

董自強 主編

实用单方验方大全

(修订本)



中国工人出版社

序

祖国医学渊源流长，博大精深，为中华民族的繁衍昌盛立下了不朽功勋。目前正逐渐走向世界，为全人类的防病保健事业做出贡献，充分说明中医药学确是一伟大宝库。

在祖国医学的浩瀚医籍中，除经典理论和大量临床著作外，还有大量的一技之长及众多的单方、偏方、验方散在于民间，它们大多就地取材，具有简、便、廉、验等特点，深受广大民众所喜爱。如葱白生姜治风寒感冒；西瓜翠衣治夏日中暑；鸡内金研末治小儿食积；猪蹄通草治产妇乳少；羊肝治青盲雀目等等，俯拾皆是，不胜枚举。民间流传的“偏方治大病”，“单方一味，气死名医”等口头禅，足以说明它们的功效、作用及广泛的群众基础。它们是祖国医学宝藏的一个组成部分，是巍峨高山的一垒沃土，是汪洋大海中的一颗灿烂明珠。历代名医大家和文人学士，大都曾从民间搜集单、偏、验方中汲取营养，并反复实践，验证、升华、提高，著之于书，传之后世，使鄙俚之法，成为普济之方，使民众广为受益，祖国医药学不断丰富和发展。余认为继承发扬祖国医药学，不仅要注重经典理论、名家著作的学习与整理，广泛搜集、验证散在于民间的一技之长和单、偏、验方，也是一项很重要的工作，应当给予重视和支持。

路志正

辛未初春于中国中医研究院

前 言

中医单方、验方是我国劳动人民几千年来同疾病作斗争中不断积累起来的宝贵经验。它具有药味不多、药源广泛、就地取材、疗效可靠等特点。经临床验证能有效地防治常见病、多发病，并对一些疑难杂症亦有一定的治疗作用。的确可称为祖国医学的精华之一。

单方验方治大病，业已为医者所皆知，为此，我们博采古今医学文献、期刊及其它有关单方验方资料，广收精选行之有效的、经济方便的、易于推广的单方验方2000余个。每个单方验方均按方名、配方、制法、用法、功效及来源等顺序编写。部分还附有典型治验案例。全书按内科、外科、妇科、男性科、儿科、皮科、五官科等十几个科，共计200多个疾病的治疗和预防措施，汇编成《实用单方验方大全》。

本书内容丰富，实用性强，可供各类医护人员临床选用，同时亦是每个家庭必备保健用书。本书所引方剂采集并化裁古今医学文献，期刊及其它有关资料，在此向方剂原作者致谢。由于我们水平有限，错误之处在所难免，敬请读者批评指正。

编 者 1993.9.

目 录

第一章 内 科

一 呼吸系统 1	(十四) 便秘.....106
(一) 感冒..... 1	(十五) 寄生虫病111
(二) 咳嗽..... 7	三 循环系统119
(三) 哮喘.....14	(一) 高血压.....119
(四) 肺脓肿(肺痈)23	(二) 低血压症.....127
(五) 肺炎.....27	(三) 冠心病.....128
(六) 咯血.....31	(四) 心悸.....130
(七) 肺结核.....37	(五) 肺心病.....133
(八) 矽肺.....43	(六) 早搏.....135
(九) 胸膜炎.....46	(七) 传导阻滞.....137
二 消化系统48	(八) 风湿热、风心病...137
(一) 消化不良.....48	(九) 病毒性心肌炎.....140
(二) 呕吐、呃逆.....49	(十) 心动过速.....142
(三) 胃痛.....54	四 泌尿系统143
(四) 消化性溃疡.....62	(一) 泌尿道感染.....143
(五) 急、慢性胃肠炎.....69	(二) 排尿异常.....149
(六) 胃下垂.....74	(三) 肾炎.....155
(七) 消化道出血(吐血、便血).....76	(四) 乳糜尿.....161
(八) 腹胀.....81	五 内分泌系统166
(九) 肝炎.....82	(一) 甲状腺疾病.....166
(十) 黄疸.....86	(1) 甲状腺肿大.....166
(十一) 肝硬化腹水.....89	(2) 甲状腺机能亢进症...168
(十二) 细菌性痢疾.....94	(二) 糖尿病.....171
(十三) 泄泻.....101	(三) 肥胖症.....180

六 血液系统.....185

- (一) 血友病·····185
- (二) 血小板减少性
紫癜·····186
- (三) 贫血·····193
- (四) 白细胞减少症·····198
- (五) 白血病·····200
- (六) 蚕豆病·····205
- 七 神经系统**·····206
 - (一) 中风·····206
 - (二) 头痛·····209
 - (三) 癫痫·····215
 - (四) 内耳眩晕病·····223
 - (五) 三叉神经痛·····228
 - (六) 神经官能症·····231
 - (七) 肋间神经炎·····237
 - (八) 多发性神经炎·····238
 - (九) 面神经麻痹·····239
 - (十) 坐骨神经痛·····242
 - (十一) 痿症肌无力·····248
- 八 运动系统**·····249
 - (一) 落枕·····249
 - (二) 颈椎病·····219
 - (三) 肩周炎·····253
 - (四) 腰腿痛·····258
 - (五) 鹤膝风·····263
 - (六) 滑囊炎·····263
 - (七) 关节炎·····265
 - (八) 足跟痛·····266

第二章 外 科

- (一) 痈、疔、疮、疖·····275
- (二) 丹毒·····283
- (三) 褥疮·····287
- (四) 破伤风·····289
- (五) 烫烧伤·····293
- (六) 脑震荡·····302
- (七) 疝气·····304
- (八) 瘰疬
(颈淋巴结结核)·····311
- (九) 乳腺炎(乳痈)·····320
- (十) 乳腺增生·····327
- (十一) 肠梗阻·····330
- (十二) 阑尾炎·····336
- (十三) 肛裂·····330
- (十四) 痔·····340
- (十五) 脱肛
(直肠脱垂)·····344
- (十六) 胆石症、
胆囊炎)·····349
- (十七) 泌尿系结石
(尿石症)·····353
- (十八) 骨结核、
骨髓炎·····358
- (十九) 跌打损伤·····365
- (二十) 蛇虫兽咬伤·····374
- (二十一) 乳头皲裂·····382

第三章 妇产科

- | | |
|-------------------------|-------------------|
| (一) 月经不调.....386 | (十) 子宫脱垂.....434 |
| (二) 痛经.....391 | (十一) 子宫肌瘤.....436 |
| (三) 闭经.....389 | (十二) 不孕症.....438 |
| (四) 倒经.....403 | (十三) 妊娠诸疾.....442 |
| (五) 崩漏(功能性子宫出血).....405 | (十四) 流产.....447 |
| (六) 诸带.....414 | (十五) 催产.....452 |
| (七) 外阴瘙痒症.....421 | (十六) 催乳.....454 |
| (八) 宫颈炎.....427 | (十七) 回乳.....456 |
| (九) 盆腔炎.....432 | (十八) 产后诸疾.....458 |
| | (十九) 更年期综合症...463 |

第四章 男性科

- | | |
|-----------------|--------------------------|
| (一) 早泄.....465 | (八) 精索静脉曲张.....488 |
| (二) 遗精.....467 | (九) 前列腺炎.....489 |
| (三) 不射精.....475 | (十) 男性不育症.....492 |
| (四) 血精.....477 | (十一) 急、慢性睾丸炎(子痲).....499 |
| (五) 阳痿.....479 | (十二) 男性更年期综合症.....502 |
| (六) 阳强.....485 | |
| (七) 阴缩.....487 | |

第五章 儿科

- | | |
|-------------------|------------------|
| (一) 流感和各种发烧...505 | (六) 伤食.....525 |
| (二) 肺炎.....509 | (七) 口角流涎.....528 |
| (三) 咳嗽.....512 | (八) 泄泻.....530 |
| (四) 百日咳.....517 | (九) 脱肛.....536 |
| (五) 疳积.....523 | (十) 痘疹.....539 |

- (十一) 遗尿..... 541
 (十二) 盗汗, 自汗.....545
 (十三) 夜啼.....547
 (十四) 佝偻病.....550

第六章 皮肤科

- (一) 诸斑.....553
 (二) 诸癣.....560
 (三) 皮炎.....568
 (四) 疥疮.....575
 (五) 湿疹.....579
 (六) 荨麻疹.....587
 (七) 带状疱疹.....592
 (八) 痤疮.....598
 (九) 红斑性狼疮.....600
 (十) 白癜风.....602
 (十一) 皮肤瘙痒症.....606
 (十二) 脱发.....611
 (十三) 鸡眼.....620
 (十四) 手足皲裂.....625
 (十五) 玫瑰糠疹.....628
 (十六) 冻疮.....630
 (十七) 鹅掌风.....636
 (十八) 瘰子.....637
 (十九) 狐臭.....639
 (二十) 雀斑.....643
 (二十一) 斑痕.....644
 (二十二) 酒皴鼻.....645
 (二十三) 梅毒.....649

第七章 耳鼻喉科

- (一) 鼻疖.....650
 (二) 耳廓血肿.....650
 (三) 耳廓软骨膜炎.....651
 (四) 外耳道炎.....652
 (五) 中耳炎.....652
 (六) 鼻出血.....659
 (七) 鼻炎.....662
 (八) 咽喉炎.....671
 (九) 急性扁桃体炎.....676
 (十) 失音症.....680

第八章 眼科

- (一) 急性流行性
 结膜炎.....683
 (二) 麦粒肿.....688
 (三) 青光眼.....691
 (四) 复视.....692
 (五) 流泪症.....692
 (六) 近视眼.....693
 (七) 夜盲症.....694
 (八) 沙眼.....695
 (九) 中心性视网膜炎.....695

(十) 电光性眼炎.....697

(十一) 睑缘炎.....698

(十二) 泪囊炎.....699

(十三) 翼状胬肉.....700

第九章 口腔科

(一) 口腔炎.....701

(二) 牙痛.....707

(三) 牙周炎.....712

(四) 口臭.....714

(五) 溃疡性龈口炎.....715

(六) 唇炎.....715

(七) 鹅口疮.....716

(八) 咬牙症.....718

第十章 肿 瘤

(一) 食道癌

(贛门癌).....720

(二) 胃癌.....725

(三) 肝癌.....731

(四) 肺癌.....734

(五) 甲状腺瘤.....735

(六) 血管瘤.....737

(七) 皮肤癌.....739

(八) 脂肪瘤.....740

第一章 内 科

一、呼吸系统

(一) 感 冒

感冒是由多种病毒引起的最常见的呼吸道传染病，以喷嚏、鼻塞、流涕、咽喉痒痛、咳嗽等上呼吸道局部炎症为主要特征，起病较缓，全身症状较轻。

流行性感冒，简称“流感”，是流行性感冒病毒引起的急性呼吸道传染病，临床表现与感冒大致相似，但发病急，症状复杂，有较强的传染性。

感冒、流感一年四季均可发生，但以冬春多见，气候突变时受凉或过度疲劳，常为本病的诱因。

感冒、流感属于祖国医学外感病范畴，统称“感冒”。轻者，为“伤风”；重而传染性强者，称“时行感冒”。“时行感冒”与“流感”颇符合。

感冒常由风寒、风热引起。故治疗原则上，风寒治以辛温发汗，风热治以辛凉清解。

1. 大青叶治流感

【配方】 大青叶30克。

【制法】 浓煎。

【用法】 每日分4次。

【功效】 清热解毒，治流行性感胃。

【来源】 农村卫生工作队医疗手册 1979, 9。

2. 茶葱汤治风寒感冒

【配方】 嫩茶叶6克，葱白（连须）30克。

【制法】 汤剂。

【用法】 水煎，温服，微出汗。

【功效】 祛风散寒。

【来源】 山东医刊 1958, 7。

注：本方用治疗感冒风寒发热、头痛、身疼、无汗等症。若感冒流行体温较高者，加绿豆30克尤效。

3. 葛白汤治风寒感冒

【配方】 葛根9~13克，白芷、辛夷各9克。

【制法】 汤剂。

【用法】 每日1剂，水煎，分2~3次服。

【功效】 解表祛风，散寒止痛。

【来源】 武汉医学杂志 1965, 2。

注：该方用治风寒感冒。若有咳嗽，加浙贝母9克，疗效更佳。

4. 贯众治感冒

【配方】 贯众30克。

【制法】 加水600~800毫升（水位平药），煎至300毫升左右过滤，加入糖精0.15克和适量糖，装入小温瓶中，备用。（汤剂须加防腐剂，用时加热。）

【用法】 每天3次，每次100毫升左右，连服2天。

【功效】 清热解毒，治疗风热感冒。

【来源】 新中医 1976，增刊。

5. 银翘汤治感冒

【配方】 鸭跖草30克，连翘15克，金银花、板蓝根、桔梗、甘草各10克。

【制法】 将上药用水浸泡2小时(水淹没药面)。

【用法】 以文火煮沸服之。复煎2次，每次复煎前均加水浸泡5~6小时。每日1剂，连服2~3剂。

【功效】 祛风清热，主治风热型感冒。

【来源】 广西中医药 1982，3。

注：刘氏曾用上方治疗风热型感冒843例，全部痊愈。其中服药2剂而愈者811例，3剂而愈者32例。

6. 香薷治感冒

【配方】 香薷1.5克~30克。

【制法】 用开水400毫升冲泡，加盖焖焗，待温度降至30℃以下时倒出待用。

【用法】 每日1剂分3次服完。

【功效】 辛温解表，主治风寒感冒。

【来源】 新中医 1981，6。

注：15岁以上30克，15岁以下每岁用1.5克。为1日量。

7. 香茶汤治感冒

【配方】 细叶香茶菜20克，鱼腥草16克。

【制法】 汤剂。

【用法】 清热解毒，主治感冒发热。

【来源】 广西中医院 1986, 6。

8. 蛋姜汤治感冒

【配方】 鸡蛋2个, 生姜6克, 茶叶12克, 红糖12克。

【制法】 先将生姜和茶叶加适量水煎好, 放入红糖搅拌均匀, 然后趁热冲打好的鸡蛋汁。

【用法】 服上方后盖被子出透汗, 用毛巾将汗擦干, 注意保暖, 以免重新感冒。

【功效】 温中散寒, 主治感冒。

【来源】 山东医刊 1966, 1。

9. 六叶合剂治感冒

【配方】 佩兰叶15克, 藿香叶15克, 陈茶叶15克, 薄荷叶9克, 紫苏叶2.4克, 生甘草4.5克。

【制法】 用开水泡。

【用法】 约四、五人量左右泡1剂, 每剂每次可泡2000毫升, 可连续泡3次, 当饮料服用。人口多的每次泡2剂, 连服3天。

【功效】 芳香化湿, 清热解表。对防治流感有良效。

【来源】 《伤风感冒验方》 震旦图书公司出版。

10. 黄苏汤治感冒

【配方】 黄花菜15克, 苏叶9克。

【制法】 汤剂。

【用法】 水煎服。

【功效】 发表散寒, 行气宽中, 治风寒感冒。

【来源】 《农村卫生工作队医疗手册》 1969, 9。

11. 板蓝根汤治感冒

【配方】 板蓝根15克，甘草5克。

【制法】 先将药物用凉水洗涤后，加入500毫升水，文火煎之，浓缩至100毫升为度，过滤后备用。

【用法】 每次100毫升，日服一次。

【功效】 清热解毒，治风热感冒。

【来源】 《河南省秘验单方集锦》 河南科学技术出版社 1983，7。

12. 开窍散治感冒

【配方】 白芷3克，冰片少许。

【制法】 研极细末，贮瓶备用。

【用法】 用开窍散少许，不时吸鼻。

【功效】 散风寒，止头痛。主治感冒。

【来源】 《伤风感冒验方》 震旦图书公司出版。

13. 蚤休连翘汤治外感高热

【配方】 白蚤休30克 大青叶30克 板蓝根30克 射干30克 连翘20克 黄芩10克。

【制法】 水煎服。

【用法】 每日一剂。日三次。

【功效】 清热解毒。

用治40例，在6小时内退热者17例，24小时内退热者17例，2天内退热者4例，3天以上退至正常者2例。平均退热时间16.5小时，随之头痛、咽痛等症状缓解。

【来源】 安徽中医学院学报 1988，7。

14. 紫苏粥治感冒

【配方】 梗米50克，紫苏叶6克。

【制法】 先将梗米以常法煮粥，再用水适量另煎紫苏叶，煮开1分钟，去渣取汁，调入粥内。

【用法】 加糖热服。

【功效】 疏风解表，补脾和胃。用治风寒感冒。

【来源】 健康 1986，4。

15. 病毒煎治疗上呼吸道感染

【配方】 板蓝根15克，七叶一枝花15克，荆芥穗9克射干9克。

【制法】 水煎。

【用法】 每日1剂，分3次服，小儿酌减。

【功效】 清热解毒。

治疗百余例，效果较好。一般用药1~2剂即可退热，病情减轻，3剂基本痊愈。

【来源】 新中医增刊 1980，2。

16. 三商穴治流感

【主穴】 少商、中商、老商。

【配穴】 中魁、人中、印堂、太阳、中冲、百会、合谷、廉泉。

【针法】 先刺三商穴（少商、中商、老商），加中魁、人中两穴。以（排行三针）穴与中魁穴左右双针，合人中穴九针为主。头痛眩晕配（印堂、太阳穴），恶心加（中冲），上述各穴刺后都用手挤血。呕吐加百会、合谷、廉泉

三穴，手法均为点刺，不挤血。

【功效】 疏通经络，发散风寒。主治流感发冷发热，头痛鼻流涕等症。

【来源】 《伤风感冒验方》 震旦图书公司出版。

(二) 咳嗽

咳嗽是临床常见病、多发病，它是肺系疾病的主症。因脏为娇脏，居于胸中，上连气道，开窍于鼻，外合皮毛，职司呼吸，为气机出入升降的主要器官。

咳嗽的病因，有外感和内伤两大类。风、寒、热、燥等外邪侵袭于肺，均可引起外感咳嗽。内伤致咳的原因很多，如《素问·咳论》指出：“五脏六腑皆令人咳，非独肺也。”故咳嗽的治疗，首先是辨外感与内伤，然后再选方用药。

1. 冬花五味汤治久咳

【配方】 款冬花（蜜炙）10克，北五味子6克，茯苓6克，广陈皮10克，侧柏叶（炒）6克，法半夏10克，桑白皮0克。

【制法】 水煎4次。

【用法】 分4次1天服完。

【功效】 温化痰湿，敛阴润肺。用治咳嗽日久，气喘痰稠或痰中带血。

【来源】 《海峰验方集》。

2. 冰糖醋治咳嗽

【配方】 冰糖500克，陈醋500毫升。

【制法】 冰糖置于锅内，再将醋倒入加热煮沸，待糖全溶解后，候凉，灌瓶备用。

【用法】 每次服10毫升，每日2次。

【功效】 润肺化痰，止咳平喘，主治咳嗽，哮喘。

【来源】 《河南省秘、验、单方集锦》。

注：验案：孙××，男，60岁，信阳游河公社人。患气管炎，用此法服2料治愈，至今已10年未复发。

3. 蜂房钩藤汤治咳嗽

【配方】 露蜂房10克，钩藤10克。

【制法】 水煎。

【用法】 内服，日1剂。

【功效】 祛风止咳，用治呛咳无痰。

【来源】 《农村卫生工作队医疗手册》。

4. 大黄红花油治咳嗽

【配方】 大黄、红花各适量。

【制法】 用麻油将上两味药炸枯焦，滤出药渣，留药油装瓶备用。

【用法】 1岁以内服1~1.5克，1~8岁服2~3克；8岁以上用量酌增，麻油适量。口服药油，日服1~2次。服药后需避风。亦可用药油炒鸡蛋口服，效同。

【功效】 活血消炎，治疗咳嗽。

【来源】 湖北中医杂志 1984，6。

注：赵氏应用此方，治疗咳嗽患者40余例，一般服药1次症状大减，服药2次即愈。

5. 地龙散治哮喘

【配方】 干地龙500克。

【制法】 研面贮瓶备用。

【用法】 每服5克，每日3次，开水冲服。

【功效】 清热熄风，平喘通络。用治喉中痰鸣，有高血压并气管炎者效果甚好。

【来源】 《河南省秘、验、单方集锦》。

注：忌烟酒。

6. 沙参冰糖水治干咳

【配方】 沙参15克，冰糖15克。

【制法】 水煎。

【用法】 内服，日1剂。

【功效】 润肺止咳，用于肺虚干咳。

【来源】 《农村卫生工作队医疗手册》。

7. 车前草治咳嗽

【配方】 车前草30克。

【制法】 加适量水浓煎。熬后过滤（浓度达60%为度）。

【用法】 内服。每日3次，每次20~40毫升。

【功效】 清肺化痰，主治咳嗽。

【来源】 中华医学杂志 1957，9。

注：范×，男，35岁，咳嗽1月余，痰粘，经长期用西药治疗病情未见好转。给上药，每日3次，每次30毫升，3日后咳嗽即愈。