



常见疾病合理用药与食疗丛书

丛书总主编 谢英彪
本书主编 陈金宜 谢英彪



冠心病

合理用药与食疗



冠心病是严重危害人类健康的常见病、多发病。近年来，随着我国社会经济的发展、人民生活水平的提高、膳食结构的改变、生活节奏的加快，冠心病发病率呈上升趋势。因此，积极采取措施，防止冠心病的发生和发展，应引起广大人民群众的高度重视。

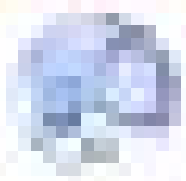


西安交通大学出版社
XI'AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

中国医药出版社

冠心病

合理用药与食疗



本书为冠心病患者提供合理用药与食疗的指导，内容详实，图文并茂，是冠心病患者及家属的必备读物。

本书共分两大部分：第一部分为合理用药，详细介绍了冠心病常用药物的分类、作用、用法、用量、不良反应及注意事项；第二部分为食疗，介绍了冠心病患者的饮食原则、食谱推荐及食疗方。

本书可作为冠心病患者及家属的参考读物，也可作为基层医务人员培训教材。

中国医药出版社



常见疾病合理用药与食疗丛书

冠心病

合理用药与食疗

丛书总主编 谢英彪

本书主编 陈金宜 谢英彪

编 著 卢 岗 杨智盛 张学成 谢 春 姜宁凌



西安交通大学出版社
XI' AN JIAOTONG UNIVERSITY PRESS

内容简介

本书简要介绍了冠心病的基本知识,在重点介绍药物治疗的同时,精选了近两百个适合冠心病患者的调养食方。全书突出了知识性、实用性和科学性,不但能使读者大饱口福,而且可以减轻冠心病带给他们的痛苦!

图书在版编目(CIP)数据

冠心病合理用药与食疗 / 陈金宜,谢英彪主编. —西安:西安交通大学出版社,2010.1

ISBN 978-7-5605-3275-2

I. 冠… II. ①陈… ②谢… III. ①冠心病—食物疗法 ②冠心病—用药法 IV. R541.405 R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 190911 号

书 名 冠心病合理用药与食疗
丛书总主编 谢英彪
本书主编 陈金宜 谢英彪
责任编辑 吴 杰 王华丽

出版发行 西安交通大学出版社
(西安市兴庆南路 10 号 邮政编码 710049)
网 址 <http://www.xjtpress.com>
电 话 (029)82668357 82667874(发行中心)
(029)82668315 82669096(总编办)
传 真 (029)82668280
印 刷 陕西奇彩印务有限责任公司

开 本 727mm×960mm 1/16 印张 10 字数 123 千字
版次印次 2010 年 1 月第 1 版 2010 年 1 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5605-3275-2/R·62
定 价 22.00 元

读者购书、书店添货、如发现印装质量问题,请与本社发行中心联系、调换。

订购热线:(029)82665248 (029)82665249

投稿热线:(029)82665546

读者信箱:xjtpmpress@163.com

版权所有 侵权必究

常见疾病合理用药与食疗丛书

编委会名单

主 编：谢英彪

副主编：林傲梵 杨暉立

编 委：（以姓氏笔画为序）

王戈然 马爱勤 刘光隆

苏 强 张牡兰 陈金宜

胡 敏 逯尚远



『医者当须先洞晓病原，知其
所犯，以食治之；食疗不愈，然后
命药。』

——唐代大医学家孙思邈



前言

冠心病是大家耳熟能详的心血管疾病。冠心病一般是指冠状动脉粥样硬化性心脏病。心脏每时每刻都在跳动，就好比一个泵，不断回收和泵出血液。心脏的主要构成成分是心肌，心肌的血液供应则来源于左、右两支冠状动脉，这两条动脉及其分支如果发生粥样硬化，就会造成冠状动脉管腔狭窄。冠心病是由于冠状动脉发生粥样硬化所致。这种粥样硬化斑块日积月累，逐渐增大，造成动脉管腔明显狭窄、心肌缺血，便会引起心绞痛发作。如果管腔被完全堵塞，血流中断，便会发生心肌梗死。若不及时救治，可严重影响患者心脏功能，导致生活质量下降。严重、大面积的心肌梗死则威胁生命。所以，冠心病的防治要引起民众的足够重视。

动脉粥样硬化在早期往往没有明显症状，只有到了中晚期甚至冠状动脉完全堵塞造成心肌供血不足或心肌坏死时，才会出现明显的症状，包括心律失常、心绞痛、急性心肌梗死、心力衰竭甚至猝死。

冠心病的现代治疗方法可分为药物治疗、介入治疗、手术方法，每种方法都有一定的适用范围。对于轻症冠心病患者可先采取一般治疗和口服用药。冠心病的一般治疗包括：保持良好的心态、生活规律、适当锻炼、注意饮食；吃低脂肪、低盐、富含维生素和纤维素的食物，尽可能吃新鲜的蔬菜和水果等；戒烟酒；治疗已有的高血压、糖尿病、高脂血症。另外，定期到医院复诊。以上措施能使许多轻症患者在较长时间内保持稳定的状态。

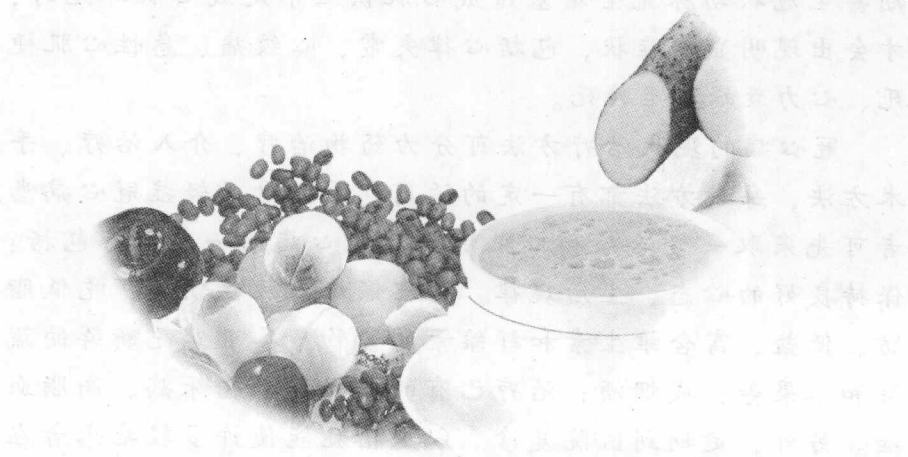
我们组织临床医学专家、营养学专家、高级烹饪技师，共同编写了这本《冠心病合理用药与食疗》。本书作者在长期的临床和食疗实践中积累了大量的临床经验和食疗验方，可以满足广大冠心病患者通过合理用药和食疗妙方战胜冠心病的美好愿望。为了帮助冠心病患者减轻痛苦，本书除对冠心病的基础知识做了简要介绍外，还重点介绍了冠心病合理用药和数百种价廉物美、疗效确切、安全可靠的食疗验方，可帮助广大患者在大饱口福的同时，选用适合病情的药疗验方，战胜病魔，早日康复。

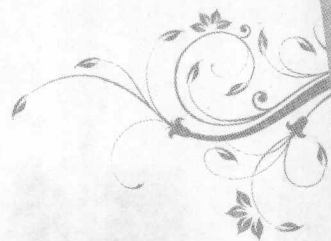
本书内容通俗易懂，文字轻松活泼，使知识性、趣味性、科学性和可读性较好地结合，以满足不同文化层次、不同职业、不同年龄读者的需求，也可供基层临床医护人员、营养师参考。

愿《冠心病合理用药与食疗》成为您和您的家人防治冠心病的良师益友。

谢英彪

2009年10月





目录



一 认识冠心病

- 冠心病的本质是什么 / 001
- 高脂血症对冠心病有何潜在影响 / 002
- 形成冠心病的其他因素有哪些 / 003
- 冠心病有哪些类型 / 003
- 心绞痛的主要症状是什么 / 004
- 心肌梗死有何表现 / 005
- 心肌梗死还有哪些重要并发症 / 006
- 心力衰竭型冠心病有何症状 / 007
- 心律失常型冠心病有何表现 / 008
- 为什么要警惕冠心病的猝死 / 009
- 为什么不能忽视隐匿型冠心病 / 009
- 冠心病的治疗原则是什么 / 010
- 什么是冠心病介入疗法 / 010
- 溶栓治疗是怎么回事 / 011
- 什么是冠脉搭桥术 / 011
- 如何预防冠心病 / 012
- 中医如何认识冠心病 / 013
- 冠心病如何辨证分型 / 014
- 冠心病的临床分型有哪些 / 015
- 冠心病患者如何自我保健 / 016



二

冠心病患者的药物治疗

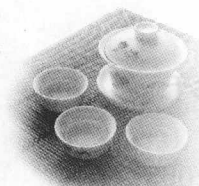
- 冠心病患者用药要注意什么 / 017
- 治疗冠心病的药物有哪些 / 018
- 冠心病患者如何科学服药 / 019
- 冠心病患者用药有何禁忌 / 019
- 冠心病患者为什么要慎用止泻药 / 020
- 治疗心绞痛的常用药物有哪些 / 021
- 心绞痛患者如何用药 / 021
- 心绞痛患者如何选择长期服用的药物 / 022
- 心绞痛患者如何正确使用保健药盒 / 023
- 心绞痛患者用药为什么要个体化 / 024
- 如何防止抗心绞痛药物的耐药性 / 025
- 硝酸酯类药物有哪些 / 025
- 服用硝酸甘油要注意什么 / 027
- 为何硝酸甘油也会引发心绞痛 / 028
- 服用硝酸甘油失灵怎么办 / 029
- 如何保存硝酸甘油片 / 029
- 哪些人需服阿司匹林 / 031
- 为什么冠心病患者要服降脂药 / 032
- 黄芪如何治疗冠心病 / 033
- 丹参如何治疗冠心病 / 033
- 川芎、红花如何治疗冠心病 / 034
- 葛根如何治疗冠心病 / 034
- 当归如何治疗冠心病 / 034
- 枳实如何治疗冠心病 / 035
- 赤芍、川芎如何治疗冠心病 / 035



瓜蒌、薤白如何治疗冠心病 / 036

心绞痛患者如何选用中成药 / 036

谢英彪教授治疗冠心病心绞痛经验方 / 037



三 冠心病患者的茶饮

参枣茶 / 039

何首乌茶 / 040

菊花山楂茶 / 040

罗布麻山楂茶 / 041

葡萄干茶 / 042

芹菜银杏叶茶 / 042

山楂丹参茶 / 043

山楂桃仁茶 / 044

山楂荷叶茶 / 044

首乌菊花茶 / 045

养心茶 / 046

银菊楂蜜茶 / 046

玉竹红花茶 / 047

丹参蜂蜜饮 / 048

丹参西洋参饮 / 048

二参红枣饮 / 049

红枣洋参饮 / 050

蕉梗莲枣饮 / 050

莱菔子白糖饮 / 051

麦麸杞子蒲黄饮 / 052

山楂花生饮 / 052

丹参茶 / 039

红花檀香茶 / 040

菊桑银楂茶 / 041

茉莉花茶 / 041

强心茶 / 042

山楂茶 / 043

山楂胡萝卜茶 / 043

山楂益母草茶 / 044

柿叶山楂茶 / 045

首乌山楂乌龙茶 / 045

玄参菊花茶 / 046

银杏叶茶 / 047

扁豆葛根饮 / 047

丹参红花白糖饮 / 048

丹参檀香饮 / 049

复方山楂饮 / 049

葫芦二皮饮 / 050

金橘萝卜蜜饮 / 051

绿豆海带红糖饮 / 051

山楂陈皮消脂饮 / 052

紫茄粉蜜饮 / 053

柿子汁牛乳饮 / 053

黑芝麻豆浆 / 053

太子参奶 / 054

芝麻豆浆 / 054



四

冠心病患者的果菜汁

草莓柠檬汁 / 055

甘蓝果菜汁 / 055

黄芪橘汁 / 056

橘子苹果芦笋汁 / 056

苹果茼蒿汁 / 056

芹菜草莓汁 / 056

鲜桃柠檬汁 / 057

鲜桃汁 / 057

龙须果菜汁 / 057

芹菜豆奶汁 / 058

苹果酸奶 / 058



五

冠心病患者的药粥

百合玉竹粥 / 059

川贝雪梨粥 / 059

川芎红花粥 / 060

大麦糯米粥 / 060

大蒜粥 / 060

丹参山楂粥 / 061

丹参红枣粥 / 061

豆腐芹菜粟米粥 / 061

豆浆花生粥 / 062

三红粥 / 062

茯苓五味粥 / 062

腐竹白果粥 / 063

腐竹豌豆粥 / 063

瓜蒌薤白半夏粥 / 063

桂枝红参粥 / 064

何首乌大枣粥 / 064

黑木耳水果粥 / 064

花生大枣粟米粥 / 065

花生葛根粉粥 / 065

淮山药萝卜粥 / 065

淮山药薏苡仁粥 / 066

黄豆山楂粥 / 066

姜桂薤白粥 / 066

金饼粥 / 067



- | | |
|----------------|----------------|
| 菊花山楂粥 / 067 | 决明子莲子菊花粥 / 067 |
| 葵籽二仁粥 / 068 | 鲤鱼白菜粥 / 068 |
| 荔枝当归粥 / 069 | 栗子豆粥 / 069 |
| 莲子粥 / 069 | 绿豆草莓粥 / 070 |
| 绿豆金银花粟米粥 / 070 | 麦麸陈皮粥 / 071 |
| 麦麸花粉粥 / 071 | 木耳粥 / 071 |
| 皮蛋花生粥 / 072 | 荞麦花生大枣粥 / 072 |
| 荞麦莲子粥 / 072 | 茄子粥 / 073 |
| 青皮山楂粥 / 073 | 人参三七粥 / 074 |
| 三七山楂粥 / 074 | 三仁粥 / 074 |
| 山楂大枣莲子粥 / 075 | 山楂粥 / 075 |
| 生脉粥 / 075 | 首乌百合粥 / 076 |
| 首乌红枣粥 / 076 | 首乌粥 / 076 |
| 桃仁红枣粥 / 077 | 桃仁粥 / 077 |
| 香菇火腿粥 / 077 | 薤白粥 / 078 |
| 薤白山楂粥 / 078 | 益母草汁粥 / 078 |
| 银耳红枣粥 / 079 | 玉米豆粉粥 / 079 |
| 玉米山楂大枣粥 / 079 | 芝麻桑葚粥 / 080 |



六

冠心病患者的菜肴

- | | |
|---------------|---------------|
| 拔丝酿山楂 / 081 | 百合炖兔肉 / 081 |
| 柏子仁蒸仔鸡 / 082 | 炒淡菜 / 082 |
| 炒黑白菜 / 083 | 炒栗子豌豆 / 083 |
| 陈皮兔肉 / 083 | 川芎桃仁蒸仔鸡 / 084 |
| 醋熘黄豆芽 / 084 | 大蒜烧茄子 / 085 |
| 大枣桂枝炖牛肉 / 085 | 丹参川贝炖鸡 / 085 |



党参当归煲虾球 / 086
豆腐烧扁豆 / 086
佛家豆衣 / 087
归参鸡 / 088
归子乌鸡煲 / 089
何首乌煲鸡蛋 / 090
黑木耳炒卷心菜 / 091
黑木耳三鲜素海参 / 092
红花归参炒花枝 / 093
洋葱炒鸡蛋 / 093
椒盐茄子饼 / 094
莲子炒虾仁 / 095
蜜饯山楂 / 096
葡萄酒乳鸽 / 097
茄子烧鹌鹑 / 098
芹菜兔肉煲 / 099
当归蒸乳鸽 / 099
三七红花蒸乳鸽 / 100
山药虾皮糊 / 101
山楂黑木耳煮牛肉 / 102
山楂鱿鱼卷 / 103
首乌猪肝片 / 104
松菇兔肉 / 105
笋菇炒兔片 / 106
桃仁旋覆花鸡 / 106
莴苣木耳肉片 / 107
鲜蘑冬瓜 / 108
香菇花生炒里脊 / 109
洋葱炒鸡片 / 110

党参当归炖猪肾 / 086
豆腐烧鲤鱼 / 087
宫保兔肉丁 / 088
归芪蒸鳗鱼 / 089
桂枝天麻蒸鲤鱼头 / 089
核桃红花鸡丁 / 090
黑木耳炒肉 / 091
红花党参蒸鹌鹑 / 092
花生山楂核桃糊 / 093
姜葱滑鸡煲 / 094
栗子烧大白菜 / 095
绿豆芽炒山楂 / 096
木耳拌芹菜 / 096
荠菜炒肉丝 / 097
芹菜末煮豆腐 / 098
青蒜腐竹 / 099
肉菜豆腐 / 100
三七红花煮鸽蛋 / 101
山楂荸荠 / 101
山楂栗子炖牛肉 / 102
生地黄桃红炖猪爪 / 103
丝瓜黑木耳炖豆腐 / 104
蒜瓣烧鲫鱼 / 105
糖醋黄瓜卷 / 106
天麻蒸鸡蛋 / 107
虾皮焖茄子 / 108
香椿拌豆腐 / 109
香菇银杏 / 109





七

冠心病患者的汤羹

- | | |
|----------------|----------------|
| 柏子仁猪心汤 / 111 | 蚕豆冬瓜皮汤 / 111 |
| 草菇豆腐汤 / 112 | 大枣香菇汤 / 112 |
| 当归羊肉汤 / 113 | 党参佛手猪心汤 / 113 |
| 二黄汤 / 113 | 腐皮香菇冬笋汤 / 114 |
| 黑豆柏子仁汤 / 114 | 黑豆狗肉汤 / 115 |
| 黑木耳桃仁汤 / 115 | 红花鱼头豆腐汤 / 115 |
| 黄芪桂枝鸡蛋汤 / 116 | 鸡血豆腐汤 / 116 |
| 昆布海藻黄豆汤 / 116 | 鲤鱼山楂鸡蛋汤 / 117 |
| 栗子鸡汤 / 117 | 栗子山楂兔肉汤 / 118 |
| 莲子三味汤 / 118 | 绿豆甘草大枣汤 / 118 |
| 茯神安神汤 / 119 | 荠菜豆腐汤 / 119 |
| 人参瘦肉汤 / 120 | 山楂红花汤 / 120 |
| 山楂首乌汤 / 120 | 山楂银花汤 / 121 |
| 山楂玉米须汤 / 121 | 什锦牛肉木耳汤 / 121 |
| 双耳汤 / 122 | 双菇竹荪汤 / 122 |
| 木耳冬笋酸辣汤 / 123 | 桃仁牛血汤 / 123 |
| 兔肝枸杞女贞汤 / 123 | 兔肉冬瓜汤 / 124 |
| 兔肉山药汤 / 124 | 兔肉紫菜豆腐汤 / 124 |
| 西湖莼菜汤 / 125 | 杏苹果汤 / 125 |
| 薏苡仁海带鸡蛋汤 / 126 | 薏苡仁山楂糕汤 / 126 |
| 银杏叶红枣绿豆汤 / 126 | 油菜嫩叶汤 / 127 |
| 玉竹葛根瘦肉汤 / 127 | 芝麻杞菊汤 / 127 |
| 猪心大枣汤 / 128 | 紫菜木耳花鲢汤 / 128 |
| 蚕豆羹 / 129 | 草菇豆腐羹 / 129 |
| 赤小豆酒酿羹 / 129 | 大黄莲枣薏苡仁羹 / 130 |

黑芝麻薏苡仁羹 / 130

橘子山楂羹 / 131

莲子香蕉羹 / 132

麦麸薏苡仁莲枣羹 / 133

山楂山药羹 / 133

养心莲子核桃羹 / 134

黄鱼海参羹 / 131

荔枝银耳羹 / 132

绿豆牛奶羹 / 132

山楂葛根茯苓羹 / 133

杏仁薏白雪蛤羹 / 134



八 冠心病患者的主食

菠萝鸡饭 / 135

蚕豆糕 / 136

长命包子 / 137

海带大米饭 / 137

黑木耳豆面饼 / 138

麦冬什锦饭 / 139

糯米南瓜饼 / 140

芹菜肉馅饺子 / 141

什锦软饭 / 142

素炒饼 / 142

兔肉馄饨 / 143

羊肉二豆面 / 144

益寿杂面 / 145

玉米南瓜饼 / 146

参枣米饭 / 136

山楂鸡蛋糕 / 136

大麦黄豆煎饼 / 137

鸽肉红枣饭 / 138

开元寿面 / 138

玫瑰糕 / 139

荞麦韭菜饼 / 140

什锦炒面 / 141

柿饼饭 / 142

桃仁茯苓糕 / 143

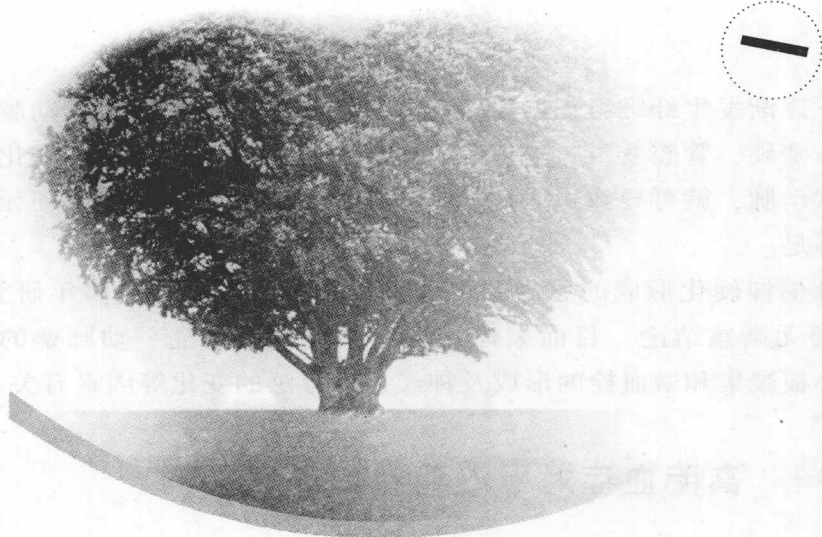
大枣粽子 / 143

洋葱牛肉蒸饺 / 144

玉米面大枣发糕 / 145

玉竹肉饭 / 146





冠心病的本质是什么

冠心病是“冠状动脉性心脏病”的简称，主要指冠状动脉粥样硬化性心脏病。其名称就反映了疾病的原因和性质，是由冠状动脉粥样硬化而引起的心肌缺血缺氧性心脏病。当冠状动脉粥样硬化发展到一定程度而导致冠状动脉的管腔严重狭窄、阻塞时，即可造成心肌缺血、缺氧，从而发生胸闷、心绞痛等症状，甚至发生心肌梗死而危及生命。病变的本质就是冠状动脉粥样硬化，病变的要害就是心肌缺血。

为了提醒人们对心脏的重视，世界心脏联盟将每年9月的最后一个星期日定为“世界心脏日”。

动脉粥样硬化常常发生于大型动脉，如主动脉、冠状动脉和脑动脉等重要部位的血管。在其病变早期，血液中的胆固醇及其他脂质和复合糖类在动脉内膜中沉淀下来，引起内膜纤维组织增生，内膜逐渐隆起、增厚，形成肉眼能够看到的灰黄色斑块；随着斑块的扩大，其中心部分发生软化、崩溃，外观可见黄色“粥样”物质，以后动脉的中层也有脂质沉淀下来，而且中层的弹性纤维和平滑肌纤维断裂，血