

陳映山中醫食療驗方

陳偉南題



內婦兒科醫食驗方

陳益石（香港）等◎編著



創制了一系列醫食

及于海內外

多年，並有精選醫食原著潮

氣候、飲食習慣等因

內科、婦科、兒科



人民軍醫出版社

陈映山先生，广东潮州人，从医之余年，造诣精湛，医誉卓著。潮汕多样，咸知其名，声望远播闽南，影响及于海内外。临床实践中结合中医传统理论及中国地理、气候、饮食习惯等因素，把中医治疗与食物治疗有机结合起来，创制了一系列“医食同治”的验方。

据此，陈映山先生于2012年研制了治疗内科、妇科、儿科及疑难病症的兰多神映山药丸。

临床用之皆有效验，享誉国内外。

策划编辑 王显刚
封面设计 于春华

销售分类 中医临床/中医保健

ISBN 978-7-5091-0570-2



9 787509 105702 >

定价: 29.00元

陳映山中醫食水驗方

陳映山題

內婦兒科醫食驗方

陳益石(香港)等◎編著

陳映山先生，廣東潮州人，從醫逾余年，名聲遠播粵、影及于海內外。臨床實踐中結合中醫傳統理論與食物治療有機結合起來，創製此陳映山先生于二〇〇二年研及疑難病症的「多種」映山藥方。臨床用之皆有效驗，享譽國內外。



人民軍醫出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目(CIP)数据

陈映山中医食疗验方——内妇儿科医食验方/陈益石等主编. —北京:人民军医出版社, 2008. 1

ISBN 978-7-5091-0570-2

I. 陈… II. 陈… III. ①内科—疾病—食物疗法②妇产科病—食物疗法③小儿疾病—食物疗法 IV. R247. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 105232 号

策划编辑:王显刚 文字编辑:周文英 责任审读:余满松

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

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8707

网址:[www. pmmp. com. cn](http://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:880mm×1230mm 1/32

印张:8·彩面7面 字数:200千字

版、印次:2008年1月第1版第2次印刷

印数:3001~4500

定价:29.00元

版权所有 侵权必究

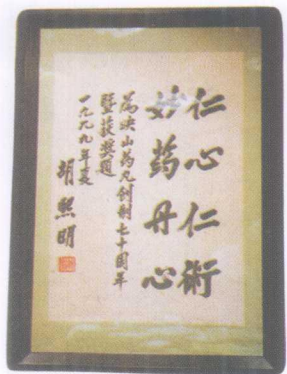
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



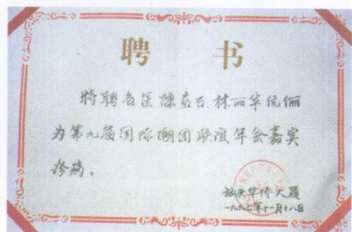
香港和黄地产集团公司派高级经理黄禧源等人专程从香港到潮州庆祝陈映山诞辰100周年。



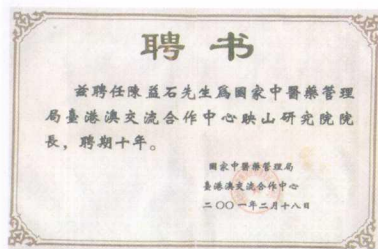
周总理侄女周秉德女士及国务院侨办、国家中医药管理局、扬州大学、南京中医药大学、广州中医药大学、广东省政协、汕头市、潮州市等领导隆重庆祝名老中医陈映山诞辰100周年暨陈映山纪念馆落成庆典活动。



原中国卫生部副部长胡熙明为「映山药丸」创制70周年暨获奖题词



陈益石伉俪应邀为国际潮团联谊年会的国内外企业家名人诊病。



国家中医药管理局副局长李振吉与陈益石教授亲切交谈。



为「香港大学国学大师饶宗颐教授题词」
香港大学国学大师饶宗颐教授为「香港名医陈映山学术研究中心」题词。



陈映山中医食疗文化实验所成立，为推广中医“医食同治”理念、为人类健康作贡献。



在北京国务院侨办华文学院召开的映山中医食疗文化研讨会。



陈映山先生曾治愈周恩来总理办公室罗青长部长夫人的疾病，此为罗青长部长与陈映山学术传人陈益石教授合影。

陈益石教授应邀为中共中央文献室领导及员工治病。



香港特别行政区安排陈林丽华院长为 5 个国家首脑夫人治病，受到她们的称赞。

原广东省省委书记吴南生题词“杏林添春色，映山有传人”。





香港潮属社团总会创会主席陈伟南陪同陈益石教授为乡亲诊病。



潮州市陈浩文市长向骆文智市委书记介绍陈益石教授医术高明。



2004 年在香港潮属社团总会主席蔡衍涛会长关怀下，名医陈映山学术研究中心与中文大学洽谈“映山药丸”科研开发的意向。



1993 年罗元恺教授与陈益石教授在陈映山医院专家门诊为不孕症患者会诊。



与国际中医药大学发起人、爱国侨领庄世平主席合影。



国际中医药大学荣誉主席冯理达教授为大学诸位专家颁发证书。



2005 年香港潮州商会庄学山会长带领陈益石伉俪等诸商协会会员参观香港科技大学中药科研基地，受到校领导热烈欢迎。

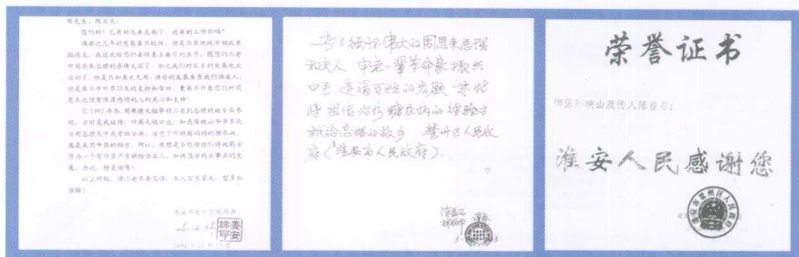


1991 年陈林丽华院长于陈映山医院在导师罗元恺教授的指导下为爱国侨领庄世平主席的夫人诊病。

1955年，邓颖超夫人高兴地写信给其保健医生，赞扬“映山药丸”疗效显著。
1992年，邓颖超夫人病危时还念念不忘已故名老中医陈映山的医术医德。

周恩来总理的夫人邓颖超主席亲笔字，赞扬“映山药丸”疗效。邓妈妈服“映山药丸”后，高兴地写信给保健医生：……你是很关心我的，告诉你一件喜事，我到广州后，请陈映山大夫复诊，他仔细认真地诊脉以后，非常高兴地对我说病已经全好了，没有再开药方，只因还剩下药丸，他说可吃完，对我有益，于是我就继续服原有的药丸，反映确好，我于今年初旬又回到温泉来休养，陈大夫说等春暖即可恢复工作，你知道了一定喜欢……

……映山先生心平气和，笑谈一二，使我
事涉心平气和，笑谈一二，使我
……映山先生心平气和，笑谈一二，使我
……映山先生心平气和，笑谈一二，使我



应周恩来故乡淮安市人民政府的要求，把治疗邓颖超夫人糖尿病的秘方献给淮安市人民政府。

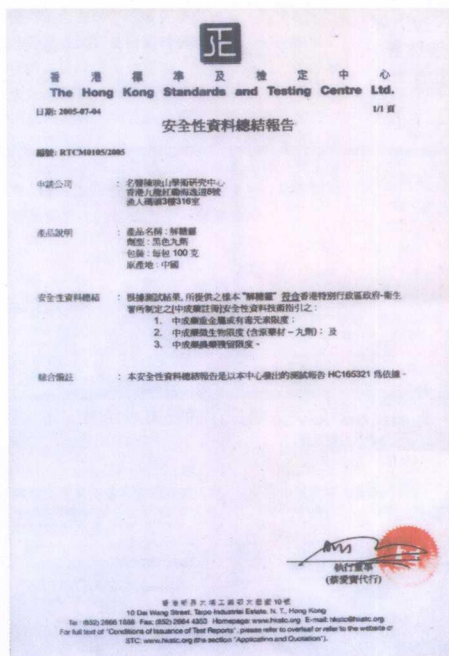


潮安县邀请陈益石伉俪及徒弟们回乡义诊，诊疗费全部赠给县人民医院筹委会。



陈益石伉俪将落实华侨政策的祖业献给家乡政府，为教育事业奉献爱心

“映山药丸”荣获检定合格证书 符合香港卫生署之安全标准



參菊明目湯及映山药丸——
养血美颜丸、寿之宝、健脾和中
丸对少年益智、女士美颜有良效。



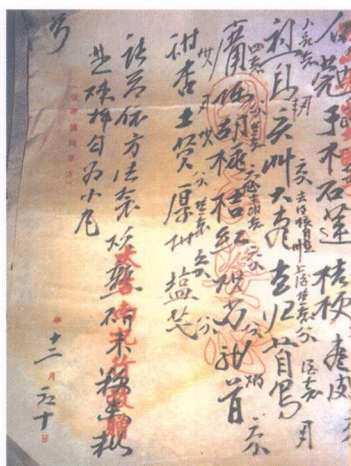
“君子好速炖品”及映山药丸——
补肾还少丸、聪明丸对男
女肾虚、性功能差、气短、疲倦有
良效。



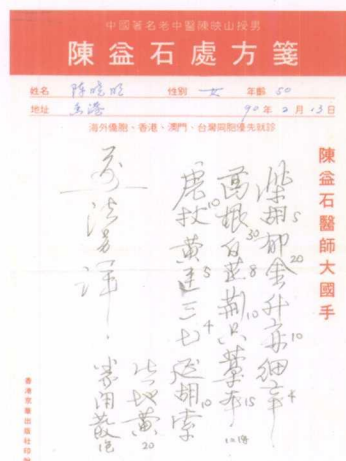
清解液对熬夜过度, 或烟酒
过多, 或喜食烧烤引起的喉痛、头
痛、鼻炎、口腔溃疡、皮炎、面疮、
火眼、牙痛、中耳炎、急性胃肠
炎、痔疮、习惯性便秘等疾病有
良效。其特点在于将机体有害物
质及时地清除, 同时提高机体自
身的免疫能力, 而达到防病治病
的目的。



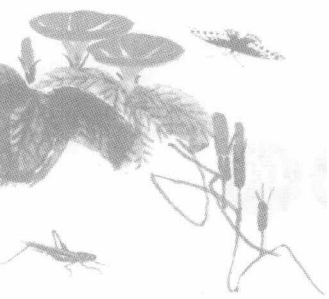
陈益石教授应邀为90位日本大学生讲授“医食同治”的理念及防治疾病、健康生活的要点。



陈映山的亲笔处方（英国太古集团的创始人聘请名医陈映山为保健医生，并赠送“国手婆心”处方笺）



陈益石教授亲笔处方（此为治愈的肿瘤患者所赠送处方笺）。



内 容 提 要

著名中医师陈映山先生从医 50 余年, 临床经验丰富, 造诣精湛, 医誉卓著。强调“医食同治”的学术观点, 并身体力行之, 用治病人屡屡收效。本书乃精选陈老的学术传人陈益石、陈林丽华、陈润东、陈小莺临证内、妇、儿科常见疾病的医食验方, 所选验方均经多年临床验证, 疗效满意。书末附有各类疾病宜忌食物及映山药丸说明。全书内容精练, 实用性强, 可供医家及患者阅读参考。





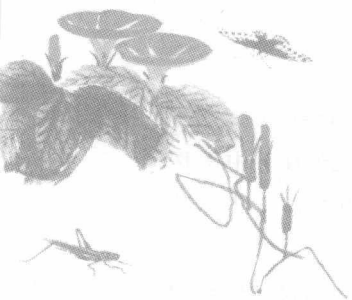
编 著 者 名 单

主 编 陈益石 陈林丽华 陈润东

副主编 陈小莺 张银海 陈志勇

编 者 (以姓氏笔画为序)

于恒山	王期猛	刘静霞	闫丽
张银海	杨坤全	沈建刚	陈小莺
邵丽明	陈奕昭	陈志勇	陈林丽华
陈益石	陈润东	赖明生	顾云霞



前

言

先翁陈映山名老中医，广东潮州人，从医 50 余年，经验丰富，造诣精湛，医誉卓著。潮汕乡梓，咸知其名，声望远播闽粤，影响及于海内外。临床擅长内、妇、儿科杂病，对糖尿病、胃肠病、癫痫、神经官能症的治疗尤具独特疗效。在临床实践中，根据中医传统理论及中国地理、气候、饮食习惯等因素，把中医治疗与食物治疗有机结合起来，创制了一系列“医食同治”的验方，发展了“医食同治”疗法。先翁于 1929 年研制了治疗内科、妇科、儿科及疑难病症的 50 多种“映山药丸”，临床用之皆有效验，享誉国内外，特别是在潮汕、广州地区及东南亚各国。先翁长期往返于香港、潮汕地区以及新加坡行医，深受海外华侨及家乡人民的爱戴。1955 年以后，多次应邀为国家领导人治病，深受好评。其业绩载于潮州市志、汕头市志、中医人物辞典、全国名中医谱、全国中医名人辞典等。

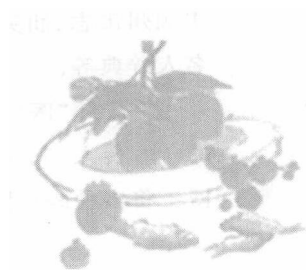
在先辈“医食同治”理论的基础上，结合现代科学技术，先翁的学术传人——我的丈夫陈益石教授及儿女陈润东博士、陈小莺博士将多种医食同治验方加以创新。

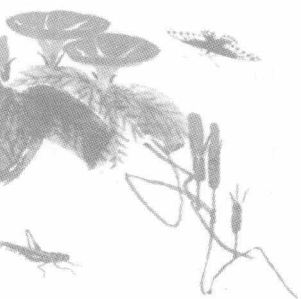
目前,中医食疗的理念已深入人心,关于中医食疗的研究也日益深入,陈映山家族在继承先翁医术的基础上,致力于中医医食同治领域的探索与创新,女儿陈小莺博士在国内专业学术刊物上发表的相关论文得到专家的认可和好评。

本书是陈映山家族“医食同治”验方总结的一小部分,皆经过临床验证,以提供给同道参考。患者如需具体咨询,请与“名医陈映山学术研究中心”的有关中医师联系,中国香港电话(00852)23638910,中国深圳电话(0755)82334299,中国潮州电话(0768)6581622、3324439,马来西亚电话(0060)72270627,新加坡电话(0065)65332929。书中浅陋之处,尚请同道批评指正。亦借此书与同道一起探讨“医食同治”的理念,让中医为人类健康做出更大的贡献。

香港名医陈映山学术研究中心副董事长 陈林丽华

2006年9月于香港





目

录

内科验方 / (1)

感冒 / 1

验方 1 解表宣肺汤+养生宣肺食疗方 / 1

验方 2 解表清热汤+宣肺清热食疗方 / 2

验方 3 清热止痛汤+清热和胃食疗方 / 2

验方 4 清热止咳汤+清热止咳食疗方 / 3

验方 5 清热宣肺汤+清热通便食疗方 / 4

验方 6 清暑利湿汤+清暑利湿食疗方 / 4

咳嗽 / 5

验方 1 麻杏汤加減+清热止咳食疗方 / 5

验方 2 宣肺清热止咳汤+益气养阴止咳食疗方 / 6

哮喘 / 7

验方 1 麻杏石甘汤加味+清热化痰食疗方 / 7

验方 2 陈夏六君汤加減+润肺健脾食疗方 / 8

喘证 / 8

验方 麻杏石甘汤加減+养阴清热食疗方 / 8

痰饮 / 9

验方 1 小青龙汤加減+健脾润肺食疗方 / 9



- 验方 2 逐水祛饮汤+化痰止咳食疗方 / 10
- 肺痿 / 11
- 验方 1 益气宁肺汤+益气生津食疗方 / 11
- 验方 2 小青龙汤加减+温肺益气食疗方 / 12
- 肺胀 / 12
- 验方 1 陈夏六君汤加味+润肺健脾食疗方 / 12
- 验方 2 三生温胆汤+益智开窍食疗方 / 13
- 咯血 / 14
- 验方 1 宁肺止血汤+养阴长寿食疗方 / 14
- 验方 2 泻肝宁肺汤+止咳化痰食疗方 / 15
- 吐血 / 16
- 验方 1 承气汤加减+滋阴润燥食疗方 / 16
- 验方 2 陈夏六君汤加减+益气健脾食疗方 / 16
- 便血 / 17
- 验方 1 承气汤加减+清热凉血食疗方 / 17
- 验方 2 祛瘀止血汤+化瘀止血食疗方 / 18
- 尿血 / 19
- 验方 1 尿血汤加减+尿血食疗方 / 19
- 验方 2 小蓟饮子加减+化瘀止血食疗方 / 19
- 鼻衄 / 20
- 验方 1 逍遥散加减+解郁和肝食疗方 / 20
- 验方 2 陈夏六君汤加减+解郁和肝食疗方 / 21
- 心悸 / 22
- 验方 1 养心汤加减+养心安神食疗方 / 22
- 验方 2 宁心定悸汤+益气安神食疗方 / 22
- 胸痛 / 23
- 验方 1 逍遥散加减+和肝解郁食疗方 / 23
- 验方 2 四七汤加减+养心安神食疗方 / 24
- 不寐 / 25
- 验方 1 归脾养心汤+补血安神食疗方 / 25