

全国优秀畅销书

醋蛋治百病

上海科学技术文献出版社



全国优秀畅销书

醋 蛋 治 百 病

李炳坤 陈四传 戴炳炎 韦俊文 编著
姜贞祥 陈连起 审定

上海科学技术文献出版社

(沪)新登字 301 号

醋蛋治百病

李炳坤 陈四传 戴炳炎 韦俊文 编著

姜贞祥 陈连起 审定

责任编辑: 屈澄清 严成人

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路 2 号)

全国各书店经销

上海科技文献出版社昆山联营厂印刷

*

开本 787×1092 1/32 印张 6.5 字数 154,000

1989 年 12 月第 1 版 1996 年 2 月第 16 次印刷

印数: 870,001—890,000

ISBN 7-80513-605-5X/R·55

定价: 5.00 元

内 容 简 介

你知道吗？普通的食醋、鸡蛋含有抗癌物质，能防治200多种常见病。祖国传统的醋蛋液配方广泛应用，使全国一大批被病魔折磨得痛苦不堪的人，“起死回生”，恢复了健康。醋蛋疗法象磁石吸引了成千上万的病人和健康人。

醋蛋疗法是近年来兴起的一种简便、经济、安全的家庭疗法，在世界流传甚广。本书作者，从事醋蛋疗法的研究和推广应用多年，积累了较多资料，经过临床实践分析整理，筛选中外民间醋蛋验方1000多则，并按类编排成册，范围包括内科、外科、妇科、儿科、五官科、皮肤科、肿瘤科200多种常见病。书中还附有醋蛋疗法常识解答、典型病例介绍、醋蛋在生活中的妙用，等等。

本书内容丰富，通俗易懂，简明实用，是我国第一部权威性醋蛋疗法的专著。它既可作为广大基层医务人员临床诊治的参谋，又可作为普通家庭保健养生、自我诊疗实用的手册。

序

从本世纪抗菌素问世以来，化学药品在控制、征服人类许多疾病，甚至癌症方面，都取得了巨大的成功。但是，由于广泛使用化学药品而给人们健康带来的副作用及危害也越来越严重。因而，“回归自然”、“从自然界寻找祛病延年的药物”，便成为当今世界医药发展的一个新趋势。世界各国医药界在努力研究开发高效安全的新化学药物的同时，已把眼光注视到没有副作用或副作用极少的食物疗法上来，牛奶疗法，大蒜疗法，饮茶疗法，苹果疗法……纷纷问世，而这当中最为令人瞩目、最受青睐的首推醋蛋疗法。

醋蛋疗法是我国传统的民间疗法。它既可治病，又可防病，且取材方便，制作简易，服用安全，因而深受广大群众欢迎，在国内外流传甚广，但至今未见专著传世。为了推广这一古老的民间疗法，第二军医大学长海医院和上海体育学院的一些专家教授组成了醋蛋疗法科研组，积极开展醋蛋疗法咨询，取得了很好的效果。由他们编写的《醋蛋疗法》小册子，深受全国各地和海外人士的欢迎，虽一再重印，仍供不应求。他们收到各地病员大量来信，迫切希望能为群众提供更多、更简便、更实用的醋蛋良方。有鉴于此，本书作者经过几年努力，收集截见于古今医籍及民间的醋蛋验方1000余帖，通过科学分析，去粗取精，严格筛选，按内、外、五官、皮肤、妇、儿、肿瘤等科目分门别类，归纳整理，编

撰了我国第一本醋蛋疗法的专著。该书内容丰富，通俗易懂，多剂筒明扼要，是一本有很大实用价值的科普专著。它既可作为医药界进行科学研究的参考工具书，又可指导社会各界人士推广应用。

总之，醋蛋疗法是祖国医药宝库中一个重要组成部分。推广、普及这一疗法，变食物为食疗，无疑将使广大群众手中又增添了一种防治疾病的方法，对提高群众的自我保健能力具有重要意义。这是一件利国利民的好事。

我很高兴为这本书作序，并期望醋蛋疗法通过实践不断发展，能在祖国大地上开出更灿烂的花朵，结出更丰硕的果实，以造福于民，造福于后代。

第二军医大学长海医院院长

姜贞祥

目 录

第一章 总 论	(1)
一、醋蛋疗法	(1)
(一) 什么是醋蛋疗法?	(1)
(二) 醋蛋疗法为什么会受到人们的“厚爱”?	(3)
(三) 醋分几类?醋的营养成分如何?	(3)
(四) 鸡蛋的营养成分如何?	(6)
(五) 醋蛋疗法防治疾病、增进健康的原理是什么?	(8)
二、醋蛋疗法常识	(13)
(一) 炮制醋蛋液要注意什么问题?	(13)
(二) 醋蛋疗法对每个人都适用吗?	(13)
(三) 健康人食醋蛋能否增强体质、预防疾病?	(14)
(四) 如何根据病情选用醋蛋疗法中的配方?	(14)
(五) 一个人一天喝多少醋为宜?喝多了有无害处?	(14)
(六) 烹调食醋应选用什么样的锅?	(15)
(七) 如何使醋久藏不变质?	(15)
(八) 一个人一天食几只鸡蛋为好?食鸡蛋时要注意什么问题?	(15)
(九) 选用什么样的鸡蛋做配方为好?	(16)
(十) 如何保持鸡蛋新鲜?	(16)
(十一) 怎样制作蛋黄油?	(17)

- (十二) 服醋蛋液时要注意哪些问题?.....(17)
- (十三) 夏天服醋蛋液行吗?.....(18)
- (十四) 服醋蛋液是否要忌口?.....(18)
- (十五) 服多少醋蛋液才能见效?.....(18)

第二章 民间醋蛋方荟萃.....(19)

一、强身治病醋蛋液.....(19)

- (一) 功效.....(19)
- (二) 配方.....(19)
- (三) 制法和用法.....(19)
- (四) 注意事项.....(20)

二、美容减肥醋蛋液.....(21)

- (一) 功效.....(21)
- (二) 配方.....(21)
- (三) 制法和用法.....(21)

三、外用醋蛋液.....(21)

- (一) 适应症.....(21)
- (二) 配方.....(21)
- (三) 制法和用法.....(21)

四、应急醋蛋液.....(21)

- (一) 气滞血瘀型心绞痛.....(22)
- (二) 难产、产后血痢.....(22)
- (三) 小肠疝气.....(22)
- (四) 产后下血不止.....(22)
- (五) 产后血晕.....(22)
- (六) 恶露不绝.....(22)

(七) 疔 疾	(22)
(八) 食道炎	(22)
(九) 风湿骨痛	(23)
(十) 高血压 (2方)	(23)
(十一) 黄 疸	(23)
(十二) 糖尿病	(23)
五、治疗醋蛋液	(23)
(一) 赘 疣	(23)
(二) 咳嗽 (久咳不止)	(24)
(三) 季节性哮喘	(24)
(四) 腹 泻	(24)
(五) 癩 子	(24)
(六) 失音、急性声带发炎	(24)
(七) 慢性气管炎	(24)
(八) 妊娠呕吐	(24)
(九) 癩 痢	(24)
(十) 慢性咽喉痛, 声音沙哑	(24)
(十一) 脾胃虚寒所致久泻	(25)
(十二) 热 泻	(25)
(十三) 水 痢	(25)
(十四) 肩背酸痛	(25)
(十五) 过敏性哮喘	(25)

第三章 民间醋方荟萃

一、内 科

(一) 感冒 (6方)

(二) 流行性腮腺炎(17方)	(28)
(三) 预防流行性脑脊髓膜炎(2方)	(29)
(四) 咳嗽(4方)	(29)
(五) 气管炎(3方)	(30)
(六) 哮喘(2方)	(30)
(七) 肺脓肿(3方)	(30)
(八) 肺结核(1方)	(31)
(九) 呃逆(5方)	(31)
(十) 呕吐(4方)	(31)
(十一) 食滞、消化不良(4方)	(32)
(十二) 厌食(3方)	(32)
(十三) 胃痛(胃酸过多者慎用)(5方)	(32)
(十四) 慢性胃炎(胃酸过多者慎用)(4方)	(33)
(十五) 肝炎(5方)	(33)
(十六) 黄疸(1方)	(34)
(十七) 腹泻(4方)	(34)
(十八) 肠炎(3方)	(34)
(十九) 慢性痢疾(3方)	(35)
(二十) 细菌性痢疾(2方)	(35)
(二十一) 疟疾(2方)	(35)
(二十二) 腹痛(6方)	(36)
(二十三) 呕血(1方)	(36)
(二十四) 便血(1方)	(36)
(二十五) 便秘(1方)	(36)
(二十六) 蛔虫病(6方)	(36)

·(二十七) 高血压(5方)	(37)
·(二十八) 动脉硬化(2方)	(37)
·(二十九) 冠心病(1方)	(38)
·(三十) 心前区痛(3方)	(38)
·(三十一) 水肿(3方)	(38)
·(三十二) 乳糜尿(1方)	(38)
·(三十三) 气淋(1方)	(38)
·(三十四) 糖尿病(2方)	(39)
·(三十五) 甲状腺肿大(5方)	(39)
·(三十六) 肥胖症(2方)	(39)
·(三十七) 关节炎和关节痛(含厉节痛风)(6方).....	(39)
·(三十八) 面神经麻痹(1方)	(40)
·(三十九) 坐骨神经痛(1方)	(41)
·(四十) 头痛(2方)	(41)
·(四十一) 病毒性肋间神经痛(1方)	(41)
·(四十二) 四肢麻木(3方)	(41)
·(四十三) 神经官能症(1方)	(41)
·(四十四) 失眠(1方)	(41)
·(四十五) 中风(1方)	(42)
·(四十六) 盗汗(1方)	(42)
·(四十七) 中毒(6方)	(42)
二、外科.....	(43)
·(一) 烫伤和烧伤(4方)	(43)
·(二) 蜂螫、虫叮、蛇咬伤(7方)	(44)
·(三) 疔疮(8方)	(44)

- 四) 疔肿 (3方) (45)
- (五) 癩疽 (4方) (46)
- (六) 丹毒 (2方) (46)
- (七) 无名肿毒 (7方) (47)
- (八) 颈淋巴结核 (4方) (47)
- (九) 乳腺炎 (5方) (48)
- (十) 脐疝 (1方) (48)
- (十一) 阑尾炎 (1方) (48)
- (十二) 脱肛 (1方) (48)
- (十三) 痔疮 (3方) (48)
- (十四) 损伤 (7方) (49)
- (十五) 颈肩腰腿痛 (7方) (50)
- (十六) 腰椎间盘突出症 (1方) (50)
- (十七) 骨质增生 (2方) (51)
- (十八) 骨刺 (6方) (51)
- (十九) 阴囊肿痛 (1方) (52)
- (二十) 下肢慢性溃疡 (1方) (52)
- (二十一) 梅毒 (2方) (52)
- (二十二) 杂症 (7方) (52)
- 三、皮肤科..... (53)
 - (一) 皮肤粗糙、黧黑 (9方)..... (53)
 - (二) 疣 (4方) (54)
 - (三) 癣 (19方)..... (54)
 - (四) 鹅掌疯 (6方) (56)
 - (五) 灰指甲 (5方) (56)

(六) 汗斑 (4方)	(57)
(七) 鸡眼 (3方)	(58)
(八) 胼胝 (1方)	(58)
(九) 痒症 (2方)	(58)
(十) 湿疹 (2方)	(58)
(十一) 荨麻疹 (3方)	(58)
(十二) 稻田性皮炎 (1方)	(59)
(十三) 脂溢性皮炎 (1方)	(59)
(十四) 神经性皮炎 (5方)	(59)
(十五) 牛皮癣(银屑病) (3方)	(59)
(十六) 带状疱疹 (2方)	(60)
(十七) 头虱 (1方)	(60)
(十八) 粉刺脓疱 (1方)	(60)
(十九) 雀斑、黑斑 (1方)	(60)
(二十) 脱发、斑秃 (3方)	(60)
(二十一) 白发 (1方)	(60)
(二十二) 狐臭 (2方)	(61)
(二十三) 脚气病 (3方)	(61)
(二十四) 汗脚 (2方)	(61)
(二十五) 脚臭 (1方)	(62)
(二十六) 冻疮 (1方)	(62)
四、五官科	(62)
(一) 麦粒肿(偷针眼) (3方)	(62)
(二) 睑缘炎 (1方)	(62)
(三) 鼻衄 (2方)	(62)

(四) 口腔炎(1方)	(63)
(五) 口疮(1方)	(63)
(六) 口臭(1方)	(63)
(七) 牙周炎(1方)	(63)
(八) 牙龈出血(牙齦)(1方)	(63)
(九) 牙痛(2方)	(63)
(十) 虫入耳(1方)	(63)
(十一) 咽痛(1方)	(63)
(十二) 异物卡喉(5方)	(64)
五、妇产科.....	(64)
(一) 痛经(6方)	(64)
(二) 白带(2方)	(65)
(三) 子宫出血(崩漏) 方)	(65)
(四) 滴虫性阴道炎(3方)	(65)
(五) 慢性盆腔炎(1方)	(66)
(六) 子宫下垂(3方)	(66)
(七) 催产(1方)	(67)
(八) 产后血晕(5方)	(67)
(九) 产后杂症(6方)	(67)
(十) 产后调养(3方)	(68)
(十一) 催乳(1方)	(68)
(十二) 妇科杂症(5方)	(69)
六、儿 科.....	(69)
(一) 小儿咳嗽(2方)	(69)
(二) 百日咳(1方)	(69)

(三) 白喉 (2方)	(69)
(四) 小儿疳积 (1方)	(70)
(五) 小儿腹痛 (1方)	(70)
(六) 小儿传染性肝炎 (1方)	(70)
(七) 小儿流涎症 (1方)	(70)
(八) 小儿口疮 (1方)	(70)
(九) 蛲虫病 (3方)	(70)
(十) 小儿抽搐(惊风) (1方)	(71)
(十一) 小儿疝气 (2方)	(71)
(十二) 小儿阴囊肿大 (1方)	(71)
(十三) 小儿丹毒、热疖 (2方)	(71)
(十四) 小儿白秃(黄癣) (1方)	(71)
(十五) 小儿脐中出水 (1方)	(71)
七、肿瘤科	(71)
(一) 癌症通用方 (2方)	(71)
(二) 癌症专用方 (5方)	(72)

第四章 民间鸡蛋方荟萃

一、内 科	(73)
(一) 感冒 (9方)	(73)
(二) 咳嗽 (20方)	(74)
(三) 气管炎 (11方)	(77)
(四) 哮喘 (9方)	(78)
(五) 肺气肿 (1方)	(79)
(六) 肺脓肿 (1方)	(80)
(七) 肺结核(肺癆) (10方)	(80)

(八) 咳血、咯血 (3方)	(81)
(九) 流行性腮腺炎 (10方)	(81)
(十) 痧症(痧) (1方)	(82)
(十一) 呃逆 (2方)	(82)
(十二) 呕吐 (5方)	(83)
(十三) 食积腹胀 (3方)	(83)
(十四) 胃酸过多 (4方)	(83)
(十五) 消化性溃疡 (7方)	(84)
(十六) 胃痛 (13方)	(85)
(十七) 胃痉挛 (1方)	(86)
(十八) 上消化道出血 (1方)	(86)
(十九) 呕血 (4方)	(86)
(二十) 胃下垂 (1方)	(87)
(二十一) 腹痛 (3方)	(87)
(二十二) 蛔虫病 (4方)	(87)
(二十三) 痢疾 (9方)	(88)
(二十四) 便血 (3方)	(89)
(二十五) 大便溏薄 (1方)	(89)
(二十六) 腹泻 (14方)	(89)
(二十七) 便秘 (2方)	(91)
(二十八) 黄疸 (2方)	(91)
(二十九) 肝炎 (10方)	(91)
(三十) 肝硬化 (4方)	(93)
(三十一) 蛋白质缺乏症 (1方)	(93)
(三十二) 高血压 (5方)	(93)

（三十三）低血压（1方）	（94）
（三十四）血管硬化症（1方）	（94）
（三十五）心前区痛（1方）	（94）
（三十六）心悸（4方）	（94）
（三十七）心律不齐（1方）	（95）
（三十八）冠心病（1方）	（95）
（三十九）肾炎（4方）	（95）
（四十）肾结核（1方）	（96）
（四十一）水肿（5方）	（96）
（四十二）乳糜尿（4方）	（96）
（四十三）血尿（2方）	（97）
（四十四）多尿（夜尿多）（4方）	（97）
（四十五）遗精（梦遗）（9方）	（98）
（四十六）阳痿（性欲减退）（4方）	（98）
（四十七）早衰（4方）	（99）
（四十八）盗汗（3方）	（99）
（四十九）体弱（11方）	（100）
（五十）贫血（10方）	（101）
（五十一）头痛（9方）	（102）
（五十二）眩晕（14方）	（104）
（五十三）失眠（14方）	（105）
（五十四）健忘（4方）	（107）
（五十五）神经衰弱（3方）	（108）
（五十六）糖尿病（4方）	（108）
（五十七）白细胞减少症（1方）	（108）