



家庭必备
偏验方系列

偏验方

疼
痛

主编
袁娜

中国医药科技出版社



家庭必备偏验方系列

疼痛偏验方

主编 袁 娜



中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书收录了大量治疗各种疼痛的有效内服偏验方和外用偏验方。其内容丰富，选材方便，用法详细，功效突出。可供基层临床医生、疼痛患者参考。

图书在版编目 (CIP) 数据

疼痛偏验方 / 袁娜主编. — 北京 : 中国医药科技出版社, 2017.5
(家庭必备偏验方系列)

ISBN 978-7-5067-8901-1

I. ①疼… II. ①袁… III. ①疼痛—土方—汇编 ②疼痛—验方—汇编 IV. ① R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 306486 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也 在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $\frac{1}{32}$

印张 $5\frac{3}{4}$

字数 124 千字

版次 2017 年 5 月第 1 版

印次 2017 年 5 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8901-1

定价 25.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



前言

古人有“千方易得，一效难求”的说法。《内经》有“言病不可治者，未得其术也”。“有是病，必有是药（方）”。对于一些家庭常见疾病，一旦选对了方、用对了药，往往峰回路转，出现奇迹。

本丛书包括：呼吸疾病、消化疾病、糖尿病、高血压、心血管疾病、高脂血症、痛风、肝病、肾病、肿瘤、风湿性疾病、男科疾病、妇科疾病、儿科疾病、美容养生、失眠、疼痛、五官科疾病，共计 18 分册。每册精选古今文献中偏验方几百首，既有中药内服偏验方，又有中药外用偏验方和食疗偏方。每首偏验方适应证明确，针对性强，疗效确切，是家庭求医问药的必备参考书。

本套丛书引用、收集了民间流传、医家常用以及一些报刊、书籍所载的偏验方，并以中医药理论为依据，以辨证施治为原则，依托中医证型，进行分门别类，去粗存精，避免了众方杂汇、莫衷一是的弊端，使之更加贴近临床，贴近患者，贴近生活，以期达到读之能懂、学以致用、用之有效的目的。

本书收录了大量治疗疼痛的有效中药内服偏验方、食疗偏方

和中药外用偏验方，每方包括组成、制法用法和功效主治。其内容丰富，用料采集方便，制作介绍详细，用法明确。

需要提醒的是，偏验方只是辅助治疗的手段，并且因患者病情分型不同，治疗也会大相径庭，若辨证错误，结果可能会适得其反。所以，强烈建议读者在使用书中偏验方时务必在医生指导下使用，并且使用时间的长短由医生来决定。由于我们的水平和掌握的资料有限，书中尚存一些不尽善美之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2016年10月

目 录

第一章 头痛 / 1

一、内服偏验方 / 2

天麻方(2)

川芎方(2)

白萝卜海带方(3)

茶叶柳枝方(3)

茶叶红枣方(4)

白芷细辛茶方(4)

茶叶蔓荆子大枣方(5)

川芎乌药方(5)

六安天台茶方(6)

紫背浮萍茶方(6)

茶叶生姜艾叶方(7)

茶葱姜艾方(7)

茶叶白芷方(8)

细辛白术甘草方(8)

菊花茶方(9)

茶叶薄荷方(9)

白芍方(2)

白菊方(3)

丝瓜根方(3)

红茶荷叶方(4)

菊花细茶川芎方(4)

枸骨叶茶方(4)

红茶刀豆根方(5)

陈茶叶蔓荆子方(5)

芽茶土茯苓方(6)

茶叶绿豆竹叶方(6)

茶叶川芎红糖方(7)

六安茶生姜方(7)

霍山茶生姜方(8)

青茶菊花荆芥穗方(8)

片苓川芎方(9)

春茶方(9)

- | | |
|---------------|----------------|
| 腊茶川芎方 (10) | 黄芪党参方 (10) |
| 熟地当归白芍方 (10) | 绿茶川芎当归方 (10) |
| 路路通钩藤方 (11) | 乌梅肉香附子方 (11) |
| 茶叶川芎红花方 (11) | 茶叶陈皮方 (11) |
| 茶叶荷蒂生姜方 (12) | 半夏茯苓白术方 (12) |
| 茶叶瓜蒂方 (12) | 大附子茶汁方 (12) |
| 熟地首乌方 (13) | 龙井茶薄荷方 (13) |
| 绿茶菊花槐花方 (13) | 普洱菊花罗汉果茶方 (13) |
| 绿茶菊花草决明方 (14) | 生芪党参首乌方 (14) |
| 细茶川芎香附子方 (14) | 红茶番红花方 (14) |
| 龙井菊花茶方 (15) | 白菊花玫瑰花茶方 (15) |
| 绿茶草决明方 (15) | 茶叶鸭蛋方 (15) |
| 茶叶川芎白芷方 (16) | 茶叶白果方 (16) |
| 天麻川芎茶方 (16) | 白芷远志方 (16) |
| 向日葵盘心茶方 (17) | 茶叶天麻方 (17) |
| 地肤子茶方 (17) | 茶叶大黄酒方 (17) |
| 桑叶黄瓜叶茶方 (18) | 茶叶川芎方 (18) |
| 川芎细辛茶方 (18) | 川芎茶方 (18) |
| 青茶方 (18) | 蔓荆子茶方 (19) |
| 川芎荆子方 (19) | 香白芷方 (19) |
| 白僵蚕茶方 (19) | 茶子方 (20) |
| 蔓荆子方 (20) | 细辛方 (20) |
| 清上蠲痛汤 (20) | 加减清上蠲汤 (20) |
| 当归川芎方 (21) | 止痛散 (21) |
| 石决明方 (21) | 当归饮 (21) |
| 祛风散寒散 (22) | 散偏汤 (22) |
| 柴精汤 (22) | 建瓴汤 (22) |

益气升压汤 (23)

厚朴散 (23)

黄芩散 (24)

蔓荆子汤 (24)

党参黄芪方 (23)

茯神散 (24)

旋覆花散 (24)

二、外用偏验方 / 25

茶叶方 (25)

塞鼻止痛方 (25)

川芎鸡蛋方 (26)

冰片方 (26)

斑蝥方 (27)

蚕沙方 (27)

胡椒艾叶方 (28)

吴茱萸调醋方 (28)

大黄冰片方 (29)

秦皮洗眼汤 (29)

茶叶川芎细辛藁本方 (25)

白萝卜汁止痛法 (25)

芸苔子大黄方 (26)

当归方 (27)

川芎花椒方 (27)

全蝎方 (27)

当归川芎方 (28)

生姜方 (28)

生南星方 (29)

通顶吹鼻散 (29)

小贴士 日常生活中对头痛的预防 / 30

第二章 胃痛 / 31

一、内服偏验方 / 32

百合汤 (32)

百乌荔枝芍草麦芽汤 (33)

益胃化痰汤 (33)

加味乌贝及甘散 (34)

鸡蛋壳方 (35)

胡桂散 (35)

二丑方 (36)

百合丹参方 (33)

三合四合汤 (33)

健胃散 (34)

胃寒散 (34)

蜡矾鸡蛋煎 (35)

黄荆子 (35)

乌鸡养生菜 (36)

- | | |
|-------------|-------------|
| 脘腹膵痛汤 (36) | 肚痛散 (37) |
| 脐痛速效方 (37) | 金银花方 (37) |
| 当归小茴香 (37) | 红茶末橘花方 (38) |
| 蜂蜜红糖茶 (38) | 细茶川椒方 (38) |
| 干姜茶 (38) | 绿萼梅茶 (39) |
| 玫瑰花茶 (39) | 鲜香橼茶 (39) |
| 铁观音茶 (39) | 生姜茶 (40) |
| 香附木香茶 (40) | 细茶柚皮方 (40) |
| 湖茶头醋方 (40) | 化橘红白芍方 (41) |
| 黄芪当归茶 (41) | 米醋茶 (41) |
| 茶叶辣椒方 (41) | 黄连姜汁茶 (42) |
| 麦芽茶 (42) | 吴萸茶 (42) |
| 红茶茵 (42) | 石菖蒲茶 (43) |
| 瓦楞子方 (43) | 仙鹤草方 (43) |
| 干姜胡椒方 (43) | 鸡蛋胡椒方 (44) |
| 威灵仙方 (44) | 土豆生姜汁 (44) |
| 九香虫方 (44) | 陈皮生姜汤 (44) |
| 红糖姜汤 (45) | 消胀汤 (45) |
| 神曲消食汤 (45) | 山楂消食汤 (45) |
| 健脾粥 (46) | 健脾益肾粥 (46) |
| 蛋黄山药方 (46) | 猪肚胡椒 (46) |
| 炖猪肚 (47) | 田螺壳末 (47) |
| 蛤壳香附散 (47) | 全青蒜煮饮 (47) |
| 佛手饮 (47) | 良姜粳米粥 (48) |
| 干姜胡椒末 (48) | 大枣方 (48) |
| 荔枝核陈皮末 (48) | 胡椒杏仁枣 (49) |
| 文旦鸡 (49) | 胡椒酿红枣 (49) |

土豆粥 (49)	洋白菜粥 (50)
百合粥 (50)	陈香椽末 (50)
高粱根煎饮 (50)	核桃皮泡酒 (50)
高粱黑豆枣 (51)	公鸡汤 (51)
白胡椒末 (51)	五香山药鸡 (52)
猪肚姜 (52)	菖蒲丸 (52)
黄连汤 (52)	愈痛散 (53)
八仙散 (53)	二姜丸 (53)
二香散 (53)	人参丸 (54)
人参紫金丸 (54)	人参汤 (54)
丁香丸 (54)	三皮汤 (55)
小建中汤 (55)	木香散三 (55)
内灸丸 (55)	走马散 (56)
厚朴散 (56)	胜金散 (56)
浮椒丸 (56)	干姜丸 (57)
干姜酒 (57)	木香散 (57)
木香丸 (57)	
二、外用偏验方 / 58	
巴豆方 (58)	生姜方 (58)
毛茛方 (58)	当归方 (59)
葱头生姜方 (59)	郁金方 (59)
荜茇干姜方 (59)	鲜姜香附方 (60)
防风白芷方 (60)	
小贴士 胃痛日常生活的预防 / 60	

第三章 腹痛 / 61

一、内服偏验方 / 61

- | | |
|-------------|------------|
| 鸡内金方 (61) | 麦谷芽方 (62) |
| 大黄方 (62) | 麦芽楂炭方 (62) |
| 萝卜籽方 (62) | 西瓜方 (63) |
| 蔻仁木香方 (63) | 白芍茯苓方 (63) |
| 良姜陈皮方 (63) | 甘松粳米方 (64) |
| 白萝卜蔗糖方 (64) | 红糖茶 (64) |
| 干姜乌梅茶 (64) | 莲花茶 (65) |
| 赤芍茶 (65) | 干漆散 (65) |
| 木香散 (65) | 木香丁香散 (66) |
| 木香干姜散 (66) | 立应散 (66) |
| 四逆汤 (66) | 黄芪芍药汤 (67) |
| 四物当归汤 (67) | 四物苦楝汤 (67) |
| 半夏汤 (67) | 当归芍药散 (68) |
| 当归汤 (68) | 当归莪术丸 (68) |
| 刘寄奴散 (68) | 川芎散 (69) |
| 川芎汤 (69) | 没药散 (69) |
| 没药延胡索散 (69) | 应痛丸 (70) |
| 芫花丸 (70) | 苦楝丸 (70) |
| 干蝎丸 (70) | 乳香散 (71) |
| 建中汤 (71) | 桂朴散 (71) |
| 桂枝加大黄汤 (71) | 调中丸 (72) |
| 凌霄花散 (72) | 黄芩芍药汤 (72) |
| 紫桂丸 (72) | 琥珀散 (73) |
| 槟榔丸 (73) | 蜜附汤 (73) |

姜桂饮 (73) 追气丸 (74)
 苹菱粥 (74) 礞砂丸 (74)

二、外用偏验方 / 74

大黄山桅芒硝方 (74)	苦瓜方 (75)
二姜方 (75)	胡椒方 (75)
苹菱方 (75)	附子方 (76)
腹痛方 (76)	枯矾方 (76)
吴茱萸干姜丁香方 (76)	川椒乌梅方 (77)
吴茱萸方 (77)	吴茱萸生姜方 (77)
艾叶方 (77)	肉桂吴萸方 (78)
竹叶防风吴萸子方 (78)	厚朴枳实方 (78)
生姜汁 (78)	陈香橼方 (79)
艾叶牡荆方 (79)	鲜生姜方 (79)
白芥子方 (79)	玉抱肚 (80)
小贴士 引发女性小腹疼痛的原因 / 80	

第四章 坐骨神经痛 / 82

一、内服偏验方 / 83

新方桂枝汤 (83)	桂枝方 (83)
加味芍甘汤 (83)	加味桂乌汤 (83)
穿山龙炖母鸡 (84)	祁蛇蜈蚣全蝎方 (84)
麻黄方 (84)	老鹤草方 (84)

二、外用偏验方 / 85

三药一盐方 (85)	丝瓜络方 (85)
姜椒方 (85)	乌头醋方 (85)
制川乌制草乌方 (86)	毛茛全草方 (86)

小贴士 坐骨神经痛的日常护理和预防 / 87

第五章 三叉神经痛 / 88

一、内服偏验方 / 89

板蓝根僵蚕方 (89)

桑葚方 (89)

白芍牡蛎方 (89)

全蝎僵蚕白附子方 (89)

镇痛汤 (90)

止痛汤加减 (90)

头风三合汤 (90)

龙胆泻肝汤加减 (90)

马蝎蜈僵汤 (91)

偏头痛方 (91)

二、外用偏验方 / 91

全蝎地龙方 (91)

荜茇木鳖子方 (92)

川乌草乌方 (92)

艾叶胡椒方 (92)

缓急止痛方 (93)

塞耳止痛法 (93)

塞鼻方 (93)

小贴士 三叉神经痛的日常防护方法 / 93

第六章 外伤疼痛 / 95

一、内服偏验方 / 95

金橘根方 (95)

百合叶方 (95)

二、外用偏验方 / 96

木香麝香方 (96)

制草乌方 (96)

钩藤川椒防风方 (96)

鲜大蓟黄栀子方 (96)

制草乌南星方 (97)

小贴士 外伤疼痛的治疗方法 / 97

第七章 牙痛 / 99

一、内服偏验方 / 100

苏叶冰糖方 (100)

黄连、竹叶方 (100)

石膏生地方 (101)

砂仁黄柏方 (101)

牛膝代赭石方 (102)

苍耳子鸡蛋方 (102)

马鞭草方 (100)

鸡蛋蜂蜜方 (100)

玄参生地方 (101)

荆芥黑豆方 (101)

玄参生地方 (102)

鸡蛋砂糖方 (102)

二、外用偏验方 / 103

丝瓜藤方 (103)

风化硝白矾方 (103)

醋方 (103)

雄黄方 (104)

独头蒜方 (104)

梧桐子方 (105)

花椒白酒方 (105)

旱莲草方 (106)

蜗牛壳方 (106)

雄黄五倍子方 (107)

樟脑川椒方 (107)

斑蝥生白芥子方 (108)

荔枝方 (108)

轻粉方 (109)

二辛煎 (109)

闻药治牙痛 (110)

威灵仙方 (110)

大黄方 (103)

黄芩方 (103)

黄芩方 (104)

露蜂房方 (104)

仙人掌冰片方 (105)

乳香方 (105)

附子方 (106)

韭菜根方 (106)

生地冰片方 (106)

皂荚青盐方 (107)

虎杖甘草方 (107)

紫皮蒜方 (108)

旱莲草方 (108)

含漱方 (109)

风火牙痛方 (109)

搐鼻散 (110)

小贴士 牙痛的预防方法 / 111

第八章 腰痛 / 112

一、内服偏验方 / 113

- | | |
|-------------|----------------|
| 杜仲方 (113) | 杜仲茴香方 (113) |
| 车前子汤 (113) | 急性腰扭伤方 (114) |
| 土鳖虫散 (114) | 土鳖虫红花水酒煎 (114) |
| 生熟牵牛子 (114) | 蟹肉煮酒 (115) |
| 腰痛方 (115) | 补肾强腰方 (115) |
| 狗脊健腰散 (115) | 益气补肾汤 (116) |
| 五圣止痛汤 (116) | 杜仲威灵仙汤 (116) |
| 肾虚腰痛 (117) | 鳖甲方 (117) |
| 猪鬃尾骨汤 (117) | 鹿茸丸 (117) |
| 三圣散 (117) | 赤茯苓散 (118) |
| 大黄川芎丸 (118) | 木香丸 (118) |
| 牛膝首乌散 (119) | 牛膝泽泻散 (119) |
| 牛膝独活散 (119) | 牛膝石斛丸 (119) |
| 牛黄白术丸 (120) | 牛膝山茱萸散 (120) |
| 牛膝叶粥 (120) | 升朝散 (121) |
| 巴戟丸 (121) | 丹参丸 (121) |
| 立安散 (121) | 立安丸 (122) |
| 芍药散 (122) | 白蒺藜散 (122) |
| 白术茯苓散 (122) | 甘遂木香散 (123) |
| 石斛丸 (123) | 石斛浸酒方 (123) |
| 如神汤 (123) | 安肾丸 (124) |
| 杜仲散 (124) | 杜仲枳壳散 (124) |

杜仲酒 (124)	附子桂心散 (125)
附术汤 (125)	附牛丸 (125)
补骨脂散 (125)	补骨脂丸 (126)
金刚骨丸 (126)	郁李仁散 (126)
狗脊丸 (126)	肾著汤 (127)
夜合花丸 (127)	茴香酒 (127)
牵牛散 (127)	牵牛补骨丸 (128)
威灵牵牛散一 (128)	威灵仙散 (128)
钟乳散 (128)	钟乳丸 (129)
神乌丸 (129)	桃仁酒 (129)
桂心白术散 (129)	桂心附子散 (130)
桂心丸 (130)	桂附丸 (130)
补骨脂丸 (130)	寄生丹皮散 (131)
寄生桂鹿散 (131)	桑根白皮散 (131)
桂心海桐皮丸 (131)	速效散 (132)
萆薢散 (132)	萆薢浸酒 (132)
梅实仁粥 (132)	牛膝粥 (133)
槟榔丸 (133)	熟地黄散 (133)
熟干地黄丸 (133)	熟大黄汤 (134)
二、外用偏验方 / 134	
熨法 (134)	熨烙当归散 (134)
生姜外敷方 (134)	秘方大黄散 (135)
强腰散 (135)	巴戟散 (135)
附子散 (136)	附子椒归散 (136)
小贴士 腰痛的日常预防 / 136	

第九章 腿痛 / 138

一、内服偏验方 / 139

胡麻散 (139)

血竭丸 (139)

四物附子汤 (140)

羊骨粟米羹 (140)

羊肾馄饨 (141)

苍术汤 (141)

桂心酒粥 (139)

木香散 (139)

淫羊藿散 (140)

羊骨梗米羹 (140)

防风地龙散 (141)

克效饼子 (141)

二、外用偏验方 / 142

天麻丸 (142)

芫花茺莢散 (142)

消毒膏 (143)

制川乌头汤五 (143)

小贴士 腿痛日常保健的方法 / 144

芫花川椒散 (142)

乌头散 (142)

贴焙方 (143)

五生膏 (143)

第十章 肩痛 / 145

一、内服偏验方 / 145

肩凝汤 (145)

术附汤 (146)

归参汤 (145)

二、外用偏验方 / 146

螃蟹泥 (146)

艾叶 (146)

小贴士 肩痛预防与保健 / 147