

《偏方大全》编写组◎编

(第五版)

# 偏方

大全

再版4次，  
印刷27次，  
畅销近30年，  
累计销量  
超过50万册。



北京科学技术出版社

# 偏方

《偏方大全》编写组◎编  
(第五版)

大全

再版4次，  
印刷27次，  
畅销近30年，  
累计销量  
超过50万册。

## 图书在版编目 (CIP) 数据

偏方大全/偏方大全编写组编. —5 版. —北京: 北京科学技术出版社, 2017. 4

ISBN 978 - 7 - 5304 - 8519 - 4

I. ①偏… II. ①偏… III. ①土方 - 汇编 IV. ①R289. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 190711 号

### 偏方大全

---

作 者: 《偏方大全》编写组

责任编辑: 侍 伟 白世敬

责任校对: 贾 荣

责任印制: 李 茗

封面设计: 纸衣裳孙希前

出 版 人: 曾庆宇

出版发行: 北京科学技术出版社有限公司

社 址: 北京西直门南大街 16 号

邮政编码: 100035

电话传真: 0086 - 10 - 66135495 (总编室)

0086 - 10 - 66113227 (发行部)

0086 - 10 - 66161952 (发行部传真)

电子信箱: [bjkj@bjkjpress.com](mailto:bjkj@bjkjpress.com)

网 址: [www.bkydw.cn](http://www.bkydw.cn)

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市国新印装有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

字 数: 555 千字

印 张: 20

版 次: 1987 年 7 月第 1 版 1991 年 5 月第 2 版 1999 年 7 月第 3 版

2007 年 1 月第 4 版 2011 年 4 月第 5 版

印 次: 2017 年 4 月第 27 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5304 - 8519 - 4/R · 2143

---

定 价: 49.00 元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。

京科版图书, 印装差错, 负责退换。

# 写在再版前面的话

《偏方大全》自1987年出版以来因其选方精要、简单实用、疗效明显、安全可靠受到广大读者的喜爱，已历经21次重印，累计销量超过50万册，是北京科学技术出版社的优秀畅销中医图书。每次重印我们都对本书进行精心修订，使《偏方大全》像经过打磨的璞玉一样，成为方书中的知名品牌。

随着国人对中医中药保健作用认识的日益增长，对《偏方大全》进行修订的要求越来越迫切。本次修订，我们对一些中医名词、术语、计量单位按照现行标准进行了规范，力求将瑕疵降至最低，同时，为了方便大龄读者阅读，本次修订尽量使版面疏朗，力求将本版做成经典阅读版。

“传承中医传统精华，拓展大众健康之路”不仅是北京科学技术出版社的出版目标，也是编者和读者的共同期望。值此《偏方大全》（第五版）出版之际，衷心希望广大读者继续对本书提出宝贵建议。

编者

2011年2月15日

## 序

偏方，是指药味不多，对某些病证具有独特疗效的方剂。偏方治病，在民间已源远流长，享有盛誉，“偏方治大病”之说，几乎有口皆碑，深入人心。

参加本书编写的所有同志都酷爱中医，更喜偏方、验方、食疗方，数年来辛勤不倦，遍收古今，广采博引，凡闻有胜己之长者，不避寒暑、遐迩，服膺取诀。日积月累，精之又精，集腋成裘，荟以成集，定名为《偏方大全》。富实践之经验，寓医理于其中，内容翔实，说理清楚，条目井然，通俗易懂。其中用药亦皆寻常之物，取之不难。用以治病，方微药简，广泛易行。此书于医于民，均可择用，必皆有裨益。

余幸阅此书原稿，爱不释手。书中所荟食疗方备详，阅毕使人耳目一新，实乃补孙真人之所未备，发孙真人之所未发，理深义奥，颇需玩味，方得其真谛。其余所选偏方、验方，亦蕴含科学道理。老者择用，可延年益寿；幼者择之，可增神益智；弱者择之，可扶羸防衰。其有病者，用之得当，自会起大疾沉痾。这是一部有广泛使用价值的参考书，为此，特向中医工作者以及农村医生和广大读者推荐。

中国中医研究院研究生部副主任 张树生

1987年2月1日于北京

## 三版说明

《偏方大全》第三版在第二版基础上主要进行了如下增补修订。

### 一、充实内容，力求“大全”

初版约一百四十种病症，分列两千余首方剂，这次修订后达一百七十余种病症，分列两千三百八十余首方剂。在增补内容的基础上，力所能及地对第二版全书方剂的用料、制用法、功效、使用注意与禁忌，用浅显的文字，扼要地补充介绍。有的引证资料来源，以便读者了解和掌握。

### 二、按病分类，病归各科

第二版共分九大部分，经补充、调整内容后，第三版划分为内科、外科、骨伤科、妇科、儿科、五官科、皮肤科、肿瘤科、美容科、长寿滋补药膳及附方等十大部分。读者根据所索病症，基本能从科别所列病症查阅方剂。

### 三、增设病症名索引

一方治多病，一病用多方。一个能治疗多种病症的方剂，本书为避免重复，仅将其列于其所治疗的某一病症下，如从其治疗的其他病症检索，则从目录中无法检索到。为解决这一问题，方

便读者检索，此次修订增加了病症名索引，使读者能根据病症名所列页码和方剂序号，检索到本书收录的治疗所查病症的所有方剂。

这次重新修订，承蒙中医界贤达友好指点，并提供许多临床实用有效的方剂，深表感谢。

在此再次提醒读者，对本书中的方剂若有不解之处，须请教有关医师，万勿盲目用药。

编者

1997年12月

## 二版前言

《偏方大全》初版发行后，承蒙广大读者台爱，给予诸多激励，深受鼓舞。同时，我们还收到多种宝贵意见，以及对增补所未涉及病种的建议，使我们的编写思路受到启迪，对此深表感谢。

这次修订，除增加骨伤科和美容内容外，对其他部分偏方作了重新调整，在个别方剂中增加了补充说明，力所能及地兼收并蓄，以期本书趋于完备，答谢各界读者的关怀。对本书中介绍的偏方若有不解之处，须请教有关医师，万勿盲目用药，以免发生意外。

由于时间仓促，水平所限，书中纰缪之处仍在所难免，恳望广大读者不吝指正。

编者

1990年1月





# 目录

## 第一章 内科 /1

一、感冒 /1

二、咳 /8

三、喘 /20

四、矽肺、肺病 /36

五、肺结核 /39

六、高血压 /46

七、冠心病 /56

八、其他心血管疾病 /60

九、呕吐 /65

十、胃脘痛 /71

十一、胃及十二指肠溃疡 /78

十二、胃肠炎 /84

十三、胃下垂 /88

十四、呃逆 /90

十五、消化不良 /91

十六、泄泻 /103

十七、痢疾 /112

十八、便秘 /120

十九、胸胁结痛 /126

二十、肝炎、肝脾肿大 /128

二十一、浮肿、腹水 /135

二十二、肾炎、肾结核 /149

二十三、淋证 /152

二十四、尿潴留 /158

二十五、遗精、早泄 /159

二十六、阳痿 /164

二十七、阳缩、阳强 /175

二十八、遗尿 /177

二十九、糖尿病(消渴) /181

三十、紫癜 /189

三十一、贫血,血小板、白细胞  
减少 /192

- 三十二、出血 /197  
 三十三、癫痫 /202  
 三十四、神经衰弱 /208  
 三十五、头痛 /221  
 三十六、脑萎缩 /222  
 三十七、中风、神经疾病 /223  
 三十八、脑炎、脑膜炎 /231  
 三十九、风寒湿痹 /233  
 四十、疟疾 /242  
 四十一、汗证(盗汗、自汗)  
     /246  
 四十二、暑病 /250

## 第二章 外科 /256

- 一、流行性腮腺炎、扁桃体炎 /256  
 二、甲状腺肿大(瘰疬) /259  
 三、淋巴结核、慢性淋巴结核 /262  
 四、结石症 /267  
 五、阴囊、阴茎肿痛 /269  
 六、尿涩闭 /271  
 七、疝气 /274  
 八、肛肠疾患 /280  
 九、阑尾炎 /287  
 十、脉管炎 /288  
 十一、丹毒 /289  
 十二、痈、疽、疔、疖 /292  
 十三、蛇、虫、兽咬伤 /310  
 十四、水火烫伤 /315  
 十五、破伤风 /323

- 十六、脑震荡 /325

## 第三章 骨伤科 /327

- 一、骨结核、骨髓炎 /327  
 二、跌打损伤 /330

## 第四章 妇科 /339

- 一、妊娠诸疾 /339  
 二、流产 /346  
 三、催生引产 /348  
 四、产后疾患 /350  
 五、产后诸虚证的补养 /355  
 六、子宫脱垂、肌瘤、炎症  
     /360  
 七、月经不调 /363  
 八、闭经 /373  
 九、诸带 /376  
 十、缺乳、断奶 /380  
 十一、乳头疾患 /386  
 十二、阴道、外阴疾患 /388  
 十三、妇科杂病 /391  
 十四、不孕和不育 /392  
 十五、避孕和绝育 /394

## 第五章 儿科 /396

- 一、感冒发热 /396  
 二、惊痫 /398  
 三、小儿咳喘 /399  
 四、消化不良 /406  
 五、疳积 /408  
 六、小儿泄泻 /411

七、小儿痢疾 /414

八、小儿遗尿 /416

九、佝偻病 /419

十、胎毒疹痘 /421

十一、小儿汗证 /427

十二、小儿杂证 /428

## 第六章 五官科 /430

一、口腔病 /430

二、牙病 /434

三、眼疾 /439

四、鼻病 /449

五、咽喉诸疾 /454

六、误吞(刺)硬物 /459

七、失音 /461

八、耳病 /464

## 第七章 皮肤科 /469

一、癣疥 /469

二、皮炎 /475

三、湿疹 /478

四、荨麻疹 /482

五、带状疱疹 /484

六、皮肤过敏 /487

七、鹅掌风、鸡爪风 /487

八、脚癣 /489

九、疖子 /491

十、冻疮 /492

## 第八章 肿瘤科 /496

一、消化道肿瘤 /496

二、乳房癌、子宫癌、阴道癌 /501

三、其他肿瘤 /504

## 第九章 美容科 /509

一、减肥轻身 /509

二、粉刺 /512

三、肤生赘物 /513

四、祛斑洁面 /518

五、赤鼻白癍 /522

六、美泽容颜 /526

七、腋下狐臭 /533

八、乌须美发 /535

九、爽口香身 /542

## 第十章 长寿滋补药膳 /545

一、补阴类 /545

二、补阳类 /561

三、补气类 /568

四、补血类 /585

五、补肾方 /597

## 附方 /604

一、解食物中毒方 /604

二、解烟毒、酒毒方 /608

三、杀虫、驱虫方 /611

## 参考书目 /621

后记 /624

# 第一章 内科

## 一、感冒

### 1. 神仙粥治风寒感冒

[用 料] 糯米 100 克，葱白、生姜各 20 克，食醋 30 毫升。

[制用法] 先将糯米煮成粥，再把葱姜捣烂下粥内沸后煮 5 分钟，然后倒入醋，立即起锅。趁热服下，上床覆被以助药力。15 分钟后便觉胃中热气升腾，遍体微热而出小汗。每日早晚各 1 次，连服 4 次即愈。

[功 效] 发表解毒，驱风散寒。治外感初起周身疼痛，恶寒怕冷无汗，脉紧，其效甚佳。有人写诗赞曰：“一把糯米煮成粥，7 个葱白 7 片姜，煮熟对入半杯醋，伤风感冒保安康。”

注 风热感冒不宜服用。

### 2. 胡萝卜汤发汗

[用 料] 胡萝卜。

[制用法] 洗净，切碎，煎汤。热饮。

[功效] 发汗解表。治感冒，畏寒需发汗。胡萝卜汤发汗作用轻微而持续，无过度之弊。

### 3. 草鱼汤治伤风鼻塞

[用料] 草鱼（青鱼）肉 150 克，生姜片 25 克，米酒 100 克。

[制用法] 用半碗水煮沸后，放入鱼肉片、姜片及米酒共炖约 30 分钟，加盐调味。趁热食用，食后卧床盖被取微汗。每日 2 次。注意避风寒。

[功效] 解表散寒，疏风止痛。用治感冒，症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。

### 4. 葱姜豆豉治伤风感冒

[用料] 葱白 5 根，姜 1 片，淡豆豉 20 克。

[制用法] 用沙锅加水一碗煎煮。趁热顿服，然后卧床盖被发汗，注意避风寒。

[功效] 解热透表，解毒通阳。用于感冒初起，症见鼻塞、头痛、畏寒、无汗等。

### 5. 五神汤发汗解表

[用料] 荆芥、苏叶（中药店有售）各 10 克，茶叶 6 克，鲜姜 10 克，红糖 30 克。

[制用法] 先以文火煎煮荆芥、苏叶、茶叶、生姜，15~20 分钟后，加入红糖待溶化即成。每日 2 次，量不拘。

[功效] 发散风寒，祛风止痛。治风寒感冒，症见畏寒、身痛、无汗等。如伴有咳嗽痰盛可加橘皮 10 克（鲜品加倍）。

### 6. 口含生大蒜治感冒

[用料] 生大蒜 1 瓣（去皮）。



[制用法] 将蒜瓣含于口中，生津则咽下，直至大蒜无味时吐掉，连续3瓣即可奏效。

[功效] 辛温解表，解毒杀菌。用于感冒初起，症见鼻流清涕、风寒咳嗽等。

## 7. 白胡椒热汤面治感冒

[用料] 白胡椒末、葱白各适量。

[制用法] 煮热汤面条一碗，加入葱白及胡椒面拌匀。趁热吃下，盖被而卧，汗出即愈。

[功效] 辛温解表，消痰解毒。治风寒袭表引起的感冒。

## 8. 干白菜根汤治感冒

[用料] 干白菜根1块，红糖50克，姜3片。

[制用法] 加水共煎汤。日服3次。

[功效] 清热利尿，解表。治风寒感冒。

## 9. 冰糖鸡蛋治感冒

[用料] 鸡蛋1个，冰糖30克。

[制用法] 将鸡蛋打破，同捣碎的冰糖混合调匀。临睡前用开水冲服，取微汗。

[功效] 养阴润燥，清肺止咳。治感冒，症见流清涕、咳嗽、发冷等。对小儿流鼻血亦有效。

## 10. 滴大白萝卜汁治感冒头痛

[用料] 大白萝卜。

[制用法] 将大白萝卜洗净，捣烂取汁。滴入鼻内，治各种头痛；饮用，治中风。

[功效] 治感冒头痛、火热头痛、中暑头痛及中风头痛等。

## 11. 红糖乌梅汤治感冒发热

[用 料] 乌梅4个，红糖100克。

[制用法] 加水共煮浓汤。分2次服。

[功 效] 解表散寒，发汗退热。治感冒，症见发热、畏寒等。

## 12. 葱豉黄酒汤解表和中

[用 料] 全葱30克，淡豆豉20克，黄酒50克。

[制用法] 先将豆豉放入沙锅内加水一小碗，煮10余分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煮5分钟。然后加黄酒，立即出锅。趁热顿饮，注意避风寒。

[功 效] 解表祛风，发散风寒，温中降逆。治风寒感冒，症见发热、头痛、虚烦、无汗、呕吐、泄泻等。

## 13. 核桃葱姜茶治感冒发热

[用 料] 核桃仁25克，葱白25克，生姜25克，茶叶15克。

[制用法] 将核桃仁、葱白、生姜共捣烂，与茶叶一同放入沙锅内，加水一碗半煎煮。去渣一次服下，盖棉被卧床，注意避风。

[功 效] 解表散寒，发汗退热。治感冒发热，头痛无汗。

## 14. 萝卜甘蔗汤治发热咽痛

[用 料] 萝卜、甘蔗各500克，金银花10克，竹叶5克，白糖适量。

[制用法] 萝卜与甘蔗切块，加水于沙锅内，下金银花、竹叶共煎，饮服时加白糖。可当茶饮，每日数次。

[功 效] 消积化热，润燥止痛。治感冒，症见发热、咽喉疼痛及鼻干等。

## 15. 银花山楂汤治风热感冒

[用 料] 银花 30 克，山楂 10 克，蜂蜜 250 克。

[制用法] 将银花与山楂放入沙锅内，加水置旺火上烧沸，3~5 分钟后，将药液滤入碗内。再加水煎熬一次后滤出药液。将两次药液合并，放入蜂蜜搅匀。服用时温热，可随时饮用。

[功 效] 清热解毒，散风止痛。治风热感冒，症见发热头痛、口渴等。

## 16. 西瓜番茄汁治夏季感冒

[用 料] 西瓜、番茄各适量。

[制用法] 西瓜取瓢，去子，用纱布绞挤汁液。番茄先用沸水烫，剥去皮，去子，也用纱布绞挤汁液。二汁合并，代茶饮用。

[功 效] 清热解毒，祛暑化湿。治夏季感冒，症见发热、口渴、烦躁、小便赤热、食欲不佳、消化不良等。

## 17. 酒煮荔枝肉治气虚感冒

[用 料] 荔枝肉 30 克，黄酒适量。

[制用法] 用酒煮荔枝肉。趁热顿服。

[功 效] 通神益气，消散滞气。治气虚感冒。

注 据《续名医类案》介绍，某患者因气虚感寒，胸膈稍滞，鼻塞不畅。用上法无不奏效。

## 18. 绿豆茶饮治流感

[用 料] 绿豆 50 克，绿茶 5 克，冰糖 15 克。

[制用法] 绿豆洗净，捣碎，同茶、糖放入碗内，用开水冲沏，约泡 20 分钟。代茶饮用。

[功 效] 清热解毒。治流行性感感冒，症见咽痛、热咳。





也可用于预防流感。

### 19. 青龙白虎汤治流感

[用 料] 橄榄5枚，白萝卜200克。

[制用法] 将白萝卜洗净，切作小块，同橄榄共煮汤。日服3次，用量不限。

[功 效] 清热解毒。治流行性感冒、白喉等。

### 20. 芦根汤治流行性感冒

[用 料] 芦根50克，鲜萝卜200克，葱白7个，青橄榄7个。

[制用法] 煮汤。代茶饮。

[功 效] 清热解表，宣通气机。可预防和治疗流行性感冒。

### 21. 白菜根白糖汤治流感

[用 料] 白菜根（疙瘩）1个，白糖少许。

[制用法] 将白菜根洗净，切片，加水一碗煎好，后加白糖。日服2次。

[功 效] 清热解毒。治流行性感冒，症见热多寒少。

### 22. 醋熏法预防流感

[用 料] 米醋不拘量。

[制用法] 米醋加水适量，文火慢熬，在室内烧熏约1小时。

[功 效] 消毒杀菌。有预防流行性感冒、脑膜炎、胆囊炎之功效。

### 23. 葱白大蒜汤预防流感

[用 料] 葱白500克，大蒜250克。

[制用法] 葱白洗净，大蒜去皮，切碎，加水2千克煎汤。