



東方藥膳

Oriental Medicated Diet

中文网址: 东方药膳
www.dfslw.com

2014年06月

- ◎ 芦荟是“宝”还是“草”
- ◎ 治疗糖尿病药膳二款
- ◎ 大脑供血不足的防治
- ◎ 滋补药中无尚之品——山药
- ◎ 治疗肝癌验方20则
- ◎ 月经不调药膳方集锦

蘆薈

性寒味苦
無毒有清
熱解毒明
目鎮心蘆
薈乃厥陰
經藥也其
功專于殺
蟲清熱。



中国首家药膳养生保健期刊



东方药膳

药疗食补 医食同源
杜病却疾 颐享天年

社长 周小青

主编 谭兴贵

副主编 谭楣 罗萍

谢梦洲 蒋俊和

责任编辑 廖泉清 罗萍

外文编辑 罗萍

美术总监 张小英

平面设计 易冰 洪婷

策划总监 王栋

发行部主任 侯丽梅

广告部主任 宋琦

终审 东方旭

终校 凌云

主管单位 湖南中医药大学

主办单位 湖南中医药大学

协办单位 世中联药膳食疗研究专业委员会

湖南省药膳食疗研究会

编辑出版 《东方药膳》杂志社

地址 湖南长沙市韶山中路113号

邮编 410007

电话 0731-8555-6807 8554-0052

传真 0731-8554-0052

网址 www.dfslw.com

中文网址 东方药膳

邮箱 dfx0845@163.com

国际标准刊号 ISSN1671-3591

国内统一刊号 CN43-1461/R

广告许可证 4300004000033

国内总发行 湖南省报刊发行局(邮发代号42-148)

国外总发行 中国国际图书贸易总公司(北京399信箱)

国外发行代号 M6514

订阅处 全国各地邮局

印刷 长沙世纪星彩印包装有限公司

国内定价 6.00元

国外定价 6.00美元

目录 2014.06

(月刊总179期 每月1日出版)

药膳天地 THE WORLD OF MEDICATED DIETS

04 “龙”药膳六则 赵德贵

临床药膳 CLINICAL MEDICATED DIETS

■常见病药膳 Medicated Diets For Common Ailment

- 06 急性肠炎药膳 江欣发
08 痢疾病药膳 江太发
09 止痢食疗谱七款 余力
10 骨科病人保养 是明启
11 低血压食疗十五则 于丽萍
12 药膳疗法使您肢体关节健康 陈剑声
13 治疗糖尿病药膳二款 陈文贵

■药膳单验方 Proved Medicated Diets

- 14 治蛋白尿食疗方两则 马宝山
14 湿疹小验方 周一海

■美容药膳 Medicated Diets For Beauty

- 15 减肥药粥六款 胡海

■男女药膳 Medicated Diets For Men And Women

- 16 月经不调药膳方集锦 王庭巧

■抗衰药膳 Medicated Diets For Aged Peoples

- 19 提高免疫力的药膳 宁在兰

■肿瘤药膳 Medicated Diets For Tumour

- 20 治疗肝癌验方20则 丽娜

■儿童药膳 Medicated Diets For Children

- 21 小儿遗尿药膳方 江太山

药膳坊 FOCUS OF MEDICATED DIETS

■时令药膳 Medicated Diets In Four Seasons

- 23 夏季药膳补阴为先 韦公远
24 夏季养生药饮6则 严永和

■家庭药膳 Medicated Diets Made At Home

- 24 百合药膳四款 马宝华
25 家常药膳 陈剑馨

■养生药酒 Healthy Tinctures

- 29 风湿、类风湿性关节炎的药酒治疗 程鸿

■补益靓汤 Delicious Tonifying Soup

- 31 益智健脑靓汤 安娜

■营养药粥 Nutritious Porridges

- 33 带下病、妊娠呕吐、妊娠水肿、先兆流产的药粥疗法
高原红

■保健药茶 Healthy Herb Tea

- 37 糖尿病的药茶治疗
白鸿飞

■美味菜肴 Superb Cuisines

- 41 药膳保健菜肴拾萃
袁秀芬

药膳研究 Studies Of Medicated Diets

■药膳方研究 Studies On Medicated Diets Prescription

- 44 中医中药自白
孔凡真

■养生中药 Herbs For Health Care

- 45 药食皆优的美味食品——蝉
赵福贵
- 47 滋补药中无尚之品——山药
赵 昌
- 49 活血调经益母草
张泽峰
- 50 “观赏药用并举的风仙花”补遗
邢湘臣
- 51 祛风消肿有白芷
周 玲
- 53 芦荟是“宝”还是“草”？
吕 斌

■养生食物 Foods For Health Care

- 56 药食俱佳的松子
郭旭光

常见病诊治 Treatments Of Common Diseases

- 57 咳嗽顽症,药膳除之
白云水
- 58 感冒的四种错误疗法
蒋晓梅
- 59 头晕眼花的治疗
李伟立
- 60 心脏病病人健康提示
蒋冬梅

■中医药防治 Preventive Treatments With Chinese Medicine

- 61 大脑供血不足的防治
王桂清

药食中毒解救 Treatments Of Medicine And Food Poisoning

- 63 金鸡勒、苕草、莨菪中毒解救方
吴康衡

■常用中药辨识 Identification Of Chinese Medicine

- 65 肉苁蓉真假辨
凌云志

百花园 Miscellanies

- 01 男子不育十因
风 云
- 66 溃疡病患者夏季注意事项
胡汉平
- 67 家长须注意宝宝不寻常的行为
周林海
- 69 养生妙联益康寿
李盛仙
- 70 老年再婚心理谈
王素丹
- 71 世界中联药膳食疗研究专业委员会学术年会会议通知

顾 问

杜子端 高鹤亭(日本)
项 平 周一谋 王世民 周文泉
周 衡 翁维健 窦国祥 彭铭泉 王者悦 李钟文
施 杞 钱永益 叶锦先

主 任

黄惠勇

委 员

陈抗生(香港) 谢文贤(香港)
洪安峰(台湾) 大岛正文(日本) 田中俊弘(日本)
安文生(韩国) 翁宗周(泰国) 黄惠勇
廖端芳 周小青 何清湖 彭清华 谭达全
刘昭纯 廖泉清 谢梦洲 葛金文 李海涛
谭兴贵 陈德兴 韦大文 王旭东 尚云青
邓 沂 赵炎成 马烈光 马宗华 郭 娇
高 鹤 易 蔚 聂 宏 谭 楣 蒋俊和

本刊声明

★欢迎赐稿,切勿一稿多投。所有来稿一律不退,敬请作者自留底稿。请作者在来稿时留电话,以便联系。

★来稿要求字迹清楚,用A4纸打印,医学专用词语要通俗,处方最好注明来源,以便查阅。

★来稿文责自负(对剽窃、抄袭他人的作品或侵犯他人著作权及其他权益者,本刊概不承担任何连带责任)。

★本刊所摘部分图文来自网络,作者姓名及地址不详,请相关作者与本刊编辑部联系,以便奉寄稿酬。

敬告读者

从2006年起原《药膳食疗》杂志改为《东方药膳》杂志,2013年改为大16开,72版面,其刊期、邮发代号均不变。若错过本刊邮局订阅期的读者,请直接汇款至本杂志社邮购,免收邮费,价格为6.0元/期。另外本社有少量的合订本:其中1995~1999年每年各为20元/本;2000~2001年每年各为30元/本;2002~2006年每年各为60元/本,需要挂号请另加3元。若有印刷装订质量问题(请拨1301728863)要求调换。凡在当地邮局订阅本刊者,若发生收不到杂志,请持“订单”到当地本刊的收订邮局(所)查询解决。

CONTENTS

Something Benefit to Chordapsus	Jiang Xinfu(06)
Medicated Diet for Dysentery	Jiang Taifa(08)
Treat Dysentery with Different Kinds of Medicated Diet	Yu Li(09)
What Should Eat for Hypotension	Yu Liping(11)
Dietotherapy of Albuminuria	Ma Baoshan(14)
Proved Recipe Treat Eczema	Zhou Yihai(14)
Porridge Help You Lose Weight	Hu Hai(15)
Something Improve Immunity	Ning Zailan(19)
It's Benefit to Liver Cancer	Li Na(20)
Medicated Diet for Infantile Enuresis	Jiang Taishan(21)
Medicated Diet in Summer	Wei Gongyuan(23)
Drink it in Summer	Yan Yonghe(24)
All of It Made of Lilium Brownii	Ma Baoshua(24)
Do It at Your Home	Chen Jianxin(25)
Tinctures for Arthritis	Cheng Hong(29)
Delicious Soup Make You more Intelligent	An Na(31)
Treat all of the Problems during Pregnancy with Porridge	Gao Yuanhong(33)
Herb Tea for Diabetes	Bai Hongfei(37)
How Do You Know Chinese Medicine	Kong Fanzhen(44)
Cicada Used as Food as Well	Zhao Fugui(45)
Chinese yam	Zhao Chang(47)
Motherwort	Zhang Zefeng(49)



现代家庭的 健康生活宝典

欢迎订阅 (月刊) 全国各地邮局均可订阅

2014年
每期超值: **¥6.5元**
年 价: **¥78元**

邮发代号 **42-206**

《东方食疗与保健》杂志热忱倡导人们科学饮食, 健康生活及传授中医食疗知识, 并提供各种疾病患者、亚健康人群及爱美与欲求健康长寿者适合自己的食疗、食养与养生保健方法。此刊内容丰富, 涉及面广、通俗易懂、易做, 真可谓是不可多得的健康宝典。有她陪伴身边, 您将终身拥有健康与美丽。

地址: 湖南长沙市韶山中路113号 (邮编: 410007)
电话: 0731-8554 0052
深圳联络处: 深圳市汉马文化传媒有限公司
电话: 0755-8240 8508 8240 3708
www.dfslw.com 中文网址: 东方食疗网



东方药膳
ORIENTAL MEDICATED DIET

健康长寿 人生的追求

《东方药膳》杂志从2013年起改为大16开, 版面增至72版
欢迎订阅(月刊) 全国各地邮局均可订阅

2014年
月价 **¥6.0元**
年价 **¥72元**

订 阅 代 号 **42-148**

地址: 长沙市韶山中路113号 (邮编: 410007)
电话: 0731-8554 0052
中文网址: 东方食疗网 www.dfslw.com



《东方药膳》杂志从2013年起改为大16开, 版面增至72版。它集科学性、知识性、趣味性、实用性为一体, 熔历代医疗饮食防病治疗经验及特色药膳制作文章于一炉, 内容丰富、图文并茂、切合实际、雅俗共赏, 一册在手, 将给您带来饮食文化的享受和健康的保证。