

家庭实用偏方精选

申鸿砚 编著

河北科学技术出版社

家庭实用偏方精选

申鸿砚 编著

河北科学技术出版社

(冀)新登字004号

家庭实用偏方精选

申砚鸿 编著

河北科学技术出版社出版(石家庄市北马路45号)

唐县印刷厂印刷 河北省新华书店发行

787×1092毫米 1/32 6印张 120,000字 1990年11月第2版

1992年3月第3次印刷 印数: 44001-59000 定价: 3.20元

ISBN 7-5375-0288-9/R · 56

前 言

偏方是近代民间对土方、单方、简易方及某些验方的通俗称呼。它包括两个基本含义：一是简，二是俗。简，就是组方及服用方法简易；俗，就是药物通俗易取，例如有不少偏方直接采用常用食物，或以食物为主，辅以一二味中草药组成。疗效可靠，价钱便宜。正因为偏方具有以上两个基本特点，所以它深受广大群众的欢迎。偏方在民间口授笔传，几千年来经久不衰。随着时代的发展，偏方不断增加着新的内容，放射出更加绚丽的色彩。在一定意义上来说，它对我国广大劳动人民的防病治病，确实发挥了重要的作用。

偏方，有的对疾病直接起治疗作用，有的起辅助治疗作用。用之得当，有益无害。俗话说的“偏方治大病”、“偏方治病赛神仙”、“偏

前 言

方治病胜名医”等，是有一定科学道理的。

本书以家庭实际需要为原则，介绍了200多种疾病的1800多种治疗偏方，所用的偏方，尽量选用蔬菜、水果、粮食、禽兽、昆虫、花卉、中草药等，随手可取，用法简便，价钱便宜，疗效显著，无毒副作用。但是，由于疾病的种类繁多，诊断与治疗又很复杂，若遇重病或经偏方治疗无效的疾痼，最好去医院诊治。

本书在编写过程中曾参考了古今中外的很多医书，承蒙苗鸿燕、龙安民同志审阅书稿，特此致谢。

由于编者的水平所限，缺点错误在所难免，希望广大读者批评指正。

申鸿砚

1989年2月10日

目 录

内科病症	(1)	失眠	(11)
感冒	(1)	眩晕	(11)
流行性感冒	(1)	自汗	(13)
咳嗽	(2)	盗汗	(13)
支气管炎	(3)	口苦	(14)
支气管哮喘	(3)	口渴	(15)
百日咳	(4)	食欲不振	(15)
胸痛	(5)	消化不良	(16)
胸闷	(5)	腹胀	(17)
肺结核	(6)	呕吐	(18)
咯血	(7)	呃逆	(19)
发热	(7)	腹泻	(20)
低热	(8)	五更泄泻	(21)
头痛	(9)	痢疾	(22)
偏头痛	(10)	胃痛	(23)

胃酸过多症	(24)
急性胃肠炎	(24)
慢性胃炎	(25)
便秘	(26)
消化性溃疡	(27)
呕血	(27)
便血	(28)
胁痛	(29)
肋间神经痛	(30)
黄疸	(30)
病毒性肝炎	(31)
肝硬化	(32)
气短	(33)
心悸	(34)
风湿性心脏病	(35)
冠心病	(36)
高血压	(37)
糖尿病	(38)
肾小球肾炎	(39)
遗尿	(40)
水肿	(41)
贫血	(42)
白血病	(42)
甲状腺肿大	(43)
手足麻木	(43)
半身不遂	(44)
癫狂	(45)
遗精	(46)
阳痿	(46)
中暑	(47)

食物中毒	(48)
酒精中毒	(48)
疟疾	(49)
蛔虫病	(50)
蛲虫病	(51)
绦虫病	(51)
麻疹	(52)
猩红热	(53)
流行性腮腺炎	(54)
流行性脑膜炎	(55)
乙型脑炎	(56)
小儿麻痹症	(56)

外科、皮肤科病症	(58)
疳	(58)
疔	(59)
疔疮	(60)
丹毒	(61)
淋巴结核	(62)
急性乳腺炎	(63)
疝气	(64)
脱肛	(66)
痔	(67)
肛门周围炎	(68)
睾丸炎	(68)
坐骨神经痛	(69)
泌尿系感染	(69)
泌尿系结石	(70)
尿痛	(71)
尿血	(72)

尿闭·····(73)
 胆石病·····(74)
 血栓闭塞性脉管炎·····(74)
 类风湿性关节炎·····(75)
 骨结核·····(76)
 骨髓炎·····(76)
 破伤风·····(77)
 扭伤·····(78)
 落枕·····(78)
 烧伤·····(79)
 外伤出血·····(80)
 冻疮·····(81)
 鞘膜积液·····(82)
 下肢慢性溃疡·····(82)
 甲沟炎·····(84)
 毒蛇咬伤·····(84)
 虫类咬伤·····(85)
 兽类咬伤·····(86)
 黄水疮·····(87)
 天泡疮·····(88)
 体癣·····(88)
 疥疮·····(89)
 头癣·····(90)
 手癣·····(90)
 足癣·····(91)
 牛皮癣·····(92)
 白癣风·····(93)
 尿布皮炎·····(93)
 汗斑·····(94)
 湿疹·····(95)

带状疱疹·····(96)
 手足皲裂·····(96)
 皮肤瘙痒症·····(97)
 脱发·····(98)
 少白头·····(98)
 腋臭·····(98)
 疣·····(99)
 鸡眼·····(100)
 皮肤黑斑·····(101)

妇产科病症·····(102)
 月经先期·····(102)
 月经后期·····(102)
 痛经·····(103)
 月经量多·····(104)
 月经量少·····(105)
 经水淋漓不止·····(106)
 经行发热·····(107)
 经行泄泻·····(107)
 经行呕吐·····(108)
 经行眩晕·····(108)
 经行体痛·····(109)
 闭经·····(110)
 不孕·····(111)
 妊娠呕吐·····(112)
 妊娠不思饮食·····(113)
 妊娠下血·····(113)
 妊娠腹痛·····(114)
 妊娠腰背痛·····(114)
 妊娠咳嗽·····(115)

妊娠烦躁	(116)
妊娠发热	(117)
妊娠痢疾	(117)
妊娠泄泻	(118)
妊娠高血压	(119)
妊娠便秘	(120)
妊娠小便不通	(121)
妊娠遗尿	(122)
妊娠水肿	(123)
习惯性流产	(124)
产后血晕	(125)
产后出血	(126)
产后恶露不尽	(127)
产后感染	(128)
产后腹痛	(128)
产后气喘	(129)
产后抽搐	(130)
产后惊悸	(131)
产后浮肿	(132)
产后腹胀	(133)
产后咳嗽	(134)
产后头痛	(135)
产后小便出血	(136)
产后盗汗	(137)
产后发热	(138)
产后乳少	(139)
回乳	(140)
白带过多	(141)
阴道炎	(142)
慢性宫颈炎	(143)

子宫脱垂	(143)
外阴瘙痒	(145)
慢性盆腔炎	(146)
外阴白斑	(146)
更年期综合征	(147)

五官科病症	(148)
急性结膜炎	(148)
眼缘炎	(149)
麦粒肿	(149)
泪囊炎	(150)
电光性眼炎	(151)
视力减退	(151)
夜盲症	(152)
倒睫	(152)
沙眼	(153)
角膜溃疡	(153)
白内障	(154)
角膜云翳	(155)
迎风流泪	(155)
青光眼	(157)
眼灼伤	(158)
眼外伤肿痛	(158)
牙痛	(159)
牙周病	(161)
牙床出血	(162)
龋齿	(163)
口角皲裂	(164)
口角炎	(164)
口臭	(165)

口腔潰瘍·····	(166)	喉炎·····	(173)
口眼歪斜·····	(167)	聲音嘶啞·····	(174)
鼻出血·····	(167)	骨刺梗喉·····	(175)
慢性鼻炎·····	(169)	扁桃體炎·····	(175)
副鼻炎炎·····	(170)	中耳炎·····	(176)
鼻疳·····	(170)	外耳道炎·····	(177)
酒渣鼻·····	(171)	耳鳴·····	(178)
慢性咽炎·····	(172)	內耳眩暈病·····	(179)

内科病症

感 冒

1. 葱白 2 根

用法：将葱白洗净，榨取汁，滴入鼻孔，每日 1~2 次，每次 2~3 滴。

2. 大白菜根 4 个

用法：洗净，切片，水煎服，每日 2 次。

3. 生谷子 6 克

用法：将生谷子洗净，焙干，研细末，分 2~3 次用开水冲服。

4. 生荷叶 20 克 蜂蜜 10 克

用法：将荷叶煎 10 分钟，冲蜂蜜服用。每日 1 次。

5. 生姜 10 克 茶叶 1 克 红糖 1 匙

用法：水煎服，每日 2 次。

6. 桑叶 15 克 黄菊花 10 克。

用法：水煎服，每日 2 次。

流行性感冒

1. 陈醋 250 克。

用法：将陈醋煮沸，趁热将毛巾浸湿，将湿毛巾置鼻下，

呼吸 2~3 分钟。冷后重新浸渍热醋(不宜过热,以免烫伤)。

2. 生大蒜 1~2 头

用法: 将生大蒜挤汁,加入 90%凉开水滴鼻孔内,每日 1 次,每次 2~3 滴。

3. 绿豆 30 克 金银花 15 克

用法: 水煎服,每日 2 次。

4. 鲜鸡蛋 1 个 贯众 10 克

用法: 开水冲服,每日 1 次。

5. 黄花菜 30 克 红糖 10 克

用法: 水煎服,每日 2 次。

咳 嗽

1. 白萝卜 1 个 生姜 15 克

用法: 切片后水煎服,每日 2 次。

2. 杏仁 10 克(炒黄去皮) 蜂蜜 15 克

用法: 将杏仁水煎 20 分钟,冲蜂蜜服。

3. 梨 5 个 红糖 10 克

用法: 将梨洗净挤汁,再将红糖放入溶化,分 2 次服完。
每日 1 剂。

4. 桑椹子 15 克 陈皮 10 克。

用法: 水煎服,每日 2 次。

5. 桑白皮 15 克 蜂蜜 15 克

用法: 水煎服,每日 2 次。

6. 丝瓜藤 30 克 椿树根 30 克

用法: 水煎服,每日 2 次。

支 气 管 炎

1. 丝瓜汁 30 克 生姜 10 克

用法：将生姜煎沸 10 分钟，冲丝瓜汁服，每日 1~2 次。

2. 白萝卜 100 克 冰糖 10 克

用法：水煎服，每日 2 次。

3. 生梨汁 30 克 生姜汁 5 克

用法：每日服 1~2 次。

4. 艾叶 15 克 苦参 15 克

用法：水煎服，每日 1 剂。

5. 麻雀 2 只 猪肺 1 具

用法：将麻雀去毛及内脏，将猪肺洗净切碎，炖汤吃。
每日 1 次。

6. 莲子 30 克 豆腐 150 克

用法：水煎 20 分钟，喝汤，吃莲子及豆腐。每日 1 次。

7. 地骨皮 30 克 蜂蜜 15 克

用法：将地骨皮煎 30 分钟，冲蜂蜜服用。

支 气 管 哮 喘

1. 向日葵花盘 30 克 白糖 15 克

用法：水煎服，每日 2 次。

2. 胎盘 1 个 猪肺 70 克

用法：洗净焙干，研末，每服 1~2 克，每日 2 次。

3. 豆腐 200 克 红糖 20 克 生姜 10 克

用法：水煎服，并将豆腐吃掉，每日 1 次。

4. 蛤蚧 1 对 冬虫夏草 10 克

用法：研细末，每服 2 克，每日 1~2 次。

5. 鲜鸡蛋 1 个 蜂蜜 15 克

用法：将鸡蛋打破，与蜂蜜搅匀服用，每日 1 次。

6. 蚯蚓（地龙）15 克 杏仁 10 克 核桃仁 20 克

用法：水煎服，每日 2 次。

百 日 咳

1. 猪苦胆 1 个 粳米粉 30 克

用法：将猪胆汁拌粳米粉，焙干。半岁以内每服 0.2 克，每日 2 次；1 岁每服 0.4 克，每日 2 次；2 岁以上每服 0.6 克，每日 2 次。

2. 大蒜 30 克 白糖 50 克

用法：将大蒜捣成泥糊状，加入白糖，后冲入白开水 250 克，搅拌澄清，每服 2 匙，每日 3 次。

3. 露蜂房 1 只 冰糖 30 克

用法：用纱布包好，加水 1000 克，煎数沸后入冰糖溶化。每服 2~3 匙，每日 2 次。

4. 胡桃肉 2 个 柿霜 2 克

用法：生吃，每日 2 次。

5. 百部 6 克 百合 6 克

用法：水煎服，每日 2 次。

6. 稻草根 30 克 红糖 15 克

用法：水煎服，每日 2~3 次。

7. 柿饼 2 个 胡萝卜 50 克 冰糖 15 克

用法：切碎蒸服，每日1次。

胸 痛

1. 酸枣树根 15 克 梔子 10 克

用法：水煎服，每日2次。

2. 蒲扇 1 把， 大黄 5 克

用法：烧成深黄色，研末，每服1~2克，每日3次。

3. 绿豆 30 克 青蛙 1 只

用法：将青蛙洗净去内脏，与绿豆同煎，每日1剂。

4. 鱼腥草 15 克 干姜 3 克

用法：水煎服，每日2次。

5. 桃仁 10 克 红花 3 克

用法：水煎服，每日2次。

6. 薤白 10 克 陈皮 10 克

用法：水煎服，每日2次。

胸 闷

1. 蝉衣 10 克 鸡蛋壳 10 克

用法：水煎服，每日2~3次。

2. 杏仁 10 克 陈皮 10 克

用法：水煎服，每日2次。

3. 南瓜藤汁 10 克 西红柿汁 10 克

用法：将南瓜藤剪开，取汁至杯中，与西红柿汁混合，开水冲服，每日1~2次。

4. 栗子树叶 20 克 陈皮 10 克

用法：水煎当茶饮，可连服7~10日。

5. 葵花瓣 15 克 红糖 10 克。

用法：将葵花瓣煎 10 分钟，入红糖再煎数沸即可，每日服 2~3 次，可连用 2~3 周，忌食油腻食物。

肺 结 核

1. 鲤鱼 1 条 红枣 10 个

用法：将鲤鱼去鳞及内脏，红枣去核。水煎 20~30 分钟，喝汤吃鱼，隔日 1 次。

2. 梨 1 个 生藕 30 克 白糖 15 克

用法：捣膏状服用，每日 2 次。

3. 山药 30 克 鱼鳔 10 克

用法：水煎服，每日 2 次。

4. 白芨 15 克 荷叶 1 片

用法：水煎服，每日 2 次。

5. 猪肺 1 具 豆豉 30 克

用法：水煎后服汤吃猪肺，隔日 1 次。

6. 柿饼 20 克 生鸡蛋 1 个

用法：将柿饼切片，用鸡蛋拌匀，后用开水冲熟，吃柿饼和鸡蛋，每日 1 次。

7. 大蒜 1 头

用法：当菜生吃，每日 3 次。

8. 壁虎(守宫) 10 条 滑石粉 5 克

用法：将壁虎洗净，去内脏，炒黄，加入滑石粉后共研，每服末 0.5~1 克，每日 2 次。

9. 白石榴花 10 克 猪肺 30 克

用法：水煎服。每日 2 次。

10. 鲜瓜蒌 1 个 白芨末 30 克 蜂蜜 60 克

用法：将瓜蒌切一小孔，将白芨末放入后搅匀，蒸熟后加蜂蜜，分为 4 次服，每晚临睡前服 1 次，开水送服。

11. 苡仁 15 克 鸡蛋 1 个

用法：煎沸苡仁 30 分钟，取其汤冲鸡蛋服用，每日 1 次。

咯 血

1. 鲜鸡蛋 2 个

用法：开水冲服，每日 1~2 次。

2. 鲜梨汁 30 毫升 生地汁 10 毫升

用法：空腹服，每日 3 次。

3. 白茅根 30 克 生大黄 10 克

用法：水煎服，每日 2~3 次。

4. 鲜芥菜梗 50 克 生地 30 克

用法：捣汁，冲开水徐徐饮下，每日 1~2 次。

5. 藕节 15 克 茜草 15 克

用法：水煎服，每日 2 次。

6. 柳树花 15 克 糯米 20 克

用法：水煎服，每日 1~2 次。

发 热

1. 竹沥水 50 毫升

用法：略煎数沸，1 次服下，每日 2~3 次。