

家庭保

秦一洲(阿二)
编

健食谱

Family Health

糖尿病 抗癌篇

免药老火汤水

Recipe

广西科学技术出版社

原出版者:香港雁南图书出版公司
版权中介:广西万达版权代理公司



行销千万册 惠及百万家

家庭保健食谱系列

免药老火汤水

糖尿抗癌篇

秦一洲(阿二)编

广西科学技术出版社出版

(南宁市东葛路66号 邮政编码 530022)

广西新华书店发行

南宁双龙实业有限责任公司印刷

(南宁市长堽路103号 邮政编码 530023)

开本880mm×1140mm 1/64 印张2.5 字数60

1999年10月第1版 2004年5月第5次印刷

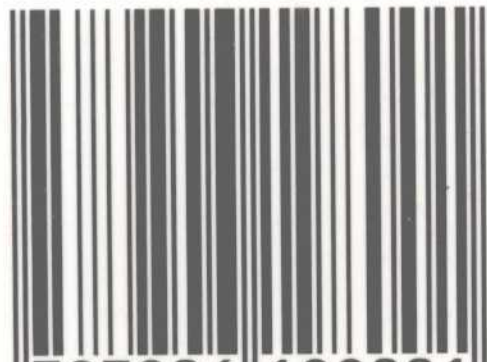
印数:22 001-25 000册

ISBN 7-80619-800-8 定价:6.50元
TS·45

桂图登字:20-99-052号

本书如有倒装缺页的,请与承印厂调换

ISBN 7-80619-800-8



9 787806 198001 >

免药老火汤水

糖尿病抗癌篇

秦一洲（阿

广西科学技术出版社

目 录

鲜笋西瓜嫩鸡汤 34

效益：爽胃解渴·除烦解毒·治糖尿病

莲藕蚝豉发菜煲猪舌

效益：养血生肌·产后闭经·解渴生津

苹果肉片汤 35

效益：妊娠恶阻·怀孕呕吐·生津润肺

冬笋雪菜瘦肉鲩鱼汤

效益：利膈下气·健胃消食·肺热咳嗽

芹菜叶牛奶汤 36

效益：降脂降压·平肝清热·祛风明目

萝卜陈皮蜜枣瘦肉汤

效益：血瘀闭经·产后恶露·防高血压

冬菇丝瓜莲子鸭肉汤 37

效益：月经过多·孕妇腰痛·白带崩漏



淮山海蜇鸭肉汤 37

效益：防乳腺炎·健脾补肾·耳聪目明

银杏马蹄小肚汤 38

效益：预防带浊·温肺益气·治疗喘嗽

老黄瓜薏仁蜜枣猪骨汤

效益：健脾利湿·关节疼痛·水肿白带

黄瓜牛奶鸡杂汤 39

效益：明目养颜·滋润肌肤·降脂降压

芥菜生地蚝豉汤

效益：凉血养阴·关节伸展·身体燥热

豆腐牛奶蛋花汤 40

效益：益气和中·生津润燥·清热解毒

鲜笋菠菜火腿鸡肉汤

效益：利膈下气·健胃消食·化热爽胃

莲子发菜腐竹瘦肉汤 41

效益：血尿久泻·月经过多·白带崩漏



杞子地黄羊肉汤 42

效益：补血强心·面色苍白·温中补虚

萝卜红枣牛骨汤

效益：强壮筋骨·补血强身·精神疲乏

淮山玉竹象拔蚌汤 43

效益：病后体虚·排便困难·滋阴润燥

桂耳红枣羊肉汤

效益：补血活血·防高血压·动脉硬化

莲藕红枣章鱼猪手汤 44

效益：健脾补血·面色苍白·精神不振

莲子红豆鸡汤

效益：病后体虚·眼花失眠·头晕血虚

红豆黄精乌鸡汤 45

效益：脾虚体弱·面色苍白·行气健脾

竹笋木耳鲤鱼汤

效益：年老体虚·补脾益胃·帮助消化



红樱桃脯银耳汤 46

效益：滋阴补坚·肺癆咳血·血液不足

栗子椰肉鸡汤

效益：养血滋阴·补虚温中·补益五脏

三黑生姜水鱼汤 47

效益：治风疹块·面色萎黄·头晕眼花

芝麻红枣黑豆水鱼汤

效益：乌须黑发·手足心热·面色萎黄

莲藕牛脯汤 48

效益：补血强身·精神不振·血气不足

五味鱼头汤

效益：年老体衰·病后进补·健脾开胃

白果芡实小肚汤 49

效益：补肾益气·健脾开胃·小便频密

玉竹淮山煲乳鸽

效益：治糖尿病·助降血糖·止泻祛痰



瑶柱青菜瘦肉汤 50

效益：益血不足·肺胃阴虚·年老体虚

龙眼羊肉汤

效益：湿中暖下·补血祛寒·健胃消炎

核桃杞子猪腰排骨汤 51

效益：补益肺气·补阳益髓·骨蒸癆热

淮山粟须猪胰脏汤

效益：平肝利胆·养阴益肾·治糖尿病

淮山菟丝子羊肉汤 52

效益：补虚益血·强壮筋骨·温中助阳

桑叶枸杞鲜蚌汤

效益：明目清热·心烦易怒·脉弦细数

木耳银耳香菇猪脑汤 53

效益：补脑强心·久病体虚·抗癌降脂

莲子汤

效益：补中益气·老年体弱·养心益肾



木耳木瓜牛骨汤 54

效益：腰膝酸痛·关节肿胀·筋挛足萎

淮山杞子杭菊羊肾汤

效益：头晕眼花·肝肾亏损·腰酸耳鸣

杞子羊肉汤 55

效益：补虚助阳·老年体弱·肾虚耳鸣

黄芪砂仁猪肚汤

效益：补脾益气·气血不足·固表止汗

莲藕红枣乳鸽汤 56

效益：补益气血·行气健脾·养心安神

洋参雪耳猪舌汤

效益：头痛体虚·常流鼻血·补而不燥

黑豆麦冬水鸭汤 57

效益：久热不退·热病伤津·阴虚内热

黄精猪脑汤

效益：补中益气·肺癆咳血·病后体虚



银耳粟米牛尾汤 58

效益：强壮腰膝·清热活血·补脑强身

黑豆川红花鲮鱼汤

效益：活血祛瘀·面色苍白·精神疲乏

韭菜子鸡肠汤 59

效益：补肾益气·小便频数·女性白带

龙眼肉枸杞猪肝汤

效益：头晕头痛·视物昏花·面色苍白

花胶田鸡枸杞猪腰汤 60

效益：身体虚弱·腰酸无力·精神疲乏

冰糖银耳汤

效益：伤津降压·养阴润肺·虚劳久咳

虾米酒汤 61

效益：补肾行血·通络血脉·男女合用

乌豆大枣瘦肉汤

效益：养阴补肾·发白腰痛·补气安神



清冬菇汤 62

效益：降胆固醇·抗癌消脂·防高血压

豆豉陈肾汤

效益：老年体虚·腰酸疼痛·益肾填精

羚角丝鲍鱼汤 63

效益：烦躁易怒·防高血压·肝风内动

芽菜豆腐瘦肉汤

效益：清热解毒·燥热咳嗽·滋阴补肌

薏仁鸡汤 64

效益：补益元气·晚期癌病·有效延命

鲜奶瘦肉炖嫩鸡

效益：胃贲门癌·气血虚损·益气通结

白萝卜鸭蛋紫菜汤 65

效益：防治癌病·散结消瘤·消癌细胞

海带猴菇汤

效益：散结消肿·抗癌治癌·健脾消食



圆肉百合杞子排骨汤 66

效益：气阴两虚·头晕耳鸣·降低颅压

马蹄海蜇汤

效益：预防肿瘤·保健防癌·降低血压

莲子冰糖银耳羹 67

效益：抑鼻咽癌·提高免疫·清心解热

菱角叶饮

效益：抗食道癌·安中补脏·益气健脾

水鱼草果羊肉汤 68

效益：抗白血病·脘腹冷痛·食少纳呆

薄荷糯米绿豆汤

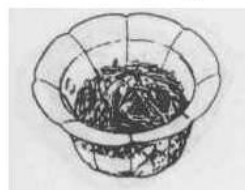
效益：消化肿瘤·抗治肺癌·健脾护胃

海带排骨汤 69

效益：甲状腺癌·淋巴肿结·预防癌变

淮山薏仁茯苓猪肠汤

效益：乳腺癌症·腹水肉瘤·健脾止泻



鲜蒜鹅血汤 70

效益：抗食道癌·胃癌肠癌·健脾补血

金针菜海蜇猪肺汤

效益：胸膜皮瘤·气促疲乏·胸闷消瘦

豆腐鸡血瘦肉汤 71

效益：前列腺癌·壮骨止痛·滋阴补阳

紫菜排骨汤

效益：消散肿瘤·预防癌症·扶正祛邪

洋参玉竹杞子瘦肉汤 72

效益：肺癌气阴·两虚发热·清补提神

银耳莲合圆肉排骨汤

效益：扶正养阴·肺癌调理·阴虚热毒

萝卜鲜鱼羊肉汤 73

效益：子宫癌后·补中益气·生血除烦

蘑菇榨菜油筋汤

效益：肠癌病患·宣肠益气·化散血热



萝卜海带鸡肉汤 74

效益：甲状腺瘤·消积化痰·防副反应

淮山猪脾汤

效益：扶正抗邪·胰腺糖尿·胃癌前期

西洋菜无花果瘦肉汤 75

效益：肺癌阴虚·咽癌腺癌·肝癌肠癌

薏仁嫩鸭汤

效益：抑癌细胞·健胃滋补·肝癌体虚

冬菇马蹄腊鸭汤 76

效益：膀胱癌毒·清热凉血·利尿解毒

蘑菇公鸭汤

效益：肝癌腹水·慢性肝炎·补阴益血

红薯鸡肉猪肝汤 77

效益：肝癌病患·养血益气·润燥除烦

马齿苋香蒜瘦肉汤

效益：降胆固醇·减血小板·防治糖尿



银耳茉莉鸡清汤 78

效益：胰腺癌症·滋阴补肺·健脾醒胃

枸杞鹌鹑蛋汤

效益：治疗肿瘤·体虚亏损·滋阴明目

玉竹莲子排骨汤 79

效益：睾丸肿瘤·健脾除热·补阴生血

木耳汤

效益：肺癌阴虚·抗治肿瘤·病后滋补

银耳瑶柱鸡茸汤 80

效益：乳腺癌症·阴虚内热·抗癌作用

天麻冬菇炖猪脑

效益：抗脑肿瘤·镇静安神·精神症状

百部清鸡汤 81

效益：肺癌寒咳·温润肺气·止咳杀虫

薏仁海带鸡蛋汤

效益：甲状腺癌·活血补虚·抑癌细胞



茅根冬瓜乌鱼汤 82

效益：肝癌虚热·利尿消肿·清热养阴

银耳藕粉红枣羹

效益：消化肿瘤·贫血虚弱·减血小板

木耳冬菇鸡肉蛇羹 83

效益：扶正解毒·子宫颈癌·通经活络

罗汉果橄榄汤

效益：咽喉癌症·生津解毒·利肺化痰

栗子薏米汤 84

效益：脾肾虚损·抗癌细胞·利尿消肿

萝卜香菇豆苗汤

效益：防治肠癌·血压冠心·扩散瘀血

蘑菇豆腐蒜苗汤 85

效益：降低血糖·抗癌降压·补中生津

芡实煲老鸭·

效益：治糖尿病·脾虚水肿·滋阴养胃

