

咳嗽百种疗法

主 编 王宝章

华 龄 出 版 社

责任编辑 钱溪明

封面设计 羚 羊

图书在版编目 (CIP) 数据

咳嗽百种疗法/王宝章主编. —北京: 华龄出版社,

1997. 6

ISBN 7-80082-782-8

I. 咳… I. 王… III. 咳嗽-疗法 N. R441.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 12532 号

咳嗽百种疗法

王宝章 主编

出版发行: 华 龄 出 版 社

(北京市大红罗厂街乙3号)

邮编: 100034)

经 销: 新 华 书 店

印 刷: 北京密云红光印刷厂

787×1092毫米 32开 5.5印张 87千字

1997年7月北京第1版 1997年7月北京第1次印刷

印 数: 1—30000册

ISBN 7-80082-782-8/R·65

定 价: 6.80元

目 录

咳嗽的一般知识	1
咳嗽的治疗	3
中医内治疗法	3
敷贴疗法	78
滴鼻疗法	88
吸鼻疗法	89
填脐疗法	90
熨脐疗法	91
针刺疗法	93
艾条灸疗法	95
艾炷灸疗法	96
隔物灸疗法	98
灯火灸疗法	100
火罐疗法	101
刺络（刺血）拔罐疗法	102
走罐疗法	104
药罐疗法	105
水针罐疗法	107
按摩疗法	108
饮食疗法	111
支气管炎的治疗	134
中医内治疗法	134

2 目录

敷贴疗法.....	166
药枕疗法.....	168

咳嗽的一般知识

咳嗽是呼吸道系统疾病中最常见的症状。

现代医学认为咳嗽是一种复杂的高度协调的反射性防御动作。呼吸道粘膜上皮下的机械和化学感受器受到各种刺激时，冲动通过迷走神经传入位于延髓中的咳嗽中枢，再经过传出神经将冲动传至喉头肌和参与咳嗽动作的肌肉产生咳嗽。是一种急速而有力的呼气动作，咳嗽动作先由一短暂的吸气开始，随之声门关闭，同时软腭使鼻咽部也部分或完全关闭。此时通过反射作用，肋间呼气肌和腹部呼气肌迅速收缩，使肺内压力增高，同时气道内直径逐渐变窄，当肺内压力高到一定程度时，声门突然开启，形成一股强有力的气流，逐出气体、气道内的异物和分泌物。

患呼吸道疾病，可以引起咳嗽，如上感、急性支气管炎，患胸膜疾病，如自发性气胸也可引起咳嗽。临床表现上有慢性支气管炎的经常性咳嗽，或呼吸道异物、淋巴结压迫气管等产生的发作性咳嗽。

中医文献中多将无痰而有声音称为咳，无声音而有痰者称为嗽，有痰有声音谓之咳嗽。咳嗽的病因分为外感和内伤两大类。外感咳嗽起病急，病程短，属于邪实；内伤咳嗽多

为久病，常反复发作，病程长可伴见他脏形证，多属邪实正虚。

咳嗽的音色有：①金属调，如纵隔肿瘤及主动脉瘤直接压迫气管引起金属调的咳嗽；②嘶哑声，如声带炎症、肿胀；③无声，即无力性咳嗽，如高度全身衰弱、声带水肿等；④轻微短促的咳嗽，如喉炎、初期肺结核等。咳嗽出现的时间有这样几点规律：吸烟者清晨咳嗽加剧；肺结核患者在夜间迷走神经兴奋性增高时咳嗽加重。

应注意咳嗽时的伴随现象：①咳嗽伴有大量痰，加肺脓肿、支气管扩张、脓胸破入支气管等。②体位转换引起的咳嗽，如肺脓肿、支气管扩张等。由此可判定病变的位置。③咳嗽伴有呕吐，如百日咳、慢性咽炎等。④进食时发生咳嗽，痰中混有食物，如食管、支气管瘘等。

咳嗽还应与嗽咽动作相鉴别，后者常由慢性咽炎所引起，也可能是一种习惯性动作，而不是咳嗽。

咳嗽的最好疗法是治疗引起咳嗽的基本疾病。患者应避免开刺激物，如吸烟、过敏原、灰尘、空气中的污染物等。

咳嗽的治疗

中医内治法

内治法是口服药物治疗疾病的方法。内治法使用药物治疗疾病时，一般是将多种药物按一定的原则配合使用，也可使用单一的药物。口服的药物可以做成多种剂型使用，常用的剂型有汤剂、膏剂、丹剂、丸剂、散剂等。不同的剂型有不同的特点，临床上需根据不同的病情使用不同的剂型。内治法使用非常广泛，是中医治疗疾病的主要方法之一。

1.

【处方】棉油 100 克，鸡蛋 2 个。

【制用法】以棉油将鸡蛋炸透，吃下。

【主治】咳嗽

【注意事项】食后忌咸物数日。

2.

【处方】川贝 5 克研末，生姜适量（切成细丝），鸡蛋 2 个，豆油 1 盅。

【制用法】把豆油放入炒勺中熬热，放入姜末炸黄，把鸡

蛋打匀，放入勺中炒熟，加水一碗，放入川贝末，烧开后成。一日一次，早晨空腹服下，连服数日，小儿酌减。

【主治】咳嗽

3.

【处方】生姜 5 克，紫苏、红糖各 10 克。

【制用法】生姜切细丝，紫苏叶洗净，同装入茶杯，开水冲泡，加盖，浸泡 10 分钟，调入红糖搅匀，代茶热饮。

【主治】风寒咳嗽。

4.

【处方】干核桃 1 枚，黄酒 15 毫升。

【制用法】核桃焙干后研末，以黄酒送服，每日二次。

【主治】风寒咳嗽。

5.

【处方】橘红 30 克，酒 500 毫升。

【制用法】浸泡封闭，7 天后即成。每晚睡前饮一小盅。

【主治】遇寒即发之年久咳嗽。

6.

【处方】大枣 3~5 枚，生姜适量。

【制用法】大枣去核，纳入生姜，焙至发黄，水煎服。

【主治】风寒咳嗽。

7.

【处方】生姜片 100 克，红糖 50 克。

【制用法】将红糖炒焦，入姜片，加水煮 12 分钟，去渣服用。

【主治】咳嗽。

8.

【处方】白萝卜、生姜、梨各适量。

【制用法】切片，水煎，取汁，代茶频饮。

【主治】咳嗽痰多，怕冷，胸闷。

9.

【处方】萝卜、姜汁各适量。

【制用法】萝卜捣汁后加入姜汁搅匀，代茶饮。

【主治】风寒咳嗽。

10.

【处方】生姜、百部各 15 克。

【制用法】水煎服。

【主治】风寒咳嗽。

11.

【处方】红糖 30 克，鲜姜 15 克，红枣 30 克。

【制用法】以水 3 碗煎煮，趁热服下。

【功效】驱风散寒，止咳。

【主治】伤风所致咳嗽。

12.

【处方】大白萝卜一个，蜂蜜 30 克，白胡椒 5 粒，麻黄少许。

【制用法】先将萝卜洗净，切片，放入碗内，然后倒入蜂蜜及白胡椒、麻黄等共蒸半小时，趁热顿服。

【功效】宣肺发汗，化痰止咳。

【主治】 风寒咳嗽。

13.

【处方】 芫荽（香菜）30 克，饴糖 30 克，大米 100 克。

【制用法】 先将大米淘净加水煮，取大米汤 3 汤匙与芫荽、饴糖搅拌同蒸 10 分钟即可。趁热一次服用。

【功效】 解表散寒，发汗止咳。

【主治】 因伤风所致咳嗽。

14.

【处方】 萝卜一个，葱白 6 根，生姜 15 克。

【制用法】 将萝卜洗净，放水 3 碗将萝卜煮熟，再放入葱白、生姜，煮剩一碗汤，连渣一次服。

【功效】 宣肺解表，化痰止咳。

【主治】 风寒所致咳嗽，痰白清稀者。

15.

【处方】 鲜芥菜 80 克，鲜姜 10 克，盐少许。

【制用法】 先将芥菜洗净，切段，生姜切片，加清水 4 碗，煎至 2 碗，以食盐调味。每日服二次，每次一碗。

【功效】 疏风散寒，宣肺止咳。

【主治】 感冒受寒后咳嗽、有少许白痰。

16.

【处方】 核桃（连皮）、冰糖各适量。

【制用法】 将核桃连皮捣烂，加入冰糖少许，开水冲入，每日饮数次。

【功效】 补肾止咳。

【主治】风寒而嗽，痰白清稀。

17.

【处方】生姜 60 克，明矾 80 克，米醋适量。

【制用法】将上药熬成稠膏，做丸如豌豆大，每次 1 粒，放舌下。

【主治】风寒咳嗽。

18.

【处方】干姜 60 克。

【制用法】研为细末，每服 6 克，热酒冲服。

【主治】风寒咳嗽。

19.

【处方】干姜 60 克，饴糖适量。

【制用法】姜研为细末，以糖调和成膏状，每服 10 克，每天 2~3 次，热酒冲服。

【主治】寒咳。

20.

【处方】猪油、芝麻油、蜂蜜、茶末各 120 克。

【制用法】同浸 120 毫升白酒内，煮沸冷凝，每日挑食，以茶送服。

【主治】寒痰咳嗽。

21.

【处方】生姜 10 克，鸡蛋一个。

【制用法】鸡蛋打碎，生姜切细末放鸡蛋中搅匀，炒热吃，一天二次。

【主治】 风寒咳嗽。

22.

【处方】 竹茹 15 克，南粳米 50 克，生姜 2 片。

【制用法】 竹茹煎取浓汁，去渣约 150 毫升，米、姜加水 400 毫升煮成稠粥，待粥熟时入竹茹汁，再煮沸即可。每日二次。

【主治】 肺热咳嗽。

23.

【处方】 生姜、梨、白蜜各适量。

【制用法】 将生姜、梨捣取汁，加入蜂蜜，每天二次服用。

【主治】 肺热咳嗽。

24.

【处方】 芦根、槟榔各 30 克，生姜适量。

【制用法】 将芦根、槟榔共为细末，每服 6 克，生姜汤送下。每日 2~3 次。

【主治】 肺热咳嗽。

25.

【处方】 绿茶 15 克，鸡蛋 2 个。

【制用法】 同煮至蛋熟，去壳再煮至水干，食蛋，不拘时。

【主治】 肺热咳嗽。

26.

【处方】 绿茶 1 克，桑叶 5~15 克，菊花 15 克，甘草 5 克。

【制用法】 加水 350 毫升，煮沸 5 分钟，分三剂饭后服。日服一剂。

【主治】风热咳嗽。

27.

【处方】白萝卜1块，生姜、冰糖各适量。

【制用法】将萝卜挖空，装入适量生姜和冰糖，蒸熟，随意食。

【主治】劳伤咳嗽。

28.

【处方】羊髓100克，黄酒500毫升。

【制用法】同蒸熟，分次温服。

【主治】虚劳咳嗽。

29.

【处方】枸骨叶、茶叶各500克。

【制用法】研为细末，适量面粉粘合为块状，烘干。每块重4克。开水泡服。

【主治】劳伤咳嗽。

30.

【处方】冬虫草20克，白酒1000毫升。

【制用法】研碎，浸白酒内，15天后取服，每天服一盅。

【主治】劳伤咳嗽。

31.

【处方】鸡蛋4个，阿胶40克，米酒500毫升，盐适量。

【制用法】酒文火煮沸，入阿胶，溶化后再下蛋黄及盐，搅匀，再煮数沸，待凉入净容器内。每天早晚随量温饮。

【主治】虚劳咳嗽。

32.

【处方】蛤蚧 1~2 只，党参 30 克，黄芪 30 克，米酒 1500 毫升。

【制用法】同浸泡，每天饮 10~20 毫升。

【主治】气虚咳嗽。

33.

【处方】霜桑叶 500 克，黄酒适量。

【制用法】研细末，每服 4~5 克，黄酒送下。

【主治】劳伤咳嗽。

34.

【处方】豆腐 500 克，红糖、白糖各 100 克。

【制用法】把豆腐当中挖一窝，纳入红、白糖，放入碗内隔水蒸 30 分钟，一次吃完，连服四次。

【功效】清热生津，润燥止咳。

【主治】咳嗽痰喘。

35.

【处方】萝卜一个，猪肺一个，杏仁 15 克。

【制用法】以上三味加水共煮 1 小时，可吃肉饮汤。

【功效】清热化痰，止咳平喘。

【主治】久咳不止。

36.

【处方】瘦猪肉 50 克，杏仁 10 克，北沙参 15 克。

【制用法】共煮汤饮，日服二次。

【功效】清肺益气，生津化痰。

【主治】咳嗽少痰，咽干咽痒。

37.

【处方】罗汉果半个，柿饼 3 个，冰糖 30 克。

【制用法】加清水两碗半共煮至一碗半，再下冰糖，去渣，一天分三次服。

【功效】清肺热，去痰火，止咳嗽。

【主治】小儿百日咳及痰火咳嗽等。

38.

【处方】新百合 200 克，蜂蜜适量。

【制用法】用蜜拌百合蒸软，时时含一片，吞津服食。

【功效】清肺宁神。

【主治】肺脏壅热，烦闷咳嗽。

39.

【处方】石膏 60 克，甘草 15 克（炙）。

【制用法】上方共为末，每服 9 克，新汲水下。

【功效】清热止咳，平喘和中。

【主治】咳嗽、痰黄、喘甚者。

40.

【处方】猪肝 3 具，黑枣 100 枚，米酒 2500 毫升。

【制用法】同浸 1 月，去渣过滤，每次饮 2 匙，日二次。

【主治】阳虚咳嗽。

41.

【处方】核桃仁 100 克，白糖 50 克，黄酒 150 毫升。

【制用法】核桃仁捣碎，与余药入砂锅煮 10 分钟，每天

1~2次，连服3~10天。

【主治】老年虚寒咳嗽。

42.

【处方】羊胰3具，大枣100枚，酒300毫升。

【制用法】浸7天，酌量饮。

【主治】慢性咳嗽。

43.

【处方】茶叶、干菊花各2克。

【制用法】沸水冲泡6分钟，每天饭后一杯。

【主治】干咳。

44.

【处方】茶叶5克，银耳、冰糖各20克。

【制用法】茶叶冲泡取汁，银耳随冰糖放瓦罐内炖熟。倒入茶汁，拌匀食用。

【主治】阴虚咳嗽。

45.

【处方】贝母9克，白糖30克，蜂蜜、生姜各半酒盅。

【制用法】贝母研末与白砂糖和匀，蜂蜜与生姜汁调服。

【主治】久咳不愈。

46.

【处方】生姜250克，麻油、蜂蜜各200克。

【制用法】生姜捣碎与余二味合，微火熬膏，每早开水调服。

【主治】久咳不愈。

47.

【处方】大雪梨 4 个，老姜 120 克，蜂蜜 120 克，黑豆 500 克。

【制用法】梨、老姜同捣取汁，豆研末，同和匀，7 蒸 7 晒，不拘时服。

【主治】久咳不愈。

48.

【处方】地黄、白粥。

【制用法】将地黄洗净捣烂取汁，用地黄汁 1 勺，白粥搅匀，空腹食之。

【功效】养阴滋肾止咳。

【主治】热劳蒸咳嗽血。

49.

【处方】核桃仁 100 克，大米、白糖各适量。

【制用法】将核桃仁捣碎，大米淘洗净同煮粥，加糖适量服食。

【功效】补气养血，温肺润肠，化痰定喘，补肾。

【主治】病后体虚，虚寒咳嗽。

50.

【处方】川贝末 5 克，蜂蜜 30 克。

【制用法】上二味搅匀隔水炖服。

【功效】润肺止咳。

【主治】肺燥咳嗽。

51.