

病在肝，愈于夏，夏不愈，甚于秋，秋不死，

• 慢性 病 与 食 疗

呼吸道疾病

与 食疗

郑敏宇 主编

辛不死，持于壬癸，起于甲乙，肝病者，平旦

慧，下哺甚，夜半静，肝欲散，急食辛以散之

用辛补之，酸泻之，病在心，愈在长夏，长夏

不愈，甚于冬，冬不死，持于春，起于夏，脾

温食热衣，心病者，愈在戊己，戊己不愈，加

于壬癸，壬癸不死，持于甲乙，起于丙丁，心

病者，日中慧，夜半甚，平旦静，心欲软，急

食咸以软之，用咸补之，甘泻之，病在脾，愈

 健康零距离

远离呼吸道疾病



学出版社

慢性病与食疗

呼吸道疾病与食疗

主编 郑敏宇

编委 徐 佳 徐超伟 安世英

赵文清 陈 晨

科 学 出 版 社

北 京

内 容 简 介

呼吸道疾病在内科疾病中属常见病、多发病,食疗作为日常养生保健中的重要组成部分,对提高药效、预防疾病复发都起着不可忽视的作用。本书介绍呼吸道生理功能和呼吸道疾病的病理特点,在此基础上,作者结合多年的临床经验,为患者提出饮食调理建议和食疗方案。书中选用药材和食材方便易得,制作和服用简单易行,即学即用。

本书可供呼吸道疾病患者日常调理时应用,也可供相关医护人员参考借鉴。

图书在版编目(CIP)数据

呼吸道疾病与食疗/郑敏宇主编. —北京: 科学出版社,
2016. 8

(慢性病与食疗)

ISBN 978 - 7 - 03 - 049500 - 6

I. ①呼… II. ①郑… III. ①呼吸系统疾病—食物疗法
IV. ①R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 179444 号

责任编辑: 朱 灵

责任印制: 谭宏宇/ 封面设计: 殷 靓

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

上海蓝鹰印务有限公司排版

江苏省句容市排印厂印刷

科学出版社出版 各地新华书店经销

*

2016 年 8 月第 一 版 开本: B5(720×1 000)

2016 年 8 月第一次印刷 印张: 13 1/4

字数: 211 000

定价: 28.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

序

近年来,随着人民生活水平的不断提高,食疗养生也日益受到重视,食疗学是一门综合性实用科学,为人类防治疾病和维护健康起到重要的作用。

食疗学是中医药学的重要组成部分,关于食疗方面的研究源远流长,可追溯至春秋战国时期。我国最早的一部医书《黄帝内经》就有相关记载,如“五谷为养,五果为助,五畜为益,五蔬为充,气味合而服之,以补益精气”等,为食疗奠定了深厚的理论基础。汉代医圣张仲景的经典著作《伤寒论》和《金匮要略》中,除记载疾病的治疗外,有关食疗的论述也颇多,确立了食疗原则、食疗应用和食疗禁忌,其经典方“当归生姜羊肉汤”一直沿用至今,融治疗与食疗为一体。唐宋以后,越来越多的医家关注食疗,唐代名医孙思邈在《备急千金要方》中专列“食疗”篇,他认为“夫为医者,当须先洞晓病源,知其所犯,以食治之,食疗不愈,然后命药”,其对食疗的重视可见一斑。

在我国几千年漫长的历史进程中,历代医家有关食疗的著作及论述浩如烟海,对其研究也日趋完善。在理论上,提出“重在调补脾肾”、“贵在平调中和”与“调补须辨识体质”等食疗调补原则,在实践中,创立了许多行之有效的食疗方。食疗不仅在古代被重视,现代亦有越来越多的人对其感兴趣,因为合理的饮食疗法,不仅能保持身体健康、延年益寿,而且也有防病治病的作用,尤其适合一些慢性病的辅助治疗。食疗取材容易,操作便捷,安全无毒,选用恰当,事半功倍,还能给人以感官上、心理上的愉悦,在治疗疾病、预防保健的同时,享受到食物的美味,因此深受人们的喜爱。

《呼吸道疾病与食疗》一书经过长期准备,付梓问世。郑敏宇教授及其团队编写的这部食疗书,有理论、有实践,专业性与通俗性相结合,资料翔实,科学性强,传承名师经验,发挥中医优势,是一部内容丰富的食疗书。郑敏宇教授师从全国名老中医药专家学术经验传承工作指导老师、呼吸病专家邵长荣先生,目前为国家中医药管理局名老中医药专家邵长荣工作室传承建设项目负责人,龙华医院中青年名中医、主任医师、硕士生导师,担任上海中西医结合学会养生与康

复医学专业委员会常务委员、呼吸专业委员会委员、上海市食疗研究会膏方专业委员会委员。郑敏宇教授从事呼吸道疾病中西医结合临床防治与科研工作 30 余年,曾主编和参与编写了《邵长荣临床经验与科研历程》、《邵长荣实用中医肺病学》、《龙华名医临证录—邵长荣学术经验撷英》、《肺科疾病的食疗》等专著,在本领域的治疗与养生保健方面积累了较丰富的经验,颇具心得。

《呼吸道疾病与食疗》这本书不仅适合广大群众阅读,也能给医务工作者以参考。希望该书的出版,能进一步普及食疗知识,推广食疗的应用,提高群众对饮食方面的自我保健能力,促进食疗事业的不断发展。

肖 臻

上海中医药大学附属龙华医院院长

2016 年 6 月 8 日

前 言

呼吸道疾病在所有内科疾病中占 20%~30%，好发季节更多，是内科常见病、多发病。其日常的养生保健非常关键，合理使用饮食疗法对提高药效、预防复发，以及病后的调养都起着不可忽视的作用。

“三分治，七分养”这句俗语是人们在长期的疾病治疗与康复过程中所达成的共识，实践证明，正确合理地使用饮食疗法能给人们带来更多的益处。对于某些慢性疾病，如慢性支气管炎、肺气肿、肺结核及肺部肿瘤来说，通过调节免疫和内分泌系统，能恢复和改善患者的肺功能，提高生活质量；对于某些炎症性疾病，如肺炎、肺脓肿、支气管扩张等，在运用抗炎药物的同时，配合食疗，往往可以起到减轻症状、缩短病程和加快康复的作用；对于过敏性疾病如鼻炎患者，能增强体质，减少过敏的发作；对于反复感冒的亚健康者，能减少感冒次数，体现了中医“治未病”的思想。

在临床工作中，经常遇到不少患者及其家属，就诊时会询问食疗保健的问题，因此，我们选择了 11 种最常见的呼吸道疾病，介绍相关知识如中医分型、食疗原则、食疗方等，既保证了专业性，又不失实用性和通俗性。由于读者人群广泛，体质各异，本书所论述的食疗原则和食疗方法未必适合所有人群，读者在应用过程中还需请专科医师或营养师根据个体差异提供指导，若有疾病发作或加重，亦请及时就诊治疗。

本书在编写过程中，得到了医院各级领导的关心和支持，团队的各位同仁在繁忙的工作之余努力撰写，徐佳医师在此书的编写和统稿、定稿中做了大量协调工作，科学出版社的编辑也为本书的编写提出了很多建议，在此深表感谢！由于笔者水平有限，书中难免存在不足之处，希望得到广大读者批评指正。本书的出版，旨在普及中医养生保健知识和食疗操作技能，同时希望能为提高全民健康水平尽一份绵薄之力！

郑敏宇

2016 年 6 月 8 日

目 录

序
前言

呼吸道疾病概述

呼吸系统的结构与功能	003
中医肺系疾病与西医疾病的关系	005
中医分类	005
西医分类	006
中医论肺	007
肺的功能	007
肺主气,司呼吸	008
肺主宣发和肃降	008
肺主通调水道	009
肺朝百脉,主治节	009
病因病机	009
辨证要点	009
实证	009
虚证	010
兼证	011
浅谈中医“痰”的形成	011
外感咳嗽与内伤咳嗽	012
实喘与虚喘	012
实喘	013
虚喘	013

呼吸道疾病食疗概述

食疗的历史渊源	017
常用药物和食疗处方	019
实证	019
寒证	019
热证	019
虚证	019
肺虚	020
脾虚	020
肾虚	020
食疗的注意事项	021
常用中药	022
发散解表药	022
清热解毒药	022
温化寒痰药	023
清化热痰药	024
宣肺平喘药	024
宣通鼻窍药	025
敛肺止血药	025
敛肺气药	026
补气药	026
补阳药	027
补血药	027
补阴药	028

常见呼吸道疾病

感冒	031
临床表现	031
中医辨证分型	031
易感人群	032
食疗原则	033

食疗方	033
风寒感冒	033
姜糖饮(033)/紫苏饮(034)/冰糖蒸梨(034)/萝卜葱白粥(034)/肉末豆豉(034)/豉葱豆腐煲(035)/川芎白芷炖鱼头(035)/荠菜牛肉汤(035)/红糖乌梅汤(035)/葛根羹(036)	
风热感冒	036
金银花茶(036)/菊花薄荷茶(036)/三花茶(036)/菊花荷叶粥(037)/石膏粥(037)/银芽鸡丝(037)/白菜汤(037)	
暑湿感冒	038
西瓜番茄汁(038)/荷叶莲藕粥(038)/白扁豆粥(038)/青木瓜粥(039)/翠衣沙拉(039)/竹麦鸡蛋汤(039)/扁豆鲜肉汤(039)/冬瓜虾皮汤(040)	
气虚感冒	040
山药桂圆粥(040)/黄芪姜枣汤(040)/姜丝鸭蛋汤(040)	
阴虚感冒	041
川贝炖冰糖雪梨(041)/白鳝鱼沙参汤(041)/西洋参麦冬鲜鸡汤(041)	
急性气管-支气管炎	041
临床表现	042
症状	042
体征	042
中医辨证分型	042
食疗原则	043
食疗方	043
风寒袭肺	043
紫苏叶北杏鸡蛋汤(043)/葱白粥(043)/蒸大蒜水(043)/烤橘子(044)/葱油萝卜丝(044)/姜豉糖(044)/紫苏粥(045)/芫荽汤(045)/白萝卜蜂蜜胡椒汤(045)	
风热犯肺	045
罗汉果炖雪梨(045)/桑菊杏仁茶(046)/枇杷叶茶(046)/金银花饮(046)/甘蔗胡萝卜猪骨汤(046)/青龙白虎汤(047)/生梨白藕汁(047)/金银花冲鸡蛋(047)	
风燥伤肺	047

北杏生地老鸭汤(047)/款冬花百合糖水(048)/白及炖燕窝(048)/秋梨膏(048)/雪梨猪瘦肉汤(049)/桑白皮猪肺汤(049)/芝麻粥(049)/杏苏糕(049)

慢性支气管炎	050
临床表现	050
症状	050
体征	051
按病情进展分为三期	051
中医辨证分型	051
食疗原则	052
食疗方	052
痰湿蕴肺	052
炙百部红枣鸽子汤(052)/杏仁猪肺粥(052)/淮山药炒肉片(053)/蜜饯柚肉(053)/萝卜杏仁汁(053)/白糖海带(053)/银杏蒸鸭(054)/柚子皮煲鸡(054)/白萝卜茶(054)/山药杏仁粥(054)/苏子茯苓薏苡仁粥(055)	
痰热郁肺	055
北杏百合鸭肉汤(055)/白菜干猪肺汤(055)/竹沥粥(056)/罗汉果柿饼汤(056)/糯香藕片(056)/萝卜白菜汁(056)/薏苡仁北杏蛋花汤(057)/雪羹汤(057)	
肝火犯肺	057
南北杏海底椰鲫鱼汤(057)/金橘茶(058)/胡萝卜枸杞红枣汤(058)	
肺阴亏耗	058
玉竹南杏炖鸽子(058)/冰糖黄精汤(058)/玉竹猪瘦肉汤(059)/凉拌银耳(059)/慈姑牛肉(059)/沙参心肺汤(060)/牛百叶萝卜汤(060)/贝母蒸甲鱼(060)/柿饼百合煲鲫鱼(060)/海底椰玉竹煲响螺(061)	
肺肾两虚	061
栗子南杏鲜鸡汤(061)/鲤鱼粥(061)/参枣粥(062)/人参滋补蒸鸡(062)/芪枣汤(062)/核桃鸽肉(062)/核桃淮山煲羊肉(063)/北杏陈皮炖瘦肉(063)/太子参百合粥(063)/虫草炖肉(064)	
肺炎	064
临床表现	065

中医辨证分型	065
以咳、痰特点分	065
以症状特点分	065
食疗原则	066
食疗方	066
风寒袭肺	066
发汗豉粥(066)/神仙粥(067)/芥菜粥(067)/姜糖苏叶饮(067)	
风热犯肺	067
生芦根粥(067)/无花果汁(068)/鱼腥草炖猪肚(068)/鱼腥草拌莴笋(068)/天花粉粥(069)	
痰热壅肺	069
贝母粥(069)/竹沥粥(069)/二鲜饮(069)/丝花饮(070)/白萝卜蜂蜜饮(070)/金荞麦瘦肉汤(070)	
痰湿蕴肺	070
白茯苓粥(070)/六味健脾粥(071)/萝卜籽薏苡仁鲫鱼汤(071)	
正虚邪恋	072
黑木耳粥(072)/鸭汁粥(072)/石斛花生米(072)/二母甲鱼(073)/野鸭参药汤(073)/桂圆肉枸杞蒸鸽蛋(073)/芙蓉猪肺汤(073)	
肺脓肿	074
中医分期	074
食疗原则	075
食疗方法	075
初期	075
枇杷竹叶茶(075)/咸橄榄芦根茶(075)/白菜绿豆芽饮(076)/甘蔗马蹄饮(076)/银花粥(076)/石膏豆腐汤(076)/荷叶冬瓜汤(077)/橄榄煲芥菜(077)	
成痈期	077
蒲公英粥(077)/鱼腥草粥(078)/薏苡仁粥(078)/清炒丝瓜(078)/南瓜清炖牛肉(078)/鱼腥草煲猪肺(079)/紫菜猪肺汤(079)	
溃脓期	079
冬瓜子饮(079)/马蹄薏苡菜汤(080)/卤汁煮豆腐(080)/金鲤汤(080)	

恢复期	080
糯米饭(080)/银耳鸽蛋羹(081)/百合枇杷藕羹(081)/燕窝冰糖炖雪梨(081)/玫瑰杏仁豆腐(082)	
支气管扩张	082
临床表现	082
中医辨证分型	083
食疗原则	083
食疗方	084
燥热伤肺证	084
莲藕雪梨汁(084)/百合蜂蜜饮(084)/沙参贝母粥(085)/鲜百合冰糖鲫鱼汤(085)/海蜇胡萝卜汤(085)/六物饮(085)	
痰热壅肺证	086
金荞麦蜜汁饮(086)/鲜芦根竹茹粥(086)/苇茎苡仁粥(086)/海蜇马蹄汤(087)/丝瓜杏仁排骨汤(087)/冬瓜子鸭肉汤(087)	
肝火犯肺证	088
百合糯米粥(088)/秘制雪梨汤(088)/紫菜烧卖(088)/慈姑炒芹菜(089)/冬瓜荷叶煲鸭脯(089)	
阴虚肺热证	089
旱莲草白及粥(089)/银耳鲜藕粥(090)/阿胶大米粥(090)/猪肺炒大蒜(090)/生地双耳汤(090)/沙参玉竹白及汤(091)/白鸭煨虫草(091)/清炖甲鱼(091)/燕窝炖枸杞(092)	
气阴两虚证	092
三七西洋参猪瘦肉汤(092)/山药炖排骨(092)/猪肺薏苡仁粥(093)/沙参川贝杏仁粥(093)/鲫鱼甜杏汤(093)	
支气管哮喘	094
临床表现	094
哮喘发作期症状	094
哮喘发作期体征	095
中医辨证分型	095
发作期	095
缓解期	096
食疗原则	096

发作期食疗方	097
寒哮	097
五味子诃子猪肺汤(097)/刀豆鹤鹑丁(097)/干姜甘草饮(097)/干姜茯苓粥(097)/杏仁薄荷粥(098)	
热哮	098
罗汉果柿饼(098)/鲜芦根粥(098)/白果粥(098)/白果苡仁水(099)/花生桑叶煎(099)/桔梗三丝(099)/蜂蜜拌芦荟(099)/白菜心拌海蜇丝(100)/葱油芦荟海蜇丝(100)/清炒藕片(100)/翡翠三丝(100)/西葫芦盅(101)/蒜蓉油麦菜(101)/丝瓜酿豆腐(101)/荸荠山楂糕(101)	
哮喘缓解期食疗方	102
肺虚哮	102
花生粥(102)/枇杷银耳粥(102)/百合莲子绿豆粥(102)/猪肺萝卜粥(103)/杏仁拌三丁(103)/黄瓜拌肺片(103)/三色炒百合(103)/木耳蒸鸭蛋(104)/双耳拌西芹(104)/花生焖腐竹(104)/黄金山药条(104)/罗汉素什锦(105)/沙参炖肉(105)/北瓜汁(105)/无花果饮(106)/豆腐萝卜饮(106)/南瓜盅(106)/松子爆鸡丁(106)/蛤蚧炖鸡(107)/罗汉果烧兔肉(107)/杏仁炖银耳(107)	
脾虚哮	107
参苓粥(107)/茯苓大枣粥(108)/黄芪党参粥(108)/胡萝卜拌白菜心(108)/花生仁拌茼蒿(108)/红薯丸(109)/红枣炖南瓜(109)/冬瓜丸(109)/芝麻根饮(109)/银鱼烩薏苡仁(110)/冰糖薯圆(110)/枣泥薯梨(110)/豆沙芋泥(110)/银鱼羊肉丝(111)/珠玉二宝粥(111)	
肾虚哮	111
芝麻丸(111)/山萸肉粥(112)/柿饼核桃糕(112)/附子粥(112)/黑芝麻红枣粥(112)/鹤鹑山药米粥(112)/鸡茸哈士蟆(113)/虫草炖老鸭(113)/韭菜炒鸡蛋(113)/枸杞桂圆汤(113)/川芎生姜羊肉汤(114)/枸杞烧海参(114)/鲍鱼香菇煲(114)/鲍鱼鸽蛋(114)/红枣海马炖羊肉(115)/银杏全鸭(115)/四仁蛋羹(115)/鸭子核桃鸡泥酥(115)/蜜饯核桃仁(116)	
阻塞性肺气肿、肺心病	116
临床表现	117
阻塞性肺气肿	117

肺心病	117
中医辨证分型	117
食疗原则	118
食疗方	119
痰浊壅肺型	119
莱菔大米粥(119)/萝卜煎(119)/二子甘草饮(119)/白果双子瘦肉汤(120)/淮山莲子鸡肉汤(120)/橘皮神曲生姜丸(120)/金橘汤(120)/枇杷生姜薏苡仁粥(121)/二陈二仁粥(121)/佛手半夏饮(121)/萝卜拌海蜇(122)/萝卜陈皮汤(122)	
痰热郁肺型	122
芦根竹沥粥(122)/萝卜鲜藕汁(122)/芦笋粥(123)/鱼腥草薏苡仁鸡蛋羹(123)/上清下逐饮(123)/桑菊瘦肉汤(124)/芦根桃仁瘦肉汤(124)/丝瓜瘦肉汤(124)/西瓜皮荷叶海蜇汤(124)/茅根雪梨煲猪肺汤(125)/金荞麦炖瘦肉(125)/豆腐萝卜饮(125)/鱼腥草芦根汁(126)/冬瓜籽薏苡仁汤(126)/双皮粥(126)/桑白皮蜜汁饮(126)/石竹杏仁绿豆粥(127)	
肺肾气虚型	127
参桃益肺煎(127)/参桃蛤蚧汤(127)/核桃粥(127)/虫草鸭粥(128)/人参地黄饮露(128)/蛤蚧虫草补肺汤(128)/虫草小米粥(128)/核桃百合粥(129)/核桃仁蜂蜜羹(129)/羊脂胡桃粥(129)/参蛤蒸鸭(129)/虫草桃苡汤(130)/桃杏姜汁饮(130)/四仁鸡子饮(130)/白果杏仁粥(131)	
脾肾阳虚型	131
椒姜羊肉萝卜汤(131)/熟附生姜羊肉(131)/姜汁牛肺糯米饭(132)/陈皮红糖蒸鲫鱼(132)/羊肉小麦糊(132)/白胡椒煲猪肚(132)/羊肉山药粥(133)/羊肚黑豆粥(133)/淮山羊肚汤(133)/芝麻茴香牛肉汤(133)/板栗烧猪肉(134)/白果糯米红枣粥(134)	
阳虚水泛型	134
附姜猪肺粥(134)/赤小豆蒸鲤鱼(135)/姜汁炖蛋(135)/黄芪蒸仔鸡(135)/黄芪羊肉汤(135)/参附茯苓炖猪肺(136)/葱枣汤(136)/黄芪桂枝粥(136)/蒜枣茯苓饮(136)	
肺结核病	137
临床表现	137

中医辨证分型	138
食疗原则	138
食疗方	139
肺阴亏虚	139
鸭梨蜂蜜饮(139)/黄精汤(139)/莲子百合炖瘦肉(140)/猪肺二冬汤(140)/银耳八鲜羹(140)/百合银耳鹌鹑蛋汤(141)/蛤蚧瘦肉汤(141)/龟板胶甜酒鸡蛋汤(141)/川贝雪梨煲猪肺(141)	
阴虚火旺	142
枸杞叶粥(142)/酸枣仁生地粥(142)/百合蒸老鸭(142)/五汁饮(142)/五汁膏(143)/南杏桑白煲猪肺(143)/拔丝慈姑(143)/杏仁豆腐汤(144)/青黛柿饼(144)/柴胡炖水鱼(144)	
气阴两虚	145
青蒿人参饮(145)/核桃荸荠烤鸭(145)/川贝白及鲫鱼汤(145)/猪肺猪肚汤(146)/蔗汁淮山糊(146)/双参蜜耳饮(146)/西洋参百部鸡(147)/蜜汁山药段(147)/洋参枸杞粥(147)/罗汉果陈皮淮山炖瘦肉(147)/太子五味鸡蛋汤(148)/西洋参炖燕窝(148)	
阴阳两虚	148
什锦砂锅鱼头(148)/沙参虫草炖甲鱼(149)/一味薯蓣饮(149)	
弥漫性间质性肺疾病	149
临床表现	150
症状	150
体征	150
中医辨证分型	150
虚证类	151
实证类	151
食疗原则	151
食疗方	152
气阴两虚型	152
生脉饮(152)/西洋参饮(152)/五味人参饮(152)/黄芪粥(153)/芪橘粥(153)/麦冬大枣粥(153)/薏苡仁山药柿饼粥(153)/燕窝参汤(154)/花旗参鸡汤(154)	
阴虚内热型	154

银耳羹(154)/冰糖燕窝银耳汤(155)/秋梨鲜藕汁(155)/冰糖贝母梨(155)/地黄藕梨膏(155)/山药百合猪肺汤(156)/百合酿梨(156)/蜜汁百合(156)/百合杏仁粥(156)/沙参玉竹煲老鸭(157)/贝母甲鱼汤(157)/百合玉竹蛤蚧汤(157)/杏仁乳(157)

肺肾两虚型 158

银杏膏(158)/百合核桃粥(158)/山药板栗炖猪肉(158)/白果鸡丁(158)/腐皮白果粥(159)/四仁粥(159)/双仁蜂蜜膏(159)/鹤鹑百合汤(160)/芙蓉鹤鹑肉(160)/核桃山药冰糖蜜(160)/香菇白果羹(160)/参芪虫草乳鸽(161)

痰热壅肺型 161

丝瓜汤(161)/荸荠海蜇头汤(161)/冬瓜子豆腐汤(162)/萝卜荸荠汁(162)/甘蔗汁粥(162)/萝卜蜂蜜水(162)/蜂蜜藕汁(163)/萝卜豆腐汤(163)/橄榄炖冰糖(163)/秋梨白藕汁(163)

痰湿阻肺型 164

杏仁生姜萝卜饮(164)/橘皮饮(164)/萝卜肉末粥(164)/萝卜鲫鱼汤(164)/杏陈薏苡仁粥(165)/苏子粥(165)/陈皮萝卜汤(165)/葱烧蛤蚧(165)/陈皮山药瘦肉汤(166)/柚子陈姜汤(166)

肺络瘀阻型 166

川椒煨梨(166)/椒卜姜陈汤(166)/桃仁粥(167)/红糖豆腐生姜汤(167)/鲤鱼山楂鸡蛋汤(167)/川芎桃仁牛肉汤(167)

肺癌 168

分类 168

按解剖学部位分类 168

按组织病理学分类 169

临床表现 170

由原发肿瘤引起的症状和体征 170

肿瘤局部扩展引起的症状和体征 170

由肿瘤远处转移引起的症状及体征 171

晚期肺癌的表现 171

诊断 172

中医辨证分型 172

食疗原则 173

食疗方	173
气阴两虚证	173
荠藕甘露饮(173)/三才茶(174)/麦冬茶(174)/甘蔗松仁粥(174)/补肺 阿胶粥(174)/西洋参银耳粥(175)/黄芪牡蛎粥(175)/燕窝瘦肉粥 (175)/银耳杏仁粥(176)/天冬杏仁猪肺汤(176)/百合马蹄蜜枣汤 (176)/老鸭太子参汤(176)/双菇木耳猪血汤(177)/蜂蜜桑葚杞子膏 (177)/百合炒牡蛎肉(177)/甘草雪梨煲猪肺(178)/三汁饮(178)/哈士 蟆油烩白木耳(178)/蜂蜜润肺止咳丸(178)	
肺脾气虚证	179
姜汁甜奶饮(179)/砂仁鸡金茶(179)/黄芪红枣茶(179)/桂圆红枣粥 (179)/莲子栗子糯米粥(180)/白及萝卜粥(180)/棒骨杏仁莲藕汤 (180)/猪瘦肉莲子鲍鱼汤(181)/丁香柿蒂红枣汤(181)/火腿银鱼豆腐 羹(181)/姜汁牛肉饭(181)/谷麦芽炖鸭肫(182)/吴萸炖鹌鹑(182)/莱 菔子玉竹烩鸡蛋(182)/双菇鲫鱼汤(183)	
精气亏虚证	183
双子龙眼饮(183)/羊骨粥(183)/咸鸭蛋蚝豉海参粥(183)/杜仲蛤蚧蛋 花汤(184)/猪脊髓煲首乌(184)/胡桃仁五味子蜜糊(184)/五味子炖肉 (185)/虫草炖猪肺(185)/补骨脂炖乳鸽(185)/淡菜皮蛋粥(186)/虫草 甲鱼汤(186)/海参黑木耳炖白鸽(186)/冬虫夏草墨鱼盅(186)	
热毒内聚证	187
野菊甘草茶(187)/鸡蛋甜浆(187)/橄榄萝卜饮(187)/玉竹金银花饮 (188)/生地粥(188)/鱼腥草赤豆米仁粥(188)/鱼腥草紫菜肉丝汤 (188)/西洋菜丝瓜猪骨汤(189)/绿茶黄芩汤(189)/白英炖燕窝(189)/ 鱼腥草炖雪梨(189)/杏仁荸荠藕粉羹(190)/山慈菇白果煮鸡蛋(190)/ 浙贝炖猪肺(190)/鱼腥草薏苡仁鱼(191)/黄花菜淡菜蚌肉汤(191)	
气滞血瘀证	191
桃仁川芎米仁粥(191)/沙棘白及饮(192)/开金锁田螺汤(192)/凉拌海蜇 皮(192)/川芎陈皮炖山甲(193)/三七藕汁炖蛋(193)/双石炖甲鱼(193)	
痰湿凝结证	193
白果枣粥(193)/萝卜粥(194)/冬瓜皮蚕豆汤(194)	