

超值全彩
养生馆

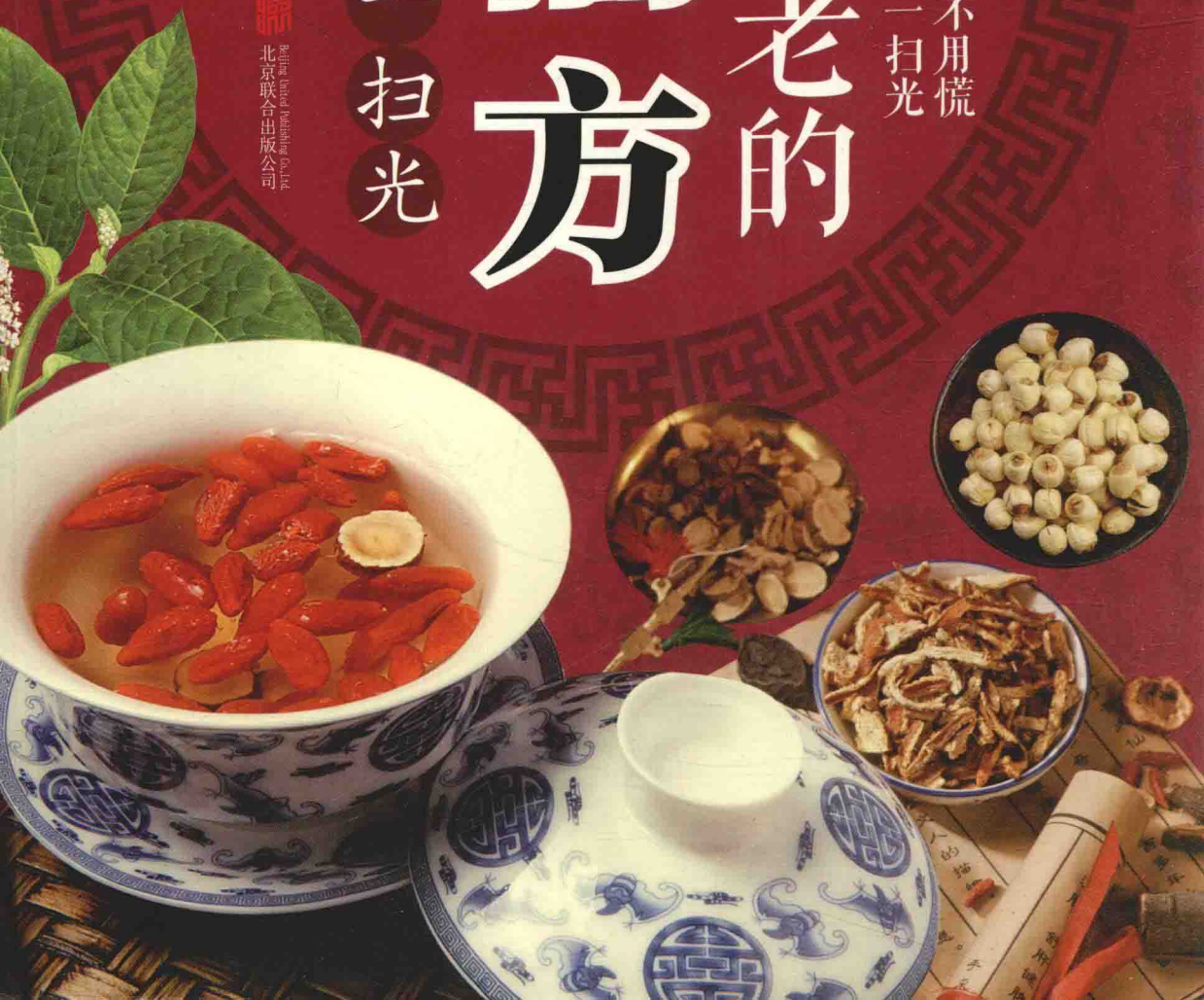
很老很老的 老偏方

大病小病一扫光

家有老偏方 有病不用慌
大病能防治 小病一扫光

白苏子◎编著

北京联合出版公司



『疗效好、花钱少、好操作』

很老很老的老偏方

大病小病一扫光

白苏子 / 编著



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

很老很老的老偏方：大病小病一扫光 / 白苏子编著. —北京：北京联合出版公司，2016.9
ISBN 978-7-5502-8581-1

I . ①很… II . ①白… III . ①土方—汇编 IV . ①R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 224701 号

很老很老的老偏方：大病小病一扫光

编 著：白苏子

责任编辑：李 征

封面设计：韩立强

责任校对：宋 媛

美术编辑：刘欣梅

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京德富泰印务有限公司印刷 新华书店经销

字数400千字 720毫米×1020毫米 1/16 24印张

2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

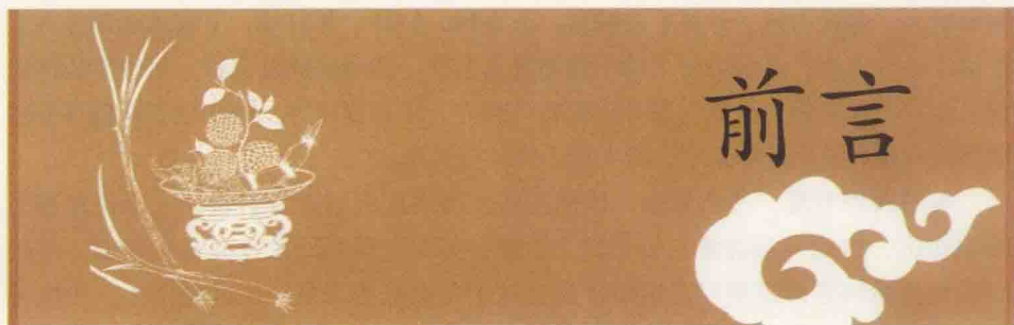
ISBN 978-7-5502-8581-1

定价：59.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本公司图书销售中心联系调换。电话：(010) 65418761



老偏方是历代医家和广大民众不断摸索、积累起来的经验方，不但能治疗各种小病、常见病，在关键时刻还能帮大忙，治疗各种大病、急病，救人于危难之际，如利用蟾蜍酒治白血病、利用胡萝卜缨解砒毒等。有时，就连一些现代医学技术都治不了、花很多钱都治不好的疾病，利用偏方就能治好，而且花钱少甚至不花分文。

即使是在医学技术较为发达的现代社会，老偏方仍然具有巨大的实用价值，因为它材料易得、操作简便、花钱少又有实效，更适合普通老百姓采用。为使读者能够正确利用老偏方治病，我们搜集了散见于古今医籍、文献和报刊中的民间疗法，遍寻民间广泛流传的老偏方，广罗各民族独特的治病秘方，取其精华、弃其糟粕，精选出2000多个最有效、最简便、最经济、最实用的偏方，编写了这本书。书中选录的老偏方具有以下特点：

取材方便：其中很多药方都取自老百姓日常所吃的五谷杂粮、瓜果蔬菜和禽肉蛋，如用酸枣仁粥治疗心悸失眠，赤小豆治血肿等。

配制简便：大都采用煎、煮、研末等方法制取，有的甚至仅仅是与日常食物煲粥或制成药酒饮用，操作简便，容易为普通患者所掌握并自行治疗。

疗效显著：千百年来历经反复验证，屡试屡验，沿用至今，有很多都已被目前各大医院所采用。

经济实用：因多取自民间偏方，很少有奇特名贵的中药材，且副作用小，最适合普通家庭使用。患者利用此类偏方治病，不但省钱，还能免去来回跑医院的麻烦。

副作用小：由于老偏方多取材于老百姓日常饮食，所用药材也是来自于大自然的天然植物，且仅仅采用几味药材，甚至是单味药材治病，如利用冬青叶治感冒，治病方式较为温和，副作用极小。

本书分为上下两篇，上篇的老偏方侧重于治疗各种小病小痛，或是常见病症的



初起状态，包括内科、外科、皮肤科、五官科、妇科、儿科等，下篇的老偏方侧重于治疗各种大病、急病或是久治不愈的疑难杂症，涉及疾病近百种。每种疾病都提供了多种治病老偏方，有内服方，也有外敷方，还有食疗方，便于患者根据自身健康状况和疾病性质选择采用，将大病小病一扫而光。

本书内容丰富，通俗易懂，体例简明，可供广大患者自学自用，无论你有无医学知识，均能一看就懂，一学就会，是一部即查即用的家庭必备医疗书，可随时随地为你和你的亲朋好友治病疗疾。对于基层医务人员、中医院学生、中医药爱好者和临床工作者，书中的偏方也有很高的参考价值。需要说明的是，中医讲究辨证施治，书中所录偏方仅供参考，未必适合所有人，在采用时应尊重个体生理和病理的差异性，最好配合医院的诊断并征得医生意见后再行使用。尤其对患有危重疾病的朋友，一定要及时就医，在医生的指导下使用老偏方，以期取得更好的治疗效果。



目录

上篇

小偏方大功效——小病小痛全跑掉

内科病

- | | | | |
|-------------------|-----|-------------------|-----|
| 35种偏方治疗感冒..... | 004 | 10种偏方治疗消化不良..... | 069 |
| 36种偏方治疗咳嗽..... | 009 | 35种偏方治疗便秘..... | 071 |
| 37种偏方治疗高血压病..... | 014 | 28种偏方治疗便血..... | 076 |
| 16种偏方治疗高脂血症..... | 019 | 23种偏方治疗中风..... | 080 |
| 38种偏方治疗病毒性肝炎..... | 022 | 22种偏方治疗失眠..... | 084 |
| 11种偏方治疗肺炎..... | 028 | 38种偏方治疗神经衰弱..... | 087 |
| 42种偏方治疗支气管炎..... | 030 | 10种偏方治疗头痛..... | 092 |
| 19种偏方治疗肺结核..... | 036 | 15种偏方治疗自汗、盗汗..... | 094 |
| 29种偏方治疗哮喘..... | 039 | 14种偏方治疗中暑..... | 096 |
| 24种偏方治疗胃痛..... | 044 | 35种偏方治疗眩晕..... | 098 |
| 21种偏方治疗慢性胃炎..... | 047 | | |
| 6种偏方治疗呕血..... | 050 | | |
| 21种偏方治疗黄疸..... | 051 | | |
| 13种偏方治疗胆、肾结石..... | 054 | | |
| 15种偏方治疗腹痛..... | 056 | | |
| 49种偏方治疗腹泻..... | 058 | | |
| 38种偏方治疗菌痢..... | 064 | | |

外科病

- | | |
|-----------------|-----|
| 21种偏方治疗疔疮..... | 104 |
| 16种偏方治疗腰扭伤..... | 107 |
| 36种偏方治疗骨折..... | 109 |
| 6种偏方治疗骨结核..... | 114 |
| 11种偏方治疗肠梗阻..... | 115 |
| 44种偏方治疗痔疮..... | 117 |

皮肤科病

- | | |
|----------------|-----|
| 5种偏方治疗斑秃..... | 124 |
| 5种偏方治疗酒糟鼻..... | 125 |
| 18种偏方治疗皮炎..... | 126 |



12种偏方治疗疥疮.....	129
10种偏方治疗皮肤瘙痒.....	131
28种偏方治疗湿疹.....	133
38种偏方治疗荨麻疹.....	137
6种偏方治疗鸡眼.....	142
12种偏方治疗牛皮癣.....	143

五官科病

12种偏方治疗鼻炎.....	146
23种偏方治疗牙痛.....	148
4种偏方治疗牙周炎.....	151
19种偏方治疗口疮.....	152
19种偏方治疗咽炎.....	155
18种偏方治疗耳鸣、耳聋.....	158

妇科病

40种偏方治疗痛经.....	162
25种偏方治疗闭经.....	168
21种偏方治疗崩漏（子宫出血）.....	172
20种偏方治疗带下病.....	175



31种偏方治疗妊娠呕吐.....	178
13种偏方治疗胎漏、胎动不安 （先兆流产）.....	182
14种偏方治疗恶露不绝.....	184
5种偏方治疗不孕症.....	186

儿科病

21种偏方治疗小儿感冒.....	188
20种偏方治疗小儿哮喘.....	191
6种偏方治疗小儿肺炎.....	194
29种偏方治疗百日咳.....	195
21种偏方治疗小儿泄泻.....	199
36种偏方治疗流行性腮腺炎.....	202
31种偏方治疗小儿遗尿.....	207
13种偏方治疗小儿麻疹.....	211
17种偏方治疗小儿夜啼.....	213

下篇

偏方治大病

传染性疾病和急症

疟疾、霍乱、狂犬病.....	218	毒菌痢疾.....	226
各种肝炎.....	220	各种寄生虫病.....	230
肺结核.....	224	急症及其他.....	231



呼吸系统疾病

各种肺病.....	234
气管炎、支气管炎.....	236
哮喘.....	239

消化系统疾病

- 上消化道出血..... 242
胃及十二指肠溃疡..... 244
胃下垂、胃结石..... 245
结肠炎、肠梗阻..... 246
肝硬化..... 249
胆囊炎、胆结石..... 251

循环系统疾病

- 脑血管意外疾病..... 256
各种心脏病..... 258
中风偏瘫..... 261
其他循环系统疾病..... 262

泌尿系统疾病

- 肾炎..... 266
泌尿系统结石..... 268

内分泌系统疾病

- 糖尿病..... 272
肥胖症..... 274

神经系统疾病

- 三叉神经痛、坐骨神经痛..... 276
半身不遂、面瘫..... 279
癫痫（羊角风）..... 282

骨伤科及风湿性疾病

- 风湿性关节炎..... 286
类风湿..... 290

- 肩周炎..... 292
跌打损伤..... 295
腰椎间盘突出、骨质增生..... 298
骨折..... 302
颈椎病..... 305

五官科疾病

- 眼疾..... 308
耳疾..... 315
鼻症..... 318
喉疾..... 320
牙痛..... 323
口疾..... 332

生殖系统疾病

- 妇科疾病..... 336
不孕症..... 345
男科疾病..... 347

各种癌（瘤）疾病

- 肝癌..... 366
食道癌..... 367
胃癌..... 369
皮肤癌..... 370
白血病（血癌）..... 372



上
篇

小偏方大功效

——小病小痛全跑掉







内科病



35种偏方治疗感冒

感冒俗称“伤风”，由病毒或细菌感染引起，是最常见的疾病之一。感冒可分为普通感冒和流行性感冒两种，普通感冒是由病毒引起的上呼吸道感染。若感冒病情较重，并在一个时期内广泛流行，称为流行性感冒，是由流感病毒引起的呼吸道传染病，中医称为“时行感冒”。

感冒的症状为发热、头痛、鼻塞、流涕、咳嗽、打喷嚏、咽部干痒作痛等，伴有四肢倦怠、肌肉酸痛、胸部憋闷、咽痛或有异物感。

感冒患者注意事项：

(1) 感冒时独居一室，务必使环境安静，空气清新，如此不致将病菌传染给别人，并应充分休息，增强抵抗力。

(2) 饮食应以清淡为宜，不吃油腻食物，可吃生大蒜。这是因为清淡的饮食较容易消化，而大蒜有杀菌功能。

(3) 保持身心愉快，有助于病情缓解。



中草药方

◆ 偏方1 葱豉黄酒汤

【配方】葱30克，淡豆豉15克，黄酒50毫升。

【用法】先将豆豉放砂锅内，加水1小碗，煎煮10分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煎煮5分钟，然后加入黄酒，立即出锅。趁热顿服。

【功效】主治风寒感冒。

◆ 偏方2 薄荷姜汁茶

【配方】细茶叶6克，薄荷叶3克，生姜汁半匙，白糖半匙。

【用法】先用开水大半碗，泡薄荷叶、茶叶，再放入姜汁、白糖和匀。每日1~2次，连服3日。

【功效】本方有辛温解表之功效，主治风寒感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方3 淡竹叶茶

【配方】绿茶1.5克，淡竹叶50克。

【用法】上2味加水1000毫升，先煮淡竹叶，煮沸5分钟，加绿茶略泡即可。每日1剂，分4次服完。

【功效】主治风热型感冒，症见头痛、自汗、鼻塞无涕、咽喉肿痛、咳嗽等。

【来源】民间验方。

◆ 偏方4 菜根红糖饮

【配方】干白菜根1块，姜3片，红糖50克。

【用法】将白菜根、姜洗净，切片，放入锅内，加清水适量，用武火烧沸后，转用文火煮15~20分钟，去渣留汁即成。每日饮1~2次，连饮1周。

【功效】本方能解表散寒，主治发热恶寒较为明显的感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方5 金银花茶

- 【配方】茶叶2克，干金银花1克。
 【用法】上2味同放杯中，用沸水冲泡6分钟后饮用。饭后饮1杯。
 【功效】本方具有辛凉解表之功效，主治风热感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方6 钩藤蜜茶

- 【配方】绿茶1克，钩藤、蜂蜜各15克。
 【用法】钩藤加水500毫升，煮沸3分钟，去渣，加入绿茶与蜂蜜即可。分3次温服，日服1剂。
 【功效】防治流行性感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方7 三根汤

- 【配方】大白菜根3个，大葱根7个，芦根1.5克。
 【用法】上料用水煎服，每日1次，连服2~3日。
 【功效】本方具有辛凉解表之功效，主治风热感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方8 藿香饮

- 【配方】鲜藿香叶10克，白糖适量。
 【用法】将鲜藿香叶和白糖煎水，经常饮用。
 【功效】主治重感冒，症见神疲体倦、心烦口渴、小便短黄等。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方9 梅肉红茶

- 【配方】梅干1粒，红茶1大匙。
 【用法】先将梅干去核切细，与红茶一起放入杯中，用沸水200毫升冲泡10分钟，不拘时温服。
 【功效】本方散寒、止咳、开胃，用于防治感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方10 五神汤

- 【配方】荆芥10克，苏叶10克，茶叶6克，生姜10克，红糖30克。
 【用法】将荆芥、苏叶用清水冲洗、过滤，与茶叶、生姜一并放入锅内，加清水约500毫升，用文火煎沸。另将红糖加水适量，置另一锅内煮沸，令其溶解。然后将煎好之药汁加红糖溶液即成。温热服用，分3次服完。
 【功效】本方具有辛温解表、宣肺散寒之功效，主治外感风寒型感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方11 银花山楂饮

- 【配方】金银花30克，山楂10克，蜂蜜250克。
 【用法】将金银花、山楂放入锅内，加清水适量，用武火烧沸3分钟后，将药汁滗入盆内，再加清水煎熬3分钟，滗出药汁。将两次药汁一起放入锅内，烧沸后，加蜂蜜，搅匀即成。可代茶饮。
 【功效】辛凉解表。主治外感风热型感冒。
 【来源】民间验方。

◆ 偏方12 绿豆茶饮

- 【配方】绿茶5克（布包），绿豆20克。
 【用法】上2味加水300毫升，文火煮至150毫升，去茶叶包，一次或几次服。
 【功效】主治风热感冒。
 【来源】民间验方。



◆ 偏方13 葱姜核桃茶

【配方】茶叶15克，核桃仁、葱白和生姜各25克。

【用法】将核桃仁、葱白和生姜捣烂，同茶叶一起放入砂锅内，加水一碗半煎煮，去渣，一次服下，盖棉被卧床，注意避风。

【功效】主治风寒感冒，症见头痛、无汗、鼻塞严重、打喷嚏、咳嗽等。

【来源】民间验方。

◆ 偏方14 辣茶方

【配方】茶叶10克，辣椒500克，胡椒、盐各适量。

【用法】将4味共研末，拌和均匀，放入瓷瓶内，封口，静置半月。每次取3克，开水冲泡5分钟，温服，每日2次。

【功效】本方具有驱寒解表、开胃之功，用于防治风寒感冒。

【来源】民间验方。

【注意】患有哮喘、心脏病者禁用。

◆ 偏方15 姜蒜红糖方

【配方】生姜20克，大蒜5瓣，红糖适量。

【用法】上料用水煎服，每日2次。

【功效】主治流行性感冒初起，头痛，怕冷发热，无汗，伴有恶心。

【来源】民间验方。

◆ 偏方16 生姜红糖水

【配方】老生姜10克，红糖15克。

【用法】先将生姜洗净，切丝，放入大茶杯内，冲入开水，盖上盖，泡5分钟，然后放入红糖，趁热服下。服后盖被卧床，出微汗即可。每日1次，连服2~3日。

【功效】主治风寒初起，症见头痛、耳痛、无汗、骨节酸痛等。

【来源】民间验方。

◆ 偏方17 葡萄酒蛋花汤

【配方】红葡萄酒1小杯（30毫升），鸡蛋1个。

【用法】葡萄酒加热，打入鸡蛋搅拌一下后，即停止加热，待温服用。

【功效】主治感冒。

【来源】民间验方。



◆ 偏方18 芝麻姜茶

【配方】生芝麻30克，茶叶5克，生姜5克。

【用法】生芝麻嚼食，生姜茶叶煎汤冲服，盖被取微汗。

【功效】主治感冒初起。

【来源】民间验方。

◆ 偏方19 苦参桔梗酒

【配方】苦参3克，桔梗1克，白酒250毫升。

【用法】前2味捣碎后布包，同白酒入锅，文火煮10~20分钟，连药包一起入大口瓶备用。春秋及流感流行期间，每日用棉棒蘸药酒5毫升擦洗鼻孔、咽部，每日2~4次，每次用5毫升加温水100毫升漱口。

【功效】防治流行性感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方20 菊花枸杞酒

【配方】菊花、枸杞子各6克，黄酒200毫升。

【用法】菊花、枸杞子用黄酒浸泡10~20天，去渣，加蜂蜜少许，每天早晚各饮1小杯。

【功效】主治风寒感冒头痛。

【来源】民间验方。

◆ 偏方21 甘草瓜蒌酒

【配方】生甘草30克，生姜4片，瓜蒌（去子，置于碗内）1颗。

【用法】先将生姜、甘草用酒2大杯煎取6成，去渣，趁热入装有瓜蒌的碗中，绞取汁，候温，分2次服。

【功效】辛凉解表，主治风热感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方22 侧柏椒酒

【用法】花椒50粒，侧柏叶15克，白酒50毫升。

【用法】前2味捣碎，同白酒一起入瓶浸半月，在呼吸道及消化道传染病流行季节，每晨空腹温服5~10毫升。

【功效】防治流行性感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方23 竹叶茅根饮

【配方】桑叶、菊花各6克，竹叶、白茅根各30克，薄荷3克。

【用法】上料共放茶壶内，用沸水冲泡，温浸10分钟，频频饮用。亦可放冷后做饮料，大量饮用。连服2~3日。

【功效】主治风热型感冒，症见头痛、自汗、鼻塞、咽喉肿痛、咳嗽等。

【来源】民间验方。

◆ 偏方24 山腊梅茶

【配方】山腊梅叶6克。

【用法】开水冲闷5分钟，代茶饮用。每日3次。

【功效】清热解毒，祛风解表。适用于感冒及流行性感冒的预防和治疗。

【来源】民间验方。

◆ 偏方25 白芥子酒

【配方】白芥子150克，白酒250毫升。

【用法】白芥子布包入白酒煮沸，趁热用白芥子包熨颈项周围，冷时再热，每

日2~4次，内服酒液每次5毫升，每日2~3次。

【功效】防治流行性感冒。

【来源】民间验方。

【注意】皮肤过敏者忌用。



食疗药方

◆ 偏方26 葱白胡椒拌面

【配方】面条、白胡椒末、葱白各适量。

【用法】煮热汤面条1碗，加入葱白及胡椒粉拌匀，趁热吃下，盖被而卧，注意避风，汗出即愈。

【功效】主治感冒。

【来源】民间验方。

◆ 偏方27 薄荷粥

【配方】薄荷鲜品30克（干品10克），大米30克。

【用法】薄荷加水稍煎取汁，去渣后约留汁150毫升。大米加水300毫升，煮成稀粥。加入薄荷汁75毫升，再稍煮熟。加入冰糖少许，调化即可食用。每日早晚食用2次，温热食佳。

【功效】疏风解热，清利咽喉。主治风热感冒。

【来源】民间验方。

【注意】薄荷粥性凉，脾胃虚寒者少食；因含挥发油，故不宜久煮；可发汗，故表虚多汗者慎用；煮本粥不宜选糯米，以免滋腻。



◆ 偏方28 葱姜散寒粥

- 【配方】大米50克，生姜5片，连须葱3茎，米醋适量。
- 【用法】先用砂锅煮米做粥，将生姜捣烂与米同煮，粥将熟时放入葱、醋，趁热食之，覆被取汗。
- 【功效】本方有解表散寒、温胃止呕之功效，主治风寒感冒。
- 【来源】《饮食辨录》。

◆ 偏方29 葱姜糯米粥

- 【配方】糯米100克，葱白、生姜各15克，醋30毫升。
- 【用法】糯米煮粥后加入葱白、生姜煮5分钟。再加入醋，热服，盖被发汗。
- 【功效】主治风寒感冒。
- 【来源】民间验方。

◆ 偏方30 苡仁小豆粥

- 【配方】薏苡仁30克，赤小豆30克，大米50克。
- 【用法】将薏苡仁洗净晒干，碾成细粉，赤小豆先煮熟，然后加大米，放水500毫升左右煮粥，将熟时和入苡仁米粉。每日早晚餐顿服，10日为1疗程。
- 【功效】清热利湿。主治暑湿型感冒。
- 【来源】民间验方。

◆ 偏方31 葱白粥

- 【配方】大米50克，葱白3寸段。
- 【用法】煮米做粥如常法，粥熟放葱煮2沸即可。不拘时食之，食后覆被得微汗。
- 【功效】本方有解表散寒通脉的作用，主治风寒感冒。
- 【来源】《饮食辨录》。

◆ 偏方32 藿佩冬瓜汤

- 【配方】鲜藿香、鲜佩兰各5克，冬瓜500克（去皮、子）。

【用法】先将藿香、佩兰煎煮，取药汁约1000克，再加入冬瓜及盐适量，一起煮汤食用。

【功效】消暑祛湿。主治暑湿型感冒。

【来源】民间验方。



◆ 偏方33 姜酒煮草鱼

- 【配方】草鱼肉片150克，米酒100毫升，生姜片25克。
- 【用法】以水半碗，煮开后加入上3味。以盐少许调味，趁热吃，盖被取汗，每日2次。
- 【功效】主治感冒怕冷。
- 【来源】民间验方。

◆ 偏方34 葱豉豆腐汤

- 【配方】豆腐250克，淡豆豉12克，葱白15克，调料适量。
- 【用法】先将豆腐切成小块，放入锅中略煎，后入淡豆豉，加水1碗煎取大半碗，再入葱白、调料，煎滚即可。趁热服，盖被取汗，每日1剂，连服4~5日。
- 【功效】防治流行性感冒。
- 【来源】民间验方。

◆ 偏方35 冰糖蛋汤

- 【配方】鸡蛋1个，冰糖适量。
- 【用法】冰糖放在杯底，鸡蛋打破加入杯中，然后注入开水，盖好盖子，半分钟后，以汤匙搅拌，趁热喝下。
- 【功效】增强体力，预防感冒，治疗咳嗽。
- 【来源】民间验方。