

DUIZHENGXIAYAO | QIANJIAMIAOFANG

对

症

下

药

## 千家妙方

【编著】石健

人参核桃汤

【组成】人参10克，核桃仁10克，生姜5片。

【制法】将人参、核桃仁（不去衣）

切片，与姜片一起放入沙锅，

加水适量煎煮，连煎3次，再将

药液

【用法】每日内分3次

【效用】补肺肾，定

【主治】肺心病肺肾两虚、平卧、动则喘甚者。



- ◎专家名方
- ◎治养结合
- ◎把握分寸
- ◎体贴周到
- ◎强身健体
- ◎延年益寿

89.5-51  
12  
3

石健◎编著

老年病

对症下药

【千家妙方】

广东旅游出版社



图书在版编目(CIP)数据

老年病/石健编著. —广州:广东旅游出版社, 2006.6

(对症下药千家妙方)

ISBN 7-80653-790-2

I.老... II.石... III.老年病—验方—汇编 IV.R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第056228号

对

症

下

药

## 老年病

Lao Nian Bing

编著: 石 健

责任编辑: 刘志松

特约编辑: 丁树伟

装帧设计: 黄伟瑜

制作: 黄桂玲

出版: 广东旅游出版社

地址: 广州市中山一路30号之一

邮编: 510600

广东旅游出版社图书网: [www.tourpress.cn](http://www.tourpress.cn)

印刷: 广东九州阳光传媒股份有限公司印务分公司

地址: 广州市增槎路1113号

850毫米×1230毫米 48开 10印张 150千字

2006年12月第1版 2006年12月第1次印刷

印数: 1-10000册

书号: ISBN 7-80653-790-2/R·73

定价: 50.00元(全套共五册)

版权所有, 翻印必究

本书如有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书。

千家妙方

## 前言

“对症下药千家妙方”系列共五册，包括《老年病》、《皮肤病》、《眼病》、《耳鼻咽喉科疾病》、《支气管炎与支气管哮喘》，共收集了现代人常见疾病的治疗药方近千个。

本丛书是专门为广大读者朋友所编写的有关疾病治疗调养的家庭辅助用书，由国内知名的中医专家以传统中医中药原理为基础，结合多年临床经验和最新科研成果，遴选功效确实的秘方、验方而成。

每一册针对每一种病症，详细列出了若干个药方。既有古代名方、民间秘方，又有现当代的专家验方。每个药方分为组成、加减、制作、用法、效用、主治等条目，方便读者按方索骥，辨证治疗。

本丛书内容直观扼要、方便查阅，所提供的方剂，取材广泛，实用多效，强调了平时调节及自我护理的重要性，真正体现了“家庭实用”的特点。

希望广大患者及其家属将本丛书作为配合治疗调养的参考用书时，在医生或药师等专业人士的指导下使用其中的药方。



# CONTENTS



## 老年病



老年性慢性支气管炎 1	银花杭白菊茶 ..... 4	老年性慢性阻塞性肺 气肿 8
百合杏仁粥 ..... 1	芦根菊花茶 ..... 5	四仁鸡子粥 ..... 8
黄芩鱼腥草汤 ..... 1	党参绿豆粥 ..... 5	扁豆芡实汤 ..... 8
四仁粥 ..... 1	蜜蒸百合 ..... 6	松子粥 ..... 9
人参橘皮苏叶核桃汤 ..... 2	杏仁核桃蜜饮 ..... 6	蛤黛芩龙丸 ..... 9
沙参玉竹炖鸭 ..... 3	如神汤 ..... 6	川贝甜杏炖雪梨 ..... 9
百合蒸梨 ..... 3	参附粥 ..... 7	姜汁北杏猪肺汤 ..... 10
老年性肺炎 4	罗汉果饮 ..... 7	白果花枣粥 ..... 10
雪梨方 ..... 4	白萝卜生姜饮 ..... 7	

燕窝炖白及 ..... 10

### 老年性慢性肺源性心脏病 11

人参核桃汤 ..... 11

干姜杏苏桃仁饮 ..... 12

生姜芝麻汤 ..... 12

冬虫草人参粥 ..... 12

赤小豆蒸鲤鱼 ..... 13

葶苈子胶囊 ..... 13

莲子百合瘦肉粥 ..... 14

萝卜茶 ..... 14

### 老年性肺结核 15

芩部丹 ..... 15

莲子百合瘦肉粥 ..... 15

五汁蜜膏 ..... 15

甜浆粥 ..... 16

紫皮大蒜粥 ..... 16

乌鸡虫草山药汤 ..... 17

燕窝冰糖汤 ..... 17

黄精炖瘦肉 ..... 18

蜂蜜萝卜汁 ..... 18

### 老年人高血压病 19

桑寄生饮 ..... 19

除火降压汤 ..... 19

泽泻白术汤 ..... 20

玉米须饮 ..... 20

白薇紫草汤 ..... 21

降压汤 ..... 21

### 老年人急性心肌梗死 22

丁桂香散 ..... 22

参七血竭散 ..... 22

参附汤 ..... 23

独参汤 ..... 23

生脉散 ..... 23

当归四逆汤加味 ..... 23

### 老年人充血性心力衰竭 24

心衰合剂 ..... 24

抗心衰方 ..... 24

车前茯苓汤 ..... 24

复方五加皮汤 ..... 25

强心灵 ..... 25

万年青枣汤 ..... 25

葶苈子汤 ..... 25

### 老年人慢性胃炎 26

杞子方 ..... 26

大黄甘草汤 ..... 26

五倍子汤 ..... 26

鸡内金散 ..... 27



- |                    |    |                      |    |                    |    |
|--------------------|----|----------------------|----|--------------------|----|
| 黄连山楂饮 .....        | 27 | 金钱草饮 .....           | 32 | 四皮汤 .....          | 38 |
| <b>老年人消化性溃疡 28</b> |    | 核桃仁膏 .....           | 33 | 独参汤 .....          | 38 |
| 白及汤 .....          | 28 | 山楂饮 .....            | 33 | <b>老年人泌尿系结石 39</b> |    |
| 百合丹参汤 .....        | 28 | <b>老年人胆石症 34</b>     |    | 鸡内金麦芽散 .....       | 39 |
| 愈溃散 .....          | 28 | 核桃仁膏 .....           | 34 | 鸡内金琥珀散 .....       | 39 |
| 祛疡散 .....          | 29 | 大黄片 .....            | 34 | 二金汤 .....          | 39 |
| 乌梅甘草汤 .....        | 29 | 茵陈汤 .....            | 35 | <b>老年人尿失禁 40</b>   |    |
| 瓜蒌汤 .....          | 29 | 糖醋萝卜 .....           | 35 | 益智仁散 .....         | 40 |
| 五灵脂散 .....         | 29 | <b>老年人泌尿系感染 36</b>   |    | 醋益智仁散 .....        | 40 |
| <b>老年性便秘 30</b>    |    | 蒲公英汤 .....           | 36 | 桑螵蛸散 .....         | 40 |
| 黄白煎 .....          | 30 | 泡桐花汤 .....           | 36 | 五倍子何首乌散 .....      | 40 |
| 番泻叶饮 .....         | 30 | 滑石瞿麦粥 .....          | 37 | <b>老年人前列腺增生 41</b> |    |
| 治秘丸 .....          | 31 | 菟丝子汤 .....           | 37 | 倒换散 .....          | 41 |
| 黑芝麻膏 .....         | 31 | <b>老年人慢性肾功能衰竭 38</b> |    | 卫矛汤 .....          | 41 |
| <b>老年人慢性胆囊炎 32</b> |    | 冬虫夏草散 .....          | 38 | 垂柳根汤 .....         | 41 |
| 四粉散 .....          | 32 |                      |    |                    |    |

- |                      |           |                     |           |                        |           |
|----------------------|-----------|---------------------|-----------|------------------------|-----------|
| 檫树根汤 .....           | 41        | 螺旋藻橘皮茶 .....        | 48        | 薏苡仁茶 .....             | 53        |
| 棕榈根汤 .....           | 42        | 山楂银菊茶 .....         | 48        | 三花饮 .....              | 53        |
| 蜚螂散 .....            | 42        | 鲜山楂汁 .....          | 48        | 痛风汤 .....              | 54        |
| <b>老年人糖尿病</b> .....  | <b>43</b> | <b>老年人肥胖症</b> ..... | <b>49</b> | <b>老年性脑动脉硬化症</b> ..... | <b>55</b> |
| 枸杞炖兔肉 .....          | 43        | 三子茶 .....           | 49        | 枸杞粥 .....              | 55        |
| 羊肝肉桂汤 .....          | 43        | 决明子茶 .....          | 49        | 山楂二花茶 .....            | 55        |
| 胡萝卜粥 .....           | 43        | 什锦乌龙粥 .....         | 49        | 复方女贞子酒 .....           | 56        |
| 南瓜汤 .....            | 44        | 赤小豆粥 .....          | 50        | 补气养血酒 .....            | 57        |
| 人参鸡蛋膏 .....          | 44        | 茯苓白术饮 .....         | 50        | 天麻橘皮泽泻饮 .....          | 58        |
| 菊槐绿茶饮 .....          | 44        | 茯苓粥 .....           | 50        | <b>老年性脑出血</b> .....    | <b>59</b> |
| 生山药知母汁 .....         | 45        | 首乌汤 .....           | 51        | 冰糖夏枯草茶 .....           | 59        |
| <b>老年人高血脂症</b> ..... | <b>46</b> | <b>老年人痛风</b> .....  | <b>52</b> | 鹌鹑蛋羹 .....             | 59        |
| 蘑菇炒春笋 .....          | 46        | 芹菜粥 .....           | 52        | 绞股蓝红花茶 .....           | 60        |
| 燕麦片粥 .....           | 46        | 葡萄粥 .....           | 52        | 松花酒 .....              | 61        |
| 山楂决明汤 .....          | 46        | 炒竹笋 .....           | 52        | 黄芪鸡血藤蜜饮 .....          | 61        |
| 绞股蓝杏叶茶 .....         | 47        | 白茅根饮 .....          | 53        | 益母草炖乌骨鸡 .....          | 62        |





- |                      |           |                       |           |                       |           |
|----------------------|-----------|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|
| 人参黄芪当归粥 .....        | 63        | 银耳炖肉 .....            | 68        | 沸醋熨方 .....            | 74        |
| <b>老年人脑梗死</b> .....  | <b>64</b> | 还神至圣汤 .....           | 69        | 凤仙草洗方 .....           | 75        |
| 夏枯草荷叶茶 .....         | 64        | 益肾宁心方 .....           | 70        | <b>妇女更年期综合征</b> ..... | <b>76</b> |
| 全蝎酒 .....            | 64        | 茯苓芝麻糕 .....           | 70        | 更年健 .....             | 76        |
| 天麻钩藤白蜜饮 .....        | 65        | 杞子炖羊脑 .....           | 71        | 更年新 .....             | 77        |
| <b>老年人帕金森病</b> ..... | <b>66</b> | 首乌粥 .....             | 71        | 活血补肾汤 .....           | 77        |
| 菊花饮 .....            | 66        | <b>老年人骨质疏松症</b> ..... | <b>72</b> | <b>老年性白内障</b> .....   | <b>78</b> |
| 全蝎蜈蚣散 .....          | 66        | 破故纸汤 .....            | 72        | 清障灵 .....             | 78        |
| 枸杞粥 .....            | 67        | 煨猪腰 .....             | 72        | 明目治障糖浆 .....          | 79        |
| 鹿角胶粥 .....           | 67        | 猪骨豆汤 .....            | 72        | 调鬲丸 .....             | 79        |
| 知母汤 .....            | 67        | 桑椹汁 .....             | 72        | <b>老视眼</b> .....      | <b>80</b> |
| <b>老年性痴呆</b> .....   | <b>68</b> | <b>老年人肩周炎</b> .....   | <b>73</b> | 桑椹膏 .....             | 80        |
| 核桃仁粥 .....           | 68        | 乌头擦剂 .....            | 73        | 枸杞菊花茶 .....           | 80        |
| 黑芝麻粥 .....           | 68        | 乌头羌活汤 .....           | 73        | 黄精枸杞汤 .....           | 80        |
|                      |           | 山茱萸汤 .....            | 74        |                       |           |

老年人玻璃体混浊 81	老年人皮肤瘙痒症 83	血府逐瘀汤加減 ..... 84
紫菜散 ..... 81	瘙痒洗剂 ..... 83	养血润肤饮 ..... 84
明目汤 ..... 81	消痒熏 ..... 83	驱痒丸 ..... 85
祛浊明目汤 ..... 82	皮炎汤加減 ..... 83	白僵蚕银花散 ..... 85
黄精汤 ..... 82	蝉衣散 ..... 83	防风散 ..... 86

# 老年性慢性支气管炎

## 百合杏仁粥

**【组成】**鲜百合50克，杏仁10克，粳米50克。

**【用法】**煮粥食用。

**【主治】**慢性支气管炎病久虚热、干咳劳嗽者。

## 黄芩鱼腥草汤

**【组成】**黄芩5克，瓜蒌壳10克，鱼腥草10克。

**【用法】**水煎，每日服3次。

**【主治】**慢性支气管炎急性发作痰热较甚者。



◎鱼腥草

## 四仁粥

**【组成】**白果仁1份，甜杏仁1份，核桃仁2份，花生仁2份，鸡蛋数枚。

**【制作】**以上四仁研极细末，混匀后，每次取20克，加鸡蛋（去壳）煮熟1小碗。

**【用法】**每日晨起服用，连服3个月。

**【主治】**发作期咳嗽剧烈、喘息不平、大便秘结者。

**【宜忌】**痰多者不宜服用。



◎鸡蛋



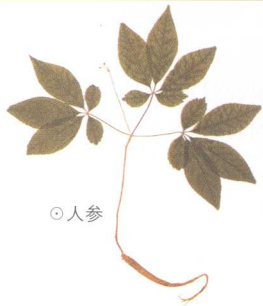
## 人参橘皮苏叶核桃汤

**【组成】**人参9克，橘皮10克，苏叶6克，核桃6个，砂糖50克。

**【制作】**将人参嚼碎，橘皮、苏叶洗净，核桃去壳，与糖加入水300毫升，煎至250毫升。

**【用法】**每两日1剂，代茶饮汤，分3次服，连用3剂。病重者可每日1剂，连用5日。

**【主治】**对迁延期的元气大伤、咳嗽不止者，数剂即有良效。



◎人参



◎人参

## 沙参玉竹炖鸭

【组成】沙参、玉竹各50克，老鸭1只，葱、姜、盐各少许。

【制作】以上各味加水适量，用沙锅炖煮2小时。

【用法】饮汤食鸭。

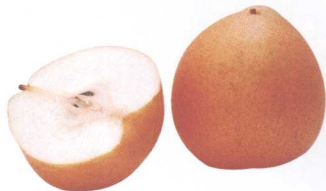
【主治】老年慢性支气管炎久咳咽干口燥、干咳无痰者。



◎老鸭

## 百合蒸梨

【组成】百合10克，梨1个，白糖10克。



◎梨

【制作】洗净百合，梨去皮，加入白糖，置笼中蒸2小时即成。

【用法】冷却后顿服，每日1剂，连服10日。

【效用】润肺生津，止咳养阴。



◎百合

## 老年性肺炎

### 雪梨方

【组成】雪梨1个，冰糖30克。

【用法】水煎，饮汤食梨。

【主治】气阴不足、久咳少痰者。

### 银花杭白菊茶

【组成】银花30克，杭白菊12克，生甘草6克。

【用法】煎水代茶饮用。

【主治】风热犯肺初期患者。



◎生甘草

## 芦根菊花茶

【组成】芦根 30 克，  
菊花 10 克。

【用法】水煎取汁，  
代茶饮用。

【主治】肺炎高热、  
口干咳嗽痰黄者。



◎芦根

## 党参绿豆粥

【组成】党参 15 克，绿豆  
50 克，粳米 150 克。

【用法】煮粥食用。

【主治】病久体虚  
者。



◎绿豆



◎绿豆



## 蜜蒸百合

【组成】新鲜百合200克，蜂蜜适量。

【制作】将二者混合，蒸软。

【用法】时常含服1片。

【主治】肺燥咳嗽及肺虚久咳、痰中带血者。



◎蜂蜜

## 杏仁核桃蜜饮

【组成】甜杏仁（去皮、尖）15克，核桃仁15克，  
蜜糖30克。

【制作】将上三味用碗盛装，隔  
水炖或蒸熟。

【用法】每日1剂，分2次服，服时加几滴生  
姜汁，连服3~5日。

【主治】阴虚血亏、肠燥便秘患者。



◎核桃仁

## 如神汤

【组成】新鲜白茅根30克，鲜桑根白皮60克，  
冰糖15克。

【用法】三者加水同煎，每日1  
剂，分两次服用，连用3~  
5天。

【效用】清热泄肺，止  
咳平喘。

【主治】肺炎咳黄痰者。



◎冰糖



◎人参



## 参附粥

**【组成】**人参10克，制附片60克，粳米100克。

**【用法】**将人参、制附片合煎1小时，取药汁与粳米煮成稀粥，缓慢喂服。或加用一小碗鸡汤，与药汁、粳米一并熬粥，继续将人参、附片煎汁，取汁再与50克粳米一同煮粥。

**【主治】**老年人肺炎有阳气不足者。

## 罗汉果饮

**【组成】**罗汉果15克。

**【制作】**捣碎。

**【用法】**开水冲泡，当水有甜味时，便可饮用。

**【主治】**老年肺炎，并有肠燥便秘者。



◎罗汉果

## 白萝卜生姜饮

**【组成】**生白萝

卜汁400克，生姜汁1~2滴。

**【用法】**将二者混匀频频饮用，连服数日。

**【主治】**咳嗽痰多、气促的患者。



◎白萝卜