

三岔乡民族文化研究丛书

民间偏方集

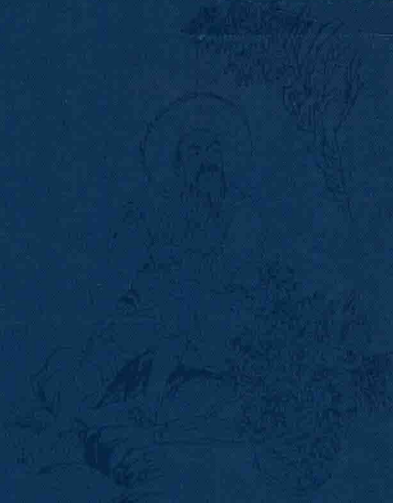
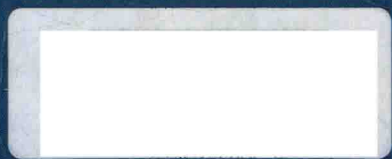
江灿银◎主编

三岔乡

民族文化旅游资源
保护与发展促进会

编印

湖北
长江
出版
集团
湖北
人民出版社



微信扫一扫，更多精彩

ISBN 978-7-5352-8954-4



定价：28.00 元

三岔乡民族文化研究丛书

江灿银◎主编



民间偏方集

三岔乡

民族文化旅游资源
保护与发展促进会

编印

长江出版传媒
湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

民间偏方集 / 江灿银主编. — 武汉 : 湖北科学技术出版社, 2016.7 (2017.2 重印)

(三岔乡民族文化研究丛书 / 王金海主编)

ISBN 978-7-5352-8954-4

I. ①民… II. ①江… III. ①土方—汇编 IV.
①R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 168987 号

(注: 本书所涉及到的临床处方, 均应在医师指导下使用。)

责任编辑: 李 青

封面设计: 胡 博

出版发行: 湖北科学技术出版社

电话: 027-87679485

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮编: 430070

(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷: 湖北新华印务有限公司

邮编: 430035

850 × 1168 1/32

7.875 印张

130 千字

2016 年 7 月第 1 版

2017 年 2 月第 2 次印刷

定价: 28.00 元

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换

三岔乡民族文化研究丛书

编委会

顾 问：徐开芳 刘 刈 贺孝贵 张思楚

监 编：查忠权 谭海鹰

主 任：王安胜

副主任：田 好 王金海

委 员：（按姓氏拼音排序）

曾本勋 陈大政 陈国新 邓永红 江灿银

童德厚 王承顺 王金山 王寿春 王寿襄

杨洪顺 杨瀑泉 杨少成

《民间偏方集》编委会

主 任：王金海

副主任：王玉蓉

成 员：杨瀑泉 杨少成

序一

我乡民族文化和旅游资源保护与发展促进会策划编写的乡土文化史料丛书之一，三岔乡《民间偏方集》一书即将付梓出版，这是我乡文化史上一件值得庆贺的事。在此，我对付出辛劳参与策划与编撰的三岔地方贤达表示谢意；对著者江灿银老先生不封闭，不保守，把一生的医药学经验精华无私奉献给社会的精神深表敬意。

健康是全面建设小康社会的重要内容之一，也是精准扶贫的内容之一，没有健康的民众，何谈小康。本书作者遵循民间中草药养生之理论，提供了大量自诊自疗的验方，传承了土家族中草药文化遗产，让民众花小钱医大病，使农村广大老百姓从中受益延年益寿，其意岂不善哉！

民间偏方，土方是中华医药学宝库中的璀璨明珠。自神农尝百草以来，五千年不衰。大家知道最近我国医药学专家屠呦呦获得诺贝尔奖，她的研究启发就来自于古代民间偏方。因此我相信也许有一天三岔乡《民间偏方集》将为下一个的出现屠呦呦提供土壤。

人食五谷难免无疾病，有病切莫心急，能自诊自疗时，省心节财是土家先民的传统养生本色。有了《民间偏方集》一书在手，就令健康无忧。但患者体质不同，故偏方不能

代替医生的诊疗，在自诊自疗无把握之时，最好在医生的指导下进行治疗。

《民间偏方集》的成书，是地方政府支持“文促会”工作的结晶。在此我代表全体会员对中共三岔乡党委和政府表示感谢。

顺祝三岔人民安康幸福，愿三岔的明天更美好！
是为序。

王金海

2015年11月8日

序 二

由恩施市三岔乡民族文化和旅游资源保护与发展促进会策划，江灿银先生编写的《民间偏方集》是一部关于医疗急救，养生保健的珍贵手册。

本书广泛收集民间单方，验方，秘方，融汇作者在基层亲历医疗卫生工作五十余年的临床经验，条理为内，外，妇，儿，五官各科，同时也收入了疑难杂症，动物咬伤，意外急救，针灸推拿，以及食物相克相宜，养生长寿食谱等内容。诚信笃实，简易方便，操作性强。

本书最实用的是食物相克相宜，养生保健食谱的相关内容，注重践行防重于治，食药同功，医养结合的卫生方针，对于饮食服务行业，各单位餐馆食堂，以及千家万户餐桌舌尖上的卫生保健都有一定的指导作用。

希望党政宣传机关，特别是卫生行政部门，以及教科文，各行业，社会团体都来大力宣传推广本书将它普及到千家万户中去，成为人民群众养生保健的座右铭和良师益友。

清平乐咏《民间偏方集》

大哉生命，伟力扛中鼎。潜海航天环宇讯，单怕悄然染病。
医家编著齐方，杏林春暖朝阳。妙手勤挥宝剑，降魔大爱
无疆。

王寿镛

2016年4月11日

前 言

中华医药学传承了五千年历史，人们在同疾病做斗争的实践中，积累了丰富的治病经验和医学理论知识，创造了很多行之有效的单方和秘方。中华大地幅员辽阔，植被茂盛，有采之不尽，用之不竭的中草药资源，对中华民族的繁衍发展，对保障人民身体健康，起到了很重要的作用。

中草药防病治病，之所以在历史的长河中经久不衰，是因为它具有经济，简便，疗效奇特的特点。从古到今，它不仅在民间广泛使用，在封建时代的皇室中也被广泛使用。相传唐宪宗胫骨生赘疮，太医们久治不愈，启用民间“马齿苋”嚼烂外敷，治好了他的病。宋代王安石任宰相时，忽一日头痛难忍，急奏皇上，请求回家治病，宋神宗令小太监送去药液少许，告曰：“左侧痛灌右鼻，右侧痛灌左鼻，左右痛并灌之。”王安石照法使用后，果然药到病除，次日上朝向皇上谢恩，问皇上给他的是什么灵丹妙药，神宗皇帝笑而不答，经打听，才知道是普普通通的鲜萝卜汁加冰片治好了他的病。红军长征时，战士们得了病，都是用就地取材的中草药治疗，过雪山时候，有一战士得了高原反应病，眼看病情危重，有人采了几颗“雪莲”给这个战士熬汤喝，没几天这个战士

的病就好了。

陶弘景《本草经集注》云：“藕节止血起于庖人，牵牛逐水近出野老。”说的是厨师手被割破，发现藕皮可以止血；牵牛可以消肿，是出自老农民的经验，说明一切单方，验方和秘方，都是人民在长期与疾病做斗争中，总结出来的宝贵经验。2015年获诺贝尔医学奖的屠屠呦呦，经过几十年的艰苦努力，终于从青蒿中，提取出“青蒿素”，治疗疟疾有效率达99%以上，这更能说明中草药在医学领域的地位是不可低估的。我亲眼看到一草医给一被打的半死不活的小偷治伤，这草医用童便将他配制的一点红色药面给小偷灌下去，半小时后这小偷拔腿就跑了。1968年，一姓孙的妇女砍柴时，不幸将一根指头砍断，幸好当时卫生员在场，卫生员当时将断指缝合，用白芨捣烂敷在伤口上，两星期后拆线观看，只见伤口愈合，断指完好如初，这不能不说是个奇迹。遗憾的是古往今来，有很多的民间单方，验方和秘方，都因各种原因而失传，如果曹操不杀华佗，也许“麻沸散”还能为今人所用。那个给小偷治伤的草医，他的治疗秘方如果得以传承，就会继续造福人类，可惜它永远被埋进了坟堆里。

在我从事医疗的四十多年中，长期与农民打交道，经历过一根针，一把草，缺医少药的困难时期，在那时，

我结识了众多民间中草药郎中，我最大的收获就是对民间中草药有了深刻的认识，用中草药给人治病，常常取得意想不到的效果，认识到了中草药的无穷魅力，这就是我最欣慰的时刻。

今天，国家已日益繁荣昌盛，人们生活水平日益提高，医疗卫生工作也随之得到了很大发展。农村实行合作医疗和医疗保险。人们的身体健康得到了保障，在这种大好形势下，我们应该看到不容忽视的另一面，那就是渊源几千年的民间中草药，单方，验方和秘方却很少有人问津了，甚至我们中医人员，也不用这些土方土法了，一些民间郎中，在现代医疗的抨击中也英雄无用武之地了。如果长此下去，民间土方土法就有失传的危险。针对这种情况，三岔乡政府决定编撰一本《民间偏方集》，并决定把这个光荣而艰巨的任务交给我，我不顾自己学识浅薄，毅然接受了这个任务。在编撰中曾三改其稿，经过半年多的努力，总算搁笔成书，借他山之石，融自己之拙见，书中谬误在所难免，望专家及同行批评指正。同时对三岔乡政府的大力支持，王金海先生的鼎力协助表示衷心的感谢！

江灿银

2015年10月

目录

序言.....	1
前 言.....	1
内 科	1
感冒.....	1
咳嗽.....	3
哮喘.....	5
疟疾.....	8
痢疾.....	9
呕吐.....	12
腹泻.....	13
腹痛.....	16
胃痛.....	18
伤食.....	21
痹症.....	22
痿症.....	24
黄疸.....	25
水肿.....	27
头痛.....	30
肺癆.....	33

鼻衄.....	35
吐血.....	37
便血.....	39
尿血.....	40
癃闭.....	42
便秘.....	43
虫证.....	46
汗证.....	49
腰痛.....	51
眩晕.....	54
淋证.....	57
消渴.....	62
遗精.....	64
妇科.....	67
月经提前.....	67
月经推后.....	68
痛经.....	70
闭经.....	73
带下.....	75
崩漏.....	77

子宫脱垂.....	79
阴痒.....	81
妊娠呕吐.....	82
乳痛.....	84
缺乳.....	86
乳汁自出.....	88
胎漏.....	88
胎动不安.....	88
坠胎.....	88
小产.....	88
滑胎.....	88
妊娠小便不通.....	91
产后腹痛.....	92
恶露不下.....	94
儿科.....	96
麻疹.....	96
水痘.....	99
百日咳.....	100
疳腮.....	102
急惊风.....	103

慢惊风.....	104
疳积.....	106
鹅口疮.....	107
遗尿.....	108

外科.....111

风疹.....	111
湿疹.....	113
疥疮.....	115
癣病.....	117
疔疮.....	120
疔疮.....	122
疔子.....	123
疔子.....	124
痈毒.....	125
痔疮.....	127
脱肛.....	129
冻疮.....	131
水毒.....	132
烧烫伤.....	133
滑肠气.....	135

五官科.....	137
咽喉肿痛.....	137
白喉.....	139
火眼.....	139
沙眼.....	141
针眼.....	143
耳脓.....	143
诸虫入耳.....	145
耳聋.....	146
耳鸣.....	146
牙痛.....	147
口疮.....	150
中毒.....	152
农药中毒.....	152
毒菌中毒.....	153
蚕毒中毒.....	154
苦杏仁中毒.....	154
白果中毒.....	155
煤气中毒.....	156
钩吻中毒.....	156

动物咬伤	157
毒蛇咬伤.....	157
猫咬伤.....	159
狗咬伤.....	160
蜘蛛咬伤.....	161
毒蜂咬伤.....	162
辣子刺伤.....	162
蜈蚣咬伤.....	163
蝎子咬伤.....	164
性病	165
阳痿.....	165
早泄.....	166
遗精.....	166
射精困难.....	167
射精疼痛.....	168
血精.....	168
阴茎勃起不倒.....	169
性交阴痛.....	169
性交阴道痉挛.....	170
性交出血.....	171