

CTS

湖南科学技术出版社

名医推荐 家庭必备 偏方

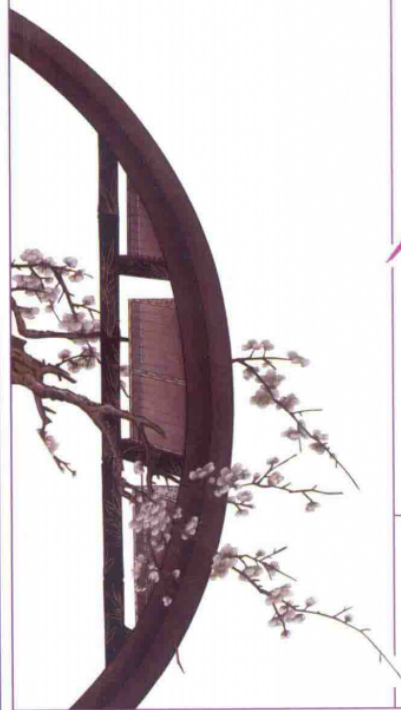
【珍藏本】

◎ 主编
旷惠桃



MINGYI
DAOWOJIA

Mingyi Tuijian
Jiating Bibei Pianfang





名医推荐 家庭必备偏方

【珍藏本】

MINGYI
DAOWOJIA

Mingyi Tuijian
Jiating Bibe Pianfang

◎主编
旷惠桃

湖南科学技术出版社



湖南科学技术出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

名医推荐家庭必备偏方 珍藏本 / 旷惠桃主编. --长沙 : 湖南科学技术出版社, 2015.9

(名医到我家系列丛书)

ISBN 978-7-5357-8795-8

I. ①名… II. ①旷… III. ①土方—汇编 IV. ①R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 202373 号

名医到我家系列丛书

名医推荐家庭必备偏方 【珍藏本】

主 编: 旷惠桃

责任编辑: 李 忠

出版发行: 湖南科学技术出版社

社 址: 长沙市湘雅路 276 号

<http://www.hnstp.com>

湖南科学技术出版社天猫旗舰店网址:

<http://hnkjcs.tmall.com>

邮购联系: 本社直销科 0731-84375808

印 刷: 衡阳顺地印务有限公司

(印装质量问题请直接与本厂联系)

厂 址: 湖南省衡阳市雁峰区园艺村 9 号

邮 编: 421008

出版日期: 2015 年 9 月第 1 版第 1 次

开 本: 710mm×1020mm 1/16

印 张: 19.75

字 数: 540000

书 号: ISBN 978-7-5357-8795-8

定 价: 39.00 元

(版权所有 · 翻印必究)



《名医推荐家庭必备偏方》编委会名单

主 编：旷惠桃

副主编：周 珂 王莘智 廖亮英

编 委：（按姓氏笔画为序）

王莘智	兰红勤	江 雅	刘慧玲	刘 涛	农康康
孙 爽	许 亮	李晓屏	朱忠益	旷惠桃	何 敏
陈智风	吴伊莹	吴树基	闵 锐	周祖贻	周 珂
杨 柳	柳玉佳	贺选玲	欧慧萍	唐 健	姚璐莎
徐豫湘	黄燕青	郭晓虹	袁轶峰	廖亮英	颜学桔





前 言

中医所谓偏方，即指组方简单，简便易行，费用低廉，疗效肯定，易于就地取材，常流传于民间，对某些疾病具有独特疗效的方剂。谚云：“偏方一味，气死名医。”偏方治病之疗效可见一斑。

本书以病为纲，以方为目，在浩如烟海的中医文献中，收集治疗包括内科、外科、妇科、儿科、眼科、耳鼻咽喉科、口腔科的400多种常见病、多发病的必备偏方，优中选优，每病精选1~6方，可谓集偏方大成之精萃。每方按组成、主治、用法进行编写，读者一目了然，且易于取材，易于制作；特别是每病均载有“名医指导”，从生活起居、饮食宜忌、心理调节等诸多方面进行指导，可谓授诸病调养秘籍之大成。

本书可作为海内外广大医务工作者、在校各级各类学生、病友特别是家庭的必备参考书。书中若有疏漏错误之处，敬请赐教，并特致谢忱。

湖南中医药大学第一附属医院
旷惠桃



目 录

第一篇 内科疾病

第一章 传染性疾病	(3)	肺结核		(24)
流行性感冒	(3)	结核性胸膜炎	(25)	
传染性单核细胞增多症	(3)	原发性支气管肺癌	(26)	
流行性脑脊髓膜炎	(4)	特发性肺纤维化	(27)	
流行性乙型脑炎	(5)	第三章 循环系统疾病	(28)	
传染性非典型肺炎	(5)	心功能不全	(28)	
病毒性胃肠炎	(6)	心律失常	(29)	
病毒性肝炎	(7)	心脏瓣膜病	(30)	
伤寒与副伤寒	(8)	冠状动脉粥样硬化性心脏病	(30)	
细菌性食物中毒	(8)	心绞痛	(30)	
细菌性痢疾	(9)	心肌梗死	(31)	
肠阿米巴病	(10)	原发性高血压	(32)	
疟疾	(11)	病毒性心肌炎	(33)	
钩端螺旋体病	(11)	肺栓塞与急性肺源性心脏病	(33)	
流行性出血热	(12)	慢性肺源性心脏病	(34)	
登革热与登革出血热	(13)	感染性心内膜炎	(35)	
淋病	(13)	多发性大动脉炎	(36)	
梅毒	(14)	血栓闭塞性脉管炎	(37)	
获得性免疫缺陷综合征	(15)	第四章 消化系统疾病	(39)	
血吸虫病	(16)	反流性食管炎	(39)	
钩虫病	(16)	食管癌	(40)	
蛔虫病	(17)	胃炎	(41)	
蛲虫病	(18)	急性胃炎	(41)	
丝虫病	(18)	慢性胃炎	(42)	
第二章 呼吸系统疾病	(19)	消化性溃疡	(43)	
急性上呼吸道感染	(19)	胃癌	(44)	
急性气管-支气管炎	(19)	克罗恩病	(44)	
慢性支气管炎	(20)	溃疡性结肠炎	(45)	
阻塞性肺气肿	(21)	大肠癌	(46)	
支气管哮喘	(21)	肝硬化	(47)	
支气管扩张症	(22)	肝性脑病	(47)	
肺炎	(23)	胆囊炎	(48)	
肺脓肿	(24)	急性胆囊炎	(48)	



慢性胆囊炎	(49)	亚急性甲状腺炎	(78)
胆石病	(50)	甲状腺功能减退症	(79)
胰腺炎	(50)	甲状腺功能亢进症	(80)
急性胰腺炎	(50)	第八章 新陈代谢疾病	(81)
慢性胰腺炎	(51)	糖尿病	(81)
原发性肝癌	(52)	糖尿病酮症酸中毒	(82)
第五章 泌尿系统疾病	(54)	低血糖症	(82)
尿路感染	(54)	高脂蛋白血症	(83)
肾小球肾炎	(55)	肥胖症	(84)
急性肾小球肾炎	(55)	第九章 风湿性疾病	(86)
慢性肾小球肾炎	(55)	风湿热	(86)
隐匿型肾小球肾炎	(56)	类风湿关节炎	(87)
肾病综合征	(57)	痛风	(88)
狼疮性肾炎	(57)	系统性红斑狼疮	(89)
过敏紫癜性肾炎	(58)	系统性硬化病	(90)
糖尿病肾病	(59)	皮炎炎与多肌炎	(91)
肾衰竭	(60)	混合性结缔组织病	(92)
急性肾衰竭	(60)	干燥综合征	(93)
慢性肾衰竭	(61)	雷诺病与雷诺现象	(94)
第六章 血液系统疾病	(62)	成人斯蒂尔病	(95)
缺铁性贫血	(62)	强直性脊柱炎	(95)
巨幼细胞贫血	(62)	白塞病	(96)
再生障碍性贫血	(63)	骨关节炎	(97)
白细胞减少症与粒细胞缺乏症	(64)	原发性骨质疏松症	(98)
白血病	(65)	颈椎病	(99)
急性白血病	(65)	腰椎间盘突出症	(100)
慢性白血病	(66)	第十章 神经系统疾病	(102)
淋巴瘤	(67)	脑出血	(102)
原发性血小板减少性紫癜	(68)	脑血栓形成	(103)
过敏性紫癜	(69)	癫痫	(104)
多发性骨髓瘤	(69)	病毒性脑炎	(104)
真性红细胞增多症	(70)	偏头痛	(105)
血友病	(71)	三叉神经痛	(106)
第七章 内分泌系统疾病	(73)	面神经炎	(107)
成人腺垂体功能减退症	(73)	帕金森病	(108)
尿崩症	(74)	重症肌无力	(109)
原发性醛固酮增多症	(74)	老年性痴呆	(109)
原发性慢性肾上腺皮质功能减退症	(75)	坐骨神经痛	(111)
皮质醇增多症	(76)	神经症	(111)
单纯性甲状腺肿	(77)	失眠	(112)
		[附] 中毒类急救偏方	(113)



第二篇 外科疾病

第十一章 疮疡病	(119)	胆道蛔虫病	(140)
疔	(119)	第十五章 泌尿生殖系疾病	(141)
丹毒	(120)	膀胱肿瘤	(141)
疖	(120)	慢性前列腺炎	(141)
疔	(121)	良性前列腺增生	(142)
全身化脓性感染	(121)	腹外疝	(143)
急性淋巴管炎与急性淋巴结炎	(122)	勃起功能障碍	(143)
第十二章 皮肤病	(124)	遗精	(144)
带状疱疹	(124)	男性不育症	(145)
湿疹	(124)	尿石症	(146)
荨麻疹	(125)	第十六章 周围血管疾病	(148)
神经性皮炎	(125)	小腿慢性溃疡	(148)
脂溢性皮炎	(126)	下肢静脉曲张	(148)
冻疮	(127)	动脉栓塞	(149)
斑秃	(127)	第十七章 肛门直肠疾病	(150)
白藓风	(128)	痔	(150)
疣	(129)	直肠肛管周围脓肿	(150)
寻常性痤疮	(129)	肛裂	(151)
多形红斑	(130)	肛瘘	(152)
银屑病	(130)	直肠脱垂	(152)
手足癣	(131)	第十八章 骨伤科疾病	(154)
体癣与股癣	(131)	骨折	(154)
颈淋巴结结核	(132)	脱位	(155)
疥疮	(132)	跟骨痛	(156)
第十三章 乳房病	(134)	软组织损伤	(156)
急性乳腺炎	(134)	急性腰扭伤	(157)
乳腺增生	(135)	腰肌劳损	(158)
乳腺癌	(135)	骨关节结核	(158)
乳房纤维腺瘤	(136)	化脓性骨髓炎	(159)
第十四章 腹部疾病	(138)	第十九章 其他外科疾病	(161)
胃下垂	(138)	烧伤	(161)
肠梗阻	(139)	冻伤	(162)
阑尾炎	(139)	毒蛇咬伤	(162)

第三篇 妇科疾病

第二十章 月经病	(167)	排卵性功能失调性子宫出血	(167)
功能失调性子宫出血	(167)	闭经	(169)
无排卵性功能失调性子宫出血	(167)	多囊卵巢综合征	(170)



痛经	(171)	子宫肌瘤	(184)
经前期紧张综合征	(171)	子宫内膜癌	(185)
围绝经期综合征	(172)	卵巢肿瘤	(186)
第二十一章 妊娠病	(174)	第二十四章 妇科炎症	(188)
妊娠呕吐	(174)	外阴炎	(188)
流产	(174)	非特异性外阴炎	(188)
先兆流产	(175)	假丝酵母菌外阴炎	(189)
习惯性流产	(175)	外阴溃疡	(189)
胎儿生长受限	(176)	前庭大腺炎	(190)
妊娠期高血压疾病	(176)	阴道炎	(190)
第二十二章 产后病	(178)	滴虫阴道炎	(191)
产后出血	(178)	假丝酵母菌阴道炎	(191)
产褥感染	(179)	老年性阴道炎	(192)
产褥中暑	(179)	细菌性阴道病	(192)
产后腹痛	(180)	宫颈炎	(193)
产后小便异常	(181)	盆腔炎	(194)
产后小便疼痛	(181)	第二十五章 其他妇科疾病	(195)
产后尿潴留	(181)	不孕症	(195)
产后关节痛	(182)	子宫内膜异位症	(195)
产后缺乳	(182)	外阴白色病变	(196)
第二十三章 妇科肿瘤	(184)	子宫脱垂	(197)
宫颈癌	(184)	性欲减退症	(198)

第四篇 儿科疾病

第二十六章 传染性疾病	(201)	维生素 A 缺乏病	(209)
麻疹	(201)	维生素 C 缺乏病	(209)
风疹	(201)	锌缺乏症	(210)
幼儿急疹	(202)	小儿肥胖症	(210)
水痘	(202)	第二十八章 消化系统疾病	(211)
流行性腮腺炎	(202)	急性假膜型念珠菌口炎	(211)
病毒性肝炎	(203)	疱疹性口炎与溃疡性口炎	(211)
百日咳	(204)	小儿呕吐	(212)
细菌性痢疾	(204)	小儿胃炎	(212)
猩红热	(205)	消化性溃疡	(213)
伤寒与副伤寒	(206)	小儿腹泻	(213)
传染性脓疱疹	(206)	小儿便秘	(214)
流行性脑脊髓膜炎	(207)	第二十九章 呼吸系统疾病	(215)
原发型肺结核	(207)	急性上呼吸道感染	(215)
第二十七章 营养性疾病	(208)	急性支气管炎	(215)
小儿营养不良	(208)	小儿肺炎	(216)
维生素 D 缺乏性佝偻病	(209)	小儿支气管哮喘	(217)



第三十章 泌尿系统疾病	(218)	注意缺陷障碍	(233)
泌尿道感染	(218)	遗尿症	(233)
急性肾小球肾炎	(218)	厌食症	(234)
小儿肾病综合征	(219)	夜啼	(234)
血尿	(220)	异食癖	(235)
第三十一章 循环系统疾病	(221)	小儿智力发育障碍	(235)
小儿心律失常	(221)	第三十七章 寄生虫疾病	(237)
充血性心力衰竭	(221)	蛔虫病	(237)
病毒性心肌炎	(222)	蛲虫病	(237)
第三十二章 血液系统疾病	(223)	钩虫病	(238)
小儿营养性缺铁性贫血	(223)	血吸虫病	(238)
再生障碍性贫血	(223)	疟疾	(239)
血友病	(224)	第三十八章 新生儿疾病	(240)
原发性血小板减少性紫癜	(225)	新生儿黄疸	(240)
急性白血病	(225)	新生儿破伤风	(240)
第三十三章 神经肌肉系统疾病	(227)	第三十九章 其他儿科疾病	(242)
小儿癫痫	(227)	夏季热	(242)
小儿脑性瘫痪	(227)	扁桃体炎	(242)
第三十四章 免疫性疾病与结缔组织病	(229)	急性扁桃体炎	(242)
过敏性紫癜	(229)	慢性扁桃体炎	(243)
风湿性关节炎	(229)	小儿汗症	(243)
第三十五章 内分泌疾病	(231)	小儿湿疹	(244)
儿童糖尿病	(231)	小儿痱子	(244)
儿童性早熟	(231)	小儿鼻出血	(245)
第三十六章 儿童心理行为异常疾病	(233)	化脓性中耳炎	(245)
		急性化脓性中耳炎	(245)
		慢性化脓性中耳炎	(246)

· 第五篇 眼科疾病

第四十章 眼睑病	(249)	流行性结膜角膜炎	(254)
眼睑湿疹	(249)	沙眼	(254)
睑腺炎	(249)	翼状胬肉	(255)
睑板腺囊肿	(250)	第四十二章 巩膜病	(256)
睑缘炎	(250)	巩膜炎	(256)
上睑下垂	(251)	第四十三章 角膜病	(257)
泪囊炎	(252)	细菌性角膜炎	(257)
第四十一章 结膜病	(253)	单纯疱疹性角膜炎	(257)
结膜炎	(253)	角膜溃疡	(258)
急性卡他性结膜炎	(253)	角膜瘢痕	(259)
慢性结膜炎	(253)	眼干燥症	(259)
病毒性结膜炎	(254)	第四十四章 晶状体病	(261)



白内障	(261)	中心性浆液性脉络膜视网膜病变	(266)
先天性白内障	(261)	视网膜脱离	(267)
原发性白内障	(261)	糖尿病性视网膜病变	(267)
青光眼	(262)	视网膜色素变性	(268)
原发性开角型青光眼	(262)	第四十六章 屈光不正	(270)
原发性闭角型青光眼	(263)	近视眼	(270)
交感性眼炎	(263)	第四十七章 视神经病	(271)
第四十五章 视网膜病	(265)	视盘炎	(271)
视网膜动脉阻塞	(265)	球后视神经炎	(271)
视网膜静脉阻塞	(265)	视神经萎缩	(272)
视网膜静脉周围炎	(266)		

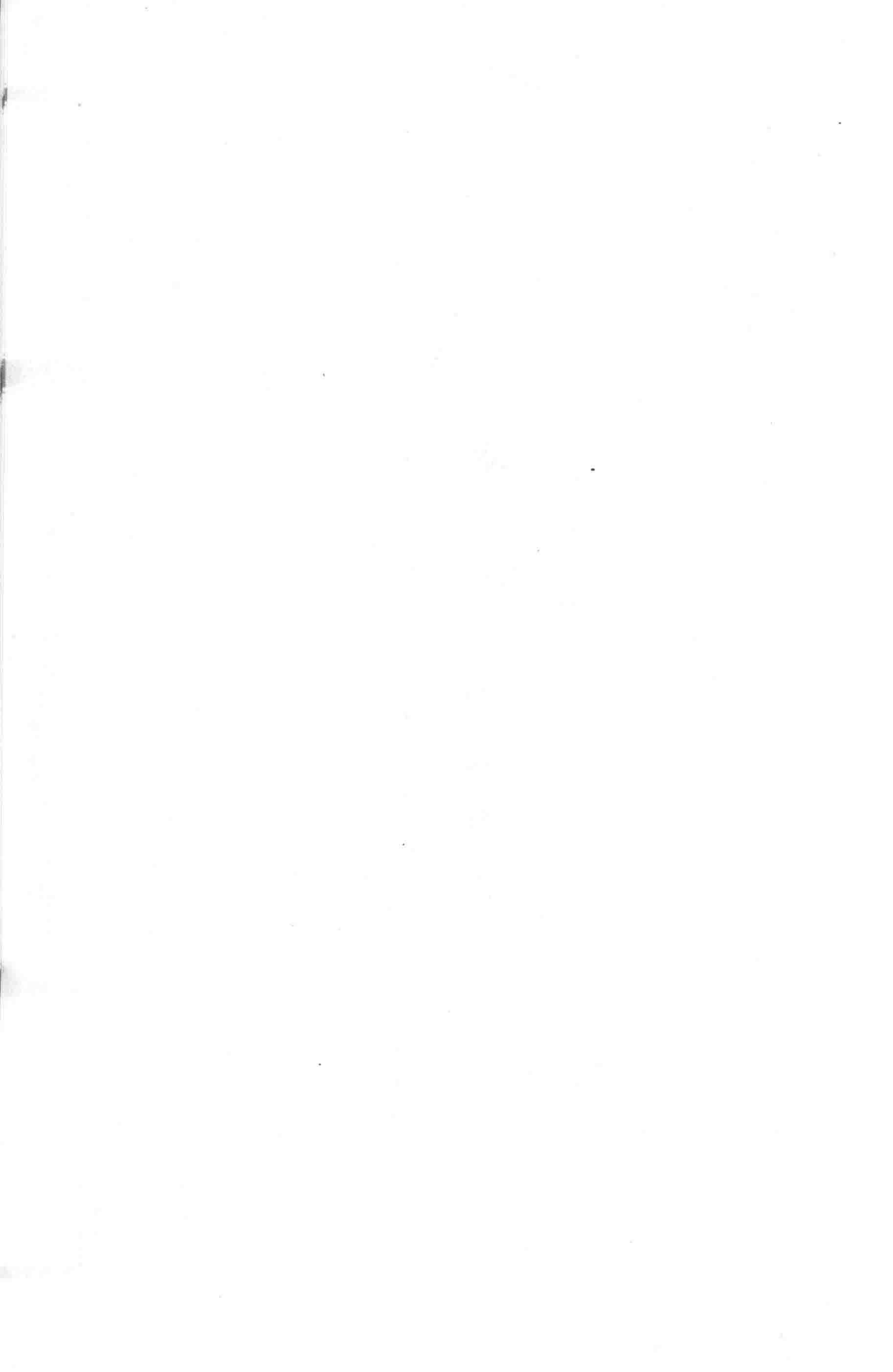
第六篇 耳鼻咽喉科疾病

第四十八章 耳科疾病	(277)	鼻出血	(284)
外耳疾病	(277)	鼻炎	(285)
耳周湿疹	(277)	鼻窦疾病	(287)
外耳道炎	(277)	鼻窦炎	(287)
中耳疾病	(278)	第五十章 咽喉疾病	(289)
急性化脓性中耳炎	(278)	咽及扁桃体病	(289)
慢性化脓性中耳炎	(279)	咽炎	(289)
内耳疾病	(279)	扁桃体炎	(290)
耳聋	(279)	咽喉部脓肿	(291)
梅尼埃病	(282)	扁桃体周围脓肿	(291)
第四十九章 鼻科疾病	(283)	失音病症	(292)
外鼻及鼻前庭病	(283)	喉炎	(292)
酒渣鼻	(283)	声带麻痹	(293)
鼻疖肿	(283)	咽喉杂病	(293)
鼻腔疾病	(284)	咽异感症	(293)
鼻中隔脓肿	(284)	鼻咽癌	(294)

第七篇 口腔科疾病

第五十一章 牙体病	(297)	牙周炎	(300)
龋齿	(297)	牙周脓肿	(301)
牙髓炎	(297)	第五十三章 口腔黏膜病	(302)
牙本质过敏	(298)	复发性口疮	(302)
牙痛	(298)	舌疮	(302)
第五十二章 牙周病	(300)	口角炎	(303)
牙龈炎	(300)	唇炎	(303)

第一篇 內科疾病





第一章 传染性疾病

流行性感冒

流行性感冒(简称流感)是由流感病毒所引起的急性呼吸道传染病。起病急骤,病情一般较普通感冒重,通过咳嗽、喷嚏经空气引起传播和流行。其病毒按内部和外部抗原结构不同分为3型:甲型流感常呈暴发或小流行,可引起大流行,是人类流感的主要病原;乙型流感呈暴发或小流行;丙型流感常为散发。以甲型流感对人群威胁性最大。

本病中医诊断为“时行感冒”。乃时令疫疔之邪侵犯肺卫,使肺卫失宣,肺气壅塞,以急起发热,咽喉肿痛,头身疼痛为主要表现的疫病类疾病。

【必备偏方】

偏方一

〔组成〕绵马贯众 500 克,甘草 60 克。

〔主治〕预防流感。

〔用法〕上药洗净切片,放大锅中加水 10 千克,煮 1 小时。每日 1 次,每次服 100~200 毫升,连服 3 日,小儿酌减。

偏方二

〔组成〕葱白 500 克,大蒜头 250 克。

〔主治〕预防流感。

〔用法〕切碎,加水 2 千克,煎煮,每日 3 次,每次 1 茶杯。

偏方三

〔组成〕野菊花秧子、鱼腥草、忍冬藤各 30 克。

〔主治〕防治流感。

〔用法〕上药加水 500 毫升,煎成 200 毫升,每次服 20~40 毫升,每日 3 次。

偏方四

〔组成〕野菊花 30 克,黄荆叶、金银花各 15 克。

〔主治〕防治流感。

〔用法〕水煎,分 2 次服,每日 1 剂。

偏方五

〔组成〕西河柳、霜桑叶各 10 克,生姜 3 片。

〔主治〕流感。

〔用法〕水煎,分 3 次温服,取微汗。

偏方六

〔组成〕小贯众、十大功劳、松针、忍冬藤各 15 克。

〔主治〕流感。

〔用法〕水煎,分 3 次服,每日 1 剂。

【名医指导】

1. 在日常生活中需要注意勤洗手,勤换牙刷,脚部保暖。
2. 饮食清淡,忌食油腻辛辣刺激性食物,多食新鲜水果蔬菜。
3. 保持精神愉快,合理睡眠。
4. 出汗后及时更换衣服,注意保暖。
5. 避免到公共场所、人群多的地方活动。
6. 注意不与他人共用毛巾、脸盆、茶杯等物品。

传染性单核细胞增多症

传染性单核细胞增多症是由病毒引起的一种急性或亚急性淋巴细胞增生性传染病。病原体是一种与疱疹病毒结构相似但抗原性不同的 EB 病毒。病毒通过密切接触、飞沫、输血等途径传播而感染。本病属自限性疾病,大多预后良好。

本病中医属于“伏暑”、“风温”等病范



畴。多因机体正气不足，温热毒邪侵入肺卫或上循肝胆所致。病发于秋末冬初者属于中医“伏暑”范畴。

【必备偏方】

偏方一

〔组成〕金银花 10 克，粳米 60 克。

〔主治〕传染性单核细胞增多症。症见发热，咽喉疼痛，扁桃体肿大者。

〔用法〕先水煎金银花取汁 100 毫升，再煮粳米成粥，熟后下金银花汁同煮数沸，待温即可食用。

偏方二

〔组成〕野菊花、绿茶各适量。

〔主治〕传染性单核细胞增多症。症见发热，口干，咽喉疼痛者。

〔用法〕开水沏泡，随意饮用。

偏方三

〔组成〕穿山甲鳞片 30 克，黑鱼 1 条。

〔主治〕传染性单核细胞增多症。症见淋巴结肿大者。

〔用法〕剖鱼，去肠杂，洗净，与穿山甲同炖汤，服汤食鱼肉。

【名医指导】

1. 卧床休息，限制活动量。
2. 保持室内通风，室温在 $18^{\circ}\text{C} \sim 22^{\circ}\text{C}$ ，湿度在 $50\% \sim 60\%$ 。
3. 给予清淡、易消化的高热量、高蛋白、高维生素的流质或半流质饮食。鼓励患者多饮水或饮料。
4. 体温超过 38.5°C 时，根据病情选择不同的降温方法，如冰袋外敷、温水擦浴、冷盐水灌肠。
5. 保持口腔清洁，口唇干裂时涂液状石蜡或唇膏。
6. 衣服和盖被要适中，避免影响机体散热。
7. 出汗后及时更换衣服，注意保暖。

流行性脑脊髓膜炎

流行性脑脊髓膜炎（简称流脑）是由脑膜炎奈瑟菌引起的急性化脓性脑膜炎。致病菌由呼吸道进入人体，在鼻咽部繁殖，继而

进入血循环，形成败血症，最后局限于脑膜与脊膜，形成化脓性炎症。

本病中医诊断为“春温”。多因温热疫毒之邪经口鼻而入，侵入营血，上犯于脑，扰乱神明。以冬春季骤起高热，头痛，项强，呕吐，发斑，烦躁，继则神昏、惊厥为主要表现的疫病类疾病。本病传变规律，多按卫气营血发展，但因疫毒极易化火，故传变迅速，各阶段临床表现多无明显界限，往往相互交叉，重叠互见。

【必备偏方】

偏方一

〔组成〕金银花、板蓝根各 15 克。

〔主治〕预防流脑。

〔用法〕加水 500 克，煎成 250 克，当茶饮，连服 3~5 日。

偏方二

〔组成〕大青叶 15 克，黄豆 30 克。

〔主治〕预防流脑。

〔用法〕水煎服，每日 1 剂，连服 7 日。

偏方三

〔组成〕生石膏适量，鸡蛋白 3 枚。

〔主治〕流脑。

〔用法〕石膏研末与鸡蛋白调成糊状，敷头部，有止痛退热之效。

偏方四

〔组成〕荞麦粉、石膏各 60 克。

〔主治〕流脑。症见发热头痛，口渴。

〔用法〕共研细末，醋调为饼，敷额头。

偏方五

〔组成〕紫花地丁 60 克。

〔主治〕流脑。

〔用法〕水煎服，每日 1 剂。

【名医指导】

1. 流行期间做好宣传工作，开展卫生运动，搞好室内卫生。
2. 注意个人及环境卫生，儿童避免到拥挤的公共场所。
3. 提倡少开会、少走亲访友。
4. 早期发现和隔离患者。
5. 流脑菌苗免疫注射。
6. 药物预防。



流行性乙型脑炎

流行性乙型脑炎（简称乙脑）是由乙型脑炎病毒引起的急性中枢神经系统传染病。动物，尤其是猪为主要传染源，传播媒介主要是蚊子。本病有明显的季节性，多在夏季流行。小儿多见，死亡率较高，部分患者可留下后遗症。

本病中医诊断为“暑温”，又称“暑瘟”。因夏秋之交，暑热疫毒之邪随蚊子叮咬而进入人体，上犯于脑，扰乱神明。以暑季骤起高热，头痛，呕吐，项强，甚则神昏、抽搐为主要表现的疫病类疾病。

【必备偏方】

偏方一

〔组成〕板蓝根 10 克。

〔主治〕预防乙脑。

〔用法〕加水 2 碗煎成 1 碗，每日 1 剂，1 次服完。

偏方二

〔组成〕鲜荷叶、冬瓜子 30 克，菊花 4.5 克。

〔主治〕预防乙脑。

〔用法〕煎水代茶饮。

偏方三

〔组成〕威灵仙根适量。

〔主治〕乙脑。

〔用法〕用二道米泔水磨汁内服，每次服 1.5 克，连服 2~3 次。

偏方四

〔组成〕西瓜汁、白糖各适量。

〔主治〕乙脑。

〔用法〕大量饮之，不能饮者可用鼻饲法。

偏方五

〔组成〕鲜香蕉根 1000 克，蜂蜜适量。

〔主治〕乙脑初起。

〔用法〕将新鲜香蕉根去皮，清洗干净，捣烂后绞成汁，加入适量清水烧开后，加入蜂蜜适量即可。每日服 500~1000 毫升，温服。

【名医指导】

1. 预防乙脑的关键是抓好灭蚊。

2. 在高发、盛夏季节时，避免去公共场所，人群多的地方活动。

3. 注意口腔卫生及进行口腔护理，预防口腔溃疡的发生。

4. 饮食清淡，忌烟酒。

传染性非典型肺炎

传染性非典型肺炎主要由肺炎支原体、肺炎衣原体、军团菌、冠状病毒或其他病毒等引起，主要通过飞沫经呼吸道传染和与患者的接触传染。有较强的传染性，人群普遍易感。临床表现在开始时类似于流感的症状，主要表现为发热、头痛、肌肉酸痛等，呼吸道症状反而不很明显，或有咳嗽，多为干咳少痰，重症者出现呼吸急促，可发展为急性呼吸窘迫综合征（SARS）。实验室检查：外周白细胞计数不高或降低。肺部 X 线检查：可见不同程度的单侧或双侧不对称局灶性浸润阴影。抗菌药物治疗无效。

本病属于中医“瘟疫”、“风温”范畴。因感受风热病邪而发病，四时均可发生，但多见于春、冬两季。常因伏邪内藏，正气不足，复因春温之时皮肤毛窍开泄，外邪客于人体引动伏邪，或疫疔之气侵犯人体，内外相合，上干肺卫，发为咳嗽或干咳少痰，呼吸急促等症。

【必备偏方】

偏方一

〔组成〕鲜芦根 20 克，金银花、连翘各 15 克，蝉蜕、僵蚕各 10 克，薄荷 6 克，生甘草 5 克。

〔主治〕预防传染性非典型肺炎。

〔用法〕水煎代茶饮，每日 1~2 剂。

偏方二

〔组成〕苍术 21 克，白术、沙参各 15 克，黄芪 6 克，防风 10 克，金银花 20 克，藿香、绵马贯众各 12 克。

〔主治〕预防传染性非典型肺炎。

〔用法〕水煎服，每日 2 次，连服 7~10 日。

偏方三

〔组成〕绵马贯众、金银花、连翘、大青



叶、紫苏叶、葛根、藿香、苍术、佩兰各 10 克，太子参 15 克。

〔主治〕预防传染性非典型肺炎。

〔用法〕水煎服，每日 2 次，连服 7～10 日。

偏方四

〔组成〕干芦根 4～5 克，板蓝根、僵蚕、牛蒡子、蝉蜕各 10 克，金银花 12 克，连翘 15 克，绵马贯众 6 克，桔梗、生甘草各 3 克，生姜 3 片。

〔主治〕预防传染性非典型肺炎。

〔用法〕水煎服，每日 1 次，每次 1 剂，连服 3～6 日。

〔名医指导〕

1. 注意公共卫生：保持办公室室内空气流通，经常开窗通风；保持办公用具和器材清洁；对于大型公共设施如宾馆、商场、超市、影剧院和会议中心等应保证空调系统的供风安全。在需要调节空气温度、湿度的情况下，保证充足的新鲜空气输入。在不需要调节空气温度、湿度的情况下，全面使用新鲜空气输入，关闭回风通道。所有排风要直接排到室外。必要时，可对整个供气设备和送气管路用 500 至 1000 毫克/升的含氯消毒剂溶液擦拭消毒。

2. 注意个人卫生：每个人都要注意个人卫生，培养良好的生活习惯；打喷嚏和咳嗽时注意用纸巾遮挡。并尽量减少与家人、同事等人员的密切接触机会。

3. 注意饮食卫生：现在还没有证据表明传染性非典型肺炎患者能通过食物传播其病原体，但接触患者的呼吸道分泌物是可以感染的。因此，建议共同用餐时，除了要注意用餐环境通风、空气新鲜外，还推荐市民使用公筷和公匙。

4. 及时就医：如果身体感觉不适，要留在家中休息，不要上班；出现相关病症，如发热（体温>38℃）、咳嗽、全身酸痛等症状时，要立即去医院就医。

病毒性胃肠炎

病毒性胃肠炎是由多种病毒引起的胃肠

疾病，以急性腹痛、腹泻、呕吐为主要临床表现。常见的病毒性胃肠炎为诺沃克病毒和轮状病毒所引起，病毒主要侵犯十二指肠和空肠，引起分泌性腹泻，大量的吐泻引起失水和电解质紊乱。本病为自限性疾病。小儿较成人多发，多由日常生活接触，通过粪-口途径传播。

本病中医属于“泄泻”中的“暴泻”范畴。由于感受寒湿或湿热之邪，导致脾胃运化功能失调，水谷清浊不分，并走大肠所致的以腹痛、腹泻、泻下急迫、肠鸣，甚则肛门灼热等为主要表现的泄泻类疾病。

〔必备偏方〕

偏方一

〔组成〕橙子 1 个，蜂蜜 50 克。

〔主治〕胃肠炎。症见食积气滞，脘中痞闷，不思饮食等。

〔用法〕先将橙子用水浸泡去酸味，然后带皮切成四瓣，加清水适量，放入蜂蜜，同煮 20～25 分钟，捞出橙子留汁。分多次服，每日 1 剂，代茶饮。

偏方二

〔组成〕藿香 6 克，山楂 15 克，谷芽、麦芽各 10 克。

〔主治〕胃肠炎。症见脘腹胀满，嗳气厌食等。

〔用法〕将山楂、谷芽、麦芽煎沸后放入藿香，取汁。每日 1 剂，代茶饮。

偏方三

〔组成〕鲜车前草叶 60 克，粳米 100 克，葱白 1 根。

〔主治〕胃肠炎。症见食积气滞，脘中痞闷，不思饮食等。

〔用法〕将鲜车前草叶洗净，切碎，加葱白和适量水同煎，水开后煎 10～15 分钟去渣，再加入粳米煮粥，至米烂粥稠即可。每次 200 毫升，每日 3 次。

偏方四

〔组成〕藿香 30 克（或干藿香 15 克），粳米 100 克。

〔主治〕胃肠炎。症见食积气滞，脘中痞闷，不思饮食等。

〔用法〕将藿香加水 200 毫升煎 8～10 分