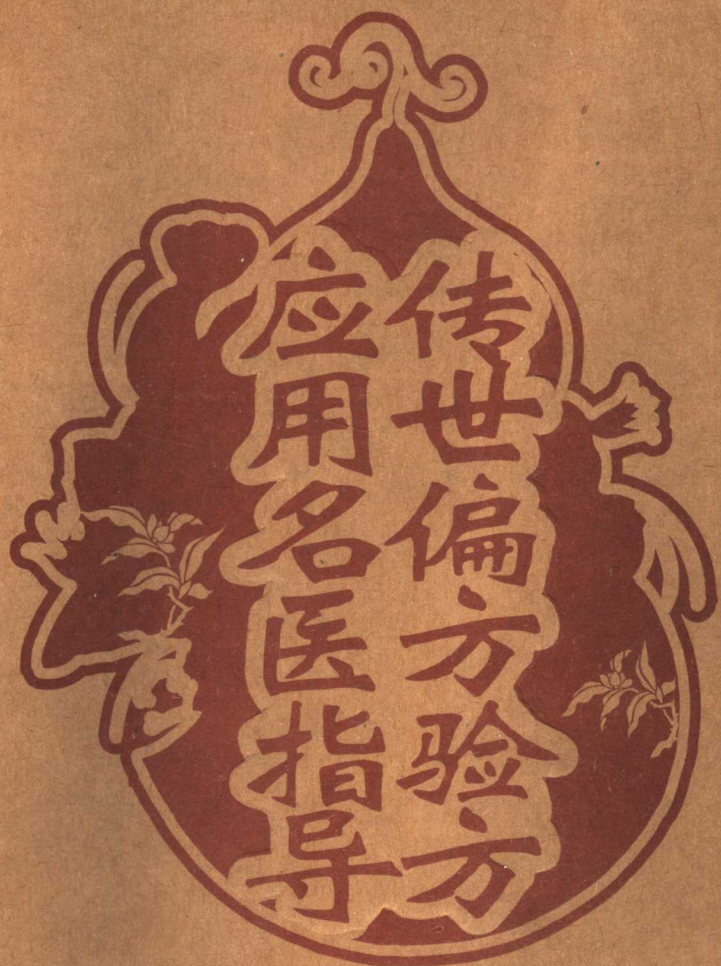




◎ 施顺芝 / 编著

白鹿古藥學
醫藥出版社

图书在版编目(CIP)数据

传世偏方验方应用名医指导/施顺芝编著.

—赤峰:内蒙古科学技术出版社,2005.4

(健康人生丛书)

ISBN 7-5380-1341-5

I. 传… II. 施… III. ①土方-汇编 ②验方-汇编
IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 028454 号

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段 4 号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

组织策划/欧 东

责任编辑/刘 冲

封面设计/鲁 冰

印 刷/大板金源民族印刷厂

开 本/880×1230 1/32

印 张/14

字 数/340 千

版 次/2005 年 6 月第 1 版

印 次/2006 年 3 月第 3 次印刷

定 价/24.80 元

前 言

偏方、验方在我国传统医学中始终占有重要的地位,其特点为历史悠久,源远流长,方用简便、经济实用,为广大群众所青睐。为了使之发扬光大、造福于民,将经济实用的治病良方提供给广大读者,预防和治疗各种疾病,减轻患者的病痛。编著者针对常见的疾病和各种疑难杂症,搜集整理了许多偏方、验方,结合专家的临床经验,精心编写了本书。

该书是一本集科学性、实用性、操作性、可读性于一体的科普读物,能给你的生活提供诸多便利,是你的家庭医生,是你生活中的良师益友。

编著者建议:使用书中之方前,必须到医院进行诊断,并在医生指导下进行治疗。书中之方对许多疾病有效,但不是万能的,在选方治病时要学会区别症状,做到辨证施治。

编著者

2005.3



目 录

呼吸系统疾病.....	(1)
慢性支气管炎.....	(3)
感 冒.....	(6)
咳 嗽.....	(9)
发 热.....	(13)
肺结核.....	(18)
肺脓肿.....	(24)
肺气肿.....	(26)
支气管哮喘.....	(29)
肺 癌.....	(31)
消化系统疾病.....	(37)
胃 痛.....	(39)
急性胃肠炎.....	(44)
慢性胃炎.....	(46)
胃及十二指肠溃疡.....	(49)
痢 疾.....	(53)
黄 疸.....	(57)
慢性肝炎.....	(60)
肝硬化.....	(65)
胰腺炎.....	(68)
胆囊炎.....	(70)
食管癌.....	(72)
泄 泻.....	(77)



痔 疮	(81)
便 秘	(85)
牙 痛	(87)
循环系统疾病	(89)
贫 血	(91)
高脂血症	(96)
高血压	(99)
低血压	(106)
中 风	(108)
血栓闭塞性脉管炎	(112)
心律失常	(114)
肺源性心脏病	(117)
心 悸	(119)
心绞痛	(123)
泌尿生殖系统疾病	(125)
阳 痿	(127)
遗 精	(132)
早 泄	(137)
性欲低下	(139)
男子不育	(142)
膀胱癌	(147)
肾盂肾炎	(151)
慢性肾小球肾炎	(153)
急性肾小球肾炎	(155)
神经系统疾病	(157)
失 眠	(159)
头 痛	(162)
眩 晕	(165)



癔 病	(169)
耳眩晕	(172)
神经衰弱	(173)
颈椎病	(177)
面神经瘫痪	(178)
妇科疾病	(181)
月经先期	(183)
月经后期	(186)
月经过少	(188)
经期延长	(190)
带下病	(191)
妊娠恶阻	(193)
产后血晕	(195)
产后腹痛	(197)
产后恶露不绝	(200)
产后缺乳	(201)
子宫脱垂	(203)
不孕症	(205)
妇女更年期综合征	(211)
子宫颈痛	(213)
儿科疾病	(221)
小儿口疮	(223)
小儿厌食	(224)
小儿呕吐	(226)
小儿遗尿	(229)
小儿麻疹	(231)
小儿肺炎	(234)
小儿佝偻病	(236)





小儿百日咳	(238)
小儿疳证	(240)
小儿惊风	(242)
小儿夜啼	(245)
小儿汗证	(246)
小儿蛔虫病	(248)
小儿蛲虫病	(249)
小儿流鼻血	(250)
小儿扁桃体炎	(252)
皮肤科疾病	(255)
荨麻疹	(257)
湿 疹	(259)
疣	(261)
座 疮	(264)
雀 斑	(265)
斑 秃	(267)
脱 发	(270)
白 发	(273)
黄褐斑	(276)
其他疾病	(279)
水 肿	(281)
肥胖症	(287)
甲状腺功能亢进	(289)
糖尿病	(291)
症 疾	(294)
虚 劳	(296)
痹 证	(300)
腰 痛	(303)

美容有方.....	(305)
荣唇艳口方.....	(307)
生眉扶睫方.....	(308)
洁发止痒方.....	(310)
乌须黑发方.....	(314)
增白莹面方.....	(317)
抗皱驻颜方.....	(321)
润肤悦颜方.....	(324)
生发茂发方.....	(326)
明目益睑方.....	(328)
洁齿牢牙方.....	(331)
香身除臭方.....	(334)
健鼻护耳方.....	(335)
丰形健身方.....	(338)
保健滋补方.....	(341)
补气方.....	(343)
补血方.....	(348)
气血双补方.....	(355)
补阳方.....	(357)
补阴方.....	(360)
阴阳两补方.....	(365)
补津液方.....	(367)
益精方.....	(370)
补益肺气方.....	(377)
养肝补肝方.....	(383)
健脾益胃方.....	(387)
补益心脏方.....	(393)
补肾气方.....	(398)



健脑益智方.....	(405)
增力健体方.....	(411)
健骨强腰方.....	(415)
安神助眠方.....	(418)
增强性功能方.....	(420)
润喉清音方.....	(425)
抗衰防老方.....	(430)
延年益寿方.....	(436)

呼吸系統疾病



慢性支气管炎

慢性支气管炎是由感染或非感染因素引起的气管、支气管黏膜炎性变化，黏液分泌增多，临床以持久性的咳嗽为主症，多在冬季发作，春暖后缓解。

名医诊断

慢性支气管炎，起病多缓慢，病情轻重不一。咳嗽、咳痰是主要症状。终年不断是本病的特点。初起大多病轻，咳嗽，咳痰，痰白泡沫，不易咯出，继发感染后，则出现高热、寒战、咳嗽加剧，有过敏体质者，可出现喘息、哮喘，甚者不能平卧。少数病人可并发阻塞性肺气肿、支气管扩张、肺心病。

康复指导

本病属中医“内伤咳嗽”、“痰饮”范畴。引起本病的原因是脏腑功能失调以致肺失宣肃、肺气上逆。内伤咳嗽多属邪实正虚，治疗以祛邪扶正为大法。属痰湿壅肺者，治以健脾化痰止咳；属痰热郁肺者，治以清热化痰肃肺；属肝火犯肺者，治以清肺平肝止咳；属肺阴亏耗者，治以滋阴润肺止咳。慢性支气管炎是临床常见病症之一，经早期积极治疗，预后一般良好。患者平时应注意锻炼身体，增强体质，避免接触刺激性烟雾、尘埃，防寒保暖。须嘱病人戒郁怒，薄厚味，方能收到预期效果。临床上常用的秘方、偏方主要如下：

【方一】

银杏 20 粒，石韦 30 克，冰糖 15 克。将银杏去壳、衣，捣破，与石韦同放瓦锅中，加水 2 碗，煮至 1 碗，去药渣入冰糖，待溶化后饮服。

本方化痰定喘，适用于喘促型慢性气管炎。

【方二】

麻黄 9 克，白芍 6 克，五味子 10 克，干姜 9 克，甘草、细辛各 6 克，桂枝 9 克，半夏 10 克。水煎服，每日 1 剂，早晚服。

本方温肺化饮，适用于外寒内热引起的慢性支气管炎。



【方三】

白果 15 克，麻黄 10 克，冬花、半夏各 9 克，桑白皮 12 克，苏子、黄芩各 9 克，杏仁 10 克，甘草 6 克。水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。

本方宽肺清热，适用于外寒内热所致的慢性支气管炎。



半夏

【方四】

苏子、白芥子、萝卜子各 6 克。先将上三药用小火炒 3~5 分钟，后用干净的白纱布包好，用白线扎牢，再打碎，然后倒入瓦罐中，加冷水 1 小碗，小火煎 10 分钟，约剩下半小碗药汁时，滤出头汁；再加水大半碗，约煎至半碗药液时，滤出二汁，弃渣。每日 2 次，每次半小碗，饭后饮服。

本方降气化痰、畅膈宽胸，适用于慢性支气管炎。

【方五】

经秋后霜打过的茄秧，在地里干枯后，茎叶呈棕色者采取 500 克。放入锅中，加水至将药浸过为度，煮沸 1 小时，收取煎液，反复煎煮 3 次，收取 3 次煎液，再熬，浓缩为 500 毫升。每日 100~150 毫升，分 2 次饭后服。

本方消炎止咳，适用于慢性支气管炎。

【方六】

白萝卜 300 克，海浮石 90 克，甜杏仁 15 克，川贝母 5 克，蜂蜜 4 匙，黄酒 1 匙。白萝卜洗净，切丁；海浮石、甜杏仁、川贝洗净，打碎，加黄酒湿润，与萝卜粒同倒入瓷盘内，加入蜂蜜，旺火隔水蒸 2 小时，离火，冷却后，纱布过滤，绞取汤液。将汤液再蒸半小时，冷却，装瓶，密封。早晚各 1 次，每次 1 匙，清水送服。

本方清热化痰，宽肺通气，适用于咳痰黄稠，肺火重的慢性支气管炎。

【方七】

苏子 10 克，橘红 9 克，半夏 6 克，当归 8 克，前胡 10 克，肉桂 6 克，厚朴 9 克，甘草 6 克，生姜 3 片，大枣 3 枚。水煎服，每日 1 剂，早晚服。

本方降气止喘，适用于痰气交阻所致的慢性支气管炎。





【方八】

麻黄 10 克，石膏 30 克，甘草 9 克，半夏、大枣各 6 克，生姜 3 片。
水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。

本方清热化痰，适用于痰热壅肺引起的慢性支气管炎。

【方九】

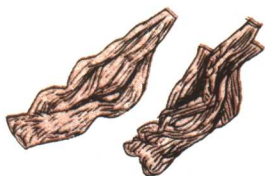
人参 6 克，白术 10 克，茯苓 12 克，炙甘草 9 克，半夏、陈皮各 9 克。
水煎服，每日 1 剂，2 次服完。

本方健脾益气，适用于脾肺气虚所致的慢性支气管炎。

【方十】

当归 12 克，人参 6 克，熟地 9 克，白术 12 克，茯苓 10 克，陈皮、半夏、炙甘草各 9 克。
水煎服，每日 1 剂，分 2 次服。

本方脾肾双补，适用于脾肾虚弱引起的慢性支气管炎。



当归

【方十一】

板蓝根 20 克，黄芩、浙贝、橘红各 10 克，天竺黄 15 克，元参 12 克，炒杏仁 10 克，白前 10 克，鱼腥草 15 克，茅根 20 克，炙紫菀 12 克，甘草 10 克。水煎服，轻者，日 1 剂，分 2 次服；重者，每日 2 剂，日服 4~6 次。

本方清热化痰，适用于温邪犯肺所致的慢性支气管炎。

【方十二】

冬瓜仁 20~30 克，薏苡仁 15~20 克，粳米 100 克。先将冬瓜仁用清水淘洗净，煎取汁，去渣，再与粳米、苡仁（淘洗净）同煮为稀粥，日服 2~3 次。

本方健脾、利湿、化痰，适用于慢性支气管炎，属痰湿阻肺证者。

【方十三】

黄芪 15 克，桔梗 9 克，沙参 24 克，杏仁、紫菀各 9 克，茯苓 10 克，百合、半夏各 12 克，甘草 9 克。水煎服，每日 1 剂，日服 2 次。

本方补气平喘、止咳化痰，适用于慢性支气管炎。

【方十四】

带皮苦杏仁、冰糖各适量。捣碎，混匀，制成杏仁糖，早晚各服 9



克，10 天为 1 疗程。

本方祛痰止咳，适用于老年慢性支气管炎、咳嗽、痰喘等证。

感 冒

感冒是因病毒或细菌感染所致的一种常见呼吸道疾病。又称“上感”。临床主要以鼻塞、流涕、咽痛、头痛、关节痛、恶寒发热或高热等为主要症状。

名医诊断

中医属于“感冒”、“伤风”范畴。引起本病的原因主要是外感风邪。多发于气候突变、寒暖失常之时，因禀赋素弱或过度疲劳、起居不慎、遭受雨淋，使风邪乘虚从皮毛、口鼻而入，邪犯肺卫而致本病。感冒有风寒、风热之分，风寒外袭，则症见鼻塞声重、头身疼痛、恶寒无汗、舌苔薄白、脉浮紧；风热外感，则症见发热、鼻塞涕浊、口干咽痛、舌苔薄黄、脉浮数。

康复指导

本病的治疗，以宣肺解表为大法。属风寒感冒者，治宜辛温解表；风热感冒或寒郁化热者，治宜疏风清热，辛凉解表；对虚人感冒或反复感冒者，治宜扶正祛邪，益气解表。对感冒的预防，平素应加强体育锻炼，增强肌体防卫能力，居室要经常保持新鲜空气及充足阳光，并注意个人清洁卫生。一旦患感冒，饮食宜清淡，多饮开水，忌食油腻辛辣燥热之品，以利于本病的康复。临床常用的一些秘方、验方主要如下：

【方一】

荆芥、防风各 10 克，桑叶 9 克，淡豆豉 12 克，羌、独活各 10 克，前胡、陈皮各 6 克，薄荷 6 克（后下），鲜姜 2 片，杏仁 10 克，苏叶 9 克，焦枳壳 6 克。水煎服，每日 1 剂，日服 2 次。

本方适用于外感风寒所致的风寒感冒。



防风



【方二】

荆芥 5~10 克，薄荷 3~5 克，淡豆豉 5~10 克，粳米 50~100 克。先将荆芥、薄荷、淡豆豉煮沸后 5 分钟，取汁，去渣。另将粳米煮粥，待粥将熟时，加入药汁，同煮为稀粥。一般以 2~3 天为 1 疗程，每日分 2 次服用，温热服食。

本方适用于一切感冒。

【方三】

豆腐 2 块，淡豆豉 6 克，葱白 3 根。先将豆腐、淡豆豉用水一碗煎至半碗，再入葱白，煎沸后趁热服用。

本方疏散风寒，适用于风寒感冒。

【方四】

生姜 3 片，红糖 15 克。将生姜洗净切丝，放在瓷杯内，以沸水冲泡，盖上盖温浸 5 分钟。再调入红糖，趁热顿饮，服后盖被取汗。

本方祛寒发汗，适用于风寒感冒。

【方五】

香菜 30 克，黄豆 10 克，食盐少许。将香菜洗净，黄豆洗净。先把黄豆放入锅内，加水适量，煎煮 15 分钟后，再加入香菜同煮 15 分钟，去渣喝汤，1 次或分次服完。服时加少量食盐调味，每日 1 剂，分 2 次服。

本方发散风寒，适用于风寒感冒。

【方六】

桑叶、菊花各 6 克，淡竹叶、白茅根各 30 克，薄荷 3 克。上述各药用沸水冲泡 10 分钟，频频饮或放冷作饮料大量饮，连服 2~3 天。

本方疏散风热，适用于外感风热所致的感冒。

【方七】

红茶叶 10 克，核桃仁 7 枚，生姜 10 克。将红茶叶炒焦，加入核桃仁、生姜，加水适量，煎服，每日 1 剂。

本方适用于风寒感冒。

【方八】

霜桑叶 500 克。桑叶洗净，切碎，加水煮，蒸馏，收集饱和芳香水，



菊花



每服 30 毫升，日 2 次。

本方祛风清热，适用于风热感冒。

【方九】

淡豆豉 15 克，荆芥 3 克，麻黄 1 克，葱根 20 克，山梔 3 克，生石膏末 60 克，生姜 3 片，葱白 2 茎，粳米 100 克。先将上述各药同入砂锅煎汁，时间不宜过长，沸后再煎 5~10 分钟即可，去渣，入粳米，同煮为稀薄粥，若服后汗出热退即停服。

本方适用于风热感冒之高热不退，肺热喘急者。

【方十】

山楂 10 克，金银花 30 克，蜂蜜 250 克。将山楂、金银花放入砂锅内，加水适量置大火上烧沸，3 分钟后将药液滤入碗内，将药渣加水再煎一次，滤出药液，两次将药液合并后，放入蜂蜜，搅拌均匀即可。此药可随时饮用。

本方对风热感冒有一定疗效。

【方十一】

取一些去籽的西瓜瓢，备用；再取一些番茄，洗干净，用滚水泡一下，去掉皮和籽。将西瓜瓢和番茄肉分别用干净纱布包起来，绞挤汁液，然后将等量的西瓜汁和番茄汁混合在一起，当开水喝，适量为度。

本方清热利湿，适用于夏季感受暑热夹湿的感冒。

【方十二】

香薷 10 克，厚朴 5 克，用剪刀将二者剪碎，白扁豆 5 克炒黄捣碎。将上述各物放入保温杯中，以沸水冲泡，盖严温浸 1 小时，代茶频饮。

本方解暑化湿和胃，适用于夏季感受暑湿之邪的感冒。

【方十三】

紫苏叶、薄荷、佩兰叶、藿香各 1000 克，淀粉 200 克，糖精适量。将上药共研碎，过 60 目筛，用温开水 100 毫升，将糖精溶化，和入淀粉。再用冷开水 200 毫升，将淀粉搅拌成浆状，再冲入开水 2000 毫升，加速搅拌成糊状，加药粉拌匀，用模压成茶块，晒干或烘干，每块重 10 克，沸水冲泡，代茶饮。每次 1~2 块，日 2~3 次。

本方适用于中暑或夏季暑热感冒。

【方十四】

谷子 30 克。炒黄，煎汤顿服，盖被取微汗。