

生活保健百科全书

偏方秘方

大全

周思编著

中国妇女出版社



生活保健百科全书

偏方秘方大全

大全

周思 编著



中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

偏方秘方大全/周思编著. —北京:中国妇女出版社,
2007. 12
ISBN 978 - 7 - 80203 - 497 - 6

I. 偏... II. 周... III. ①土方—汇编②秘方—汇编
IV. R289. 5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 180314 号

偏方秘方大全

作 者:周 思 编著

责任编辑:付 宗

插 图:任雅帅

封面设计:沈 琳

责任印制:王卫东

出版发行:中国妇女出版社出版发行

地 址:北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码:100010

电 话:(010)65133160(发行部) (010)65133161(邮购)

网 址:www.womenbooks.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京忠信诚胶印厂

开 本:145 × 210 1/32

印 张:14. 875

字 数:236 千字

版 次:2008 年 1 月第 1 版

印 次:2008 年 1 月第 1 次

书 号:ISBN 978 - 7 - 80203 - 497 - 6

定 价:24. 80 元

版权所有·侵权必究(如有印装错误,请与发行部联系)

目 录

第一章 内科常见方 / 1

07	■ 一、感 冒	1
08	■ 二、咳 嗽	9
08	■ 三、哮 喘	19
18	■ 四、气管炎	28
18	■ 五、支气管炎	30
28	■ 六、痰 盛	31
28	■ 七、肺 炎	32
28	■ 八、肺结核	34
28	■ 九、发 热	39
28	■ 十、风寒湿痹	41
28	■ 十一、伤寒与副伤寒	41
28	■ 十二、肺脓肿、肺痈	43
28	■ 十三、矽肺	45

■ 十四、咯 血	45
■ 十五、呕 吐	46
■ 十六、食滞(消化不良)	50
■ 十七、便 秘	61
■ 十八、呃 逆	66
■ 十九、心 悸	67
■ 二十、心 衰	67
■ 二十一、冠心病	68
■ 二十二、高血压	72
■ 二十三、低血压	79
■ 二十四、健忘症	80
■ 二十五、眩晕症	80
■ 二十六、晕车船	81
■ 二十七、动脉硬化	81
■ 二十八、泌尿系感染	82
■ 二十九、胸膜炎	82
■ 三十、腹 胀	83
■ 三十一、急性胃肠炎	83
■ 三十二、胃 痛	84
■ 三十三、胃及十二指肠溃疡	90
■ 三十四、胃下垂	95
■ 三十五、神经衰弱	97

目录

■ 三十六、脑萎缩	108
■ 三十七、脑梗塞	109
■ 三十八、脑血栓	109
■ 三十九、三叉神经痛	109
■ 四十、坐骨神经痛	110
■ 四十一、风湿性关节炎	110
■ 四十二、类风湿性关节炎	111
■ 四十三、疟疾(建议去正规医院就诊)	112
■ 四十四、痉 挛	113
■ 四十五、盗汗、自汗、多汗	113
■ 四十六、遗 尿	116
■ 四十七、肾小球肾炎	120
■ 四十八、淋 证	121
■ 四十九、尿潴留(治疗仍以正规医院为准)	126
■ 五十、糖尿病	127
■ 五十一、头 痛	134
■ 五十二、痢 疾	136
■ 五十三、黄 疸	143
■ 五十四、肝炎、肝脾肿大	144
■ 五十五、水肿腹水	149
■ 五十六、癫 痫	159
■ 五十七、面神经麻痹	163

第二章 外科常见方 / 165

- 一、切 伤 165
- 二、烧烫伤 166
- 三、冻 伤 171
- 四、鞋磨伤 176
- 五、阑尾炎 176
- 六、胆囊炎 177
- 七、急性乳腺炎 177
- 八、脉管炎 178
- 九、结石症 179
- 十、痔 疮 180
- 十一、脱 肛 186
- 十二、疝 气 187
- 十三、泌尿系结石 191
- 十四、甲状腺肿大(瘰疬) 192
- 十五、丹 毒 194
- 十六、疮疖疔痈 197
- 十七、黄水疮 211
- 十八、蛇、虫、兽咬伤 212
- 二十、脑震荡 216

第三章 儿科常见方 / 217

■ 一、百日咳	217
■ 二、小儿疳积(消化不良)	218
■ 三、水痘	222
■ 四、小儿泄泻	224
■ 五、小儿痢疾	226
■ 六、鹅口疮	228
■ 七、小儿口疮	229
■ 八、小儿遗尿	230
■ 九、小儿夜啼	232
■ 十、小儿麻痹证	232
■ 十一、婴儿湿疹	233
■ 十二、流涎	234
■ 十三、小儿伤食	234
■ 十四、小儿惊风	235
■ 十五、神经质	236
■ 十六、佝偻病	237
■ 十七、小儿汗症	239
■ 十八、新生儿脐炎	241
■ 十九、儿科杂病	242

第四章 妇科常见方 / 243

■ 一、妊娠诸疾	243
■ 二、流 产	246
■ 三、催生引产	247
■ 四、产后疾患	249
■ 五、回 乳	253
■ 六、产后诸虚症	254
■ 七、崩 漏	258
■ 八、月经不调	259
■ 九、闭 经	263
■ 十、痛 经	266
■ 十一、诸 带	267
■ 十二、缺乳断奶	271
■ 十三、滴虫性阴道炎	276
■ 十四、子宫脱垂	278
■ 十五、子宫肌瘤	279
■ 十六、子宫颈炎(宫颈糜烂)	280
■ 十七、盆腔炎	281
■ 十八、乳头病	281
■ 十九、胎动不安	283

- 二十、阴道、外阴病症 285
- 二十一、不孕不育症 286
- 二十二、更年期综合征 287
- 二十三、其他妇科杂症 288

第五章 男科常见方 / 289

- 一、阳 痿 289
- 二、阳缩、阳强 299
- 三、早 泄 300
- 四、遗 精 302
- 五、不射精症 306
- 六、前列腺炎 307
- 七、血 尿 308
- 八、尿频症 308
- 九、睾丸炎 309
- 十、老年前列腺肥大 310
- 十一、男性乳房发育症 310
- 十二、男性不育症 311

第六章 皮肤科常见方 / 313

- 一、皮 炎 313
- 二、扁平疣 316
- 三、鸡 眼 317
- 四、足 癣 319
- 五、痱 子 319
- 六、头 癣 320
- 七、体 癣 322
- 八、手足甲癣 325
- 九、花斑癣(汗斑) 329
- 十、黄水疮 329
- 十一、疥 疮 330
- 十二、湿 疹 331
- 十三、荨麻疹 335
- 十四、带状疱疹 337
- 十五、白癜风 339
- 十六、皮肤过敏 340
- 十七、鹅掌风、鸡爪风 341
- 十八、梅 毒 342
- 十九、皮肤瘙痒症 343

第七章 急救常见方 / 347

- 一、螃蟹中毒 347
- 二、巴豆中毒 348
- 三、臭米面中毒 348
- 四、动物咬伤 349
- 五、虫咬蜂蜇 350
- 六、水蛭(蚂蟥)咬伤 351
- 七、蝎蜇伤 352
- 八、毒蜘蛛咬伤 353
- 九、蜈蚣咬伤 353
- 十、破伤风 355

第八章 五官科常见方 / 357

- 一、口腔疾病 357
- 二、牙 痛 359
- 三、牙周病 363
- 四、各种眼疾 364
- 五、鼻 病 373
- 六、耳 病 377

■ 七、咽喉诸疾	380
■ 八、失音	384
■ 九、误吞(刺)硬物	386

第九章 骨伤科常见方 / 389

■ 一、骨折	389
■ 二、骨结核	390
■ 三、骨髓炎	391
■ 四、跌打损伤	392

第十章 肿瘤科常见方 / 399

■ 一、喉癌	399
■ 二、食道癌	399
■ 三、肺癌	401
■ 四、乳腺癌	402
■ 五、宫颈癌	404
■ 六、白血病	405
■ 七、胃癌	405
■ 八、肝癌	407
■ 九、肠癌	407

124	■ 十、阴道癌	408
124	■ 十一、膀胱癌	408
234	■ 十二、甲状腺肿瘤	409
234	■ 十三、卵巢癌、恶性葡萄胎	409
	■ 十四、皮肤肿瘤	410
	■ 十五、其他各种癌	410

第十一章 美容科常见方 / 413

314	■ 一、减肥轻身	413
114	■ 二、祛斑洁面	414
	■ 三、雀斑	416
	■ 四、黑斑	417
	■ 五、汗斑	418
714	■ 六、化妆品引起的斑疹	419
914	■ 七、粉刺(青春痘、痤疮)	420
124	■ 八、酒渣鼻	423
424	■ 九、腋臭	423
224	■ 十、美肤法	425
	■ 十一、祛皱美容	429
	■ 十二、脱发	430
	■ 十三、面颊发红	430

- 十四、面白如玉法 431
- 十五、美泽容颜 431
- 十六、乌须美发 433
- 十七、爽口香身 435

第十二章 长寿滋补常见方 / 437

- 一、补阴类 437
- 二、补气类 439
- 三、补血类 442
- 四、补肾类 444

第十三章 附 方 / 447

- 一、食物中毒 447
- 二、酒 伤 449
- 三、烟 毒 451
- 四、中暑(暑病) 452
- 五、杀虫、驱虫方 455

第一章 内科常见方

一、感冒

1. 治感冒初起

【用料】开水。

【方法】当打第一个喷嚏时，即取茶杯装入热开水，用鼻子对着杯子吸热气，如此数分钟，一小时后重做一次。必要时可反复多次。

【功效】治疗伤风感冒。

注：上述行为的原理为：伤风感冒，多为冷空气刺激或病毒感染所致，而呼吸热水汽恰好是对这两方面的病源施行物理抑制。因为吸入热水汽后，鼻腔温度明显改善，减弱了冷空气的刺激，而热水汽在鼻腔内流动，则对腔内的病毒细菌起到了抑杀作用，这样便能止住初起的感冒。据说西方也有类似的古老办法——让患者吸入理发用的风筒发生的热空气。曾有一家治疗中心用改良办法，让患者戴上耐热的面罩，然后向里输入43℃的暖气。据说其理论是：热气可以消除被病毒所致的呼吸道炎症，增强机体免疫功能，因而能极快控制病情。总之，用热水汽或热气治感冒较简便，老少咸宜。当然此法仅适用于病情轻者。

2. 口含生大蒜治感冒

【用料】生大蒜1瓣。

【方法】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。

3. 草鱼汤治伤风鼻塞

【用料】草鱼(青鱼)肉 150 克,生姜片 25 克,米酒 100 克。

【方法】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。趁热时服用,卧床盖被取微汗,每日 2 次。注意避风寒。

【功效】解表散寒,祛风止痛。用治伤风感冒,症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。

4. 神仙粥治风寒感冒

【用料】糯米 100 克,葱白、生姜各 20 克,食醋 30 毫升。

【方法】先将糯米煮成粥,再把葱姜捣烂下粥内沸后煮 5 分钟,然后倒入醋,立即起锅。趁热服下,卧床盖被以助药力。15 分钟后便觉胃中热气升腾,遍体微热而出小汗。每日早晚各 1 次,连服 4 次即愈。

【功效】发表解毒,驱风散寒。治疗外感初起的周身疼痛,恶寒、怕冷、无汗,脉紧,其效甚佳。

注:风热感冒不宜服用。

5. 五神汤发汗解表

【用料】荆芥、苏叶(中药店有售)各 10 克,茶叶 6 克,鲜姜 10 克,红糖 30 克。

【方法】先以文火煎煮荆芥、苏叶、茶叶、生姜,15~20 分钟后,加入红糖待溶化即成。每天 2 次,量不拘。

【功效】发散风寒,祛风止痛。治风寒感冒,症见畏寒、身痛、无汗等。如伴有咳嗽痰盛可加橘皮 10 克(鲜品加倍)。

6. 胡萝卜汤发汗

【用料】胡萝卜。

【方法】洗净,切碎,煎汤。热饮。

【功效】发汗解毒,治感冒,畏寒需发汗。胡萝卜汤发汗作用轻微而持续,无过度之弊。