

中医秘传 **疼痛** 灵验妙方大全

修订典藏第2版 主编 王惟恒 李艳

精选特效良方三千首
秘方效验方妙手除痛



“不通则痛，痛则不通”“不荣则痛”……
中医对痛证的研究已有数千年的历史。

西药镇痛，治标不治本，且有诸多不良反应。

运用“急则治其标”“缓则治其本”“扶正祛邪”等
治则，采用祛邪以通、扶正以荣、理气止痛、通络止
痛、化瘀止痛等诸法，治“标”又治“本”，副作用少，
正是中医治痛的特色优势所在。



中医秘传 **疼痛** 灵验妙方大全

修订典藏第2版 主编 王惟恒 李艳

精选特效良方三千首
秘方效验方妙手除痛



“不通则痛，痛则不通”“不荣则痛”……中医对痛证的研究已有数千年的历史。

西药镇痛，治标不治本，且有诸多不良反应。

运用“急则治其标”“缓则治其本”“扶正祛邪”等治则，采用祛邪以通、扶正以荣、理气止痛、通络止痛、化瘀止痛等诸法，治“标”又治“本”，副作用少，正是中医治痛的特色优势所在。



图书在版编目 (CIP) 数据

中医秘传疼痛灵验妙方大全/王惟恒, 李艳主编. —北京:
中国科学技术出版社, 2017. 3

ISBN 978-7-5046-7354-1

I. ①中… II. ①王… ②李… III. ①疼痛—验方—汇编
IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 312210 号

策划编辑 焦健姿 王久红
责任编辑 黄维佳 焦健姿
装帧设计 华图文轩
责任校对 龚利霞
责任印制 马宇晨

出 版 中国科学技术出版社
发 行 科学普及出版社发行部
地 址 北京市海淀区中关村南大街 16 号
邮 编 100081
发行电话 010-62103130
传 真 010-62179148
网 址 <http://www.cspbooks.com.cn>

开 本 850mm×1168mm 1/16
字 数 596 千字
印 张 20
版、印次 2017 年 3 月第 2 版第 1 次印刷
印刷公司 北京威远印刷有限公司
书 号 ISBN 978-7-5046-7354-1/R·1976
定 价 49.50 元

(凡购买本社图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 本社发行部负责调换)

本书编委会名单

主 审 国医大师 **新安李济仁** 

主 编 王惟恒 李 艳

副 主 编 李 挺 张涵雨 杨吉祥

编 者 (以姓氏笔画为序)

王惟恒 王 芳 王 君 王赛赛

王 婷 杨吉祥 李 艳 李 挺

张涵雨 张卫阳 肖心雨 汪 文

陆霞英 周 骋 胡顺强 胡 芳

黄 芳 强 刚 董海燕 谭洪福



内容提要

- ◎ 本书是在第1版的基础上修证而成,作者从古今文献中精选了中医治疗痛证的3000余首特效良方,包括中药内服、外敷、熏洗、食疗,以及简易的经穴疗法与按摩等。
- ◎ 既有古今名家的临床效方、验方,也有颇具实效的民间单方、偏方、秘方。
- ◎ 在选方用药上择善缀录,强调有据可考,有验可证,疗效可靠,突出“简、便、廉、验”的特色。
- ◎ 本书不仅适合各级医护人员临床参考,也适合被疼痛困扰的广大患者、家属和中医药爱好者阅读学习。



目录速查

第1章 头面部疼痛

- 外感头痛 / 28
- 内伤头痛 / 32
- 偏头痛 / 36
- 高血压头痛 / 45
- 三叉神经痛 / 50
- 外伤性头痛 / 54
- 癫痫性头痛 / 58
- 眼源性头痛 / 64
- 角膜炎与角膜溃疡 / 68
- 红眼病 / 72
- 睑腺炎 / 76
- 化脓性中耳炎 / 78
- 鼻窦炎头痛 / 81
- 复发性口腔溃疡 / 85
- 牙龈肿痛 / 89
- 急性性咽喉炎 / 92
- 扁桃体炎 / 97
- 颜面疖肿与疔疮 / 101
- 流行性腮腺炎 / 105



第2章 颈、肩及上肢疼痛

- 颈椎病 / 109
- 落枕 / 113
- 肩关节周围炎 / 116
- 肱骨外上髁炎(网球肘) / 120
- 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎(弹响指) / 122
- 急性乳腺炎 / 126
- 乳腺增生病 / 129
- 冠心病心绞痛 / 131
- 食管炎与胸痛 / 137
- 胸壁挫伤 / 140
- 肋软骨炎 / 142
- 肋间神经痛 / 144
- 腰椎间盘突出症 / 147
- 急性腰扭伤 / 156
- 慢性腰肌劳损 / 164
- 腰椎骨质增生 / 171
- 强直性脊柱炎 / 173
- 骨质疏松症 / 179
- 肾脏疾病与腰痛 / 183



第3章 胸、腰背部疼痛



第4章 腹部疼痛

- 胃病与疼痛 / 187
- 泄泻、痢疾与腹痛 / 190
- 胆道疾病与疼痛 / 192
- 术后肠粘连与腹痛 / 196
- 女子痛经 / 198
- 盆腔炎与腹痛 / 201
- 产后恶露不绝 / 206
- 产后腹痛 / 209
- 梨状肌综合征与臀部疼痛 / 211
- 坐骨神经痛 / 213
- 膝关节疼痛 / 217
- 距小腿关节扭伤 / 220
- 跟痛症 / 224
- 尿道炎与膀胱炎疼痛 / 231
- 前列腺疾病与疼痛 / 233
- 痔肿痛 / 236
- 肛裂与肛漏 / 238
- 肛周脓肿(肛疔) / 241
- 女性外阴、阴道疾病与疼痛 / 243



第5章 臀部、下肢及前后二阴疼痛

- 男性外生殖器疾病与疼痛 / 246
- 软下疳与疼痛 / 249
- 生殖器疱疹与疼痛 / 252

第6章 全身性疾病与四肢痛

- 风湿性关节炎 / 254
- 类风湿关节炎 / 261
- 化脓性关节炎 / 267
- 痛风性关节炎 / 269
- 糖尿病并发症与疼痛 / 273

第7章 皮肤病疼痛

- 带状疱疹 / 276
- 烧(烫)伤 / 278
- 冻疮 / 281

第8章 癌性疼痛

- 鼻咽癌 / 283
- 肝癌 / 286
- 肾癌 / 291
- 癌痛验方精选 / 292



初版·编者的话

中医秘传·疼痛灵验妙方大全



国医大师李济仁
亲自审定

痛症灵验妙方

民间单方·偏方·秘方

临床效方·验方

头痛、腰背痛、胃痛、关节痛、心绞痛……您是否曾经忍受过某种疾病带来的疼痛？谁说不是呢——人的一生中，谁都经历过疼痛的困扰。换句话说，“疼痛”作为一个症状，是每个人从出生到死亡漫长岁月的生命活动中，经常遇到的问题。

从医学角度上讲，痛是象征危险的信号，促使人们紧急行动，避险去害。从临床意义讲，疼痛是疾病最常见的症状之一，疼痛的位置常指示病灶所在，而疼痛的性质间接说明病理过程的类型。另一方面，在不影响对病情观察的条件下，医师有责任帮助患者消除疼痛。

西药镇痛，治标不治本，而且有诸多的不良反应。中医治疗痛证已有数千年的历史，“不通则痛”“不荣则痛”是中医对痛证发生机制的基本认识。临床实践证明，在中医辨证论治的理论指导下，运用“急则治其标”“缓则治其本”“扶正祛邪”等治疗原则，分别采用祛邪以通、扶正以荣、理气止痛、通络止痛、化瘀止痛等诸法，正确选择具有止痛作用的中药治疗疼痛，可以更好地发挥抗感染消肿止痛作用，而且很少有胃肠道损害，这不仅可以治疗疼痛，还有利于治疗原发病，使患者在缓解疼痛的同时，恢复机体的生理功能。这就是中医治“标”又治“本”，不良反应少，安全性高的特色优势所在。

所有人都害怕疼痛，所有人都经历过疼痛并被它所困扰，所有人都不希望“忍痛生活”，所有人都希望能有治疗疼痛的奇方妙药。我们这本书就是您的“贴身保健医师”，她可以用灵验妙方为您减轻疼痛，甚至于治愈原发病而彻底消除疼痛。

本书精选了中医治疗痛证的3000余首特效良方，包括中药内服、外敷、熏洗、食疗，以及简易的经穴疗法与按摩等。在选方用药上择善缀录，强调有据可考，有验可证，疗效可靠，突出“简、便、廉、验”的特色，立足于科学性、实用性、可操作性。书中还对较难理解的病证名和医学术语做了简明的解释，语言通俗易懂，深入浅出，内容丰富，实用性强，适合普通家庭配方使用。



目 录

中医秘传·疼痛灵验妙方大全



国医大师李济仁
亲自审定

痛症灵验妙方

民间单方·偏方·秘方

临床效方·验方

上篇 中医对疼痛的认识

2 人为什么会疼痛——中医为你解析痛证的病因病机

2 疼痛病因从“疼”字说起

3 “痛”字揭示疼痛病机

5 这是什么样的疼痛——中医帮你辨析疼痛的性质

7 怎样摆脱疼痛的困扰——中医治疗疼痛的方法与常用方药

7 解表祛邪止痛法与常用中药

12 清热止痛法与常用中药

13 理气止痛法与常用中药

16 活血止痛法与常用中药

19 化积止痛法与常用中药

21 益气养血止痛法与常用中药

22 调理阴阳止痛法与常用中药

24 麻醉止痛法与常用中药

25 中药止痛与引经药的应用





下篇 痛证中医灵验妙方精粹

第 1 章 头面部疼痛

28 外感头痛

- | | |
|-----------------|------------------|
| 28 川芎茶调散治风寒头痛 | 30 疏风清热汤治风热头痛 |
| 28 川芎止痛汤治风寒头痛 | 30 外治妙方治风热头痛 |
| 29 白芷止痛汤治风寒头痛 | 30 食疗妙方治风热头痛 |
| 29 食疗妙方治风寒头痛 | 31 羌活胜湿汤加减治风湿型头痛 |
| 29 芎芷石膏汤加减治风热头痛 | 31 苍术羌活汤治风湿型头痛 |
| 30 川芎石膏饮治风热头痛 | 31 熏洗妙方治风湿型头痛 |
| 30 川芎三白汤治风热头痛 | 32 食疗妙方治风湿型头痛 |

32 内伤头痛

- | | |
|--------------------|----------------|
| 33 天麻钩藤饮加减治肝阳上亢型头痛 | 34 补血活血汤治血虚型头痛 |
| 33 止痛方治肝阳上亢之头痛 | 34 养血汤治血虚型头痛 |
| 33 抗痛灵汤治肝阳上亢之头痛 | 35 外治妙方治血虚型头痛 |
| 33 三黄龙菊汤治肝火头痛 | 35 胡氏方治痰浊头痛 |
| 33 外治妙方治肝阳上亢之头痛 | 35 头痛汤治痰浊头痛 |
| 34 大补元煎加减治肾虚型头痛 | 35 头痛神效丹治瘀血头痛 |
| 34 细沙荆酒治头脑空痛 | 35 脑宁汤治瘀血头痛 |
| 34 广安头痛方治肾虚型头痛 | 35 头痛停糖浆治瘀血头痛 |
| 34 枸杞苁蓉茶治肾虚型头痛 | 36 外治妙方治瘀血头痛 |

36 偏头痛

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 37 通天笑痛方治偏头痛 | 39 上清汤治风热型偏头痛 |
| 37 三生祛痛方治偏头痛 | 40 芎芷石膏汤治风热型偏头痛 |
| 37 加味散偏汤治偏头痛 | 40 川芎止痛汤治瘀血偏头痛 |
| 38 蠲痛汤治风寒阻络型偏头痛 | 40 偏风散治肝阳上亢型偏头痛 |
| 38 头痛消汤治风瘀寒凝型偏头痛 | 40 散偏汤治气滞血瘀型偏头痛 |
| 39 霹雳汤治风寒瘀血阻络型偏头痛 | 41 芎牛二虫汤治气滞血瘀型偏头痛 |
| 39 芎芷细辛汤治风寒夹瘀型偏头痛 | 41 定痛散治气滞血瘀型偏头痛 |
| 39 加味芎辛汤治各型偏头痛 | 41 祛风通络汤治风痰夹瘀型偏头痛 |
| 39 单味菊花饮治风热型偏头痛 | 41 息痛汤治风痰夹瘀型偏头痛 |



- | | |
|--------------|-------------|
| 42 头痛速愈汤治偏头痛 | 43 熏洗偏方治偏头痛 |
| 42 丹芎化瘀汤治偏头痛 | 43 药枕疗法治偏头痛 |
| 42 偏方食疗治偏头痛 | 44 敷脐疗法治偏头痛 |
| 43 药茶偏方治偏头痛 | 44 香佩疗法治偏头痛 |

45 高血压头痛

- | | |
|------------------|-------------------|
| 45 天麻钩藤饮加减治高血压头痛 | 47 牛蒡海带羹治高血压头痛 |
| 45 复方四草饮治高血压头痛 | 47 二瓜粳米粥治高血压头痛头晕 |
| 45 葛根黄芩汤治高血压头痛 | 47 龟鳖清眩汤治高血压头痛眩晕 |
| 45 镇眩汤治中老年高血压头痛 | 47 三甲复脉汤加味治高血压头痛 |
| 46 半夏天麻白术汤治高血压头痛 | 47 龟甲养阴汤治高血压头痛 |
| 46 苓术饮加减治高血压头痛眩晕 | 48 夏枯草降压茶治高血压头痛 |
| 46 血府逐瘀汤治高血压头痛 | 48 猪毛菜治高血压头痛眩晕 |
| 46 丹参红花饮治高血压头痛 | 48 大蒜腐竹焖鳖治高血压头痛 |
| 46 二至丸加味治高血压头痛眩晕 | 49 海参炙龟甲调治高血压头痛眩晕 |
| 46 补脑汤治高血压头痛 | 49 冬瓜鲤鱼汤治高血压头痛 |
| 47 天麻鱼头治高血压头痛 | 49 妙方外用治高血压头痛眩晕 |

50 三叉神经痛

- | | |
|----------------|----------------|
| 50 蒲老经验方治三叉神经痛 | 52 川芎饮治三叉神经痛 |
| 51 三生祛痛汤治三叉神经痛 | 52 川芎止痛汤治三叉神经痛 |
| 51 三虫散治三叉神经痛 | 52 芍药柔肝汤治三叉神经痛 |
| 51 清上止痛汤治三叉神经痛 | 52 四味芍药汤治三叉神经痛 |
| 51 清上蠲痛汤治三叉神经痛 | 53 头痛宁治三叉神经痛 |
| 52 息风镇痛汤治三叉神经痛 | 53 外治妙方治三叉神经痛 |

54 外伤性头痛

- | | |
|------------------|----------------|
| 55 通脑瘀汤治外伤性头痛 | 56 参归汤治脑震荡头痛 |
| 55 健脑散治外伤性头痛 | 56 丹参红花煎治脑震荡头痛 |
| 55 琥珀镇静汤加味治外伤性头痛 | 56 效验精方治外伤性头痛 |
| 56 大补元煎加减治外伤性头痛 | 57 外治妙方治外伤性头痛 |
| 56 天麻钩藤饮加减治外伤性头痛 | 57 食疗妙方治外伤性头痛 |

58 癫痫性头痛

- | | |
|-------------|-------------|
| 58 三圣散治癫痫头痛 | 59 定痫丸治癫痫头痛 |
|-------------|-------------|

- 59 钩藤饮治癫痫头痛
- 59 细辛大黄汤治小儿癫痫头痛
- 59 控涎丸治癫痫头痛
- 59 沉香天麻丸治癫痫头痛
- 59 清膈煎治癫痫头痛
- 59 追风祛痰丸治癫痫头痛
- 60 通窍活血汤治癫痫头痛
- 60 血府逐瘀汤治癫痫头痛
- 60 白石丸治癫痫头痛
- 60 癫痫一号丸治癫痫头痛

- 60 朱砂一粒丹治癫痫头痛
- 61 紫石汤加减治癫痫头痛
- 61 五虫丸治癫痫头痛
- 61 甘松汤治癫痫头痛
- 61 治癫痫方治癫痫头痛
- 61 定痫镇痛合剂治癫痫头痛
- 61 加味白金丸治癫痫头痛
- 62 民间单方治癫痫头痛
- 62 外治妙方治癫痫头痛
- 63 食疗妙方治癫痫头痛

64 眼源性头痛

- 64 绿风羚羊饮加减治青光眼头痛
- 65 羚羊钩藤汤治青光眼头痛
- 65 绿风安丸治青光眼头痛
- 65 丹栀逍遥散合左金丸加减治青光眼头痛
- 65 治肝郁气逆型青光眼验方
- 65 泻肝解郁汤治青光眼头痛
- 66 青光眼方治青光眼头痛

- 66 将军定痛丸加减治青光眼头痛
- 66 吴茱萸汤加减治青光眼头痛
- 66 活血利水方治青光眼
- 66 绿风安平汤治青光眼
- 66 柴葛胶囊治青光眼
- 67 抗清汤治单纯性青光眼

68 角膜炎与角膜溃疡

- 68 红肿翳障方治角膜炎
- 68 金银花解毒汤治角膜炎
- 68 消毒饮治病毒性角膜炎
- 69 金黄汤治病毒性角膜炎
- 69 银翘解毒汤治病毒性角膜炎
- 69 青芷四物汤治角膜炎

- 69 解毒汤治病毒性角膜炎
- 70 银翘荆防汤治角膜炎
- 70 龙胆草汤治病毒性角膜炎
- 70 “81”中药方治细菌性角膜溃疡
- 71 消单粉治单纯疱疹病毒性角膜炎
- 71 抗病毒滴眼液治病毒性角膜炎

72 红眼病

- 72 疏风清目汤治红眼病
- 72 疏风清热利湿汤治红眼病
- 72 清热解毒汤治红眼病
- 73 卡他 I 号治红眼病
- 73 卡他 II 号治红眼病
- 73 羌活胜风汤加减治红眼病

- 73 时复清窍汤治红眼病
- 73 黄连花粉汤加减治红眼病
- 74 麻芍明目汤加减治红眼病
- 74 除湿汤加减治红眼病
- 74 食疗妙方治红眼病
- 74 外治妙方治红眼病

**76 睑腺炎**

- | | |
|----------------|----------------|
| 76 竹叶泻经汤加减治睑腺炎 | 77 草决明汤治睑腺炎 |
| 76 鱼腥草根方治睑腺炎 | 77 三黄汤治睑腺炎 |
| 76 银蒲解毒汤治睑腺炎 | 77 养阴清热健脾方治睑腺炎 |
| 77 消麦灵汤治睑腺炎 | 77 外治妙方治睑腺炎 |

78 化脓性中耳炎

- | | |
|------------------|-------------------|
| 78 蔓荆子散加减治化脓性中耳炎 | 79 加味参苓白术散治化脓性中耳炎 |
| 79 胜金汤治化脓性中耳炎 | 80 简便验方治化脓性中耳炎 |
| 79 民间验方治化脓性中耳炎 | 80 外治妙方治化脓性中耳炎 |
| 79 温肾健脾汤治化脓性中耳炎 | 81 巧用单味中药治中耳炎 |

81 鼻窦炎头痛

- | | |
|------------------|-------------------|
| 82 鼻渊汤治慢性鼻窦炎头痛 | 83 苍耳子散加减熏蒸治鼻炎 |
| 82 逐渊汤治慢性鼻炎头胀头痛 | 84 玉屏风散加味治慢性鼻窦炎头痛 |
| 82 辛夷桔梗治鼻窦炎头痛 | 84 排脓清窦汤治化脓性鼻窦炎 |
| 82 鼻渊合剂治鼻窦炎头痛 | 84 升麻解毒汤治化脓性鼻窦炎 |
| 83 苍耳子散加减治鼻渊头痛 | 84 眉棱骨痛方治急性额窦炎头痛 |
| 83 鼻渊舒通汤治鼻渊头痛 | 85 内外合治方治慢性鼻窦炎 |
| 83 重苍鼻渊汤治慢性鼻窦炎头痛 | 85 巧用中药闻吸治鼻炎头痛 |
| 83 通窍排脓汤治重症鼻渊头痛 | |

85 复发性口腔溃疡

- | | |
|-----------------|----------------|
| 86 史方奇经验方治口腔溃疡 | 87 滋阴疗疮汤治口腔溃疡 |
| 86 泻心疗疮汤治口腔溃疡 | 87 珠黄散治口腔溃疡 |
| 86 泻脾散加减治口腔溃疡 | 87 含漱疗法治口腔溃疡 |
| 86 肾气丸加减治口腔溃疡 | 88 中药散剂治口腔溃疡 |
| 87 知柏地黄汤加减治口腔溃疡 | 88 膜剂与喷雾剂治口腔溃疡 |
| 87 丹栀逍遥散加减治口腔溃疡 | 88 敷涌泉法治口腔溃疡 |

89 牙龈肿痛

- | | |
|----------------|--------------|
| 89 清胃散治胃火上盛之牙痛 | 90 外治妙方治风火牙痛 |
| 89 清胃败毒汤治牙龈肿痛 | 90 外治妙方治虚火牙痛 |
| 89 菊花汤治牙龈肿痛 | 91 含漱妙方治风寒牙痛 |
| 90 固齿汤治肾虚牙痛 | 91 简便验方治龋齿痛 |
| 90 定痛散治龋齿牙痛 | 91 鼻腔用药治牙痛 |



92 急慢性咽喉炎

- | | |
|-----------------|------------------|
| 92 疏风清热汤加减治急性咽炎 | 94 化痰通咽汤治慢性咽炎 |
| 93 清咽利膈汤治急性咽炎 | 94 生地玄参甘草汤治慢性咽炎 |
| 93 加味桔梗甘草汤治急性咽炎 | 94 知柏地黄汤治慢性咽炎 |
| 93 消炎清咽茶治急性咽喉炎 | 95 血府逐瘀汤加减治疗慢性咽炎 |
| 93 雪梨炖豆根治急性咽炎 | 95 二至导赤汤治慢性咽炎 |
| 94 葱白利咽汤治急性咽炎 | 95 经验方药治慢性咽炎 |
| 94 玄参甘桔汤治慢性咽炎 | 95 食疗妙方治慢性咽炎 |
| 94 滋阴清热汤治慢性咽炎 | 96 外治妙法治咽喉炎 |

97 扁桃体炎

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 98 荆防银翘汤治急性扁桃体炎 | 99 三根芩黄汤治扁桃体炎 |
| 98 银翘散加减治急性扁桃体炎 | 99 二花汤治急性扁桃体炎 |
| 98 柴葛蓝草汤治急性扁桃体炎 | 99 养阴清肺汤治慢性扁桃体炎 |
| 98 加味泻心汤治小儿急性扁桃体炎 | 99 蛇蜕瘦肉汤治扁桃体炎 |
| 99 乳蛾 I 号治小儿急性扁桃体炎 | 100 外治妙方治扁桃体炎 |
| 99 加味小柴胡汤治扁桃体炎 | |

101 颜面疔肿与疔疮

- | | |
|-----------------|----------------|
| 101 清暑汤加减治暑疔 | 102 芩连消毒饮治颜面疔疮 |
| 101 简便偏方治暑疔 | 103 七味治疗汤治颜面疔疮 |
| 102 苍耳子熏洗方治暑疔 | 103 知柏解毒汤治疗疮溃烂 |
| 102 马齿苋外用治化脓性疔病 | 103 九味消疔汤治颜面疔疮 |
| 102 露蜂房三黄散治暑疔 | 104 拔疔散治疗疮 |
| 102 硫黄大黄黄连散治暑疔 | 104 大薊乳香散治疗疮恶肿 |
| 102 四黄芙蓉泽兰膏治暑疔 | 104 四石散治痈疽疔疮 |
| 102 金冰如意膏治暑疔 | 104 疔疮外治妙方 3 则 |

105 流行性腮腺炎

- | | |
|-------------------|---------------------|
| 105 简便验方治流行性腮腺炎 | 107 酢浆草饮治流行性腮腺炎 |
| 106 二丁汤治流行性腮腺炎 | 107 马齿苋茶治流行性腮腺炎 |
| 106 忍冬板蓝根汤治流行性腮腺炎 | 107 板蓝根二花甘草饮治流行性腮腺炎 |
| 106 银归天贝汤治流行性腮腺炎 | 107 浮萍散治流行性腮腺炎 |
| 106 板蓝根汤治流行性腮腺炎 | 107 黄花菜粥治流行性腮腺炎 |
| 106 蛇蜕炒鸡蛋治流行性腮腺炎 | 107 蒜泥马齿苋治流行性腮腺炎 |
| 106 绿豆菜心粥治流行性腮腺炎 | 107 中药外敷治流行性腮腺炎 |
| 107 二豆糖粥治流行性腮腺炎 | |



第2章 颈、肩及上肢疼痛

109 颈椎病

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 109 加味身痛逐瘀汤治颈椎病 | 110 华佗眩晕方治“颈筋急” |
| 109 葛根二藤汤通络止痛 | 111 中药熏洗治颈椎病 |
| 110 蠲痹汤治颈椎病 | 111 中药外敷治颈椎病 |
| 110 除痹逐瘀汤治颈椎病 | 111 二仙搽液治颈椎疼痛 |
| 110 颈复汤治颈椎病上肢麻木 | 112 骨碎补酒外搽治颈部肌肉僵痛 |
| 110 片姜黄治颈椎疼痛 | 112 药枕妙方治颈椎病 |
| 110 治颈椎病头痛眩晕 | 112 食疗妙方治颈椎病 |

113 落枕

- | | |
|---------------|----------------|
| 113 防风葛根汤治落枕 | 114 妙方熏洗治落枕 |
| 113 参芪葛根汤治落枕 | 114 中药外敷治落枕小偏方 |
| 113 加味芍甘汤治落枕 | 115 药枕法治落枕 |
| 114 葛根木瓜汤治落枕 | 115 点眼法治落枕 |
| 114 白芍葛根汤治落枕 | 115 食疗妙方治落枕 |
| 114 刀豆壳汤治颈项紧痛 | |

116 肩关节周围炎

- | | |
|---------------|--------------|
| 116 抗风湿验方治肩周炎 | 118 中药熏洗治肩周炎 |
| 116 祛风止痛酒治肩周炎 | 118 中药外敷治肩周炎 |
| 116 通络止痛治肩周炎 | 119 药枕妙方治肩周炎 |
| 117 散寒祛湿治肩周炎 | 119 食疗妙方治肩周炎 |
| 117 益气活血治肩周炎 | |

120 肱骨外上髁炎（网球肘）

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 120 活血止痛汤治血瘀型网球肘 | 121 红花乌头酒热敷治顽固性网球肘 |
| 120 补筋丸养血濡筋治网球肘 | 121 许氏温经散热敷治网球肘 |
| 120 四君芍草汤补气养血治网球肘 | 122 中药熏洗治疗网球肘 |
| 120 养血止痛汤治网球肘 | 122 发疱法治网球肘 |
| 121 中药外敷治疗网球肘 | |



122 桡骨茎突狭窄性腱鞘炎 (弹响指)

- | | |
|------------------|--------------|
| 122 桂麻伸透汤熏洗法治腱鞘炎 | 124 隔姜灸治腱鞘炎 |
| 123 伸海汤熏洗法治腱鞘炎 | 124 药膏外敷治腱鞘炎 |
| 123 海桐皮汤熏洗法治腱鞘炎 | 124 药袋法治腱鞘炎 |
| 123 复方川草乌液治腱鞘炎 | 124 搓药法治腱鞘炎 |
| 123 桃红洗剂治腱鞘炎 | 125 发泡法治腱鞘炎 |
| 123 伸透洗剂治腱鞘炎 | |

第3章 胸、腰背部疼痛

126 急性乳腺炎

- | | |
|----------------|----------------|
| 126 瓜蒌丝瓜络汤治乳腺炎 | 127 银蒲玄陈汤治乳腺炎 |
| 126 瓜蒌牛蒡子汤治乳腺炎 | 127 透脓散加减治乳腺炎 |
| 127 银蒲消乳汤治乳腺炎 | 128 橘核药酒治急性乳腺炎 |
| 127 蒲银汤治乳腺炎 | 128 外用妙方治乳腺炎 |
| 127 消乳汤治乳腺炎 | |

129 乳腺增生病

- | | |
|------------------|------------------|
| 129 二仙归贝饮治乳腺增生病 | 130 化瘀通络乳罩治乳腺增生病 |
| 129 柴附消癖汤治乳腺增生病 | 130 敷脐妙方治乳腺增生病 |
| 129 乳康散治乳腺增生病 | 130 中药热敷治乳腺增生病 |
| 129 消癥汤治乳腺增生病 | 131 乳癖宁膏治乳腺增生病 |
| 130 丁香郁金乳罩治乳腺增生病 | 131 香附饼外敷治乳腺增生病 |
| 130 疏肝散结乳罩治乳腺增生病 | 131 化核膏外敷治乳腺增生病 |

131 冠心病心绞痛

- | | |
|------------------|------------------|
| 132 瓜蒌薤白白酒汤治胸痹心痛 | 134 人参三七琥珀散治胸痹心痛 |
| 132 枳实薤白桂枝汤治胸痹心痛 | 134 丹参通脉饮治心绞痛 |
| 132 瓜蒌薤白半夏汤治胸痹心痛 | 134 益气活血通脉汤治心绞痛 |
| 133 血府逐瘀汤治冠心病心绞痛 | 135 气血冲剂治胸痹心痛 |
| 133 双和散治冠心病 | 135 益神方治胸痹心痛 |
| 133 调和肺胃汤治冠心病 | 135 丁郁四神散治胸痹心痛 |
| 133 加味益心汤治冠心病 | 135 心绞痛方治胸痹心痛 |
| 133 陈氏治冠心病通用方 | 135 养心安神汤治心绞痛 |
| 134 丹参红花汤治胸痹心痛 | 136 外治妙方治心绞痛 |



137 食管炎与胸痛

- | | |
|------------------|------------------|
| 137 柴胡疏肝散加减治食管炎 | 138 半夏泻心汤加减治食管炎 |
| 137 疏肝降逆汤治反流性食管炎 | 138 川延五参汤治反流性食管炎 |
| 137 丹栀逍遥散加减治食管炎 | 138 加味温胆汤治反流性食管炎 |
| 137 三草汤治食管炎 | 139 乌导汤治反流性食管炎 |
| 138 丁香柿蒂汤加减治食管炎 | 139 食疗妙方治反流性食管炎 |
| 138 启膈散加减治食管炎 | |

140 胸壁扭挫伤

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 140 复元活血汤治胸壁扭挫伤 | 141 名医秘验方治胸壁扭挫伤 |
| 141 消肿止痛膏治胸壁扭挫伤 | 141 消瘀止痛膏治胸壁扭挫伤 |
| 141 陈氏消肿止痛膏治胸壁扭挫伤 | 141 赤小豆糊治胸壁扭挫伤 |
| 141 傅氏消肿止痛膏治胸壁扭挫伤 | 141 云南白药治胸壁扭挫伤 |

142 肋软骨炎

- | | |
|----------------|----------------|
| 142 柴胡疏肝散治肋软骨炎 | 143 大葱红花膏治肋软骨炎 |
| 142 化瘀止痛汤治肋软骨炎 | 143 乳没硝黄散治肋软骨炎 |
| 142 三黄散治肋软骨炎 | 143 巧用中成药治肋软骨炎 |
| 143 热敷散治肋软骨炎 | |

144 肋间神经痛

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 144 遣怒丹治肋间神经痛 | 145 丹脂息痛汤治肋间神经痛 |
| 144 左金汤治肝火胁痛 | 145 王不留行子外贴治肋间神经痛 |
| 145 填精益血汤治肾虚肝伤之胁痛 | 145 白芥子外敷治肋间神经痛 |
| 145 金铃泻肝汤治肋下焮痛 | 145 食疗妙方治肋间神经痛 |

147 腰椎间盘突出症

- | | |
|------------------|------------------|
| 147 王氏经验方治腰突症 | 154 热熨法治腰椎间盘突出症 |
| 147 补肾壮腰治腰椎间盘突出症 | 154 中药熏蒸治腰椎间盘突出症 |
| 148 活血通络治腰椎间盘突出症 | 155 中药熏洗治腰椎间盘突出症 |
| 151 散寒除湿治腰椎间盘突出症 | 155 药酒外擦治腰椎间盘突出症 |
| 152 补气养血治腰椎间盘突出症 | 155 腰带法治腰椎间盘突出症 |
| 153 简便验方治腰椎间盘突出症 | 155 局部浸浴治腰椎间盘突出症 |
| 153 中药外敷治腰椎间盘突出症 | 155 盐疗治腰椎间盘突出症 |



156 急性腰扭伤

- | | |
|--------------------|-----------------|
| 156 内伤膏治急性腰扭伤 | 159 大黄白芷肉桂酒治腰扭伤 |
| 156 解痉汤加味治急性腰扭伤 | 159 散寒祛湿治寒湿型腰扭伤 |
| 157 行气活血治腰扭伤 | 159 壮腰补肾治腰扭伤 |
| 157 顺气活血汤送服七厘散治腰扭伤 | 160 巧用食物治疗腰扭伤 |
| 157 巧用土鳖虫治腰扭伤 | 160 中药外敷治疗腰扭伤 |
| 158 巧用骨碎补治急性腰扭伤 | 162 药酒涂擦治疗腰扭伤 |
| 158 新加桃红四物汤治腰扭伤 | 163 中药熏洗治疗腰扭伤 |
| 158 理筋活血治腰扭伤 | 163 点眼法治腰扭伤 |
| 158 芍药甘草汤送服三七粉活血止痛 | 163 吹鼻法治腰扭伤 |
| 159 逐瘀活血治急性腰扭伤 | |

164 慢性腰肌劳损

- | | |
|------------------|---------------|
| 164 三两半汤治腰肌劳损 | 168 熏洗法治腰肌劳损 |
| 164 五圣止痛汤治腰肌劳损 | 168 熏蒸法治腰肌劳损 |
| 164 鳖甲散治腰肌劳损 | 168 药带法治腰肌劳损 |
| 165 经验方活血通络治腰痛 | 169 吹鼻法治腰肌劳损 |
| 165 壮腰补肾治肾虚型腰肌劳损 | 169 浸渍法治腰肌劳损 |
| 166 温经宣痹治寒湿型腰肌劳损 | 169 药酒治腰肌劳损 |
| 166 中药外敷治腰肌劳损 | 169 食疗精方治腰肌劳损 |

171 腰椎骨质增生

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 171 抗骨增生饮治腰椎骨质增生 | 172 皂荚泥外敷治腰椎骨质增生 |
| 171 骨刺疼痛缓解方治腰椎骨质增生 | 172 骨唇膏外敷治腰椎骨质增生 |
| 171 骨刺丸治腰椎骨质增生 | 172 增生灵方熏洗治腰椎骨质增生 |
| 171 桃红四物汤加味方治腰椎骨质增生早期 | 172 透骨祛风酒外敷治腰椎骨质增生 |
| 172 补肾壮腰汤治腰椎骨质增生后期 | 172 食疗验方治腰椎骨质增生 |

173 强直性脊柱炎

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 173 散寒除湿治强直性脊柱炎 | 177 青娥益损汤治强直性脊柱炎 |
| 174 温肾通络治强直性脊柱炎 | 178 虫类药物验方治强直性脊柱炎 |
| 175 滋补肾阴治强直性脊柱炎 | 178 热熨敷治疗强直性脊柱炎 |
| 175 肝肾双补治强直性脊柱炎 | 178 药液涂擦治疗强直性脊柱炎 |
| 176 活血祛瘀治强直性脊柱炎 | 178 敷贴法治强直性脊柱炎 |
| 176 清热通络治强直性脊柱炎 | 179 熏洗法治强直性脊柱炎 |
| 177 化痰散结治强直性脊柱炎 | |



179 骨质疏松症

- | | |
|-------------------|----------------|
| 180 辨证选方治骨质疏松症 | 181 常用验方治骨质疏松症 |
| 180 健骨灵胶囊治骨质疏松症 | 181 食疗验方治骨质疏松症 |
| 180 补肾壮骨羊藿汤治骨质疏松症 | |

183 肾脏疾病与腰痛

- | | |
|---------------------|-------------------|
| 183 玉屏风防己黄芪汤治慢性肾炎腰痛 | 184 瓜蒌瞿麦丸加味方治劳淋腰痛 |
| 183 黑大豆丸治慢性肾炎腰痛 | 184 通淋化石汤治石淋腰痛 |
| 184 琥珀导赤散治热淋腰痛 | 185 益肾排石汤治石淋腰痛 |
| 184 乌蕨合剂治热淋腰痛 | 186 八角金盘汤治石淋腰痛 |
| 184 蒲银消毒饮治热淋腰痛 | 186 巧用核桃仁治石淋疼痛 |
| 184 下气汤治淋证腰痛 | |

第4章 腹部疼痛

187 胃病与疼痛

- | | |
|------------------|-------------------|
| 187 清热和胃汤治慢性胃炎疼痛 | 188 益中活血汤治萎缩性胃炎 |
| 187 化痰理胃汤治慢性胃炎疼痛 | 188 疏肝和胃汤治慢性萎缩性胃炎 |
| 187 健胃茶辅治浅表性胃炎 | 189 乌附白及方治溃疡病 |
| 188 茉莉花茶辅治慢性胃炎 | 189 良附苏陈汤治溃疡病 |
| 188 公英丹参芍草汤治胃炎胃痛 | 189 甘麦乌贝散治溃疡病 |
| 188 养阴荣胃煎治萎缩性胃炎 | 189 疏肝和胃饮治溃疡病 |

190 泄泻、痢疾与腹痛

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 190 姜苏陈皮茶治寒湿泄泻 | 191 通变白头翁汤治热痢腹痛 |
| 190 柚姜止泻茶治寒湿泄泻 | 191 三宝粥治下痢腹痛 |
| 190 藿佩茶治暑湿泄泻 | 191 戊己丸治脾湿泻痢 |
| 190 硫黄茶治阳虚腹痛泄泻 | 191 燮理汤治久痢腹痛 |
| 190 仙桔汤治肠炎腹痛 | 191 天水涤痰汤治久痢腹痛 |
| 191 白胡椒姜黄散敷脐治腹泻腹痛 | 192 诸葛行军散加艾灸法治痢疾腹痛 |

192 胆道疾病与疼痛

- | | |
|------------------|-----------------|
| 192 大黄雪金汤治急性胆囊炎 | 193 大黄芍药汤治急性胆囊炎 |
| 193 金必汤治急性胆囊炎 | 193 三金利胆汤治急性胆囊炎 |
| 193 蒲公英疏肝汤辅治胆道感染 | 193 利胆活血汤治慢性胆囊炎 |