

常见病 中医良方 精选

张泽生 主编



學苑出版社

常见病中医良方精选

主 编 张泽生

刘连顺

副主编 刘 刚

张红玉

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

常见病中医良方精选/张泽生主编. - 北京:学苑出版社,
2006

ISBN 7 - 5077 - 2709 - 2

I. 常… II. 张… III. 常见病 - 验方 - 汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 022505 号

责任编辑:周乙龙

出版发行:学苑出版社

社 址:北京市丰台区南方庄2号院1号楼 100079

网 址:www.book001.com

电子信箱:xueyuan@public.bta.net.cn

邮购电话:010-67601101

销售电话:010-67675512、67602949、67678944

印 刷 厂:北京朝阳印刷厂

开本印张:890×1240 32开本 6.375印张

字 数:125千字

版 次:2006年4月北京第1版

印 次:2006年4月北京第1次印刷

印 数:0001—4000册

定 价:15.00元

前 言

为了进一步提高广大基层医务人员对于常见病、多发病的诊治水平,使广大患者能够及时解除痛苦,保障身体健康,我们编写了这本《常见病中医良方精选》。

中医不可替代的临床疗效和简、便、廉、验等优点在人民群众心中享有较高信誉。为了使广大基层医务人员能够掌握中医方法治疗常见病、多发病,我们特意从内科、外科、骨科、妇科、儿科、五官科和皮肤科中选取了 100 种病,加以介绍。每个病种,以西医病名为题,以中医证名参照,突出了辨病与辨证相结合的特色。在每种病证的“【概述】”中,总括了主要症状、病因病理,使读者便于查对和掌握。在“【治疗】”中,全书共选取了 320 余首方剂,这些方剂,有些是经方、古方化裁而来,有些是成方、验方演变而成,它们都具有一个共同特点,那就是经过我们在临床上反复验证,证明确实有效的,所以称之为“良方”。有一点需要说明的,选方用药,必须经过辨证论治,因为辨证论治是中医的基本观点,也是中医的灵魂。因此,我们强调了辨证分型、方与证合,这样才能更加切合病情,提高治疗效果。最后的“【预防】”部分,实际上也包含了保健和护理的内容,对于普及预防保健知识,增强和巩固临床疗效,都有着积极作用。

本书的编写,从基层实际需要出发,突出特点是实用性强,

同时还具有普及性、科学性、系统性等特点,适合于广大基层医务人员阅读和参考。在编写过程中,我们参阅了大量公开出版的医学图书和报纸、杂志,在此向原作者表示衷心的感谢。由于我们学识水平有限,书中错误之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

张泽生

2005年5月

目 录

前言	(1)
一、内科病症	(1)
(一)普通感冒	(1)
(二)流行性感胃	(3)
(三)扁桃腺炎	(4)
(四)急性气管-支气管炎	(6)
(五)慢性支气管炎	(7)
(六)阻塞性肺气肿	(10)
(七)支气管哮喘	(11)
(八)冠心病	(13)
(九)病毒性心肌炎	(15)
(十)难治性心力衰竭	(17)
(十一)高血压病	(19)
(十二)糖尿病	(21)
(十三)反流性食管炎	(23)
(十四)慢性胃炎	(25)
(十五)胃下垂	(27)
(十六)消化性溃疡	(29)

(十七)急性胃肠炎	(31)
(十八)细菌性痢疾	(33)
(十九)溃疡性结肠炎	(35)
(二十)肠易激综合征	(37)
(二一)便秘	(39)
(二二)病毒性肝炎	(41)
(二三)肝硬化	(44)
(二四)胆囊炎和胆石症	(47)
(二五)再生障碍性贫血	(49)
(二六)过敏性紫癜	(51)
(二七)急性肾小球肾炎	(53)
(二八)慢性肾小球肾炎	(55)
(二九)尿路感染	(57)
(三十)阳痿	(59)
(三一)少精、无精子症	(62)
(三二)失眠	(63)
(三三)癫痫	(65)
(三四)血管神经性头痛	(67)
(三五)周围性面神经麻痹	(69)
(三六)老年性痴呆	(71)
二、外科病症	(74)
(一)急性阑尾炎	(74)
(二)胆道蛔虫病	(76)
(三)前列腺炎	(77)

(四)前列腺增生症	(79)
(五)泌尿系结石	(81)
(六)急性乳腺炎	(83)
(七)乳腺增生病	(85)
(八)疖、痈	(86)
(九)血栓性静脉炎	(87)
(十)血栓闭塞性脉管炎	(89)
三、骨科病症	(91)
(一)骨质增生症	(91)
(二)慢性腰背痛	(92)
(三)腰椎间盘突出症	(94)
(四)足跟痛	(96)
(五)颈椎病	(98)
(六)肩关节周围炎	(100)
(七)类风湿性关节炎	(101)
四、妇科病症	(104)
(一)痛经	(104)
(二)闭经	(106)
(三)功能失调性子宫出血	(108)
(四)妊娠呕吐	(111)
(五)先兆流产	(112)
(六)不孕症	(114)
(七)盆腔炎	(116)
(八)子宫颈炎	(119)

(九)阴道炎	(122)
(十)子宫脱垂	(124)
(十一)子宫肌瘤	(126)
(十二)产后缺乳	(128)
(十三)产褥感染	(130)
(十四)更年期综合征	(132)
(十五)经前期紧张综合征	(134)
五、儿科病症	(136)
(一)小儿夏季热	(136)
(二)小儿腹泻	(137)
(三)小儿遗尿	(139)
(四)百日咳	(141)
(五)流行性腮腺炎	(143)
(六)麻疹	(144)
(七)水痘	(147)
(八)小儿厌食症	(149)
(九)小儿营养不良	(151)
(十)佝偻病	(153)
(十一)儿童多动症	(155)
六、五官科病症	(157)
(一)急性结膜炎	(157)
(二)麦粒肿	(158)
(三)化脓性中耳炎	(159)
(四)耳鸣、耳聋	(161)

(五)过敏性鼻炎	(163)
(六)鼻窦炎	(164)
(七)咽炎	(166)
(八)多发性口腔溃疡	(168)
(九)牙周病	(170)
七、皮肤科病症	(172)
(一)痤疮	(172)
(二)黄褐斑	(174)
(三)脱发	(175)
(四)湿疹	(178)
(五)带状疱疹	(180)
(六)荨麻疹	(181)
(七)脓疱疮	(183)
(八)冻疮	(184)
(九)烧伤	(185)
(十)疣	(187)
(十一)足癣	(188)
(十二)神经性皮炎	(190)

一、内科病症

(一) 普通感冒

【概述】

普通感冒简称感冒,又称上呼吸道感染。是由病毒感染人体,局限于鼻腔及咽喉的疾病。部分患者合并细菌感染。其症状以发热、畏寒、头痛、鼻塞、流涕、喷嚏为主,是一种常见病。一般病情较轻,病程较短,预后较好。

感冒属于中医“外感风邪”范畴。中医把感冒分为风寒、风热两大类,此外,还有暑湿感冒、气虚感冒(反复发作者)等,临床上也较为常见。

【治疗】

1、风寒感冒:症见发热,恶寒,无汗,头痛,咽痒,周身不适,咳嗽痰多稀白,鼻塞或流清涕。舌苔薄白,脉浮紧或浮缓。治宜辛温解表,宣肺散寒。

方药:荆防败毒散加减。荆芥、防风、羌活、白芷、川芎、柴胡、前胡、桔梗各10克,枳壳9克,甘草6克。水煎服,每日1剂。

2、风热感冒:症见恶寒轻、发热重,头胀痛,咽喉肿痛,口微

渴,少汗,咳嗽吐黄痰。舌苔薄白或微黄,舌质红,脉浮数。治宜辛凉解表,宣肺透热。

方药:银翘散加减。金银花、连翘、芦根各 30 克,桑叶、菊花、牛蒡子、杏仁、桔梗、薄荷(后下)各 10 克,竹叶、甘草各 6 克。水煎服,每日 1 剂。

3、暑湿感冒:症见夏令感邪,高热无汗,头痛,身重,胸闷泛恶,食欲不振,或有呕吐、腹泻,咳嗽。苔薄白或腻,脉濡数。治宜清暑祛湿,解表达邪。

方药:新加香薷饮加减。香薷、藿香、佩兰、厚朴、桔梗各 9 克,鲜扁豆花、金银花、连翘各 15 克,甘草 6 克。水煎服,每日 1 剂。

4、气虚感冒(素体气虚):症见头痛鼻塞,恶寒发热,咳嗽痰白,倦怠乏力,气短懒言,反复发作。舌淡,苔白,脉浮无力。治宜益气固卫,解表除邪。

方药:参苏饮加减。党参、葛根各 30 克,茯苓、半夏各 15 克,苏叶、陈皮、前胡、桔梗各 10 克,生姜 3 片,大枣 4 枚。水煎服,每日 1 剂。

【预防】

加强锻炼,增强体质,随时洗手,盐水漱口。保持室内环境卫生,经常开窗通气,天冷时多晒太阳。发热时要多休息,多饮开水,晚上宜热水烫脚。饮食宜清淡,忌辛辣、油腻、燥热之品。

(二) 流行性感冒

【概述】

流行性感冒简称流感,是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。主要通过飞沫传染,具有高度传染性,如不及时控制,易引起暴发流行。其临床特点为:急性高热、全身酸痛、软弱乏力,伴有呼吸道症状如鼻塞、咳嗽等,病程约4~6天,冬春季发病较多。婴儿、老人及体弱者易并发肺炎等。

流行性感冒属于中医“时行感冒”、“风温”等范畴。多系气候反常,人感受邪毒、疫疠之气而发。邪从口鼻侵入,主要蕴结肺胃二经。若邪轻,仅见风热袭表之证(单纯型流感);若邪重,则多肺胃气分或卫气同病,或气营两感见证(肺炎型流感、中毒型流感等)。

【治疗】

1、风寒束表型:症见恶寒重、发热轻,无汗,头痛,咳痰清稀,四肢酸痛。舌苔白而润,脉浮缓。治宜辛温解表,发散风寒。

方药:荆芥、防风、前胡、紫苏、桔梗、茯苓各10克。柴胡、羌活、枳壳各12克,甘草6克,生姜3片。水煎服,每日1剂。

2、风热袭表型:症见发热重、恶寒轻,咽红而痛,咳嗽痰稠,口渴汗出。舌苔薄黄,脉浮数。治宜辛凉解表,疏风散热。

方药:金银花、连翘、芦根、大青叶各30克,桔梗、牛蒡子各12克,竹叶、薄荷、甘草各9克。水煎服,每日1剂。

3、肺热壅盛型:症见发热较高,不恶寒,咳嗽气喘,痰黄稠或

咯血,口渴思饮。舌红苔黄,脉滑数。治宜清热解毒,宣肺止咳。

方药:生石膏 90 克,蒲公英、紫花地丁、板蓝根、瓜蒌各 30 克,黄芩、桔梗各 15 克,川贝母、赤芍、丹皮、甘草各 10 克。水煎服,每日 1 剂。

4、邪毒内陷型:症见高热不退,烦躁不安,谵语妄言,嗜睡或昏迷,颈项强直。舌红苔黄,脉数。治宜清热解毒,清心开窍。

方药:金银花、连翘、麦冬、玄参、水牛角屑各 30 克,郁金、石菖蒲、钩藤、黄连各 12 克,竹叶、莲子心各 10 克。水煎服,每日 1 剂。

【预防】

加强体育锻炼、增强身体抗病能力,是预防流感的根本措施。室内注意通风换气,勤拆洗被褥,随天气变化增减衣服。减少和流感病人的接触,感冒流行期间,尽量不要到人群聚集的公共场所去。可将食醋加等量水稀释,小火加热,使其蒸发,可消毒房间空气,预防流感。另外用贯众 50 克,水煎,可供 3~5 人服用,以作预防;还可以用大青叶 15 克,冰糖 5 克,一同加水煮沸,温热服用,每日 1 剂,当茶频饮。

(三)扁桃腺炎

【概述】

扁桃腺是人咽部较大的淋巴组织,位于咽部两侧,是人体防御病菌入侵的“前哨”之一。正常情况下,扁桃腺表面上皮完整性和黏液腺的不断分泌,可将细菌病毒随同脱落的上皮细胞从

隐窝口排出,因此保持着机体健康。当人体抵抗力下降,细菌、病毒乘虚而入(细菌感染较为多见),滋生繁衍,导致扁桃腺发炎。甚至感染穿透扁桃腺小窝底部,致扁桃腺周围组织发生脓肿。

急性扁桃腺炎发病急,表现高热,咽痛、咽腔充血,扁桃腺红肿,淋巴结肿大,中医称之为“喉蛾”、“乳蛾”;一旦形成脓肿,则热更甚,伴头痛、饮食不下、发音不清,扁桃腺周围有散在的脓肿,痰涎多而黏稠。属中医之“烂乳蛾”范畴。

【治疗】

1、方一:桔梗、山豆根、玄参、牛蒡子各 12 克,金银花、连翘各 30 克,甘草 6 克。水煎服,每日 1 剂(适用于发热较轻,咽喉红肿疼痛者)。

2、方二:蒲公英、大青叶、野菊花各 30 克,黄芩、白茅根各 15 克,赤芍、丹皮各 12 克。水煎服,每日 1 剂(适用于发热较重、炎症明显者)。

3、方三:生地、玄参、赤芍、麦冬、蒲公英、金银花、连翘各 30 克,当归、大黄、桔梗各 15 克,前胡、栀子、甘草各 10 克。水煎服,每日 1 剂(适用于扁桃腺周围脓肿者)。

无论选用上述哪一种方药,皆可配合外用法。选用:双料喉风散、锡类散、冰硼散或自制吹喉散(蚕茧 8 个烧灰,鸡内金 5 个烧炭,飞白矾 6 克,共研极细末)吹喉,可以缩短疗程。

【预防】

扁桃腺发炎病人,应卧床休息,多喝开水,吃富于营养、易于消化的食物,忌辛辣及厚味滋腻之品。平常应注意口腔清洁,定时刷牙,饭后漱口,戒烟限酒。易反复发作作者,可常以胖大海泡

茶或金银花、甘草泡茶频饮之,有预防功效。

(四) 急性气管—支气管炎

【概述】

急性气管—支气管炎是由感染或非感染(如物理、化学刺激,疲劳、受凉诱发等)因素引起的气管、支气管黏膜的急性炎症。病毒或细菌是常见的发病原因。老年人、儿童易发。

起病初期,有急性上呼吸道感染症状,如鼻塞、流涕、喷嚏、咽痛、咳嗽、发热、全身不适等。咳嗽是其主要症状,可有黏液痰,有的可转为黏液脓性痰。晨起、入睡前体位改变时,或吸入冷空气时,阵发咳嗽加重,有的终日咳嗽不止。急性气管—支气管炎的发热和全身不适症状,可在3~4天消退,咳嗽有时能延长数周。

急性气管—支气管炎属于中医“外感咳嗽”范畴。其病机多由风寒或风热外侵,邪袭肌表,肺气不宣,清肃失职,痰液酿生;或感受燥气,肺津受灼,痰液黏结所致。

【治疗】

1、风寒型:症见恶寒无汗,遇凉咳甚,鼻塞涕多,或发热。舌苔薄白,脉浮紧。治宜疏风散寒,宣肺止咳。

方药:麻黄、荆芥、橘红、苏叶各10克,杏仁、半夏、紫菀各12克,甘草6克,生姜3片。水煎服,每日1剂。

2、风热型:症见咳嗽声粗,痰黏不爽,咽痛口渴,恶风身汗,鼻涕黄稠。舌苔薄黄,脉浮数。治宜清热散风,宣肺止咳。

方药:紫菀、桑叶、连翘、杏仁、桔梗各 12 克,前胡、川贝母各 10 克,芦根 30 克,甘草 6 克,薄荷(后下)6 克。水煎服,每日 1 剂。

3、燥热型:症见喉痒干咳、无痰或痰少而黏,不易咯出,伴微寒、身热、头痛、咽干等。舌红而干,脉浮小数。治宜疏风清肺,润燥止咳。

方药:沙参、枇杷叶(去毛)各 30 克,杏仁、川贝母、桔梗、瓜蒌各 12 克,牛蒡子、火麻仁各 10 克,薄荷(后下)、甘草各 6 克。水煎服,每日 1 剂。

4、久咳型:急性气管-支气管炎的其他症状均已消失,而咳嗽经久不愈。舌质微红,苔薄黄,脉细数。治宜清肃肺络,宁金止咳。

方药:枇杷叶(去毛)、半夏、茯苓、瓜蒌各 15 克,百部、紫菀、杏仁、陈皮、白前、桔梗、黄芩各 12 克。水煎服,每日 1 剂。

【预防】

预防的重点是加强体育锻炼,提高身体抗病能力。遇有感冒,及时诊治,防止上呼吸道感染向下蔓延。少吃油腻、过甜、过咸食物,避免多食“发物”,如海鱼、虾、蟹、酒、香椿等。同时戒烟,避免吸入冷空气、粉尘、油烟等有害气体,保持呼吸道清洁通畅。

(五)慢性支气管炎

【概述】

慢性支气管炎简称“慢支”,是指气管、支气管黏膜及其周