

ZHONGYI BIANFANG JINGXUAN CONGSHU
中医偏方精选丛书

呼吸病 实用偏方

主编 张灵敏 赵建新



 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



中医偏方精选丛书

呼吸病实用偏方

HUXIBING SHIYONG PIANFANG

主 编 张灵敏 赵建新
副主编 田元祥 赵 青 田 梅
编 委 (以姓氏笔画为序)
田 梅 田元祥 张灵敏
陈伟然 赵 青 赵建新
贾云波 程志军

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

呼吸病实用偏方/张灵敏,赵建新主编. —北京:人民军医出版社,2008.6

(中医偏方精选丛书)

ISBN 978-7-5091-1852-8

I.呼… II.①张…②赵… III.呼吸系统疾病—土方—汇编 IV.R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第076875号

策划编辑:王宁 文字编辑:乔虹 责任审读:张之生

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市100036信箱188分箱

邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927297

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:8.125 字数:163千字

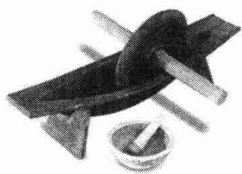
版、印次:2008年6月第1版第1次印刷

印数:0001~4500

定价:18.00元

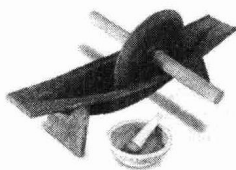
版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换



内 容 提 要

本书简要介绍了常见呼吸病的中医类型,并针对类型给出对证施治方法。内容包括感冒、咳嗽、哮喘、喘证、肺癆、肺痈、肺痿、肺胀、咯血及肺癌的典型临床症状和表现,偏方的组成、功效、制法、服法及注意事项等重要内容。遴选的大都是来自民间的实用偏方,按药物治疗和食疗循序排列,便于基层医务工作者及患者查找。本书语言简洁、通俗,偏方的可操作性强,对呼吸病患者的自疗及保健有一定的帮助作用。本书亦可作为中医医师的参考用书。



前

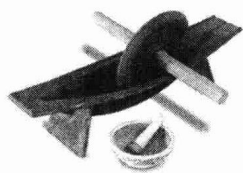
言

呼吸系统疾病是内科疾病中的常见病、多发病,对人们正常的生活、学习和工作有一定的影响,有的疾病还会危及生命。很多呼吸疾病的早期是较容易治疗的,治疗方法也很简单。中医学中就有很多治疗呼吸系统疾病的偏方、验方及食疗方,具有疗效明显、可操作性强的特点。

中医学认为,疾病有病和证的区分,同一疾病有着不同的证型,不同的疾病也可能有相同的证型。比如感冒,经过辨别不同的症状表现,再结合中医理论,又可将其分为风寒感冒、风热感冒、伤暑感冒、虚体感冒等不同类型,其病证不同,治法也不同;而且不同的疾病,如感冒与咳嗽,都可由风寒之邪引起,其本质是一致的,也就是病证相同,故治法相同或相似,这都体现了中医的辨证论治思想,该书中也体现了这一点。另外,早在《黄帝内经》中就提到不治已病治未病以及未病先防的治疗原则,故书中也搜集了一些预防疾病发生及控制传变、预防病情加重的方法以供参考。

编者

2008年2月18日



目

录

| | |
|--------------------|------|
| 一、感冒 | (1) |
| (一) 风寒感冒 | (2) |
| (二) 风热感冒 | (18) |
| (三) 伤暑感冒 | (31) |
| (四) 虚体感冒 | (39) |
| 二、咳嗽 | (45) |
| (一) 外感咳嗽 | (45) |
| 1. 风寒咳嗽 | (45) |
| 2. 风热咳嗽 | (56) |
| 3. 风燥咳嗽 | (60) |
| (二) 内伤咳嗽 | (63) |
| 1. 痰湿阻肺证 | (63) |
| 2. 痰热郁肺证 | (68) |
| 3. 肺阴亏损证 | (74) |
| (三) 百日咳 | (82) |
| 1. 邪犯肺卫(初咳期) | (83) |
| 2. 痰火阻肺(痉咳期) | (83) |



| | |
|--------------|-------|
| 3. 气阴耗伤(恢复期) | (89) |
| 三、哮喘 | (92) |
| (一)发作期 | (92) |
| 1. 冷哮证 | (92) |
| 2. 热哮证 | (101) |
| (二)缓解期 | (106) |
| 1. 肺脾气虚证 | (106) |
| 2. 肺肾两虚证 | (109) |
| 四、喘证 | (116) |
| (一)实喘 | (117) |
| 1. 风寒壅肺证 | (117) |
| 2. 表寒肺热证 | (119) |
| 3. 痰热郁肺证 | (119) |
| 4. 痰湿阻肺证 | (123) |
| (二)虚喘 | (129) |
| 1. 肺气虚耗证 | (129) |
| 2. 肾虚不纳证 | (134) |
| 五、肺癆 | (137) |
| (一)肺阴亏损证 | (138) |
| (二)阴虚火旺证 | (145) |
| (三)气阴两虚证 | (154) |
| (四)阴阳虚损证 | (165) |
| (五)肺癆通用方 | (166) |

- 六、肺痈 (169)
- (一)初期 (170)
- (二)成痈期 (172)
- (三)溃脓期 (180)
- (四)恢复期 (184)
- 七、肺痿 (189)
- (一)虚热证 (190)
- (二)虚寒证 (197)
- 八、肺胀 (199)
- (一)痰湿阻肺证 (200)
- (二)痰热郁肺证 (204)
- (三)痰蒙神窍证 (207)
- (四)阳虚水泛证 (207)
- (五)肺肾两虚证 (211)
- 九、咯血 (219)
- (一)燥火伤肺证 (219)
- (二)肝火犯肺证 (227)
- (三)阴虚肺热证 (229)
- (四)气虚不摄证 (234)
- 十、肺癌 (237)
- (一)瘀阻肺络证 (238)
- (二)痰湿阻肺证 (239)
- (三)阴虚毒热证 (242)
- (四)气阴两虚证 (246)



一 感 冒

感冒又称冒风、冒寒、伤风、重伤风、小伤风，是以鼻塞、流涕、喷嚏、头痛、恶寒、发热、全身不适等为特征的病证。如果病情较重，并在一个时期内广泛流行，症候多相类似者，称为时行感冒。本病一年四季均可发生，尤以冬、春两季为多。病程一般3~7日。

中医学认为，感冒是因人体御邪能力不足，风邪侵袭肺卫皮毛所致。四时之中，气候失常，如春应温而反寒，夏应热而反冷等，风邪易侵入人体而感冒，甚至引起时行感冒。引起感冒的原因，虽以风邪为主，但常有所兼夹。临床上以风寒、风热两种证候最为多见。此外，时令之暑、湿、燥邪也能杂感而为病，故又有夹暑、夹湿、夹燥等不同兼证。感冒除风邪侵袭外，尚与体虚和不同素质有关。肺有痰热，也易发为本病。风邪入侵的病位主要在肺卫，而时行感冒因其感受时邪较重，则全身症状比较明显。年老体弱者抗邪能力差，外邪可由表入里，变生他病。本病一般以实证居多，如体虚感邪则为本虚标实之证。



(一) 风寒感冒

典型症状表现：恶寒较重，发热轻，头痛身痛，鼻塞声重，或鼻痒喷嚏，时流清涕，咽痒，咳嗽，痰稀薄色白，口不渴或渴而想喝热水，苔薄白，脉浮紧等。

1. 药物治疗偏方

偏方 1

【组成】 荆芥 10 克，紫苏叶 10 克，茶叶 6 克，生姜 10 克，红糖 30 克。

【功效】 发散风寒，祛风止痛。适用于风寒感冒而见畏寒、身痛、无汗等症者。

【制法】 先用文火煎煮荆芥、紫苏叶、茶叶、生姜，15～20 分钟再加入红糖，待溶化即成。

【服法】 每日早、晚饭后各服 1 次，可随量服用。

【疗程】 5 日为 1 个疗程。

【注意事项】 如伴有咳嗽、痰盛，可加橘皮 10 克（鲜品加倍）。

【来源】 《偏方大全》。

偏方 2

【组成】 全葱 30 克，淡豆豉 20 克，黄酒 50 克。

【功效】 解表祛风，发散风寒，温中降逆。适用于风寒感冒而见发热、头痛、虚烦、无汗，并有呕吐、泄泻等症者。

【制法】 先将淡豆豉放入沙锅内加水 1 小碗，煎煮 10 余分钟，再把洗净、切段的葱（带须）放入，继续煎煮 5 分钟，然后加黄酒，立即出锅。

【服法】 趁热顿服，每日 1～2 次。

【疗程】 5 日为 1 个疗程。

【注意事项】 服药期间注意避风寒。

【来源】 《偏方大全》。

偏方 3

【组成】 白胡椒末、葱白各适量。

【功效】 辛温解表，消痰解毒。适用于伤风感冒而见恶风微热者。

【制法】 水煎。

【服法】 趁热服下，每日 1 剂，分 1~2 次服用。

【疗程】 3 日为 1 个疗程。

【注意事项】 服药后盖被而卧，汗出即愈。

【来源】 民间。

偏方 4

【组成】 鲜橘皮 30 克(干品 15 克)，白糖适量。

【功效】 解表化痰。适用于风寒感冒痰多者。

【制法】 将橘皮加水 3 杯，煎成 2 杯，加入适量白糖即可。

【服法】 趁热喝 1 杯，半小时后加热再喝 1 杯。

【疗程】 7 日为 1 个疗程。

【注意事项】 无痰者不宜服用。

【来源】 民间。

偏方 5

【组成】 川芎 100 克，荆芥穗 200 克。

【功效】 祛风解表。适用于风寒感冒。

【制法】 将上 2 味药共研为粗末，加水共煮，蒸馏，收集蒸馏水 1 000 毫升即成。



【服法】 每次服用 20 毫升,1 日 3 次。

【疗程】 5 日为 1 个疗程。

【来源】 《中药制剂汇编》。

偏方 6

【组成】 苍耳子 12 克,辛夷 15 克,香白芷 30 克,薄荷 2 克,茶叶 2 克。

【功效】 辛温通窍,散风祛湿。适用于风寒感冒而见鼻塞、头痛、流涕不止等症者。

【制法】 将上 5 味共研为细末,放入茶杯中,用沸水冲泡。

【服法】 每日 1 剂,分 2~3 次代茶饮用。

【疗程】 7 日为 1 个疗程。

【注意事项】 苍耳子有小毒,不宜多用。

【来源】 民间。

偏方 7

【组成】 紫苏叶 6 克,生姜 6 克,香菜 10 克。

【功效】 辛温散寒解表。适用于风寒感冒轻证。

【制法】 水煎。

【服法】 每日 1 剂,分 2~3 次服。

【疗程】 5 日为 1 个疗程。

【来源】 《中医内科治疗大成》。

偏方 8

【组成】 芦根 15 克,葱白 3 根,生姜 3 大片,大枣 3 枚,红糖少许。

【功效】 疏风散寒解表。适用于伤风感冒而见头痛、发热、骨节疼痛者。

【制法】 水煎。

【服法】 每日1剂，分2~3次服用。服用后汗出即愈。

【疗程】 5日为1个疗程。

【注意事项】 脾胃虚寒者不宜服用。

【来源】 《十万金方》。

偏方9

【组成】 羌活10克，防风10克，紫苏叶10克，生姜6克，苍耳子10克。

【功效】 辛温解表胜湿。适用于寒湿感冒。

【制法】 水煎。

【服法】 每日1剂，分2~3次服。

【疗程】 7日为1个疗程。

【注意事项】 苍耳子有小毒，不宜多用。

【来源】 《中医内科治疗大成》。

偏方10

【组成】 生大蒜3瓣。

【功效】 辛温解表，解毒杀虫。适用于风寒感冒初起，鼻塞、流涕、咳嗽者。

【制法】 大蒜去皮洗净。

【服法】 将蒜瓣含于口中，生津则咽下，直至大蒜无味时吐掉，连服3瓣即可奏效。

【疗程】 每日1次，2次为1个疗程。

【来源】 《偏方大全》。

偏方11

【组成】 芝麻酱、红糖各适量，茶叶少许。

【功效】 辛温解表。适用于感冒初起。



【制法】 将上3味调匀，以沸水冲泡即可。

【服法】 热服，代茶饮，加被得汗止。

【疗程】 3日为1个疗程。

【来源】 民间。

偏方 12

【组成】 谷子(未去皮的小米)30克。

【功效】 散寒解表。适用于风寒感冒。

【制法】 将谷子放入锅内，上火炒至色黄，加入清水1碗，上火煎煮至半碗。

【服法】 趁热1次服下，每日1次。

【疗程】 3日为1个疗程。

【注意事项】 服后盖被取微汗。

【来源】 《新编偏方大全》。

偏方 13

【组成】 葱根12克，紫苏叶、杏仁、芍药、川芎各3克，干姜、甘草各2克，荷叶适量。

【功效】 辛温解表。适用于流行性感冒初期。

【制法】 将前7味加水煎煮，待沸腾后将荷叶加入，再稍煎片刻即可。

【服法】 每日1剂，分3次服用。

【疗程】 5日为1个疗程。

【来源】 《大众方》。

偏方 14

【组成】 桂枝9克，芍药9克，生姜9克，大枣12枚，甘草6克。

【功效】 解表发汗。适用于风寒感冒。

【制法】 水煎。

【服法】 每日1剂，分2次服用。

【疗程】 5日为1个疗程。

【注意事项】 服药后卧床盖被休息，避免吹风。饮食宜清淡。

【来源】 《伤寒论》。

偏方 15

【组成】 金针菜 15 克。

【功效】 散寒解表。适用于风寒感冒症见恶寒身热、鼻塞声重者。

【制法】 将此菜用1大碗水煎煮。

【服法】 趁热顿服，每日1~2次。

【疗程】 5日为1个疗程。

【注意事项】 服用后盖被卧床休息，小汗出自愈。

【来源】 《十万金方》。

2. 食物治疗偏方

偏方 1

【组成】 糯米 50 克，葱白约 30 克，生姜 7 片（约 15 克），米醋 50 毫升。

【功效】 辛温发汗解表。适用于风寒引起的头痛、浑身酸懒、乏力、发热等症。

【制法】 将糯米冲洗干净，加适量水按常法煮成稀粥，再加入葱白、生姜共煮 5 分钟，然后加入米醋搅匀起锅。

【服法】 趁热服下后，盖被休息，使身体微热出汗。每日 2 次，早晚分服。

【疗程】 3 日为 1 个疗程。



【注意事项】 风热感冒引起的干咳、咽痛者不宜服用。若是患病3日内服用,可收到“粥到病除”的奇效。

【来源】 来自民间广为流传的“神仙粥”,歌诀是:“一把糯米煮成汤,7根葱白7片姜,熬熟兑入半杯醋,伤风感冒保安康。”

偏方2

【组成】 白菜120克,生姜、葱白各10克。

【功效】 发散风寒。适用于感冒初起或预防感冒。

【制法】 将白菜连根茎洗净,切碎,与生姜、葱白一同加水煎煮后,去渣即成。

【服法】 每日1剂,分2次服用。

【疗程】 3日为1个疗程。

【注意事项】 风热感冒者不宜服用。

【来源】 民间。

偏方3

【组成】 香菜30克,黄豆10克,食盐少许。

【功效】 发散风寒解表。适用于风寒感冒。

【制法】 将香菜洗净,黄豆洗净。先把黄豆放入锅内,加水适量,煎煮15分钟后,再加入香菜同煮15分钟,去渣即可。

【服法】 喝汤。每日1剂,1次或分次服完。服时加少量食盐调味。

【疗程】 5日为1个疗程。

【来源】 民间。

偏方4

【组成】 生姜2片,茶叶3克,红糖10克,食醋3毫升。

【功效】 发散风寒。适用于风寒感冒。



【制法】 将上药放在茶杯内，用沸水冲泡 5 分钟即可。

【服法】 代茶饮，每日 3 次。

【疗程】 5 日为 1 个疗程。

【来源】 民间。

偏方 5

【组成】 葱白 5 根(切断、拍碎)，豆腐 2 块，食盐少许。

【功效】 发汗解表，散寒通阳。适用于风寒感冒。

【制法】 先将铁锅烧热，即放入葱白、豆腐，并快速炒至香气大出时，淬入清水 100 毫升，加食盐少许，再煮片刻，待水沸起时取出。

【服法】 温食豆腐，每日 1 次。

【疗程】 3 日为 1 个疗程。

【来源】 《中医内科治疗大成》。

偏方 6

【组成】 花生壳 20 个，大葱白(连须)3 根。

【功效】 发散风寒。适用于风寒感冒轻症者。

【制法】 将上 2 味用清水洗净，放锅内，加入适量冷水，烧沸后再改用文火煎 15 分钟，滤出汤汁即可。

【服法】 趁热饮下，及时加衣盖被，令头身微微出汗。每日 1 次。

【疗程】 3 日为 1 个疗程。

【注意事项】 如果伴有呕吐、恶心，可在此方中加生姜 4 片共煎；倘若兼有咽痛、咳嗽，水煎时再加鸭梨数片。

【来源】 民间。

偏方 7

【组成】 生姜 3 片，红糖 15 克。