

家庭常用偏方 精选

杜惠芳 编著



科学技术文献出版社重庆分社

家庭常用偏方精选

杜惠芳 编著

科学技术文献出版社重庆分社

一九八九年三月

家庭常用偏方精选

杜惠芳 编著

科学技术文献出版社重庆分社出版
山西省新华书店发行 山西省邮电印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：3.5 字数：75千字

1989年5月第1版 1989年5月太原第1次印刷

印数：1—55500册

书号：ISBN 7-5023-0369-3/R·84

定价： 1.55元

写在前面

笔者在临床工作中，经常听到一些反映：偏方、验方书籍虽多，书中所列举的方子不少，但遇上疾病，翻书查找时，弄不清该用那一个方子好，让人无所适从。对于那些一般的，没有医药专业知识的普通读者，最实用的，莫过于在相似方剂中指出它们的区别，比较出它们的优劣，举例说明它们的适应症和特点。本书就是根据这一需要，归纳了一些著名中医专家的珍贵经验，结合了作者的临床实践体会，力求扼要浅显地加以说明，并且本着简单实用而又取材方便的原则进行编写的。初稿曾经多次征求过一些读者的意见，询问他们是否一读就懂，根据他们提出的看法，又作了些修改。最大的希望，是能对广大群众的防病治病，有所小补，因水平有限，不妥之处，敬请指正。

作者识

一九八九年三月八日于太原不息子斋

目 录

风寒感冒	(1)
婴幼儿感冒	(1)
冬日伤寒	(2)
高烧不退	(3)
风寒咳嗽	(3)
剧烈哮喘	(4)
咳嗽黄痰	(5)
痰多色白	(5)
咳嗽胸痛	(6)
咳嗽出血	(7)
慢性支气管哮喘	(8)
冠心病心绞痛	(9)
冠心病、肺心病、高血压性心脏病平时常服方	(9)
贫血	(10)
滋补身体方	(11)
中老年人肾亏、须发早白	(11)
急性肾炎	(12)
肾炎水肿、缩窄性心包炎水肿	(13)
白细胞减少	(14)
高血压	(15)
低血压	(15)
胃脘痛	(16)

嘈杂暖气	(18)
呃逆	(18)
食道炎	(20)
呕吐	(20)
急性胃炎、胃脘刺痛	(21)
慢性胃炎	(22)
胃溃疡	(22)
胃溃疡出血	(24)
吐血	(24)
夏天吐泻	(25)
慢性腹泻	(26)
腹痛	(28)
少腹寒痛	(28)
腹胀便秘	(29)
老年人、产后便秘	(29)
湿热痢疾	(30)
里急后重	(31)
剧烈腹泻 (水泄)	(32)
小便不利	(32)
小便不通	(33)
大便不通	(34)
大便下血	(35)
湿热黄疸	(35)
黄疸型肝炎	(36)
严重黄疸 (重型肝炎)	(37)
肝炎转氨酶高	(37)

糖尿病口渴.....	(38)
肚腹硬块(积聚).....	(38)
多汗.....	(39)
自汗.....	(40)
睡觉盗汗.....	(40)
急性乳腺炎.....	(41)
乳腺炎早期.....	(42)
乳腺炎郁乳期.....	(43)
乳汁不下.....	(43)
产后多乳.....	(44)
月经不调,腹部经常胀满.....	(45)
剧烈痛经.....	(45)
血崩不止.....	(46)
妇女阴道滴虫.....	(47)
黄带.....	(47)
妊娠遗尿.....	(48)
产后头痛.....	(49)
产后脚跟痛.....	(49)
肠蛔虫病.....	(50)
绦虫病.....	(51)
婴儿吐乳.....	(51)
小儿遗尿.....	(52)
小儿消化不良.....	(53)
疳疾.....	(54)
小儿抽风.....	(54)
小儿慢惊风(久泻不止).....	(55)

百日咳.....	(55)
阳痿.....	(56)
男子不育.....	(56)
遗精.....	(57)
遗精滑泄.....	(58)
前列腺肥大.....	(58)
膏淋.....	(59)
甲状腺、淋巴结肿大.....	(59)
淋巴结核.....	(60)
疝气.....	(60)
胆道蛔虫.....	(61)
化脓性胆囊炎.....	(61)
手术后肠粘连, 大便秘结.....	(62)
急性阑尾炎.....	(63)
慢性阑尾炎.....	(63)
肠梗阻.....	(64)
骨质增生.....	(65)
急性扭伤.....	(65)
跌打后疼痛.....	(66)
臂痛.....	(66)
腿抽筋(拘挛).....	(67)
足痛.....	(67)
手足麻木.....	(68)
关节炎.....	(68)
失眠.....	(69)
神经衰弱、精神倦怠.....	(70)

精神失常·····	(70)
病笑不休 (神志失常) ·····	(72)
嗜唾·····	(72)
痔疮·····	(73)
脱肛·····	(74)
落枕·····	(74)
偏头痛·····	(75)
服安眠药后头痛 (组织胺头痛) ·····	(76)
头鸣 (脑鸣) ·····	(76)
脱头发·····	(77)
头皮痒·····	(78)
酒鼓鼻·····	(78)
下肢丹毒·····	(79)
脂溢性皮炎·····	(79)
牛皮癣·····	(80)
顽癣、湿疹·····	(81)
荨麻疹·····	(82)
脚癣·····	(82)
灰指甲·····	(83)
肚脐糜烂·····	(84)
白癜风·····	(84)
鹅掌风·····	(85)
鸡眼、扁平疣·····	(85)
夜盲症·····	(85)
急性眼结膜炎 (红眼病) ·····	(86)
慢性眼结膜炎·····	(87)

偷针眼（麦粒肿）	（87）
副鼻窦炎	（88）
鼻出血	（88）
声音不出（失音）	（89）
急性扁桃体炎	（90）
扁桃体肥大	（91）
咽喉炎	（91）
舌蛆	（92）
舌头突然肿大	（92）
口腔溃疡	（93）
口唇燥裂	（94）
鱼骨鲠喉	（94）
牙龈肿痛	（95）
牙齿松落	（95）
耳内疼痛	（96）
慢性中耳炎	（97）
耳鸣、耳聋	（97）
毒蝎、蜈蚣咬伤	（98）
砒石中毒	（99）
萝卜解毒	（99）

风 寒 感 冒

处 方：苏叶、生姜各10克 红糖适量

服 法：水煎，一次温服，盖被取微汗，风寒可解。

按 语：苏叶辛温，发散风寒，理气和营；生姜味辛性温，走而不守，发表散寒；红糖甘温和中补脾，补血活血，又可助姜苏发表，又可调味和药。三药相合，治风寒感冒轻症，煎汤一次服之，风寒可解。

另，可用葱7根，生姜一块，食盐6克，捣烂，成糊状，用纱布包起来，擦患者的前胸、后背、脚心、手心、腋窝、肘窝，擦后让其安睡，曾有报导用本法治105例，大部分病人半小时后便汗出热退，可供参考使用。

婴幼儿感冒

处方一：葱根须、葱茎3—5根

服 法：用母乳70—100毫升，在碗中浸泡，放蒸锅中蒸25—30分钟，用蒸后的乳汁，喂服患儿。

按 语：一般来说，婴幼儿受母体免疫力影响，极少感冒，但有的二月以上婴幼儿，母体免疫力逐渐消失，抗体明显下

降，到第七个月时，基本消失。这时，如逢冬春季节，流感病毒流行，便极易患感冒。轻度的和初起的感冒，可以试用本法，简单、有效。

处方二：金银花24克 薄荷7克 紫苏叶12克 板兰根20克

服法：水煎服，每天早、中、晚各一次。

按语：本方适合治疗病毒性感冒。特征是：高烧、怕冷、头痛、四肢酸痛、咽喉疼痛。方中金银花、板兰根，抗病毒作用极强，很有效；薄荷辛凉宣泄，苏叶辛温发散，相互配合，疗效可靠。有些中药厂把这张方剂化裁制成片剂成药，疗效亦好。

冬 日 伤 寒

处 方：麻黄绒4.5克 甘草3克

服 法：二药研细和匀，成人每服一剂，体弱或小儿酌减。

按 语：冬日伤寒，就是冬季感冒。初起时，怕冷、发烧、身上无汗，而且疼痛。中医叫“表实”，西医叫“重感冒”。初起的本病，可用上方，只要服下去，身上有微微汗出，就是有效的好兆头。

另，可让病人睡觉前饮一杯胡椒、生姜捣汁泡成的水，亦可促进出汗。（胡椒3—6克，生姜洗净一块，共捣，泡

上热水饮下)。

高烧不退

处 方：鲜芦根100克 鲜竹叶60克

服 法：浓煎频服。

按 语：高烧不退，一般都是外感时邪，风热束表。症状常见烦躁、口渴、想饮水。严重的时时出现谵语、说胡话、眼睛发红、呼吸声音粗，还有的病人不出汗，中医叫“阴津受灼”，本方退热效果极好，尤适用于小儿，可以放心使用。

另，如果上述症状又兼鼻子出血者，还可以再加上鲜茅根100克，煎好了药，用童便一杯冲入服下，能迅速退热，笔者在临床上，屡获佳效。

风寒咳嗽

处 方：香附10克 苏叶10克 紫菀10克 百部10克
鲜生姜5片

服 法：水煎服。

按 语：风寒咳嗽常伴有头痛、鼻塞、流清涕，也就是常说的感冒咳嗽。中医认为是风寒犯肺，肺气失宣，治疗需要疏散

风寒，宣通肺气。其施治要点在于散寒。治疗本病，解表药不宜使用重剂。用香附、苏叶行气解表，配合紫菀、百部利肺气、止咳嗽。对一般性的感冒、外受风寒不解、咳嗽白痰，西医说的上呼吸道感染，此方可效。

另，风寒咳嗽轻微者，可自服生姜6克，枇杷叶15克，水煮后饮服，一天二次，亦可止咳。

剧烈咳嗽

处 方：皂角末2.4克 肉桂末2.4克

服 法：分6包，开水冲送，日夜勿断，每天6次，每次1包。

按 语：急性支气管哮喘或慢性支气管哮喘急性发作，常常咳嗽、吐痰、喘息、张口抬肩、不能平卧。中医说这是水寒射肺，肾不纳气。如果祛除痰涎，扫清胸中之气道，卧则可平，喘则渐止。上方通窍涤痰，性极锐利；散寒化饮，畅利气机。但对体弱之人，需要慎用。体质强壮者，痰见粘稠，冬季哮喘严重，而且遇寒证就加重的病人，可用本方。

另，可让病人多吃花生米。明朝大医学家李时珍提倡本方。他说此方传自尼姑，食用上一二十斤，咳嗽可愈，可供试用。

咳嗽黄痰

处 方：鲜（干）枇杷叶

服 法：一大把，水煎，每天不拘量服用。

按 语：咳嗽，前人说咳是“无痰有声”，嗽是“无声有痰”。这种分法不尽妥当，临床上很难区分。咳嗽是肺部（包括气管支气管）疾患的临床表现。咳嗽吐痰，一般有白色、黄色的分别，黄痰，一般是指痰色黄白，而且稠粘，大都是风热袭肺所致。症状有：咳嗽不爽、口干、咽部不适、头痛、鼻塞。本方用味道微苦而性平和的枇杷叶，化痰止咳，每用15—20克。如果出现了身体发热，怕风有汗，则需延医他治。

另，咳嗽黄痰，可用冬瓜子30克，与豆腐同煮，食用其汤，亦效。

如果痰量很多，还可用梨二个水煮，入白矾0.5克，化后喝。

痰多色白

处 方：革菱30克

服 法：研末，每饭前用米汤送服3克。

按 语：痰多一般是湿。湿为阴邪，内湿致痰许多都是由

于饮食没有节制，或者油腻食品吃得太多，损伤脾胃，消化功能失常所致。中医说是脾不健运，湿从内生。此证可以用温性药物以和之。荏苒性味辛热，用米汤引入脾经，方法甚好。一般中药学上都说其主要是温中止痛，很少有用来治肺疾痰多色白，而且吐沫多的。《本草求真》上说：“一切风寒内积”皆可用之，可见还是有其宗法的。

另，笔者曾用民间偏方花生30克，杏仁12克，桔子皮15克水煎，当茶饮，渴了就喝。治愈过姜姓老人，患感冒月余后，咳嗽痰多、色白。亦可参考。

咳嗽胸痛

处 方：海蛤壳60克 青黛15克 郁金10克

服 法：研粉，白水冲服，每日服2次。

按 语：胸痛，临床上所涉及的范围相当广泛，咳嗽胸痛，大多是中医说的“肝火犯肺”。常见咳嗽，痰出不爽，或象梅核成块，或象败絮难出，严重时痰中还带血，咽喉干燥，舌边尖红，苔薄黄而干。

海蛤壳能治咳痰，其性苦，咸寒，尤其对痰色黄，而且稠的病人，可以放胆用。青黛本身就清热，郁金能开胸顺气，缓解胸肋部疼痛。

另，咳嗽胸痛，可用白萝卜一根，切碎，水熬，煮花生米，每天晚间吃一些，对减轻症状，很有帮助。

咳嗽出血

处方一：青黛3克 杏仁10克（炒黄）

服法：二药共研细粉，用柿饼一个破开，药粉纳入柿饼中，捏在一起，放炉灰中炮煨，煨黑后，捣烂，用小米汤冲送，每天2次。

按语：咳嗽出血，简称咳血。就是肺或气管、支气管痰中带血。如果痰少血多，就是咯血，属严重症候，当送医院急救。

一般的痰中带血、口干、咽干痛、胸胁引痛、烦躁、大便干、小便黄，中医叫“肺热壅盛”，用青黛清热凉血、止血，杏仁化痰降逆止咳，药力专宏。

另，咳嗽出血，用蜂蜜10克，连水一起煮梨3个，煮后连汤带梨，一起食用，亦效。

处方二：阿胶珠（阿胶切成小片，用海蛤粉炒，成小珠样），取数粒噙化，每日噙化20—30粒，咳血止为度。

处方三：黑姜灰6克 侧柏炭50克 陈艾炭9克 仙鹤草30克 大小蓟各25克 白茅根30克

服法：用童便兑服，重症可日夜服2剂，连续服至血完全止后可停药。

按语：此方治大量咳血，效果很好。童便一般人认为系不洁之物，其实童便性味微温，微咸，功能引火归源，导血下行，单用就能止血。清末名医唐容川说：“吐血咯血，饮童便，百无一生。”现代著名中医学大家蒲辅周先生，临床每