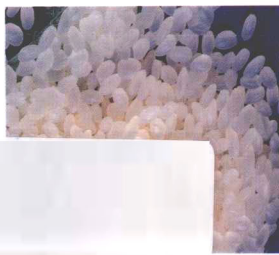
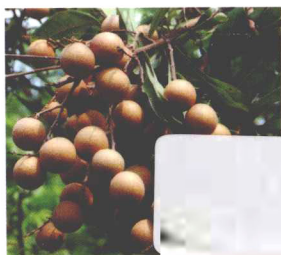




实用**偏方**治百病

SHIYONG PIANFANG ZHIBAIBING

主编 / 秦 竹 张庆芝 熊洪艳



 军事医学科学出版社



治百病

实用偏方

主 编 秦 竹 张庆芝 熊洪艳
副主编 马凤丽 张 胜 赵建军 顾 蓓
徐 薇 吕锐萍
编 委 （以姓氏笔画为序）
卜德艳 马凤丽 王 臻 古 今
吕锐萍 李 铭 李裴明 肖 兵
呈和龙 吴志明 张 胜 张玉红
赵建军 秦 竹 顾 蓓
高 洁 熊洪艳

军事医学科学出版社
· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

实用偏方治百病 / 秦竹, 张庆芝, 熊洪艳主编.

— 北京: 军事医学科学出版社, 2013.1

ISBN 978-7-5163-0085-5

I. ①实… II. ①秦… ②张… ③熊… III. ①土方-汇编

IV. ①R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第267073号

策划编辑: 孙宇 于庆兰 责任编辑: 吕连婷

出版人: 孙宇

出版: 军事医学科学出版社

地址: 北京市海淀区太平路27号

邮编: 100850

联系电话: 发行部: (010) 66931049

编辑部: (010) 66931127, 66931039, 66931038

传真: (010) 63801284

网址: <http://www.mmsp.cn>

印装: 中煤涿州制图印刷厂北京分厂

发行: 新华书店

开本: 710mm × 1000mm 1/16

印张: 16.5

字数: 270千字

版次: 2013年3月第1版

印次: 2013年3月第1次

定价: 29.80元

本社图书凡缺、损、倒、脱页者, 本社发行部负责调换

前言

偏方是流传于我国民间并广泛应用于诊疗疾病和预防保健的有效处方，因其具有简、便、廉、效等特点，一直受到中医临床医务工作者和百姓民众的青睐。

中华医药博大精深，古今偏方汗牛充栋、浩如烟海。本着去粗取精、去伪存真的宗旨，精选出有效偏方723首，涉及内、妇、儿、外、男、皮肤、五官、骨伤、性病和肿瘤科等205种疾病，是目前国内现有偏方书籍中病种较全的偏方专著，在一定程度上补充和拓展了中医方剂学的内涵和外延。

本书以“弘扬国粹、惠及民生、走进百姓、服务社会”为主题，以“学习中医、认识中医、感受中医、推进中医”为宗旨，以中医辨证论治为核心，以全国中医临床各科教材分型为标准，每一首偏方中设有方名、组成、用法、功用、适应证等，并附有部分药食材图片，文图并茂，与同类书籍相比，具有权威性、专业性、科学性、实用性、通俗性和大众性的特点。

本书在编写过程中，始终坚持严谨规范、踏实认真、精益求精的精神，但由于时间仓促，水平有限，难免有疏漏乃至错误之处，敬请广大同行和读者给予斧正，我们将不胜感激，同时恳请广大读者提出宝贵意见和建议，以便我们臻于完善！

编者

水龙年三九癸丑月

目 录



第一章	内科疾病偏方	1
	第一节 传染病	2
	第二节 呼吸系统疾病	7
	第三节 循环系统疾病	12
	第四节 消化系统疾病	18
	第五节 泌尿系统疾病	29
	第六节 血液系统疾病	33
	第七节 内分泌系统疾病	37
	第八节 代谢性疾病	41
	第九节 结缔组织病	47
	第十节 神经系统疾病	54
	第十一节 精神疾病	61
第二章	外科疾病偏方	69
	第一节 疮疡感染	70
	第二节 乳房疾病	76
	第三节 肛肠疾病	82

第三章	皮肤科疾病偏方	89
第四章	妇科疾病偏方	115
	第一节 月经疾病	116
	第二节 感染性疾病	126
	第三节 妊娠疾病	131
	第四节 产后疾病	137
	第五节 妇科杂病	143
第五章	骨伤科疾病偏方	155
第六章	儿科疾病偏方	167
第七章	男科疾病偏方	187
第八章	五官科疾病偏方	195
第九章	性传播疾病偏方	231
第十章	肿 瘤	239
参考文献		251

治百病

实用偏方

第一章 内科疾病偏方

第一节 传染病

一 普通感冒

普通感冒是由多种病毒引起的呼吸道常见病，主要症状为恶寒发热，鼻塞流涕，头身疼痛，喷嚏咳嗽等。本病四季均可发生，尤以冬春两季为多。本病多为感受当令之气，一般病情较轻。

本病与中医学的“伤风”、“冒风”、“冒寒”等相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为风寒感冒、风热感冒、暑湿感冒和体虚感冒等证型。

1. 生姜红糖汤

【组成】 生姜 30 g 红糖 30 g

【用法】 水煎 15 分钟取汁，趁热饮用，每日 1 ~ 2 剂。

【功用】 发汗解表，温中驱寒。

【适应证】 风寒感冒。症见恶寒发热，头身疼痛，鼻塞流涕等。

2. 金银花汤

【组成】 金银花 15 g 桑叶 10 g 贯众 10 g

【用法】 水煎 15 分钟取汁服，每日 1 剂。

【功用】 辛凉透表，清热解毒。

【适应证】 风热感冒。症见发热，无汗或有汗不畅，头痛，咽痛等。

3. 西瓜番茄汁

【组成】 西瓜、番茄各适量

【用法】 绞汁饮用，每日 1 ~ 2 次。

【功用】 清热解毒，祛暑化湿。

【适应证】 暑湿感冒。症见发热，口渴，烦躁，腹胀，小便短赤，食欲不振等。

4. 葱白粥

【组成】 葱白 100 g（纱布包绞取汁） 粳米 100 g

【用法】 煮米成粥，候粥将熟，下葱汁，煮熟，空腹温食。

【功用】 补虚解表。

【适应证】 体虚感冒。症见发热恶寒，头痛，鼻塞流涕，腹痛泻痢等。

二 流行性感冒

流行性感冒（简称流感）是由流感病毒引起的、经飞沫传播的急性呼吸道传染病，临床上有急起畏寒、高热、头痛、乏力、全身肌肉酸痛和轻度呼吸道症状，病程短，常呈自限性，老年人和伴有慢性呼吸道疾病或心脏病患者易并发肺炎。

本病与中医学的“重伤风”相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为风寒束表、风热犯表、热毒袭肺等证型。

1. 葱姜糯米茶

【组成】 葱白 20 g 生姜 20 g 糯米茶 5 g

【用法】 葱白和生姜煎汤取汁，泡糯米茶饮用。

【功用】 祛风散寒，解表发汗。

【适应证】 风寒束表。症见全身疼痛，恶寒怕冷，无汗等。

2. 二花陈皮饮

【组成】 银花 15 g 菊花 10 g 陈皮 10 g

【用法】 水煎 15 分钟取汁，代茶饮用。

【功用】 清热解毒，理气解表。

【适应证】 风热犯表。症见发热，无汗，或汗出不畅，头痛，咽痛等。

3. 双花薄荷饮

【组成】 金银花 20 g 薄荷 6 g 板蓝根 10 g

【用法】 水煎 15 分钟，去渣取汁，代茶饮用。

【功用】清热解毒。

【适应证】外感风热。症见高热，咳嗽，痰黏，咯吐不爽，口渴喜饮，咽痛，目赤等。

三 急性胃肠炎

急性胃肠炎是胃肠黏膜的急性炎症，临床表现主要为恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等。本病常见于夏秋季，多因饮食不当，暴饮暴食；或食入生冷腐馊、秽浊不洁的食品而发病。

本病与中医学的“胃痛”、“呕吐”、“腹痛”、“泄泻”等相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为湿热伤中、寒湿内盛和食滞胃肠等证型。

1. 马齿苋绿豆粥

【组成】马齿苋 50 g 绿豆 50 g 粳米 50 g

【用法】煮粥食用，每日 2 次。

【功用】清热解毒，利湿止泻。

【适应证】湿热伤中。症见腹痛泄泻，泻下急迫，或泻而不爽，粪色黄褐，气味臭秽，肛门灼热，烦热口渴，小便短黄等。

2. 藿香煨姜粥

【组成】藿香 6 g 煨姜 6 g 防风 3 g 白豆蔻 3 g 粳米 100 g

【用法】前 4 味水煎，去渣取汁；粳米加水适量，煮成粥，加药汁再稍煮成稀粥，趁热服食，以微出汗为佳。

【功用】芳香化湿，解表散寒，和中止泻。

【适应证】寒湿内盛。症见腹痛肠鸣，脘闷食少，泄泻清稀，甚至如水样，肢体酸痛等。

3. 三仙萝卜饮

【组成】焦三仙各 15 g 连翘 6 g 白萝卜 500 g

【用法】煮汤服用。

【功用】消食导滞，和中止泻。

【适应证】食滞胃肠。症见腹痛肠鸣，泻下粪便臭如败卵，泻后痛减，脘腹胀满，噎腐酸臭，不思饮食等。

四 细菌性痢疾

细菌性痢疾是由痢疾杆菌引起的常见急性肠道传染病，好发于夏秋季，以结肠黏膜化脓性溃疡性炎症为主要病变。临床主要表现为发热、腹痛、腹泻、里急后重和黏液脓血便，可伴发热及全身毒血症，严重者可发生感染性休克和（或）中毒性脑病。本病急性期一般数日即愈，少数患者病情迁延不愈，发展成为慢性菌痢，可以反复发作。

本病与中医学的“痢疾”相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为湿热痢、疫毒痢、寒湿痢、阴虚痢、虚寒痢、休息痢等证型。

1. 苋菜穿心莲饮

【组成】新鲜苋菜 250 g 穿心莲 20 g

【用法】水煎服，每日 1 剂。

【功用】清热解毒，利湿止痢。

【适应证】湿热痢。症见腹部疼痛，里急后重，痢下赤白脓血，黏稠如胶冻，腥臭，肛门灼热，小便短赤等。

2. 细菜核桃仁汤

【组成】细菜 6 g 核桃仁 30 g 生姜 9 g 红糖 9 g

【用法】水煎 30 分钟取汁，空腹热服。

【功用】温中健脾，补肾止痢。

【适应证】寒湿痢。症见腹痛拘急，痢下赤白黏冻，白多赤少，或为纯白冻，里急后重，口淡乏味，脘胀腹满，头身困重等。

3. 诃子生姜桂皮粥

【组成】诃子肉 15 g 生姜 10 g 桂皮 5 g 粳米 100 g

【用法】前 3 味先煎，去渣取汁，加米煮粥，随意服用。

【功用】温补脾肾，涩肠止泻。

【适应证】虚寒痢。症见痢下赤白清稀，无腥臭，或为白冻，甚至滑脱不禁，肛门坠胀，便后更甚，腹痛隐隐，缠绵不已，喜温喜按，形寒畏冷，四肢不温，食少神疲，腰膝酸软等。

4. 鸦胆子仁

【组成】 鸦胆子仁适量

【用法】 取鸦胆子 10 ~ 15 粒，去壳用干龙眼肉包裹或装胶囊，饭后吞服，每日 3 次，7 ~ 10 天为 1 个疗程。

【功用】 清热，解毒，止痢。

【适应证】 休息痢。症见下痢日久，常因饮食不当、受凉、劳累而发，发时大便次数增多，夹有赤白黏冻，腹胀食少，倦怠嗜卧等。

五 急性慢性肝炎

病毒性肝炎是由多种肝炎病毒引起的常见传染病，可分急性和慢性肝炎两种，具有传染性强、传播途径复杂、流行面广、发病率高等特点。临床上主要表现为乏力、食欲减退、恶心、呕吐、肝区胀痛、肝肿大及肝功能损害，部分患者可有黄疸和发热，有些患者出现荨麻疹、关节痛或上呼吸道症状。病毒性肝炎按感染病毒不同分甲型、乙型、丙型、丁型、戊型和庚型肝炎六种。

本病与中医学的“胁痛”、“腹胀”、“纳呆”、“黄疸”等相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为湿热蕴蒸、脾虚湿阻、肝脾不和、肝肾阴亏、气血瘀滞、疫毒炽盛、肝胆郁热等证型。

1. 海带荔枝核汤

【组成】 海带 25 g 小茴香 15 g 青皮 15 g 荔枝核 15 g

【用法】 水煎，每日 1 剂，分 2 次服。

【功用】 软坚消积。

【适应证】 气滞血瘀。症见肝脾肿大，胁肋胀痛，拒按等。

2. 大麦芽汤

【组成】 大麦芽 50 g 茵陈 50 g 陈皮 25 g

【用法】 水煎，每日 1 剂，分 2 次服。

【功用】 清热利湿，理气消食。

【适应证】 肝脾不和。症见病后胸闷，胃脘痞胀，食欲不振等。

3. 麦苗滑石粉

【组成】滑石粉 15 g 鲜麦苗 1 把

【用法】水煎，每日 1 剂，分 2 次服。

【功用】清热利湿。

【适应证】湿重于热。症见身黄、目黄、小便黄，食欲不振，脘腹痞闷，四肢乏力等。

4. 黄鳝芦根汤

【组成】黄鳝 3 条 芦根 30 g 桑寄生 60 g

【用法】黄鳝去肠脏，切断，清洗干净，与芦根、桑寄生加水共同煨汤，加适量盐、油调味，吃鱼喝汤。

【功用】清热利湿，补气养血。

【适应证】气血不足，湿热未净。症见周身乏力，食欲减退，肝区不适，脘腹痞闷等。



第二节 呼吸系统疾病



一 急性上呼吸道感染

急性上呼吸道感染是指局限在鼻腔和咽喉部呼吸道黏膜的急性炎症，临床可见鼻塞、发热、咽痛、咳嗽、鼻流清涕等症状。本病多由病毒引起，全年皆可发生，但以冬春季节多发，一般病情较轻，病程较短，预后良好。

本病与中医学的“感冒”相类似，又称“伤风”、“冒风”、“冒寒”。根据中医临床证候特点，将本病分为风寒束表、风热犯表、暑湿伤表、气虚感冒和阴虚感冒等证型。

1. 葱姜豆豉茶

【组成】葱白 50 g 生姜 20 g 豆豉 10 g 熟茶 5 g

【用法】前 3 味水煎，去渣取汁，代水泡茶，趁热饮用。

【功用】祛风散寒，解表宣肺。

【适应证】风寒束表。症见恶寒无汗，头痛鼻塞，周身疼痛等。

2. 桑菊薄竹饮

【组成】桑叶5g 菊花5g 薄荷3g 苦竹叶30g 白茅根30g

【用法】泡水代茶饮。

【功用】疏散风热。

【适应证】风热犯表。症见发热，无汗或有汗不畅，头痛，咽痛等。

3. 藿佩冬瓜汤

【组成】鲜藿香5g 鲜佩兰5g 冬瓜500g（去皮、籽）

【用法】藿香、佩兰水煎，取汁约1000ml，再加冬瓜及盐适量，煮汤食用。

【功用】清暑祛湿。

【适应证】暑湿感冒。症见发热，口渴，烦躁，小便短赤，食欲减退等。

4. 酒煮荔枝肉

【组成】黄酒适量 荔枝肉30g

【用法】酒煮荔枝，趁热顿服。

【功用】益气解表。

【适应证】气虚感冒。症见恶寒发热，气短懒言，咳痰无力，平素体虚乏力，面色㿔白，易反复感冒等。

5. 百合葱白饮

【组成】百合50g 葱白100g

【用法】水煎，每日1剂，分2次温服。

【功用】滋阴解表。

【适应证】阴虚感冒。症见头痛发热、微恶风寒，口渴咽干，干咳少痰，平素五心发热，盗汗便干等。

二 慢性支气管炎

慢性支气管炎是指气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。临床上以咳嗽、咯痰或伴有喘息等反复发作的慢性过程为特征，常并发阻塞性肺气肿，甚至肺原性心脏病。

本病与中医学的“久咳”相类似，可见于中医学的“咳嗽”、“喘证”等疾病过程中。根据中医临床证候特点，本病急性发作期多为实证，可分为风寒犯肺、风热犯肺、痰浊阻肺、痰热郁肺、寒饮伏肺等证型；缓解期及慢性迁延期多为虚证，可分为肺气虚、肺脾气虚及肺肾阴虚等证型。

1. 天竺石苇饮

【组成】天竺黄 12 g 石苇 30 g 穿心莲 15 g 鱼腥草 15 g

【用法】水煎，每日 1 剂，分 2 次服。

【功用】清热化痰，平喘止咳。

【适应证】痰热咳喘。症见咳嗽，气息喘促，胸闷胀痛，痰多色黄黏稠，咳吐不爽或痰中带血，尿赤便秘等。

2. 沙参麦冬枸杞饮

【组成】沙参 15 g 麦冬 15 g 百合 10 g 枸杞 10 g 川贝 3 g（研粉）

【用法】前 4 味煎汤取汁，分两次送服川贝粉，每日 1 剂。

【功用】滋阴补肾，润肺止咳。

【适应证】肺肾阴虚。症见咳喘气促，动则尤甚，痰黏量少难咳，伴口咽发干，面赤心烦，腰酸耳鸣等。

3. 二仁粥

【组成】薏仁 30 g 杏仁 10 g 冰糖少许

【用法】薏仁煮粥，待半熟时，加入杏仁，小火煮熟，加冰糖，早晚食用。

【功用】祛痰利湿，止咳平喘。

【适应证】痰浊咳嗽。症见痰多而黏，胸闷纳呆，口黏不渴等。

4. 党参炖猪肺

【组成】猪肺 500 g 党参 30 g 陈皮 10 g

【用法】猪肺洗净，与党参、陈皮一起入锅内，加适量水炖猪肺至熟透，依个人口味调味食用。

【功用】补脾益肺，理气化痰。

【适应证】肺脾气虚。症见咳嗽气短，倦怠乏力，咳痰量多，面色无华，食后腹胀等。

三 阻塞性肺气肿

阻塞性肺气肿（简称肺气肿）是指终末细支气管的远端部分，包括呼吸性细支气管、肺泡管、肺泡囊和肺泡的持久性扩大，并伴有肺泡壁破坏的病理状态。临床可见咳痰、气急、胸闷、呼吸困难等症状，合并感染加重易导致呼吸衰竭或心力衰竭。

本病与中医学的“肺胀”相类似，亦可归属于“喘证”、“咳嗽”范畴。根据中医临床证候特点，将本病分为外寒内饮、痰热郁肺、痰浊壅肺、肺脾气虚及肺肾两虚等证型。

1. 桑白皮汤

【组成】桑白皮 6g 麻黄 4.5g 桂枝 4.5g 杏仁 9g（去皮、后下）细辛 4.5g 干姜 4.5g

【用法】水煎，每日 1 剂，分 2 次服。

【功用】温肺化饮。

【适应证】水饮停肺。症见胸闷，胀满喘急，痰多稀薄，渴不多饮，或渴喜热饮，面色晦暗等。

2. 党参茯苓炖乌鸡

【组成】党参 30g 茯苓 30g 乌鸡 1 只

【用法】加水适量，炖鸡至熟，调味食用。

【功用】益气，健脾，补肺。

【适应证】肺脾两虚。症见病后虚弱，咳喘日久，胸闷气短，腹胀食少，倦怠懒言，面色无华。

四 肺原性心脏病

肺原性心脏病（简称肺心病）主要是指肺部、胸廓或肺动脉的慢性病变引起的肺循环阻力增高，导致肺动脉高压和右心室肥大，伴或不伴有右心功能衰竭的一类疾病。临床除原发胸、肺疾患的各种症状外，主要表现为呼吸和心脏功能的衰竭和其他脏器受累的表现，如呼吸困难、唇甲发绀、水肿、

肝脾肿大及颈静脉怒张等。

本病属于中医学的“心悸”、“肺胀”、“喘证”、“水肿”等范畴。根据中医临床证候特点，将本病分为急性期（痰浊壅肺、痰热郁肺、痰蒙神窍和阳虚水泛四型）和缓解期（肺肾气虚和气虚血瘀两型）两种类型。

蛤蚧红参丸

【组成】 蛤蚧、红参等量

【用法】 将蛤蚧连尾涂以蜜酒，烤脆研细末，红参研末。两者混合均匀，炼蜜为丸，如豆粒大，每日2～3次，每次3g。

【功用】 补肺气，纳肾气。

【适应证】 体虚乏力。症见呼吸浅短难续，声低气怯，甚则张口抬肩，倚息不得平卧，咳嗽，痰白清稀如沫，胸闷汗出，心悸形寒等。

五 支气管哮喘

支气管哮喘（简称哮喘）是由多种细胞（如嗜酸性粒细胞、肥大细胞、中性粒细胞和T淋巴细胞、气道上皮细胞等）和细胞组分参与的气道慢性炎症性疾病。临床表现为反复发作性的喘息、呼吸困难、胸闷或咳嗽等症状，常在夜间和（或）清晨发作、加剧，常常出现广泛多变的可逆性气流受限，多数患者可自行缓解或经治疗后缓解。

本病与中医学的“哮喘”相类似。根据中医临床证候特点，将本病分为发作期（寒哮和热哮）和缓解期（肺虚、脾虚、肾虚）。

1. 生姜白萝卜汤

【组成】 生姜60g 白萝卜500g

【用法】 二物洗净切块，水煎取汁，每日1剂。

【功用】 温肺化痰，理气消积。

【适应证】 寒哮发作。症见呼吸喘促，胸闷咳痰，咯吐不爽，痰稀色白，面色晦暗，形寒畏冷，入冬加重等。