

总主编 蔡东联 钟 燕

常见疾病药膳治疗丛书

慢性支气管炎 药膳治疗

曲丹王慧佐小华 主编

慢性支气管炎——中西医结合诊治
药食同源——食疗美味加功效
药膳组方——辨证施膳效果佳

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

常见疾病药膳治疗丛书

慢性支气管炎 药膳治疗

总主编 蔡东联 钟 燕

主 编 曲 丹 王 慧 佐小华

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS
北 京

图书在版编目(CIP)数据

慢性支气管炎药膳治疗/曲丹,王慧,佐小华主编. —北京:人民军医出版社,2007.5

(常见疾病药膳治疗丛书)

ISBN 978-7-5091-0910-6

I. 慢… II. ①曲…②王…③佐… III. 慢性病:支气管炎-食物疗法-食谱 IV. R247.1
TS972.161

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 051798 号

策划编辑:马莉 文字编辑:顾森 责任审读:李晨

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:潮河印业有限公司 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:9.25 字数:126千字

版、印次:2007年5月第1版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:22.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

内 容 提 要

慢性支气管炎在我国是常见病和多发病。据统计，我国 50 岁以上中老年人发病率为 15%~30%，如不治疗可并发阻塞性肺气肿和肺源性心脏病。本书从西医和中医对该病认识的角度，介绍了慢性支气管炎的病因、临床表现、诊断及治疗方法。并在中西医结合治疗的基础上，列举了 40 种中药及食物的功效，以及 334 种常用药膳的组方、制作方法及作用，是慢性支气管炎病人的参考读物。



前 言

慢性支气管炎是一种常见的呼吸系统疾病，在全世界范围内发病率都很高。据世界卫生组织估计，慢性支气管炎的并发症——慢性阻塞性肺疾病在全球疾病死亡原因中，仅次于心脏病、脑血管病和急性肺部感染，与艾滋病一起并列第4位。这种疾病的病程很长，有的患者可达数十年之久。如果不加以有效的治疗和控制，疾病将呈进展的趋势，引起诸如肺气肿、肺心病等慢性阻塞性肺疾病以及支气管肺炎、支气管扩张等严重的并发症。因而该疾病的反复发作严重影响人们的生活质量，造成无法估计的损失。

慢性支气管炎在我国也是常见病和多发病。据统计，我国50岁以上中老年人发病率为15%~30%，所以慢性支气管炎又称老年慢性支气管炎，简称“老慢支”。慢性支气管炎早期的症状并不严重，常因为缺乏足够的重视而延误了治疗，使病情缓慢进展。在这种未经治疗的情况下，5年内慢性支气管炎就可以并发阻塞性肺气肿，10年后可进一步发展成为肺源性

心脏病。因此，慢性支气管炎患者尤其是老年人应当注意及时诊治。

关于慢性支气管炎的食疗药膳中医很早就有研究和记载。现代医学研究证明，肺的防御系统与饮食中的蛋白质、含硫氨基酸、核酸、维生素 A、维生素 C、维生素 E 及微量元素铜、铁、硒等关系密切。中医认为老慢支长期不愈与肺脾两虚、肺肾不足有关。因此，老慢支病人虽然多在冬季发作，但在夏季病情缓解期，不仅要注意饮食营养，还应选服一些健脾、养肺之类的药膳，这样对病情改善大有益处。“冬病夏治”是传统医学的重要方法之一，源于《素问·四气调神大论》中提出的“春夏养阳”治疗法则。根据中医阴阳四时消长变化论，人体阳气春夏多生发而旺盛，秋冬季多收敛而衰弱，这是人与自然相应的结果，是受自然界春夏阳热影响而产生的。即使人体处于病理状态下，亦时时受到自然界变化的影响，故阳虚者，尽管四季均为不足，但因受夏季自然界阳气隆盛的影响与促进，和人体阳气在夏季处于年节律变化的峰值，虚阳有欲动而趋于好转之态势，体内凝寒之气也因此易除解可能，故乘其势而治之，可获良效。西医对老慢支发作期的治疗，以控制感染为主，辅以祛

痰、镇咳、平喘药或应用抗胆碱药、激素等对症处理，虽有一定疗效，但治标不治本，年年治年年犯；且祛痰镇咳平喘药多有不同程度的副作用，尤其激素副作用更大，药源性疾病时有发生。而我国传统的中医治疗慢性支气管炎的药膳食疗方剂中主要的食物和药物成分具有止咳平喘、润肺化痰之功效，通过滋补分别位于人体上、中、下三焦的肺、脾、肾，有效地控制疾病进展，预防并发症的发生，改善患者生活质量。因此，对于老慢支患者来说，在西医药物对症治疗的基础上辅以中医食疗，将会达到事半功倍的治疗效果。

我们根据中医理论，结合现代营养学和中医食疗知识，撰写此书。力求使读者对慢性支气管炎的疾病特点有所了解，对疾病给予足够的重视，并可以根据其自身疾病的证候特点选择适宜的药膳进补，做到食疗个体化。同时本书还详细列出了各种常用食疗药膳的原料的功效、食用禁忌等，为读者提供全面的慢性支气管炎的食疗指导。

因水平有限，经验不够全面，书中不当之处，诚请读者提出宝贵意见，以便再版时改正。

编者

2007年4月1日

目 录

CONTENTS

概 论 篇

1-19

一、慢性支气管炎的病因和病理 / 2

(一) 西医的认识 2

1. 慢性支气管炎的病因 2

2. 慢性支气管炎的病理 7

(二) 中医的认识 7

二、慢性支气管炎的临床特点 / 8

(一) 西医的认识 8

1. 慢性支气管炎的临床表现 8

2. 慢性支气管炎的分型 9

3. 慢性支气管炎的并发症 10

(二) 中医的认识 11

1. 慢性支气管炎的中医证候 11

2. 慢性支气管炎的中医辨证分型 ... 11

三、慢性支气管炎的诊断 / 12

1. 诊断标准 12

2. 并发症的诊断 12

四、慢性支气管炎的防治 / 13

(一) 药物治疗 13

1. 西药治疗 13

2. 中药治疗 13

(二) 饮食治疗 15

1. 慢性支气管炎的食疗原则 15

2. 预防发作	17
3. 慢性支气管炎的饮食宜忌 ...	18
(三) 其他治疗	19

药膳篇

21-133

一、常用药膳原料及其功效 / 22

半夏	22	甘草	31
白芥子	22	大枣	31
桔梗	23	饴糖	32
川贝母	23	蜂蜜	32
浙贝母	24	补骨脂	33
瓜蒌	24	核桃仁	33
竹茹	24	蛤蚧	34
竹沥	25	冬虫夏草	34
紫苏子	25	紫河车	35
苦杏仁	26	北沙参	35
百部	26	百合	35
紫菀	27	麦冬	36
款冬花	27	玉竹	36
枇杷叶	27	罗汉果	37
桑白皮	28	板栗	37
山药	28	薏苡仁	38
白果	29	茯苓	38
人参	29	橘皮	38
黄芪	30	莱菔子	39
白术	30	生姜	39

二、常用药膳 / 40

(一) 润肺止咳类药膳	40	川贝雪梨炖猪肺	47
蜂蜜百合汤	40	杏仁梨山药糊	47
雪梨川贝汤	40	川贝酿梨	48
杏梨饮茶	40	杏霜汤	48
落花生粥	41	清咽饮	49
川明参烧草鱼	41	甜杏仁蒸肉	49
蜜饯百合	41	姜汁杏仁猪肺汤	49
冰糖木瓜汤	41	山药杏仁粥	50
冰糖黄精汤	42	杏仁豆腐	50
燕窝汤	42	知母芥菜粥	50
玉竹猪瘦肉汤	42	紫河车炖冬虫夏草	51
猪肺敛肺汤	43	灵芝粉蒸肉饼	51
沙参心肺汤	43	款冬花杏仁粥	51
蜂蜜鸡蛋汤	43	百合花生粥	51
胡萝卜红枣汤	44	萝卜杏仁煮牛肺	52
百合鸡蛋汤	44	人参杏仁粥	52
沙参百合鸭汤	44	猪肺粥	52
杏仁猪肺粥	44	白果南杏生鱼汤	53
川贝母蒸梨	45	北杏参地老鸭汤	53
百合雪梨二汁汤	45	石花菜鲍鱼汤	53
百合粥	45	川贝炖豆腐	54
百合枇杷藕羹	45	罗汉果西洋菜猪蹄汤	54
百合炒里脊	46	参麦雪梨瘦肉汤	54
杏仁芝麻羹	46	南北杏仁鹌鹑汤	55
燕窝粥	46	玉竹炖鹌鹑	55
润肺银耳汤	46	仙茅杞子乳鸽肉片汤	55
蜜枣甘草汤	47	冬虫草花胶白鸽汤	56

淮山扁豆老鸽猪瘦肉汤	56	猪尘肺	64
雪梨南杏仁海蜇汤	56	酥蜜膏酒	64
白木耳瘦肉汤	56	珠玉二宝粥	65
桔梗止咳汤	57	冰糖鸭蛋羹	65
罗汉果坚猪肺	57	红烧龟肉	65
冰糖蒸柿饼	57	蜜炙冬花银耳	66
杏仁双叶猪肺汤	57	杏仁蒸银耳	66
生地西洋菜煲猪肺	58	桑杏猪肺汤	67
虫草石斛蛤蚧瘦肉汤	58	热嗽不止方	67
虫草淮山炖山瑞瘦肉汤	58	猪心肺方	67
玉参焖鸭	59	诸虚痰嗽方	67
白狗肺汤	59	油糖膏	68
南杏羊肺汤	60	睡菜根炖肉	68
润肺化痰汤	60	川贝冰糖炖饭汤	68
燕窝枸杞汤	60	川贝梨子猪肺汤	68
凉拌银耳	60	棣棠花蜂膏	68
慈菇牛肉	61	夜关门炖肺	69
苋菜子猪肺汤	61	茯苓粥	69
罗汉果生鱼葛菜汤	61	杏酪	69
生姜饴糖饮	62	百两金炖猪肺	69
枇杷叶粥	62	羊胰大枣酒	70
姜汁糖	62	红木耳肉	70
参竹肺	62	发菜莲子羹	70
爆炒猪肺	63	雪羹汤	70
姜汁糖浆	63	白糖拌海带	71
杏仁饼	63	栗壳双冬饮	71
皂荚糖浆	63	黄精炒鳝丝	71
唾血方	64	银燕雪蛤汤	71
蒸灌藕	64	四仁粥	72

车前子粥	72	蝙蝠茄	80
猪油蜜膏	72	鸡蛋鱼腥草方	80
南杏桑白煲猪肺	72	西洋菜蜜枣生鱼汤	80
白菜干猪肺汤	73	党参灵芝猪肺汤	80
白果麻黄汤	73	雪耳杏贝鹧鸪汤	81
杏仁粥	73	茅根霸王花猪肺汤	81
杏仁糖	74	西洋菜蜜枣猪肺汤	81
蒸苹果	74	大生地桑椹子鲍鱼汤	82
北杏炖雪梨	74	银耳杞子乌鸡汤	82
北杏猪肺汤	74	柚皮杏仁猪肺汤	82
宁嗽定喘饮	75	白花杏桃鹧鸪汤	83
海蛤杏仁平喘鸭	75	松果汤	83
贝母桑白皮粥	75	天麻胡桃汤	83
竹茹枇杷叶粥	76	晚茄子棵汤	84
瓜蒌沙参粥	76	麻黄猪肺汤	84
苏子粥	76	三子养亲汤	84
南瓜牛肉汤	76	参味桔梗汤	84
菜干鸭肾蜜枣汤	77	鱼腥草猪肺汤	85
剑花蜜枣猪肺汤	77	柚皮牛胎盘汤	85
金银花蜜饮	77	生姜蜜汁	85
急支宁	78	瓜子白果莲心汤	85
茅根菠萝蜜汤	78	蜜枣甘草汤	86
佛手蜜茶	78	水莎草汤	86
甘草蜜醋茶	78	丝瓜花蜜饮	86
葱汁蜜糖浆	78	姜豉饴糖	86
杏仁蜜膏	79	瓜蒌饼	87
蜜心雪梨	79	罗汉果炖猪肺	87
蜜橘饮	79	姜汁白蜜煎	87
枇杷蜜姜膏	79	桃仁粥	87

祛痰止咳浆	88	抗癆肉膳	95
海纸饮	88	菜脯	95
梨糖饮	88	煲猪肺	96
枇杷膏	88	还阳参丸	96
贝母冰西瓜	89	青鱼胆草炖肉	96
二花朴蜜浆	89	鲤鱼汤	96
小龙胆草酒	89	辛甘煎	97
杏酪汤	89	桂花饼	97
凤髓汤	90	接骨草炖猪肉	97
白果鸭脯	90	百尾笋冰糖	97
雪羹汤	90	豆浆冲鸡蛋	98
胡桃仁鸡蛋	91	黑豆冰糖酿梨	98
宁嗽粥	91	一朵云煎	98
痰火方	91	鸭脚艾糖豆腐	98
化痰丸	91	蛤仁蒸蛋	99
神术丸	92	杏仁蜜奶霜	99
痰壅方	92	杏仁蒸鸡	99
枇杷蜜糖	92	芦根枇杷叶粥	100
清热止嗽代茶饮	92	丝瓜藤汁	100
久嗽神膏	93	荸荠麦冬萝卜汤	100
饴姜元	93	桂花荸荠饼	100
四汁膏	93	鲫鱼川贝汤	101
八仙膏	93	鲤鱼粥	101
蒟酱止嗽肉	94	杏仁茶	101
满山红酒	94	冰糖杏仁粥	102
竹沥粥	94	蛋花汤	102
算盘子根炖猪蹄	94	(二) 益肾温阳类药膳	102
核桃仁生姜粥	95	杏仁核桃	102
荞麦粥	95	蜂蜜姜汁蒸南瓜	102

板栗炖猪肉	103	发菜莲子羹	111
核桃猪腰	103	附子生姜炖狗肉	112
桃杏猪蹄汤	103	黄芪御寒鸡	112
灵芝陈皮老鸭汤	104	斑鸠汤	112
淮山玉竹煲白鸽	104	清炖牛髓汤	113
白果鸡丁	104	福参粥	113
焦炸核桃猪腰	105	(三) 益气健脾养药膳	113
虫草炖老鸭	105	玉竹猪心	113
黄芪乌骨鸡	105	葵菜粥	114
人参蛤蚧粥	106	百合小米粥	114
四仁鸡子羹	106	腐竹鲜蘑	114
补肾胡桃泥	106	银耳羹	115
山芋肉粥	106	八宝粥	115
核桃杏仁蛤蚧汤	107	柚子炖鸡	115
地黄饮	107	芹菜腐竹拌双菌	116
贝母甲鱼	107	冬虫夏草粥	116
人参核桃煎	108	葱白粥	116
当归生姜羊肉汤	108	丝瓜粥	116
淮山药骨脂胎盘汤	108	陈皮粥	117
天门冬粥	108	麦芽姜汁南瓜膏	117
猪肾方	109	南瓜皮煮牛肉	117
水晶核桃	109	姜汁牛肺糯米饭	117
益寿鸽蛋汤	109	水煎素馅包	118
核桃鸽肉	109	黄芪粥	118
芙蓉猪肺汤	110	陈皮兔肉	118
酱汁桃仁	110	萝卜粥	119
生地黄粥	111	牛百叶萝卜汤	119
咳嗽方	111	百合粉茯苓薏米粥	119
肺燥咳嗽方	111	莱菔子粥	120

萝卜干煮鸡蛋	120	花生山药粥	127
橄榄煮萝卜	120	沙参玉竹粥	127
人参茶	121	橙饼	127
花生煲冰糖	121	韭菜鸡蛋饼	128
橘皮粥	121	生津代茶饮	128
鲫鱼甜杏汤	121	咳嗽喘急方	128
白菜干腐皮红枣汤	122	楂梨膏	128
柠檬叶猪肺汤	122	松子仁糖	129
柚皮百合汤	122	白酒猪油蜜茶膳	129
饴糖红枣汤	122	姜汁蜂蜜膏	129
红枣猪胰汤	123	建兰花茶	130
白果煲猪肚	123	芥蓝叶菜	130
蜜浆饮	123	杏仁汤	130
海虫蜜丸	123	橘子汤	130
紫苏粥	124	云豆橘红卷	130
橘红糕	124	陈皮薏苡仁粥	131
橘红糖	124	腐皮白果粥	131
糖橘饼	124	白糖橘味糯米粥	131
蜜饯柚肉	125	萝卜柠檬汁	132
虫草蒸鸭	125	百合糖柚	132
苡仁煮猪肺	125	怀山药炒肉片	132
荷花荔枝鸭	126	参乳粥	132
半夏山药粥	126	栗子白菜	133
玄霜膏	126	山药骨脂炖紫河车	133
沉香猪心	127		

自然辩证法概论



概 论 篇

一、慢性支气管炎的病因和病理

(一) 西医的认识

1. 慢性支气管炎的病因 慢

支的病因比较复杂,迄今尚未完全清楚,但一些因素确实与慢性支气管炎发病有关。

(1) 吸烟:吸烟是导致慢性支气管炎最主要的因素。吸烟不但对吸烟者本人有害,而且对周围的人也有害。不吸烟的人吸入被烟草雾污染的空气,称为被动吸烟者。越来越多的研究证实被动吸烟与呼吸道疾病有关。父母吸烟,可以使



他们不足1岁的子女的呼吸道患病率增高,肺功能受损。据中国疾病预防控制中心估算,到2020年,我国人民患慢性支气管炎及肺气肿死亡者,每年将达71.2万人,2030年将达81.0万人。

大量慢性支气管炎患病率流行病学调查显示,吸烟与慢性支气管炎发病的关系。每天吸烟支数乘以吸烟年数所得的乘积称为吸烟指数(如每天吸烟20支,连续吸烟20年,则吸烟指数为 $20 \times 20 = 400$)。吸烟者慢性支气管炎患病率较不吸烟者高2~8倍,烟龄越长,烟量越大,患病率越高。据统计,每天吸烟量40支以上者,慢性支气管炎患病率高达75.3%。戒烟后可使症状减轻或消失,病情缓解,甚至痊愈。有调查显示吸烟者的慢性支气管炎患病率,均比不吸烟者显著为高,而且与吸烟指数呈正相关。即吸烟时间越长,每天吸烟量越多,慢性支气管炎的患病率也越高。有些研