



《卫生知识》丛书第四辑

常见病症小单方

郭剑华 编著

重庆出版社



《卫生知识》丛书第四辑

常见病症小单方

郭剑华 编著

重 庆 出 版 社 1993年·重庆

(川)新登字010号

责任编辑 谢 先
封面设计 彭 广
技术设计 忠 凤

郭剑华 编著
常见病症小单方

重庆出版社出版、发行(重庆长江二路205号)
新华书店经销 达县新华印刷厂印刷

*

开本787×930 1/32 印张3.75 插页2 字数44千
1993年11月第一版 1993年11月第一版第一次印刷
印数: 1—3,500

*

ISBN 7-5366-2433-6/R·123
科技新书目 301—325 定价: 1.80元

《卫生知识》丛书第四辑编委会

主 编 张弘谋

副主编 陈洛 靳鸣

编 委 (以姓名笔划为序)

马有度 李 宋 张弘谋 陈 洛

郑惠莲 周继福 罗 敏 靳 鸣

傳播衛生知識，為人
民健康造福。

陳敘章

一九五五年十月

中華人民共和國卫生部陈叙章部长题词

為健康教育服務

祝賀衛生知識叢書出版

吳階平 一九八二年

中華醫學會會刊，著名醫學家吳階平教授題詞

内 容 提 要

本书精选出涉及内、外、妇、儿、五官等科50余种常见病单方1000余个，除介绍单方组成、用法服法外，特别按中医辨证施治的原则进行证候分类，以利读者在选用时更准确、更合理，从而更见效验，真正体验到“小小单方治大病”的含义。

序

顾 英 奇

重庆出版社出版的《卫生知识》丛书是编著者们和出版社奉献给广大读者的一套很有特色的好书，是指导群众进行自我保健的良师益友，也为我国开展初级卫生保健工作增添了力量。

《卫生知识》丛书把具有高小以上文化水平的群众作为读者对象，这一点是完全正确的，因而它使自己完全贴近了社会各行各业不同阶层的群众。可以想见，它的读者面是何等的广泛，受益者何止万千！面对这样广大的读者群，编著者们在文字通俗性上是下了功夫的，做到了篇幅短小，文字简洁，深入浅出，通俗易懂，从而大大提高了作品的普及性。

一部科普读物能否受到读者欢迎，可以说在很大程度上取决于它的科学性和实用性。科学实用，自然会受到读者欢迎。《卫生知识》丛书明显地具备这样的特点。首先，它的选题广泛而有针对性。在每一辑的若干本小册子中，涉及了临床内外妇儿科常见病、多发病的防治，妇女儿童及老年保健，慢性病康复，癌症防治，食物营养知识和药膳等。

但是，这样广阔的题材，并不是随意确定的，而是根据群众健康的需要和存在的问题而写的。因此，它能适应许许多多读者的要求。其次，编著者以多样化的形式，对每一个问题，根据人们经常遇到的情况及对读者十分重要的科学道理和预防、医疗、保健、康复措施，从不同角度分层次地逐项予以解答。有的一本小册子中竟解答了数十个提问。丛书的知识容量之大可见一斑，而且它的回答对读者来说都是看得懂、用得上的知识，是科学的、实际的。丛书编著者们都是具有丰富实践经验的各种专业工作者，他们密切接触群众，有实际体会，有扎实的理论基础，加上科普写作能力，使他们创作出了科学实用的作品。

丛书计划分四辑出版，共50多册。全书具有整体性，每册一题又具有独立性。全书没有按系统编写，但每题又自在系统之中，广涉博采，生动活泼，有理论专著所不能处。因此，丛书不仅对一般读者具有很大的实用价值，而且也值得基层专业技术人员一读。

北京 1989.6.21

（本文作者系中华人民共和国卫生部副部长）

序

众所周知，“单方”是我国劳动人民在长期同疾病斗争的过程中不断总结和产生的。几千年来，作为我国传统中医药的组成部分，发挥了有效的作用。实践证明，“单方”确具有简、便、廉、验的优点，尤其对某些病证，能显“应手起效，立起沉痾”的结果，因而深受广大群众喜爱。民间常有“小小单方治大病”的说法，不是没有道理的。

但是，群众中很少有人知道，如果离开中医辨证论治原则使用“单方”，不但不显效验，有的甚至还会带来不良后果。因此，我们以这本小册子具体介绍如何使用单方的知识。重庆中医骨科医院康复科主任郭剑华编著的《常见病小单方》一书，别开生面，独具特色，它克服了过去不少单验方书籍之不足，对常见病不但列出主症证型，而且在各证型之下列举单方数个以供选择。这样，针对性既强，又方便实用，易取功效。

该书条理清楚，浅显易懂，是广大群众防病治病的好参谋。

张锡君

辛未腊月于重庆

时年八十

前 言

单方是医生与广大群众通过长期的医疗实践，不断提炼精选出来的、行之有效的方剂。几千年来作为传统中医药组成部分的单方，在救死扶伤，战胜疾病的过程中，为中华民族的繁衍昌盛发挥了重大作用。

单方具有简单、方便、就地取材、花钱很少或不花钱的特点，从来就深受广大群众欢迎，甚至，历史上不少名医也乐于选用单方。

在日常生活中，我们常发现，患同种疾病的两人，服用同一单方，一人良效，而另一人却无效。这是为什么呢？究其原因就是没有做到中医辨证选方的缘故。因此，用单方治病，同样应遵循中医辨证论治的原则。

本书精选出适合50多种常见疾病的小单方。所录之方是作者经过长期临床实践和参考众多医学文献资料严格筛选出来的。

本书完成后，承蒙全国人大代表，著名中医学专家张锡君主任医师审阅并作序，在此深表感谢。

郭剑华

1992年元旦于重庆

中医骨科医院

目 录

内 科

感冒.....	(1)
头痛.....	(3)
咳嗽.....	(6)
哮喘.....	(8)
胁痛.....	(10)
胃痛.....	(12)
腰痛.....	(14)
吐血.....	(16)
鼻出血.....	(18)
尿血.....	(20)
便血.....	(22)
消化性溃疡.....	(24)
呕吐.....	(28)
呃逆.....	(30)
痢疾.....	(31)
腹泻.....	(34)
腹胀.....	(37)
便秘.....	(38)

眩晕·····	(41)
失眠·····	(43)
高血压病·····	(45)
低血压病·····	(47)
贫血·····	(48)
遗精·····	(51)
糖尿病·····	(52)
足跟痛·····	(54)
风湿性关节炎·····	(56)

儿 科

蛔虫病·····	(59)
钩虫病·····	(60)
蛲虫病·····	(61)
水痘·····	(62)
百日咳·····	(63)
小儿厌食症·····	(66)
小儿多汗·····	(68)
小儿流涎·····	(70)
小儿夜啼·····	(71)
小儿脱肛·····	(73)
遗尿·····	(74)

妇 科

痛经.....	(77)
闭经.....	(79)
妊娠呕吐.....	(81)
乳腺炎.....	(82)
阴痒.....	(85)

五 官 科

慢性咽喉炎.....	(88)
声音嘶哑.....	(89)
流行性腮腺炎.....	(92)
化脓性中耳炎.....	(94)
牙痛.....	(96)

其 他

湿疹.....	(99)
痔疮.....	(100)
冻疮.....	(103)

内 科

感冒

感冒是一年四季均可发生的常见病。由病毒引起，体质弱、抵抗力差的人最易患此病。临床多表现有头痛、周身痠疼，发热，恶寒，流清涕，鼻塞，全身乏力或有轻微咽痛，咳嗽等症。中医治疗此病有风热、风寒之分。

1. 风热感冒：头痛，发热，微恶寒，口干，咽痛，小便黄。

(1) 板蓝根、大青叶各30克，薄荷15克，荆芥10克。水煎分3次服。日1剂。

(2) 菊花15克，桑叶10克。水煎取汁当茶饮。

(3) 板蓝根20克，金银花、狗豆芽各30克。水煎分3次服。

(4) 鲜苦蒿30克，薄荷10克，生甘草 6 克。水煎分 3 次服。

(5) 荆芥20克，生石膏30克。水煎分两次服。

2. 风寒感冒：头痛，恶寒，全身痠疼，无汗，鼻塞流涕。

(1) 生姜片20克，茶叶 3 克，红糖 适量。水煎分 2 次服，服后盖被取微汗。

(2) 糯米100克，生姜5片，水1000克。放于砂锅内煮沸后加入葱白7个，煮至米熟再加米醋25克，和匀，乘热吃粥后盖被取汗即愈。

(3) 葱白20根，淡豆豉、白芷各 3 克。浓煎温服。头痛较甚者尤佳。

(4) 生姜10克，葱白7根，红糖适量。水煎1次温服。

(5) 荆芥、薄荷各10克。放入保温茶盅内，泡开水当茶饮。

(6) 贯众、板蓝根各20克，狗豆芽30克，生甘草6克。水煎服。可防治流感。

(7) 防风6克，生甘草3克。泡开水乘热1次服。

(8) 黄芪10克，白术、防风各6克，乌梅

1 枚。将上药放在保温杯中，用开水泡10分钟后即可当茶饮。日 1 剂，长期饮服。此方适用于体质虚弱，或久病常患感冒缠绵不愈的人。

头痛

头痛是最为常见的症状之一，许多疾病均可引起头痛，如颅内疾病、五官科疾病、颈椎病及一些全身性疾病等。中医认为，外感风寒、风热，或内伤肝、脾、肾及气血失调等均可引起头痛。现仅论述一般头痛的治法。

1. 风寒头痛：头痛恶寒，鼻塞流涕，口不渴。

(1) 白芷、菊花各9克。水煎分 2 次服。日 1 剂。

(2) 川芎6克，茶叶3克。水煎服。

(3) 白芷50克。研成细末，茶水吞服。日 3 次，每次服 3 克。

(4) 葱白 5 根，生姜30克。水煎服，盖被取汗。

(5) 荆芥9克。水煎服。