

▲ 家庭保健丛书 ▲ 家庭保健丛书 ▲ 家庭保健丛书

家用偏方

刘建中
刘银萍
编著

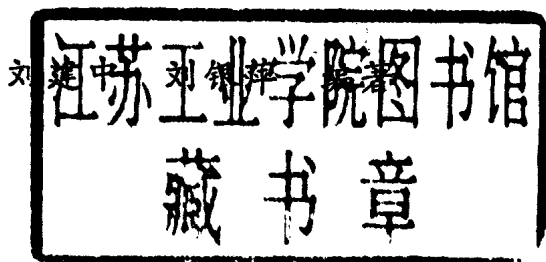


9.5

科学技术文献出版社重庆分社

家庭保健丛书之二

家用偏方



科学技术文献出版社重庆分社

家 用 偏 方

刘建中 刘银萍 编著

科学技术文献出版社重庆分社 出版

重庆市市中区胜利路132号

山 西 省 新 华 书 店 发 行

太 原 千 峰 科 技 印 刷 厂 印 刷

开本:787×960毫米1/32 印张:5.125 字数:87千字

1990年1月第1版 1990年1月第1次印刷

印数:1—21800册

ISBN7-5023-1099-1/R·158 定价:1.97元

家庭保健丛书 (1—5)

主编：卢祥之 梅 虎

健身，祛病，小伤小病不出门；

简便，易行，可使您无师自通。

总 序

科学技术文献出版社重庆分社出版，卢祥之、梅虎两同志主编的《家庭保健丛书》今天发行问世，这对于广大人民群众日益浓厚的保健、长寿愿望，很有意义。

家庭，是社会结构中一个极重要的环节，而人的生、老、病、死，又是自然界的必然规律。人的一生，恐怕没有未生过病的，但对于疾病怎样极早发现、极早预防、极早治疗，人对疾病的特性和人体健康与不健康的界限怎样区分和了解，这其中，确实是有很多学问的，很值得细心地去揣摩。

《家庭保健丛书》，本着健身、祛病、小伤小病不出门，自查、自治，简便易行的宗旨，介绍了许多有益的知识和有效的治疗方法。其一《家庭按摩》，简要地介绍了按摩的历史，详述了不受任何条件限制的按摩手法、穴位，健身、治病、减轻痛苦的方法；其二《家庭偏方》，俗谚：偏方治大病，集诸多简、便、廉的小方小药，药源广泛，安全实用；其三《家庭急救》，介绍了日常生活可能遇到的外伤、骨折和急性疾病发作时应急处理方法，具备这

方面的知识,一旦发生意外,便会采取正确有效的处置办法;其四《家庭食疗》,“药补不如食补”,民以食为天,真正补益人体的,“五畜为养,五果为助”,而且许多慢性病,辅以饮食疗法,效果高于一般疗法,这已被越来越多的人所承认;其五《婴幼儿保健》,婴幼儿时期,是人的一生能否健康成长的最重要的一个决定时期,因此,切实作好婴幼儿保健工作,具有十分重要的意义。

这套丛书,文字浅显、流畅、通俗、易懂,从家庭实用角度出发,相信它的出版,对提高人民群众的健康水平,增多防病治病知识,会有很大裨益。

王 锚 深

一九九零年二月于山西太原

目 录

感冒、流感	(1)
流行性腮腺炎	(4)
肝炎	(7)
痢疾	(10)
哮喘	(13)
肺炎	(15)
泄泻	(16)
急性胃肠炎	(20)
腹痛、腹胀	(21)
便秘	(24)
胃病	(25)
头痛	(28)
眩晕	(29)
口眼歪斜	(31)
腰痛	(33)
盗汗、自汗	(35)
中暑	(37)
中风	(39)
癫痫	(41)
神经衰弱、失眠	(42)

高血压	(45)
恶心、呕吐	(47)
中毒	(49)
阑尾炎	(50)
胆结石	(52)
脱肛	(53)
破伤风	(55)
冻疮	(56)
烧烫伤	(58)
外伤出血	(60)
狂犬咬伤	(62)
毒蛇咬伤	(64)
疔疮肿毒	(65)
急性脓肿、痈	(66)
疝气	(68)
痔疮	(70)
跌扑损伤、扭伤	(72)
蜂、蝎、蜈蚣、蚂蟥、毒蛇伤	(74)
兽类咬伤	(77)
月经不调	(78)
痛经	(81)
闭经	(82)
带下	(83)
产后腹痛	(85)

产后出血·····	(87)
产后恶露·····	(88)
产后风·····	(89)
产后发热·····	(91)
阴痒·····	(92)
子宫颈糜烂·····	(94)
恶阻·····	(94)
先兆流产·····	(96)
产后血晕·····	(98)
阴疮·····	(99)
回乳·····	(100)
妊娠杂症·····	(101)
妇女杂症·····	(102)
小儿感冒·····	(106)
百日咳·····	(108)
小儿消化不良·····	(111)
小儿夏季热·····	(113)
小儿鹅口疮·····	(114)
小儿夜啼·····	(115)
急性腮腺炎·····	(116)
小儿遗尿·····	(117)
小儿阴囊水肿·····	(119)
小儿盗汗·····	(120)
急慢惊风·····	(121)

小儿脐风.....	(122)
小儿杂症.....	(123)
带状疱疹.....	(128)
脱发、斑秃.....	(131)
美容方.....	(133)
牛皮癣.....	(135)
脚气.....	(137)
甲癣.....	(138)
足癣.....	(139)
鸡眼.....	(141)
寻常疣.....	(143)

感 冒、流 感

第 一 方

主治：风寒感冒，头痛发烧，怕冷，无汗，脉浮紧。

处方：生葱白3～4根（切），生姜2片。

用法：水煎乘热服下，盖被出汗。

第 二 方

主治：预防流行性感冒。

处方：板蓝根18克。

用法：水煎，连服3天为一疗程。

第 三 方

主治：风热感冒，发烧头痛，出汗口渴。

处方：葛根9克，生石膏12克，生姜3片。

用法：水煎分2次温服。

第 四 方

主治：挟湿感冒，发烧头重，胸闷，四肢无

力，腹泻。

处方：香薷9克，厚朴9克，白扁豆、山药各15克。

用法：水煎分2次服。

第 五 方

主治：预防流感、麻疹。

处方：朱砂、雄黄、天麻、苍术、细辛、广木香各3.5克，白芷、贯众各15克，防风、鹅不食草、独活、牙皂、丁香各15克。

用法：共研粉，在有流感及麻疹发现的地区，可用此药粉搽鼻孔内，每周搽1次。可调少许甘油、生油以使药粉粘上，保存药力。

第 六 方

主治：预防感冒。

处方：大蒜头。

用法：感冒流行季节，每日常吃。亦可用10%的大蒜汁滴鼻孔内，每天1次，每次2~3滴，连用2天；或取大蒜少许，用棉花裹住，交替塞入任一鼻孔内，预防流行性感冒。

第 七 方

主治：预防感冒。

处方：防风6克，甘草3克。

用法：平时泡茶喝。

第 八 方

主治：感冒发烧。

处方：天将壳（萝麻）、紫苏梗（或茄子梗）、枇杷叶各30克，蒲公英、桑叶各15克。

用法：水煎服。

效果：150例高烧39℃以上头痛、鼻塞、咳嗽患者。一般经此方治疗1~2天后痊愈。此方亦可作为预防流感用。

第 九 方

主治：小儿流涎、感冒。

处方：板蓝根、菊花、藿香、连翘、地骨皮、白薇各15克，生石膏、生地各12克。以上各药提炼制成“颗粒散”，每包内装8克，外加阿斯匹林0.3克。

用法：每日1包，用开水半杯一次冲化，搅匀分服。1~6月婴儿分4~6次服；6月~1岁分4次服；2~4岁分3次服；5~7岁每日1包半分3次服；8~10岁，每日2包分3次服；10岁以上，每次1包，日服3次。

效果：治疗300例（普通感冒148例，流感152

例)，其中病程在1～2天的88例，服药后24小时内退烧占77%；病程在3～4天的110例，服药后24小时退烧的占81%。

第 十 方

主治：病毒性上感、病毒性肺炎、流行性腮腺炎、带状疱疹、水痘。

处方：大青叶、板蓝根各15克。

用法：水煎服。

流行性腮腺炎

第 一 方

主治：流行性腮腺炎。

处方：板蓝根60～120克（小儿30～60克）。

用法：每日1剂，水煎服。也可将板蓝根配成30%溶液，外擦患处。

效果：用于预防11295人次，有效控制了本病的流行。并治疗本病387例，治愈377例，好转无效各5例。

第 二 方

主治：炸腮初期。

处方：蛇蜕 3 克，鸡蛋 1 个。

用法：将蛇蜕洗净，剪碎，炒鸡蛋吃，1 日 2 次。

第 三 方

主治：流行性腮腺炎。

处方：生大青叶茎 300 克。

用法：捣烂取汁服。

第 四 方

主治：腮腺肿痛。

处方：银花 9 ~ 15 克，板蓝根 9 ~ 15 克（大青叶亦可），桔梗 9 克，甘草 6 克。

用法：水煎分 2 次服。

第 五 方

主治：流行性腮腺炎。

处方：青黛 9 克。

用法：鸡蛋清调，烧酒冲服。

第 六 方

主治：流行性腮腺炎。

处方：土蜂窠 1 个。

用法：为末，蜜或香油调和敷患处。

第七方

主治：流行性腮腺炎。

处方：蚯蚓 7～10条，冰片（研粉）1克。

用法：将蚯蚓捣烂如泥做成饼，撒上冰片敷患处。

第八方

主治：流行性腮腺炎。

处方：赤小豆适量。

用法：用水浸软，捣烂，用水或醋或蜂蜜或鸡蛋清适量调成膏状，外敷患处。

第九方

主治：疔腮肿痛。

处方：鱼腥草。

用法：加生盐少许捣烂，包敷患处（不加盐也可）。

第十方

主治：流行性腮腺炎。

处方：忍冬藤30克，蒲公英24克，玄参15克，夏枯草30克。

用法：水煎服。

肝 炎

第 一 方

主治：预防传染性肝炎。

处方：紫花地丁、柳根各150克。

用法：各加水300毫升，分别煎取药液150毫升，再将两种药液混合。每服30毫升，饭前服，1日3次，连服3日。

备注：用鲜紫花地丁叶焙干研末，每饭后黄酒送服6克，也可治传染性肝炎。

第 二 方

主治：预防传染性肝炎。

处方：蒲公英120克，甘草60克。

用法：加水1000毫升，煎取药液400毫升，加适量水再煎，连同压榨液合并浓缩，收成稠膏60克。每服6克，白开水冲服，每日早晚各1次。

第 三 方

主治：阳黄发热，大便秘结。

处方：茵陈60克，栀子9克，大黄9克，黄芩9克，柴胡9克。