

韩冰 编著
王子云 审定

中国分科食疗大全

天津大学出版社

中国分科食疗大全

韩 冰 编著

王子云 审定

全入式资料式四中

著编 书 科

宝申 云千王

中国分科食疗大全

韩 冰 编著

*

天津大学出版社出版

(天津大学内)

邮编:300072

河北省邮电印刷厂印刷

新华书店天津发行所发行

*

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:21 字数:546 千

1995 年 11 月第一版 1995 年 11 月第一次印刷

印数:1—4000

ISBN 7-5618-0473-3

R·14 定价:32.00 元

序

食疗乃医治疾病的重要手段,亦为中医学术组成之一也。

其学术起源于商周,发展于秦汉,成形于唐宋,及明清近代更显其辉煌光大。其药之良,其味之美,其效之佳,为历代帝王所喜爱,庶民百姓所推崇,绵延数千年,经久不衰。

唯近百年来,西学东渐,民族虚无主义横行,食疗之学术亦显衰微之势,虽无灭顶之危,亦有后续乏人之患。故而,整理普及食疗之宝贵遗产则是我辈责无旁贷之事也。

韩冰同志抱发扬祖国医学遗产之夙愿,世活人之苦心,几经寒暑,数易其稿,编成《中国分科食疗大全》一书。此书收集食疗方剂 2000 余首,根据病家之需而分门别类,内、妇、儿、外诸科俱全。医家能以此书补医药之未备,病家能以此书应仓促之危急。繁华都市之民可按书烹饪补身健体之美味,穷乡僻壤之人可按书调制起沉痾大疾之佳肴。

此书于医家,于病家皆为不可多得之典籍也,将付梨枣之际,爰述数语,愿食疗之学发扬光大,更好地造福于全人类。

杨医亚

河北中医学院

目 录

第一章 传染科常见病的饮食治疗

第一节 感冒

1. 葱豉姜汤 1
2. 橘姜饮 1
3. 辣汤 1
4. 生姜紫苏煎 1
5. 辣椒解表散 1
6. 黄豆香菜汤 2
7. 姜片粥 2
8. 防风葱白粥 2
9. 苏叶粥 2
10. 辣味汤面 2
11. 罗汉果茶 2
12. 绿豆甜粥 3
13. 葛根绿豆汤 3
14. 葱豉豆腐煎 3
15. 蒸香菜饴糖 3
16. 瓜瓢解表方 3
17. 薄荷粥 3
18. 葱白粥 4
19. 辛凉解表粥 4
20. 莱根菊花煎 4
21. 绿豆甘草煎 4
22. 藿香绿豆汤 4

23. 冬瓜板兰根汤 4
24. 清暑薏米粥 5
25. 豆浆粳米粥 5
26. 绿豆粥 5

第二节 肺结核

1. 金樱冰糖膏 5
2. 玉竹川贝煎 5
3. 黑豆炖梨 6
4. 甜豆浆蛋汤 6
5. 鳗鱼粉 6
6. 鳗鱼油 6
7. 鳖血饮 6
8. 泽泻豆腐汤 6
9. 燕窝银耳羹 7
10. 豆浆黄米粥 7
11. 松子粥 7
12. 玉竹粳米粥 7
13. 沙参粳米粥 7
14. 天冬粳米粥 7
15. 党参猪肺汤 7
16. 桃根枣汤 8
17. 龟板丸 8
18. 山药栗炖猪肉 8
19. 紫衣蒜抗癆方 8
20. 白芨蒜米粥 8

21. 姜蒜猪肺汤	8
22. 罗汉果猪肉汤	9
23. 南杏羊肺汤	9
24. 鳗鱼汤	9
25. 菜油白果	9
26. 百合汁	9
27. 银耳猪肉汤	10
28. 蛤蜊炒韭菜	10
29. 河车虫草煎	10
30. 百芪鳖肉汤	10
31. 姜蜜葛粉饮	10
32. 胎兔散	10
33. 二地蜜膏	11
34. 瓜藤猪肉煎	11
35. 大蒜齿苋茶	11
36. 百芡菜籽散	11

第三节 急性传染性肝炎

1. 二味煎子	11
2. 黄酒葡根肉	12
3. 泥鳅解毒方	12
4. 黑矾油糕	12
5. 糖花生红枣饮	12
6. 煨香鲤鱼	12
7. 红花菜煎子	12
8. 瓜蒂浸汁饮	13
9. 清炖田螺	13
10. 薏苡根汤	13

11. 针菜根汤	13
12. 田杞鸡米粥	13
13. 茵陈甜粥	14
14. 食醋解毒方	14
15. 绿茶散	14
16. 蜂蜜解毒方	14
17. 双红护肝方	14
18. 三皮煎	14
19. 鲜蘑炒肝	15
20. 退黄塔菜煎	15
21. 芫菁子散	15
22. 马兰根汤	15
23. 金鳅汤	15
24. 鸡骨草猪肉汤	15
25. 荸荠柳叶饮	16
26. 银耳杞果冰糖	16

第四节 痢疾

1. 羊油黍米粥	16
2. 猪肝粳米粥	16
3. 鳊鱼粉	16
4. 葱白粳米粥	16
5. 姜糖糊	17
6. 姜茶饮	17
7. 茄干煎	17
8. 酒渍荸荠	17
9. 香椿煎子	17
10. 榴梨双皮饮	17

11.	柿饼糕	18
12.	橄榄汁	18
13.	杨梅汤	18
14.	乌梅汤	18
15.	香梅浸膏	18
16.	煨核仁蜜	19
17.	楂灰散	19
18.	山楂红糖饮	19
19.	豆角止痢方	19
20.	盐醋水梅	19
21.	浓茶煎	19
22.	绿茶凤卵	20
23.	蜂蜜止痢方	20
24.	半夏甜汁饮	20
25.	玫瑰花散	20
26.	椿根果皮散	20
27.	齿苋苡米粥	20
28.	苦瓜汁饮子	21
29.	木耳豆腐汤	21
30.	鱼蒜汤	21
31.	金针齿苋汤	21
32.	酸甜煎子	21
33.	茶灰散	21
34.	凤尾苋菜汤	22
35.	鹅肠煎子	22
36.	豆花齿苋汤	22
37.	马齿苋散	22

38.	牛角腮散	22
39.	大蒜粳米粥	22
40.	陈皮猪肾汤	23
41.	三汁茶饮	23
42.	乌梅茶	23
43.	乌梅散	23
44.	石榴甜汁饮	23
45.	芥散椒枣汤	23
46.	荳苳米粥	24
47.	鹌鹑赤豆粥	24
48.	鸭蛋三药粥	24
49.	三脂葱薤粥	24

第五节 流行性腮腺炎

1.	菜心绿豆汤	24
2.	冰糖炖鸭蛋	25
3.	金针菜汤	25
4.	花菜冰糖煎	25
5.	二豆糖饭	25
6.	竹菜饮子	25
7.	竹筋糖煎	26

第六节 疟疾

1.	辣椒止疟方	26
2.	鸭龙丸	26
3.	常山秫米粥	26
4.	紫豉桃仁粥	26
5.	骨皮茶叶煎	27
6.	藜芦蛋卵	27

7. 桃叶煎子	27	6. 香榧子丸	32
8. 鳖甲散	27	7. 芝麻葱梅煎	32
9. 空心菜煎子	27	8. 梅椒煎子	32
10. 常山黄豆汤	27	9. 苡米根汤	32
11. 常山苗煎子	28	10. 黄皮果汤	32
12. 乌梅茶	28	11. 石榴粟米粥	32
13. 蒜泥酒冲剂	28	12. 蜜姜汁	32
14. 双辛饮子	28	13. 生油驱蛔丸	33
15. 酒椒饮子	28	14. 花椒油煎子	33
16. 猪胰馄饨	28	15. 槟楂驱绦方	33
17. 糖盐羊肉甲鱼 ...	29	16. 石榴根皮饮	33
18. 羊肉馅饼	29	17. 苦楝皮米粥	33
19. 附子犬肉	29	18. 南瓜蜜散	34
20. 盐卤鸡蛋饼	29	19. 桃油驱绦剂	34
21. 蛋清酒饮子	29	20. 香木瓜散	34
22. 猪油炖甲鱼	29	21. 椰汁饮	34
23. 鸭枣汤	30	22. 花椒驱绦散	34
24. 苏菖鲫鱼汤	30	23. 瓜子驱蛲方	34
25. 红豆鲤鱼汤	30	24. 香榧子煎	35
26. 山甲肉汤	30	25. 蜀椒米面粥	35
27. 截疟蒜散	30	26. 榧子槟榔散	35

第七节 寄生虫

1. 瓜仁丸	31
2. 葱汁油饮子	31
3. 莱椒散	31
4. 棕榈米粥	31
5. 瓜子甜散	31

第八节 麻疹

1. 萝卜糖水饮	35
2. 芫荽赤豆粥	35
3. 四色豆粥	35
4. 猪肉小米粥	36
5. 莲子炖梨方	36

6. 黄豆香菜粥	36
7. 萝卜荸荠茶	36
8. 蘑菇汤	36
9. 豆粉鸡蛋羹	36
10. 芦笋粥	37
11. 芦根甘蔗茶	37
12. 鲫鱼豆腐汤	37
13. 清炖鲫鱼方	37
14. 樱桃糖葱饮	37
15. 萝卜茶饮	37
16. 双花绿豆汤	38
17. 葛柳糖汁饮	38
18. 香蘑饮子	38
19. 樱桃汁饮子	38
20. 莱菔子散	38
21. 稻槎菜茶	38
22. 苋菜茶	39
23. 芥柳煎子	39
24. 梨干鸭头粥	39
25. 鱼腮粥	39
26. 鸽蛋粥	39

第二章 内科

第一节 咳嗽

(一)外感咳嗽	40
1. 白酒猪油蜜香茶...	40
2. 醇酒蓂荷汁	40
3. 佛耳蕓菜汤	40

4. 芥菜生姜饴糖液...	40
5. 芥菜粳米粥	41
6. 梨姜糕	41
7. 豆腐衣散	41
8. 猪肺止咳汤	41
9. 苏子糖粥	41
10. 川椒煨梨方	41
11. 猪心大蒜汤	42
12. 地蚕猪肺汤	42
13. 石花菜凉拌方 ...	42
14. 紫菜散	42
15. 蕓菜莱菔饮	42
16. 二汁饮	42
17. 蕓菜蜜汁饮	43
18. 冬苋菜粥	43
19. 鱼笋凉拌方	43
20. 猪肺绿白汤	43
21. 荸荠豆浆饮	43
22. 饴糖豆浆饮	43
23. 蒜糖止咳奇方 ...	43
24. 冰糖梨汁饮	44
25. 冰糖川贝饮	44
26. 猪油白蜜膏	44
27. 雪羹汤	44
28. 姜梨羹	44
29. 橄榄冰糖煎	45
31. 冰柑蒸食	45

32. 莱菔糖汁饮	45
33. 贝母甜粥	45
34. 枇杷米粥	45
35. 萝蜜止咳蒸食 ...	45
36. 鸭蛋止嗽方	46
37. 筒篙蜂蜜液	46
38. 红花蓼菜汤	46
39. 竹笋凉拌方	46
40. 葫芦蜜汁饮	46
41. 莱菔姜汁饮	46
42. 丝瓜汁饮	47
43. 冬瓜糖汁饮	47
44. 二红煎	47
45. 梨豆饼	47
46. 枇杷止咳汤	47
47. 竹沥米粥	48

(二)内伤咳嗽

1. 百蜜膏	48
2. 芝麻枣丸	48
3. 蜜蜚蒸食	48
4. 燕窝秋梨蒸食	48
5. 鸭参汤	49
6. 梨蔗枳汁饮	49
7. 蔗浆粟米粥	49
8. 荸荠麦冬汤	49
9. 花杏补浆	49
10. 花生甜杏泥	49

11. 胡桃参姜汤	50
12. 松子胡桃泥	50
13. 石耳猪肉蒸食 ...	50
14. 银耳羹	50
15. 金瓜膏	50
16. 山药蔗汁糊	50
17. 白茄蜜汁饮	51
18. 瓜蒌鸦矾汤	51
19. 秋梨膏	51
20. 艾煨银杏止嗽效方	51
21. 罗汉果肉汤	51
22. 罗汉柿饼汤	52
23. 雪梨耳贝煎	52
24. 蕉糖煎	52
25. 梅栗散	52
26. 胡桃蜜糕	52
27. 三仁糕	52
28. 松子粥	53
29. 猪栗蒸食	53
30. 花生蘸	53
31. 芪柚猪肉汤	53
32. 柚子化痰蜜饯 ...	53
33. 红糖豆腐生姜汤	54
34. 味蛋止嗽方	54
35. 白糖棒木煎	54

36. 杏肺莱菔汤	54
37. 木耳甜汁饮	54
38. 花生衣茶	55
39. 桔皮茶	55
40. 冬瓜子散	55
41. 柿灰散	55
42. 银杏蜜煎	55
43. 当归羊肉山药姜汤	55
44. 羊肉麦姜汤	56
45. 河车山药姜枣煎	56
46. 百合蜂蜜蒸食 ...	56
47. 灵芝猪羊蒸食 ...	56
48. 百合甜米粥	57
49. 胰枣药酒	57
50. 龟酒秫米粥	57
51. 三汁止咳乳膏 ...	57
52. 莱菔矾蜜饮	57
53. 灵脾银耳糖沥蒸食	57
54. 麦门冬甜粥	58

第二节 哮喘·喘息

1. 猪肾散	58
2. 乌贼骨散	58
3. 诃味猪肺汤	58
4. 三仁饮	59

5. 杏旋款冬粥	59
6. 胡桃杏仁米粥	59
7. 参杏乳粥	59
8. 苏子葱豉粥	59
9. 桃仁秫米粥	60
10. 桂苓桑皮粥	60
11. 莱菔子粥	60
12. 燕窝粥	60
13. 参蛤糯米粥	60
14. 白果蜜煎	60
15. 益金鸭子	61
16. 冬雀定喘方	61

第三节 头痛

1. 荆芥松子煎	61
2. 芎芷鱼头汤	61
3. 鸡蛋头痛方	61
4. 羊角止痛煎	61
5. 菊花甜茶	62
6. 羊脑补脑汤	62
7. 祛湿头痛方	62
8. 姜味鸡胚	62
9. 酒煎桃仁	63
10. 瘀血头痛方	63
11. 夏枯草猪肉汤 ...	63
12. 补脑汤	63
13. 川芎猪肉汤	63

第四节 眩晕

1. 海带决明煎	64
2. 冬瓜海带薏米汤...	64
3. 猪胆绿豆散	64
4. 槐角粉	64
5. 芹菜粳米粥	64
6. 海带绿豆饮	65
7. 酸味芹菜	65
8. 糖醋浸蒜	65
9. 芹菜汁	65
10. 荸荠海蜇汤	65
11. 蘑菇汁饮	65
12. 木耳冰糖羹	66
13. 醋浸花生	66
14. 西瓜决明茶	66
15. 米须翠衣香蕉饮	66
16. 蚕豆衣汤	66
17. 香蕉皮煎子	66
18. 淡菜拌松花	67
19. 二菜汤	67
20. 葵花盘煎	67
21. 葫芦蜜汁饮	67
22. 地瓜凉汁	67
23. 生食蕃茄	67
24. 荞麦藕节煎	68
25. 莼菜冰糖羹	68
26. 食醋皮蛋	68

27. 芹菜红枣煎	68
28. 沙参葛麦粥	68
29. 参菇饮	68
30. 萝卜粳米粥	69
31. 柿饼木耳羹	69
32. 木耳羹	69
33. 米须冷饮	69
34. 黑芝麻煎	69
35. 芥菜早莲煎	69
36. 梧柚嫩叶茶	70
37. 凉拌菠菜	70
38. 茭白芹菜煎	70
39. 棕榈花煎	70
40. 补虚羊肉粥	70
41. 二桂甘草止晕汤	70
42. 鹿茸蛋羹	70
43. 桃仁羊肉汤	71

第五节 虚劳

1. 血藤补益煎	71
2. 菠菜首乌煎	71
3. 仙鹤蜜汁饮	71
4. 紫河车散	72
5. 红枣木耳汤	72
6. 山药红枣煎	72
7. 黄根猪骨汤	72
8. 红花大枣补血膏...	72

9. 补血桃仁丸 73
10. 皂矾散 73
11. 海参炖猪骨 73
12. 牛髓补血汤 73
13. 杞枣羊骨汤 73
14. 补虚鸭血方 74
15. 芝麻糖散 74
16. 羊骨粥 74
17. 补血猪肉汤 74
18. 红豆大枣煎 74
19. 胎盘补血方 75
20. 补血龙眼汤 75

第六节 中风

1. 麻仁薄荷粥 75
2. 白鸭血饮 75
3. 柿子汁饮 76
4. 粟米大枣粥 76
5. 龟血冰糖羹 76
6. 蟒蛇黄芪方 76
7. 芥穗薄荷豆豉粥... 76
8. 人参薤白蛋清粥... 76
9. 羊脂粥 77
10. 羊肚粥 77
11. 芥穗豆豉葛粉面 ...
..... 77
12. 独活乌豆汁 77
13. 天蓼木粥 77

14. 雄鸡血煎 78
15. 腹蛇祛风酒 78
16. 玳瑁朱黄白香散 ...
..... 78

第七节 腰腿疼痛

1. 荞麦全草汁 78
2. 焙丝瓜藤 79
3. 二乌糖酒 79
4. 茄花炖公鸡 79
5. 木瓜鱼鳔珠 79
6. 蹄筋蜜团 79
7. 五味子根茎饮 80
8. 蚕砂酊 80
9. 宝塔菜饮 80
10. 羊肾杞子粥 80
11. 酒送藕粉 80
12. 猪肾荷叶包 81
13. 肉桂炖鸡肝 81
14. 栗子猪肾粥 81
15. 核桃蒜丸 81
16. 单方核桃仁 81
17. 单味八角茴香散 ...
..... 82
18. 猪肾刀豆包 82
19. 茴香猪肾片 82
20. 羊肉香粥 82
21. 羊髓骨汁粥 82

22. 油炸蝓蛭 82
23. 鱼鳔炖鸡 83
24. 龟板杜仲酒 83
25. 蟒血酒 83
26. 益肾蛇菜 83

第八节 心悸

1. 枣仁粳米粥 83
2. 莲子粳米粥 83
3. 参糖粥 84
4. 大枣米粥 84
5. 猪腰粳米粥 84
6. 琥珀猪心 84
7. 党归猪肾汤 84
8. 玉竹炖鹌鹑 85
9. 茶树米酒煎 85
10. 万年青茶 85

第九节 水肿

1. 赤豆冬瓜皮煎 85
2. 金针菜根汤 85
3. 清炖蚕豆牛肉 86
4. 蚕豆冬瓜皮汤 86
5. 冬瓜小豆粥 86
6. 扁豆散 86
7. 利水三子丸 86
8. 牵牛子粳米粥 86
9. 冬麻子粳米粥 87
10. 桑皮青梁米粥 ... 87

11. 扁豆枣米粥 87
12. 赤豆陈皮鸭 87
13. 猪肉粳米粥 87
14. 田鼠粳米粥 88
15. 赤豆红枣瓜皮煎 ...
..... 88
16. 红糖蚕豆沙 88
17. 冬瓜花生赤豆汤 ...
..... 88
18. 洋姜煎 88
19. 虫笋葫芦瓜皮煎 ...
..... 89
20. 南瓜蒂散 89
21. 绿豆黄颡鱼汤 ... 89
22. 大蒜蜂蜜蒸食 ... 89
23. 枣姜牵牛子膏 ... 89
24. 甘遂烧蛋 89
25. 大枣万年青叶煎 ...
..... 90
26. 明矾蛋卵 90
27. 黑矾蜜汁饮 90
28. 消肿补肾粥 90

第十节 淋证

1. 椿柏蜜汁饮 90
2. 桔草蜜煎子 91
3. 葵茎煎 91
4. 导赤蜜汁饮 91

5. 滑石瞿麦粥	91
6. 竹叶石膏糖粥	91
7. 车前猪肚汤	92
8. 香附糖汁饮	92
9. 白糖豆芽汁	92
10. 糖槐米冲剂	92
11. 羊肺赤豆粥	92
12. 益智鸡肠汤	92
13. 三汁蜜饮	93
14. 大麦蜜姜饮	93
15. 葵菜二米粥	93
16. 导赤米粥	93
17. 桃仁冰糖糊	93
18. 芥柏蜜粥	94
19. 红糖树末煎	94
20. 蜜制萝卜	94
21. 钱草蜜汁饮	94
22. 床草枣汤	94
23. 葵根蜜汁饮	94
24. 葵菜叶羹	95

第十一节 肾小球肾炎

1. 瓜皮赤豆汤	95
2. 西瓜羹	95
3. 玉米须冲饮	95
4. 鲤鱼汤	95
5. 葱白车前粥	96
6. 米须消肿汤	96

7. 西瓜膏	96
8. 玉米煎	96
9. 槟榔消肿汤	96
10. 芡实红枣汤	97
11. 芥菜荸荠饮	97
12. 鲤鱼汤	97
13. 三豆汤	96
14. 黄鸡汤	97
15. 桂枝粳米粥	97
16. 青鸭粥	98
17. 补虚猪肉汤	98
18. 西瓜霜	98
19. 蒜鸭汤	98
20. 烧烤黑鱼	98
21. 附片茯苓粥	99
22. 鲤鱼汤	99
23. 葫芦红枣汤	99
24. 丝瓜鲢鱼汤	99
25. 商陆粳米粥	99
26. 菠萝白糖散	99
27. 山药粳米粥	100
28. 冬瓜砂仁汤	100
29. 黑豆猪肉汤	100
30. 猪肝豆米粥	100
31. 大蒜附子赤豆粥	100
32. 烤红鲤	101

33. 蚕豆冬瓜皮汤... 101

34. 猪肾汤 101

35. 黄芪粳米粥 101

36. 桃仁粥 101

第十二节 肾盂肾炎

1. 山楂糖饮 102

2. 苦菜蜜饮 102

3. 蓉芪大蒜煎 102

4. 山楂粥 102

第十三节 消渴

1. 鲜洋葱猪肉 102

2. 米须枸杞煎 103

3. 树胶蚕蛹煎 103

4. 鲍鱼萝卜煎 103

5. 菠菜鸡金煎子 ... 103

6. 南瓜子煎子 103

7. 葵花子方 103

8. 花粉双皮饮 104

9. 麦麸蛋菜蒸食 ... 104

10. 猪胰汤 104

11. 针草荷包蛋 104

12. 枸杞兔肉汤 104

13. 赤豆羊肺汤 104

14. 虫草老鸭 105

15. 花粉猪胰丸 105

16. 胡萝卜粳米粥... 105

17. 马乳饮子 105

18. 茶叶鲫鱼 105

19. 冬瓜汁 105

20. 黑豆散 106

21. 花粉扁豆散 106

22. 山药粳米粥 106

23. 南瓜汤 106

24. 泻白麦冬粥 106

25. 米粥饮子 107

26. 青粱米粥 107

27. 石榴止渴方 107

28. 苦瓜榴干煎 107

29. 苦瓜煎 107

30. 瓜皮冬黄煎 107

31. 豆苗汁饮 108

32. 薯叶冬瓜汤 108

33. 豇豆汤 108

34. 田螺消渴方 108

35. 洋姜饮子 108

36. 桑糯煎子 108

37. 葛根粳米粥 109

38. 苦瓜蚌肉汤 109

39. 山药羊肚 109

40. 猪脊茯苓煎 109

41. 猪脊莲枣粥 109

42. 萝卜粳米粥 110

第十四节 甲状腺机能亢进

1. 蕃茄豆腐汤 110

2. 豆腐鲫鱼汤 110
3. 蚝豉元鱼汤 110
4. 青柿蜂蜜汤 110
5. 酒调猪脬散 111
6. 人参猪脬散 111
7. 解郁粳米粥 111
8. 麻油海带 111

第十五节 自汗、盗汗

1. 粳米小麦粥 111
2. 韭菜煎 112
3. 韭黄蛤蜊汤 112
4. 米粉茶 111
5. 豆皮止汗方 112
6. 羊肚小麦汤 112
7. 红枣凤衣汤 112
8. 葵茎枣汤 113
9. 参枣汤 113
10. 桑叶冲剂 113

第十六节 阳萎、遗精

- 一. 阳萎 113
1. 壮阳补肾汤 113
2. 猪肾壮阳汤 113
3. 海参粳米粥 114
4. 韭菜炒羊腰 114
5. 羊肉粳米粥 114
6. 酒制海虾 114
7. 菟丝子粥 114

8. 三子麻雀粥 115
9. 鹿胶姜片粥 115
10. 益肾壮阳粥 115
11. 杞乌凤卵 115
12. 补肾羊肉粥 115
13. 白矾红茶饮 116
14. 淡食麻雀 116
15. 清煮鸡肾 116
16. 助阳清炖汤 116
17. 鹿茸酒 116
18. 人参酒 117
19. 牛鞭壮阳汤 117
20. 苦瓜子散 117
21. 二子壮阳丸 117
22. 酒炙清虾 117
23. 韭菜炒雀蛋 117
- 二. 遗精 118
1. 酒韭生鲜虾 118
2. 茴香虾丸 118
3. 羊肾补虚丸 118
4. 韭籽粳米粥 118
5. 芡实粳米粥 119
6. 附子煨猪肾 119
7. 鸡肠补肾汤 119
8. 桃仁炒韭白 119
9. 韭菜子丸 119
10. 酒煮白果 119