



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



洪涛信箱
拯救致命水肿

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“拯救治命水肿”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？

CCTV 4
中文国际

腾讯视频

洪涛信箱
拯救致命水肿

中国中医科学院西苑医院肾科主任医师 张昱

Xiyuan Hospital of the China Academy of Chinese Medical Sciences Zhang Yu

叫“参苓白术散”

补气健脾渗湿，党参、茯苓、白术，加上生黄芪，



腾讯视频

洪涛信箱

拯救致命水肿



生黄芪



茯苓



白术

里面有一味相同的药

they both have a common ingredient,

CCTV 4
中文国际

洪涛信箱
拯救致命水肿

生黄芪

一般是15到30克
is 15 to 30 grams.

中华医药

CCTV 4
中文国际



腾讯视频

洪涛信箱
拯救致命水肿

我们加大剂量用到60到90克

中华医药

生黄芪，除补气健脾，还有利尿消肿作用

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

洪涛信箱
拯救致命水肿

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.



中华医药

CCTV 4
中文国际

腾讯视频

洪涛信箱
拯救致命水肿

鲤鱼

补充气血 补充白蛋白



中华医药

还可健脾开胃

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

洪涛信箱
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.

中華醫藥

CCTV 4
中文国际

腾讯视频

洪涛信箱
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.

中华医药

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。

CCTV 4
中文国际

洪涛信箱
拯救致命水肿

水肿患者食用时切忌放盐

水肿患者在服用鲤鱼汤的时候
When taking carp soup, patients with edema

中华医药

CCTV 4
中文国际

洪涛信箱

拯救致命水肿

适用人群

疲乏无力 体力透支 身体虚弱

或者感觉身体比较虚弱也可以服用

中华医药

生黄芪可改为炙黄芪（利水作用小些），可少放点盐。



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 $85\pm 8.3\text{mm}$ ，治疗后 $53\pm 11.6\text{mm}$ ，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、白芍和血固胎，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？



如虾、蟹、鹅、鸡蛋、椿芽等



00:13 / 00:41

480P

倍速



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



00:18 / 00:41

480P

倍速



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？



如魔芋、芋头、泡菜、香菜、韭菜等



00:37 / 00:44

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 / 01:03

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



00:34 / 01:03

480P

倍速



有什么食物是发物呢？



以上食物食之易引发皮肤疾病



00:47 / 01:03

480P

倍速

