第一图书网, tushu007.com

# <<膳食疗方>>

## 图书基本信息

书名：<<膳食疗方>>

13位ISBN编号：9787565001949

10位ISBN编号：7565001945

出版时间：2010-6

出版时间：合肥工业

作者：许静静

页数：248

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

## 前言

随着时代的发展、科技文明的进步，医疗水平也在不断地提高，但也存着一个不可否认的事实，那就是与过去相比，我们的健康状况却越来越差。
尤其是那些与过去贫困病不同的现代文明病大量出现，对人们健康构成了严重威胁。
例如，电脑病、空调病、肥胖病、心脑血管疾病、亚健康等疾病的发病率逐年上升，发病群体的平均年龄越来越低；另外，同时患以上几种疾病的人也呈现越来越多的趋势。
在这些疾病面前，我们看到了西医的束手无策，但我们更多的是见证了中国传统医学的神奇。
基于这种神奇，我们特组织人员编写了这套《中国传统医疗与保健丛书》，以应对当今人们健康所面临种种疾病的威胁。
本丛书第一批出版的共7册，它们分别是、《百草良方》、《偏方大全》、《膳食疗方》、《饮食宜忌》、《常见病自诊自疗》、《白话（本草纲目）》、《白话（千金方）》。
在本丛书中，《百草良方》以《本草纲目》为本，从中选出人们日常生活中常见、易寻的百种中草药，并对这些中草药的形态特征、功效等进行了详细介绍，同时汇集了大量验方。
《偏方大全》参考国内同类书籍，收集了药味不多，却对某些病证具有独特疗效的几百首方剂。
为了查找方便，本书将其分为内科偏方、外科偏方、儿科偏方、妇科偏方、男科偏方、五官科偏方、皮肤科偏方、美容偏方、解毒偏方等。
《膳食疗方》是从古今关于药膳研究的书籍以及民间广为流传的食疗经验中精选出几百个简便而又有效的家庭食疗方汇集而成。

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

《膳食疗方》从中选出人们日常生活中常见、易寻的百种中草药，并对这些中草药的形态特征、功效等进行了详细介绍，同时汇集了大量验方。
《偏方大全》参考国内同类书籍，收集了药味不多，却对某些病证具有独特疗效的几百首方剂。
为了查找方便，《膳食疗方》将其分为内科偏方、外科偏方、儿科偏方、妇科偏方、男科偏方、五官科偏方、皮肤科偏方、美容偏方、解毒偏方等。
《膳食疗方》是从古今关于药膳研究的书籍以及民间广为流传的食疗经验中精选出几百个简便而又有效的家庭食疗方汇集而成。

# <<膳食疗方>>

## 书籍目录

感冒神仙粥双花饮玉屏风饮饮漱茶水鸡蛋葡萄酒慢性阻塞性肺病桑菊白糖饮双花二汁饮紫苏红糖汤葱豉三子饮胆汁黑豆大蒜炒肉百合糖柚麻黄牛肉葱姜汤四仁蒸蛋芝麻油炸核桃仁哮喘柴胡冰糖饮麻杏豆腐汤天门冬豆浆砂糖鱼骨粉五味鸡蛋五龙戢菜汤黄龙麻糖猪肺萝卜汤麻杏猪肚米汤猪睾核桃炖兔脑黄酒炖羊胎肺栓塞木耳苹果汤麻油西红柿汤瓜蒌薤白桃仁汤洋参三七茶甜瓜蜜汁水蛭龙眼高脂血症黑豆粥蒜泡菜鱼红薯鱼饼冬瓜海带汤五香兔丁茄子烧鳝豆豉魔芋黑木耳豆腐芥菜萝卜汤高黏血症麻油红花豆藿香鲫鱼汤芝麻海带汤紫苏鱼鲜果蔬汁耳果降黏汤降脂降黏饮高血压鸭掌豆腐皮金针菇烧鳝鱼萝卜鲫鱼汤魔芋烧海参芝麻煮海带天麻鱼头蟹壳蘑菇梨汁奶低血压鹿茸蛋升压茶参芪鸡冠心病玉竹心子芪参烧活鲤生地红花肉丝黑木耳鱼片姜附炖狗肉洋参莲子汤丹参鸡川芎红花牛肉丸肥胖病清蒸茄子荷薏粥冬笋烧鲤鱼刮油茶仙灵海茶脂肪肝姜蒜空心菜脊骨海带汤木耳橄榄鱼片泥鳅豆腐当归郁金楂橘饮代谢综合征洋姜燕麦粥醋泡蒜大黄蜂蜜茶荷楂茶仙人掌玉米饼消腹肥茶黄首泽楂茶糖尿病美乐饼双桂鱼山南荞麦面羊栖菜沙拉麻油豆豉米糠牛肝羹凉拌苦瓜素炒蕹菜痛风祛痛风茶牛膝木瓜汤瞿麦金钱饮骨质疏松症泥鳅菜豆腐豆豉鱼沙参骨头汤虾皮豆腐白菜汤水煮田螺杞桃鸡丁蟹肉玉盒葛粉羹肾病金蝉蜂蜜饮苡仁赤豆粥玉米须茶清蒸冰糖甲鱼赤豆鲤鱼汤砂仁蛙益母草红糖汤黄芪杞子鸡乙型肝炎牛膝煲乌鱼马兰香鸡玄驹蒸蛋菇枣鲫鱼独头蒜炖田螺胆囊炎胆石症柳叶茶鲜姜汁菠菜木耳肉片-牛奶芝麻核桃兔丁慢性胃病仙人掌炒牛肉槟榔蜜饮大黄酒蒲公英粥丁香桂胡鸡辣椒肉丁大蒜烧鲢鱼乌贝田螺蜜黄芪猪肚玫瑰乌梅饮便秘首乌炖鸡冬葵猪血羹素烧魔芋紫菜汤黄芪党参烧鲤鱼参麦炖嫩鸭肉苁蓉韭菜炒虾仁麻仁糕缺铁性贫血大枣木耳粥黑芝麻粥鸭肝荞麦面龙眼花生小米粥补血包子红杞鸡蛋血旺豆腐菠菜猪肝汤熟地蒸鸭血归芪煲母鸡阿胶肥肠菇腿鱼番茄炒鹅肝红糖蛋猪蹄姜汁黄鳝饭白细胞减少症和粒细胞缺乏症芪贞饮黄精苡仁粥紫河车粥四君鸭芪血鸡汤人参冰糖饮疲劳综合征人参汤圆黄芪乌鸡煲山药鳗鱼抑郁症黄花木耳汤麻油豆腐皮香蕉拼盘玫瑰花烤猪心勃起功能障碍韭菜炒虾仁龙马童子鸡单鞭救主罗汉大虾虫草炖水鸭……癌症脱肛类疝气类丹毒类疖类疖疮类冻疮类急性乳腺炎类血栓闭塞性脉管炎类痤疮类酒糟鼻类荨麻疹类湿疹类斑秃类脚气类骨折类慢性鼻炎类

## 章节摘录

急性乳腺炎是由细菌感染引起的乳腺组织急性化脓性病变，多见于哺乳期和初产后3～4周的妇女，由致病菌——金黄色葡萄球菌、白色葡萄球菌和大肠杆菌引起。
病初仅表现为乳房部红肿热痛，如处理不及时，可形成脓肿、溃破或瘘管。
常伴有皮肤灼热、畏寒发热、患乳有硬结、触痛明显、同侧腋窝淋巴结肿大等症状。
中医称本病为“乳痈”，又名“吹乳”。
哺乳期发生者称外吹乳痈，怀孕期发生者称内吹乳痈。
临床可分为乳汁瘀积、热毒酿脓、溃后正虚三个症型。
（1）乳汁瘀积型：症见乳房胀痛，皮肤不红或微红，排乳不畅，可扪及大小不等的结块，压痛，伴恶寒发热，头身疼痛，大便干结，舌淡红，苔薄白，脉浮数。
治宜疏风清热，通乳散结。
（2）热毒酿脓型：症见乳房红肿灼热，疼痛较甚，或有跳痛，全身高热，烦躁，口渴引饮，纳谷不香，大便秘结，小便黄赤，舌红，苔黄，脉滑数或弦数。
治宜清热解毒，托里透脓。
（3）溃后正虚型：症见乳痈溃后，脓泄热退，局部疮口脓液稀薄，肉芽不鲜，生长缓慢，面色少华，乏力，舌淡，苔薄、脉细数。
治宜扶正补虚，活血生肌。

## 编辑推荐

《膳食疗方》编辑推荐：［材料］西洋参6克，莲子15克，冰糖10克。
［用法］(1)将西洋参切成薄片，莲子洗尽不去心。
(2)将洋参片、莲子、冰糖一起入锅，加水300毫升，小火煮至莲子软烂即成。
当饮料频频饮用。
本方主治气阴两虚的冠心病、心率不齐。
西洋参气阴双补，莲子养心安神，与冰辖配。
增强养心补气阴之力。
西洋参有营养心肌和抗疲劳的作用。
莲子中的莲心含莲心碱，有抗心肌缺血、抗心律失常的功效，所以对气阴两虚的冠心病、心率不齐有良效。

第一图书网, tushu007.com



## 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