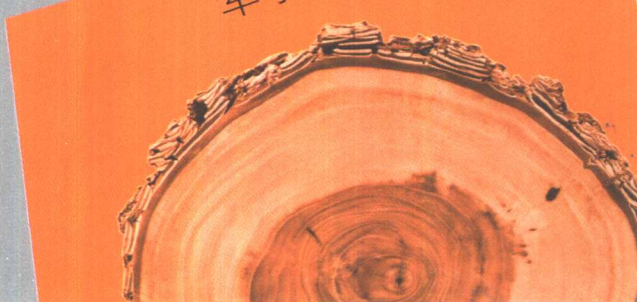




程宝书 主编

家庭 实用良方 500首



军事医学科学出版社

家庭实用良方 500 首

主 编 程宝书
编 委 程艳红 虞翠芳 刘伟力

军事医学科学出版社
·北 京·

内 容 提 要

本书作者查阅了大量中医古今文献,结合数十年临证经验体会,精选了便于广大民众使用、疗效卓著的单方和验方 500 余首,以病统方,类编成集。内容丰富,切合实用,内、外、妇、儿、五官各科常见病症,大都包罗无遗,各种妙药奇方,多能兼收并蓄。其中不乏历代名医的治疗经验,也有民间广为流传的偏方绝招。每首方药均扼要地阐明药物功效、药理作用、获效原因或临床观察结果,资料确凿,有据有凭,具有较高的科学性。方中所用药物,多为垂手可得的寻常食物或是极易识别的花草果木,一经妙用,立见奇功。其使用方法,简单明了,一看就懂,一学就会,人人都能掌握,家家都可应用,既可及时地解除患者的病痛之苦,又能减轻患者家庭的经济负担。

本书是适于广大群众阅读的防病治病指南,也是家庭必备的医疗保健手册。

* * *

图书在版编目(CIP)数据

家庭实用良方 500 首/程宝书主编.

- 北京:军事医学科学出版社,2002.2

ISBN 7-80121-397-1

I. 实… II. 程… III. 验方-汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002) 第 002009 号

* *

军事医学科学出版社出版

(北京市太平路 27 号 邮政编码:100850)

新华书店总店北京发行所发行

潮河印刷厂印刷 春园装订厂装订

*

开本:787mm×1092mm 1/32 印张:9.5 字数:212 千字

印数:1-3500 册 定价:13.00 元

(购买本社图书,凡有缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

我受家教,自幼喜好中医,尤热衷于偏方、验方的收集与应用,期能实现济世利民的宏愿。数十年来,念念不忘,凡耳闻目睹之奇效异验方药,即录之。临证使用,常获捷效;传之于人,深受民众的欢迎。

1975年春,我突患溃疡病大出血,连续出现3次失血性休克,生命危在旦夕。在输血抢救的同时,服用了单方大黄粉,次日即排出大量柏油便,腹部胀痛减轻,第三天便色转黄,潜血转阴,观之者莫不谓奇。是年夏一青年患尿路感染,小便点滴不通,导尿时疼痛难忍,失声哭叫。我嘱其采鲜车前草煎汤服之,4小时后小便自解,患者破泣为笑。我还用石榴皮治愈过泻泄,用椿根皮治愈过便血,用蒲公英治愈过乳痛,用童便治愈过鼻衄,用赤小豆治愈过扭伤,用蛋黄油治愈过口疮。此类验案,不胜枚举。“偏方治大病”,我深信而不疑。

1981年我获得了中医硕士学位,1987年晋升为副教授,1995年晋升为教授,长期在黑龙江中医药大学从事教学和临床工作,虽然环境和地位都发生了变化,但仍不改初衷,继续收集和使用简易良方。我认为,此类方药是中医方剂学的重要组成部分,且具有以下几个优点:其一,药味简单,随处可得;其二,使用方便,易于掌握;其三,花钱很少,节约费用;其四,疗效确切,立竿见影。推广这些行之有效的防病治病经验虽不能尽愈诸病,但对于常见病、多发病的防治是大有益处的。尤其是在广大缺医少药的农村,这些良方妙药必然会大有用武之地。

医乃仁术,涉及到人民大众的健康,关乎到千家万户的幸福,故医者须精益求精,博采众方,方能力当重任,造福于民。我以此为愿,将数十年积累的奇验良方,摘其简、便、廉、验者介绍给广大读者,期能普及中医知识,推广治疗经验,为更多的患者减轻经济负担,解除病痛之苦。

黑龙江中医药大学教授 程宝书

2001年2月10日

目 录

内 科 疾 病

一、传染病	(1)
1. 感冒	(1)
2. 预防流行性感冒、流行性脑脊髓膜炎	(1)
3. 流行性乙型脑炎后遗症	(2)
4. 带状疱疹	(2)
5. 流行性腮腺炎	(4)
6. 急性病毒性肝炎	(7)
7. 急性传染性肝炎	(8)
8. 急性黄疸性肝炎	(9)
9. 急、慢性肝炎	(11)
10. 无黄疸型传染性肝炎	(12)
11. 防治疟疾	(12)
12. 疟疾	(12)
13. 疟疾渴甚	(13)
14. 细菌性痢疾	(14)
15. 阿米巴痢疾	(17)
16. 血痢	(19)
17. 噤口痢	(19)
18. 久痢赤白	(20)
19. 久痢、久泻	(20)
20. 肺结核	(21)

21. 肺门淋巴结、颈部淋巴结	(24)
22. 肺结核咯血	(24)
23. 结核病	(25)
24. 钩虫病	(26)
25. 绦虫病	(26)
26. 蛔虫病	(27)
27. 胆道蛔虫病	(29)
28. 蛔虫性肠梗阻	(30)
29. 蛲虫病	(32)
二、呼吸系统疾病	(35)
1. 慢性气管炎	(35)
2. 肺脓疡	(36)
3. 肺脓肿、肺坏疽	(37)
4. 支气管扩张	(37)
5. 肺热咳血	(38)
6. 顽痰、热痰	(38)
7. 久咳	(38)
8. 热嗽	(39)
9. 肺燥咳嗽	(39)
10. 虚劳咳嗽	(40)
11. 慢性咳嗽(痰白或咳痰不爽)	(41)
12. 支气管哮喘	(41)
13. 哮喘	(42)
14. 肺肾两虚哮喘	(43)
15. 老人痰喘	(43)
16. 矽肺	(44)
三、循环系统疾病	(45)

1. 心久痛	(45)
2. 心绞痛	(45)
3. 慢性肺原性心脏病并发心力衰竭	(46)
4. 高血压病	(46)
5. 高血脂症	(51)
6. 肥胖型高血脂症	(52)
7. 动脉硬化症	(53)
四、消化系统疾病	(54)
1. 消化吸收不良症	(54)
2. 胃、十二指肠球部溃疡	(54)
3. 急性胃、十二指肠出血	(59)
4. 胃酸过多	(61)
5. 胃痛	(62)
6. 胃下垂	(62)
7. 呃逆	(63)
8. 食管炎、贲门炎	(64)
9. 食管癌	(65)
10. 胃癌合并出血	(65)
11. 癌症	(66)
12. 噎膈	(67)
13. 痞症	(68)
14. 胆囊炎	(68)
15. 胆道出血	(69)
16. 急性胰腺炎	(69)
17. 肝硬化腹水	(70)
18. 水臌、水肿(属正气已虚)	(71)
19. 臌胀	(71)

20. 肝癌剧痛·····	(72)
21. 腹泻·····	(72)
22. 慢性泄泻·····	(73)
23. 胃肠道因寒作痛及阳虚慢性泄泻·····	(74)
24. 急性胃肠炎、菌痢·····	(74)
25. 急、慢性肠炎·····	(75)
26. 急性出血性坏死性肠炎·····	(75)
27. 习惯性便秘·····	(76)
28. 热毒泻痢、肠风下血·····	(79)
29. 便血·····	(79)
30. 肠梗阻·····	(81)
31. 急性阑尾炎·····	(82)
五、泌尿系统疾病·····	(84)
1. 急性尿潴留·····	(84)
2. 小便不利·····	(84)
3. 水肿·····	(85)
4. 急性肾炎·····	(87)
5. 慢性肾炎·····	(88)
6. 肾病综合征·····	(89)
7. 血淋·····	(89)
8. 血淋、吐衄·····	(90)
9. 梦遗·····	(91)
10. 乳糜尿·····	(92)
11. 阳痿·····	(92)
12. 尿路结石·····	(93)
13. 泌尿系结石·····	(94)
14. 急性睾丸炎·····	(94)

15. 嵌闭性小肠疝	(95)
16. 前列腺增生症	(95)
六、造血系统疾病	(96)
1. 原发性血小板减少性紫癜	(96)
2. 非血小板减少性紫癜	(97)
3. 过敏性紫癜	(97)
4. 紫癜	(98)
5. 各种出血	(98)
6. 鼻衄、牙衄、吐血便血、皮下出血等	(100)
7. 吐血、咳血	(100)
8. 钩虫性和缺铁性贫血	(101)
9. 阵发性睡眠性血红蛋白尿、尿血、赤白浊	(102)
七、神经、精神系统疾病	(103)
1. 头痛、牙痛、三叉神经痛	(103)
2. 偏头痛	(103)
3. 高血压性血管神经性头痛	(103)
4. 面神经麻痹	(104)
5. 脑血栓形成	(106)
6. 筋骨疼痛、肌肉麻木	(106)
7. 手足抽搐症	(107)
8. 闪腰	(107)
9. 腰肋隐痛	(108)
10. 腰痛如刺	(108)
11. 癲病	(108)
12. 脏躁	(109)
13. 瘵病	(110)
14. 精神分裂症	(110)

15. 神经官能症、更年期综合征、老年性 皮肤瘙痒等(心血不足、肾阴亏损)·····	(111)
16. 失眠·····	(112)
八、新陈代谢、结缔组织、内分泌系统疾病·····	(113)
1. 糖尿病·····	(113)
2. 消渴·····	(114)
3. 风湿性、类风湿性关节炎·····	(115)
4. 关节风湿痛·····	(115)
5. 大骨节病·····	(116)
6. 甲状腺瘤和甲状腺机能亢进·····	(117)
7. 骨蒸发热·····	(117)
8. 阴虚劳热·····	(118)
9. 自汗、盗汗·····	(118)
10. 脚汗·····	(120)
11. 腋臭·····	(120)
12. 秃发·····	(120)
九、化学、物理因素所致疾病·····	(122)
1. 急性食物中毒·····	(122)
2. 农药中毒·····	(122)
3. 铅中毒·····	(123)
4. 杏仁中毒·····	(123)
5. 链霉素毒性及过敏反应·····	(124)

外 科 疾 病

一、皮肤病·····	(125)
1. 各种皮肤病·····	(125)
2. 癣·····	(125)

3. 头癣·····	(126)
4. 风癣疥癬·····	(128)
5. 花斑癣·····	(128)
6. 圆癣(体癣)·····	(128)
7. 顽癣·····	(129)
8. 恶癣、疥癬、痈疽·····	(129)
9. 脚癣·····	(130)
10. 丹毒·····	(130)
11. 慢性丹毒·····	(131)
12. 屡发性下肢丹毒()·····	(131)
13. 湿疹·····	(132)
14. 湿疹、荨麻疹、神经性皮炎·····	(133)
15. 阴囊、阴唇湿疹·····	(134)
16. 缠腰火丹(带状疱疹)·····	(134)
17. 玫瑰糠疹·····	(135)
18. 慢性荨麻疹·····	(135)
19. 痘疹溃烂·····	(135)
20. 皮炎、湿疹·····	(136)
21. 银屑病·····	(137)
22. 神经性皮炎、牛皮癣·····	(138)
23. 神经性皮炎·····	(138)
24. 牛皮癣·····	(140)
25. 预防稻田皮炎·····	(140)
26. 稻田皮炎·····	(141)
27. 白癜风·····	(142)
28. 破伤风·····	(142)
29. 鹅掌风·····	(143)

30. 寻常疣	(144)
31. 寻常疣、扁平疣	(147)
32. 寻常疣、鸡眼	(148)
33. 扁平疣	(150)
34. 鸡眼	(150)
35. 皮肤癌	(151)
二、疮疡病	(152)
1. 多种炎症	(152)
2. 体表炎症	(153)
3. 化脓性感染	(154)
4. 急性渗出性皮肤病	(155)
5. 皮肤溃疡	(156)
6. 慢性溃疡	(157)
7. 多发性疖病	(158)
8. 疔疮及化脓性疾患	(158)
9. 甲沟炎	(159)
10. 手指感染	(159)
11. 疮疡	(160)
12. 黄水疮	(161)
13. 一切肿毒	(162)
14. 痈肿热痛	(162)
15. 痈疽恶肉	(163)
16. 痈疽疮疥及赤肿	(163)
17. 痈之初期、成脓期以及久不收口的溃疡	(164)
18. 痤疮	(164)
19. 发际疮	(165)
20. 溃烂诸疮	(165)

21. 疮疖	(166)
22. 疔疮	(166)
23. 疔毒	(167)
24. 蛇头疔	(167)
25. 背疮	(168)
26. 发背诸毒	(168)
27. 搭背、对口、恶疮	(169)
28. 瘰癧、发背、一切肿毒	(169)
29. 瘰癧痰核、乳中结核	(170)
30. 瘰癧(淋巴结结核)	(170)
31. 结核性瘰癧	(177)
32. 创口瘰癧形成	(178)
33. 瘰癧、窦道(漏)	(179)
34. 骨、关节结核	(180)
35. 臁疮(下肢溃疡)	(180)
36. 静脉曲张性溃疡	(185)
37. 血栓闭塞性脉管炎	(186)
38. 脚上臭疮	(186)
39. 血栓性静脉炎	(187)
40. 骨髓炎	(187)
41. 附骨疽	(188)
42. 脚气肿痛	(189)
43. 杨梅疮	(189)
44. 褥疮	(190)
45. 痔疮	(190)
46. 肛裂	(192)
47. 脱肛	(193)

三、外伤病	(195)
1. 烧伤	(195)
2. 烫伤	(198)
3. 烧、烫伤	(199)
4. 冻伤	(202)
5. 扭伤	(203)
6. 血肿及扭伤	(204)
7. 跌打血闷	(204)
8. 骨折	(205)
9. 外伤性出血	(205)
10. 肌注硬结	(206)

妇 产 科 疾 病

一、月经、带下病	(207)
1. 倒经	(207)
2. 子宫功能性出血	(207)
3. 闭经	(209)
4. 白带	(209)
二、妊娠、胎产病	(211)
1. 妊娠恶阻	(211)
2. 急性妊娠中毒症	(211)
3. 妊娠胎漏	(212)
4. 习惯性流产	(212)
5. 胎位不正	(213)
6. 产后单纯性腹泻	(213)
7. 产后腹痛	(213)
8. 产后流血	(214)

9. 产后缺乳·····	(216)
10. 回乳·····	(218)
三、乳腺及其他病 ·····	(219)
1. 急性乳腺炎·····	(219)
2. 乳房小叶增生症·····	(222)
3. 乳头破碎·····	(223)
4. 乳岩·····	(223)
5. 亚急性盆腔炎·····	(224)
6. 宫颈糜烂·····	(224)
7. 宫颈出血·····	(225)
8. 子宫脱垂·····	(226)
9. 子宫颈癌·····	(227)
10. 外阴瘙痒·····	(227)
11. 滴虫性阴道炎·····	(228)
12. 女扎术后切口感染·····	(229)

儿 科 疾 病

一、小儿内科病 ·····	(230)
1. 百日咳·····	(230)
2. 中毒性消化不良·····	(233)
3. 消化不良·····	(234)
4. 腹泻·····	(235)
5. 湿热泄泻及湿热痢疾·····	(236)
6. 热性便秘·····	(237)
7. 伤食·····	(237)
8. 伤食泄泻, 食欲不振·····	(238)
9. 疳病·····	(238)

10. 小儿营养不良、佝偻病、手足抽搐症	(239)
11. 小儿蛔虫性肠梗阻	(239)
12. 小儿疝气	(240)
13. 小儿慢性肾炎	(240)
14. 小儿强中证(即阴茎无故坚硬勃起,久久不萎).....	(241)
二、小儿外科病	(242)
1. 预防麻疹.....	(242)
2. 麻疹初起未透.....	(242)
3. 小儿荨麻疹.....	(243)
4. 婴儿湿疹.....	(243)

五官科疾病

一、眼部疾病	(244)
1. 沙眼.....	(244)
2. 急性结膜炎.....	(245)
3. 暴发火眼.....	(245)
4. 眼疾肿痛.....	(246)
5. 肝热眼赤痛.....	(246)
6. 风湿性赤眼.....	(246)
7. 电光性眼炎.....	(247)
8. 内障、外障	(247)
9. 麦粒肿.....	(248)
10. 睑缘炎	(249)
11. 角膜溃疡	(250)
12. 角膜溃疡及鼻粘膜溃疡	(250)
13. 角膜斑痕	(252)