

饮·食·与·健·康·丛·书

据国内普查报告资料

以痔疮为主的肛门直肠疾病的发病率高达60%以上

其中痔瘻患者已超过4.5亿人

民间有“十人九痔”的俗语

饮食疗法对痔疮及其它肛门直肠疾病有治疗作用

辨证施食，针对性更强

效果更佳

河海大学出版社

痔 疮 患 者

谢英彪◎主编 侍忠等◎编著



吃什么



内 容 提 要

据国内普查报告资料,肛肠疾病的发病率为 59.1%,其中痔疮的发病率占肛肠疾病的 87.25%,所以民间有“十人九痔”的俗语。临床实践表明,饮食疗法对各种肛肠疾病有明显的治疗或辅助治疗作用,若能辨证施食,针对性更强,效果更佳。本书系统地介绍了痔疮、肛窦炎、肛乳头炎、肛门直肠周围脓肿、肛瘘、肛裂、直肠脱垂、肛门失禁、肛门湿疹、出口梗阻型便秘、肛门术后疼痛、肛门术后出血、肛门术后尿潴留的基本知识及饮食原则和饮食宜忌,并辨证分型,有针对性地介绍了各种肛肠疾病的食疗经验方。

图书在版编目(CIP)数据

痔疮患者吃什么/侍忠等编著. —南京:河海大学出版社,2002.8

ISBN 7-5630-1646-5

I. 痔... II. 侍... III. 食物疗法
IV. R657.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 003755 号

书 名/痔疮患者吃什么

书 号/ISBN 7-5630-1646-5/R·57

责任编辑/吴劭文

特约编辑/何玉梅

责任校对/黄华兰

装帧设计/早早工作室

出 版/河海大学出版社

地 址/南京市西康路 1 号(邮编:210098)

电 话/(025)3737852(总编室) (025)3722833(发行部)

经 销/江苏省新华书店

印 刷/丹阳教育印刷厂

开 本/850×1168 毫米 1/32 5.75 印张 130 千字

版 次/2002 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

定 价/9.80 元(册)

《饮食与健康丛书》(第二辑)

编委会

主 编	谢英彪		
副主编	杨家强	王天宇	张 骝
编 委	张 伟	胥京生	史锁芳
	叶纪平	鞠兴荣	樊 莹
	马 勇	戴国强	薛博瑜
	龚仕明	侍 忠	

丛书总策划 吴劭文



前言

通过食物及药食兼用品来解除病痛,防治疾病,强身延年,是人们的迫切愿望。化学药物的毒副作用及现代病、富贵病、医源性疾病和药源性疾病的大量涌现,使人们要求“回归大自然”的呼声日益高涨。随着医疗体制的改革,简便价廉而灵验的食疗方法越来越受到人们的欢迎,“吃什么”、“怎样吃”成了寻常百姓关心的热门话题。然而,自古以来,食疗方法大多为医生所掌握,普通家庭和寻常百姓对各种疾病的食疗知识了解甚少,所以本丛书第一辑有关养生保健方面的《健脑益智吃什么》、《驻颜美容吃什么》、《防癌抗癌吃什么》、《延年益寿吃什么》出版后,深受读者欢迎。为了满足广大读者希望通过食疗治病保健的迫切需求,我们又组织了有关专家编著了《饮食与健康丛书》(第二辑)。

本丛书以不同的病种分册,共 16 册,包括《糖尿病患者吃什么》、《高脂血症患者吃什么》、《高血压病患者吃什么》、《冠心病患者吃什么》、《中风患者吃什么》、《癌症患者吃什么》、《哮喘病患者吃什么》、《肝病患者吃什么》、《胃病患者吃什么》、《贫血患者吃什么》、《骨质疏松症患者吃什么》、《关节炎患者吃什么》、《痔疮患者吃什么》、《不孕不育患者吃什么》、《性功能障碍患者吃什么》、《妇女病患者吃什么》,形成了一个较大的系列。每一分册按照病种的不同,包括“基本知识”和“食疗方法”两部分内容。“基本知识”部分包括发病情况(流行病

学)、发病原因、诊断方法、理化检查、中医认识、西医认识、治疗措施、饮食原则、食物禁忌等;“食疗方法”涉及到了茶、酒、粥、汤、羹、点心、菜肴和药膳等内容。所列食疗方从食物或药物的原料采购到制作都适合一般家庭,并以来源广泛、价廉物美、制作简便、口感良好、疗效确切、安全可靠为列选标准,对一些虽具有补养作用,但来源稀少而价格昂贵的食物、药物,包括受国家保护的野生动植物,一概不予选用,以便使广大读者都能看得懂、学得会、用得上,从而满足东西南北中不同地域的普通家庭的食疗需求。

参加本丛书撰写的有关专家,根据前贤和自身丰富的临床食疗经验及大量的现代最新科研成果,以通俗易懂、深入浅出的语言介绍了几千种有较大选择余地的食疗方、食疗菜肴、食疗药膳,突出了知识性、科学性和实用性,以期帮助患有常见病的读者在大饱口福的同时,战胜病魔,恢复健康。在此,我们衷心祝愿广大读者平安康乐,生活幸福!

谢英彪

2002年5月



目 录

痔 疮

一、概述(1)

二、辨证施食(2)

(一) 热伤血络型(2)

- (1) 当归地黄地榆饮 (2) 地榆槐花蜜饮 (3) 地黄赤芍蜜饮
(4) 鱼腥草山楂茶 (5) 槐花芹菜粥 (6) 银花扁豆粥 (7) 绿豆葛根粥 (8) 银花甘草绿豆羹 (9) 糯米三七大肠 (10) 淡豆豉鸡肉煲 (11) 山药杞子煲苦瓜 (12) 猪肠槐花汤 (13) 马齿苋蚌肉汤 (14) 苦瓜豆腐汤 (15) 二花鲫鱼汤

(二) 湿热下注型(8)

- (1) 苍术黄柏蜜饮 (2) 龙胆草黄芩蜜饮 (3) 茅根苧藕饮
(4) 地锦草马齿苋红糖饮 (5) 二丁绿豆饮 (6) 马齿苋蜜汁
(7) 马齿苋黄连绿茶 (8) 益母草粥 (9) 马齿苋粥 (10) 大蒜白术粥 (11) 猪苦胆口服方 (12) 荠菜水饺 (13) 酱拌苦菜 (14) 清炒裙带菜 (15) 玉米须归尾炖蚌肉 (16) 鱼腥草银花猪肺汤

(三) 气血瘀滞型(15)

- (1) 桃红槐角蜜饮 (2) 四物皂角刺蜜饮 (3) 桃花粥 (4) 桃仁山楂荷叶粥 (5) 三七藕蛋羹 (6) 魔芋三七散 (7) 凉拌仙人掌 (8) 仙人掌炒牛肉 (9) 三七鸡片 (10) 枸杞三七汽锅鸡

(四) 气血虚弱型(19)

- (1) 补中益气甜饮 (2) 黄芪川芎粥 (3) 鹌鹑桂圆羹 (4) 什



锦蜜枣羹 (5) 花生大枣赤豆羹 (6) 陈皮牛肉 (7) 白果肉丁 (8) 豆腐狮子头 (9) 白莲酿藕 (10) 参芪鳝鱼片 (11) 归芪墨鱼片 (12) 地黄肉丸 (13) 马兰炒肝尖 (14) 八宝鸡汤

(五) 阴虚火旺型(26)

(1) 知柏地黄蜜饮 (2) 芹菜豆腐粥 (3) 百合炒肉片 (4) 蛋糊槐花 (5) 槐花丸子 (6) 芦笋扒冬瓜 (7) 榆钱炒鸡蛋 (8) 冬笋炖河鲜海鲜 (9) 生地蒸乌鸡 (10) 菊花肉片 (11) 荠菜兔肉片 (12) 桑菊鸡 (13) 槐花鸡蛋汤 (14) 槐花猪肚汤 (15) 榆钱花鸭蛋汤

肛窦炎、肛乳头炎

一、概述(33)

二、辨证施食(34)

(一) 湿热蕴结型(34)

(1) 银翘黄柏蜜饮 (2) 苍术黄柏苡仁蜜饮 (3) 地锦草饮 (4) 白头翁茶 (5) 二草茶 (6) 大蒜茯苓粥 (7) 金银花菊花粥 (8) 马齿苋田螺粥 (9) 蒲公英白头翁粥 (10) 大蒜泥拌马齿苋 (11) 凉拌黄花龙芽 (12) 蒜泥苋菜

(二) 热结火盛型(38)

(1) 银翘生大黄蜜饮 (2) 蚤休生大黄饮 (3) 苦瓜粥 (4) 金银花粥 (5) 苦瓜泥 (6) 海米苦菜包 (7) 长寿馅饼 (8) 马齿苋炒黄豆芽 (9) 马兰头拌海带

(三) 瘀血阻滞型(42)

(1) 桃红归芍蜜饮 (2) 归尾赤芍枳壳蜜饮 (3) 红花元胡山楂粉 (4) 三七蒸鸡

(四) 血热肠燥型(44)

(1) 生地赤芍连翘饮 (2) 苦瓜生大黄绿茶 (3) 玄麦大黄茶 (4) 大黄银花茶 (5) 马齿苋荠菜粥 (6) 清炒马齿苋 (7) 粉葛煲赤小豆



肛门直肠周围脓肿

一、概述(47)

二、辨证施食(48)

(一) 热毒炽盛型(48)

(1) 银花野菊花饮 (2) 蒲公英地丁蜜饮 (3) 千里光丹皮蜜饮 (4) 白花蛇舌草蜜饮 (5) 刺儿菜豆羹 (6) 银花蒲公英汁 (7) 土茯苓绿豆粥 (8) 红旱莲炒豆腐 (9) 羊角菜炖豆腐 (10) 素炒绿豆芽 (11) 凉拌鱼腥草 (12) 马齿苋塘葛菜汤 (13) 马齿苋黄花菜汤

(二) 阴虚邪恋型(52)

(1) 生地黄蜜饮 (2) 旱莲草鲜汁 (3) 红乳凉拌马兰头 (4) 凉拌莼菜 (5) 银耳乌龙汤 (6) 地黄丹皮炖鸭 (7) 知母炖甲鱼 (8) 地黄鸡 (9) 枸杞叶蚌肉汤 (10) 百合绿豆汤 (11) 苦瓜瘦肉汤 (12) 三豆甘草汤

肛 痿

一、概述(58)

二、辨证施食(59)

(一) 湿毒内蕴型(59)

(1) 黄瓜苡仁粥 (2) 燕麦赤豆粥 (3) 蒲公英地丁绿豆汤 (4) 马齿苋绿豆汤 (5) 玉米须炖蚌肉 (6) 醋拌苦菜 (7) 蒜茸黄须菜 (8) 苡仁赤豆汤 (9) 冬瓜三豆汤

(二) 正虚邪恋型(63)

(1) 参芪大枣炖猪肉 (2) 参芪鸭条 (3) 当归墨鱼丝 (4) 地黄肉丸 (5) 归参炖母鸡 (6) 归芪炖鹌鹑 (7) 黄精鳝片 (8) 蒸鳊鱼猪肉 (9) 黄芪炖鲈鱼 (10) 黄芪蒸鲫鱼 (11) 参杞炖龟肉

(三) 阴液亏虚型(68)

(1) 麦冬生地粥 (2) 珠玉二宝粥 (3) 黑豆生地羹 (4) 苡仁

银耳羹 (5) 绞股蓝黑米羹 (6) 银耳绿茶羹 (7) 芥末海蜇
(8) 凉拌双耳 (9) 荷花螺肉 (10) 清炖蚌肉

肛裂

一、概述(73)

二、辨证施食(74)

(一) 胃肠燥热型(74)

(1) 生地槐花饮 (2) 归地黄芩蜜饮 (3) 生地三七粥 (4) 拌丝瓜 (5) 三鲜丝瓜 (6) 凉拌苦瓜

(二) 湿热下注型(76)

(1) 马齿苋藕汁 (2) 地锦草木槿花饮 (3) 马兰头菜粥
(4) 赤豆茯苓苡仁粥 (5) 白鸡冠花炒鸡蛋 (6) 五味苦瓜
(7) 凉拌马齿苋 (8) 芹菜拌苦瓜

(三) 阴虚内热型(79)

(1) 牡蛎肉糯米粥 (2) 丝瓜牡蛎 (3) 干贝烩丝瓜 (4) 苦瓜炖文蛤 (5) 芝麻苦瓜 (6) 山药桂圆炖甲鱼 (7) 雪梨汤
(8) 荠菜荸荠汤 (9) 冬瓜牡蛎排骨汤

(四) 血亏肠燥型(84)

(1) 四物火麻仁蜜饮 (2) 归芍桃仁大黄蜜饮 (3) 生首乌蜂蜜饮 (4) 菠菜桑葚子芝麻粥 (5) 核桃仁乌鸡粥 (6) 阿胶炖猪肉

直肠脱垂

一、概述(86)

二、辨证施食(87)

(一) 中气下陷型(87)

(1) 参芪升麻大枣饮 (2) 黄芪鸡汁粥 (3) 人参枳实粥
(4) 党参升麻粥 (5) 白术猪肚粥 (6) 人参大枣粥 (7) 芪参汽锅鸡 (8) 芪参蒸白鸽 (9) 芪枣黄鳝肉 (10) 党参芡实猪腰子汤 (11) 人参八仙汤 (12) 党参枳壳泥鳅汤 (13) 带



鱼益气汤 (14) 补中益气汤

(二) 湿热下注型(93)

(1) 知柏败酱草蜜饮 (2) 益母草粥 (3) 茼蒿粥 (4) 冬瓜苡仁粥 (5) 鲫鱼赤豆马齿苋汤 (6) 地耳豆腐汤 (7) 半枝莲田螺汤 (8) 篇蓄赤豆汤 (9) 苦菜蛋花汤 (10) 马齿苋蒸猪大肠

肛门失禁

一、概述(97)

二、辨证施食(98)

(一) 中气下陷型(98)

(1) 补气固脱甜饮 (2) 参术龙牡甜饮 (3) 芡实饺子 (4) 莲芡包子 (5) 五香牛肉巴 (6) 白果肉丁 (7) 黄芪炸里脊 (8) 软炸淮药兔 (9) 乌鸡豆蔻 (10) 五味子烧鲈鱼 (11) 参枣汤 (12) 泥鳅牡蛎汤 (13) 芡实鸡汤 (14) 猪肉莲子芡实汤 (15) 芡实山药扁豆汤

(二) 脾肾亏虚型(105)

(1) 花生大枣赤豆羹 (2) 莲枣山药粥 (3) 芡实茯苓粥 (4) 八宝大枣粥 (5) 三宝蛋黄粥 (6) 二子乌龟汤 (7) 芡实莲子龟肉汤 (8) 补阳乳鸽汤 (9) 参附鸡汤

肛门湿疹

一、概述(109)

二、辨证施食(110)

(一) 湿热浸淫型(110)

(1) 草薢苦参蜜饮 (2) 龙胆草蜜饮 (3) 浮萍蝉蜕饮 (4) 番茄芹菜汁 (5) 地肤羹 (6) 酢浆草粥 (7) 大黄藕粉糊 (8) 凉拌蒲公英 (9) 凉拌灰灰菜 (10) 凉拌地耳 (11) 凉拌酸模叶 (12) 炒蕨菜 (13) 土茯苓乌梢蛇汤

(二) 脾虚湿盛型(115)

(1) 苍白术苡仁粥 (2) 茯苓去湿粥 (3) 加味黄芪粥 (4) 苡仁二豆羹 (5) 清炖乌蛇肉 (6) 地肤肉丝 (7) 玉米须炖蚌肉 (8) 徐长卿蛇肉汤

(三) 血虚风燥型(118)

(1) 赤小豆马齿苋粥 (2) 乌梢蛇当归粥 (3) 红枣炖泥鳅 (4) 归芎炖乌梢蛇

出口梗阻型便秘

一、概述(121)

二、辨证施食(122)

(一) 胃肠燥热型(122)

(1) 麻仁大黄蜂蜜饮 (2) 生大黄茶 (3) 决明子黄连茶 (4) 决明子瓜蒌茶 (5) 番泻叶甜茶 (6) 大黄莱菔子粥 (7) 核桃仁炒丝瓜 (8) 三鲜绞股蓝 (9) 松仁香菇 (10) 杏仁芹菜

(二) 肝郁气滞型(126)

(1) 二香乌药槟榔饮 (2) 三子通便茶 (3) 槟榔糯米粥 (4) 枳实郁李仁粥 (5) 苏子桃仁粥 (6) 百合花杏仁羹 (7) 玫瑰香蕉 (8) 炖大肠

(三) 阴虚肠燥型(130)

(1) 蜂蜜盐水饮 (2) 三仁通便饮 (3) 芝麻牛奶蜂蜜饮 (4) 六仁通便茶 (5) 生首乌粉蜂蜜羹 (6) 火麻仁芝麻粉 (7) 五仁润肠粥 (8) 发菜蚝豉粥 (9) 芝麻桑葚粥 (10) 芝麻四合泥 (11) 芝麻银耳杏仁糊 (12) 四仁包子 (13) 芝麻拌黑木耳 (14) 杏仁鲜贝 (15) 芝麻拌菠菜 (16) 生地香蕉汤

(四) 气虚血亏型(136)

(1) 黄芪火麻仁蜂蜜饮 (2) 山药大枣红薯羹 (3) 大枣牛奶粥 (4) 三仁当归粥 (5) 太子参红薯粥 (6) 当归桃仁粥 (7) 山芋梗炒肉丝 (8) 党参兔肉补虚汤 (9) 木耳海参猪肠汤

(五) 阳虚寒凝型(140)



- (1) 淡盐水冲服核桃仁 (2) 苁蓉决明茶 (3) 肉苁蓉羊肉粥
(4) 肉苁蓉狗肉粥 (5) 奶汤核桃仁 (6) 桂花核桃冻 (7) 核
桃豆腐饼 (8) 核桃仁熘里脊 (9) 核桃蒸羊肉 (10) 淫羊藿
炖羊肾 (11) 鹿核二鲜汤

肛门术后疼痛

一、概述(145)

二、辨证施食(146)

(一) 湿热下注型(146)

- (1) 苍术黄柏皂角刺饮 (2) 大黄桃仁元胡蜜饮 (3) 蒲公英元胡蜜饮 (4) 大黄红枣茶 (5) 四香苦瓜止痛粉 (6) 粉皮拌鹅肠菜

(二) 瘀血阻滞型(148)

- (1) 蒲黄五灵脂山楂蜜饮 (2) 桃红四物蜜饮 (3) 三七元胡大蒜糊 (4) 麝香止痛羹 (5) 桃仁红花元胡粥 (6) 川芎煮鸡蛋 (7) 水蓼蒸肉 (8) 桃仁莲藕汤 (9) 田七元胡墨鱼汤

肛门术后出血

一、概述(153)

二、辨证施食(154)

(一) 热盛肠燥型(154)

- (1) 生地槐角藕节饮 (2) 大黄三炭蜜饮 (3) 生地鲜藕饮
(4) 苦参仙鹤草蜜饮 (5) 生大黄藕粉糊 (6) 荠菜藕节粥
(7) 丹皮鲜藕羹 (8) 旱莲草白茅根鲜汁 (9) 拌榆钱
(10) 凉拌荠菜 (11) 荠菜炒冬笋

(二) 瘀热阻滞型(158)

- (1) 三七大黄蜜饮 (2) 二花黄芩凉茶 (3) 鲜藕汁冲服云南白药 (4) 三七藕汁蛋羹 (5) 凉拌刺儿菜

(三) 气不摄血型(160)

- (1) 人参龙眼地榆粥 (2) 花生莲子羹 (3) 鸽肉红枣饭

- (4) 白参莲房汤 (5) 芪枣阿胶汤 (6) 蛎肉山药汤 (7) 黄芪
旱莲草排骨汤 (8) 鸽肉参芪汤

肛门术后尿潴留

一、概述(164)

二、辨证施食(165)

(一) 气血瘀阻型(165)

- (1) 沉香琥珀蟋蟀粉 (2) 蟋蟀蛻螂粉 (3) 制大黄蒿蓄茶
(4) 白茅根酢浆草汁

(二) 气化无力型(166)

- (1) 黄芪肉桂车前饮 (2) 补中益气苡蓉饮 (3) 黄芪升麻车
前饮 (4) 白参肉桂蝼蛄粉 (5) 苜蓿豆皮

(三) 肝郁气滞型(168)

- (1) 柴胡淡竹叶饮 (2) 香附青皮通草饮 (3) 瞿麦金枝叶茶
(4) 香附荠菜红茶



痔 疮

一、概述

痔疮是发生在肛门内外的常见病、多发病。据国内普查报告资料,肛门直肠疾病的发病率为 59.1%,其中痔疮的发病率占肛肠疾病的 87.25%,所以我国民间有“十人九痔”的俗语。痔疮是人体直肠末端粘膜下和肛管及肛缘皮下静脉丛瘀血曲张、扩张形成的柔软的血管瘤样病变。痔疮由于发生的部位不同,可分为外痔、内痔、混合痔三种。

外痔位于齿线以下肛管粘膜皮肤区,由外痔静脉丛曲张、破裂或结缔组织炎性增生而形成。通常分为四种,即血栓外痔、静脉曲张外痔、结缔组织外痔和炎性外痔。外痔以肛门疼痛和异物隆起为主要临床表现。部分外痔与内痔同时存在,形成混合痔。

内痔发生于肛管齿线上方直肠末端的粘膜区,由直肠末端粘膜下静脉丛曲张、窦状血管扩张或直肠海绵体增生而形成。以大便带血,血色鲜红或便时肛内肿物脱出等临床表现为特征。内痔通常分为三期:

一期内痔:有时便血。窥镜下有小的粘膜隆起,不脱出肛门外,痔核多为扁平状,质软,表面呈朱红色。

二期内痔:间歇便血。大便时痔核脱出,便后可自然回缩于肛门内。痔核增大,粘膜增厚,呈紫红色。

三期内痔:少量便血或不便血。痔核经常脱出于肛

门外,需手法复位或卧床休息后方能缩回肛内。痔核粘膜肥厚,表面纤维化,多呈灰白色。痔核内易形成血栓,痔核肿胀。可发生嵌顿、绞窄和坏死,局部出现剧烈疼痛。

混合痔则具备内、外痔二者的特点,由内、外痔静脉丛同时曲张而成,其发病原因也与内、外痔相同。发作时则以其中某一症状为主或兼而有之。根据发病部位,发生于右前、右后或左中的称为母痔;其他部位者称为子痔;呈环状绕肛门一周者称为环状混合痔;炎性水肿脱出不能还纳者称为嵌顿痔。

中医认为,痔疮大多由于热伤肠络或湿热下注,或脾胃虚弱,或阴虚肠燥,以致气血瘀滞,筋脉扩张而成。痔疮患者的饮食原则是:宜食营养丰富,易于消化而又能保持大便通畅的食物,如芹菜、菠菜、丝瓜、苦瓜、冬瓜、黄豆芽、豆制品、黑鱼、甲鱼、香蕉、柿饼、生梨、山芋、绿豆、荸荠等。如有痔疮出血,可食鲜藕、荠菜、马兰、马齿苋、槐花、无花果、银耳等食物;忌食辣椒、烟、酒、羊肉、狗肉、猪头肉等辛辣刺激及温热食物,忌食煎烤、香燥、温燥类食物。食物疗法对痔疮有治疗或辅助治疗作用,辨证施食,针对性更强,效果更佳。

二、辨证施食

(一) 热伤血络型

〔主要症状〕 大便下血,色泽鲜红,便血呈滴状或喷射状,肛门坠胀,肿物脱出或不脱出,肛门灼热或有痒痛,大便秘结,小便黄赤,舌质红,苔黄燥,脉浮数。

〔食疗原则〕 清热凉血,润燥止血。

〔食疗验方〕



1 当归地黄地榆饮

当归地黄地榆饮

〔原料〕 当归炭 10 克, 生地黄 12 克, 地榆炭 12 克, 槐花 10 克, 侧柏炭 10 克, 荷叶炭 15 克, 蜂蜜 20 克。

〔制作〕 将上述前 6 味入锅, 加适量水, 煎煮 40 分钟, 去渣取汁, 待药汁转温后调入蜂蜜即成。

〔吃法〕 上下午分服。

〔功效〕 清热凉血。适用于热伤血络型痔疮出血。

2 地榆槐花蜜饮

地榆槐花蜜饮

〔原料〕 地榆炭 30 克, 槐花 30 克, 蜂蜜 20 克。

〔制作〕 将地榆炭、槐花洗净, 入锅, 加适量水, 大火煮沸, 改小火煎煮 30 分钟, 去渣取汁, 待药汁转温后, 调入蜂蜜, 拌匀即成。

〔吃法〕 上下午分服。

〔功效〕 清热凉血止血。适用于热伤血络型痔疮, 对痔疮伴有便血者尤为适宜。

3 地黄赤芍蜜饮

地黄赤芍蜜饮

〔原料〕 生地 15 克, 赤芍 10 克, 黄连 3 克, 黄芩 10 克, 升麻 10 克, 荆芥 6 克, 槐角 10 克, 生甘草 3 克, 蜂蜜 30 克。

〔制作〕 将上述前 8 种中药洗净后入锅, 加适量水, 大火煮沸, 改小火煎煮 30 分钟, 去渣取汁, 待药汁转温后, 兑入蜂蜜, 调匀即成。

〔吃法〕 上下午分服。



地黄

〔功效〕 祛风清热，凉血润燥。适用于热伤血络型痔疮。

4

鱼腥草山楂茶

〔原料〕 鱼腥草 20 克，生山楂 10 克，白糖 10 克。

〔制作〕 将鱼腥草、生山楂洗净入锅，加适量水，煎煮 30 分钟，去渣取汁，待药汁转温后调入蜂蜜，搅匀即成。

〔吃法〕 代茶，频频饮用。

〔功效〕 清热解毒，凉血止血。适用于热伤血络型痔疮，对肛门肿痛明显者尤为适宜。

5

槐花芹菜粥

〔原料〕 槐花 20 克，芹菜 50 克，粳米 50 克，红糖适量。

〔制作〕 将槐花烘干研成末。粳米淘净入锅，加适量清水，用大火煮沸，改小火煮成稀粥，粥将成时加入槐花、芹菜、红糖，再煮一沸即成。

〔吃法〕 早餐顿食。

〔功效〕 清热凉血止血。适用于热伤血络型及血分有热所致痔疮出血。

6

银花扁豆粥

〔原料〕 银花 15 克，扁豆 30 克，白糖适量。

〔制作〕 将银花放入锅内，加适量水，大火烧沸，再转小火煎煮 5 分钟，去渣留汁，加入洗净的扁豆，置大火上烧沸，转用小火炖至扁豆熟烂，调入白糖即成。

〔吃法〕 早餐顿食。

〔功效〕 疏风清热，健脾益气。适用于热伤血络型痔疮，对兼有脾虚者尤为适宜。