



| 頭條醫聞 | 健康專線 | 專家話 | Keep Fit 大道 | 熱門病變

Email to FRIENDS

會員登入

名稱：

密碼：

記住密碼三十天

免費登記

專家話 ▶ 小城大夫

蕁麻疹簡便食療

蕁麻疹簡便食療

紅棗淮山湯

材料：紅棗 10 枚（去核），淮山 4 兩，瘦肉半斤

製法：將上述食材放於煲內，注入適量水，煎煮約 1.5 小時，調味後可食渣飲湯。

功效：健脾去濕，養血驅風，主治氣血不足型慢性蕁麻疹。每日服用 1 次，連服 1-2 周。



[zoom](#)



[zoom](#)

名人專訪



換心女童重踏校門

專家話

- 婦女患癌 肥胖是元凶之一
- 慢性病管理計劃
- 工時過長醫生易出錯
- 嶄新技術治療心房纖顫

馬蹄薄荷飲



[zoom](#)



[zoom](#)

最新活動及講座

- 「冠心病」講座
- 復康專科及資源中心流動展覽服務
- 「趣談消費心理」講座
- 「失智症認識及照顧技巧」工作坊

材料：馬蹄 10 個，鮮薄荷葉 3 錢，白糖適量

製法：馬蹄洗淨去皮，切碎攪汁。薄荷葉搗爛加入白糖，放入馬蹄汁中，加開水即可飲用。

功效：祛風涼血，適用於風熱型蕁麻疹，症見疹塊紅癢，咽痛口乾，大便秘結。

北蓍紅棗烏蛇湯



[zoom](#)



[zoom](#)

材料：北薯 5 錢，紅棗 15 枚，烏蛇肉約 1 斤，陳皮 1 角

製法：北薯，紅棗及烏蛇肉分別洗淨，紅棗去核。將上述材料放入煲中，加適量水，猛火煮開後，調至中火煲約 2 小時，調味後即成，可食肉飲湯，療效更佳。

功效：補氣固表，養血祛風，適用於衛氣不固型慢性蕁麻疹，症見汗多畏風，疹塊淡紅搔癢，反覆發作，經久不癒。

日常調護

應該及早找出誘發出疹的原因，如進食魚蝦海味，辛辣酒類，花粉等，應避免進食或接觸。如對冷熱刺激誘發者，最好隨溫度適量增減衣服，但不應過份迴避，反之希望透過逐步接觸，而慢慢適應過來。

撰文：上善堂中醫診所黃劍峰中醫師

香港中醫藥管理委員會註冊中醫（全科），主治老人科、婦科、皮膚科及針灸科（清血療法）。

電郵：sheungsintong@yahoo.com.hk

04-09-2008

[Email to FRIENDS](#)

[頭條醫聞](#) | [健康專線](#) | [專家話](#) | [Keep Fit 大道](#) | [熱門病變](#) | [醫學新知](#) | [專家信箱](#) | [聯絡我們](#) |

[TOP ▲](#)

本網站內容只供參考，無意取代專業醫療諮詢。讀者如對個人或親友健康產生懷疑，宜及早諮詢醫生或其他醫護人員，以免耽誤診治。我們盡力確保本網站內容之準確性及可靠性，唯不會就任何不確或遺漏而承擔責任。

© 2009 Next Media Interactive Limited. All rights reserved.
版權所有 不得轉載

[私隱聲明](#) | [刊登廣告](#) | [聯絡我們](#)

execution time : 20.82 ms