

〔全彩版〕



扫一扫，中医疗法
视频同步学

主任医师
从事医学教育与临床诊疗工作四十余年

徐树平
—— 编著

家庭常用的 老偏方：

小孩小病一扫光



意外急救 / 感冒 / 发烧 / 咳嗽 / 腹泻 / 便秘 / 中耳炎 / 湿疹 / 疳子 / 成长烦恼

宝贝突发意外，爸妈急上心头，该怎么处理？
常生小病小痛，担心过度治疗，怎么办？
吃药打针效果差，治疗易根除难，
经常复发，怎么办？
当代著名老中医多年行医精粹，灵验偏方帮到你！
安全有效，取材天然，扫除宝贝生病烦恼！

来自李时珍故乡的当代著名老中医，
四十余年行医心得，无数患者证实疗效

全彩版
偏方均配有彩图示范

扫描名老中医微信
可线上面对面问诊就医
重大疾病需当面把脉
〔详情见本书前勒口〕

辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



家庭常用的 老偏方：

小孩小病一扫光



◆ 徐树平 编著

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭常用的老偏方:小孩小病一扫光 / 徐树平编著. — 沈阳 :
辽宁科学技术出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5381-9853-9

I. ①家… II. ①徐… III. ①家庭-儿童-偏方 IV. ①
R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 151074 号

策划制作: 深圳市金版文化发展股份有限公司

总 策 划: 朱凌琳

设计制作: 闵智玺

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 辽宁省沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm×240mm

印 张: 18

字 数: 288 千字

出版时间: 2017 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2017 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 邓文军

责任校对: 合 力

书 号: ISBN 978-7-5381-9853-9

定 价: 39.80 元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail:lnkjc@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>



第一章 意外状况偏方，宝贝安全无须愁 019

Yiwai Zhuangkuang Pianfang, Baobei Anquan Wuxu Chou

流鼻血不要慌，喝些 银耳红枣汤	020
处理伤口要冷静， 生地蜂蜜 来止血.....	023
家中常备 芦荟 ，摔伤处理有妙用.....	026
跌打扭伤 敷土豆 ，消肿活络见效快.....	029
西瓜皮 用处大，处理晒伤很管用.....	032
烫伤烧伤易留疤， 蛋清蜂蜜 来修复.....	035
孩子误吞异物，快用 海姆立克急救法	038
小儿吃饭易呛咳， 拍背止咳 很简单.....	041
小儿疝气烦恼多，试试简单 按摩法	045
夏日中暑别担忧， 绿豆汤 来解你愁.....	048
宝宝尿床就喝 莲子羹 ，健脾益气又美味.....	051
吃 虾皮豆腐汤 ，巧治婴儿夜啼.....	054
蚊虫叮咬不要挠， 蒜汁止痒 很有效.....	057
飞虫入耳怎么办，就拿 香油 侍候它.....	060
动物抓咬需谨慎， 苦瓜汁 来消毒.....	063
晕车晕船好扫兴，试试 鲜姜贴肚脐	066

第二章 呼吸道疾病偏方，宝贝不感冒不发烧不咳嗽 071

Huxidao Jibing Pianfang, Baobei Bu Ganmao Bu Fashao Bu Kesou

风热感冒多喝汤，煮碗葱豉豆腐汤.....	072
风寒感冒要驱寒，就喝生姜红糖茶.....	075
发烧不要急，姜茶泡澡退烧快.....	079
小孩惊风危险大，防治结合怀山药粥.....	083
小儿盗汗有妙招，来碗黄芪小麦汤.....	086
石膏玄参汤，轻松治疗急性扁桃体炎.....	089
呼吸道感染要补脾，百合花生粥帮你忙.....	093
风寒咳嗽痰难出，来喝生姜葱白萝卜汤.....	096
肺热咳嗽有偏方，试试鱼腥草芦根汤.....	099
哮喘反复发作，尝尝温肾定喘汤.....	102
百部杏仁雪梨汤，有效治疗百日咳.....	105
支气管炎老干咳，莲子百合粥来止咳.....	108
小儿肺炎很危险，枇杷叶粥治疗很安全.....	111

第三章 消化道疾病偏方，吃好喝好快长高 115

Xiaohuadao Jibing Pianfang, Chihao Hehao Kuai Zhanggao

吐奶呛奶原因多，烤米粉有奇效.....	116
牛奶加姜汁，巧治小孩呕吐.....	119
开胃苹果泥，解决厌食小问题.....	122
小儿疳积不吃饭，鸡肝茯苓来消食.....	126



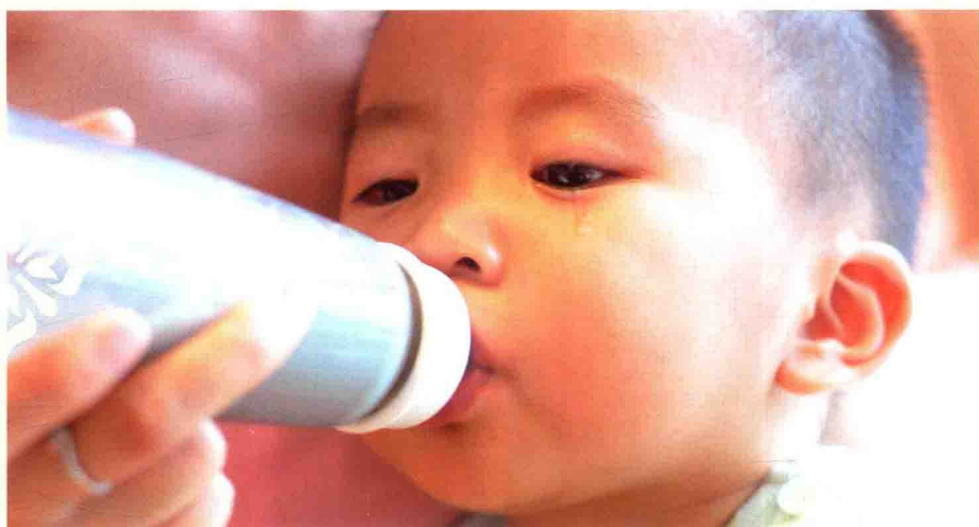


腹绞痛难忍受，快按摩肚角穴·····	130
小儿腹胀要消积，山楂麦芽效果好·····	133
怀山药莲子健脾胃，可治小儿腹泻·····	136
小儿积滞没食欲，益脾养胃水果粥·····	139
小儿口水流不停，可喝白术甘草茶·····	142
孩子打嗝不止，巧手拍嗝来治疗·····	145
金银花菊花粥，轻松赶走便秘·····	148
体内有虫易腹痛，麻油葱白来杀虫·····	151
食物中毒有妙方，喝碗甘草绿豆汤·····	154
薏苡仁红豆茅根汤，巧治急性黄疸型肝炎·····	157

第四章 五官疾病偏方，眼明耳清身体棒 ····· 161

Wuguan Jibing Pianfang, Yanming Erqing Shenti Bang

嘴边长了鹅口疮，涂搽板蓝根汤·····	162
银耳白茅根饮，治口角炎很有效·····	165
口腔溃疡小问题，柿子霜来帮你·····	168
牙齿不固多肾衰，补肾固齿方助你呵护牙·····	171
蛀牙早治早好，韭菜花椒巧帮忙·····	174
长牙发烧不要紧，白芷汤来退烧·····	177
中耳炎莫着急，枯矾汁滴几滴·····	180
外耳发炎不必慌，洗洗蒲公英菊花汤·····	183



小孩上火眼屎多，清热泻火喝 金银花茶 ·····	186
红眼病易传染，试试 菊花木贼汤 ·····	189
眼睑麦粒肿，快快喝碗 决明海带汤 ·····	192
沙眼顽疾很烦恼， 清热汁 解决难题·····	195
治疗鼻窦炎，可用 辛夷粉 ·····	198
生理盐水 洗鼻子，轻松告别敏感鼻炎·····	201
腮腺肿大真难受，敷贴 仙人掌 可消肿·····	204

第五章 宝贝皮肤病偏方,细心照顾柔嫩肌肤····· 209

Baobei Pifubing Pianfang, Xixin Zhaogu Rounen Jifu

金银花 加甘草，治疗湿疹效果好·····	210
酷暑容易长痱子，清热祛暑 绿豆粥 ·····	213
宝宝屁股尿布疹，试试 绿茶花生油 ·····	216
荨麻疹瘙痒难耐， 马齿苋汁 温敷可止痒·····	219
脓疱疮易蔓延，来喝 金银花蜂蜜茶 ·····	222
得了接触性皮炎，喝碗 马蹄清凉饮 ·····	225
涂涂 苦参汁 ，瘡子去无踪·····	228
麻疹出不透， 芫荽 来熏鼻·····	232
清热解毒 雪梨绿豆汤 ，治疗风疹效果好·····	235
猩红热很吓人， 牛蒡粥 来帮忙·····	238
手足口病易传染，试试 扁豆汤 ·····	241

第六章 其他疾病偏方，扫除宝贝疾病烦恼 245

Qita Jibing Pianfang, Saochu Baobei Jibing Fannao

按摩攒竹穴，轻松治疗多动症.....	246
佝偻病多晒太阳，栗子核桃粥帮你补血养肝.....	249
缺铁性贫血需补血，菠菜猪肝汤疗效好.....	252
营养不良可以治，怀山鹌鹑粥来帮忙.....	255
小孩肥胖影响大，冬瓜汤来减体重.....	258
多喝枸杞猪肝汤，赶走小儿坏血病.....	261

第七章 健康成长偏方，精心呵护宝贝成长 265

Jiakang Chengzhang Pianfang, Jingxin Hehu Baobei Chengzhang

吃豆腐蛋黄泥，不再做笨小孩.....	266
常喝枸杞子菊花饮，保护眼睛很简单.....	269
脾胃强健身体好，多喝陈皮红枣姜茶.....	272
健骨增高有良方，补肾黄豆猪骨粥.....	275
常吃莲子枣仁粥，提高小孩记忆力.....	278
黄芪双菇汤，巧妙增强免疫力.....	281

索引 284

Suoyin

宝贝病名按笔画速查.....	284
----------------	-----

附录 I 286

Fulu

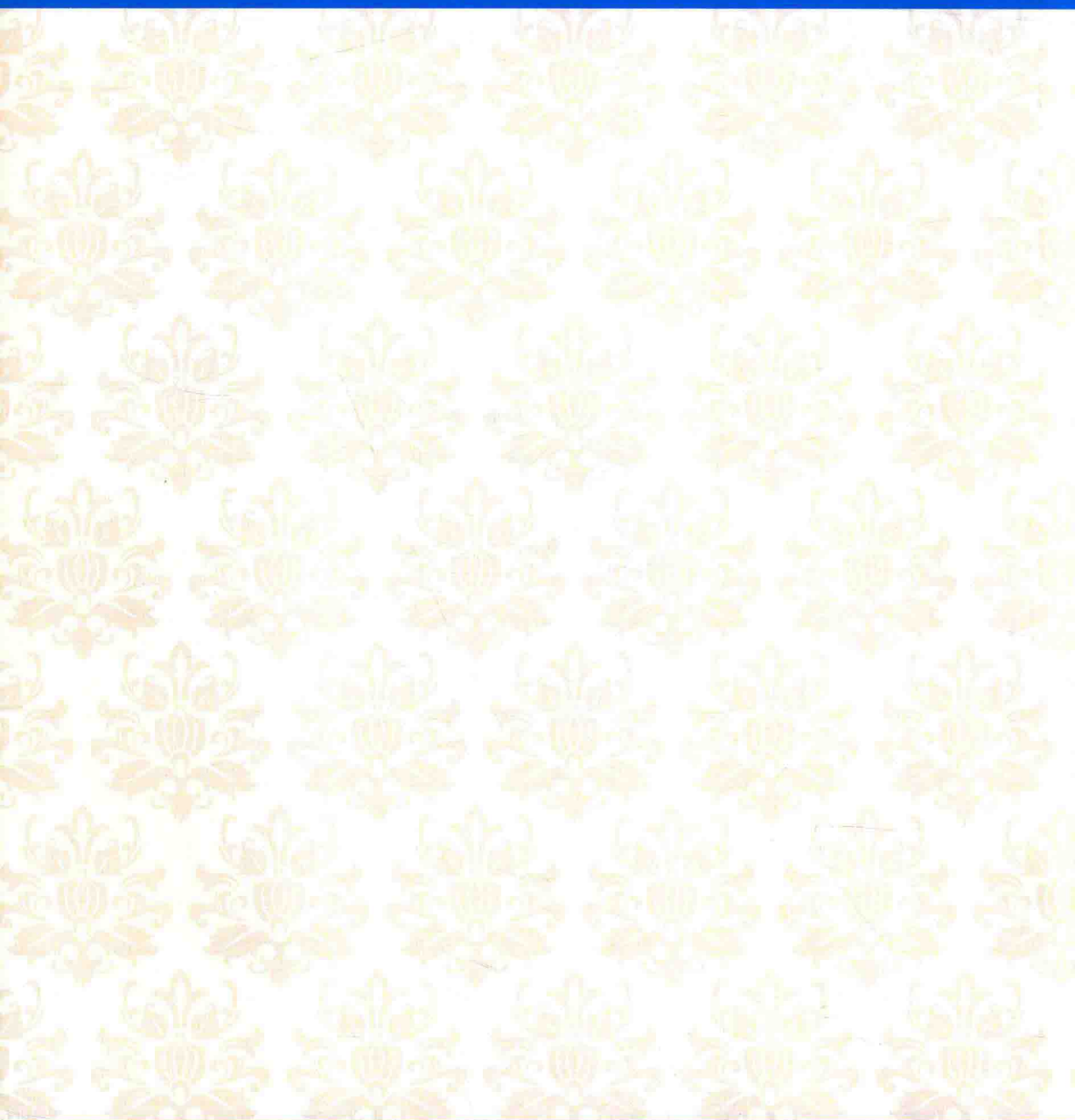
“当代华佗”徐树平老中医的从医之路.....	286
------------------------	-----

附录 II 288

Fulu

读者售后服务专区.....	288
---------------	-----







家庭常用的 老偏方：

小孩小病一扫光



◆ 徐树平 编著

辽宁科学技术出版社
· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭常用的老偏方:小孩小病一扫光 / 徐树平编著. — 沈阳 :
辽宁科学技术出版社, 2017. 1

ISBN 978-7-5381-9853-9

I. ①家… II. ①徐… III. ①家庭-儿童-偏方 IV. ①
R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 151074 号

策划制作: 深圳市金版文化发展股份有限公司

总 策 划: 朱凌琳

设计制作: 闵智玺

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 辽宁省沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者: 辽宁一诺广告印务有限公司

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 170mm×240mm

印 张: 18

字 数: 288 千字

出版时间: 2017 年 1 月第 1 版

印刷时间: 2017 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 邓文军

责任校对: 合 力

书 号: ISBN 978-7-5381-9853-9

定 价: 39.80 元

联系电话: 024-23284376

邮购热线: 024-23284502

E-mail:lnkjc@126.com

<http://www.lnkj.com.cn>



徐树平

全国政协委员

国家注册中医师

40多年临床经验的当代名医

曾任市级三甲医院主任中医师

现任深圳和顺堂医馆主任医师

我和我的中医梦

少年，种下梦想

我出生在湖北省黄冈市浠水县，和李时珍的故乡蕲春县是邻县，相距只有 30 多公里。除了李时珍之外，黄冈地区历朝历代还出了王叔和、庞安时、万密斋、杨际泰等名医，万密斋更是被清代康熙皇帝追封为“医圣”。咱们这里出生的人，都为自己的家乡名医辈出感到骄傲自豪。自小，我就听说了许多名医救死扶伤的故事，心向往之。

但真正让我下定决心走上杏林之路的，却是因为我父亲的病逝。

少年时代，我的父亲突然被诊断出患上了淋症（西医则称之为尿路结石），一夜之间，我家的天都塌了。

当时医疗技术还不成熟，到处缺医少药，我只能眼睁睁地看着父亲的病情一天一天加重，却束手无策。发展到后来，他每次排尿都需要 1 小时以上，甚至还要借助硬棍或竹竿才能排泄。最后，父亲再也忍受不了疾病的折磨与摧残，竟然选择了跳水自尽。

失去父亲后，家人十分悲伤。我每天思念着父亲，心里逐渐萌生了一个梦想——我一定要成为一名医生，拯救更多像我父亲这样的患者，让他们不再承受病痛折磨。

青年，中医学院苦读

我们国家直到 1977 年才正式恢复高考。在此之前，想要成为一名医生，就只能考入中医学院。人们经常把高考比喻成挤独木桥，可是 20 世纪 70 年代的医

学院考试，比如今的高考更加困难，录取名额更加稀少！

我是全校唯一一个报考了中医专业的学生，为了能够早点实现梦想，我不断地发奋读书，每一分每一秒都在学习，几乎没有空闲的时间，终于以优异成绩考入湖北中医学院（今湖北中医药大学）中医专业。

即使我已经考上了中医学院，也没有放松自己，仍然不断学习着，就像是一块海绵，贪婪地吸收着各种医学知识。当时国家倡导中西医结合，我们除了中医之外，还要学习西医的相关知识，经常被安排到医学院去学习解剖。因此，我不仅拥有丰富的中医理论，还具备扎实的西方医学基本知识，把西医中国化，将中医现代化，真正做到了中西医兼修。

1976 年底，我完成学业，等待国家统一分配工作。当时中医学院的学生还十分稀少，黄冈地区一共有 10 个县，但成功毕业的中医院医学生竟然只有 7 个而已，以至每间医院都你争我夺，想为自己的医院争取更多的中医院毕业生。最终，我被分配到黄冈地区第二人民医院，正式踏上了医生之路。

鉴于医学人才的稀缺，毕业后的第二年，我被调到黄冈医学院（后改为湖北医学院黄冈分院）担任讲师，为国家培养更多的医学人才。尽管我已身为教师，却始终没有脱离临床，一直奋斗在门诊第一线。由于表现出色，组织决定对我进一步培养锻炼，派遣我到偏远地区支教半年。我得以继续积累医学知识，结合实践，将书本知识落实到临床。

中年，30 年临床实践

20 世纪 80 年代，我被调回了老家浠水县的中医医院，重新回到临床第一线，这一干就是 18 年。在这 18 年内，我历任门诊部主任、内科主任、县中医医院党支部委员、院工会主席，接诊来自四面八方的各种患者，为他们排忧解难，并且在多发病与常见病的基础上，对各种疑难杂症进行深入的研究治疗，也因此取得了一定的成绩，得到患者们的交口赞誉。

进入 20 世纪 90 年代，改革开放的春风吹遍了祖国大地，我积极响应改革的潮流，辞职下海，创办了私家诊所。创办诊所期间，接诊无数，深受患者的信任与赞誉，不少患者听到我的名声后，专程找上门找我诊治。

正如孙思邈在《伤寒论》里所说：“上以疗君亲之疾，下以救贫贱之厄，中以保身长全”，我一步一步地实现了少年时代的梦想，让许多像父亲那样的病人脱离了病魔的折磨。看到他们康复后离开的背影，我的心里充满浓浓的自豪与欣慰。

老年，深圳特区发挥余热

时间的车轮步入 21 世纪，我已经到了该退休的年龄了。可是我唯一的儿子却不在我身边，而是远离我，独自在深圳特区工作。我和他母亲日夜牵挂着他。

儿子不断劝说我也来深圳和他一起生活，并且告诉我，即使到深圳特区后，我也能发挥余热，拯救更多的患者。

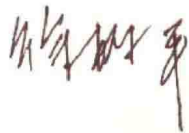
2011 年，我跟他到深圳后，发现正如他所描述：这里的人们生活节奏飞快，一心扑在工作与学习上，往往忽略了自身的身体健康管理，普遍处于亚健康状态。和我儿子一般大的白领们，20 多岁就出现了各种疾病。对此我感到十分担忧，决定重回杏林。经过多方挑选，我最终选择了和顺堂国医馆，坐诊四家店，一直工作到现在。

近年，我潜心研究扶阳学派，根据中医基本理论，遵崇圆运动古中医学原理，成功运用了圆运动的生理、病理、医理，进一步提高疑难杂症的诊治能力，完善治疗方案，得到众多患者的认同，在圈内开始小有名气。

有一袁姓女性患者，36 岁，每次行经持续时间较长，小腹时常疼痛不适，照 B 超后发现子宫内有一 5cm×3cm 大的肌瘤。患者害怕动手术，要求用中药软化肌瘤。我仔细问诊后发现该患者婚姻不顺，长期肝气不舒，久而久之，则演变成肝气郁结，血流不畅而血瘀。我取血府逐瘀汤、桂枝茯苓丸加些虫类破血通络之品，先汤剂后丸剂，助患者活血化瘀，行气祛痰。患者连续服用 5 个月后，再次照 B 超检查，发现肌瘤已经完全消失。

2012 年，有一 44 岁的虞姓男性患者上门求诊，他突发腰痛、腹痛，大汗淋漓，排尿艰难，尿液呈红色，西医诊断为泌尿系统结石。我先用西药止痛，后用中药排石，选用石韦、海金沙、金钱草、怀牛膝、鸡内金、泽泻、茯苓等药，重用金钱草。用药 5 剂后，他排出绝大多数结石；用药 10 剂后，患者再进行 B 超检查，身体已经恢复正常。他十分高兴，特地登门感谢。

自从我取得医师资格以来，从未发生过任何医疗事故与纠纷。即使已经踏入古稀之年，仍然保持着对医疗工作的极大热情，只要看到患者恢复健康后的笑容，我的疲劳辛苦就一扫而空，也更加热爱这份职业。





吴再

星岛环球网行政总裁兼总编辑
深圳市作家协会会员
资深传媒人、作家、诗人、学者

悬壶济世，清风“徐”来

这篇序我必须写。

这是一个现代版的老中医悬壶济世的故事。

时光回到2011年的下半年，大概在8月，我的身体突然出了状况，不能正常生活和上班了。我到深圳各大医院检查求医，都无法确诊，只知道是肾的问题。看来，只能采取更加残酷的西式检查方式，据说要对肾穿刺活检。

就在惊恐与绝望中，经陈修平兄的介绍，我有幸认识了来自湖北浠水县的老中医徐树平先生。但那时，我满脑子都是“西医意识”，对中医不屑一顾，尤其遇到急症，中医怎么可能有发言权呢？可是，我们顶礼膜拜的“西医”，此时却不能帮我解决问题，而且日益加重我的心理负担。只好抱着试一试的态度，找到了徐老。徐老说，这是肾结石，你只要喝下我的中药，就没事了。

信？还是不信？我已无从选择。谢天谢地，就在准备去深圳北大医院做穿刺检查的前一天晚上，我记得应该是2011年9月6日晚，在服用徐老开的6副中药后，我排出了大概七八粒尖锐的晶体结石，看得我毛骨悚然。

终于，我得救了。我为徐老师的高超医术所折服，为徐老师的高尚人品所折服，这样一位仁心仁术的老中医，用铁一样的事实告诉我：中医不能丢！中医不但可以治慢病，也能在急病方面发挥足够的作用。

后来，我的亲戚朋友或者同学同事身体不舒服了，我都第一时间推荐徐医生给他们，并且拿我自己的故事来说服他们，结果，凡是来找徐医生看病的，都是

担心而来、满意而归。目前，全国各地慕名找徐老看病的人不计其数。徐老也成了大家心中公认的“当代华佗”。

从此，我视徐老为我的健康导师，我们也成了极好的朋友。我们经常互相交流、互相帮助，从徐老这里我愈加了解到中医的伟大和精深。

阳春三月，欣闻我的朋友、知名策划人朱凌琳女士用心策划了徐老编著的中医健康系列丛书，向大众传播传统中医的精神，我感到无比欣慰，第一时间替本书作序。

我首先要替徐老感谢策划人与出版社，你们的这一举动，实在是功德无量！很多人对中医不甚了了，就在那里诋毁中医，这套丛书就是一个有力的回击。

其实，也不能完全责怪这些轻视中医的人，因为他们身边缺少像徐老这样医德崇高、妙手回春的老中医，滥竽充数者太多，也就对中医产生了偏见。

我劝大家好好读一下这套关于中医的实实在在的好书——因为，这些老偏方，要比那些手术刀与吊瓶管用啊！

百闻不如一见，百闻不如一试，希望大家开卷有益。
是为序。