



● 常见病调养与康复丛书

CHANGJIANBINGTIAOYANGYUKANGFU CONGSHU

总主编 吕志平 © 陈瑜 主编

【呼吸病】

调养与康复



家庭全面健康之专家完备方案

常见病调养与康复丛书/总主编 吕志平

呼吸病 调养与康复

主 编 陈 瑜



世界图书出版公司

广州 · 上海 · 西安 · 北京

图书在版编目(CIP)数据

呼呼病调养与康复 / 陈瑜主编. —广州: 广东世界图书出版公司, 2008.2

(常见病调养与康复丛书/吕志平主编)

ISBN 978-7-5062-8047-1

I.呼… II.陈… III.呼吸系统疾病-康复
IV.R560.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第030875号

呼吸病调养与康复

HUXIBING TIAOYANG YU KANGFU

责任编辑: 杨贵生

出版发行: 广东世界图书出版公司

(广州市新港西路大江冲25号 邮政编码: 510300)

电 话: 020-84451969, 84459539

网 址: www.gdst.com.cn 编辑邮箱: edksy@21cn.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 湛江南华印务公司

版 次: 2008年2月第1版 2008年2月第1次印刷

规 格: 889mm×1 230mm 1/32 8.5印张 312千字

书 号: ISBN 978-7-5062-8047-1/R·0125

定 价: 19.00元

版权所有 违者必究 (若发现因印装质量问题影响阅读,请与本公司联系退换)

内 容 提 要

该套丛书由南方医科大学(原第一军医大学)、第二军医大学、中山大学医学院、广州中医药大学、广东省中医院、山东中医药大学、解放军广州军区广州总医院、解放军广州军区武汉总医院、解放军第 421 医院、解放军第 422 医院、汕头大学医学院、暨南大学药学院、广西中医学院、广东医学院、广东省人民医院、河南省人民医院、广州市第一人民医院、深圳市妇幼保健院等单位的 150 多名专家教授历时数年编著、审定而成。

中国科学院院士、著名中西医结合医学家陈可冀教授审阅了该套丛书并题词。

该书共分 6 章,从中西并重、辨证辨病结合两个方面分别阐述西医、中医对呼吸病的认识,并简要介绍呼吸病常见症状、中西医处理方法;选择了最常见、最具代表性的原发性、继发性呼吸病,以西医病名为纲,从临床实际出发分别阐述西医、中医对每种疾病的认识,尤其介绍了中西医康复调养方法;分类介绍了呼吸病的常用中草药、方剂、中成药、药膳,着重介绍西医、中医对呼吸病营养调理的认识和呼吸病的各种食疗药方。

该书以呼吸病调养康复保健的科普化、社会化为目的,内容新颖、特色鲜明,有较强的实用性、科学性、先进性、可读性,资料性甚强,是一本融中西医调治、内科与外科调治、营养和药膳调养、调治与预防结合等为一体的综合性呼吸病调养与康复全书。可供呼吸病患者及其家属,呼吸病专科医生、临床医师、营养师,以及其他有兴趣者参考。

《常见病调养与康复丛书》编委会

丛书总主编：吕志平

丛书编委：(按姓氏笔画顺序)

刘 强	向仕平	吕志平
孙学刚	朱成全	朱 玲
邵 岩	陈 瑜	周迎春
林小田	罗颂平	侯金林
钟先阳	贺松其	魏 辉

《呼吸病调养与康复》编写人员

主 编：陈 瑜

副 主 编：江爱达 高钰琳 林 毅

主 审：蔡绍曦

主要编写人员：(按姓氏笔画顺序)

于冬梅	王英华	仇瑶琴
史 红	江爱达	陈 新
陈 瑜	岳立萍	林 毅
高钰琳	唐云翔	揭荣荣
黎蔚华	鞠钟鸣	

随着时代的发展,人类疾病谱发生了深刻的变化,健康概念随之而得到了更新,人们对健康水平和生存质量提出了更高的要求。如何实现常见病的预防、治疗、康复及保健一体化、科普化和社会化,满足人们日益增长的医疗保健的需求是摆在我们医务工作者面前的义不容辞的神圣职责。

要实现常见病调养、康复及保健的一体化、科普化和社会化这一目标,必须坚持中西并重、共同发展及优势互补的方针政策。中医学源远流长、博大精深,这一伟大宝库为中华民族的繁衍昌盛和人类的文明做出了不朽的贡献。中医学的科学内涵,体现于它对人体健康与疾病认识上的整体观和辨证论治。在疾病的防治方面形成了未病先防、既病防变和病后防复的科学系统的一体化思想。尤其可贵的是注重病后防复的康复疗养,强调祛邪务尽、培本复元及病后宜忌,重视精神情志、饮食、劳逸对疾病康复的重大影响。这些闪烁着智慧之光和科学之光的中医学理论千百年来,始终被我国人民在医疗保健实践活动中奉为主臬。然而,随着科学技术的进步,现代医药科学水平得到了空前的发展和提高,人们对疾病的预防保健、调养康复有了新的认识和理解,单纯的中医中药或西医西药都不可能承载起人类预防和治疗疾病的重任,单纯的医疗模式亦不能满足人们追求健康的需要。因此,打破传统的、单一的医疗服务模式,积极倡导全民关注自身健康,人人懂调养康复,才能真正从根本上改变目前捉襟见肘的医疗保障体制,提高人们的健康水平和生活质量。这正是世界卫生组织(WHO)推行“健康促进”的意义所在。

基于对以上问题的深刻思考,我们组织了临床第一线的医务工作者编写了这套《常见病调养与康复丛书》。丛书的编写过程中,本着中西医并重、优势互补的指导原则,强调以提高人民群众

丛书总序

对常见病的调养与康复保健的理解和认知为中心，一切从临床实际出发，力求使令人望而却步的高深医学理论知识科普化，使历来由医疗机构承担的不堪重负的医疗保健社会化，最终达到全民关注自身健康、提高自我保健质量和水平之目的。在编写体例上大胆创新，根据当今临床分科的具体情况，结合人们对医学知识科普化的实际需要，选择常见病为切入点，将本套丛书分为胃肠病、肝胆病、肾脏病、心脑血管病、呼吸病、风湿病、男科病、妇科病、儿科病、老年病、骨与关节病、皮肤病等十多个分册。每个分册以简单明了、通俗易懂的行文风格，从中西并重、辨证辨病结合等方面首先阐述了现代医学对各个疾病群的生理功能、病因病理、常见类型、常用检查方法及治疗的认识，然后概述了中医的病因病机、辨证要点、辨证治疗及用药规律，尤其提示了中医治疗中应注意的问题，最后对常见症状及处理作了简明的介绍。选择了最常见、最具代表性的病种，以西医病名为纲，增加中西医之间的接触点和亲和力，从现代医学的视角阐明每种疾病的发病原因及机制、临床症状表现及西医治疗情况，并从中医的角度分析了该病的病因病机、辨证分型及中医治疗；在中医治疗中，着重介绍了名家临证经验和单方验方的使用；最后详细重点阐述了每种疾病的非药物疗法，涉及饮食、针灸、推拿按摩、气功、心理疗法等。在常用药物及药膳中，首先分类介绍了各个疾病群的常见药物的用药原则、使用方法及注意事项，将治疗该疾病群的中草药按中药的主治功能、性味归经，分门别类地进行了详细阐述。在常用方剂及中成药章节中，将用于治疗该疾病群的各种中药剂型作了一一介绍，包括汤剂、散剂、丸剂、片剂、颗粒剂、胶囊等。在疗养药膳中，详细介绍了各种药膳的制作、功能主治等，主要涉及粥羹类、汤饮汁类、炖、煲、蒸、炒、煨、烤、冲品类，药糕、药饼、药末、糯类制品、小麦面粉制品等品类。

本套丛书匠心独运、颇具特色的核心内容主要有单方验方、非药物疗法、营养药膳等，这部分内容既通俗易懂，又能直接指导人们对常见病进行调养康复。非药物疗法具有疗法手段多样性、适用范围广泛、取法自然而副作用少，价廉、方便、有效，集防病、治病、康复保健于一体。尤其是营养药膳具有保健强身、防病治病的独特功效，正越来越受到人们的关注。寓治于食的营养药膳疗法，源于中国古代的“医食同源”“药食同功”之说，源远流长，它是中华文化的绚丽瑰宝。

丛书总序

本套丛书以常见病调养康复保健的科普化、社会化为目的,融理论性、科学性、先进性、实用性于一体,体例新颖、特色鲜明、搜罗广远、内容丰富、重点突出、自成体系。希望其成为追求健康、热爱生命、享受生活者的良师益友。

本套丛书工作量大,参加编纂的专家教授人员众多,并得到了中国科学院院士、著名中西医结合医学家陈可冀教授等专家学者的指导,以及广东世界图书出版公司的鼎力支持,谨此一并致谢!

医学科技发展一日千里,人们对健康生活的追求永无止境,随着时代的变迁,科学的进步,本丛书也将会修订、再版以满足人们新的需要。

《常见病调养与康复丛书》总主编

吕志平 教授

于广州

前言

呼吸病是最常见的多发病之一，相当一部分还属于疑难病。2003年我国30个市和78个县死因统计报告显示，呼吸病居我国居民死因的第3位。不仅如此，呼吸系统的很多疾病为慢性过程，反复发作，严重影响病人的生活质量。因此，重视呼吸病的防治、康复理应成为我们关注的重要课题。

本书是为了使呼吸病患者及家属更好地了解该类常见疾病的调治、护理及自我康复等方面的知识和方法而编写的科普读物。全书共6章。本书概述了中西医对呼吸病的认识，选择了呼吸病中最常见、最具代表性的病种，以通俗易懂的行文分别从中、西医两个角度阐述呼吸病及其调治方案，且简明介绍了实用的自我保健康复方法；并有的放矢地对呼吸病的各种营养康复知识、注意事项进行了详细的指导。详细讲解了调治呼吸系统常见病的中草药、常用成方，将用于调治常见呼吸病的中草药按中药的主治功效、性味归经分门别类地进行了较详细的阐述。在常用方剂中，按各种中药剂型包括汤剂、散剂、丸剂、片剂、颗粒剂、胶囊等一一做了介绍。精选了对呼吸病调养有益的常用药膳，主要涉及粥羹类，汤饮汁类，炖、煲、蒸、炒、煨、烤、冲品类，药糕、药饼、药末、糯类制品、小麦面制品等品类。

在编写过程中，全书力求面向大众，与时俱进，以中西医并重为原则，重视科学性，突出实用性，体现鲜明的时代特色，以期为呼吸病患者及家属和相关人员提供有益的参考。

本书在编写过程中，参考了国内外相关的文献，在此一并致谢！

尚需指出的是，限于编者的水平，本书中的错误、缺点在所难免，望读者不吝赐教，以求本书完美！

本书编著者

目 录

第一章 呼吸病概述

1

一、呼吸病概述	1
(一)呼吸系统的功能	1
(二)呼吸病的主要表现	2
1. 咳嗽 (2) 2. 咯血 (2) 3. 发绀 (3)	
4. 呼吸困难 (3) 5. 胸痛 (4) 6. 杵状指 (4)	
(三)中医对肺的认识	5
二、呼吸病的常用康复调养法	6
(一)营养疗法	6
(二)心理调适	7
1. 呼吸病患者的心理问题 (7)	
2. 自我心理调适 (7)	
(三)运动疗法	9
(四)物理调治	9
1. 呼吸训练 (10) 2. 有效排痰 (10)	
3. 体外膈肌起搏疗法 (11) 4. 物理因子调治 (12)	
三、呼吸病的中医特色康复疗法	12
(一)起居疗法	13
(二)房事疗法	14
(三)气功疗法	16
1. 气功对呼吸病的康复有良效 (16)	
2. 内养功 (17) 3. 保健功 (19) 4. 放松功 (21)	
(四)艾灸、贴敷、拔罐疗法	24
1. 概述 (24) 2. 艾炙疗法 (26)	
3. 贴敷疗法 (27) 4. 拔罐疗法 (29)	
(五)推拿按摩、点穴疗法	29
1. 推拿的主要手法 (29) 2. 推拿的操作要领 (30)	
3. 推拿的注意事项 (30)	
(六)中药康复疗法	31
1. 中药应用原则 (31) 2. 中西药合用注意事项 (35)	
(七)饮食疗法	41
1. 平衡膳食 (42) 2. 偏食有害 (42)	
3. 合理利用 (42)	

一、支气管哮喘	44
(一)哮喘病人的心理问题	44
(二)哮喘的康复调养	45
1. 哮喘患者的自我保健 (45)	
2. 避免过敏原、诱发因素的刺激 (45)	
3. 各种哮喘发作、哮喘恶化状态的紧急自我处理 (47)	
4. 哮喘患者日常生活中的注意事项 (47)	
5. 哮喘的艾灸方 (48)	6. 哮喘的药物贴敷方 (50)
7. 哮喘的拔罐方 (53)	8. 哮喘的推拿按摩点穴技法 (53)
9. 哮喘患者的营养支持 (54)	
10. 哮喘患者的药膳选择 (55)	
二、慢性阻塞性肺病	55
(一)慢性阻塞性肺病患者的心理问题	56
(二)慢性阻塞性肺病的康复调养	57
1. 慢性阻塞性肺病患者的自我保健 (57)	
2. 慢性阻塞性肺病的艾灸方 (60)	
3. 慢性阻塞性肺病 (包括慢性支气管炎、哮喘等) 缓解期的 药物贴敷通用方 (60)	
4. 慢性支气管炎的药物贴敷方 (61)	
5. 慢性支气管炎的拔罐方 (62)	
6. 慢性支气管炎的推拿按摩点穴技法 (62)	
7. 慢性支气管炎患者的营养支持 (63)	
8. 慢性支气管炎患者的药膳选择 (64)	
9. 慢性阻塞性肺气肿患者的药膳选择 (65)	
10. 支气管扩张患者的药膳选择 (65)	
三、肺 癌	66
(一)肺癌病人的心理问题	66
(二)肺癌的康复调养	66
1. 肺癌患者的自我保健 (66)	2. 肺癌疼痛的自我保健 (67)
3. 肺癌的药物贴敷方 (68)	4. 肺癌患者的营养支持 (68)
5. 防癌抗癌食物 (69)	6. 预防癌症的忠告 (69)
7. 癌症病人的饮食 (70)	8. 化疗病人的饮食 (70)
9. 癌症病人要忌口吗 (71)	10. 肺癌患者的药膳选择 (72)
四、肺结核	73
(一)肺结核病人的心理问题	73
(二)肺结核的康复调养	73
1. 肺结核患者的自我保健 (73)	
2. 肺结核的艾灸方 (76)	3. 肺结核的药物贴敷方 (76)

4. 肺结核患者的营养支持 (77)
5. 肺结核患者忌食食物 (78)
6. 肺结核患者宜食食物 (78)
7. 肺结核患者的药膳选择 (79)

五、社区获得性肺炎 79

(一) 肺炎的康复保健 79

(二) 肺炎患者的药膳选择 80

第三章 呼吸病的食物调养 81

一、种子种仁类 81

- | | | |
|--------------|--------------|-------------|
| 1. 粳米 (81) | 2. 糯米 (81) | 3. 黍米 (82) |
| 4. 薏苡仁 (82) | 5. 花生 (82) | 6. 芝麻 (83) |
| 7. 黄豆 (83) | 8. 黑豆 (84) | 9. 绿豆 (84) |
| 10. 赤小豆 (84) | 11. 刀豆 (84) | 12. 豆浆 (85) |
| 13. 豆腐 (85) | 14. 豆腐皮 (85) | |

二、蔬菜类 86

- | | | |
|--------------|--------------|---------------|
| 1. 白菜 (86) | 2. 芹菜 (86) | 3. 韭菜 (87) |
| 4. 芥菜 (87) | 5. 茼蒿 (88) | 6. 茺荑 (88) |
| 7. 青菜 (89) | 8. 花菜 (89) | 9. 黄豆芽 (90) |
| 10. 葱 (90) | 11. 苦菜 (91) | 12. 冬葵 (91) |
| 13. 蕨菜 (91) | 14. 马菜 (92) | 15. 蕺菜 (92) |
| 16. 木耳 (92) | 17. 黄瓜 (93) | 18. 冬瓜 (93) |
| 19. 南瓜 (94) | 20. 丝瓜 (94) | 21. 茄子 (95) |
| 22. 竹笋 (95) | 23. 藕 (96) | 24. 胡萝卜 (96) |
| 25. 白萝卜 (97) | 26. 生姜 (98) | 27. 大蒜 (99) |
| 28. 慈姑 (100) | 29. 山药 (100) | 30. 芋艿 (101) |
| 31. 芦笋 (101) | 32. 百合 (101) | 33. 宝塔菜 (102) |

三、水果类 102

- | | | |
|--------------|---------------|---------------------|
| 1. 梨 (102) | 2. 苹果 (103) | 3. 枇杷 (103) |
| 4. 橘子 (105) | 5. 柚子 (105) | 6. 柠檬 (106) |
| 7. 葡萄 (106) | 8. 柿子 (106) | 9. 荸荠 (107) |
| 10. 菠萝 (107) | 11. 西瓜 (108) | 12. 甘蔗 (108) |
| 13. 栗子 (109) | 14. 枣 (109) | 15. 龙眼 (110) |
| 16. 香蕉 (110) | 17. 罗汉果 (110) | 18. 无花果 (111) |
| 19. 山楂 (111) | 20. 沙棘 (111) | 21. 杏 (112) |
| 22. 橄榄 (112) | 23. 白果 (113) | 24. 核桃仁 (胡桃仁) (113) |

四、家畜类 114

- | | | |
|-------------|-------------|-------------|
| 1. 猪肉 (114) | 2. 猪肺 (115) | 3. 羊肉 (115) |
| 4. 羊肺 (116) | 5. 牛肉 (116) | 6. 牛奶 (116) |

五、家禽、飞禽类	116	
1. 鸡肉 (116)	2. 鸡蛋 (117)	3. 鸭肉 (117)
4. 鸭蛋 (118)	5. 鹅肉 (118)	6. 鹌鹑肉 (118)
7. 鹌鹑蛋 (119)	8. 麻雀肉 (119)	9. 野鸡肉 (119)
六、水产类	119	
1. 甲鱼 (119)	2. 乌龟 (120)	3. 花鳗 (120)
4. 鲤鱼 (120)		
七、海产类	121	
1. 海蜇 (121)	2. 海带 (121)	3. 紫菜 (121)
4. 海参 (122)	5. 鲑鱼 (122)	6. 银鱼 (122)
八、其 他	123	
1. 哈士蟆 (123)	2. 蜂蜜 (123)	3. 饴糖 (123)

第四章 呼吸病的中药调治 124

一、益气健脾类中药.....124

1. 人参 (124)

2. 西洋参 (124)

3. 党参 (125)

4. 太子参 (125)

5. 黄芪 (125)

6. 灵芝 (125)

7. 白术 (126)

8. 山药 (126)

9. 甘草 (127)

10. 饴糖 (127)

11. 蜂蜜 (127)

二、补肾阳类中药.....128

1. 淫羊藿 (128)

2. 补骨脂 (128)

3. 海马 (128)

4. 核桃仁 (129)

5. 蛤蚧 (129)

6. 冬虫夏草 (129)

7. 紫河车 (130)

三、平喘止咳化痰类中药.....130

1. 麻黄 (130)

2. 桂枝 (131)

3. 紫苏 (131)

4. 生姜 (132)

5. 细辛 (132)

6. 苍术 (132)

7. 厚朴 (132)

8. 茯苓 (133)

9. 薏苡仁 (133)

10. 干姜 (133)

11. 肉桂 (134)

12. 橘皮 (134)

13. 枳实、枳壳 (134)

14. 莱菔子 (135)

15. 半夏 (135)

16. 天南星 (135)

17. 白芥子 (136)

18. 旋覆花 (136)

19. 白前 (136)

20. 前胡 (137)

21. 桔梗 (137)

22. 川贝母 (137)

23. 浙贝母 (138)

24. 瓜蒌 (138)

25. 竹沥 (139)

26. 天竹黄 (139)

27. 黄药子 (139)

28. 海蛤壳 (139)

29. 海浮石 (139)

30. 胖大海 (140)

31. 苦杏仁 (140)

32. 苏子 (140)

33. 百部 (140)

34. 满山红 (141)

35. 紫菀 (141)

36. 款冬花 (141)

37. 枇杷叶 (141)

38. 桑白皮 (142)

39. 葶苈子 (142)

40. 白果 (142)

41. 矮地茶 (143)

42. 鼠曲草 (143)

43. 磁石 (143)

44. 远志 (144)

45. 羚羊角 (144) 46. 牛黄 (144) 47. 地龙 (144)
48. 五味子 (145) 49. 乌梅 (145) 50. 五倍子 (145)

四、清热解毒泻火类中药..... 146

1. 石膏 (146) 2. 知母 (146) 3. 芦根 (146)
4. 天花粉 (147) 5. 黄芩 (147) 6. 金银花 (147)
7. 连翘 (148) 8. 紫花地丁 (148) 9. 野菊花 (148)
10. 板蓝根、大青叶 (148) 11. 贯众 (149)
12. 鱼腥草 (149) 13. 金荞麦 (149) 14. 败酱草 (149)
15. 蚤休 (150) 16. 半边莲 (150) 17. 白花蛇舌草 (150)
18. 山慈菇 (150) 19. 生地黄 (151) 20. 玄参 (151)
21. 牡丹皮 (151) 22. 青蒿 (152) 23. 白薇 (152)
24. 地骨皮 (152) 25. 银柴胡 (152) 26. 胡黄连 (153)
27. 大黄 (153)

五、止血类中药..... 153

1. 侧柏叶 (153) 2. 白茅根 (154) 3. 三七 (154)
4. 茜草 (154) 5. 蒲黄 (155) 6. 白及 (155)
7. 仙鹤草 (155) 8. 紫珠 (155) 9. 血余炭 (156)
10. 藕节 (156)

六、活血类中药..... 156

1. 丹参 (156) 2. 当归 (156) 3. 桃仁 (157)
4. 莪术 (157)

七、滋阴类中药..... 158

1. 北沙参 (158) 2. 南沙参 (158) 3. 百合 (158)
4. 麦冬 (158) 5. 天冬 (159) 6. 黄精 (159)

八、抗结核杆菌类中药..... 159

1. 猫爪草 (159) 2. 大蒜 (159) 3. 苦参 (160)
4. 夏枯草 (160)

九、抗肿瘤类中药..... 161

1. 全蝎 (161) 2. 蜈蚣 (161) 3. 斑蝥 (161)
4. 蟾酥 (162)

第五章 呼吸病的中成药方剂调理..... 163

一、汤 剂..... 163

1. 气肿方 (163) 2. 截喘汤 (163)
3. 止咳定喘汤 (163) 4. 肺气肿验方 (164)
5. 加味止嗽散 (164) 6. 止咳祛痰冲剂 (汤剂) (164)
7. 温肺定喘汤 (164) 8. 麻杏射胆汤 (165)
9. 喘方治痰阻肺络 (165) 10. 肺结核咯血方 (165)
11. 刘氏治癆护肝汤 (165) 12. 清肺疏肝理癆汤 (166)

- | | |
|-----------------|---------------------|
| 13. 治结核方 (166) | 14. 皱肺七紫汤 (166) |
| 15. 全水高泰丸 (166) | 16. 二参苏橘饮 (167) |
| 17. 蛤蚧四子汤 (167) | 18. 瞿附通阳汤 (167) |
| 19. 泻肺逐水饮 (167) | 20. 参远汤 (167) |
| 21. 四子平喘方 (168) | 22. 麻黄汤 (168) |
| 23. 三拗汤 (168) | 24. 小青龙汤 (168) |
| 25. 射干麻黄汤 (168) | 26. 止嗽散 (169) |
| 27. 桑菊饮 (169) | 28. 麻黄杏仁甘草石膏汤 (169) |
| 29. 参苏饮 (169) | 30. 杏苏散 (169) |
| 31. 桑杏汤 (170) | 32. 清燥救肺汤 (170) |
| 33. 沙参麦冬汤 (170) | 34. 麦冬汤 (170) |
| 35. 养阴清肺汤 (171) | 36. 玉液汤 (171) |
| 37. 二陈汤 (171) | 38. 温胆汤 (172) |
| 39. 小陷胸汤 (172) | 40. 苓甘五味姜辛汤 (172) |
| 41. 苓桂术甘汤 (172) | 42. 四磨汤 (173) |
| 43. 苏子降气汤 (173) | 44. 三子养亲汤 (173) |
| 45. 定喘汤 (173) | |

二、膏剂、口服液、合剂、糖浆剂 174

- | | |
|-------------------|------------------|
| 1. 琼玉膏 (174) | 2. 二冬膏 (174) |
| 3. 川贝枇杷糖浆 (174) | 4. 川贝雪梨膏 (174) |
| 5. 小青龙合剂 (174) | 6. 止咳橘红口服液 (175) |
| 7. 止嗽定喘口服液 (175) | 8. 双黄连口服液 (175) |
| 9. 甘草浸膏 (175) | 10. 甘草流浸膏 (175) |
| 11. 杏仁止咳糖浆 (175) | 12. 枇杷叶膏 (175) |
| 13. 急支糖浆 (176) | 14. 养阴清肺膏 (176) |
| 15. 消咳喘糖浆 (176) | 16. 银黄口服液 (176) |
| 17. 清热解毒口服液 (176) | 18. 镇咳宁糖浆 (176) |

三、丸剂、片剂、胶囊剂 177

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| 1. 四生丸 (177) | 2. 二陈丸 (177) |
| 3. 七味都气丸 (177) | 4. 咳血方 (177) |
| 5. 止咳宝片 (178) | 6. 止嗽化痰丸 (178) |
| 7. 贝羚胶囊 (178) | 8. 百合固金丸 (178) |
| 9. 竹沥达痰丸 (178) | 10. 礞石滚痰丸 (179) |
| 11. 鹭鹭咯丸 (179) | 12. 枳实消痞丸 (又名失笑丸) (179) |
| 13. 蛤及丸 (179) | 14. 华山参片 (179) |
| 15. 麦味地黄丸 (180) | 16. 固本丸 (180) |
| 17. 牡荆油胶丸 (180) | 18. 参苏丸 (180) |
| 19. 复方川贝精片 (180) | 20. 香砂六君丸 (180) |
| 21. 济生肾气丸 (180) | 22. 洋参保肺丸 (181) |
| 23. 桂龙咳喘宁胶囊 (181) | 24. 桂附地黄丸 (181) |
| 25. 通宣理肺丸 (181) | 26. 银翘解毒丸 (181) |

27. 羚羊清肺丸 (181)	28. 清气化痰丸 (182)
29. 清肺消炎丸 (182)	30. 蛤蚧定喘丸 (182)
31. 橘红丸 (182)	
四、散剂、颗粒剂(冲剂)	182
1. 金沸草散 (182)	2. 十灰散 (183)
3. 肺结核咯血方 (183)	4. 贝母瓜蒌散 (183)
5. 玉屏风散 (183)	6. 感冒退热颗粒 (184)
7. 感冒清热颗粒 (184)	8. 感冒舒颗粒 (184)
9. 九仙散 (184)	10. 蛇胆川贝散 (184)
11. 蛇胆陈皮散 (184)	12. 参苓白术散 (184)
13. 华盖散 (185)	14. 降气定喘颗粒 (185)
15. 小青龙颗粒 (185)	16. 黛蛤散 (185)
五、抗肿瘤中成药	185
1. 参莲胶囊 (185)	2. 平消片 (185)
3. 参灵丸 (186)	4. 鸦胆子油口服乳液 (186)
5. 复方三生注射液 (186)	6. 健血冲剂 (186)
7. 爱福宁(癌复宁) (186)	8. 峰龄胶囊 (187)
9. 施普瑞(螺旋藻胶囊) (187)	10. 生血宝 (187)

第六章 呼吸病的药膳调养 188

一、粥、羹类

(一) 粳米(大米)药粥

- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 贝母粥 (188) | 2. 梨粥 (188) |
| 3. 百合杏仁粥 (189) | 4. 芦笋粥 (189) |
| 5. 胡桃粥 (189) | 6. 陈茗粥 (189) |
| 7. 枇杷叶粥 (189) | 8. 苏子粥 (189) |
| 9. 莱菔子粥 (189) | 10. 百合粥 (190) |
| 11. 百合冰糖粥 (190) | 12. 白木耳粥 (190) |
| 13. 竹沥粥 (190) | 14. 松子粥 (190) |
| 15. 柿饼粥 (190) | 16. 参苓粥 (191) |
| 17. 茯苓大枣粥 (191) | 18. 葱白粥 (191) |
| 19. 地黄枣仁粥 (191) | 20. 枸杞粥 (191) |
| 21. 黄精粥 (191) | 22. 萝卜粥 (192) |
| 23. 灵芝粥 (192) | 24. 大蒜粥 (192) |
| 25. 鹤鹑粥 (192) | 26. 沙参粥 (192) |
| 27. 木耳粥 (192) | 28. 木耳枣米粥 (193) |
| 29. 苏子降气粥 (193) | 30. 葶苈子粥 (193) |
| 31. 加味参苓粥 (193) | 32. 参蚧粥 (193) |
| 33. 麻杏甘草粥 (194) | 34. 桃仁粳米粥 (194) |
| 35. 二陈汤粥 (194) | 36. 加味枇杷叶粥 (194) |

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 37. 加味补虚正气粥 (194) | 38. 真君粥 (195) |
| 39. 紫苏梗米粥 (195) | 40. 附子干姜粥 (195) |
| 41. 加味干姜粥 (195) | 42. 车前子粥 (195) |
| 43. 天花粉粥 (195) | 44. 党参百合粥 (196) |
| 45. 杞子金钱龟粥 (196) | 46. 沙参麦冬粥 (196) |
| 47. 黑豆松子粥 (196) | 48. 天冬雪梨粥 (196) |
| 49. 白及川贝粥 (196) | 50. 天冬黄精粥 (197) |
| 51. 地黄枣仁粥 (197) | 52. 蜂房润肺粥 (197) |
| 53. 益肺清痰粥 (197) | 54. 化痰软坚粥 (197) |
| 55. 清热解毒粥 (197) | 56. 人参阿胶粥 (198) |
| 57. 杏仁粥 (198) | 58. 猪肺粥 (198) |
| 59. 芥菜粥 (198) | 60. 核桃仁粥 (198) |
| 61. 参芪粥 (198) | 62. 芡实核桃粥 (199) |
| 63. 灵芝汤 (199) | |

(二) 糯米药粥、饭 199

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. 山药粥 (199) | 2. 姜汁牛肺糯米饭 (199) |
| 3. 糯米饭 (199) | 4. 阿胶白皮粥 (199) |
| 5. 生姜大枣糯米粥 (199) | 6. 百合糯米粥 (200) |
| 7. 蛤蚧粥 (200) | 8. 三七白及粥 (200) |
| 9. 白及枣蜜粥 (200) | 10. 糯米阿胶粥 (200) |
| 11. 山药雪梨粥 (200) | |

(三) 小米药粥 201

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 1. 冬虫夏草粥 (201) | 2. 白鸭冬虫草粥 (201) |
| 3. 紫河车瘦肉粥 (201) | 4. 黄精冬虫草粥 (201) |

(四) 高粱米、小麦药粥 202

- | | |
|--------------|------------------|
| 1. 甘蔗粥 (202) | 2. 羊肉生姜小麦粥 (202) |
|--------------|------------------|

(五) 薏米药粥 202

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. 薏米杏仁粥 (202) | 2. 茯苓薏米粥 (202) |
| 3. 珠玉二宝粥 (202) | 4. 新加珠玉二宝粥 (202) |
| 5. 仙枣赤豆粥 (203) | 6. 瓜蒌鱼腥草薏米粥 (203) |

(六) 药羹 203

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 鲜奶玉液羹 (203) | 2. 银耳羹 (203) |
| 3. 银耳肺羹 (203) | 4. 川贝雪梨羹 (204) |
| 5. 荸荠百合雪梨羹 (204) | 6. 白果羹 (204) |
| 7. 龟肉羹 (204) | 8. 药汁冲藕粉 (205) |

二、汤、饮、汁类 205

(一) 素药汤 205

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 三耳汤 (205) | 2. 核桃人参汤 (205) |
| 3. 银耳鸽蛋汤 (205) | 4. 益寿鸽蛋汤 (206) |
| 5. 薤菜黄糖汤 (206) | 6. 燕窝汤 (206) |