

青 您的健康保驾护航丛书

药有四气五味之分
人有五脏六腑之器
承天地万物之灵气
透皮脉筋骨之窍
在表清肌肤御外邪
入里疏经络运气血
从而达到去病健身
人与自然协调统一

药浴

任全 杨建宇 主编



中国建材工业出版社

为您的健康保驾护航 丛书

药浴

主编 任全 杨建宇

中国建材工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

药浴/任全编著. —北京: 中国建材工业出版社,
2005.5

(为您的健康保驾护航丛书)

ISBN 7-80159-795-8

I. 药... II. 任... III. 熏洗疗法 IV. R244.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 031284 号

药 浴

任全 杨建宇 主编

出版发行: 中国建材工业出版社

地 址: 北京市西城区车公庄大街 6 号

邮 编: 100044

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京鑫正大印刷有限公司

开 本: 850mm×1168mm 1/32

印 张: 11.5

字 数: 266 千字

版 次: 2005 年 5 月第 1 版

印 次: 2005 年 5 月第 1 次

定 价: 22.00 元

网上书店: [www. ecool100. com](http://www.ecool100.com)

本书如出现印装质量问题, 由我社发行部负责调换。联系电话: (010) 88386906

前 言

我们伟大的祖国，地大物博，人口众多。在这个哺育我们的土地上，不仅养育着十三亿中华儿女，同样生养着万千种动植物，而这些动植物都是我们的朋友，都是生物链上不可缺少的成员。大自然对于人类的关爱可以说是无微不至，除了赐给常见的食物之外，还包括很多药物。这些“药食同源”的动植物药材，可以通过各种不同的加工方式为人类的健康生活造福。本书作者从常用中草药入手，详细研究药浴对于人类健康的影响，并收录了 170 余种常见病的 700 余个药浴方，希望它的出版，能够给您带来一点新的生活理念和更高的生活品质。

药浴

主 编：任 全 杨建宇

副主编：王 福 唐 棠 吕海潮

编 委：魏忠丽 杨建强 周鸿飞

曹柏龙 尚志华 杨均利

张金仙

目 录

第一章 总 论	(1)
第一节 药浴的起源与发展	(1)
第二节 药浴的概念和分类	(3)
一、药浴的基本概念	(3)
二、药浴的分类	(4)
第三节 药浴的机理和特点	(7)
一、药浴的作用机理	(7)
二、药浴的特点	(13)
第四节 药浴的器具和辅助用品	(14)
一、药浴的器具	(14)
二、药浴的辅助用品	(15)
第五节 药浴用水及药物加工	(16)
一、水的选择	(17)
二、药物的加工	(18)
第六节 药浴常用药物	(19)
一、解表药	(22)
二、清热药	(25)
三、泻下药	(29)
四、祛风湿药	(31)
五、利水渗湿、化湿药	(34)
六、温里药	(37)
七、理气药	(38)
八、消食驱虫药	(40)
九、理血药	(42)

- 十、补益药 (43)
- 十一、收敛药 (44)
- 十二、杀虫止痒、化腐生肌药 (45)

第七节 药浴的注意事项 (47)

第二章 内科病的药浴治疗 (49)

- 一、咳嗽 (49)
- 二、哮喘 (50)
- 三、肺病 (52)
- 四、中风 (53)
- 五、雷诺病 (55)
- 六、不寐 (57)
- 七、癫狂 (58)
- 八、眩晕 (60)
- 九、水肿 (62)
- 十、汗证 (64)
- 十一、痛风 (66)
- 十二、血证 (68)
- 十三、红斑性肢痛 (69)
- 十四、感冒 (71)
- 十五、头痛 (73)
- 十六、胃痛 (75)
- 十七、腹痛 (76)
- 十八、胁痛 (78)
- 十九、呕吐 (79)
- 二十、便秘 (80)
- 二十一、痢疾 (81)
- 二十二、淋证 (83)
- 二十三、癃闭 (84)
- 二十四、臌胀 (86)

第三章 外科病的药浴治疗 (88)

一、疮疖	(88)
二、疔疮	(90)
三、冻疮	(92)
四、褥疮	(94)
五、臁疮	(96)
六、痔疮	(99)
七、脱肛	(102)
八、肛裂	(104)
九、肛管直肠瘘	(107)
十、疝气	(108)
十一、脓肿	(109)
十二、烧伤	(111)
十三、毛囊炎	(112)
十四、毒蛇咬伤	(114)
十五、丹毒	(116)
十六、肠痈	(118)
十七、乳痈	(119)
十八、痈疽	(121)
十九、脱疽	(123)
第四章 妇科病的药浴治疗	(125)
一、子宫颈炎	(125)
二、宫颈糜烂	(127)
三、崩漏	(128)
四、带下病	(129)
五、闭经	(130)
六、难产	(131)
七、不孕症	(132)
八、产后缺乳	(134)
九、乳头皲裂	(135)
十、滴虫性阴道炎	(136)

十一、老年性阴道炎	(140)
十二、霉菌性阴道炎	(141)
十三、阴道炎	(143)
十四、外阴炎	(146)
十五、阴痒	(148)
十六、阴疮	(151)
十七、阴痛	(154)
十八、阴吹	(155)
十九、阴挺	(156)
二十、外阴白斑	(159)
二十一、会阴侧切硬结	(163)
二十二、产后阴门不闭	(164)

第五章 儿科病的药浴治疗

一、小儿发热	(166)
二、小儿感冒	(168)
三、小儿积滞	(170)
四、小儿惊风	(171)
五、小儿湿疹	(172)
六、小儿水痘	(174)
七、小儿疳腮	(176)
八、小儿厌食症	(177)
九、小儿脱肛	(178)
十、小儿疝气	(180)
十一、鹅口疮	(181)
十二、痄子	(183)
十三、尿布皮炎	(184)
十四、小儿白秃疮	(185)
十五、小儿疳积	(186)
十六、小儿佝偻病	(188)
十七、小儿钩虫病	(188)

十八、小儿蛲虫病	(189)
十九、小儿麻疹	(191)
二十、小儿麻痹症	(194)
二十一、小儿鞘膜积液	(196)
二十二、小儿阴茎包皮炎	(197)
二十三、小儿口角流涎	(199)
二十四、小儿骨折	(200)
二十五、新生儿胎黄	(201)
第六章 男科病的药浴治疗	(203)
一、阴肿	(203)
二、阳痿	(205)
三、阳强	(207)
四、阳缩	(208)
五、遗精	(209)
六、早泄	(212)
七、子痛	(214)
八、前列腺炎	(216)
九、精子缺乏症	(218)
十、阴囊湿疹	(219)
十一、睾丸鞘膜积液	(221)
十二、阴囊阴茎象皮肿	(222)
十三、阴茎龟头包皮炎	(223)
第七章 骨科病的药浴治疗	(226)
一、骨折	(226)
二、扭挫伤	(228)
三、骨质增生	(231)
四、腱鞘炎	(235)
五、肱骨外上髁炎	(237)
六、软组织损伤	(239)
七、肩关节周围炎	(242)

八、颈椎病	(243)
九、腰椎间盘突出症	(246)
十、足跟痛	(248)
十一、骨髓炎	(249)

第八章 皮肤科病的药浴治疗..... (253)

一、皮肤瘙痒症	(253)
二、皮肤粗糙	(255)
三、皮炎	(256)
四、瘢痕疙瘩	(257)
五、雀斑	(258)
六、牛皮癣	(259)
七、头癣	(262)
八、足癣	(263)
九、带状疱疹	(265)
十、荨麻疹	(266)
十一、风疹	(269)
十二、湿疹	(269)
十三、风热疮	(272)
十四、疥疮	(273)
十五、脓疱疮	(275)
十六、寻常疣	(277)
十七、扁平疣	(279)
十八、神经性皮炎	(281)
十九、脂溢性皮炎	(283)
二十、鱼鳞病	(284)
二十一、硬皮病	(285)
二十二、手足脱皮症	(287)
二十三、斑秃	(289)
二十四、白屑风	(290)
二十五、瘰子	(291)

二十六、粉刺	(292)
二十七、汗斑	(294)
二十八、狐臭	(296)
二十九、色素痣	(297)
三十、蝴蝶斑	(297)
三十一、酒渣鼻	(298)
三十二、手足皲裂	(299)
第九章 性病的药浴治疗	(301)
一、淋病	(301)
二、梅毒	(303)
三、尖锐湿疣	(305)
四、传染性软疣	(307)
五、生殖器疱疹	(308)
六、软下疳	(310)
七、阴虱病	(312)
八、性病癣	(313)
九、口、眼、生殖器三联综合征	(315)
第十章 五官科病的药浴治疗	(317)
一、眼痒	(317)
二、沙眼	(318)
三、角膜炎	(319)
四、角膜翳	(321)
五、角膜溃疡	(322)
六、睑缘炎	(323)
七、麦粒肿	(325)
八、泪囊炎	(327)
九、巩膜炎	(328)
十、急性结膜炎	(329)
十一、鼻前庭炎	(330)
十二、急性鼻窦炎	(331)

十三、唇风	(333)
十四、急性喉炎	(334)
十五、咽炎	(335)
十六、外耳湿疹	(337)
十七、外耳炎	(338)
十八、复发性口疮	(339)

第十一章 有关药浴的部分临床报道

(342)

一、蒸浴疗法治疗腰腿痛 59 例	(342)
二、蛇地煎剂外洗治疗末梢神经炎 118 例	(343)
三、益痹浴方熏熨沐浴治疗痹症 120 例	(344)
四、消肿止痛汤外洗治疗肛裂	(346)
五、中医外洗治疗巴氏腺炎 43 例	(347)
六、中药洗足浴治疗小儿腹泻 55 例	(348)
七、清热桑花饮熏洗治疗急性结膜炎	(349)
八、中药煎液热敷治疗角膜溃疡	(350)
九、平疣洗剂治疗肛门周围尖锐湿疣	(352)
十、净肤煎治疗皮肤褐斑	(353)
十一、愈癣洗剂的临床应用	(354)

第一章 总 论

第一节 药浴的起源与发展

所谓药浴，顾名思义：即中草药与“洗浴”相结合的保健方法。是将中药煎汤，以适当的温度，通过一定方法洗浴全身或局部，以达到治疗疾病养生保健的一种疗法，是中医外治法的一种。

药浴疗法源远流长，历史悠久。它是由传统的浴身保健发展起来的，最早可追溯到 3000 多年前的殷商时期。殷商甲骨文中，就已经有了“沐浴”二字，当时宫廷盛行药物沐浴，以防治疾病。沐浴在古代，也作为一种礼仪，一种社会文明，而共同遵守。例如上朝、谒见、会客等，都要先焚香洗浴，以表示虔诚和尊敬。人类在用水来清洗身体的过程中，慢慢发现了不同原料加工的水对人体某些疾病还会有治疗作用，于是就开始有了试用各种不同的方法来解除机体疾患的经验总结，这其中也有用药物外洗治疗疾病的想法和做法。也就是说，人类用药物外洗来治疗疾病。

药浴是中医外治法很重要的一种治疗手段，它操作简单方便、经济实惠，所以在民间一直延续了下来。在一些地区，到了农历五月初五端午节都要以香熏草药煎汤沐浴。周朝时，由“女巫”掌管，规定了一年中的特定月份——五月为沐浴时间，大家都以香熏草药沐浴。屈原《离骚》中的词句“治兰汤兮沐芳”，就是对民间人们在沐浴节进行药浴的

一种生动描述。

我国长沙马王堆出土的医学文献《五十二病方》中就有“温熨”、“药摩”、“外洗”等外治法的记载，所记的治疗方法多种多样，并且以外治法为主，其中有敷贴法、烟熏、蒸气熏、熨法、针灸、砭法、按摩法、角法等。

周代人已经知道定期沐浴，并开始用沐浴来治疗疾病，如“头有疮则浴，身有疡则浴”。《左传》中记载了人们对水土质量与人体健康之间关系的认识。

我国现存最早的中医经典著作《黄帝内经》成书于春秋战国时期，书中有关药浴的记载比较全面。如《素问·阴阳应象大论》篇说“其有邪者，渍形以为汗。”这是利用热汤沐浴发汗祛邪的先例。《内经》中还记录用椒、姜、桂和酒煮熏洗治疗关节肿胀、疼痛、屈伸不利等痹证。又《素问》中记载：“脾风，发痒，腹中热，烦心，出黄，当此之时，可按、可药、可浴”，这是用沐浴治病最典型的描述。

公元前3世纪，东汉伟大医学家张仲景，总结了汉代以前的中医治疗经验，经过汇集提炼，临床验证，著成了《伤寒论》与《金匱要略》两书，其中就有“洗”、“浴”、“熏”等药浴法的记载。并且对药浴的用法、适应证作了详尽的说明，在《金匱要略》中，张仲景明确记述了治疗百病用百合洗方：“以百合一升，以水一斗，渍之一宿，以洗身……”。开沐浴疗法之先河。

晋代葛洪所著《肘后备急方》，对各种原因所致的创伤和脓肿分别采用醋水洗、酒洗来治疗，书中载：“若是热，即取黄柏、黄芩一两，切作汤洗之……若有息肉脱出，以苦酒三升，渍乌喙五枚以洗之”。“洗眼汤。以当归、芍药、黄连等分，以雪水煎浓汁，趁热熏，冷即温，再洗……”。

在唐代的《外台秘要》中记载了大量美容的配方。在这

些配方中运用香料洁身、香体。唐代孙思邈《千金方》所用的方药有汤、酒、散、丸、膏剂、油膏等，治法有内服和外用之分，而外用方就有洗浴的记载，并对药物局部浴、全身浴的方法作了记述，为药浴的发展奠定了坚实的理论基础。

宋代王怀隐著《太平圣惠方》，书中有用淋射、淋洗等药浴治痈疽的记载。同期儿科名医钱乙在他所著的《小儿药证直诀》一书中已有用药物水煎浴儿，治疗胎热的描述，说明药浴的治疗范围在不断发展扩大。

金元时期金元四大家之一，攻下派的张子和主张以汗、吐、下法攻祛百病，他将药浴法归入汗法的范畴。

到了明清时期公共浴室则更为普遍，清代名医吴师机搜集历代临床资料，结合自身临床经验著成《理瀹骈文》，集外治之大全，搜集药浴方 80 余首，为药浴的整理归纳作出了巨大的贡献。

现在，随着人们生活水平的不断提高，中医学的发展，特别是药浴的广泛应用，洗浴保健也引起了国内外医药界的重视。

中药保健性药浴，可舒经活血，消除疲劳。现代人生活节奏紧张，闲暇之余，进行药浴是一件对身体很有宜的事。药浴必将成为深受广大医务工作者及人民大众乐于接受的医疗保健方法。

第二节 药浴的概念和分类

一、药浴的基本概念

药浴是指将中药煎汤，选择适当的温度，通过一定方法洗浴全身或局部，以治疗疾病、养生保健的一种外治疗法。

二、药浴的分类

(一) 全身药浴和局部药浴

1. 全身药浴

指药浴作用于全身。此法作用范围广，可用于治疗全身疾病，对于整个机体的调节起到很好的作用。

2. 局部药浴

指药浴作用于身体的局部。包括头面部浴法、目浴、四肢浴法、坐浴、其他部位浴法。

(1) 头面浴法：主要是将中药浴液倒入清洁消毒的脸盆中，先俯首与液面保持适当距离，进行熏蒸，待浴液温度适宜，再进行沐发、洗头、洗面。该浴法在面部皮肤美容及护发美发方面具有显著的疗效，同时对头面部疾病也有治疗作用。其注意事项为：沐发洗面时要注意避风受寒，同时也注意防止浴后受风，对于面部急性炎症性渗出明显的皮肤病应该慎用。

(2) 目浴：是将煎剂滤清后淋洗患眼。洗眼时，可用消毒纱布或棉球渍水，不断淋洗眼部。亦可用消毒眼杯盛药液半杯，先俯首，使眼杯与眼窝缘紧紧靠贴，然后仰首，并频频瞬目，进行眼浴。每日2~3次，每次20分钟。临床往往多是先熏后洗，这种方法除药物直接作用于眼部，达到疏通经络、退红消肿、收泪止痒等效果外，尚有由于药液的温热作用，使眼部气血流畅。目浴主要用于治疗眼部疾患，如：眼干、眼涩、两眼胀痛。还可用于美容保健，去除眼袋，增强视力。该法使用时要注意药液温度不宜过高，以免烫伤。