

常見病中 醫簡易療法

主編 李淑華

山西科技出版社

常见病中医简易疗法

山西科学技术出版社

常见病中医简易疗

李淑琴

*

山西科学技术出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 太原达益印刷厂印刷

开本:787×1092 1/32 印张:12 字数:260千字

1996年12月第1版 1996年12月太原第1次印刷

印数:1—3,000册

*

ISBN 7-5377-1355-3

R·544 定价:15.20元

常见病中医简易疗法

主 编 李淑华

副 主 编 郭俊兰 商广喜 樊万红

编委人员(以姓氏笔划为序)

李淑华 张 恒 张生益

郭俊兰 高云峰 常东晖

商广喜 樊万红 翟瑞琦

说 明

随着人民生活水准的不断提高,人民防病治病意识的逐渐浓厚,医疗技术交流日趋增加及广泛,应广大群众所需,特编写《常见病简易疗法》一书,该书集一般常见病、多发病为题材,分别论述内科、儿科、妇科、外科、皮肤科、五官科等科病种;均详细论述了各病的分型治则,根据临床验证,以最简便易行奏效为宗旨,分别论述有:单方验方疗法、火罐疗法、按摩疗法、气功疗法、刮痧疗法、外治疗法、食疗及中成药等数种简便可靠行之有效之法,可供家庭、初级医务人员、基层医务人员等参考使用。

李淑华

一九九六年秋

目 录

第一章 内科

感冒	(2)
咳嗽	(6)
喘证	(10)
哮证	(15)
遗精	(19)
阳萎	(23)
癫狂	(26)
痫症	(31)
痉证	(35)
厥证	(38)
肌衄	(42)
便血	(45)
尿血	(48)
齿衄	(52)
鼻衄	(54)
咳血	(58)
心悸	(61)
不寐	(65)

胸痹	(68)
头痛	(73)
耳鸣耳聋	(78)
眩晕	(81)
消渴	(85)
水肿	(89)
腰痛	(93)
泄泻	(97)
腹痛.....	(101)
胁痛.....	(105)
胃脘痛.....	(108)
呃逆.....	(112)
诸虫.....	(116)
瘰病.....	(120)

第二章 妇科

月经先期.....	(124)
月经后期.....	(127)
月经延长.....	(131)
月经过多.....	(134)
月经先后不定期.....	(137)
月经过少.....	(140)
痛经.....	(143)
闭经.....	(147)
崩漏.....	(150)
经行乳房胀痛.....	(154)

月经前后诸症·····	(157)
带下·····	(160)
妊娠恶阻·····	(164)
胎动不安·····	(167)
产后血晕·····	(170)
产后大便难·····	(172)
产后小便不通·····	(174)
产后痉症·····	(177)
产后发热·····	(179)
子痫·····	(183)
妊娠水肿·····	(185)
产后恶露·····	(187)
阴痒·····	(189)
脏躁·····	(192)
阴挺·····	(195)
不孕证·····	(198)
乳汁自出·····	(202)
癥瘕·····	(204)
缺乳·····	(208)
乳癖·····	(212)

第三章 儿科

发热·····	(216)
汗出·····	(220)
咳喘·····	(223)
腹痛·····	(226)

贫血·····	(230)
疳积·····	(234)
黄疸·····	(238)
呕吐·····	(241)
腹泻·····	(245)
惊厥·····	(248)
腮腺炎·····	(251)
麻疹·····	(254)
水痘·····	(258)

第四章 外科

疖·····	(262)
疔疮·····	(265)
痈·····	(268)
丹毒·····	(271)
肠痛·····	(272)
流注·····	(275)
瘤·····	(278)
岩·····	(283)
烧伤·····	(290)
疝气·····	(292)
冻疮·····	(295)
毒蛇咬伤·····	(296)
破伤风·····	(298)
褥疮·····	(300)
血栓性浅静脉炎·····	(301)

痔·····	(303)
肛裂·····	(306)
脱肛·····	(307)
脱疽·····	(309)

第五章 皮肤科

梅毒·····	(314)
白痞·····	(316)
口疳·····	(316)
斑·····	(318)
手足癣·····	(319)
疥疮·····	(322)
疣·····	(324)
湿疹·····	(328)
皮炎·····	(331)
牛皮癣·····	(336)

第六章 五官科

咽炎·····	(342)
牙痛·····	(344)
三叉神经痛·····	(346)
面神经麻痹·····	(348)
中耳炎·····	(351)
麦粒肿·····	(355)
白内障·····	(357)
青光眼·····	(358)

鼻炎.....	(361)
附录.....	(367)

第一章

内 科

感 冒

概述

感冒为临床上常见的外感疾病。主要是由于六淫时行病邪侵袭人体所致，多发于气候突变，寒暖失常之时；也有因起居不慎、冷热不调、雨淋、疲劳等使人体腠理疏泄，卫气不固，风邪乘虚侵袭而致病。

分型及治则

（一）风寒感冒

临床表现：轻者鼻塞声重，喷嚏，时流清涕，咽痒，痰清稀色白；重者恶寒重，发热轻，无汗头痛，肢节疼痛，口不渴或喜热饮，舌苔薄而润。脉浮紧。

治疗大法：辛温解表、宣肺散寒

（二）风热感冒

临床表现：发热微恶风寒，汗出不畅，头痛鼻塞，流黄浊涕，口渴欲饮，咽喉红肿疼痛，咳嗽痰粘或黄，舌苔薄白微黄，舌边尖红，脉象浮数。

治疗大法：辛凉解表、清肺透邪

（三）体虚感冒

1. 气虚感冒

临床表现：恶寒发热，头痛鼻塞，咳嗽痰白，倦怠无力，气短懒言，体胖多汗，面色不华，舌淡苔薄白，脉浮无力。

治疗大法：益气解表。

2. 阳虚感冒

临床表现：身热较轻，恶寒微重，头痛，身痛面色发白，四肢不温，语声低微，舌质淡胖，苔薄白，脉沉无力。

治疗大法：助阳解表。

3. 血虚感冒

临床表现：头疼身热，微寒无汗，面色不华，唇甲色淡，心悸头晕，舌淡苔白，脉细或浮而无力。

治疗大法：养血解表。

4. 阴虚感冒

临床表现：头痛身热，微恶风寒，无汗或微汗或寐中盗汗，头晕心烦，口渴咽干，手足心热，干咳少痰或痰中带血丝，舌红，苔剥脱或无苔，脉细数。

治疗大法：滋阴解表

验方

(1) 葱白四根，淡豆豉 10g。水煎服。小儿减量。

(2) 葛根 15g，连翘 15g，银花 15g，薄荷 10g，甘草 6g。
每日一剂，水煎二次，早晚各服 1 次。

(3) 苏叶 10g，生姜 10g，荆芥 10g，苍耳子 6g。水煎服，连服 3 剂。

(4) 荆芥 6g，细辛 3g，甘草 3g，生姜三片，红枣三枚。
水煎饭后温服，1 日 2 次。

(5) 葛根 10g，大青叶 15g，绿豆 3g。先煮绿豆约 20 分钟，再入二药共煎温服，1 日 2 次。

(6) 贯众 16g，薄荷 10g（后下），水煎服。1 日 3 次。

(7) 黄芪 16g, 当归 15g, 防风 10g, 薄荷 10g, 生姜三片, 水煎服。1 日 2 次。

注: 方 (1) (3) (5) 一般感冒。

方 (2) 风热感冒, 方 (4) 风寒感冒, 方 (6) 流行感冒, 方 (7) 体虚感冒。

火罐

取太阳穴、风池穴、大椎穴。用三棱针点刺或梅花针叩打, 均以不出血为度, 而后用火罐或真空罐拔大椎穴, 3—5 分钟左右起罐, 按压数分钟即可, 1 日 1 次。

按摩

双手以拇指为重心, 旋转按压太阳穴、风池穴、大椎穴、迎香穴。每次 5~10 分钟为宜, 1 日 2 次。

气功

(1) 气功爱好者或有气功知识者, 可用双手掌摩擦发热, 敷鼻尖, 用鼻做深呼吸 2~30 次, 主治鼻塞流涕。

(2) 双手掌摩擦发热, 敷大椎和风池穴 5 分钟为宜, 主治头痛发热。

刮痧

刮痧前胸后背肌肤产生充血, 使全身血流通畅, 风邪从肌肤排出, 增强抗病能力。

手法: 从风池穴, 大椎穴, 由上向下, 由轻到重, 由大椎穴至志室一带, 用力均匀适中, 出现痧后为宜。

类药品，主要用来起解热止痛效果。感冒发烧首先应选用消炎退热之法，方谓对症下药。感冒可概括于现代医学“上呼吸道感染”等病之中，预防性治疗也是非常重要的治疗手段，如年老体弱，产妇、婴幼儿患者，在治疗上不一定感冒就去发汗，而应该采取气虚、血虚、阴虚、阳虚、脾虚的不同分别佐以益气、养血、滋阴、助阳、补脾、健胃、消导化滞等扶正之法，往往效果颇佳。

一般说来，外感疾病较浅易治，体虚感冒多呈慢性反复发作，一定要根据标本先后和轻重主次的要求进行治疗。

咳 嗽

概 述

咳嗽为肺部疾患的主要证候之一。可以因外邪侵袭，肺卫受阻、肺气失宣，因而发为咳嗽，也可由于肺腑病变所致；也可由于其它脏腑病变影响肺脏而发，如脾虚生痰侵犯肺脏、肝气郁而化火刑金等。

分型及治则

（一）风寒咳嗽

临床表现：鼻塞流涕，咳嗽痰滞，恶寒发热，头痛无汗，苔薄白，脉浮等症。

治疗大法：疏风散寒、宣肺止咳。

（二）风热咳嗽

临床表现：咳嗽气粗，喉噪咽痛，咯痰不爽，伴鼻流黄涕、口渴头痛、恶风身热，舌苔薄黄、脉浮数。

治疗大法：疏风清热、宣肺化痰。

（三）痰湿蕴肺

临床表现：咳嗽频频发作，平卧、食后及清晨咳甚，痰多，痰粘成块伴胸闷脘痞、倦怠乏力，舌苔白腻，脉濡滑。

治疗大法：健脾化湿，祛痰止咳

（四）肺阴亏损

临床表现：干咳少痰或痰中带血，咽燥伴午后潮热，五心烦热，夜寐盗汗，神疲倦怠，舌质红，脉细数。

治疗大法：滋阴养肺，镇咳化痰。

验方

（1）甜杏仁 50g（去皮尖）捣烂如泥，加白糖 9g，用开水浸泡代茶饮，早晚各 1 剂。

（2）白萝卜一个，蜂蜜 30g，白胡椒 5 粒，麻黄少许，洗净切好放入碗里只蒸半小时，趁热顿服。

（3）桑叶 15g、炙枇杷 20g，杏仁 12g，蜂蜜一匙，用水 450ml，温水煎 10 分钟，去渣与蜂蜜和均，乘温服，每日 2 剂。

（4）款冬花 10g，紫苑 20g，桔皮 12g，沸水冲泡。盖杯 10 分钟后饮用，以此代茶，一日服完。

（5）鱼腥草 20g，炙桑白皮 15g，大贝母 10g。粉甘草 5g，温火煎，每日 1 剂，日服 2 次。

（6）莱服子 10g，白菜根 3 个，冰糖 50g，水煎，每日晚间睡前服。

（7）麦冬 15g 百合 10g。沙参 10g，冬花 15g 沸水浸泡代