

<<扶阳食疗效验良方>>

图书基本信息

书名：<<扶阳食疗效验良方>>

13位ISBN编号：9787507738469

10位ISBN编号：7507738469

出版时间：2011-8

出版时间：学苑出版社

作者：严雪梅 等主编

页数：334

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<扶阳食疗效验良方>>

### 内容概要

继《扶阳食疗法要》之后推出《扶阳食疗效验良方》，二者互为补充，前者授人以渔。后者授人以龟，二者兼得。其中，名方验案少有重复，要互映霞晖。

书中将肺系病证、心系病证、脾胃病证、肾膀胱证、气血津液病证、妇科杂症等数十种常见病症的食疗效验方按常用扶阳食物分类列出，从性味归经、功能主治及食疗药膳的制作等方面加以介绍，使读者了解扶阳药膳食疗的食用时机，如何选择以及如何制作。希望能给广大读者在扶阳养生疗疾方面带来帮助。

<<扶阳食疗效验良方>>

书籍目录

肺病症  
感冒  
生姜饴糖饮  
生姜杏仁猪肺汤  
咳嗽  
白果双菇炒鹌鹑蛋  
蛤参酒  
核桃炒鸡胗  
加味干姜粥  
辛味莴苣  
喘病  
银杏鸡丁  
白果鸡蛋  
苏子汤圆  
人参蛤蚧粥  
核桃粥  
桂心粥  
姜豉饴糖  
蛤蚧核桃炖双鹌  
核桃姜杏糊  
四仁鸡子羹  
双杏全肺汤  
人参胡桃鸡汤  
核桃白果生姜汤  
人参五味茶  
杏仁鲫鱼汤  
枣杏炖鸡  
蛤蚧羊肺汤  
参蚧杏仁粉  
杏仁蜂蜜猪肺汤  
人参蛤蚧山鸡煲  
橘红糕  
核桃骨脂胶冻  
肺癌  
苡米杏仁粥  
心系病症  
脾胃病症  
肾病症  
气血津液病症  
妇科杂症

## <<扶阳食疗效验良方>>

### 章节摘录

版权页：（制法） 将莲子，鸡头米洗净，放于带盖的容器内。

加热水泡上。

茯苓、山药不用泡。

将猪肚的黏液，撒上盐搓洗后，用清水洗净，切成小块。

将芡实，莲子，茯苓、山药及浸泡水倒入砂锅，加入猪肚倒入适量水、酒，用小火熬。

待猪肚煮烂，盛入大碗内，食用时不放盐，可以加酒食用。

（功效）益脾养胃，助阳止泻。

（释义）莲子：甘涩平，归脾肾心经，其甘可补脾，涩能止泻，既可补益脾气，又能涩肠止泻，用治脾虚止泻，食欲不振者。

芡实：又名鸡头米，甘涩平，主脾、肾经，其既能健脾除湿，又能收敛止泻，适用于脾虚泄泻者。

山药：亦药亦食，甘平，归肺脾肾经，能补脾益气，多用于脾气虚弱消瘦乏力，食少，便溏等。

茯苓：甘淡平，归心脾肾经，其能健脾渗湿而止泻，尤宜于脾阳虚气化不足，进而湿盛泄泻。

猪肚：味甘，微温。

补中益气的食疗方多用之。

用于虚劳消瘦，脾胃虚腹泻，尿频或遗尿，小儿疳积。

常配其他的食疗药物，装入猪胃，扎紧，煮熟或蒸熟食。

本药膳以芡实、茯苓、山药、莲子合为“四神”，健脾止泻，固精止泻，佐以猪肚养胃健脾，共奏益脾养胃，助阳止泻之效。

（适应症）适用于久泻不止，脾胃虚弱，或小儿吐泻交作。

亦适用于脾胃阳气亏虚所致的白带清冷，量多不尽等。

（注意事项）阴虚燥渴、气滞胀闷者忌服。

## <<扶阳食疗效验良方>>

### 编辑推荐

《扶阳食疗效验良方》意在广大普通百姓之读者，以普及实用为主要特色，重实用重应用是其特点。希望能给广大读者在扶阳养生疗疾方面带来帮助。

<<扶阳食疗效验良方>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>