

<<生姜妙用>>

图书基本信息

书名：<<生姜妙用>>

13位ISBN编号：9787509136461

10位ISBN编号：7509136466

出版时间：2010-4

出版时间：人民军医

作者：黄芳//石振钟

页数：146

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>

## &lt;&lt;生姜妙用&gt;&gt;

## 前言

姜是人们日常生活中不可缺少的调味品。

春秋时，孔子就主张“每食不撤姜”。

意思是说，一年四季人们每天都应该吃姜。

据说孔子就有每天饭后嚼姜数片的习惯。

生姜性味辛温，有散寒发汗、化痰止咳、和胃、止呕等多种功效。

喝生姜红糖水治感冒；生姜有“呕家圣药”之称；生姜可用于治疗肠炎、痢疾等；生姜外擦对白癜风、斑秃、手癣也有一定治疗效果……在中药学上，由于炮制方法的不同，生姜又有生姜皮、生姜汁、干姜、炮姜、煨姜之分。

生姜汁有化痰开窍止呕之功，常用于中风痰壅，恶心呕吐，或咳嗽痰多；生姜的外皮叫生姜皮，性味辛凉，有和脾行水消肿之功，可用于皮肤水肿、小便不利等症；生姜炒至外黑内焦黄色为炮姜，辛苦大热，有温经止血，补虚回阳之功，常用治腹痛、腹泻、吐血、下血诸症，为妇科常用之药；将新鲜生姜洗净用草纸包裹放在清水中浸湿后，放在水中煨即成煨姜，性味辛温，有温中止泻之功，对脘腹冷痛有疗效。

真可谓“一味生姜千般趣，疗病健身有殊功”。

民间有“早上三片姜，赛过喝参汤”及“十月生姜小人参”之说，还有“每天三片姜，不劳医生开处方”的谚语。

中老年人常食生姜可以延缓衰老。

## <<生姜妙用>>

### 内容概要

本书列举了近400种生姜治病良方，单验方、秘方，简便易行，疗效可靠。古人云：“十月生姜小人参”民谚谓：“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开处方”“晨吃一片姜，百病全消光”“家备小姜，小病不慌”。

## &lt;&lt;生姜妙用&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇 生姜古今纵横谈 生姜的由来——美丽的传说 姜的功用百家谈 生姜辞典 干姜辞典 健身益寿常食姜 日常生活巧用姜 瘦身美容的生姜麻辣浴 烹鲜制美巧用姜 珍品佳肴与生姜 日常美味与生姜 日常用姜小窍门下篇 巧用生姜治百病 巧用生姜防治感冒 大蒜生姜茶治风寒感冒 紫苏生姜汤治感冒初起 生姜枣汤治感冒鼻塞 葱豉汤发汗解表 梨子生姜汤治感冒,利咽喉 五神汤治感冒有神功 生姜糖醋茶辛温解表 “神仙粥”通治风寒暑湿感冒 生姜炒米粥治感冒 治小儿感冒吐乳 防治流感妙方 治小儿感冒外用方 生姜炖鸡蛋治感冒后咳嗽 生姜泥贴大椎治感冒 生姜敷脐治感冒 擦姜汁治感冒发热 姜汁背心防感冒 治感冒外用便方 巧用生姜治咳喘 治支气管炎咳嗽 核桃肉生姜煎治痰饮咳嗽 生姜核桃丸治慢性支气管炎咳喘 姜苏杏仁饮治寒性咳喘 治慢性支气管炎咳嗽、哮喘 姜夏芫荽止咳散温肺止咳 姜汁秋梨膏治虚劳咳嗽 生姜夹柿饼敛肺止咳 盖菜姜汤祛痰止咳 理饮汤治痰饮咳喘 杏仁姜枣粥治咳喘痰多 生姜半夏散治哮喘 黑芝麻姜汁蜜治老年哮喘 姜汁北杏猪肺汤治老年慢性支气管炎 姜汁牛肺糯米饭治老年慢性支气管炎 治老年人咳嗽简便方 姜蚕散治老年支气管哮喘 治老年人虚证咳喘 治老年人咳嗽日轻夜重 治老年慢性支气管炎 治慢性阻塞性肺气肿 姜汁背心治咳喘 治小儿咳嗽良方 咳喘背心疗“慢支” 冬病夏治疗咳喘 治咳喘外用妙方 生姜芥子酒治支气管哮喘 巧用生姜治腹痛 治寒邪腹痛方 治寒凝腹痛外用方 治气滞腹痛内服方 治气滞腹痛热熨法 治顽固性腹胀、腹痛 治肠胃胀气引起的腹痛 治虫积腹痛方 治腹痛便秘方 治食积腹痛方 治虚寒腹痛方 治小儿腹痛方 治房事后中寒腹痛 治冷热失调、腹胀急腹痛者 治胃脘痛、阑尾炎腹痛 治腕腹痉挛性疼痛 巧用生姜治胃痛 治胃受寒疼痛 治虚寒性胃痛方 生姜鲫鱼羹健胃止痛 二姜粳米粥温胃止痛 生姜煨大枣治胃痛呕吐 生姜猪肚治慢性胃痛 治各种原因引起之胃痛 治气滞胃痛 治胃肠神经官能症 治虚寒兼气滞胃痛 治慢性胃炎之胃胀痛 治胃气痛 治胃脘隐痛 治虚寒胃痛 治瘀阻胃痛 治胃痛胃酸过多 治溃疡病胃痛方 治郁热胃痛 治溃疡病虚寒胃痛 治胃痛、胃灼热、吞酸嗜杂 治胃痛吐酸水 治胃痛外用方 巧用生姜治呕吐 治呕吐经方:半夏生姜汤 治反胃呕吐 治胃寒呕吐 治虚寒呕吐 治蛔厥呕吐 治各种呕吐 姜丝肉补虚止呕 治高热、烦渴、呕吐 治胃热呕吐 治急性胃肠炎呕吐 治胸膈闷痛呕吐 健脾益胃止呕吐 温中降逆止呕吐 治呕吐寒湿阻滞中焦 生姜敷脐止呕吐 治胃寒腹痛呕吐 姜贴内关穴止呕吐 沐浴良方止呕吐 巧用生姜治呃逆 鲜姜炖狗肉治虚寒呃逆 丁香姜糖降逆止呃 姜末粥治呃逆 雀食香温阳止呃 干姜刀豆饮补中降逆 治胃热呃逆 治胃寒呃逆 治顽固性呃逆 益气止呃汤治癌症呃逆 天枢穴热熨治呃逆 姜萸丁香散治呃逆 姜汁特效止呃法 敷脐治呃逆 ..... 巧用生姜治腹泻 巧用生姜治头痛 巧用生姜治腰痛 巧用生姜治风湿病与关节病疼痛 巧用生姜治妇科病 巧用生姜治阳痿 巧用生姜治小儿病 巧用生姜治水肿、臌胀 内科杂病精方选粹 外科疮疡及皮肤病精方选粹 治五官科病症精方选粹

## &lt;&lt;生姜妙用&gt;&gt;

## 章节摘录

验方 黑芝麻250克，生姜、白蜜、冰糖各120克。

制法：先将黑芝麻炒香，生姜捣汁去渣；接着将生姜汁与黑芝麻拌匀再炒，冷却后研碎。再将白蜜蒸熟，冰糖捣碎蒸溶与白蜜混合调匀，与姜汁芝麻反复搅拌均匀后，储瓷瓶备用。

用法：每日早、晚各服1茶匙。

（中医研究院编《常见病验方研究参考资料》）姜汁牛肺糯米饭治老年慢性支气管炎。

验方 每次用牛肺150～200克，糯米适量，文火燉饭，饭熟后加入生姜汁10～15毫升，拌匀，调味食用。

功效：祛寒痰，补肺，暖脾胃。

适用于老年人寒咳日久不愈、慢性支气管炎等。

《本草汇言》说姜汁能“治冷痰嗽”；梁·陶弘景说它“去痰下气”。

牛肺，《本草蒙筌》说它能“止咳逆”；《本草拾遗》言能“补肺”。

糯米，《本草纲目》说能“温肺暖脾”。

故本方宜于老年人慢性支气管炎患者冬春寒冷季节食用。

但热咳痰黄稠者不宜用。

（广东省中医院《饮食疗法》） .....

<<生姜妙用>>

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>