

大蒜治百病

譚杏林 編著



大蒜治百病

谭杏林 编著

农村读物出版社

大蒜治百病

谭杏林 编著

农村读物出版社出版

北京朝阳区科普印刷厂印刷

各地新华书店经销

787×1092 1/32 8:25 印张 165 千字

1995年9月第1版 1996年12月第2次印刷

印数：6001—13000

ISBN 7-5048-2633-2/R·60

定 价：9.50 元

1 6 1 1 1 9 0 0

目 录

第一章 总 论

- 一、大蒜疗法..... (1)
 - (一) 什么是大蒜疗法..... (1)
 - (二) 大蒜疗法为什么受到人们的厚爱..... (2)
 - (三) 大蒜分几类, 有哪些优良品种..... (2)
 - (四) 大蒜有哪些营养成分, 其营养价值如何
..... (4)
 - (五) 现代药理研究证实大蒜有哪些作用..... (4)
- 二、大蒜疗法常识..... (6)
 - (一) 大蒜为什么有防治癌的作用..... (6)
 - (二) 大蒜为何能治疗痢疾..... (7)
 - (三) 大蒜为何具有美容作用..... (7)
 - (四) 大蒜生吃好, 还是熟吃好..... (8)
 - (五) 如何巧吃大蒜..... (8)
 - (六) 每天最好吃多少大蒜..... (9)
 - (七) 应用大蒜要注意什么问题..... (9)
 - (八) 大蒜有哪些简易除臭法..... (9)
 - (九) 如何选择购买大蒜 (10)
 - (十) 家庭如何贮存大蒜 (11)

第二章 民间大蒜方荟萃

- 一、内科 (12)

(一) 感冒 (18 方)	(12)
(二) 咳嗽 (8 方)	(16)
(三) 气管炎 (8 方)	(17)
(四) 哮喘 (6 方)	(19)
(五) 肺癰 (2 方)	(21)
(六) 肺脓肿 (4 方)	(21)
(七) 肺结核 (肺癆) (21 方)	(23)
(八) 肠结核 (1 方)	(27)
(九) 流行性脑膜炎 (5 方)	(27)
(十) 痧症 (2 方)	(29)
(十一) 呃逆 (2 方)	(29)
(十二) 呕吐 (8 方)	(30)
(十三) 食积腹胀 (8 方)	(31)
(十四) 胃酸过多 (2 方)	(33)
(十五) 霍乱 (2 方)	(34)
(十六) 胃痛 (10 方)	(34)
(十七) 肠炎 (9 方)	(36)
(十八) 呕血 (4 方)	(38)
(十九) 疟疾 (16 方)	(39)
(二十) 腹痛 (10 方)	(42)
(二十一) 中暑 (7 方)	(44)
(二十二) 痢疾 (29 方)	(46)
(二十三) 流行性乙型脑炎 (2 方)	(52)
(二十四) 伤寒、副伤寒 (1 方)	(52)
(二十五) 腹泻 (24 方)	(52)
(二十六) 便秘 (4 方)	(57)

(二十七) 黄疸 (1 方)	(58)
(二十八) 肝炎 (3 方)	(58)
(二十九) 蛔虫病 (5 方)	(59)
(三十) 钩虫病 (3 方)	(60)
(三十一) 水肿 (35 方)	(60)
(三十二) 高血压 (8 方)	(68)
(三十三) 胸痛 (3 方)	(70)
(三十四) 结胸 (1 方)	(71)
(三十五) 结核性胸膜炎 (2 方)	(71)
(三十六) 高血脂症 (4 方)	(71)
(三十七) 冠心病 (3 方)	(72)
(三十八) 心绞痛 (2 方)	(72)
(三十九) 肾炎 (7 方)	(73)
(四十) 肾功能不全 (4 方)	(75)
(四十一) 尿潴留 (8 方)	(76)
(四十二) 臌胀 (20 方)	(78)
(四十三) 肝脾肿大 (3 方)	(82)
(四十四) 痹症 (7 方)	(83)
(四十五) 肺炎 (4 方)	(84)
(四十六) 阳痿 (3 方)	(85)
(四十七) 面瘫 (1 方)	(86)
(四十八) 类风湿性关节炎 (1 方)	(86)
(四十九) 麻风 (1 方)	(86)
(五十) 盗汗 (1 方)	(87)
(五十一) 头痛 (7 方)	(87)
(五十二) 失眠 (1 方)	(88)
(五十三) 神经衰弱 (3 方)	(88)

(五十四) 糖尿病 (3 方)	(89)
(五十五) 中风 (3 方)	(90)
(五十六) 脚气病 (4 方)	(90)
(五十七) 中毒 (14 方)	(91)
(五十八) 贫血 (1 方)	(93)
(五十九) 小便淋漓 (2 方)	(94)
(六十) 夜尿症 (1 方)	(94)
(六十一) 前列腺炎 (1 方)	(94)
(六十二) 尿浊 (1 方)	(94)
(六十三) 肠道传染病 (3 方)	(95)
(六十四) 败血症 (1 方)	(95)
(六十五) 癃闭 (8 方)	(95)
(六十六) 痛风 (1 方)	(97)
(六十七) 面神经麻痹 (2 方)	(97)
(六十八) 紫癜 (1 方)	(98)
(六十九) 流行性血热 (1 方)	(98)
(七十) 猩红热 (1 方)	(98)
(七十一) 瘟疫 (4 方)	(98)
(七十二) 二便不通 (2 方)	(99)
(七十三) 体质虚弱 (6 方)	(100)
二、外科	(101)
(一) 毒虫咬伤 (9 方)	(101)
(二) 毒蛇咬伤 (7 方)	(103)
(三) 疔疮 (10 方)	(104)
(四) 痈疽 (10 方)	(106)
(五) 丹毒 (1 方)	(108)

(六) 无名肿毒 (4 方)	(108)
(七) 烫伤 (1 方)	(109)
(八) 刀伤 (1 方)	(109)
(九) 破伤风 (2 方)	(110)
(十) 肿疡 (3 方)	(110)
(十一) 炎性包块 (1 方)	(111)
(十二) 阑尾炎 (4 方)	(111)
(十三) 疝气 (5 方)	(112)
(十四) 胁痛 (1 方)	(113)
(十五) 睾丸肿大 (1 方)	(114)
(十六) 排尿困难 (1 方)	(114)
(十七) 阴挺 (1 方)	(114)
(十八) 阴囊肿痛 (1 方)	(114)
(十九) 痔疮 (7 方)	(114)
(二十) 积证 (5 方)	(116)
(二十一) 阴缩 (3 方)	(117)
(二十二) 瘰管 (2 方)	(118)
(二十三) 骨结核 (1 方)	(118)
(二十四) 骨髓炎 (2 方)	(118)
(二十五) 跌打损伤 (1 方)	(118)
(二十六) 瘰癧 (5 方)	(119)
(二十七) 肩周炎 (2 方)	(120)
(二十八) 肠梗阻 (3 方)	(120)
(二十九) 肌肉酸痛 (1 方)	(121)
三、皮肤科	(121)
(一) 白发 (1 方)	(121)

(二) 疣 (4 方)	(122)
(三) 癣 (22 方)	(123)
(四) 皮肤皲裂 (2 方)	(127)
(五) 疥疮 (2 方)	(128)
(六) 蛇串疮 (1 方)	(128)
(七) 鸡眼 (7 方)	(128)
(八) 胼胝 (1 方)	(130)
(九) 阴汗作痒 (3 方)	(130)
(十) 湿疹 (3 方)	(131)
(十一) 荨麻疹 (3 方)	(132)
(十二) 稻田性皮炎 (3 方)	(132)
(十三) 淋症 (3 方)	(133)
(十四) 神经性皮炎 (7 方)	(133)
(十五) 牛皮癣 (5 方)	(135)
(十六) 带状疱疹 (2 方)	(136)
(十七) 阴疮 (1 方)	(137)
(十八) 粉刺 (1 方)	(137)
(十九) 猫眼睛疮 (1 方)	(137)
(二十) 脱发、斑秃 (3 方)	(138)
(二十一) 白癫风 (1 方)	(139)
(二十二) 狐臭 (2 方)	(139)
(二十三) 刺毛虫毒疹 (1 方)	(139)
(二十四) 脚癣 (1 方)	(139)
(二十五) 冻疮 (9 方)	(140)
四、五官科	(141)
(一) 角膜炎 (1 方)	(141)

(二) 结膜炎 (1 方)	(142)
(三) 青光眼 (1 方)	(142)
(四) 中耳炎 (6 方)	(142)
(五) 虫入耳 (1 方)	(143)
(六) 耳鸣 (1 方)	(143)
(七) 鼻衄 (10 方)	(144)
(八) 鼻窦炎 (3 方)	(146)
(九) 鼻炎 (5 方)	(146)
(十) 咽炎 (1 方)	(147)
(十一) 扁桃体炎 (3 方)	(148)
(十二) 咽喉肿痛 (3 方)	(148)
(十三) 声音沙哑 (2 方)	(149)
(十四) 异物卡喉 (2 方)	(149)
(十五) 口疮 (1 方)	(150)
(十六) 牙痛 (16 方)	(150)
(十七) 牙质过敏 (2 方)	(153)
(十八) 龋齿 (1 方)	(154)
(十九) 牙龈出血 (1 方)	(154)
五、妇产科	(154)
(一) 月经稀发 (1 方)	(154)
(二) 闭经 (1 方)	(155)
(三) 痛经 (1 方)	(155)
(四) 滴虫性阴道炎 (5 方)	(155)
(五) 白带 (4 方)	(156)
(六) 阿米巴原虫性阴道炎 (1 方)	(157)
(七) 乳腺炎 (2 方)	(157)

(八) 不孕症 (1 方)	(158)
(九) 乳房结核 (1 方)	(158)
(十) 孕妇水肿 (7 方)	(158)
(十一) 妊高症 (2 方)	(160)
(十二) 子淋 (1 方)	(160)
(十三) 妊娠腹泻 (1 方)	(161)
(十四) 胎衣不下 (1 方)	(161)
(十五) 产后下痢 (1 方)	(161)
(十六) 产后中风 (1 方)	(161)
(十七) 产后痉症 (1 方)	(161)
(十八) 缺乳 (1 方)	(161)
(十九) 妇女更年期综合症 (2 方)	(162)
六、儿科	(162)
(一) 感冒 (2 方)	(162)
(二) 咳嗽 (3 方)	(163)
(三) 百日咳 (21 方)	(163)
(四) 白喉 (2 方)	(168)
(五) 气管炎 (1 方)	(168)
(六) 哮喘 (1 方)	(168)
(七) 肺炎 (1 方)	(169)
(八) 水肿 (1 方)	(169)
(九) 呕吐 (1 方)	(169)
(十) 肾炎 (1 方)	(169)
(十一) 肾病综合症 (3 方)	(169)
(十二) 疳积 (3 方)	(170)
(十三) 腹泻 (11 方)	(171)

(十四) 虫症 (9 方)	(173)
(十五) 小便不通 (1 方)	(175)
(十六) 腮腺炎 (2 方)	(175)
(十七) 麻疹 (1 方)	(176)
(十八) 痢疮 (1 方)	(176)
(十九) 骨火丹 (1 方)	(176)
(二十) 白秃 (1 方)	(176)
(二十一) 秃疮 (1 方)	(176)
(二十二) 黄水疮 (1 方)	(177)
(二十三) 阴缩 (2 方)	(177)
(二十四) 夜啼 (1 方)	(177)
(二十五) 痢疾 (4 方)	(178)
(二十六) 痞胀 (1 方)	(178)
七、肿瘤科	(179)
(一) 恶性肿瘤 (4 方)	(179)
(二) 食道癌 (5 方)	(180)
(三) 肝癌 (3 方)	(181)
(四) 胃肠道癌 (4 方)	(182)
(五) 皮肤癌 (1 方)	(182)
(六) 肺癌 (4 方)	(183)
(七) 乳腺癌 (2 方)	(183)
(八) 癌性胸腹水 (1 方)	(184)
(九) 噎膈 (3 方)	(184)
(十) 痞块 (6 方)	(185)

第三章 大蒜制剂

一、大蒜注射液 (一)	(187)
-------------------	-------

二、大蒜注射液（二）	(188)
三、10%大蒜浸液注射液	(189)
四、大蒜油注射液	(189)
五、大蒜浸液	(190)
六、大蒜糖浆（一）	(190)
七、大蒜糖浆（二）	(191)
八、大蒜糖浆（三）	(191)
九、20%大蒜糖浆（四）	(192)
十、大蒜油溶液	(192)
十一、大蒜乳剂	(193)
十二、大蒜片	(193)
十三、大蒜粉	(194)
十四、大蒜膏	(194)
十五、大蒜素	(195)
十六、25%大蒜酒（一）	(195)
十七、大蒜酒（二）	(196)

附录

一、大蒜疗法病案三十四例	(197)
（一）生大蒜治口疮	(197)
（二）大蒜治脓肿	(197)
（三）大蒜治咯血	(197)
（四）大蒜治牙痛	(198)
（五）大蒜治面癣	(198)
（六）大蒜治足癣	(198)
（七）大蒜治尿潴留	(199)
（八）大蒜治肺病	(199)

(九) 大蒜治慢性气管炎	(199)
(十) 大蒜治呛咳	(200)
(十一) 紫皮蒜头治腹泻	(200)
(十二) 蒜气治肺结核	(200)
(十三) 大蒜治肺结核	(201)
(十四) 大蒜治鼻蛆	(201)
(十五) 独头蒜治蜈蚣咬伤	(202)
(十六) 鲜紫皮大蒜治瘰癧	(202)
(十七) 大蒜治肥胖症	(202)
(十八) 大蒜治龋齿	(203)
(十九) 大蒜治糖尿病	(203)
(二十) 大蒜治更年期综合征	(203)
(二十一) 大蒜治雀斑	(203)
(二十二) 大蒜治胃酸过多	(204)
(二十三) 大蒜治失眠	(204)
(二十四) 大蒜治低血压	(204)
(二十五) 大蒜治高血压病	(205)
(二十六) 大蒜治阳萎	(205)
(二十七) 大蒜治痔疮	(205)
(二十八) 大蒜治蛲虫病	(206)
(二十九) 大蒜治小便不畅	(206)
(三十) 大蒜治香港脚	(206)
(三十一) 大蒜泡酒治老年血管病	(206)
(三十二) 大蒜液治尿路霉菌感染	(207)
(三十三) 大蒜注射液治霉菌性败血症	(207)
(三十四) 大蒜治肺癌	(208)

二、大蒜在生活中的妙用 (12 则)	(209)
(一) 佐料防霉	(209)
(二) 大米防蛀	(209)
(三) 豆类防虫	(209)
(四) 粘补灯罩	(209)
(五) 海产防霉	(209)
(六) 防人下毒	(210)
(七) 护花妙方	(210)
(八) 精制盆景	(210)
(九) 饵料诱鱼	(210)
(十) 充当笛膜	(211)
(十一) 虫药养护	(211)
(十二) 药材防虫	(212)
三、大蒜养生保健药膳	(212)
(一) 药膳类	(212)
(二) 菜肴类	(221)
四、人体穴位	(247)

第一章 总 论

一、大蒜疗法

(一) 什么是大蒜疗法

大蒜疗法是以大蒜为主要配方成分，用来防治疾病的一种民间疗法。大蒜疗法对包括内科、外科、皮肤科、五官科、儿科、妇产科及肿瘤科在内的百余种常见病有不同程度的疗效。因此，备受人们的青睐。

世界上有许多国家和民族都积累了用大蒜来防病治病、延年益寿的丰富经验。古埃及成千上万的奴隶建造世界著名的金字塔时，就是用大蒜来强身健体、防治疾病的。人们在夏季身体发热或感到疲劳不适时，都爱吃些大蒜。在日本用大蒜防治疾病十分流行。大蒜很早就有“土里长出的青霉素”的美称。现在科学家们对大蒜的药理作用已经作了大量试验，得出了许多意外的、喜人的成果，并断言，普及吃大蒜相当于一场防癌、治癌的群众运动。

我国是较早使用大蒜疗法的国家之一。许多民间验方常用大蒜治疗感冒、中暑、鼻衄、癣、毒虫咬伤、腮腺炎等症。大蒜在祖国医药学宝库中占有重要的位置。

近年来，世界范围内兴起了吃大蒜热，有些制药厂还专门提取大蒜的种种有效成分，用于临床治疗。据报道，目前

全世界有数亿人在服用大蒜，以此强身健体。

(二) 大蒜疗法为什么受到人们的厚爱

第一，医学模式发生了很大的变化。由过去传统的单纯治病的医学模式逐步转变为预防、治疗、康复三者相统一的医学模式。现在人们已不再满足于有病才治，而更关心的是未雨绸缪，无病防病。大蒜疗法同时具备预防、治疗、康复的功效。这是极为难得的。

第二，药物疗法的弊端越来越大，特别是西药，绝大多数是化学合成或提纯的化学制品，它们对人体或多或少都存在着某些不良反应。而大蒜是天然食品，对人体几乎没有危害。不少人采用大蒜疗法来治疗某一种疾病时，却意外发现同时治好了其它一些疾病。科学家们还发现，大蒜含有抗癌物质。大蒜疗法不但安全，而且对增强机体自身的免疫力和抗病力都有一定的作用。

第三，药物价格昂贵，特别是一些新药、特药，使用的禁忌较多，有的病人用药后反应强烈。而大蒜的价格便宜，随时随地都可以买到，自己也可栽种，使用时禁忌少。

总之，大蒜疗法方法简便，易于普及，特别适合在家庭和缺医少药的农村使用。

(三) 大蒜分几类，有哪些优良品种

大蒜大体上分为紫皮蒜和白皮蒜两大类。

1. 紫（红）皮蒜 紫皮蒜鳞茎外皮呈紫红色，大瓣种，瓣数较少（6至8瓣）而个体肥大；蒜汁稠粘，蒜叶辛辣，品质较佳，适用于生食、熟食及腌制糖蒜。蒜苔粗壮，鲜嫩味美。紫皮蒜耐寒早熟，优良品种有：

阿城大蒜：蒜头平底尖顶，蒜皮紫色，蒜瓣2室，每头