

新编

蔡回红 轩宇鹏◎编著
「珍藏版」



民间偏方

偏方虽小疗效大
药到病除护健康

大全

民间偏方在中药史上有着深远的影响，其内容广博，材料易得，制作方便，功效独特，是中华医药宝库中的

一颗璀璨明珠，更是世界文化的宝贵遗产。本书以科为纲，以病统方，条目清晰，简明扼要，表述通俗，一看就

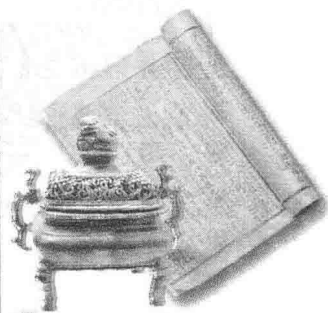
懂，便于家庭查阅、对证施治。

陕西出版传媒集团
陕西科学技术出版社

新编

蔡向红 轩宇鹏 编著

珍藏版



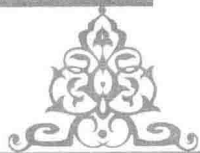
民间偏方

偏方虽小疗效大

药到病除护健康

大全

陕西出版传媒集团
陕西科学技术出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

新编民间偏方大全/蔡向红, 轩宇鹏编著. —2 版. —西安: 陕西科学技术出版社, 2014. 11

ISBN 978 - 7 - 5369 - 6287 - 3

I. ①新… II. ①蔡…②轩… III. ①土方—汇编
IV. ①R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 238710 号

新编民间偏方大全

出版者 陕西出版传媒集团 陕西科学技术出版社
西安北大街 131 号 邮编 710003
电话 (029) 87211894 传真 (029) 87218236
[http: //www. snstp. com](http://www.snstp.com)

发行者 陕西出版传媒集团 陕西科学技术出版社
电话 (029) 87212206 87260001

印刷 北京建泰印刷有限公司
规格 710mm × 1000mm 16 开本
印张 28
字数 430 千字
版次 2010 年 3 月第 1 版
2015 年 1 月第 2 版
2015 年 1 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978 - 7 - 5369 - 6287 - 3
定价 29.80 元

F 前 言

FOREWORD

新
编民
间
偏
方
大
全【珍
藏
版】

在中医学漫长的发展岁月中，利用中草药治病可谓历史悠久，历代医家经过反复摸索，反复实践，积累了与疾病作斗争的丰富经验，创造了难以计数的有效验方。一般将这些验方按来源的不同分为名方、秘方和偏方三个种类。名方主要是出自于名医之手或名著之中，经临床应用效果显著的方剂；秘方则为某些医家秘而不传的方剂，因种种原因最后流传于世并且效果显著的验方；而所谓的偏方，一般即单方，指那些组方简单，药味不多，易于就地取材，常在民间流传，并且对某一种疾病有独特疗效的方剂。

祖国传统医学是一个巨大的宝库，各家单偏验方如颗颗璀璨的珍珠，散落在各种学术著作和文献资料中。为了使这些丰富的临床经验和单偏验方受惠于民，我们本着科学而又严谨的态度，广泛整理和发掘临床各种单偏验方，博采众长，从这些方子里面精心筛选，不揣简陋，最终汇集成这本《新编民间偏方大全》。

本书共分十二章，即呼吸系统疾病、消化系统疾病、循环系统疾病、泌尿系统疾病、内分泌与新陈代谢疾病、神经和运动系统疾病、外科疾病、妇科疾病、儿科疾病、皮肤科疾病、五官科疾病、肿瘤科疾病。书中主要以内科疾病为主，共介绍临床各科 100 多种常见病、多发病和部分疑难病证的 2000 多首单方验方。所选录之方，都是常用之方，屡试屡验，且疗效显著。

前 言

我们编写这本《新编民间偏方大全》的初衷是为读者提供一些最简单、最省钱的祛病方法，书中所取用的中草药和食材都是我们日常生活中比较常见的。希望读者在茶余饭后，只需花费很少的时间，轻轻松松地就把一些病给治好了。

由于编者水平有限，书中难免会有疏漏之处，望广大读者能提出意见和建议，以便再版修正。

编者

C 目 录

ONTENTS

第一章 呼吸系统疾病

一、感 冒	001
二、支气管炎	006
三、哮 喘	012
四、咳 嗽	022
五、肺 炎	030
六、肺结核	036
七、肺气肿	042

第二章 消化系统疾病

一、消化不良	047
二、胃 疼	051
三、胃 炎	056
四、胃下垂	066
五、胃、十二指肠溃疡	069
六、便 秘	074
七、痢 疾	077

新编

民

间

偏

方

大

全

【珍藏版】

第三章 循环系统疾病

一、低血压	083
二、高血压	085
三、冠心病	091
四、心绞痛	094
五、动脉硬化	098

第四章 泌尿系统疾病

一、急性肾炎	101
二、慢性肾炎	103
三、肾结石	111
四、肾病综合征	113
五、膀胱炎	116
六、阳 痿	119
七、早 泄	126
八、遗 精	131

第五章 内分泌与新陈代谢疾病

一、肝 炎	137
二、肝硬化	143
三、急性胆囊炎	147
四、慢性胆囊炎	150
五、糖尿病	153
六、肥胖症	161

第六章 神经和运动系统疾病

一、失 眠	165
二、眩 晕	168
三、神经衰弱	172
四、头 痛	176
五、中 风	181
六、癫 痫	189
七、风湿性关节炎	194
八、类风湿性关节炎	198

第七章 外科疾病

一、烧烫伤	203
二、疥 疮	209
三、疔 疮	212
四、慢性阑尾炎	215
五、痔 疮	220
六、脱 肛	225
七、肛 裂	230
八、疝 气	232

第八章 妇科疾病

一、月经不调	237
二、痛 经	241

新
编民
间
偏
方
大
全【珍
藏
版】

三、闭 经	247
四、阴道炎	250
五、盆腔炎	254
六、子宫颈炎	257
七、子宫脱垂	259
八、白带增多症	263
九、宫颈糜烂	268
十、女子不孕	270
十一、缺 乳	274
十二、回 乳	279
十三、产后恶露	281

第九章 儿科疾病

一、小儿感冒发热	285
二、小儿咳嗽	289
三、小儿厌食	292
四、消化不良	295
五、小儿痢疾	299
六、小儿腹泻	302
七、小儿鹅口疮	306
八、小儿流涎症	308
九、小儿佝偻病	310
十、小儿惊厥	314
十一、小儿遗尿	319
十二、儿童多动症	322
十三、新生儿黄疸	324

新编

民

间

偏

方

大

全

【珍藏版】

第十章 皮肤科疾病

- | | |
|--------|-----|
| 一、痤疮 | 327 |
| 二、湿疹 | 331 |
| 三、带状疱疹 | 335 |
| 四、癣 | 339 |
| 五、白癜风 | 347 |
| 六、雀斑 | 350 |
| 七、脱发 | 353 |
| 八、鸡眼 | 357 |
| 九、梅毒 | 360 |
| 十、尖锐湿疣 | 362 |

第十一章 五官科疾病

- | | |
|----------|-----|
| 一、耳鸣 | 365 |
| 二、耳聋 | 367 |
| 三、老年性白内障 | 370 |
| 四、青光眼 | 371 |
| 五、沙眼 | 374 |
| 六、鼻炎 | 377 |
| 七、咽喉炎 | 380 |
| 八、口臭 | 383 |
| 九、口腔溃疡 | 384 |
| 十、牙周病 | 389 |
| 十一、牙痛 | 392 |

新编

民间偏方大全

【珍藏版】

第十二章 肿瘤科疾病

一、肺 癌	397
二、食道癌	400
三、胃 癌	404
四、肠 癌	409
五、肝 癌	413
六、鼻咽癌	419
七、乳腺癌	422
八、宫颈癌	426
九、膀胱癌	428
十、白血病	431

新
编

民
间
偏
方
大
全

【
珍
藏
版
】

第一章

呼吸系统疾病



一、感冒



感冒是最常见的上呼吸道感染疾患，民间俗称“伤风”，是由于受风、受寒后，呼吸道局部抵抗力下降而感染病毒或细菌所致。常见表现有头痛、鼻塞、流涕、喷嚏、流泪、恶寒、发热、周身不适或伴有轻微咳嗽等。症状严重，且在一个时期内广泛流行者，称为“流感”。本病四季皆可发病，但以冬、春两季多见。中医认为，感冒是因人体正气不足，感受外邪引起的以鼻塞流涕、恶寒发热、咳嗽头痛、四肢酸痛为主要症状的疾病。感冒一般病程为5~10天，预后良好。但也不尽然，如年老体弱或先天不足者，往往容易患病，且反复发作，缠绵难愈，需精心调养。儿童患者若失治或误治，则易并发扁桃腺炎、鼻窦炎、中耳炎、气管炎乃至肾炎。

方1 米醋预防流感

【方剂】米醋不拘量。

【用法】米醋加水适量，文火慢熬，在室内烧熏约1小时。

【功效】消毒杀菌。有预防流行性感、脑膜炎、胆囊炎之功效。

方2 葱白大蒜汤预防流感

【方剂】葱白500克，大蒜250克。

新编

民间

偏方

大全

【珍藏版】

【用法】葱白洗净，大蒜去皮，切碎，加水2千克煎汤。每日服3次，每次1茶杯。

【功效】解毒杀菌，透表通阳。可预防流行性感冒。

方3 红糖乌梅汤治感冒发热

【方剂】乌梅4个，红糖100克。

【用法】加水共煮浓汤。分2次服。

【功效】解表散寒，发汗退热。治感冒，症见发热、畏寒等。

方4 核桃葱姜茶治感冒发热

【方剂】核桃仁、葱白、生姜各25克，茶叶15克。

【用法】将核桃仁、葱白、生姜共捣烂，与茶叶一同放入砂锅内，加水1碗半煎煮。去渣一次服下，盖棉被卧床，注意避风。

【功效】解表散寒，发汗退热。治感冒发热，头痛无汗。

方5 葱姜豆豉治伤风感冒

【方剂】葱白5根，姜1片，淡豆豉20克。

【用法】用砂锅加水1碗煎煮。趁热顿服，然后卧床盖被发汗，注意避风寒。

【功效】解热透表，解毒通阳。用于感冒初起，症见鼻塞、头痛、畏寒、无汗等。



生姜

方6 大白萝卜汁治感冒头痛

【方剂】大白萝卜。

【用法】将大白萝卜洗净，捣烂取汁。滴入鼻内，治各种头痛；饮用，治中风。

【功效】治感冒头痛、火热头痛、中暑头痛及中风头痛等。

方7 大蒜捣汁治流感

【方剂】大蒜6克，食盐少许。

【用法】捣烂，温开水冲服。每日1~2次，连服数日。

【功效】用治流感。

【注】阴虚火旺者忌服。

方8 大蒜汁塞鼻孔预防流感

【方剂】大蒜适量。

【用法】捣汁。棉球蘸汁，塞入鼻孔。

【功效】预防流感。

方9 苦瓜瓢治流感

【方剂】苦瓜数个。

【用法】取瓢熟服。

【功效】治流感。

方10 竹叶柴胡汤治流感

【方剂】竹叶柴胡15克。

【用法】用根或全草入药，水煎服，每日3次，每日1剂。

【功效】治感冒、流感。散寒解表，泻肝火，退热效果好。

方11 草鱼汤治伤风鼻塞

【方剂】草鱼（青鱼）肉150克，生姜片25克，米酒100克。

【用法】用半碗水煮沸后，放入鱼肉片、姜片及米酒共炖约30分钟，加盐调味。趁热食用，食后卧床盖被取微汗。每日2次。注意避风寒。

【功效】解表散寒，疏风止痛。用治感冒，症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。

方12 干白菜根汤治感冒

【方剂】干白菜根1块，红糖50克，姜3片。

【用法】加水共煎汤。日服3次。

【功效】清热利尿，解表。治风寒感冒。

方13 口含生大蒜治感冒

【方剂】生大蒜1瓣（去皮）。

【用法】将蒜瓣含于口中，生津则咽下，直至大蒜无味时吐掉，连续3瓣即可奏效。

【功效】辛温解表，解毒杀菌。用于感冒初起，症见鼻流清涕、风寒咳嗽等。

方14 银花山楂汤治风热感冒

【方剂】银花30克，山楂10克，蜂蜜250克。

【用法】将银花与山楂放入砂锅内，加水置旺火上烧沸，约3~5分钟后，将药液滤入碗内。再加水煎熬一次后滤出药液。将两次药液合并，放入蜂蜜搅匀。服用时温热，可随时饮用。

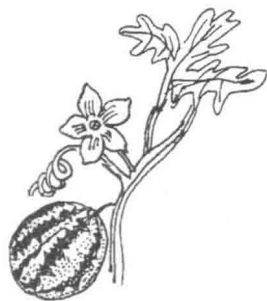
【功效】清热解毒，散风止痛。治风热感冒，症见发热头痛、口渴等。

方15 西瓜番茄汁治夏季感冒

【方剂】西瓜、番茄各适量。

【用法】西瓜取瓢，去子，用纱布绞挤汁液。番茄先用沸水烫，剥去皮，去子，也用纱布绞挤汁液。二汁合并，代茶饮。

【功效】清热解毒，祛暑化湿。治夏季感冒，症见发热、口渴、烦躁、小便赤热、食欲不佳、消化不良等。



西瓜

方16 葱豉黄酒汤解表和中

【方剂】全葱30克，淡豆豉20克，黄酒50克。

【用法】先将豆豉放入砂锅内加水1小碗，煮10余分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煮5分钟。然后加黄酒，立即出锅。趁热顿饮，注意避风寒。

【功效】解表祛风，发散风寒，温中降逆。治风寒感冒，症见发热、头痛、虚烦、无汗、呕吐、泄泻等。

方17 酒煮荔枝肉治气虚感冒

【方剂】荔枝肉30克，黄酒适量。

【用法】用酒煮荔枝肉。趁热顿服。

【功效】通神益气，消散滞气。治气虚感冒。

方18 马鞭草治流感、感冒

【方剂】鲜马鞭草、青蒿各30克，羌活15克。

【用法】水煎浓汁2小杯。分2次服，连服2~3天。如咽痛加桔梗15克。

【功效】用治流感、感冒。

方19 柏树果治感冒头痛

【方剂】柏树果2~3枚。

【用法】捣烂和酒服。

【功效】用治感冒头痛。

方20 麻豆汤治流感

【方剂】绿豆30克，麻黄9克。

【用法】将绿豆与麻黄用水淘洗一下，放入锅内加水烧开，撇去浮沫，改用小火煮至绿豆开花，饮汁。

【功效】治流感。

方 21 苏叶生姜汤治风寒感冒

【方 剂】 生姜 5 片，苏叶 30 克。

【用 法】 水煎服。

【功 效】 用治风寒感冒。

方 22 杨树白皮汤治流感

【方 剂】 白杨树内白皮 200 克。

【用 法】 水煎服。每天当茶饮。

【功 效】 用治流感。

方 23 问荆桂枝汤治流感

【方 剂】 问荆 6 克，桂枝 3 克，杏仁 4.5 克，甘草 3 克。

【用 法】 水煎服。

【功 效】 用治流行性感冒。

方 24 大蒜捣烂敷脐孔、足心治流感

【方 剂】 大蒜适量。

【用 法】 捣烂。敷脐孔和足心涌泉穴。

【功 效】 用治流感。



二、支气管炎



支气管炎分为急性和慢性两种。急性支气管炎常以伤风着凉、疲乏劳累、烟酒过量、上呼吸道感染为常见诱发因素。患病后主要症状为频繁而刺激性干咳、胸骨后疼痛、恶寒发热、鼻塞头痛，肢体酸楚、咽痛，1~2 天后咳出黏液性痰，早晚咳嗽为主，痰液转浓，量增多，偶带血丝，神倦、乏力、