

# 黃鱔消積湯

## 補脾消滯

梁美玲中醫師  
蘇元元中醫師授徒

小

兒疳積，是因脾胃失調，導致消化吸收功能障礙、形體疲弱、易哭易怒、煩燥、口乾、夜睡不寧、腹實脹滿、大便不調。現介紹「黃鱔消積湯」，有助健脾消滯，促進食欲。

材料：

黃鱔1條（約6兩）、炒谷芽麥芽各5錢、雞內金2錢、鴨腎1個、蜜棗2枚、瘦肉4兩。

做法：

先用生薑煲水約15分鐘，放雞內金煲5分鐘，再焗兩小時備用。黃鱔剖妥，用粟粉去「潺」，再用清水洗淨。將所有材料放入已加水的煲內，用文火煲3小時。

功效：

黃鱔性味甘溫，功能補虛損，祛風。雞內金是雞的胃內膜，性味甘平，能消食積、脘腹脹滿、小兒疳積等。炒谷芽能消食和中，消谷食（澱粉質）之積。炒麥芽能開胃消食，消乳食之積。鴨腎健脾開胃，增進食欲。

此方是民間經驗方，當能消除兒童蟲積，增進食欲，幫助攝取營養，令體質日漸強健。（此為兒童1人的分量，大人飲用可酌情加量。）