

医生推荐的食疗方

>>单方

每次用量为7~15克，水煎服。

>>复方

复方1:

〔组成〕 葛根、黄芪、淮山、玄参、益母草、丹参各30克，熟地黄、杜仲、大芸、瓜蒌皮、薤白、枸杞子各20克，鸡内金、当归、苍术、广木香、赤芍、川芎各10克

〔用法〕 每日1剂，水煎服200毫升。

〔功效〕 益气养阴、活血降糖。

〔适应证〕 糖尿病并发冠心病。

复方2:

〔组成〕 葛根、枸杞子各25克，赤参15克

〔用法〕 每日1剂，水煎2次，取汁400毫升，早饭前和晚饭后各服200毫升，2个月为1疗程。

〔功效〕 消渴降糖。

〔适应证〕 糖尿病并发冠心病者加黄芪、琥珀、三七、丹参、龙齿；并发高血压者加夏枯草、菊花、钩藤、生地黄、羚羊角；并发肺结核者加百部、百合、功劳叶、鳖甲、知母。

>>偏方

〔组成〕 葛根、石菖蒲、水蛭各10克，瓜蒌、天花粉各25克，丹参30克，赤芍、地龙各15克，鸡血藤15~30克

〔用法〕 每日1剂，水煎服。

〔功效〕 化痰活血。

〔适应证〕 糖尿病并发脑血管病变，证属痰瘀阻络型。症见口眼歪斜、舌强语塞、半身不遂、头晕耳鸣、脉弦细。

>>药膳

葛根炖牛肉

〔材料〕 葛根10克，牛肉100克，白萝卜200克，山楂、姜各少许

〔调料〕 料酒1大匙，盐少许

〔做法〕 1. 葛根洗净切片，山楂切片；牛肉切3厘米的方丁；白萝卜切3厘米的方丁；姜拍松。
2. 葛根、山楂片、牛肉块、料酒、白萝卜块、盐、姜一同放入锅内，加水800毫升，用大火烧沸，再用小火炖1小时即可。

〔功效〕 养脾胃、清肺热。



一川芎

黄精

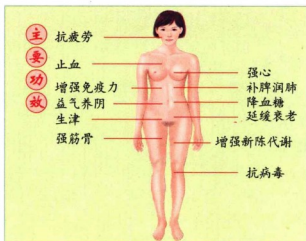


【药材性状】

黄精根茎结节状，一端粗，类圆盘状，一端渐细，圆柱状，全形略似鸡头，长2.5~11厘米，粗端直径1~2厘米，常有短分枝，上面茎痕明显，圆形，微凹，直径2~3毫米，环节明显，节间距离5~15毫米，有较多须根或须根痕，直径约1毫米。表面黄棕色，有的半透明，具皱纹；圆柱形处有纵行纹理。质硬脆或稍柔韧，易折断，断面黄白色，颗粒状，气微，味微甜。

【有效成分】

天门冬氨酸、高丝氨酸、毛地黄糖苷、萜醌类化合物、黏液质、糖类、烟酸、锌、铜、铁



降糖原理

药理实验证明，黄精煎剂可使正常动物的血糖先升后降，对肾上腺素高血糖动物油明显地降糖作用。黄精水煎剂和乙醇提取物拌和饲料喂高血脂症大鼠，能明显降低血清总胆固醇及甘油三酯含量。100%的黄精煎剂灌服高血脂兔，每日5毫升2次，共30日，与对照组相比，在给药后第10、20、30日甘油三酯、脂蛋白、血胆固醇均有明显下降。因此，黄精对糖尿病并发高血脂症有显著疗效。

服用宜忌

中寒泄泻，痰湿痞满气滞者忌服。服用量不可过大，否则易产生气壅，最好与陈皮这类理气药相配。

药物配伍

◎黄精与赤芍共用，有改善心肌供血、缓解心绞痛之效，适用于冠心病。

◎配沙参、川贝母、知母等同用，能滋肾阴、润肺燥，辅助治疗阴虚肺燥咳嗽。

◎配地黄、天冬、百部等同用，适用于劳嗽久咳。

◎与石斛、麦冬、山药等同用，用于脾胃阴虚而致口干食少，饮食无味，舌红无苔者。

医生推荐的食疗方

>>单方

每日用量为10~18克，水煎服，或入丸散剂。

>>复方

复方1:

〔组成〕黄精、地骨皮、薏米各20克，丹参、茯苓、扁豆、山药、枸杞子各15克，葛根、太子参各30克，大黄6克，三七3克

〔用法〕每日1剂，水煎服，分2次服用，30日为1个疗程。

〔功效〕补肾、滋阴、清热。

〔适应证〕糖尿病消渴症。

复方2:

〔组成〕黄精15克，葛根25克，枸杞子25克，赤参15克，乌梅10克，天花粉12克，黄芪30克，黄连3克

〔用法〕每日1剂，水煎服。

〔功效〕益气养阴、清热生津。

〔适应证〕糖尿病病情反复，并发冠心病、高血压、皮肤瘙痒、白内障等症。

>>偏方

〔组成〕黄精、生地黄、元参、丹参各30克，葛根、知母各15克，枳壳、黄连、大黄各10克，甘草6克

〔用法〕水煎服，每日1剂。

〔功效〕滋阴清热、生津止渴。

〔适应证〕适用于Ⅱ型糖尿病阴虚化热型。

>>药膳

黄精鳝片

〔材料〕黄精10克，鳝鱼600克，莴笋150克，姜适量

〔调料〕盐、味精、胡椒粉、菊糖、料酒、水淀粉、高汤、香油各适量

〔做法〕1.黄精用温水洗净，剥成细末，鳝鱼宰杀洗净，片成薄片；姜洗净，剥成末；莴笋削去皮，切片。

2.将黄精末、盐、味精、胡椒粉、菊糖、料酒、水淀粉、高汤调成汁。

3.油锅烧至七成热时，下鳝鱼片爆炒，快速滑散，随即下姜末、莴笋片炒几下，倒入调好的汁勾芡，淋上香油装盘。

〔功效〕补肾、降糖。



一大黄

山茱萸



【药材性状】

本品呈不规则的片状或囊状，长1~1.5厘米，宽0.5~1厘米。表面紫红色至紫黑色，皱缩，有光泽。顶端有的有圆形宿萼痕，基部有果梗痕。质柔软，气微，味酸、涩、微苦。

【有效成分】

马钱苷、山茱萸苷、熊果酸、莫诺苷、獐牙菜苦素、单宁



降糖原理

山茱萸提取物对正常大鼠的血糖无明显影响，而对肾上腺素或四氧嘧啶诱发的动物糖尿病有明显的降血糖作用，并能降低高血糖动物的全血黏度和血小板聚集性，因此山茱萸对I型糖尿病有辅助治疗作用。山茱萸的乙醚提取物具有明显的降低尿糖作用，且进一步证实了熊果酸是山茱萸抗糖尿病的活性成分。

服用宜忌

凡命门火炽、强阳不痿、素有湿热、小便淋涩者忌服。

药物配伍

- ◎山茱萸与熟地、枸杞子、菟丝子、杜仲等配伍应用，常用于辅助治疗肝肾不足，头晕目眩，耳鸣，腰酸等疾病。
- ◎与熟地、菟丝子、沙苑蒺藜、补骨脂等配伍同用，用于肾阳不足引起的遗精、尿频。
- ◎与龙骨、牡蛎等同用，用于虚汗不止。
- ◎与熟地、当归、白芍等配伍应用，可用于辅助治疗女性体虚、月经过多等症。

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/>