

小偏方妙用

孙文奇 编著

山西科学技术出版社



前 言

中医有效的古方、验方、秘方、祖传方浩如烟海，而小偏方以简、便、验、廉为特点，深受人们的喜爱，在民间广为流传，同样为中华民族的繁衍昌盛作出了贡献，为了更好地继承和发展传统医学这一宝贵遗产，普及和推广小偏方的妙用，特编撰成册。

本书集内、外、妇、儿、眼、耳、鼻、喉、口腔、痔疮等多科病证，共分二十九类，143首方，有内服，有外用，对外感、内伤、杂病及部分西医诊断、明确病证均有偏方施治。主要功效有补养益寿、补肾缩尿、止咳平喘、利喉清音、化腐止痛消肿、消炎解毒、止泻、止痢、润肠通便、消核祛瘤、通利小便、治癆消瘰癧、止呕和胃、消食祛虫、透疹、明目、治高血压、感冒、口疮、牙痛、白发、痔疮脱肛、解漆毒等。每首偏方均有功用、方药、用法、按语四项，按语介绍了方剂的来源、特点、疗效评述及注意事项，并以典故形势附录了历代的部份典型病案和作者的病案。使人们在读一有趣的故事的同时了解了小偏方的妙用。

小偏方是劳动人民长期和疾病作斗争的经验总结，具有良、简、廉、验等特点。为历代医家所重视。唐代药王孙思邈的《千金方》就有许多小单方、偏方，是从广大群众中，甚至国外的有效方药中所得。葛洪、李时珍、刘禹锡、鲁迅都曾广泛校编中医单验方。

小偏方多取材于食物、蔬菜花草植物果实及药物，食借药之力，药助食之功，患者乐于接受，容易制做，又能治大病，确实是部价值高的良书。可供广大中医药工作者、中医爱好者以及广大人民群众选用。书中如有谬误之处，敬希广大读者批评指正。

孙文奇

目 录

补养益寿方	1
益寿丸	1
椒红丸	1
栗子祛老方	2
温肾治阳痿方	4
韭子淡盐方	4
枸杞海马酒方	5
补肾缩尿方	6
黑豆狗肉方	6
乌龟治遗尿方	6
治高血压方	8
决明子粉	8
芹菜降压方	8
丹皮三七酒	9
槐花降血饮	10
山楂降脂方	10
盘龙汤	11
治感冒方	13
预防流感方	13
清肺退热方	13

治风热外感方	14
葱姜饮	15
生姜散寒方	16
止咳平喘方	17
桔红止咳祛痰方	17
鱼草三味汤	18
白茄蜂蜜止咳方	19
牛衣黑豆止喘方	20
补气止喘汤	21
三子止嗽方	21
橘皮生姜饮	22
白茄煨鸽方	22
枇杷止咳饮	23
治咳嗽痰多方	24
芝麻润燥止咳方	24
治喘咳方	25
润肺止咳方	25
清肺止嗽方	26
蔗贝止嗽方	27
四汁润燥方	28

蚌粉止嗽散·····	28	木香沐浴方·····	46
明目方·····	31	变白增年方·····	47
退云翼方·····	31	治妇科病方·····	48
菊花洗目方·····	31	桃叶百部洗剂·····	48
决明枸杞粉·····	32	油菜消炎方·····	48
利喉清音方·····	33	鲫鱼催奶方·····	49
复方茉莉花饮·····	33	茄根治阴挺方·····	50
润肺清音方·····	33	橘叶化结方·····	50
治口疮方·····	35	萱草外敷方·····	52
豆豉粉·····	35	橘核化结方·····	52
竹叶治口疮方·····	35	白果止带方·····	53
治牙痛方·····	37	消炎解毒方·····	54
荔枝止牙痛方·····	37	合欢外敷方·····	54
搽牙痛方·····	37	治发背方·····	54
治中耳炎方·····	39	金银藤煎汤·····	55
中耳炎外敷方·····	39	芙蓉叶外敷方·····	55
治中耳炎方·····	39	蒲公英外敷方·····	55
化瘀止痛消肿方·····	41	消痈肿方·····	57
刘寄奴外洗方·····	41	解毒方·····	58
栗子外用方·····	42	生姜解毒方·····	58
蟹黄外敷方·····	42	杨梅解毒汤·····	59
复方三七活血止痛方·····	43	解毒汤·····	59
无名外敷方·····	43	解漆毒方·····	61
二姜外敷方·····	44	治漆疮方·····	61
治白发方·····	46	透疹方·····	63
治头发早白方·····	46	西柳透疹汤·····	63

预防麻疹方·····63	海蛤点痔方·····80
樱桃透疹方·····64	茄根苦参疗痔方·····81
止泻止痛方 ·····65	熏洗脱肛方·····81
车前止泻汤·····65	洋金花外洗方·····82
荔枝健脾止泻方·····66	去虫方 ·····83
茶叶止痢方·····67	雷丸散·····83
润肠通便方 ·····68	椒油通肠方·····83
紫归散·····68	除虫方·····84
二仁润肠丸·····69	治痢消瘰癧方 ·····86
老年润肠散·····70	三味治痢散·····86
消核治瘰方 ·····71	浸银杏方·····86
乌梅消核方·····71	荔枝消核方·····87
治瘰瘰方·····71	治瘰癧方·····88
通利小方便 ·····73	治瘰方·····88
葱敷脐方·····73	止呕和胃消食方 ·····89
桃花消肿散·····73	七物温中止呕方·····89
田螺蘸白外敷方·····74	复方丁香止呕方·····91
玉米须消肿方·····75	丁香止呕方·····91
冬瓜鲫鱼消肿方·····75	二汁止呕吐方·····92
西瓜利水方·····76	芹菜萝卜止呕方·····93
消炎通淋汤·····77	生姜和胃方·····93
外敷利小便方·····77	消食散·····94
金钱草排石方·····78	消食化滞方·····94
核桃排石汤·····78	檀香姜汤饮·····95
治痔疮脱肛方 ·····80	鼓椒暖胃方·····96
复方槐花散·····80	茶姜治胃肠炎方·····96

梨豆治噎膈方.....97	樱桃治斑方105
复方素馨花饮.....98	杨梅仁治脚气方105
栗皮散.....98	合欢安神饮106
杨梅止痛方.....99	韭菜排金属方106
杂治方100	桃仁丸107
治疗百日咳方100	百合治瘰方107
虎马治癌方100	荷叶消暑饮108
二豆消炎方101	藕汁止吐血方109
选奇汤102	藕节止咳血方109
通肠开梗方102	治蜈蚣咬方110
治乙脑方103	枳椇醒酒方110
茶根消肿方104	胆草消炎外敷方111
荔枝治疔方104	治湿疹方112

补养益寿方

益 寿 丸

功 用

补肝肾，强筋骨，治疗头目眩晕，视物昏花，腰膝酸软，久服健身强体，益寿延年。

方 药

枸杞叶、枸杞花、枸杞子、枸杞根。

用 法

春采枸杞叶，夏采枸杞花，秋采枸杞子，冬采枸杞根，将上四味酒浸后焙干，炼蜜为丸，每丸6克，日服2次，每次1丸。

按 语

枸杞久服可以延缓衰老的演变过程，防治须发早白。古代养生家十分重视枸杞。相传：陕西漪县一老人，一百多岁时还能健步如飞，齿发俱全，就是常期服用这一秘方所致。临床应用本方确实有祛病强身、延年益寿的功效。

椒 红 丸

功 用

益寿延年，治疗体质虚弱，腰膝酸软，未老早衰，久服

强健身体，乌须黑发。

方 药

川椒100克，生地100克。

用 法

将上药共为细末，炼蜜为丸，每丸6克，早、晚各服1丸。

按 语

本方出自《本草纲目》，李时珍说：“椒，纯阳之物，其味辛而麻，其气温而热。入肺散寒，治咳嗽，入脾除湿，治风寒湿痹，水肿泻痢；入右肾补火，治阳衰洩数，足弱，久痢诸证。古人有诗曰：椒红应五行，服此去虚劳。五脏调充气，目明身轻健。三年精自秘，回老返婴童。若能久饵之，神仙应可冀。由此可见，上方效验非常可比。

栗子祛老方

功 用

补肾益气，治疗老年肾亏，小便频数，腰脚无力。

方 药

生栗子。

用 法

将生栗子去壳皮，每日早晚各吃生栗子4~5枚，细嚼慢咽。另用猪肾30克、粳米70克熬粥调服。

按 语

栗子味甘咸，性温，《常见药用食物》载其功效为：“益气，厚肠胃，生用嚼食，治腰脚不遂。”《本草纲目》

中记载有个叫周武的人患腰腿无力症，不能行走，百药无效。有一天好朋友们用车载其到树林中去游玩，众人将他放在栗树下，他看见栗子正熟，个个饱满，随即产生了食栗的念头。朋友们为他采摘了许多，他越吃越觉得味道甜美。一连吃了约二斤（1公斤）多。吃后不久，奇迹出现了，他突然从车上走下来，行走自如，疾病全除。这个故事虽然有些夸张，但栗子补肾益气、强壮腰腿的功效是肯定的。

温肾治阳痿方

韭子淡盐方

功用

温补肾阳，治疗阳痿不举，遗精等证。

方药

韭子100克。

用法

每日不拘时空腹、生吞10粒，淡盐水送下。

注：每周服5天，停服2天，常年服用，可得阳事强健。

按语

阳痿之症，肾阳虚损者十之七八。本方单用韭子是取其力专功雄之意，韭子味甘辛，性温，有温肾壮阳、固精的功效。盐味咸可引韭子直入肾经。故而治疗肾阳虚衰引起的阳痿，遗精，腰膝酸软，小便频数，遗尿等症实有效验。早在《本草纲目》中就有记载，李氏叙述了这样一则病案：有一壮年，年过四旬而无子，百药无效，有人献韭子盐汤方，即每日空腹生吞韭子20粒，淡盐汤送下，戒除杂念，禁房事，连服九九八十一天，尔后入房种子，其后果然得子。

枸杞海马酒方

功 用

补肾壮阳，治疗阳痿、早泄。

方 药

枸杞子60克，海马3克，鹿茸2克，红参10克。

用 法

将上药浸入好白酒1500毫升中，密封口，14日即成，每晚临睡前服20毫升。

按 语

本方由名贵补虚、壮阳药物组成。据历史记载，唐玄宗非常宠爱杨贵妃。白居易在《长恨歌》里写道：“芙蓉帐暖度春宵，春从春游夜专夜，后宫佳丽三千人，三千宠爱在一身。”由此可见：玄宗与杨贵妃如胶似膝，柔情似水，日日夜夜。当时玄宗已年过四十，为何能如此强壮呢？相传，唐玄宗每日必饮用本方为主组成的药酒。

补肾缩尿方

黑豆狗肉方

功用

温补肾阳，主治小儿夜尿，老人遗尿。

方药

黑豆30克，狗肉250克。

用法

将上二味加水煮至烂熟后服用。

按语

小儿夜尿、遗尿多属肾阳虚弱所致，方中黑豆补肾而能治水，狗肉补中益气，温肾助阳，二味配用，确是肾虚阳弱患者的食疗良方。

乌龟治遗尿方

功用

益气补肾，治疗小儿遗尿。

方药

老乌龟1只（约150克左右）。

用法

将乌龟用草纸包好，再裹以黄泥，放入谷壳小火中慢慢

烤烧，待烤熟后，加少量食盐服食。

按 语

乌龟肉味甘，性温，有益气补肾，健脑，止寒嗽，疗血痢，治筋骨疼痛的作用。故用以治疗小儿遗尿，其效果非常显著。

治高血压方

决明子粉

功用

清肝明目，治疗高血压，头晕目花，视物模糊不清。

方药

决明子500克，白糖适量。

用法

将决明子炒黄捣碎，加白糖，每次3克，用开水泡开，每日3次。

按语

现代药理研究证明：决明子含有大黄素、决明子内酯、蛋白质、色素、胡萝卜素等成分，有降血脂、降血压、抗菌等作用。相传，陕西龙门山有一老道，年过百岁，仍鹤发童颜，耳聪目明，其远可眺十里以外之物，其近可视蝇头小字，人以为奇，恳求老道传授仙方。老人欣然应允，授以决明子，令其捣烂吞服，每次1小匙，连服1年。净得天地四时阴阳之气，龙门人服决明子后，个个目明眼亮。

芹菜降压方

功用

清热凉血，治疗高血压病。

方 药

芹菜250克，白糖30克。

用 法

将芹菜洗净，捣烂绞汁过滤加白糖和匀，温服每日2次。

按 语

芹菜，味甘，性凉，有健胃、利尿、凉血调经、降血压、镇静等作用。临床应用本方确有效验，但必须连续服用30天以上，血压即可稳定。

丹 皮 三 七 酒

功 用

活血化瘀，治疗动脉硬化，冠心病。

方 药

丹皮30克，田三七10克，川芎10克。

用 法

将上药浸入1000毫升白酒中，密封2个月，每晚临睡前饮酒15毫升。

按 语

本病属于祖国医学“真心痛”，“胸痹”的范围，以胸骨后，心前区出现发作性或持续性疼痛，或憋闷感，疼痛常放射至颈臂或上腹部为特征。本方所主证为气滞血瘀、心络受阻所致。方中丹皮凉血活血，三七活血化瘀，川芎破血通络，三者再以酒制，活血通络作用更佳。

槐花降血饮

功 用

清热凉血，治疗高血压病。

方 药

槐花 3 克，莲子心 1.5 克，野菊花 3 克，山楂 6 克。

用 法

将上药水煎服或开水泡服，常年饮用。

按 语

高血压病属于中医学“头痛”、“眩晕”病范围，以头痛眩晕，时发时止，或头重脚轻，步履不稳，血压升高为特征。本病发生的原因很多，但多属于肝肾阴阳失调。方中槐花清热凉血，莲子心有清心去热的功效。菊花清热明目，治头痛眩晕，山楂有消食积，散瘀血的功效，现代药理研究：山楂可使血压缓慢而持久的下降。

山楂降脂方

功 用

化痰活血，治疗冠心病、血清胆固醇和三酸甘油酯高等证。

方 药

山楂 20 克，丹参 15 克，毛冬青 10 克。

用 法

将上三味加水适量，煎煮 15~20 分钟去渣，分 2 次温