

借

居家生活
现代
必备
XIANDAI JIJIU
SHENGHUO BIBEI

王 巍◎编写



居家常用偏方集萃

JUJIA CHANGYONG PIANFANG JICUI

对症只需花小钱·偏方常能治大病



名不虛傳。大眾使用過
原方。不信實為過

不外借



延边人民出版社

R289.12-62
11

居家常用偏方集萃

王巍
主编

延边人民出版社



责任编辑：张光朝

封面设计：杨 群

图书在版编目(CIP)数据

居家常用偏方集萃/王巍编. —延吉：延边人民出版社, 2005.1
(现代居家生活必备/范金霞主编)

ISBN 7-80698-368-6

I. 居... II. 王... III. 土方—汇编 IV. R289-2

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第137731号

居家常用偏方集萃

王 巍 编写

(现代居家生活必备/范金霞主编)

延边人民出版社

出版

北京海德印务有限公司

印刷

延边人民出版社 发行

印数：1-10000册

850×1168毫米 大32开 10.5印张 字数：1500(千字)

2005年1月第1版

2005年1月第1次印刷

ISBN 7—80698—368—6/Z · 8

定价：150.00元(全套十册)



前言

从神农尝百草至今，中国医药学历经五千年的发展已形成了一套系统的理论。而方药则是中医学的一个重要组成部分。它在祖国医药学的宝库中熠熠生辉，为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大的贡献。

为了继承与发扬祖国医药学遗产，更好地为人民群众的健康事业服务，我们编写了这本《居家常用偏方集萃》。

本书从古今医药书籍、期刊及多不胜数的传世秘方中精选成方千余种，分别编辑在儿科、皮肤科、消化系统、呼吸系统、循环系统、神经运动系统、生殖泌尿系统、妇科等病症中供读者选择和参考。

本书内容丰富，文字通俗实用性强，能使读者朋友们迅速了解众多相关偏方的信息，便于结合自身的情况进行治疗。希望它们能为解除人们的病痛起到一些作用。

由于水平有限，书中疏漏和欠妥之处在所难免，还望广大读者批评指正。

编者



目 录

第一章 儿科疾病

第一节 小儿口疮	1
第二节 小儿厌食	2
第三节 小儿遗尿	4
第四节 小儿麻疹	6
第五节 小儿肺炎	7
第六节 小儿佝偻病	9
第七节 小儿百日咳	11
第八节 小儿疳证	13
第九节 小儿惊风	15
第十节 小儿夜啼	17
第十一节 小儿夏季热	18
第十二节 小儿蛔虫	19
第十三节 小儿蛲虫	20
第十四节 小儿扁桃体炎	21



第二章 皮肤科疾病

第一节 湿疹	23
第二节 疣	24
第三节 痤疮	26
第四节 皮肤癌	27
第五节 黑色素瘤	32
第六节 斑秃	35
第七节 脱发	38
第八节 白发	40

第三章 消化系统疾病

第一节 胃疼	43
第二节 急性胃肠炎	46
第三节 慢性胃炎	48
第四节 胃及十二指肠溃疡病	50
第五节 胃下垂	52
第六节 胃癌	54
第七节 胰腺炎	57
第八节 黄疸	58
第九节 慢性肝炎	61
第十节 胆囊炎	64
第十一节 阑尾炎	66
第十二节 食管癌	68
第十三节 肝癌	71
第十四节 大肠癌	74



第十五节 泄泻	78
---------------	----

第四章 呼吸系统疾病

第一节 慢性支气管炎	82
第二节 哮喘	85
第三节 感冒	87
第四节 咳嗽	92
第五节 发热	95
第六节 肺结核	99
第七节 肺脓肿	101
第八节 肺气肿	103
第九节 支气管哮喘	105
第十节 肺癌	106

第五章 循环系统疾病

第一节 贫血	111
第二节 高血脂症	114
第三节 高血压	116
第四节 低血压	119
第五节 血小板减少性紫癜	121
第六节 中风	122
第七节 血栓闭塞性脉管炎	123
第八节 白血病	125
第九节 心绞痛	128
第十节 心肌梗塞	129



第十一节 心力衰竭	132
第十二节 心律失常	134
第十三节 肺原性心脏病	137

第六章 神经运动系统疾病

第一节 失眠	140
第二节 头痛	143
第三节 眩晕	148
第四节 癫痫	151
第五节 神经衰弱	153
第六节 骨质疏松	156
第七节 颈椎病	157
第八节 面神经瘫痪	158

第七章 生殖泌尿系统疾病

第一节 阳痿	161
第二节 遗精	164
第三节 早泄	167
第四节 性欲低下	168
第五节 男子不育	171
第六节 膀胱癌	174
第七节 前列腺癌	178
第八节 阴茎癌	180
第九节 痔疮	184
第十节 急性肾小球肾炎	186



第十一节 慢性肾小球肾炎	187
第十二节 肾盂肾炎	190
第十三节 便秘	192

第八章 妇科疾病

第一节 月经病	194
第二节 带下病	207
第三节 妊娠病	209
第四节 产后病	216
第五节 妇科杂病	225

第九章 其它疾病

第一节 水肿	236
第二节 中暑	240
第三节 肥胖病	242
第四节 单纯性甲状腺肿	246
第五节 甲状腺机能亢进	247
第六节 糖尿病	248
第七节 疟疾	251
第八节 风寒湿痹	252
第九节 腰痛	254
第十节 鼻咽癌	257
第十一节 脑瘤	261



第十章 保健滋补方

第一节 补气方	266
第二节 补血方	269
第三节 气血双补方	270
第四节 补阳方	274
第五节 补阴方	277
第六节 阴阳两补方	282
第七节 补津液方	284
第八节 益精方	285
第九节 补益肺气方	288
第十节 养肝补肝方	291
第十一节 健脾益胃方	293
第十二节 补益心脏方	296
第十三节 补肾气方	299
第十四节 健脑益智方	302
第十五节 增力健体方	305
第十六节 健骨强腰方	309
第十七节 安神助眠方	312
第十八节 增强性功能方	315
第十九节 润喉清音方	318
第二十节 抗衰防老方	320



第一章 儿科疾病

第一节 小儿口疮

小儿口疮是一种小儿常见的口腔疾患。它以口腔内唇颊、上腭粘膜、牙龈及舌边等处出现数量及大小不等的浅黄色或灰白色溃烂面，并见周围红赤疼痛为特征。本病常由脾胃积热、心火上炎、虚火上炎几种情况所引起。常用的临床有效偏方如下。

【方】

番茄数个。将番茄洗净，用沸水浸泡，剥皮去籽，用洁净纱布绞挤汁液。将番茄汁含口内，尽量多含些时间，1日数次。

本方适用于脾胃积热型口疮。

【方】

西瓜1个，白糖少许。将西瓜肉去籽，切成条，曝晒至半干，加白糖拌匀腌渍，再曝晒至

干，再加白糖少许即可。

本方常食可治口疮，以及目赤、热病消渴等症。

【方】

葫芦瓜500克，冰糖若干。将葫芦瓜洗净连皮切块，加水适量煲汤，用冰糖调味，饮汤，瓜可吃可不吃。

本方对脾胃之热所引起的口疮有效。

【方】

生地15克，生石膏、粳米各30克。将生石膏煎煮1小时去渣取汁，与生地、粳米煮粥，日1次。

本方适用于口舌溃烂、口中热臭。

【方】

淡竹叶6克，灯心1.5克，人乳汁（或牛乳100）毫升。先煎竹





叶、灯心，取汁10毫升，点入乳汁中和匀。每日数次，不拘多少。

本方适用于小儿鹅口疮、口舌生疮、小便赤湿、小儿夜啼等症。

【方】

鲜荷叶1块，鲜冬瓜500克，食盐少许。

将荷叶、冬瓜加水煲汤，食盐调味，饮汤食冬瓜。

本方除治小儿口疮外，亦适用于暑天口渴心烦，肺热咳嗽，痰黄稠，小便短赤。

【方】

生地、大青叶各6克，生石膏、花粉各9克，粳米30克，白糖适量。将前4味煎汤，去渣后入粳米、白糖煮粥，日1剂，连续服食3-4剂。

本方适用于虚火上炎所致的小儿疮疹性口腔炎。

【方】

红柿不拘多少，糯米50克，蜂蜜少许。将红柿下筛取汁，和糯米煮粥，调和蜂蜜，做餐食。

本方适用于热病口烦渴，干咳咯血，口疮舌烂。

【方】

灶心土、竹叶等量。将灶心土煎澄清，清液煎竹叶，取汁，代茶饮。

本方适用于心脾阴液不足，虚火妄动上炎口舌的口腔溃疡。

【方】

银耳10-12克，冰糖适量。将银耳洗净后放碗内，加冷开水浸，以浸过银耳为度，泡浸1小时左右待银耳发胀后去杂物，再加冷开水及冰糖适量，放蒸锅内蒸熟，一顿或分顿食用。食银耳饮汁，每日1次。

本方对虚热型口疮尤宜，经常食用对体质虚弱者有滋补作用。

第二节 小儿厌食

小儿厌食是以小儿较长时间见食不食，食欲不振，甚至拒食为主要特征。本病发生的原因是由于脾胃虚弱或饮食不节，喂养不当，脾胃不和，运化失职所致。常用临床验方、偏方主要如下。

【方】

神曲10-15克，粳米适量。先将神曲捣碎，煎取药汁后，去渣，入粳米，一同煮为稀粥。

本方适用于脾失健运所致之厌



食症。

【方】

大米 500 克，南瓜大半个（或 2~3 斤），红糖适量。将大米淘净，加水煮至七、八成熟时，滤起，南瓜去皮，挖去瓤，切成块，用油、盐炒过后，即将过滤之大米倒于南瓜上，慢火蒸熟。若蒸时加入适量红糖，其味更美。

本方适用于脾失健运所致之厌食症。

【方】

锅焦（炒黄）、莲肉各 120 克。将莲肉去心，蒸熟后，干燥，与锅焦共为细面，每次 3~5 匙，加白糖，开水调匀温服，日 3 次。

本方常食可增加食欲。

【方】

北沙参、玉竹、百合、山药各 15 克，猪瘦肉 500~1000 克。将猪肉洗净，切块，与诸药加水炖熟，饮汤食肉与药。

本方适用于胃阴不足所致的食欲不振。

【方】

鲜石斛 12 克，玉竹 9 克，北沙参 15 克，麦冬 12 克，山药 10

克，甘蔗汁 250 克。前 5 味水煎取汁，合甘蔗汁搅匀，代茶饮。

本方适用于小儿因胃阴不足所致之厌食症。

【方】

鲜麦冬 500 克，白蜜适量。将鲜麦冬捣汁，入白蜜，隔水加热至饴糖状。每服 2~3 匙，用温酒或白开水化服。

本方适用于小儿因体虚所致之厌食。

【方】

炒扁豆、党参、玉竹、山梔、乌梅各等分，白糖适量。各药加水同煮，至豆熟时取汁，加白糖饮服。

本方适用于因脾胃虚弱所致的厌食症。

【方】

蚕豆 500 克，红糖适量。将蚕豆用水浸泡后，去壳晒干，磨粉（或磨浆过滤后，晒干），即成。每服 30~60 克，加红糖适量，冲入热水调匀食。

本方适用于脾胃不健，消化不良，饮食不下等所致的厌食症。

【方】

韭菜籽 9 克，面粉适量。将



韭菜籽研末，调入面粉和匀，制成饼，蒸熟，日分3次服用，连服3~5日。

本方适用于小儿食欲不振兼见自汗、面白、肌肤不平等症。

第三节 小儿遗尿

小儿遗尿指3岁以上小儿睡眠中小便自遗，醒后方觉的一种病症。本病的发生，是由于小儿智力未健，排尿的正常习惯尚未养成，因而未能自立排尿。一般地说，遗尿多与胃和膀胱虚冷有关。常用的临床治疗小儿遗尿的偏方主要如下。

【方】

山药、益智仁(盐炒)、乌药各60克，猪脬1具。前3味共为细末，用纱布包好，与猪脬共炖至熟。日2次，吃肉饮汤。

本方适用于肾阳水足之遗尿。

【方】

羊肉250克，大蒜15克，调料适量。将羊肉洗净，煮熟切片，大蒜捣，同放大盘内，加适量熟食油(或熟油辣椒)、酱油、精盐等拌匀食。

本方适用于肾虚之遗尿。

【方】

带骨狗肉、清鸡汤各1500克，陈皮、蒜苗、辣椒、调料各适量。将狗肉切块，蒜苗切段，辣椒切细丝。锅热后，下狗肉烘干水分，取出。旺火烧热锅，下花生油30克，入蒜泥、豆瓣酱各适量爆炒，再下姜片、蒜苗、狗肉，边炒边加花生油，炒约5分钟，入料酒、鸡清汤、盐、陈皮、酱油，红糖烧沸后转入沙锅里，焖90分钟，食前入味精，佐餐食用。

本方适用于肾阳虚之遗尿。

【方】

羊肉150~250克，鱼鳔50克，黄芪30克，调料适量。将羊肉洗净切片，同鱼鳔、黄芪同加水煎煮，放入适量桂皮、姜、盐煮熟，饮汤食肉及鱼鳔。

本方适用于肾阳虚所致遗尿。

【方】

白果(去壳及芯)10克，腐皮50克，白米适量。因白果仁的毒素，经煮沸较长时间就可挥发破坏，煮时最好用盖子上有孔透气的炊具(或将盖移开一条缝隙，勿盖紧)，毒素则更易挥发散失。将白果、腐皮、白米同煮成稠粥，



作餐食。

本方适用于脾肺气虚所致遗尿。

【方】

新鲜猪脬(膀胱)1~3个(按年龄大小定数量),炙黄芪20克,食盐适量。先将猪脬洗净,每个装入炙黄芪10克,适量食盐,用棉线扎紧膀胱口,加少量水用文火蒸烂,弃去黄芪,趁热令小儿一次或几次吃完肉、喝尽汤。如未愈,1周后可再服1剂,3剂为1疗程,80%的患儿可获痊愈。

本方适用于小儿因脾肺气虚所致的遗尿。

【方】

车前草15克,猪膀胱1个。二者洗净加水共煮熟,去药渣服用。

本方适用于因肝经湿热所致的小儿遗尿。

【方】

珍珠草15克,鸡肠1~2具。将鸡肠剪开洗净与珍珠草加水共煮熟,去药渣服用。

本方适用于因肝经湿热所致遗尿。

【方】

乌龟肉250克,黑豆100克,

猪尿泡1个,盐少许。蒸熟吃,连吃3~5次。

本方适用于小儿遗尿兼见腰疼者。

【方】

金樱子10克,红枣、荔枝各15克,仙茅10克,猪尿泡1个。将各味均收入猪尿泡中蒸熟吃。

本方适用于体质虚弱所致的小儿遗尿者。

【方】

鸡腰一具(炙令黄),黄芪18克,桑螵蛸1.2克(炒),牡蛎18克,炙甘草0.5克,药为散末,每服4克,水煎服。

本方出自《普济方》,适用于小儿遗尿。

【方】

黄芪9克,桂枝、白芍各6克,杜仲9克,明党参12克,益智仁5克,补骨脂6克,白果9克,桑螵蛸10克,海螵蛸、巴戟天、菟丝子、覆盆子各9克,五味子3克,决明子、枸杞子、炙草各6克、大枣3枚,饴糖9克。水煎服,每日1剂,分2次服。

本方为云南老中医康诚之经验方,适用于小儿肾气不足之遗尿症。

第四节 小儿麻疹

小儿麻疹以小儿发热、咳嗽、流鼻涕、目赤流泪、遍身布满红色斑疹且易传染为特征。本病发生原因是由于感染麻疹病毒所引起。常用的临床治疗偏方主要如下。

【方】

芫荽 15~30 克，马蹄 250~500 克。将二者煎水，代茶饮。

本方适用于麻疹的初热期。

【方】

鲜荸荠 10 枚，鲜芦根、鲜茅根各 30 克。将荸荠切片，芦根、茅根切段，加适量的水，煎煮取滤液。将滤液晾凉，代茶令患儿频频饮用。

本方适用于小儿麻疹的初热期、见疹期使用。

【方】

金银花 10 克，连翘、牛蒡子、薄荷、升麻、葛根、紫苏叶 5 克。水煎，薄荷后下，每日 1 剂，3 次分服。

本方适用于麻疹的前驱期。

【方】

炒牛蒡子 80 克，炒甘草 20 克，荆芥穗 0.4 克。药研粗末，每

服 10 克，水煎，温服不拘时。

本方出自《幼幼新书》，主治麻疹未出、已出或未匀，又治一切疮、咽痛。

【方】

鲜芦根 18 克，白茅根 10 克，葛根 3 克，荆芥、柴胡、焦山栀、牛蒡子、连翘各 4 克，银花 7 克，蝉衣、木通、竹叶各 4 克，石膏 10 克。水煎服，1 日 1 剂，分 2 次服。

本方为浙江著名儿科老中医龚香圃临床经验方，适用于麻疹初期，疹出不畅。

【方】

红牛皮菜、芫荽子、樱桃核各 9 克。水煎服，1 日 1 剂，分 2 次服。

本方出自《四川中药志》，主治成人及小孩出麻疹应时不透。

【方】

鸡蛋 1 个，荞麦面 30 克。将鸡蛋两端各打 1 小孔，流出蛋清(不要蛋黄)。以蛋清和荞麦面，再滴入 3~5 滴香油，以减少搓时与皮肤的粘着力，和好后再在患者身上搓滚，前胸后背要多擦，以皮肤微红为度，周身其它部位也要搓，不能遗漏，搓的次数愈多，疹子



出的愈快。

本方出自《中医杂志》1956.3期,主治麻疹。

【方】

紫草250克,贯众500克。火煮加水3000毫升,沉淀取上清液。1~3岁,每服20毫升;4~6岁,每服30毫升;7~10岁,每服50毫升;1日2次,隔日服或连服。

此方出自《广西赤脚医生》,适用于麻疹。

【方】

葛根6克,防风5克,荆芥6克,葱头4个。水煎服,1日2次,每日1剂。

本方适用于麻疹前驱期。

【方】

制成的酒酿100克,鲜荸荠去皮10个。将荸荠切片,二者加水少许,煮熟食用。

本方清热透疹,适用于出疹期。

【方】

净银花、杭菊花各30克,葛根15克,粳米30克。

前三味水煎去渣取汁,与粳米煮粥,入冰糖适量调味,随患儿食量1日1料或1日2料。

本方适用于小儿出疹期。

【方】

鲜竹笋、鲫鱼各适量。二味洗净煮汤食,日3次,随量用。

本方适用于小儿麻疹后期。

【方】

麦冬15克,大米60克,冰糖适量。将麦冬煎汤取汁,大米煮半熟后再加麦冬汁及冰糖,同煮为粥服食。

本方适用于小儿麻疹后期。

第五节 小儿肺炎

小儿肺炎的主要症状是发热、咳嗽、气促鼻干煽。其发病原因主要是由于感受风寒,或风热之外邪;此外,在其它一些疹病过程中,若小儿正气虚弱,亦可并发或继发本病。治疗小儿肺炎的主要偏方、验方如下。

【方】

雪梨2个,川贝母4克,冰糖30克,湿豆粉10克。将梨洗净,削皮,去核,切成12瓣,川贝母洗净,梨块装入蒸碗内,入川贝母、冰糖,加开水50毫升,用湿棉纸封严碗口,上笼蒸2小时取出,梨块摆入盘内,原汁