

第二版



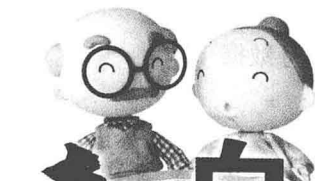
中老年 自我治病 奇效方 集锦

史书达
编

本书记载了一千位亲身试方的验证人，均有名有姓有真实地址。在每一条验方中，都有详细配方、治疗过程和治愈方法说明。可以说，它是一部“中老年人自己治病真实经验记录集”。

内蒙古出版集团
内蒙古科学技术出版社

第二版



中老年 自我治病 奇效方 集锦

史书达 编

ZHONGLAONIAN ZIWOZHIBING
QIXIAOFANG JIJIN

本书记载了一千位亲身试方的验证人，均有名有姓有真实地址。在每一条验方中，都有详细配方、治疗过程和治愈方法说明。可以说，它是一部“中老年人自己治病真实经验记录集”。

内蒙古出版集团
内蒙古科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

中老年自我治病奇效方集锦 / 史书达编. —2 版
—赤峰: 内蒙古科学技术出版社, 2010. 10
ISBN 978 - 7 - 5380 - 1996 - 4

I. ①中… II. ①史… III. ①验方—汇编 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 177598 号

出 版: 内 蒙 古 出 版 集 团
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
出 版 人: 额敦桑布
责任编辑: 斯琴达来
封面设计: 永 胜
印 刷: 赤峰彩世印刷有限责任公司
字 数: 450 千
开 本: 850 × 1168 1/32
印 张: 18.25
版 次: 2010 年 10 月第 2 版
印 次: 2011 年 5 月第 2 次印刷
定 价: 28.00 元



前 言

《中老年自我治病奇效方集锦》一书是编者参考了大量医学古籍与现代医学书刊著作，结合 20 多年以来收集的资料及长期从事医方的交流实践，精心筛选，认真整理，编写而成。

全书共收录秘、验、偏方 830 条。这些药方均经过几十次、上千次乃至几代人亲身品尝验证，证明了这些药方在治病上均有神奇的治愈效果。这 830 条秘、验、偏方是劳动人民的智慧结晶，是保障人民身心健康的宝贵财富，是祖国医学宝库中的重要组成部分。这些药方以简单、方便、省时、节俭、疗效显著为特点，深受广大群众及医务工作者的欢迎和喜爱。

1

全书最为突出的特点是：每一条方都有详细配药法、使用法、注意事项和疗效记载，门外汉一学就会用，特通俗易懂。使读者更为放心的是，每条方均附有荐方人与使用者的真实姓名和地址，药方来源出处十分可靠，用者都会感到有很强的实用性和安全感。

书中之方能治好许许多多的病，但它又不是万能的。病有阴阳表里之分，证有虚实寒热之别。由于每个人所处的环境不同和体质上的差异，有的人用这个方适应，而有的人就不适应。因此，在选方治病时不能统统按



一个模式生搬硬套,应学会区别症状,做到辨证施治。不可盲目地按图索骥,依方套病,犹如削足适履,则往往难以奏效,甚至还会出现意外事故。

目前,中西医病名还不能统一,书中的病名有些是中医叫法,有些是西医叫法。书中有些方剂还仍然采用古籍两、钱、分的计量法,因此,读者在利用时,可按书后附录六《计量单位换算表》进行换算。由于书中各种药方来源复杂,有许多药名是属地方土名,在药物大典上又没有记载,对于这样的药方不要勉强利用,以免贻害病人。

本书是患者的良师、医生的益友,又是城乡每个家庭及中老年人自我保健价值较高的科普书籍。编者所以把这些宝贵之方“聚英荟萃”,汇集成册,推向社会,是想为人民健康事业尽点微薄之力,这也是编者的多年夙愿。

编 者

1998年12月于阜新艺苑书屋

内 容 提 要

本书是专门为“中老年人自己患病自己治”而特意编辑的一部自我保健医书。

本书共收集行之有效的秘、验、偏方 830 条，可治疗 200 种病症，并经中老年人实际应用证明，是条条有效。在本书中公布了一千位亲身试方的验证人，均有名有姓有真实地址。在每一条验方中，都有详细配方、治疗过程和治愈方法说明。可以说，它是一部“中老年人自己治病真实经验记录集”。

本书最大特点：方简效宏，通俗易懂。缺乏医学知识的人，一学就会，学完就会操作，不但能为自己治病，同时也能为他人担当保健师。在 830 条医方中，花钱买药的方少，不花钱能治大病的药方多，既经济又实用，它是一部平民百姓家庭自己治病最理想的书。

偏 方 治 大 病

我受家教，自幼喜好中医，尤热衷于偏方、验方的收集与应用，期能实现济世利民的宏愿。数十年来，凡耳闻目睹之奇效验方，即录之。临证使用，常获捷效；传之于人，深受民众的欢迎。

1975年春，我突患溃疡病大出血，连续出现了3次失血性休克，生命危在旦夕。在输血抢救的同时，服用了单方大黄粉，次日即排出大量柏油便，腹部胀痛减轻，第三天便色转黄，潜血转阴，观之者莫不称奇。是年夏一青年患尿路感染，小便点滴不通，导尿时疼痛难忍，失声哭叫。我嘱其采鲜车前草煎汤服之，小时后小便自解，患者破泣为笑。用蒲公英治愈过乳痈，用童便治愈过鼻衄，用赤小豆治愈过扭伤，有蛋黄油治愈过口疮。此类验案，不胜枚举。“偏方治大病”，我深信而不疑。

我认为，此类方药是中医方剂学的重要组成部分，对于常见病、多发病防治是大有裨益的。

黑龙江中医药大学教授 程宝书撰文
(摘自 1998 年 3 月 31 日《老年报》)

目 录



◆各种癌(瘤)疾病

- 淋巴癌/□ 1
- 喉 癌/□ 2
- 食道癌/□ 3
- 胃 癌/□ 6
- 肺 癌/□ 10
- 肝 癌/□ 16
- 胰脏癌/□ 18
- 直肠癌/□ 19
- 子宫癌/□ 20
- 白血病/□ 21
- 治癌综合法/□ 21
- 各种抗癌止痛法/□ 25

◆传染性病症

- 感冒 发烧/□ 28
- 痢 疾/□ 35
- 肺 结 核/□ 39
- 骨 结 核/□ 43
- 淋巴结核/□ 43
- 囊 虫 病/□ 45
- 破 伤 风/□ 45
- 甲型肝炎/□ 47
- 乙型肝炎/□ 47
- 黄疸型肝炎/□ 50

目 录

		急慢性肝炎/ ☐ 51 疟 疾/ ☐ 52 狂犬病/ ☐ 53
	◆ 呼吸系统病症	咳 嗽/ ☐ 55 肺 气 肿/ ☐ 58 支气管炎/ ☐ 59 支气管哮喘/ ☐ 70 胸 膜 炎/ ☐ 82
	◆ 消化系统病症	消化不良/ ☐ 84 呃 逆/ ☐ 84 呕 吐/ ☐ 86 各种型胃病/ ☐ 88 胃及十二指肠溃疡/ ☐ 101 胃 下 垂/ ☐ 110 上消化道出血/ ☐ 111 胃 肠 炎/ ☐ 112 腹 泻/ ☐ 115 结 肠 炎/ ☐ 120 阑 尾 炎/ ☐ 122 臌 胀/ ☐ 123 大便不通/ ☐ 123 疝 气/ ☐ 124

目 录



便秘/☐ 126
肝硬化及腹肿/☐ 135
胆道蛔虫/☐ 138
胆 囊 炎/☐ 139
胆 结 石/☐ 141

◆循环系统病症

高 血 压 /☐ 143
低 血 压 /☐ 153
脑动脉硬化/☐ 156
心脏诸病/☐ 157
脑血管意外/☐ 168

◆精神与神经系统病症

精神分裂症/☐ 178
眩 晕/☐ 182
头 痛/☐ 185
肋间神经痛/☐ 193
眉棱骨痛/☐ 194
三叉神经痛/☐ 195
坐骨神经痛/☐ 198
半身不遂/☐ 201
脑神经痛/☐ 204
末梢神经炎/☐ 204
面神经麻痹/☐ 205
震颤麻痹/☐ 206

目 录

	神经衰弱/□ 207
	失 眠/□ 207
	盗 汗/□ 210
	身体麻木/□ 211
	癫 痫/□ 212
	◆营养代谢系统病症
	糖 尿 病/□ 218
	◆内分泌系统病症
	肥 胖 症/□ 229
	体 瘦 症/□ 235
4	口 渴 症/□ 236
	口 干 症/□ 236
	甲 亢 病/□ 237
	浮 肿/□ 238
	畏 寒 症/□ 239
	◆血液系统疾病
	贫 血 病/□ 240
	血 友 病/□ 242
	◆泌尿系统病症
	肾 炎/□ 243
4	肾炎浮肿/□ 248
	尿 毒 症/□ 249

目 录



尿道结石/□	253
肾 结 石/□	254
膀胱结石/□	255
尿 频/□	256
尿 失 禁/□	257
尿 闭/□	260
乳 糜 尿/□	262
阴囊湿疹/□	263
遗 精 症/□	264
阳 痿 症/□	265
前列腺炎/□	269
前列腺肥大/□	271

◆ 肛肠科病症

各型痔疮/□	277
肛 痿/□	286
脱 肛/□	288
粪便自流症/□	290

◆ 五官科病症

沙 眼/□	291
结 膜 炎/□	292
眼前飞蚊症/□	294
近 视 眼/□	295
白 内 障/□	297
老 花 眼/□	301

目 录



迎风流泪/□	308
倒 睫/□	310
耳膜穿孔/□	311
中 耳 炎/□	312
耳聋 耳鸣/□	316
鼻 衄/□	323
流涕不止/□	328
鼻 炎/□	328
鼻 息 肉/□	331
咽 喉 炎/□	333
声带结疖嘶哑/□	338
骨 梗 喉/□	338
烂 嘴 角/□	339
口 疮/□	339
口腔溃疡/□	340
口 臭/□	342
牙 龈 炎/□	342
固 齿 法/□	343
各种牙痛/□	344

◆ 骨 节 科 及 风 湿 性 疾 病

骨 折/□	364
胯关节坏死/□	368
骨质增生/□	369
足 跟 痛/□	372
颈 椎 病/□	376

目 录



腰椎间盘突出症/□ 382

肩周炎/□ 383

腰腿痛/□ 391

腿抽筋/□ 400

落枕/□ 404

跌打损伤/□ 405

外伤出血/□ 409

类风湿关节炎/□ 412

风湿性关节炎/□ 420

◆ 皮肤科病症

头皮屑/□ 428

脱发/□ 429

皮肤老化/□ 432

老年斑/□ 432

酒糟鼻/□ 433

湿疹/□ 435

荨麻疹/□ 435

带状疱疹/□ 436

皮肤瘙痒/□ 439

手足皲裂/□ 446

各种癣/□ 447

牛皮癣/□ 457

灰指甲/□ 462

白癜风/□ 463

瘢痕疙瘩/□ 464

目 录



- 腋 臭/□ 464
- 扁 平 疣/□ 466
- 寻 常 疣/□ 468
- 脚 鸡 眼/□ 469
- 脚底老茧/□ 471
- 腱 鞘 炎/□ 472
- 指 甲 炎/□ 473
- 神经性皮炎/□ 474
- 蜂窝组织炎/□ 476
- 外伤感染/□ 476
- 漆 疮/□ 477
- 冻 疮/□ 478
- 疥 疮/□ 482
- 糠 疮/□ 484
- 瘡 背 疮/□ 485
- 无名肿毒/□ 486
- 各种疔毒痈疽/□ 487
- 蛇 咬 伤/□ 491
- 蝎 蜇 伤/□ 491
- 蜈蚣咬伤/□ 492
- 黄蜂蜇伤/□ 493
- 烧 烫 伤/□ 494

◆ 妇科病症

- 崩 漏/□ 500
- 带 下 病/□ 501

目 录



◆老年长寿方法五则

阴 痒/□ 501
阴 道 炎/□ 502
子宫下垂/□ 503
痛 经/□ 503
倒 经/□ 504
产后腰痛/□ 504
乳腺增生/□ 505

百岁酒配制法/□ 507
长寿丹配制法/□ 507
我施行“长寿灸”得到了甜头/□ 508
返老还童健身丸配制法/□ 510
百岁老僧长寿方大公开/□ 511

附录一：儿科疾病的诊疗法/□ 512
附录二：第二骨侧全息律神奇
诊疗法/□ 526

附录三：生命水治病神奇疗法/□ 540
附录四：醋蛋液治病神奇疗法/□ 549
附录五：醋豆治病神奇疗法/□ 554
附录六：手脚穴位按摩工具与按摩法/□ 557
附录七：各种计量单位换算表/□ 562
编后语/□ 564



各种癌(瘤)疾病

淋 巴 癌

单用蟾蜍治愈了

崔老太太的淋巴癌

1976年8月,适余短留京都,闻金奖胡同李振玉兄之母崔国荣老太太,74岁,病情危笃,居家焦虑不安,四处奔走求医。随即赶往李宅,李告之曰:今年三月,家母感冒发烧后,浑身发痒,起红色血点如粟状。继之颌下及两腋下、两腹股沟部位淋巴结肿大,大者如核桃,小者如玉米粒,发展迅速,按之活动,不甚痛。曾用中西药均不见消。6月份,往北大附属一院作病理检查:报告为淋巴结癌,并下病危通知。家中大小人等,顿时惊恐万状,四处探听,八方搜寻京中名医名方,土医偏方,历时两月无宁日。李夫人供职于建筑艺术雕塑厂,经同事荐一老叟及至访其家中,老叟拒供姓名,亦不言细端,故尚不知老叟底细,但处一方携回,方曰:活蟾7只,大者良。用小刀沿皮割下两腿后之疣(即浆囊)共14只,置于瓦上,微火炙焦,研细面。晨空腹,黄酒100克送下,此为一次量,隔日一次。经商议,欲用此法。然李兄居城内,无处捉蟾,随将崔老太太移居丰台大女儿家,请人下田捉来活蟾若干,如法制备,令母服下。届时全家人等,侍于床侧,以防不测。第一次服后,无不良反应,肿大之淋巴结有缩小