

杨昌林 罗丽华 主编

WEICHANGDAO
JIBING YINSHI
TIAOYANG 144 WEN

(修订版)



胃肠道疾病 饮食调养144问



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

胃肠道疾病饮食调养

144 问

(修订版)

主 编

杨昌林 罗丽华

编著者

(以姓氏笔画为序)

王若永 兰 涓 齐 颖 罗丽华

杨昌林 姜泽民 欧阳红

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书概述了胃肠道疾病的病因、病状及分类,重点介绍了各种胃肠道疾病的饮食调养原则、日常饮食安排及常用的食疗方。内容全面,简明实用,可供胃肠道疾病患者和基层医护人员阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

胃肠道疾病饮食调养 144 问/杨昌林,罗丽华主编. —修订版. —北京:金盾出版社,2006. 7

ISBN 7-5082-4097-9

I. 胃… II. ①杨…②罗… III. 胃肠病-食物疗法-问答 IV. R247.1-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 056105 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精彩雅恒印刷有限公司

正文印刷:北京燕南印刷厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:8.5 字数:168 千字

2006 年 7 月修订版第 9 次印刷

印数:132001—143000 册 定价:14.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

修订版前言

本书自1994年10月第一次出版发行,到2005年6月第八次印刷,共计发行13万余册。这说明广大读者对本书的厚爱和认同,我们感到十分欣慰和荣幸。能够为读者朋友们提供一些胃肠道疾病饮食方面的专业指导,避免疾病发生,加快疾病的康复是作者撰写本书的目的。本书第二版在以下两方面进行了改进:

根据读者来信反馈的信息,增加了许多新内容。由于第一版出版时对材料的组织和问题的提出都有考虑不周的地方,此书出版的十多年来,我们收到了许多热心读者的来信,向我们提出了很多宝贵的意见和建议。我们归纳了这些意见和建议,将其中具有普遍性的问题加入到修订版内容里。例如,胃神经官能症与胃溃疡如何鉴别。还增加了几种胃肠道疾病临床检查的相关问题,如X线检查和胃镜检查的有关内容。这些都是读者中反映比较普遍的问题,都一一被编入。

此外,近年来营养学研究取得了长足的进步,对各种胃肠道疾病的饮食预防和饮食治疗有了更深刻的认识。我们将有关的新知识、新观点有机地融合到各个问答中供读者参考。又如,应用近年中医食疗理论对肝硬化、脂肪肝的药膳调理及饮食调养方法做了介绍。

最后,我们要感谢广大读者和同事对本书的关怀,并

提出许多修改意见和建议,使本书的修订能够有的放矢。

由于作者水平有限,书中不足之处在所难免,衷心希望各位读者继续提出宝贵意见,以便我们在今后工作中改进。

杨昌林

2006年3月13日

**金盾版图书,科学实用,
通俗易懂,物美价廉,欢迎选购**

高血压防治(修订版)	9.50 元	与康复	6.50 元
高血压病早防早治	7.50 元	心脑血管疾病饮食调养	
高血压中西医防治	13.00 元	(另有 VCD)	7.50 元
高血压病自然疗法	9.00 元	脑血管病防治 200 问	
高血压病患者饮食调养	4.50 元	(第二版)	7.50 元
血压异常的危害及其防治	9.50 元	脑血管病自我防治	5.50 元
冠心病防治 320 问		脑血管栓防治 200 问	7.50 元
(第二版)	8.50 元	脑梗死防治 260 问	11.00 元
冠心病早防早治	12.00 元	脑血管栓自然疗法	9.00 元
中老年冠心病防治	6.00 元	脑瘤诊治 200 问	6.00 元
动脉粥样硬化防治	6.50 元	中风防治 200 问	7.00 元
心绞痛自我防治	6.00 元	中风患者家庭康复	6.50 元
心脏病患者饮食调养	6.50 元	偏瘫患者运动疗法	5.00 元
心律失常防治 150 问	7.00 元	糖尿病防治 200 问	
心肌梗塞防治 230 问	6.00 元	(第二版)	7.00 元
心肌梗死自我防治	5.50 元	糖尿病早防早治	8.00 元
风湿性心脏病防治 200 问	6.00 元	糖尿病家庭康复	4.50 元
中老年人心血管急症的防治		实用糖尿病防治手册	15.00 元
	8.50 元	新编糖尿病防治指南	15.00 元
老年心血管病防治与康复	6.50 元	糖尿病的胰岛素治疗	6.50 元
心血管病防治用药知识		糖尿病药膳	12.00 元
160 问	7.00 元	糖尿病饮食调养	
心脑血管疾病用药知识	9.50 元	(修订版·另有 VCD)	12.00 元
常见心血管疾病家庭康复	5.50 元	糖尿病并发症防治 400 问	10.00 元
常见心脑血管疾病的早期		糖尿病防治误区 110 问	6.00 元
信号与预防	6.00 元	糖尿病自然疗法	6.00 元
老年常见病先兆及预防	28.00 元	糖尿病自我防治	14.50 元
心脑血管病的自我预防		糖尿病患者用药知识	10.00 元

高脂血症防治 100 问 (修订版)	4.50 元	肺结核防治(修订版)	4.80 元
高脂血症早防早治	6.50 元	肺结核自我防治	9.00 元
高脂血症中西医防治 153 问	6.50 元	肺癌防治(修订版)	10.00 元
高脂血症患者饮食调养	5.00 元	支气管炎防治 150 问	6.00 元
贫血自我防治	8.00 元	慢性支气管炎自我防治	5.00 元
白血病防治 200 问	6.00 元	感冒患者饮食调养	5.50 元
实用常见肾脏病防治	8.00 元	实用哮喘病防治	4.50 元
肾炎防治(修订版)	8.00 元	哮喘饮食调养	6.00 元
肾脏疾病饮食调养 (另有 VCD)	5.50 元	咳嗽防治	7.50 元
实用肝病中西医防治	15.50 元	消化系统常见病防治 260 问	7.00 元
肝炎防治 400 问(第二版)	11.50 元	胃肠疾病自我防治	9.50 元
乙肝蚂蚁疗法	12.00 元	胃溃疡防治 200 问	6.50 元
乙型肝炎防治	5.50 元	溃疡病自我防治	5.50 元
乙型肝炎防治 30 法	9.50 元	慢性胃炎自我防治	5.00 元
乙型肝炎病毒携带者必读	5.50 元	慢性胃炎治疗 60 法	6.00 元
实用肝病自然疗法	4.50 元	萎缩性胃炎防治	4.00 元
脂肪肝防治	6.50 元	大肠疾病防治	11.50 元
脂肪肝早防早治	5.50 元	大肠癌防治	9.00 元
肝胆常见病防治 240 问	5.50 元	十二指肠溃疡防治 200 问	6.50 元
肝癌防治 270 问	6.00 元	腹泻患者饮食调养	5.00 元
肝病饮食调养 150 问 (另有 VCD)	6.00 元	胃肠道疾病饮食调养 110 问(另有 VCD)	5.50 元
胆石症防治 240 问	6.00 元	胃癌防治 150 问	6.00 元
人体结石病防治	9.00 元	胃病用药不良反应及处理	13.00 元
呼吸系统常见病防治 320 问	7.50 元	急性腹痛诊治	6.00 元
呼吸系统疾病中西医防治	8.00 元	便秘患者饮食调养	5.00 元
结核病用药不良反应及处 理	5.00 元	便秘防治 170 问	6.00 元
		痔的防治 100 问	3.50 元
		常见肛肠病防治 250 问	7.00 元
		尿路结石防治 150 问	5.00 元
		尿路感染防治 120 问	3.50 元

尿路感染防治	7.50 元	耳鼻咽喉病防治	6.50 元
男科疾病中西医防治	10.00 元	耳鼻咽喉疾病自我防治	6.50 元
前列腺疾病防治 270 问	7.50 元	牙病防治	7.00 元
疝气防治	5.00 元	牙痛及其原发病防治知识	4.50 元
常见传染病防治 320 问	8.00 元	关节炎防治 300 问	5.00 元
实用传染病防治	9.50 元	类风湿性关节炎防治	9.50 元
性传播疾病防治 100 问	4.00 元	风湿病用药不良反应及 处理	7.00 元
常见性病中西医防治	5.50 元	痛风及其并发症的防治	7.00 元
性病及男科病自我防治	5.00 元	痛风中西医防治	10.00 元
内分泌系统常见疾病防 治 370 问	9.00 元	颈椎病防治 90 问 (修订版)	4.00 元
淋巴瘤诊治 230 问	6.50 元	颈椎病自我防治	6.00 元
胰腺疾病诊治 125 问	5.50 元	颈椎病自然疗法	7.00 元
甲亢防治 170 问	4.00 元	肩周炎治疗 60 法	10.50 元
实用风湿病防治	6.00 元	肩周炎防治(修订版)	6.00 元
发热疾病自我防治	5.50 元	腰腿痛防治 220 问 (第二版)	9.00 元
癌症治疗新方法	6.00 元	腰痛自我防治	10.00 元
饮食抗癌法	4.50 元	腰椎间盘突出症防治	7.00 元
癌症病人饮食调养	5.50 元	骨质疏松与骨质增生防治 (修订版)	6.50 元
肿瘤病人家庭康复	11.00 元	骨质增生自我防治	7.50 元
五官科疾病穴位注射疗法	5.50 元	足病修治技术	9.00 元
常见眼病防治(修订版)	9.50 元	足跟痛症的防治	7.50 元
近视眼防治 100 问	4.00 元	坐骨神经痛防治	5.50 元
青少年近视防治	9.00 元	神经衰弱自然疗法	8.50 元
近视远视散光老花防治 300 问	9.00 元	常见精神病防治 120 问	5.00 元
远视弱视散光近视自我 防治	4.50 元		

以上图书由全国各地新华书店经销。凡向本社邮购图书者,另加 10% 邮挂费。书价如有变动,多退少补。邮购地址:北京市丰台区晓月中路 29 号院金盾出版社邮购部,联系人徐玉珏,邮政编码:100072,电话:(010) 83210682,传真:(010)83219217。

燕南 1

目

MULU

录

一、胃肠道疾病的基本知识

1. 什么是胃肠道？什么是消化系统？ (1)
2. 口腔、咽部和食管有哪些功能？ (1)
3. 什么是食管炎？ (2)
4. 什么是食管癌？其病因和临床表现有哪些？ (5)
5. 食管静脉曲张破裂出血是怎么回事？ (6)
6. 胃具有哪些特点及功能？ (7)
7. 胃随年龄增长有何变化？ (8)
8. 急性胃炎的病因和临床表现有哪些？如何治疗？ (9)
9. 什么是慢性胃炎？ (10)
10. 什么是慢性浅表性胃炎？ (11)
11. 什么是慢性萎缩性胃炎？ (12)
12. 什么是消化性溃疡？ (13)
13. 中医怎样诊断胃溃疡？胃溃疡分为几型？ (13)
14. 胃溃疡的发病率有多高？ (15)
15. 胃溃疡与遗传因素有无关系？ (15)
16. 什么是胃神经官能症？与胃溃疡如何鉴别？ (16)



17. 胃溃疡与十二指肠溃疡的疼痛有何不同? 与饮食有关吗? (18)
18. 溃疡病穿孔与哪些因素有关? (19)
19. 哪些精神心理因素与溃疡病发病有关? (19)
20. 吸烟与胃溃疡有无关系? (21)
21. 饮酒会导致胃溃疡吗? (21)
22. 什么是幽门螺杆菌? 与哪些胃病有关? (23)
23. 胃部手术后可能出现哪些并发症? (24)
24. 如何区分上消化道出血和下消化道出血? (26)
25. 胆汁和胰液有何作用? (27)
26. 急性胃肠炎的病因及临床特点是什么? (28)
27. 小肠在营养物质的吸收中起着什么作用? 小肠切除后会对营养素吸收产生哪些影响? (29)
28. 什么是吸收不良综合征? 有何临床表现? (31)
29. 什么是急性出血性坏死性肠炎? (31)
30. 什么是肠结核? 有哪些临床表现? (32)
31. 肠梗阻是怎么回事? 临床上有何特点? (33)
32. 克隆病是怎么回事? 有何临床特点? (34)
33. 什么是溃疡性结肠炎? 有何临床特点? (36)
34. 什么是结肠激惹综合征? 有何临床特点? (38)
35. 阑尾炎是怎么回事? 急性阑尾炎有何临床特点?
..... (39)
36. 什么是胃肠道息肉? 息肉分哪几种? 息肉能恶变吗? (40)
37. 什么是大肠癌? 不同部位的大肠癌各有何临床表现? (41)
38. 便秘是怎么回事? (43)
39. 痔疮是怎么回事? 有哪些临床表现? 如何预防?



.....	(44)
40. 吃鱼可以引起哪些人体寄生虫病? 如何预防?	(45)
41. 如何防治小儿腹泻?	(46)

二、胃肠道疾病的饮食调养方法

42. 什么是食疗与药膳? 应用中应该注意什么?	(49)
43. 食管炎病人饮食上应注意什么?	(50)
44. 食管静脉曲张病人饮食中应注意什么?	(51)
45. 食管癌病人应怎样补充营养?	(51)
46. 胃食管反流病人应如何进行饮食调养?	(52)
47. 急性胃炎病人应怎样进行饮食调养?	(53)
48. 慢性浅表性胃炎病人应怎样进行饮食调养?	(55)
49. 慢性萎缩性胃炎病人应怎样进行饮食调养?	(57)
50. 消化性溃疡病人的膳食原则是什么?	(58)
51. 溃疡病急性发作期病人应怎样安排饮食?	(59)
52. 溃疡病过渡期病人应怎样安排饮食?	(60)
53. 溃疡病恢复期病人应怎样安排饮食?	(61)
54. 什么是胃溃疡的四个阶段饮食治疗?	(62)
55. 溃疡病并发出血时应怎样安排饮食?	(63)
56. 幽门梗阻病人应怎样注意饮食?	(64)
57. 做隐血试验时膳食上有哪些要求?	(64)
58. 胃切除后的病人应怎样进行饮食调养?	(65)
59. 怎样安排胃切除术后病人的各阶段饮食?	(66)
60. 胃下垂病人应怎样进行饮食调养?	(68)
61. 小肠切除术后病人如何进行饮食调养?	(70)



62. 肝胆手术对病人身体会产生哪些影响? 如何进行
 饮食调养? (73)
63. 倾倒综合征病人应如何进行饮食调养? (75)
64. 怎样安排倾倒综合征病人的饮食? (76)
65. 胃肠道疾病引起贫血的病人应怎样调配饮食? (77)
66. 腹泻病人应怎样进行饮食调养? (78)
67. 腹胀病人不宜吃哪些食物? (80)
68. 怎样调配伤寒病人的饮食? (81)
69. 怎样调配痢疾病人的饮食? (83)
70. 患有消化不良时应怎样进行饮食调养? (85)
71. 吸收不良综合征病人应怎样进行饮食调养? (87)
72. 乳糜泻病人应怎样选择饮食? (88)
73. 克隆病的饮食治疗原则是什么? (90)
74. 怎样调配克隆病病人的饮食? (91)
75. 怎样调配溃疡性结肠炎病人的饮食? (93)
76. 便秘病人应怎样调配饮食? (94)
77. 中医是如何认识和治疗便秘的? (96)
78. 老年人习惯性便秘与饮食有关吗? 怎样防治? (97)
79. 痔疮病人应如何进行饮食调养? (99)
80. 人工肛门术后的病人应怎样进行饮食调养? (100)
81. 短肠综合征病人应怎样补充营养? (101)
82. 怎样安排短肠综合征病人各阶段的食谱? (103)
83. 怎样安排胃癌、肠癌病人化疗期间的饮食? (105)
84. 怎样改善癌症病人化疗期间的食欲? (106)
85. 癌症病人服用中药时饮食上有哪些忌口? (107)
86. 胃肠道疾病病人应怎样看待补品? (108)
87. 消化不良能否服用补品? (109)
88. 什么叫管喂饮食? 其饮食配方应注意什么? (109)



89. 家庭怎样制作匀浆膳? (111)
90. 灌注匀浆膳时有哪些注意事项? (112)
91. 什么是要素膳? 它有哪些特点? (112)
92. 哪些病人适合用要素膳? (114)
93. 使用要素膳时有哪些注意事项? (115)
94. 什么是完全胃肠外营养? 它的适应证和并发症
 有哪些? (115)
95. 哪些饮食习惯可致胃肠道疾病? (116)
96. 哪些饮食习惯可致结肠癌? (117)
97. 胃病病人为什么容易并发贫血? (118)
98. 胃炎、胃溃疡病人能饮酒吗? (119)
99. 慢性胃炎病人为什么不宜大量喝啤酒? (119)
100. 胃病病人为什么不宜饮浓茶和咖啡? (120)
101. 溃疡病病人不宜喝哪些饮料? (121)
102. 溃疡病病人喝牛奶好不好? (122)
103. 饮酒与胃癌的发病有关吗? (123)
104. 吸烟对胃肠道疾病的发生、发展有哪些影响? (124)
105. 溃疡病病人为什么不宜吃糯米食品? (125)
106. 胃病病人为什么不能吃辛辣性食物? (125)
107. 为什么不宜多吃黑枣和未成熟的柿子? (126)
108. 常见的饮食致癌因素有哪些? (126)
109. 怎样消除食物中的致癌物? (128)
110. 在日常饮食中怎样防癌? (129)
111. 哪些食物有防癌抗癌作用? (130)
112. 维生素 C 和维生素 A 为什么具有防治胃癌的
 作用? (130)
113. 大蒜为什么有抗胃癌的作用? (132)
114. 经常饮茶可防治胃癌吗? (132)



115. 胃肠道疾病常用食物有哪些? 如何制作?	(133)
菜水	(133)
西红柿水	(133)
胡萝卜水	(134)
红果水	(134)
鱼粉米汤	(134)
焦米汤	(134)
淮山粉汤	(135)
奶汤	(135)
酸牛奶	(135)
脱脂奶	(135)
蛋白奶	(136)
菜泥	(136)
西红柿土豆泥	(137)
肉泥	(137)
鸡肉粥	(137)
肝泥粥	(137)
蛋花粥	(137)
鱼粥	(138)
鱼松	(138)
豆腐脑	(138)
黄鱼羹	(138)
肝羹	(139)
蒸如意卷	(139)
蒸肉饼	(140)
烩熟鸡丝	(140)
炆腰花	(140)
煮干丝	(140)
珍珠丸子	(140)

三、胃肠道疾病的常用食疗方选介

116. 慢性胃炎的常用食疗方有哪些?	(142)
小茴香粥	(142)
山药羊乳羹	(142)
石斛粳米粥	(142)
玉参焖鸭	(143)
玉山鸽肉汤	(143)
平菇炖肉	(144)
肉桂粳米粥	(144)
沙参蛋汤	(144)
花生乌贼骨面	(145)
麦饭石粥	(145)
佛手露	(145)
玫瑰露	(146)
姜蒜醋	(146)
香橼露	(146)



- | | | | |
|-------------------------------|-------|--------------|-------|
| 党参大枣茶 | (147) | 蜜三果 | (149) |
| 萝卜粳米粥 | (147) | 乌梅蜜膏 | (150) |
| 鲫鱼羹 | (147) | 山楂粉 | (150) |
| 神曲粥(经验方) ... | (148) | 鸭舌草蜜饮 | (150) |
| 山羊粥(民间验方) | | 酸醋鸭蛋方 | (151) |
| | (148) | 消黄茶醋方 | (151) |
| 良姜粥(民间验方) | | 木瓜姜醋方 | (151) |
| | (148) | 馒头醋方 | (151) |
| 一贯煎膏 | (148) | | |
| 117. 胃及十二指肠溃疡的常用食疗方有哪些? | | | |
| 三七莲藕鸡蛋 | (152) | 蜜汁土豆丁 | (156) |
| 大枣冬菇汤 | (152) | 土豆蜂蜜饮 | (157) |
| 圆白菜糖汁 | (152) | 甜瓜子蜜饮 | (157) |
| 乌贼骨猪肚 | (153) | 建中膏 | (157) |
| 仙人掌炒牛肉 | (153) | 蜂蜜蒸食方 | (157) |
| 茉莉花佛手粥 | (153) | 芍药甘草蜜方 | (158) |
| 参粟粥 | (154) | 红茶蜜饮 | (158) |
| 玫瑰花粥 | (154) | 陈皮甘草膏 | (158) |
| 砂仁粳米粥 | (154) | 花生牛奶蜜膏 | (158) |
| 莲子桂花羹 | (155) | 苹果醋蜜方 | (159) |
| 黄芪猴头汤 | (155) | 牛奶蜂蜜饮 | (159) |
| 荔枝核广木香醋方 | | 果菜蜜汁 | (159) |
| | (155) | 荷叶藕节蜜煎 | (160) |
| 糖醋卷心菜 | (156) | | |
| 118. 胃出血的常用食疗方有哪些? | | | |
| 三七藕蛋羹 | (160) | 峨三七炖猪肚 | (160) |
| 119. 胃下垂的常用食疗方有哪些? | | | |
| 归升牛肚汤 | (161) | 参芪烧鲥鱼 | (161) |



- 参芪清蒸羊肉 (162) 黄芪炖带鱼 (163)
- 枳砂牛肚汤 (162) 韭菜子蜜方 (163)
- 砂仁参肚 (163)
120. 结肠炎的常用食疗方有哪些? (164)
- 白术膏 (164) 烤五香鹅 (164)
- 乌梅蜂蜜膏 (164)
121. 痢疾的常用食疗方有哪些? (165)
- 蒜泥马齿苋 (165) (169)
- 生姜乌梅茶 (165) 山药山楂粥 (169)
- 马齿苋粥 (166) 山楂糖汤 (169)
- 五味子蛋 (166) 杀菌止痢茶 (170)
- 豆腐蛋 (166) 姜茶 (170)
- 扁豆花馄饨 (167) 银花莲子茶(经验方) .. (170)
- 酥香鹌鹑 (167) 石榴皮茶(经验方) (170)
- 鲜藕粥 (167) 萝卜糖醋方 (171)
- 银花莲子羹 (168) 猪血米醋方 (171)
- 神仙粥 (168) 绿茶醋方 (171)
- 大蒜糯米粥(经验
方)..... (168) 白面米醋鸡蛋方 (171)
- 参苓粥 (169) 止痢茶醋方 (172)
- 桂浆粥(民间验方) 萝卜姜蜜茶 (172)
- 马齿苋蜜汁 (172)
122. 食管癌的常用食疗方有哪些? (173)
- 谷皮糠粥 (173) 参乳雪梨饮 (174)
- 薏苡仁粥 (173) 参韭蜜粥 (174)
- 韭菜汁 (173) 鸦胆子桃仁散 (175)
- 银耳苡仁羹 (173) 威灵仙蜜醋方 (175)
- 牛乳粥 (174) 山豆根龙葵散 (175)
123. 胃癌的常用食疗方有哪些? (175)



- | | |
|-------------------------------|---------------------------|
| 鲫鱼蔬菜汤 (175) | 蔗姜饮 (177) |
| 猴头菇瘦肉蛋汤
..... (176) | 甘草杭芍茶 (177) |
| 向日葵梗心汤 (176) | 蜂蜜藕粉 (178) |
| 木棉树皮瘦肉汤
..... (176) | 羊乳竹沥饮 (178) |
| 铁树叶红枣汤 (177) | 矿泉水蜜醋方 (178) |
| 陈皮红枣饮(经验
方)..... (177) | 菱蜜饮 (178) |
| | 九香虫败酱草蜜饮 (179) |
| | 平瘤丸 (179) |
| 124. 肠癌的常用食疗方有哪些? (179) | |
| 山药莲苡汤 (179) | 大蒜鹅血汤 (181) |
| 石首鱼乌梅汤 (180) | 鱼腥草山楂煎 (181) |
| 乌龙茶乌梅汤 (180) | 杏仁芝麻蜜露 (181) |
| 半枝莲蛇舌草汤
..... (180) | 菱角蜜粥 (182) |
| | 槐花肿节风散 (182) |
| 125. 呃逆的常用食疗方有哪些? (182) | |
| 丁香柿蒂汤 (182) | 韭菜子蜜饮 (184) |
| 干姜刀豆饮 (183) | 丁香姜汁蜜膏 (184) |
| 竹茹麦冬茶 (183) | 木瓜姜醋方 (185) |
| 玉竹柿蒂粥 (183) | 香醋方 (185) |
| 姜蜜饮 (183) | 川椒面粉醋方 (185) |
| 姜末粥 (184) | 红糖米醋方 (185) |
| 芦根竹茹蜜饮 (184) | 白糖醋方 (186) |
| 126. 呕吐的常用食疗方有哪些? (186) | |
| 生姜饴糖饮 (186) | 吴茱萸粥 (187) |
| 白扁豆粥 (186) | 竹茹粥 (187) |
| 萝卜子粥 (186) | 扁豆粟米粥(经验
方)..... (187) |

