

家庭药浴



JIATING YAOYU

金盾出版社

家庭药浴



ISBN 7-5082-0020-9



9 787508 200200 >



ISBN 7-5082-0020-9

R · 195 定价: 7.90 元

家庭药浴

王发渭 郝爱真 编著

金盾出版社

内 容 提 要

本书分为概论和药浴方两部分。概论介绍了药浴的作用、特点、种类、方法及注意事项。药浴方精选了治疗常见各科 174 种疾病的 800 多首药浴处方。可供中医、中西医结合临床工作者和一般家庭治病防病参考。

图书在版编目(CIP)数据

家庭药浴/王发渭,郝爱真编著. —北京:金盾出版社,
1995.6(1999.7重印)

ISBN 7-5082-0020-9

I. 家… II. ①王… ②郝… III. 熏洗疗法, 中药 IV. R244.9

金盾出版社出版、总发行

北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京2207工厂

正文印刷:北京先锋印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:9.5 字数:213千字

1995年6月第1版 1999年7月第6次印刷

印数:55001—60000册 定价:7.90元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

药浴疗法是中国医药学文化宝库中的一颗明珠,它有着悠久的历史和丰富的内容,是中医治疗学中的一种古老而又有效的外治疗法。它是将所需中草药煎煮成药液或制成浸液后,通过全身浴、头面浴、目浴、手足浴、坐浴等方法治疗疾病,具有简便易行、作用迅速、安全可靠、效果显著等特点,深受广大患者的欢迎。

千百年来,古今医家在采用这一疗法治疗疾病的实践中,创制出许多卓有实效的药浴方剂,积累了丰富的经验,在临床上获得了神奇的效果,为解除广大患者的病痛,发挥了巨大的作用。特别是在口服药物的毒副作用及药源性疾病日渐突出的今天,药浴疗法更显示出其独特的优势。然而,这些宝贵的经验,多散见于浩如烟海的文献之中,临证查找、使用极为不便。有鉴于此,我们在多年积累资料的基础上,进行了加工整理,比较分析,取精汇萃,务求实用,并结合临床经验,特编撰成册,以冀广大读者能从中得到一些有益的启迪和实在的帮助。

全书共分两部分。一为概论,介绍了药浴的作用机理、特点、种类和方法,以及注意事项等;二为精选防治各科 174 种常见病(包括内、外、骨伤、皮肤、男科、妇、儿、五官、性病等科)的药浴方,涉及药浴方 800 多首,从实用出发,分科论病,以病证统方,加以归类。每方均按来源、配方、用法、功效及宜忌等项编写。力求通俗易懂,方便查阅。

本书以推广应用为宗旨,内容丰富,疗效确切,可供中医、中西医结合临床工作者及中医爱好者借鉴参考,同时也适合社会各界人士阅读。由于作者水平所限,书中难免有谬误之处,望广大读者不吝赐教,批评指正!

编 者

目 录

概 论

- 一、药浴的作用机理..... (2)
- 二、药浴的作用特点..... (3)
- 三、药浴的种类和方法..... (4)

防治各科疾病药浴方

一、内科疾病

- 感冒..... (8) 痢疾..... (36)
- 咳嗽..... (11) 便秘..... (37)
- 哮喘..... (13) 胁痛..... (39)
- 肺癆..... (15) 臌胀..... (40)
- 头痛..... (16) 水肿..... (42)
- 眩晕..... (19) 癃闭..... (44)
- 中风..... (22) 血证..... (46)
- 癲狂..... (24) 腰痛..... (47)
- 不寐..... (25) 痹证..... (49)
- 汗证..... (26) 红斑性肢痛病..... (53)
- 呕吐..... (30) 雷诺病..... (54)
- 胃痛..... (31) 痛风..... (55)
- 腹痛..... (33) 面神经麻痹..... (56)
- 泄泻..... (34) 淋证..... (57)

二、外科疾病

- 疮疖..... (59) 无名肿毒..... (63)
- 疔疮..... (60) 痈疽..... (63)

毛囊炎·····	(65)	脓疮·····	(76)
脓肿·····	(67)	脱肛·····	(78)
乳痈·····	(68)	痔疮·····	(81)
褥疮·····	(69)	肛管直肠痿·····	(85)
丹毒·····	(70)	肛裂·····	(86)
脱疽·····	(72)	疝气·····	(88)
血栓性静脉炎·····	(75)	冻疮·····	(89)

三、骨伤科疾病

颈椎病·····	(92)	肱骨外上髁炎·····	(106)
肩关节周围炎·····	(93)	脱臼·····	(107)
骨质增生·····	(94)	骨折·····	(109)
扭挫伤·····	(97)	腱鞘炎·····	(112)
软组织损伤·····	(100)	骨髓炎·····	(113)
跌打损伤·····	(104)	足跟痛·····	(114)

四、皮肤科疾病

风疹·····	(118)	粉刺·····	(140)
荨麻疹·····	(119)	色素痣·····	(141)
湿疹·····	(122)	雀斑·····	(142)
痱子·····	(124)	蝴蝶斑·····	(143)
风热疮·····	(126)	瘢痕疙瘩·····	(145)
皮肤瘙痒症·····	(127)	汗斑·····	(146)
白屑风·····	(129)	扁平疣·····	(147)
脓疱疮·····	(131)	寻常疣·····	(150)
皮肤粗糙·····	(133)	狐臭·····	(151)
脂溢性脱发·····	(135)	鱼鳞病·····	(152)
斑秃·····	(137)	硬皮病·····	(153)
酒渣鼻·····	(139)	牛皮癣·····	(154)

神经性皮炎	(156)	手足皲裂	(168)
夏季皮炎	(158)	手足脱皮症	(168)
虫咬性皮炎	(159)	头癣	(169)
接触性皮炎	(160)	鹅掌风	(171)
稻田性皮炎	(162)	甲癣	(174)
放射性皮炎	(163)	足癣	(175)
脂溢性皮炎	(164)	肛门湿疹	(178)
带状疱疹	(166)	阴虱病	(180)
皮肤炎	(167)	疥疮	(182)

五、男科疾病

遗精	(184)	阴囊湿疹	(196)
早泄	(185)	阴囊血肿	(199)
阳痿	(186)	睾丸鞘膜积液	(200)
阳强	(189)	子痛	(201)
阳缩	(190)	精子缺乏症	(203)
阴肿	(191)	前列腺炎	(204)
阴茎龟头包皮炎	(192)	前列腺肥大	(205)
睾丸阴茎象皮肿	(194)		

六、妇科疾病

闭经	(206)	阴疮	(220)
崩漏	(207)	阴痛	(223)
带下病	(208)	阴吹	(224)
难产	(210)	会阴侧切硬结	(225)
产后阴门不闭	(211)	外阴白斑	(226)
产后缺乳	(212)	口、眼、生殖器三联综合	
阴挺	(213)	征	(230)
阴痒	(216)	不孕症	(231)

外阴炎	(232)	宫颈糜烂	(240)
阴道炎	(234)	滴虫性阴道炎	(241)
子宫颈炎	(239)	霉菌性阴道炎	(243)

七、儿科疾病

小儿感冒	(246)	小儿白秃疮	(259)
小儿发热	(247)	小儿湿疹	(260)
小儿麻疹	(249)	新生儿硬皮症	(262)
小儿水痘	(251)	小儿口角流涎	(263)
小儿疳腮	(252)	小儿疝气	(264)
小儿惊风	(253)	小儿阴茎包皮炎	(265)
新生儿胎黄	(254)	小儿鞘膜积液	(266)
小儿厌食症	(255)	小儿钩虫病	(267)
小儿积滞	(256)	小儿蛲虫病	(268)
小儿疳积	(257)	小儿麻痹症	(269)
小儿腹泻	(258)		

八、五官科疾病

睑缘炎	(271)	眼痒	(281)
泪囊炎	(274)	翼状胬肉	(282)
急性结膜炎	(275)	角膜翳	(283)
麦粒肿	(278)	角膜溃疡	(283)
沙眼	(279)	唇风	(284)

九、性传播疾病

梅毒	(286)	传染性软疣	(292)
性病癣	(288)	尖锐湿疣	(293)
淋病	(289)	生殖器疱疹	(294)
软下疳	(291)		

概 论

药浴,属中医常用的外治法之一,是中国医药学的重要组成部分。它是在中医理论的指导下,选配适当的中草药,利用经煮沸后产生的蒸气熏蒸,或药物煎汤取浸液进行全身或局部洗浴(如坐浴、足浴、手臂浴、面浴、目浴),以达到防治疾病的目的。

药浴疗法源远流长,历史悠久。早在 3000 多年前的商殷时期,宫廷中就盛行用药物进行沐浴,以防治疾病。以后,在漫长的封建社会中,随着整个中医学的发展,药浴疗法的种类不断增多,应用范围不断扩大。至清代其治疗范围已遍及内、外、妇、儿、五官、皮肤等科疾病,在药浴种类上有洗、沐、浴、浸、渍、浇等法。

新中国成立后,随着社会的发展,科技的进步,使中医药浴这一传统外治法与整个中医事业一样得到了迅速发展、充实和提高。特别是我国改革开放的 10 余年来,中医外治法在研究、推广、应用方面的成就,为历史上任何朝代所不及。《中国中医独特疗法大全》、《当代中药外治临床大全》、《中草药外治验方选》等医著相继出版。书中汇集精要,内容丰富,尤其有关论述药浴的验方,倍受人们的重视。在若干医学资料和中医期刊杂志中,也介绍了许多药浴方法。

在当今风靡世界的药浴热中,中药药浴可谓是一枝独秀。可以预言,随着中医药的广泛应用,中医外治方法中的药浴疗法,也将会被世界人民所接受,为人类的健康保健作出巨大的

贡献。因此对古代传统药浴良方的发掘及现代新方法进行较全面的整理研究,对提高中药药浴疗法的效果和推广应用,无疑会起到较大的促进作用。

一、药浴的作用机理

药浴疗法是中医药治疗学的组成部分。运用此疗法防治疾病,增强人民体质,历来受到重视。因此,研究药浴疗法与防治疾病的关系,很有实际意义。

(一)整体作用机理

药浴的整体作用是指利用药物透过皮肤、孔窍、腧穴等部位的直接吸收,进入经脉血络,输布全身而发挥其药理效应。近些年来,人们对中药药浴外治机理的研究也在不断深入,认为药浴外治除药物直入血液循环发挥其本身的药理作用外,还有调整各系统组织器官功能和机体免疫功能的作用。目前,有人研究中药经皮肤吸收的途经有以下几方面:其一,药物通过皮肤粘膜吸收,角质层转运(包括细胞内扩散、细胞间质扩散)和表皮深层转运而被吸收,另外角质层经水合作用,使药物通过一种或多种途径进入血液循环;其二,药物对皮肤局部的刺激,通过药浴刺激可使局部血管扩张,促进血液循环,改善周围组织营养,从而起到退肿作用;另外通过药物作用于局部而引起的神经反射激发机体的自身调节作用,促使机体某些抗体的形成,借以提高机体的免疫功能。总之,通过皮肤的刺激作用,达到调整脏腑功能、防治疾病、恢复健康的目的。

(二)局部作用机理

药浴的局部作用,是指中药对病灶局部发挥的治疗和保

健作用。中药药浴将药物作用于局部组织,可使局部组织内的药物浓度显著高于其它部位,故局部疗效明显,而且收效迅速。近年来的药理研究表明:黄连、黄芩、黄柏、银花、板蓝根、大青叶等中药,均有抗菌、抗病毒的化学成分,因此对局部有良好的抗感染作用。蛇床子、苦参、百部、土槿皮、山柰等中药,对皮肤真菌有杀灭或抑制作用,常被运用于癣类、妇科霉菌性阴道炎等疾病的治疗;通过对祛腐生肌作用的研究发现,此类药物还有:①促进细胞增生分化与肉芽组织增长的作用。②促进巨噬细胞吞噬细菌、异物和坏死组织碎片,提高局部抗感染的能力;③改善创面血液循环,加快其新陈代谢,从而促进愈合。

此外,有些美容药物作用于面部皮肤后,一般通过皮肤局部吸收,达到疏通经络、运行气血、除去污秽、洁净皮肤、滋润皮肤、除皱增白、祛除外邪、防御外邪侵袭的目的。从现代医学角度分析,中药面浴能使皮肤组织得到滋润和营养,提供必要的新陈代谢环境,使面部皮肤组织细胞直接获得营养物质而达到美容目的。

二、药浴的作用特点

药浴疗法不仅疗效显著,而且还具有很多的优越性,其优势与特点归纳起来,主要有以下几方面。

(一)病员乐于接受

药浴疗法一般只用临床常用的一些中草药,加工制成所需剂型,通过沐浴、头面浴、目浴、手足浴、坐浴等方法用药,药进皮肤,见效快,疗效高,从而达到防病治病的目的。这样既可避免打针怕痛,服药怕苦之弊,又为治疗疾病多一条给药途

径,而且还可弥补内给的不足,患者容易接受。

(二)毒副作用较少

药浴疗法属中药外治法,常在患部及体表施治,因而药物在血中的浓度很低,而在局部形成较高的药物浓度;这就不但避免了药物对口腔粘膜、胃及整个消化道的刺激,而且可以避免药物直接进入大循环而对肝脏、肾脏等器官的毒害作用。所以使用药浴疗法,只要辨证准确,施治得法,用药精当,操作细致,一般说来比较安全稳妥而毒副作用比较少。

(三)适用范围广泛

药浴疗法应用范围相当广泛,不仅适用于外科如疮疡肿毒和皮肤病以及毒虫所伤,而且还可以广泛用于内科、妇科、男科、儿科和五官科诸疾患。它既可防病,又能治病,既是治疗慢性疾病的好方法,又适用于急性病的辅助治疗,尤其对老幼虚弱之体,攻补难施之时或不肯服药之人,中药药浴与内服法有殊途同归,异曲同工之妙。药浴还具有护肤美容养发、防病保健的效果,对痤疮、雀斑、色素斑、扁平疣等疾病,具有较好的疗效,颇受人们的青睐。

(四)简便易于推广

药浴疗法,不论在溶液制备上,还是在使用上,随时随地都可以采用,不受环境条件的限制,所以操作比较简便,易于推广应用,既经济实惠,又容易掌握。

三、药浴的种类和方法

药浴疗法是根据各种具体病证,在中医辨证或辨病的基础上选取适当的药物,组成药浴方剂。药浴液的制备方法:①

将药物加水适量，煎煮为液；②将药物放入溶液中浸泡数日制成浴液；③将药物研细过筛、制成散剂或丸剂保存，用时加热水溶解而成浴液；④将药液进行有效成分提取，加入皮肤吸收促进剂，调成药浴液。其用法可分为全身沐浴和局部洗浴两大类。

（一）全身沐浴

本法是借浴水的温热之力及药物本身的功效，使周身腠理疏通，毛窍开放，起到发汗退热，祛风除湿，温经散寒，疏通经络，调和气血，消肿止痛，祛瘀生新等作用。

1. 使用方法

将中药浴液倒入清洁消毒后的浴盆或浴缸里，加入热水，然后把水调到适当的温度，即可洗浴。

2. 注意事项

（1）浴液加水后，温度要适中，不能过热，以免烫伤。

（2）沐浴时要注意保暖，避免受寒、吹风，洗浴完毕马上拭干皮肤。冬秋之季，尤注意浴处宜暖而避风。《老老恒言》谓：“浴后当风，腠理开，风易感，感而即发，仅在皮毛则为寒热，积久入里患甚大，故风来宜避，浴后尤宜避。”

（3）饭前饭后 30 分钟内不宜沐浴。空腹洗浴，容易发生低血糖，而虚脱昏倒。饭后饱腹沐浴，全身体表血管被热水刺激而扩张，胃肠等内脏血液都会被动员而分散到身体表层，胃肠道的血量供应减少，同时会降低胃酸分泌，并使消化器官功能减低，从而影响食物的消化吸收。

（4）高热大汗、高血压病、主动脉瘤、冠心病、心功能不全及有出血倾向等患者不宜使用。

（5）对于年老和心、肺、脑等病患者，不宜单独洗浴，应有家属助浴，洗浴的时间不宜过长。

（二）局部洗浴

本法是借助热力和药物的综合作用，直透局部皮肤腠理，而发挥清热解毒，消肿除湿，祛风杀虫，止痒，活血行气，软化角质，祛腐生肌等功效，从而达到治疗目的。

1. 头面浴

主要是将中药浴液倒入清洁消毒的脸盆中，待浴液温度适宜，进行沐发、洗头、洗面。该浴法在面部皮肤美容及护发美发方面具有显著的疗效，同时对头面部疾病也有治疗作用。其注意事项为：沐发洗面时要注意避风受寒，同时也注意防止浴后受风，对于面部急性炎症性渗出明显的皮肤病应该慎用。

2. 目浴

是将煎剂滤清后淋洗患眼，洗眼时，可用消毒纱布或棉球渍水，不断淋洗眼部；亦可用消毒眼杯盛药液半杯，先俯首，使眼杯与眼窝缘紧紧靠贴，然后仰首，并频频瞬目，进行眼浴，每日2~3次，每次20分钟。临床往往多是先熏后洗，这种方法除药物直接作用于眼部，达到疏通经络，退红消肿，收泪止痒等效果外，尚有由于药液的温热作用，使眼部气血流畅。该法使用时要注意药液温度不宜过高，以免烫伤，洗剂必须过滤，以免药渣进入眼内，同时，一切器皿、纱布、棉球及手指必须消毒，尤其是黑睛有陷翳者，用洗法时更须慎重；眼部有新鲜出血或患有恶疮者，忌用本法。

3 手足浴

该疗法是临床经常使用的治病护肤的方法。手部洗浴除治疗皮肤病、软组织损伤等外，还具有护肤保健作用。手的美感是洁净、细嫩和滋润，适度的洗浴手部，不仅清洁皮肤，而且有防止皮肤老化作用。洗浴足部要用温水，而不能使用冷水，洗完或泡好后要擦干，不要受凉。四肢洗浴要根据患病部位的

不同,来决定药液量的多少,洗浴的方法可分别使用浸泡、淋洗或半身沐浴。若治疗癣类皮肤病,可将药物浸泡在醋液中,或煎汤后加醋,制成药溶液进行洗浴。治疗股癣,浸洗液浓度不能过高。

4. 坐浴

是用药物煮汤置盆中,让病人坐浴,使药液直接浸入肛门或阴部,以治疗某些疾病的方法。它可使药液较长时间的直接作用于病变部位,并借助热力,促使皮肤粘膜吸收,从而发挥清热除湿、杀虫止痒、活血化瘀、收涩固脱等效果。药汤温度要适宜,坐浴时不可太热,以免烫伤皮肤或粘膜,也不可太冷,以免产生不良刺激,一般以 $40^{\circ}\text{C}\sim 50^{\circ}\text{C}$ 为宜。对肛周脓肿已化脓者,则应先经手术切开引流后,再用坐浴疗法。

总而言之,应用药浴时,除要辨证用药外,对皮肤有刺激性或腐蚀性的药物不宜使用。在沐浴过程中如发现有药物过敏者,应立即停止沐浴。凡儿童、老人、病情较重的患者,沐浴时要有人护理,避免烫伤、着凉等。各种沐浴方法都应注意浴时避风寒,以防感受风寒之邪而产生新的疾病。