

降
压
消
脂

中医辨证食疗益补丛书

中医食疗

高血压病

益补汤



钩 藤



陈 皮



麦 冬

降压消脂 益补汤

周 凡 主 编

广西科学技术出版社

降压消脂益补汤

周 凡 主 编

*

广西科学技术出版社出版

广西新华书店发行

广西语文印刷厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 8.5 字数 200 000

2003 年 12 月第 1 版 2003 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-80619-668-4/R·84

总定价：152.00 元(共八册)

本册定价：19.00 元

目 录

养阴退热篇

葛菜生鱼汤	(3)
冬菇马蹄鸡脚汤	(4)
粉葛红枣猪骨汤	(5)
胡萝卜马蹄瘦肉汤	(6)
党参地黄瘦肉汤	(7)
生地黄芪猪胰汤	(8)
大豆荠苎猪腰汤	(9)
雪耳猪骨汤	(10)
雪梨猪蹄汤	(11)
白菜蜜枣牛百叶汤	(12)
粟米牛腩汤	(13)
蕃茄豆腐鱼丸汤	(14)
西洋菜蜜枣生鱼汤	(15)
咸酸菜蚝豉汤	(16)
海蜇马蹄汤	(17)
润燥黄豆肉排汤	(18)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

宽中化滞汤	(19)
解热清滞汤	(19)
山楂核桃茶	(20)
苦瓜苋菜汤	(21)
凉瓜黄豆肉排汤	(21)
杏仁百合瘦肉汤	(22)
菜干杏仁猪肺汤	(23)
青红萝卜杏仁汤	(24)
芹菜萝卜汤	(24)
双黄化热汤	(25)
燕窝炖雪梨	(26)
百合柿饼鸽蛋汤	(27)
南北杏仁鹌鹑汤	(28)
洋参雪耳炖燕窝	(29)
太子参百合田鸡汤	(30)
虫草炖老鸭	(31)
北杏参地老鸭汤	(32)
菜干鸭肾蜜枣汤	(33)
参麦雪梨瘦肉汤	(34)
萝卜牛百叶汤	(35)
白果南杏生鱼汤	(36)
人参地黄茯苓饮	(37)
猴头菇炖竹丝鸡	(38)
花胶炖水鸭	(39)
黄豆瑶柱兔肉汤	(40)
昆布海藻瘦肉汤	(41)
淡菜紫菜瘦肉汤	(42)
枸杞猪肝瘦肉汤	(43)

红枣炖蚕蛹	(43)
清炖蚌肉	(44)
发菜蚝豉汤	(45)
龙胆泻肝汤	(46)
桑叶铁锈水	(47)
夏菊汤	(47)
桑花茶	(48)
泻火汤	(48)

降压平肝篇

三鲜降压汤	(53)
猪腰枸杞莲子汤	(53)
虾米海带汤	(54)
带丝汤	(55)
冬菇鸡汤	(55)
绿豆海带煲鲍鱼	(56)
鸡汁海底松汤	(57)
鹌鹑杞仲汤	(58)
莲藕清血汤	(59)
绿豆理肝汤	(59)
冬瓜鲩鱼汤	(60)
山杞虫草珍珠肉汤	(61)
粉葛洋参汤	(62)
瑶柱粉肠汤	(62)
玉米须金龟汤	(63)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

蘑菇鲍鱼汤	(64)
凤尾草海带汤	(65)
海蜇猪骨汤	(65)
山药杞子炖猪脑	(66)
杜仲乌鸡粥	(67)
猪脑粥	(67)
香蕉粥	(68)
紫菜猪肉粥	(69)
石决明粥	(69)
天麻鱼头粥	(70)
车前子粥	(71)
松花淡菜粥	(72)
芹菜清肝粥	(72)
决明子粥	(73)
生地荷叶粥	(74)
山楂丹参粥	(74)
菊花粥	(75)
葵花仁粥	(76)
天麻钩藤粥	(77)
葛粉决明粥	(77)
海带汤	(78)
杞叶芹菜粥	(79)
首乌山楂汤	(79)
杜仲牛膝夏枯草汤	(80)
首乌六味汤	(81)
地黄青娥汤	(81)
平肝潜降汤	(82)
牛膝降压丸	(83)

桑皮地骨清肝汤	(84)
养血降压汤	(85)
辛芷六味汤	(86)
加味建瓴汤	(86)
菊贯饮	(87)
复方降压饮	(88)
二明降压汤	(89)
丹栀清降汤	(89)
玉米须饮	(90)
芹菜明参粥	(91)
绿豆莲藕饮	(92)
玉带汤	(92)
昆布绿豆饮	(93)
绿楂饮	(94)
绿豆降压饮	(94)
芹茭汤	(95)
苦瓜芹菜饮	(95)
绿豆大蒜饮	(96)
泻火肉汤	(97)
藕节荞麦叶汤	(97)
海带绿豆粥	(98)

除烦降压篇

马蹄海蜇汤	(101)
夏枯草海蜇汤	(102)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

荠菜淡菜汤·····	(102)
巴戟首乌炖老鹰·····	(103)
菊花荠菜兔肉汤·····	(104)
首乌巴戟兔肉汤·····	(105)
豆腐紫菜兔肉汤·····	(105)
天麻兔肉菊花汤·····	(106)
桑寄生老母鸡汤·····	(107)
山楂决明荷叶瘦肉汤·····	(108)
牡蛎夏枯草瘦肉汤·····	(109)
苦瓜荠菜瘦肉汤·····	(109)
发菜夏枯草瘦肉汤·····	(110)
杜仲夏枯草瘦肉汤·····	(111)
豆腐冬菇瘦肉汤·····	(112)
草菇瘦肉汤·····	(113)
首乌天麻龟肉汤·····	(114)
淮山枸杞炖水鱼·····	(115)
石决明鲍鱼汤·····	(116)
黄芪鲤鱼汤·····	(116)
粉葛鲮鱼汤·····	(117)
枸杞芹菜鱼片汤·····	(118)
罗布麻茶·····	(119)
决明子罗布麻汤·····	(120)
菊花绿茶饮·····	(120)
银菊饮·····	(121)
夏桑菊饮·····	(122)
桃仁决明子汤·····	(122)
西瓜决明子汤·····	(123)
竹心枯草汤·····	(124)

莲子心茶·····	(124)
香蕉花汤·····	(125)
荠菜早莲草汤·····	(126)
粉葛根钩藤汤·····	(126)
桑麻葵子丸·····	(127)
甜菊决明茶·····	(128)
萝芙木汤·····	(128)
玉米须菊花茶·····	(129)
杜仲夏枯草黄芩汤·····	(129)
冰糖炖海参·····	(130)
夏枯草煲猪肉·····	(131)
鸡丝炖蜇头·····	(131)
淡菜炖白鹅·····	(132)
荠菜冬笋羹·····	(133)
西洋参冬瓜野鸭汤·····	(134)
粉葛竹叶鲛鱼汤·····	(135)
酸甜二花茶·····	(136)
白玉猪小肚汤·····	(137)
竹笋西瓜皮鲤鱼汤·····	(138)
木耳豆腐羹·····	(139)
银耳鸽蛋汤·····	(140)
灵芝银耳羹·····	(141)
罗汉气锅鸡·····	(142)
马铃薯玉米豌豆汤·····	(142)
鲜冬菇豆芽老鸡汤·····	(143)
生姜苦瓜鲩鱼片汤·····	(144)
绿豆海带响螺汤·····	(145)
鲍鱼淮山杞子水鸭汤·····	(146)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

粟米鸡粒汤·····	(146)
降压防癌冬菇汤·····	(147)
酸枣仁夏枯草瘦肉汤·····	(148)
逍遥降压汤·····	(149)
茅槐汤·····	(149)
冠茜汤·····	(150)
罗布麻叶茶·····	(150)
栀子海藻汤·····	(151)
槐楂茶·····	(152)
龙胆决明汤·····	(152)
夏枯泻火汤·····	(153)

息风止痛篇

天麻猪脑汤·····	(157)
松子粟米鹌鹑汤·····	(157)
消脂降压木耳香菇汤·····	(158)
海带苡仁鸡蛋汤·····	(159)
芦笋火腿粟米汤·····	(159)
杞子大虾海参瘦肉汤·····	(160)
海带瘦肉汤·····	(161)
海藻海带干贝汤·····	(162)
香菇鸡汤·····	(162)
黄芪海带冬瓜汤·····	(163)
蘑菇豆芽汤·····	(164)
三冬鲜汤·····	(164)

海蜇头猪骨汤·····	(165)
淡菜海带冬瓜汤·····	(166)
豆苗粟米尖汤·····	(167)
竹笙北菇老鸡汤·····	(167)
羚羊天麻海参猪腱汤·····	(168)
羚羊丝煲鲍鱼汤·····	(169)
芹菜红枣蚌肉汤·····	(170)
海蜇马蹄猪腱汤·····	(171)
独脚金煲排骨汤·····	(172)
羚线粟米须煲蚌肉·····	(173)
杜仲鲍鱼炖水鸭·····	(174)
巴戟炖老鹰·····	(175)
人参附子炖鸡肉·····	(176)
田七洋参炖鸡肉·····	(177)
田七洋参炖瘦肉·····	(178)
大蒜腐竹焖水鱼·····	(179)
田七炖金钱龟·····	(180)
云耳南枣甜粥·····	(181)
虫草河车炖水鱼·····	(182)
鲮鱼赤豆汤·····	(183)
灵芝木耳猪心汤·····	(183)
粟米鸡粒蛋花汤·····	(184)
竹笋鲍鱼海参汤·····	(185)
冰糖芹菜大枣汤·····	(186)
南瓜绿豆汤·····	(186)
冬瓜赤小豆花鱼汤·····	(187)
芹菜红枣汤·····	(188)
土豆粟米荷兰豆汤·····	(188)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

北菇老鸭瘦肉汤·····	(189)
双耳汤·····	(190)
粟米汤·····	(190)
百合粥·····	(191)
海蜇荸荠汤·····	(192)
苹果花鱼汤·····	(192)
粟米须薏仁绿豆汤·····	(193)
海蜇荸荠猪瘦肉汤·····	(194)
紫菜荸荠瘦肉羹·····	(194)
荸荠粥·····	(195)
夏枯草瘦肉煮鲍鱼汤·····	(196)
银耳羹·····	(196)
紫菜瑶柱瘦肉汤·····	(197)
淡菜豆腐鱼头汤·····	(198)
小白菜煮淡菜汤·····	(199)
田七炖鱼肚·····	(200)
耙子萝卜鹌鹑汤·····	(201)
熄风降压汤·····	(202)
镇静养肝汤·····	(202)
杜仲活络汤·····	(203)
枯草止眩汤·····	(204)
白菊黄豆粥·····	(205)
天麻钩藤饮·····	(205)
镇肝熄风汤·····	(206)

降脂降压篇

冬菇鲜菇粉丝汤·····	(211)
冬瓜薏苡仁兔肉汤·····	(211)
龙眼桑椹兔肉汤·····	(212)
粉葛瘦肉汤·····	(213)
丝瓜豆腐瘦肉汤·····	(214)
冬菇木耳瘦肉汤·····	(215)
玉竹莲子瘦肉汤·····	(216)
莲子玉米瘦肉羹·····	(216)
莲子发菜瘦肉汤·····	(217)
灵芝瘦肉汤·····	(218)
灵芝田七瘦肉汤·····	(219)
杜仲牛膝猪脊骨汤·····	(220)
黄精玉竹牛膝汤·····	(220)
巴戟鹿筋汤·····	(221)
菊花山楂决明饮·····	(222)
胡桃山楂茶·····	(222)
柿叶山楂茶·····	(223)
丹参茯苓汤·····	(224)
淡菜牛膝降压汤·····	(224)
猪腰安眩汤·····	(225)
合家补益汤·····	(225)
洋参粉葛汤·····	(226)
海带降压汤·····	(227)

◇◇降压降脂益补汤◇◇

北芪升压汤·····	(228)
宁神舒筋方·····	(228)
绿豆海带汤·····	(229)
淮山腰片汤·····	(230)
葵花红枣汤·····	(230)
莲藕章鱼汤·····	(231)
瘦肉海藻汤·····	(232)
香菇海带汤·····	(232)
花菇竹笋汤·····	(233)
马蹄蜇皮汤·····	(234)
黄耆鸡汤·····	(234)
牛膝海蜇降压汤·····	(235)
元参红枣汤·····	(236)
降压五味汤·····	(236)
三鲜降压汤·····	(237)
干贝牡蛎肉汤·····	(238)
玄参生地汤·····	(239)
莲子猪心汤·····	(239)
参贝汤·····	(240)
香菇鸡汤·····	(241)
海带燕窝降压汤·····	(241)
冬瓜海带虾米汤·····	(242)
牛膝杜仲汤·····	(243)
海参瑶柱汤·····	(243)
洋葱降压方·····	(244)
猪横膈北芪汤·····	(245)
厚肉冬菇鸡汤·····	(246)
生地玄参汤·····	(247)

红枣玄参茶·····	(247)
发菜佛手蚌肉汤·····	(248)
雪蛤红莲鹌鹑汤·····	(249)
木耳田七瘦肉汤·····	(250)
雪耳无花果鹌鹑汤·····	(250)
海底椰玉竹煲响螺·····	(251)
无花果海底椰生鱼汤·····	(252)
茅根雪梨煲猪肺汤·····	(253)



养阴退热篇

