

中医助理执业医师：人参如何服用中医助理执业医师称考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/605/2021_2022__E4_B8_AD_E5_8C_BB_E5_8A_A9_E7_c22_605051.htm 人参，又名吉林人参、野山人参、移山人参、高丽参等，性味甘、微苦，温，可入肺脾二经，有补气调中，生津宁神之功。人参为比较名贵的补气药，历代医家均言其有“大补元气”之功，《本经》言其“主补五脏，明目益智，久服轻身延年。”《药性论》言其“主五脏不足，五劳七伤，虚损瘦弱”，凡肺脾亏虚、气血虚弱、津液耗损之症，均可收到良好的补益效果。药理研究表明：人参可提高机体免疫力，增强抗病力，调节考试大网站收集人体胆固醇代谢，抑制高胆固醇血症的发生。此外，还可加强心脏收缩力，兴奋人的神经系统功能，刺激造血机能等，为秋冬进补之佳品。人参虽为滋补峻药，但若服食不当，反生他变，现介绍几种服食方法，供选用。

1. 泡茶：将人参切为薄片，放入杯中，每次1~2克，冲入沸水，而后盖上杯盖泡5分钟左右，作茶饮用，直至药味消失，而后将人参渣嚼食。
2. 冲粉：将人参烘干研末，每次1~2克，如上法服食，或吞服，以温开水送下。此二法适用于气虚诸证。
3. 含化：将人参切为极细薄片，每日分数次放入口中，缓缓噙化咽下。此方法适用于久病体虚、肺虚喘促、脾虚倦怠和口燥咽干者。
4. 炖服：取人参5~10克，切薄片后与晶糖30克加适量水炖开，待晶糖溶化后，饮汤食参，适用于元气亏虚，产后血晕者。若元气大亏，气血暴脱，需急救者，可取人参30~60克，浓煎，一次饮服。
5. 煮粥：将人参3克切片后加水炖开，去渣取汁，加大米、清水适量，煮为稀粥，

待热时调入适量蜂蜜，大网站收集蜜或白糖服食，嚼食人参。亦可将人参粉冲入粥中取食，每日1剂，可益气养血，健脾开胃，适用于消化功能较差的慢性胃肠病患者和年老体虚者。

6.蒸蛋：取鸡蛋一个，去壳后盛碗中，加入人参粉1~2克及清水适量，调味、调匀，或将鸡蛋顶端钻一小孔，纳入人参粉，拌匀，外用湿纸粘住，蒸熟服食，每日1剂。可补虚扶正，强身健体，适用于各种慢性虚弱性疾病的调养。

7.炖鸡：取母鸡（乌骨鸡为佳）1只，去毛杂后将人参5~10克切片放入鸡腹中，缝合肚口放砂锅中，加水及调味品，文火炖至肉熟汤浓，食鸡、饮汤、吃参，每周1~2次，适用于久病体虚、气血不足及产后虚弱者，对各种贫血亦有良好的辅助疗效。

8.泡酒：选根须完整的人参1只，浸入500克白酒中，然后密封置阴凉处，每日摇动数次，半月后饮用，每次30~50毫升，每日1~2次，适用于阳气虚弱及体质亏虚及慢性病者。

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