**ICS** 67.020

 **X** 80****

**团 体 标 准**

T/ZGYSYJH 00X-202X

**胆管癌食疗膳食技术指南**

**Technical guide to dietary therapy for bile duct cancer**

**（征求意见稿）**

20XX-XX-XX发布 20XX-XX-XX实施

中国药膳研究会 发布

目 次

前　言 1

引　言 2

胆管癌食疗膳食技术指南 3

1 范围 3

2 规范性引用文件 3

3 名词与术语 3

4 一般要求 3

5 胆管癌食养药膳配方 4

附录A 31

参 考 文 献 32

前 言

本文件按照 GB/T1.1-2020《标准化工作导则 第1部分：标准的结构和编写》规定的规则起草。

本文件由中国药膳研究会提出。

本文件由中国药膳研究会标准化工作委员会归口。

本文件起草单位：中国中西医结合学会、河南省中医院（河南中医药大学第二附属医院）、河南中医药大学第一附属医院、上海中医药大学附属龙华医院、河南省中医药大学第三附属医院

本文件起草人：郭志忠（牵头）、慕晓艳（牵头）、冀爱英（牵头）、杜明瑞、马纯政、王祥麒、周世繁、周超锋、张克克、高洁琼、雍金鹏、王赛、冯保荣、段铮、李小龙、陈玥、马振、李梦依、田青、张瑜、肖俊珂、郭娇娇、杨上智、刘贤海、吕淼鑫、赵雪雅

本文件技术审查专家（以姓氏笔画为序）：待补充

本文件技术指导专家（以姓氏笔画为序）：王新杰、李鲜、刘怀民、陈建设、荆志伟、董国锋、蔡小平

请注意事项本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别这些专利的责任。

引 言

中医药膳食疗理论源远流长，在食物的食养作用及搭配上有丰富的实践经验，古人很早就意识到过度依赖药物治疗不利于疾病的康复。如《黄帝内经》云：“大毒治病，十去其六；常毒治病，十去其七；小毒治病，十去其八；无毒治病，十去其九；谷肉果菜，食养尽之，无使过之伤其正也”、“五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气”等。且食物本来就是三餐所需，故药膳调养更容易被患者所接受。

胆管癌（cholangiocarcinoma，CCA）是一组起源于胆管细胞的异质性肿瘤。手术切除是早期CCA的首选治疗方法，但由于早期临床表现不明显，大多数患者在确诊时已进展至无法手术的局部晚期或转移性疾病阶段，仅约三分之一的CCA患者有手术机会。即使手术切除，胆管癌术后1年复发率仍高达50%。手术、放疗、化疗等治疗可以在一定程度上延长了患者的生存期。作为一种慢性消耗性疾病，在其手术、放疗、化疗及后期康复的过程中，药膳既能为肿瘤患者提供所需的营养，又可以调整机体的阴阳平衡，改善患者体质，缓解症状，提高生活质量，因此成为中医肿瘤治疗的重要组成部分。中医传统药膳理念和食疗方法，对胆管癌的辅助治疗具有重要意义。但胆管癌的食疗药膳缺乏规范、统一、科学的专业指南。本文件旨在制定供医疗、养老等机构中医类执业医师使用的胆管癌药膳技术指南，在药膳组成、制作方法、适宜人群等方面，为采用药膳辅助治疗胆管癌提供科学依据。

本文件根据胆管癌临床常见证型、常见症状以及常用治法分门别类，以辨证为施膳依据，为医疗等机构中医类执业医师提供辨证的食疗药膳技术指南，具有一定的社会意义和推广价值，对促进中医食疗药膳的标准化、规范化，也有一定的指导作用和参考价值，值得重视并推广。

胆管癌食疗膳食技术指南

1 范围

本文件规定了胆管癌的食疗药膳的食材选择、配方、烹饪方法、功效、适用范围、注意事项及禁忌症。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的引用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅注日期的版本适用于本文件。凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改版）适用于本文件。

GB/T 16751.1—1997《中医临床诊疗术语 疾病部分》；

GB/T 16751.2—2021《中医临床诊疗术语 证候部分》；

中华中医药学会肿瘤分会——恶性肿瘤中医诊疗指南（2021版）；

3 名词与术语

下列术语和定义适用于本文件。

3.1 药膳（Medicinal Food　或　Herbal Cuisine）：药膳是在中医理论指导下，利用食材本身或者在食材中加入特定的中药材，将其进行合理的组方配伍，采用传统和现代科学技术加工制作成具有独特色、香、味、形、效的膳食。该膳食的食养作用以养生、保健为主，治疗为辅，且适用于相应的人群。

3.2 食药同源（Herbal Food Same Source）：食药同源目前没有统一的概念，统观学术界对食药同源的理解，可以分成广义和狭义两部分。广义的食药同源指食物和药物（尤其是中药材）在来源、成分、理论上具有同源性，具有药用性的食物可用于养生、治病等，是一种养生防治理论和认识观念。狭义的食药同源指既是食品又是药品的物质，如玉竹、八角、白芷、百合、桂圆、人参、芫荽、玫瑰花等。

3.3 辨证施膳（Dialectical Diet Therapy）：辨证施膳由辨证施治发展而来，运用中医的基本理论与食药的食性理论，在辨识证型或体质的基础上，根据不同病证的需要而分别配制膳食，施行对应药膳。

3.4 辨症施膳（Dietary Treatment based on Syndrome Differentiation）：由于“症”包括的症状与体征，是临床收集的诊断资料，“证”则是基于“症” 的诊断思辨获得的诊断结果，中医常在辨证论治方药之上“随症加减”，辨症施膳则需要辨识症状，施行对应的调整，是辨证施膳的有益补充。

3.5 胆管癌 胆管癌是一种来源于胆管上皮细胞的高度恶性肿瘤，是胆道系统中最常见的原发性恶性肿瘤，约占消化道肿瘤的3%。胆管癌根据不同解剖学部位可分为肝内型胆管癌（iCCA）、肝门型胆管癌（pCCA）和远端型胆管癌（dCCA），其中pCCA和dCCA 统称为肝外胆管癌 （eCCA）。

4 一般要求

4.1 食药物质食材应符合中华人民共和国卫生行政部门、中华人民共和国市场监管部门公布的既是食品又是中药材物质目录：86种按照传统既是食品又是中药材物质目录（征求意见稿）（国卫办食品函〔2014〕975号文件），《14种新增中药材物质目录（征求意见稿）（国卫办食品函）〔2014〕975号文件》，关于当归等6种新增按照传统既是食品又是中药材的物质公告（2019年第8号，中华人民共和国卫生健康委员会 中华人民共和国市场监督管理总局2019年11月25日发布），《关于对党参等9种物质开展按照传统既是食品又是中药材的物质管理试点工作的通知（国卫办食品函）〔2019〕311号文件》，严格按照取材原则进行安全选择。

4.2 应选用新鲜的食材，禁止选用过期、腐烂变质食材。辅料、调味品应为正规厂家生产，有合格证，在保质期内，符合卫生法规。

4.3 药膳的制作应以标准的日常烹饪技术和手段为基础，按照指南要求进行选材、加工。

4.4 本文件中提供的药膳是在中医理论指导下合理配伍，发挥调理疾病、养护身体的作用，具体制作及应用时应遵循一定的基本原则，同时注意事项药食物之间的配伍禁忌。运用原则及使用禁忌参见规范性附录A。

4.5 本文件提供了常见药食同源性药膳原料的性味、功效、适宜人群症、禁忌症等方面的使用规范，参见资料性附录B。

4.6 与适宜人群证类型不符合的人群，对食材过敏，以及严重肝肾损害等危重病者不宜食用。本文件提供的药膳中，粥类药膳中使用的冰糖，凡是有糖尿病或是血糖高的人群酌情减量，或者改为木糖醇食用。

4.7 本文件所列药膳配方均为1人1餐量，可根据具体食用人数按比例增加原料用量。

4.8 本文件中提供的药膳不能代替药物。

5胆管癌食养药膳配方

5.1 辨证施膳

中医肿瘤食疗法强调的是“辨证调养”，以中医养生观为理论基础，以“五谷为养，无果为助，五畜为益，五菜为充”为膳食结构，根据肿瘤治疗法则（扶正或祛邪）、根据病期（手术期、化疗期、放疗期、康复期）、根据病证因人施膳，因时施膳，因地施膳。

5.1.1 肝郁气滞

证候：右胁部胀痛，右胁下肿块，胸闷不舒，善太息，纳呆食少，进食后腹胀，时有腹泻，舌苔薄腻，脉弦。

治法：疏肝解郁，行气散结

5.1.1.1八月札郁金蜜饮

【材料】八月札30克，郁金20克，降香6克，蜂蜜30克。

【制作方法】将八月札、郁金、降香分别洗净，晒干或烘干，切成片，同放入砂锅，加水浸泡片刻，煎煮20分钟，用洁净纱布过滤，去渣，取滤汁放入容器，调入蜂蜜，拌均匀即成。

【食养作用】疏肝理气，活血止痛。

【适用人群】肝气郁结之胆癌。

【方义】八月札味苦、性微寒，有行气疏肝食养作用，可厚肠胃，令人能食。近代药理研究证实，八月札对小鼠肉瘤S180、肉瘤37能抑制活性。郁金专功活血行气解郁，对肝癌血瘀气滞所引起的胸院胁肋疼痛，有较好的止痛食养作用。现代抗癌药理研究结果表明，郁金提取物对小鼠肉瘤S180（腹水型）抑制率为61.7%；有研究报道，从郁金中首次发现的环氧倍半帖醇-姜黄环氧烯醇有一定的抗癌活性。降香擅长散瘀定痛，对胆管癌气滞血瘀所致胸胁作痛可起到定痛止痛效果，以上3味煎汁以蜂蜜调和，可使止痛作用持久。

5.1.1.2合欢佛手猪肝汤

【材料】合欢花12克，佛手片10克，鲜猪肝 150克，生姜10克，食盐、大蒜、葱段、味精各适量。

【制作方法】将合欢花、佛手片置于砂锅中，加入清水适量煎煮，煮沸约20分钟后，过滤去渣，取汁备用；将猪肝洗净，切成片，加生姜末、食盐、大蒜等略腌片刻，锅中将药汁煮沸后，倒入猪肝。煮一、二沸后即可服食。食猪肝饮汤。每日1剂，每2次食完，连续服食5-7日。

【食养作用】疏肝解郁，行气止痛。

【适用人群】肝气郁结之胆癌。

【方义】合欢花味甘性平，入心经、肝经，具有安神解郁的良效。佛手味甘性平，入肝经、脾经、肺经、胃经，具有和胃止痛、燥湿化痰、疏肝理气之食养作用，佛手对于肝癌肝郁气滞之证具有良好疗效。猪肝中铁质丰富，常作为补血的食物，且其含有丰富的维生素A，有助于保护视力，同时具有补气健脾之食养作用，可增加食欲。

5.1.1.3郁金抗癌茶

【材料】绿茶2克，醋制郁金粉5-10克，炙甘草5克，蜂蜜25克。

【制作方法】上四味加水1000ml，煮沸10分钟，取汁用。每日1剂，少量多次，徐徐饮之。

【食养作用】疏肝理气，解郁祛瘀，抗癌。

【适用人群】肝气郁结之胆癌。

【方义】郁金味辛、苦、寒，归肝、胆、心、肺经，具有活血止痛、行气解郁、清心凉血、利胆退黄之食养作用。善于治疗肝郁气滞之痛证，尤以血热兼瘀者为宜。绿茶具有清热、消食、祛湿气、清肠、抗炎等食养作用。

5.1.1.4参芪蟾酥散

【材料】党参9克，黄芪9克，香附子9克，炙鳖甲15克，蟾酥皮粉0.6-1克，黄酒适量。

【制作方法】前四味煎汤去渣，冲蟾皮粉，以黄酒调服。每日1剂，分2次服，连服15-20天为1疗程。

【食养作用】健脾理气，软坚散结。

【适用人群】肝气郁结之胆癌。

【方义】党参、黄芪配伍使用具有补中益气、健脾益肺、生津利尿、解毒生肌的食养作用，可用于治疗气虚乏力、身体浮肿、多汗，有增强免疫力等作用。香附子性平，归肝、脾、三焦经，具有调经止痛、疏肝解郁等作用。蟾酥是一种攻毒杀虫止痒药，蟾酥皮粉为蟾蜍科动物中华大蟾蜍或黑眶蟾蜍的干燥皮打粉，蟾酥味辛，性温，有毒，归心经。蟾酥辛散温通，香开辟秽，毒大力强，专入心经。外用解毒消肿、止痛；内服除止痛外，又辟秽开窍而醒神。以黄酒调服，可加大通经活络、活血祛寒之效。

5.1.1.5佛手青皮饮

【材料】佛手15克，青皮15克，蜂蜜适量。

【制作方法】将佛手、青皮加入清水浸泡30分钟后换水，大火煮开后，转小火煎煮30分钟，取汁留渣，再加水煎煮一次，将两次药汁合并，待药汁转温后调入蜂蜜即成。

【食养作用】疏肝行气，活血止痛。

【适用人群】适用于胸肋胀闷不适、食少纳呆、暖气太息、情志不遂等症状。

【方义】佛手能疏肝理气、止痛，《本草便读》中记载：“佛手，理气快膈，唯肝脾气滞者宜之”。其对于胆癌肝气郁滞之证具有良好疗效。佛手柑内酯能够抑制肿瘤细胞增殖，诱导其凋亡。青皮入肝脾二经，能疏肝消积、理气醒脾，治疗肝脾不和之气滞诸症。

5.1.2 痰瘀互结

证候：右胁疼痛较剧，如锥如刺，入夜更甚，甚至痛引肩背，右胁下结块较大，质硬拒按，面色萎黄而黯，倦怠乏力，脘腹胀满，食欲不振，大便溏，舌质紫暗有瘀点、瘀斑，苔腻，脉弦滑。

治法：化痰解毒、祛瘀攻积

5.1.2.1田七芡实龟肉汤

【材料】田七12克(捣碎)、芡实50克、草龟1只(约500克)宰后去肠脏斩碎，瘦猪肉100克切块，放入锅内，加水适量，以生姜、胡椒、精盐、味精调味、炖煮烂熟即可食用。

【制作方法】草龟1只(约500克)宰后去肠脏斩碎，瘦猪肉100克切块，放入锅内，加水适量，以生姜、胡椒、精盐、味精调味、炖煮烂熟即可食用。

【食养作用】本方具有抗癌扶正、滋补肝脾、祛瘀止痛、除湿利水之食养作用。

【适用人群】适用于兼见肝区疼痛、肝血瘀滞、肝脾肿大等症，属痰瘀互结之胆癌。

【方义】田七即三七，为五加科植物三七的根，性温，味甘、微苦，入肝、胃、大肠经，有止血散瘀、消肿定痛的食养作用。《玉楸药解》谓：“和营止血，通脉行瘀，行瘀血而敛新血。”《本草求真》谓：“三七，世人仅知功能止血住痛，殊不知痛因血瘀则疼作，血因敷散则血止，三七气味苦温，能于血分化其血瘀。”《本草新编》谓：“三七根，止血之神药也，无论上、中、下之血，凡有外越者，一味独用亦效，加入于补血补气药中则更神”。芡实味甘、涩，性平，入脾、肾经，有补脾、固肾、开胃的食养作用。《日华子本草》谓：“开胃助气”。《本草从新》谓：“补脾固肾，助气涩精。”《千金食治》谓：“主湿痹……补中，暴疾。”乌龟味甘、咸，性平，入肝、肾经，有滋阴补血的食养作用。《名医别录》谓：“肉作羹、大补。”《医林纂要》谓：“治骨蒸劳热，吐血、衄血、肠内血痔，阴虚血热之症。”《便民食疗》谓：“取肉和葱椒酱油煮食，补阴降火。”猪瘦肉味甘性平，有健脾益气的食养作用。

5.1.2.2健肝粉

【材料】斑蝥500个，陈皮500克，糯米5000克。

【制作方法】将糯米淘洗干净，沥干，加入斑蝥后置锅内用微火炒至焦黄，拣去斑蝥，将糯米研碎；另将陈皮研粉，与糯米粉混合均匀即成。

【食养作用】活血化瘀，理气和中，攻毒抗癌。

【适用人群】：血瘀型胆癌。

【方义】此方为江苏启东医院经验方。斑蝥具有明确的抗癌作用，其提取物的抗癌作用尤为突出，临床可用于多种恶性肿瘤的治疗。如以斑蝥素制剂为主治疗原发性肝癌800余例，有效率为60％左右，可改善症状，延长生存时间，部分病人肿块缩小，病情趋于稳定，白细胞多不下降，治疗后1年生存率为12.7%。陈皮理气和胃，糯米补脾养胃，均有助于减轻斑蝥对消化道的刺激。

5.1.2.3加味鳖甲饮

【材料】草河车30克，白花蛇舌草30克，鳖甲30克，桃仁9克，红花6克，蔗糖适量。

【制作方法】前5味加水适量，煎取药汁，去渣，加入蔗糖调味。

【食养作用】活血化瘀，疏肝行气，清热化痰解毒。

【适用人群】气滞血瘀痰凝型胆癌。

【方义】草河车善于清热解毒，常用于胆管癌、胃癌等消化道肿瘤及恶性淋巴瘤、白血病、肺癌等癌症；白花蛇舌草长于清热解毒，活血止痛，利湿消肿。对胆管癌、胃癌等消化道肿瘤及宫颈癌、鼻咽癌、淋巴癌也有一定食养作用；鳖甲软坚散结、滋阴潜阳，对气滞血瘀型胆癌有治疗作用。用亚甲蓝法试验，对肝癌、胆管癌、胃癌、急性淋巴白血病细胞有抑制作用，采用人型肝癌、胆管癌、胃癌细胞做试验，发现能抑制癌细胞的呼吸作用；桃仁、红花活血化瘀、抗癌。故本药膳方适合于血瘀型胆癌。

5.1.2.4赤小豆鲤鱼汤

【材料】赤小豆200克,活鲤鱼500克。

【制作方法】先将鲤鱼割杀洗净与赤小豆同放入锅内加葱、姜、胡椒、盐、料酒和清水适量,炖至赤小豆烂熟,以味精少许调味食用。

【食养作用】本方具有活血排脓、利水化湿、防癌抗癌之食养作用。

【适用人群】适用于胆管癌后期腹水，小便不利、食欲不振等症。

【方义】赤小豆利水除湿、清热退黄，赤小豆通常作为利尿剂作用于伴有水肿的患者。鲤鱼健脾和胃、下气利水、通乳、保护视力、益智健脑等作用。[3][4][5]

5.1.3 肝胆湿热

5.1.3.1垂盆草番茄汁

【材料】新鲜垂盆草500克，成熟鲜番茄1000克。

【制作方法】将新鲜垂盆草、成熟鲜番茄分别洗干净，垂盆草放入温开水中浸泡片刻，取出，切碎，即投入捣搅机中，搅压成浆汁，用洁净纱布过滤，收取滤汁，备用。成熟鲜番茄可以用同样操作程序，收取番茄汁放入砂锅，用小火煮沸，离火，待其温热时，兑入垂盆草滤汁，拌匀即成。

【食养作用】清肝退黄，护肝解毒。

【适用人群】肝胆湿热型胆管癌患者。

【方义】垂盆草性甘、淡、微酸、凉，具有清热解毒、利湿的食养作用，主治湿热黄疸病症。成熟鲜番茄，甘酸，微寒，生津止渴，健胃消食。治口渴，食欲不振。

5.1.3.2泥鳅车前子汤

【材料】泥鳅2条，洗净去肠脏后约300克，黑豆60克，车前子30克。

【制作方法】泥鳅、黑豆、车前子（用纱布包）一起加水炖煎2小时，用适量盐调味，饮汤佐膳。

【食养作用】清热利湿，健脾和胃。

【适用人群】胆管癌口干、纳呆腹胀、黄疸腹水，属肝胆湿热者适用。

【方义】泥鳅味甘，性平，归脾、肝、肾经，具有补益脾肾，利水，解毒的食养作用，治黄疸型肝炎。黑豆味甘、性平，归脾、肾经，有补肾滋阴、健脾利湿解毒的食养作用，健脾利湿，性平和，利水不伤气，利湿不伤阴。车前子味甘，性寒，归肝、肾、肺、小肠经，食养作用清热利尿通淋，渗湿止泻，明目，祛痰，用于水肿胀满。

5.1.3.3茵陈薏米冬瓜汤

【材料】茵陈30克，薏苡仁50克，冬瓜300克，赤小豆30克。

【制作方法】茵陈、薏苡仁和赤小豆先加水煮至半熟，然后加入切块的冬瓜，继续炖煮至冬瓜变软，调味即可。

【食养作用】清热利湿，疏肝利胆。

【适用人群】适用于放疗后出现肝胆湿热症状的胆管癌患者，如发热、口苦、黄疸等表现。

【方义】茵陈苦寒，归脾、胃、肝胆经，是清热利湿、疏肝利胆的要药，能有效缓解肝胆湿热症状。薏苡仁性甘淡微寒，归脾、胃、肺经，具有健脾利湿的作用，并富含膳食纤维，有助于改善消化和代谢功能，增强排湿能力。冬瓜性甘淡凉，富含维生素C，具有清热利尿、消肿除湿的作用，促进肾脏排泄功能，减少体内毒素积累。赤小豆性甘酸平，归心、小肠经，利水除湿、解毒排脓，富含膳食纤维，有助于促进消化、排除湿气。

5.1.3.4苦瓜豆腐汤

【材料】苦瓜100克，豆腐200克，枸杞10克。

【制作方法】苦瓜洗净切片，与豆腐一起煮汤，加入枸杞，煮至熟软，调味食用。

【食养作用】清热解毒，疏肝利胆。

【适用人群】适用于胆管癌伴有肝胆湿热的患者，尤其是出现口苦、烦热、便秘等症状时。

【方义】苦瓜苦寒，归心、肝、胃经，具有清热解毒、清肝明目、降血糖的作用，富含维生素C和类胡萝卜素，增强免疫功能。豆腐性甘凉，归脾、胃、大肠经，益气和中、生津润燥，富含植物蛋白，促进肝脏修复和提高免疫力。枸杞性甘平，归肝、肾经，养肝明目、补肾润肺，富含维生素A和抗氧化剂，能提高免疫力，缓解放疗后的疲劳和免疫力低下。

5.1.4 脾虚湿阻

5.1.4.1山药薏米莲子粥

【材料】山药50克，薏苡仁30克，莲子20克，大米50克。

【制作方法】山药去皮切块，与薏苡仁、莲子和大米一起煮粥，煮至软烂，调味食用。

【食养作用】健脾祛湿，益气养胃。

【适用人群】适用于胆管癌出现脾虚湿阻，表现为食欲不振、腹胀便溏的患者。

【方义】山药性甘平，归脾、肺、肾经，能健脾补气、益肺补肾，富含淀粉酶和多糖，有助于改善消化功能、增强免疫力，适合脾胃虚弱调理。薏苡仁甘淡微寒，归脾、胃、肺经，健脾利湿，帮助排除体内湿气，改善水肿。莲子甘涩平，归脾、肾、心经，补脾止泻、益肾固精，富含蛋白质和维生素，增强体质、改善脾虚便溏。大米性甘平，归脾、胃经，补中益气、健脾和胃，提供能量，调养胃肠。

5.1.4.2茯苓淮山鸡汤

【材料】茯苓15克，淮山（山药）50克，鸡肉200克，红枣5颗。

【制作方法】鸡肉焯水去腥，与茯苓、山药、红枣一起煮汤，炖至鸡肉熟烂，调味食用。

【食养作用】健脾利湿，补中益气。

【适用人群】适用于胆管癌脾虚湿阻导致的消化不良、四肢乏力的患者，帮助恢复体力，改善脾胃功能。

5.1.4.3二白粥

【材料】白扁豆50克，白术30克，大米50克。

【制作方法】先将白扁豆、白术分别用清水浸泡30分钟；再将白扁豆放入砂锅中，加适量水，中小火熬煮至熟烂；最后加入淘净的大米和白术，继续用小火煨煮成稠粥即可。

【食养作用】健脾利湿，益气和中。

【适用人群】适用于胆管癌脾虚湿阻导致的食少、大便稀塘者。

【方义】白术长于健脾益气、燥湿利水，能治疗脾虚食少、腹胀泄泻、痰饮眩悸、水肿等症状，是健运脾气之要药。白扁豆归脾经、胃经，有健脾养胃、化湿和中之食养作用，其补气之功与白术相配能发挥更强食养作用，甘温补脾而不滋腻，芳香化湿而不燥烈。

5.1.4.4赤小豆薏苡仁冬瓜鲫鱼汤

【材料】鲫鱼250克，赤小豆50克，薏苡仁100克，带皮冬瓜300克。

【制作方法】将鲫鱼洗净去内脏，赤小豆、薏苡仁用清水浸泡，冬瓜带皮洗净切块备用。将鲫鱼放入油锅煎至两面金黄，加入适量清水、赤小豆、薏苡仁，煮熟后再加冬瓜稍煮，调味即可食用。

【食养作用】健脾祛湿，消肿利水。

【适用人群】适用于胆管癌脾虚湿阻出现腹水及肢体肿胀患者。

【方义】赤小豆利水消肿、利湿退黄、消肿排脓，鲫鱼清热利尿，薏苡仁利水消肿、健脾止泻，冬瓜利尿生津。

5.2辨症施膳

5.2.1 发热

胆癌常伴有发热。癌性发热是晚期胆癌患者常见并发症。西医多采用对症治疗，即利用非甾体类解热镇痛药进行退热处理，但易发生消化道不良反应，且易反复。中医认为，癌性发热属内伤发热范畴，癌毒久蕴导致气血亏虚、脏腑功能失调、阴阳失衡是其主要病机，常表现为持续低热状态。常用药物金银花、菊花、玉竹、鳖甲、栀子、白茅根等。

5.2.1.1双花苦瓜肉丝

【材料】金银花25克，野菊花12克，苦瓜250克，瘦猪肉100 克。

制作方法：将金银花、野菊花洗净备用。苦瓜洗净切丝,肉丝用淀粉适量搅拌备用。用炒菜锅入油，炒肉丝至半熟时加入苦瓜丝、金银花、野菊花及各种调味品;炒至肉熟即可食用。

【食养作用】清热解毒、凉血消肿。

【适用人群】胆癌发热病人。

【方义】苦瓜既是佳蔬又是良药。《本草纲目》中记载苦瓜有清心明目，益气解热的食养作用。清人王士雄在《随息居饮食谱》中说苦瓜涤热，明目清心热则养血滋肝，润脾补肾。《滇南本草》中说，苦瓜治丹火毒气，疗恶疮结毒。现代药理研究，苦瓜的作用就更丰富多彩了，如苦瓜中的植物蛋白能刺激人体免疫细胞活性；苦瓜中提取出的胰蛋白酶抑制剂可以抑制肿瘤细胞生长；苦瓜素可以治疗舌癌、鼻咽癌、喉癌、胆癌等多种癌症；苦瓜浆汁可以降血糖，外敷可治疗丹毒恶疮；苦瓜可防中暑治胃肠炎等等。[6]

5.2.1.2三七玉竹炖甲鱼

【材料】三七10克，玉竹15克，甲鱼半只，生姜 15克。

制作方法：将三七打粉，玉竹洗净切片。将甲鱼处理干净后与其他用料一起放入锅中炖煮约2小时，加入适量调料即可。

【食养作用】活血化瘀，养阴清热。

【适用人群】适用于瘀血日久，伴阴亏虚而见长期低热者，伴口干口渴、乏力、上腹部积块。脾虚、大便稀烂者不宜食用本药膳。

【方义】三七为治血之要药，归肝经、胃经，具有散瘀止血、消肿止痛之食养作用，是治疗胸腹瘀血疼痛之佳品。其所含三七总皂苷可直接杀死肿瘤细胞，抑制肿瘤细胞生长或转移，诱导肿瘤细胞凋亡，且有一定的补虚作用，能够增强身体免疫力，起到抗肿瘤作用。瘀血日久，易阻碍人身津液的输布，并且瘀久易化热，耗伤阴液，从而出现阴虚发热，故予玉竹、甲鱼以发挥滋阴清热、润燥生津之食养作用，有助于瘀血的祛除，并减轻口干口渴之症状。[7]

5.2.1.3鳖甲炖鸽肉

【材料】肉用鸽子1只，鳖甲50克，盐、味精等调味料适量。

【制作方法】将鸽子去除内脏后洗净，将鳖甲洗净捣碎，放入鸽腹内，置于瓦罐或大碗内，隔水炖至鸽肉熟透，加盐、味精等调味即可。

【食养作用】清热解毒，滋阴生津。

【适用人群】适用于胆癌症见低热、乏力消瘦者。

方义：鳖甲为鳖科动物中华鳖之背甲，富含骨胶原、蛋白质、肽类、微量元素等，具有滋阴潜阳、软坚散结之食养作用，能入肝肾二经，改善肝肾阴虚所致的五心烦热、口渴、头晕等不适。《药性论》言其能“除骨热，骨节间劳热，结实壅塞”，表明其软坚散结，可治疗胆癌患者之腹部肿块。研究发现，鳖甲具有抗肿瘤作用。鳖甲中的有效成分鳖甲多糖能明显抑制S180荷瘤小鼠肿瘤的生长，提高其非特异性免疫功能和特异性免疫功能。鸽肉的主要作用是益气解毒，其味甘咸，性平，一般用于肿瘤手术后，益气补虚，匡扶正气，能促进伤口愈合。[8]

5.2.1.4栀子枸杞粥

【材料】栀子5-10克，鲜藕60克(或藕节10-15节)，白茅根30克，枸杞子40克，粳米 130克。

【制作方法】将栀子、藕节、白茅根、枸杞子装入纱布袋内扎紧,加水煎煮取药汁。粳米下锅，下入药汁、清水，煮沸后转小火煮烂成稀粥即可，可加蜂蜜适量调味。

【食养作用】清热养阴，凉血止血。

【适用人群】胆癌低热不退，消瘦神疲，口干，烦躁失眠，食少纳呆，腹部闷痛，大便干，小便黄，或有腹水，舌质鲜红，或嫩红，或红暗，少津，舌苔少或光，脉弦细数或虚数。

【方义】栀子功能泻火除烦,清热利尿,凉血解毒。藕能清热凉血,散瘀止血。枸杞子滋补肝肾之阴。白茅根凉血止血,清热利尿。粳米补中益气,健脾和胃,除烦渴。诸药合用，清热凉血、养阴益气，适合胆癌热甚阴伤,症见低热不退、消瘦神疲、口干、烦躁失眠、大便干、小便黄的患者食用。

5.2.2 纳差

胆癌患者由于长期受癌毒困扰，早已身体羸弱，机体免疫抗邪功能与正常人相比较为低下，脏腑气机运转功能较差；而患者接受放化疗治疗后，邪毒入侵，损伤机体，进一步耗伤精血，大伤气阴，使机体不得濡养、气血阴阳失衡，从而引发纳差症状。可适当补充含水量丰富的蛋白质，如瘦肉、鱼类等，适当增加健脾开胃之品，如山楂、薏苡仁、白扁豆、麦芽、鸡内金等。

5.2.2.1陈皮瘦肉末粥

【材料】陈皮5克，猪瘦肉25克，粳米50克。

【制作方法】将猪瘦肉切末备用。将陈皮与粳米加水同煮粥至熟，去陈皮，再加入瘦肉末煮至熟烂。

【食养作用】益气健脾。可用于胆癌患者体虚瘦弱、食欲不振及消化不良的辅助治疗。【适用人群】陈皮具有理气健脾、燥湿化痰之食养作用。猪瘦肉具有补中益气、滋阴润燥、强壮骨骼的食养作用，适宜病后体虚、营养不良、肠燥便秘、阴虚气弱者。粳米具有补中益气、健脾养胃的食养作用，如《饮膳正要》记载其“主益气，止烦，止泄，和胃气，长肌肉。”

5.2.2.2于术田螺兔肉饮

【材料】于术15克，大田螺20个，兔肉300克

【制作方法】于术切片。大田螺用清水漂浸去泥，再用沸水烫死取螺肉。兔肉洗净切块。将于术、螺肉、兔肉放锅中，加清水适量文火炖2小时，和盐调味，饮汤或佐膳。

【食养作用】健脾利水，清肝解毒。

【适用人群】晚期胆癌口干纳呆并腹水、黄疸者。

【方义】于术为白术中佳品，属菊科植物白术的根茎，产于浙江于潜，味苦、

甘,性温，入脾、胃经，有健脾和中、开胃祛湿的食养作用。《药性论》谓:“破消宿食，开胃……治水肿胀满，止呕逆，腹内冷痛，吐泻不住。”《唐本草》谓:“利小便。”《本草汇言》谓:“白术，乃扶植脾胃，散湿除痹，消食除痞之要药也。”《千金良方》中的白术膏用一味白术反复熬汁成膏，蜜汤调下,谓：“服食滋补，止久泄痢。”田螺为螺科动物中华圆田螺或其同属动物的肉，味甘、咸，性寒，入肝、脾经，有清肝解毒、利水退黄的食养作用。《本草拾遗》谓：“煮食之，利大小便，去腹中热结，目下黄。”《本草纲目》谓：“利湿热，治黄疸。”兔肉味甘性凉，入肝、大肠经，有补中益气、凉血解毒的食养作用。《名医别录》谓:“主补中益气。”《本草纲目》谓：“凉血，解热毒，利大肠。”《食物本草会纂》谓:“补中益气……凉血解热毒，利大肠，消渴羸瘦。”[9]

5.2.2.3鸡汁苡米粥

【材料】未下蛋黄雌鸡1只约500克，薏苡仁50克，粳米50克

【制作方法】黄雌鸡剖净，去除鸡的脂肪及大部分鸡皮，斩细拍碎，加清水适量，煮至雌鸡熟烂，取鸡汁800-1000毫升煮苡米及粳米成黏粥，和盐调味温服。

【食养作用】补中益气，健脾利水。

【适用人群】晚期胆癌消瘦短气乏力、不思饮食者。

【方义】黄雌鸡味甘性温，入脾、胃经，有健脾益气、填精补髓的食养作用。《食疗

本草》谓：“黄雌鸡，主腹中水癖、水肿。”《日华子本草》谓：“黄雌鸡，止劳劣，添髓补精。”苡米即意苡仁，为禾本科植物意苡的种子，味甘性凉入脾、肺、肾经，有健脾益胃、祛湿利水的食养作用。《名医别录》谓：“利肠胃，消水肿，令人能食。”《本草新编》谓：“薏仁最善利水，不至损耗真阴之气，凡湿盛在下身者，最宜用之。”《食鉴本草》谓：“煎服破毒肿，祛脚气，健脾益胃……苡米粥……补正气，利肠胃，消水肿，除肠中邪气，治筋脉拘挛。”粳米味甘性平，入脾、胃经，有补中益气、健脾和胃的食养作用。《名医别录》谓：“主益气，止烦、止泄。”《本草经疏》谓：“粳米即人所常食米，为五谷之长，人相赖以为命者也。其味甘而淡，其性平而无毒，虽专主脾胃，而五脏生气，血脉精髓，因之而充溢，周身筋骨肌肉皮肤，因之而强健。”[10]

5.2.2.4珠玉二宝粥

【材料】薏苡仁60克，淮山80克，粳米50克，猪瘦肉30克

【制作方法】薏苡仁洗净，淮山洗净、切薄片，猪瘦肉切3-4块，上物加水适量文火同熬成稀粥，去猪瘦肉，和盐调味，温热服食。

【食养作用】健脾补中，利水消肿。

【适用人群】晚期胆癌腹胀肢肿、不思纳食者。

【方义】苡米即薏苡仁，味甘、淡，性微凉，入肺、脾、肾经，有补肺健脾、祛湿利水的食养作用。《药性论》谓：“主肺痿……吐脓血，咳嗽涕响唾上气”。《本草纲目》谓：“健脾益胃，补肺清热，袪风胜湿”。《药品化义》谓：“取其入肺，滋养化源，用治上焦消渴，肺痈肠痈”。淮山即山药，味甘性平，入肺、脾、肾经，有健脾补虚、益气养胃的食养作用。《本草纲目》谓：“益肾气，健脾胃，止泄痢，化痰涎，润皮毛”。《本草正》谓：“山药，能健脾补虚，滋精固肾，治诸虚百损，疗五劳七伤”。粳米即大米，味甘性平，入脾、胃经，有补中益气、健脾养胃的食养作用。《随息居饮食谱》谓：“粳米甘平，宜煮粥食……故贫人患虚证，以浓米汤代参汤”。《本草经疏》谓：“粳米即人所常食米，为五谷之长，人相赖以为命者也……虽专主脾胃，而五脏生气，血脉精髓，因之而充溢，周身筋骨肌肉皮肤，因之而强健”。猪瘦肉味甘性平，有滋阴润燥、补益脾胃的食养作用。本方脱胎于张锡纯《医学衷中参西录》上册之珠玉二宝粥，专治一切阴虚，珠为苡米，玉为淮山。方中猪瘦肉起辅助补中健脾及调味的作用。[11]

5.2.2.5荷菊蒸田鸡

【材料】鲜荷叶1张，菊花15克，田鸡200-500克

【制作方法】田鸡去皮及肠脏后切块，和入细盐、生抽、姜汁后搅拌均匀，将鲜荷叶包菊花、田鸡上笼蒸熟，去荷叶、菊花，食田鸡。

【食养作用】清热解毒，健脾养胃

【适用人群】胆癌黄疸腹水、腹胀纳呆者。

【方义】荷叶为睡莲科植物莲的新鲜叶子，味苦、涩，性平，入心、肝、脾经有升发清阳、清暑利湿的食养作用。《本草通玄》谓:“开胃消食。”《本草再新》谓:“清凉解暑，止渴生津，治泄痢，解火热。”《滇南本草》谓：“上清头目之风热，止眩晕，清痰泄气，止呕。”菊花为菊科植物菊的头状花序,味甘、苦，性凉，入肺、肝经，有清热解毒、疏风明目的食养作用。《神农本草经》谓：“主诸风头眩，肿痛，目欲脱，泪出。”《本草纲目拾遗》谓：“白茶菊：通肺气，止咳逆，清三焦郁火，疗肌肉，入气分。”田鸡即青蛙，为蛙科动物黑斑蛙的全体，味甘性凉，蛙肉细嫩鲜美，富含蛋白质、维生素、微量元素等多种营养素，有清热解毒、滋阴降火的食养作用。《本草纲目》谓:“利水消肿。”《随息居饮食谱》谓:“清热，行水，杀虫，解毒，愈疮。”[12]

5.2.3 乏力

胆管癌早期多无明显临床症状，随着病情进展，手术、放疗、化疗等治疗后出现乏力不适，药膳可帮助患者恢复体质，改善乏力。药膳治则为健脾益气为原则，常用食物、药物如人参、黄芪、枸杞、山药、灵芝等。

5.2.3.1虫草沙参排骨汤

【材料】南沙参15克，冬虫夏草5克,大枣10克，生姜10克，猪排骨200克，调料适量。

【制作方法】将南沙参、冬虫夏草、生姜、大枣洗净后浸泡15分钟备用。将排

骨洗净后焯水去腥，与上四药一同煮制，大火烧开后，转小火煮 45分钟，调味即可。

【食养作用】益气补虚，生津除烦。

【适用人群】适用于热病后期神疲乏力、口渴心烦等症状。

【方义】南沙参味甘性寒，能养胃阴、清胃热，治疗阴虚内热之口渴、大便秘结，并且能够补脾气，治疗热病后期耗伤气阴之烦热、乏力等症状。冬虫夏草有补虚损、益精气之食养作用，对于久病耗伤，能匡扶正气，补周身气血不足,从而改善患者神疲乏力、面色萎黄之症状，并且具有补肾益肺之食养作用，可治疗肺肾亏虚之气喘、乏力、腰膝酸软。[13]

5.2.3.2枸杞大枣粥

【材料】枸杞子20克，大枣15克，粳米60克,白糖适量。

【制作方法】将枸杞子、大枣与粳米洗净，同放入锅中，加适量水煮粥，煮熟后加入白糖调味即可。

【食养作用】滋阴肝肾，健脾益气，扶正抗癌。

【适用人群】气阴两虚之口渴、心烦、乏力等症状。

【方义】枸杞子为滋补肝肾之常用药，能补肝肾之真阴，消虚烦之内热，改善患者阴虚、精血不足所致的腰膝酸软、眩晕耳鸣、内热烦渴等症状。枸杞子多糖能够提升巨噬细胞raw264.7的数量，调定其极化状态，增加机体的免疫活性，从而达到抗肿瘤生长的作用，大枣能补益脾气，治疗脾虚食少、乏力便溏等不适;能滋阴养血，治疗心肝之阴不足；能养心安神，治疗心烦失眠等症状。[14]

5.2.3.3黄芪龙眼炖牛肉

【材料】牛肉250克,黄芪20克，龙眼肉10克，调料适量。

【制作方法】将牛肉切片，加水煮沸，去除泡沫和浮油，再放入黄芪、龙眼肉小火熬煮1小时，至牛肉软烂后，加入调料调味即可。

【食养作用】补中益气，养血安神。

【适用人群】气血不足而见神疲乏力、四肢无力、食欲不振、失眠健忘者。

【方义】牛肉具有补脾胃益气血、强筋骨的食养作用，《本草拾遗》指出其能“消水肿，除湿气，补虚，令人强筋骨、壮健”，善于治疗各类虚损羸瘦所致疾病。龙眼肉能补益心脾，养血安神，适用于心脾气血不足而致的心悸失眠、眩晕、食欲不振等不适，《得配本草》记载其“益脾胃，葆心血，润五脏，治怔忡”。[15]

5.2.3.4灵芝鲢鱼粉丝汤

【材料】鲢鱼头1个，灵芝20克，粉丝100克，香菜、调料适量。

【制作方法】将鱼头处理干净后从中间劈成两半备用。锅内下姜片、大蒜爆香；放入鱼头，小火煎至两面金黄；加入开水没过鱼头，加入灵芝，转大火一同煮制30分钟；加入粉丝，再煮5分钟；加适量调料，放入香菜、白胡椒即可。

【食养作用】温中、益气、安神。

【适用人群】胆管癌治疗后周身乏力、头晕失眠、脘腹冷痛、食欲不振等症状。

【方义】鲢鱼味甘性温，具有温中益气之食养作用，《随息居饮食谱》记载其“暖胃，补气，泽肤”，适用于脾胃虚寒、气血不足所致的乏力疲惫症状。灵芝能入心经、肝经、肾经，有补气安神之食养作用，适用于气血不足、心神失养所致的心烦、体倦、纳差等症状。[16]

5.2.3.5参枣炖瘦肉

【材料】瘦肉250克，人参5克，山药50克，红枣20克，精盐适量。

【制作方法】将猪瘦肉洗净后切块,与洗净的人参、红枣、山药同放入砂锅内加水适量,用大火煮沸后转用小火炖至猪瘦肉熟烂,加精盐调味即成。

【食养作用】益气健脾,滋阴养血

【适用人群】气血不足而见神疲乏力、四肢无力、食欲不振、失眠健忘者。

【方义】参枣炖瘦肉的配方中，主要成分包括人参、红枣和瘦肉。人参被认为是一种滋补强壮的药材，具有补气固脱、健脾益肺、宁心益智、养血生津的食养作用。红枣则是一种常见的食材，具有补中益气、养血安神的作用。瘦肉作为蛋白质和必需氨基酸的来源，能够为身体提供营养，增强体质。将这三者结合在一起炖煮，不仅能够充分利用人参和红枣的滋补效果，还能通过瘦肉提供必要的营养，从而达到补血、健脾、益气的作用。

5.2.4 黄疸

胆管癌疾病初期多无症状，随病情进展，胆管堵塞无法将胆汁排出而出现梗阻性黄疸，胆汁由肝脏产生并分泌至肝内小胆管，然后通过肝内胆管和肝总管，流入胆囊内储存。进食后胆囊收缩，胆汁经胆囊管流入胆总管，并排入十二指肠，用于消化食物。胆汁一旦无法排入十二指肠，严重影响食欲。药膳在患者综合调整方面至关重要，治则以清热退黄为主，用药如茵陈、虎杖等。

5.2.4.1芦笋玉米须粥

【材料】芦笋50克，玉米须200克，薏苡仁50克，粳米50克。

【制作方法】先将鲜芦笋洗净切碎后，盛入碗中，备用。再将玉米须洗净，切成小段，放入双层纱布袋中，扎紧袋口，与洗干净的薏苡仁、粳米同放入砂锅，加水适量，大火煮沸后，改用小火煨煮30分钟，取出玉米须纱袋，滤尽药汁，调入切碎的芦笋，继续用小火煨煮至薏苡仁熟烂如酥，粥黏稠即成。早晚2次分服，食粥，嚼服薏苡仁、芦笋。

【食养作用]清热利湿，抗癌退黄。主治湿热内蕴型肝癌伴发黄疸。

【适用人群】主治湿热内蕴型胆管癌伴发黄疸。

【方义】薏苡仁健脾化湿，健脾而不过于滋腻，化湿而不伤正。玉米须则长于利尿消肿、清肝利胆，能够使一身水湿、肝脏之毒、邪气随小便排出。芦笋主要含蛋白质、粗纤维素等营养成分；含有多糖、皂苷和微量元素等成分。芦笋原汁、多糖和皂苷可增强机体免疫作用。[17]

5.2.4.2炝拌穿心莲

【材料】穿心莲300克,酱油、醋、盐、味精、大蒜、花椒、泡椒和油等适量。

【制作方法】将穿心莲洗净备用。在锅中加水煮开，加少许盐和油，将穿心莲稍微焯一下，捞出控干水分，加入醋、酱油、盐、味精、大蒜、泡椒等一同搅拌。在锅中放入少许油，小火爆香花椒，将热油炝在加好料的穿心莲上，搅拌均匀即可。

【食养作用】清热解毒，清肝退黄

【适用人群】身目皮肤黄染、口干口苦、大便黏腻、胸痛等症状。

【方义】穿心莲味微甘、微苦，性凉，具有清热解毒、活血止痛之食养作用。《广西实用中草药新选》中记载其“凉肝胆，活血止痛。治黄疸，肝炎，胸痛”，表明其能清肝胆之热邪，助肝气调达，对于黄疸、胸胁疼痛等症状具有良好疗效。研究发现，穿心莲内酯有凉血消肿、保肝利胆之食养作用，并且可以降低胰腺癌细胞增殖、迁移、侵袭，促进细胞凋亡，同时能提高胰腺癌患者对化疗药物的敏感性。[18]

5.2.4.3虎茵茶

【材料】虎杖 12克,茵陈15克,大枣10个。

【制作方法】将虎杖、茵陈、大枣洗净，一同放入砂锅中，加入适量水，用旺火煮沸，再转小火煮45分钟，去渣即可。

【食养作用】清热化湿。

【适用人群】肝胆湿热所致的黄疸、口苦口干、汗出黏腻、大便不爽等症状。

【方义】虎杖善于清热化湿、活血通经、解毒抗癌，具有利湿退黄，清热解毒之食养作用，能够清热利湿，使湿热随小便排出，可治疗肝胆湿热所致的黄疸。茵陈长于清热利胆、化湿退黄，对肝胆湿热伴发黄疸者尤为适宜。虎杖配茵陈，相辅相成，使清利肝胆湿热作用得以加强。研究发现，虎杖提取物能够抑制癌细胞系panc-1细胞增殖，并促进其凋亡。[19]

5.2.4.4茵陈粥

【材料】绵茵陈30克，粳米100克，白糖适量。

【制作方法】先将绵茵陈洗净，煎汁去渣，入粳米后加水适量煮粥，欲熟时、加入白糖稍煮一二，沸即可。

【食养作用】清利湿热，消退黄疸。

【适用人群】胆管癌湿热型黄疸者。

【方义】临床治疗12例胆管癌，有黄疸者，除予茵陈五苓散外，嘱患者每日服茵陈粥，有3例黄疸消退，5例症状减轻，4例无效。现代药理已证实，茵陈蒿中的成分对MethA癌细胞、L929细胞、KB鼻咽癌细胞均有直接阻碍增殖的效果，并有延长荷癌小鼠生存期的倾向。这种成分还有明显的利胆作用，无论是十二指肠注射，还是动物口服,都能使胆汁分泌显著增加。[20]

5.2.4.5王瓜根肝糊汤

【材料】王瓜根10克，牛肝或猪肝200克，洋葱1个，胡萝卜1个，老姜1块，鸡骨汤、奶油、盐、胡椒各适量。

【制作方法】先将肝在沸水里冲浸一下，然后切成豆粒大的细丁,洋葱、胡萝卜切成细丁，老姜切剁碎。在深锅内先放奶油，随即将全部组成投入。放鸡骨汤约5碗，用文火慢煮，直到全部煮熟而汤成糊状时，加盐、胡椒等调味。

【食养作用】补肝生血，祛湿退黄。

【适用人群】胆管癌轻度黄疸者。

【方义】王瓜为葫芦科植物,动物实验对小鼠肉瘤 S180，宫颈癌U14，大鼠瓦克癌W256，肝癌(AH)等均有抑制作用。[21]

5.2.5 水肿

胆管癌消耗机体日久，出现颜面部、双下肢、腹水等全身水肿情况，中医认为水肿病因是感受外邪，劳倦内伤，或饮食失调，使肺脾肾功能失调，三焦壅滞，膀胱气化不利，津液输布失常，致水液潴留，泛滥于肌肤，引起头面、眼睑、四肢、腹背甚至全身水肿。治则以健脾益气消肿为主，中药如茯苓、龙葵、牵牛子等。

5.2.5.1牵牛子粥

【材料】牵牛子末1克，生姜2片，梗米100克

【制作方法】先将梗米煮粥，待煮沸后，放入牵牛子粉末及生姜，煮成稀粥服食。

【食养作用】消肿泻水，通便下气。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌腹水胀满，小便不利，大便秘结而偏于实证者。

【方义】牵牛子味苦辛、性寒，是治疗水肿胀满的要药。只需小的量，就能引起泻下的效果，所以“胃气虚者禁用”，牵牛子剂量上有特点，少用即可通大便，多用则泻下如水、而且兼有利尿之功，使水邪蕴毒从二便而去。

5.2.5.2龙葵半边莲蜜饮

【材料】龙葵60克，半边莲50克，蜂蜜20克。

【制作方法】将龙葵、半边莲分别洗净，晾干或晒干，切成小段，同放入砂锅，加水浸泡片刻，浓煎30分钟，用洁净纱布过滤，取滤汁放入容器，待其温热时，兑入蜂蜜拌均匀即成。

【食养作用】清热解毒，抗癌利水。

【适用人群】治疗胆管癌合并腹水及水肿患者，对热毒内炽型尤为适宜。

【方义】龙葵味微苦、性寒，擅长清热解毒、活血利尿。现代医学研究表明，龙葵中所含龙葵总碱对多种动物肿瘤有极强的抑制作用。半边莲味甘、性平，功专利水消肿、解毒抗癌，尤其适宜于肿瘤伴有腹水者。2味配伍，以蜂蜜制成本药膳方，不但可清热解毒，具有较强的抗癌抑癌食养作用，可起到较好的辅助治疗效果。

5.2.5.3草果黄雌鸡

【材料】黄雌鸡1只，草果（或草豆蔻）25克，赤小豆30克。葱、姜各适量。

【制作方法】鸡去毛及肠杂，洗净。草果或草豆蔻、赤小豆洗净，一起放入砂锅内，加清水、葱、姜适量，煮至熟透即可。

【食养作用】利水消肿，补益元气。

【适用人群】本膳主要适用干胆癌虚寒型黄疸水肿者。

【方义】赤小豆作用有三：一是利水消肿，对癌性腹水可用；二是解毒消炎，对并发感染可用；三是利湿退黄，对癌性黄疸可用。草果属姜科植物，辛香浓烈，性温而燥，与赤小豆配伍，对虚寒型黄疸最为合适，而对实热型黄疸则禁用。单用赤小豆一味内服和外敷，对胆管癌症状亦有改善作用。

5.2.5.4香菇蒸鲤鱼

【材料】鲤鱼1条（重约750克），香菇50克，生姜100克，冬笋100克，冬瓜皮50克，火腿肉50克，料酒、盐、味精少许。

【制作方法】鱼洗净。冬笋、火腿切薄片，香菇切丁，姜、冬瓜皮切丝。上料一起放入鱼腹中，并加入调料品。鱼放盘中，部分剩余的火腿、笋、香菇可以围在鱼的四周，加调料，上锅蒸熟即可。

【食养作用】消肿利水，健脾益气。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌水肿或合并胸腹水者。

【方义】腹水多出现在晚期，其形成原因是肝硬化、门脉高压：或癌块直接压迫门静脉、肝静脉、下腔静脉：或血浆蛋白减少等。药膳中鲤鱼“乃阴中之阳，其功长于利小便，故能消肿胀黄疽”（李时珍语）：冬瓜皮、冬笋也有利尿作用；而香菇抗癌补气，火腿肉益胃补虚。相互配合，于健脾益气、抗癌扶正之中，利尿排毒，有一定效果。

5.2.6疼痛

在肿瘤的姑息治疗中，世界卫生组织把癌性疼痛提到重要和优先解决的地位。疼痛是最常见的肿瘤相关症状之一，约1/4新诊断的恶性肿瘤患者、1/3正在接受治疗的肿瘤患者及3/4晚期肿瘤患者合并有疼痛。疼痛是癌症患者最为恐惧的症状之一。如果疼痛得不到缓解，将令患者感到不适，并极大地影响他们的活动能力及整体生活质量。目前癌痛治疗的药物主要有非阿片类止痛药、弱阿片类止痛药及强阿片类止痛药。临床实践表明，使用中药治疗肿瘤患者的疼痛也有一定的疗效。

5.2.6.1高良姜炖鸡

【材料】雄鸡1只，高良姜、草果各10克，陈皮、胡椒各5克，葱、酱油、盐、醋等各适量。

【制作方法】鸡洗净去毛及内脏，切块，放入锅内，加入高良姜、草果、陈皮、胡椒及葱、酱油、盐、醋等其他佐料、加清水适量。文火炖，肉烂脱骨即成。

【食养作用】补虚散寒，理气止痛。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌气滞型疼痛者。

【方义】高良姜的乙醇提取物对小鼠肉瘤S180细胞具有明显的抑制作用。进一步分析表明，其根茎的甲醇提取物的抗癌效果优于其果实的甲醇提取物，该成分的活性基团为1-乙酰氧基。

5.2.6.2香荔滑鸡珠

【材料】净鸡肉300克，鲜荔枝肉200克，水发香菇25克，鸡蛋清1克，葱段、姜片、胡椒粉、芝麻油、黄酒、湿淀粉、植物油、高汤适量。

【制作方法】将鸡肉改刀成鸡球，放碗中，先用鸡蛋清后用湿淀粉拌匀。将高汤、湿淀粉、麻油、胡椒粉调成芡汁。炒锅中放油烧至八成熟时，放人鸡球过油，至刚熟时倒出。再向炒锅内放入葱、姜、香菇、荔枝肉、鸡球、黄酒，芡汁勾芡，淋油炒匀即可。肉质鲜嫩，带有荔枝的香甜、滑爽。

【食养作用】生津益血，理气止痛。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌症见血虚性疼痛者。

【方义】膳中荔枝肉在古代就已用于肿瘤的治疗。如《本草衍义补遗》称其可“消瘤赤肿”（类似皮肤良性肿瘤）。本膳性质偏温热，故阴虚火旺或有实热者慎用。

5.2.6.3乌龙茶炖牛肉

【材料】牛肉500克，白萝卜250克，乌龙茶25克，食盐、酱油、姜、葱适量。

【制作方法】茶叶用沸水泡开，茶汤备用。把牛肉与佐料一起放入烧锅炖烂，再加入乌龙茶汤烧煮片刻即成。

【食养作用】补血滋阴，理气抗癌。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌气滞疼痛及贫血者。

【方义】白萝卜含具有抗癌活性的维生素C较高，每百克含30毫克。而红萝卜为19毫克，青萝卜不含维生素C，紫萝卜含28毫克（食物成分表，人民卫生出版社，1963）。萝卜含有的糖化酶能分解致癌物质亚硝酸，从而起到防癌作用（抗癌信息，1983，3：10）。乌龙茶也有防癌效果，据报道：对癌性腹水痛小鼠喂以含5%的乌龙饲料，结果可以100%抑制癌细胞的生长，作用强度超过绿茶。

5.2.6.4米酒蒸螃蟹

【材料】螃蟹2只，米酒50毫升，花生油、酱油适量。

【制作方法】螃蟹洗净，放锅中加盖蒸之，将要熟时，加入米酒。再蒸片刻，食蟹肉并饮汁。蟹肉可蘸花生油、酱油调味。

【食养作用】行气活血，滋补肝阴。

【适用人群】本膳主要适用于胆管癌疼痛不止者。

【方义】该方原出《日华子本草》，主治“产后肚痛血不下。”现在用于胆管癌疼痛亦效。螃蟹功能益气、活血、散血，与米酒同用，可增强其行气活血的食养作用。

5.3 疾病不同阶段的膳食

5.3.1 术后

外科手术在肿瘤的治疗中占有重要的位置。良性肿瘤采用手术切除常可彻底治愈。恶性肿瘤除属于全身性疾患的白血病等外，其余癌瘤处于初期阶段、病灶比较局限时，皆有手术治疗的机会。近代医学科学技术的成就促进了肿瘤外科学的发展，使恶性肿瘤的手术治疗率和治愈率逐渐提高。癌症患者经手术治疗后，其癌块虽被切除，但其体质是否复原，能否参加生产劳动，癌瘤有否复发可能等，常因人因病而异，说明手术后仍有必要进行积极的康复治疗。饮食调理可以在康复治疗中发挥重要的作用。

中医认为手术治疗必将导致伤气耗阴失血。手术过程的出血和体液丢失、组织器官创伤，可能影响机体的神经和内分泌功能；手术后的禁食和胃肠减压，可能使消化腺和胃肠道产生功能紊乱。所以，手术后常表现为脾胃失调、气血亏损或气阴两伤的病机，是消极地等待机体自然恢复，抑或积极地采取一些调整机体功能、促使组织修复的治疗措施，将给病者带来不同的后果。恶性肿瘤手术后中医饮食调理原则是健脾养胃、益气育阴、滋肾补血，常用黄芪、党参、当归、茯苓等中药。

5.3.1.1参芪粥

【材料】党参（切片）15克、炙黄芪（切片）10克、粳米50克

【制作方法】党参、炙黄芪洗净与淘净的粳米同入锅煮成稠粥。每日1剂，当早、晚餐用。

【食养作用】健脾益气。

【适用人群】适用于手术后病人，气短乏力，神疲困倦者。

【方义】党参、炙黄芪均有补气的食养作用。其中黄芪具有补气、生津养血等作用；党参具有健脾、养阴生津的食养作用；粳米则具有补中益气，平和五脏，善治诸虚百损的食养作用；对于手术后引起的脾胃虚弱引起的乏力、气短、食欲不振、消化不良等有一定的缓解作用。

5.3.1.2海马田七乳鸽汤

【材料】海马8-10克，田七6克，乳鸽1只

【制作方法】海马用温水洗净，浸泡10分钟。田七打碎。乳鸽去毛及内脏洗净，切块。将三物一起放入锅内，加适量清水，煎煮约2小时，调味后饮汤食乳鸽

【食养作用】滋肾壮阳，活血散结。

【适用人群】术后体虚纳呆者。

【方义】海马有补肾壮阳、散结消肿的作用。《品汇精要》谓:“调气和血。”《宝庆本草折衷》谓:“能补元阳。”田七即三七有通脉活血、祛瘀消肿的食养作用。《玉楸药解》谓：“和营止血，通脉行瘀，行瘀血而敛新血……痈肿，一切瘀血皆破。”乳鸽是指孵出不久的幼鸽，肉厚而嫩，滋养性强。含蛋白质、脂、矿物质等。乳鸽味咸性平，有解毒疗疮、滋肾补虚的食养作用。《本经逢原》谓：“久患虚赢者，食之有益。”《本草再新》谓:“治肝风肝火，滋肾益阴。

5.3.1.3茯苓糕

【材料】白茯苓200克，黑芝麻200克，红枣200克

【制作方法】茯苓切成方寸块，放瓦罐内清水浸没，煮至茯苓酥软松解，置布袋中，加水搓揉，筋脉渣滓留袋中者弃去不用，取茯苓粉，黑芝麻九蒸九晒，研末。红枣煮烂去皮、核。三味捣和，切块，蒸成糕，每次嚼服1-2块，空腹食用，不拘时间。

【食养作用】滋润五脏，补虚益气。

【适用人群】适用于胆囊或胆管癌术后虚弱不支者。

【方义】茯苓具有益脾和胃，宁心安神之效；黑芝麻具有补肝肾、润五脏、益气力、长肌肉、填脑髓的作用，可用于治疗肝肾精血不足之症；而大枣则有补气补血，健脾和胃之功。三者合用，尤其适合体质虚弱患者。

5.3.1.4参虫复元饮

【材料】高丽参12克，冬虫夏草10克，桂圆肉10克，鸡胸肉60克。

【制作方法】鸡胸肉切块，高丽参切薄片，冬虫夏草、桂圆肉洗净，上四物放入炖盅加水适量，密盖，隔水炖2小时和盐调味，饮汤或佐膳

【食养作用】补脾益肾，生血复元。

【适用人群】各种癌症手术后消瘦贫血、短气乏力或虚弱纳呆者。

【方义】高丽参其味甘、微苦，性微温，有大补元气、健脾生津的食养作用。《神农本草经》谓：“主补五脏，安精神，止惊悸，除邪气。”冬虫夏草味甘性温，有滋补强壮、益气化痰的食养作用，且有一定的抗肿瘤作用。《本草纲目拾遗》谓：“益肠胃，化痰理气。”桂圆肉味甘性温，能益脾补血。《滇南本草》谓：“养血安神……开胃益脾。”鸡肉味甘性温，入脾、胃经，有补中益气、填精益髓的食养作用。复元者，恢复元气之谓。元气是人身根本，生于先天肾脏，滋养于后天脾胃。本方能大补脾肾，滋养元气，故称复元饮。

5.3.1.5党参圆蹄汤

【材料】党参30克，大枣20克，猪前蹄约300克。

【制作方法】猪前蹄洗净斩块，加入洗净之党参、大枣(去核)，清水适量，文火炖至猪蹄熟烂，和盐调味，饮汤或佐膳。

【食养作用】补气养血，安神疗虚。

【适用人群】各种癌症手术后短气乏力、神疲纳呆者。

【方义】党参味甘性平，有补中、益气、生津的食养作用。《本草从新》谓：“补中益气，和脾胃，除烦渴。”《科学的民间药草》谓：“补血剂。适用于慢性贫血，萎黄病，白血病，腺病，佝偻病”。大枣味甘性温，有补脾和胃、益气生津、调营卫、解药毒的食养作用。《日华子本草》谓：“补五脏，治虚劳损，除肠胃癖气。”李杲谓：“温以补脾经不足，甘以缓阴血，和阴阳，调营卫，生津液。”猪蹄味甘、咸，性平，有补血、通乳、托疮的食养作用。

5.3.1.6茴香肉桂炖鸽

【材料】鸽子1只，肉桂5克，茴香5克，生姜5克，盐10克，味精6克

【制作方法】将鸽子去除内脏后洗净，肉桂、茴香洗净，生姜切片备用。锅内加水烧开，放入鸽子，稍煮片刻，去除血污，捞起待用。将鸽子、姜片、肉桂、茴香一起放入炖盅内，加入适量清水炖2小时，调入盐、味精即成。

【食养作用】温中行气，散寒之痛。

【适用人群】适用于化疗后出现胃脘冷痛、胀闷、不思饮食、恶心呕吐等症状。

【方义】肉桂甘温助阳以补虚，清热散寒而止痛，善于治疗寒邪内阻或脾胃虚寒之脘腹冷痛、不思饮食、呕吐反酸等症状。茴香具有散寒止痛、理气和胃之食养作用，其味辛而能理脾气，主气机通调而开胃止呕;其性温而能温中散寒，治胃寒气滞之脘腹冷痛，正如《本草汇言》言其为“温中快气之药也”。鸽子则具有补虚健脾之食养作用，《本经逢原》记载:“久患虚羸者，食之有益。”诸药合用，共同发挥温中行气之食养作用。

5.3.2 化疗期

化疗是晚期肿瘤患者治疗的重要手段，但化疗药物往往伴随着一定的副作用，如胃肠道反应、骨髓抑制、周围神经病变以及免疫抑制等不良反应，严重影响患者治疗的依从性、生理和心理状态以及生活质量。中医学认为，此类不良反应主要是由于肿瘤患者长期受癌毒困扰，早已身体羸弱，机体免疫抗邪功能与正常人相比较为低下，脏腑气机运转功能较差；而患者接受化疗后，邪毒入侵，损伤机体，进一步耗伤精血，大伤气阴，使机体不得濡养、气血阴阳失衡，从而引发一系列症状。中医药可极大缓解化疗后不良反应，从而达到增效减毒的目的。

针对化疗药物出现恶心呕吐、食欲下降等副反应，可适当补充含水量丰富的蛋白质，如瘦肉、鱼类等，适当增加健脾开胃之品，如山楂、薏苡仁、白扁豆、麦芽、鸡内金等。以理气和胃、化湿止呕为原则选择合适的食物，常用者如生姜、柑橘、陈皮、白萝卜、山楂、薏苡仁、白扁豆、山药、大枣、牛奶、蜂蜜、神曲等。便秘的患者应选用具有润肠通便效果的食物，如火麻仁、芝麻、香蕉、火龙果、奇异果、牛奶、蜂蜜等。肝功能损害的患者，应选用具有滋养肝阴、清利湿热、疏肝利胆作用的食物，可使用赤小豆、西瓜皮、枸杞子、菊花、荸荠、山楂、甲鱼、苦瓜、荠菜、冬瓜、丝瓜、番茄、苜蓿、芹菜等。

5.3.2.1麦芽山楂糊

【材料】炒麦芽、焦山楂、鸡内金各6克，干姜4克，甘油、食醋适量。

【制作方法】将上四药混合研成细末备用。每次取3克，用沸水冲泡，加甘油、食醋适量调为稀糊状服下。

【食养作用】和胃降逆。

【适用人群】适用于化疗后的胃肠道反应，如腹胀、恶心、呕吐、腹痛，甚者腹痛难忍、呕吐频作等。

【方义】脾胃积滞不通易影响气机升降，气机阻滞，不通则痛，故治疗可用消积导滞之法，助脾胃通调。方中麦芽、鸡内金、山楂皆有健运脾胃、消食化积之食养作用，三者合用，可治疗消化不良引起的恶心、呕吐、反胃以及食积不化之脘腹胀闷。干姜则能温中散寒，激发脾胃阳气温煦、推动之力，健运脾胃，既能运化之食养作用，又能温补阳气，化积而不伤正。

5.3.2.2人参五味子饮

【材料】人参10克，当归10克，五味子8克，白糖适量

【制作方法】将上述药物洗净，加水浸泡20分钟后捞出，放入炖锅内，加入适量冷水，中火烧沸后改用小火炖煮45分钟，将煎好的液汁滤去废渣，倒入杯中，加入白糖搅匀即成。

【食养作用】补气培元，生津养血。

【适用人群】适用于化疗后气喘、烦躁、口渴、神疲乏力等症状。

【方义】人参为大补元气之佳品，适用于各类元气虚损之疾病，能补气，改善气虚倦怠、精神不振等症状，并且能补气以生津，治疗后津伤之口渴烦热、气短汗多等不适。五味子有益气生津、收敛固涩之功，与人参相配，能加强治疗后伤气阴之口渴汗多、虚烦内热症状的疗效。并且五味子有一定的收敛之性，能够纳气平喘，减少肺脾之气过度耗散。邪毒损伤造血功能，势必引起血细胞水平的下降，治疗时应注意养血，故加当归，以发挥补血活血之食养作用，治疗血虚不养之面色萎黄、周身疼痛等不适。

5.3.2.3阿胶红枣泥

【材料】阿胶15克，大枣(去核)60克，山楂(去核)15克，蜜糖15克。

制作方法：大枣、山楂去核切细，加清水250毫升熬至100-120毫升，阿胶捣碎，和蜜糖趁热慢慢溶入，熄火后温服。

【食养作用】补脾生血，开胃止呕。

【适用人群】癌症化学药物治疗期间贫血眩晕、纳呆呕吐者。

【方义】阿胶味甘性平，有补血止血，滋阴润燥的食养作用。《汤液本草》谓：“阿胶益肺气。”《医林纂要》谓:“补心和血，散热滋阴”。大枣味甘性温，有健脾和胃、益气养血的食养作用。《神农本草经》谓：“枣主心腹邪气，安中养脾，助十二经，平胃气，通九窍，补少气，少津液，身中不足，大惊、四肢重，和百药。”山楂又名山里红，味酸、甘，性微温，有消食健胃、行气散瘀的食养作用。《本草通玄》谓：“山楂，味中和，消油垢之积。”朱震亨曰:“山楂，大能克化饮食。”蜜糖即蜂蜜，是味甘性平，有调补脾胃、缓急止痛、润肠通便的作用。《神农本草经》谓:“主心腹邪气。诸惊痫，安五脏诸不足，益气补中，止痛解毒，和百药。”

5.3.2.4人参柿饼粥

【材料】人参10克，柿饼肉质肥厚者3-4个，粳米60克

【制作方法】人参切片，柿饼去蒂、核后切细丝，粳米洗净。将以上三物一起加清水适量，慢火煮稠粥调服。

【食养作用】健脾养胃，补中益气

【适用人群】化疗期间见神疲乏力、纳呆恶心者

【方义】鲜人参洗净日晒至质脆，称生晒参(白干参)，味甘、微苦，性微温，有大补元气、复脉固脱、补脾益肺、生津止渴、安神益智的食养作用。《用药法象》谓：“人参甘温，能补肺中元气，肺气旺则四脏之气皆旺，精自生而形自盛，肺主诸气故也。”柿子味甘、涩，性平，有润肺、涩肠、止血的食养作用。《本草纲目》谓：“柿乃脾、肺血分之果也，其味甘而气平，性涩而收，故有健脾涩肠，治嗽止血之功。”粳米味甘性平，有健脾和胃、补中益气的食养作用。《千金食治》谓：“平胃气，长肌肉。”《本草纲目》谓：“粳米粥，利小便，止烦渴，养肠胃。”《随息居饮食谱》谓：“粳米甘平，宜煮粥食……至病人、产妇粥养最宜。”

5.3.3 放疗期

放疗为现代医学治疗恶性肿瘤的三大治疗支柱手段之一。放射线照射肿瘤组织，可以抑制和破坏某些肿瘤细胞。放疗虽然能够消减癌细胞，但由于放射线对肿瘤细胞和正常细胞均可产生生物效应和破坏作用，故正常组织亦会受到一定的损害，称为放射的副反应。中医认为，放射线乃“热毒”之邪，在杀伤癌细胞的同时，也削弱了机体的气血津液，影响脏腑的功能，使全身和局部抵御外邪之能力下降而出现不良反应，导致机体热毒过盛、津液受损、脾胃失调，从而出现口干舌燥、胃纳减退等症，可明显影响患者的生活质量。此类患者饮食时应注意多吃滋润清淡、甘寒生津的食物，如藕汁、梨汁、荸荠、绿豆、西瓜等，忌食辛辣香燥之品，如茴香、辣椒等。

膳食调护：

5.3.3.1鲜藕旱莲汁

【材料】鲜莲藕300-500克，鲜旱莲草150克，红糖30克。

【制作方法】鲜莲藕洗净切块，榨汁。鲜旱莲草用凉开水洗净、切细，加入红糖捣烂，放纱布袋中榨汁，倒出药汁，加入鲜莲藕汁，搅拌均，饮汁或加热服用。

【食养作用】凉血止血，滋肾益阴。

【适用人群】适用于癌症在放疗后出现烦热口苦、出血量少者。（中医肿瘤食疗学）

【方义】莲藕为睡莲科植物莲的根茎，味甘性寒，入心、脾、胃经，有清热散瘀、凉血止血的食养作用。《药性论》谓：“藕汁，能消血不散。”《日用本草》谓：“清热除烦，凡呕血、吐血、瘀血、败血，一切血证宜食之。”《滇南本草》谓：“多服润肠肺，生津液”。旱莲草即墨早莲，为菊科植物醴肠全草，味甘、酸，性凉，入肝、肾经，含鞣质、皂苷、烟酸、维生素A等，有凉血止血、补肾益阴的食养作用。《分类草药性》谓：“止血、补肾、退火、消肿”。《本草纲目》谓：“乌须发，益肾阴”。《本草正义》谓：“为凉血止血之品，又清热血痈肿”。红糖为禾本科植物甘蔗的茎经压榨取汁炼制而成的赤色结晶体，味甘性平，有益气养血的食养作用。

5.3.3.2蔗浆猴桃汁

【组成】鲜竹蔗500克，猕猴桃200克。

【制作方法】将鲜竹蔗洗净，去皮榨汁。猕猴桃去皮洗净绞汁。两汁相混冷服或适当加热后温服。

【食养作用】清热润燥，益胃生津。

【适用人群】适用于癌症患者在放疗中便秘咽干者。

【方义】竹蔗汁味甘性寒，入肺、胃经，有清热生津、下气润燥的食养作用。《本草纲目》谓：“蔗，脾之果也，其浆甘寒，能泻火热。”《随息居饮食谱》谓：“利咽喉……大补脾阴。榨浆名天生复脉汤，以皮青、围大、节稀、形如竹竿者胜，故一名竹蔗，亦作竿蔗”。《本草再新》谓：“和中清火，平肝健脾,生津止渴……解疮火诸毒”。《名医别录》谓：“主下气和中，助脾胃，利大肠”。猕猴桃为猕猴桃科藤本植物猕猴桃的果实，味酸、甘，性寒，入胃、肝、肾经，有生津润燥、解热除烦的食养作用。现代药理研究表明，猴桃中所含丰富的抗坏血酸物质有直接和间接地抑制癌变的作用，除抑制亚硝基化合物生成外，还能捕获过剩自由基，促进干扰素产生，促进免疫功能，果汁中所含蛋白分解酶能促进蛋白质分解和消化，加强机体营养，这些均与抗癌作用有关。《开宝本草》谓：“止暴渴，解烦热。”《全国中草药汇编》谓：“调中理气，生津润燥，解热除烦。”

5.3.3.3海菜蚝豉兔肉煲

【组成】海菜干品15克，蚝豉30克，兔肉250克。

【制作方法】海菜用清水浸泡洗净，兔肉切块。将蚝豉、兔肉加清水适量煮2小时，再放入海菜煮30分钟，和盐调味服食。

【食养作用】滋阴润燥，消肿散结。

【适用人群】适应于放疗后烦热疼痛者。

【方义】海菜本名龙须菜，为江篱科植物江篱的藻体。海菜味甘性凉，含藻红及胆固醇等，有清热化痰、消肿散结的食养作用。《本草纲目》谓：“治瘿结热气，利小便……和肉蒸食亦佳。”《随息居饮食谱》谓：“清胆热，去湿，化顽痰。”蚝豉又称牡黄，为牡蛎科近江牡蛎的肉晒干而得，味甘、咸，性平,有滋阴养血的食养作用。《本草拾遗》谓：“煮食，主虚损……调中，解丹毒”。《医林纂要》谓：“清肺补心，滋阴养血”。蚝豉可作为上等菜肴，清代食疗专家王士雄称牡黄“味极鲜腴，海味珍品”。兔肉为兔科动物蒙古兔、东北兔、高原兔、华南兔、家兔等的肉，味甘性凉，肉质鲜美，入肝经，有补中益气、凉血解毒的食养作用。《名医别录》谓：“主补中益气”。《本草纲目》谓：“凉血，解热毒，利大肠”。《随息居饮食谱》谓：“凉血，祛湿，疗疮，解热毒”。

5.3.3.4百合海带乳鸽汤

【组成】乳鸽1只约200-300克，百合50克，海带30克。

【制作方法】乳鸽去毛及内脏，洗净，切小块。百合洗净。海带洗净剪断。以上三物加水适量文火煎煮2小时以上，和盐调味，饮汤食鸽肉。

【食养作用】解毒散结，滋肾补虚。

【适用人群】适用于癌症患者在放疗后出现虚弱烦闷、患处疼痛等症状。

【方义】乳鸽是指孵出不久的幼鸽，既未换毛又未会飞翔者。这种乳鸽肉厚而嫩，滋养性强，含蛋白质、脂肪、矿物质等。乳鸽味咸性平，鸽肉味嫩美，入肝、肾经，有解毒疗疮、滋肾补虚的食养作用。《本经逢原》谓：“久患虚赢者食之有益。”《本草再新》谓：“治肝风肝火，滋肾益阴。”百合性凉，味甘、微苦，入心、肺经，有清心润肺、滋阴安神的食养作用。《神农本草经》谓：“利大小便，补中益气。”《本草纲目拾遗》谓：“清痰火，补虚损。”《名医别录》谓：“除浮肿，胪胀，满，寒热，通身疼痛，及乳难，喉痹，止涕泪。”海带为海带科植物海带的叶状体，味咸性寒，无毒，入肺、胃经，有软坚散结、清热除痰的食养作用。《随息居饮食谱》谓：“软坚散结，行水化湿…瘿瘤、瘰疬、痈肿、瘘疮，并能治之。”《医林纂要》谓：“补心、行水、消痰、软坚，消瘿瘤结核，攻寒热疲疝。”《玉楸药解》谓：“清热软坚，化痰利水。

5.3.3.5川贝百合绿豆水

【组成】川贝母6克，百合50克，绿豆100克，冰糖适量

【制作方法】贝母打细，将以上三物一起加水适量，煮至绿豆熟烂，放入冰糖，饮汤服食。

【食养作用】清咽润喉，解毒除痰。

【适用人群】适用于癌症患者在放射治疗中出现口干咽燥者。

【方义】川贝母味苦、甘，性凉，入肺经，有止嗽化痰、润肺散结的食养作用。《神”《药性论》谓：“与连翘同主项下瘤瘿农本草经》谓：“主……喉痹。疾。”《日华子本草》谓：“消痰，润心肺。”百合味甘、微苦，性寒，有清心润肺、凉喉止咳的食养作用。《名医别录》谓：“除浮肿胪胀,痞满,寒热,通身疼痛,及乳难,喉痹,止涕泪。”《本草纲目拾遗》谓：“清火，补虚损。”绿豆为豆科植物绿豆的种子，味甘性凉，入心、胃经，有清热解毒利水消痰的食养作用。《日华子本草》谓：“益气，除热毒风，厚肠胃。”《会约医镜》谓：“清火消痰，疗痈肿痘烂。”《本草纲目》谓：“治痘毒，利肿胀。”冰糖为白砂糖煎炼而成的冰块状结晶，味甘性平，入脾、肺经，有补中益气、和胃润肺、化痰止咳的食养作用。《唐本草》谓：“主心腹热胀，口干渴。《本草纲目》谓：“润心肺燥热，治嗽消痰，解酒和中，助脾气，暖肝气。

通过以上详细的证候类型、食疗方和食养作用的结合，可以帮助胆管癌患者在放疗期间根据不同的体质和症状，合理选择饮食调护方案，以达到更好的辅助治疗效果。如果可能，建议患者在医师指导下实施这些食疗方案，以确保安全有效。

5.4 康复期

我国恶性肿瘤病人以中晚期居多，常以放疗或化疗作为主要治疗方法，但这两种治疗方法均有不同程度的毒反应，如局部反应，恶心、呕吐、腹泻、影响血像、抑制骨髓及免疫功能，甚至影响心脏及肝肾功能。因此肿瘤病情康复期可通过中医药膳，预防或减轻放疗或化疗引起的副反应。中医认为放疗与化疗所引起的毒副反应使机体耗气伤阴，脾胃受损，影响气血生化之源和肾主骨生髓的功能。 我国中西医结合肿瘤临床工作者，通过余年的临床实践探索出以放疗化疗祛邪 抗癌，以扶正培本中医药治疗，减轻放疗化疗毒副反应，获得较好的疗效。[22]

5.4.1首乌杞子猪肝饮

【组成】何首乌30克，枸杞子20克，猪肝150克。

【制作方法】何首乌、枸杞子加水400毫升，煎1小时，去渣约剩200毫升。取新鲜猪肝，以色润肥巨者为佳，刮泥去筋膜。在炖好的首乌、枸杞子浓汁中调人猪肝泥煮沸，和盐调味饮用。

【食养作用】补益肝肾，滋阴养血。

【适用人群】适用于癌症患者综合治疗后见面色觥白、贫血昏眩、腰膝酸软者。【方义】何首乌，性微温，味苦、甘、涩，入肝、肾经，有补肝益肾、养血祛风之功。《何首乌录》谓：“主五痔，腰腹中宿疾冷气，长筋益精，能食，益气力，长肤，延年。”《滇南本草》谓：“涩精，坚肾气。止赤白便浊，缩小便，人血分，消痰毒。”《药品化义》谓：“益肝，敛血，滋阴。”《江西草药》谓:“………制熟，补肝肾，益精血。”枸杞子，味甘性平，入肝、肾经，有滋阴润肺、补肝明目之功。陶弘景谓：“补益精气，强盛阴道。”《药性论》谓：“能补益诸精不足。”《本草述》谓：“治中风眩晕，虚劳，诸见血症，嗽血。”猪肝，性温，味甘、苦，入肝经，有补肝、养血、明目之功。治血虚萎黄、夜肓、目赤、浮肿等。《千金食志》谓：“主明目。”《本草再新》谓:“治肝风。”

5.4.2杏仁雪哈膏

【组成】南杏仁15克，哈士蟆5克，冰糖适量。

【制作方法】哈士蟆拣净，去血筋及卵子，清水浸泡，剪小方块备用。南杏仁去皮尖，磨粉。清水适量煮哈士蟆成胶状，调入南杏仁及冰糖，温服。

【食养作用】消痰润肺，滋阴补虚。

【适用人群】适用于癌症患者消瘦乏力、口干纳呆者。

【方义】南杏仁为蔷薇科植物山杏的成熟种子，味甘性平，入肺、大肠经，有祛痰止咳、平喘、润肠的食养作用。《本草求真》谓：“杏仁，既有发散风寒之能，复有下气除喘之力。”《药性论》谓：“疗肺气咳嗽，上气喘促。”因杏仁含脂肪油比较丰富(约50%以上)，故润之功较好。《滇南本草》谓：“消痰润肺，润肠胃。”哈士蟆为蛙科动物中国林蛙或黑龙江林蛙雌性的于燥输卵管和卵巢，味甘、咸，性平，入肺、肾经，有补肾益精、润肺养阴的食养作用。《饮片新参》谓：“养肺、肾阴，治虚劳咳嗽。”《中药志》谓：“补虚，退热治体虚、精力不足。”冰糖味甘性平，入肺、脾经，有润肺养胃解毒的食养作用。《本草再新》谓：“补中益气，和胃润肺。”

5.4.3杏仁雪哈膏

【组成】南杏仁15克，哈士蟆5克，冰糖适量。

【用法】哈士蟆拣净，去血筋及卵子，清水浸泡，剪小方块备用。南杏仁去皮尖，磨粉。清水适量煮哈士蟆成胶状，调入南杏仁及冰糖，温服。

【食养作用】消痰润肺，滋阴补虚。

【适用人群】适用于癌症患者消瘦乏力、口干纳呆者。

【方义】南杏仁为蔷薇科植物山杏的成熟种子，味甘性平，入肺、大肠经，有祛痰止咳、平喘、润肠的食养作用。《本草求真》谓：“杏仁，既有发散风寒之能，复有下气除喘之力。”《药性论》谓：“疗肺气咳嗽，上气喘促。”因杏仁含脂肪油比较丰富(约50%以上)，故润之功较好。《滇南本草》谓：“消痰润肺，润肠胃。”哈士蟆为蛙科动物中国林蛙或黑龙江林蛙雌性的于燥输卵管和卵巢，味甘、咸，性平，入肺、肾经，有补肾益精、润肺养阴的食养作用。《饮片新参》谓：“养肺、肾阴，治虚劳咳嗽。”《中药志》谓：“补虚，退热治体虚、精力不足。”冰糖味甘性平，入肺、脾经，有润肺养胃解毒的食养作用。《本草再新》谓：“补中益气，和胃润肺。”

5.4.4党参龙眼兔肉汤

【组成】党参20克，龙眼肉50克，兔肉200克

【用法】哈士蟆拣净，去血筋及卵子，清水浸泡，剪小方块备用。南杏仁去皮尖，磨粉。清水适量煮哈士蟆成胶状，调入南杏仁及冰糖，温服。

【食养作用】补中益气，养血解毒。

【适用人群】适用于癌症患者气血两虚者。

【方义】党参为桔梗科植物党参、素花党参、川党参、管花党参、球花党参、灰花党参的根，味甘性平，入肺、脾经，有健脾补中、益气生津的食养作用。《本草从新》谓：“补中益气，和脾胃，除烦渴。”《本草正义》谓：“党参力能补脾养胃，润肺生津，健运中气，本与人参不甚相远……故凡古今成方之所用人参，无不可以潞党参当之。”龙眼肉味甘性温，入心、脾两经，有益心脾补气血的食养作用。《随息居饮食谱》谓：“补心气，安志定神，益阴，滋营充液。”《得配本草》谓：“益脾胃，葆心血，润五脏。”兔肉为兔科动物蒙古兔、东北兔、高原兔、华南兔、家免等的肉，味甘性凉，肉质鲜美，入肝经，有补中益气、凉血解毒的食养作用。《名医别录》谓：“主补中益气。”《本草纲目》谓：“凉血，解热毒，利大肠。”《随息居饮食谱》谓：“凉血，祛湿，疗疮，解热毒。”

5.4.5砂仁淮山炖猪肚

【组成】砂仁15克，淮山80克，猪肚1个300-400克

【用法】砂仁打破，淮山切细片，猪肚洗净并去除脂肪，纳砂仁入猪肚内，加水适量炖2-3小时至猪肚熟烂，和盐调味，饮汤或佐膳。

【食养作用】醒脾开胃，补中益气。

【适应人群】适用于癌症化学药物恢复期出现恶心呕吐、腹胀腹泻、不思饮食者。

【方义】砂仁又称缩砂仁，味辛性温，入脾、胃经，有和胃醒脾、行气调中的食养作用。《本草纲目》谓：“补肺醒脾，养胃益肾，理元气，通气，散寒饮胀”《玉楸药解》谓：“缩砂仁，和中调气，行郁消滞，降胃阴痞，噎膈呕吐。而下食，达脾阳而化谷，呕吐与泄泻皆良，咳嗽与痰饮俱妙，善疗，能安胎妊。调上焦之腐酸，利下气之秽浊。”淮山即山药，味甘性平，入肺、脾、肾经，有健脾养胃、补益虚损的食养作用。《神农本草经》谓：“主伤中，补虚除寒热邪气，补中益气力，长肌肉，久服耳目聪明。”《本草正》谓：“山药，能健脾补虚。滋精固肾，治诸虚百损，疗五劳七伤。”《本草求真》谓：“山药，本属食物，古人用入汤剂，谓其补脾益气除热。”猪肚即猪胃，味甘性温，有健脾胃、补虚损的食养作用。《本草经疏》谓：“猪肚，为补脾胃之要品。脾胃得补，则中气益。”《随息居饮食谱》谓：“补胃，益气，充饥……散癥痕积聚，肉厚者良。”

这些膳食调护方案以中医辨证论治为指导，适合在胆管癌康复期根据患者的具体症状进行调理。

附录A

（规范性附录）

胆管癌食养药膳的运用原则及使用禁忌

A.1 使用原则

A.1.1 使用方法

药膳制作材料包括食材和药材两部分。食材的选用取决于药膳的类型和患者的体质；药材的选用必须在辨证或体质分型基础上选用。药膳制作可以在医师或专业人员指导下，由专业的药膳制作人员、使用者本人或家属制作。按药膳配方材料不同，仅由食药同源药物或食物组成者，可由使用者或家属制作；含非食药同源药物药膳需要在医生指导下制作或专业药膳制作人员制作。

A.1.2 疗程

药膳服用频率需要依据不同药膳决定，一般推荐频率为每周2次为；药膳服用周期为 3-6 个月；药膳使用后随访时间为3个月，以了解效果。

A.1.3 禁忌

A.1.3.1选用药物的药味不宜过多，药量不宜超过药物的常规剂量，尽量避免具有较强毒性的中药材，且遵循中药相恶相反等配伍理论；

A.1.3.2避免进食肥腻、生冷等不易消化的食物以及辛辣、腥臭等刺激性食物；

A.1.3.3根据特殊人群的用药禁忌而定，如患者出现浮肿，尿少，宜低盐或无盐饮食；如患者合并有高血压、冠心病病史者，宜低盐、低胆固醇饮食等；合并糖尿病者需控制糖类及淀粉的摄入量等。

A.1.3.4不宜混同日常饮食长期服用。

A.1.4 调护

胆管癌患者在进行日常活动时，要防止外部撞击所致的肿瘤破裂出血； 饮食宜清淡，易消化，忌烟酒。适度的康复运动可以增强患者的免疫功能。时刻保持乐观心态与良好的社会精神状态。增强战胜疾病的信心，减少抑郁与焦虑。对接受手术治疗的患者，重点在于定期随访防治术后复发及转移。晚期胆管癌患者一般体质下降，食欲差，合并胆道感染、黄疸等并发症，中西医结合治疗的方式可帮助胆管癌患者提高生活质量。药膳的运用时机一般分为三类：第一、健康状态下作为一种补正祛邪的方法，此时运用药膳的目的是为防外邪，需因时、因地、因人制宜。正如《元汇医镜》所言: “食医，治未病之道也”。第二、机体已经出现阴阳的偏颇，但偏性又不足以达到生病地步的欲病态，多表现为各种病症的先兆阶段，若不及时干预，则致病发生，此时运用药膳的目的是为纠正机体的偏性。第三、疾病的康复阶段，此状态机体正气不足，但余邪未清，此时运用药膳既可扶正以清余邪，又可纠正机体的偏性，防病再发。

参 考 文 献

[1] Qurashi M, Vithayathil M, Khan SA. Epidemiology of cholangiocarcinoma. Eur J Surg Oncol. Published online September 9, 2023. doi:10.1016/j.ejso.2023.107064。

[2] 白金钊,贾立群,陈冬梅,等.中医辨证施治胆管癌用药规律及药理学研究进展[J].中草药,2023,54(24):8228-8240.

[3] 广知. 治肝癌的常用药膳方[J]. 药膳食疗研究,2000,06:31-32.

[4] 欧阳军. 肝癌的药膳治疗[J]. 药膳食疗研究,1997,01:16-18.

[5] 谭鹏飞. 肝癌的药膳治疗[J]. 药膳食疗,2002,07:14-15+18.

[6]周岱翰等.中医肿瘤食疗学[M].广州：广东科技出版社,2024:171.

[7]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:370.

[8]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:370-375.

[9]周岱翰等.中医肿瘤食疗学[M].广州：广东科技出版社,2024:171.

[10]周岱翰等.中医肿瘤食疗学[M].广州：广东科技出版社,2024:171-172.

[11]周岱翰等.中医肿瘤食疗学[M].广州：广东科技出版社,2024:175.

[12]周岱翰等.中医肿瘤食疗学[M].广州：广东科技出版社,2024:175-176.

[13]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:362-363.

[14]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:363-364.

[15]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:294-295.

[16]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:295.

[17]魏素丽等.抗癌食疗药膳方[M].北京:化学工业出版社,2024:125.

[18]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:361.

[19]黄智芬.肿瘤中医辨证论治与药膳食疗 [M].南宁:广西科学技术出版社,2024:362.

[20]魏素丽等.抗癌食疗药膳方[M].北京:化学工业出版社,2024:147.

[21]魏素丽等.抗癌食疗药膳方[M].北京:化学工业出版社,2024:157.

[22]余桂清.中西医结合治疗康复期恶性肿瘤[J].实用肿瘤杂志,1992,(02):72-73.