

实用家庭医学 系列丛书
知识宝典

S 实用家庭验方

Shiyong Jiating Yanfang

总主编/谭同来

编 著/张咏梅 谭同来

Shiyong jiatingyixue
zhishibaodian

XILIE CONGSHU

山西科学技术出版社

SHANXI SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

《实用家庭医学知识宝典》系列丛书

《实用家庭医学知识宝典》系列丛书

实用家庭验方

编 著 张咏梅
谭同来

山西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用家庭验方 / 谭同来总主编. — 太原: 山西科学技术出版社, 2006.6

(《实用家庭医学知识宝典》系列丛书)

ISBN 7-5377-2706-6

I. 家... II. 谭... III. 验方 - 汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 023016 号

实用家庭验方

作 者: 谭同来总主编

出版发行: 山西科学技术出版社

社 址: 太原市建设南路 15 号

编辑部电话: 0351-4922073

发行部电话: 0351-4922121

电子邮件: cbszzc2643@sina.com

印 刷: 太原彩亿印业有限公司

开 本: 880 × 1230 1/32

字 数: 538 千字

印 张: 21.625

版 次: 2006 年 6 月第 1 版

印 次: 2006 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 1—3000 册

书 号: ISBN 7-5377-2706-6/R·992

定 价: 37.00 元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与发行部联系调换。

序

健康是家庭的财富，是事业成功的基石。晋玄安先生云：“人受先人之体，有八尺之躯，而不知医事，此所谓游魂耳。”明初理学家方孝孺训诫人们：自身的养生之道尚且不通达，何况对于国家大事呢？这些掷地有声的“修身、齐家、平天下”的格言，在历史的长河中留下了一串串美谈……

随着我国人民的生活水平不断提高和物质条件的逐步改善，健康知识、健康行为、健康生活日益成为人们崇尚的新理念。以个人为中心、家庭为单位、社区为范围的预防、医疗、保健、康复的防病治病新模式正在全国城乡构建。为普及

《实用家庭医学知识宝典》系列丛书

医学知识，让患者及其家属掌握更多的家庭医学知识、了解自己的身体、了解常见病的诊疗要点和康复操作，山西科学技术出版社刻意推出一部知识性、通俗性、操作性强的丛书——《实用家庭医学知识宝典》。

《实用家庭医学知识宝典》分实用家庭医生、实用家庭辨病、实用家庭护理、实用家庭食疗、实用家庭验方、实用家庭推拿六部书，共计260余万字。以家庭定位，一书一体例，简要介绍常见病、多发病的含义、临床特点、总的病因病机；详细叙述病证的辨病、治疗、护理、食养、操作，力求达到读后能明医理、识病证、通食养、善护理、知处措，普遍提高人们的防病治病能力，提高生命的质量，使家庭成员幼有所抚、壮有所趋、妇有所养、老有所安。

“青山不墨千秋画，绿水无言万古诗。”健康是人们永恒的追求，不仅仅是医学专家奋力求解的“方程式”，也是人们自身不可推卸的职责。行动起来吧！面对千变万化的疾病，推而行之，化而裁之，塞其涓涓细流，遏其滔滔之势；灭其荧

☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆☆

《实用家庭医学知识宝典》系列丛书

荧之光，止其炎炎之焰；忘欢而后乐足，遗生而后身存。愿千家万户的家庭成为和谐的栖巢，仁人志士的人生拥有风平浪静的港湾。

谭同来 于湘江之滨
丙戌季春



☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆☆

实用家庭验方



编写说明

医之所传者，莫过于药方，在数千年的中医发展长河中，名贤辈出，留下了成千上万的治病验方，不可计殫，我们本着“泛览众方，精穷良蕴；家庭实用，择善缀录。”的原则，编写了《实用家庭验方》一书。

一、本书以常见急症、内科、外科、骨伤科、皮肤科、妇产科、儿科、眼科、耳鼻咽喉科、口腔科疾病等 10 章为纲，以病症为目类方，首叙病症的含义，临床特点，病因病机，中、西医病名对应的关系。使观者知其绪端，执方时不失泾庭；次述验方的药物组成，功能主治，使用方法，验方来源。浅显易读，简便实用，涵盖 153 个适应家庭掌握的常见病、多发病症，辑录验方 2 030 方。

二、所集验方，既辑名医偏方秘方，又收时

☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆☆



编写说明



实用家庭验方

医单方妙方。名医偏方秘方者，均标姓名，以彰名医之功；时医单方妙方者，翻检药名，推敲功效，为求药物可得，疗效可靠，来源可考。

三、有是病者，必主是药，验方主治，详叙证型，用时参习，“对号入座”，然体质有异，区域不同，染病症状不一，病变方亦变，故有些验方依据病症加减变化，力戒刻舟求剑之弊。

四、本书的病名、方名、药名严格按照国标 GB/T16751—1997《中医临床治疗术语》及相应的规范术语编写。药名以正名为准，使用剂量以克为单位，便于指导处方，但一些名医的偏方秘方，为保持“原汁原味”，药名不妄加改删。

斯书集成，在编写过程中参阅了大量的文献资料。在此谨向有关文献的作者及出版社表示诚挚的谢意，向每一个验方的原创者致以崇高的敬意。

编者

☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆☆



目录

第一章 常见急症

1. 高热 / 2
2. 吐血 / 7
3. 咯血 / 13
4. 便血 / 19
5. 尿血 / 24
6. 鼻衄 / 30
7. 中暑 / 35
8. 外伤出血 / 41
9. 烧烫伤 / 45
10. 冻伤 / 51
11. 毒蛇咬伤 / 56
12. 毒虫咬伤 / 62
 - (1) 蜈蚣蜇伤方 / 63
 - (2) 蝎子蜇伤方 / 64
 - (3) 蜂类蜇伤方 / 66
 - (4) 毒蜘蛛咬伤方 / 68
13. 急性扁桃体炎 / 69
14. 诸骨鲠喉 / 74
15. 食物中毒 / 78



实用家庭验方

- (1) 亚硝酸盐中毒 / 79
- (2) 发芽马铃薯中毒 / 80
- (3) 鱼蟹中毒 / 81
16. 急性酒精中毒 / 83
17. 煤气中毒 / 88

第二章 内科疾病

1. 感冒 / 91
2. 咳嗽 / 96
3. 支气管哮喘 / 101
4. 大叶性肺炎 / 105
5. 肺病 / 109
6. 肺癆 / 113
7. 肺胀 / 118
8. 心痛 / 122
9. 心悸 / 126
10. 失眠 / 131
11. 汗证 / 136
12. 痴呆 / 140
13. 癫痫 / 142
14. 癫狂 / 148
15. 三叉神经痛 / 153
16. 胃痛 / 157





目录

- 17. 胃下垂 / 162
- 18. 呕吐 / 166
- 19. 呃逆 / 171
- 20. 腹痛 / 175
- 21. 腹泻 / 179
- 22. 痢疾 / 184
- 23. 便秘 / 190
- 24. 胁痛 / 195
- 25. 病毒性肝炎 / 199
- 26. 头痛 / 204
- 27. 眩晕 / 209
- 28. 高血压 / 213
- 29. 失语 / 219
- 30. 甲亢 / 222
- 31. 水肿 / 225
- 32. 蛋白尿 / 230
- 33. 淋证 / 233
- 34. 遗尿、尿失禁 / 238
- 35. 糖尿病 / 242
- 36. 肥胖症 / 247
- 37. 高脂血症 / 252
- 38. 腰痛 / 256
- 39. 风湿性关节炎 / 260



实用家庭验方

40. 类风湿性关节炎 / 265
41. 痛风 / 271
42. 痿病 / 275
43. 面瘫 / 279
44. 遗精 / 283
45. 阳痿 / 287

第三章 外科疾病

1. 疔病 / 292
2. 痈 / 297
3. 疔疮 / 302
4. 臁疮 / 307
5. 褥疮 / 312
6. 丹毒 / 318
7. 癣病 / 323
8. 疥疮 / 329
9. 脓疱疮 / 332
10. 颈部淋巴结结核 / 336
11. 甲状腺腺瘤 / 342
12. 急性乳腺炎 / 347
13. 乳腺囊性增生病 / 352
14. 胆道感染 / 358
15. 胆石症 / 363



目录

16. 胆道蛔虫病 / 368
17. 急性胰腺炎 / 371
18. 阑尾炎 / 375
19. 肠梗阻 / 379
20. 泌尿系结石 / 385
21. 前列腺炎 / 390
22. 前列腺增生 / 394
23. 痔疮 / 397
24. 肛裂 / 401
25. 脱肛 / 405

第四章 骨伤科疾病

1. 软组织损伤 / 409
2. 颈椎病 / 413
3. 肩关节周围炎 / 417
4. 急性腰扭伤 / 422
5. 腰肌劳损 / 425
6. 骨质增生 / 427
7. 腰椎间盘突出症 / 430
8. 坐骨神经痛 / 434
9. 肋软骨炎 / 437
10. 足跟痛 / 439

第五章 皮肤科疾病

1. 荨麻疹 / 445
2. 神经性皮炎 / 449
3. 湿疹 / 453
4. 痤疮 / 457
5. 酒渣鼻 / 461
6. 雀斑 / 465
7. 黄褐斑 / 467
8. 扁平疣 / 472
9. 脱发 / 477
10. 皮肤皲裂 / 481

第六章 妇产科疾病

1. 月经不调 / 486
2. 痛经 / 491
3. 闭经 / 496
4. 崩漏 / 500
5. 带下病 / 505
6. 阴痒 / 508
7. 不孕症 / 513
8. 宫颈炎 / 519
9. 盆腔炎 / 524
10. 妊娠恶阻 / 529



11. 妊娠高血压综合征 / 534
12. 先兆流产 / 538
13. 习惯性流产 / 543
14. 产后恶露不绝 / 546
15. 产后缺乳 / 551

第七章 儿科疾病

1. 麻疹 / 556
2. 水痘 / 561
3. 流行性腮腺炎 / 565
4. 百日咳 / 570
5. 蛔虫病 / 575
6. 厌食 / 578
7. 积滞 / 583
8. 疳病 / 585
9. 佝偻病 / 590
10. 夏季热 / 593
11. 胎黄 / 598
12. 小儿遗尿症 / 601
13. 小儿夜啼 / 605
14. 口角流涎 / 608
15. 小儿多动症 / 611



第八章 眼科疾病

1. 麦粒肿 / 616
2. 结膜炎 / 619
3. 沙眼 / 623
4. 青光眼 / 626
5. 角膜炎 / 628

第九章 耳鼻咽喉科疾病

1. 耳聋 / 634
2. 耳鸣 / 637
3. 耳源性眩晕 / 639
4. 鼻炎 / 642
5. 鼻窦炎 / 647
6. 失音 / 652
7. 咽炎 / 655

第十章 口腔科疾病

1. 牙痛 / 661
2. 牙宣 / 664
3. 口腔溃疡 / 667
4. 鹅口疮 / 671

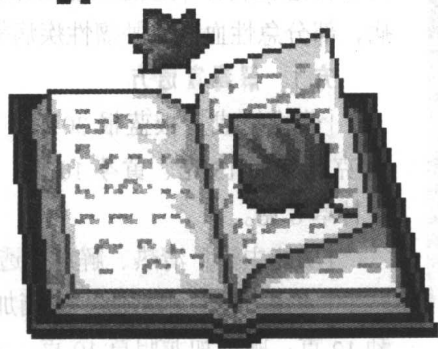
实用家庭验方

燕高

实用家庭验方

第一章

常见急症



☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆☆