



唐国生

肺结核食疗方谱

FEI JIE HE

广东人民出版社

雷 医 生 肺结核食疗方谱

雷永乐 著

广东人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

雷医生肺结核食疗方谱/雷永乐著. —广州: 广东人民出版社, 2006. 4

ISBN 7-218-05057-3

I. 雷... II. 雷... III. 传染病—食物疗法 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 034225 号

11
11

责任编辑	冯秋辉
封面设计	张竹媛
责任技编	黎碧霞
出版发行	广东人民出版社
印 刷	鹤山市教育印刷有限公司印刷
开 本	880毫米×1230毫米 1/64
印 张	0.875
字 数	18千
版 次	2006年4月第1版 2006年4月第1次印刷
印 数	5,000册
书 号	ISBN 7-218-05057-3/R·182
定 价	2.00元

如果发现印装质量问题,影响阅读,请与出版社(020-83795749)联系调换。

【出版社网址: <http://www.gdpph.com> 电子邮箱: sales@gdpph.com

图书营销中心: 020-83799710 (直销) 83790667 83780104 (分销)】

目 录

肺结核痰中带血、咳血、咯血

- | | |
|-----------|-------------|
| 鹌鹑蛋白芡/1 | 荠菜鸡蛋/7 |
| 白芨紫皮蒜粥/1 | 冰糖黄精汤/7 |
| 海参白芨龟板末/2 | 天冬黄精粥/7 |
| 白芨枣蜜粥/2 | 银耳桂圆汤/8 |
| 白芨鸡蛋/3 | 白木耳百合沙参/9 |
| 豆腐泽泻叶煎/3 | 冬虫草鸭/9 |
| 单味百合/4 | 雪梨炖燕窝/10 |
| 百合藕节/4 | 雪梨南杏仁海蜇汤/10 |
| 百合虫草贝母/4 | 花旗参雪耳燕窝汤/11 |
| 川贝梨/5 | 山药猪胰汤/12 |
| 胎盘炖白芨百部/5 | 南杏白果生鱼汤/12 |
| 蛤蚧粉炒阿胶/5 | 雪耳南杏仁瘦肉汤/13 |
| 鲫鱼萝卜/6 | 猪肺南杏仁贝母汤/14 |
| 蒸白木耳/6 | |



百合莲子瘦肉汤/15	豆浆鸡蛋/20
桑椹地骨皮/15	罗汉果瘦肉汤/20
炖甜瓜/16	冰糖炖番木瓜/21
雪梨瘦肉汤/16	玉竹猪瘦肉汤/21
鸭梨白萝卜生姜蜜/16	杏贝梨猪肺汤/22
羊肺南杏汤/17	西洋菜罗汉果生鱼汤/22
猪肺薏米芡实汤/17	沙参玉竹猪肺汤/23
猪肺西洋菜汤/18	沙参百合鸭汤/24
西洋菜瘦肉汤/18	银耳海参汤/24
芝麻核桃蜜丸/18	银耳鸽蛋羹/25
芝麻核桃蜂蜜/19	蛤蚧肉饼/26
芝麻冰糖/19	马齿苋瘦肉汤/27
蜂蜜/19	剑花白鳝汤/27
猪胆蜜膏/20	

鲍鱼/29
 加味甘麦大枣汤/29
 甲鱼滋阴汤/30

肺结核低热

- | | |
|------------|----------|
| 百合淮山炖白鳝/31 | 蜜水炒芹菜/33 |
| 水鱼生地柴胡汤/31 | 鲜李汁/33 |
| 水鱼知母贝母汤/32 | 芡实全鸭/34 |
| 白鳝（鳎鳎鱼）/32 | |

肺结核

- | | |
|------------|------------|
| 紫皮大蒜拌粥/35 | 羊肉小麦粥/38 |
| 大蒜浸醋/35 | 炖白鸽/38 |
| 马齿苋大蒜/35 | 豆浆葱汁/39 |
| 百合熟地生地汤/36 | 蛤蜊肉煮韭菜/39 |
| 炖胎盘冬虫草/36 | 桃子/40 |
| 核桃炖蚕蛹/37 | 糯米薏米红枣粥/40 |
| 核桃柿饼/37 | 生菜油浸银杏/41 |

肺结核病人的饮食



肺结核痰中带血、咳血、咯血

鹌鹑蛋白芩

鹌鹑蛋 1 只，白芨适量（研末），共搅匀，每早用沸水冲服，连续用。用于肺结核痰中带血。鹌鹑蛋性味甘、平。有补益气血，强身健脑，消脂降压等功能。用于结核病，气管炎。白芨味苦、甘、涩，性微寒。白芨对结核杆菌有弱的抑制作用。白芨止血作用与其所含的胶状成分有关。

白芨紫皮蒜粥

紫皮蒜 30 克，放沸水中煮 1~2 分钟，取汁煮糯（粳）米粥，煮好后加入原蒜瓣拌匀，送服白芨粉 3 克，早、晚饭后服。大蒜对结核杆菌有明显的抑制和杀灭作用。本食疗方适用于肺结核痰中带血。



海参白芨龟板末

海参 500 克，白芨 250 克，龟板 120 克，研末，每次 15 克，1 日 3 次，温水送下。用于肺结核咯血。海参的刺参酸性黏多糖具有引起血小板聚集的作用，起止血作用。龟板滋阴潜阳，益肾健骨，固经止崩，养血补心。可用于肺结核痰中带血。

白芨枣蜜粥

白芨粉 15 克，糯米 100 克，大枣 5 枚，蜂蜜 25 克。

用糯米、大枣（去核）、蜂蜜，并加入适量的水煮粥，待粥将熟时，加入白芨粉，改文火稍煮片刻，至汤稠即成。每日 2 次，10 日 1 疗程。

本粥能补肺止血、养胃生肌。适用于肺结核咳嗽咯血。

大枣有补脾益气、养血安神的功效。蜂



蜜能润肺止咳。白芨有收敛止血、消肿生肌的作用，还对结核杆菌有抑制作用。

白芨鸡蛋

常用鸡蛋1个调入白芨粉3克，每天早上用开水冲服，连服10天。用于肺结核痰中带血。

白芨性味苦、平、温。含白芨胶质（黏液质）、淀粉、挥发油等成分，另含有糖甙。有收敛止血、消肿生肌的作用。对人型结核杆菌有显著的抑制作用。用于肺结核咯血。

豆腐泽泻叶煎

豆腐100克，泽泻叶30克，冰糖30克，共煎服。功能清肺止血。适用于肺结核吐血、支气管扩张、咯血等。豆腐性平，味甘。功能健脾宽中，润燥消水，解毒消疮。泽泻味甘、淡，性寒。功能利水泄热。



单味百合

每次可用百合 60~100 克，加糖适量，煎水服食。用于肺结核干咳，咳血。

百合藕节

百合 90 克、藕节 6 克，水煎服。两者配合煎服，有滋阴和止血作用。用于肺结核咳血。藕节味甘、涩，性平。功能化瘀止血。用于各种出血症。

百合虫草贝母

百合 12 克、冬虫夏草 30 克，贝母 15 克。水煎服。用于肺结核咳嗽、咯血、老年虚喘。冬虫夏草味甘，性平。功能补肺益肾，止血化痰。用于久咳虚喘。药理证明冬虫夏草有增强免疫力，抗炎，抗菌，抗肿瘤等作用。贝母味苦、甘，性凉。有润肺止咳、化痰散



结的功能。

川贝梨

川贝 10 克，梨 2 个，削皮挖心切块，加猪肺煮汤，冰糖调味。清热润肺，止咳祛痰。用于肺结核咯血、干咳无痰。川贝功能润肺止咳、化痰散结。猪肺功能补肺治咳。

胎盘炖白芨百部

胎盘 1 个，白芨 15 克，百部 15 克，同炖，食盐调味服。用于肺结核体弱、咳嗽、痰中带血、潮热、盗汗。白芨对结核杆菌有弱的抑制作用。功能收敛止血，消肿生肌。百部功能润肺下气止咳。

蛤蜊粉炒阿胶

用蛤蜊粉炒阿胶，研细末，温开水送服，每次 5 克，每天 2 次，用于肺结核咯血。阿胶

味甘，性平。功能滋阴润燥，补血，止血。用于燥咳、咯血。

鲫鱼萝卜

可用鲫鱼、白萝卜不拘量，混合煮熟常服。用于肺结核咯血。鲫鱼味甘，性平。功能补脾开胃，除湿利水。白萝卜功能清热生津，凉血止血，下气宽中，消食化痰。

蒸白木耳

常用白木耳 3 克放碗中，用清水浸泡 12 小时后加白糖适量，蒸 1 小时，早晨空腹服。治肺结核咳嗽、咯血。

白木耳性味甘、平，无毒。含蛋白质、脂肪、碳水化合物、纤维、胶质、磷、铁、钙、镁、钾、硫及钠等，有生津、清肺热、滋阴、养胃、润肠、益气、活血、补脑和强心等作用。



荠菜鸡蛋

常用风干荠菜 60 克（鲜荠菜 250 克）加水 3 碗煎煮。煎煮 20 分钟后，打入鸡蛋 1 个，再煮 5 分钟，放少量盐调味，连渣服，可吐出纤维。每天 2 次，连服 4 个月，用于肺结核咳血。

冰糖黄精汤

黄精 30 克，冰糖 50 克。黄精用清水浸泡，加冰糖，小火煎 1 小时，吃黄精喝汤。每日 2 次，连服 20～30 日。清虚热，凉血。适用于肺结核低热、痰血者。黄精有补脾益气、润肺止咳、补肾益精等作用。黄精煎剂对实验性结核病的豚鼠有显著抑菌效果。

天冬黄精粥

天冬、黄精各 15～30 克，粳米 100 克，



【雷医生肺结核食疗方谱】

白糖适量。

选天冬、黄精，煎取浓汁后去渣，同洗净的粳米煮粥，粥熟后加入白糖稍煮即可。每日2次。

本方能润心肺，补脾胃。适用于肺结核咳血，肺虚燥咳，干咳无痰。

注意的是平素痰湿较盛、口粘、舌苔厚腻，以及脾胃虚寒、大便泄泻的病人不宜用。

方中天冬又叫天门冬，味甘、微苦，性寒。功能润肺生津、滋肾养阴。黄精起润肺止咳、补脾益气、补肾益精等作用。黄精对结核菌有抑制效果。

银耳桂圆汤

银耳25克，桂圆30克，冰糖适量，炖食，每日1剂，分2次服完。功能养阴润肺。用于肺结核干咳少痰，痰中带血，潮热颧红，口干咽燥。银耳性平，味甘、淡。功能滋阴、润肺、生津、益气、补脑、强心。白木耳能促进机体淋巴细胞的转化，提高免疫功能。



桂圆味甘，性温。功能补气血，安神，养心脾，益脑力。冰糖和胃，润肺止咳。

白木耳百合沙参

白木耳9克，百合、北沙参各12克，冰糖适量，水煎服。用于肺结核、咯血。白木耳滋阴润肺，养胃生津。百合补中益气，润肺止咳，北沙参味甘、苦，性微寒。功能润肺止咳，养胃生津。适宜肺结核之用。

冬虫草鸭

冬虫草5~10枚，雄鸭1只，食盐、姜、葱、调料少许，雄鸭去皮及内脏，洗净放入砂锅中，冬虫草洗净与上述调料一并放入锅中，加水以小火煨炖，熟烂即可，分顿食用。功能育阴助阳，益气养血。用于肺结核阴阳两虚，表现咳嗽咯血，骨蒸潮热，肢冷畏寒，盗汗自汗，乏力气短，形体消瘦，不思饮食，大便溏薄，脉细弱。



雪梨炖燕窝

雪梨 2 个，燕窝 6 克。将雪梨洗净，去皮、核，切片，燕窝挑去绒毛，清水浸软，洗净。把全部用料一齐放入炖盅内，加开水适量，炖盅加盖，文火隔开水炖 3 小时，调味即可。随量饮用。

本方功能补肺养阴，润燥止咳。用于肺结核属阴亏肺燥者，症见于咳气喘，咳吐痰血，形瘦颧红，口渴咽干，手足心热，潮热盗汗。

雪梨功能生津润燥，清热化痰。燕窝味甘，性平。功能养阴润燥，益气补中。常用于肺结核咳嗽，咯血，体虚等。

雪梨南杏仁海蜇汤

雪梨 1 个，南杏仁 10 克，海蜇皮 60 克。将雪梨去皮、核，切片；南杏仁洗净；海蜇皮切成细条，以清水浸泡，漂去异味，捞起



挤干水分。把全部用料一齐放入锅内，加清水适量，武火煮沸后，文火煮1~2小时，调味即可，随量饮用。

功效为养阴润肺，化痰止咳。用于肺结核属肺阴不足者。表现有久咳无痰，或痰少而黏，甚则痰中带血，潮热盗汗，口干咽燥，形瘦颧红。

海蜇味咸，性平。功能清热化痰，消积润肠。雪梨有生津润燥，清热化痰功效。南杏仁功能润肺止咳。

花旗参雪耳燕窝汤

花旗参15克，雪耳20克，燕窝35克。花旗参洗净，切片；雪耳用清水泡开撕成小朵，洗净；燕窝用清水浸泡，去杂质，洗净。将花旗参、雪耳一齐放入炖盅里，加适量开水，盖好，用文火隔水炖3小时，可用冰糖调味食用。

有滋补益气，润肺止咳功效。用于肺结核阴虚潮热、咳嗽气喘、血痰等症。

