

总主编 李浩 马丙任

中华药膳

ZHONGHUA YAOSHAN FANGZHI WEICHANG 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。

中华
药膳

防治 胃 肠 疾病



科学技术文献出版社

中华药膳

防治胃肠疾病

总主编 李 浩 马丙祥
主 编 段晓颖 耿宏伟
副主编 李录山 崔连有 余发明
编 委 庞 凯 李绍东 康晓红
常秀珍 郑新溪 冯 丽
韩 迪 曹建平 周阳
李会文

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

中华药膳防治胃肠疾病/李浩,马丙祥总主编.-北京:科学技术文献出版社,2000.11

ISBN 7-5023-3612-5

I. 中… II. ①李… ②马… III. 胃肠病-食物疗法
IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 41561 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:北京国马印刷厂

版 (印) 次:2000 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:850×1168 32 开

字 数:324 千

印 张:13.125

印 数:1~5000 册

定 价:19.00 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、系统地收集了防治胃肠疾病的常用、有效的药膳方剂,以病症为纲,简明扼要地论述了胃肠疾病的诊断与辨证,而以药膳方为目,对其组成、制法、用法、功能、主治等详加说明。书后附有药膳治疗胃肠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。我国最早的一部药理学专著《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,如乌鲙骨丸即以麻雀卵、鲍鱼配合茜草、乌鲙骨治疗血枯病。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。丛书各册的编写,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、制法、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

慢性胃炎

【药膳方精选】

- | | |
|----------------------|------------------------|
| 1. 灵芝粉蒸肉饼 (4) | 20. 灵芝银耳羹 (12) |
| 2. 益脾饼 (5) | 21. 佛手柑粥 (12) |
| 3. 山楂蛋糕 (5) | 22. 莲子粥 (13) |
| 4. 莲肉糕 (6) | 23. 荔枝粥 (13) |
| 5. 乌梅膏 (6) | 24. 砂仁粥 (13) |
| 6. 丁香姜糖 (7) | 25. 吴茱萸粥 (14) |
| 7. 大山楂丸 (7) | 26. 麦门冬粥 (14) |
| 8. 桂圆枣蜜 (7) | 27. 石斛粳米粥 (14) |
| 9. 玫瑰膏 (8) | 28. 小茴香粥 (15) |
| 10. 花生乌贼骨面 (8) | 29. 薏米粥 (15) |
| 11. 木香荔枝散 (8) | 30. 山药薏米扁豆粥 (16) |
| 12. 黄豆猪胆粉 (9) | 31. 豆蔻生姜粥 (16) |
| 13. 鲤鱼羹 (9) | 32. 香菇牛肉粥 (16) |
| 14. 羊肉羹 (9) | 33. 白术猪肚粥 (17) |
| 15. 糊涂羹 (10) | 34. 百合糯米粥 (17) |
| 16. 参芪羊肉羹 (10) | 35. 八宝粥 (17) |
| 17. 牛奶山药糊 (11) | 36. 曲米粥 (18) |
| 18. 山药羊乳羹 (11) | 37. 肉豆蔻粥 (18) |
| 19. 消食蛋羹 (11) | 38. 麦饭石粥 (18) |

- | | | | |
|-----------------------|------|------------------|------|
| 39. 马齿苋粥 | (19) | 66. 红花饮 | (28) |
| 40. 党参茯苓粥 | (19) | 67. 苦瓜茶叶饮 | (28) |
| 41. 藕汁麦冬粥 | (19) | 68. 麦冬沙参陈皮饮 .. | (29) |
| 42. 石斛玉竹粥 | (20) | 69. 莱菔槟榔饮 | (29) |
| 43. 桃仁粥 | (20) | 70. 雍菜饮 | (29) |
| 44. 萝卜粳米粥 | (20) | 71. 刺梨根代茶饮 | (30) |
| 45. 干姜粥 | (21) | 72. 丹参郁金饮 | (30) |
| 46. 椒面粥 | (21) | 73. 丹参饮 | (30) |
| 47. 肉桂粳米粥 | (21) | 74. 陈皮台乌饮 | (31) |
| 48. 甘松粥 | (22) | 75. 沙参麦冬扁豆饮 .. | (31) |
| 49. 莱菔陈皮粥 | (22) | 76. 橄榄萝卜饮 | (31) |
| 50. 梅花粥 | (22) | 77. 姜橘饮 | (32) |
| 51. 柚皮醪糟 | (23) | 78. 良附饮 | (32) |
| 52. 花椒火腿汤 | (23) | 79. 橘皮红枣饮 | (32) |
| 53. 木耳红枣汤 | (23) | 80. 小建中饮 | (33) |
| 54. 沙参蛋汤 | (24) | 81. 蛋蜜饮 | (33) |
| 55. 玉山鸽肉汤 | (24) | 82. 茵陈橘皮饮 | (33) |
| 56. 黄芪建中汤 | (24) | 83. 新加香薷饮 | (34) |
| 57. 酸甜猪肚汤 | (25) | 84. 丁香露 | (34) |
| 58. 马兰头猪肚汤 | (25) | 85. 香椽露 | (34) |
| 59. 党参山米排骨汤 .. | (26) | 86. 佛手露 | (35) |
| 60. 红萝卜淮山内金汤
..... | (26) | 87. 玫瑰露 | (35) |
| 61. 桂皮山楂汤 | (26) | 88. 姜蒜醋 | (36) |
| 62. 橘饼汤 | (27) | 89. 生姜醋 | (36) |
| 63. 山楂麦芽饮 | (27) | 90. 元胡香椽饮 | (36) |
| 64. 藿香山楂饮 | (27) | 91. 凤尾草冰糖茶 | (37) |
| 65. 姜枣饮 | (28) | 92. 党参大枣茶 | (37) |
| | | 93. 玫瑰花茶 | (37) |

94. 党参黄米茶	(38)	113. 花椒鸡肫	(44)
95. 山楂煎	(38)	114. 陈皮油烫鸡	(45)
96. 山楂糖水	(38)	115. 玉参焖鸭	(45)
97. 红糖绿豆沙	(39)	116. 良姜炖鸡块	(46)
98. 青木香酒	(39)	117. 蒸香鸭	(46)
99. 蔗汁葡萄酒	(39)	118. 丁香鸭	(47)
100. 炒卷心菜	(40)	119. 韭黄野鸭脯	(47)
101. 冰糖话梅	(40)	120. 沙参玉竹煲老鸭	(48)
102. 烤红枣生姜	(40)	121. 苏木煲鸭蛋	(48)
103. 银耳炖冰糖	(41)	122. 豆豉鳊鱼	(49)
104. 沙参淮竹炖瘦肉	(41)	123. 清炖鲈鱼	(49)
105. 白胡椒煲猪肚	(41)	124. 丹参煲田鸡	(50)
106. 猪肚莲子	(42)	125. 赤小豆炖鲤鱼	(50)
107. 平菇炖肉	(42)	126. 猪肉锅巴酥	(50)
108. 参芪红枣煲猪肚	(42)	127. 山楂鹅肉	(51)
109. 砂仁肚条	(43)	128. 桂皮砂仁炖牛腰	(51)
110. 茴香炖羊肚	(43)	129. 草姜羊肉	(52)
111. 参归炖母鸡	(44)	130. 淮山鳝鱼	(52)
112. 炖黄皮果树鸡	(44)	131. 藿菜炖鲈鱼	(53)

消化性溃疡

【药膳方精选】

1. 甘草橘皮膏	(58)	5. 姜韭牛奶羹	(60)
2. 土豆蜜膏	(59)	6. 二冬粥	(60)
3. 三七核桃泥	(59)	7. 佛手茉莉花粥	(61)
4. 莲子桂花羹	(59)	8. 银莲糯米粥	(61)

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 9. 玫瑰花粥 (61) | 37. 枣红蜜 (71) |
| 10. 白芩粥 (62) | 38. 旱莲草红枣汤 (72) |
| 11. 砂仁粳米粥 (62) | 39. 三七豆腐汤 (72) |
| 12. 良姜粥 (62) | 40. 木瓜姜醋汤 (72) |
| 13. 吴茱萸粥 (63) | 41. 大枣冬菇汤 (73) |
| 14. 二姜粥 (63) | 42. 藕苡汁 (73) |
| 15. 槟榔粥 (63) | 43. 仙人掌蜜饮 (73) |
| 16. 淮山鸡内金粥 (64) | 44. 蜂蜜草陈饮 (74) |
| 17. 陈皮紫苏粥 (64) | 45. 糖蜜红茶饮 (74) |
| 18. 荜拔粥 (64) | 46. 佛手饮 (74) |
| 19. 麦冬沙参粥 (65) | 47. 五汁饮 (75) |
| 20. 柚皮粥 (65) | 48. 羊乳竹沥饮 (75) |
| 21. 薤白粥 (65) | 49. 萝卜鲜藕汁 (75) |
| 22. 扁豆佛手粥 (66) | 50. 番茄西瓜汁 (76) |
| 23. 萝卜马蹄粥 (66) | 51. 参粟饮 (76) |
| 24. 参芪红枣糯米粥 (66) | 52. 生姜饴糖饮 (76) |
| 25. 桃仁粥 (67) | 53. 青蒿饮 (77) |
| 26. 莱菔子粥 (67) | 54. 苦瓜茶叶饮 (77) |
| 27. 仙鹤粥 (68) | 55. 杨梅酒 (77) |
| 28. 红枣糯米粥 (68) | 56. 白芍石斛瘦肉汤 (78) |
| 29. 陈柴米汤 (68) | 57. 枳壳青皮炖猪肚 (78) |
| 30. 黄芪猴头汤 (69) | 58. 佛手延胡索猪肚汤
..... (79) |
| 31. 石膏汤 (69) | 59. 仙人掌猪肚汤 (79) |
| 32. 胡椒紫苏汤 (69) | 60. 桃地猪肚汤 (79) |
| 33. 砂仁佛手汤 (70) | 61. 橘根猪肚汤 (80) |
| 34. 饴糖芍药汤 (70) | 62. 白芩龟肉猪肚汤 (80) |
| 35. 梅橘汤 (71) | 63. 乌贼骨炖猪肚 (81) |
| 36. 木耳红枣汤 (71) | |

64. 白胡椒炖猪肚	(81)	79. 建中鸡	(86)
65. 二肚汤	(81)	80. 良姜炖鸡	(87)
66. 三七炖猪肚	(82)	81. 陈皮焖乌肉鸡	(87)
67. 党参猪脾粥	(82)	82. 太子参炖鸡	(88)
68. 砂枳猪肚汤	(82)	83. 高良姜香附鸡肉汤	(88)
69. 重楼煲猪肚	(83)	84. 丁香焖鸭	(88)
70. 大肠槐柏汤	(83)	85. 砂仁鹅肉汤	(89)
71. 猪油大枣末	(83)	86. 春砂乳鸽汤	(89)
72. 小茴首乌煲猪肚	(84)	87. 党参红枣鳊鱼汤	(90)
73. 仙人掌炒牛肉	(84)	88. 草薹鲫鱼汤	(90)
74. 草果生姜羊肉汤	(85)	89. 砂仁鲫鱼汤	(90)
75. 归姜羊肉	(85)	90. 三七藕蛋羹	(91)
76. 荜拨头蹄	(85)	91. 桃仁鱼汤	(91)
77. 陈皮胡椒炖鹿肉	(86)		
78. 归参炖母鸡	(86)		

功能性消化不良

【药膳方精选】

1. 萝卜饼	(95)	11. 山楂粥	(100)
2. 云豆卷	(96)	12. 红萝卜麦米粥	(100)
3. 豆蔻馒头	(96)	13. 曲米粥	(100)
4. 枣泥桃酥	(96)	14. 鸡内金粥	(101)
5. 八宝启脾糕	(97)	15. 黄精粥	(101)
6. 茯苓造化糕	(98)	16. 鲜藕粥	(101)
7. 橘红糕	(98)	17. 桂心粥	(102)
8. 山楂蛋糕	(98)	18. 炒扁豆山药粥	(102)
9. 红枣益脾糕	(99)	19. 萝卜子粥	(102)
10. 健脾米糕	(99)	20. 萝卜粥	(103)

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| 21. 豇豆粥 …………… (103) | 43. 果仁排骨 …………… (111) |
| 22. 菜花粥 …………… (103) | 44. 四臣汤 …………… (112) |
| 23. 锅巴粥 …………… (104) | 45. 牛脾粥 …………… (112) |
| 24. 酸梅粥 …………… (104) | 46. 牛百叶粥 …………… (112) |
| 25. 黄芪内金粥 …………… (105) | 47. 羊肉萝卜汤 …………… (113) |
| 26. 鸡橘粉粥 …………… (105) | 48. 陈皮油烫鸡 …………… (113) |
| 27. 山楂神曲粥 …………… (106) | 49. 陈皮大鸭 …………… (114) |
| 28. 砂仁粥 …………… (106) | 50. 山药蒸野鸭 …………… (114) |
| 29. 山楂蜜膏 …………… (106) | 51. 山参鹌鹑汤 …………… (115) |
| 30. 山金胡萝卜汤 …… (107) | 52. 山药鱼片汤 …………… (115) |
| 31. 夏朴蜜汁 …………… (107) | 53. 北芪炖鲈鱼 …………… (115) |
| 32. 槟榔饮 …………… (107) | 54. 内金鳝鱼 …………… (116) |
| 33. 橙子蜂蜜饮 …………… (108) | 55. 姜橘椒面羹 …………… (116) |
| 34. 山楂麦芽饮 …………… (108) | 56. 蚕蛹蜜 …………… (117) |
| 35. 健脾饮 …………… (108) | 57. 独脚金田鸡粥 …… (117) |
| 36. 桂皮山楂饮 …………… (109) | 58. 白蔻馄饨 …………… (117) |
| 37. 藿佩茶 …………… (109) | 59. 健脾消食蛋羹 …… (118) |
| 38. 甘露茶 …………… (109) | 60. 十香菜 …………… (118) |
| 39. 缩砂酒 …………… (110) | 61. 姜枣散 …………… (119) |
| 40. 红果酒 …………… (110) | 62. 五香槟榔 …………… (119) |
| 41. 五香料酒 …………… (110) | 63. 香砂糖 …………… (120) |
| 42. 酿猪肚 …………… (111) | |

神经性厌食症

【药膳方精选】

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1. 枣陈粥 …………… (123) | 4. 橘皮粥 …………… (124) |
| 2. 白梅生姜粥 …………… (124) | 5. 菊苣粥 …………… (125) |
| 3. 蔻姜梗米粥 …………… (124) | 6. 石斛玉竹粥 …………… (125) |

- | | | | |
|-------------------|-------|--------------------|-------|
| 7. 山药莲米粥 | (125) | 11. 梅橘汤 | (126) |
| 8. 参苓粥 | (126) | 12. 红萝卜淮山内金汤 | (127) |
| 9. 佛金山药粥 | (126) | 13. 夏茹饮 | (127) |
| 10. 二金玉枣瘦肉汤 | (126) | 14. 竹梅饮 | (127) |

附下垂

【药膳方精选】

- | | | | |
|-------------------|-------|-------------------|-------|
| 1. 内金枣仁饼 | (131) | 20. 参苓粥 | (138) |
| 2. 五香参肚卷 | (131) | 21. 加味补虚正气粥 | (139) |
| 3. 苡连猪肚丸 | (132) | 22. 加味梅花粥 | (139) |
| 4. 茯苓香菇饭 | (132) | 23. 灵芝黄芪肉汤 | (140) |
| 5. 参归枣米饭 | (133) | 24. 荔枝粥 | (140) |
| 6. 八宝饭 | (133) | 25. 猪肚枳壳砂仁汤 | (140) |
| 7. 八宝糯米饭 | (134) | 26. 牛肚橘枳汤 | (141) |
| 8. 红枣鸽肉饭 | (134) | 27. 芪豆羊肚汤 | (141) |
| 9. 参芪精 | (134) | 28. 参芪猪肾汤 | (141) |
| 10. 黄芪膏 | (135) | 29. 牛肚补胃汤 | (142) |
| 11. 砂仁藕粉 | (135) | 30. 黄芪米汤 | (142) |
| 12. 猪肚散 | (135) | 31. 参麻山药粥 | (143) |
| 13. 升胃方 | (136) | 32. 羊肉粳米粥 | (143) |
| 14. 鲫鱼黄芪汤 | (136) | 33. 糖枣荔圆 | (143) |
| 15. 龟肉汤 | (137) | 34. 归升牛肚汤 | (144) |
| 16. 黄芪粥 | (137) | 35. 枳砂牛肚汤 | (144) |
| 17. 红枣糯米粥 | (137) | 36. 薯蓣鸡子黄粥 | (145) |
| 18. 山药粥 | (138) | 37. 马蹄茯苓饮 | (145) |
| 19. 升麻芝麻炖猪肚 | (138) | | |

- | | | | |
|-------------------|-------|------------------|-------|
| 38. 佛手酒 | (145) | 50. 黄芪炖母鸡 | (150) |
| 39. 薤白炖猪肉 | (146) | 51. 清蒸人参鸡 | (150) |
| 40. 参归炖猪心 | (146) | 52. 炖童子鸡 | (151) |
| 41. 人参米肚 | (146) | 53. 归芪蒸鸡 | (151) |
| 42. 煨肚丝 | (147) | 54. 蚕蛹蒸胡桃肉 | (152) |
| 43. 砂仁参肚 | (147) | 55. 补气利水鸭 | (152) |
| 44. 黄芪煨猪肚 | (148) | 56. 芪蒸鹌鹑 | (152) |
| 45. 牡蛎萆薢猪肚 | (148) | 57. 黄芪炖乳鸽 | (153) |
| 46. 加减当归羊肉羹 | (148) | 58. 参芪清蒸羊肉 | (153) |
| 47. 乌鸡汤 | (149) | 59. 黄芪炖带鱼 | (154) |
| 48. 归参炖母鸡 | (149) | 60. 参芪烧鲩鱼 | (154) |
| 49. 枳实炖母鸡 | (150) | 61. 黄芪牛肚汤 | (155) |

溃疡性结肠炎

【药膳方精选】

- | | | | |
|------------------|-------|-------------------|-------|
| 1. 山楂荞麦饼 | (159) | 13. 羊脂黍米粥 | (164) |
| 2. 莲肉糕 | (160) | 14. 竹叶石膏扁豆粥 | (164) |
| 3. 理脾糕 | (160) | 15. 山药薏米粥 | (164) |
| 4. 香砂葛粉糊 | (161) | 16. 金樱子粥 | (165) |
| 5. 石榴蜂蜜膏 | (161) | 17. 羊肉山药粥 | (165) |
| 6. 砂仁藕粉羹 | (161) | 18. 红枣山药粥 | (165) |
| 7. 芡实百合黑米粥 | (162) | 19. 神仙粥 | (166) |
| 8. 山药莲米粥 | (162) | 20. 芡实金樱粥 | (166) |
| 9. 山药蛋黄粥 | (162) | 21. 杨梅蜂蜜膏 | (166) |
| 10. 芹菜粥 | (163) | 22. 火炭母猪血汤 | (167) |
| 11. 小麦大枣粥 | (163) | 23. 土豆姜橘汁 | (167) |
| 12. 荔枝干粥 | (163) | | |

24. 糖醋生姜饮 …… (167)	38. 六味牛肉脯 …… (172)
25. 豆豉薤白饮 …… (168)	39. 盐肠 …… (172)
26. 核桃姜茶饮 …… (168)	40. 苡蓉羊肉粥 …… (173)
27. 柠檬饮 …… (168)	41. 豆蔻乌骨鸡 …… (173)
28. 番石榴叶饮 …… (169)	42. 炙黄鸡 …… (174)
29. 茉莉花代茶饮 …… (169)	43. 雉肉馄饨 …… (174)
30. 糖枣饮 …… (169)	44. 烤五香鹅 …… (175)
31. 生姜茶叶饮 …… (170)	45. 冰糖苡莲 …… (175)
32. 山药鹿茸酒 …… (170)	46. 鸡蛋莲子汤 …… (175)
33. 鸡鸣泻酒方 …… (170)	47. 胡椒鸡蛋 …… (176)
34. 猪肚大米粥 …… (171)	48. 豆花面馄饨 …… (176)
35. 补骨脂煲猪腰 …… (171)	49. 苡实饺子 …… (177)
36. 炖火腿 …… (171)	50. 酥蜜柿 …… (177)
37. 猪肾羹 …… (172)	51. 扁豆牛肉汤 …… (177)

慢性肠炎

【药膳方精选】

1. 竹叶石膏扁豆粥 …… (180)	7. 防风藿香粥 …… (183)
2. 银莲粥 …… (181)	8. 葛根荷叶青蛙汤 …… (183)
3. 薏米山楂粥 …… (181)	9. 三花青蛙汤 …… (183)
4. 荆藿豆豉粥 …… (181)	10. 白蔻藿香饮 …… (184)
5. 椒姜粥 …… (182)	11. 三鲜茶 …… (184)
6. 葛根粥 …… (182)	12. 焦米茶 …… (184)

细菌性痢疾

【药膳方精选】

1. 紫苋粥 …… (190)	2. 大蒜白苡粥 …… (190)
-----------------	-------------------

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| 3. 乞马粥 (190) | 30. 黑木耳汤 (199) |
| 4. 三宝粥 (191) | 31. 桃花汤 (200) |
| 5. 山药粥 (191) | 32. 葡萄姜蜜汁 (200) |
| 6. 扁豆生姜粥 (191) | 33. 三米蜜汁 (201) |
| 7. 藿香粥 (192) | 34. 酸石榴蜂蜜汁 (201) |
| 8. 大蒜糯米粥 (192) | 35. 马齿苋鲜藕汁 (201) |
| 9. 乌梅粥 (192) | 36. 鱼楂蜂蜜饮 (202) |
| 10. 益智仁粥 (193) | 37. 银花红糖饮 (202) |
| 11. 马齿苋粥 (193) | 38. 白头银花木槿饮
..... (202) |
| 12. 马齿苋槟榔粥 (193) | 39. 大蒜银花饮 (203) |
| 13. 大蒜粥 (194) | 40. 黄芪乌梅饮 (203) |
| 14. 银花莲子粥 (194) | 41. 冰糖银耳饮 (203) |
| 15. 薏米莲子粥 (194) | 42. 蛇草饮 (204) |
| 16. 茶叶粥 (195) | 43. 苦瓜饮 (204) |
| 17. 加味赤石脂干姜粥
..... (195) | 44. 山楂神曲饮 (204) |
| 18. 燕窝粥 (195) | 45. 杨须饮 (204) |
| 19. 蜂蜡粥 (196) | 46. 橄榄饮 (205) |
| 20. 楂苋粥 (196) | 47. 姜梅茶 (205) |
| 21. 胶地糯米粥 (196) | 48. 槟榔茶 (205) |
| 22. 金樱子粥 (197) | 49. 姜茶 (206) |
| 23. 薤白粥 (197) | 50. 无花果炖肉 (206) |
| 24. 柿饼粥 (197) | 51. 金樱子炖猪肚 (206) |
| 25. 韭菜粥 (198) | 52. 猪肤汤 (207) |
| 26. 马齿苋绿豆汤 (198) | 53. 大蒜肚条 (207) |
| 27. 赤豆山药汤 (198) | 54. 香连猪大肠 (207) |
| 28. 香椿汤 (199) | 55. 温中乌鸡汤 (208) |
| 29. 绿茶红枣汤 (199) | 56. 草果炖小鸡 (208) |

57. 芡实煮老鸭	(208)	68. 人参燕窝盅	(212)
58. 金丝鲤鱼羹	(209)	69. 熬梅苋菜	(213)
59. 六味鲩	(209)	70. 八仙米粉	(213)
60. 鲫鱼羹	(210)	71. 石榴皮蜜膏	(214)
61. 大蒜炒鸡蛋	(210)	72. 干贝烧冬苋菜	(214)
62. 五味子蛋	(210)	73. 煨蛭子	(215)
63. 豆腐蛋	(211)	74. 龟肉羹	(215)
64. 马齿苋馄饨	(211)	75. 炒鱼松	(215)
65. 扁豆花馄饨	(211)	76. 梅子丸	(216)
66. 乌梅胡椒茶叶散	(212)	77. 桂圆橘饼糖	(216)
67. 蒜泥马齿苋	(212)	78. 淮药酥	(217)

腰 泻

【药膳方精选】

1. 益脾饼	(222)	14. 生姜粥	(227)
2. 栗子柿子饼糊	(223)	15. 莲子粉粥	(227)
3. 龙眼淮药糕	(223)	16. 葱白粥	(228)
4. 莲肉糕	(223)	17. 补气养血八宝粥	(228)
5. 八仙糕	(224)	18. 养颜健脾莲子粥	(228)
6. 大麦豇豆粥	(224)	19. 良姜粥	(229)
7. 赤石脂干姜粥	(224)	20. 茯苓粥	(229)
8. 莲子锅巴粥	(225)	21. 芡实粉粥	(229)
9. 薏苡鸡子黄粥	(225)	22. 姜汁牛肉粥	(230)
10. 三米粥	(226)	23. 荔枝粥	(230)
11. 赤小豆山药粥	(226)	24. 枣树皮汤	(230)
12. 无花果粥	(226)		
13. 山药粥	(227)		