

民间灵验便方

(第一集)

保定市卫生工作者协会编

保定市卫生工作者协会 编

民間靈驗便方

第一集

河北人民出版社

民間經驗便方

第一集

保定市衛生工作者協會 編

河北人民出版社出版（保定市裕華東路） 河北省書刊出版業營業許可證第三號

河北人民出版社印刷廠印刷 河北省新華書店發行

787×1092 1/32·2 $\frac{1}{4}$ 印張·45,000字 印數：1—18,500冊 1959年6月第一版
1959年6月第一次印刷 統一書號：T14086·58 定價：(8)0.21元

出版者的話

我們祖國的醫學有幾千年的歷史，它的內容是豐富多采的，是取之不尽用之不竭的寶藏。流傳在民間的靈驗便方就是我們祖國醫學中的組成部分，它的每一個單方、土法，都是歷代廣大勞動人民在生產生活中逐步創造出來的，向疾病鬥爭的武器。為了繼承和發揚流傳在我省的民間療法，我們邀請有關的衛生機關編輯了“民間靈驗便方”。

本集主要是以農村常見的小疾病為主，象各種皮膚病中的一般外傷、燒傷、燙傷和蟲咬傷等。療法大致分為三類：食餌療法，以農村常見常用的食物為標準；外治法，以簡而易行為標準；藥物療法，以一味藥的單方（主要是中藥）為主，多不過三味，並以農村易得的藥物為標準。

本書每集包括二百個方子，今後將陸續編輯出版。

1959年3月

前 言

为了挖掘和整理我省民间流传下来的各种民间疗法，适应广大劳动群众的需要，以保障人民的身体健康，支持工农业生产更大跃进。现由我会李海濂、赵子川、馬福祺、毕复璠等同志汇集整理了这本“民间灵验便方”。

本书以农村常见的轻微疾病（主要是各种小杂病）为主，分内、外、妇、儿四科，共二百个方。书中全部方剂，使用安全，屡试屡验；药物简而易得，省钱省事。每方以一味药为主，至多不过三味，并且都是农村常用易得的药物。文字力求简单明确，尽量避免使用医学术语，以期达到人人都能看懂、会用。不过由于我们的能力所限，难免存在一些缺点和错误，希广大读者及时予以批评和指正。

编 者

1959年3月

目 录

内 科

一、真中风·····	1	三子煎·····	7
通关散·····	1	止喘便方·····	7
中风内服方·····	1	痰喘外用方·····	7
独活大豆汤·····	1	六、吐血衄血·····	7
治中风单方·····	2	轮回酒·····	7
中风外贴方·····	2	鲜黄煎·····	7
凤仙花药酒·····	2	麦地煎·····	8
正颜丹·····	3	民间单方·····	8
二、感冒·····	3	青黛散·····	8
葱白汤·····	3	胃出血单方·····	8
治感冒便方·····	3	白芨薏苡贝母散·····	9
民间效方·····	4	七、胃疼·····	9
苏叶煎·····	4	乌鴉汤·····	9
三白饮·····	4	胃疼单方·····	9
三、牙疼·····	4	胃疼便方·····	10
牙疼外用方·····	4	八、噎膈翻胃·····	10
四、咳嗽·····	5	蜈蚣散·····	10
沙参汤·····	5	代赭石散·····	10
咳嗽便方·····	5	九、呕吐·····	11
麻黄止咳糖·····	5	呕吐内服方·····	11
五、痰喘·····	5	呕吐内服方·····	11
治痰喘便方·····	5	十、痢疾·····	11
三汁饮·····	6	痢疾便方·····	11
痰喘内服方·····	6	痢效方·····	12
		痢疾单方·····	12

- 楊花湯……………12
- 痢疾內服方……………12
- 痢疾單方……………13
- 痢疾良方……………13
- 痢疾單方……………13
- 十一、泄瀉……………14
- 固腎湯……………14
- 治腹瀉單方……………14
- 車前子湯……………15
- 瀉瀉散……………15
- 治泄瀉土方……………15
- 十二、瘧疾……………15
- 民間效方……………15
- 瘧疾丸……………16
- 截瘧單方……………16
- 紫甲散……………16
- 十三、水腫臃脹……………17
- 鑿砂散……………17
- 水腫單方……………17
- 水腫效方……………17
- 民間土方……………18
- 水腫便方……………18
- 水腫便方……………18
- 三生蘿卜飲……………19
- 十四、腰腿疼……………19
- 腰腿疼內服方……………19
- 腰腿疼內服方……………19
- 十五、黃疸……………20
- 輪回麻湯……………20
- 黃疸土方……………20
- 民間效方……………20
- 瓜蒂散……………21
- 獨味茵陳湯……………21
- 桃根湯……………21
- 絲瓜根湯……………22
- 十六、消渴……………22
- 民間效方……………22
- 經驗良方……………22
- 民間土方……………23
- 十七、淋病……………23
- 車前赤豆散……………23
- 民間土方……………23
- 金蔞湯……………23
- 十八、小便不通……………24
- 小便不通便方……………24
- 黃芪湯……………24
- 小便不通單方……………24
- 民間便方……………24
- 外治方……………24
- 小便不通外用方……………25
- 內服單方……………25
- 十九、尿血……………25
- 尿血效方……………25
- 治小便溺血便方……………26
- 民間單方……………26
- 民間土方……………26
- 二十、遺精……………26
- 民間單方……………26

- 荷叶粉.....26
 遺精外治方.....27
 經驗單方.....27
 二十一、陽痿不舉.....27
 民間便方.....27
 治陽痿效方.....28
 壯陽藥酒.....28
 二十二、雀盲眼.....28
 治雀盲眼方.....28
 治雀盲眼方.....29
 二十三、砒中毒.....29
 解砒中毒內服方.....29
 二十四、煤氣中毒.....29
 淡醋飲.....29
 解煤氣中毒便方.....30
 解煤氣中毒便方.....30
 二十五、野菜中毒.....30
 解食野菜中毒方.....30
 外科
 一、瘰癧.....31
 蛇蛋散.....31
 民間單方.....31
 二、疔癰.....31
 疔癰外用單方.....31
 民間土方.....32
 金英消毒散.....32
 民間土方.....32
 三、黃水瘡.....33
 民間土方.....33
 治黃水瘡單方.....33
 松硃散.....33
 青蛤散.....33
 四、癬瘡.....34
 治騎馬癬妙方.....34
 治癬土方.....34
 五、疥癩.....34
 浮萍丸.....34
 六、跌打損傷.....35
 元胡散.....35
 外用土方.....35
 沒藥散.....35
 七、凍傷.....35
 治凍傷便方.....35
 治凍傷方.....36
 吳茶葉湯.....36
 八、凍瘡.....36
 治凍瘡單方.....36
 治凍瘡土方.....37
 民間療法.....37
 凍瘡藥膏.....37
 凍瘡外用藥粉.....37
 民間土方.....38
 九、燙傷.....38
 燙傷妙方.....38
 民間土方.....38
 婦科
 一、月經不調.....39
 紫參飲.....39

- 調經湯……………39
 三黃補血湯……………39
 益母草湯……………40
- 二、經閉……………40
 月經閉止方……………40
 民間土方……………40
 月經閉止內服方……………41
- 三、血崩……………41
 治血崩方……………41
 立效丸……………41
 柏炭飲……………42
 民間單方……………42
- 四、白帶……………42
 治白帶土方……………42
 治白帶便方……………43
 治白帶單方……………43
 民間驗方……………44
 菴蓉湯……………44
 止帶散……………44
 翻白草湯……………44
- 五、惡阻……………45
 惡阻便方……………45
 惡阻效方……………45
 絲瓜絡飲……………45
- 六、妊娠痢疾……………45
 蛋黃散……………45
- 七、胎動不安……………46
 佛手散……………46
 經驗良方……………46
- 治胎動不安方……………46
- 八、胎漏……………47
 民間便方……………47
 防風黃芩丸……………47
- 九、產后……………47
 民間土方……………47
 失笑丸……………48
 花蕊石散……………48
- 十、回乳……………49
 回乳方……………49
- 十一、催乳……………49
 兔耳散……………49
 豬蹄豆腐湯……………49
 催乳單方……………50
- 十二、乳痛……………50
 瓜蒌散……………50
 香附餅……………50
 治乳痛方……………50
- 兒科
- 一、小兒初生不啼……………51
 灸初生兒不會啼哭方……………51
 刺初生兒不會啼哭方……………51
- 二、小兒初生不睜眼……………51
 銀花甘草湯……………51
 黃連水……………52
- 三、小兒初生不乳……………52
 一捻金……………52
 附子干姜湯……………52
- 四、小兒初生吐乳……………53

- 吐乳便方.....53
 左金丸.....53
- 五、小兒馬牙.....53
 治小兒馬牙便方.....53
- 六、小兒口瘡.....54
 二白消炎散.....54
 治小兒口瘡便方.....54
 治口瘡單方.....54
 貼眉心方.....54
 民間土方.....55
 民間驗方.....55
- 七、小兒耳內生瘡.....55
 治耳朶墜子便方.....55
- 八、麻疹.....56
 民間驗方.....56
 麻疹小單方.....56
 麻疹外用搗方.....56
- 九、疔腿.....56
 治小兒疔腿單方.....56
 小兒疔腿外治方.....57
- 十、百日咳.....57
 百日咳內服方.....57
- 十一、痘瘡.....58
 治小兒痘瘡單方.....58
- 十二、大肚子痞.....58
 治痞妙方.....58
 豬脾散.....59
 消痞膏.....59
 消痞散.....59
 二甲散.....60
- 十三、小兒痢疾.....60
 胡連湯.....60
- 十四、小兒便血.....60
 槐花散.....60
- 十五、小兒疝氣.....61
 金黃丸.....61
- 十六、小兒遺尿.....61
 故紙散.....61
 治兒童遺尿便方.....61
- 十七、諸虫为病.....62
 治寸白虫單方.....62
 治蛔虫土方.....62
 史君子湯.....62

內 科

一、真中风（共七方）

通关散

主治：中风不省人事、牙关紧闭。

处方：生南星 生半夏 牙 皂各等分

用法：共为细末，取少许涂鼻内，取嚏即苏醒。

按：此方主治中风不语、不省人事、牙关紧闭及一切关窍不通等症，取嚏即效，为医者常备急救要药。如有以上诸症，用之特效。

中风内服方

主治：中风痰壅、口不能言。

处方：生姜汁半两 香 油一两

用法：将上二味兑在一起搅匀，灌下即愈。如牙关紧闭者，可用白矾、青盐各等分，研成细末，擦牙即开。

独活大豆汤

主治：中风、身体强直、不能语言。

处方：独 活一两 大黄豆一把

用法：黄酒一碗，煎成半碗，去渣温服即愈。

治中风单方

主治：中风不語。

处方：荆芥炭二錢

用法：将荆芥炭研成細末，黄酒冲服。

· 中风外貼方

方名：蓖麻子膏。

主治：口眼歪斜。

处方：蓖麻子仁半兩

用法：将蓖麻子仁搗烂，摊布上貼患部。左歪貼右，右歪貼左。

治驗：此方流传在冀中平原地区，治愈人頗多。如深县二区杏园村刘××，女，二十三岁。于一九五六年秋季患口眼斜歪，扎針吃葯二月余不愈，后以此方治之，貼了三次即愈。

鳳仙花葯酒

主治：半身不遂。

处方：白凤仙花二兩 黃 酒一斤

用法：将凤仙花放酒內浸一夜，煎热去渣，任意飲之。輕者一日收效，重者半月即愈。不能飲酒者，水煎亦可，但其效較緩。

按：凤仙花为民間庭院中栽植的花草，花朵的顏色有紅、白之分。采用时只能用白色花朵，以鮮、老者为佳。

正顏丹

主治：中風不語、口眼歪斜。

處方：獨活 全蝎 各等分

用法：共為細末，煉蜜為丸，如彈子大。一日三次，每服一丸。服時細嚼，白開水送下。

二、感 冒（共五方）

葱白湯

主治：感冒。

處方：葱白二根

用法：煎湯熱服，取透汗即愈。

按：葱白功能發表、和里、通陽、和血，治傷寒、中風、面目浮腫、安胎、利五臟。對治流行性感冒、頭疼鼻塞，確有著效。加大棗二枚、綠豆三十粒、茶葉三錢、核桃一個（連皮打碎），水一碗煎取八分，熱服出汗。治傷寒初起、頭疼項強、惡寒身熱、脈浮緊無汗者尤妙。

治感冒便方

主治：感冒。

處方：生薑三片 冰糖一兩

用法：水煎熱服，汗出即愈。

按：生薑散寒、發表、開中、消痰，治頭痛、鼻塞、嘔逆、止嘔吐，為日常生活中不可缺少的調味佐食品。如冰糖不便，另加葱白三寸，切成細絲，合淡醋二杯，浸湯服之。治一般傷風感冒，其效甚速。又，鴨梨一個、生薑一兩，同

搗烂取汁，入童便一杯，同煎热服。治头痛、牙疼、发热憎寒、口多謔語，久不出汗者，一剂即解。

民間效方

主治：感冒。

处方：芝 麻一兩 茶 叶二錢

用法：混合一起，生食。食完飲热姜湯一碗，盖被取汗即愈。

苏叶煎

主治：秋冬感冒、恶寒发汗者。

处方：苏 叶三錢

用法：煎湯热服一碗，盖被見汗即愈。

三白飲

主治：天行时气、热极狂乱及发热不退或大便燥结不通。

处方：鷄蛋清一个 白 蜜一錢匙 芒 硝三錢为末

用法：将上三味合匀，凉白开水調服即愈。

三、牙 疼（一方）

牙疼外用方

主治：虫蛀牙疼。

处方：夹竹桃花七八朵

用法：用水一碗，煎成多半碗，含漱。一日数次，疼止为度。据云：此花有毒，勿咽下。

四、咳嗽（共三方）

沙参汤

主治：肺热咳嗽。

处方：沙参五钱

用法：水煎服，甚效。

咳嗽便方

主治：伤风咳嗽。

处方：桑叶五钱 杏仁三钱 冰糖五钱

用法：用水两茶碗，煎成一茶碗半，趁热温服，取汗即愈。

麻黄止咳糖

主治：咳嗽痰喘。

处方：麻黄一两 杏仁五钱去尖 白糖四两

用法：将麻黄、杏仁放砂锅内，用水两碗，熬剩一碗。去渣，再入白糖，熬成糖块，然后切成一钱重的小块。一日三次，每次两块。小兒酌减。

按：此方诸药炮制成药糖，服用方便，尤宜于幼童患者服用。麻黄、杏仁为驱风、定喘、止咳妙药，故对治疗咳嗽痰喘及小兒頓嗽（百日咳）有效。

五、痰喘（共六方）

治痰喘便方

方名：北瓜膏。

主治：咳嗽痰喘。

处方：老北瓜（二、三斤重）一个 五味子一钱 冰 糖二两

用法：将北瓜挖空，装入冰糖、五味子，蒸熟后去五味子。一日吃一个，数次即愈；常吃能断除病根。

治验：深县西阳台王老太太，患此症约五、六年之久，后吃两个痊愈。

按：北瓜即倭瓜。

三汁饮

主治：痰火上逆、胸闷咳嗽。

处方：梨 汁 姜 汁 藕 苳 汁 各一酒杯

用法：将上三味兑在一处搅匀，分三次服，白糖或冰糖水送下。每日三次，可以常服。

痰喘内服方

主治：久嗽气急、哮喘声哑。

处方：猪板油四两 麦芽糖四两 蜂 蜜四两

用法：熬成糖膏，每日数次，每次服一匙，口中溶化。三、五日喘嗽即止；常服病可除根。

禁忌：生冷及刺激性食物。

治验：束鹿县旧城张××，男，六十三岁。患此病十余年，到冬天就咳嗽气急，哮喘声哑，夜不能卧。久服它药无效，后服本方一冬，未再发。

按：此方系束鹿县石家庄村张老星所传，曾治愈多人。药性平稳，有润肺、健脾、定喘、止咳之功。

三子煎

主治：胸悶氣喘。

處方：蘇子二錢炒 白芥子一錢半打 羅漢子一錢炒打

用法：水煎服。甚效。

止喘便方

主治：老年咳嗽痰喘。

處方：豆腐一塊 白糖一兩

用法：將豆腐放在碗中，挖一孔，入白糖，然後放水鍋內煮熟。吃時先食有糖處，三、五次即愈。

痰喘外用方

主治：多年哮喘。

處方：生薑二片切碎

用法：將生薑用白酒炒熱，趁熱用姜糜擦大椎、風府、風池、膏肓四穴。一次見輕，常用即愈。

六、吐血輕血（共七方）

輪回酒

主治：吐血。

處方：童便（男小兒吃乳者佳）一杯

用法：早晚各服一杯或半杯，病愈為度。

鮮黃煎

主治：吐血不止。