

民
间
方

迟
钝
编
著

祝
堪
予
审
订
传

方向民

迟 钝 编著
祝 谌 子
文 传 审订

能 源 出 版 社

1986

民 间 方
迟 钝 编著
祝湛予 文 传 审订

* * *

能源出版社出版 新华书店总店科技发行所发行

北京市施园印刷厂印刷

787×1092毫米 1/32开本 10.94印张 246千字

1986年11月第一版 1989年6月第四次印刷

印数: 20,001—40,000册

书号: 14277·1 定价: 3.75元

揚國學
癸祖匠

高士其

一九八四·五五

高 序

“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。”为此，作者博览祖国医药学著作，深入群众调查、实践，广泛收集民间单方、验方、秘方，加以选择。本着普及、价廉、易行的原则，针对各种常见疾病，编写了这本《民间方》，供广大群众及农村医生参考。民间方是祖国医药学中的一个组成部分，是我国劳动人民几千年来同疾病作斗争的经验总结，对于防病治病作出过重大贡献，今后还将作出更大贡献。

社会在前进，科学在发展。由于作者条件的限制，遗漏之处在所难免，热望同志们在实践中不断总结经验，提出修改和补充的宝贵意见，使这本书更适合广大群众的需要。

高士其

董 序

“中国医药学是一个伟大的宝库。”这个宝库除了传统的祖国医学之外，还应包括大量分散在民间的单方、验方、秘方，这是广大人民群众为了生存在同各种疾病作斗争中就地取材。反复摸索出来的简易治病方法。它在漫长的人类生存、繁衍的历史上，有着不可忽视的作用，就是今天，这些作用也并没有消失。但是，由于社会和历史的原因，这些处方长期零散地被分割在非常狭小的范围内。作着简单的重复，没有大量实践的条件，更缺乏用科学方法进行研究和总结，因而，绝大部分还没有升华到现代科学的高度，也就不能成为广大人民群众都能享受的科学成果。

诚然，这些零散处方不成系统，大部分缺少理论根据，但在广大群众(特别是农村群众)的健康保护方面所起的作用却是不容忽视的。尤其我国地广人多，经济、文化发展极不平衡，医药卫生条件较差，并且相距悬殊的情况下，更不能忽视它们的作用，是我国医药卫生工作的必要补充。这是本书所能起到的第一个作用。

第二，把它们从狭小的范围里解放出来，推而广之，为其创造了大量实践的条件，经过大量广泛、长期反复的临床验证，真正有用的精华就会得到科学的确认，真正成为人民的财富。

第三，进一步用现代科学方法研究其疗效机制，就会上升为科学理论，为医学科学补充营养，增添新内容。这就是编纂这个集子的目的，也是它应该起到的作用。

《民间方》一书的出版确是一件有意义的事情，作者花了三十多年时间，多方搜集了1000多个处方，还包括一部分外国民间用方和家传秘方，都经过作者多次临床应用，并获得了较好疗效，才荟集到书中来的。迟钝同志即使在大动荡的年月里也没停止过工作，这种精神是难能可贵的。我们期待这本书的问世能为广大人民的健康作出贡献，为医学事业提供一些营养，为四个现代化贡献力量。

中国医学科学院

副院长 董炳琨谨识

祝 序

祖国医学来自民间，由实践上升为理论，理论再指导实践，两千多年反复验证，形成祖国医学体系。后世则以大方脉为主，民间疗法仍盛行于农村。《串雅》、《验方新编》集中了一些民间单方、验方留于后世。迟钝先生搜集了大量民间疗法，分门别类整理成书，名为《民间方》，实有利于人民。方简、价廉，有效是其特色。如按辨证原则使用民间验方，常常效如桴鼓。

北京协和医院中医科

主任 祝谌予谨识

文 序

“中国医药学是一个伟大的宝库，应当努力发掘，加以提高。”医学经验之宝贵在于实践，祖国医学经历了几千年的考验，流传至今，所以越来越为全世界医学界所重视。我国劳动人民在长期与疾病作斗争中积累了大量经验与教训，形成了不少民间流行的单方、偏方、验方，有的非常宝贵，但限于历史条件，只能在很小范围内应用，得不到科学总结分析和提高，使之更为广大的劳动人民服务。

迟钝大夫历时三十多年搜集民间单方、验方、秘方而成此《民间方》，其中不少系著者家传。本书的出版，可以让更多的人得以应用，从而交流与疾病作斗争的经验，同时也提供了用现代科学方法进行分析、提高的可能性，为我国医学增加新的篇章，所以本书的出版是我国卫生界一件有意义的事。

中国中医研究院广安门医院

主任医师 文 传谨识

内 容 简 介

本书是作者几十年来从国内外医疗工作中搜集、整理、验证的民间验方选，共精选了泌尿系统、消化系统、循环系统、呼吸系统、新陈代谢、神经系统、儿科、五官科、皮肤科、传染病、妇产科、外科、各种急救等方面的处方1200多个。这些处方都经作者反复临床验证，有效而无不良作用。附录中还选取了不少医药、卫生、营养、保健等资料。

本书文字简练，通俗易懂，不仅适用于医务工作者阅读参考，也适于群众选方治病，是一本适用于各界、各阶层人员参考的书籍。

目 录

泌尿系统疾病

小便不通.....	(1)
小便失禁.....	(1)
尿 血.....	(2)
房劳尿血.....	(2)
老年溺尿刺痛.....	(3)
膀胱炎.....	(3)
膀胱结石.....	(3)
淋病.....	(4)
前列腺炎.....	(5)
淋毒性前列腺炎.....	(6)
阴 疳 肿.....	(6)
肾 炎.....	(6)
尿毒症.....	(7)
肾结核.....	(7)
浮肿.....	(8)
湿气肿胀.....	(9)
脚气水肿、腹胀、喘息、二便不通.....	(9)
腹水 (膨胀)	(10)
急性睾丸炎.....	(12)

消化系统疾病

急性胃炎.....	(15)
-----------	--------

胃痛.....	(15)
胃痉挛.....	(16)
胃溃疡.....	(16)
干呕恶心.....	(18)
吐酸.....	(18)
呃逆呕吐.....	(19)
咽中作哽、食不下咽、反胃不止.....	(20)
反胃、吐酸、病后胃弱.....	(20)
咳嗽反胃.....	(20)
胃扩张、下垂(重症)	(21)
胃下垂.....	(21)
胃痛.....	(21)
慢性肠炎.....	(23)
结核性肠炎.....	(23)
泄.....	(23)
气脱.....	(24)
便秘.....	(24)
便血.....	(26)
饮水过多.....	(28)
过食牛肉.....	(28)
过食鸭肉.....	(28)
过食蛋类.....	(28)
过食鱼肉.....	(29)
过食麦类.....	(29)
过食莴苣.....	(29)
过食瓜类.....	(29)
过食紫菜.....	(29)

过食木耳.....	(30)
过食豆腐.....	(30)
过食竹笋.....	(30)
过食素粉.....	(30)
过食荔枝.....	(30)
肠道蛔虫.....	(31)
绦虫.....	(32)
钩虫.....	(32)
十二指肠蛔虫.....	(32)
慢性痢疾.....	(32)
阿米巴痢疾.....	(33)
痢疾.....	(33)

循环系统疾病

高血压.....	(37)
半身不遂中风.....	(38)
半身不遂.....	(38)
老年人半身不遂或脚力不好.....	(38)
半身不遂针灸方.....	(39)
口眼歪斜针灸方.....	(39)
预防半身不遂.....	(39)
头颈手足筋骨疼痛 半身不遂.....	(39)
瘫痪.....	(40)
动脉硬化.....	(40)
心脏病、心脏衰弱.....	(40)
心脏病.....	(41)

心悸.....	(11)
心悸亢进.....	(11)
预防心脏病.....	(43)
心脏性喘息.....	(43)
冠心病、心绞痛.....	(13)
心脏病之点穴疗法.....	(14)

呼吸系统疾病

感冒.....	(15)
预防感冒.....	(15)
流行性重感冒.....	(46)
风寒感冒发热.....	(46)
发热无汗.....	(48)
感冒、头痛.....	(49)
咳嗽.....	(49)
寒咳.....	(50)
热咳.....	(50)
虚热、口干舌燥、痰涕粘稠.....	(50)
肺燥肺痿久咳.....	(51)
多痰、咳嗽.....	(51)
慢性气管炎.....	(52)
支气管扩张.....	(53)
肺炎.....	(53)
吐血.....	(55)
五劳七伤、咳嗽吐血.....	(55)
吐血后血晕不省人事.....	(56)

咳血.....	(56)
肺脓疡.....	(56)
胸膜炎.....	(57)
肋膜炎.....	(58)
肋膜炎.....	(59)
湿性肋膜炎及腹膜炎.....	(59)
肺结核.....	(59)
结核和小儿疳积.....	(61)
肺结核局部病灶恢复、体弱咳嗽.....	(61)
肺癌.....	(62)
支气管哮喘.....	(62)
冷喘.....	(62)
年老气喘.....	(63)
喘息.....	(63)

新陈代谢疾病

脚气.....	(67)
脚气冲心.....	(67)
虚弱筋骨挛痛、脚气.....	(67)
干脚气.....	(68)
糖尿病.....	(68)
红斑狼疮.....	(70)
血友病.....	(71)
血小板减少性紫斑瘰.....	(71)
恶性贫血.....	(71)

神经系统疾病

癫痫.....	(73)
---------	------

头痛、眩晕.....	(74)
精神不集中.....	(74)
失眠健忘.....	(75)
神疲健忘.....	(75)
记忆力减退.....	(75)
神经性心动过速.....	(76)
神经性呼吸困难.....	(76)
神经衰弱.....	(76)
癔病性失语.....	(79)
偏头痛.....	(79)
头痛.....	(80)
头晕.....	(80)
突然不语.....	(81)
脑膜炎.....	(81)
脑病.....	(81)
坐骨神经痛.....	(81)
脊髓炎(下痿不能行动).....	(82)
脊椎病(多发性棘炎和损伤性脊椎变形脊椎炎).....	(83)
腰腿病、腰不能伸直.....	(83)
腿痛.....	(83)
关节松解(中医名筋解).....	(84)
补气、补血、强筋骨.....	(84)
阳萎.....	(84)
精少、早泄、阳萎.....	(87)
遗精.....	(87)
梦遗失眠.....	(87)
精竭出血.....	(88)

血脱.....	(88)
房后中寒腹痛.....	(88)
强精.....	(88)
漏精.....	(89)
腰痛.....	(90)

儿 科 疾 病

婴儿火赤疮.....	(91)
婴儿湿疹.....	(91)
小儿黄水疮.....	(91)
小儿各种口疮.....	(92)
腮腺炎.....	(92)
百日咳.....	(93)
麻疹.....	(95)
小儿流感初期.....	(97)
小儿麻疹受凉引起肺炎.....	(97)
儿童病毒性肺炎.....	(97)
小儿啼脐出血.....	(97)
小儿慢惊风.....	(98)
小儿吐泻.....	(98)
小儿腹泻.....	(98)
小儿寒吐.....	(99)
小儿疳子.....	(99)
小儿语迟.....	(99)
小儿脐眼出水.....	(100)
初生儿二便不通.....	(100)
小儿脐疝.....	(100)