

粒。方生株（因其子多空殼）。移植則不生。性畏水與日。宜植于坡地陰處。葉長橢圓形，有鋸齒。秋末葉間開白花。結實扁平。三角形。至翌秋成熟則裂開。散出種子三顆。春節應做菓。制之可供飲料。江淮以南諸省皆產之。每年有甚多。如雪梨、研茶、藥茶、鹽茶、羅茶、滷茶、武彝茶、紅茶、普洱茶、普陀茶、六安茶、苦丁茶、紅花茶、烏藥茶、藥山茶、蘭前茶、孩子茶、寶珠山茶、沙連茶之屬。其葉一、根二子及爛茶葉，經霜老茶葉，均能療疾。

〔鹽〕鹵石類。別錄中品。食品中咸味之原料。因其產地分為三種。海鹽于濱海之地。以海水灌注鹽田。曝干而成。池鹽由天然低窪之地。受日光之熱。自結鹽花。井鹽有鹵源之地鑿井。或于天然咸水之井汲水煎成。皆為立方或圓體之結晶。色白味咸。不純者有黃青等色。吾國如直隸、蘇、山東、浙江、福建、廣東。皆產海鹽。山西、陝西、甘肅、內蒙古。均產池鹽。四川、雲南。均產井鹽。其名稱有大鹽、戎鹽、綠鹽、鹵鹽、桃花鹽、光明鹽等。與鹽鹵水皆可療知。此物不宜多食。能傷人肺。

軍事醫學科學出版社

葱 菜類。別錄中品。多年生草。高二尺許。地下有球狀鱗莖。葉細長而尖。中空成管。有平行脈。葉之下部色白。夏間小。花淡白黃色。叢集如球。莖之白者曰蔥白。與「葉」「花」「須」「汁」「子」均有功用。又有風蔥、沙蔥、胡蔥、甘各蔥等種。

「姜」藥類本經中品。多年生草，高二尺許。葉爲鉞針形。有
并行脈。并有長鞘包莖。花被大小不整。類半裏荷花。由重疊
之苞間出花萼。花冠上部三裂。橙黃色。地下根莖色黃。秋生
新芽。霜后則老。爲熱帶地原產之植物。其根有生姜根、干姜
根、風姜根、煨姜根、炮姜根之別。與姜葉、姜莖皆可療疾。其
別種又有川姜、彎姜、三寶姜、天竺干姜。〔蒜〕蔬類植物。有大
蒜、小蒜、山蒜、番蒜之別。

【糖】由植物中提煉所得甜質也。食糖后四日內食生蔥酒者。令人心痛。

醋別錄下品。以米麥等物。或壞酒所制成。以米醋爲佳。

祛病保
健
三千方

赵相

赵相编著

葱 姜 蒜 蛋 茶 醋 盐
祛 病 保 健 三 千 方

赵 相 编著

军事医学科学出版社

· 北 京 ·

内容提要

本书从散见于古今医籍及民间的葱、姜、蒜、蛋、茶、醋、盐验方中,去粗取精,筛选出临床10多科260余种常见病症简便效廉的祛病保健妙方近3000首,内容丰富,简明易行,查找方便。每方都有明确的主治及用法,应用灵通,具有较高的普及和实用价值,既可供中西医药卫生工作者科研、医疗、教学及开发生产时使用参考,又可供广大百姓因时因地防病治病及强身保健之用。

* * *

图书在版编目(CIP)数据

葱姜蒜蛋茶醋盐祛病保健三千方/赵相编著.

- 北京:军事医学科学出版社,1999.12

ISBN 7-80121-200-2

I. 葱… II. 赵… III. 食物疗法-验方 IV. R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(1999)第63679号

* *

军事医学科学出版社出版

(北京市太平路27号 邮政编码:100850)

新华书店总店北京发行所发行

潮河印刷厂印刷

*

开本:787mm×1092mm 1/32 印张:9.75 字数:216千字

1999年12月第1版 1999年12月第1次印刷

印数1-3000册 定价:12.5元

(本社图书,凡有缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

愈来愈多的现代人,对基因重组、人工合成或提纯的化学药品的毒副作用和潜在危险产生了许多疑虑。从自然界寻找理想药物已成为当今医药界新的追求目标。

葱、姜、蒜、蛋、茶、醋、盐都是天然动植物产品,与亿万人的日常生活密切相关,是千家万户常用必备之物。它们不仅广泛用于人类的饮食烹调,而且还广泛应用于人类的防病治病及强身保健。由于取之方便,使用安全,疗效神奇,其应用范围还在不断扩大,深受国内外医学家的关注和广大人民群众的青睞。

在源远流长的饮食文化中,在浩如烟海的古今医籍中,在广传民间的偏单秘方中,都蕴藏有数不尽的应用葱、姜、蒜、蛋、茶、醋、盐治病防病的奇效良方。只是它们还极为分散,遇病急用颇难寻觅,更谈不上遴选其最宜了。

为了方便广大读者,作者特将它们搜集、整理、汇总在一起,并以求实、高效、科学、简明为尺,从中精选出来可供防治各种常见的 260 余种病症,比较简便效廉的祛病妙方近 3000 首,辑成《葱姜蒜蛋茶醋盐祛病保健三千方》一书。全书以病为纲,以病统方,便于读者按病索方,迅速查到比较理想的祛病妙方。

每方既有明确的治什么、用什么和怎样制备等实用内容,又突破了可能造成颇多重复浪费的框框限制,要点明确,易懂易用,内容丰富,查找方便,具有较高的普及和实用价值。书中所列处方,既可供中西医药卫生工作者科研、医疗、教学及开发生产时使用参考,又可供广大百姓因时因地防病治病及强身保健之用。

需说明的是,本书所列方治,多起辅助治疗作用,对于癌症等重大病患,必须求得疗效更加切实的他法治疗,不可拘泥此书。

在本书的编写中选择参考了吴静、薛少敏、马汴梁、贺经、陈庆全、庞国明、顾智章、马文飞、李世文、路德华、宋乃光、王文斌、柴松岩、吴正中、王辉武、陈克冀、唐友绍、王富春、贾一红、朴在九、周洪范等 180 多位作者的优秀书文,并且得到了军事医学科学出版社的大力支持,谨此表示衷心感谢!

作者水平有限,漏误在所难免,恭请读者贤哲指正。

赵 相

1998 年 8 月

目 录

一、关于葱姜蒜蛋茶醋盐

葱.....	(1)
姜.....	(2)
蒜.....	(4)
蛋.....	(7)
茶.....	(8)
醋	(12)
盐	(15)

二、传 染 性 疾 病

流行性感冒	(18)
流行性腮腺炎	(20)
麻疹	(21)
白喉	(22)
猩红热	(22)
流行性脑脊髓膜炎	(23)
百日咳	(23)
肺结核	(25)
伤寒、副伤寒.....	(26)
霍乱	(26)
痢疾	(28)

肝炎	(33)
疟疾	(35)
蛔虫病	(38)
蛲虫病	(40)
钩虫病	(41)
绦虫病	(42)
流行性乙型脑炎	(42)

三、内科呼吸、循环系疾病

感冒	(44)
急、慢性支气管炎.....	(49)
肺炎	(51)
肺脓肿	(52)
肺癌	(53)
哮喘	(54)
咯血	(56)
眩晕	(57)
惊悸、怔忡.....	(59)
动脉硬化	(60)
高血压	(60)
高脂血症	(62)
冠心病	(64)

四、内科消化系疾病

胃脘痛	(67)
反胃	(71)
胁痛	(71)

腹胀腹痛	(71)
呕吐	(74)
呃逆	(76)
吐血	(77)
腹泻	(79)
便秘	(81)
便血	(83)
黄疸	(85)
臌胀	(87)
积聚	(90)
结胸	(92)
噎膈	(92)
胃下垂	(94)
直肠脱垂	(94)

五、内科泌尿系疾病

血尿	(96)
尿频	(97)
淋证	(97)
泌尿系结石	(99)
泌尿系感染	(100)
肾炎	(101)
水肿	(103)
癃闭	(110)
遗尿	(113)

六、内科其他疾病

头痛	(115)
失眠	(117)
脑血管意外、中风	(118)
癫痫	(121)
神经痛	(121)
痹证	(123)
腰痛	(126)
腰腿痛	(127)
抽筋	(127)
中暑	(128)
中毒	(129)
中恶	(134)
虚劳	(135)
贫血	(136)
紫癜、出血	(138)
脚气病和维生素缺乏症	(139)

七、外科疾病

疖肿	(141)
痈	(142)
疽	(144)
疗疮	(145)
血栓闭塞性脉管炎	(147)
丹毒	(147)
褥疮	(148)

臁疮·····	(149)
冻疮·····	(151)
痔疮·····	(153)
颈淋巴结核·····	(155)
骨结核·····	(157)
其他结核·····	(157)
急性肠梗阻·····	(157)
阑尾炎·····	(159)
疝气·····	(160)

八、外伤性疾病

跌打损伤·····	(163)
挫擦扭伤·····	(164)
腱鞘炎、腱鞘囊肿·····	(165)
烫伤烧伤·····	(166)
金疮(刀斧伤、枪伤)·····	(168)
其他皮肤损伤·····	(169)
伤口、创面处理·····	(169)
破伤风·····	(170)
狂犬咬伤·····	(171)
毒蛇咬伤·····	(171)
毒蜘蛛咬伤·····	(173)
蜂虫蜇咬伤·····	(173)
蜈蚣咬伤·····	(174)
蝎子蜇伤及各种毒虫咬伤·····	(175)
断指骨折·····	(175)
骨质增生·····	(176)

腰椎间盘突出·····	(177)
颈椎病·····	(177)
骨髓炎·····	(178)

九、皮肤科疾病

带状疱疹·····	(179)
荨麻疹·····	(179)
湿疹·····	(181)
寻常疣·····	(181)
扁平疣·····	(183)
鸡眼·····	(183)
狐臭·····	(185)
多汗脚臭·····	(185)
白癜风·····	(186)
稻田皮炎·····	(187)
银屑病·····	(188)
神经性皮炎·····	(190)
体癣、股癣·····	(191)
花斑癣·····	(192)
手足癣·····	(193)
甲癣·····	(194)
头癣·····	(195)
痱子·····	(196)
痤疮·····	(197)
黄水疮·····	(197)
疥疮·····	(198)
皮肤瘙痒·····	(199)

酒渣鼻·····	(199)
深部霉菌感染·····	(200)

十、男科疾病

阴缩·····	(201)
阳痿及阳强·····	(201)
遗精·····	(203)
早泄·····	(205)
精子减少症·····	(205)
前列腺炎、前列腺肥大·····	(206)
睾丸和阴囊疾患·····	(207)
阴茎疾患·····	(208)
夹阴伤寒·····	(208)
色厥及阴阳易·····	(209)

十一、妇产科疾病

月经不调·····	(210)
崩漏·····	(211)
闭经·····	(212)
痛经·····	(214)
倒经及行经呕吐·····	(217)
带下病·····	(217)
阿米巴原虫性阴道炎·····	(220)
滴虫性阴道炎·····	(220)
乳腺炎·····	(221)
乳腺增生·····	(223)
子宫脱垂·····	(224)

女阴瘙痒·····	(225)
不孕症·····	(225)
妊娠呕吐·····	(226)
妊娠水肿·····	(228)
妊娠泌尿系感染·····	(229)
妊娠大小便失常·····	(229)
妊娠腹痛、胸胁胀满·····	(230)
胎位不正·····	(230)
胎动不安·····	(231)
胎漏·····	(231)
流产·····	(232)
妊娠羊水过多·····	(232)
难产·····	(232)
胞衣不下·····	(232)
胎死不下·····	(233)
产后痉证·····	(234)
产后身痛·····	(234)
产后腹痛·····	(235)
产后出血不止、恶露不尽·····	(235)
产后伤食·····	(237)
产后便秘·····	(237)
产后感冒·····	(237)
产后血晕·····	(237)
产后癰闭·····	(238)
产后缺乳·····	(239)
产后杂病·····	(240)
其他妇科杂病·····	(240)

十二、小儿科疾病

小儿感冒·····	(241)
小儿咳嗽·····	(242)
小儿哮喘·····	(244)
小儿厌食·····	(245)
婴儿吐乳·····	(246)
小儿呕吐·····	(247)
小儿腹泻·····	(248)
小儿胃痛·····	(250)
小儿腹痛·····	(251)
小儿尿潴留·····	(252)
小儿便秘·····	(253)
小儿水肿·····	(253)
小儿惊风·····	(255)
小儿脐风·····	(256)
小儿解颅·····	(256)
小儿遗尿·····	(257)
小儿阴缩·····	(258)
小儿癫痫·····	(259)
小儿夜啼·····	(259)
小儿虫证·····	(260)
小儿疳积·····	(261)
小儿流涎·····	(263)
小儿急性喉炎·····	(264)
小儿湿疹、水痘·····	(264)
小儿乳蛾·····	(265)

小儿鹅口疮·····	(265)
小儿脐突、脐部红肿·····	(266)
小儿秃疮·····	(266)
小儿疝气·····	(267)
小儿佝偻病·····	(267)
小儿湿蟹·····	(267)
小儿脱肛·····	(268)
小儿赤游风·····	(268)
其他小儿病·····	(268)

十三、五官科疾病

近视·····	(270)
结膜炎·····	(270)
头目疼痛·····	(271)
角膜炎·····	(271)
麦粒肿·····	(272)
夜盲·····	(272)
其他眼病·····	(273)
鼻塞·····	(273)
鼻疮·····	(274)
鼻衄·····	(274)
萎缩性鼻炎·····	(275)
鼻窦炎·····	(276)
鼻痛·····	(276)
中耳炎·····	(277)
耳鸣耳聋·····	(277)
盯眵不出、百虫入耳·····	(278)

咽喉肿痛·····	(278)
风热喉痹·····	(279)
虚火喉痹·····	(279)
嘶哑失音(喉暗)·····	(280)
梅核气·····	(280)
扁桃腺炎·····	(281)
骨鲠咽喉·····	(282)
牙痛·····	(282)
口腔溃疡·····	(284)
牙周炎·····	(285)
牙本质过敏·····	(285)
牙齿松动·····	(286)
骨槽风与颌骨疮肿·····	(286)
口腔杂病·····	(287)

十四、其他妙用

美容、减肥·····	(288)
美发·····	(290)
防病保健·····	(293)

一、关于葱姜蒜蛋茶醋盐

葱

别名：大葱、葱白、生葱、青葱、四季葱、和事草。

化学成分：新鲜鳞茎含大蒜素、蛋白质、脂肪、糖、钙、磷、铁、胡萝卜素及维生素 B₁、B₂、C 和烟酸。

药理作用：1. 葱白的挥发性成分大蒜素等对白喉杆菌、结核杆菌、痢疾杆菌、葡萄球菌及链球菌等有抑制作用，水浸剂（1:1）对多种皮肤真菌有抑制作用；2. 所含粘液质对皮肤和粘膜有保护作用；3. 所含硫化化合物有轻度局部刺激、制菌、缓下及驱虫作用；4. 健胃、营养、发汗、祛痰和通乳、利尿、通便等作用；5. 能增加纤维蛋白的溶解活性，降低血脂，消散瘀血，防治动脉硬化，抗衰老，预防呼吸道和消化道传染病；6. 葱的辛辣气味能刺激肾上腺素的分泌，促进脂肪分解，消耗更多的脂肪和热量，减肥作用明显。

用葱简史：我国栽培葱的历史已有三千多年。两千多年前的《礼记·曲礼》对葱便有记述，一千八百多年前的汉代对葱的栽培已有相当研究。北魏农书《齐民要术》中，对葱也有专门论述。

葱在我国各地均有栽植，山东章丘的“葱中之王”一根重量可达 1500 克。

古代（中世纪），军队将士把葱放在胸口当做护身符。古希腊罗马人将葱作为军粮中必发食物之一，认为常食葱可增