

顾植山 储崇华 主编

实用
便方



本草
纲目

安徽科学技术出版社

(皖)新登字 02 号

责任编辑:田同华

封面设计:王国亮

BEN CAO GANG MU SHI YONG BIAN FANG

本草纲目实用便方

顾植山 储崇华 主编

*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市九州大厦八楼)

邮政编码:230063

安徽省新华书店经销 安徽和县印刷厂印刷

*

开本 850×1168 1/32 印张:15.125 字数:380千

1995年11月第1版 1995年11月第1次印刷

印数:8000

ISBN7-5337-1143-2/R·242 定价:15.00元

(本书如有倒装、缺页等问题向承印厂调换)

前 言

明代伟大的医药学家李时珍的《本草纲目》是一部举世闻名的巨著。它的贡献有许多方面，其中所载的大量附方，蕴含着前人丰富的治病经验，具有很高的开发利用价值。

本草书中附载方剂，虽非自《本草纲目》始，北宋唐慎微《证类本草》已开先河。但《证类本草》附方仅 2 935 个，而《本草纲目》附方多达 11 096 个，几乎是《证类本草》的 4 倍。搜罗之富，为历代本草著作之冠。这是从数量上讲。再从质量上看，《本草纲目》的附方大多来源于历代著名医药著作，经过长期临床检验，疗效较为可靠。其中有的原书已经亡佚，有的则是李氏自己从长期临床实践中总结的经验效方及从民间收集到的验方，这些方剂赖《本草纲目》的载录才得以传世。《本草纲目》的附方，堪称古代方剂的集萃。目前，各种方书在市场上颇为流行。与其他方书相比，《本草纲目》的附方，经过李时珍这样一位具有精深造诣和丰富临床经验的医药大家的博采精选，更具有收方全面、选方精要、简便验廉的特色。清代著名学者周中孚在《郑堂读书记》中说：“《纲目》所载之方，皆以适用，而更不必别具书矣。”可见学界对《本草纲目》附方的推崇。

《本草纲目》附方的价值虽高，但本草书中附载方剂，意在引方证药，说明药物的功效主治，编排上方剂附于各相关的药物之下，这对临床应用就很不方便。前人曾有《本草万方针线》、《本草纲目万方类编》和《本草类方》等著作，这些书将《本草纲目》附方辑出，按病症分门类方，为临床检方提供了一定便利。但所分门类繁杂，且不尽与临床相合，读者未感满意，

也就不能广为流传。有鉴于此，我们将《本草纲目》中的附方重加整理，从临床实用和读者需要出发，删芜选要，编写了这本《本草纲目实用便方》。

本书不是《本草纲目》全部附方的集编，而是主要为临床服务的方选，并考虑到病家和群众阅读选方的需要，故编写时注重所选方剂的实用、可靠、安全和方便，以副“实用便方”之名。又对方中冷字僻词及难懂术语酌加注释，并简要介绍各门类病症的辨证选方注意事项，意在使本书起到选方指南的作用。

本书由顾植山和储崇华拟订体例，组织并主持全书的编写、复查和统稿工作；选方抄卡主要由储崇华、肖金、蔡旭和张友贵四同志完成；卡片的分类编目由任何同志承担。任何、张友贵两同志又参加了后期的复查统稿工作。

编者水平有限，编写时间仓促，疏漏不当之处，尚祈广大读者指正。

作者

凡 例

一、本书从《本草纲目》的1万多个附方中摘选出实用便方3500多个(部分方剂从“百病主治药”和各药的主治、发明等内容中摘出),按主治病症的门类进行编录。每门类前撰有简要说明,凡遇冷僻难懂的字词术语,酌情在每章首见处当页下作了注释,以便阅读。

二、本书选方注重实用。凡疗效可疑,临床价值不大,或主治不明确及所治病症罕见于现代临床者,均未予入选。

三、为注重实用,各方首保留有原引文提示。为求全书统一,极少数方剂就提示作了处理。

四、本书选方强调安全,凡毒副作用较剧者,一般不予选录。

五、本书选方考虑到药源和使用的方便,凡方中药物难以购得或制作方法繁琐,一般读者难以如法炮制应用者,也不予选录。

六、《本草纲目》附方,多采自历代医书,所载剂量因历代度量衡制的不同,颇难统一折算成公制,故一仍其旧,希读者应用时注意。本书末附有古今度量衡对照,可供读者参考。

目 录

第一篇 内科病证方

第一章 肺系病证	1
第一节 感冒	1
第二节 咳嗽	3
第三节 哮喘	10
第四节 肺痿 肺癰	16
第五节 肺癆 骨蒸	18
第二章 脾胃病证	21
第一节 呕吐 反胃	21
第二节 呃逆	28
第三节 噎膈	29
第四节 便秘	31
第五节 泄泻	34
第六节 痢疾	39
第七节 温疫 霍乱	52
第八节 健脾开胃方	55
第三章 肝系病证	59
第一节 黄疸	59
第二节 眩晕	62
第三节 中风	64
第四章 心系病证	70
第一节 惊悸 不寐	70

第二节	癫狂 癫痫	72
第五章	肾系病证	75
第一节	淋证	75
第二节	遗尿 小便频数 小便失禁	84
第三节	小便不通	87
第四节	关格	90
第五节	遗精白浊	92
第六节	阳痿	97
第六章	气血津液病证	100
第一节	肿胀	100
第二节	消渴	108
第三节	虚劳	115
第四节	汗证	118
第五节	痞满痰癥积聚	122
第六节	吐血	125
第七节	尿血	132
第八节	便血	133
第七章	疟疾方	140
第八章	经络肢体病证	144
第一节	痹证	144
第二节	脚气	151
第九章	痛证	154
第一节	头痛	154
第二节	胸胁痛	161
第三节	心腹诸痛	163
第四节	腰痛	169
第十章	内科杂证	174
第一节	虫疾	174
第二节	酒疾	177

第三节 诸毒	179
--------	-----

第二篇 外科病证方

第一章 疮疡	181
第一节 诸疮	181
第二节 疔	184
第三节 疔疮 恶疮	186
第四节 痈疽 肿毒	196
第五节 头疮 面疮	213
第六节 膝疮	216
第七节 漏疮	218
第二章 瘰疬 瘰疬	220
第一节 瘰疬	220
第二节 瘰疬	227
第三章 痔漏 脱肛	229
第一节 痔漏	230
第二节 脱肛	237
第四章 疝气	240
第五章 烧伤 冻伤	243
第一节 烧伤	243
第二节 冻伤	247
第六章 跌打损伤	249
第一节 软组织损伤	249
第二节 杖疮	251
第三节 筋骨损伤	252
第七章 金铍竹木伤 破伤风	255
第一节 金铍竹木伤	255
第二节 破伤风	257

第八章 螫咬伤	259
第一节 通治方	260
第二节 蛇咬伤	261
第三节 蝎螫伤	263
第四节 蜈蚣咬伤	264
第五节 蜘蛛咬伤	265
第六节 蜂咬伤	266
第七节 人、犬咬伤	267
第九章 皮肤病证	269
第一节 风疹 风气瘙痒	269
第二节 丹毒 蛇丹	272
第三节 天泡疮	274
第四节 漆疮	276
第五节 疥疮	277
第六节 湿疹	279
第七节 癣疮	284
第八节 秃疮 斑秃	287
第九节 鹅掌风 烂脚丫	290
第十节 疔疮 汗斑	291
第十一节 阴疮	294
第十二节 杨梅疮 便毒	297
第十三节 皮肤皲裂	300
第十四节 疣目 鸡眼	301
第十五节 腋臭	303
第十六节 头风白屑	305
第十七节 白癜风	306
第十八节 面上粉刺	308
第十九节 雀斑	309

第三篇 妇科病证方

第一章 月经病证	313
第一节 月经不调	313
第二节 闭经	316
第三节 崩漏	318
第二章 带下病	324
第三章 胎前病证	330
第一节 恶阻 子烦 子痛	330
第二节 胎漏 胎堕	331
第三节 堕胎 (附避孕)	337
第四节 妊娠杂病	339
第五节 催生下胎	341
第四章 产后病证	344
第一节 产后杂病	344
第二节 催乳 回乳	351
第三节 乳痈 (附乳核、乳头破裂)	354
第五章 妇科杂病	359

第四篇 儿科病证方

第一章 小儿初生疾病	362
第一节 脐疮 脐肿	362
第二节 脐风 胎毒	363
第三节 小儿伤乳	364
第四节 小儿夜啼 辘啼	366
第二章 小儿肺系病证	368
第一节 小儿感冒 发热	368

第二节	小儿咳嗽	369
第三节	小儿骨蒸出汗	370
第三章	小儿脾胃系病证	372
第一节	小儿泄泻	372
第二节	小儿痢疾	374
第三节	小儿疳证	377
第四节	小儿黄疸	380
第四章	小儿心系病证	381
第一节	小儿惊风	381
第二节	小儿痫证	385
第五章	小儿肾系病证	387
第六章	小儿口腔咽喉病证	390
第一节	小儿口疮	390
第二节	小儿喉痹	391
第七章	小儿杂证	393

第五篇 五官科病证方

第一章	眼科病证	395
第一节	目赤肿痛	395
第二节	睑弦赤烂	399
第三节	流泪症	400
第四节	目生翳膜	401
第五节	雀目 青盲	403
第六节	明目方	405
第七节	其他眼疾	407
第二章	耳科病证	408
第一节	聾耳	408
第二节	耳鸣 耳聋	410

第三节	耳疮肿痛	412
第四节	其他耳疾	413
第三章	鼻科病证	414
第一节	酒齄鼻	414
第二节	鼻渊	415
第三节	鼻息肉	417
第四节	鼻衄(附其他窍衄)	417
第五节	其他鼻病	425
第四章	喉科病证	427
第一节	喉痹	427
第二节	失音失语	434
第三节	骨物鲠咽	435
第五章	口齿科病证	438
第一节	口疮	438
第二节	口臭	441
第三节	痒腮	442
第四节	舌胀木舌	443
第五节	牙痛	443
第六节	其他牙病	452

第六篇 美容养生方

第一章	美容养颜	454
第二章	美发生发	456
第三章	抗老延年	461
附:	古今度量衡对照	466

第一篇 内科病证方

第一章 肺系病证

第一节 感 冒

感冒，因感受风邪引起，故又名“伤风”。临床上主要表现为怕冷、发热、头痛、鼻塞、流涕、打喷嚏等症状。以“风寒感冒”和“风热感冒”最为多见，一般以怕冷明显、口不渴、舌苔薄白的属风寒型，热重寒轻、口渴、舌偏红、脉偏数的属风热型。

现代医学的上呼吸道感染和流行性感冒的轻症，可参考本节选方。

初感风寒，头痛憎寒者。用水七碗，烧锅令赤，投水于内，取起再烧再投，如此七次，名沸汤，乘热饮一碗，以衣被覆头取汗，神效。——热汤·附方·引伤寒蕴要

感冒风寒初起。即用葱白一握，淡豆豉半合，泡汤服之，取汗。——葱·附方·引濒湖集简方

伤寒无汗。代赭石，同干姜末热醋调，涂掌心合定，暖卧取汗。——伤寒热病·主治药

风寒无汗，发热头痛。核桃肉、葱白、细茶、生姜等分，捣

烂，水一盅，煎七分，热服。覆衣取汗。——胡桃·附方·引该野翁方

感寒无汗。水调芥子末填脐内，以热物隔衣熨之，取汗出妙。——芥·附方·引杨起简便方

发散寒邪。胡椒、丁香各七粒，碾碎，以葱白捣膏和，涂两手心，合掌握定，夹于大腿内侧，温覆取汗则愈。——胡椒·附方·引伤寒蕴要

偶感风寒。脂麻炒焦，乘热搗^①酒饮之，暖卧取微汗出良。——胡麻·附方

感寒上气^②。苏叶三两，橘皮四两，酒四升，煮一升半，分再服。——苏·附方·引肘后方

风寒流涕。香白芷一两，荆芥穗一钱，为末，蜡茶^③点服二钱。——白芷·附方·引百一选方

阴毒伤寒^④。《孙兆口诀》云：房后受寒，少腹疼痛，头疼腰重，手足厥逆，脉息沉细，或作呃逆，并宜退阴散：用川乌头、干姜等分，切炒，放冷为散。每服一钱，水一盞，盐一撮，煎取半盞，温服，得汗解。——附子·附方

① 搗：研磨。

② 感寒上气：感受寒邪，引致肺气上逆，咳嗽喘息。

③ 蜡茶：“蜡”同“腊”，腊茶，即陈茶。

④ 阴毒伤寒：乃本肾气虚冷，犯房欲后感寒，或先伤生冷而犯房事。内既伏阴，外又蓄寒而成。与《伤寒论》所称阴毒，乃阳热亢极深伏于内，身表有似阴寒者有别。

伤寒阳毒^①。热盛昏迷者。以冰一块置于臆中^②良。——夏冰·主治

伤寒内热，时疾烦闷。芦根，煮汁服。——伤寒热病·主治药

消暑止渴。百药煎、腊茶等分为末，乌梅肉捣和，丸芡子大。每含一丸。名水瓢丸。——百药煎·附方·引事林广记

第二节 咳 嗽

咳嗽是一种常见症状。外感或内伤的多种疾病，如感冒、哮喘、痰饮、肺痿、肺癰、肺癆等都可引起咳嗽。本节所选各方主要适用于感冒和急、慢性支气管炎等以咳嗽为主要临床表现时的治疗。若以它症为主而兼见咳嗽者，应从它症选方治疗为主，酌情配用本节方药。

咳嗽的治疗，常需区别外感和内伤。感冒和急性支气管炎等多属外感，慢性支气管炎和肺部的其他慢性疾病则多属内伤。一般说来，外感咳嗽发病较急，故方中凡主治“卒咳”、“暴咳”的方药可选用之；内伤咳嗽常为慢性，证多属虚，因而主治“久咳”、“劳嗽”、“虚嗽”、“咳逆上气”等证及“敛肺”的方药多适用于内伤咳嗽。

一切咳嗽。三奇散：不问久近，昼夜无时。用佛耳草五十文，款冬花二百文，熟地黄二两，焙研末。每用二钱，于炉中烧之，以筒吸烟咽下，有涎吐去。——鼠曲草·附方

① 伤寒阳毒：外感病中感受阳热毒邪，表现为一派阳热炽盛之证时，称阳毒伤寒。

② 臆中：穴位名。位于两乳头连线的中点。

久近痰嗽。自胸膈下塞停饮，至于脏腑。用知母、贝母各一两（为末），巴豆三十枚（去油），研匀。每服一字^①，用姜三片，二面蘸药，细嚼咽下，便睡。次早必泻一行，其嗽立止。壮人乃用之。一方不用巴豆^②。——知母·附方·引医学集成

老小咳嗽。玄胡索一两，枯矾二钱半，为末。每服二钱，软饧一块和，含之。——延胡索·附方·引仁寿堂方

咳逆上气。不拘大人小儿。以杏仁三升（去皮尖），炒黄研膏，入蜜一升，杵熟。每食前含之，咽汁。——杏·附方·引千金

咳嗽支满，上气多唾。白芥子，每酒吞七粒。——咳嗽·主治药

咳逆上气，唾浊不得卧。皂荚丸：用皂荚（炙，去皮、子）研末，蜜丸梧子大。每服一九，枣膏汤下，日三、夜一服。——皂荚·附方·引张仲景方

咳逆短气。紫苏茎叶二钱，人参一钱，水一钟，煎服。——苏·附方·引普济

暴咳嗽。张文仲方：用百部根渍酒。每温服一升，日三服。

葛洪方：用百部、生姜各捣汁等分，煎服二合。《续

十全方》：用百部藤根捣自然汁，和蜜等分，沸汤煎膏噉咽。

《普济方》：治卒咳不止。用百部根悬火上炙干，每含咽汁。——百部·附方

① 一字，中药量名。古以圆形方孔铜钱量取药末至不散落者为一钱匕，以盖满铜钱上一字而不散落者称“一字”，合四分之一钱匕（约0.6克）。

② 巴豆药性峻烈，故壮人乃用之；一方不用巴豆，宜于虚人。

卒咳。梨汁以一碗入椒四十粒，煎沸入黑飴一块，细服。——咳嗽·主治药

卒得咳嗽。白鸡一只，苦酒^①一斗，煮取三升，分三服，并淡食鸡。——鸡·附方·引肘后

卒嗽不止。用白蚬壳捣为细末。以熟米饮调，每服一钱，日三服，甚效。——蚬·附方·引圣惠方

卒得咳嗽。芫花一升，水三升，煮汁一升，以枣十四枚，煮汁干。日食五枚，必愈。——芫花·附方·引肘后方

肺壅痰滞，上焦不利，卒然咳嗽。杉木屑一两，皂角（去皮酥炙）三两，为末，蜜丸梧子大。每米饮下十丸，一日四服。——杉·附方·引圣惠方

痰饮咳嗽。用真蚌粉新瓦炒红，入青黛少许，用淡豉水^②滴麻油数点，调服二钱。——蚌·附方

痰饮咳嗽。含膏丸：用曹州葶苈子一两（纸衬，炒令黑），知母一两，贝母一两，为末；枣肉半两，砂糖一两半，和丸弹丸大。每以新绵裹一丸，含之咽津。甚者不过三丸。——葶苈·附方·引医中方

痰气咳嗽。用香栾^③去核切，砂瓶内浸酒，封固一夜，煮烂，蜜拌匀，时时含咽。——栾·附方

① 苦酒：即醋。

② 豉水：腌菜水。

③ 香栾：为芸香科植物栾的成熟果实。