

全国医学协会专家推荐读物

家庭生活完全手册

JIATING SHENGHUO WANQUAN SHOUCE



*Jiating Pianfang Yanfang Mifang
Wanquan Shiyong Shouce*

家庭偏方 验方 秘方

张南博士主编

完全实用手册



内蒙古文化出版社

家庭偏方、验方、 秘方完全实用手册

张南 主编

内蒙古文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭偏方验方秘方完全实用手册/张南编.
- 呼伦贝尔: 内蒙古文化出版社, 2002. 10
ISBN 7-80675-110-6

I. 家… II. 张… III. ①土方-汇编②现代医学-验方-汇编③现代医药学-秘方-汇编
IV. R289.5 R925

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 073879 号

家庭偏方验方 秘方完全实用手册

张南博士 主编

出版发行 内蒙古文化出版社
(呼伦贝尔市海拉尔区河东新春路 08 号)
经 销 新华书店
印刷装订 北京市通州京华印刷制版厂
责任编辑 道尔吉
封面设计 杨 群
开 本 880 × 1230 毫米 1/32
印 张 18 字数 558 千
2002 年 11 月第 1 版
2003 年 9 月第 2 次印刷
印数 10 001—20 000 册

ISBN 7-80675-110-6/Z·040

定价: 18.80 元 (精装: 19.80 元)



全国医学协会专家推荐读物

家庭偏方 验方 秘方

完全实用手册

张南博士主编

Jiating Bianfang Yanfang Mifang
Wanquan Shiyong Shouce



内蒙古文化出版社

前 言

家庭医疗与自我保健越来越受到人们的重视，没有人满足于被动地看医生，被动地花钱，被动地服药。人们更希望能够了解自己的病情，自己为自己治疗。

本书最大的特点是综合了中医学的良方(偏方)和家庭医疗方面的验方，通过一种全新、通俗、简明的方式，指导每个人家庭治疗全部需要的自疗方法。

此外，本书针对 200 种常见病，为每个人提供了数千个治疗方案(偏方和验方、秘方的治疗方案)，使每个人都能从书中得到健康。

目 录



 * **消化系统疾病** *
 * **自疗偏方篇** *
 * * * * * *

治疗便秘 32 方2
 治疗便血 23 方5
 治疗慢性肠炎 9 方8
 治疗黄疸 14 方10
 治疗肝硬化 17 方12
 治疗黄疸型肝炎 24 方14
 治疗病毒性肝炎 15 方17
 治疗慢性肝炎 21 方19
 治疗胆囊炎 16 方22
 治疗胁痛 10 方25
 治疗膨胀 16 方26
 治疗胰腺炎 10 方29
 治疗呃逆 10 方30
 治疗呕吐 18 方31
 治疗吐血 14 方33

目 录

治疗消化不良 19 方	35
治疗食欲不振 8 方	37
治疗胃痛 30 方	38
治疗急性胃肠炎 16 方	42
治疗慢性胃炎 18 方	44
治疗胃下垂 8 方	46
治疗胃、十二指肠溃疡 26 方	47
治疗腹痛 20 方	51
治疗腹胀 8 方	54
治疗腹泻 20 方	55
治疗痢疾 31 方	57

 * **消化系统疾病** *
 * **医疗验方篇** *

消化不良家庭医疗	63
吸收不良家庭医疗	64
厌食症家庭医疗	64
打嗝家庭医疗	65
胀气家庭医疗	66
急性肠胃炎家庭医疗	67
痢疾家庭医疗	67
胃炎家庭医疗	68
胃及十二指肠溃疡家庭医疗	70
结肠炎家庭医疗	71
憩室病家庭医疗	73
水土不服家庭医疗	73



目
录



便秘家庭医疗74
 痔疮家庭医疗75

 * 呼吸系统疾病 *
 * 自疗偏方篇 *

治疗感冒 20 方78
 治疗咳嗽 26 方80
 治疗哮喘 19 方84
 治疗支气管炎 20 方87
 治疗肺炎 10 方90
 治疗支气管扩张 8 方91
 治疗肺结核 25 方92
 治疗肺脓肿 16 方96
 治疗胸膜炎 5 方98
 治疗矽肺 5 方99
 治疗咯血 9 方100

 * 呼吸系统疾病 *
 * 医疗验方篇 *

发烧家庭医疗103
 咳嗽家庭医疗104
 咽喉痛家庭医疗105
 头痛家庭医疗106
 眩晕家庭医疗108

目 录

疲劳家庭医疗108
 恶心家庭医疗110
 呕吐家庭医疗111
 胃痛家庭医疗112
 腹泻家庭医疗113
 浮肿家庭医疗115
 口臭家庭医疗116

 * 泌尿系统疾病 *
 * 自疗偏方篇 *

治疗尿路感染 26 方119
 治疗小便不利 21 方122
 治疗小便失禁 6 方124
 治疗遗尿 12 方125
 治疗血尿 20 方127
 治疗急性肾炎 20 方129
 治疗慢性肾炎 20 方132
 治疗尿毒症 10 方134
 治疗慢性肾盂肾炎 10 方135
 治疗糖尿病性肾炎 5 方137
 治疗肾性高血压 9 方137
 治疗隐匿性肾炎 5 方138
 治疗过敏性紫癜肾炎 5 方139
 治疗肾病综合症 10 方140
 治疗肾结核 5 方141
 治疗阳痿 31 方142



目
录



治疗早泄 10 方146
 治疗遗精 30 方147
 治疗性欲减退 12 方151

 * **泌尿系统疾病** *
 * **医疗验方篇** *

泌尿系统感染家庭医疗156
 肾炎家庭医疗156
 尿毒症家庭医疗158
 肾结石家庭医疗158
 肾上腺疾病家庭医疗160
 前列腺炎家庭医疗161
 衣原体病家庭医疗162
 阳痿家庭医疗163

 * **心血管系统疾病** *
 * **自疗偏方篇** *

治疗高血压 30 方166
 治疗低血压 10 方169
 治疗冠心病 30 方171
 治疗高脂血症 20 方175
 治疗动脉硬化 6 方177
 治疗心绞痛 5 方178
 治疗中风 20 方179

目 录

治疗风湿性心脏病 10 方	182
治疗肺源性心脏病 12 方	183
治疗贫血 20 方	185
治疗血小板减少性紫癜 10 方	187
治疗过敏性紫癜 5 方	189
治疗心动过速 5 方	190
治疗心力衰竭 5 方	190
治疗慢性肺心病 5 方	191
治疗白细胞减少症 1 方	192

 * **心血管系统疾病** *
 * **医疗验方篇** *

高血压家庭医疗	194
低血压家庭医疗	196
高血脂家庭医疗	196
心肌炎家庭医疗	199
心绞痛家庭医疗	200
冠心病家庭医疗	202
动脉硬化家庭医疗	204
心肌梗塞家庭医疗	206
贫血症家庭医疗	208
对称性坏疽家庭医疗	209
酸血症家庭医疗	210
碱毒症家庭医疗	211



目
录



 * 神经系统疾病 *
 * *
 * 自疗偏方篇 *
 * *

治疗头痛 20 方213
 治疗偏头痛 15 方215
 治疗眩晕 15 方217
 治疗心悸 15 方219
 治疗面部神经麻痹 9 方221
 治疗神经衰弱 20 方223
 治疗失眠 20 方226
 治疗癫痫 15 方228
 治疗坐骨神经痛 10 方230
 治疗痹症 20 方232
 治疗腰腿疼痛 16 方234

 * 神经系统疾病 *
 * *
 * 医疗验方篇 *
 * *

失眠家庭医疗238
 神经衰弱家庭医疗240
 记忆力减退家庭医疗241
 偏头痛家庭医疗242
 脑膜炎家庭医疗246
 中风家庭医疗247
 帕金森氏病家庭医疗249

目
录

癫痫家庭医疗251

晕车家庭医疗253

神经痛家庭医疗255

多动症家庭医疗256

忧郁症家庭医疗257

躁郁症家庭医疗259

焦虑症家庭医疗260

恐惧症家庭医疗262

精神分裂症家庭医疗263

* **内分泌与新陈代谢** *

* **系统疾病自疗偏方篇** *

治疗糖尿病 25 方267

治疗水肿 25 方270

治疗中暑 21 方273

治疗盗汗 16 方276

治疗甲状腺肿大 10 方278

治疗甲状腺机能亢进 8 方279

治疗肥胖症 12 方280

治疗疟疾 10 方282

治疗食物中毒 9 方283

治疗酒精中毒 4 方284

治疗蛔虫 10 方284

治疗蛲虫 9 方285

治疗绦虫 5 方286



目

录



 * **内分泌与新陈代谢系统** *
 * **疾病医疗验方篇** *

肝炎家庭医疗289
 脂肪肝家庭医疗292
 胆囊炎家庭医疗294
 胆结石家庭医疗295
 胰腺炎家庭医疗296
 甲状腺机能亢进家庭医疗297
 甲状腺机能减退家庭医疗298
 糖尿病家庭医疗299
 低血糖家庭医疗304
 痛风家庭医疗305

 * **儿科疾病自疗偏方篇** *

治疗儿童感冒 8 方309
 治疗儿童夏季热 8 方310
 治疗儿童咳嗽 8 方311
 治疗儿童百日咳 8 方312
 治疗儿童麻疹 8 方313
 治疗儿童流行性腮腺炎 8 方315
 治疗儿童疳积 5 方316
 治疗儿童厌食 5 方316
 治疗儿童佝偻症 5 方317

目 录

治疗儿童遗尿 5 方318

治疗儿童惊风 5 方318

治疗儿童夜啼 3 方319

治疗儿童呕吐 8 方320

治疗儿童猩红热 8 方321

治疗儿童腹泻 8 方322

治疗儿童流涎 4 方323

治疗儿童水痘 8 方324

治疗儿童癫痫 5 方325

治疗儿童肥胖症 5 方325

治疗儿童肺炎 5 方326

治疗儿童风疹 3 方327

* 外科及皮肤疾病 *

* 自疗偏方篇 *

治疗疖 5 方329

治疗痈 4 方329

治疗丹毒 3 方330

治疗颈淋巴结核 5 方330

治疗痔疮 8 方331

治疗脱肛 5 方332

治疗疝气 6 方333

治疗胆石症 5 方334

治疗骨质增生 4 方334

治疗骨折 4 方335

治疗跌打损伤 4 方336



目
录



治疗牛皮癣 5 方336

治疗荨麻疹 5 方337

治疗脂溢性皮炎 2 方338

治疗神经性皮炎 4 方338

治疗过敏性皮炎 2 方338

治疗湿疹 4 方339

治疗带状疱疹 3 方339

治疗单纯疱疹 2 方340

治疗皮肤瘙痒 2 方340

治疗疖子 3 方340

治疗鹅掌风 2 方341

治疗粉刺 3 方341

治疗黄褐斑 2 方342

治疗白癜风 3 方342

治疗蝴蝶斑 2 方343

治疗雀斑 2 方343

治疗黑斑 2 方343

治疗老年斑 2 方344

治疗扁平疣 3 方344

治疗酒糟鼻 3 方344

治疗脚气 3 方345

治疗狐臭 3 方345

* 外伤及皮肤疾病 *

* 医疗验方篇 *

骨折家庭医疗347

目 录

割伤及擦伤家庭医疗	347
烧、烫伤家庭医疗	348
皮肤瘙痒家庭医疗	349
带状疱疹家庭医疗	349
皮炎家庭医疗	350
疖肿家庭医疗	351
牛皮癣家庭医疗	352
湿疹家庭医疗	353
鸡眼与茧家庭医疗	354
脚气家庭医疗	355
性传染病家庭医疗	356

*** 妇科疾病自疗偏方篇 ***

治疗闭经 20 方	358
治疗痛经 20 方	360
治疗功能性子宫出血 10 方	363
治疗带下 25 方	364
治疗盆腔炎 10 方	367
治疗滴虫性阴道炎 6 方	369
治疗宫颈炎 5 方	370
治疗子宫肌瘤 5 方	371
治疗子宫脱垂 10 方	372
治疗外阴瘙痒 8 方	373
治疗更年期综合症 15 方	374
治疗女子不孕 15 方	377
治疗妊娠呕吐 15 方	379

