

韦英才 吴小红 黎佳 李凯凤 主编

我的用方体会



广西科学技术出版社

我的用方体会

韦英才 吴小红 黎佳 李凯风 主编



广西科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我的用方体会 / 韦英才等主编. — 南宁: 广西科学技术出版社, 2016. 4

ISBN 978-7-5551-0612-8

I. ①我… II. ①韦… III. ①验方—汇编 IV.
①R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第 064584 号

我的用方体会

WO DE YONGFANG TIHUI

韦英才 吴小红 黎 佳 李凯风 主编

责任编辑: 陈勇辉 罗煜涛

责任校对: 何燕英

封面设计: 韦娇林

责任印制: 韦文印

出 版 人: 韦鸿学

出版发行: 广西科学技术出版社

社 址: 广西南宁市东葛路 66 号 邮政编码: 530022

网 址: <http://www.gxkjs.com>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 广西大华印刷有限公司

地 址: 南宁市高新区科园路 62 号

邮政编码: 530007

开 本: 890 mm×1240 mm 1/32

字 数: 135 千字 印 张: 4.625

版 次: 2016 年 4 月第 1 版

印 次: 2016 年 4 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5551-0612-8

定 价: 32.00 元

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

编委会

学术顾问 黄汉儒

主 编 韦英才 吴小红 黎 佳 李凯风

编 委 覃文波 邓汝铭 陆 文 杨海云

梁秋琼 张伟平 刘 强 章培愉

宁小玲 陈荟琴

前言

流传于民间的验方、偏方，历史源远流长，是我国历代劳动人民与疾病做斗争的智慧结晶，也是祖国医学发展的基石。在数千年的历史长河中，我们的祖先积累了许多强身防病的方法和经验，再经过历代医家与广大百姓的不断充实与发展，得以形成并完善了祖国医学防病养生的理论与临床实践体系，对其挖掘、继承和发展，是对祖国医学的一个伟大贡献。

大凡学医者，读书、临证、思考是他们成才的三要素，缺一不可。中医学是一门理论医学，不读书不足以明理；中医学是一门实用医学，不临证不足以体会；中医学是一门传统医学，不思考不足以悟道。对于一名中医临床者而言，读书，所读的是方之上的法；临证，所用的是法之下的方；思考，所思的是法与方、方与法。只有通过读书的沉淀、临床的积累，才能体会与升华。《我的用方体会》一书，用平实的文字，记录了中医、民族医在临证中读书、在读书中临证的思考和体会，也收集了中医药、民族医药爱好者和其他广大老百姓在与疾病做斗争中总结出的用方经验。读者既可从这些文字中学会一法一方的临床使用，也可以学到如何在临证中读书，如何在读书中临证，如何在读书与临证结合中思考。

医海无涯，学海无边。简单小验方，健康大学问。

编者

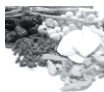
2016年4月



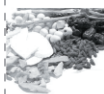
目 录

内科篇

民间食疗治便秘	杨喜添 (3)
壮医药线点灸治愈尿血症	袁振兴 (4)
我找到了感冒的克星	唐秉权 (4)
壮医治喉痛方屡试屡验	郭正学 (5)
“稳心灵”治好了早搏	周根发 (6)
白花蛇舌草治扁桃体炎真灵	肖五洲 (6)
白芷治疗痛经效果好	朱定远 (7)
乌贼骨汤治愈更年期子宫出血症	秦东云 (7)
家庭保健离不开它	李章华 (8)
民间单方治愈多年气管炎	肖献华 (9)
感冒咳嗽巧用蒙医方	秦 敏 (9)
不是医生也能治好病	杨国能 (9)



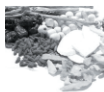
希望患者都能得到治愈的机会	范瑞然 (11)
《民族医药报》助我斗癌魔	龙文均 (14)
女儿荐方治好我的关节炎	王 芳 (17)
桑根治高血压，效好价又廉	欧永存 (18)
大蒜头包脚底，支气管炎断了根	杨甫强 (18)
验方助儿治大病	廖亚屏 (19)
订一份报，少两种病	康冬梅 (20)
小方法帮我除顽疾	徐修本 (20)
哮喘验方救了四叔的命	王孝华 (21)
用方成良医	欧阳志 (22)
用药如用兵，对症病根除	岳仁和 (23)
山重水复疑无路，遇医药报喜逢春	苏焕基 (24)
中药治疗低血压，临床症状均消失	何孟熹 (25)
《民族医药报》教我治风湿	曾广雄 (26)
蒙医良方治好我的支气管炎	段 方 (26)
“三虫散”治脑血栓见效快	农崇峰 (27)
一则食疗方治愈痔疮	丁 乡 (27)
我用方治好老年前列腺增生	李光化 (28)
单方治愈 40 年的慢性支气管炎	吴荣善 (29)
中西医结合治疗尿毒症效果好	侯祥祯 (29)
三味中草药治愈妻子的胆囊炎	李远龙 (30)
它才是真正的良医	谢毓盛 (31)
消臌冲剂使三叔的肝硬化腹水消失了	张 强 (31)
服用三七，心绞痛未见复发	张金海 (32)
按方服药，减轻中风困扰	韦玉清 (33)



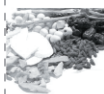
两味药治好母亲的胆囊炎	孙志康 (33)
小验方改善老伴的糖尿病	张文斌 (34)
验方价廉效好,治愈妻子胆石症	黄金朋 (34)
验方效果好,我与朋友都受益	秦大树 (35)
穴位疗法治老胃病	张志远 (35)
心绞痛用药新知解除冠心病困扰	姜洪滨 (36)
桑叶菊花枕助我降血糖	阴风霞 (36)
茅莓治月经淋漓不断	王崇仪 (37)

外科篇

壮医药线点灸治好乳腺小叶增生症	梁方生 (41)
五白膏令“港姐”重现西施容貌	韦兆愿 (41)
五白膏能治好“港姐们”的病,也能治好 “南宁妹”的病	陆芝宁 (42)
使用五白膏后,黄褐斑消退了	陆芝宁 (42)
猪眼疗疾效确切	韦启章 (43)
大蒜可治蜈蚣咬伤	李淑民 (44)
“康肤汤”治小儿皮肤病疗效好	吴洪森 (45)
运动疗法治愈肩周炎	袁明术 (46)
治疮不花一分钱,只用了三味草药	佚名 (46)
小报也能治大病	高献中 (47)
验方治病有神效	任阶廷 (48)
登报求医,治好儿子的湿疹	麦引荣 (50)
治急性腰扭伤偏方还真行	丁一波 (51)



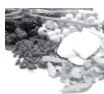
血府逐瘀汤治愈我的皮肤病	张庆华 (52)
甘草治手脚皲裂	孙致正 (53)
民间验方治手脚皲裂真有效	方 向 (53)
治乳腺增生方确实有用	黄典云 (54)
我用药酒治老伴脚扭伤	陈来法 (54)
小方治扭伤，只用一元钱	郭永元 (55)
用验方治银屑病	邓启清 (55)
温阳益气法治好“老寒腿”	黄育文 (56)
一心为民除疾患	农培德 (56)
服了“肩痹汤”，肩周炎疼痛消	向金宝 (57)
内外合治脂溢性皮炎	孙国峰 (58)
良医治好皮肤病	欧阳志 (58)
小验方治疗痔疮、头屑真灵	阿 胜 (59)
紫草油治疗慢性湿疹疗效佳	覃建广 (59)
“土法”治好跟骨骨刺疼痛	胡沛斌 (60)
献方治好鱼鳞痣	潘定珍 (61)
当归芍药散治黄褐斑效果好	佚 名 (61)
王不留行治好带状疱疹	大 胜 (62)
按方进行治疗，带状疱疹痊愈	张 浩 (62)
脉管炎不再复发	蒋正雄 (63)
照方治疗，颈椎病、腰椎病全无	佚 名 (63)
千里光对疖子、伤口感染有奇效	龙宏伟 (64)
报纸上的验方确实好	黄金朋 (65)
当归、紫草治愈外孙女手掌脱皮	林德瑞 (65)
中药内服外洗治好我的难言之痒	张西军 (66)



好验方改善骨质增生症状	李 贵 (66)
我治好了朋友的脉管炎	黄金朋 (67)
花椒、枯矾治愈头癣	田广元 (67)

杂病篇

民间“治婴儿惊恐一法”真灵验	曹长江 (71)
“噎食的家庭急救”法显奇功	石 恒 (71)
用了牙痛方，牙不再痛了	杨德财 (72)
照方服药，视力好转	张映文 (73)
汇编在手，疾患不愁	文 忠 (73)
中药调理祛除黑眼圈	高 宁 (74)
我捡回了一条命	王再立 (75)
我为母亲治腰痛	皮冬菊 (76)
不迷信，信科学，科学知识显神通	刘海田 (76)
眼疾治愈靠验方	巢文忠 (77)
头痛缠绵难愈，几剂良药病除	阮建常 (78)
一则验方挽救了一个濒临破裂的家庭	方素诚 (78)
“鼻渊散”治疗鼻窦炎有特效	李纪秋 (79)
“鼻渊散”治好我的鼻窦炎	闫宇奥能 (79)
“龙鱼散”令鼻窦炎不再复发	单春华 (80)
治顽固性失眠有良方	李慧芳 (81)
用好验方，筋骨疼痛全消	唐基兴 (81)
治鼻出血验方真灵	赵清华 (82)
生姜汁治久咳不愈	陈光华 (82)

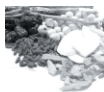


三十余年的中耳炎治好了	王运动 (83)
治不孕症方解除表妹的烦恼	李忠良 (83)
喝药酒治腰痛	黄敬德 (84)
巧用药方治“尿床王”	任纪海 (84)
订一份报省三千元	胡炳全 (85)
鸡肝、青葙子治夜盲症	陈德球 (86)
验方治睑腺炎、盗汗立竿见影	谢 奖 (86)
食疗方治愈腹泻顽疾	龙安国 (87)
治小儿腹泻方疗效确切	李典云 (87)
验方解除我的肝郁腰痛症	何福生 (88)
穴位注射法使咯血病不再复发	刘正平 (88)
用方治半身不遂，生活基本能自理	张志远 (89)
菟丝子入药，去除坐骨神经痛	许志泉 (89)
治突发性耳鸣的用方体会	范代冲 (90)
《民族医药报》，个个都称赞	黄金朋 (90)
用方治疗面肌痉挛症的体会	赵书珍 (91)
巧用韭菜籽、蜂蜜治便秘	曹泳胜 (93)
盗汗、牙痛快速治愈	陈千余 (93)
治牙痛小方二款	路 瑶 (94)
固齿止痛妙方有特效	廖玉元 (94)
吃猪脑根治头痛症	张志远 (96)
连须藕节祛除鼻息肉	郭生明 (96)
治疗水肿的良方：消水圣愈汤	梁庆森 (97)
一年花费 37 元，小脚抽筋不见了	梁秋涓 (98)



综合篇

农家的良师益友	罗日登 (101)
五加皮中毒的救星	师先勤 (101)
你长大了十岁，我多活了十年	何情一 (102)
妈妈的挚友和保健医生	曾 丽 (104)
《民族医药报》名不虚传，验方屡用屡验	汤舒婷 (105)
集报往事	徐焕东 (106)
喜读“长寿经”	胡剑楼 (107)
报纸一张，良医一个	李海清 (107)
“止泻散”治愈小儿腹泻	邓朝纲 (109)
好验方使我走上健康之路	徐相恒 (109)
《民族医药报》助我再就业	黄存琴 (110)
家庭必备的保健良方	张玉麟 (111)
一朵美丽的鲜花	黄亦兵 (112)
十年交往，百看不厌	王子富 (113)
《民族医药报》是农村素质教育的好教材 朱晓萍 卜颜芳	张相桦 (114)
长白山区教师喜读《民族医药报》	卞今良 (115)
照葫芦画瓢也能治好病	潘东原 (116)
好文章令我重新振作	卫桂苟 (116)
治病良方深受师生喜爱	肖松恒 (117)
医务人员都很佩服它	高献忠 (118)
实用验方十分灵验	梁冬喜 (119)



良师教我除病魔	牙茂叔 (120)
《民族医药报》收藏价值高	余章英 (121)
家庭医生为我排忧解难	廖建华 (123)
白衣天使医治我的心理疾患	李树祥 (123)
中老年人的健康挚友	周 振 (124)
用方治愈盗汗和肩周炎	周大胜 (125)
报上验方治好我的病	唐伍元 (125)
健康多亏有了《民族医药报》	张立华 (126)
没有理由不爱它	许士芳 (127)
我与《民族医药报》结下了不解之缘	姚泽民 (127)
我用验方缓解多年老毛病	姜登文 (128)
乡村医生的良师益友	兰天就 (129)
老年人的好伴侣	张立华 (130)
群众身边的好医生	卢秀萍 (131)
小小报纸传真爱	袁学来 (131)
《民族医药报》文章获赞多	秦 玟 (132)
高明“医生”疗百疾	石 恒 (133)
读报收获健康	陈祖廉 (134)
我的好帮手	唐中元 (136)



内科篇





民间食疗治便秘

杨喜添

今年2月16日，我从《民族医药报》上看到一篇名为《民间食疗治便秘》的文章后，引用了其中的秘方：猪蹄一个斩碎，入锅煎煮后，加入生地50~60克共煮，放盐少许，每天分2次服，连汤和猪蹄一起吃完。服用2天后，效果甚佳，比往常服用牛黄解毒片更加舒服，还治好了我多年的习惯性便秘。之后，我将此方介绍给患有便秘的同事，他们也取得了同样的疗效。真是得一秘方胜找良医。

附原文：

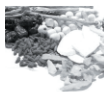
民间食疗治便秘

梁庆森

便秘者，有的人每隔一天排大便一次，也有的每两三天排一次，更有四五天以上排一次的。患者腹胀不适，纳食不香，排便非常困难。此病以中老年人居多。甚至有些患者多年不愈，吃百药效微而忧郁异常。前些时候，笔者得一民间验方猪蹄生地汤，介绍给多位便秘病人服用后，效果满意，现介绍于此。

取猪前蹄一个斩碎，入锅煎至快熟透时，加入生地50~60克，再煎沸20分钟左右，加盐少许，喝汤吃猪蹄，一天分2次吃完。一般服1~2天可愈。服后尚感药效不强时，可适当增加生地分量，或再加玄参10克；对于久患便秘而体虚者，此方再加熟地6~9克，以防泻泄。

据笔者多年的临床体会，治疗便秘一证，若以致伐法，投以泻剂（如“承气汤”或单用大黄、番泻叶等），对于实症而体不弱者尚见功，若年久便秘的老年人或体虚者，服后则病情加重或变生他病。而猪蹄生地汤不论寒热虚实，统治一切便秘证，男女老少均宜。方内生地性寒、味甘，滋阴清热、凉血，导肠胃之郁火而不伤正，配以猪蹄扶正润肠，故大便自通。



壮医药线点灸治愈尿血症

袁振兴

我老伴名叫张凤玲，51岁，患尿血症，小腹坠痛，小便有枣般大的血块，病情严重。我用报上介绍的壮医药线点灸疗法，在老伴身上点灸神厥、关元、百会、阳陵泉、中极、梁丘等几个穴位。两小时后，小腹坠痛停止，尿痛也有所缓解。以后每天点灸一次，每次一至二壮，第五天血块消失（配服中药止血药），接着再点灸几次尿清病愈。我由衷地感慨，壮医药线点灸真神。

我找到了感冒的克星

唐秉权

以前，我与女儿常患感冒，每年都要为此花去不少的医药费，这真害苦了我们父女俩。1991年9月的一天，我又不慎感冒了，且比以往更加严重。在县医院就医时，我无意间发现了一张1991年8月5日的《民族医药报》，拿来一看，竟有“验方专版”，且登有专治感冒的良方“巧用花草叶防治感冒”。我立即抄下，回家后按验方自制了药物。第一次服下药物后，病情即有所好转，连服4天后，我的感冒竟痊愈了。更可喜的是，我至今再没有患过感冒。后来我女儿感冒时也服了自制的药物，效果亦同样的好。我爱人高兴地对我说：“你可找到了感冒的克星。”

附原文：

巧用花草叶防治感冒

烈 辉

感冒是一种常见病，目前尚无特效药。这里介绍一种简便的运