

<<专家教你做养生菜 常见病篇>>

图书基本信息

书名：<<专家教你做养生菜 常见病篇>>

13位ISBN编号：9787538874914

10位ISBN编号：7538874917

出版时间：2013-7

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：《健康大讲堂》编委会

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>

## <<专家教你做养生菜 常见病篇>>

### 作者简介

聚集大陆与台湾在养生保健领域最有影响力的专家、教授，其中包括保健营养大师、著名儿科专家、知名妇产科医师、知名烹饪大师、知名中医师等，强强联手，致力于打造国内最具阅读价值与影响力的养生保健类书籍，传播最健康的饮食理念、养生理论、保健方式，为全民健康生活贡献力量。

已出版发行《百姓养生家常菜1688》《养生相宜与相克速查全书》《妊娠分娩育儿大全书》《糖尿病食疗王》《高血压食疗王》《汉方蔬果养生圣经》《(本草纲目)圣经》等书，累计发行量已突破百万册。

## &lt;&lt;专家教你做养生菜 常见病篇&gt;&gt;

## 书籍目录

消化科常见疾病家常食疗方 厌食 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方020 对症食疗方 山楂瘦肉汤 / 胡萝卜鱼片汤 / 杨桃紫苏梅甜汤021 腹泻 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方022 对症食疗方 芡实莲子薏米汤 / 白术猪肚粥 / 莲子薏米羹023 腹胀 对症食疗方 山楂肉丁汤 / 陈皮白糖粥024 呕吐 对症食疗方 白扁豆山药粥 / 洋葱牛肚丝025 呃逆 对症食疗方 白术内金红枣粥 / 苹果萝卜牛奶粥026 便血 对症食疗方 蒜末茄子 / 槐花大米粥027 便秘 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方028 对症食疗方 白菜海带豆腐煲 / 山药芝麻羹 / 蜂蜜蒸老南瓜029 腹水 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方030 对症食疗方 黄芪鲫鱼 / 猪苓垂盆草粳米粥 / 薏米冬瓜煲老鸭031 慢性胃炎 对症药典 / 饮食宜忌032 对症食疗方 白果煲猪小肚 / 银耳猪骨汤033 哈士蟆蛋白枸杞甜汤 / 酸奶木瓜甜汤034 胃及十二指肠溃疡 对症药典 / 饮食宜忌035 对症食疗方 白芍山药鸡汤 / 鱼肚冬菇汤036 枸杞佛手粥 / 木瓜西米汤037 胃下垂 对症药典 / 饮食宜忌038 对症食疗方 人参雪梨乌鸡汤 / 补胃牛肚汤039 枣参茯苓粥 / 山楂消食汤040 慢性病毒性肝炎 对症药典 / 饮食宜忌041 对症食疗方 苋菜鱼片汤 / 茵陈甘草蛤蚧汤042 木瓜墨鱼汤 / 茵陈炒花甲043 脂肪肝 对症药典 / 饮食宜忌044 对症食疗方 橙汁冬瓜条 / 柴胡白菜汤045 佛手胡萝卜马蹄汤 / 泽泻枸杞粥046 肝硬化 对症药典 / 饮食宜忌047 对症食疗方 淮山药枸杞炖甲鱼 / 鲫鱼炖西蓝花048 冬瓜红枣鲤鱼汤 / 合欢佛手猪肝汤049 胆结石 对症药典 / 饮食宜忌050 对症食疗方 核桃拌韭菜 / 洋葱炖乳鸽051 消石甲鱼汤 / 马蹄海蜇汤052 痢疾 对症药典 / 饮食宜忌053 对症食疗方 蒜蓉马齿苋 / 苋菜头猪大肠汤054 黄连秦皮甘草汁 / 双花饮055 痔疮 对症药典 / 饮食宜忌056 对症食疗方 香油蒜片黄瓜 / 芥蓝拌核桃仁057 槐花猪肠汤 / 无花果木耳猪肠汤058 胃癌 对症药典 / 饮食宜忌059 对症食疗方 佛手娃娃菜 / 西蓝花双菇060 虫草红枣炖甲鱼 / 黄连冬瓜鱼片汤061 食管癌 对症药典 / 饮食宜忌062 对症食疗方 老鸭汤 / 内金红豆粥063 莱菔子大米粥 / 南瓜百合甜点064 直肠癌 对症药典 / 饮食宜忌065 对症食疗方 健体排毒抗癌汤 / 山药大蒜蒸鲫鱼 / 西蓝花炒百合066 呼吸科常见疾病家常食疗方 鼻塞 对症食疗方 白芷鱼头汤 / 丝瓜银花饮068 打鼾 对症食疗方 银杏百合拌鲜笋 / 龙胆草当归牛腩069 咳嗽 饮食宜忌 / 生活保健 / 民间小偏方070 对症食疗方 天花粉鳝鱼汤 / 杏仁红枣粥 / 黄连止咳饮071 感冒 对症药典 / 饮食宜忌072 对症食疗方 紫苏炒里脊 / 藿香鲫鱼汤073 柴胡秋梨汤 / 柴胡菊花茶074 肺炎 对症药典 / 饮食宜忌075 对症食疗方 白果扒草菇 / 菊花桔梗雪梨汤076 四仁鸡蛋粥 / 胖大海雪梨汁077 慢性支气管炎 对症药典 / 饮食宜忌078 对症食疗方 柚子炖鸡 / 鸡骨草煲猪肺079 复方鱼腥草粥 / 半夏桔梗薏仁汤080 哮喘 对症药典 / 饮食宜忌081 对症食疗方 杏仁白萝卜炖猪肺 / 猪肺花生汤082 灵芝炖鹌鹑 / 白果扒口蘑083 肺结核 对症药典 / 饮食宜忌084 对症食疗方 百部甲鱼汤 / 沙参煲猪肺085 百合玉竹瘦肉汤 / 鸡蛋银耳羹086 肺气肿 对症药典 / 饮食宜忌087 对症食疗方 旋覆乳鸽止咳汤 / 百合银杏鸽子煲088 川贝蒸鸡蛋 / 冬瓜白果姜粥089 肺癌 对症药典 / 饮食宜忌090 对症食疗方 玉竹沙参焖老鸭 / 椰子肉银耳煲乳鸽091 党参百合粥 / 补肺阿胶粥092 第三章心脑血管科常见疾病家常食疗方 偏头痛 对症药典 / 生活保健 / 民间小偏方094 对症食疗方 天麻地龙炖牛肉 / 芹菜炒鳝鱼 / 红花糯米粥095 头晕 对症食疗方 参归山药猪腰汤 / 天麻川芎鱼头汤096 心悸 对症食疗方 双仁菠菜猪肝汤 / 莲子猪心汤097 冠心病 对症药典 / 饮食宜忌098 对症食疗方 当归田七乌鸡汤 / 玉竹煮猪心099 丹参山楂大米粥 / 桂花山药100 心律失常 对症药典 / 饮食宜忌101 对症食疗方 莲子茯神猪心汤 / 核桃莲子黑米粥102 芦笋百合 / 红豆牛奶汤103 心肌炎 对症药典 / 饮食宜忌104 对症食疗方 生地炖猪心 / 鲜果炒苦瓜105 雪梨甜豆炒百合 / 薏米绿豆汤106 慢性肺源性心脏病 对症药典 / 饮食宜忌107 对症食疗方 灵芝猪心汤 / 四宝炖乳鸽108 杏仁萝卜肉汤 / 玉竹麦冬炖雪梨109 贫血 对症药典 / 饮食宜忌110 对症食疗方 猪肝汤 / 木瓜墨鱼红枣111 葡萄当归煲猪血 / 黄芪鸡汁粥112 脑梗死 对症药典 / 饮食宜忌113 对症食疗方 天麻红花猪脑汤 / 百合西芹炒墨鱼114 桂枝莲子粥 / 天麻川芎枣仁茶115 川芎桃仁青皮饮 / 丹参红花陈皮饮116 神经及精神科常见疾病家常食疗方 失眠多梦 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方118 对症食疗方 荔枝鱿鱼片 / 小米鸡蛋羹 / 茯苓莲子粥119 焦虑 对症食疗方 菠萝甜汤 / 柏子仁大米羹120 神经衰弱 对症药典 / 饮食宜忌121 对症食疗方 灵芝鹌鹑汤 / 乌龟百合红枣汤122 桂圆黑枣汤 / 红枣柏子仁小米粥123 抑郁症 对症药典 / 饮食宜忌124 对症食疗方 香附陈皮炒肉 / 黄花菜炒牛肉125 蜜枣核桃仁枸杞汤 / 玫瑰香附茶126 帕金森病 对症药典 / 饮食宜忌127 对症食疗方 蒜香蚕豆 / 天麻鸡肉饭128 兔肉薏米煲 / 丹参冰糖水129 坐骨神经痛 对症药典 / 饮食宜忌130 对症食疗方 花椒猪手冻 / 泡椒鳝段131 杜仲腰花 / 姜杞大米粥132 三叉神经痛 对症药典 / 饮食宜忌133 对症

## &lt;&lt;专家教你做养生菜 常见病篇&gt;&gt;

食疗方 鳝鱼苦瓜枸杞汤 / 玉米红豆薏米粥 / 细辛枸杞粥134 内分泌科常见疾病家常食疗方 肥胖 饮食宜忌 / 生活保健 / 民间小偏方136 对症食疗方 香菇白菜魔芋汤 / 水晶黄瓜 / 小油菜拌金针菇137 多汗 对症食疗方 芡实猪肚汤 / 浮小麦五味子黑豆茶138 甲亢 对症药典 / 饮食宜忌139 对症食疗方 牡蛎豆腐羹 / 香菇枣仁甲鱼汤140 生地黄煲龙骨 / 夏枯草脊骨汤141 甲状腺肿大 对症药典 / 饮食宜忌142 对症食疗方 蛋花西红柿紫菜汤 / 海带豆腐汤143 牡蛎昆布汤 / 海带海藻瘦肉汤144 痛风 对症药典 / 饮食宜忌145 对症食疗方 西芹山药木瓜 / 大刀笋片146 银耳樱桃羹 / 独活当归粥147 系统性红斑狼疮 对症药典 / 饮食宜忌148 对症食疗方 当归猪手汤 / 灵芝丹参粥149 田七猪肚汤 / 马齿苋薏米橘皮粥150 泌尿系统常见疾病家常食疗方 少尿、无尿 对症食疗方 螺肉煲西葫芦 / 茅根红豆甜粥152 尿血 对症食疗方 南瓜田鸡汤 / 薏米瓜皮鲫鱼汤153 尿失禁 对症食疗方 四味猪肚汤 / 党参黑豆煲瘦肉154 水肿 对症食疗方 泽泻薏米瘦肉汤 / 赤小豆薏米汤155 慢性肾小球肾炎 对症药典 / 饮食宜忌156 对症食疗方 黄芪糯米炖鲈鱼 / 玉米须鲫鱼汤157 赤小豆煲乳鸽 / 青螺煲鸭肉158 尿石症 对症药典 / 饮食宜忌159 对症食疗方 石韦蒸鸭 / 鲜车前草猪肚汤160 凉拌双笋 / 通草车前子茶161 尿路感染 对症药典 / 饮食宜忌162 对症食疗方 茯苓西瓜汤 / 苦瓜牛蛙汤163 鲜荷双瓜汤 / 茅根冰糖粥164 膀胱癌 对症药典 / 饮食宜忌165 对症食疗方 黑芝麻拌莴笋丝 / 冬瓜薏米鸭 / 马蹄炒香菇166 男科常见疾病家常食疗方 性欲减退 对症食疗方 苜蓿煲鸡汤 / 六味地黄鸡汤168 少精、无精 饮食宜忌 / 生活保健 / 民间小偏方169 对症食疗方 鲍汁鲜竹焖海参 / 龟肉鱼鳔汤170 前列腺炎 对症药典 / 饮食宜忌171 对症食疗方 甘草蛤蚧汤 / 圣女果烩鲜贝172 冬瓜红豆汤 / 白菜薏米粥173 男性不育症 对症药典 / 饮食宜忌174 对症食疗方 五味子爆羊腰 / 当归苡蓉炖羊肉175 虫草海马四宝汤 / 女贞子鸭汤176 阳痿 对症药典 / 饮食宜忌177 对症食疗方 牛鞭汤 / 杜仲狗肉煲178 三参炖三鞭 / 葱烧海参179 早泄 对症药典 / 饮食宜忌180 对症食疗方 芡实莲须鸭汤 / 五子下水汤181 肉苡蓉黄精骶骨汤 / 当归牛尾虫草汤182 遗精 对症药典 / 饮食宜忌183 对症食疗方 甲鱼芡实汤 / 金锁固精鸭汤184 猪腰补肾汤 / 巴戟天黑豆鸡185 海螵蛸鱿鱼汤 / 覆盆子米粥186 妇科常见疾病家常食疗方 痛经 饮食保健 / 生活保健 / 民间小偏方188 对症食疗方 益母草鸡汤 / 艾叶止痛粥 / 当归红花补血粥189 经前乳房胀痛 对症食疗方 田七郁金炖乌鸡 / 佛手瓜白芍瘦肉汤190 白带异常 对症食疗方 山药枸杞莲子汤 / 绿豆茯苓薏仁粥191 气血虚弱 对症食疗方 当归蹄髈汤 / 黑豆墨鱼瘦肉汤192 产后腹痛 对症食疗方 当归生姜羊肉汤 / 田七煮鸡蛋193 月经不调 对症药典 / 饮食宜忌194 对症食疗方 活血乌鸡汤 / 当归芍药多味排骨195 黑豆益母草瘦肉汤 / 生地山药粥196 黄芪炖生鱼 / 益母草红枣瘦肉汤197 阴道炎 对症药典 / 饮食宜忌198 对症食疗方 黄柏上海青排骨汤 / 生地木棉花瘦肉汤199 苦瓜甘蔗鸡骨汤 / 绿豆苋菜枸杞粥200 银花连翘甘草茶 / 马齿苋芥菜汁201 盆腔炎 对症药典 / 饮食宜忌202 对症食疗方 鱼腥草乌鸡汤 / 红花煮鸡蛋203 二草红豆汤 / 高良山楂粥204 冬瓜薏米煲鸭 / 丹参红花陈皮饮205 宫颈炎 对症药典 / 饮食宜忌206 对症食疗方 生地老鸭汤 / 马齿苋瘦肉汤207 大芥菜红薯汤 / 芦笋煲鱼头208 荠菜猪腰汤 / 茅根马蹄猪小腿汤209 乳腺炎 对症药典 / 饮食宜忌210 对症食疗方 绿豆镶莲藕 / 银花茅根猪蹄汤211 木香薏米牛蛙粥 / 马蹄百合生鱼汤212 莲藕赤小豆汤 / 茯苓菊花猪瘦肉汤213 乳腺增生 对症药典 / 饮食宜忌214 对症食疗方 青皮炒兔肉 / 佛手郁金炖老鸽215 荔枝核粥 / 茉莉高粱粥216 佛手元胡猪肝汤 / 田七薤白鸡肉汤217 子宫脱垂 对症药典 / 饮食宜忌218 对症食疗方 胡椒猪肚汤 / 参芪炖牛肉 / 黄芪山药鱼汤219 先兆流产 对症药典 / 饮食宜忌220 对症食疗方 桑寄生山药炖鸡汤 / 莲子猪肚221 菟杞红枣炖鹌鹑 / 杜仲艾叶瘦肉汤222 葡萄干红枣汤 / 杜仲栗子鸽汤223 妊娠反应 对症药典 / 饮食宜忌224 对症食疗方 砂仁黄芪猪肚汤 / 紫苏叶砂仁鲫鱼汤225 鲫鱼生姜汤 / 生姜牛奶226 白扁豆鸡汤 / 砂仁桂圆腰豆粥227 妊娠水肿 对症药典 / 饮食宜忌228 对症食疗方 冬瓜鲤鱼汤 / 胡萝卜马蹄煮鸡腰229 马蹄冬菇鸡爪汤 / 白术田鸡汤230 粉葛薏米脊骨汤 / 泽泻白术瘦肉汤231 产后缺乳 对症药典 / 饮食宜忌232 对症食疗方 隔水蒸九节虾 / 章鱼花生猪蹄汤233 木瓜猪手汤 / 墨鱼干节瓜煲猪蹄234 莲子土鸡汤 / 猪蹄凤爪冬瓜汤235 产后恶露不尽 对症药典 / 饮食宜忌236 对症食疗方 风味墨斗鱼 / 当归红枣牛肉汤237 四物鸡汤 / 三七粉粥238 更年期综合征 对症药典 / 饮食宜忌239 对症食疗方 鸭子炖黄豆 / 黄花菜肉丝汤240 首乌红枣熟地粥 / 百合炒甜豆241 子宫癌 对症药典 / 饮食宜忌242 对症食疗方 土茯苓灵芝炖龟 / 香菇豆腐汤243 花菜炒西红柿 / 菜胆扒海参244 儿科常见疾病家常食疗方 小儿发热 对症药典 / 饮食宜忌246 对症食疗方 金针菇金枪鱼汤 / 羚羊角钩藤粥247 石膏退热粥 / 西瓜皮甜汤248 小儿感冒 对症药典 / 饮食宜忌249 对症食疗方 苏子叶卷蒜瓣 / 葛根花粉粥250 豆豉葱姜粥 / 白萝卜炖排骨251 小儿流涎 对症药典 / 饮食宜忌252 对症食疗方 山药益智仁扁豆粥 / 陈皮猪肚粥253 山药绿豆汤 / 桂圆益智仁

## &lt;&lt;专家教你做养生菜 常见病篇&gt;&gt;

糯米粥254 小儿厌食症 对症药典 / 饮食宜忌255 对症食疗方 开胃罗宋汤 / 佛手薏米粥256 开胃苹果丁 / 南瓜薏米浓汤257 小儿腹泻 对症药典 / 饮食宜忌258 对症食疗方 四神沙参猪肚汤 / 三味鸡蛋汤259 苹果红糖饮 / 茯苓粥260 小儿遗尿 对症药典 / 饮食宜忌261 对症食疗方 猪腰枸杞大米粥 / 山药莲子羹262 山茱萸覆盆子奶酪 / 补骨脂红枣粥263 小儿惊风 对症药典 / 饮食宜忌264 对症食疗方 天麻炖鹌鹑 / 石决明瘦肉粥265 灯芯草雪梨汤 / 木瓜冰糖炖燕窝266 小儿夏热 对症药典 / 饮食宜忌267 对症食疗方 银耳枸杞汤 / 西米猕猴桃粥268 西瓜汁 / 淡竹叶沙参粥269 小儿单纯性肥胖 对症药典 / 饮食宜忌270 对症食疗方 荠菜魔芋汤 / 莴笋炒木耳271 西蓝花冬笋 / 糖醋黄瓜272 小儿自汗、盗汗 对症药典 / 饮食宜忌273 对症食疗方 参麦泥鳅汤 / 太子参莲子羹274 黄芪小麦粥 / 猪肚白术粥275 百日咳 对症药典 / 饮食宜忌276 对症食疗方 川贝杏仁粥 / 果仁鸡蛋羹277 蜜心雪梨 / 浙贝母粥278 流行性腮腺炎 对症药典 / 饮食宜忌279 对症食疗方 苍术蔬菜汤 / 银花板蓝根汤 / 菊花土茯苓汤280 第十章骨科常见疾病家常食疗方 腰肌劳损 对症食疗方 菟丝子烩鳝鱼 / 板栗桂圆粥282 骨质疏松 对症药典 / 饮食宜忌283 对症食疗方 板栗玉米排骨汤 / 黑豆猪皮汤284 锁阳炒虾仁 / 韭菜腰花285 骨质增生 对症药典 / 饮食宜忌286 对症食疗方 胡萝卜蒸牡蛎 / 排骨板栗鸡爪汤287 蛤蜊炖蛋 / 杜仲煲排骨288 肩周炎 对症药典 / 饮食宜忌289 对症食疗方 附子生姜炖狗肉 / 蝎子炖鸡290 散寒排骨汤 / 川乌生姜粥291 风湿性关节炎 对症药典 / 饮食宜忌292 对症食疗方 桑寄生连翘鸡爪汤 / 猪蹄炖牛膝293 土茯苓鳝鱼汤 / 炒蛇片294 颈椎病 对症药典 / 饮食宜忌295 对症食疗方 羌活川芎排骨汤 / 排骨桂枝板栗汤296 山药鳝鱼汤 / 木瓜煲羊肉297 腰椎间盘突出 对症药典 / 饮食宜忌298 对症食疗方 板栗桂圆炖猪蹄 / 木瓜银耳猪骨汤299 杜仲寄生鸡汤 / 骨碎补脊骨汤300 第十一章五官科常见疾病家常食疗方 口腔异味 对症食疗方 蜂蜜桂花糕 / 毛丹银耳302 口干 对症食疗方 双耳山楂汤 / 五宝甜汤303 牙痛 对症食疗方 白玉苦瓜 / 百合绿豆凉薯汤304 视力减退 对症食疗方 枸杞叶猪肝汤 / 木耳炒鸡肝305 耳鸣、耳聋 饮食宜忌 / 生活保健 / 民间小偏方306 对症食疗方 人参鹌鹑蛋 / 河车鹿角胶粥 / 何首乌炒猪肝307 牙周炎 对症药典 / 饮食宜忌308 对症食疗方 凉拌马齿苋 / 橙子藕片309 土茯苓绿豆老鸭汤 / 清炒油麦菜310 口腔溃疡 对症药典 / 饮食宜忌311 对症食疗方 蒜蓉菠菜 / 胡萝卜苦瓜汤312 大米决明子粥 / 鲜竹笋炒木耳313 鼻炎 对症药典 / 饮食宜忌314 对症食疗方 辛夷蘑菇豆腐汤 / 蒜蓉丝瓜315 薄荷水鸭汤 / 冬瓜薏米煲老鸭316 咽炎 对症药典 / 饮食宜忌317 对症食疗方 玄参萝卜清咽露 / 薄荷西米粥318 木瓜枸杞炖雪蛤 / 胖大海饮319 结膜炎 对症药典 / 饮食宜忌320 对症食疗方 丝瓜猪肝汤 / 黄花菜马齿苋汤321 赤芍银耳饮 / 枸杞菊花茶322 白内障 对症药典 / 饮食宜忌323 对症食疗方 黄瓜圣女果 / 凉拌虎皮椒324 肝杞蒸蛋 / 西红柿猪肝汤325 青光眼 对症药典 / 饮食宜忌326 对症食疗方 蝉花熟地猪肝汤 / 决明鸡肝苋菜汤327 蛤蜊拌菠菜 / 枸杞粥328 夜盲症 对症药典 / 饮食宜忌329 对症食疗方 二子苍术瘦肉汤 / 枸杞叶鹌鹑鸡肝汤330 鳗鱼冬瓜汤 / 菠菜羊肝汤331 菊花鸡肝汤 / 胡萝卜红枣猪肝汤332 皮肤科常见疾病家常食疗方 痤疮 对症药典 / 饮食宜忌334 对症食疗方 清疮田鸡汤 / 凉拌苦瓜336 降火翠玉蔬菜汤 / 黄瓜芦荟大米羹336 湿疹 对症药典 / 饮食宜忌337 对症食疗方 香菇竹笋瘦肉汤 / 去湿解毒汤338 金银花绿豆粥 / 枳实薏米冬瓜粥339 牛皮癣 对症药典 / 饮食宜忌340 对症食疗方 洋葱炒芦笋 / 黑木耳牛蒡红薯面341 苦瓜败酱草瘦肉汤 / 酒醉冬笋342 脱发 对症药典 / 饮食宜忌343 对症食疗方 何首乌黑豆乌鸡汤 / 枸杞黄精炖白鸽344 胡桃芝麻糊 / 首乌核桃羹345 冻疮 对症药典 / 饮食宜忌 / 生活保健346 对症食疗方 狗肉煲萝卜 / 山药羊肉煲347 生姜肉桂炖猪肚 / 党参枸杞炖羊肉348 荨麻疹 对症药典 / 饮食宜忌 / 生活保健349 对症食疗方 大蒜白及煮鲤鱼 / 苍耳薏米粥350 地肤子饮 / 苦参黄连甘草汁351

## <<专家教你做养生菜 常见病篇>>

### 章节摘录

版权页：插图： 系统性红斑狼疮是一种侵犯皮肤和多脏器的弥漫性、全身性自身免疫病，主要累及皮肤黏膜、骨骼肌肉、肾脏及中枢神经系统，同时还可以累及肺、心脏、血液等多个器官和系统，分为狼疮肾炎、神经精神性狼疮、狼疮肺炎、狼疮心肌炎以及狼疮肝炎等。

本病症见皮肤出现蝶形红斑、丘疹，对光过敏，口腔、外阴或鼻溃疡，脱发，关节肿痛，肌无力，骨坏死，淋巴结肿大，脾肿大，头痛，抽搐，精神异常等。

其好发于青年女性，发病高峰为15~40岁，男女发病比例为1：9左右，幼年和老年的男女之比约为1：2。

此病的发生可能与遗传、环境、性激素及免疫等多种因素有关，通常认为其为具有遗传背景的个体在环境、性激素及感染等因素的共同作用下或参与下引起机体免疫功能异常。

对症药典 1.丹参：性微温，味苦。

具有活血祛瘀、安神宁心、排脓止痛的功效，通过它对细胞因子、抗体及免疫复合物、免疫细胞的作用，发挥对免疫应答的内调节作用，这种作用具有双向性，可增强人体的免疫力。

丹参有强力的抑菌作用，对大肠杆菌、伤寒杆菌、痢疾杆菌都有一定的抑制作用；还能扩张外周血管，降低血压，预防心脑血管疾病。

出血不停的人慎用，服用后有不良反应者，减少用量。

2.生地黄：性微寒，味甘、苦。

具有滋阴清凉、凉血止血作用，其提取物有促进血液凝固的作用，可明显改善系统性红斑狼疮患者蝴蝶斑的症状。

同时，生地黄具有强心、利尿作用，对衰弱的心脏，其强心作用较显著，主要作用于心肌。

此外，生地黄还具有降血糖作用。

脾虚湿滞、便溏者不宜使用。

饮食宜忌 宜选用具有增强免疫功能的中药材和食材，如茯苓、芦荟、当归、丹参、田七等。

宜选择具有滋阴降火、凉血消斑作用的中药材和食材，如生地黄、玄参等。

应适当补充钙剂、维生素D以及双磷酸盐，多食猪骨、核桃、花生、桑葚等。

× 勿抽烟、喝酒。

× 合理应用糖皮质激素和免疫抑制剂并及时调整应用时间能够减少感染的风险。

× 应忌食羊肉、狗肉、马肉、驴肉、鹿肉、菠菜、花菜、香菇、芹菜、草头（南苜蓿、紫云英），而辣椒、青椒、大蒜、大葱、韭菜、桂圆等过于热性的食物并不须绝对忌口，但不宜多吃、常吃。

<<专家教你做养生菜 常见病篇>>

编辑推荐

<<专家教你做养生菜 常见病篇>>

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>