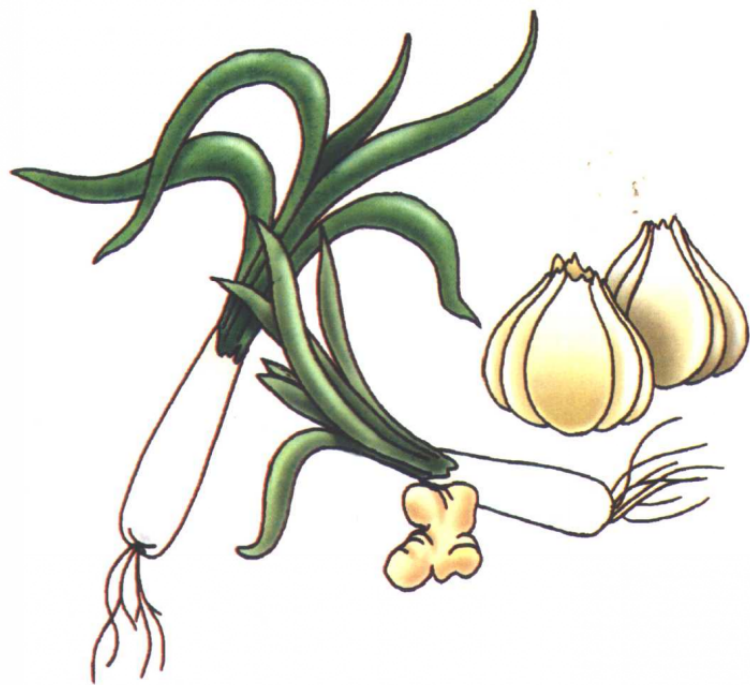




时尚家庭保健丛书

葱姜蒜治百病



吉林摄影出版社

时尚家庭保健丛书

葱姜蒜治百病

主编 高明枢 赵 辉
李 艳 刘明志

吉林摄影出版社

时尚家庭保健丛书·葱姜蒜治百病

责任编辑:严黛玲

封面设计:刘芊

吉林摄影出版社出版发行 787×1092 毫米 32 开本 6 印张 135 千字
(长春人民大街124号) 1999 年 8 月第 1 版第 1 次印刷
长春市东新印刷厂印制 印数:1—5000 册

ISBN 7-80606-288-2/G·68

全套定价:68.00 元(单册 6.80 元)

目 录

一、内科疾病.....	1
(一) 胃 痛	1
(二) 膨 胀	9
(三) 感 冒.....	19
(四) 呕 吐.....	26
(五) 咳 嗽.....	30
(六) 哮 喘.....	39
(七) 腹 痛.....	43
(八) 眩 晕.....	46
(九) 痢 疾.....	48
(十) 中 风.....	51
(十一) 头 痛.....	53
(十二) 反 胃.....	57
(十三) 中 暑.....	58
二、外科疾病	61
(一) 急性肠梗阻.....	61
(二) 跌打损伤.....	63
(三) 腰 痛.....	66
(四) 骨髓炎.....	69

(五) 闪跌手足·····	70
(六) 毒蜘蛛咬伤·····	71
(七) 烧烫伤·····	73
(八) 毒虫咬伤·····	76
(九) 阑尾炎·····	78
(十) 疔·····	83
(十一) 疔 疮·····	84
(十二) 痔 疮·····	88
(十三) 积 证·····	89
(十四) 肩周炎·····	90
三、皮肤科疾病·····	92
(一) 脚汗过多、脚臭·····	92
(二) 稻田皮炎·····	93
(三) 体癣、股癣、脚癣·····	94
(四) 银屑病·····	97
(五) 疥 疮·····	98
(六) 尖锐湿疣·····	99
(七) 寻常疣·····	100
(八) 甲 癣·····	101
(九) 鸡 眼·····	102
(十) 手 癣·····	103
(十一) 花斑癣·····	104
(十二) 湿 疹·····	105
(十三) 白癜风·····	106

(十四) 黄水疮	106
(十五) 皮肤皲裂	108
(十六) 阴 疮	108
(十七) 斑 秃	109
(十八) 瘰 疮	110
(十九) 皮肤瘙痒症	111
四、小儿科疾病	113
(一) 小儿乳蛾	113
(二) 夜啼	114
(三) 麻疹	114
(四) 秃疮	114
(五) 痞胀	115
(六) 骨火丹	115
(七) 厌 食	116
(八) 小儿腹痛	117
(九) 小儿腹泻	118
(十) 小儿咳嗽	120
(十一) 遗尿	122
(十二) 疳 积	126
五、五官科疾病	127
(一) 牙质过敏	127
(二) 青光眼	128
(三) 鼻衄	128
(四) 声音沙哑	131

(五) 喉痹和骨鲠	132
(六) 牙 痛	133
(七) 咽喉肿痛	137
(八) 扁桃腺炎	138
(九) 角膜炎	140
(十) 中耳炎	140
(十一) 鼻炎	142
(十二) 口疮	143
(十三) 鼻窦炎	143
六、妇科疾病.....	145
(一) 痛 经	145
(二) 月经不调	151
(三) 妊娠恶阻	153
(四) 乳腺炎	156
(五) 阴道炎	160
(六) 妊娠水肿	161
(七) 闭 经	164
(八) 子宫脱垂	169
(九) 不孕症	171
(十) 妊高症	173
(十一) 崩漏	173
七、肿瘤科疾病.....	178
(一) 痞块	178
(二) 恶性肿瘤	180

(三) 乳腺癌	181
(四) 膈疝	181
(五) 肝癌	183
(六) 胃肠道癌	183

一、内科疾病

(一) 胃 痛

胃痛，又称胃脘痛，是以上腹胃脘部近心窝处发生疼痛为主证的疾病。本证的发生主要原因是寒邪容易，饮食伤胃，肝气犯胃，脾胃虚弱等几个方面。现代医学之溃疡症，急慢性胃炎、胃肠神经官能症、胃下垂、胃癌、胃息肉均属本证范畴，部分肝胆胰腺疾病也可依此法治疗。

△ 方 1:

【组 成】 连须葱白 30 克左右、枯矾、胡椒各 10 克。

【制 法】 将枯矾、胡椒研为细弄末，与葱白共捣烂如膏状，敷于患者脐部，则效果更好。

【用 法】 敷药同时，若配合热不袋熨于脐部，则效果即可。

【适应症】 治疗胃疼。

△ 方 2:

【组 成】 葱白 75 克左右，麻油 10 克。

- 【制 法】 将葱白捣烂如膏状。
【用 法】 以勺送入口腔内，再灌以麻油送下。
【适应症】 适用于急性胃痛，牙关紧闭欲绝。

△ 方 3:

- 【组 成】 青蒜连叶 7 根，盐、醋若干。
【制 法】 青蒜用盐醋煮熟。
【适应症】 治疗胃病
【用 法】 痛时即服食。

△ 方 4:

- 【组 成】 大蒜 100 克，牛肉 250 克，赤小豆 100 克，花生仁 150 克。
【制 法】 混合加水煮至烂熟。
【适应症】 脾胃虚弱性胃脘痛，症见胃痛隐隐，时作时止，饥饿或劳累后加重。
【用 法】 空腹温服，分 2 次服完，连服 20~30 天。

△ 方 5:

- 【组 成】 干姜 62 克，32 克香附。
【制 法】 将姜与香附共研为极细的粉末，贮瓶内备用。
【用 法】 每次服用 9 克，用汤送下，每日 3 次。
【适应症】 本方适用于症见胃痛暴作、恶寒喜暖，脘腹得温则痛减，遇寒则痛增，口不渴，喜热饮，苔薄白，脉弦

紧。

△ 方 6:

【组 成】 干姜 30 克。

【制 法】 将干姜研为细末，装入瓶内留一备用。

【用 法】 每次 4~6 克，姜汤送下。

【适应症】 适用于寒邪客胃型胃痛。

△ 方 7:

【组 成】 干姜 30 克。

【制 法】 干姜、良姜煮沸，过滤过渣，再放入适量粳米，煮成稀粥。

【用 法】 分 3 次温食。

【适应症】 寒邪客胃型胃痛。

△ 方 8:

【组 成】 36 克生姜，4 克丁香，50 克白糖。

【制 法】 将姜、丁香研为细末与白糖一起放入锅内加水用火煎熬，煎熬至挑起不沾手为度。另备一个搪瓷盆，涂上小磨香油，将熬好的药膏摊平。

【用 法】 稍冷后趁软切成 50 个，随意食之。

【适应症】 寒邪客胃型胃痛。

△ 方 9:

【组成】 30 克炮姜、62 克丁香附。

【制法】 炮姜与香附一起研为细末。

【用法】 每次服用 9 克，用米汤送服。

【适应症】 胃脘胀闷，攻撑作痛，脘痛连胁，暖气频繁，大便不畅，每因情志因素而痛作，苔薄白，脉沉弦。

△ 方 10:

【组成】 栀子、草豆寇各 18 克

【制法】 将原料一起研为细末，用适量生姜汁拌成糊作成梧桐子大的丸。

【用法】 每次服（40～50 粒）4～5 克，米汤送服，每天 2 次。

【适应症】 适用于此症见胃脘灼痛，痛势急迫，烦躁易怒。口干苦，舌质红舌苔黄。

△ 方 11:

【制法】 将适理的栀子研为细末，以姜汁打糊为丸。

【用法】 每次服 3～5 克，每天 2 次，米汤送服。

【适应症】 肝胃郁热型胃痛。

△ 方 12:

【制法】 将适量的干姜、青皮、栀子诸药共研为细末，水泛为梧桐子大的丸。

【用法】 每次服（30～50 粒）3～5 克。每日 2～3 次。

【适应症】 肝胃郁热型胃痛。

△ 方 13:

【制 法】 将 31 克生姜，10 克杏仁，6 克黄连放在一起加入水煎。

【用 法】 去渣分服。

【适应症】 肝胃郁热型胃痛。

△ 方 14:

【组 成】 150 克老生姜，150 克红糖。

【制 法】 将老生姜捣烂去渣，隔汤蒸 12 分钟，再将红糖溶入成膏。

【用 法】 4 天服完，每日 2 次，

【适应症】 症见胃痛隐隐，喜温不怕按，饿者更加疼痛，爱吐清水，纳差，乏力，重则手足不温，大便溏薄，舌淡苔白，脉搏细弱，脾胃虚寒型胃痛。

△ 方 15:

【制 法】 将 60 克生姜，28 克大枣，适量的红糖用水煎分三次服用。

【用 法】 每天 1 剂。

【适应症】 脾胃虚寒型胃痛。

△ 方 16:

【制 法】 将250克生姜洗净切碎,放入猪肚(1个)内,用温火炖熟,吃下猪肚和姜,并喝汤。

【适应症】 溃疡病。

△ 方 17:

【组 成】 6克干姜,0.5克胡椒

【制 法】 将干姜、胡椒放在一起研为细粉末。

【用 法】 分2次用开水冲服,1天服完,连服15天。

【适应症】 溃疡病。

△ 方 18:

【组 成】 黄鳝250克,蒜头1个,酒、油、盐各适量。

【制 法】 黄鳝除净内脏洗净,蒜头去皮,共炒热。

【用 法】 加酒及油、盐调味食用。

【适应症】 胃痛,胸胁胀痛。

△ 方 19:

【组 成】 大鲫鱼1000克,大蒜2头,砂仁、陈皮、荜拔、胡椒、泡辣椒各10克,葱、盐适量。

【制 法】 鲫鱼去内脏洗净,给以上药物与调料放在鱼腹中,按烧鱼的烹饪方法炖煮为羹。

【用 法】 空腹食之。

【适应症】 主治胃脘冷痛,胀闷不舒,不思饮食,呕吐泄泻。

△ 方 20:

【组 成】 隔年大蒜适量。

【制 法】 大蒜捣烂取汁。

【用 法】 兑入二分之一麻油搅匀，炖服。亦可用米醋煮大蒜，趁热食之，有同样疗效。

【适应症】 胃痛。

△ 方 21:

【组 成】 鲜大蒜 4~5 头。

【制 法】 整头带皮蒜洗净后放在铝锅内加清水煮（水以浸没蒜为限），至八九成熟即可。煮后汤放凉或温热后，尽可能一次喝完。煮后的大蒜头用空瓶装好，以备随时服用。

【用 法】 每次空腹剥皮吃 2~3 瓣。临睡前吃一次（这对十二指肠患者尤为重要，服用后不再进食或进水），上午 9~10 时和下午 2~3 时各吃一次，还可再增加 1~2 次，但必须与饮食时间岔开。

【适应症】 治疗慢性胃痛。

△ 方 22:

【组 成】 生姜和大蒜各 100 克，醋 500 毫升。

【制 法】 生姜洗净切片，和整瓣大蒜浸入醋中，密封 1 日以上。

【用 法】 每次服醋液或嚼食蒜、姜适量。

【适应症】 脾胃虚寒，胃脘疼痛，其痛隐隐，喜温喜按。

△ 方 23:

【组 成】 大蒜 1500 克，醋、酒各适量。

【制 法】 蒜去皮浸于等量酒、醋中，10 天后即可食用。

【用 法】 痛时每日食 3~5 瓣，连服 1 周。

【适应症】 脾胃虚弱，寒气凝聚，脘腹冷痛，水肿胀满，痞闷食少。

△ 方 24:

【组 成】 大蒜 30~50 克，瘦肉 150~200 克。

【制 法】 同蒸半小时。

【用 法】 食用。儿童用量酌减。

【适应症】 胃酸过多之胃痛、泛酸。

△ 方 25:

【组 成】 大蒜 200 克，白糖 60 克，米醋 50 克，菜油、米醋、白糖各适量，味精少许。

【制 法】 大蒜瓣开备用；锅中放入菜油，烧至七成热时，将蒜瓣倒入油锅中，煸炒片刻，然后加入米醋、白糖，复加水适量，慢火煮至蒜熟，放入味精少许，即可装盘。

【用 法】 早、晚餐食用。

【适应症】 脾胃虚寒而见脘腹冷痛，胃酸缺乏，消化不良，大便偏稀者服食。亦可预防感冒。

(二) 膨 胀

膨胀是以腹部膨胀如鼓，皮色苍黄，配至青筋显露为特征的一种病证。现代医学的肝硬化腹水，结核性腹膜炎，腹腔内肿瘤，晚期吸血虫病及其它引起肝脾肿大和腹水的一种病证。

△ 方 1:

【组 成】 葱白 15 克，甘遂适量。

【制 法】 将甘遂研为细末，与葱白共捣烂如膏状备用。将患者的脐孔皮肤用陈醋擦红后，旋即将药膏涂于脐部，用纱布盖好，胶布固定住。

【用 法】 每日换药 1 次。7 日为 1 疗程。

【适应症】 水臌，症见腹部胀大，按之凹隐，皮薄而紧，小便较短少，两胁疼痛，面孔颜色萎色弱黄，舌苔滑，脉沉。

△ 方 2:

【组 成】 大蒜（1 年）12 克，白糖 15 克。

【制 法】 把大蒜去皮放在砂锅内，加入糖和清水 250 克左右，用火把水烧沸煮熟，经常吃大蒜。

【用 法】 少饮汤汁。

【适应症】 本方适用于腹部膨胀，腹部瘀水而膨者。