



治法有简

和 呼吸系统病 心脏病

王昌源 编

羊城晚报出版社

简方妙治呼吸系统病和心脏病

王昌源 编

羊城晚报出版社
广 州

图书在版编目 (CIP) 数据

简方妙治呼吸系统病和心脏病/王昌源编著. —广州:
羊城晚报出版社, 2000.10

ISBN 7-80651-080-X

I. 简… II. 王… III. ①呼吸系统疾病-验方-汇编
②心脏病-验方-汇编 IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 054677 号

简方妙治呼吸系统病和心脏病

Jianfang Miaozi Huxixitongbing he Xinzangbing

责任编辑 / 张江

封面设计 / 林少娟

出版发行 / 羊城晚报出版社 (广州市东风东路 733 号 邮编:510085)

经 销 / 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷 / 广东省肇庆新华印刷有限公司(肇庆市星湖大道 邮编:526060)

规 格 / 787 毫米×1092 毫米 1/32 印张 4.75 字数 120 千

版 次 / 2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 次印刷

印 数 / 1-5,000 册

书 号 / ISBN 7-80651-080-X/R·5

定 价 / 9.00 元

如发现因印装质量问题而影响阅读,请与印刷厂联系调换

健康是幸福 有病即早治

——和读者谈谈知心话

健康是人生第一财富,长寿乃每个人永恒的渴望,人生只有单程路,不可能重来一次。随着医疗条件的改善,人们保健意识的增强,物质和精神文化生活的提高,民众的生活质量和健康水平有了很大的提高,但由于种种原因,咳嗽、感冒、支气管炎、支气管哮喘、呃逆、鼾、急性咽炎和肺部疾患等呼吸系统疾病和心脏病变难免时有发生,去医院诊治可能无暇,或许有人竟漠然处之,以致酿成后祸。

本书采用简方便法以对付呼吸系统和心脏的常见病和多发病,方剂中有专家、教授的临床经验;有民间验方,乃至国外选方;有从实践中探索出来的效方;也有少数民族治病的通用方。每一种祛病方法系正文中的每一段,患者在确诊后,可根据病因、病情进行对症选用。疗效好坏的关键在于对症,因为每一种疾病虽然大同小异,但发病原因及类型各有差异,不能只及其一就随便施治了事。为慎重稳妥起见,最好向行家请教。

愿这本书在治疗呼吸系统疾病和心脏病中能帮读者起到祛病强体的顾问作用。编写过程中虽一再推敲、斟酌和慎重,但难免有疏漏和错误,万望指正,不胜感谢。

拥有健康的身体至关重要,切记:生命只有一次,健康是幸福,有病即早治,请爱护身体,珍惜健康。

编者

2001年夏

内 容 简 介

本书采用简方便法来对付呼吸系统和心脏的常见病和多发病。方剂中有专家、教授的临床经验；有民间验方，乃至国外选方；有从实践中探索出来的效方；也有少数民族治病的通用方。

目 录

一、咳嗽	(1)
1. 普通咳嗽	(1)
2. 感冒咳嗽	(6)
3. 支气管炎咳嗽	(7)
4. 秋燥咳嗽	(8)
5. 干咳	(10)
6. 久咳 顽咳	(12)
7. 风寒咳嗽	(14)
8. 风热咳嗽	(15)
9. 肺燥咳嗽	(17)
10. 肺结核咳嗽	(17)
11. 咳喘	(18)
12. 老人咳嗽	(21)
13. 小儿咳嗽	(23)
14. 百日咳	(24)
二、感冒	(28)
(一) 感冒初期的治疗	(29)
(二) 感冒的分类型治疗	(33)
1. 风寒感冒	(33)
2. 风热感冒	(34)

3. 暑湿感冒·····	(36)
(三) 病毒性感冒的治疗·····	(36)
(四) 感冒的对症治疗·····	(37)
1. 发热畏寒·····	(37)
2. 头痛·····	(38)
3. 咳嗽·····	(39)
4. 咽喉肿痛·····	(40)
5. 声哑·····	(40)
6. 鼻塞·····	(40)
7. 流鼻涕·····	(41)
8. 心烦·····	(41)
(四) 老人、产妇和小儿感冒的治疗·····	(41)
1. 老人感冒·····	(41)
2. 产妇感冒·····	(42)
3. 小儿感冒·····	(42)
(五) 暑天、冬季感冒的治疗·····	(43)
(六) 流感的防治·····	(44)
三、支气管炎 ·····	(47)
(一) 急性支气管炎·····	(51)
1. 西医治疗·····	(51)
2. 中草药治疗·····	(52)
(二) 慢性支气管炎·····	(52)
1. 西医治疗急性发作期·····	(52)
2. 中药治疗·····	(53)
(三) 老慢支·····	(58)

(四) 对症治疗·····	(60)
1. 急性·····	(60)
(1) 风寒型·····	(60)
(2) 风热型·····	(61)
(3) 痰湿型·····	(61)
2. 慢性·····	(61)
(1) 虚寒型·····	(62)
(2) 痰湿型·····	(62)
(3) 燥热型·····	(62)
(4) 喘息型·····	(62)
四、支气管哮喘 ·····	(63)
(一) 常规治疗·····	(63)
(二) 对症治疗·····	(73)
1. 热哮·····	(73)
2. 寒哮·····	(74)
3. 肺脾气虚·····	(75)
4. 肺肾两虚·····	(76)
5. 过敏哮喘·····	(76)
(三) 老年哮喘·····	(77)
(四) 小儿哮喘·····	(79)
(五) 气喘·····	(80)
五、呃逆 ·····	(82)
(一) 打嗝的治疗·····	(82)
(二) 制止婴儿呃逆·····	(87)
六、鼾 ·····	(88)

七、急性咽炎	(90)
八、肺部疾患	(93)
(一) 肺火	(93)
(二) 肺结核	(93)
1. 肺结核干咳	(94)
2. 肺结核低烧	(94)
3. 盗汗	(95)
4. 咯血	(95)
5. 空洞型肺结核	(97)
6. 浸润型肺结核	(98)
7. 一般肺结核的治疗	(98)
(三) 肺炎	(101)
1. 大叶性肺炎	(101)
2. 病毒性肺炎	(102)
3. 对症治疗	(102)
4. 一般肺炎的治疗	(103)
(四) 肺气肿	(104)
1. 体疗	(104)
2. 食疗	(105)
3. 药疗	(106)
4. 分类型治疗	(107)
(1) 痰热壅肺型	(107)
(2) 寒饮停肺型	(107)
(3) 肺脾两虚型	(107)
(4) 肾不纳气型	(107)

(五) 肺脓肿	(108)
(六) 胸膜炎	(109)
(七) 肺心病	(110)
(八) 矽肺	(110)
九、心脏病变	(112)
(一) 烧心	(112)
(二) 恶心	(113)
(三) 心脏病	(113)
1. 先天性心脏病	(114)
2. 风湿性心脏病	(114)
3. 冠状动脉硬化性心脏病	(115)
(1) 冠心病	(115)
(2) 心绞痛	(118)
(3) 心肌梗塞	(121)
4. 高血压性心脏病	(123)
5. 肺源性心脏病	(124)
6. 梅毒性心脏病	(125)
(四) 心律失常	(125)
1. 心悸	(126)
2. 早搏	(129)
3. 心动过速	(131)
4. 心动过缓	(132)
5. 房室传导阻塞	(133)
6. 心房颤动	(134)
(五) 心力衰竭	(134)

(六) 心肌炎	(135)
(七) 心包炎	(136)
附录	(138)
人体穴位	(138)
醋豆的制法	(140)
醋蛋的制法	(140)
后记	(141)

一、咳嗽

人的呼吸道粘膜上长有无数纤毛，这些纤毛不分昼夜地来回摆动着，像扫帚一样不停地把侵入呼吸道的灰尘、异物及各种微生物清扫到喉头，最终靠咳嗽和咯痰把它们清除出来。轻度而不频繁的咳嗽往往可自然缓解；过度而频繁的咳嗽，或是发生异常，如咳血、咳喘和鸣音等就要寻根对症诊疗了。

咽喉发痒或多种原因可导致咳嗽，发生的症状也各有差异，下面分别介绍它们的对症治疗。

1. 普通咳嗽

【疗法1】多饮凉开水十分有益。水煮沸后自然冷却至 $20^{\circ}\text{C} \sim 25^{\circ}\text{C}$ ，即成凉开水，由于凉开水对咽喉部有良好的湿润和物理治疗作用，能解除局部痒感，阻断咳嗽反射，有利于局部炎症的治愈。再者，多饮凉开水还能使粘稠的分泌物得以稀释，易被咳出，有利于祛痰。

【疗法2】咽喉发痒咳嗽时，把洗净的生姜1~2片放入嘴里，嚼碎后缓缓咽下，每天2~3次。

【疗法3】取生姜50克捣烂挤汁，再加蜂蜜150克调匀，隔水炖热8~10分钟，早晚2次分服，连服2~3天。

【疗法4】生姜10片，白菜根1块，葱白10克，红糖30克，水煎趁热服下。

【疗法 5】半碗水加 1~2 匙白糖煮沸，趁热冲入 1 只搅烂的鸡蛋，再加少许生姜汁，早晚各服一次。

【疗法 6】桔皮洗净放入锅中加水适量煮 10 分钟后当茶饮，连服数日。

【疗法 7】咳嗽时经常多吃冰糖腌的鲜桔皮有疗效。

【疗法 8】在桔树叶背上涂上蜂蜜，用火焙干，水煎服。

【疗法 9】大蒜数瓣捣烂如泥，加冰糖适量，沸水冲泡，温服数次。

【疗法 10】300 克大蒜泥，加面粉和水，用纱布包起来放在胸骨处。

【疗法 11】大葱连根须 7 个，梨 1 个，加适量糖煎汤饮服，每日早、晚各 1 次。

【疗法 12】陈醋 500 克，放入 250 克捣碎的冰糖中，使之溶解，直至饱和，每次 1~2 汤匙，日服 3~5 次。

【疗法 13】鸡蛋 1 个打入瓷碗中，再倒入 150 毫升好陈醋并调匀，隔水炖熟食之，日服 2 剂，连服 1 个月。

【疗法 14】先将半勺米醋放锅内烧开，再倒入搅匀的 1 个鸡蛋煎炒，蛋熟加适量白糖，每天早、晚各一次，连吃 2 天。

【疗法 15】枇杷核 9~15 克捣烂，加生姜 3 片，水煎服，早、晚各 1 次。

【疗法 16】鲜枇杷叶 30~60 克（或干品 10~15 克），刷去背面绒毛，切细丝煎煮取汁，去渣，以其汁加入 30~60 克粳米煮粥，加少许冰糖，日分 2 次温服。

【疗法 17】丝瓜藤液 15 毫升，每日 3 次，用开水冲服。

【疗法 18】丝瓜叶晒干烤焦，研细，每日 3 次，每次

2~4 克，白糖拌匀，温开水送服。

【疗法 19】丝瓜籽焙干研末，每次 9 克，每日 3 次，用温开水送服。

【疗法 20】老丝瓜络烧存性*，晒干，研末，每日 3 次，每次 3 克，用白糖拌服。

【疗法 21】冬瓜籽 15 克，加红糖适量，捣烂后开水冲服，每日 2 次。

【疗法 22】霜后萝卜捣碎挤汁，加少许冰糖，炖后温服，每日 2 次，每次 60 毫升。

【疗法 23】萝卜汁、荸荠汁各 60 克，炖后温服。

【疗法 24】梨皮 30 克洗净煎汤饮服。

【疗法 25】梨 2 个切成丁，再与 5 克麻黄同煮，以汁饮服。

【疗法 26】大雪梨 1 个，去皮并挖去核心，内装 3 克川贝末及 15 克冰糖，放锅内蒸熟后吃梨。

【疗法 27】花生仁 100 克，瘦猪肉少许炖汤服之，每日 1 剂，连服数日。

【疗法 28】花生仁、百合和沙参各 15 克，水煎，加适量冰糖饮服，每日 1 剂。

【疗法 29】花生仁、大枣和蜂蜜各 30 克，水煎喝。

【疗法 30】桑叶、枇杷叶各 5 克，菊花 20 克，制成粗末，用开水冲泡，代茶饮用。

【疗法 31】冬桑叶、杏仁泥、炒枳壳、前胡和甘草各 10 克，桔梗 6 克，水剂，每日 1 剂，早中晚饭后温服，一般

* 烧存性——中药炮制过程中性味经过煎煮出来。

3~5 剂。

【疗法 32】取艾叶 30~50 克，再加 1500 毫升沸水并煎 15 分钟，捞出艾叶后趁热将双脚置于盆缘上熏蒸，蒙一块大于脚盆的布，水温低后将脚放于盆内浸泡，每次 15~20 分钟，连续 3~5 次。

【疗法 33】秋后丁香树叶（落地叶也可）7 片，洗净放入搪瓷杯里，再倒入 250 毫升水，煎沸 2 分钟，凉温后分 1~2 次喝完。

【疗法 34】车前草 30 克，洗净煎水饮服。

【疗法 35】款冬花 12 克，分 2 次用沸水冲泡后代茶饮。

【疗法 36】紫菜研细末，炼蜜为丸，每次服 6 克，每日 2~3 次饭后服。

【疗法 37】花卉南天竹 15~25 克煎服。

【疗法 38】晚临睡前用明矾 3 克打碎，加入 1 杯开水溶化，徐徐饮服。

【疗法 39】先将鸡蛋打进碗里，用筷子搅开，再将一瓶汽水或雪碧倒入，边倒边搅动，使鸡蛋像半熟状态浮在表面，即可饮用止咳。

【疗法 40】鸡蛋 1 只不搅破，加 1 匙菜油和 1 勺白糖蒸熟，晚睡前吃。

【疗法 41】蜂蜜、葡萄各 500 克，葡萄洗净后倒入蜂蜜泡 3 天，每天早、中、晚饭前各食 3 小勺。

【疗法 42】杏仁（炒）、芝麻（炒）各 500 克研为细末，再用 100 克蜂蜜拌匀，装瓶，每日清晨 1 匙，用开水冲服。

【疗法 43】苎麻 200 克切成寸条，用 1500 克水煮开，再将切成寸条的一块豆腐放入，待再煮开后放入 100 克红糖

拌匀，分成3份，早、中、晚饭后各服1份。

【疗法44】洋葱头50克，蜂蜜50克，砂糖400克，加入1升水用文火煮3小时，倒入瓶内封口冷却，咳时每隔一小时服用1汤匙。（俄罗斯偏方）

【疗法45】胖大海4~5枚，洗净后放入大杯内，加适量捣碎的冰糖，冲入刚开的沸水，加杯盖密闭20分钟，少量频饮，隔4~6小时再泡一次。

【疗法46】用慈竹笋捶破加水100毫升熬至60毫升，取出竹笋，加猪胆汁数滴（约2克），再熬至40毫升，加冰糖服，每次10毫升。

【疗法47】丹参、玄参和黄芪各20克，桔梗6克，制僵蚕、射干、浙贝母和红花各10克，水煎服，每日一剂，5天为一疗程。

【疗法48】麦冬、玄参和天冬各10克，加蜂蜜适量冲开水服，每日2~3次。

【疗法49】麦冬10克，人参5克，法夏3克，大枣3枚，甘草3克，水煎服，每次60毫升，每日2~3次。

【疗法50】麦门冬15克，半夏和粳米各10克，大枣6克，人参和甘草各4克，水煎后去渣，早、晚分2次服。

【疗法51】半夏、杏仁和佛手各10克，厚朴6克，水煎服。

【疗法52】青皮和陈皮各10克，白萝卜3片，茶叶4克，开水冲泡饮之。

【疗法53】苏子（紫苏子）50克，加水200毫升，然后慢慢烧开，将药汤一次或分数次喝完。

【疗法54】咳嗽时用拇指按压脚底2、4趾根部下边2

厘米处。

【疗法 55】每天早起及晚睡前坐在床上，凝息气沉丹田（即注意力集中于脐下部），用双手上下摩擦胸部 36 下，然后用双手击打胸部，从中线气管直下再从两肋处往上，往返击打 108 下，然后摩擦胸部 36 下。操作时可用手指扣打或拍打。

【疗法 56】根据各人差异选用不同型号的热水袋，装入 60℃～70℃ 的热水，置于患者穿 1 件内衣的背部，或将热水袋外包 1 层毛巾，白天和晚上均可进行，持续进行热敷，一般为 2～5 天。注意，发现皮肤潮红，应立即停止使用；发烧患者忌用。这是因为背部热敷可使上呼吸道、气管和肺等部位的血管扩张，加快血液循环、增强新陈代谢和白血球的吞噬能力。

2. 感冒咳嗽

因伤风感冒引起的咳嗽，或是感冒遗咳，夜间和晨起发作较频，冬天的病情更加厉害。

【疗法 1】茶叶 3 克，盐 1 克，开水冲泡几分钟后饮服，每日 4～6 次。

【疗法 2】年尾冬至后患病，每天早上空腹吃 1 个大柿子。

【疗法 3】梨 1 个，洗净后连皮切碎，加适量冰糖炖水服。

【疗法 4】大鸭梨 1 个，去核，加入川贝母 3 克，盖严，放碗内蒸 1～2 小时，喝汤吃梨，每日 1 个。

【疗法 5】鸡蛋 2 个，白糖 30 克，生姜 15 克，用香油