

【珍藏极品 傲世奉献】

encangjipin · oshifengxian

养生术
金匮要略
YANGSHENGSHU
JINKUIYAO LUE

中国China
MifangYudian

秘方御典

孔子云：生而知之者上，学则亚之，多闻博识，
知之次也。余宿尚方术，诸事斯语。

编著 / 马 馨 林锦堂

1

中国医学科学院药物研究所
中医古方方剂理论学研究所
中医医方首部辨证论治巨著
中医首部临床学圣方经典巨著
【中国传统医学宝库】

吉林音像出版社

值得用生活来咀嚼品味的一部大众医病治人的好书

【珍藏极品 傲世奉献】

encangjipin./oshifengxian

中国China MifangYudian 秘方御典

编著 / 马 馨 林锦堂



中国医学科学院药物研究所

中医古方方剂理论学研究所

中医首部临床学圣方经典巨著

【中国传统医学宝库】

吉林音像出版社

责任编辑:陈佩雄

装帧设计:胡 艺

中国传统医学宝典

秘方御典

马 馨 林锦堂 编著

吉林音像出版社发行

(长春市人民大街4646号)

新华书店总经销 北京市顺义康华福利印刷厂印刷

开本:850×1168 32开 印张:25.5 字数:500千字

2004年9月第一版 2004年9月第一次印刷

印数:1—2000册

ISBN 7-88833-357-5

总定价:546.00元(本册定价64.80元)

秘方御典

中医学术，理、法、方、药一体。方，是其中重要组成部分。自张仲景“勤求古训，博采众方”奠定方书基础以来，历代均有发展，方书著作，与日俱增。迄至近代，方书之多，可谓汗牛充栋。但欲求融古今众多效方于一炉之佳作，则又如凤毛麟角。马馨、林锦堂诸同志及时捕捉医学情报信息，集中精力，广泛搜集全国90多种期刊杂志，100多册古今医著和20多家医院的新成果、新方法，撰成《中国传统医学宝库》。书稿既定，邀余作序。余展读之余，深感其内容翔实，取材精当，所收之方，皆临床应用行之有效者。因此，这是一本实用价值很高的现代方书。它不仅是临床医生选方用药的益友，也是家庭防病治病的良师。同时，它给中医科研提供了丰富的资料。此书一出，必将受到广大医务工作者的欢迎，也将为保障人民健康起到积极的作用。

——中国中医研究院：林亚医

祖国医籍，浩如烟海，诸家论著，汗牛充栋。囿于一地，奥旨难明，陷于一偏，伪夺莫正。意求酷博，失之驳杂而不纯，欲诣精深，失之庞玄而茫昧。立志承学，探其骊龙未得珍珠，寒窗苦功，“入宝山而空手回”者亦为之不鲜。为解此难，吾之弟子马馨、林锦堂等诸位大夫撰成《中国传统医学宝库》，可破窠臼，可救偏弊。手执《中国传统医学宝库》，据证而选，删繁就简，昌于医垣。其法其方，千锤百炼，炉火纯青，用之屡验。各级医师，案头必备，临证科研，参考指南。此书梓行，乃于医界之一大贡献，当问世之际。聊叙数言，谨表祝贺之忱。

——中国中医研究院：黄威

China

养生术
金匱要略
YANGSHENGSHU
JINKUIYAOLUE

中国秘方御典
MifangYudian

◎揭示生命规律成就浩然之气◎阐述抗衰延寿的理论和方法



前 言

祖国医学中的验方、秘方、奇方、偏方、良方与名方、妙方是中医学中的瑰宝，在治疗学中，展示了独特优势。因其作用机制的多方位、多环节和药物之间的相辅相成、攻补不悖的特点，被誉为中医学之精髓。为了使其永垂千秋、流芳后世，燮理阴阳、济世活人，我们数十位同志博览群书、广取众长，历时数载，荟萃全国数百名中医专家教授和出类拔萃、独具专长的中老年中医的宝贵经验，将其疗效确切的临证用方撰成《中国传统医学宝库》，此书以病统方，纲目清楚。每个病症之下，有数个至数十个治疗方法，这些方法，均从发病的不同原因和临床表现辨证施治，组方严谨，配伍缜密，并融内治法与外治法于一时，提高了疗效，既能控制局灶症状，又能调节整个人体机能，充分体现了中医药学的独有特色和极其广博的内容。

本书在编著过程中，参考和验证了全国 90 多种期刊杂志和 100 多种古今书籍，并有多家医院供方。为此，我们聘请了在中医学领域颇有造诣的诸位专家、学者组成了编委会，搜集整理了散见于民间的众多偏方、秘方、验方、良方和名方、妙方、奇方，同时经过严格的验证，从中筛选出几千个经济、实用的好药方案供广大读者存留，以备家庭不时之需。可谓一书在手，遍览



全局，阅读之下，耳目一新。此书是省地县市各级医师科研临床难能多得的良师益友，也是乡村医生的“军师参谋”，因其书中搜集了不少民间上土、单、奇效经验良方，广大群众寻医求治开卷即可受益。

本书是集科学性、针对性、实用性于一体的普及性读物，能现用现查，同时具有收藏的价值。

目 录

中国的食物疗法	(1)
二千年前的中国医学	(1)
五脏六腑的机能与其疾病的原因	(6)
头部疾病的治疗	(11)
头痛	(11)
头晕	(19)
眼睛疾病的治疗	(22)
口腔疾病的治疗	(40)
口腔炎	(40)
牙齿的疾病	(41)
耳鼻喉疾病的治疗	(52)
耳朵的疾病	(52)
鼻子的疾病	(61)
流行性耳下腺炎	(71)
声音沙哑	(72)
扁桃腺炎	(75)
梅核气	(78)
不停的打嗝	(79)
异物哽喉	(80)
白喉症	(81)
感冒、咳嗽的治疗	(83)
感冒	(83)
咳嗽	(92)
气管炎、哮喘的治疗	(104)



气管炎、支气管炎	(104)
哮喘	(109)
肺脏疾病的治疗	(121)
肺炎	(121)
肺结核	(123)
肺蛭病	(129)
肺脓疡 (肺痈)	(130)
肺气肿	(130)
心脏疾病的治疗	(133)
肝、胆疾病的治疗	(146)
肝炎	(146)
黄疸症	(152)
肝硬化	(155)
肝阳火旺	(159)
胆囊炎	(160)
脾脏肿大	(162)
高血压、糖尿病的治疗	(165)
高血压	(165)
贫血	(176)
坏血病	(180)
糖尿病	(181)
胃、肠疾病的治疗	(189)
消化不良	(190)
急性肠胃炎	(193)
慢性肠胃炎	(194)
反胃 (胃扩张)	(198)
胃弛缓	(200)
胃下垂	(200)
胃痛	(202)

胃、肠痉挛	(213)
胃酸过少症	(214)
胃酸过多症	(216)
胃、十二指肠溃疡	(219)
胃、十二指肠出血	(226)
肠风下血	(229)
腹泻	(231)
盲肠炎	(240)
肾脏疾病的治疗	(244)
肾脏炎	(244)
肾结核	(252)
浮肿	(252)
泌尿疾病的治疗	(257)
膀胱炎及尿道炎	(257)
夜尿症	(259)
小便频数	(260)
尿崩 (小便失禁)	(262)
尿血	(263)
排尿不顺	(264)
小便不通	(266)
尿毒症	(267)
前列腺 (摄护腺) 肥大症	(269)
白浊症 (淋病)	(270)
疳疮疗法	(271)
阳痿	(273)
肾亏	(275)
梦遗、遗精	(278)
便秘、痔疮的治疗	(283)
便秘	(283)

痔疮	(291)
小儿科疾病的治疗	(302)
麻疹	(302)
百日咳	(304)
寄生虫病	(307)
夜尿症	(310)
夜哭不停	(312)
夜汗症	(312)
急、慢惊风	(313)
小儿哮喘	(315)
呼吸道感染	(316)
肚脐突出和脐风	(318)
疳积症	(319)
偏食	(321)
湿热症	(322)
疰夏症	(324)
夏季热	(325)
小儿肠炎	(326)
黄疸症	(326)
小儿肾脏病	(327)
脑炎	(328)
伤寒	(329)
扁桃腺肿大	(329)
白喉症	(330)
易流鼻血	(331)
易伤风	(331)
幼童体虚	(332)
腺病体	(334)
软骨病	(334)



痉挛(抽筋)	(335)
小儿麻痹	(336)
疳眼(角膜软化症)	(337)
疝气、脱肛	(337)
小儿牙病	(338)
误吞铁钉	(340)
小儿皮肤病	(340)
小儿胎毒	(346)
妇科疾病的治疗	(347)
分泌物异常	(347)
子宫发炎	(353)
月经不调	(354)
崩、漏	(364)
足、腰部发冷	(368)
妇女膀胱炎	(369)
更年期	(369)
乳瘤	(371)
其他疾病	(373)
产科疾病的治疗	(375)
妇人试胎法	(375)
孕吐	(375)
妊娠浮肿	(376)
妊娠中便秘	(377)
胎动不安、胎漏	(377)
难产	(381)
产后疾病	(384)
乳房胀痛	(389)
乳汁的分泌	(392)
避孕	(395)

不孕症	(396)
绝育	(399)
结石症的治疗	(400)
胆结石	(400)
肾结石	(402)
膀胱结石	(404)
输尿管结石	(405)
骨科疾病的治疗	(407)
筋骨伤	(407)
骨结核	(408)
脊髓疽	(409)
骨髓炎	(410)
肋膜炎	(411)
佝偻症	(412)
关节炎、风湿症的治疗	(413)
关节炎	(413)
风湿症	(424)
痛风	(428)
运动系统疾病的治疗	(430)
扁平脚	(430)
脚气病	(430)
疝气	(434)
其他疾病	(439)
伤科疾病的治疗	(445)
跌打损伤	(445)
撞伤	(451)
扭伤	(452)
伤口出血	(455)
刺伤	(458)

烫伤	(459)
破伤风	(465)
虫咬、螫伤	(466)
中毒	(472)
枉死的急救	(479)
各种传染病的治疗	(482)
伤寒	(482)
各种痧症	(484)
痢疾	(485)
霍乱	(496)
寄生虫病	(500)
鼠疫	(506)
疟疾	(508)
脑膜炎	(509)
脑、神经疾病的治疗	(511)
羊痫疯	(511)
神经衰弱	(514)
痴呆症	(516)
精神失常	(517)
郁滞	(520)
忐忑不安	(521)
记忆力减退	(521)
失眠	(522)
皮肤科疾病的治疗	(528)
疔疮	(528)
痈疮	(536)
疖疮	(539)
其他各处疮伤	(542)
疥疮	(544)

癣疮	(546)
冻疮	(555)
无名肿毒	(559)
腿溃烂	(561)
伤口化脓	(562)
丹毒	(562)
接触性皮炎	(564)
湿疹	(570)
绣球风	(573)
带状疱疹	(574)
风疹	(575)
荨麻疹	(576)
痱子	(577)
鸡眼、赘疣	(579)
瘰癧 (甲状腺肿大)	(584)
瘰癧 (淋巴腺结核)	(585)
循环系统疾病的治疗	(589)
吐血	(589)
中暑	(590)
高烧不退	(591)
晕车、晕船	(593)
盗汗症	(593)
多汗症	(597)
美容秘诀	(600)
头发	(600)
眉毛	(607)
手掌与手指	(608)
美颜法	(612)
美肤法	(624)

减肥	(630)
增胖	(631)
狐臭 (腋臭)	(632)
各种癌症的治疗	(634)
癌症的先兆	(634)
常见的癌症及其病征	(635)
癌症的治疗	(639)
抗癌植物	(649)
癌症的预防	(651)
强身健康秘诀	(653)
强身健康法	(653)
冬令进补	(657)
食物药性大览	(660)
全草类	(660)
根茎类	(684)
花、种子、瓜果	(695)
加工类	(734)
动物类	(737)
附录一 食物特质一览表	(754)
附录二 人体重要营养素表	(767)
附录三 药剂量换算单位参考表	(770)

中国的食物疗法

二千年前的中国医学

各种治疗方法

我国的医学早在二千年以前就完成了它的基本体系。如集生理学、病理学、治疗学大成的《黄帝内经》、对于急性病和热性病都有系统记载的《伤寒论》、阐述慢性病治疗法的《金匱要略》，以及关于药理学基本理论的《神农本草经》等等，这些都是我国基础医学的重要文献。两千年来，我国的医学就凭借这些基础，不断地延续发展；当然这期间也有不少新的发现。现在将各种医疗方法分类说明于下：

一、汤液法——这是利用各种植物、动物、矿物来治疗疾病的方法。一般所谓汉药，有丸、散、膏各种药剂，但口服的药剂，多半为汤液。汤液可以说是药物治疗用品的总称。

二、针灸——此乃以针灸刺激某部位经穴（腧）的疾病治疗方法。针是以金、银、铁等制成的；施灸时要使用艾草。用针灸治疗疾病，不但效果奇佳，而且不会有任何痛苦，这点令所有的外国人惊叹不已。

三、按摩——按摩的方法有捶打、施压及揉擦三种。有很多人都将按摩与“马杀鸡”混为一谈，这是错误的观念。事实上，“马杀鸡”起源于西洋，它和我国传统的按摩治疗，大不相同。

四、导引——这是利用医学上特殊体操的医疗方式，这种体操与太极拳有很密切的关连。

