



鲤鱼味甘、性平，入脾、肾、肺经。时珍曰：鲤乃阴中之阳，其功长于利小便。故能消肿胀黄胆，香港脚喘嗽，湿热之病。作则性温，故能去结冷气之病。烧之则从火化，故能发散风寒，平肺通乳，解肠胃及肿毒之邪。



鲤鱼忌与绿豆、芋头、牛羊油、猪肝、鸡肉、荆芥、甘草、南瓜、和狗肉同食，也忌与中药中的朱砂同服;鲤鱼与咸菜相克:可引起消化道癌肿。

CCTV 4
中文国际



中华医药

那莫非是喝的汤药有什么不同

鲤鱼+生黄芪、赤小豆、砂仁汤

2011年3月16日，央视《中华医药》栏目组制作了一期“拯救致命水肿”的故事，受访的主人公是一位患有严重水肿的老人-闫显华。痛苦的水肿带来了他生活中的很多麻烦，小便次数减少、无食欲、心脏受到压迫等。.....对于西医及中医都尝试过治疗，但都苦于没有明显的效果。

后来辗转去了西苑医院，肾科的主任医师（张昱）采用了一剂鲤鱼汤神奇的改善了闫显华的水肿问题，而且使他胃口大开，鲤鱼汤真的有那么神奇功效吗？





里面有一味相同的药
they both have a common ingredient,

茯苓

白术

CCTV 4
中文国际

生黃芪

一般是15到30克
is 15 to 30 grams.

中华医史

洪涛信箱
拯救致命水肿



黄芪，治气虚盗汗自汗，
是皮表之药；
治脾胃，是中州之药；
补肾脏元气，是里药。
是上、中、下、内、外、
三焦之药。

—元代医家 王好古

是上 中 下 内 外 三焦之药
lower body, inner body, outer body,



鲤鱼500克、生黄芪30克、赤小豆30克、砂仁10克

CCTV 4
中文国际

腾讯视频



胡萝卜丁 葱姜适量

以及适量的胡萝卜丁 葱段和生姜
diced carrots, scallions, and ginger.

洪涝信箱
拯救致命水肿



中华医史学

CCTV 4
中文国际

腾讯视频



CCTV 4
中文国际

腾讯视频

洪涛信箱
拯救致命水肿

生黄芪

补气健脾 利水消肿

另外它可以利水消肿
and is also a diuretic

中华医药

CCTV 4
中文国际



腾讯视频

洪涝信箱
拯救致命水肿

赤小豆
利水除湿

另外呢赤小豆利水除湿
which can cure dampness,



中华医史学

CCTV 4
中文国际

腾讯视频

洪涝信宿
拯救致命水肿

砂仁
性味芳香 醒脾开胃

它可以醒脾和胃
and can wake up the spleen and stomach.



中华医史
博物馆

煮30分钟后，砂仁再下。不能放盐，放盐会加重水肿。虚不受补，故一天鱼汤，一天药。







别名

千金鲤鱼汤

处方

鲤鱼1头（重2斤），白术5两，生姜3两，芍药3两，当归3两，茯苓4两。

功能主治

妊娠腹大，胎间有水气。妊娠小便不利，身重恶寒，起则眩晕及水肿。

用法用量

千金鲤鱼汤（《校注妇人良方》卷十五）。①本方方名，《外台》卷三十三引作“生鱼汤”。②《三因》有陈皮少许。

注意

忌桃、李、雀肉、酢物。

各家论述

《医略六书》：妊娠肝脾两虚，不能输化，以制其湿，故遍身浮肿，小便涩少焉。鲤鱼下气利水，橘红化气利肺，当归养肝血以营经，白芍敛肝阴以安胎，白术健脾制湿，茯苓清肺和脾。煮鱼汁入药，务使肝脾气化则湿运，气调而小水自快，何患浮肿不退，胎孕不安乎。

千金鲤鱼汤

【方剂名】千金鲤鱼汤，出自唐·《备急千金要方》。本方原名“鲤鱼汤”。

【组成】鲤鱼1尾(约重1千克)、白术(150克)、茯苓(120克)、芍药(90克)、当归(90克)、生姜(90克)。

【用法】上药研为粗末。先煮鲤鱼至熟，澄清取汁，煎药，分5次饮服。

【功效】健脾利水，养血安胎。

【主治】主治妊娠水肿，妊娠腹大，胎间有水气，通身肿满，舌淡胖，脉濡缓。

【临床医案】临床主要用于治疗妊娠合并羊水过多、水肿、恶性腹水等病症。

1.妊娠合并羊水过多：以千金鲤鱼汤加味治疗46例，疗程1周。以羊水消退情况为疗效评价。结果：42例羊水明显减少，2例未坚持一个疗程而早产，2例无效(其中1例先天食管闭锁畸形)，总有效率为91.3%。羊水池最大前后径治疗前 $85\pm8.3\text{mm}$ ，治疗后 $53\pm11.6\text{mm}$ ，差异有统计学意义。(《国医论坛》2003年第3期)

2.水肿：以千金鲤鱼汤随证加减治疗48例，7日为1个疗程，间歇治疗3~21日。以症状消失、实验室检查恢复正常为显效，减轻或改善为有效，无变化为无效。结果：平均4日后尿量明显增加，水肿平均消失时间为14日，腹水平均缓解时间为20日，其中显效34例，有效10例，无效4例，总有效率91.7%(44/48)。(《中国中医药信息杂志》2002年第4期)

3.恶性腹水、胸腔积液：以鲤鱼汤(鲤鱼5~7两1条，商陆15克，大腹皮15克，地肤子15克，威灵仙15克)治疗24例癌性腹水；加大戟、葶苈子治疗癌性胸水6例。疗程10日，间歇2~7日继续第2疗程。以自觉症状、X线或超声检查结果评价疗效。结果：治愈2例，显效10例，有效16例，无效2例，总有效率为93.33%。(《实用中医内科杂志》2004年第4期)

【方解】本方白术、茯苓健脾利水，当归、芍药和血固胎，配以鲤鱼专治水气，药味简而组方严。

发物是什么东西 你有哪些不能吃

而“发物”是指那些富含营养或者具有刺激性的食物食用之后会使已发病情加重诱发某些疾病特别是旧疾的复发



1 发热之物

如花椒、胡椒、姜、羊肉、狗肉等，阳气上亢、阴虚内热者等不宜食用。

2 发风之物

如虾、蟹、鹅、鸡蛋、椿芽等，痛风患者，易过敏人群不宜食用

3 发湿热之物

如猪肉、糯米、饴糖等，脾胃虚弱者、痰湿体质者不宜食用。

4 发冷积之物

如西瓜、梨、柿等，脾胃虚寒、体质寒凉者不宜食用。

5 发动血之物

如海椒、胡椒等，疮疡患者、肿瘤患者不宜食用。

6 发滞气之物

如羊肉、莲子、芡实、薯类等，脾胃虚弱、消化不良者不宜食用

**大家都知道
大名鼎鼎的羊肉
海鲜是发物**

一、发热之物



如姜、花椒、胡椒、羊肉、狗肉等

二、发风之物

到底都有哪些食物是发物呢？



三、发湿热之物

到底都有哪些食物是发物呢？



如饴糖、糯米、猪肉等

四、发冷结之物



如西瓜、梨、柿等各种生冷之品

五、发动血之物

到底都有哪些食物是发物呢？



如海椒、胡椒等



00:27 / 00:41

480P

倍速



六、发滞气之物

到底都有哪些食物是发物呢？



如羊肉、莲子、芡实等



00:30 / 00:41

480P

倍速



7. 民间长期实用结论性发物

到底都有哪些食物是发物呢？



00:37 / 00:44

如魔芋、芋头、泡菜、香菜、韭菜等

480P

倍速



有什么食物是发物呢？

菌类



过食这类食物易致动风生阳



00:05 / 01:03

480P

倍速



有什么食物是发物呢？



海鲜类

食之易诱发过敏性疾病

480P

倍速



有什么食物是发物呢？

蔬菜类



笋类



菠菜

主要是笋类、菠菜



00:19 / 01:03

480P

倍速



有什么食物是发物呢？

过食易生热



果品类

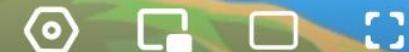
过食易生热



00:27 / 01:05

480P

倍速



有什么食物是发物呢？



禽畜类



头部和爪部以及驴肉、獐肉等

480P

倍速



00:34 / 01:03

有什么食物是发物呢？



以上食物食之易引发皮肤类疾病

480P

倍速



00:47 / 01:03