

# 民間靈驗便方

(第一集)

保定市衛生工作者協會編

出版社

保定市卫生工作者协会 编

民間靈驗便方

第一集

河北人民出版社

# 民間靈驗便方

第一集

保定市衛生工作者協會 編

---

河北人民出版社出版 (保定市裕華東路) 河北省書刊出版業營業許可證第3號

河北人民出版社印刷廠印刷 河北省新華書店發行

---

787×1092 $\frac{1}{32}$ ·2 $\frac{1}{4}$ 印張·45,000字 印數: 1—18,500册 1959年6月第一版  
1959年6月第一次印刷 統一書號: T14086·53 定價: (8)0.21元

## 出版者的話

我們祖國的醫學有幾千年的歷史，它的內容是豐富多采的，是取之不尽用之不竭的寶藏。流傳在民間的靈驗便方就是我們祖國醫學中的組成部分，它的每一個單方、土法，都是歷代廣大勞動人民在生產生活中逐步創造出來的，向疾病鬥爭的武器。為了繼承和發揚流傳在我省的民間療法，我們邀請有關的衛生機關編輯了“民間靈驗便方”。

本集主要是以農村常見的小疾病為主，象各種皮膚病中的一般外傷、燒傷、燙傷和蟲咬傷等。療法大致分為三類：食餌療法，以農村常見常用的食物為標準；外治法，以簡而易行為標準；藥物療法，以一味藥的單方（主要是中藥）為主，多不過三味，並以農村易得的藥物為標準。

本書每集包括二百個方子，今後將陸續編輯出版。

1959年3月

## 前 言

为了挖掘和整理我省民间流传下来的各种民间疗法，适应广大劳动群众的需要，以保障人民的身体健康，支持工农业生产更大跃进。现由我会李海濂、赵子川、馬福祺、毕复琛等同志汇集整理了这本“民间灵驗便方”。

本书以农村常见的輕微疾病（主要是各种小杂病）为主，分内、外、妇、兒四科，共二百个方。書中全部方剂，使用安全，屢試屢驗；葯物簡而易得，省錢省事。每方以一味葯为主，至多不过三味，并且都是农村常用易得的葯物。文字力求简单明确，尽量避免使用医学术語，以期达到人人都能看懂、会用。不过由于我們的能力所限，难免存在一些缺点和錯誤，希广大讀者及时予以批評和指正。

編 者

1959年3月

## 目 录

## 內 科

- |        |   |         |    |
|--------|---|---------|----|
| 一、 眞中风 | 1 | 三子煎     | 7  |
| 通关散    | 1 | 止喘便方    | 7  |
| 中风内服方  | 1 | 痰喘外用方   | 7  |
| 独活大豆湯  | 1 | 六、 吐血衄血 | 7  |
| 治中风单方  | 2 | 輪回酒     | 7  |
| 中风外貼方  | 2 | 鮮黃煎     | 7  |
| 鳳仙花葯酒  | 2 | 麦地煎     | 8  |
| 正顏丹    | 3 | 民間单方    | 8  |
| 二、 感冒  | 3 | 青黛散     | 8  |
| 葱白湯    | 3 | 胃出血单方   | 8  |
| 治感冒便方  | 3 | 白芨薏苡貝母散 | 9  |
| 民間效方   | 4 | 七、 胃疼   | 9  |
| 苏叶煎    | 4 | 烏鴉湯     | 9  |
| 三白飲    | 4 | 胃疼单方    | 9  |
| 三、 牙疼  | 4 | 胃疼便方    | 10 |
| 牙疼外用方  | 4 | 八、 噎膈翻胃 | 10 |
| 四、 咳嗽  | 5 | 蝶螭散     | 10 |
| 沙參湯    | 5 | 代赭石散    | 10 |
| 咳嗽便方   | 5 | 九、 嘔吐   | 11 |
| 麻黃止咳糖  | 5 | 嘔吐內服方   | 11 |
| 五、 痰喘  | 5 | 嘔吐內服方   | 11 |
| 治痰喘便方  | 5 | 十、 痢疾   | 11 |
| 三汁飲    | 6 | 痢疾便方    | 11 |
| 痰喘內服方  | 6 | 痢疾效方    | 12 |
|        |   | 痢疾单方    | 12 |

- 楊花湯……………12
- 痢疾內服方……………12
- 痢疾單方……………13
- 痢疾良方……………13
- 痢疾單方……………13
- 十一、泄瀉……………14
- 固腎湯……………14
- 治腹瀉單方……………14
- 車前子湯……………15
- 藳瀉散……………15
- 治泄瀉土方……………15
- 十二、瘧疾……………15
- 民間效方……………15
- 瘧疾丸……………16
- 截瘧單方……………16
- 鱉甲散……………16
- 十三、水腫臃脹……………17
- 蠶砂散……………17
- 水腫單方……………17
- 水腫效方……………17
- 民間土方……………18
- 水腫便方……………18
- 水腫便方……………18
- 三生蘿卜飲……………19
- 十四、腰腿疼……………19
- 腰腿疼內服方……………19
- 腰腿疼內服方……………19
- 十五、黃疸……………20
- 輪回麻湯……………20
- 黃疸土方……………20
- 民間效方……………20
- 瓜蒂散……………21
- 独味茵陳湯……………21
- 桃根湯……………21
- 絲瓜根湯……………22
- 十六、消渴……………22
- 民間效方……………22
- 經驗良方……………22
- 民間土方……………23
- 十七、淋病……………23
- 車前赤豆散……………23
- 民間土方……………23
- 金菖湯……………23
- 十八、小便不通……………24
- 小便不通便方……………24
- 黃芪湯……………24
- 小便不通單方……………24
- 民間便方……………24
- 外治方……………24
- 小便不通外用方……………25
- 內服單方……………25
- 十九、尿血……………25
- 尿血效方……………25
- 治小便溺血便方……………26
- 民間單方……………26
- 民間土方……………26
- 二十、遺精……………26
- 民間單方……………26

- 荷叶粉.....26  
 遺精外治方.....27  
 經驗单方.....27  
 二十一、阳痿不举.....27  
   民間便方.....27  
   治阳痿效方.....28  
   壮阳药酒.....28  
 二十二、雀盲眼.....28  
   治雀盲眼方.....28  
   治雀盲眼方.....29  
 二十三、砒中毒.....29  
   解砒中毒内服方.....29  
 二十四、煤气中毒.....29  
   淡醋飲.....29  
   解煤气中毒便方.....30  
   解煤气中毒便方.....30  
 二十五、野菜中毒.....30  
   解食野菜中毒方.....30  
   外科  
   一、瘰癧.....31  
     蛇蛋散.....31  
     民間单方.....31  
   二、疔癰.....31  
     疔癰外用单方.....31  
     民間土方.....32  
     金英消毒散.....32  
     民間土方.....32  
   三、黄水疮.....33  
     民間土方.....33  
   治黄水疮单方.....33  
   松矾散.....33  
   青蛤散.....33  
 四、癬疮.....34  
   治騎馬癬妙方.....34  
   治癬土方.....34  
 五、痒疹.....34  
   浮萍丸.....34  
 六、跌打損伤.....35  
   元胡散.....35  
   外用土方.....35  
   沒药散.....35  
 七、冻伤.....35  
   治冻伤便方.....35  
   治冻伤方.....36  
   吳茱萸湯.....36  
 八、冻疮.....36  
   治冻疮单方.....36  
   治冻疮土方.....37  
   民間療法.....37  
   冻疮药膏.....37  
   冻疮外用药粉.....37  
   民間土方.....38  
 九、燙伤.....38  
   燙伤妙方.....38  
   民間土方.....38  
   婦科  
   一、月經不調.....39  
     紫參飲.....39



|         |    |
|---------|----|
| 調經湯     | 39 |
| 三黃補血湯   | 39 |
| 益母草湯    | 40 |
| 二、經閉    | 40 |
| 月經閉止方   | 40 |
| 民間土方    | 40 |
| 月經閉止內服方 | 41 |
| 三、血崩    | 41 |
| 治血崩方    | 41 |
| 立效丸     | 41 |
| 柏炭飲     | 42 |
| 民間單方    | 42 |
| 四、白帶    | 42 |
| 治白帶土方   | 42 |
| 治白帶便方   | 43 |
| 治白帶單方   | 43 |
| 民間驗方    | 44 |
| 茯苓湯     | 44 |
| 止帶散     | 44 |
| 翻白草湯    | 44 |
| 五、惡阻    | 45 |
| 惡阻便方    | 45 |
| 惡阻效方    | 45 |
| 絲瓜絡飲    | 45 |
| 六、妊娠痢疾  | 45 |
| 蛋黃散     | 45 |
| 七、胎動不安  | 46 |
| 佛手散     | 46 |
| 經驗良方    | 46 |

|        |    |
|--------|----|
| 治胎動不安方 | 46 |
| 八、胎漏   | 47 |
| 民間便方   | 47 |
| 防風黃芩丸  | 47 |
| 九、產後   | 47 |
| 民間土方   | 47 |
| 失笑丸    | 48 |
| 花蕊石散   | 48 |
| 十、回乳   | 49 |
| 回乳方    | 49 |
| 十一、催乳  | 49 |
| 兔耳散    | 49 |
| 豬蹄豆腐湯  | 49 |
| 催乳單方   | 50 |
| 十二、乳痈  | 50 |
| 瓜蒌散    | 50 |
| 香附餅    | 50 |
| 治乳痈方   | 50 |

### 兒科

|           |    |
|-----------|----|
| 一、小兒初生不啼  | 51 |
| 灸初生兒不會啼哭方 | 51 |
| 刺初生兒不會啼哭方 | 51 |
| 二、小兒初生不睜眼 | 51 |
| 銀花甘草湯     | 51 |
| 黃連水       | 52 |
| 三、小兒初生不乳  | 52 |
| 一捻金       | 52 |
| 附子干姜湯     | 52 |
| 四、小兒初生吐乳  | 53 |

- 吐乳便方.....53  
 左金丸.....53
- 五、小兒馬牙.....53  
 治小兒馬牙便方.....53
- 六、小兒口疮.....54  
 二白消炎散.....54  
 治小兒口疮便方.....54  
 治口疮單方.....54  
 貼眉心方.....54  
 民間土方.....55  
 民間驗方.....55
- 七、小兒耳內生疮.....55  
 治耳朶底子便方.....55
- 八、麻疹.....56  
 民間驗方.....56  
 麻疹小單方.....56  
 麻疹外用搽方.....56
- 九、疔腮.....56  
 治小兒疔腮單方.....56  
 小兒疔腮外治方.....57
- 十、百日咳.....57  
 百日咳內服方.....57
- 十一、痘瘡.....58  
 治小兒痘瘡單方.....58
- 十二、大肚子痞.....58  
 治痞妙方.....58  
 豬脾散.....59  
 消痞膏.....59  
 消痞散.....59  
 二甲散.....60
- 十三、小兒痢疾.....60  
 胡連湯.....60
- 十四、小兒便血.....60  
 槐花散.....60
- 十五、小兒疝氣.....61  
 金莢丸.....61
- 十六、小兒遺尿.....61  
 故紙散.....61  
 治兒童遺尿便方.....61
- 十七、諸虫为病.....62  
 治寸白虫單方.....62  
 治蛔虫土方.....62  
 史君子湯.....62

## 內 科

### 一、真中风（共七方）

#### 通关散

主治：中风不省人事、牙关紧闭。

处方：生南星 生半夏 牙 皂各等分

用法：共为細末，取少許涂鼻內，取嚏即苏醒。

按：此方主治中风不語、不省人事、牙关紧闭及一切关窍不通等症，取嚏即效，为医者常备急救要药。如有以上諸症，用之特效。

#### 中风内服方

主治：中风痰壅、口不能言。

处方：生姜汁半兩 香 油一兩

用法：将上二味兌在一起攪勻，灌下即愈。如牙关紧闭者，可用白矾、青盐各等分，研成細末，擦牙即开。

#### 独活大豆湯

主治：中风、身体强直、不能語言。

处方：独 活一兩 大豆一把

用法：黄酒一碗，煎成半碗，去渣溫服即愈。

## 治中风单方

主治：中风不語。

处方：荆芥炭二錢

用法：將荆芥炭研成細末，黃酒沖服。

## 中风外貼方

方名：蓖麻子膏。

主治：口眼歪斜。

处方：蓖麻子仁半兩

用法：將蓖麻子仁搗爛，攤布上貼患部。左歪貼右，右歪貼左。

治驗：此方流傳在冀中平原地區，治愈人頗多。如深縣二區杏園村劉××，女，二十三歲。於一九五六年秋季患口眼斜歪，扎針吃葯二月余不愈，後以此方治之，貼了三次即愈。

## 鳳仙花葯酒

主治：半身不遂。

处方：白鳳仙花二兩 黃酒一斤

用法：將鳳仙花放酒內浸一夜，煎熱去渣，任意飲之。輕者一日收效，重者半月即愈。不能飲酒者，水煎亦可，但其效較緩。

按：鳳仙花為民間庭院中栽植的花草，花朵的顏色有紅、白之分。採用時只能用白色花朵，以鮮、老者為佳。

## 正顏丹

主治：中风不語、口眼歪斜。

处方：独活 全蝎 各等分

用法：共为細末，炼蜜为丸，如弹子大。一日三次，每服一丸。服时細嚼，白开水送下。

## 二、感 冒 (共五方)

### 葱白湯

主治：感冒。

处方：葱白二根

用法：煎湯热服，取透汗即愈。

按：葱白功能发表、和里、通阳、和血，治伤寒、中风、面目浮肿、安胎、利五脏。对治流行性感冒、头疼鼻塞，确有著效。加大枣二枚、綠豆三十粒、茶叶三錢、核桃一个（連皮打碎），水一碗煎取八分，热服出汗。治伤寒初起、头疼項强、恶寒身热、脉浮紧无汗者尤妙。

### 治感冒便方

主治：感冒。

处方：生姜三片 冰糖一兩

用法：水煎热服，汗出即愈。

按：生姜散寒、发表、調中、消痰，治头痛、鼻塞、咳逆、止呕吐，为日常生活中不可缺少的調味佐食品。如冰糖不便，另加葱白三寸，切成細絲，合淡醋二杯，浸湯服之。治一般伤风感冒，其效甚速。又，鴨梨一个、生姜一两，同

捣烂取汁，入童便一杯，同煎热服。治头痛、牙疼、发热憎寒、口多谵语、久不出汗者，一剂即解。

### 民間效方

主治：感冒。

处方：芝 麻一兩 茶 叶二錢

用法：混合一起，生食。食完飲热姜湯一碗，盖被取汗即愈。

### 苏叶煎

主治：秋冬感冒、恶寒发汗者。

处方：苏 叶三錢

用法：煎湯热服一碗，盖被見汗即愈。

### 三白飲

主治：天行时气、热极狂乱及发热不退或大便燥結不通。

处方：鷄蛋清一个 白 蜜一錢匙 芒 硝三錢为末

用法：将上三味合勻，凉白开水調服即愈。

## 三、牙 疼（一方）

### 牙疼外用方

主治：虫蛀牙疼。

处方：夹竹桃花七八朵

用法：用水一碗，煎成多半碗，含漱。一日数次，疼止为度。据云：此花有毒，勿咽下。

#### 四、咳嗽（共三方）

##### 沙参汤

主治：肺热咳嗽。

处方：沙参五钱

用法：水煎服，甚效。

##### 咳嗽便方

主治：伤风咳嗽。

处方：桑叶五钱 杏仁三钱 冰糖五钱

用法：用水两茶碗，煎成一茶碗半，趁热温服，取汗即愈。

##### 麻黄止咳糖

主治：咳嗽痰喘。

处方：麻黄一两 杏仁五钱去皮尖 白糖四两

用法：将麻黄、杏仁放砂锅内，用水两碗，熬剩一碗。去渣，再入白糖，熬成糖块，然后切成一钱重的小块。一日三次，每次两块。小兒酌减。

按：此方诸药炮制成药糖，服用方便，尤宜于幼兒患者服用。麻黄、杏仁为驱风、定喘、止咳妙药，故对治疗咳嗽痰喘及小兒頓嗽（百日咳）有效。

#### 五、痰喘（共六方）

##### 治痰喘便方

方名：南瓜膏。

主治：咳嗽痰喘。

处方：老南瓜（二三斤重）一个 五味子一钱 冰糖二两

用法：将南瓜挖空，装入冰糖、五味子，蒸熟后去五味子。一日吃一个，数次即愈；常吃能断除病根。

治验：深县西阳台王老太太，患此症约五、六年之久，后吃两个痊愈。

按：南瓜即倭瓜。

### 三汁饮

主治：痰火上逆、胸闷咳嗽。

处方：梨汁 姜汁 萝卜汁各一酒杯

用法：将上三味兑在一处搅匀，分三次服，白糖或冰糖水送下。每日三次，可以常服。

### 痰喘内服方

主治：久嗽气急、哮喘声哑。

处方：猪板油四两 麦芽糖四两 蜂蜜四两

用法：熬成糖膏，每日数次，每次服一匙，口中含化。

三、五日喘嗽即止；常服病可除根。

禁忌：生冷及刺激性食物。

治验：束鹿县旧城张××，男，六十三岁。患此病十余年，到冬天就咳嗽气急，哮喘声哑，夜不能卧。久服它药无效，后服本方一冬，永未再发。

按：此方系束鹿县石家庄村张老星所传，曾治愈多人。药性平稳，有润肺、健脾、定喘、止咳之功。



### 三子煎

主治：胸悶气喘。

处方：苏 子二錢炒 白芥子一錢半打 蘿 苳子一錢炒打

用法：水煎服。甚效。

### 止喘便方

主治：老年咳嗽痰喘。

处方：豆 腐一块 白 糖一两

用法：将豆腐放在碗中，挖一孔，入白糖，然后放水鍋內煮熟。吃时先食有糖处，三、五次即愈。

### 痰喘外用方

主治：多年哮喘。

处方：生 姜二片切碎

用法：将生姜用白酒炒热，趁热用姜磨擦大椎、风府、风池、膏肓四穴。一次見輕，常用即愈。

## 六、吐血衄血（共七方）

### 輪回酒

主治：吐血。

处方：童 便（男小兒吃乳者佳）一杯

用法：早晚各服一杯或半杯，病愈为度。

### 鮮黃煎

主治：吐血不止。