

<<中医药膳学>>

图书基本信息

书名：<<中医药膳学>>

13位ISBN编号：9787513210409

10位ISBN编号：7513210403

出版时间：2013-1

出版时间：谢梦洲 中国中医药出版社 (2013-01出版)

作者：谢梦洲 编译

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>

<<中医药膳学>>

内容概要

## &lt;&lt;中医药膳学&gt;&gt;

## 书籍目录

绪论 一、中医药膳学的基本概念 二、中医药膳学的研究内容 三、中医药膳学发展简史 四、中医药膳的现代研究与应用 第一章中医药膳的特点、分类和应用 第一节中医药膳的特点 一、历史悠久 二、隐药于食 三、辨证配伍 四、注重调理 五、影响广泛 第二节中医药膳的分类 一、按药膳功效分类 二、按药膳形态分类 第三节中医药膳的应用原则 一、平衡阴阳 二、调理脏腑 三、扶正祛邪 四、三因制宜 五、勿犯禁忌 第二章中医药膳学的理论基础 第一节中医药膳学的基础理论 一、以五脏为中心的整体观 二、以辨证论治原则指导施膳 三、阴阳五行理论的应用 第二节中医药膳学的药性理论 一、四性 二、五味 三、升降浮沉 四、归经 五、毒性 第三节中医药膳学的配伍理论 一、药膳配伍原则 二、药膳配伍的选料方法 三、药膳配伍禁忌 第四节中医药膳学的治法理论 一、汗法 二、下法 三、温法 四、消法 五、补法 六、理气法 七、理血法 八、祛湿法 第三章中医药膳制作的基本技能 第一节中医药膳原料的炮制 一、炮制目的 二、炮制方法 三、药液制备法 第二节中医药膳制作工艺 一、药膳制作特点 二、药膳制作要求 三、药膳制作方法 中篇药膳原料 第四章食物类原料 第一节粮食类 一、谷物类 粳米 糯米 小麦 大麦 荞麦 高粱 粟米 玉蜀黍 薏苡仁 番薯 马铃薯 二、豆类 黄大豆 黑大豆 赤小豆 绿豆 绿豆芽 白扁豆 豌豆 蚕豆 刀豆 豇豆 豆腐 第二节蔬菜类 一、瓜茄类 冬瓜 丝瓜 南瓜 黄瓜 苦瓜 番茄 茄子 辣椒 二、根茎类 莱菔 胡萝卜 藕 百合 慈菇 山药 魔芋 三、茎叶类 旱芹 水芹 苋 黄芽白菜 苤菜 甘蓝 芸薹 菠菜 蕹菜 韭菜 金针菜 莴苣 茼蒿 芥菜 冬葵叶 落葵 胡荽 椿叶 芜菁 茭白 洋葱 葱白 毛笋 芦笋 第三节野菜类 马齿苋 鱼腥草 枸杞叶 荠菜 蕨 第四节食用菌类 蘑菇 香菇 猴头菌 木耳 银耳 第五节果品类 一、鲜果类 梨 桃 柿子 杏子 枇杷 无花果 石榴 青梅 橘 大枣 葡萄 …… 第五章药物类原料 下篇药膳配方 第六章解表类 第七章清热类 第八章泻下类 第九章温里祛寒类 第十章祛风湿类 第十一章利水渗湿类 第十二章化痰止咳平喘类 第十三章消食解酒类 第十四章理气类 第十五章理血类 第十六章安神类 第十七章平肝潜阳类 第十八章固涩类 第十九章补益类 第二十章养生保健类

## &lt;&lt;中医药膳学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：【主治与应用】燥热伤津证。

适用于温病邪伤津液所致身热不甚、口中燥渴、心中烦热、干咳不已、咽喉肿痛，甚或痰中带有血丝、舌干燥无苔、脉细数等症。

本方亦可用于秋季燥热伤肺引起的干咳、咽痛。

此外，慢性支气管炎、慢性咽炎、急性肺炎恢复期症见燥热伤津者均可用本膳。

【方解】本方所治之证为热邪或燥邪灼伤肺胃津液所致，治宜清热养阴，生津润燥。

方中梨味甘微酸，性质寒凉，入肺、胃二经，具清热化痰，生津润燥之功。

荸荠又名“马蹄”，味甘性平，有凉润肺胃，清热化痰的作用。

鲜藕能清热生津，凉血止血。

本品取鲜汁，更能发挥其清热生津之功。

芦根，味甘性寒，长于清泻肺胃气分热邪，生津除烦，解毒止呕。

麦门冬甘寒质润，入肺、胃、心经，功能滋肺养胃以润燥生津，清心养阴以除烦宁心。

方中五味均属甘寒清润之品，且都为鲜品，富含汁液，共奏清热养阴、生津止渴之功，是退热除烦、止渴疗嗽之佳品。

临床上对温邪灼伤肺胃，口渴心烦，干咳不止与温病后期身热不退等症，皆有良效。

此外，本方还有解酒清热生津、除烦止渴降逆的作用，亦用于饮酒过多所致头痛烦渴、噎气呕逆等症的调治。

【使用注意】本膳性凉，适用于燥热伤津证。

素体阳虚或脾胃虚寒者不宜多服。

【附方】五汁饮（《重订广温热论》）：鲜生地100g，鲜石斛100g，鲜芦根50g，生梨200g，甘蔗100g。

同上方方法以洁净的纱布绞挤取汁饮用即可。

功用清热润燥，养阴生津，且增加了清胃经火热之力，除上述病证外，还可用于内伤消渴和呕吐等症。

生地黄粥【来源】《二如亭群芳谱》【组成】生地黄汁50ml，生姜2片，粳米60g。

【制法用法】生地黄适量，洗净切段，绞汁备用。

先用粳米加水煮粥，煮沸数分钟后加入地黄汁与生姜片，煮成稀粥食用。

【功效】清热养阴，凉血止血。

【主治与应用】热伤阴虚证。

适用于周身烦闷不适、五心烦热、头晕目眩、口燥咽干、舌红少苔等症的患者，也适用于热入营血引起的高热心烦、吐衄发斑或热病后期出现低热不退等症。

还可用于慢性胃炎、糖尿病、甲状腺功能亢进、围绝经期综合征等属于阴虚内热证者。



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>