

中国医学知识丛书(三)

食到病除



中国医学知识丛书(三)

食到病除

岩刚 著

中国社会科学出版社

(京)新登字 022 号

责任编辑:晓旭

封面设计:黎明

中国医学知识丛书(三)

食到病除

岩刚 著

中国社会科学出版社出版发行

北京西城区西黄城根南街9号 邮政编码 100032

石家庄市塔冢印刷厂印刷

新华书店北京发行所经销

开本:787×1092毫米 1/32 印张:6 字数 100千字

1994年8月第一版 1994年8月第一次印刷

印数:1—5000册 定价:4.80元

ISBN7-80088-602-6/R·14

目 录

内 科 疾 病

感 冒.....	(6)	头 痛	(33)
咳 嗽.....	(6)	眩 晕	(35)
哮 喘.....	(9)	肥胖症	(37)
呕 吐	(11)	糖尿病	(39)
胃 痛	(13)	水 肿	(40)
腹 痛	(16)	淋 症	(43)
腹 泻	(17)	阳 痿	(45)
痢 疾	(19)	遗 精	(47)
便 秘	(21)	精液异常	(48)
黄疸性肝炎	(23)	自汗、盗汗.....	(51)
乙型肝炎	(25)	风湿性关节炎	(52)
失 眠	(27)	类风湿性关节炎	(53)
中 风	(29)	坐骨神经痛	(56)
高血压病	(31)	腰 痛	(57)

儿 科 疾 病

小儿感冒	(60)	小儿夜啼	(69)
小儿肺炎	(61)	小儿汗症	(70)
百日咳	(63)	麻 疹	(71)
小儿夏季热	(65)	流行性腮腺炎	(74)
小儿疳积	(67)	小儿厌食症	(76)

水痘	(77)	婴儿湿疹	(84)
小儿泄泻	(79)	惊风	(86)
虫症	(81)	遗尿症	(88)
流涎	(83)		

妇 科 疾 病

闭经	(91)	先兆流产	(106)
月经不调	(92)	胎位不正	(108)
痛经	(94)	妊娠咳嗽	(110)
阴道炎	(95)	妊娠呕吐	(112)
子宫颈炎	(97)	缺乳	(113)
不孕症	(98)	回乳	(115)
阴痒	(100)	恶露不绝	(117)
子宫肌瘤	(102)	产后腹痛	(118)
习惯性流产	(103)	胞衣不下	(120)
乳腺炎	(105)		

外 伤 科 疾 病

颈椎病	(123)	寻常疣	(136)
急性乳腺炎	(125)	扁平疣	(138)
肋软骨炎	(126)	肩关节周围炎	(140)
尿路结石	(128)	烧 伤	(142)
腰肌劳损	(131)	颈淋巴结核	(144)
腰椎间盘突出症	(133)	胆囊炎	(145)
血栓闭塞性脉管炎	(135)	胆石症	(147)

阑尾炎·····	(148)	急性腰扭伤·····	(152)
痔 疮·····	(150)		

皮肤科疾病

荨麻疹·····	(154)	足 癣·····	(163)
神经性皮炎·····	(155)	白癜风·····	(164)
皮肤瘙痒症·····	(157)	皮炎炎·····	(166)
湿 疹·····	(158)	传染性软疣·····	(168)
虫咬皮炎·····	(160)	毛囊炎·····	(169)
疥 疮·····	(162)		

五官科疾病

沙 眼·····	(171)	扁桃体炎·····	(182)
天行赤眼·····	(172)	白 喉·····	(183)
耳胀、耳闭 ·····	(174)	牙 痛·····	(185)
耳鸣、耳聋 ·····	(176)	牙龈出血·····	(186)
化脓性中耳炎·····	(177)	龋 齿·····	(188)
胃 衄·····	(179)	舌 疮·····	(190)
慢性咽炎·····	(180)	口 疮·····	(191)

一、内科疾病

感 冒

感冒是因风邪侵袭人体而引起的疾病，亦称伤风、冒风。以头痛、鼻塞、流涕、喷嚏、恶寒、发热等为主症。一般病程3~7天。如果病情较重，并在一个时期内广泛流行，症状又多相似者，称为时行感冒。分别与现代医学的感冒与流行性感冒相类似。

1. 姜糖苏叶饮

【处 方】紫苏叶 30 克 生姜 30 克 红砂糖 15 克

【制用法】将苏叶、生姜洗净，切碎后，装茶杯中，以 200~300 毫升沸水注入，加盖浸泡 5~10 分钟，再入红糖搅匀，趁温热饮之。

【适应症】风寒感冒见头痛、发热伴恶心呕吐，以及哮喘者。也可以用于鱼虾中毒见上症者。

2. 薄荷茶

【处 方】薄荷 6 克 党参 8 克 生石膏 30 克 麻黄 3 克 生姜 4.5 克

【制用法】先将麻黄去根节，上药共研粗末，加水适量，煎取药汁，过滤去渣。1 日 1 剂，分两次温服。

【适应症】感冒、头痛发热、咽喉肿痛、咳嗽不爽，且素体虚弱。

3. 葱豉糊

【处 方】生姜 60 克 豆豉 30 克 食盐 30 克 葱白适量

【制用法】上药共捣为糊，贴脐部，用消毒纱布或净布覆盖，并用热水袋敷其上，每天两次，头痛甚者，加用葱汁涂双侧太阳穴。

【适应症】流行性感冒。

4. 榄葱茶

【处 方】橄榄 249.9 克 葱头、生姜各 388.5 克 紫苏叶 444.1 克

【制用法】上药共研细末，和匀，晒干，制成每包 7.5 克，1 次 1 包，1 日 2 次，开水泡服，也可加盐少许。

【适应症】风寒感冒，且有肠胃症状者。

5. 川芎芥穗露

【处 方】川芎 100 克 荆芥穗 200 克

【制用法】上药共研粗末，加水共煮，蒸馏，收集饱和芳香水 1000 毫升即成。每服 20 毫升，1 日 3 次。

【适应症】风寒感冒。

咳 嗽

咳嗽是指肺气上逆作声，咯吐痰液而言，为肺系疾病的主要症候之一。西医学的急、慢性支气管炎，支气管扩张，常以咳嗽为主要症状，与中医内科学中的咳嗽相结合。

1. 川贝丸

【处 方】川贝母 180 克 法半夏 120 克 生姜汁 30 克

【制用法】制药汁丸。每日两次，每次服 6 克。

【适应症】咳嗽痰多，胸脘痞闷，多食无味。

2. 玉兰露

【处 方】白玉兰叶 500 克

【制用法】加水 1000 克，经 2 次蒸馏取回蒸馏液 250 克即成，每服 20 毫升，频服，10 天为 1 疗程。

【适应症】慢性气管炎痰多者。

3. 玄麦甘桔茶

【处 方】玄参、麦冬、桔梗各 9 克 甘草 3 克

【制用法】上药共制为细末，和匀过筛，分作 2 包。1 次 1 包，开水泡饮。

【适应症】肺阴不足的咳嗽。

4. 紫麻凤凰衣

【处 方】麻黄 3 克 紫苑 6 克 凤凰衣 14 枚

【制用法】3 味焙干，共研为末。每次服 6~9 克，开水送服。

【适应症】久咳气结。

5. 茯苓粉

【处 方】茯苓适量

【制用法】将上药碾为细粉，每次冲服 6~10 克，每日 3 次。

【适应症】痰饮咳喘、心悸、头痛、脾虚水冷之水肿、阴黄、寒湿带下及湿热阻络痿证和着痹等。

6. 百合粥

【处 方】鲜百合 30~50 克 粳米 50 克 冰糖适量

【制用法】将洗净之鲜百合与粳米共煮成粥，趁热放入冰糖调匀即可。

【适应症】肺阴不足，脾气虚弱引起的咳嗽。

7. 沙参百合饮

【处 方】沙参 10 克 百合 15 克

【制用法】上药以水适量煎煮后，取药液代茶频饮用。

【适应症】阴虚咳嗽。

8. 止咳茶

【处 方】满山红花、暴马子叶各等量

【制用法】上药共研粗末，拌匀。1次30克，开水泡饮。

【适应症】慢性支气管炎、咳嗽痰多者。

哮 喘

哮喘俗称“吼病”，祖国医学称“哮症”，主要由于中小型支气管平滑肌痉挛、粘膜充血、水肿，管腔内粘稠分泌物增多，使管腔狭窄，空气进出不畅，而表现为阵发性带有哮鸣音的呼吸困难。本病好发于冬秋季节，并常反复发作，不少病人自幼年即患病，延续多年，屡发不愈。

1. 龙胆截喘方

【处 方】地龙20克 胆南星15克 北杏仁15克 桔梗15克
防风15克 瓜蒌15克 枇杷叶12克 川贝12克 甘草8克
寒痰加款冬花12克 细辛710克；气喘重加葶苈子15克
苏子15克；热痰加连翘15克 制南星15克

【制用法】每日一剂，水煎1次服。

2. 咳喘外熨散

【处 方】白芥子40克 紫苏子40克 莱菔子40克 生姜5片 食盐250克

【制用法】将上药焙干，混合共研细末，炒热至50℃左右，装入薄

纱布袋，扎紧袋口，在患儿背部两侧肺区及腋下来回熨烫 30～40 分钟，1 日 2～3 次。1 剂药可连续使用 2 日。每次治疗前，药末必须经过再加热。

【适应症】小儿顽固性咳喘。

3. 冰醋饮

【处 方】冰糖 500 克 陈醋 500 毫升

【制用法】将冰糖置入锅内，倒入陈醋加热煮沸，待糖全部溶解，候凉灌瓶备用，每次服 10 毫升，每日 2 次。

【适应症】咳嗽哮喘。

4. 二黄二子汤

【处 方】炙麻黄 2 克 生大黄(后下)10 克 浙贝母 10 克 杏仁 10 克 葶苈子 (布包)15 克 橘红 5 克

【制用法】每日 1 剂，水煎服。便溏去大黄；腹胀加焦楂曲、莱菔子；咽红肿加桔梗、甘草、山豆根；发热去麻黄，加连翘、薄荷、山栀。

【适应症】小儿热哮。

5. 麻片糖

【处 方】麻黄 30 克 冰糖 200 克

【制用法】将麻黄、冰糖加清水 1 碗，在砂锅内煎数开，澄清放石板上即成片糖。每次服 9 克，早晚各 1 次。

【适应症】哮喘。

6. 麻杏豆腐汤

【处 方】麻黄 30 克 豆腐 120 克 杏仁 15 克

【制用法】共煮 1 小时，去药渣，吃豆腐喝汤，分 2 次服完。

【适应症】支气管哮喘，受凉发作。

7. 哮喘处敷方

【处 方】白芥子 21 克 细辛 21 克 延胡索 12 克 甘遂 12 克

【制用法】上药研末，分 3 次外用。用时取生姜 75 克捣汁调药末成糊状，摊在六块油纸上，贴在肺、心、膈上，用胶布固定，贴 4～6 小时取下，每 10 天贴 1 次，共贴 3 次。多在暑伏天贴用。

【适应症】支气管哮喘、慢性支气管炎。

8. 棒棒木煎

【处 方】棒棒木 60 克 白糖 15 克

【制用法】水煎棒棒木约 40 分钟成浓茶，放入白糖连煎 3 次，每晚服 1 次。

【适应症】支气管哮喘、慢性支气管炎。

呕 吐

呕吐是指胃失和降，气逆于上，迫使胃中之物从口中的吐出的一种病证。呕吐既可单独发生，亦是临床常见的一个病状，可伴见于急性热病、伤食、暑湿、霍乱、关格、反胃、妊娠恶阻等病中。现代医学的多种疾病，如：神经性呕吐、急性胃肠炎、幽门梗阻、急慢性胆道疾病，以及多种传染性疾病伴有脑部损伤时，均可出现呕吐。

1. 安胃降逆汤

【处 方】金石斛 12 克 半夏 9 克 甘草 3 克 桔红 10 克 竹茹 15 克 茯苓 12 克 生姜 5 片

【制用法】水煎服，1 日 1 剂，分 2 次服。

【适应性】呕吐。

2. 清热养阴茶

【处 方】甘菊 9 克 霜桑叶 9 克 带心麦冬 9 克 羚羊角 15 克 云苓 12 克 广陈皮 4.5 克 炒枳壳 4.5 克 鲜芦根 2 支

【制用法】将芦根切碎，上药共研为粗末。1 日 1 剂，水煎代茶饮，温服。

【适应症】肝旺胃弱之干呕恶心，嗳气吐酸、口苦咽干等症。

3. 参姜饼

【处 方】人参 15 克 半夏 15 克 干姜 5 克 生姜汁 10 毫升 鲜生地汁 30 毫升 面粉适量

【制用法】先将半夏用温水淘洗数次，去矾味，与人参、干姜一起焙干，共为细面，加入面粉、生姜汁、鲜生地汁调匀，做成小圆饼，上笼蒸熟即可。每日吃饭时佐餐。

【适应症】脾胃虚弱之呕吐。

4. 明矾贴法

【处 方】明矾适量

【制用法】把明矾为细末，和米饭做饼，贴 2 足心，待呕止后去药。

【适应症】小儿急性呕吐。

5. 姜夏膏

【处 方】生姜 12 克 半夏 10 克

【制用法】将上药共捣烂，入铁锅内炒热后贴敷胃脘、脐中处。

【适应症】呕吐。

6. 一颗珠

【处 方】雄黄 30 克 五倍子 30 克 枯矾 15 克 葱头 5 个 肉桂 3 个 麝香 0.3 克

【制用法】共捣碎成饼，贴脐窝，用热物熨其上。

【适应症】呕吐、腹泄、不思饮食者。

7. 姜橘饮

【处 方】橘皮 10 克 生姜 6 克

【制用法】水煎取汁，去渣，趁温频频少饮。

【适应症】胃寒呕吐、腹胀食少。

8. 柴胡细辛汤

【处 方】柴胡 10 克 细辛 5 克 薄荷 5 克 归尾 10 克 地鳖虫 10 克 丹参 10 克 制半夏 10 克 川芎 5 克 泽兰 10 克 黄连 3 克

【制用法】水煎服。

【适应症】脑震荡或脑挫伤，头痛头晕，恶心呕吐者。

胃 痛

凡是从胃脘临近心窝处，经常发生疼痛为主症的病症，称为胃痛。俗称“心中痛”。多由受凉、饮食没有节制、精神过度紧张所致。常可见于现代医学中的急、慢性胃炎和胃、十二指肠溃疡、病及胃神经官能症等病程中。

1. 胃炎饮

【处 方】蒲公英 30 克 焦山楂 12 克 炒川楝子 12 克 白芍 15 克 五灵脂 10 克 炒苍术 12 克 法半夏 10 克 枳壳 12 克 甘草 3 克

【制用法】水煎服或制成丸散。如用丸散，每次 5 克，每日 3 次；如服用汤剂，每日 1 剂。

【适应症】慢性胃炎。症见上腹部疼痛、胀闷、泛酸或嘈杂、嗝气等。

2. 养胃冲剂

【处 方】黄芪、党参、金芍、甘草、山药、陈皮、生香附、乌梅、食糖各适量

【制用法】上药用量适当制成冲剂。每日 3 次，每次服用 15 克，空腹开水冲服，6 个月为 1 疗程。

【适应症】慢性萎缩性胃炎。

3. 抑癌散

【处 方】白术、半夏、瓦楞子各 30 克 木香、血竭 9 克 雄黄 6 克

【制用法】将上药研极细末和匀，分成 30 份，每次 1 份，用开水冲服，每日 3 次，每次并同时服蛋白斑蝥素 1 剂。其制备方法是：取鲜鸡蛋 1 个，将蛋一端打一个直径约 0.5 厘米的小洞，用 1 只筷子插入洞内，把蛋内容物搅散后，放入 7 只去足斑蝥虫。再用潮湿的草纸包裹蛋，并涂上 1 层黄土浆，置炭火上烘烤，烘到黄土干裂蛋熟为度。服用时打开蛋，去掉斑蝥虫，服蛋之内容物，每日 3 次，每次 1 个。

【适应症】晚期胃癌疼痛。

4. 扭胃汤

【处 方】麦冬 15 克 玉竹 20 克 石斛 20 克 鸡内金 10 克 扁豆 30 克 椿 12 克 枳壳 15 克 元胡 15 克 炒莱菔子 12 克

【制用法】水煎服，每日 1 剂。

【适应症】胃扭转。

5. 瓦楞散

【处 方】瓦楞子 20 克 炙甘草 20 克 炒白术 20 克 延胡素 15 克

【制用法】研末。每日 3 次，每次 3 克。饭前 30 分钟温开水送服，儿童酌减。7 日为 1 疗程。

【适应症】胃脘痛。

6. 胃复散

【处 方】白术 10 克 陈皮 10 克 川楝子 10 克 五灵脂 10 克 蒲黄 10 克 元胡 15 克 黄连 15 克 吴茱萸 9 克 乌贼骨 30 克 瓦楞子 20 克

【制用法】共研细末，每日 3~5 克，分 3 次口服。寒凝气滞加毕澄茄、香附，饮食停滞加砂仁、焦三仙；肝郁气滞加柴胡、木香；瘀血阻络加丹参、桃仁、红花；脾胃虚寒加黄芪、生姜、大枣。

【适应症】胃脘痛。

7. 舒肝和胃散

【处 方】海螵蛸、浙贝母、红豆寇、郁金、鸡内金、甘草、莨菪粉各等量

【制用法】上方制成散剂，每服 3 克 日服 2 次。

【适应症】肝胃不和之胃脘痛伴吞酸者。

8. 舒胃片

【处 方】鸡蛋壳、延胡索、枯矾、橙皮油、蜂蜜各等量

【制用法】上药制成片剂。每服 4~6 片，日服 3 次。

【适应症】胃痛、胃酸过多者。

腹 痛

腹痛是泛指胃脘以下，耻骨以上范围内发生的疼痛。腹痛之病，所涉及的范围极为广泛，内科、外科及妇科的多种疾病，皆可出现腹痛。本病的发生，主要因外邪、饮食、情志或阳虚脏寒等因素，使腹部的脏腑经脉受病，导致气机郁滞，络脉痹阻，或络脉失去于温养，气血运动无力，形成各种类型的腹痛。

1. 高良姜粥

【处 方】高良姜 10 克 粳米适量

【制用法】取高良姜水煎，去渣，取汁加入粳米共煮，米熟粥成，即可服用。

【适应症】虚寒型腹痛。

2. 甘松粥

【处 方】甘松 5 克 粳米 50~100 克

【制用法】将甘松洗净水煎，另将粳米煮粥，粥将成时兑入甘松药液，再煮 10 分钟即可。

【适应症】气郁腹痛。

3. 红兰花酒

【处 方】红兰花 30 克 白酒 200 毫升

【制用法】将酒、药共煎至 100 毫升，去渣候温，1 次服 50 毫升，不效再服。

【适应症】妇人受风，风寒客于胞宫，血凝气滞，气致腹中刺痛。

4. 乌药汤

【处 方】乌药、香附、当归、木香、甘草各适量

【制用法】水煎服。