

鹿鳴圖



内 容 提 要

本书作者查阅了大量中医古今文献，结合数十年临证经验体会，精选了便于广大民众使用、疗效卓著的单方、验方500余首，以病统方，类编而成。内容丰富，切合实用，内、外、妇、儿、五官各科常见病症，大都包罗无遗，各种妙药奇方，多能兼收并蓄。其中不乏历代名医的治疗经验，也有民间广为流传的偏方绝招。每首方药均扼要地阐明药物功效、药理作用、获效原因或临床观察结果，资料确凿，有据有凭，具有较高的科学性。方中所用药物，多为垂手可得之寻常食物或是极易识别的花草果木，一经妙用，立见奇功。其使用方法，简单明了，一看就懂，一学就会，人人都能掌握，家家都可应用，既可及时地解除患者的病痛之苦，又能减轻患者家庭的经济负担。

本书是适于广大群众阅读的防病治病指南，也是家庭必备的医疗保健手册。

简 易 良 方

程宝书 任立英 万国志 李冬梅 编

黑龙江科学技术出版社出版

(哈尔滨市南岗区建设街35号)

东北林业大学印刷厂印刷

黑龙江省新华书店发行

787×1092毫米 32开本 8.5印张 170千字

1990年7月第1版·1990年7月第1次印刷

印数：1—10000册 定价：3.50元

ISBN 7-5388-1221-0/R·105

序

人们原始用药治病，只用单味的中草药，日积月累，经验渐丰，才产生了多味药组合而成的方剂。看看《五十二病方》、《武威汉代医简》等出土文物中的古药方，就能清楚地了解这一点。晋代名医葛洪看到黎民百姓求医问药十分困难，便把具有简、便、廉、验特点的方药收集起来，编成《肘后备急方》一书，供偏僻乡村卒然患病者临证急需之用。因其选方精良，卓有效验，受到历代民众的厚爱成为传世佳作。年移代革，这个好传统一直被关心人民疾苦的医家继承下来。清代赵学敏，就是其中的佼佼者。他总结了民间铃医赵云柏的经验编成《串雅内外篇》，为保存和发扬民间医药经验做出了宝贵贡献。

程宝书等同志继承了我们中华民族医药学上的这个好传统，查阅了大量中医药古今文献，收集了许多广为流传的单方验方，汇编成册，以便推广和使用。这种一心一意为民众着想的精神，着实难能可贵，令人赞佩不已！

此书编写之初，作者曾征求过我的意见，我欣然表示赞同。现在书稿已付印成册，我又以先睹为快。观其所选，大多是简便易得、价廉而有效的方药，但作者并不炫耀夸张它是什么“大医的名方”“祖传的秘方”，而是源源本本地把方药的来源和疗效介绍给读者。这种求实的作风、科学的态度，我是很赏识的。书中的治病经验若能推广开来，那么读者一定会受益非浅。为了向大众推荐这本切合实用的好书，我不揣浅陋写了这些话，权作序言吧。

何爱华 1990年春于冰城

前 言

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，念念不忘，凡耳闻目睹之奇效异验方药，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8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，观之者莫不谓奇。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。我嘱其采锦车前草煎汤服之，4小时后小便自解，患者破泣为笑。我还用石榴皮治愈过泻泄，用椿根皮治愈过便血，用蒲公英治愈过乳痛，用童便治愈过鼻衄，用赤小豆治愈过扭伤，用蛋黄油治愈过口疮。此类验案，不胜枚举。“偏方治大病”，我深信而不疑。

1981年我获得了中医硕士学位，1985年晋升为副研究员，长期在中医学院任教，环境和地位发生了变化，但仍不改初衷，继续收集和使用简易良方。我认为，此类方药是中医方剂学的重要组成部分，且具有以下几个优点：其一，药味简单，随处可得；其二，使用方便，易于掌握；其三，花钱很少，节约费用；其四，疗效确切，立竿见影。推广这些行之有效的防病治病经验虽不能尽愈诸病，但对于常见病、多发病的防治是大有益处的。尤其是在广大缺医少药的乡村，这些良方妙药必然会大有用武之地。

医乃仁术，涉及到人民大众的健康，关系到千家万户的幸福，故医者须精益求精，博采众方，方能力当重任，造福于民。我以此为愿，约志同道合者任立英、万国志、李冬梅大夫，将数十年积累的奇验良方，摘其简便易行者编纂成册，期能普及中医知识，推广治疗经验，为更多的患者减轻经济负担，解除病痛之苦。

由于我们的水平有限，眼界不阔，书中难免错讹，内容亦有遗漏，敬希大家批评。

程 宝 书

目 录

内 科 疾 病

一、传染病	(1)
1. 感冒	(1)
2. 预防流行性感冒、流行性脑脊髓膜炎	(1)
3. 流行性乙型脑炎后遗症	(2)
4. 带状疱疹	(2)
5. 流行性腮腺炎	(4)
6. 急性病毒性肝炎	(7)
7. 急性传染性肝炎	(8)
8. 急性黄疸性肝炎	(9)
9. 急、慢性肝炎	(11)
10. 无黄疸型传染性肝炎	(11)
11. 防治疟疾	(12)
12. 疟疾	(12)
13. 疟疾渴甚	(13)
14. 细菌性痢疾	(13)
15. 阿米巴痢疾	(17)
16. 血痢	(18)
17. 噤口痢	(19)
18. 久痢赤白	(20)
19. 久痢、久泻	(20)
20. 肺结核	(20)

21. 肺结核咯血.....	(23)
22. 结核病.....	(25)
23. 钩虫病.....	(25)
24. 绦虫病.....	(25)
25. 蛔虫病.....	(27)
26. 胆道蛔虫病.....	(28)
27. 蛔虫性肠梗阻.....	(30)
28. 蛲虫病.....	(31)
二、呼吸系统疾病	(34)
29. 慢性气管炎.....	(34)
30. 肺结核.....	(35)
31. 支气管扩张.....	(36)
32. 肺热咯血.....	(36)
33. 顽痰、热痰.....	(37)
34. 久咳.....	(37)
35. 热嗽.....	(37)
36. 肺燥咳嗽.....	(38)
37. 虚劳咳嗽.....	(38)
38. 支气管哮喘.....	(39)
39. 哮喘.....	(40)
40. 肺肾两虚哮喘.....	(41)
41. 老人痰喘.....	(41)
42. 矽肺.....	(42)
三、循环系统疾病	(42)
43. 心久痛.....	(42)
44. 心绞痛.....	(43)
45. 慢性肺原性心脏病并发心力衰竭.....	(43)

46. 高血压病	(44)
47. 高脂血症	(49)
四、消化系统疾病	(50)
48. 胃、十二指肠溃疡	(50)
49. 急性胃、十二指肠出血	(54)
50. 胃酸过多	(57)
51. 胃痛	(57)
52. 胃下垂	(58)
53. 呃逆	(58)
54. 食道癌	(59)
55. 胃癌合并出血	(60)
56. 癌症	(60)
57. 噎膈	(61)
58. 痞症	(62)
59. 胆囊炎	(63)
60. 胆道出血	(63)
61. 急性胰腺炎	(63)
62. 肝硬化腹水	(64)
63. 肝癌剧痛	(65)
64. 腹泻	(65)
65. 慢性泄泻	(66)
66. 急性胃肠炎、菌痢	(67)
67. 急、慢性肠炎	(67)
68. 急性出血性坏死性肠炎	(68)
69. 习惯性便秘	(69)
70. 便血	(71)
71. 肠梗阻	(72)

72. 急性阑尾炎	(74)
五、泌尿系统疾病	(75)
73. 急性尿潴留	(75)
74. 小便不利	(75)
75. 水肿	(77)
76. 急性肾炎	(78)
77. 慢性肾炎	(80)
78. 肾病综合征	(80)
79. 血淋	(81)
80. 血淋、吐衄	(82)
81. 梦遗	(82)
82. 乳糜尿	(83)
83. 阳痿	(83)
84. 尿路结石	(84)
85. 急性睾丸炎	(85)
86. 嵌闭性小肠疝	(85)
六、造血系统疾病	(86)
87. 原发性血小板减少性紫癜	(86)
88. 非血小板减少性紫癜	(87)
89. 过敏性紫癜	(87)
90. 紫癜	(88)
91. 各种出血	(88)
92. 吐血、咯血	(90)
七、神经、精神系统疾病	(90)
93. 头痛、牙痛、三叉神经痛	(90)
94. 偏头痛	(91)
95. 面神经麻痹	(91)

96. 脑血栓形成	(93)
97. 筋骨疼痛、肌肉麻木	(94)
98. 手足抽搐症	(94)
99. 闪腰	(94)
100. 腰胁引痛	(95)
101. 腰痛如刺	(95)
102. 癩痢	(96)
103. 脏躁	(97)
104. 精神分裂症	(97)
八、新陈代谢、结缔组织、内分泌系统疾病	(98)
105. 糖尿病	(98)
106. 消渴	(99)
107. 风湿性、类风湿性关节炎	(100)
108. 关节风湿痛	(101)
109. 大骨节病	(101)
110. 甲状腺瘤和甲状腺机能亢进	(102)
111. 骨蒸发热	(102)
112. 阴虚劳热	(103)
113. 自汗、盗汗	(103)
114. 脚汗	(104)
115. 腋臭	(104)
116. 秃发	(105)
九、化学、物理因素所致疾病	(105)
117. 急性食物中毒	(105)
118. 农药中毒	(106)
119. 铅中毒	(106)
120. 杏仁中毒	(107)

121. 链霉素毒性及过敏反应.....	(107)
----------------------	-------

外科疾病

一、皮肤病	(109)
122. 各种皮肤病.....	(109)
123. 癣.....	(109)
124. 头癣.....	(110)
125. 风癣疥癬.....	(111)
126. 花斑癣.....	(112)
127. 顽癣.....	(112)
128. 恶癣、疥癬、痈疽.....	(113)
129. 脚癣.....	(113)
130. 丹毒.....	(113)
131. 慢性丹毒.....	(114)
132. 湿疹.....	(114)
133. 湿疹、荨麻疹、神经性皮炎.....	(116)
134. 阴囊、阴唇湿疹.....	(116)
135. 玫瑰糠疹.....	(117)
136. 慢性荨麻疹.....	(117)
137. 痘疹溃烂.....	(118)
138. 皮炎、湿疹.....	(118)
139. 银屑病.....	(119)
140. 神经性皮炎、牛皮癣.....	(120)
141. 神经性皮炎.....	(120)
142. 牛皮癣.....	(122)
143. 预防银屑病.....	(122)

144. 稻田皮炎.....	(123)
145. 白癣风.....	(124)
146. 破伤风.....	(124)
147. 鹅掌风.....	(125)
148. 寻常疣.....	(126)
149. 寻常疣、扁平疣.....	(129)
150. 寻常疣、鸡眼.....	(130)
151. 扁平疣.....	(131)
152. 鸡眼.....	(132)
153. 皮肤癌.....	(132)
二、疮疡病	(133)
154. 多种炎症.....	(133)
155. 体表炎症.....	(134)
156. 化脓性感染.....	(136)
157. 急性渗出性皮肤病.....	(136)
158. 皮肤溃疡.....	(138)
159. 慢性溃疡.....	(138)
160. 疖疮及化脓性疾患.....	(139)
161. 甲沟炎.....	(139)
162. 手指感染.....	(140)
163. 疮疡.....	(140)
164. 黄水疮.....	(141)
165. 一切肿毒.....	(142)
166. 痈肿焮痛.....	(143)
167. 痈疽恶肉.....	(143)
168. 痈疽疮疥及赤肿.....	(144)
169. 瘰疬.....	(144)

170. 发际疮	(145)
171. 溃烂诸疮	(145)
172. 疮疖	(145)
173. 疔疮	(146)
174. 疔毒	(147)
175. 蛇头疔	(147)
176. 背疮	(148)
177. 发背诸毒	(148)
178. 搭背、对口、恶疮	(148)
179. 瘰癧、发背、一切肿毒	(149)
180. 瘰癧(淋巴结结核)	(150)
181. 结核性瘰癧	(155)
182. 创口瘰癧形成	(157)
183. 骨、关节结核	(158)
184. 膝疮(下肢溃疡)	(159)
185. 静脉曲张性溃疡	(163)
186. 血栓闭塞性脉管炎	(164)
187. 脚上臭疮	(165)
188. 血栓性静脉炎	(165)
189. 骨髓炎	(166)
190. 附骨疽	(166)
191. 脚气肿痛	(167)
192. 杨梅疮	(167)
193. 褥疮	(168)
194. 痔疮	(168)
195. 肛裂	(170)
196. 脱肛	(172)

三、外伤病	(172)
197. 烧伤	(172)
198. 烫伤	(175)
199. 烧、烫伤	(176)
200. 冻伤	(179)
201. 扭伤	(180)
202. 血肿及扭伤	(181)
203. 跌打血闷	(181)
204. 骨折	(182)
205. 外伤性出血	(182)
206. 肌注硬结	(182)

妇 产 科 疾 病

一、月经、带下病	(184)
207. 倒经	(184)
208. 子宫功能性出血	(184)
209. 闭经	(185)
210. 白带	(186)
二、妊娠、胎产病	(187)
211. 妊娠恶阻	(187)
212. 急性妊娠中毒症	(187)
213. 妊娠胎漏	(188)
214. 习惯性流产	(188)
215. 胎位不正	(189)
216. 产后单纯性腹泻	(189)
217. 产后腹痛	(189)

218. 产后流血.....	(190)
219. 产后缺乳.....	(192)
220. 回乳.....	(194)
三、乳腺及其他病	(194)
221. 急性乳腺炎.....	(194)
222. 乳房小叶增生症.....	(197)
223. 乳岩.....	(197)
224. 亚急性盆腔炎.....	(198)
225. 宫颈糜烂.....	(198)
226. 宫颈出血.....	(199)
227. 子宫脱垂.....	(200)
228. 子宫颈瘤.....	(201)
229. 外阴瘙痒.....	(201)
230. 滴虫性阴道炎.....	(202)
231. 女扎术后切口感染.....	(203)

儿 科 疾 病

一、小儿内科病	(204)
232. 百日咳.....	(204)
233. 中毒性消化不良.....	(207)
234. 消化不良.....	(208)
235. 腹泻.....	(209)
236. 热性便秘.....	(210)
237. 伤食.....	(210)
238. 疳病.....	(211)
239. 营养不良、佝偻病、手足抽搐症.....	(211)

240. 小儿蛔虫性肠梗阻.....	(212)
241. 小儿疝气.....	(213)
242. 小儿慢性肾炎.....	(213)
二、小儿外科病	(213)
243. 预防麻疹.....	(213)
244. 麻疹初起未透.....	(214)
245. 小儿荨麻疹.....	(214)
246. 婴儿湿疹.....	(215)

五官科疾病

一、眼部疾病	(216)
247. 沙眼.....	(216)
248. 急性结膜炎.....	(217)
249. 暴发火眼.....	(217)
250. 眼疾肿痛.....	(218)
251. 肝热眼赤痛.....	(218)
252. 电光性眼炎.....	(218)
253. 内障、外障.....	(219)
254. 麦粒肿.....	(219)
255. 睑缘炎.....	(220)
256. 角膜溃疡.....	(220)
257. 角膜溃疡及鼻粘膜溃疡.....	(221)
258. 角膜斑痕.....	(221)
二、鼻部疾病	(223)
259. 慢性鼻炎.....	(223)
260. 过敏性鼻炎.....	(223)

261. 变态反应性鼻炎.....	(224)
262. 萎缩性鼻炎、慢性副鼻窦炎.....	(224)
263. 鼻蛆.....	(225)
三、耳部疾病	(226)
264. 中耳炎.....	(226)
265. 耳鼻疖肿.....	(228)
266. 外耳道疖肿.....	(228)
267. 耵聍栓塞.....	(229)
四、口部疾病	(229)
268. 口疮.....	(229)
269. 鹅口疮.....	(232)
270. 失音.....	(233)
271. 急性扁桃体炎.....	(233)
272. 齿蛆.....	(234)
273. 牙质过敏.....	(235)
274. 风虫牙痛.....	(236)
275. 无痛拔牙.....	(237)
276. 骨鲠.....	(237)