

主编 陈惠中 副主编 陆健敏

柴米油盐酱醋茶

与

健康

1000 问

Chai Mi You Yan Jiang Cu Cha Yo Jian Kang

上海科学技术文献出版社

柴米油盐酱醋茶与 健康 1 000 问

主 编 陈惠中
副主编 陆健敏

上海科学技术文献出版社

责任编辑：屈澄清
封面设计：何永平

图书在版编目（CIP）数据

柴米油盐酱醋茶与健康 1000 问/陈惠中编. —上海:
上海科学技术文献出版社, 2000. 6
ISBN 7-5439-1357-7

I. 柴... II. 陈... III. 食物疗法-问答
IV. R247. 1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 19773 号

柴米油盐酱醋茶与健康 1000 问

主编 陈惠中 副主编 陆健敏

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

江苏常熟人民印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张 15.25 字数 450 000

2000 年 4 月第 1 版 2000 年 4 月第 1 次印刷

印数: 1—5 100

ISBN 7-5439-1357-7/R • 404

定价: 18.00 元

编委会名单

主 编 陈惠中

副主编 陆健敏

编著者 陈 斌 杨志远 何 怡 沈梅芳

丁汉民 陈玉华 赵冀平 陈其中

陈晓清 斯才瑛 陈璠庆 何似梅

朱丽群 何全香 杨水秀 陈 胜

陆健敏 陈惠中

编者的话

“开门七件事，柴米油盐酱醋茶”，这说明，“七件事”与人民生活健康关系极为密切。随着人民生活水平的不断提高，现在，人民不仅要吃饱，而且还要吃好，生活还要丰富多彩。吃是一门学问，人们如何利用“柴米油盐酱醋茶”这七种基本物质，以达到身心健康和疾病防治的目的，这就是本书编写的出发点。

“柴”加熟主副食，用于取暖、照明、丰富生活等；“米、油”主要供给人体糖、脂肪、蛋白质三大营养素等；“盐、酱、醋”主要增加副食品的色、香、味，是副食品烹调中不可缺少的调味品；“茶”居世界三大无酒精饮料之首，为国内外公认的多维、低糖和多功能的保健饮料。本书主要介绍它们的组成、营养、医药作用，以及治疗各种疾病的食疗便方，及其在应用中应注意的事项等。本书内容深入浅出，通俗易懂，以实用性强、读者面广为特点，既适用于各层次人们阅读，又可作为营养卫生专业人员等的参考书。

本书所引用的大量资料，来自国内外许多作者的辛勤劳动，在此一并表示感谢！

由于编者水平有限，书中难免有疏漏错误之处，恳请广大读者指正！

陈惠中

1999年4月

内 容 提 要

“柴米油盐酱醋茶”是与人民生活、身体健康有密切关系的开门七件事。

《柴米油盐酱醋茶与健康 1 000 问》，就是围绕上述七件事编撰的一部与人民生活、身心健康直接有关的实用书。它告诉人们，如何根据各人的生活、身心健康状况，去了解、选择和应用“柴米油盐酱醋茶”这七种日常生活必须接触的基本物质及其组成的食疗便方，以达到身心健康和防治疾病的目的。

本书共选登了 1 000 个问题，其中有关“柴”的有 133 题，“米”的有 271 题，“油”的有 113 题，“盐”的有 39 题，“酱”的有 30 题，“醋”的有 160 题和“茶”的 254 题，以解答问题的方式，介绍了上述七种物质的组成、营养、医药功能，以及治疗各种疾病的食疗便方及其在应用中应注意的事项。

目 录

一、柴

1. “柴”的含义及功用是什么? (5)
..... (1)
2. 煤矿工人等会得“煤肺病”
吗? (1)
3. 煤油如何治烫伤? (1)
4. 怎样用煤油等除金属锈?
..... (1)
5. 煤气中毒及其原因是什
么? (1)
6. 煤气中毒的临床表现分哪
几度? (2)
7. 家庭如何防止煤气中毒?
..... (3)
8. 家庭煤气中毒的救治原则
及方法各是什么? (3)
9. 为什么煤气开关在烧煮时
不要拧到最小程度? ... (3)
10. 怎样安全使用液化气炉?
..... (4)
11. 如此节约液化气实在危险?!
..... (4)
12. 为什么不要让小孩玩弄液
化气打火机及贮备筒? ... (5)
13. 抽油烟机何时启闭对身体
危害更小? (5)
14. 巧用吸排油烟机不辣眼吗?
15. 使用取暖器如何调节好室
内的湿度呢? (6)
16. 使用煤气取暖器有哪八忌?
..... (6)
17. 家庭节约煤气的方法有哪
些? (6)
18. 汽油中毒及其临床分度是
什么? (7)
19. 用嘴吸汽油危险吗? ... (8)
20. 如何预防汽油中毒? ... (8)
21. 如何用汽油等除去一些物
品上的污渍? (8)
22. 家庭防漏电触电应注意哪
些? (10)
23. 家用电器安全用电应注意
哪些? (10)
24. 人体触电后可发生哪些损
伤? (10)
25. 触电后的救治措施有哪
些? (10)
26. 家用电器设备有哪些? ... (11)
27. 臭氧型家电好吗? (11)
28. 如何减小家电设备间的相
互干扰? (12)
29. 盛夏家用电器也需“防暑”

- 吗? (12)
30. 冬季防家电“感冒”应注意
哪些? (13)
31. 家电能“超期服役”吗? ... (13)
32. 家用电器如何节电? ... (14)
33. 电视机及电脑等家用电器
着火时怎么办? (15)
34. 家用电器防火应注意哪
些? (15)
35. 家用电器设备的噪声大
吗? (16)
36. 家电噪声会影响儿童的健
康吗? (16)
37. 过多使用超标家电易得癌
症吗? (16)
38. 家用电器发出的极低频电
磁波能诱发癌症吗? ... (17)
39. “双绿色冰箱”及其功能特
点如何? (17)
40. 为什么电冰箱不能放在卧
室内? (17)
41. 冰箱为什么要少用 -7°C
以下的低温? (18)
42. 正确使用冰箱的要求有哪
些? (18)
43. 食品为什么不宜长期存放
在冰箱内? (19)
44. 冰箱各层宜放哪些果蔬?
..... (20)
45. 为什么米面制食品不宜放
入冰箱内冷藏? (20)
46. 为什么人参不宜放入冰箱
内贮存? (20)
47. 冷冻食品如何解冻好?
..... (21)
48. 冬季电冰箱如何使用好?
..... (21)
49. 电冰箱停机后如何保养?
..... (21)
50. 电冰箱门是否密闭如何
检测? (22)
51. 电冰箱简易除臭法有哪
些? (22)
52. 降低冰箱噪声的方法有
哪些? (23)
53. 哪些人不宜吃冰镇冷饮?
..... (23)
54. 吃冷饮可引起头痛吗?
..... (24)
55. 为什么应少饮冰镇啤酒?
..... (25)
56. 为什么西瓜不宜冰冻过
久? (25)
57. 为什么应慎食冷藏鱼?
..... (25)
58. 如何预防冰箱性肺炎?
..... (25)
59. 如何预防冰箱性腹痛?
..... (26)
60. 如何防止儿童冰箱性胃
炎? (26)
61. 冰箱内小肠菌的危害及其
预防? (27)
62. 用冰箱制冷饮等方法有
哪些? (27)
63. 电冰箱在生活中有哪些

- 妙用? (28) (34)
64. 家庭用冷柜冷藏食品时有哪些卫生问题? (28)
65. 家庭冷柜贮存食品应注意哪些? (29)
66. 如何选用有效适用的餐具消毒柜? (29)
67. 家用餐具消毒柜能杀哪些细菌? (29)
68. 在消毒柜内的餐具如何摆置好? (30)
69. 已消毒的餐具如何取用好? (30)
70. 消毒餐具的数量和种类及间隔时间以多少为好? ... (30)
71. 用微波炉烹饪空气清爽宜人吗? (31)
72. 微波炉是杀菌消毒的好帮手吗? (31)
73. 微波炉再加热食物应注意什么? (31)
74. 微波炉的保养应注意哪些? (32)
75. 如何除去微波炉内的异味? (32)
76. 吃微波食品对人体健康有影响吗? (33)
77. 如何巧用微波炉保鲜蔬菜? (33)
78. 微波炉除用作炊具外,还有哪些用途? (33)
79. 微波炉有哪些妙用? ... (34)
80. 家用电视机如何摆设好? (34)
81. 为什么彩电切忌接地线? (34)
82. 雷雨天看电视应防雷击吗? (35)
83. 常长时间泡在电视机前可诱发哪些“电视疾病”? ... (35)
84. 如何防止看电视对视力的影响? (36)
85. 如何预防看电视受 X 射线照射的影响? (37)
86. 为什么肝病患者应少看电视? (37)
87. 为什么小孩不宜躺着看电视? (38)
88. 老年人看电视应警惕得“电视腿病”吗? (38)
89. 减少看电视的“负效应”应注意哪些? (38)
90. 何谓“绿色电脑”? (39)
91. 家用电脑放置有哪五忌? (39)
92. 家用电脑使用中应防哪些? (40)
93. 春夏两季家用电脑如何防潮? (40)
94. 电脑操作者应注意哪些? (41)
95. 电脑辐射会危害人体健康吗? (41)
96. 使用“大哥大”有哪八忌? (42)
97. 使用手机会对人体产生哪

- 些影响? (42)
98. 哪些病人禁用“大哥大”?
..... (43)
99. 移动电话会导致人记忆力
短暂丧失吗? (43)
100. 使用电话机有哪五防?
..... (44)
101. 为什么在家用液化气泄漏
时勿打电话? (44)
102. 使用公用电话须防传染
病吗? (44)
103. 电话机为什么应定期消
毒? (45)
104. 打电话有哪些卫生文明
的习惯? (45)
105. 家用空调器安装的适宜高
度为多少? (45)
106. 夏天空调器室温以调到多
少为宜? (46)
107. 空调器保养应注意哪些?
..... (46)
108. “空调病”是如何引起的?
..... (47)
109. 哪些人易得“空调病”?
..... (47)
110. 如何预防“空调病”? ... (47)
111. 防止电风扇噪音应注意
哪些? (48)
112. 如何预防“电风扇病”?
..... (48)
113. 婴幼儿为什么不宜吹电
风扇? (48)
114. 电热毯使用前应做哪些
检查? (49)
115. 安全使用电热毯应注意
哪些? (49)
116. 哪些人不宜使用电热毯?
..... (50)
117. 孕妇睡电热毯对胎儿有什
么影响? (50)
118. 睡电热毯会引起哪些病?
..... (50)
119. 如何预防“电热毯病”?
..... (51)
120. 为什么孕妇最好不用电
吹风? (51)
121. 如何巧用电吹风治感冒?
..... (52)
122. 如何巧用电吹风止血及
治胃痛? (52)
123. 如何巧用电吹风缓解关
节疼痛? (52)
124. 如何巧用电吹风防脚癣
治冻疮? (53)
125. 电吹风在生活中有哪些
妙用? (53)
126. 使用电热梳及电发钳应注
意哪些? (53)
127. 如何安全使用电热开水
瓶? (54)
128. 电热淋浴器安装及使用应
注意哪些? (54)
129. 长期使用日光灯对人体有
何影响? (54)
130. 如何判断电饭煲的简单
故障? (55)

131. 如何使电饭煲煮的饭更香? (55)
132. 如何巧用电饭锅煲汤及烤馒头片? (55)
133. 冬季电热炊具的使用保养应注意哪些? (56)

二、米

1. “米”主要是指什么? ... (57)
2. 谷类各组成部分的营养成分及其区别? (57)
3. 谷类的营养价值如何? ... (57)
4. 谷类营养成分中的主要不足是什么? (58)
5. 谷类加工过细对营养成分有何影响? (58)
6. 家庭膳食中如何应用谷类才算最合理? (59)
7. 家常米饭中哪种较好? ... (60)
8. 骨头汤焖饭的制作及其特点是什么? (60)
9. 牛奶焖饭的制作及其特点是什么? (61)
10. 上海风味“猪油菜饭”的制作及其特点是什么? ... (61)
11. 浙江风味“荷香八宝饭”的制作及其特点是什么? ... (62)
12. 苏州风味“四喜肉菜饭”的制作及其特点是什么? ... (62)
13. 扬州风味“什锦炒饭”的制作及其特点是什么? ... (63)
14. 安徽风味“乌糯饭”的制作及其特点是什么? (63)
15. 山东风味“金银饭”的制作及其特点是什么? (63)
16. 广东风味“滑蛋牛肉饭”的制作及其特点是什么? ... (64)
17. 福建风味“八宝蛎饭”的制作及其特点是什么? ... (64)
18. 香港风味“豆皮饭”的制作及其特点是什么? (65)
19. 新疆风味“羊肉抓饭”的制作及其特点是什么? ... (65)
20. 黎族风味“海南香饭”的制作及其特点是什么? ... (66)
21. 苗族风味“花米饭”的制作及其特点是什么? (66)
22. 阿佤族风味“鸡肉烂饭”的制作及其特点是什么? ... (66)
23. 朝鲜族风味“药饭”的制作及其特点是什么? (67)
24. 古典风味“香椿鸡蛋炒饭”的制作及其特点是什么? (67)
25. 宫廷风味“猪油夹沙八宝饭”的制作及其特点是什么? (67)
26. 世界各地的风味米饭有哪些? (68)
27. 日本风味“四喜饭”的制作及其特点是什么? (68)
28. 印度风味“咖喱牛肉饭”的制作及其特点是什么? ... (69)
29. 阿塞拜疆风味“杏仁杂烩

- 饭”的制作及其特点是什么? (69)
30. 巴尔干风味“鸡肉杂烩饭”的制作及其特点是什么? (69)
31. 土耳其风味“葱头米饭”的制作及其特点是什么? (70)
32. 阿拉伯风味“什锦饭”的制作及其特点是什么? ... (70)
33. 意大利风味“焖炒黄油米饭”的制作及其特点是什么? (71)
34. 瑞士风味“奶蛋米饭”的制作及其特点是什么? ... (71)
35. 墨西哥风味“香蕉米饭”的制作及其特点是什么? ... (71)
36. 西班牙风味“墨鱼炒饭”的制作及其特点是什么? ... (71)
37. 姜汁牛肉饭的制作及功用是什么? (72)
38. 参枣糯米饭的制作及功用是什么? (72)
39. 白术薏米饭的制作及功用是什么? (73)
40. 柿饼饭的制作及功用是什么? (73)
41. 白莲肉饭的制作及功用是什么? (73)
42. 白莲籽饭的制作及功用是什么? (73)
43. 猪肚饭的制作及功用是什么? (73)
44. 为什么说“粥为第一补人之物”? (74)
45. 小绍兴鸡粥的制作及其特点是什么? (74)
46. 艇仔粥的制作及其特点是什么? (75)
47. 鸭羹粥的制作及其特点是什么? (75)
48. 八卦粥的制作及其特点是什么? (75)
49. 蛤蚧粥的制作及其特点是什么? (76)
50. 生片粥的制作及其特点是什么? (76)
51. 鱼生粥的制作及其特点是什么? (77)
52. 羊肉粥的制作及其特点是什么? (77)
53. 海蛎粥的制作及其特点是什么? (78)
54. 鸡粥汤的制作及其特点是什么? (78)
55. 绿豆粥的制作及其特点和营养价值如何? (78)
56. 赤豆粥的制作及其特点和营养价值如何? (79)
57. 甘薯粥的制作及其特点和营养价值如何? (79)
58. 两米芸豆粥的制作及其特点和营养价值如何? ... (80)
59. 芝麻粳米粥的制作及其特点和营养价值如何? ... (80)
60. 薏米粥的制作及其特点和

- 营养价值如何? (81)
61. 花生红枣粥的制作及其特点和营养价值如何? ... (81)
62. 山药粥的制作及其特点和营养价值如何? (82)
63. 虾皮菠菜粥的制作及其特点和营养价值如何? ... (82)
64. 牛肉粥的制作及其特点和营养价值如何? (83)
65. 菜粥及其功用特点是什么? (83)
66. 豆粥及其功用特点是什么? (84)
67. 肉蛋奶粥及其功用特点是什么? (84)
68. 干果粥及其功用特点是什么? (85)
69. 黄芪粥的制作及功用主治是什么? (85)
70. 人参粥的制作及功用主治是什么? (86)
71. 山药猪肚粥的制作及功用主治是什么? (86)
72. 良姜陈皮粥的制作及功用主治是什么? (86)
73. 健脾养血粥的制作及功用主治是什么? (86)
74. 酸枣仁粥的制作及功用主治是什么? (86)
75. 田鼠大枣粥的制作及功用主治是什么? (87)
76. 消暑粥的制作及功用主治是什么? (87)
77. 薏苡仁猪肺粥的制作及功用主治是什么? (87)
78. 百合粥的制作及功用主治是什么? (87)
79. 肉桂羊肉粥的制作及功用主治是什么? (87)
80. 复元粥的制作及功用主治是什么? (88)
81. 肉苁蓉羊肉粥的制作及功用主治是什么? (88)
82. 鹿圣粥的制作及功用主治是什么? (88)
83. 锁阳粥的制作及功用主治是什么? (89)
84. 阳起石牛肾粥的制作及功用主治是什么? (89)
85. 枸杞羊肉粥的制作及功用主治是什么? (89)
86. 莲籽粥的制作及功用主治是什么? (89)
87. 芡实薏米粥的制作及功用主治是什么? (89)
88. 当归猪蹄粥的制作及功用主治是什么? (90)
89. 首乌粥的制作及功用主治是什么? (90)
90. 阿胶鲤鱼粥的制作及功用主治是什么? (90)
91. 保胎粥的制作及功用主治是什么? (90)
92. 应用药粥的范围有哪些? (91)
93. 药粥应用中的注意事项有

- 哪些? (91)
94. “粥疗歌”的内容是什么?
..... (92)
95. 糯米的营养成分有哪些?
..... (92)
96. 糯米的性味及功用主治是
什么? (93)
97. 治疗胃病呕吐等的糯米方
有哪些? (93)
98. 治疗胃炎的糯米方有哪
些? (93)
99. 治疗胃及十二指肠溃疡的
糯米方有哪些? (94)
100. 治疗肝病的糯米方有哪
些? (94)
101. 治疗慢性结肠炎的糯米
方有哪些? (94)
102. 治疗腹泻的糯米方有哪
些? (95)
103. 治疗感冒咳嗽的糯米方
有哪些? (95)
104. 治疗咯血的糯米方有哪
些? (96)
105. 治疗肺结核的糯米方有
哪些? (96)
106. 治疗慢性支气管炎的糯
米方有哪些? (96)
107. 治疗失眠的糯米方有哪
些? (97)
108. 治疗眩晕的糯米方有哪
些? (97)
109. 治疗高血压的糯米方有
哪些? (97)
110. 治疗冠心病等的糯米方
有哪些? (97)
111. 治疗出血的糯米方有哪
些? (98)
112. 治疗贫血的糯米方有哪
些? (98)
113. 治疗白细胞减少症的糯
米方有哪些? (99)
114. 治疗血小板减少性紫癜
的糯米方有哪些? ... (100)
115. 治疗血尿的糯米方有哪
些? (100)
116. 治疗肾炎等的糯米方有
哪些? (100)
117. 治疗遗精的糯米方有哪
些? (101)
118. 治疗阳痿不育的糯米方
有哪些? (101)
119. 治疗外科疾病的糯米方
有哪些? (101)
120. 治疗儿科疾病的糯米方
有哪些? (102)
121. 治疗妇女月经异常的糯
米方有哪些? (102)
122. 治疗功能性子宫出血等
的糯米方有哪些? ... (102)
123. 治疗更年期综合征的糯
米方有哪些? (103)
124. 治疗妇女白带增多的糯
米方有哪些? (103)
125. 防治习惯性流产的糯米
方有哪些? (103)
126. 治疗妊娠异常的糯米方

- 有哪些? (104)
127. 治疗胎动不安的糯米方
有哪些? (104)
128. 治疗皮肤科疾病的糯米
方有哪些? (105)
129. 治疗五官科疾病的糯米
方有哪些? (105)
130. 梗米的营养特点是什么?
..... (105)
131. 梗米的性味及功用主治
是什么? (106)
132. 晚稻梗米的质量优于早
稻梗米吗? (106)
133. 新陈大米如何鉴别? ... (106)
134. 如何去陈米味? ... (106)
135. 做米饭稀饭有何妙法?
..... (106)
136. 去除米饭焦糊味的方法
有哪些? (107)
137. 用手搓洗淘米好吗?
..... (107)
138. 淘米水可洗净果蔬上的
残留农药吗? (107)
139. 治疗食欲不振等的梗米
方有哪些? (107)
140. 治疗食积的梗米方有哪
些? (108)
141. 治疗胃脘痛的梗米方有
哪些? (108)
142. 治疗胃炎的梗米方有哪
些? (108)
143. 治疗急性胃肠炎的梗米
方有哪些? (109)
144. 治疗胃及十二指肠溃疡
的梗米方有哪些? ... (109)
145. 治疗胃下垂等的梗米方
有哪些? (110)
146. 治疗急性肝炎的梗米方
有哪些? (111)
147. 治疗慢性肝炎的梗米方
有哪些? (111)
148. 治疗胰腺炎的梗米方有
哪些? (112)
149. 治疗慢性结肠炎的梗米
方有哪些? (112)
150. 治疗肠道易激综合征的
梗米方有哪些? (112)
151. 治疗腹泻的梗米方有哪
些? (112)
152. 治疗痢疾的梗米方有哪
些? (113)
153. 治疗便秘等的梗米方有
哪些? (113)
154. 治疗感冒的梗米方有哪
些? (114)
155. 治疗咳嗽的梗米方有哪
些? (115)
156. 治疗支气管炎的梗米方
有哪些? (116)
157. 治疗哮喘的梗米方有哪
些? (116)
158. 治疗肺结核的梗米方有
哪些? (117)
159. 治疗肺源性心脏病的梗
米方有哪些? (118)
160. 治疗心悸心烦等的梗米

- 方有哪些? (118)
161. 治疗神经衰弱失眠等的
梗米方有哪些? (119)
162. 治疗高脂血症等的梗米
方有哪些? (119)
163. 治疗高血压的梗米方有
哪些? (120)
164. 治疗脑血管意外的梗米
方有哪些? (121)
165. 治疗冠心病的梗米方有
哪些? (122)
166. 治疗遗尿等的梗米方有
哪些? (123)
167. 治疗血尿的梗米方有哪
些? (123)
168. 治疗泌尿道感染的梗米
方有哪些? (124)
169. 治疗肾炎的梗米方有哪
些? (124)
170. 治疗肾衰水肿等的梗米
方有哪些? (125)
171. 治疗肾及输尿管结石的
梗米方有哪些? (125)
172. 治疗遗精的梗米方有哪
些? (126)
173. 治疗阳痿的梗米方有哪
些? (126)
174. 治疗男性不育等的梗米
方有哪些? (126)
175. 治疗贫血的梗米方有哪
些? (127)
176. 治疗再生障碍性贫血的
梗米方有哪些? (127)
177. 治疗白细胞减少症的梗
米方有哪些? (128)
178. 治疗过敏性紫癜等的梗
米方有哪些? (128)
179. 治疗浮肿等的梗米方有
哪些? (128)
180. 治疗烫伤的梗米方有哪
些? (128)
181. 治疗乳腺炎的梗米方有
哪些? (129)
182. 治疗胆道及泌尿系结石
的梗米方有哪些? ... (129)
183. 治疗胆道蛔虫症及甲状
腺肿等的梗米方有哪些?
..... (129)
184. 治疗血栓闭塞性脉管炎
的梗米方有哪些? ... (130)
185. 治疗痔疮出血的梗米方
有哪些? (130)
186. 治疗小儿麻疹的梗米方
有哪些? (130)
187. 治疗小儿猩红热的梗米
方有哪些? (131)
188. 治疗小儿腮腺炎的梗米
方有哪些? (131)
189. 治疗小儿百日咳的梗米
方有哪些? (131)
190. 治疗小儿疳积等的梗米
方有哪些? (131)
191. 治疗小儿腹泻的梗米方
有哪些? (132)
192. 治疗小儿遗尿的梗米方
有哪些? (132)

193. 治疗小儿肾炎及癫痫的
梗米方有哪些? (133)
194. 治疗小儿夜啼的梗米方
有哪些? (133)
195. 治疗小儿佝偻病及多动
症等的梗米方有哪些?
..... (133)
196. 治疗妇女痛经的梗米方
有哪些? (134)
197. 治疗妇女闭经的梗米方
有哪些? (134)
198. 治疗妇女更年期综合
症的梗米方有哪些? ... (135)
199. 治疗妇女妊娠呕吐等的
梗米方有哪些? (135)
200. 治疗产后缺乳等的梗米
方有哪些? (135)
201. 治疗女性不孕等的梗米
方有哪些? (136)
202. 治疗妇女白带增多等的
梗米方有哪些? (136)
203. 治疗皮肤科疾病的梗米
方有哪些? (136)
204. 治疗耳鸣的梗米方有哪
些? (137)
205. 治疗中耳炎的梗米方有
哪些? (137)
206. 治疗青光眼等的梗米方
有哪些? (137)
207. 治疗白内障的梗米方有
哪些? (138)
208. 治疗鼻炎的梗米方有哪
些? (138)
209. 治疗鼻出血的梗米方有
哪些? (138)
210. 治疗咽炎及扁桃体炎等
的梗米方有哪些? ... (139)
211. 治疗口臭等的梗米方有
哪些? (139)
212. 小麦及面粉的营养成分
及特点是什么? (139)
213. 小麦和面粉的性味归经
及功用主治是什么? ... (140)
214. 治疗失眠的小麦方有哪
些? (140)
215. 治疗自汗及盗汗的小麦
方有哪些? (141)
216. 治疗食欲不振的面粉方
有哪些? (141)
217. 治疗胃脘疼痛等的面粉
方有哪些? (141)
218. 治疗冠心病及贫血的面
粉方有哪些? (142)
219. 治疗慢性支气管炎及美
尼尔氏综合征的小麦方
有哪些? (142)
220. 治疗瘰病及癫痫的小麦
方有哪些? (142)
221. 治疗中风及乳糜尿的小
麦面粉方有哪些? ... (143)
222. 治疗丹毒及软组织损伤
的小麦面粉方有哪些?
..... (143)
223. 治疗小儿疳积的面粉方
有哪些? (143)
224. 治疗小儿夜啼的小麦面