

【家庭生活必备书 处方用药好良师】
TUJIE MIAOFANG DAQUAN

图
解

编著
●
李敏

妙方大全



八角茴香

肝、肾、脾、胃经。

寒疝腹痛，腰膝冷痛，胃寒
呕吐，脘腹疼痛，寒湿脚气。



小茴香

散寒止痛·理气和胃



冬葵子

利尿通淋·下乳
润肠



海金沙

利尿通淋·止痛



藿香

化湿·止呕·解暑

妙方是千百年来我国人民与疾病作斗争的经验总结
中医药也对中华民族的繁衍昌盛和人民的健康做出不可磨灭的贡献。妙方作为治疗疾病的重
要而直接手段和方法，是中医宝库中耀眼的明珠。



中医古籍出版社

Publishing House of Ancient Chinese Medical Books

【家庭生活必备书 处方用药好良师】
TUJIE MIAOFANG DAQUAN

妙方大全



编著
●
李敏



八角茴香
肝、肾、脾、胃经。
寒疝腹痛，腰膝冷痛，胃寒
呕吐，脘腹疼痛，寒湿脚气。



小茴香

散寒止痛·理气和胃



冬葵子

利尿通淋·下乳
润肠



海金沙

利尿通淋·止痛



藿香

化湿·止呕·解暑

妙方是千百年来我国人民与疾病作斗争的经验总结
中医药也对中华民族的繁衍昌盛
要而直接引
贡献。妙方作为治疗疾病的重
的明珠。



中医古籍出版社
Publishing House of Ancient Chinese Medical Books

图书在版编目 (CIP) 数据

图解妙方大全 / 李敏编著. — 北京 : 中医古籍出版社, 2017. 8

ISBN 978-7-5152-1632-4

I. ①图… II. ①李… III. ①验方—汇编 IV.
① R289. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 278723 号

图解妙方大全

编 著: 李敏

责任编辑: 于峥

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京市东直门内南小街 16 号 (100700)

印 刷: 北京彩虹伟业印刷有限公司

发 行: 全国新华书店发行

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 15

字 数: 310 千字

版 次: 2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5152-1632-4

定 价: 48.00 元

前言

PREFACE

中华传统医药，自神农氏尝百草以来，历经五千年而不衰，留下来的偏方、名方、验方更是历久弥坚。大部分偏方、名方、验方所包含的药味数不多，只有一味食材或药材就能对疾病产生良好的调治和预防作用。例如一根大葱、一块生姜就能驱走风寒，金银花能有效地防治急性胃肠炎，刚摘下的绿叶就能使羊癫疯患者马上苏醒……这些偏方简单易行，深受广大人民群众欢迎。

本书的编写以“切于实用、灵验奇效”为宗旨，以治疗疑难杂病、多发病、常见病、慢性病为主，书的很多方，尤其是内服方，都选用了安全可靠的常用中草药，很多就是我们日常生活中的五谷杂粮，瓜果菜、肉禽蛋，这使读者有很大的选择余地。而且，经专家指导，将搜集的偏方、验方、名方按科别进行分类，有内科、外科、皮肤科、五官科、妇科、男科、儿科传染病等几个类别。书中每一种疾病按照病症、病因、特点以及每一种治疗疾病的药剂配方、制用法、功效等作了系统的分析和说明，便于读者对症下药查找使用。收录的偏方、名方、验方分为食疗、药疗和特效理疗两大类。其中食疗、药疗方，辅标治本；特效理疗方，内病外治，

安全可靠。本书实用性强，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，适合寻常百姓家庭治病、防病、养生的必备读物。

本书所收集的方剂仅供参考，患者如需使用上述药方，请详细咨询医生，并在医生的指导下进行，切勿自行用药。

编者

目 录

第一章 内科疾病妙方

感冒	1	胃下垂	44
急性气管、支气管炎	4	胆囊炎	47
慢性支气管炎	6	胰腺炎	49
支气管扩张	8	脂肪肝	51
哮喘	10	肝硬化	53
肺炎	12	溃疡性结肠炎	54
肺气肿	14	便秘	56
眩晕	16	中暑	59
高血压	19	肥胖	61
高脂血症	22	糖尿病	63
低血压症	25	痛风	66
动脉硬化	26	失眠	68
心悸	28	癫痫	70
冠心病	30	老年性痴呆	72
呕吐	32	中风	73
呃逆	35	偏头痛	76
消化不良	37	遗尿症	77
胃、十二指肠溃疡	39	肾炎	79
胃炎	41		

第二章 外科疾病妙方

颈椎病·····	81	甲状腺腺瘤·····	101
肩周炎·····	83	骨折·····	102
腰肌劳损·····	84	阑尾炎·····	103
腰椎间盘突出·····	87	脉管炎·····	105
骨质疏松症·····	88	痔疮·····	106
骨质增生·····	90	肛裂·····	108
坐骨神经痛·····	92	肛痿·····	110
风湿性关节炎·····	94	胆结石·····	111
类风湿性关节炎·····	96	肾结石·····	112
甲状腺肿大·····	97	疝气·····	114
甲状腺机能亢进·····	99		

第三章 皮肤疾病妙方

皮肤瘙痒·····	116	生殖器疱疹·····	132
鹅掌风·····	117	银屑病·····	134
脂溢性皮炎·····	119	白癜风·····	135
接触性皮炎·····	120	疔·····	137
神经性皮炎·····	121	疔子·····	138
带状疱疹·····	123	黄褐斑·····	139
湿疹·····	125	酒渣鼻·····	140
荨麻疹·····	127	雀斑·····	142
冻疮·····	129	痤疮·····	143
扁平疣·····	131		

第四章 五官科疾病妙方

青光眼·····	145	鼻炎·····	151
红眼病·····	146	咽炎·····	152
白内障·····	147	牙周炎·····	154
耳鸣、耳聋·····	148	面瘫·····	155
中耳炎·····	149	女性不孕症·····	158

第五章 妇科疾病妙方

产后出血·····	159	阴道炎·····	167
产后恶露不下·····	160	子宫颈炎·····	169
月经不调·····	161	子宫脱垂·····	170
痛经·····	163	乳腺增生·····	172
闭经·····	165	急性乳腺炎·····	173

第六章 男科疾病妙方

阳痿·····	175	精囊炎·····	180
早泄·····	177	前列腺炎·····	181
遗精·····	178	前列腺增生·····	182

第七章 儿科疾病妙方

鹅口疮·····	184	小儿多动症·····	194
口疮·····	185	小儿腹泻·····	195
积滞·····	187	夜啼·····	198
小儿肥胖病·····	189	惊风·····	200
小儿营养不良·····	190	小儿遗尿·····	202
小儿厌食症·····	192		

第八章 癌症妙方

胃癌·····	204	子宫颈癌·····	210
肝癌·····	207	乳腺癌·····	212
肠癌·····	209		

第九章 传染病妙方

麻疹·····	215	肺结核·····	225
风疹·····	217	流行性乙型脑炎·····	227
病毒性肝炎·····	218	水痘·····	228
流行性腮腺炎（痄腮）·····	221	百日咳·····	230
细菌性痢疾·····	223	疟疾·····	232

第一章 内科疾病妙方



感冒

感冒是一种最为常见的呼吸道疾病。“感冒”一词，最早见于中国北宋的《仁斋直指方·诸风》，书中说：“感冒风邪，发热头痛，咳嗽声重，涕唾稠黏。”一般来说，感冒大致可分为两种，即普通感冒和流行感冒。

中医根据辨证施治的原理，把普通感冒分为：风寒感冒：怕冷，发热轻或不发热，无汗，鼻痒，鼻塞声重，打喷嚏，流清涕，咳嗽，咯痰白，肢体酸楚疼痛；风热感冒：微恶风寒，发热重，有汗，鼻塞，流黄浊涕，咯浓痰，痰色常呈黄色，咽喉红肿疼痛，口渴喜饮；暑湿感冒：患者浑身发热，有头重身重感，胸闷，心烦口渴。

流行性感，简称流感，是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。流感症状影响全身，包括发热发冷、出汗、鼻塞、咳嗽、头痛、全身酸痛、肌肉痛、骨痛、食欲不振等，严重时会引起支气管炎、肺炎、心肌炎等并发症，治疗不及时可致死。

防治此病的单方妙方有以下数种。

★菊花茶

菊花 10 克，开水冲泡，代茶饮。功用同上方，唯药力较弱。

★白菜萝卜饮

白菜适量，生萝卜 3 片，红糖适量。白菜、萝卜煎汤取汁，入红糖调味。1 日 1 剂，分 2 次服食。清热解毒。适用于风热感冒。

★生姜红糖饮

生姜 10 克，红糖 15 克。生姜切丝，以沸水冲泡，加盖焖 5 分钟左右，再放入红糖，调匀即成。趁热顿服，1 日 1 次。服食后宜卧床，盖被取汗。疏散风寒，健中和胃。适用于风寒感冒。

★香荷饮

藿香、荷叶、生薏仁各 10 克，焦楂 6 克。水煎取药汁。每日 1 剂，频服。健脾导滞，祛暑利湿。适用于小儿暑湿感冒。

★葱白生姜汤

葱白(带须)30~50克,生姜3片,红糖适量。将葱白洗净与姜共煮汁,去渣,加红糖适量,温服。1日1剂,服汤后盖被发汗。祛风散寒。适用于外感风寒,可缓解无汗身痛、头痛鼻塞等。



★杏仁萝卜饮

杏仁9克,白萝卜60克,生姜3片。杏仁、白萝卜分别洗净切片,入生姜,加清水适量煎汤。1日1剂,佐餐服用。止咳祛痰。适用于风寒感冒引起的咳嗽、痰多色白等症。

★蒜姜感冒茶

大蒜头、生姜各15克,红糖适量。大蒜头、生姜均切片,加水250毫升,煮至150毫升,入红糖调味。每晚临睡前1次饮服。祛风散寒。适用于风寒感冒。

★桑菊薄荷饮

桑叶10克,竹叶15~30克,菊花10克,白茅根10克,薄荷6克。将以上五味药洗净,放入茶壶内,用开水浸泡10分钟,代茶饮。适用于风热感冒证,有发热、头痛咽喉疼痛,心烦、口渴,舌红苔黄等症者。

★双花青叶饮

金银花15克,蜂蜜50克,大青叶10克。将金银花、大青叶放入锅内,加水煮沸,3分钟后将药液滗出,放进蜂蜜,搅拌和匀即可。代茶频饮,每日1剂,病情严重者可适当增加剂量,最多不超过3剂。清热解毒,解表退热。适用于风热感冒,尤宜发热重、咽喉肿痛者。风寒外感发热者不宜服用。

★三鲜茶

鲜藿香30克,鲜佩兰30克,鲜薄荷30克。上药共切碎,沸水冲泡频服。本方有清暑散邪,芳香化湿作用。适用于治疗暑湿感冒。

★冰糖白梨

白梨100克(去皮、核),冰糖20克。将冰糖压粉,撒在切碎的白梨上,拌匀后即可食用。本品能润肺生津止咳。适用于治疗燥热犯肺邪退津伤的患者。

★梅苏饮

乌梅50克,紫苏15克,砂糖25克。用水500毫升,先煮乌梅约20分钟左右,下紫苏、

砂糖、煎汤即可，频服。本方有生津止渴，利气消痰作用。对患凉燥伤肺证有效。

★清解汤

佩兰6~10克，绵茵陈12~18克，通草3~6克，芦根18~30克，石菖蒲、淡竹叶、青蒿（后下）各5~8克，生石膏20~40克，青天葵6~12克，生甘草3~5克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。清热化湿。适用于夏季流行性感冒。

★蓝银汤

板蓝根30克，金银花、连翘、野菊花、火炭母、葛根各15克，牛蒡子、桔梗各12克，薄荷、防风、甘草各9克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。2日为1个疗程，一般服2个疗程。透表清热，宣肺利咽。适用于流行性感冒。

★薄荷甘草茶

鲜薄荷叶10片，太子参10克，甘草、绿茶各5克，白糖适量。将荷叶、甘草、绿茶、太子参用500毫升沸开水冲泡，10分钟后滤去残渣，取汁，加白糖调匀，即成。每日1剂，代茶饮。解热消暑，发汗解表。适用于风热感冒、头痛目赤、咽喉肿痛等。

★香术饮

藿香、六一散各10克，苍术、川朴、陈皮各6克。水煎取药汁。每日1剂，频服。祛暑利湿，运脾和胃。适用于暑湿感冒的预防。

★香葛饮

藿香、佩兰、紫苏、桔梗、葛根各10克，豆豉30克，黄芩、苍术各15克。水煎取药汁。每日1剂，每日2次，每次200毫升。清暑解表。适用于暑湿感冒。

★正柴胡饮

柴胡、赤芍各10克，防风9克，陈皮、甘草各6克，生姜3片。水煎2次，取药汁混合。每日1剂，分3次口服。幼儿所用药量酌减。疏风清热。适用于流行性感冒。

★姜糖苏叶饮

紫苏叶3~6克，生姜3克，红砂糖15克。将生姜洗净切丝，苏叶洗去尘埃，同装入茶杯内以沸水200~300毫升，加盖浸泡5~10分钟，再加入红糖搅匀，趁热饮用。适用于感冒风寒证，有严寒发热、头痛、咳嗽、无汗或恶心呕吐、腹胀、胃痛等症者。



紫苏叶

急性气管、支气管炎

急性气管、支气管炎是由病毒、细菌感染，物理、化学刺激或过敏反应引起的
气管或支气管黏膜广泛急性炎症。临床上，常常表现为上呼吸道感染症状，如鼻塞、
流涕、咽痛、声嘶，全身症状轻微，并有咽痒、咳嗽，病变一般自限，全身症状可
在4~5天内消退，咳嗽有时可延长数周。治疗时宜宣肺止咳，化痰平喘，理气通
络，清热化痰。防治此病的单方妙方有以下数种。

★红旱莲方

红旱莲，制成糖衣片，每片含生药1.4克。1日3次，每次服6片，10天为1疗程。
宣肺平喘、止嗽降气。适用于喘息型支气管炎。

★芪枣汤

黄芪12克，大枣15只，加适量水煮约半小时。作为保健饮料经常服用，有祛风、增
强人体免疫力的功效。适用于老慢支、反复感冒者。

★胡桃仁方

核桃仁15克，生姜1~2片。将核桃仁和生姜研碎，混合均匀。早晚2次细嚼食，
能补肺益肾，平喘止咳，适用于肺肾两虚，久咳痰喘者。

★桑叶杏仁饮

桑叶15克，杏仁、贝母各10克，雪
梨1只，冰糖适量。雪梨洗净，切小块；杏仁、
贝母研碎；上述各味（冰糖除外）同入砂
锅中，加水600克，煎取药汁300克，入
冰糖煮至溶化即成。1日1剂，分2次服用。



杏仁

桑叶

贝母

清热解毒，止咳定喘。适用于风热型急性支气管炎。

★紫苏叶煨枣

紫苏叶片30克，生姜片20克，大枣
20枚。紫苏叶洗净，切碎，与大枣、姜片同
入砂锅中，加水用旺火煮沸，改文火煨煮40



紫苏叶

生姜

大枣

分钟至枣熟烂，捞出大枣，滤取汁液，将滤液和大枣再入砂锅中，煮沸即成。1日1剂，分早、晚两次服食。清肺解毒。适用于风寒型急性支气管炎。

★苹果蜂蜜饮

苹果500克，胡萝卜300克，枸杞叶100克，蜂蜜适量。苹果、枸杞叶、胡萝卜分别洗净，入果汁机中绞取汁液，加适量冷开水，调入蜂蜜即成。1日3次，每次30毫升，连服5剂。补肺滋阴，清热止咳。适用于急性气管炎。



枸杞叶

★止咳平喘汤

炙麻黄、陈皮、桔梗、甘草各6克，杏仁、紫菀、百部、款冬花、白前各12克，板蓝根15克，生石膏30克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用，3日为1个疗程。宣肺化痰，行气宽胸。适用于急性支气管炎。

★宣肺止咳汤

杏仁12克，前胡、荆芥、陈皮、紫菀、百部、桔梗各10克，蝉蜕、甘草各6克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。宣肺散邪，化痰止咳。适用于急性支气管炎，证属肺气不宣，痰邪内壅者。

★化痰平喘汤

黄芩、全虫、川贝母、地龙、白术各7克，胆南星、甘草各5克。水煎取药汁。每日1剂，分3次服用。化痰平喘。适用于毛细支气管炎。

★薤白桂皮汤

桂枝1~2克，薤白、川芎、桔梗、炒枳壳各2~3克，炒白芍、车前草各3~5克，秦皮1~3克，甘草2克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。平喘化痰，祛毒止痛。适用于毛细支气管炎合并肠炎。

★健脾通络平喘汤

子芩、全虫、川贝母、地龙、白术各7克，胆南星、甘草各5克，山药、茯苓各13克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。健脾通络，化痰平喘。适用于急性毛细支气管炎。

★清肺平喘活血汤

麻黄、杏仁各4~6克，黄芩、射干、川芎、连翘、薤白各5~9克，丹参6~10克，

甘草 2 ~ 3 克。上药加水煎 2 次，共取汁 50 毫升。每日 1 剂，分 2 次服用。清热解毒，理气活血，化痰平喘。适用于毛细支气管炎。

★平喘定喘汤

射干、紫菀、炙麻黄、半夏各 15 克，款冬花 10 克，桔梗、枳壳、甘草各 9 克。水煎取药汁。每日 1 剂，分 2 次服用。清热化痰，宣肺平喘。适用于喘息性支气管炎、慢性支气管炎。

★三叶双花汤

紫苏叶、三叶青、银花、菊花、桑叶、桔梗各 6 克，生甘草 3 克。上药加水煎，沸煎 10 分钟，取药汁 100 毫升。每日 1 剂，分 4 ~ 6 次频服，7 日为 1 个疗程。疏风清热，宣肺化痰。适用于小儿急性支气管炎。

慢性支气管炎

慢性支气管炎是由于感染或非感染因素引起气管、支气管黏膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。临床上以咳嗽、痰多、气促等症状及反复发作的慢性过程为特征。是老年人的常见多发病。属祖国医学中咳嗽、哮喘、痰饮的范围。

慢性支气管炎患者，多由饮食起居，吸烟嗜酒，环境污染等多种因素长期互相作用，逐渐引起肺脾虚弱，复感外邪侵袭，诱发成疾。肺主气，司呼吸，外合皮毛；肺气虚弱，外卫空疏，利于六淫外邪乘虚而入，邪客于肺，使肺气不得正常宣降，故咳嗽，气喘之症遂作。脾主运化，脾虚则运化失职，不但饮食谷物精微上奉日少，水湿亦因之停聚为痰饮，痰饮上逆，阻塞气道，故喘促痰多。肾主纳气，主水主命门火，肾虚则气不归根，故动则气促；命火不足，则水失其制，上泛为痰。

饮食调理方面宜做到“三高”和“四低”。“三高”即高蛋白、高维生素、高纤维素。故宜多食用瘦肉、豆制品、鱼类、蘑菇等蛋白质食物及蔬菜水果、豆类、乳类、黑木耳等含维生素量较多的食物；而粗食、糠麸、蔬菜等属于高纤维素食物均应经常食用有助于增加营养，改善体质以及大便通畅，排除毒素。“四低”即饮食中宜注意食用低胆固醇、低脂肪、低糖、低盐饮食。

防治此病的单方妙方有以下数种。

★倒挂牛方

新鲜或干倒挂牛根，制成糖浆或片剂，糖浆每 10 毫升含倒挂牛生药 15 克，每日 3 次，

每次20毫升。片剂每片含生药15克，每日3次，每次2片。10天为1疗程。停药2天，然后继续服下个疗程，可连服5个疗程。温肺散寒，止咳化痰。适用于慢性支气管炎。

★佛手蜂蜜饮

佛手50克，蜂蜜适量。佛手洗净，切薄片，放于茶杯中，冲入沸水，加盖闷10分钟，调入蜂蜜，代茶饮。止咳定喘。适用于慢性支气管炎急性发作。

★梨子汤

梨子1个，川贝母10克。梨子去皮切片，川贝母打碎，加入糖少许，共炖汤服。适用于老年慢性支气管炎之痰热壅肺，肺阴不足型之干咳少痰症。

★枇杷饮

枇杷叶10克，鲜芦根10克。枇杷叶去毛，洗净烘干，鲜芦根切片，一同入锅加水适量，用武火煮沸，文火熬煮20~30分钟即成。温热顿服。本品有祛风清热，止咳化痰作用。适用于慢性支气管炎的痰热壅肺，肺阴不足型的患者。

★桂术二陈汤

桂枝、橘皮各6克，半夏、白术、茯苓各9克，甘草3克。水煎取药汁。此方用于三伏天，每日1剂，分2次服用。温化痰饮，固本清源。适用于慢性支气管炎缓解期。

★麻杏苏茶散

麻黄、桔梗各6克，杏仁、苏子各10克，茶叶9克，干姜、诃子各5克，炙甘草3克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。温肺肃降，化痰平喘。适用于喘息型慢性支气管炎。

★当归贝母苦参汤

当归、贝母各15克，苦参10克。水煎取药汁。每日1剂，分2次服用。润肺开郁，止咳化痰。适用于阴虚肺燥型慢性支气管炎。



当归

贝母

苦参

★贝萋止咳汤

浙贝母、黄芩、瓜蒌、金银花、桔梗、丹皮、杏仁、栀子、赤芍各12克，连翘、丹参各15克，甘草6克。上药加水煎2次，将两次所得的药汁混合，备用。每日1剂，分2次服用，连服7日为1个疗程。最多治疗4个疗程。清热化痰，活血止咳。适用于慢性支气管炎。

★健脾益气汤

山药、党参、甘草各 15 克，茯苓 12 克，陈皮、丹参、麦冬各 10 克。上药加水煎煮，去渣取汁，取药汁 300 ~ 500 克。每日 1 剂，分 2 ~ 3 次服用。视病情轻重，连服 5 ~ 10 剂为 1 个疗程。补脾理肺。适用于慢性支气管炎。

★温肺化痰汤

橘红、紫菀、半夏、款冬花、陈皮、百部各 10 克，茯苓 20 克，炙甘草 6 克，干姜 3 克。水煎取药汁。每日 1 剂，分 2 次服用，1 周为 1 个疗程。温肺，化痰，止咳。适用于慢性支气管炎。

★柴胡二陈汤

柴胡、黄芩、法半夏、茯苓、枳壳、桔梗各 10 克，紫菀、款冬花各 15 克，党参 12 克，甘草 6 克。上药加水煎 2 次，两次所得药汁混合在一起，备用。每日 1 剂，分 2 次服用。和解表里，化痰止咳。适用于慢性支气管炎反复发作，咳嗽、咳痰或伴有喘息者。



柴胡

支气管扩张

支气管扩张是常见的慢性支气管化脓性疾病，大多数继发于呼吸道感染、支气管阻塞和支气管管壁被损坏而形成管腔扩张。临床表现主要是慢性咳嗽、大量脓痰及反复咯血。发病患者群多见于儿童和青年，患者多有童年麻疹、百日咳或支气管肺炎等病史。

防治此病的单方妙方有以下数种。

★紫菜散

紫菜 15 克，蜂蜜适量。紫菜研末，备用。每次取紫菜末 5 克，以开水冲服，调入蜂蜜即成。1 日 1 剂，冲服。清热化痰，润肺止咳。适用于支气管扩张。



紫菜

★松子仁糖

松子仁（炒）250 克，白糖 500 克，熟菜油适量。白糖入锅，加水少许，用文火熬成