

总主编 李浩 马丙祥

中华药膳

ZHONGHUA YAOSHAN FANGZHI TANGNIAO BING

中华药膳，历史悠久，

源远流长，是药物和食

物有机结合的产物。既

具有药物的防病治病作

用，又具有中华美食的

色、香、味、形。在临

床医疗、保健方面得到

广泛应用。

中华
药膳

防治糖尿病



科学技术文献出版社

中华药膳

防治糖尿病

总主编 李 浩 马丙祥
主 编 韦彦芝 丁 涛
副主编 暴淑兰 王丙钦
编 委 邵世芳 张万俊 赵建宛
郑新安 钱 岩 程 梅
薛 辉

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中华药膳防治糖尿病/李浩,马丙祥总主编.-北京:科学技术文献出版社,2001.2

ISBN 7-5023-3613-3

I. 中… II. ①李…②马… III. 糖尿病-食物疗法
IV. R587.105

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 41560 号

出 版 者:科学技术文献出版社

图 书 发 行 部:北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图 书 编 务 部:北京市西苑南一院东 8 号楼(颐和园西苑公汽站)/100091

邮 购 部 电 话:(010)68515544-2953, (010)68515544-2172

图书编务部电话:(010)62878310, (010)62878317(传真)

图书发行部电话:(010)68514009, (010)68514035(传真)

E-mail:stdph@istic.ac.cn; stdph@public.sti.ac.cn

策 划 编 辑:王大庆

责 任 编 辑:平 平

责 任 校 对:赵文珍

责 任 出 版:周永京

发 行 者:科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者:三河市富华印刷包装有限公司

版 (印) 次:2001 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

开 本:850×1168 32 开

字 数:381 千

印 张:15.25

印 数:1~8000 册

定 价:23.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书全面、系统地收集了防治糖尿病的常用、有效的药膳方剂,以病症为纲,简明扼要地论述了此疾病的诊断与辨证,而以药膳方为目,对其组成、制作、用法、功能、主治等详加说明。书后附有药膳治疗糖尿病的常用食物与药物,使广大读者可以据症选方,按方配制,防病治病,保健强身,为临床医务工作者及广大患者的实用参考书。

我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干

科学技术文献出版社是国家科学技术部所属的综合性出版机构,主要出版科技政策、科技管理、信息科学、农业、医学、电子技术、实用技术、培训教材、教辅读物类图书。

前 言

中华药膳,是中医药学的重要组成部分,是祖国医学丰富治疗方法的主要内容,充分显示了传统中医学的特色和优势。

中华药膳,是药物和食物有机结合的产物,既具有药物的防病治病作用,又有着中华美食的色、香、味、形,既可作为药物,又可作为食物,既能祛疾疗病,又能保健强身、延年益寿,在临床医疗、保健方面得到广泛应用,在民间更具有广泛的使用基础。近年来保健食品、保健药品的开发,也是以药膳、食疗为基础的。

中华药膳,历史悠久,源远流长。自古有“药食同源”之说,早在远古的原始时代,人们在寻找食物的过程中,即发现有些食物具有治病功能。我国最早的一部药物学专著《神农本草经》,记载了既为药物,又是食物的许多品种,如薏苡仁、大枣、芝麻、葡萄、山药、核桃、百合、莲子等,并记述了其功效。最早的医学著作《黄帝内经》即有药膳方剂,如乌鲙骨丸即以麻雀卵、鲍鱼配合茜草、乌鲙骨治疗血枯病。汉代伟大的医学家张仲景非常重视药膳的应用,创制了多种药膳方剂,如其所创制的当归生姜羊肉汤,至今使用广泛,用治老人体虚效果显著。隋唐时期已有专门的食疗药膳专著,如《食医心鉴》。著名医家孙思邈尤擅长药膳食疗,在其《千金要方》中列有“食治”专篇,强调“夫为医者,当须洞晓病源,知其所犯,以食治之,食疗不愈,然后命药”,并指出:“食能排邪而安脏腑,悦神爽志,以资血气”,他还创制了茯苓酥、杏仁酥等著名的药膳方

剂。以后历代医家对药膳均有研究和发展,成为祖国医学防病治病方法的重要组成部分。

中华药膳的整理、开发、研究,近年来方兴未艾,为了满足医务工作者临床医疗的需要,为了满足人们防病健身、自我疗养的需要,我们编撰了中华药膳系列书,把治疗内、妇、儿科常见病、疑难病的药膳方剂,全面搜集,详加分类整理,以病症为纲,药膳方为目,去粗取精,去伪存真,全面系统,科学先进,提高与普及相结合,治疗与防病相结合。此系列书共 10 余册,计有中华药膳防治肾脏疾病、糖尿病、血液疾病、呼吸疾病、心血管疾病、胃肠疾病、脑病、肿瘤、肝胆疾病、妇科疾病、男科疾病、儿科疾病等,是目前最为全面、系统的药膳专著。

中华药膳系列书的编著者,为全国数十家中医院校、医疗机构的专家、学者。丛书各册的编写,基本按照疾病诊断、辨证、药膳方选的体例,对每一药膳方的药物组成、制作、用法、功能、主治等详加说明,使读者可以据证选方,按方配制,易于掌握和使用。

目 录

糖尿病的诊断

糖尿病的辨证

一、上消证	(10)
二、中消证	(10)
三、下消证	(11)

【上消证药膳方精选】

1. 琼玉膏烘蛋	(11)	14. 川贝江米梨	(17)
2. 葛根粉粥	(12)	15. 酸梅藕	(17)
3. 苦瓜炖蚌肉	(12)	16. 江米藕	(18)
4. 沙参玉竹粥	(13)	17. 葛粉汤圆	(18)
5. 冬瓜粥	(13)	18. 双耳汤	(19)
6. 地骨皮粥	(14)	19. 沙参燕窝	(19)
7. 天花粉粥	(14)	20. 沙参二冬茶	(20)
8. 玉米须猪胰汤	(14)	21. 生地葛根炖猪尾	(20)
9. 玉山鸽肉汤	(15)	22. 天冬鲜藕煲兔肉	(21)
10. 山药兔肉汤	(15)	23. 石斛炖猪肺	(21)
11. 止消渴冲剂	(15)	24. 苡仁冬瓜脯	(22)
12. 玉竹粥	(16)	25. 五味子煲仔鸡	(22)
13. 蜜汁鸭梨	(16)	26. 沙参天冬炖老鸭	(23)

- | | |
|--------------------|----------------------------|
| 27. 沙参莲子蒸鲍鱼 … (23) | 55. 玉竹扒豆腐 …… (37) |
| 28. 川贝炖雪梨 …… (24) | 56. 山药玉竹黄瓜汤 … (37) |
| 29. 百合粥 …… (24) | 57. 熟地党参炖鲍鱼 … (38) |
| 30. 玉竹炒藕片 …… (25) | 58. 葛根山楂炖牛肉 … (38) |
| 31. 玉竹煲兔肉 …… (25) | 59. 生地麦冬炖猪肚 … (39) |
| 32. 黄精煲乌鸡 …… (26) | 60. 沙参炖鱼肚 …… (39) |
| 33. 苡仁百合蒸石斑 … (26) | 61. 砂仁萝卜炖猪肺 … (40) |
| 34. 鳅鱼粥 …… (27) | 62. 虫草豆蔻炖全鸭 … (40) |
| 35. 萝卜粥 …… (27) | 63. 豆蔻茯苓馒头 …… (41) |
| 36. 红枣猪胰汤 …… (27) | 64. 麦冬生地粥 …… (41) |
| 37. 玉竹沙参蒸龟肉 … (28) | 65. 甘草藕汁饮 …… (42) |
| 38. 蒲公英瘦肉汤 …… (28) | 66. 羊胰粥 …… (42) |
| 39. 苡仁青瓜拌海蜇 … (29) | 67. 马蹄炖猪肺 …… (42) |
| 40. 苡仁鸡蛋烩米饭 … (29) | 68. 北沙参炖兔肉 …… (43) |
| 41. 洋参生鱼汤 …… (30) | 69. 天门冬烧麦 …… (43) |
| 42. 百合西芹炒乳鸽 … (30) | 70. 百合党参猪肚汤 … (44) |
| 43. 山药苡仁炖猪胰 … (31) | 71. 玉竹蒸水鱼 …… (45) |
| 44. 山药炖萝卜 …… (31) | 72. 麦冬马奶饮 …… (45) |
| 45. 莲子百合燕窝 …… (32) | 73. 天冬南瓜汤 …… (46) |
| 46. 益胃汤 …… (32) | 74. 黄瓜番薯叶冬瓜汤
…………… (46) |
| 47. 百合沙参炖鱼翅 … (32) | 75. 玉参焖鸭 …… (47) |
| 48. 沙参马蹄炖猪肚 … (33) | 76. 长春鹌蛋 …… (47) |
| 49. 南沙参炖瘦猪肉 … (33) | 77. 清汤燕窝鸽蛋 …… (48) |
| 50. 生芦根粥 …… (34) | 78. 燕窝莲蓬蛋 …… (48) |
| 51. 茅根粥 …… (34) | 79. 余银耳鸭舌 …… (49) |
| 52. 黄精炖鸭 …… (35) | 80. 银耳鸽蛋糊 …… (50) |
| 53. 黄精煨肘 …… (35) | 81. 玉竹卤猪心 …… (51) |
| 54. 鸡泥银耳 …… (36) | |

-
- | | | | |
|-------------------|------|-------------------|------|
| 82. 玉竹猪心 | (51) | 107. 桑菊饮 | (63) |
| 83. 苦瓜菜 | (52) | 108. 冰糖玉竹膏 | (64) |
| 84. 莲子百合煨猪肉 .. | (52) | 109. 苡仁拌绿豆芽 | (64) |
| 85. 黄精炖猪肉 | (53) | 110. 葫芦汤 | (65) |
| 86. 乌梅茶 | (53) | 111. 粉皮汤 | (65) |
| 87. 清汤燕窝 | (54) | 112. 冬瓜饮 | (65) |
| 88. 鸡茸燕窝 | (54) | 113. 米花白皮汤 | (66) |
| 89. 枸杞麦冬蛋丁 | (55) | 114. 松子豆腐 | (66) |
| 90. 虾子海参 | (55) | 115. 烩双菇 | (67) |
| 91. 猪肉玉米须汤 | (56) | 116. 黄精山药炖猪肘 | |
| 92. 海参猪胰蛋 | (56) | | (67) |
| 93. 兔炖山药 | (57) | 117. 虫草苡实炖老鸭 | |
| 94. 芸豆汤 | (57) | | (68) |
| 95. 田螺炖黄酒 | (57) | 118. 十全大补鸡 | (68) |
| 96. 珠玉二宝粥 | (58) | 119. 五汁饮 | (69) |
| 97. 冰糖梅花莲子 | (58) | 120. 加减古方五汁饮 | |
| 98. 淮山冬瓜汤 | (59) | | (69) |
| 99. 内金菠菜汤 | (59) | 121. 生津代茶饮 | (69) |
| 100. 百合瘦肉炒豆腐 | | 122. 生津滋胃饮 | (70) |
| | (60) | 123. 生津和胃饮 | (70) |
| 101. 胖大海炖猪肺 | (60) | 124. 西瓜饮 | (71) |
| 102. 砂仁淮山炒鲜藕 | | 125. 荸荠豆浆 | (71) |
| | (61) | 126. 二冬膏 | (71) |
| 103. 白果圆子羹 | (61) | 127. 五味子膏 | (72) |
| 104. 糖熘白果 | (62) | 128. 加味竹沥梨膏 | (72) |
| 105. 贝母酿梨 | (62) | 129. 加味枇杷膏方 | (73) |
| 106. 党参葛根蒸鳗鱼 | | 130. 龙眼参蜜膏 | (73) |
| | (63) | 131. 贝母甲鱼 | (74) |

- | | | | |
|--------------------|------|--------------------|------|
| 132. 拌海蜇头 | (74) | | (83) |
| 133. 茉莉银耳汤 | (75) | 149. 苦瓜石榴汤 | (84) |
| 134. 清汤银耳 | (75) | 150. 消渴兔条冻 | (84) |
| 135. 银耳杂鸡片 | (76) | 151. 清胃热冻兔 | (85) |
| 136. 银耳乌龙汤 | (76) | 152. 益寿银耳汤 | (85) |
| 137. 冰糖百合 | (77) | 153. 拔丝山药 | (86) |
| 138. 攒丝燕窝 | (77) | 154. 琉璃山药 | (87) |
| 139. 扒燕脯 | (78) | 155. 蜜汁山药段 | (87) |
| 140. 芙蓉燕窝 | (78) | 156. 三粉汤 | (88) |
| 141. 凉拌银耳 | (79) | 157. 沙参冬菇煲兔肉 | (88) |
| 142. 云片银耳汤 | (79) | | (88) |
| 143. 白扒银耳 | (80) | 158. 赤豆生鱼汤 | (89) |
| 144. 月宫银耳 | (81) | 159. 胖大海猪肾汤 | (89) |
| 145. 肺囊银耳 | (81) | 160. 米花桑白皮汤 | (90) |
| 146. 酒酿银耳 | (82) | 161. 荷叶田鸡汤 | (90) |
| 147. 鲜莲银耳汤 | (82) | 162. 双耳滑鸡煲 | (91) |
| 148. 杏仁桂圆炖银耳 | | | |

【中消证药膳方精选】

- | | | | |
|---------------|------|-------------------|------|
| 1. 地黄花粥 | (92) | 10. 竹笋米粥 | (96) |
| 2. 菠菜姜丝 | (92) | 11. 五香松花香肠 | (96) |
| 3. 菊芋粥 | (93) | 12. 西米小汤丸 | (96) |
| 4. 猪脾粥 | (93) | 13. 冰糖薏仁米 | (97) |
| 5. 兔肉粥 | (94) | 14. 南瓜粥 | (97) |
| 6. 鲑鱼粥 | (94) | 15. 丁香梨 | (98) |
| 7. 胡萝卜粥 | (94) | 16. 苡仁大蒜拌茄子 | (98) |
| 8. 藕粥 | (95) | 17. 苡仁莲米番茄汤 | (99) |
| 9. 玉米粥 | (95) | 18. 南瓜煮牛肉 | (99) |

- | | |
|-------------------------|--------------------|
| 19. 南瓜苡仁米饭 …… (100) | 45. 山药包子 …… (113) |
| 20. 天冬黄精蒸白鸽
…… (100) | 46. 蚕蛹粥 …… (114) |
| 21. 淮山南瓜汤 …… (101) | 47. 荷叶凤脯 …… (114) |
| 22. 韭菜籽蒸猪肚 …… (101) | 48. 龙杞燕窝汤 …… (115) |
| 23. 补阴养胃汤 …… (102) | 49. 小麦米粥 …… (115) |
| 24. 水鸭扁豆粥 …… (102) | 50. 豌豆粥 …… (116) |
| 25. 黄精面 …… (103) | 51. 豇豆粥 …… (116) |
| 26. 荔枝肉 …… (103) | 52. 山药粥 …… (116) |
| 27. 菠菜根粥 …… (104) | 53. 野鸡粥 …… (117) |
| 28. 消渴汤 …… (104) | 54. 鸽子汤 …… (117) |
| 29. 猪胰汤 …… (105) | 55. 拌笋片 …… (118) |
| 30. 淡兔汤 …… (105) | 56. 兔肉馄饨 …… (118) |
| 31. 红枣鸽肉饭 …… (105) | 57. 豚脏方 …… (119) |
| 32. 冰糖芡莲 …… (106) | 58. 萝卜炖鲍鱼 …… (119) |
| 33. 石斛生地茶 …… (106) | 59. 参芪烧牛肉 …… (119) |
| 34. 山药猪肚粥 …… (107) | 60. 砂仁烧牛肉 …… (120) |
| 35. 沙参天冬蒸鲫鱼
…… (107) | 61. 茼蒿炒萝卜 …… (121) |
| 36. 牛乳粥 …… (108) | 62. 油爆海螺 …… (121) |
| 37. 苹果粥 …… (108) | 63. 板栗山鸡 …… (122) |
| 38. 五香参肚卷 …… (109) | 64. 清蒸茶鲫鱼 …… (122) |
| 39. 补中益气糕 …… (109) | 65. 芡实煮老鸭 …… (123) |
| 40. 八宝糯米饭 …… (110) | 66. 赤豆鲤鱼 …… (123) |
| 41. 健脾脆皮鱼 …… (110) | 67. 猪胰煲黄芪 …… (124) |
| 42. 山药瓢苹果 …… (111) | 68. 猪肚黄连丸 …… (124) |
| 43. 山药蒸野鸭 …… (112) | 69. 枣莲猪骨汤 …… (124) |
| 44. 八宝启脾蛋糕 …… (112) | 70. 五香兔肉 …… (125) |
| | 71. 清蒸活鲫鱼 …… (125) |
| | 72. 青蛤氽鲫鱼 …… (126) |

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 73. 参芪干烧鲥鱼 …… (127) | …………… (138) |
| 74. 参枣米饭 …… (128) | 95. 松子仁金黄鸭 …… (138) |
| 75. 莲茸糖包 …… (128) | 96. 神仙鸭 …… (139) |
| 76. 参芪清蒸羊肉 …… (129) | 97. 家常豆腐 …… (140) |
| 77. 猪胰荠菜汤 …… (129) | 98. 沙锅豆腐 …… (140) |
| 78. 马奶二冬饮 …… (130) | 99. 杞子豆腐炖鱼头 |
| 79. 冬瓜番薯叶瘦肉汤 | …………… (141) |
| …………… (130) | 100. 莲米蒸豆腐 …… (142) |
| 80. 凉拌鱼腥草 …… (131) | 101. 炒米面粉 …… (142) |
| 81. 陈皮兔 …… (131) | 102. 土茯苓猪骨汤 …… (143) |
| 82. 红枣炖兔肉 …… (132) | 103. 辟谷仙方 …… (143) |
| 83. 山药炒田螺 …… (132) | 104. 冰糖燕窝汤 …… (143) |
| 84. 黄酒焖鸭 …… (132) | 105. 甜酒酿山药汤 …… (144) |
| 85. 猪肚粥 …… (133) | 106. 荷叶乳鸽片 …… (144) |
| 86. 白茯苓粥 …… (134) | 107. 八宝鸽子 …… (145) |
| 87. 油爆牛肚领 …… (134) | 108. 清蒸鸽子 …… (146) |
| 88. 红烧牛肉 …… (135) | 109. 天冬蒸白鹅 …… (146) |
| 89. 荷叶包鸭 …… (135) | 110. 番石榴粥 …… (147) |
| 90. 田螺粥 …… (136) | 111. 淮山北芪粟米粥 |
| 91. 健胃鲮鱼汤 …… (136) | …………… (147) |
| 92. 白扁豆丸 …… (137) | 112. 红杞炖鲫鱼 …… (148) |
| 93. 参芪沙锅鱼头 …… (137) | 113. 潇湘五圆龟 …… (148) |
| 94. 淮山杞子煲苦瓜 | |

【下消证药膳方精选】

- | | |
|--------------------|------------------|
| 1. 泥鳅荷叶粉 …… (149) | 4. 枸杞粥 …… (150) |
| 2. 枸杞叶粥 …… (150) | 5. 山药汤圆 …… (151) |
| 3. 猪胰乌鸡膏粥 …… (150) | 6. 龙眼鸽蛋 …… (151) |

7. 太白鸭子	(152)	34. 芍地麻圆肉	(166)
8. 参杞哈士蟆	(152)	35. 群鸽戏蛋	(167)
9. 枸杞蒸蛋	(153)	36. 蛋酥黄鸭	(168)
10. 玻璃龙眼鸽蛋	(153)	37. 地黄海参	(168)
11. 参杞烧肚片	(154)	38. 全鸭冬瓜海参汤	(169)
12. 猪脊汤	(155)	39. 芝麻黑豆糊	(170)
13. 枸杞牛肉方	(155)	40. 桂黄浆粥	(170)
14. 枸杞炖牛尾	(156)	41. 鸽肉粥	(171)
15. 口蘑蒸鸡	(156)	42. 羊肾粥	(171)
16. 山药枸杞蒸鸡	(157)	43. 红枣鸭子	(172)
17. 五圆全鸡	(158)	44. 胡桃枸杞肉丁	(172)
18. 淮山枸杞粥	(158)	45. 八宝山药泥	(173)
19. 山药炒猪腰	(158)	46. 炒莲子泥	(173)
20. 菊丝猪肝膏	(159)	47. 枸杞鸡丁	(174)
21. 枸杞炒芹菜	(159)	48. 芝麻三合泥	(174)
22. 葛根饮	(160)	49. 山药烧甲鱼	(175)
23. 黄精蒸海参	(160)	50. 板栗烧鸡	(176)
24. 枸杞韭菜炒虾仁	(161)	51. 鲍鱼龙眼鸽蛋	(176)
25. 山药汤圆	(161)	52. 枸杞滑熘里脊片	(177)
26. 秦术猪肚片	(162)	53. 枸杞煎烹肉丝	(178)
27. 参药猪腰	(162)	54. 枸杞汁大排	(178)
28. 芡实饺子	(163)	55. 丁香鸭子	(179)
29. 香酥参归鸡	(163)	56. 八宝全鸭	(180)
30. 杞菊炸鸡肝	(164)	57. 杞子腰片汤	(181)
31. 桑椹里脊	(164)	58. 荠菜旱莲炖鱼翅	(181)
32. 蜜汁山药饼	(165)		
33. 桃酥精血鸡糕	(166)		

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 59. 西芹白菜枸杞汤
..... (182) | 84. 山药面 (196) |
| 60. 萝卜羊肾汤 (182) | 85. 莲米芡实雪蛤汤
..... (196) |
| 61. 银耳鸽蛋汤 (183) | 86. 炸铁雀 (197) |
| 62. 归参山药炖猪腰
..... (183) | 87. 枸杞铁雀 (197) |
| 63. 杜仲炒腰花 (183) | 88. 虫草扒鸭 (198) |
| 64. 枸杞蒸鸡 (184) | 89. 滋肾肝膏汤 (199) |
| 65. 枣菇蒸鸡 (185) | 90. 枸杞番茄鱼片 (199) |
| 66. 生地蒸鸡 (185) | 91. 酥香鹌鹑 (200) |
| 67. 何首乌煨鸡 (186) | 92. 虫草鹌鹑 (200) |
| 68. 龙马童子鸡 (186) | 93. 紫桂焖鸽 (201) |
| 69. 八宝糯米鸡 (187) | 94. 清蒸虫草白花鸽
..... (202) |
| 70. 枸杞爆肝尖 (187) | 95. 黄芪蒸乳鸽 (202) |
| 71. 炸核桃仁猪腰 (188) | 96. 枸杞炖牛腩 (203) |
| 72. 抓炒杜仲腰花 (189) | 97. 归地烧羊肉 (203) |
| 73. 田螺桑椹粥 (190) | 98. 枸杞炒腊狗肉 (204) |
| 74. 枸杞桂圆饭 (190) | 99. 淮杞炖狗肉 (204) |
| 75. 玉竹杞子蒸乳鸽
..... (190) | 100. 炸桃腰 (205) |
| 76. 药蒸肚片 (191) | 101. 栗子烧鸡块 (206) |
| 77. 八宝猪肚 (191) | 102. 人参黄芪蒸甲鱼
..... (206) |
| 78. 清蒸哈士蟆 (192) | 103. 西洋参茶 (207) |
| 79. 清汤哈士蟆 (193) | 104. 首乌芝麻粥 (207) |
| 80. 鸡茸哈士蟆 (193) | 105. 枣圆蒸鸭 (208) |
| 81. 胡辣海参汤 (194) | 106. 桃仁鸭方 (208) |
| 82. 枸杞雏鸽汤 (195) | 107. 冰糖莲子 (209) |
| 83. 清蒸山药炉鸭 (195) | 108. 雪花莲子 (209) |

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 109. 山东海参 …… (210) | 135. 山药猪肾炒菜胆
…………… (225) |
| 110. 参杞烧海参 …… (211) | 136. 黄芪蒸乌鸡 …… (226) |
| 111. 乌参藏白凤 …… (211) | 137. 南瓜煮猪肝 …… (227) |
| 112. 烤大虾 …… (212) | 138. 洋葱猪油菜 …… (227) |
| 113. 枸杞炸烹大虾 …… (213) | 139. 苦瓜茶 …… (227) |
| 114. 枸杞油焖大虾 …… (213) | 140. 扒五香仔鸽 …… (228) |
| 115. 锅巴虾仁 …… (214) | 141. 杞子南瓜饭 …… (229) |
| 116. 枸杞油爆虾 …… (215) | 142. 冬虫夏草鸭 …… (229) |
| 117. 栗子烧白菜 …… (216) | 143. 山药薏苡仁粥 …… (229) |
| 118. 扒脊髓菜心 …… (216) | 144. 白果烧鸡 …… (230) |
| 119. 清汤鸽蛋 …… (217) | 145. 海马童子鸡 …… (230) |
| 120. 栗子粥 …… (217) | 146. 沙锅人参鸡 …… (231) |
| 121. 海参粥 …… (218) | 147. 参杞鸡棒 …… (232) |
| 122. 甘薯叶鸡蛋汤 …… (218) | 148. 枸杞爆鸡丁 …… (232) |
| 123. 滋脾猪胰汤 …… (218) | 149. 栗子烧鸡块 …… (233) |
| 124. 冰糖哈士蟆 …… (219) | 150. 荷叶叫化鸡 …… (234) |
| 125. 杞圆蒸鸽 …… (220) | 151. 荷叶米粉鸡 …… (234) |
| 126. 湘莲红煨鸽 …… (220) | 152. 枸杞黄芪蒸仔鸡
…………… (235) |
| 127. 鸳鸯鸽蛋 …… (221) | 153. 五味鸡块 …… (236) |
| 128. 海参鸽蛋 …… (222) | 154. 菟丝饼子 …… (236) |
| 129. 枸杞淮山鱼翅鲍
…………… (222) | 155. 山药枸杞滑鸡煲
…………… (237) |
| 130. 二胰猪肝汤 …… (223) | 156. 黄芪山药胰片汤
…………… (237) |
| 131. 杜仲腰子蒸蚕茧
…………… (223) | 157. 杞子黄芪蒸鳝片
…………… (238) |
| 132. 参麦甲鱼 …… (224) | |
| 133. 枣圆蒸甲鱼 …… (224) | |
| 134. 杜仲羊腰 …… (225) | |

158. 白果鸭脯 (238) 160. 枸杞炖羊肉 (240)
 159. 荷花荔枝鸭 (239)

【三消通用药膳方精选】

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1. 降血糖醋蛋方 (240) | 24. 干蒸湘莲 (254) |
| 2. 马奶粥 (241) | 25. 核桃仁豌豆泥 (255) |
| 3. 百合山药炒田螺 (241) | 26. 蜜枣扒山药 (255) |
| 4. 枸杞砂仁炒鱼肚 (241) | 27. 核桃酪(2) (256) |
| 5. 山药炒豆芽 (242) | 28. 什锦山药 (256) |
| 6. 清蒸甲鱼 (242) | 29. 蜜桃银杏脯 (257) |
| 7. 虫草红枣炖甲鱼 (243) | 30. 虫草炖甲鱼 (258) |
| 8. 虫草炖金钱龟 (244) | 31. 淮杞炖羊头 (258) |
| 9. 蜜枣扒山药 (244) | 32. 莲子炖猪肚 (259) |
| 10. 参苓山药汤圆 (245) | 33. 淮杞炖牛肉 (260) |
| 11. 核桃酪(1) (246) | 34. 芙蓉鹌片 (260) |
| 12. 琥珀核桃 (246) | 35. 麻辣鹌鹑 (261) |
| 13. 雪衣桃仁 (247) | 36. 黄芪猴头汤 (261) |
| 14. 莲子萝卜苡仁粥
..... (247) | 37. 淮山黄芪炖母鸡
..... (262) |
| 15. 参芪炖龟肉 (248) | 38. 淮山水蛇煲乌鸡
..... (263) |
| 16. 龟羊汤 (248) | 39. 一品山药 (263) |
| 17. 虫草炖海狗鱼 (249) | 40. 三色甜会 (264) |
| 18. 蘑菇鹿鞭 (250) | 41. 百果玫瑰球 (264) |
| 19. 烤鹿肉 (250) | 42. 山药茭肉粥 (265) |
| 20. 滑溜鹿里脊 (251) | 43. 生地益母草粥 (266) |
| 21. 潞参群鲜汤 (252) | 44. 人参汤圆 (266) |
| 22. 枸杞凤尾菜 (252) | 45. 木耳海参炖大肠 |
| 23. 冬笋炒鹌鹑片 (253) | |

..... (267)	48. 鲜莲子鸡丁 (268)
46. 清蒸玉竹鸡 (267)	49. 拔丝龙杞山药 (269)
47. 核桃仁鸡丁 (268)	50. 绍纱蒸肘 (269)

常见并发症

一、糖尿病酮症酸中毒.....	(271)
二、低血糖及昏迷.....	(274)
三、糖尿病性心血管疾病.....	(277)
四、糖尿病性肾病.....	(283)
五、糖尿病性视网膜病变.....	(287)

【并发症药膳方精选】

1. 羊心红花 (294)	15. 破故豆腐蛋 (300)
2. 薤白饮 (295)	16. 四仁茶 (300)
3. 猪心炖二参 (295)	17. 豆蔻馒头 (300)
4. 羊肉炖首乌黑豆 (295)	18. 砂桂炖猪肚 (301)
5. 海带决明汤 (296)	19. 蘑菇炒肉 (301)
6. 黄芪桂枝五物粥 (296)	20. 清肝膏 (302)
7. 醋蛋 (296)	21. 泥鳅粉 (302)
8. 地龙桃花饼 (297)	22. 骨草炖猪肉 (302)
9. 山楂猪肉方 (297)	23. 泥鳅木耳汤 (303)
10. 爆炒三鲜 (298)	24. 参杞烧海参 (303)
11. 绿豆胡萝卜藕方 (298)	25. 冬笋香菇 (304)
12. 山楂薤苡仁茶 (299)	26. 鳖甲散 (304)
13. 补骨脂丸 (299)	27. 胆豆粉 (304)
14. 山楂荞麦饼 (299)	28. 枸杞麦冬蛋丁 (305)
	29. 黑鱼煨黑豆 (305)