

食疗治百病

李克建 著



中国国际广播出版社

图书在版编目(CIP)数据

食疗治百病/李克建主编. -北京:中国国际广播出版社,1999.11

ISBN 7-5078-2370-7

I. 食… II. 李… III. 治病-食疗 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 86774 号

食疗治百病

编者 李克建
责任编辑 罗斌华
封面设计 国广设计室
出版发行 中国国际广播出版社
社址 北京复兴门外大街2号(国家广电总局内)
邮编 100866
经销 新华书店
印刷 北京大同数字印务有限公司
开本 850×1168 1/32
印张 6.5
字数 117千字
版次 1999年11月第一版 1999年11月第一印刷
印数 1-10000册
书号 ISBN 7-5078-2370-7
定价 9.8元

国际广播版图书 版权所有 盗版必究
(如果发现图书质量问题,本社负责调换)

前言

食疗，是祖国医学宝库中的瑰宝之一。祖国医学认为，医食同源。食物也是药物，用之得当，可以治病。我们祖先在食疗方面积累了丰富的经验，早在战国时期成书的《黄帝内经》就很重视饮食对人体健康的作用。它指出：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五蔬为充。”唐代名医孙思邈在《千金方》中说：“凡欲治病，先以食疗，既食疗不愈，后乃药尔。”清代医学家王孟英指出：“食疗”药极简易，性最和平，味不恶劣，易办易服”。

酒疗、茶疗同食疗一样源远流长。在中国，古人早就认识到酒和茶叶在医学上的重要作用，视茶为“万病之药”（《本草遗》），称酒为“万药之长”（《前汉书·食货志》）。中国人民经过千百年的实践证明，酒、茶是防治疾并延年益寿的良方。酒、茶是最普遍的饮料，如能使广大读者熟谙酒疗、茶疗的保健方法，兴酒、茶之利，去酒、茶之弊，让它更好地为人们的健康服务，其作用和意义是不言而喻的。

目录

第一章 呼吸系统疾病	1
一、感冒	1
二、慢性支气管炎	4
三、支气管哮喘	9
四、肺结核	14
五、矽肺	18
第二章 消化系统疾病	22
一、胃及十二指肠溃疡	22
二、慢性胃炎	29
三、慢性非特异性溃疡性结肠炎	33
四、慢性迁延性肝炎	38
五、肝硬化	42
六、便秘	46
七、呃逆	50
八、胆道感染和胆石病	53
第三章 心血管系统疾病	56
一、高血压病	56
二、高脂血症	61
三、冠心病	64
四、慢性心功能不全	70
第四章 泌尿系统疾病	74
一、急性肾炎	74
二、慢性肾炎	78
三、肾盂肾炎	84
四、肾结石	88
第五章 血液系统疾病	91
一、贫血	91
二、原发性血小板减少性紫癜	97
三、中性粒细胞减少症	101
第六章 内分泌系统疾病	104
一、甲状腺机能亢进症	104
二、糖尿病	107
第七章 胶原性疾病	111
类风湿性关节炎	111
第八章 神经系统疾病	116
一、神经衰弱	116
二、脑血管病	121
三、癫痫	125
第九章 传染病	128
一、传染性肝炎	128
二、流行性腮腺炎	134

三、流行性乙型脑炎	137
四、疟疾	140
五、细菌性痢疾	144
六、伤寒和副伤寒	148
第十章 儿科疾病	152
一、小儿腹泻	152
二、小儿疳积（营养不良）	156
三、小儿遗尿症	159
四、小儿疱疹性口炎（口疮）	163
五、麻疹	165
六、百日咳	168
七、夏季热（暑热症）	171
第十一章 外科疾病	173
一、疝	173
二、丹毒	176
三、颈淋巴结结核	179
四、急性乳腺炎	182
五、痔疮	185
六、遗精	188
七、阳痿	191
第十二章 皮肤科疾病	195
一、湿疹	195
二、荨麻疹	198
三、神经性皮炎	201
四、皮肤瘙痒症	203
五、银屑病（牛皮癣）	206
六、带状疱疹	208
七、寻常痤疮	210
第十三章 妇产科疾病	212
一、痛经	212
二、闭经	216
三、月经过多	219
四、月经过少	222
五、功能性子宫出血	225
六、带下症	228
七、妊娠呕吐	231
八、先兆流产	234
九、更年期综合症	237
十、产后身痛	239
十一、产后出血	241
十二、产后腹痛	244
十三、恶露不绝	246
十四、产后缺乳	249
第十四章 眼、耳、鼻、喉、口腔科疾病	251

一、老年性白内障.....	251
二、耳鸣.....	253
三、鼻出血.....	256
四、鼻窦炎.....	258
五、咽炎.....	260
六、口腔溃疡.....	263

第一章 呼吸系统疾病

一、感冒

(一) 临床表现

根据发病原因及临床表现，急性上呼吸道感染可分为下列几个类型，但各型之间并无明显界限。

1. 普通感冒祖国医学称为“伤风”，以鼻咽部发炎为主要表现，常见于秋、冬、春季。在成人大多数为鼻病毒引起，次为副流感病毒、呼吸道合胞病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒等。感冒起病较急，早期症状有咽部干痒或灼热感、喷嚏、鼻塞、流涕。开始为清水样鼻涕，2-3 天后变稠，可伴咽痛。一般无发热及全身症状，或仅有低热、头痛、不适。检查可见鼻粘膜充血、水肿，有较多的分泌物，咽部轻度充血，如无并发症，一般经 5-7 日痊愈。

2. 急性咽-喉-气管炎亦称急性呼吸道疾病。在成人常由腺病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒等引起，常发于冬、春季。主要症状有咽痛、声嘶、轻度干咳、发热（体温可高达 39℃）、全身酸痛、不适。病程一周左右。检查可见咽充血，有灰白色点状渗出物，咽后壁淋巴滤泡增生，颌下淋巴结肿大，肺部无异常体征。此外，柯萨奇病毒和埃可病毒亦可引起急性呼吸道疾病，但症状较轻，常发生于夏季，称为“夏季流感”多见于儿童。

3. 疱疹性咽峡炎常由柯萨奇病毒 A 引起、多于夏季发生。表现为明显咽痛、发热，病程约一周。检查可见咽充血，软腭、悬雍垂、咽及扁桃体表面有灰白色丘疱疹及浅面溃疡，周围有红晕。多见于儿童、偶见于成人。

4. 咽-结膜炎主要由腺病毒、柯萨奇病毒、流感病毒等引起。临床表现有发热、咽痛、流泪、畏光、咽及结膜明显充血。病程 4-6 日。常发生于夏季，以儿童为多见。

5. 细菌性咽扁桃体炎多由溶血性链球菌、次为肺炎球菌、葡萄球菌等引起。起病急、明显咽痛、畏寒、发热，体温可达 39℃ 以上。检查可见咽明显充血，扁桃体肿大、充血，表面有黄色点状渗出物，颌下淋巴腺肿大、压痛，肺部无异常体征。

6. 血象、病毒感染血白细胞计数正常或偏低，淋巴细胞比例升高。细菌感染：血白细胞计数增多，有粒细胞增高和核左移现象。

（二）辨证分型

1. 风寒型发热恶寒较明显，头痛，无汗，鼻塞严重，打喷嚏，流清涕，喉痒，咳嗽，痰清稀，骨节酸痛，口不渴，小便清，舌苔薄白，脉浮紧。治宜辛温解表为主。

2. 风热型发热较高，微恶风寒，头痛，自汗，鼻塞无涕，或少有浓涕，咽喉肿痛，咳嗽，痰黄稠，骨节痛，口渴，小便短黄，舌苔薄白或微黄，脉浮数。治宜辛凉解表为主。

（三）食物疗法

1. 风寒型

（1）生姜粥（《饮食辨录》）：粳米 50g，生姜 5 片，连须葱 3 茎，米醋适量。用法：先用砂锅煮米做粥，将生姜捣烂与米同煮，粥将熟时放入葱、醋，乘热食之。覆被取汗。有解表散寒温胃止呕之功效。

（2）葱白粥（《饮食辨录》）：粳米 50g，葱白三寸段。用法：先用水煮米做粥如常法，粥熟放入葱煮二沸即可。不拘时食之，食后覆被得微汗，有解表散寒通脉的作用。

（3）生姜红糖方（民间验方）：生姜 9g，红糖 50g，用法：将生姜捣烂加红糖，开水冲泡，调匀温服，服后盖被取汗。每天 1 次，连服 2-3 天。

2. 风热型

（1）桑菊方（民间验方）：桑叶、菊花各 6g，竹叶、白茅根各 30g，薄荷 3g。用法：共放茶壶内，用沸水冲泡，温浸 10 分钟，频频饮用。亦可放冷后作饮料，大量饮用。连服 2-3 天。

（2）三根汤（经验方）：大白菜根 3 个，大葱根 7 个，芦根 1.5g。用法：水煎服，每天 1 次，连服 2-3 天。

（四）药酒疗法

1. 风寒型

（1）荆芥鼓酒（经验方）：豆鼓 250g，荆芥 10g，酒 750g。制法：上二味用酒煎 5-7 沸，去渣，收贮备用。用法：随量稍热饮之。

（2）葱鼓黄酒汤（《偏方大全》）：葱 30g，淡豆鼓 15g，黄酒 50g。制法：先将豆鼓放砂锅内，加水一小碗，煎煮 10 分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煎煮 5 分钟，然后加入黄酒，立即出锅。用法：趁热顿服。

2. 风热型

（1）复方蔓荆子酒（经验方）：蔓荆子 250g，菊花 60g，川芎 40g，防风、薄荷各 60g，黄酒：公斤，制法：将上药共捣碎，用酒浸于净瓶中，7 日后开封，去渣备用。用法：每次饮 15ml，渐加到 20ml，每日 3 次。

（2）甘草酒（经验方）：生甘草 30g，生姜 4 片，瓜蒌（去子，置于碗内）1 颗。制法：先将生姜甘草用酒 2 大杯，煎取 6 成，去渣，热入瓜蒌碗中，绞取汁，候温。服法：不计时候，分两次温服。

（五）茶疗法

1. 风寒型

（1）茶叶 15g，核桃仁、葱白和生姜各 25g。将核桃仁、葱白和生姜捣烂，同茶叶一起放入砂锅内，加水一碗半煎煮，去渣，一次服下，盖棉被卧床，注意避风。（民间验方）

（2）细茶叶 6g，薄荷叶 3g，生姜汁半匙，白糖半匙。先用滚开水大半碗，泡薄荷叶、茶叶，再放入姜汁、白糖和匀，每天 1-2 次。连服 3 天。（民间验方）

2. 风热型

（1）绿茶 0.5-1.5g，淡竹叶 30-50g，加水 1000ml，先煮淡竹叶，煮沸 5 分钟，加绿茶分 4 次服，日 1 剂服完，可加开水适量浸泡，再服。（民间验方）

(2) 茶叶 2g, 干金银花 1g, 同放杯中, 用沸水冲泡 6 分钟后饮用。饭后饮 1 杯。(民间验方)

二、慢性支气管炎

(一) 临床表现

1. 症状多缓慢发病, 病程较长反复急性发作而加重。主要症状为慢性咳嗽、咳痰或(和)喘息。开始症状轻微, 如吸烟、接触有害气体、气候变化或受凉感冒后, 则引起急性发作或加重, 在夏季气候转暖时可自然缓解。

(1) 咳嗽分泌物积聚于气管腔内, 引起反射性咳嗽。支气管粘膜充血、水肿、异物刺激也可引起咳嗽。咳嗽的严重程度与支气管粘膜炎症及痰量的多少有关。一般晨间起床后咳嗽痰多, 白天较少, 临睡前有阵咳或排痰。

痰量以晨间较多, 这是由于夜间睡眠后管腔内蓄积痰液, 加以副交感神经相对兴奋, 支气管分泌物增多, 因而在起床后或体位变动时引起刺激排痰, 痰液一般为白色粘液或和泡沫性, 偶有带血。急性发作伴有细菌感染时, 则变力粘液脓性, 咳嗽或痰量亦随之增加。

(2) 喘息或气短喘息型慢性支气管炎有支气管痉挛, 可引起喘息, 常伴哮鸣音, 早期无气短表现, 反复发作数年, 并发阻碍性肺气肿时, 可伴有活动后气短。

总之, 咳、痰、喘为慢性支气管炎的主要症状, 并按其类型、病期及有无并发症而表现可有不同。

2. 体征

早期可无异常体征。急性发作期常有散在的干、湿罗音, 多在背部及肺底部。罗音的多少和部位不恒定。喘息型者可听到哮鸣音及呼吸延长, 并发肺气肿时则有肺气肿的体征。

3. 临床分型、分期

(1) 分型可分为单纯型和喘息型两型。单纯型的主要表现为咳嗽、咳痰; 喘息型者除咳、痰外, 尚有喘息症状, 并伴有哮鸣音。

（2）分期

①急性发作期指在一周内出现脓性或粘液性脓痰，痰量明显增多，或伴有发热等炎症表现，或“咳”、“痰”、“喘”等症状一项明显加剧。

②慢性迁延期指有不同程度的“咳”、“痰”、“喘”，症状，迁延到一个月以上者。

③临床缓解期经治疗或自然缓解，症状基本消失或偶有轻微咳嗽和少量痰液，保持二个月以上者。

（二）辨证分型

1. 寒痰咳嗽多痰，痰质稀白，咯出爽利，口淡无味，不思饮食；面色萎黄，或面青肢冷，形体瘦削；舌质淡红，苔薄白或白腻，脉象细弱。治宜温肺化痰。

2. 热痰咳痰粘稠或为黄色如脓，咳出不爽，舌干舌红，苔薄黄，脉滑数。治宜清肺化痰。

3. 肺虚除咳、痰，尚有畏风、自汗、易感冒及动则气短，舌胖苔薄，脉弱。治宜补肺、固表、平喘。

4. 脾虚痰量较多，兼胸闷气喘，上腹胀满，大便溏，苔白腻，脉濡。治宜健脾除痰。

5. 肾虚咳喘气急，动则更甚，且有腰酸耳鸣，发脱齿落，夜尿多，苔薄，脉细。治宜补肾定喘。

（三）食物疗法

1. 寒痰

（1）当归生姜山药羊肉汤（《养生益寿百科辞典》）：当归、生姜（布包）各15g，山药50g，羊肉100g，食盐少许。用法：上五味放瓦锅内加水适量同煮至烂熟，用食盐调味，吃肉喝汤。每天1次，连服5-7天。

（2）燻梨方（《寿亲养老新书》）：将黄梨刺50个小孔，每孔放入蜀椒1粒，再以面粉裹梨，放在炉灰中暖熟，空腹服。

(3) 胎盘山药方（民间验方）：胎盘 1 个，淮山药 30g，补骨脂 15g，红枣 5-8 枚，生姜 9g，白酒适量。用法：先将胎盘洗净，擦盐，入开水中烫煮片刻，再用冷水漂洗数次，切块，入锅加白酒，姜汁炒透，再移至瓦锅内加水与诸药炖至烂熟，调味后分两次服食。每周 1-2 次，连服 10 次。

2. 热痰

(1) 青龙白虎汤（《温热经纬》）：青果适量加生萝卜煎汤，频频饮服。

(2) 雪羹汤（《温热经纬》）：陈海蜇 120g（开水洗去盐味）加鲜荸荠 120g 煎汤，频频饮服。

(3) 蓬蒿菜汤（《千金方》）：鲜蓬蒿菜 90g，水煎去渣，加冰糖适量溶化后，分二次饮服。

(4) 南瓜汁方（民间验方）：秋季南瓜败蓬，即不再生南瓜时，离根 2 尺剪断，把南瓜蓬茎插入干净的玻璃瓶中，任茎中汁液流入瓶内，从傍晚到第二天早晨可收取自然汁一大瓶，隔水蒸过，每服 30-50ml。一日两次。

3. 肺虚

(1) 百合粥（《饮食辨录》）：鲜百合 50g，粳米 50g，冰糖适量。用法：先用水煮米做粥，将熟前放入百合煮熟即可，加糖，晨起做早餐食之。如无鲜百合可用干百合或百合粉，与米同煮做粥亦可。用于肺气虚型。

(2) 百合杏仁赤豆粥（经验方）：百合 10g，杏仁 6g，赤小豆 60g，白糖适量，先以水煮赤小豆做粥，至半熟时放百合、杏仁同煮至粥成，加糖、可做早餐食之。有润肺止咳，化痰利湿的作用。用于肺阴虚型。

4. 脾虚

(1) 莲子百合煲瘦肉（经验方）：莲子 30g，百合 30g，瘦猪肉 200g，加适量水，煲一个半小时，可作早餐食之。有养神、益气、固肾之功，用于脾气虚型。

(2) 红枣糖（经验方）：麦芽糖 60g，红枣 15-20 枚，加清水适量，煮熟服食。

5. 肾虚

(1) 冬虫草炖胎盘(经验方): 冬虫草 10g, 胎盘一个, 加适量水, 隔水炖 1 小时。可以补气血平喘咳。用于肾阳虚。

(2) 蜜饯双仁(经验方): 南杏仁 250g, 核桃仁 250g(切碎)。用法: 上二味加蜂蜜 500g, 白糖适量, 煮熬后放入罐内, 每天吃一至两汤匙, 可以补肾益肺, 止咳平喘。用于肾气不足型。

(3) 五味子泡鸡蛋(经验方): 五味子 250g, 鸡蛋 10 个。用法: 先将五味子煮汁, 冷却后浸泡鸡蛋 6-7 天, 每日吃一个, 沸水冲服, 冬至后开始服用。用于肾虚型。

(四) 药酒疗法

1. 寒痰

(1) 寒凉咳嗽酒(《全国中药成药处方集》): 全苏 120g, 杏仁、栝蒌、浙贝母、半夏各 30g, 陈皮 60g, 茯苓、干姜各 30g, 细辛、五味子各 15g, 枳壳、白部、白前、桔梗各 30g, 薏仁 15g, 桑皮、枇杷叶各 30g, 粉草 15g, 白酒 5 公斤。

用法: 上药入酒内封泡 10 天后即可使用。每次 30-60g, 每日一次。

(2) 李冢宰药酒(《扶寿精方》): 桃仁、杏仁、(俱去皮尖)各 500g, 芝麻(去皮炒熟) 500g, 苍术(去皮) 120g, 白茯苓、艾(揉去筋)、薄荷、小茴香各 9g, 荆芥 30g。

用法: 上为细末, 炼蜜和作一块, 高烧酒一大罐, 入药煮一时, 将药煮散, 厚纸封埋土中 7 日。空腹饮服, 每次 2-3 杯, 每日一次。

(3) 古今录验酒方(《外台秘要》): 丹参、干地黄各 150g, 川芎、石斛、牛膝、黄芪、白术、肉苁蓉各 120g, 防风、独活、附子(炮)、秦艽、桂心、干姜各 90g, 钟乳(研) 2g。

用法: 上方 15 味切碎, 以酒 900g 浸泡 7 天。开始每日服 20 勺, 10 天后每日增加 1-2 勺。

2. 热痰

百部酒（《本草纲目》）：百部根适量切碎稍炒，入酒中浸泡 7 天，每日 2-3 杯，每日一次。

3. 肺虚

（1）阿胶酒（《圣济总录》）：阿胶 400g，黄酒 1500g。用法：用酒在慢火上煮阿胶，使阿胶溶化，再煮至 1000g，然后服之。分 4 次服，每日一次。服尽不愈，再依前法另制。用于肺阴虚型。

（2）西洋参酒（经验方）：西洋参 30g，米酒 500g。用法：将西洋参装入净瓶内，用酒浸之，7 日后即可取用。每次空腹饮 1 小杯，每日 2 次，用于肺阴虚型。

（3）绿豆酒（《寿世青编》）：绿豆、山药各 60g，黄柏、牛膝、元参、沙参、白芍、栀子、天门冬、麦门冬、天花粉、蜂蜜各 45g，当归 36g，甘草 9g，酒适量。用法：上药除蜂蜜外，将药物粉碎，用绢袋装好，侵入酒内数日后兑入蜂蜜即可。每次服 2-3 杯，每日一次，用于肺阴虚型。

4. 脾虚

香椽醴（经验方）：鲜香椽 100g，蜂蜜 50ml，60 度白酒 200ml。用法：将鲜香椽洗净，切碎，加水 500ml 放铝锅内煮烂后，加蜂蜜、白酒煮沸停火，同入细口瓶中，密闭贮存，一月后即可饮用。每次 10ml，每日 2 次。

5. 肾虚

（1）米腊参酒（《陕甘宁青中草药选》）：米腊参 60g，白酒 500g。将米腊参入酒中浸泡 7 日后服用。每次服 5-10ml，每日服 2 次。

（2）红颜酒（《万病回春》）：胡桃肉（捣碎）、红枣（捣碎）各 120g，杏仁（泡去皮尖煮 4-5 沸，晒干捣碎）30g，白蜜 100g，酥油 70g，烧酒 1000g。先将蜜、油溶开入酒，随将三药入酒内浸 7 日后开龕每早、晚空服 2-3 盅。

（五）茶疗法

1. 寒痰

(1) 绿茶 2g, 柿叶 10g。在 9-10 月份采柿叶 4 公斤, 切碎, 蒸 30 分钟, 烘干后备用。每次按上述剂量, 加开水 400-500ml, 浸泡 5 分钟, 分 3 次, 饭后温服。每日服 1 剂。(民间验方)

(2) 绿茶 1g, 葱须 25g, 大枣 25g, 甘草 5g。后两味加水 400ml 先煎, 沸后 15 分钟, 加入葱须、绿茶 1 分钟即可。分 3-6 次温饮。可加开水复泡再服。每日 1 剂。(民间验方)

2. 热痰

(1) 绿茶 2g, 瓜蒌 5g, 甘草 3g。瓜蒌、甘草加水 600ml, 煮沸 5 分钟, 加入绿茶后 3 分钟即可。分 2 次徐徐饮之。每日 1 剂, 必要时可日服 2 剂。(民间验方)

(2) 绿茶 2g, 芦根 40g, 甘草 5g。用 1000ml 水先煮芦根和甘草, 煮沸 10 分钟, 去渣, 加入绿茶即可。少量多次饮。(民间验方)

3. 肺虚绿茶 2g, 甜瓜 250g, 冰糖 25g。甜瓜去蒂后切片与冰糖加水至 500ml, 煮沸 3 分钟, 加入绿茶即可, 分 2 次服, 日服 1 剂。(民间验方)

4. 脾虚茶树根 100g, 生姜 50g, 蜂蜜适量。将茶树根同姜煎, 去渣留汁, 加蜂蜜调, 每次服 20ml, 每日服 2 次。(民间验方)

5. 肾虚绿茶末 30g, 五倍子 500g, 醪糟 120g。将五倍子捣烂, 研末过筛, 加茶末、醪糟, 同置容器中拌匀捣烂, 摊平, 切小块, 待发酵至表面长出白霜时取出, 晒干, 贮藏干燥处, 每次 10g, 白开水冲泡, 代茶饮或泡汤含漱。(民间验方)

三、支气管哮喘

(一) 临床表现

1. 症状

(1) 外源性哮喘可有明显的过敏源接触史或与季节有关。发病前多有鼻、眼睑痒、喷嚏、流涕或咳嗽等粘膜过敏完兆。继之出现带哮鸣音的呼气期呼吸困

难。患者多被迫取坐位，严重时出现紫绀。发作将停时、咳出较多稀薄痰液后，气促减轻，哮喘停止，恢复到发病前状态。

(2) 内源性哮喘因支气管粘膜下迷走神经感受器的易感性增高，对生物、物理、化学或精神神经等因素的刺激易引起哮喘；常见如呼吸道感染（病毒、细菌、真菌），先由上呼吸道感染或支气管炎、咳嗽、咳痰史，随着咳嗽的不断加重或持续不好转，逐渐出现哮喘。起病缓慢，持续较久，逐步加重，并有呼吸道感染的症状及体征。

(3) 混合性哮喘由于多种因素均可诱发哮喘，在长期发作过程中，“外源性”和“内源性”哮喘可互相影响而混合存在，使症状表现不典型。如外源性哮喘在长期反复发作过程中，使呼吸道防御功能降低，容易合并呼吸道感染，以致在过敏因素的基础上逐渐附加感染的因素，称“混合性哮喘”。症状表现复杂，哮喘可长年发作，无明显的缓解季节。

(4) 哮喘持续状态严重的哮喘发作持续 24 小时以上者，称“哮喘持续状态”，常因感染未控制多型变态反应（I 型合并 III 型或 IV 型）而致过敏源未消除；发作时张口呼吸和大量出汗，使用氨茶碱利尿失水，使痰液粘稠形成痰栓阻塞小支气管或肺不张；心肺功能不全、缺氧、酸中毒；电解质紊乱；肾上腺皮质功能不全，或对常用治哮喘药物耐药；精神紧张或并发气胸等复杂原因引起。患者呼吸困难严重，发绀明显，甚至出现呼吸、循环衰竭。

2. 体征

哮喘发作时，患者胸廓胀满，呈吸气位，呼吸幅度小，所有辅助呼吸肌均参加呼吸运动。呼气期两肺有广泛哮鸣音。如呼吸困难加重，而哮鸣音反而减轻或消失，可能患者过度疲倦、衰弱、无力呼气而使肺气肿加重；痰栓阻塞支气管；并发气胸，纵隔气肿等引起。肺部叩诊：普遍性过清音，肺界不降，心浊音界缩窄如合并呼吸道感染。哮鸣音和湿性罗音可同时存在。

（二）辨证分型

1. 寒喘哮喘发作兼畏风寒，鼻塞流清涕，痰白清稀，或有头痛、发热、无汗、苔薄白、脉浮紧。治宜散寒定喘。

2. 热喘风热之邪犯肺，或外邪入里化热，咳喘黄痰，口渴喜冷饮，唇舌均红，苔薄黄腻，脉浮数。治宜清热平喘。

3. 痰喘素有痰湿，哮喘发作兼痰多白粘泡沫，或泛恶纳差，舌苔白腻，脉弦滑。治宜祛痰降气平喘。

4. 肺虚喘（气虚喘）哮喘发作时，气短咳声低微，言语无力，畏风自汗，舌质胖，脉细弱。治宜补肺定喘。

5. 肾虚喘喘促日久，腰酸耳鸣，发脱齿落，动则喘息更甚、舌淡、脉沉细。治宜补肾敛肺定喘。

（三）食物疗法

1. 寒喘

（1）将椒目（花椒的种子）研粉筛匀，装入胶囊（每3克椒目可装7-8只胶囊），日服3次，每次8颗一般服3-7天为一疗程。（经验方）

（2）麻黄川贝杏仁方（民间验方）：麻黄、川贝、杏仁各适量，将麻黄、川贝研成细末，用甜梨一个去核、纳入麻黄、川贝末各2克。杏仁7粒，冰糖1块，置碗中蒸熟。每日吃1-2个。

（3）萝卜子丸（民间验方）：白萝卜子120g，洗净，在锅内蒸熟晒干，研成细末。加入生姜汁调匀，制成丸如绿豆大。每次服10丸，早中晚各一次。

2. 热喘

（1）杏仁、党参、粳米粥（民间验方）：杏仁10g，党参30g，桑白皮10g，鲜姜6g，大枣7个，牛奶200ml，粳米100g。用法：先将杏仁浸泡，去皮尖研细，后入牛奶搅拌均匀取汁。另煎党参、桑白皮、姜、枣，去渣澄清，后下粳米煮粥，临熟时下杏仁汁搅匀。空腹食用，每日1剂。

（2）地龙丸（民间验方）：广地龙（蚯蚓干），略炒去腥气，研粉可用糯米管装吞服。每次3-6g，每日3次。

（3）萝卜杏仁粥（经验方）：萝卜500g，苦杏仁15g，牛（猪）肺250g。甲法：同放锅内炖至烂熟，调味服食。每天或隔天1次，连服30天。

3. 痰喘