

便秘

中西医防治 60法

Bianmi Zhongxiyi Fangzhi 60 Fa

高峰 主编



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

便秘中西医防治 60 法

主 编

高 峰

副主编

顾金水 李建文 于晓敏 高善兴

编著者

(以姓氏笔画为序)

王 舒	王雪青	史佩珍	孙 霞	刘立燕
朱建军	李卫东	李洪瑞	张 雪	邵荣姿
贾 军	高 伟	陶文娟	黄敬爱	魏 莹



金盾出版社

内 容 提 要

本书从中医中药、西医西药、传统经验、调理膳食、调适心理、兴趣爱好、运动锻炼 7 个方面阐述了 60 种防治便秘的方法。其疗效可靠,简便易学,是便秘患者治疗便秘的必读书,是健康人预防便秘的参考书,是基层医务人员提高便秘诊治水平的便携书。

图书在版编目(CIP)数据

便秘中西医防治 60 法/高峰主编. —北京:金盾出版社,2007. 3
ISBN 978-7-5082-4421-1

I. 便… II. 高… III. 便秘-中西医结合-防治 IV. R574.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 157216 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京百花彩印有限公司

正文印刷:北京金星剑印刷有限公司

装订:海波装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:9.25 字数:223 千字

2007 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—11000 册 定价:15.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前言

便秘是一种常见病，多发病。它严重危害着广大人民群众的身心健康和生活质量。

当前，由于人们的工作、生活和学习负担加重，精神高度紧张，并随着物质生活的改善，食物逐渐向精细化发展，致使纤维素缺乏，加之缺少运动锻炼，便秘的发病率逐年升高。便秘不但使人们精神不振和烦躁不安，还会引起许多并发症，如痔疮、肛裂、大肠癌等。

为早日解除便秘患者之痛苦，为给健康人提供预防便秘防患于未然之良方，我们结合多年临床工作经验，参阅大量国内外医学资料，编写了《便秘中西医防治60法》一书。本书从中医中药防治、西医西药防治、传统经验防治、调理膳食防治、调适心理防治、兴趣爱好防治和运动锻炼防治7个方面，详细介绍了60种预防和治疗便秘的方法。其内容丰富，疗效可靠，方法简便易学，是便秘患者治疗便秘的必读书，是健康人预防便秘的参考书，是基层医务人员提高便秘诊治水平的便携书。

由于水平所限，不当之处在所难免，敬请读者予以指正。

高峰

2007年1月



目 录

一、中医中药防治法 \ 1

1. 中医成药防治法——巧选成药治便秘 \ 1
2. 中药方剂防治法——辨证用药说方剂 \ 10
3. 偏方验方防治法——巧用偏方防便秘 \ 20
4. 单味中药防治法——中药单味效不低 \ 27
5. 中药药膳防治法——药膳调治便畅通 \ 31
6. 中药药茶防治法——浸饮药茶要适宜 \ 50
7. 中药药酒防治法——饮用药酒莫太急 \ 53
8. 中药敷脐防治法——选择中药敷肚脐 \ 57
9. 中药药浴防治法——选择药浴增便意 \ 62
10. 中医推背防治法——推背疗法治顽痹 \ 65
11. 中医刮痧防治法——便秘刮痧可治愈 \ 67
12. 中医拔罐防治法——拔罐简易解便闭 \ 75
13. 中医推拿防治法——推拿通便又健身 \ 80
14. 中医针刺防治法——便秘针刺重得气 \ 87
15. 中医艾灸防治法——灸热透里艾绒依 \ 91
16. 中医踩跷防治法——巧施踩跷除便秘 \ 97



17. 中医导引防治法——导引排便效果好 \ 101
18. 中医电针防治法——电针透结胃肠益 \ 104
19. 中医揉腹防治法——揉腹通便调气机 \ 108
20. 中医点穴防治法——点穴通便细分析 \ 112
21. 按揉手足防治法——按揉手足治便秘 \ 115
22. 毫针浅刺防治法——毫针浅刺细如丝 \ 123
23. 芒针刺穴防治法——芒针疗法有禁忌 \ 128
24. 梅花针刺防治法——梅花针配方慎思 \ 132
25. 一针一穴防治法——一针一穴通便灵 \ 136
26. 微针耳穴防治法——耳针疗法调病理 \ 138
27. 微针眼穴防治法——眼针疗法要谨慎 \ 141
28. 微针鼻穴防治法——鼻针通便有意义 \ 144
29. 微针背穴防治法——背针疗法防病罹 \ 146
30. 微针手穴防治法——手针疗法通便析 \ 148
31. 微针足穴防治法——足针疗法肠自清 \ 150
32. 微针踝穴防治法——踝针疗法要巧施 \ 152
33. 掌骨侧针防治法——掌骨侧针通便闭 \ 155
34. 穴位注射防治法——针药结合便自畅 \ 158
35. 穴位埋线防治法——穴位埋线消病疾 \ 161
36. 耳穴贴压防治法——压穴耳豆莫遗失 \ 166
37. 指压穴位防治法——指压穴位气自弛 \ 172
38. 传统梳头防治法——梳头刺激助排便 \ 178
39. 简易功法防治法——练功排便贵坚持 \ 182



40. 穴位拍打防治法——拍拍打打便不闭 \ 186

41. 中药敷熨防治法——敷熨局部方法宜 \ 196

42. 中药熏洗防治法——防治便秘用熏洗 \ 201

二、西医西药防治法 \ 205

43. 应用西药防治法——西药泻便慎用 \ 205

44. 适时灌肠防治法——灌肠导便应急用 \ 209

45. 简便措施防治法——简便处理动作轻 \ 213

46. 择期手术防治法——手术把握适应证 \ 216

三、传统经验防治法 \ 219

47. 矿泉浴疗防治法——解除便秘病不逢 \ 219

48. 生物反馈防治法——排便莫忘生物钟 \ 223

四、调理膳食防治法 \ 227

49. 饮食宜忌防治法——防治便秘记心中 \ 227

50. 巧用食疗防治法——便秘食疗有多种 \ 232

51. 巧食果品防治法——鲜果健美又润肠 \ 237

52. 巧用食醋防治法——食醋疗法腹清冷 \ 240

53. 巧用饮水防治法——潺潺水流醒胃肠 \ 245

54. 蜜蜂产品防治法——善采百花迎春风 \ 248

五、调适心理防治法 \ 254

55. 调畅情志防治法——胸襟万里肠自鸣 \ 254

六、兴趣爱好防治法 \ 260

56. 柔情起舞防治法——艺术长跑胃肠通 \ 260

57. 远足旅游防治法——身健便通体轻松 \ 264



七、运动锻炼防治法 \ 269

58. 操练球类防治法——击球摇竿通便功 \ 269

59. 简易运动防治法——运动通便笑从容 \ 272

60. 散步慢跑防治法——散步慢跑胃肠动 \ 278

附：防治便秘常用俞穴 \ 283



一、中医中药防治法

1. 中医成药防治法——巧选成药治便秘

(1) 麻子仁丸防治便秘：麻子仁、大黄各 500 克，白芍、枳实、厚朴、杏仁各 250 克。共研为细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸 9 克。润肠通便，行气泻热。主治肠胃燥热，津液亏虚，大便干结，症见便秘，口干口苦，咽干舌燥，腹胀不舒，心烦，舌质红，苔薄少津。每次 1 丸，每日 1~2 次，温开水送服。方中以麻子仁、大黄泻热润肠通便为主药；辅以杏仁降气润肠，白芍养阴，枳实、厚朴行气除满；再以蜂蜜加强润肠通下的作用。

(2) 五仁丸防治便秘：郁李仁、杏仁、柏子仁各 9 克，桃仁、松子仁、陈皮各 6 克。共研为细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸 12 克。润肠通便。主治津亏液少，肠燥便秘，症见大便干燥，排便困难，体质瘦弱，食欲缺乏，口干咽燥，舌苔薄白少津。每次 1 丸，每日 1~2 次，温开水送服。方中“五仁”体润多脂，油润滑利，兼能下气，故善导大小肠之秘结，为宣散行走、除胀消积之品。由于服后令人津液耗损，故实证宜服，虚证慎用，津液不足者及孕妇不宜服。

(3) 芦荟丸防治便秘：芦荟、胡黄连、川黄连、木香各 3



克，青皮、茺萸各 6 克，陈皮、茯苓、当归各 9 克，甘草 3 克。共研为细末，米糊为丸，如小豆粒大小。润肠通便，滋补润燥。主治腹胀便秘，胃呆潮热。每次 3～6 克，每日 2 次，温开水送服。方中主药芦荟为苦寒泻下之润剂，适用于习惯性便秘，尤以肝热液亏、肝经实火而目赤头晕兼便秘之症最为适宜。由于芦荟气味恶浊且有刺激性，量大易败胃，故脾胃虚寒、孕妇、崩漏、便血等伴便秘者忌用。

(4) 润肠丸防治便秘：大黄、当归、羌活各 15 克，桃仁 30 克，麻子仁 37.5 克。共研为细末，用蜂蜜适量调制为丸，每丸 12 克。润肠通便，活血祛风。主治饮食劳倦损伤脾胃而大便秘结，症见大便干燥，状如羊粪，倦怠乏力，食欲缺乏，甚则饮食不进，口干舌燥，舌苔薄白。每次 1 丸，每日 1～2 次，温开水送服。

(5) 清宁丸防治便秘：大黄、桑叶、车前草、厚朴、香附、黄芩等。共研细末，水调制为丸，每袋 9 克。行气导滞，泻火通便。主治肠胃积热，饮食停滞造成的便秘，尤其适用于大便干燥并伴有面红身热，不思饮食，腹胀，小便短赤者。每次 9 克，每日 2 次，温开水送服。儿童酌减，孕妇忌服。

(6) 大黄清胃丸防治便秘：大黄、槟榔、黄芩、羌活、牵牛子、芒硝等。共研细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸 9 克。泻火通便，行气导滞。主治肠胃积热，饮食停滞所致的便秘，尤其适用于大便干燥伴有口干舌燥，咽喉疼痛，面红身热，不思饮食，腹胀，小便短赤者。每次 1 丸，每日 2 次，温开水送服。儿童酌减，孕妇忌服。

(7) 牛黄清胃丸防治便秘：牛黄、大黄、玄参、番泻叶、黄芩、枳实等。共研细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸 6 克。清胃泻火，润燥通便。主治胃肠火盛引起的便秘，尤其适用于



大便干燥伴头晕目眩，口舌生疮，牙龈肿痛，小便短赤者。每次1~2丸，每日2次，温开水送服。孕妇忌服。

(8) 木香槟榔丸防治便秘：木香、槟榔、三棱、黄连、黄柏、大黄等。共研细末，水调制为丸，每袋6克。泄热通便，行气导滞。主治胃肠实热积滞引起的大便秘结伴有脘腹胀痛，胃肠湿热气滞引起的里急后重等。每次6克，每日2次，温开水送服。儿童酌减，孕妇忌服。

(9) 大黄通便冲剂防治便秘：大黄等制成冲剂，每袋12克。泻火通便。主治胃肠实热造成的大便干结，尤其适用于大便干燥伴有口干舌燥，面红身热，小便短赤者。每晚睡前用开水冲服1袋。儿童酌减，孕妇忌服。

(10) 番泻叶冲剂防治便秘：番泻叶等制成冲剂，每袋10克。泻火通便。主治胃肠实热引起的大便秘结，亦可用于肠道手术及各种检查前的肠道清洁。每次5~10克，开水冲服，每日1~2次。儿童酌减，孕妇慎服。

(11) 麻仁润肠丸防治便秘：火麻仁、杏仁、大黄、木香、陈皮、白芍等。共研细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸6克。清热导滞，润肠通便。主治胃肠热结，津液亏少引起的面红身热，口舌干燥，腹胀腹痛，小便短赤伴有大便秘结，尤其适用于老年性便秘和习惯性便秘者。每次2丸，每日2次，温开水送服。儿童酌减，孕妇忌服。

(12) 通便清火丸防治便秘：生地黄、木通、黄芩、芒硝、甘草、淡竹叶等。共研细末，用适量蜂蜜调制为丸，每丸6克。清热泻火，利尿通便。主治大肠实热引起的心烦口渴，心火亢盛，尤其适用于大便干燥伴有口舌糜烂，小便短赤，头痛目眩者。每次1丸，每日2次，温开水送服。儿童酌减，孕妇忌服。

(13) 苁蓉通便口服液防治便秘：肉苁蓉、何首乌、枳实、



蜂蜜等。制成口服液，每支 10 毫升。滋阴补肾，润肠通便。主治老年人病后便秘，产后虚弱型便秘及阴虚型习惯性便秘。每次 10～20 毫升，每日 1 次，睡前或清晨口服。儿童酌减，孕妇慎服。

(14) 秘治胶囊防治便秘：大黄、甘草浸膏等。胶囊制剂，铝箔包装，每版 9 粒，每盒 1 版。清热导滞，缓泻通便。主治胃肠实热导致的便秘，尤其适用于大便干结，排便困难，以及肛裂便血伴口苦口干，小便短赤，舌红苔黄，脉滑数者。每次 3 粒，每日 1 次，温开水送服，连服 3 日，见效后即可停药。儿童酌减，虚弱型便秘和孕妇忌服。

(15) 麻仁软胶囊防治便秘：火麻仁、苦杏仁、大黄、枳实等。制成胶囊，每粒 0.6 克。泄热行气，润肠通便。主治老年人便秘，习惯性便秘，久病或术后便秘及痔疮伴便秘者。每次 1～2 粒，每日 3 次，温开水送服。孕妇慎服。

(16) 复方芦荟胶囊防治便秘：芦荟、青黛等。制成胶囊，每粒 0.5 克。调肝益肾，清热润肠，宁心安神。主治习惯性便秘，尤其适用于大便干燥或因大便数日不通引起的腹痛、腹胀等。每次 1～2 粒，每日 1～2 次，温开水送服。肾功能不全者慎用。

(17) 黄连上清丸防治便秘：黄连、栀子（姜制）、连翘、荆芥穗、白芷、菊花、薄荷、川芎、石膏、黄芩、黄柏（酒炒）、酒大黄等。共研细末，水制为丸，每袋 6 克。清热通便，散风止痛。主治上焦风热，头昏脑胀，牙龈肿痛，口舌生疮，咽喉红肿，耳痛耳鸣，小便短赤伴有便秘者。每次 0.5～1 袋，每日 2 次，温开水送服。

(18) 通便灵防治便秘：大黄、火麻仁等。胶囊制剂，每粒 0.5 克。清热润肠，调肝益肾，宁心安神，交通水火。主治习惯



性便秘、大便燥结或因大便数日不通而引起的腹胀、腹痛等症。每次1~2粒，每日1~2次，温开水送服。

(19) 三物备急丸防治便秘：大黄、巴豆霜、干姜各50克。共研为细末，搅拌均匀，用适量蜂蜜调制为丸，如梧桐子大，或作散剂。攻逐寒疾，泻实通便。主治里寒实证，卒然脘腹胀满，剧烈疼痛，尤其适用于大便不通，苔白，脉沉而紧者。每次1.5~2.4克，每日2次，温开水送服。服后如果不泻，可根据患者体质，酌情加重用量。由于巴豆毒性剧烈，对胃肠的刺激极强，故非体质实、胃肠有寒实积聚者不可轻试。孕妇、年老体弱者忌服。服后泻下不止时，可食冷粥以止之。

(20) 舟车丸防治便秘：黑丑200克，甘遂、芫花、大戟各50克，大黄100克，青皮、陈皮、木香、槟榔各15克，轻粉3克。共研为细末，水调制为丸，如小豆粒大。行气逐水，软坚通便。主治水肿胀满，气粗口渴，腹坚便秘。每次1.5~2.5克，温开水送服；服药后便泻1~2次，即可停药1~2日，然后再每日服0.6~0.9克维持剂量。本药为逐水峻剂，宜用于水肿胀满而便秘者。体弱气虚者及孕妇忌用；忌与甘草同用，服药后禁食盐和酱等食物。

(21) 通便药条防治便秘：细辛、皂角刺各12克，蜂蜜200克。将细辛、皂角刺共研细末，取适量蜂蜜煮至滴水成珠时，将药粉加入搅匀，趁热制成长5厘米，直径1厘米的栓剂备用。行气润肠通便。主治蛔虫性肠梗阻及便秘。每次1~2条，塞入肛门；使用次数视病情而定，一般1次即可。肠套叠、肠扭转患者禁用。

(22) 保和丸防治便秘：白术15克，陈皮、半夏、茯苓、神曲、山楂各150克，连翘、香附、厚朴、莱菔子、枳实、麦芽、黄连、黄芩各100克。共研为细末，姜汁米糊为丸，如梧



桐子大。消积和胃，清热利湿。主治食积停滞便秘，症见胃脘痞满，腹胀时痛，噎腐厌食，大便秘结，舌苔厚腻而黄，脉滑。每次 50 粒，每日 2 次，温开水送服。

(23) 三黄片防治便秘：大黄 100 克，黄连、黄芩各 50 克。共研细末，制成片剂。泻火解毒，通便抑菌。主治三焦实热，高热烦躁，面红目赤伴有便秘之疾。每次 2～3 片，每日 3 次，温开水送服。

(24) 牛黄解毒片防治便秘：大黄、石膏各 12 000 克，黄芩 9 000 克，桔梗 6 000 克，甘草、雄黄各 3 000 克，冰片 1 500 克，牛黄 300 克。共研为细末，制成片剂。清热解毒，散风止痛，泻实通便。主治胃脘蕴热所致的头目眩晕，口鼻生疮，风火牙痛，暴发火眼，咽喉肿痛伴有便秘之疾。每次 3～4 片，每日 2 次，温开水送服。孕妇慎用。

(25) 桑椹膏防治便秘：桑椹 4 800 克，冰糖 1 980 克。制成膏。滋补肝肾，通便安神。主治血虚生风，血痹风痹，夜眠不安，腰腿酸软，肝肾亏损，须发早白而便秘，尤其适用于老年性肠枯便秘者。每次 9～15 克，每日 3 次，温开水送服。

(26) 搜风润肠丸防治便秘：郁李仁 50 克，木香、槟榔、青皮、陈皮、沉香、槐角、枳壳、三棱、煨大黄各 15 克。共研为细末，用蜂蜜调制为丸，每丸 9 克。降气除痞，润肠通便。主治三焦不和，气滞不降，胸膈痞满，大便秘结。每次 1 丸，每日 2 次，温开水送服。

(27) 苁蓉丸防治便秘：肉苁蓉 2 份，沉香 1 份。共研细末，麻子仁打糊为丸，如梧桐子大。温肾降气，润肠通便。主治年老体弱，肾阳虚衰所致的便秘。每次 70 丸，每日 2 次，空腹时米汤送服。

(28) 威灵仙丸防治便秘：黄芪、枳实、威灵仙各等份。共



研细末，用适量蜂蜜调制为丸，如梧桐子大。补中理气，导滞通便。主治年老体弱津枯便秘。每次 50～70 丸，每日 2 次，姜汤送服，忌茶。

(29) 益血丹防治便秘：当归（酒浸焙）、熟地黄各等份。共研细末，用蜂蜜适量调制为丸，如梧桐子大。滋阴补血，润燥通便。主治阴血亏虚所致的便秘。每次 30 粒，每日 2 次，温开水送服。

(30) 提盆散防治便秘：草乌适量，葱白 1 根。草乌研为极细末。祛风散寒通便。主治冷秘和阳虚便秘。以葱白蘸草乌末纳入肛门内，大便即通，此即“霹雳箭”。

(31) 枳实导滞丸防治便秘：大黄、炒枳实、炒神曲各 9 克，茯苓、黄芩、黄连、白术、泽泻各 6 克。共研细末，汤浸蒸饼为丸，如梧桐子大。清热祛湿，导滞通便。主治湿滞便秘。每次 3～6 克，每日 1～2 次，温开水送服。

(32) 补中益气丸防治便秘：黄芪、党参、白术、陈皮、当归、升麻、柴胡、甘草。共研细末，水调制为丸，如梧桐子大。补中益气，升阳固表，通便。主治气虚便秘。每次 5～9 克，每日 2 次，温开水送服。

(33) 大黄苏打片防治便秘：大黄、碳酸氢钠。共研细末，制成片剂。导滞通便。主治各种便秘，尤其适用于热性便秘者。

(34) 九制大黄丸防治便秘：大黄，用黄酒拌匀，置于铜罐中密闭，隔水加热，小火蒸 3 昼夜后，取出晒干，研为细末，用蜂蜜调制为丸。泻热导滞，润肠通便。主治胃肠热滞，积聚凝滞，大便燥结，宿食不消。每次 6 克，每日 2 次，温开水送服。

(35) 当归龙荟丸防治便秘：当归 50 克，龙胆草 15 克，芦荟、栀子、黄连、黄柏、黄芩各 50 克，大黄 15 克，木香 7.5



克，麝香 1.5 克。共研细末，用米糊或蜂蜜适量调制为丸，如豆粒大。泻火宁心，润肠通便。主治肝胆实火所致的眩晕、胁痛、惊悸、抽搐、谵语发狂，便秘溲赤。每次 3～6 克，每日 2 次，温开水送服。

(36) 半硫丸防治便秘：半夏、硫黄各等份。共研细末，用生姜汁适量同熬，蒸饼为丸，如梧桐子大。温肾逐寒，通阳泄浊。主治老年虚冷便秘。每次 10～20 丸，每日 2 次，空腹温酒或生姜汤送服，通便后应停药。孕妇及儿童忌用。

(37) 通泰胶囊防治便秘：魔芋粉。本药乃魔芋精粉制剂，可通便，主治各种便秘。魔芋中含有大量纤维素，可增加大便秘容积，刺激肠蠕动而排出大便。临床应用时，根据年龄和病情按说明书服用。

(38) 草本通便剂防治便秘：鼠李 150 毫克，番泻叶 240 毫克。本品为来自瑞士的传统草药制剂，性能温和，治疗非经常性便秘，是治疗便秘的常规制剂。主治突发性的严重便秘，服药 6～12 小时内即生效，系天然制剂促进胃肠蠕动。成人每日 1～2 粒，温开水送服；亦可溶于水中代茶饮用。孕妇、哺乳期妇女要在医师指导下服用；发热、胃痛、月经痛、腹痛、恶心、呕吐时勿服；不要过量服用；服药后 2 小时勿服其他药物，以免减弱其他药物的疗效。

(39) 芦荟膏防治便秘：100% 芦荟浓缩物，角叉胶（红藻胶）、纯净水。制成膏剂。调节胃肠，通便。主治经常性便秘和胃肠功能紊乱。每日内服 1 勺，温开水送服。糖尿病患者及孕妇要在医师指导下服用。

(40) 更衣片防治便秘：芦荟、朱砂。共研细末，制成小水丸或片剂。通腑泄热，清肝消痞。主治肝火内炽，心烦易怒，大便燥结。每次 1.5～3 克，每日 1～2 次，温开水送服。由于



通便作用较强，有时会发生腹痛反应；因芦荟能引起盆腔内器官充血，故孕妇忌服。本品通便后应停药。

(41) 通幽润燥丸防治便秘：大黄 2 000 克，当归 1 200 克，厚朴（姜制）、黄芩（炒）、枳壳、熟大黄各 4 000 克，红花、郁李仁、火麻仁、生地黄、熟地黄、槟榔（炒）、桃仁、杏仁各 1 000 克，木香、甘草各 500 克。共研细末过筛，用蜂蜜适量调制成丸，每丸 9 克。清热润燥，通幽利便。主治大肠热盛，风热便秘，年老久病阴虚便秘。每次 1 丸，每日 2 次，温开水送服。孕妇忌服，年老久病者不宜久服，忌食辛辣动火之物。

(42) 牛黄上清丸防治便秘：大黄、石膏各 80 克，生地黄 64 克，黄芩、当归、栀子、连翘各 50 克，菊花 40 克，人工牛黄 2 克，黄连、白芷、荆芥穗、川芎、赤芍、桔梗、薄荷各 16 克，黄柏、甘草、冰片各 10 克。共研细末，混匀过筛（牛黄、冰片单独研细），每 100 克药粉加入炼蜜 120 ~ 130 克制成大蜜丸，每丸重 6 克。清热泻火，散风止痛，泻下通便。主治大便秘结，头目眩晕等症。每次 1 丸，每日 2 次，温开水送服。

(43) 新清宁片防治便秘：熟大黄，加工成片剂。清热解毒，缓下通便。主治大便秘结，内结实热等症。每次 5 片，晚上临睡前空腹时温开水送服。小儿酌减，孕妇慎服。

(44) 龙胆泻肝丸防治便秘：龙胆草、柴胡、生地黄、泽泻各 120 克，黄芩 60 克，栀子（炒）、当归（酒炒）、木通、车前子（盐炒）、甘草（蜜炙）各 60 克。共研细末过筛，混匀后水制为丸，干燥即可。清泄肝胆湿热。主治肝胆湿热过盛所致便秘等症。每次 6 克，每日 2 ~ 3 次，温开水送服。孕妇慎服。该药对肾功能有损害，故便通即止，不可久服。

(45) 木香顺气丸防治便秘：木香、槟榔、香附、陈皮、厚朴、青皮、枳壳、苍术、砂仁、甘草、生姜。共研细末，水制