

百病一药灵



张继红 高杰 郭惠敏

河北科学技术出版社



写在前面

健康,可以说是人们使用最多且频率最高的字眼。老年人见面互祝健康长寿,中年人见面离不开注意身体、健康第一,青年人见面免不了问问孩子是否健康……。健康,已成为人们最关注的话题之一。道一声多保重身体,这是发自内心的祝福。

大千世界,以人为本,健康则是本中之根本。没有健康的体魄,就谈不上实现理想、服务大众;没有强健的身躯,也谈不上奉献社会、造福人类;没有强壮的体质,更谈不上民族复兴、兴旺发达。中华民族的繁衍昌盛,有赖于提高全民族的健康水平与身体素质,这是一个永恒的主题。

提高健康水平,首先取决于自我保健意识的觉醒与医疗科普知识的普及,在我们这样一个人口大国,现有的医疗机构远远不能满足人们就医的需求,自我保健显得尤为重要。本书愿为千家万户送上一张通向健康之路的通行证,一份祛除疾病的保险卡。

愿天下人都健康、快乐!

编者

1998年2月

目 录

感冒	(1)
急性支气管炎	(3)
慢性支气管炎	(5)
支气管哮喘	(8)
膈肌痉挛	(11)
呕吐	(13)
腹泻	(15)
便秘	(18)
慢性胃炎	(20)
胃下垂	(23)
胃、十二指肠溃疡	(26)
慢性非特异性溃疡性结肠炎	(30)
风湿性关节炎	(33)
类风湿性关节炎	(37)
高血压病	(40)
高脂血症	(44)
心绞痛	(47)
急性肾炎	(49)
慢性肾炎	(52)

肾盂肾炎	(55)
泌尿系结石	(59)
阳痿	(61)
遗精	(63)
早泄	(65)
缺铁性贫血	(67)
糖尿病	(69)
甲状腺功能亢进症	(73)
脑血栓形成	(75)
三叉神经痛	(77)
面神经麻痹	(79)
坐骨神经痛	(82)
急性乳腺炎	(84)
乳房囊性增生病	(87)
颈椎病	(89)
肩关节周围炎	(91)
急性腰扭伤	(93)
慢性腰肌劳损	(96)
血栓闭塞性脉管炎	(97)
痔	(99)
扭挫伤	(102)
前列腺增生症	(104)
乳汁缺乏症	(106)

妊娠呕吐.....	(108)
痛经.....	(110)
闭经.....	(113)
盆腔炎.....	(115)
子宫颈炎.....	(117)
外阴瘙痒.....	(120)
子宫脱垂.....	(122)
滴虫性阴道炎.....	(123)
霉菌性阴道炎.....	(126)
老年性阴道炎.....	(128)
厌食症.....	(129)
鹅口疮.....	(131)
遗尿症.....	(133)
婴幼儿腹泻.....	(136)
水痘.....	(138)
流行性腮腺炎.....	(140)
猩红热.....	(143)
百日咳.....	(145)
白喉.....	(147)
蛔虫病.....	(149)
蛲虫病.....	(151)
绦虫病.....	(153)
头癣.....	(155)
手足癣.....	(157)

甲癣.....	(159)
体癣和股癣.....	(161)
花斑癣.....	(163)
寻常疣.....	(164)
跖疣.....	(166)
扁平疣.....	(168)
带状疱疹.....	(169)
脓疱疮.....	(172)
湿疹.....	(174)
荨麻疹.....	(177)
神经性皮炎.....	(180)
银屑病.....	(183)
白癜风.....	(186)
痤疮.....	(189)
疖子.....	(192)
冻疮.....	(194)
鸡眼.....	(196)
手足皲裂.....	(199)
酒渣鼻.....	(201)
斑秃.....	(203)
麦粒肿.....	(206)
急性结膜炎.....	(208)
复发性口腔溃疡.....	(210)
慢性咽炎.....	(213)

扁桃体炎.....	(216)
急性化脓性中耳炎.....	(218)
梅尼埃病.....	(221)
鼻出血.....	(223)
过敏性鼻炎.....	(226)
急性鼻窦炎.....	(229)
慢性鼻窦炎.....	(230)
牙痛.....	(233)

感 冒

感冒是由一种或多种病毒引起的呼吸道传染病。本病有普通感冒和流行性感冒两类,前者主要是上呼吸道粘膜充血发炎,尤其是咽部更为明显;后者是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。

普通感冒开始鼻咽部发干发痒,随后出现鼻塞,流清涕,干咳,怕冷,发烧,头痛,周身酸痛或酸困无力,食欲不振,2~4天后鼻涕量减少并变浓,咳嗽减轻,体温降至正常。如果婴幼儿患感冒,往往体温较高,多在 39°C 以上,甚至发生惊厥,但一般情况良好,上呼吸道症状不明显,而消化道症状如食欲不振、恶心、呕吐、腹痛、腹泻等却很突出,易并发支气管炎、肺炎等。

流行性感冒病情一般较重,怕冷,发烧,头痛,身痛,1~2天后出现咽痛,胸痛,咳嗽,甚至躁动不安,急性期过后病人显得十分疲倦,精神萎靡不振。

西药

1. 速效感冒胶囊:每次1~2粒,每日3次。
2. 康泰克缓释胶囊:每日1粒。
3. 复方阿司匹林:成人每次1~2片,每日3次;2~3岁

每次 $1/4$ 片, 4~6 岁每次 $1/3$ 片, 7~12 岁每次 $1/2$ 片, 均每日 3 次。用于感冒引起的发烧、头痛、全身酸痛。

4. 咳必清: 每次 25 毫克, 每日 3 次。用于感冒引起的干咳。痰多者慎用。青光眼患者慎用。

5. 安痛定注射液: 将 1 支药液装入眼药瓶内, 于小儿发烧时滴入鼻腔 1~2 滴, 揉捏鼻翼 1~3 分, 能迅速退烧。1 岁以下小儿慎用。

中成药

1. 九味羌活丸: 每次 6~9 克, 每日 2 次。

2. 风寒感冒冲剂: 每次 15 克, 每日 3 次。

3. 川芎茶调散: 每次 3~6 克, 每日 2 次, 饭后浓茶冲服。

4. 感冒退热冲剂: 每次 16~32 克, 每日 3 次。

5. 清热解毒口服液: 每次 1~2 支, 每日 3 次。

6. 羚翘解毒丸: 每次 1~2 丸, 每日 2 次。

7. 六神丸: 每次 10 粒, 每日 2~3 次。用于流行性感冒, 可加快退热, 改善症状。如与治疗感冒药物并用, 可增强疗效。

8. 风油精: 将风油精滴在拇指上, 头痛时揉擦太阳、风池穴及颈部两侧, 鼻塞时揉按双侧鼻翼旁的迎香穴, 可反复使用。注意勿涂在眼内。

9. 伤湿止痛膏: 将 2 张膏药敷于颈后大杼、大椎穴, 每日换 1 次, 轻者用药 1 次即效。

单验方

1. 大蒜 1 枚, 切片含口内, 每次 2 片, 2~3 小时后吐掉,

换新大蒜再含。

2. 鹅不食草 12 克,研细末,每用少许吸鼻内或嗅鼻。

3. 鲜鱼腥草 60 克,洗净后捣烂,以清洁纱布绞取汁液,冲蜂蜜服,饮 3~4 次。

4. 葱白 30~50 克,切碎,倒入开水中,趁热熏蒸鼻孔,每日 2 次,用药 2 天可获显效。

5. 贯众 30 克,加水 600 毫升,小火煎至 300 毫升,加适量白糖,每日服 3 次,每次 100 毫升。用于感冒初起,服药 1~2 剂,有效率达 100%。

急性支气管炎

急性支气管炎是支气管粘膜的急性炎症。病毒、细菌感染,物理、化学的刺激,均为常见的发病原因,疲劳、受凉、上呼吸道感染等,则是导致本病的诱因。

本病起病较急,常先有上呼吸道感染的症状,当炎症累及气管、支气管粘膜则出现咳嗽、咳痰,先为干咳或少量粘液性痰,以后痰量增多,咳嗽加剧,偶可痰中带血。如支气管痉挛,可出现不同程度的气促,伴胸骨后发紧感。全身症状一般较轻,可有发烧,体温在 38℃ 左右,多于 3~5 日降至正常。

西药

1. 必嗽平:每次 8~16 毫克,每日 2~3 次。用于本病咳嗽,痰白粘稠难咳出者。胃溃疡者慎用。

2. 咳快好:每次 2 片,每日 2 次。

3. 咳必清:每次 25 毫克,每日 3 次。用于本病剧烈干咳者。痰多及青光眼患者慎用。

4. 科福乐:每次 20~40 毫克,每日 3 次。本药需整片吞服,不可嚼碎。

5. 强力痰灵:每次 2 片,每日 3 次。

如有高烧、咳脓痰或原有慢性呼吸道疾患,要及时应用青霉素等抗生素。

中成药

1. 通宣理肺片:每次 4 片,每日 2 次。

2. 蛇胆陈皮散:每次 0.3~0.6 克,每日 2~3 次。

3. 川贝止咳露:每次 15 毫升,每日 4 次。

4. 杏仁止咳糖浆:每次 15 毫升,每日 3~4 次。

5. 羚羊清肺丸:每次 2 丸,每日 2~3 次。

6. 二母宁嗽丸:每次 3~6 克,每日 2 次。

7. 养阴清肺丸:每次 2 丸,每日 2 次。

单验方

1. 川贝母 3 克,放入 1 个去核梨中蒸熟,全部吃下,每日 1 个,连吃 3~5 天。用于干咳痰少或痰黄稠,久咳不愈者。

2. 杏仁 15 枚,打碎,包入纱布中,和粳米 100 克加水同煮,待粥将成时再加入冰糖适量煮二三沸,以上为 1 次量,每日 1~2 次。

3. 杏仁 30 克,去皮尖,捣烂如泥,分为 3 份,每份加糖 9 克,用开水浸泡代茶饮,早晚各 1 剂。

4. 鸡蛋 2 枚,去壳打碎,用麻油 40 毫升放锅内炸熟,再加醋 40 毫升煮沸,每日早晚各食醋蛋 1 枚。

5. 木棉树根 30 克,加水煎,去渣,1 次服下,每日 1 剂。

6. 白芥子 40 克,小麦面粉 90 克,共为末,加水适量,做成饼,敷于胸背,用胶布固定,每日换 1 次。

7. 大瓜蒌 1 枚,茶叶 10 克,将瓜蒌切碎,与茶叶混匀,加水适量,煎煮 15 分,分 2 次服,每日 1 剂。

慢性支气管炎

慢性支气管炎是指气管、支气管粘膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。本病多因长期反复感染、理化刺激、过敏因素、气候变化而发生。部分病人发病前有急性支气管炎、流感或肺炎病史。多发于秋冬季节,常见于中老年人。

早期病人只在冬季有咳嗽,咳痰,痰为粘性,夏天缓解。如果刺激因素长期存在,病情可逐渐加重,以咳嗽、咯痰、胸闷、气喘为主要症状,而以长期咳嗽最为突出,咳嗽以清晨、夜间及体位变动时为甚,痰多粘稠或清稀量多。随着病情的发展,终年有咳嗽、咯痰,但仍以秋冬为剧。受凉、感冒后合并感染时咳嗽加剧,痰呈粘脓性或黄脓性,痰量增多,气喘,常伴发热。喘息型慢性支气管炎有支气管痉挛,可引起喘息,常伴有哮鸣音,或活动后气短。

根据咳嗽、咳痰或伴喘息,每年发病持续 3 个月,连续 2 年或以上,并排除其他心肺疾患(如肺结核、支气管哮喘、支气管扩张、心脏病等)时,可作出诊断。

西药

1. 复方新诺明:每次 2 片,每日 2 次。
 2. 悉复欢:每次 0.5 克,每日 2 次。
 3. 交沙霉素:每次 0.4 克,每日 3 次。
 4. 头孢羟氨苄胶囊:每次 500 毫克,每日 3 次。
- 以上药物用于控制感染,可选其中的 1 种或 2 种。

5. 氯化铵:每次 0.6 克,每日 3 次。
6. 咳得平:每次 40 毫克,每日 3~5 次。
7. 克咳敏:每次 5~10 毫克,每日 2 次。
8. 咳息定:每次 10 毫克,每日 3 次。

以上药物用于祛痰止咳。

9. 氨茶碱:每次 0.1~0.2 克,每日 3 次。
10. 喘定:每次 0.2~0.4 克,每日 3 次。
11. 博利康尼:每次 2.5 毫克,每日 2~3 次。
12. 氨哮素:每次 40 微克,每日 3 次。

以上药物用于解痉平喘。

13. 50%酒精:每天交替滴入双耳 3~6 次,每次滴一侧,约 2~3 滴,药液必须与鼓膜接触,并保留数分,1 个月为 1 疗程。

14. 苯妥英钠:每次 100 毫克,每日 3 次,连用 10 天。对无感染的患者,有平喘、镇咳、消痰、改善肺功能作用,效果较常规药物为优。

15. 止血环酸:每次 500 毫克,每日 3 次口服,疗程 2 周。用于本病急性期,病情改善率 100%,其中显著改善者 40%。

中成药

1. 清气化痰丸:每次 6~9 克,每日 2 次。
2. 鲜竹沥:每次 15~30 毫升,每日 2 次。
3. 止咳喘热参片:每次 1~2 片,每日 3~6 次;极量每次 4 片,每日 12 片。青光眼患者忌用。孕妇及前列腺极度肥大者慎用。
4. 安尔喘胶丸:每次 1~2 丸,每日 3 次,饭后服。
5. 人参保肺丸:每次 9 克,每日 2 次。
6. 二陈丸:每次 9~15 克,每日 2 次。
7. 二冬膏:每次 9~15 克,每日 2 次。

单验方

1. 白胡椒数粒,放入梨中,水煎服,每日 1 剂。
2. 五味子 60 克,鸡蛋 2 枚,用水一大碗将五味子和鸡蛋浸泡一昼夜,鸡蛋生喝;并将五味子煎至一小碗,用白糖 90 克冲开,凉服。
3. 冬瓜子 15 克,加红糖适量,捣烂研细,开水冲服,每日 2 次。用于慢性支气管炎引起的剧咳。
4. 葱白 10~20 茎,洗净,捣烂,入锅中炒热,取一团趁热敷贴在膻中、肺俞、定喘、上脘穴,每日 1~2 次。用于痰多积聚,胸膈不舒者。
5. 重楼根 60 克,研成细末,饭后服 3 克,每日 2 次,10 天为 1 疗程,疗程间间隔 3 天,服药 3 个疗程,有效率 97.3%。
6. 仙灵脾 50 克,40 克水煎取浓液,10 克研细末,调合为

丸,分2次服。连续用药10天,镇咳有效率86.8%,祛痰有效率87.9%,平喘有效率73.8%。

7. 徐长卿30克,水煎,每日1剂,分2次服,10天为1疗程,有效率75.9%。

8. 灵芝30克,水煎2次,取液混合,每次服50毫升,每日3次,15天为1疗程,服药1疗程,有效率85%。

支气管哮喘

支气管哮喘是因过敏原或其他非过敏因素引起的一种支气管反应性过度增高的疾病。多由于吸入或接触外源性过敏原(如花粉、灰尘、兽毛、细菌、螨、霉菌等)所引起,运动后、情绪波动、过度疲劳、月经来潮前或服用某些药物(如阿司匹林等)可诱发哮喘,常见于儿童和青年。冬春季节发病率高。

典型的哮喘发作,可先有喷嚏、流鼻涕、鼻痒、喉痒、咳嗽等先兆症状,常在夜间发作,突感胸闷、咳嗽,继而出现呼气性呼吸困难,伴有哮鸣音,患者被迫坐起,每次发作可持续数分至数小时不等。发作停止前开始咳嗽,咳出大量粘液泡沫样痰后,气急逐渐好转,乃至哮喘停止。缓解期可仅有轻度咳嗽,咯痰,呼吸稍觉困难,也有的毫无症状。

西药

1. 喘息定:0.25%~0.5%的溶液喷吸,每次0.1~0.2毫升;或10毫克舌下含溶,发作时用。冠心病患者忌用。

2. 氨茶碱:每次0.1克,每日3次,饭后服。急性心肌梗

塞、低血压患者忌用。

3. 哮喘平灵：每次 0.5~1 毫克，每日 3~4 次口服；气雾吸入，每日 0.75~1.5 毫克。

4. 多虑平：每次 25 毫克，每日 3 次。用于顽固性哮喘有效率 100%，停药后复发者可再用。

5. 消炎痛：每次 25~50 毫克，每日 3 次，症状缓解后改为每日 25 毫克，疗程 1~2 周。

6. 硝苯吡啶：每次 10~15 毫克，舌下含服，每日 3~4 次，病情缓解后 10 毫克舌下含服，每日 3 次，1~2 周为 1 疗程。有效率 92%，起效时间 12 小时，咬碎含服者 2~3 分见效。

7. 消心痛：5 毫克舌下含服，小儿酌减，含药 2~3 分见效，有效率 100%。

8. 色甘酸钠：有预防哮喘发作的作用，慢性病人在其他平喘药疗效不佳时，可考虑应用本药。本品对外源性哮喘疗效最好，由于是预防用药，因此要在哮喘发作前 1 周即开始应用。用特制吸入器吸入，每次 20 毫克，每日 3~4 次。

有呼吸道感染者，应适当应用抗生素，如麦迪霉素、交沙霉素、头孢羟氨苄胶囊等。青霉素在本病患者中易引起过敏，宜慎用。

中成药

1. 苏子降气丸：每次 3~6 克，每日 2 次。

2. 降气定喘颗粒：每次 1 袋，每日 2 次。高血压、心脏病患者慎用。

3. 新碧桃仙片：哮喘发作时每次4片，每日4~6次，缓解后可减至每次2片，每日3次。

4. 人参保肺丸：每次1丸，每日2次。

5. 蛤蚧定喘丸：每次1丸，每日2次。

6. 哮喘冲剂：每次1袋，每日2次。

单验方

1. 蛭蟾每岁2只，香油6毫升，将蛭蟾洗净开尾，挤出粪便，香油放锅内烧开，放入蛭蟾炸至焦黄，与油1次服完，每日2~3次，一般2~3日可愈。

2. 石韦全草洗净，切碎，晒干备用，3~8岁每日18克，9~12岁每日36克，16岁以上每日45克，每18克药物加水600毫升，趁热加入冰糖15克，分3次服完，5日为1疗程。

3. 白胡椒7克，纳入1只青蛙口中，用针线缝之，置于有盖杯内，加水适量，隔水炖之，水开后连炖12小时，趁热内服，服胡椒、汤及部分肉，不食肠肚，3~5日1次，5次为1疗程，需服第2疗程要间隔10天。

4. 乌贼骨250克，砂糖500克，焙干研粉，混匀，每次服20克，每日3次。连续用药15天，有效率100%，显效率87.5%。

5. 露蜂房30克，食醋90毫升，加水1升，煎至500毫升，分3次服。

6. 紫河车(干品)100克，研成细末，每次服3克，每日3次。服药10天，有效率100%，治愈率89.4%。

7. 艾叶500克，洗净，切碎，加水4升，浸泡4小时，煎至