

你 一 生 的 生 活 健 康 顾 问



XIANDAIJIATING
JIANKANG
LILIAOSHUXI

防癌抗癌

——大蒜方

李元秀◎编著



关照生活细节，使现代生活更加便利

明代李时珍在他的《本草纲目》中系统地归纳了大蒜有“通五脏，达诸窍，去寒湿，避邪恶，消痈肿，化瘕积，消肉食”等多种功能。



内蒙古人民出版社

你 一 生 的 生 活 健 康 顾 问



XIANDAIJIATING
JIANKANG
LILIAOSHUXI

防癌抗癌

——大蒜方

李元秀◎编著



关照生活细节，使现代生活更加便利

明代李时珍在他的《本草纲目》中系统地归纳了大蒜有“通五脏，达诸窍，去寒湿，避邪恶，消痈肿，化瘕积，消肉食”等多种功能。



图书在版编目(CIP)数据

防癌抗癌:大蒜方/李元秀 编著. —呼和浩特:
内蒙古人民出版社, 2009. 5
(现代家庭健康理疗书系)
ISBN 978 - 7 - 204 - 10053 - 8

I. 防… II. 李… III. 癌—食物疗法 IV. R247. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 081681 号

现代家庭健康理疗书系

编 著 李元秀
责任编辑 张 钧
封面设计 世纪梦诺
出版发行 内蒙古人民出版社
社 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷 北京市建泰印刷有限公司
开 本 710 × 1000 1/16
印 张 1280
字 数 3200 千字
版 次 2009 年 6 月第 1 版
印 次 2009 年 6 月第 1 次印刷
印 数 1—10000
书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 10053 - 8/Z · 528
定 价 952.00 元(共 40 册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471)4971562 4971659

前 言

和谐与幸福,健康与时尚是现代生活的两大主旋律。随着现代人生活水准的提高,人们对健康的认知与追求也在不断地提高。拥有一个健康、充满活力的身体是所有人的梦想,家庭理疗与保健由此便受到越来越多人的青睐。

家庭保健与理疗是医学更是科学,实用而简便的自我保健知识是我们编撰的初衷,更是一份社会责任。《现代家庭健康理疗书系》是一套针对目前常见的特殊人群患者的精心编撰的家庭保健理疗读书。本套丛书从中医养生学、营养学、饮食学等诸多角度,详尽阐述中医理疗保健与科学饮食、营养饮食的层层关系,并针对不同群体提出具体的保健与理疗方案。同时,本套丛书深入浅出,用现代医学理论详解病理、病因及食补药补的方式方法。

饮食疗法是家庭健康理疗最常见的方式之一,它方便实用,标本兼治,本套丛书致力于帮助特殊人群用最自然、最实用、最科学的方法预防和治疗各种常见病,本丛书讲求通俗易懂的同时,具有实用性强、涵盖面广泛等特点。

本套丛书以推广健康理疗和营养科学知识、打造高品质生活理念为宗旨,以特殊人群在日常生活中常见的病症为依据,以“医食同源,药食互补”为重点,对不同的特殊人群,用现代医学和科学的方法,建议按照每个人的实际情况合理选择,并充分满足不同年龄、不

同性别、不同要求人群的疾病调理方案,从而帮助特殊人群吃出健康理疗有效。

现代家庭生活要想打造出高品质,其中之一就是从从容面对各种疾病,并且用最科学的方法治疗并解决它。日常饮食是特殊人群理疗和恢复最关键的环节,建立并遵循健康科学膳食,是您永葆健康的基础。希望本套丛书能给您的身体带来健康,给您的家庭送去幸福,同时希望它能成为您日常防病、祛病、健身与保健的好伙伴。

编 者

2009.6



目 录

第一章 大蒜神奇的功效

第一节 大蒜的一般常识	1
大蒜片	2
大蒜膏	3
大蒜油溶液	3
大蒜酒	3
大蒜浸液	3
大蒜粉	4
大蒜糖浆	4
大蒜乳剂	4
第二节 大蒜的防癌治癌功效	5
第三节 大蒜是天然的广谱抗生素	6
第四节 大蒜的抗原虫作用	6
第五节 大蒜的抗病毒作用	6
第六节 大蒜防治高血压作用	7
第七节 大蒜可以降血脂	7
第八节 大蒜可以预防糖尿病	8
第九节 大蒜的美容作用	8

第二章 大蒜养生的技巧

大蒜生吃好，还是熟食好？	9
--------------------	---





每天最好吃多少大蒜？	9
食用大蒜的注意事项	9
简易大蒜除臭法	9
如何选择购买大蒜？	10
家庭如何储存大蒜？	11

第三章 大蒜治百病

第一节 大蒜治疗呼吸系统疾病	12
感 冒	12
大蒜寒鼻	12
口含蒜瓣	12
醋蒜熏鼻	12
蒜姜汁	13
大蒜葱白汤	13
蒜葱姜糖水	13
醋蒜泥	13
蒜泥蜂蜜水	13
蒜头冰糖水	14
蒜姜红糖剂	14
大蒜葱辣汤	14
蒜姜薄荷膏	14
大蒜贝母汤	14
蒜姜柠檬酒	15
大蒜豆豉饮	15
大蒜姜醋方	15
蒜葱粥	15
咳 嗽	15
大蒜猪腰汤	16
大蒜牛肺饭	16
竹茹粥	16
糖梨蒜	16
冰糖蒜	16



蜜蒜	17
白糖蒜	17
蒜煎汤	17
大蒜甘草煎	17
百部紫菀蒜	17
糖醋蒜	17
橘蒜汤	18
大蒜牛肺饭	18
白糖大蒜汁	18
大蒜羊肉汤	18
胎盘蒜汤	18
哮喘	19
糖醋蒜	19
蜂蜜蒜	19
食蒜方	19
蒜泥核桃	19
蒜藤汁	20
蒜姜外擦	20
大蒜鸡蛋丸	20
四味煎	20
蒜醋鸡	21
甜瓜蒜	21
糖蒜膏	21
蒜糖浆	21
大蒜猪腰汤	21
大蒜牛肺饭	22
大蒜竹茹粥	22
慢性支气管炎	22
蒜泥	22
红糖蒜	22
白糖蒜汁	23
红糖大蒜醋汁	23
猪肉炒大蒜	23



大蒜陈皮饮	23
蒜橘汁	23
大蒜白糖剂	24
大蒜粳米粥	24
大蒜苏子贴敷	24
大蒜瓜藤汁	24
蒜姜枣粥	24
醋蒜鸡蛋	25
大蒜麝香敷	25
肺结核	25
蒜芡粥	25
百部紫菀蒜茶	25
蒜糖五味子	26
焖白鳝	26
大蒜吸入方	26
吃醋蒜	26
大蒜薏米粥	26
大蒜梨藕汁	27
大蒜五味子大蒜糖浆	27
大蒜百部汤	27
肺癌	27
大蒜白芷艾叶敷	27
葱姜蒜贝母膏	28
口服大蒜汁	28
大蒜鸡蛋败酱卤	28
大蒜硫磺敷	28
肺脓肿	28
米醋煎大蒜	29
吸大蒜蒸气	29
咯血	29
蒜泥敷	29
大蒜硫磺肉桂敷	29
蒜荷叶煎	30



旱莲蒜膏	30
蒜参煎	30
蒜荷饮	30
第二节 大蒜治疗消化系统疾病	31
呃逆	31
呕吐	31
蒜蜜汁	31
大蒜茺萸外敷	31
红糖姜蒜泥	31
醋蒜	32
蒜羊肉	32
上消化道出血	32
芒硝蒜糊	32
蒜草贝占	33
噎膈	33
蒜姜红糖饮	33
大蒜羊肉炖	33
痞块	34
蒜大黄扑销敷	34
大蒜葱丹贴	34
大蒜簪玉穿山甲	34
大蒜麝香大蜈蚣	34
大蒜黄丹番大鳖	35
大蒜蕲艾穿山甲	35
腹痛	35
吃姜蒜、饮醋液	35
醋酒泡大蒜	36
蒜汁饮	36
大蒜贴	36
酒醋蒜	36
阿魏蒜丸	36
荔枝核	37
腹胀	37



蒜神曲	37
大蒜苦瓜菜	37
蒜生食	37
蒜酒方	37
泄泻	38
大蒜烧灰服	38
大蒜朱砂外敷	38
大蒜黄连药丸	38
蒜鸡蛋	38
蒜泥敷	39
大蒜白术车前汤	39
大蒜胡椒外敷	39
大蒜茶叶盐水	39
红糖蒜茶	39
钓竿猪肚大蒜膏	40
大蒜枯矾敷	40
大蒜生姜枣肝敷	40
蒜糖薯	40
食蒜方	41
吃醋蒜	41
胃痛	41
吃青蒜	41
姜蒜醋	41
大蒜炒黄鳝	42
煮大蒜	42
大蒜麦芽广木香	42
大蒜牛肉	42
麻油蒜汁	43
慢性胃炎	43
生姜醋蒜	43
急性胃肠炎	43
蒜泥敷足心	43
饮醋蒜汁	43



盐蒜茶	44
蒜液灌肠	44
大蒜明矾汁	44
慢性肠炎	44
大蒜韭菜粥	44
大蒜浸醋方	45
胃癌	45
鲫鱼蒜末	45
糯米陈皮粥	45
大蒜高粱酒饮	45
肠结核	46
生食蒜白皮蒜	46
直肠癌	46
蒜液灌肠	46
大蒜混合液灌肠	46
霍乱	47
大蒜敷足心	47
嚼服大求蒜	47
黄疸性肝炎	47
大蒜茯苓粥	48
大蒜鸽子肉	48
大蒜粉	48
大蒜注射液	48
慢性肝炎	48
蒜泥绿豆汤	48
甲鱼炖大蒜	49
大蒜益肝散	49
大蒜枸杞液	49
大蒜槟榔榔蟹	49
肝硬化腹水	50
乌鱼松萝茶蒜汤	50
大蒜砂仁西瓜	50
癞蛤蟆大蒜猪肚	50



六蒜蛤蟆粉丸	50
大蒜蜗皂角敷	51
大蒜童驭马	51
猪肚蛤蟆炖大蒜	51
蛤粉蒜末	51
肝癌	51
大蒜贴	52
黑鱼冬瓜汤	52
便血	52
豆豉蒜丸	52
大蒜煨鱼	53
黄连蒜丸	53
大蒜秆熏肛门	53
花鲢蒜叶汤	53
大便秘结	53
大蒜头外用	54
葱蒜热熨脐	54
饮无臭蒜素	54
大蒜红薯	55
大蒜葱汁牛奶	55
无臭蒜素饮	55
痢疾	55
糖蒜薯	55
糖酒蒜	56
豆豉蒜	56
蒜泥苋菜	56
大蒜粥	56
大蒜马齿苋	56
鸡蛋蒜	57
姜蒜煎	57
大蒜泥外敷	57
大蒜银茶饮	57
疟疾	57



巴豆蒜敷	58
蒜椒敷	58
桃仁蒜夕卜用	58
蒜黄丸	58
大蒜辣椒叶汁	58
食腐肉中毒	59
大蒜驱菟饮	59
食蟹中毒	59
大蒜科瓜汁饮	59
大蒜汁	59
铅中毒	60
口服大蒜	60
食大蒜方	60
水银中毒	60
生食大蒜	61
食菌蕈中毒	61
食大蒜捣泥	61
食皮蛋中毒	61
蒜姜醋糖饮	61
阑尾炎	62
玄明粉蒜贴	62
蒜药方膏	62
黄粉蒜泥	63
大蒜九味方	63
大蒜仙人掌糊	63
大蒜杏仁黄丹膏	63

第四章 大蒜治疗循环系统疾病

高血压	64
大蒜决明茶	64
大蒜药敷	64
蒜荠芹菜汤	65



鲜马兜铃根剂	65
大蒜豆腐	65
蒜绿豆汤	65
大蒜粥	65
糖醋蒜	66
高血脂	66
蒜鳊鱼	66
蒜黄瓜	66
大蒜精油	66
蒜汁	67
大蒜三味汁	67
吃大蒜	67
冠心病	67
猪肉大蒜黄芪汤	67
大蒜油	68
大蒜玉米粥	68
醋浸大蒜青木香	68
大蒜五味茶	68
蒜醋花生米	68
大蒜橘皮水煎剂	69
大蒜粳米粥	69
大蒜蜈蚣蜂窝汤	69
大蒜粥	69
青木香醋蒜汁	69
动脉硬化	70
生食大蒜	70
血栓	70
白酒泡大蒜	70
蒜泥敷	71
蒜炒黄豆	71
黄土蒜汁	71
败血症	71
大蒜盐水饮	71



紫癜	72
大蒜花生米熟服	72
胸痛	72
大蒜药敷	72
大蒜生姜	72

第五章 大蒜治疗泌尿生殖系统疾病

水肿	73
乌鱼冬瓜蒜汤	73
大蒜中贴	73
花生豆汤	74
车前子螺蒜泥	74
黄鳝大蒜汤	74
猪胃大蒜汤	74
蜂蜜大蒜	74
大蒜白童子鸡	75
鲤鱼大蒜汤	75
煨蒜丸	75
尿潴留	75
大蒜汁	75
大蒜监敷	76
大蒜子泥敷肚脐	76
蒜苗白菜帮洗	76
大蒜栀子艺硝敷	76
阳痿	77
蒜炒鲜虾	77
狗肉黑豆汤	77
韭菜粥	77
驴鞭蒜粥	77
麻雀蒜粥	78
大蒜山药粥	78
牛肾粥	78



遗精	78
生地黄蒜粥	79
猪肾蒜炒胡桃	79
煅龙骨蒜粥	79
苦瓜蒜汁	79
蒜山药粥	79
韭菜蒜粥	80
早泄	80
蚕蛹韭菜炒蒜	80
腰炖核桃大蒜	80
丝瓜煎	80
小便不通	81
大蒜田螺车前子	81
大蒜山栀子敷	81
大蒜内薄贴	81
大蒜秆烧灰滤液	81
大蒜车前敷	82
大蒜白矾敷	82
慢性前列腺炎	82
大蒜汁黄连素灌肠	82
大蒜山栀子	82
肾炎（肾小球肾炎）	83
蓖麻籽贴	83
蒜炖鲫鱼	83
大蒜蒸鳖	83
西瓜砂仁蒜末	84
蚕豆蒜糖	84
西瓜蒜汤	84
芒硝大蒜贴	84
大蒜鲤鱼	85
葱姜蒜敷肚脐	85
冬瓜蒸大蒜	85
煎服加外敷	85