

生活保健百科丛书

偏方秘方

大全

周思编著

中国妇女出版社

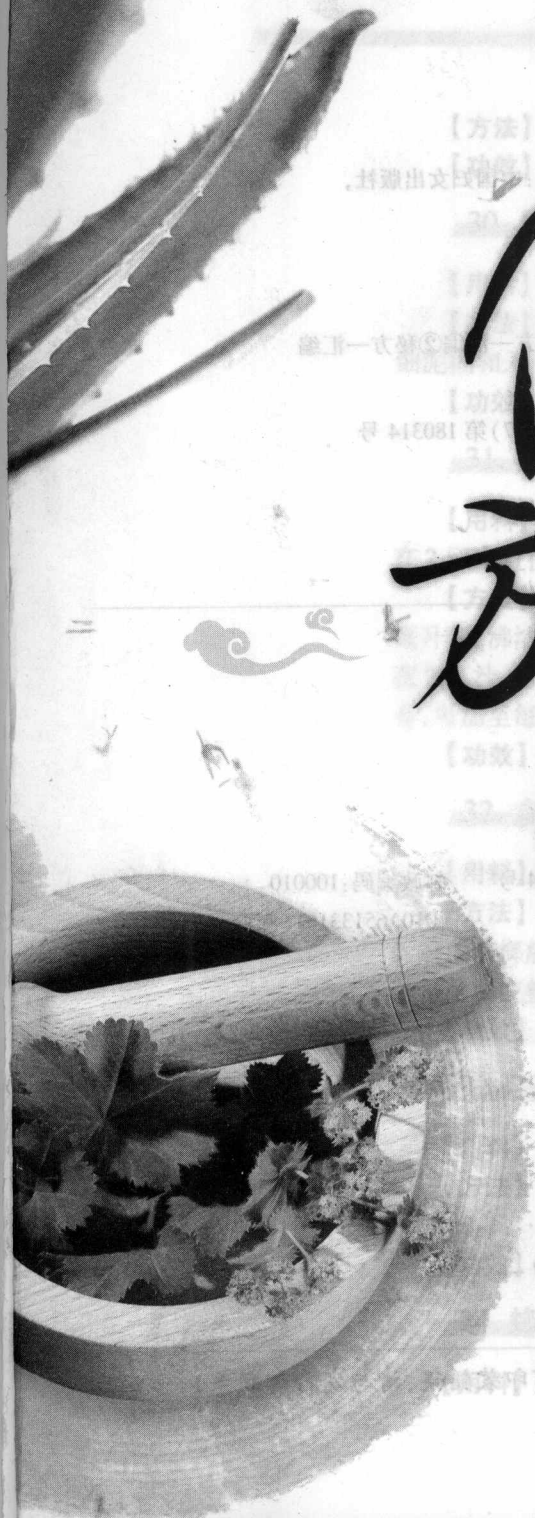


生活保健百科全书

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 |
| 214 | ■ 七、粉刺(青春痘、痤疮) | 420 |
| 424 | ■ 八、酒渣鼻 | 423 |
| 224 | ■ 九、腋臭 | 423 |
| | ■ 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。