

利用老偏方治病，既见效、又省事；既管用、又安全；既实用、又省钱。

杨建峰◎主编

老偏方

民间千年精华，药食百病偏方
专家精心遴选，百姓祛病家藏

江西科学技术出版社



老偏方

杨建峰◎主编



图书在版编目 (CIP) 数据

老偏方 / 杨建峰主编. — 南昌: 江西科学技术出版社, 2014.11

ISBN 978-7-5390-5117-8

I. ①老… II. ①杨… III. ①土方—汇编 IV. ①R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第250513号

国际互联网 (Internet) 地址:

http: //www.jxkjcbbs.com

选题序号: ZK2014299

图书代码: D14165-101

敬启

本书在编写过程中, 参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难, 我们未能和部分作品的作者 (或译者) 取得联系, 对此谨致深深的歉意。敬请原作者 (或译者) 见到本书后, 及时与本书编者联系, 以便我们按照国家有关规定支付稿酬并赠送样书。联系电话: 010 — 84853028 联系人: 松雪

老偏方

杨建峰主编

出版 江西科学技术出版社

社址 南昌市蓼洲街2号附1号

邮编: 330009 电话: (0791) 86623491 86639342 (传真)

印刷 北京德富泰印务有限公司

经销 各地新华书店

开本 1020mm × 1200mm 1/10

字数 739千字

印张 44

版次 2014年11月第1版 2014年11月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5390-5117-8

定价 59.00元

赣版权登字 -03-2014-302

版权所有, 侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误, 可向承印厂调换)



前 言

preface

中华传统医药,自神农氏尝百草以来,历经五千年而不衰,留下来的偏方更是历久弥坚,绝非西洋药品所替代。例如:用麩子、乌头等治疗风湿病;一杯白开水就能止住打嗝;艾叶驱蚊;萝卜平气;一撮小草就能治跌打损伤等。这些老偏方简单易行,疗效显著,方便实用,甚至很多偏方不花分文就能治好疑难杂症,令西医叹为观止,不得不承认中医之伟大。

那么,到底何为偏方?中医意义上真正的偏方,是指在一定区域内形成,对特定人群有效的方子。偏和正相对,偏方一般没有被正式的药物或医学典籍记载。

偏方在我国已有几千年历史,是中医的组成部分之一。在我国民间,自古就有“偏方治大病”的说法,正所谓“智慧藏于民间”,有许多来自老百姓在长期的生活实践中总结或发现的养生方法经受住岁月的侵蚀,历经反复验证,代代传承下来,成为疗效切实而显著的经验方,为我们的健康护航。

偏方的来源主要有两种:经验的积累和家族内部流传,前者主要在民间流传能被大多数人所知,后者往往是单传的。

《老偏方》所选偏方都是最老最实用的中医老偏方,以传统经典医药典籍,经过民间千年验证,结合中医学治病实践。按照疾病所属科系分类,精选筛选上千个呼吸科、妇科、男科、口腔科、神经科、骨伤科、皮肤科、眼科、五官科、泌尿科、肝胆科、消化科、肛肠科、心脑血管科、儿科等百种常病的实用偏方,中药偏方、食用偏方、外用偏方三管其下。本书实用性强,具有用药常见、组方巧妙、简便易行、易学实用、省钱省事的特点,适合大众日常保健的需求,可作为广大读者的家庭“医疗顾问”。

需要说明的是,中医讲究辨证施治,书中所收录的老偏方未必适合所有患者,有些偏方在某些人身上可以快速见效,对于另一部分人可能并不适用,患者在采用时须考虑自身情况斟酌使用,对于病情较重的患者,则一定要及时就医。



第一章 呼吸科

一、感冒	2	沃雪茶	5	橘红酒	9
银花菊花茶	2	百部炖甲鱼肉	5	贝母粥	9
金银花茶	2	牡蛎鸡肝汤	5	丝瓜花蜂蜜汁	9
菜根红糖饮	2	大毛桐子根炖仔公鸡	5	陈皮酒	9
加味石膏汤	2	三根瘦肉汤	5	蛤蚧蜂蜜汁	9
五味香薷饮	2	胡萝卜蜂蜜煎	5	鲜藕梨汁	10
葛根石膏汤	2	银耳冰糖鸽子蛋	6	蜜蒸海蜇	10
柳木煎剂	2	沙参麦冬虫草肉	6	四、哮喘	10
双花饮	3	川贝银燕羹	6	白萝卜麻黄汤	10
人参薄荷茶	3	丹参白及汤	6	萝卜粥	10
桑叶薄荷饮	3	炒肺片	6	萝卜饼	10
橘皮水	3	双参蜜耳饮	6	豆腐粥	10
葱豉汤	4	芪地炖鳖肉	7	蜂蜜白萝卜汁	11
二、肺结核	4	抗结核补金丸	7	丝瓜汤	11
乌龟汤	4	百合黄精粥	7	丝瓜杏仁汤	11
海参大杂烩	4	沙参生地汤	7	银杏粥	11
鸭梨萝卜生姜蜜	4	山药羊肉粥	8	百合枸杞蜜丸	11
冬笋鲑鱼	4	三、咳嗽	8	冰糖冬瓜盅	11
天地鳖甲粉	5	麻油姜末炒鸡蛋	8	红糖蒜泥膏	11
山药茶	5	生姜粥	8	麦门冬煎山药	11
苦丁茶	5	杏仁生姜萝卜汤	8	甜辣芝麻	11
		紫苏杏仁汤	8	蜂蜜核桃仁	12

·老偏方·

莱菔子粳米粥	12	补肺汤	17	牛蒡地骷髅汤	22
芡实核桃粥	12	鸡胆汁	17	女贞叶饮	22
参苓粥	12	大枣葶苈子	17	萝卜牛肺二冬汤	22
虫草炖鸭	12	罗汉果炖白菜	18	金银连翘水	22
丝瓜凤衣粳米粥	12	冰硼散	18	抗纤汤	22
杏仁猪肺粥	12	蛇胆川贝散	18	苇茎汤	22
冰糖杏仁糊	13	慈姑柿饼姜汤饮	18	苇茎汤合麻杏石甘汤	22
蔗汁淮山糊	13	胡萝卜红枣汤	18	苇茎汤合清燥救肺汤	23
无花果饮	13	贯叶枣茶	18	竹叶粥	23
五味肺	13			枇杷叶粥	23
葵花冲剂	13	六、肺气肿	18	抗菌汤	23
鲫鱼粉	13	三子汤	18	石知银翘汤	23
川芎生姜羊肉汤	13	红参半夏汤	18	麻杏肺炎汤	23
双红南瓜糊	14	玉屏风散加苏叶	19	复方鱼桔汤	23
白芨炖燕窝	14	萝卜子粳米粥	19	银翘散	24
芝麻根饮	14	鳖甲阿胶汤	19	前胡汤	24
黄金丸	14	保元汤	19	旋覆花配代赭石	24
蛤蟆鸡蛋丸	14	川贝糯米粥	19	钩藤配薄荷	24
鸡胆丸	14	五爪龙太子参煎鹅管石	19	地铁合剂	24
柚皮煲牛胎盘	14			金黛方	24
文旦鸡	14	皂荚丸	19	石膏二黄汤	25
丝瓜饮	15	犀黄丸	19	麻杏青黛汤	25
虫草炖老鸭	15	杏仁治肺气肿	20	射干合剂	25
韭菜炒鸡蛋	15	三子煎山药	20	贯众黄精汤	25
冰糖炖麻雀	15	杏仁粥	20		
麻油炸蝙蝠	15	核桃糖	20	八、支气管炎	25
		水菖蒲根膏药	20	白萝卜胡椒汤	25
五、百日咳	15	水菖蒲根药枕	20	杏仁粒大米茶	26
鱼腥草苏叶绿豆粥	15	猕猴桃浸膏方	20	蜂蜜白萝卜汁	26
麻杏代赭汤	15	黄芪茯苓炖乳鸽	20	金荞麦瘦肉汤	26
旋磁白部汤	16	陈皮煮大枣	21	枇杷叶粳米粥	26
甘遂大戟芫花丸	16	黑苏子厚朴汤	21	冬虫草猪肺汤	26
花生茶	16	熟地胡桃肉	21	萝卜杏仁煮牛肺	26
薄荷鲜萝卜汁	16	南瓜蜂蜜糖	21	杏仁核桃	26
沙参百部糖浆	16	黄泥鸡蛋	21	润肺银耳汤	27
采福茶	16			蜜枣甘草汤	27
冰糖橄榄核饮	16	七、肺炎	21	萝卜丝蛋汤	27
止嗽散	17	鲜蚌银菊汤	21	白菜干腐皮红枣汤	27
桑白皮汤	17	蜜膏	21	苏子粥	27

海蜇芦根汤	27	桑叶杏仁汤	29	紫牛散	30
黄芪党参粥	27	车前草煎剂	29	双仁炖猪肺	30
百合麦冬粥	27	柿饼山药汤	29	百合麦冬煎杏仁	30
人参胡桃汤	27	枇杷饮	29	银杏蒸鸭	30
蜜梨汁	28	萝卜粥	29	拌二鲜	31
鲜藕梨汁	28	冬瓜汤	29	鱼腥草炒番木瓜	31
白萝卜生姜汤	28	淮山饮	29	养明清肺消积汤	31
苏叶干姜汤	28	鸭肉砂锅	29	黄土二冬汤	31
双草煎	28	九、肺癌	30	三皮汤	32
苏叶桔梗汤	28	透骨汤	30	温化汤	32
桑叶菊花汤	28			仙枣赤豆粥	32

第二章 妇科

一、痛经	34	二、月经病	36	黄芪仔鸡	40
养血安神方	34	酥炸月季花	36	三、阴道炎	40
益母草玄胡煲乌鸡汤	34	乌骨鸡汤	36	双石膏治外阴溃疡	40
乌豆蛋酒汤	34	八珍益母粥	37	雄黄桃仁外敷治阴痒	40
姜艾薏苡仁粥	34	调经活血粥	37	梔柏地黄丸	40
姜枣花椒汤	34	鳖鸽汤	37	复方滴虫粉	40
当归粥	34	香砂六君粥	37	生地知母滋阴汤	41
月枣汤	34	柴胡疏肝散加味	37	蛇床白头翁汤	41
玄胡益母草煮鸡蛋	34	核桃参须凤爪汤	37	萝卜汁醋	41
月季花汤	34	月月顺茶	38	龙胆三七散	41
肉桂粥	35	蔷薇炖瘦肉	38	蛇床黄柏散	41
双耳粥	35	四物汤加龟板	38	女贞子龙胆草	41
马鞭草猪蹄	35	玫瑰花茶	38	五仁粥	41
山楂当归汤	35	当归桂圆茶	38	土茯苓易黄汤	41
桂辛香草汤	35	治月经色黄方	38	燥湿止痒汤	41
山楂羊肉粥	35	二陈粥	39	鸦胆子汤	42
牡丹花粥	35	归附杞墨鱼	39	卜子粥	42
延胡索痛经包	36	少腹逐淤粥	39	四、乳腺癌	42
橙子汤治痛经	36	参术止崩汤	39	天门冬绿茶	42
参芪归鸡汤	36	补气血土鸡汤	39	二贝母汤	42
醋糖益母饮	36	凉血饮料	39	慈姑蟹蜜丸	42
参芪乳没汤	36	当归羊肉汤	40		

·老偏方·

- 参芪猴头鸡汤 43
土贝母 43
野葡萄根治疗乳腺癌 43
五倍子鸦胆子 43
灵芝煲乌龟 43
半支莲 43
穿山甲 43
灵芝黄芪肉汤 43
- 五、乳房疾病** 43
- 麦芽治经前乳房胀痛 43
消癖汤 44
枸橘李粉方 44
金橘叶茶 44
乳癖消汤 44
立麻黄附子细辛汤 44
二藤膏 44
海带鳖甲猪肉汤 44
肉苁蓉归芍蜜饮 45
青皮山楂粥 45
加味瓜蒌汤 45
牡蛎水煎治乳腺增生 45
硼砂蜂蜜糊 45
乳癖消粥 45
四逆散 45
- 六、妊娠病** 46
- 麦地粥 46
白术鲫鱼粥 46
鲜竹茹粥 46
香米阿胶粥 46
妊娠腹泻 46
妊娠便秘 46
姜汁牛奶 46
艾叶煮鸡蛋 46
安胎饮 47
顺肝益气汤 47
南瓜蒂 47
母鸡墨鱼粥 47
- 姜丝煎蛋 47
砂仁藿香粥 47
甘松治妊娠水肿 48
- 七、产后病** 48
- 麦芽甘草粳米粥 48
丝瓜鲫鱼汤 48
炒黄花猪腰 48
治产后尿潴留方 48
黄芪治产后尿闭 49
桂皮狗肉砂锅 49
紫苏饮 49
- 八、不孕不育** 49
- 寿胎丸 49
枣生贵子汤 49
妇女肾虚不孕方 49
益母草炖母鸡 49
温胞饮 50
女性体胖不孕方 50
人参鹿尾大补汤 50
葛秦生 50
补肾化痰汤 50
红花药蛋 51
巴戟羊肉粥 51
开郁种子粥 51
- 九、乳腺炎** 51
- 酢浆草 51
外敷治乳腺炎 51
八珍汤加味 51
川楝子 51
瓜蒌银花汤 52
蒲公英汤 52
远志米酒 52
四妙散 52
金针猪蹄汤 52
蜂房银花汤 52
升麻膏 53
- 透脓散加味 53
蒲公英粥 53
麝香雄黄丸 53
野葡萄外敷方 53
瓜蒌牛蒡汤 53
鸡蛋白矾 53
健乳消炎汤 54
瓜蒌蒲公英汤 54
葱白 54
- 十、盆腔炎** 54
- 小茴香治盆腔积液 54
慢性盆腔炎中药外治 54
清经化滞汤 54
艾叶糕 55
三黄虎杖汤 55
盆腔解毒汤 55
盆腔灵 55
大黄牡丹皮汤 55
忍冬藤蜀红藤 56
银花连翘 56
蜂蜜荔枝核 56
桃仁饼 56
银花冬瓜仁 56
蛇牛汤 56
- 十一、卵巢疾病** 56
- 莲肉白果粥 56
甲鱼汤 56
菱角薏米花胶粥 57
加味银耳粥 57
四物汤 57
卵巢早衰方 57
山楂黑木耳红糖汤 57
山药核桃仁炖母鸡汤 57
地蚤汤 58
双石方治卵巢癌 58
当归羊肉羹 58
消症饮 58

十二、更年期综合征 ... 58	大枣甘草麦粥 59	桑叶水 59
黑豆甜粥 58	松子豆腐煲 59	补血鸡汤 59
双肉粥 59	葛根冲剂 59	莲子百合粥 60
	当归粥 59	甘麦大枣汤 60

第三章 男科

一、慢性前列腺炎 62	醉虾 65	芡实山药汤 69
清利理化汤 62	松花淡菜粥 65	苦瓜芡实泥 69
加味完带汤 62	天然牡蛎汤 65	胡桃炒韭菜 69
导湿活血汤 62	生炒鱧片 65	锁精汤 1 69
化淤解毒汤 62	三、阳痿 65	锁精汤 2 69
清淋化浊汤 62	淫羊藿酒 65	覆盆子茶 69
活血利湿汤 62	补骨脂粉 66	桑葚茶 69
自拟慢前康汤 62	狗鞭散 66	方双仁茶 69
三草安前汤 62	炖狗肉 66	山药鲜虾丸 69
辣牡蛎 63	虾仁煨羊肉 66	断遗汤 70
蜂王浆 63	韭菜炒羊肝 66	莲子粳米粥 70
胡枝草煎剂 63	附片炖狗肉 66	芡实黄金饼 70
葵菜羹 63	虫草炖胎盘 66	黄芪、枸杞炖乳鸽 70
萝卜浸蜜 63	炖麻雀虾 66	白果仁 70
二紫通尿茶 63	麻雀地龙粉 67	沙果 70
葡萄煎剂 63	药虾酱 67	金樱子茶 71
爵床红枣汤 63	麻雀蛋 67	金樱子鲫鱼汤 71
白兰花猪肉汤 63	菊花酒 67	金樱子膏 71
白兰花粉 63	肉苁蓉炖羊肾 67	金樱子母鸡汤 71
荸荠汁 64	泥鳅枣汤 67	白果鸡蛋 71
车前绿豆梁米粥 64	焙狗阴茎 68	五、泌尿系统结石 71
栗子炖乌鸡 64	雀蛋羊肉汤 68	鸡内金粥 71
鲜葡萄汁 64	清炒虾仁 68	玉米甘草车前子饮 71
清热利湿活血饮 64	鹿茸酒 68	玉米须金钱草排石汤 72
行淤散结通利汤 64	牛鞭杞子汤 68	胡桃仁溶石散 72
二、性欲低下 64	山药桂圆炖甲鱼 68	排石荸荠内金茶 72
韭菜炒鸡蛋 64	四、遗精 68	排石止血虎杖贴 72
海参豆腐 64	玉锁丹 68	清热祛淤葱盐排石贴 72
		利尿排石汤 72

·老偏方·

四金化淤排石汤	73	千里光桉树叶汤	74	马齿苋绿豆汤	76
尿路结石汤	73	双草粉	74	蒲公英地丁绿豆汤	76
降石汤	73	益母草饮	75	三豆甘草汤	76
昆海排石汤	73	鱼腥草炖猪肉	75	苦瓜绿茶汤	77
炒三样	73	猪骨头龙葵汤	75	冬瓜蚌肉陈皮汤	77
四六利湿汤	73	当归贝母苦参丸	75		
八角金盘汤	73	化淤止血汤	75	七、男子不孕	77
化石饮	74	荔枝草合剂	75	首乌还精汤	77
排石汤	74	柿饼灯心草汤	75	益肾生精汤	77
鱼脑石饮	74	绿豆车前草汤	76	海参粥	77
化石草石苇饮	74	加味正八散	76	鹿茸酒	77
六、尿道感染	74	玉米须车前饮	76	紫草治疗血精	77
马齿苋汁	74	地胆头瘦肉汤	76	鱼骨胎盘粉冲剂	77

第四章 口腔科

一、口腔溃疡	79	竹叶石膏汤	81	米醋方	83
苦瓜饮	79	藿香佩兰液	81	燕麦鹌鹑蛋粥	83
蜜月季花	79	双仁汤	81	青鱼木耳汤	84
全脂奶粉	79	百合绿豆汤	81	马兰头煮鸡蛋	84
二锅头酒	79	山楂陈皮饮	81	竹叶薄荷茶	84
西瓜汁	79	菊花茶	81	菠菜乌鸡骨汤	84
双耳山楂汤	79	枳实导滞丸	82	苡蓉菟丝子炖猪腰	84
白菜根煮大枣	80	甘露饮	82	枸杞枣肉粥	84
生地青梅饮	80	口臭方	82	鸭梨	84
莲心栀子甘草茶	80	三、磨牙	82	党参枸杞鸡肉汤	84
菜子疗法	80	生橘皮	82	枸杞子	85
苹果疗法	80	芦根茶	82	生石膏	85
鸡蛋	80	清胃散	83	芥菜籽	85
二、口臭	80	保和丸	83	参芪猪脊骨汤	85
大黄炭牙膏	80	乌梅丸	83	黄芪龙眼山茱萸牛肉汤	85
藿香除气液	80	四、牙周病	83	……	85
大黄擦牙粉	81	粟米鸡蛋粥	83	大黄	85
芦苇汤	81	白酒鸡蛋方	83	桃柳树皮	85
生芦根粥	81	滑石甘草散	83	南瓜子柚子汁	86
				芪枣枸杞黄鳝汤	86
				野泽兰	86

五倍子	86	凉拌苏叶菜	90	蚯白冰黛散	95
骨碎补	86	葱白利咽汤	90	青花消腮膏	95
乌贼骨粉	86	胖大海冰糖茶	90	蒲黄外敷法	95
地骨皮大黄水	86	雪梨炖冰糖	90	红皮鸡蛋外敷	95
丹皮粥	86	柑桔汤	90	蛇蜕外敷	95
茜草茶	87	蜂蜜萝卜葡萄汁	90	姜黄外敷	95
玉女煎	87	清利咽喉方	91	仙人掌膏外敷	95
枸杞麦冬饮	87	猪肤(皮)汤	91	青黛仙人掌外敷	95
山药知母黄柏汤	87	蜂蜜绿茶	91	板蓝根外敷	96
沙虫汤	87	罗汉果水	91	蒲公英外敷	96
五、牙痛	87	橄榄海蜜茶	91	白头翁煮鸡蛋	96
咸蛋蚝豉粥	87	双根大海茶	91	小柴胡汤合白蛇合剂	96
胡椒绿豆方	87	清音茶	91	青黛食醋糊	96
黑豆煮酒	87	山楂利咽茶	91	蛇蜕鸡蛋饼	96
皮蛋腐竹咸瘦肉粥	87	大海生地茶	92	八、牙龈炎	96
.....	87	二绿女贞茶	92	地骨皮大黄炭漱口水	96
花椒苍耳方	87	桑菊杏仁茶	92	大蒜泥外敷治牙龈炎	96
蚝豉皮蛋盐渍瘦猪肉粥	88	荆芥利咽汤	92	丹皮粥	97
.....	88	牛蒡蚤休柑桔汤	92	枸杞茶	97
牛膝生地黑豆粥	88	生津养咽汤	92	吊兰治牙龈炎	97
贻贝苡蓉黑豆汤	88	治慢性咽炎方	92	补骨脂治牙龈炎	97
狗肝菜豆腐汤	88	玉屏风散	92	霜梅乳没散	97
柳根煲瘦肉	88	萝卜炖橄榄	93	五色消疳散	97
绿豆鸡蛋糖水	88	银菊芍药汤	93	薄荷车前草煮鸭蛋	97
虎坠火汤	88	蒲公英煎	93	瓜子柚汁治牙龈炎	97
阳和汤	88	鲜芝麻叶方	93	当归失笑散	98
绿豆荔枝	89	生梨脯	93	牙疳散	98
两冬粥	89	沙参凤蜜汤	93	黄榆冰片方	98
樟脑酒	89	甘蔗萝卜饮	93	槐花蛤壳粉冲剂	98
六、咽喉炎	89	银耳沙参鸡蛋饮	94	鲜藕荸荠水	98
白糖腌海带	89	荸荠萝卜汁	94	蜜橘鸡粒	98
梨子粳米粥	89	蜜枣甘草汤	94	红椒拌藕片	99
雪梨川贝汤	89	七、腮腺炎	94	八宝番茄	99
檀香橄榄	89	普济消毒饮	94	鸡蛋清酒	99
鲜藕绿豆粥	89	胡椒粉外敷	94	清胃散加味	99
罗汉果饮	90	败酱草外敷	94	九、三叉神经痛	99
木蝴蝶	90	丝瓜外敷	94	酒炒百合	99
		大黄葱白外敷	94		

·老偏方·

白芷麦冬生地甲鱼汤	99	川穹炖猪肉	100	川芎丹参红枣茶	101
木瓜白芍鱔鱼汤	100	灵芝白芍猪瘦肉	100	白萝卜白芷丹参汤	101
三叉汤	100	川芎叶粳米粥	101	止痛汤	101
川穹止痛汤	100	防风汤	101	全虫蜈蚣戏红花	101
温经止痛方	100				

第五章 神经科

一、神经衰弱

蚕蛹酒	103
交泰饮	103
加味半夏汤	103
枣仁莲心汤	103
桑葚安神汤	103
红曲蜂蜜	103
桑葚水	103
龙胆泻肝汤	103
药酒	103
何首乌	104
枣仁参乌汤	104
茯苓	104
桂花莲子冰糖汤	104
枣仁黄花	104
木槿茶	104
沙参玉竹粥	104
枸杞大枣蛋	104
龙眼莲子枣仁醋	104
鲜花生叶	105
猪心莲子圆肉汤	105
蜂蜜	105
柴胡茯苓汤	105
杞子山药粥	105
百合蛋汤	105
宁神灵方	105
失调神汤	106
小麦黑豆夜交藤汤	106
芹菜枣仁汤	106
葱枣汤	106

龙眼姜枣汤	106	阿胶黄连汤	110
枸杞鸡肝饮	106	合欢花粥	110
阿胶鸡子黄	106	合欢黑豆饮	110
阿胶牛奶粥	106	芹菜根酸枣饮	110
天麻红枣煮淡菜	107	桂圆莲子粥	110
红枣麦米粥	107	竹沥粥	111
陈阿胶煲鸽蛋	107	枣仁麦冬饮	111
酸枣仁丹参煮石斑鱼	107	大枣夜交藤粥	111
平补酒	107	芦荟酒	111
百合猪肉汤	107	黄连阿胶煎剂	111
虾壳枣仁汤	107	参麦茶	111
糯米苡仁粥	108	陈小麦甘草水	111
蝗虫粉	108	莲子百合冰糖水	111
葱白蜂蜜煮阿胶	108	柏子仁粳米粥	112
阿胶胡萝卜煮猪瘦肉	108	酸枣仁粥	112
天麻枣仁煮猪舌	108	双仁鱼头汤	112
猪肉怀山药汤	108	交泰丸	112
二仁汤	108	五味子酒	112
二茯粥	108	龙骨汤	112
菖蒲红枣炖海带	109	阿胶佛手羹	113
柏归茶	109	莲子百合猪肉粥	113
竹茹煮花枝	109	大枣葱白粥	113
天麻远志蒸乳鸽	109	黄精炖肉	113
茯神粥	109	安神粥	113
茯神神仙鸡	109		
		三、癫痫	113
二、失眠	109	双砂粉	113
黄花百合粥	109	蓖麻根煮鸡蛋	113
黄花合欢饮	110	三虫镇痫方	113
莲子青芯	110	天麻陈皮粥	114
白芍莲心茶	110	明矾橄榄	114

地龙竹沥粥	114	海风藤秦艽方	118	羌活胜湿汤	123
雄黄停痢丸	114	天冬龟板方	118	山楂当归汤	124
谷菊麻肝汤	114	活血通络汤	118	头痛逐淤膏	124
人参橘皮汤	114	黄芪丹参汤	119	川芎茶调散	124
青果郁金饮	114	益智骨碎方	119	柴胡疏肝散	124
怀山枸杞煲瘦肉	115	茵陈益精汤	119	通窍蜈蚣汤	124
五苓散	115	芡实粥	119	三石头痛汤	125
白矾蝉衣散	115	补阳还五汤	119	加味选奇汤	125
珍珠母	115	荷叶鸭梨汁	119	头痛汤	125
附子外敷	115	木耳姜茶	119	止痛散	125
吴茱萸敷肚脐	115	中风半身不遂	120	柔肝熄风方	125
蚯蚓煨黄豆止痉挛	115	黄芪桂枝粥	120	头痛方	125
山药膏黛粉	115	黄精珍珠牡蛎粥	120	头痛舒煎剂	126
酒精烧鸡蛋	115	人参汤	120	加味乌星散	126
鸡心血	116	五味子汤	120	猪苦胆绿豆末	126
地龙汤	116	枸杞冬花茶	120	白菊茶	126
羊苦胆	116	人参附片粥	120	冷热对敷	126
四、中风	116	天麻钩藤蜜	120	七、头晕	126
当归荆芥	116	对虾龙井茶	121	四君子汤	126
蒜泥	116	附子全蝎煎剂	121	敷涌泉法	127
蔬菜汤	116	当归地龙汤	121	足浴疗法	127
生姜芹菜汁水	116	中风治疗偏方	121	猪脑汤	127
生姜竹沥	116	五、面神经麻痹	121	篱栏蛋粥	127
桃仁花生皮	116	白术人参天麻粉	121	滋补鱼头	127
桑皮槐枝洗脸	116	杨树皮雾蒸	121	温胆汤	127
玉米糊	116	小红参酒	121	沙苑子	127
田七丹参汤	117	桃仁承气汤	121	滋阴潜阳方	128
淡菜旱芹汤	117	黄芪桂枝五物汤	122	平肝化痰方	128
葛粉面条	117	面瘫散	122	当归圆酒	128
雪羹汤	117	天牛虫川芎	122	填脐疗法	128
山楂粥	117	六、头痛	122	塞耳疗法	128
海带松	117	追风散	122	菊花枕	128
小续命汤	117	龙胆泻肝汤	123	降压清火茶	128
醋蛋方	117	白芷粉	123	天麻首乌排骨汤	128
白芥子醋方	118	通窍活血膏	123	三七胶囊	129
黄芪参归汤	118	塞鼻方	123	双参紫河车煎	129
水蛭三七方	118	当归四逆汤	123	眩晕宁方	129
山甲马钱子方	118	柴葛解肌汤	123	八、抑郁症	129
加味补阳还五汤	118			梅花粥	129

·老偏方·

佛手丹核汤	129	玉竹柏子汤	133	茯神朱砂百合玉米粥	137
夜交藤粥	129	麦天母膏	133	人参大补酒	137
安神酒	130	九、精神分裂	134	十、老年痴呆	137
莲子芡实瘦肉汤	130	豆腐木耳汤	134	醒脑启智方	137
逍遥散	130	菖蒲炖猪心	134	还少丹	137
柴胡龙骨牡蛎汤	130	大黄汤	134	洋葱红酒	138
四逆散	130	地龙饮	134	地黄饮子加味	138
黄花忘忧汤	130	苦参酸枣煎	135	红花茶	138
癫狂梦醒汤	131	豆浆韭菜汁	135	何首乌糖鸡蛋	138
莲子白果炒鸡蛋	131	醒癫汤	135	天麻猪脑粥	138
珍珠烧萝卜	131	礞石琥朱汤	135	茯苓山药粳米粥	138
珍珠蒸鹅蛋	131	远志枣茯汤	135	健脾活血益智汤	139
百合炒青笋	132	清神镇静汤	135	鱼头炖冬菇	139
柏子仁核桃炒豇豆	132	养心安神酒	135	何首乌煮猪肝	139
三味地黄酒	132	养血安神酒	135	枸杞子粥	139
五加皮酒	132	百合炒生菜	136	五仁健脑糕	139
牛蒡松节酒	132	白术酸枣仁饮	136	山药芝麻粥	139
香蕉薄饼	132	茯苓粟米冰糖粥	136	双菇粥	139
香蕉奶冻	133	二至丸加味	136	橄榄粥	140
银莲汤	133	达营汤	136	当归芍药散	140
男更汤	133	茯砂荞麦粥	136	鲜芹菜果汁	140
益神宁	133	桂圆莲子冰糖饮	136	热敷头顶	140
解郁清心汤	133	藤陀乌花汤	137		
天麻鳊鱼	133				

第六章 骨伤科

一、颈椎病	142	川乌粥	143	葛根五加粥	144
川芎白芷炖鱼头	142	薏米赤豆汤	143	木瓜陈皮粥	144
天麻炖鱼头	142	姜葱羊肉汤	143	穿山龙药酒	144
葛根煲猪脊骨	142	酒熬醋	143	葛根黄芪丹参汤	144
白芍血藤	142	威灵苻蓉汤	143	木瓜五加茶	144
葛灵	142	参芪龙眼粥	143	骨痹丸	145
地黄当归金甲汤	142	参枣粥	143	二、落枕	145
三白皂刺熏剂	142	苍术白芍汤	143	葛根菊花煎剂	145
桑枝煲鸡	142	葛根灵仙汤	143	伸筋草治落枕	145
生姜粥	142	白芍甘草汤	143	党参黄芪治落枕	145
		杭芍桃仁粥	144		

葛根桂枝荆芥汤	145	活参附酒	151	鸡脚枣参汤	157
醋敷法	146	壮督通络汤	151	汽锅蒸黄豆核桃鸡	157
抚摸疗法	146	川乌骨草药枕	151	豆腐猪骨汤	157
分筋法按摩	146	夹竹桃液合陈醋热敷	151	桑葚枸杞饭	157
三、肩周炎	146	乌梢蜈蚣粉	152	牛奶山药燕麦粥	157
川乌粥	146	血藤母鸡	152	砂锅牛尾	157
白芍桃仁粥	146	五、痛风	152	核桃粉牛奶	158
桑枝鸡汤	146	葡萄粥	152	菜子奶汤	158
生山楂甘草汤	146	薏仁粥	152	鱼鳔	158
白芍汤	147	木瓜粥	152	南瓜粉蒸肉	158
黄芪当归汤	147	虎刺汁	152	鸡蛋壳泡醋	158
肩凝汤	147	竹叶茅根茶	152	牛膝茶	159
温经通络汤	147	百合薏米粥	153	猪脊骨羹	159
加味逍遥散	147	鸡藤木瓜豆芽汤	153	猪血瘦肉豆腐汤	159
熏洗验方	147	大红萝卜	153	豆腐鸡蛋虾皮汤	159
肩周炎初期用药	147	萝卜汤	153	七、腰酸背痛	159
肩周炎后期用药	148	两草茶	153	川断杜仲煲猪尾	159
桑枝桐皮汤	148	丝瓜炖艾草	154	制附子	159
樟脑乌治肩周炎	148	羊桃淋熏方	154	川乌外敷	160
白凤仙根止痛膏	148	白茅杨树茶	154	茴香炖猪腰	160
姜芋泥	148	特效痛风汤	154	滚动操	160
三七藕蛋橘络羹	148	四妙勇安汤	154	杜仲炖猪腰	160
山楂玫瑰花茶	149	土鳖酒	155	杜仲炖羊肾	160
黄芪桂枝五物汤	149	玉米须煮丝瓜络	155	点头哈腰操	160
山萸肉	149	祛风通络粉	155	大蒜焖羊肉	160
花椒食盐泡酒	149	六、骨质疏松	155	鳖鱼补肾汤	160
二枝酒	149	黄豆猪骨汤	155	土鳖虫	161
芪归炖鸡	149	桑葚牛骨汤	155	杜仲枸杞酒	161
肩舒汤	150	红糖芝麻核桃糊	155	乌七马钱散	161
老年肩周炎偏方	150	桃酥豆泥	156	归尾泽兰汤	161
四、腰椎间盘突出	150	虾皮豆腐汤	156	炒牵牛子方	161
天灸通脉散	150	猪皮续断汤	156	粗盐肉桂外敷	161
核归丸	150	芝麻核桃仁	156	九味羌活汤	161
三七猪脚筋汤	150	海带菠菜汤	156	椒茴香	161
乌头酒	151	鲫鱼汤	156	老桑枝炖鸡	161
双乌桂枝粉	151	山药枸杞甲鱼汤	156	女贞子酒	162
三七炖田鸡	151	羊骨羊腰汤	157	当归生姜羊肉汤	162
				倒走训练	162

·老偏方·

- 鸡血藤杜仲炖猪蹄 162
肉桂膏药 162
独寄止痛汤 162
腰酸背痛治疗偏方 162
生姜治腰部疼痛 163
藏药五味马钱子汤散 ... 163
狗脊寄生水煎剂 163
木瓜盐 163
大蒜酒 163
醋茶 163
治腰腿痛方 163
蟹米酒 164
药物童子鸡 164
两面针骨头汤 164
刀豆子治腰痛 164
身痛逐淤汤 164
插骨散 164
- ### 八、跌打损伤 164
- 理气化淤汤 164
八厘散 165
热醋外敷 165
软组织损伤外敷膏 165
茜草根大黄外敷方 165
启元活血汤 165
复元活血汤 165
百损丸 166
花蕊石散 166
三虫化淤散 166
将军复战丹 166
七厘散 166
鹅不食草 166
猕猴桃根 167
鸡血藤丹参汤 167
赶酒火 167
秋海棠根 167
泽兰四根酒 167
二白二黄散 167
三七鸡骨 167
- 红花醋 168
末子药 168
三辣外敷方 168
秋海棠花栗子粥 168
月季花烧鱼肚 168
韭菜根 168
生地酒 168
回生丹 169
消肿通络汤 169
活血行气散 169
没药蛋清酒 169
- ### 九、骨质增生 169
- 生草乌细辛散 169
中药熏洗 169
麻黄没药糊 170
白芍葛根丸 170
川芎陈醋糊 170
银环蛇 170
地龙治 170
川乌散外敷方 170
壁虎散外敷方 170
骨刺丸 171
抗骨质增生丸 171
骨质增生汤 171
鲜苍耳叶外敷方 171
没食子皂角散 171
八珍汤加味 171
仙人掌治疗骨刺 172
麻黄附子细辛汤 172
小茴香外敷 172
全蝎蜈蚣汤 172
二乌骨刺酒 172
醋拌拉拉秧 173
荞麦面和醋治疗法 173
药鞭 173
川楝叶 173
仙人掌外敷方 173
臭椿树叶熏洗方 174
- ### 十、骨折 174
- 当归消肿方 174
接骨汤 174
芪枣粥 174
黄芪茯苓散 174
当归川断汤 174
茴香五灵散 174
续骨猪排汤 174
枸杞栗子乌鸡煲 175
枸杞猪腰汤 175
壮筋续骨汤 175
续断汤 175
肢伤三方 175
活血止痛汤 175
和营续骨汤 176
坚骨壮筋汤 176
胸宁汤 176
老年骨折中期药膳 176
活血定痛汤 176
仙复汤 177
复方血竭酊 177
接骨续筋方 177
平乐接骨丹 177
正骨汤 177
苏鳖散 177
骨折肿痛中药外敷 177
中药外敷治骨折后遗症
..... 178
神圣散 178
祛腐膏 178
接骨草酒 178
补虚乌鸡汤 178
- ### 十一、足跟痛 179
- 五川灵仙汤 179
熟地山药 179
苏木红花汤 179
艾叶冰片 179

大黄川芎	179	防己黄芪汤	182	牛膝五加皮热敷	184
白芥子	179	乌蛇祛风通络汤	182	复方雷公藤汤	184
熟地牛膝	180	黄连解毒汤合五神汤	182	朝天椒泡酒	184
三生散	180	五味消毒饮合黄连解毒汤	182	败酱草酒	184
八仙逍遥散	180	托里消毒散	182	五加皮酒	184
荔枝莲子粥	180	麻黄杏仁薏苡甘草汤	182	薏苡仁酒	184
枸杞韭菜粥	180	蠲痹汤	182	白花蛇酒	185
骨刺浸剂	180	十三、风湿性关节炎	183	肉桂干姜丁香膏	185
消淤止痛散	180	樱桃酒	183	木瓜蜜丸	185
川乌散外敷方	181	芪参茶	183	伸筋猪蹄汤	185
十二、关节炎	181	樱桃酱	183	黄芪桂枝青藤汤	185
金银菊花茶	181	玄参麦冬茶	183	三蛇酒	185
鲜小蓟蓖麻子	181	樱桃汁	183	通痹汤	186
黄芪桂枝舒痹汤	181	红芸豆粥	183	清痹汤	186
中药熏洗治疗	181	秦艽桂枝药枕	183	化淤通痹汤	186
血热型膝关节滑囊炎	181			杞仲方泡酒	186
				艾叶浴	186

第七章 皮肤科

一、癣病	188	石花方	190	牡荆洗剂	192
五倍枯矾散	188	醋浸鸡蛋	190	三酸粉	193
雄柳膏	188	宣木瓜治脚癣	190	消风散	193
竹黄汤	188	皂角苦参丸	190	马齿苋薏仁银花粥	193
花椒水泡脚	188	紫地榆方	190	鲜半夏治体癣	193
鲜柳叶泡脚	189	癣湿药水	190	巧用芦荟治股癣	193
苍耳墨鱼治头癣	189	花斑癣方	191	血府逐淤汤	193
萆薢渗湿汤	189	黄柏苦参方	191	藤黄膏	194
土槿百部酒外涂治体癣	189	石菖蒲	191	香酱洗方	194
夹竹桃叶煎水治足癣	189	中药浸洗治脚癣感染	191	二、湿疹	194
中药水泡洗治足癣感染	189	中药浸洗治脚癣	191	滋阴除湿汤	194
蚕茧煎水治牛皮癣	189	透骨草醋液治脚癣	192	核桃皮汁	194
斑蝥甘遂方	190	手足癣偏方	192	大蒜酒外涂	194
石榴皮方	190	大蒜茎治足癣方	192	苦丁菊花水煎	195
		肛门皮肤癣外治方	192	山楂大黄水外涂	195
		治脚癣用风油精	192	旱莲草	195
		鲜苦瓜方	192		