

家庭医药常识

编 秦伯未 校 方公溥
整理 陈丽云 王颖晓

孙增坤 宋神秘 代玄烨



秦伯未，近现代著名中医大家、中医教育家、社会活动家。秦氏学识渊博，精于中医古代经典，医术精湛。他一生著述宏富，其理论与思想对中医界影响深远，同时他也是中医健康普及教育的积极倡导者和实践者。

方公溥，家学渊源，其七世祖士贤公以名儒而通医理。方氏为民国名医，擅长内、妇、儿科，尤擅治杂病，誉满沪江。



全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

家庭医药常识

— 编 —

秦伯未

— 校 —

方公溥

— 整 理 —

陈丽云 王颖晓 孙增坤

宋神秘 代玄辉

中国中医药出版社

• 北 京 •

图书在版编目(CIP)数据

家庭医药常识 / 秦伯未编; 方公溥校; 陈丽云等整理. — 北京: 中国中医药出版社, 2018.10

ISBN 978-7-5132-5184-6

I. ①家… II. ①秦… ②方… ③陈… III. ①家庭医学—基本知识 IV. ①R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 205009 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

山东润声印务有限公司印刷

各地新华书店经销

开本 880×1230 1/32 印张 6.25 字数 147 千字

2018 年 10 月第 1 版 2018 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-5184-6

定价 25.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系(010-64405510)

版权专有 侵权必究

校注说明



秦伯未(1901—1970),名之济,字伯未,号谦斋,近现代著名中医大家、中医教育家、社会活动家。秦氏学识渊博,精于中医古代经典,医术精湛。他一生著述宏富,其理论与思想对中医界影响深远。同时,秦伯未亦是中医健康普及教育的积极倡导者和实践者。

本次整理的《家庭医药常识》丛刊,正是秦伯未中医健康科普思想的重要体现。1929年,宁波钱季寅应台湾富商黄茂盛之邀,请秦伯未编写《家庭医药常识》丛刊,并由岭南名医方公溥校订。本丛刊分6集,于1930年依次出版,分别为《验方类编》《百病通论》《药性提要》《诊断大纲》《饮食指南》《丸散易知》。

方公溥(1889—1948),号玄慎子,广东潮州人。方氏家学渊源,其七世祖士贤公以名儒而通医理。方氏于民国初期迁居沪上,悬壶于八仙桥,擅长内、妇、幼科,尤以善治杂病著称,誉满沪江;曾任全国医药总会监察委员,中央国医理事,淞沪警备司令部及吴淞要塞司令部医官,中国医学院特约讲师,中国科学社社长,上海中医公会执行委员等职。其幼年得遇内功名家、湖南养正庐主吕正源教诲,研习导引之术,得其秘传,1938年起挂牌以“内功运气”专治疑难杂症,此为上海首家“内功运气”之诊所。方氏乐善好施,孤寡贫病,免费诊治,深得病家信赖。



一、内容提要

《家庭医药常识》丛刊共 6 集,涉及内、外、妇、儿、急救等科目 99 种疾病,246 张方剂,390 余味药物。

第一集《验方类编》,分为内科验方、妇科验方、幼科验方、外科验方、急救验方 5 篇,共 15 门,250 余症。每一类下,秦氏列举常见病证的临床表现,详述验方及其应用,结合自己的学识与丰富的诊疗经验,简单明了地精选常见病证的有效验方,以便使用。

第二集《百病通论》,分为时病通论和杂病通论两大类。“时病通论”详述温病、伤寒、暑病、咳嗽、疟疾、痢疾、霍乱 7 种疾病,秦氏对时病论述多遵仲景之说与温病学说;“杂病通论”则详述虚劳、吐血、中风、哮喘、消渴等 27 种疾病。每病之下又分病因、诊断、治疗、经验四大纲,紧紧把握住各章节的主旨,内容丰富而不烦琐。

第三集《药性提要》,秦氏针对既往本草书“繁而失实”的缺点,力求简明扼要,精选 270 余品临床常用药物,按照功用分为补益药、收敛药、发散药、利尿药、涌吐药、泻下药、理气药、理血药、温热药、寒凉药、化痰药、驱虫药,共 12 类中药提要,每种之下再细别为 2~4 小类,每药用 4~8 字概括其主治,并附以气味与用量。

第四集《诊断大纲》,分为脉诊、舌诊、问诊、杂诊四大纲。秦氏将脉诊作为大纲之首,分析 28 种脉象形状、主病;次为舌诊,分析 8 种舌苔的诊断提要与分辨要点;又以问诊,分述寒热、汗、头身、二便、饮食、胸、声、渴的诊察要旨与辨别方法;最后为杂诊大纲,分测体温、视呼吸、望面色、审五官、听声音、察杂症。全书结合西医知识,做简略介绍。

第五集《饮食指南》,分饮料、食料、杂食三大部分,收载食物

240 余种。秦氏认为饮食之适宜与否与增减药力及病势有很大的关系,故对每种饮料的功效、主治均有介绍,针对不同的茶饮或辅以宜忌,或补充用法;对于“食类”则在功效、主治之外加上其来源或用法,家庭日常得之,可免口腹之患;“杂食”中则简述常用果类、蔬菜类、禽兽类和虫鱼鳞介类食物的性味、功效与宜忌等。

第六集《丸散易知》,分为丸散易知、胶酒易知两部分,共计载方 150 余首。“丸散易知”记述常用有效者,分为内科、妇科、儿科、外科四类;“胶酒易知”分列胶类和酒类,以便一般病者采购方剂时,知其主治何病、所用何药。

二、再版意义

《家庭医药常识》丛刊内容丰富,包含了常见疾病基本理论的讲解、基本诊断的描述及主要治疗的介绍,理法方药俱全。在秦伯未看来,中医知识的推广离不开基础理论的宣传普及,只有了解、掌握基础理论精髓,方能更好理解和把握中医。同时,在编撰健康教育文献时,不论是结构安排和文章布局,还是具体内容,秦氏均强调简洁实用,突出简要明晰、切于实用的特点,因而将深奥的中医理论进行条缕分析,以更加通俗易懂的语言展示给读者,便于大众理解中医药常识,能够在生活中真正运用。正如黄茂盛在“家庭医药常识序”中评价此书曰:“家庭得此保障,轻病可以自疗,重病自具把握。”秦伯未未在中医健康教育的积极实践,对后世中医知识的普及具有一定的启示作用。

然而,本丛刊自 1930 年付梓问世以来,虽各集内容有零星编入秦伯未其他文集,但一直未得整体重印,给学习和使用带来不便。有鉴于此,应广大中医爱好者的需求,本次对《家庭医药常识》6 集进行统一整理。

三、凡例

1. 《家庭医药常识》的校注严格按照通行的古籍整理原则进行。书中6集,均据1930年上海中医书局铅印本为底本点校。

2. 底本中为竖排,现改为横排,采用新式标点符号。依照惯例,底本中表示文字位置的“右”字一律改为“上”字,不出校记。

3. 底本中的异体字、古体字、俗写字,统一以规范字律齐,不出校记。

4. 底本中药名与现代通用名不一致者,予以径改,不出校记。如“山查”径改为“山楂”,“灯芯”径改为“灯心”等。

5. 底本中个别印刷错误,本次校点时予以径改,不出校记。

6. 由于历史原因,书中所引的近代西医学学术用语等与现代略有出入,为了保持原貌,本次点校未做更改。

7. 为保持该书原貌,书中的观点及理论不做任何修改,药物用量仍沿用旧制的“钱”“两”。

8. 书中“症”“证”混用,为保持原貌,本次点校未做更改。

《家庭医药常识》丛刊可供中医及中西医结合临床医师、中医院校师生、海派中医研究者,以及中医爱好者参考。希冀本次再版对于传承民国中医临床经验和推进中医在日常生活中的应用起到良好的作用。书中有些问题,因时间和水平有限,未遑详考,错误之处在所难免。敬希同道仁人,有以匡教,以臻完善。

此书的录入得到了本科学生施雪霏、张琛、吴柏霆、蔡靓的帮助,在此一并感谢!

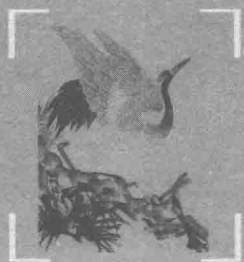
陈丽云

2018年5月

总目录



验方类编	1
百病通论	31
药性提要	67
诊断大纲	99
饮食指南	129
丸散易知	153



验方类编

家庭医药常识之一

秦伯未 编

方公溥 校



《验方类编》目录

家庭医药常识序	5
验方类编序	6
第一种 内科验方	7
外感门	7
内伤门	8
杂症门	9
第二种 妇科验方	14
调经门	14
带下门	15
胎产门	16
杂症门	18
第三种 幼科验方	20
初生门	20
杂证门	21



第四种 外科验方	24
消散门	24
杂症门	25
损伤门	26
第五种 急救验方	28
中毒门	28
误吞门	29
咬伤门	30



家庭医药常识序

人生之保障凡二：一为律师，一为医士。律师为法律上之保障，医士为疾病时之保障，有若轼辙之不能离也。然吾人正心崇德，可终身不涉法庭，而慎食优居，鲜有能永免灾殃，则医士之重要又十倍于律师矣。故吾人可不明法而不可不明医，可不明医而不可不知医学之常识。王子安曰：为人子者，咸宜知医。其言良可味也。余痛晚近医学日衰，家庭之间又鲜研究，一旦染恙，除悬命于医士之外，惟馨香祈祷以乞灵于神祇。病之传变不明，药之逆从莫辨，其愈幸也，不愈则归诸天，而不知其病之果何殃也！于是久欲以普通医学知识介绍于社会，卒为缺乏完善书籍而止。今岁上海名医秦伯未氏有《家庭医药常识》之印行，余闻之曰：有是哉，此余十年来萦洄脑际而未能实现者，今秦氏同具此心，且能力成其事，真社会之福音也！比读其书，凡分若干集。已削青者，为《验方类编》《百病通论》等，正属稿者，为《药性提要》《诊断大纲》等，无不简要明晰，切于实用，实医界未有之新著，而家庭无上之宝笈也。欣佩之余，爰请中医书局增印四千册，以分送吾台中人士。噫嘻！家庭得此保障，轻病可以自疗，重病自具把握，可免因循遗误而为下工残杀之虑矣。其珍视之，其珍视之。

昭和四年十一月二十日

台湾黄茂盛序于嘉义城西兰记图书室





验方类编序

季寅不才，谬膺中医书局营业部主任，忽忽一年矣。此一年中，推广中医书籍，宣传中医文化，对于医界之贡献，自信不遗余力；顾于病家方面，殊鲜顾及。夫人不能免于病，病不能免于医药。人之于医药知识，其谁可无？乃环顾市间，其能以切要有用之医药书籍介绍于社会，而使人人保持其健康者，曾未一睹，此社会之缺憾，实医界中人所不能不亟起而弥补者也。窃念病家之需要凡二：一为灵验方剂，以备急救；一为医药常识，俾资摄养。爰特商请海上名医秦伯未先生编纂《家庭医药常识》一书，预定为四集，曰《验方类编》，曰《百病通论》，曰《药性提要》，曰《诊断大纲》。阅三月而第一集《验方类编》脱稿，凡分五篇，曰《内科验方》，曰《妇科验方》，曰《幼科验方》，曰《外科验方》，曰《急救验方》。篇之中复析为若干子目，俾便检阅。方药平正，说理浅近，深合于一般社会之需要。盖秦君学识既高，经验又富。此书之作，更愿以十年心得，尽量披露，自当倍见精彩，切合实用也。于是季寅之私愿偿而病家得有保障，此果季寅之幸，抑亦病家之幸，而不能不同声致谢于秦君者焉。会台湾商界巨子黄茂盛先生闻之，愿附印四千余册，以便分赠当地人士，使人人得有医药上之常识，而促进人人臻于幸福之门，则本书之出版，急不容缓，尤可见云。发刊日，乃喜而为之序。

中华民国十九年一月一日四明钱季寅书于海上



第一种 内科验方

外感门

伤寒 伤寒初起，形寒头痛，咳嗽痰多，鼻流清水，服下方即止。

荆芥钱半 防风一钱 桔梗八分 豆豉三钱 象贝三钱 薄荷八分
葱白二枚

伤寒 伤寒初起，寒热头痛，项强无汗，宜下方发之。

紫苏钱半 防风钱半 荆芥钱半 苦杏仁三钱 生姜三片

伤暑 夏月身热，头晕口渴，心烦懊恼，甚则气喘，此属外感暑气，宜服下方。

藿香三钱 青蒿钱半 天花粉钱半 黄芩三钱 香薷五分 知母三钱 滑石三钱 竹卷心钱半

中暑 中暑昏闷不醒，或伏暑停食，呕吐泻利，下方有回生之功。

醋炙半夏四钱 茯苓二钱 甘草二钱 生姜汁一匙

温病 春月发热，头痛口渴咳嗽，乃感受风热，宜投下方。

桑叶钱半 菊花钱半 黑山栀二钱 杏仁三钱 荆芥钱半 薄荷八分 象贝三钱 连翘三钱



燥病 外感秋燥，干咳不吐痰，喉干口渴，宜下方凉润。

麦冬三钱 玄参三钱 桔梗一钱 天花粉三钱 百部五分 甘草五分 陈皮一钱

疫病 疫病初起，势未猖獗，但觉人事恹恹，胸胁苦满，速服下方。

槟榔二钱 厚朴一钱 知母一钱 甘草五分 白芍一钱 黄芩一钱 草果仁五分

内伤门

阴虚 阴虚火动，夜热昼寒，急以下方滋养，神效。

熟地五钱 元参五钱 山萸二钱 地骨皮二钱 芡实三钱 五味子八分 麦冬二钱 沙参二钱

阳虚 阳气不充，时时畏冷，饮食不消，宜下方补之。

人参二钱 黄芪三钱 白术三钱 茯苓三钱 炙草八分 神曲三钱 陈皮一钱 干姜五分

气血两虚 饮食不进，形容枯槁，当补血以益燥，补气以益馁，下方主之。

人参一钱 白术二钱 川芎八分 谷芽三钱 麦冬钱半 炙草五分 当归钱半 茯苓三钱 熟地三钱 白芍二钱 陈皮一钱 神曲三钱

滑精 无梦精泄，是谓滑精，积久必成劳怯，急服下方。

人参一钱 芡实三钱 麦冬二钱 生枣仁三钱 当归钱半 山萸二钱 莲须一钱 山药三钱 熟地三钱 柏子仁三钱 远志一钱 五味子八分

多汗 不论自汗盗汗，均能亡阳伤阴，宜用下方以敛之。

人参二钱 黄芪皮三钱 当归身二钱 桑叶钱半 麦冬三钱 炒

杏仁三钱 浮小麦三钱 糯稻根一两

怔忡 心悸不寐，宜以下方治其心。

茯神三钱 麦冬二钱 丹皮三钱 人参一钱 当归钱半 甘草五分
菖蒲八分 五味子八分 枣仁三钱

吐血 世人认吐血一证，不是火盛，即为阴亏，下方以引血归经为主，绝无流弊，可谓千金不换之良丹也。

黑芥穗三钱 炒丹皮三钱 当归钱半 人参一钱

吐白血 久病之人或吐血之后，吐痰皆白沫，其状似蟹涎，乃白血也。此症最危殆，世人不识，十治十死。伯未定下方，十愈五六，愿珍视之。

熟地五钱 麦冬五钱 五味子八分 山药五钱 干姜八分 山萸三钱 茯苓三钱 丹皮二钱 泽泻二钱

阳痿 阳物痿软不举，多由平日过于斫伤，服下方能复原。

巴戟一钱 肉苁蓉一钱 杜仲一钱 肉桂八分 茯神三钱 人参八分 白术二钱 熟地五钱 山萸三钱 远志一钱

杂症门

霍乱 上吐下泻，四肢厥逆，服下方小便一通即愈，不必服热药、补剂。

大腹皮三钱 藿香三钱 陈皮三钱 茯苓三钱 木瓜三钱 滑石三钱 白扁豆三钱 槟榔三钱 苏叶钱半 土炒苍术钱半 厚朴钱半 黄芩一钱 桔梗一钱 木通一钱 甘草五分 草果五分

干霍乱 干霍乱腹痛而不吐泻，通常用烧盐汤探吐，下方却灵验过之。

益母草汁一杯 生菜菹汁半杯 生蜜少许