408)
百合	(409)
地黄	(410)

地骨皮	(411)	郁李仁	(428)
当归	(412)	罗汉果	(429)
决明子	(413)	鱼腥草	(430)
肉桂	(413)	胡椒	(430)
麦冬	(414)	胡桃仁	(431)
芝麻	(415)	栀子	(432)
红花	(416)	枸杞子	(432)
全蝎	(416)	茯苓	(433)
豆蔻	(417)	绞股蓝	(434)
灵芝	(417)	砂仁	(434)
杜仲	(418)	茵陈	(435)
阿胶	(419)	姜	(435)
赤小豆	(419)	桑椹	(436)
佛手	(420)	桑白皮	(437)
陈皮	(420)	桑寄生	(437)
苍术	(421)	党参	(438)
芡实	(422)	柴胡	(439)
鸡内金	(422)	高良姜	(440)
鸡血藤	(423)	银耳	(440)
补骨脂	(423)	凌霄花	(441)
何首乌	(424)	猪苓	(442)
青果	(425)	莲子	(442)
苦杏仁	(425)	菊花	(443)
玫瑰花	(426)	菟丝子	(444)
昆布	(427)	紫苏叶	(445)
金银花	(427)	黑木耳	(445)
荠菜	(428)	黄芪	(446)