

民间偏方

图解

【中医药养生宝典】 雷子 林静◎编著

中医古籍出版社

中华医药真奇妙，小偏方能有大疗效！民间偏方在中国有着深远的影响，其内容广博、材料易得、制作方便、功效独特，是中华医药宝库中的一颗璀璨明珠，更是世界文化中的宝贵遗产。《图解民间偏方》取其精华，去其糟粕，从众多典籍中精选一些高效、实用的良方，并将配以实物插图，是一部家庭不可缺少的养生全书。

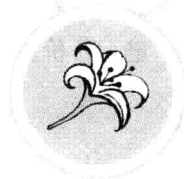
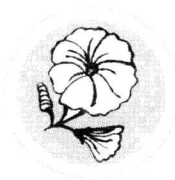


中医药养生宝典

图解民间偏方

TUJIE MINJIANPIANFA

雷子 林静◎编著



中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医药养生宝典/雷子, 林静编著. —北京: 中医古籍出版社,
2008. 8

ISBN 978 - 7 - 80174 - 639 - 9

I. 中… II. ①雷… ②林… III. 养生 (中医) —基本知识
IV. R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 084700 号

中医药养生宝典
图解民间偏方

编 著: 雷子 林静

责任编辑: 杨建宇 陈永超

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷: 三河市鑫利来印装有限公司

开 本: 787mm × 960mm 1/16

印 张: 28

字 数: 250 千字

版 次: 2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

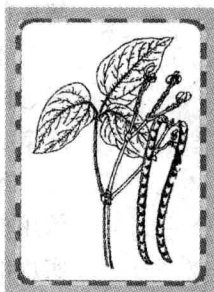
印 数: 0001 ~ 3000 册

书 号: ISBN 978 - 7 - 80174 - 639 - 9

定 价: 28.00 元 (全套 168.00 元)

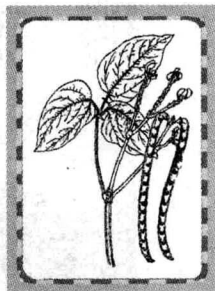


前 言



所谓偏方,是指材料易得、药味不多,但对某些病症具有独特疗效的方剂。偏方治病是伟大的中华医药宝库中的一朵奇葩,其历史源远流长,在世界上享有很高的声誉。“小偏方治大病”之说,几乎有口皆碑,深入人心。例如:一杯白开水就能止住打嗝;一块姜就可治百病;刚摘下的绿叶就能使羊癫风患者马上苏醒……。这些民间偏方疗效显著、简单易行、方便实用,甚至很多偏方不花分文就能治好疑难杂症,以致于西医拍案称奇,大赞中医之伟大,中国偏方之神奇妙用。类似这种不花钱或少花钱而治大病的例子,在本书中不胜枚举,比比皆是。

有人说中医药是国粹,更有人认为民间偏方是“国宝”,然而,在历代留下的方书中,也难免有许多鱼目混珠、不尽人意之处。为了取百家之长,补一己之短,更为实现求全致用,造福人民的目的,我们本着“拮取精华,切于实际,灵验实效,简便易行”的原则,编写了这本《图



解民间偏方》。

本书以科为纲,以科统病,以病统方,大致可分为内科、外科、肿瘤科、妇科、儿科、五官科、皮肤科、美容科共八章。

经过多方搜集各类中医药方,在系统考察其出处、效用的基础上,取其精华,去其糟粕,精选了一些高效、实用的偏方共计 2000 余种,每种方剂都有详尽的配方、制用法、功效说明,既有药物的内服药,也有药物的外用药。

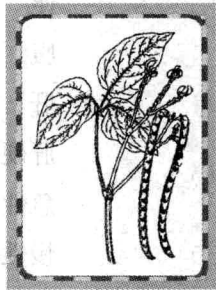
本书配有各种中草药的插图,使得全书图文并茂、内容丰富、条目清晰、结构完整,是一本集科学性、针对性、实用性为一体的普及读物,既可供药界同仁学习参考、对症施治、典藏入橱,亦可供普通百姓及患者对症下药、活学活用。

我们期望这本《图解民间偏方》能够深入每个家庭,对人类的健康有所裨益,甚至发扬光大,普及全世界。这是我们编辑、出版本书的最大心愿。

编者



目 录



第一章 内科

感 冒→1

发 热→6

咳 嗽→10

哮 喘→16

支气管炎→23

肺结核→28

高血压→34

低血压→40

冠心病→43

心绞痛→45

其他心血管疾病→48

动脉硬化→51

呕 吐→53

胃 炎→58

胃下垂→67

胃、十二指肠溃疡→70

胃 疼→74

呃 逆→76

消化不良→78

痢 疾→81



便秘→85

腹泻→88

肝炎→90

肝硬化→93

急性胆囊炎→95

慢性胆囊炎→98

胆石症→100

肺炎→102

肺气肿→107

胸膜炎→110

急性肾炎→113

慢性肾炎→115

肾结石→123

肾病综合症→125

膀胱炎→130

阳痿→133

遗精→141

早泄→146

性欲低下→151

糖尿病→154

肥胖症→162

头痛→166

眩晕→171

失眠→175

神经衰弱→178

中风→182

癫痫→188

贫血→192

风湿性关节炎→197

类风湿性关节炎→199

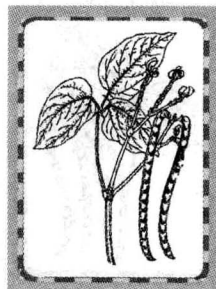
第二章 外科

痔疮→201

脱肛→204

肛裂→208

疝气→210



疮 疡→213
疔 疮→215
疥 疮→217
颈淋巴结结核→219
急性乳腺炎→221

附睾炎→223
慢性阑尾炎→225
破伤风→228
烧烫伤→231

第三章 肿瘤科

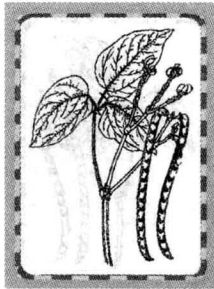
食道癌→233
胃 癌→235
肠 癌→238
肝 癌→243
肺 癌→248

鼻咽癌→251
乳腺癌→254
宫颈癌→258
白血病→260
膀胱癌→264

第四章 妇科

痛 经→267
月经不调→272

闭 经→276
子宫脱垂→280



子宫颈炎→285

白带增多症→287

阴道炎→292

盆腔炎→295

宫颈糜烂→298

产后恶露→300

缺乳→303

回乳→308

产后诸症→310

避孕→311

女子不孕→313

第五章 儿科

小儿厌食→317

小儿惊厥→320

咳嗽→324

小儿感冒发热→328

痢疾→332

小儿夜哭→335

小儿腹泻→338

遗尿→343

鹅口疮→346

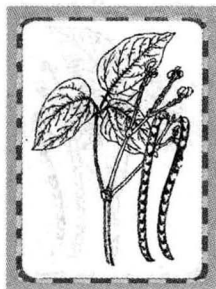
小儿流涎症→348

佝偻病→349

儿童多动症→352

新生儿黄疸→354

消化不良→355



第六章 五官科

沙 眼→359

青光眼→362

老年性白内障→364

耳 鸣→366

耳 聋→369

鼻 炎→371

咽喉炎→373

牙 痛→377

牙周病→379

口 疮→382

口 臭→384

失 音→385

第七章 皮肤科

疥 子→389

冻 疮→392

瘰 疮→394

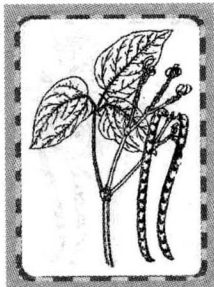
湿 疹→396

脱 发→399

白 发→401

鸡 眼→404

雀 斑→406



癣→410
 白癜风→417
 梅毒→420

尖锐湿疣→423
 带状疱疹→424

第八章 美容科

减肥轻身方→427
 润肤白面方→430
 润发香发方→432

洁齿白牙方→434
 祛斑洁面方→436
 悦颜去皱方→437

第一章

内 科

感 冒

感冒俗称“伤风”，四季均可发病。多因气候冷暖失常，风邪病毒侵袭人体所致。引起头痛、发热、鼻塞、流涕、喷嚏、恶寒、四肢酸痛、无汗、咽喉不适、痰稠、咳嗽、口渴、咽痛等症状。依据所感外邪和症状的不同，感冒又可分为风寒、风热、暑湿等症候。风寒者舌苔白、脉浮紧或浮缓、流涕、恶寒、发热等；风热者恶风、头痛、咽痛、舌苔黄、鼻涕黄、舌尖发红、脉象浮数；暑湿者（夏季多见）头胀痛、沉重、鼻塞、少汗、胸闷、舌苔腻、脉象濡数。流行性感感冒与感冒相似，但全身症状较重，具有很强的传染性和流行性，是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，是感冒的一种。本病好发于冬、春季节，常可造成人群流行。由于流感病毒有多种类型，因此，患一种类型的流感后，仍可以再患其他类型的流感。通常分为风寒感冒和风热感冒。

患病后病人主要有发热、头痛、身痛、疲倦无力、咳嗽、咽痛、流鼻涕、打喷嚏等症状。少数病人可并发病毒性肺炎和病毒性心肌炎。



糯米治风寒感冒

配方：糯米 100 克，葱白、生姜各 20 克，食醋 30 毫升。

用法：先将糯米煮成粥，再把葱姜捣烂下粥内沸后煮 5 分钟，然后倒入醋，立即起锅。趁热服下，上床覆被以助药力。15 分钟后便觉胃中热气升腾，遍体微热而出小汗。每日早晚各 1 次，连服 4 次即愈。

功效：发表解毒，驱风散寒。治外感初起周身疼痛，恶寒怕冷无汗，脉紧，其效甚佳。



图解民间偏方 糯米治风寒感冒

图解民间偏方

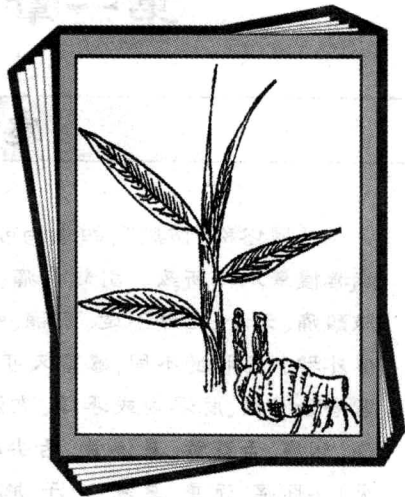


草鱼汤治伤风鼻塞

配方:草鱼(青鱼)肉 150 克,生姜片 25 克,米酒 100 克。

用法:用半碗水煮沸后,放入鱼肉片、姜片及米酒共炖约 30 分钟,加盐调味。趁热食用,食后卧床盖被取微汗。每日 2 次。注意避风寒。

功效:解表散寒,疏风止痛。用治感冒,症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。



生姜



葱姜豆豉治伤风感冒

配方:葱白 5 根,姜 1 片,淡豆豉 20 克。

用法:用砂锅加水一碗煎煮。趁热顿服,然后卧床盖被发汗,注意避风寒。

功效:解热透表,解毒通阳。用于感冒初起,症见鼻塞、头痛、畏寒、无汗等。



大白萝卜汁治感冒头痛

配方:大白萝卜。

用法:将大白萝卜洗净,捣烂取汁。滴入鼻内,治各种头痛;饮用,治中风。

功效:治感冒头痛、火热头痛、中暑头痛及中风头痛等。



干白菜根汤治感冒

配方:干白菜根 1 块,红糖 50 克,姜 3 片。

用法:加水共煎汤。日服 3 次。

功效:清热利尿,解表。治风寒感冒。



民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解

图解民间偏方



民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解
民间偏方图解



苏叶生姜汤治风寒感冒

配方:生姜5片,苏叶30克。

用法:水煎服。

功效:用治风寒感冒。



苦瓜汤预防流感

配方:苦瓜适量。

用法:水煎服。

功效:预防流感。



大蒜汁塞鼻孔预防流感

配方:大蒜适量。

用法:捣汁。棉球蘸汁,塞入鼻孔。

功效:预防流感。



竹叶柴胡汤治流感

配方:竹叶柴胡15克

用法:用根或全草入药,水煎服,日3次,每日1剂。

功效:治感冒、流感。散寒解表,泻肝火,退热效果好。



苦瓜瓢治流感

配方:苦瓜数个

用法:取瓢熟服。

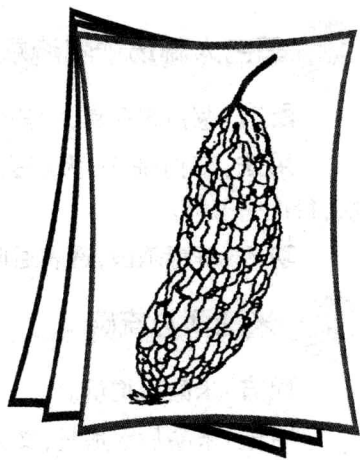
功效:治流感。



麻豆菜治流感

配方:绿豆30克,麻黄9克。

用法:将绿豆与麻黄,用水淘洗一下,放入锅内加水烧开,撇去浮沫,改用小火煮至豆花开,饮汁。



苦 瓜

功效:治流感。



柴胡、板蓝根等治流感

配方:柴胡、桂枝、麻黄各 10 克,黄芩、法半夏、草果仁各 12 克,白芍、羌活、独活、薄荷、白芷、板蓝根各 15 克,防风 9 克,甘草 7 克。

用法:随症加减,每日 1 剂,分 4 次服。

功效:治时疫流感。



荆芥、银花等治流感

配方:荆芥 12 克,防风、柴胡、葛根各 10 克,银花 20 克,连翘、大青叶各 15 克,生石膏 40 克,杏仁、茵陈各 10 克,射干 12 克,甘草 6 克。

用法:水煎服,1 日 1 剂,分 3 次服。

功效:治流行性感冒。



半边莲治流感

配方:半边莲 3 克。

用法:晒干研细末,温开水调服。

功效:用治流感。



问荆桂枝汤治流感

配方:问荆 6 克,桂枝 3 克,杏仁 4.5 克,甘草 3 克。

用法:水煎服。

功效:用治流行性感冒。



大蒜捣汁治流感

配方:大蒜 6 克,食盐少许。

用法:捣烂,温开水冲服。每日 1~2 次,连服数日。



半边莲



解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖解氏問偏方圖

