

家用保健精选

四川辞书出版社

家用偏方

精选

JIAYONG PIANFANG JINGXUAN



偏方是千百年来口授身传的良方，
乃为中医药学宝库中的精粹之一。偏
方治病有简便价廉、疗效显著的特点，
其内容也丰富多彩，包括单方、秘方、
验方、食疗方等。

家用偏方精选

JIAYONG PIANFANG JINGXUAN

编 著 罗 禅 敬素秋

四川辞书出版社

图书在版编目(CIP)数据

家用偏方精选/罗禅,敬素秋编著. —成都:四川辞书出版社,2001.1

ISBN 7-80543-910-9

I. ①家... II. ①罗...②敬... III. 土方—汇编
IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 83083 号

家用偏方精选

编 著 罗 禅 敬素秋
责任编辑 吴继琼
封面设计 韩健勇
技术设计 王 跃
责任出版 唐 茵 严红兵
责任校对 陈晓玲
出版发行 四川辞书出版社
地 址 成都盐道街3号
邮政编码 610012
电 话 (028)6678300 6715554
印 刷 都江堰九兴印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/32
印 张 9 字数 240 千
版 次 2001 年 1 月第一版
印 次 2001 年 1 月第一次
定 价 15.00 元
ISBN7-80543-910-9/I·58

- 本书无四川省版权防盗标识不得销售 版权所有,违者必究
- 举报电话:(028)6636481 6241146 6660500
- 本书如有印装质量问题,请寄回出版社调换

出版说明

几年前，我社约请罗禅师等编写了《家用偏方大全》一书。该书出版后，深受广大读者欢迎，连续再版，非常畅销，曾被中国书刊发行协会评为第一批全国优秀畅销书（科技类）。这次应广大读者的要求，我们请罗先生对本书进行修改，将书中那些处方大众化、简单适用、便于操作的 2000 余方精选出来，编成此书，内容比以前更加精炼，篇幅更小，从而更加经济实惠。

本书参考中西医对疾病的分类，分为内、外、骨伤、妇、儿、皮肤、眼、耳鼻喉、口腔、肿瘤 10 科，每个病后具体介绍各种单方、秘方、验方、食疗方，并详细介绍该方的处方、用法、备注等。内容丰富，通俗易懂，适合于普通家庭。

家用保健精选

家用药酒精选 定价：12.00元

家用偏方精选 定价：15.00元

家用民间疗法精选 定价：12.00元

目 录

内 科

传染病与寄生虫病

一、感冒〔包括流行性感冒〕〔20方〕	(1)
二、流行性脑脊髓膜炎〔12方〕	(3)
三、病毒性肝炎〔22方〕	(4)
四、细菌性痢疾〔13方〕	(6)
五、斑疹伤寒〔6方〕	(8)
六、肺结核〔9方〕	(9)
七、寄生虫病〔37方〕	(10)

呼吸系统

一、咳嗽〔41方〕	(14)
二、慢性支气管炎〔9方〕	(18)
三、哮喘〔26方〕	(19)
四、肺炎〔9方〕	(22)
五、肺脓肿〔18方〕	(23)
六、咯血〔9方〕	(25)
七、矽肺〔4方〕	(26)

消化系统

一、噎膈、呃逆〔10方〕	(27)
二、吐血〔5方〕	(28)
三、腹胀〔9方〕	(28)
四、急慢性胃肠炎〔16方〕	(30)
五、胃脘疼痛〔15方〕	(31)
六、消化性溃疡〔8方〕	(32)
七、肝硬化〔20方〕	(33)





八、泄泻〔腹泻〕〔13方〕 (35)

九、便血〔20方〕 (37)

十、便秘〔16方〕 (38)

循环系统

一、高血压病〔20方〕 (40)

二、风湿性心脏病〔12方〕 (42)

三、低血压症〔5方〕 (43)

四、心悸〔8方〕 (43)

泌尿生殖系统

一、小便不通〔10方〕 (44)

二、小便不禁〔6方〕 (45)

三、遗尿症〔8方〕 (46)

四、尿血〔11方〕 (47)

五、急性膀胱炎〔5方〕 (48)

六、急性肾炎〔12方〕 (48)

七、慢性肾炎〔11方〕 (49)

八、泌尿系结石〔12方〕 (50)

九、阳痿〔11方〕 (51)

十、早泄〔7方〕 (53)

十一、遗精〔11方〕 (53)

内分泌、血液系统

一、血友病〔4方〕 (55)

二、血小板减少性紫癜〔8方〕 (55)

三、过敏性紫癜〔5方〕 (56)

四、缺铁性贫血〔14方〕 (57)

五、甲状腺肿〔7方〕 (58)

六、糖尿病〔19方〕 (59)

七、肥胖症〔11方〕 (61)

神经、精神系统

一、眩晕〔10方〕 (62)

二、正偏头痛〔38方〕 (63)

三、脑血管意外〔28方〕	(66)
四、口眼歪斜〔23方〕	(69)
五、癫痫〔14方〕	(72)
六、精神病〔15方〕	(74)
七、神经官能症〔34方〕	(76)
八、各种中毒〔107方〕	(79)
九、误吞硬物〔14方〕	(89)

外 科

一、疔疮〔20方〕	(91)
二、疖肿〔4方〕	(93)
三、痈疽〔10方〕	(93)
四、腮腺炎〔8方〕	(94)
五、丹毒〔10方〕	(95)
六、外科感染〔4方〕	(96)
七、慢性溃疡〔6方〕	(97)
八、臁疮〔下肢溃疡〕〔14方〕	(97)
九、乳痈〔乳腺炎〕〔30方〕	(99)
十、乳头皲裂〔9方〕	(101)
十一、乳房硬块〔19方〕	(102)
十二、阑尾炎〔21方〕	(104)
十三、肠梗阻〔14方〕	(106)
十四、胆石症〔13方〕	(108)
十五、急性睾丸炎〔2方〕	(109)
十六、急性附睾炎〔2方〕	(109)
十七、前列腺炎〔4方〕	(111)
十八、前列腺肥大〔7方〕	(111)
十九、阴茎头炎〔1方〕	(111)
二十、阴囊肿痛〔4方〕	(111)
二十一、鞘膜积液〔2方〕	(112)
二十二、疝气〔18方〕	(112)



二十三、痔疮〔40方〕	(114)
二十四、脱肛〔7方〕	(118)
二十五、脚气〔6方〕	(119)
二十六、瘰癧(淋巴结核)〔25方〕	(119)
二十七、甲状腺瘤〔8方〕	(122)
二十八、脉管炎〔7方〕	(123)
二十九、风湿性关节炎〔16方〕	(124)
三十、类风湿关节炎〔10方〕	(125)
三十一、骨结核〔8方〕	(126)
三十二、骨髓炎〔9方〕	(127)
三十三、骨质增生〔6方〕	(129)
三十四、肩周炎〔9方〕	(130)
三十五、急性腰扭伤〔7方〕	(131)
三十六、慢性腰痛〔21方〕	(131)
三十七、破伤风〔12方〕	(133)
三十八、脑震荡〔4方〕	(135)
三十九、冻伤〔15方〕	(136)
四十、烧烫伤〔34方〕	(137)
四十一、外伤出血〔22方〕	(142)
四十二、狂犬咬伤〔10方〕	(144)
四十三、毒蛇咬伤〔16方〕	(145)
四十四、虫类咬伤〔30方〕	(146)
四十五、兽类咬伤〔23方〕	(149)

骨伤科

一、扭挫伤〔22方〕	(152)
二、跌打损伤〔27方〕	(154)
三、骨折〔22方〕	(157)

妇产科

一、月经失调〔23方〕	(160)
-------------	-------

二、痛经〔25方〕	(162)
三、闭经〔25方〕	(164)
四、崩漏〔18方〕	(166)
五、带下〔36方〕	(167)
六、先兆流产〔31方〕	(170)
七、妊娠杂症〔28方〕	(173)
八、胎位异常〔3方〕	(176)
九、产后腹痛〔16方〕	(177)
十、产后血晕〔9方〕	(178)
十一、产后出血〔11方〕	(179)
十二、产后发热〔7方〕	(180)
十三、产后尿闭〔3方〕	(180)
十四、产后恶露〔10方〕	(181)
十五、产后风〔7方〕	(182)
十六、产后乳少〔9方〕	(183)
十七、回乳〔7方〕	(184)
十八、阴痒〔18方〕	(184)
十九、阴道生疮〔7方〕	(186)
二十、阴户肿痛〔8方〕	(187)
二十一、慢性宫颈炎〔8方〕	(187)
二十二、子宫颈糜烂〔5方〕	(188)
二十三、子宫脱垂〔16方〕	(189)
二十四、避孕〔11方〕	(191)
二十五、不孕〔6方〕	(192)

儿 科

一、小儿感冒发热〔8方〕	(194)
二、小儿惊风〔19方〕	(195)
三、小儿麻疹〔16方〕	(196)
四、流行性腮腺炎〔9方〕	(199)
五、小儿肝炎〔4方〕	(200)



六、小儿泄泻〔8方〕	(200)
七、小儿痢疾〔6方〕	(201)
八、白喉〔4方〕	(202)
九、百日咳〔10方〕	(203)
十、小儿肺炎〔6方〕	(204)
十一、小儿哮喘〔6方〕	(205)
十二、小儿咳嗽〔7方〕	(206)
十三、鹅口疮〔9方〕	(207)
十四、流涎症〔7方〕	(208)
十五、厌食〔7方〕	(209)
十六、疳积〔13方〕	(210)
十七、小儿脱肛〔6方〕	(211)
十八、小儿疝气〔8方〕	(212)
十九、小儿阴茎肿大〔7方〕	(213)
二十、小儿遗尿〔11方〕	(214)
二十一、夏季热〔6方〕	(215)
二十二、小儿夜啼〔9方〕	(215)
二十三、佝偻病〔7方〕	(216)
二十四、小儿癫痫〔7方〕	(217)
二十五、小儿麻痹症〔6方〕	(218)

皮肤科

一、神经性皮炎〔8方〕	(219)
二、稻田性皮炎〔5方〕	(220)
三、过敏性皮炎〔5方〕	(220)
四、漆疮〔7方〕	(221)
五、皮肤瘙痒症〔5方〕	(222)
六、带状疱疹〔9方〕	(222)
七、疣〔9方〕	(223)
八、黄水疮〔8方〕	(224)
九、疥疮〔7方〕	(225)

十、癣〔15方〕	(226)
十一、湿疹〔5方〕	(228)
十二、银屑病〔6方〕	(228)
十三、手足皲裂〔5方〕	(229)
十四、疖子〔4方〕	(230)
十五、鸡眼〔4方〕	(230)
十六、酒渣鼻〔5方〕	(231)
十七、痤疮〔4方〕	(232)
十八、玫瑰糠疹〔3方〕	(232)
十九、雀斑〔7方〕	(232)
二十、白癜风〔9方〕	(233)
二十一、斑秃〔4方〕	(234)
二十二、脱发〔4方〕	(235)
二十三、狐臭〔4方〕	(235)

眼 科

一、麦粒肿〔5方〕	(237)
二、急性结膜炎〔6方〕	(237)
三、睑缘炎〔4方〕	(238)
四、泪囊炎〔3方〕	(238)
五、电光性眼炎〔4方〕	(239)
六、虹膜炎〔5方〕	(239)
七、沙眼〔5方〕	(240)
八、角膜溃疡〔7方〕	(240)
九、角膜云翳〔4方〕	(241)
十、翼状胬肉〔5方〕	(241)
十一、倒睫〔3方〕	(242)
十二、白内障〔6方〕	(242)
十三、青光眼〔5方〕	(243)
十四、夜盲〔8方〕	(244)
十五、近视眼〔3方〕	(244)



十六、眼异物和眼外伤〔13方〕	(245)
-----------------------	-------

耳鼻咽喉科

一、中耳炎〔11方〕	(247)
二、耳鸣〔5方〕	(248)
三、耳聋〔5方〕	(249)
四、耳部杂症〔8方〕	(249)
五、鼻衄〔7方〕	(251)
六、鼻炎〔13方〕	(252)
七、鼻息肉〔5方〕	(253)
八、咽炎〔8方〕	(254)
九、喉炎〔7方〕	(255)
十、急性扁桃体炎〔4方〕	(256)
十一、声音嘶哑〔7方〕	(256)

口腔科

一、牙痛〔7方〕	(258)
二、牙周炎〔6方〕	(259)
三、唇炎〔3方〕	(259)
四、口臭〔5方〕	(260)
五、口疮〔6方〕	(260)
六、口腔溃疡〔7方〕	(261)
七、舌炎〔4方〕	(262)

肿瘤科

一、胃癌〔4方〕	(263)
二、肺癌〔3方〕	(263)
三、肝癌〔4方〕	(264)
四、食道癌〔5方〕	(264)
五、子宫颈癌〔6方〕	(265)
六、乳腺癌〔5方〕	(266)

七、直肠癌〔3方〕	(266)
八、鼻咽癌〔3方〕	(267)
九、血癌〔4方〕	(267)

美容益寿方

一、白发变黑发〔10方〕	(268)
二、美发〔5方〕	(269)
三、皮肤变白〔8方〕	(270)
四、脸色红润法〔5方〕	(270)
五、消除皱纹〔9方〕	(271)
六、养身健体〔14方〕	(272)

内 科

传染病与寄生虫病

感 冒 (包括流行性感冒) /

(一) 预防流感、感冒

1. 处方：大蒜适量。

用法：当流行时，每日常吃。

备注：又方，用 10% 大蒜汁滴鼻孔内，每日 1 次，每次 2 滴 ~ 3 滴，连用 2 日 ~ 3 日。

2. 处方：醋适量。

用法：关闭门窗，每立方米空间用 2 毫升 ~ 10 毫升的醋，以 1 倍 ~ 2 倍的水稀释后用文火加热熏蒸。隔日 1 次，每次 1 小时，连续 3 日 ~ 6 日。

3. 处方：板蓝根 30 克。

用法：水煎服，每日 1 剂，分 3 次 ~ 5 次饮用。连服 3 日为 1 疗程。

4. 处方：葱白 3 根。

用法：水煎服，每日 1 剂，分 3 次 ~ 5 次饮用。连服 3 日为 1 疗程。

备注：又方，将葱白榨取汁，滴入鼻孔，每日 1 次，每次 2 滴 ~ 3 滴。

5. 处方：贯众 12 克。

用法：水煎服，每日 2 次 ~ 4 次。

6. 处方：黄连 3 克。



用法：研为细末，置于 100 毫升开水内浸泡 10 小时 ~ 12 小时，过滤去渣，此溶液含量为 3%。每日早、中、晚 3 次用此液滴鼻，连续 5 日 ~ 7 日。

7. 处方：白萝卜 250 克，醋适量。

用法：将白萝卜用水洗净，切成薄片，加醋适量浸泡 3 小时 ~ 4 小时，当菜下饭（或分数次食之）。每日 1 剂，连用 3 日 ~ 5 日。

8. 处方：金银花 12 克，生甘草 12 克，黑大豆 30 克。

用法：共研为细末加蜂蜜 30 克，用米糊制成丸，每丸重 9 克，每日早晨用温开水化服 1 丸。

9. 处方：野菊花 30 克，鱼腥草 30 克，银花藤 30 克。

用法：将以上诸药加水 500 毫升，煎至 200 毫升，每日服 3 次，每次 20 毫升 ~ 40 毫升。

备注：在流行期间使用本方，能迅速控制流行。

10. 处方：鲜藿香 30 克，鲜佩兰 30 克，鲜薄荷叶 6 克（干品分量减半）。

用法：加水 3 千克 ~ 4 千克，煎沸后 3 分钟 ~ 5 分钟，以此药汤代茶，频频服用。

（二）主治流感、感冒

1. 处方：青蒿 60 克。

用法：水煎服，每日早晚饭前各服 1 次。

2. 处方：鲜鱼腥草 60 克。

用法：捣烂取汁冲蜂蜜服，每日饮 3 次 ~ 4 次。

3. 处方：大青叶 30 克。

用法：加水 400 毫升，煎至 100 毫升，每 10 毫升内约含药 3 克。15 岁以上每次服 50 毫升 ~ 100 毫升；15 岁以下用量酌减，均每日服 8 次，每 3 小时 1 次，连服 3 日 ~ 5 日。

4. 处方：苦瓜 1 根。

用法：取瓜瓢煮熟服。