

总主编 李浩 马丙祥

中华药膳

ZHONGHUA YAOSHAN FANGZHI XUEYE JIBING

中华药膳，历史悠久，
源远流长，是药物和食
物有机结合的产物。既
具有药物的防病治病作
用，又具有中华美食的
色、香、味、形。在临
床医疗、保健方面得到
广泛应用。



防治 血液 疾病



科学技术文献出版社

中华药膳

防治血液疾病

总主编	李 浩	马丙祥	
主 编	周建民	刘秀芬	
副主编	李春艳	郑德柱	王志刚
编 委	马 杰	方家选	许敬春
	阎应禄	李东辉	姜慧强
	夏光跃	韩玉刚	

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中华药膳防治血液疾病/周建民,刘秀芬主编 -北京:科学技术文献出版社,2000.10

ISBN 7-5023-3603-6

I. 中… II. ①周…②刘… III. 血液病-食物疗法 IV. R552

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 38130 号

出 版 者:科学技术文献出版社

图 书 发 行 部:北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图 书 编 务 部:北京市西苑南一院东 8 号楼(颐和园西苑公汽站)/100091

邮 购 部 电 话:(010)68515544-2953, (010)68515544-2172

图书编务部电话:(010)62878310, (010)62878317(传真)

图书发行部电话:(010)68514009, (010)68514035(传真)

E-mail:stdph@istic.ac.cn;stdph@public.sti.ac.cn

策 划 编 辑:王大庆

责 任 编 辑:平 平

责 任 校 对:赵文珍

责 任 出 版:周永京

发 行 者:科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者:三河市富华印刷包装有限公司

版 (印) 次:2000 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:850×1168 32 开

字 数:329 千

印 张:13.375

印 数:1~5000 册

定 价:19.80 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书全面、系统地收集了防治血液疾病的常用、有效的药膳方剂,以病症为纲,简明扼要地论述了血液疾病的诊断与辨证,而以药膳方为目,对其组成、制作、用法、功能、主治等详加说明。书后附有药膳治疗血液疾病的常用食物与药物,使广大读者可以据症选方、按方配制,防病治病,保健强身,为临床医务工作者及广大患者的实用参考书。

我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干

科学技术文献出版社是国家科学技术部所属的综合性出版机构,主要出版科技政策、科技管理、信息科学、农业、医学、电子技术、实用技术、培训教材、教辅读物类图书。

前 言

中华药膳,是中医药学的重要组成部分,是祖国医学丰富治疗方法的主要内容,充分显示了传统中医学的特色和优势。

中华药膳,是药物和食物有机结合的产物,既具有药物的防病治病作用,又有着中华美食的色、香、味、形,既可作为药物,又可作为食物,既能祛疾疗病,又能保健强身、延年益寿,在临床医疗、保健方面得到广泛应用,在民间更具有广泛的使用基础。近年来保健食品、保健药品的开发,也是以药膳、食疗为基础的。

中华药膳,历史悠久,源远流长。自古有“药食同源”之说,早在远古的原始时代,人们在寻找食物的过程中,即发现有些食物具有治病功能。我国最早的一部药物学专著《神农本草经》,记载了既为药物,又是食物的许多品种,如薏苡仁、大枣、芝麻、葡萄、山药、核桃、百合、莲子等,并记述了其功效。最早的医学著作《黄帝内经》即有药膳方剂,如乌鲋骨丸即以麻雀卵、鲍鱼配合茜草、乌鲋骨治疗血枯病。汉代伟大的医学家张仲景非常重视药膳的应用,创制了多种药膳方剂,如其所创制的当归生姜羊肉汤,至今使用广泛,用治老人体虚效果显著。隋唐时期已有专门的食疗药膳专著,如《食医心鉴》。著名医家孙思邈尤擅长药膳食疗,在其《千金要方》中列有“食治”专篇,强调“夫为医者,当须洞晓病源,知其所犯,以食治之,食疗不愈,然后命药”,并指出:“食能排邪而安脏腑,悦神爽志,以资血气”,他还创制了茯苓酥、杏仁酥等著名的药膳方

剂。以后历代医家对药膳均有研究和发展,成为祖国医学防病治病方法的重要组成部分。

中华药膳的整理、开发、研究,近年来方兴未艾,为了满足医务工作者临床医疗的需要,为了满足人们防病健身、自我疗养的需要,我们编撰了中华药膳系列书,把治疗内、妇、儿科常见病、疑难病的药膳方剂,全面搜集,详加分类整理,以病症为纲,药膳方为目,去粗取精,去伪存真,全面系统,科学先进,提高与普及相结合,治疗与防病相结合。此系列书共 10 余册,计有中华药膳防治肾脏疾病、糖尿病、血液疾病、呼吸疾病、心血管疾病、胃肠疾病、脑病、肿瘤、肝胆疾病、妇科疾病、男科疾病、儿科疾病等,是目前最为全面、系统的药膳专著。

中华药膳系列书的编著者,为全国数十家中医院校、医疗机构的专家、学者。各册的编写,基本按照疾病诊断、辨证、药膳方选的体例,对每一药膳方的药物组成、制作、用法、功能、主治等详加说明,使读者可以据证选方、按方配制,易于掌握和使用。

目 录

出血证

【药膳方精选】

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 1. 鸡蛋三七汤 …… (2) | 20. 鸡冠花鸡蛋汤 …… (7) |
| 2. 苕菜醪糟 …… (2) | 21. 茅根竹蔗饮 …… (8) |
| 3. 仙鹤草茶 …… (2) | 22. 金针白茅饮 …… (8) |
| 4. 仙鹤草饮 …… (3) | 23. 狗肝菜煲冰糖 …… (8) |
| 5. 猪血菠菜汤 …… (3) | 24. 荠菜粥 …… (9) |
| 6. 蕹菜汤 …… (3) | 25. 荠菜拌豆腐 …… (9) |
| 7. 蕹菜萝卜汁 …… (4) | 26. 荠菜炖肉丝 …… (9) |
| 8. 藕粥 …… (4) | 27. 荠菜蜜枣藕节汤 …… (10) |
| 9. 藕汁饮 …… (4) | 28. 柏叶粥 …… (10) |
| 10. 藕粉糖水 …… (4) | 29. 柿叶侧柏叶散 …… (10) |
| 11. 荷蒂汤 …… (5) | 30. 荷叶粥 …… (11) |
| 12. 丝瓜饮 …… (5) | 31. 荷叶藕节茶 …… (11) |
| 13. 丝瓜茶 …… (5) | 32. 荷花荔枝鸭 …… (11) |
| 14. 地骨皮茶 …… (6) | 33. 猪蹄止血汤 …… (12) |
| 15. 竹茅饮 …… (6) | 34. 绿豆藕茶 …… (12) |
| 16. 竹茅茶 …… (6) | 35. 萱草茅根汤 …… (13) |
| 17. 豆豉茶 …… (7) | 36. 藕汁蜜糖露 …… (13) |
| 18. 旱莲草茶 …… (7) | 37. 紫云英汁 …… (13) |
| 19. 旱莲草根炖肉 …… (7) | 38. 二鲜茶 …… (14) |

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 39. 三鲜饮 ··· (14) | 67. 桂圆长面 ····· (23) |
| 40. 大小蓟饮 ····· (14) | 68. 柿叶速溶饮 ··· (24) |
| 41. 大(小)蓟速溶饮 · (15) | 69. 蚕豆花露 ····· (24) |
| 42. 小蓟根汁 ····· (15) | 70. 木耳芝麻茶 ····· (24) |
| 43. 小蓟根茶 ····· (15) | 71. 旱莲草小蓟汤 ··· (25) |
| 44. 马兰莲子汤 ····· (16) | 72. 大黄粉蒸鸡蛋 ··· (25) |
| 45. 马苳鲜藕汁 ····· (16) | 73. 生地黄粥 ····· (25) |
| 46. 腰花核桃 ····· (16) | 74. 木耳粥 ····· (26) |
| 47. 芹菜藕汤 ····· (17) | 75. 生地白茅饮 ····· (26) |
| 48. 公鸡鲜血饮 ····· (17) | 76. 藕柏饮 ····· (26) |
| 49. 花生莲肉汤 ····· (17) | 77. 豆腐石膏汤 ····· (27) |
| 50. 鲜地黄汁 ····· (18) | 78. 仙鹤红枣汤 ····· (27) |
| 51. 茅根墨鱼羹 ····· (18) | 79. 二鲜饮 ····· (27) |
| 52. 藕汁蜜糖露 ····· (18) | 80. 荷叶饮 ····· (28) |
| 53. 鲜藕柏叶汁 ····· (18) | 81. 芹菜粥 ····· (28) |
| 54. 麦芽糖煲红枣 ····· (19) | 82. 鲜薤菜汁 ····· (28) |
| 55. 饮醋方 ····· (19) | 83. 芹菜汁 ····· (29) |
| 56. 大枣人参汤 ····· (19) | 84. 黑木耳红枣汤 ····· (29) |
| 57. 人参团鱼 ····· (20) | 85. 鸡冠花蛋汤 ····· (29) |
| 58. 莲米糕 ····· (20) | 86. 菠菜汤 ····· (30) |
| 59. 木耳红枣汤 ····· (20) | 87. 灯芯草柿饼汤 ····· (30) |
| 60. 枣柿饼 ····· (21) | 88. 冰糖蛋清汤 ····· (30) |
| 61. 饴糖鸡 ····· (21) | 89. 藕米糕 ····· (31) |
| 62. 党芪草姜汤 ····· (22) | 90. 山药三七粥 ····· (31) |
| 63. 栗子糕 ····· (22) | 91. 猪肺蘸苡仁末 ····· (31) |
| 64. 煨藕汤 ····· (22) | 92. 鹿衔草炖猪肺 ····· (32) |
| 65. 桑耳糯米粥 ····· (23) | 93. 蒲葦粥 ····· (32) |
| 66. 黑白菜 ····· (23) | 94. 地笋汁 ····· (32) |

95. 藕梨汁	(33)	117. 青黛饮 ·	(41)
96. 藕节汁	(33)	118. 白萝卜汁	(41)
97. 莱菔酒 ·	(33)	119. 醋矾煎 ·	(41)
98. 萝卜白菜汁 ·	(34)	120. 百合粥	(42)
99. 三七蒸蛋	(34)	121. 银耳粥	(42)
100. 马勃糖	(34)	122. 乌贼骨炖鸡	(42)
101. 白藕汤	(35)	123. 乌贼骨炖猪皮	(43)
102. 菠菜饺子	(35)	124. 虫草白芨粥	(43)
103. 黄花菜白茅饮	(36)	125. 藕节茅根茶	(43)
104. 大蒜烧茄子	(36)	126. 阿胶糯米粥	(44)
105. 白芨肺	(37)	127. 化斑粥	(44)
106. 鸡冠花炖猪肺	(37)	128. 薤菜糖水	(44)
107. 仙鹤饮	(37)	129. 藕柏饮茶	(45)
108. 血余藕片饮 ·	(38)	130. 双根西瓜盅	(45)
109. 双荷饮 ·	(38)	131. 仙鹤草茶	(45)
110. 白茅根饮	(38)	132. 地榆酒	(46)
111. 苎麻根粥 ·	(39)	133. 燕窝汤	(46)
112. 苎麻粥 ·	(39)	134. 蘑菇猪鼻汤	(46)
113. 芥菜苋菜鸡蛋汤	(39)	135. 鸡血藤冲汁	(47)
114. 槐藕饮 ·	(40)	136. 槐花粥	(47)
115. 虫草炖龟 ·	(40)	137. 黑木耳糖	(47)
116. 茅根地黄饮 ·	(40)	138. 龙眼肉粥	(48)

血虚证

【药膳方精选】

1. 糖渍红枣 · .. (50) 2. 糯酒煮猪肝

- | | |
|-----------------------------|-----------------------|
| 3. 藤筋汤 ····· (50) | 30. 章鱼花生汤 ····· (62) |
| 4. 阿胶鸡蛋汤 ····· (51) | 31. 鹿茸香菇菜心 ····· (62) |
| 5. 地黄煎 ····· (51) | 32. 清蒸人参 ····· (63) |
| 6. 糖卷果 ····· (52) | 33. 清蒸猪脑 ····· (63) |
| 7. 霜打荷花 ····· (52) | 34. 清蒸哈士蟆 ····· (64) |
| 8. 猪肚炖莲子 ····· (52) | 35. 清蒸活鲫鱼 ····· (64) |
| 9. 花生红枣汤 ····· (53) | 36. 清蒸人参元鱼 ····· (65) |
| 10. 团鱼汤 ····· (53) | 37. 清蒸虫草胎盘 ····· (66) |
| 11. 焦豆腐渣汤 ····· (54) | 38. 淮药桃 ····· (66) |
| 12. 杞子鸡蛋汤 ····· (54) | 39. 淮药芝麻酥 ····· (67) |
| 13. 当归心子 ····· (54) | 40. 蛋溜牡蛎黄 ····· (67) |
| 14. 枸杞油焖大虾 ····· (55) | 41. 酥蜜粥 ····· (67) |
| 15. 枸杞南枣鸡蛋 ····· (55) | 42. 黄芪蜜膏 ····· (68) |
| 16. 海参猪肉饼 ····· (55) | 43. 黄酒焖鸭 ····· (68) |
| 17. 黄精鳝丝 ····· (56) | 44. 黄焖狗肉 ····· (69) |
| 18. 黄芪鸡汁粥 ····· (56) | 45. 黄雌鸡粥 ····· (69) |
| 19. 黄瓜香炖母鸡 ····· (57) | 46. 黄芪六一汤 ····· (70) |
| 20. 黄鳝煲猪肉黄芪大枣
····· (57) | 47. 黄芪汽锅鸡 ····· (70) |
| 21. 野猪肉归参汤 ····· (57) | 48. 黄芪猪肉汤 ····· (71) |
| 22. 银丝鳊鱼 ····· (58) | 49. 黄芪蒸乳鸽 ····· (71) |
| 23. 蒸鳝鱼猪肉 ····· (59) | 50. 黄连猪肚丸 ····· (72) |
| 24. 鹌鹑肉片 ····· (59) | 51. 菜花鸡米 ····· (72) |
| 25. 蜂蜜麻油冲蛋花 ····· (59) | 52. 龟鹿二仙膏 ····· (72) |
| 26. 煨龟肉 ····· (60) | 53. 桂圆纸包鸡 ····· (73) |
| 27. 鲜奶鲤鱼 ····· (60) | 54. 桂圆莲米汤 ····· (73) |
| 28. 鲜蘑鹿冲 ····· (61) | 55. 核桃仁鸡丁 ····· (74) |
| 29. 鹿肾粥 ····· (61) | 56. 核桃仁鸡卷 ····· (74) |
| | 57. 核桃枸杞鸡丁 ····· (75) |

58. 烤大虾	(75)	86. 黄雌鸡肉粥	(87)
59. 益母草汁粥	(76)	87. 黄芪软炸里脊	(87)
60. 酒炖鳗鱼	(76)	88. 黄芪炖乌骨鸡	(88)
61. 首乌煮鸡蛋	(76)	89. 鲤鱼羹	(88)
62. 首乌黑豆汤	(77)	90. 秘传三意汤	(89)
63. 首乌煲猪尾	(77)	91. 海参木耳羹	(89)
64. 鸡肉茯苓馄饨	(77)	92. 薯蓣粥	(89)
65. 鸡汁粥	(78)	93. 地骨爆两羊	(90)
66. 萝藦菜粥	(78)	94. 当归甲鱼	(90)
67. 萝藦茶	(79)	95. 当归杞子汤	(91)
68. 鱼翅烩燕窝	(79)	96. 当归炖羊肉	(91)
69. 饴糖红枣汤	(79)	97. 当归生地煲羊肉	(91)
70. 炖山药泥	(80)	98. 虫草炖胎盘	(92)
71. 参麦茶	(80)	99. 氽鹌鹑	(92)
72. 参鹿粥	(80)	100. 羊骨羹	(92)
73. 参归腰子	(81)	101. 羊肚羹	(93)
74. 参茸熊掌	(81)	102. 红烧鹿肉	(94)
75. 参归乌鸡汤	(82)	103. 红糖猪脑	(94)
76. 参芪大枣汤	(82)	104. 红枣炖羊心	(95)
77. 参芪白莲粥	(82)	105. 红枣花生衣汁	(95)
78. 参杞烧肚片	(83)	106. 红焖家常豆腐	(95)
79. 参杞烧海参	(83)	107. 红枣乌豆蛋汤	(96)
80. 参芪干烧鲑鱼	(84)	108. 红烧枸杞乌梢蛇蛤 蚶熟地黄	(96)
81. 参芪红烧熊掌	(84)	109. 麦麸汤圆	(97)
82. 草果羊骨汤	(85)	110. 芪参羊肉羹	(97)
83. 枸杞蒸蛋	(85)	111. 杞子炖羊脑	(97)
84. 枸杞汁大排	(86)	112. 何首乌煮鸡蛋	(98)
85. 枸杞滑熘里脊片	(86)		

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 113. 肝枣汤 ····· (98) | 133. 柿饼粥 ····· (107) |
| 114. 龟肉汤 ····· (98) | 134. 猪皮红枣炖汤 ··· (107) |
| 115. 龟板桂术煎 ····· (99) | 135. 黄芪银耳炖鸡 ··· (107) |
| 116. 补脑宁神羹 ····· (99) | 136. 龙眼橘饼糖 ····· (108) |
| 117. 黄芪大枣粥 ····· (100) | 137. 羊蜜膏 ····· (108) |
| 118. 当归补血膏 ····· (100) | 138. 墨鱼鹌鹑蛋 ····· (109) |
| 119. 黄芪保胎膏 ····· (100) | 139. 人参菱饺 ····· (109) |
| 120. 黄芪补膏 ····· (101) | 140. 乌鸡汤 ····· (110) |
| 121. 龙眼大枣 ····· (101) | 141. 龙眼粥 ····· (110) |
| 122. 野参群鲜汤 ····· (101) | 142. 归芪蒸鸡 ····· (110) |
| 123. 野猪肉煮米粉 ··· (102) | 143. 田七鸡 ····· (111) |
| 124. 银耳扒鸽蛋 ····· (102) | 144. 生炒糯米饭 ····· (111) |
| 125. 甜辣藕丁 ····· (103) | 145. 生姜炖牛肚 ····· (112) |
| 126. 猪肝方 ····· (103) | 146. 十全大补糕 ····· (112) |
| 127. 猪肚糜 ····· (104) | 147. 八珍汤 ····· (112) |
| 128. 猪肾羹 ····· (105) | 148. 人参茶 ····· (113) |
| 129. 桃酥豆泥 ····· (105) | 149. 五圆鸽子 ····· (113) |
| 130. 黄芪粥 ····· (106) | 150. 太子鸡 ····· (113) |
| 131. 桂圆莲子粥 ····· (106) | 151. 甜酒酿蒸鸡蛋 ··· (114) |
| 132. 海参粥 ····· (106) | 152. 荔枝粉 ····· (114) |

血瘀证

【药膳方精选】

- | | |
|----------------------|-----------------------------|
| 1. 山楂散 ····· (116) | 6. 红牛皮菜炖猪口条肉
····· (117) |
| 2. 三七蒸猪肉 ····· (116) | |
| 3. 益母当归煲鸡蛋 ··· (116) | 7. 厚皮菜酥肉 ····· (118) |
| 4. 蜜饯山楂 ····· (117) | 8. 三七藕蛋羹 ····· (118) |
| 5. 豆腐红糖汤 ····· (117) | 9. 桃仁墨鱼 ····· (119) |

- | | | | |
|-------------------|-------|-------------------|-------|
| 10. 山楂肉干 | (119) | | (120) |
| 11. 木耳红枣酱 | (119) | 15. 北芪山楂乌骨鸡 | (121) |
| 12. 三七炖鸡 | (120) | | (121) |
| 13. 龙眼花生 | (120) | 16. 血余红糖饮 | (121) |
| 14. 龙眼红枣木耳羹 | | | |

贫血证

【药膳方精选】

- | | | | |
|-------------------|-------|------------------|-------|
| 1. 桂圆童子鸡 | (123) | | (129) |
| 2. 荔枝鸭 | (123) | 21. 樱桃龙眼羹 | (130) |
| 3. 黄精鳝片 | (124) | 22. 鲑鱼补血汤 | (130) |
| 4. 黄芪鸡汁粥 | (124) | 23. 姜汁黄鳝饭 | (130) |
| 5. 参枣汤 | (124) | 24. 春盘面 | (131) |
| 6. 山药桂圆炖甲鱼 | (125) | 25. 八宝饭 | (131) |
| 7. 山药紫荆皮汁 | (125) | 26. 海参炖蛋 | (132) |
| 8. 胶芪枣汤 | (125) | 27. 小麦饭 | (132) |
| 9. 苡蓉猪肝 | (126) | 28. 桃金娘果酒 | (132) |
| 10. 益智强心汤 | (126) | 29. 玄参炖猪肝 | (133) |
| 11. 桑龙药酒 | (126) | 30. 老姜猪肚汤 | (133) |
| 12. 猪心大枣汤 | (127) | 31. 山药羊肉汤 | (133) |
| 13. 猪心枣仁汤 | (127) | 32. 番薯狗肉汤 | (134) |
| 14. 猪肝蒸柏仁 | (127) | 33. 绿豆红枣汤 | (134) |
| 15. 猪心参归汤 | (128) | 34. 枸杞蒸鸡 | (135) |
| 16. 猪脑黑木耳汤 | (128) | 35. 家常肝膏汤 | (135) |
| 17. 猴头鸡汁汤 | (128) | 36. 鲜蚕豆花汁 | (135) |
| 18. 蒸银耳 | (129) | 37. 什锦山药 | (136) |
| 19. 酸枣仁粥 | (129) | 38. 枸杞煎烹肉丝 | (136) |
| 20. 酸枣仁蜂蜜水饮 | | 39. 红糖乌豆蛋汤 | (137) |

- | | | | |
|----------------------|-------|------------------|-------|
| 40. 汽锅乌鸡 | (137) | 65. 豆浆蜂蜜饮 | (146) |
| 41. 清蒸熊掌 | (138) | 66. 党参红枣茶 | (147) |
| 42. 怀山圆肉炖水鱼
..... | (138) | 67. 鲜山药汁 | (147) |
| 43. 蜂乳 | (139) | 68. 鲜桂圆汁 | (147) |
| 44. 鲑鱼黄芪汤 | (139) | 69. 红高粱粥 | (148) |
| 45. 鳊鱼汤 | (139) | 70. 猪肚糯米粥 | (148) |
| 46. 阿胶炖肉 | (140) | 71. 红枣粥 | (148) |
| 47. 枣泥薄撑 | (140) | 72. 鲜藕粥 | (149) |
| 48. 狗鱼大枣花生汤
..... | (140) | 73. 落花生粥 | (149) |
| 49. 河车大枣杞子汤
..... | (141) | 74. 人参白米粥 | (150) |
| 50. 参枣汤 | (141) | 75. 荔枝粥 | (150) |
| 51. 荔枝干大枣 | (141) | 76. 髓蜜膏 | (150) |
| 52. 姜汁炒章鱼 | (141) | 77. 苡蓉羊肉粥 | (151) |
| 53. 首乌鸡汤 | (142) | 78. 五香猪肝粥 | (151) |
| 54. 神仙鸭 | (142) | 79. 八仙糕 | (151) |
| 55. 扶中糕 | (143) | 80. 红枣益脾糕 | (152) |
| 56. 黑木耳红枣粥 | (143) | 81. 枣糖糕 | (152) |
| 57. 黑木耳煲红枣 | (143) | 82. 龙眼淮山药糕 | (153) |
| 58. 强力烘蛋糕 | (144) | 83. 苦瓜焖鸡翅 | (154) |
| 59. 菠菜猪血汤 | (144) | 84. 九月鸡片 | (154) |
| 60. 猪肝菠菜汤 | (145) | 85. 枣蔻煨肘 | (155) |
| 61. 海蜇猪骨汤 | (145) | 86. 蘑菇肉片 | (155) |
| 62. 鹿胶黄酒饮 | (145) | 87. 蘑菇烧豆腐 | (156) |
| 63. 阿胶黄酒饮 | (146) | 88. 胡萝卜炒猪肝 | (156) |
| 64. 桂圆红枣饮 | (146) | 89. 归地烧羊肉 | (156) |
| | | 90. 红杞田七鸡 | (157) |
| | | 91. 砂仁条肚 | (158) |
| | | 92. 参芪炖鹅肉 | (158) |

93. 八宝鸡 ····· (158)	107. 玫瑰枣糕 ····· (164)
94. 蜂蜜冲牛奶 ··· (159)	108. 人参枸杞酒 ····· (164)
95. 兔肝研末冲米汤 ····· (159)	109. 红枣糯米粥 ···· (165)
96. 鸡血藤煲鸡蛋 ····· (160)	110. 黄芪猴头汤 ····· (165)
97. 枣参丸 ····· (160)	111. 龙眼饼 ····· (166)
98. 代参膏 ····· (160)	112. 核桃仁炒韭菜 ··· (166)
99. 荔枝红枣汤 ····· (161)	113. 万寿果 ····· (167)
100. 桑椹膏 ····· (161)	114. 首乌汤 ····· (167)
101. 杞圆膏 ····· (161)	115. 葡萄蜜膏 ····· (167)
102. 糜子面窝头 ···· (162)	116. 归枣粥 ····· (168)
103. 神仙鸭 ····· (162)	117. 鹿白酒 ····· (168)
104. 枸杞肉丝 ····· (162)	118. 乌发蜜膏 ····· (169)
105. 枸杞子桃仁鸡丁 ····· (163)	119. 归参鳝鱼汤 ····· (169)
106. 益脾饼 ····· (163)	120. 复元汤 ····· (170)
	121. 参芪鸭条 ····· (170)

再障贫血

再生障碍性贫血 单纯红细胞再生障碍性贫血

【药膳方精选】

1. 羊骨粥 ····· (177)	7. 虫草胎盘炖牛骨髓 ····· (179)
2. 山药天花粉汤 ····· (177)	8. 羊胫骨大枣汤 ····· (179)
3. 鸡血藤糖浆 ····· (177)	9. 紫河车散 ····· (179)
4. 花生衣 ····· (178)	10. 复方紫河车丸 ····· (180)
5. 羊胫骨糯米粥 ···· (178)	11. 萝卜海带羊排汤
6. 山药参枣炖肉 ··· (178)	

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| (180) | 19. 黄根猪骨汤 (183) |
| 12. 枸杞黑豆大枣炖猪骨
..... (181) | 20. 骨髓胎盘膏 (183) |
| 13. 木耳红糖饮 (181) | 21. 枸杞黑豆炖骨头
..... (184) |
| 14. 罗汉松果汤 (181) | 22. 胎盘炖猪肉 (184) |
| 15. 月季花红糖汤 (182) | 23. 虫草炖胎盘 (184) |
| 16. 木瓜焖猪肉 (182) | 24. 羊骨汤 (185) |
| 17. 双补膏 (182) | 25. 胶米饭 (185) |
| 18. 山药大枣汤 (183) | 26. 鸡血藤糖浆 (185) |

缺铁性贫血

【药膳方精选】

- | | |
|------------------------|------------------------|
| 1. 羊肝菠菜汤 (190) | 16. 圆椒木耳 (196) |
| 2. 三七蒸鸡 (191) | 17. 菠菜泥汤 (197) |
| 3. 糯米红枣黑豆粥 (191) | 18. 黑木耳蒸红枣 (197) |
| 4. 银耳蚕蛹 (191) | 19. 酒蒸鸭血 (197) |
| 5. 人参皂芪茶 (192) | 20. 枣矾丸 (198) |
| 6. 龙眼莲子汤 (192) | 21. 红枣木耳汤 (198) |
| 7. 半月沉江 (192) | 22. 酒蒸鸭血 (198) |
| 8. 黄豆炖猪肝 (193) | 23. 樱桃龙眼羹 (199) |
| 9. 菠菜猪肝汤 (194) | 24. 参归鸽肉汤 (199) |
| 10. 菠菜鸡蛋汤 (194) | 25. 仙人粥 (199) |
| 11. 雪里藏红 (194) | 26. 糯米阿胶粥 (200) |
| 12. 蛋黄泥 (195) | 27. 黄豆皂矾丸 (200) |
| 13. 皂矾炒豆 (195) | 28. 木耳果酱 (200) |
| 14. 肝泥 (195) | 29. 海带煮芥菜 (201) |
| 15. 黄豆芽猪血汤 (196) | 30. 黄豆煮猪肝 (201) |

血小板减少症

特发性血小板减少性紫癜

继发性血小板减少症

【药膳方精选】

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. 枣香肉皮冻 ···· (210) | ····· (217) |
| 2. 鸡血藤大枣汤 ···· (211) | 21. 生地茅根煮侧柏叶汤 |
| 3. 红枣煨肘 ······ (211) | ····· (218) |
| 4. 红枣龟胶冻 ······ (212) | 22. 大枣煮粳米粥 ······ (218) |
| 5. 圆肉党参炖猫肉 ··· (212) | 23. 柿树叶 ········ (218) |
| 6. 健乐饮 ······ (212) | 24. 猪皮茅根煎 ······ (219) |
| 7. 花生煲猪尾 ······ (213) | 25. 鲜荞麦叶汤 ······ (219) |
| 8. 归参炖母鸡 ······ (213) | 26. 鲜鳔羹 ········ (219) |
| 9. 圆肉花生汤 ······ (213) | 27. 鱼鳞胶 ········ (220) |
| 10. 二胶参补丸 ······ (214) | 28. 枸杞参枣鸡蛋汤 |
| 11. 花生枣泥粥 ······ (214) | ····· (220) |
| 12. 白茅根炖猪皮 ····· (214) | 29. 芪姜参鹤汤 ······ (220) |
| 13. 当归獐肉 ········ (215) | 30. 黑豆芪鱼汤 ······ (221) |
| 14. 牛腿骨汤 ········ (215) | 31. 猪皮炖白茅根 ····· (221) |
| 15. 海带炆木耳 ······ (216) | 32. 荞麦藕节汤 ······ (221) |
| 16. 马尾松汁汤 ······ (216) | 33. 旱莲草炖鱼鳔 ····· (222) |
| 17. 红枣羊骨粥 ······ (216) | 34. 鳖甲汤 ········ (222) |
| 18. 红枣羊胫骨糯米粥 | 35. 生茅汤 ········ (222) |
| ····· (217) | 36. 枸杞鸡蛋汤 ······ (223) |
| 19. 红枣煮花生米汤 | 37. 花生红枣汤 ······ (223) |
| ····· (217) | 38. 芪姜汤 ········ (223) |
| 20. 阿胶炖黄酒调赤砂糖 | 39. 羊脊骨汤 ······ (224) |