

应用千百年

中医验方



世代相传的经验药方

高效安全的

潘小梅◎编著



用药常见

疗效可靠



中国医药学是一个伟大的宝库，蕴藏在广大人民群众中的验方，是这个宝库中的重要组成部分。这些世代相传的验方历经无数次实践，是先人的智慧结晶。它的特点是药味简单，寻取方便，安全可靠，费用低廉。除此之外，从古至今的医学典籍中更是留下了大量的名医验方，这些方剂从临床实际出发，以实用高效为准则，疗效奇特，屡用屡验。

本书以病为纲，以病统方，涉及病症多达10余种，民间和名医验方共多达千余首。所收集的验方以科学实用、疗效显著为基础，以制作简单、取材方便为原则，每个验方分组成、用法、功效、主治、加减及注意事项等几方面详尽介绍，非常适合居家保健及临床应用。

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

应用千百年的

中医验方



潘小梅◎编者

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

应用千百年的中医验方 / 潘小梅编著. — 石家庄 :
河北科学技术出版社, 2013.5
ISBN 978-7-5375-5872-3

I. ①应… II. ①潘… III. ①验方—汇编 IV.
①R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第095910号

应用千百年的中医验方

潘小梅 编著

出版发行: 河北出版传媒集团

河北科学技术出版社

地 址: 石家庄市友谊北大街330号(邮编: 050061)

印 刷: 环球印刷(北京)有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16

印 张: 23.5

字 数: 265千字

版 次: 2013年6月第1版第1次印刷

定 价: 28.80元

前言

中国医药学是我国劳动人民几千年来同疾病作斗争丰富经验的总结，它是一个伟大的宝库。蕴藏在广大人民群众中的单方、验方，是这个宝库中的重要组成部分。

全书共分为六章，精选古今中医名家治疗内科、伤外科、妇科、儿科、五官科、皮肤科共150余种常见病症及疑难杂症验方近1000首。

本书以病为纲，以病统方，每个常见病症下均选方剂数首。这些方剂是从近30年来各名医专著、名医医疗经验专辑、各医药报刊中经过比较筛选，并结合编者临床体会遴选出来的。每方下又按“组成”“用法”“功效”“主治”“加减”“注意”等几栏编写，条理清晰，查阅方便，读者按病索骥便可查找所需要的理想方剂。本书有很强的代表性和实用价值，是广大中医临床工作者提高临床疗效的好帮手。

本书具有用药常见、组方巧妙、简便易行、易学实用、省钱省事的特点，适合大众日常保健的需求，可作为广大读者的家庭“医疗顾问”。它可使读者一书在手，受益于千家名师。

提醒读者在选用本书验方时，应该首先听取医生指导，以免引起不良后果。

目录

第一章 内 科

感 冒.....	2	腹 泻.....	31
咳 嗽.....	4	便 秘.....	33
发 热.....	7	低血压.....	34
支气管哮喘.....	9	冠心病.....	36
大叶性肺炎.....	11	痢 疾.....	38
肺脓疡.....	13	黄 疸.....	41
肺结核.....	15	脱 肛.....	43
咯 血.....	18	癃 闭.....	44
呃 逆.....	20	水 肿.....	46
呕 吐.....	22	膀胱炎.....	49
吐 血.....	24	肝 炎.....	51
胃 痛.....	25	积 聚.....	53
胃下垂.....	28	臌 胀.....	55
腹 痛.....	30	癲 狂.....	57

癲 癇·····	59	三叉神经痛·····	94
心 悸·····	62	坐骨神经痛·····	96
不 寐·····	64	肥胖症·····	98
眩 晕·····	67	高血压病·····	100
头 痛·····	69	糖尿病·····	103
胸 痹·····	72	痛 风·····	107
自 汗·····	73	中 风·····	109
腰 痛·····	75	中 暑·····	112
遗 精·····	77	便 血·····	114
阳 痿·····	79	尿 血·····	117
早 泄·····	83	蛲虫病·····	119
盗 汗·····	85	蛔虫病·····	120
虚 劳·····	87	流行性乙型脑炎·····	123
痹 证·····	90	流行性脑脊髓膜炎·····	124

第二章 伤 外 科

颈椎病·····	126	软组织损伤·····	134
落 枕·····	129	急性腰扭伤·····	141
骨质增生症·····	130	足跟痛·····	142

肩周炎·····	143
疖·····	144
痈 疽·····	149
疔 疮·····	152
丹 毒·····	155
臁 疮·····	159
褥 疮·····	161
痔 疮·····	162
瘦 病·····	164
烧烫伤·····	166
癰 疔·····	167
乳 痈·····	171
乳 癖·····	174

急性阑尾炎·····	178
胆囊炎·····	181
胆石症·····	185
尿石症·····	187
前列腺炎·····	189
血栓闭塞性脉管炎·····	191



第三章 妇 科

痛 经·····	194
闭 经·····	197
月经不调·····	201
带下证·····	203

胎位异常·····	207
流 产·····	209
阴 痒·····	212
子宫出血·····	216

崩漏	217
妊娠呕吐	219
盆腔炎	221
产后缺乳	223
阴道炎	225



第四章 儿 科

小儿感冒	228	小儿惊风	257
小儿发热	229	小儿癫痫	260
小儿肺炎	231	小儿脑积水	261
小儿疳积	234	小儿遗尿	262
小儿疝气	238	小儿急、慢性肾炎	265
小儿脱肛	239	小儿麻痹症	268
小儿支气管炎	241	小儿水痘	269
小儿百日咳	244	小儿夜啼	271
小儿厌食	248	小儿蛔虫证	272
小儿泄泻	251	小儿蛲虫证	275
小儿疳积	254	流行性腮腺炎	278

胎 黄	280
乳 蛾	282
猩红热	283

婴儿湿疹	285
新生儿鹅口疮	286

第五章 五官科

针 眼	288
急性结膜炎	289
聚星障	292
角膜溃疡	293
宿 翳	295
近视、远视	296
急性鼻炎	298
慢性鼻炎	299
鼻窦炎	301
鼻息肉	303
鼻 衄	304
耳鸣耳聋	305
急性喉炎	308

慢性喉炎	310
急性扁桃体炎	311
慢性扁桃体炎	312
喉 痛	314
白 喉	315
口 疮	317
牙 痛	319



第六章 皮肤科

湿 疹.....	322	带状疱疹.....	342
酒渣鼻.....	325	荨麻疹.....	345
白癜风.....	327	银屑病.....	348
冻 疮.....	329	接触性皮炎.....	352
疥 疮.....	330	瘰 疮.....	353
黄水疮.....	331	腋 臭.....	354
手足癣.....	334	黄褐斑.....	356
皮肤瘙痒症.....	336	鸡 眼.....	358
扁平疣.....	339		



第一章

内

科





感冒



感冒，是由多种病毒引起的一种呼吸道常见病，普通感冒虽多发于初冬，但任何季节，如春天、夏天也可发生，不同季节的感冒的致病病毒并非完全一样。会出现鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、头痛、恶寒、发热、全身不适等症状，一般经5~7天痊愈。

1 民间验方：银芦汤

【组成】金银花30克，鲜芦根60克，薄荷10克。

【用法】先将金银花、芦根加清水500毫升，煎煮15分钟后下薄荷，再煎煮3分钟，滤去渣，加白糖适量。每日1剂，日服3或4次，热服。

【功效】清热解毒，辛凉解表。

【主治】风热感冒。

2 民间验方：苏姜汤

【组成】紫苏叶、生姜各3克，红糖15克。

【用法】先将生姜、紫苏叶洗净切成细丝，放入瓷杯内，再加红糖以沸水冲泡，盖上杯盖，浸泡10分钟，即成。日服2次，趁热服食。

【功效】发汗解表，驱寒健胃。

【主治】风寒感冒。

3 民间验方：红糖白菜汤

【组成】生姜6克，红糖30克，干白菜根1个。

【用法】先将白菜根、生姜洗净切片，加水煎汤，去渣，调入红糖化服。每日3剂，日服3次。

【功效】辛温解表。

【主治】风寒感冒。

4 民间验方：加味石膏汤

【组成】石膏60克，茶叶、淡豆豉各15克，栀子5枚，薄荷30克，荆芥5克，葱白3根。

【用法】水煎服。每日1剂，日服2次，宜温服。

【功效】清热除烦。

【主治】风寒感冒。

5 民间验方：桑菊饮

【组成】桑叶15克，杭菊花30克，薄荷（后放）10克，鲜芦根50克。

【用法】先将桑叶、杭菊花、芦根3味放入沙锅内，加清水500毫升，煎沸后加入薄荷，文火煎5~10分钟。水煎两次，将两次药汁混合，分2或3次服用，每日1剂。

【功效】辛凉解表，清热养阴。

【主治】风热感冒。

6 山东省中医研究所所长刘惠民验方：感冒退热汤

【组成】麻黄5克，玄参9克，葛根9克，生石膏15克，山药18克，钩藤9克，薄荷6克，桔梗6克，射干6克，柴胡6克，生姜3片，大枣3枚。

【用法】水煎2次，分2次温服。服第1次药后约15分钟，饮热米汤1碗，取微汗。半小时后再服第2次药。

【功效】解表退热。

【主治】感冒或流感。

【注意】此方剂量为10岁左右儿童用量，成人用时需酌加量。



玄参

7 解放军总医院教授陈树森验方：清热宣肺化痰方

【组成】板蓝根30克，银花15克，连翘15克，金莲花15克，玄参9克，甘草6克，炒黄芩15克，桔梗9克，前胡9克，山豆根9克。

【用法】 每日1剂，分3次服。

【功效】 清热解毒。

【主治】 风热感冒。

8 中国中医研究院教授蒲辅周验方：疏解风寒方

【组成】 苏叶4.5克，杏仁6克，桔梗3克，炒枳壳3克，前胡3克，制香附3克，陈皮3克，炒莱菔子4.5克，薄荷3克，荆芥3克，甘草1.5克，葱白10厘米。

【用法】 每日1剂，煎2次分服。

【功效】 疏风散寒化湿。

【主治】 外感风寒夹湿。

9 长春中医学院教授陈玉峰验方：辛凉清热汤

【组成】 银花20克，连翘15克，薄荷10克，芥穗7克，菊花10克，黄芩10克，知母10克，甘草5克，霜桑叶10克。

【用法】 水煎服，每日1剂。若口大渴者加生石膏25克，大青叶15克。

【功效】 辛凉解表，泻火清热。

【主治】 用于外感发热重，恶寒轻者。

咳嗽

咳嗽是呼吸系统疾病最常见的症状之一，它是一种保护性神经反射，通过咳嗽产生呼气性冲击动作，能将呼吸道内的异物或分泌物排出体外。

1 民间验方：咳嗽方一

【组成】 梨1个，干荔枝10个，川贝母3克，冰糖少许。

【用法】梨去芯切碎，干荔枝去壳带核，将上药蒸熟后趁热吃下，每日1次，3~5天即可治愈。

【功效】止咳。

【主治】风寒咳嗽。

2 民间验方：咳嗽方二

【组成】白萝卜、梨各1个，生蜂蜜30克，白椒7粒，麻黄少许。

【用法】上药放碗内，蒸熟。服之。

【功效】止咳。

【主治】风寒咳嗽。

3 民间验方：咳嗽方三

【组成】冰糖500克，陈醋500毫升。

【用法】冰糖置于锅内，再将醋倒入加热煮沸，等糖全部溶解后，凉后灌瓶备用。每次服10毫升，每日2次。

【功效】清热止咳。

【主治】咳喘、哮喘。

4 民间验方：咳喘方四

【组成】熟附子、肉桂、泽泻、牡丹皮各3克，熟地黄12克，山药、茯苓、山茱萸、桔梗各6克。

【用法】水煎服。

【主治】肾虚咳嗽。



肉桂

5 中国中医研究院研究员陈苏生验方：二麻四仁汤

【组成】炙麻黄4.5克，麻黄根4.5克，杏仁9克，桃仁9克，郁李仁9克，白果仁9克，百部9克，款冬花9克，车前草24克，生甘草4.5克，陈辛夷9克，苍耳子9克。

【用法】每日1剂，水煎2次分服。

【功效】止咳平喘。

【主治】咳嗽、哮喘。

【注意】若服本药出现便溏，一般可不予处理，严重者去郁李仁加藿梗、厚朴。

6 山东省中医研究所所长刘惠民验方：外感咳嗽方

【组成】麻黄3克，杏仁6克，生石膏15克，五味子5克，干姜5克，薄荷6克，瓜蒌仁6克，炙甘草3克，山药18克，钩藤9克。

【用法】每日1剂，水煎2次，午、晚分2次温服。

【功效】止咳化痰。

【主治】外感咳嗽。

【注意】此方系5岁左右儿童剂量，成人用时需酌加量。

7 解放军总医院教授陈树森验方： 清肺止咳方

【组成】北沙参9克，炒黄芩9克，天冬9克，麦冬9克，甜杏仁9克，川贝母9克，白人参5克，川百合9克，冬瓜子9克，瓜蒌皮9克。

【用法】每日1剂，煎2次，分3次温服。

【功效】清肺热。

【主治】咳嗽痰多。



黄芩

8 上海中医学院教授黄文东验方： 宣肺化痰方

【组成】桑叶皮9克，前胡9克，桔梗4.5克，白前9克，炙麻黄3克，杏仁9克，炙百部12克，炙紫菀15克，甘草4.5克。

【用法】水煎服，每日1剂。

【功效】宣肺清热。

【主治】久咳。

发 热

发热指体温超过正常的征象，可由多种疾病引起。中医分为外感性发热和内伤性（非感染性）发热。前者发病急快、病程短，热势重（ 39°C 以上），常由风、寒、暑、燥、火、湿六大淫邪之气或疫毒感染所致；后者起病慢、病程缓长，大多为间歇性低热，体温在 37°C 左右，经常因恶性肿瘤、血液病、结缔组织病、变态反应，中枢神经调节失常等所致。

1 民间验方：青蒿汤

【组成】青蒿15~30克，银柴胡12~15克，白芷、辛夷各6~10克。

【用法】水煎服。每日1剂，水煎2次，分3次口服。

【功效】清热养阴，疏散风寒。

【主治】高热。

【注意】本方适用于感冒高热。部分患者服药后有轻微口干，停药或多饮水即可消失。

2 民间验方：鱼腥草汤

【组成】鱼腥草汤50克，虎杖、威灵仙、败酱草各10克。

【用法】水煎服。每日1剂，日服3次，1周为1个疗程。

【功效】清热解毒。

【主治】高热。

3 民间验方：涌泉散

【组成】大黄、栀子、僵蚕各4份，牛膝2份，细辛1份。

【用法】上药共研为细末，贮瓶备用。每次取5~8克，以米醋调和成糊状，敷贴涌泉穴，外贴伤湿止痛膏或塑料薄膜，胶布固定。4~6小时后取下。可连续敷贴。