

常见病 **药膳** 调养丛书

丛书主编 周文家 崔玉慧

肝 炎



四季饮食

本书编著 王 虹 徐工学



《肝炎四季饮食》

【作 者】王虹，徐工学 编著

【丛书名】常见病药膳调养丛书

【形态项】112 页；20cm

【出版项】辽宁科学技术出版社，2003

【ISBN 号】7-5381-3830-7 / R575.105

【原书定价】20.00

前 言

食疗是在中医理论指导下经过千百年实践形成的独特的理论体系，被历代医家所推崇，为历代百姓所应用。在科学技术高度发达的今天，人们仍喜欢用食疗来调整人体阴阳平衡，补充营养物质，达到防病治病的目的。因为我国一年四季气候变化较大，中医学认为，干燥的气候容易伤肾，偏热偏寒的气候容易伤心肺，多风或大风气候容易伤肝，寒湿或湿热的气候易伤脾胃，所以，应根据气候变化特点，择时进行补益。但是，如何做到合理安排病人饮食，怎样用药食两用的物品做成药膳，则是摆在人们面前的难题。为了满足广大读者的愿望，我们组织这方面的专家，编写了“常见病药膳调养丛书”。

这套丛书包括《脂肪肝四季饮食》、《高血压四季饮食》、《高脂血症四季饮食》、《糖尿病四季饮食》、《慢性胃炎四季饮食》、《慢性肾炎四季饮食》、《癌症四季饮食》、《肥胖症四季饮食》、《胆囊炎·胆石症四季饮食》、《痛风四季饮食》、《肝炎四季饮食》11个分册。均由临床经验丰富的药膳专家编写、制作。这11种书不仅介绍了疾病的防治常识和四季饮食膳方，还详细介绍了每款膳食的原料、制作方法、食用方法以及功效主治，并逐一用彩色图片表示。从而突出了可操作性和有效性，可使读者能够准确地使用补益类中药，正确地制作防病膳食，安全地择时应用，有利于强身保健。

人人需要健康，人人渴望健康，实现人人健康，重要的是要从自己做起，要养成健康的习惯，调整心态，平衡饮食，加强锻炼。愿本书能为您的健康提供帮助，成为您生活中的朋友。

编著者

目 录

一、肝炎四季食膳

春季饮食

1. 菊花龙井茶 1
2. 翡翠红螺汤 2
3. 鸡骨草饮 4
4. 醋骨汤 5
5. 白玉猪小肚汤 6
6. 炒鲜菇 8
7. 楂七饮 9
8. 灵芝银耳羹 10
9. 雪梨荸荠瘦肉汤 12
10. 甘绿鲜藕炖瘦肉 13
11. 金针豆腐羹 14
12. 鱼腥草海蜇莴苣 16
13. 菠菜肝片 18
14. 丹参膏 19
15. 香菇烧菜花 20
16. 泥鳅炖豆腐 21

夏季饮食

1. 茵陈蚬肉汤 22
2. 黄瓜皮汤 23
3. 鲤鱼汤 24
4. 瓜皮茅根汤 26

5. 玉米须枣豆粥 27
6. 白术苡仁饭 28
7. 茵陈粥 29
8. 红花海蜇 30
9. 茯苓赤豆薏米粥 31
10. 车前饮 32
11. 夏枯草瓜络饮 33
12. 决明烧茄子 34
13. 茵黄绿茶饮 36
14. 二豆饭 37

秋季饮食

1. 萝卜片炒猪肝 38
2. 甲鱼猪髓汤 39
3. 乌鸡补血汤 40
4. 桑寄生芦根煲黄鳝 42
5. 番茄煮牛肉 43
6. 红枣花生汤 44
7. 萝卜三园 45
8. 桂圆炖团鱼 46
9. 蘑菇银耳焖豆腐 48
10. 糯米百合粥 49
11. 蜜饯萝卜 50

12. 玉竹炖鱼头	51	7. 羊肝煎	66
13. 首乌炖猪肝	52	8. 枸杞鸡蛋汤	67
14. 丹参粥	54	9. 枸杞糯米饭	68
15. 枸杞油焖大虾	56	10. 陈皮牛肉	70
冬季饮食		11. 陈皮粥	72
1. 鸡肝粥	58	12. 酱醋羊肝	73
2. 茴香猪肝	59	13. 杞枣煲蛋羹	74
3. 菇杞肉	60	14. 醋梨	76
4. 五味子膏	62	15. 冬虫夏草枣	77
5. 陈皮红枣汤	63	16. 仙茅菟丝子炖羊肉	78
6. 海参猪肉饼	64	17. 当归生姜羊肉汤	80

二、认识肝炎

1. 常见肝病有几类	81	3. 应了解肝炎的分期	82
2. 什么样的人易患肝炎	81	4. 肝炎病毒如何损害肝脏	82

三、肝脏疾病的症状

1. 肝区痛不要忽视，应去医院检查	84	5. 肝炎病人应注意防止出血	86
2. 患了肝炎后人会感到很疲劳	84	6. 手掌发红、胸面部出现红色斑点，应怀疑肝脏有病变	87
3. 厌油腻食品是肝脏功能下降的表现	85	7. 肝炎病人尤要注意血糖值，避免合并糖尿病	87
4. 体温紊乱也是肝炎的表现	86		

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>