

[中药秘方]荔枝肉与核均可做粥去痛-奇方妙剂 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/238/2021_2022__5B_E4_B8_AD_E8_8D_AF_E7_A7_98_c23_238635.htm 多数人吃荔枝都把果核当作废物扔掉了，殊不知，荔枝核还能入药，有行气止痛之功。荔枝核性温，味甘、涩，入胃、肝经，有散寒行滞、理气止痛之功，适用于肝郁气滞、胃脘久痛、痛经、产后腹痛、睾丸肿痛、疝气疼痛等。荔枝肉，为无患子科植物荔枝的成熟果实，主产于两广、福建、四川等地。荔枝香甜适口，营养丰富。中医认为，荔枝性温，味甘、酸，入脾、心、肝经，有健脾益气、养肝补血、理气止痛、养心安神之功。《本草纲目》言其“性平无毒，发小儿痘疮”。荔枝不宜多食，以免发生“荔枝病”。荔枝病实际上是低血糖反应，轻则恶心，四肢无力，重则头晕，心悸，出冷汗。出现这种现象时，可用荔枝壳水煎服，或静脉注射葡萄糖等。若经上述治疗病情仍不见缓解时，应及时去医院治疗。现介绍两则粥疗方，供选用：荔枝肉粥荔枝肉10g，大米100g，白糖少许。将荔枝去壳取肉，与大米同放锅中，加清水适量煮粥，待熟时调入白糖，再煮一二沸即成，每日1剂。可健脾益气，养肝补血，理气止痛，养心安神。适用于脾胃亏虚所致的饮食减少、久泻不止、头目昏花、血虚崩漏、心悸、怔忡、失眠健忘等。荔枝核粥荔枝核10g，大米100g，白糖少许。将荔枝核择净，水煎取汁，与大米同放锅中，加清水适量煮粥，待熟时调入白糖，再煮一二沸即成，每日1剂。可散寒行滞，理气止痛。适用于胃痛、痛经、产后腹痛、睾丸肿痛等。

转贴于：100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详

细请访问 www.100test.com