



时尚家庭保健丛书

药浴治百病



吉林摄影出版社

时尚家庭保健丛书

药浴治百病

主编 于 辉 王晓东

查 昭 轩明源



0158993

吉林摄影出版社

时尚家庭保健丛书·药浴治百病

责任编辑:严黛玲

封面设计:刘芊

吉林摄影出版社出版发行 787×1092 毫米 32 开本 6 印张 135 千字
(长春人民大街124号) 2000年01月第1版第1次印刷
长春市第九印刷厂印制 印数:1—5000册

ISBN 7-80606-288-2/G·68

定价:6.80元

目 录

一、药浴简述	1
(一) 什么是药浴	1
(二) 药浴的特点	1
(三) 药浴的种类	2
(四) 药浴的心理准备	2
(五) 药浴的注意事项	3
二、药浴保健名方	5
三、妇科药浴方	11
霉菌性阴道炎	11
宫颈糜烂	13
阴疮	15
阴挺	17
带下病	20
阴痒	22
阴道炎	24
闭经	28
滴虫性阴道炎	29

2 药浴治百病

附件炎	32
子宫颈炎	33
外阴炎	34
阴痛	36
产后阴门不闭	38
盆腔炎	40
外阴白斑	42
会阴侧切硬结	46
四、内科药浴方	48
腹痛	48
面神经麻痹	50
呕吐	51
痛风	53
腹泻	54
雷诺病	58
咳嗽	59
红斑性肢痛病	61
哮喘	63
痹证	65
癃闭	69
淋证	71

水肿	73
胃痛	75
腹胀	77
痢疾	79
汗证	81
感冒	83
腰痛	86
便秘	88
血证	90
肝病	91
五、外科药浴方	94
肛裂	94
冻疮	95
直肠脱垂	98
疝气	100
痔疮	102
脱疽	104
脱肛	106
乳痈	109
毛囊炎	111
疗疮	112

嵌顿内痔·····	114
丹毒·····	116
褥疮·····	118
六、儿科药浴方·····	119
小儿湿疹·····	119
小儿钩虫病·····	120
消化不良·····	121
小儿麻疹·····	123
小儿麻痹症·····	125
厌食·····	126
小儿感冒·····	128
小儿蛲虫病·····	128
小儿疳积·····	129
小儿水痘·····	131
小儿惊风·····	132
七、皮肤科药浴方·····	133
皮肤美容·····	133
美发生发·····	137
粉刺·····	140
肛门湿疹·····	141
硬皮病·····	143

痂子.....	145
皮肤瘙痒症.....	146
足癣.....	148
手足皸裂.....	149
荨麻疹.....	150
八、其它药浴方.....	152
糖尿病.....	152
骨髓炎.....	153
足跟痛.....	154
跌打扭伤.....	155
性病癣.....	157
急性结膜炎.....	159
角膜翳.....	161
前列腺炎.....	162
子痛.....	163
骨折.....	165
扭挫.....	168
眩晕.....	169
睾丸鞘膜积液.....	171
阴囊血肿.....	173
阴囊湿疹.....	175

肩关节周围炎·····	177
骨质增生·····	178
梅毒·····	180
沙眼·····	181
脱臼·····	183

一、药浴简述

（一）什么是药浴

所谓药浴，就是指通过皮肤给药，利用药物洗发洗身的意思。

药浴疗法历史悠久，源远流长，早在 3000 年前的商殷时期，宫廷中就盛行药物洗浴法，以防病治病，如今，药浴更是风靡世界，为人类的健康保健作出了巨大的贡献。

（二）药浴的特点

药浴疗法不仅疗效显著，而且还具有很多的优越性，有着它独特的优势和特点，不但病员乐于接受、毒副作用少，而且简便易于推广，适用范围也非常广泛。

药浴通过皮肤给药，是一种强化内脏的方法，也是药浴疗法的特点。许多中草药中含有生物碱、黄酮类、多糖类、氨基酸、微量元素、维生素及植物激素等，对皮肤有滋养美容

的作用，同时也能发挥强化内脏的效果。故药浴疗法不仅能用于美容美发，还可治疗多种疾病，达到祛病强身的保健目的。

(三) 药浴的种类

药浴疗法的种类有两种：全身沐浴和局部沐浴。

全身沐浴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。

局部沐浴则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。局部沐浴又可分为头面浴、目浴、手足浴、坐浴。

(四) 药浴的心理准备

保健药浴的要求较为具体而严格，患者在沐浴时一定要严格地按照保健沐浴要求去做好心理准备，要把沐浴看成是一个治疗过程，而不是一次普通的洗澡。沐浴要求的温度、中药的用量和做法以及沐浴时的按摩配合都要严格按照指示去做。家属应鼓励患者努力达到保健沐浴的要求。

(五) 药浴的注意事项

药浴疗法虽然可强身健体，但必须事先注意以下事项：

①发高烧时不宜用药物洗浴。

②有炎症时也不宜用药物洗浴，所谓炎症是指扁桃体脓肿、身体某处化脓、传染病、跌打损伤引起的关节肿胀等。

③老年人避免洗浴过勤。老年人皮肤脂腺分泌减少，滋润能较差，如果洗浴过勤，会使皮肤因缺乏油脂而变得粗糙、干燥、皮屑过多，甚至发生皮肤裂纹或损伤，不可过多。

④冠心病及心功能不良的人要注意每次用药物洗浴的时间不宜过长。

⑤不要在非流动水的大浴池里药浴。这种洗浴方式不仅不卫生，而且是传染皮肤病的媒介。

⑥药浴要选择适量的时间。饭前、饭后都不宜去洗浴，前者容易发生低血糖使人感到周身无力、头晕、恶心、心慌等，后者会引起消化功能障碍，又增加心脏负担。一般认为选择在饭后 1~2 小时为宜。

⑦药浴宜用温水。水温不宜过高，一般以 35℃~38℃ 为最好。

⑧老年人洗澡时间不宜太长。

⑨药浴时不要过度搓擦皮肤。

⑩在使用药物沐浴时，要针对病情选药，尽量避免对皮

肤有刺激性和腐蚀性的药物。

⑪对老人、小孩和病情较重的患者，洗浴时需要有人护理，避免发生意外事故。

⑫有皮肤病的人，不宜使用刺激性较强中草药，如辣椒、生姜等，否则会加重病情。

⑬凡采用药浴疗法的患者，应持之以恒，方能获得明显的疗效。

⑭对中药外用有过敏历史的病人应该注意洗浴后身体的反应，以免由于过敏而引起身体不适。

⑮有过度疲劳、大量饮酒、疼痛剧烈等情况时也应停止药浴。

二、药浴保健名方

· 蒙医药浴名方 ·

蒙医药浴有悠久的历史，备受各族患者的欢迎。药浴主要是用五味甘露汤煎汤进行温浴。

蒙医药浴的配方为：照白杜鹃、侧柏叶各 1 份，水柏枝、麻黄各 2 份，小白蒿 3 份，以上五味药为主药，根据不同病情可以适当配伍其他药物。将五味药物放入煮沸器中，加满清水，重复煎煮，待煎至药液剩 4/6 时取出一部分药汁，再加清水煎煮，待干去 7/10，剩余三分时，过滤其药渣，将两次药汁合并，即可入浴。

药浴以 7~21 天为一疗程，每天入浴。浴时先将药水加热至适当温度，入水浸浴，水温须始终保持适度，在药浴过程中每天需添煮少量的五味甘露汤，以补充药力。

药浴具有祛巴达干、清热解毒、活血化瘀、益肾壮腰等功能。用以治疗四肢僵直或拘挛、胃火衰败、脾血不足、肾脏病、皮肤病等，效果显著。

· 清宫保健沐浴方 ·

宣木瓜、薏米、桑枝、甘菊花、青皮、净蝉衣、桑叶各

30 克，茵陈、黄连各 12 克。将以上药物共为粗渣，盛布袋内，熬水沐浴之。

此方具有清热、燥湿、解毒、舒筋、活血的功效。可主治皮肤瘙痒，筋骨疼痛。

· 慈禧太后沐浴方 ·

将谷精草、茵陈、石决明、桑枝、白菊花各 36 克，木瓜、桑叶、青皮各 45 克煎汤沐浴。有清风热、利头目的功效。可主治皮肤瘙痒，头目昏花。

本方出自于《慈禧光绪医方选议》。

· 香药澡豆方 ·

零陵香、甘松、白芷、栝蒌仁、冬瓜仁、豌豆、大豆各 15 克。将上列诸药捡净，除去杂质，混合研细过筛即成。用此药粉洗手、洗脸、洗澡均可。有香身润肤洁面功效。可主治皮肤干燥、雀斑、粉刺等。

· 二叶澡洗方 ·

干荷叶 500 克，威灵仙、藿香叶、零陵香、茅香各 25 克，甘松、白芷各 120 克。将上药捣为粗末，每次取药约 100 克，装入绢袋里，放入两桶水中煎煮，三沸之后，待温度适宜进行沐浴。如凉，可再添加开水。有香身护肤的功效。可主治皮肤粗糙、干枯等。

• 香肥皂洗方 •

藿香、甘松、冰片、细辛、大枣、猪胰、白芷各 30 克，大皂荚（去皮及子）250 克。将大枣水煮至熟。藿香、甘松、细辛、白芷捣为细末，诸药混合捣为膏。如太干则加煮枣水调成稀糊状，盛瓷器中，密闭保存。每日以之洗面、洗澡、作香皂使用。有消肿、止痛、润肤美容的作用。

• 孙仙少女洗方 •

黄柏皮 10 克，土瓜根 10 克，大枣 7 个。将黄柏去掉外层粗，大枣去核，三药共研极细后自然成膏。早晨起床后用开水化开适量洗面，或用于沐浴。

此方具有清热解毒，活血化瘀，润肤美容的功效。可主治面部或其他部位皮肤皱纹、疖疮、粉刺等。

• 活血止痛洗方 •

（1）毛麝香 12 克，大风艾 12 克，海风藤 12 克，桂枝 12 克，大罗伞 15 克，入地金牛根 12 克。

（2）一支黄花 15 克，虎杖 15 克，苦参 12 克，黄柏 12 克，救必应 15 克。

上述两方均为一次用量，分别研成粉剂，并均以 400 毫升开水冲药浸洗。前者热洗，后者温洗（忌热洗）。每天 1~2 次，每次 30 分钟。行气活血，通络止痛，治血栓闭塞性脉管炎。

· 清热利湿洗方 ·

苦参 30 克，百部 15 克，川椒 15 克，蛇床子 30 克，白头翁 30 克，土茯苓 30 克。上药加水 3000 毫升，煎沸后 5～10 分钟，去渣（药渣备作第 2 次用，因 1 剂药可用 2 次），先熏后洗，共 15～20 分钟。

此方具有清热利湿、杀虫止痒作用。治肛周湿疹，妇女阴道炎，阴痒。

· 燥湿化毒洗方 ·

黄柏、银花、马齿苋、地丁草、艾叶各 30 克，苦参 20 克，红花、防风、花椒、槐花、五倍子各 15 克，蝉蜕、薄荷各 10 克，冰片 3 克。

将上药粉碎成粗粉末，混匀每次用 90～150 克，用 2500～3000 毫升沸水浸泡，乘热气盛时熏蒸患处，待水温热时再入盆坐浴 15～30 分钟，每日熏 2～4 次。大便后即洗效果更好。有燥湿化毒作用。治疗痔疮、肛门湿疹、阴道炎、脱肛等。

· 解毒除痒洗方 ·

防风 12 克，地肤子 9 克，白鲜皮 9 克，金银花 15～30 克，蒲公英 9～12 克，蒲荷 6 克，生甘草 6 克。上药煎水去渣过滤后，乘热浸泡或涂擦患处，以能忍受为度。一天一剂，每剂可用 2～3 次。洗后不加敷盖，连洗 3～5 天。

此方具有燥湿，杀毒止痒的功效。可治疗各种皮肤癣症、