



肺炎常用食疗方

<http://www.firstlight.cn> 2010-08-09

下面介绍几种常用的简易食疗方，肺炎患者可酌情选用。

竹叶粥 取竹叶1~3克，粳米30~60克，白砂糖20~30克。先将竹叶煎煮七八分钟，取汁后倒入另一锅内，然后放入已淘洗好的粳米煮粥，熟后加白砂糖搅匀即可食用。

枇杷叶粥 取鲜枇杷叶30~60克（或干品10~20克），粳米30~60克，冰糖少许。将枇杷叶刷去背面绒毛，切细，煎煮取汁，去渣，以汁入粳米煮粥，粥成后加入冰糖，温服，一日分两次。

百合杏仁粥 取百合20~30克，甜杏仁10~15克，粳米50~100克，白糖适量。百合洗净泡软，甜杏仁去皮，粳米洗净，三者一起加水煮成粥，熟后加白糖，早、晚食用。

杏仁猪肺粥 取杏仁10克，猪肺50克，粳米30~60克。杏仁去皮，捣为泥，猪肺加水煮成七分熟，捞出切碎，再将粳米、杏仁、猪肺加水同煮为粥，1日内分两次服用。

鸭梨冰糖粥 取鸭梨200~300克，粳米50克，冰糖适量。将梨洗净，绞碎取汁，米洗净，加水煮粥，待粥将熟时放入梨汁及冰糖，再煮片刻即可。

绿豆丝瓜花茶 取绿豆20~30克，鲜丝瓜花3~5朵。将洗净的绿豆放入锅内，加水煮烂后，捞去绿豆渣，放入丝瓜花，烧开，即可当茶饮。

五汁饮 将梨汁、荸荠汁、藕汁、甘蔗汁、鲜苇根汁各适量混匀，冷服，可以清热止渴，适用于高热者饮用。

[存档文本](#)