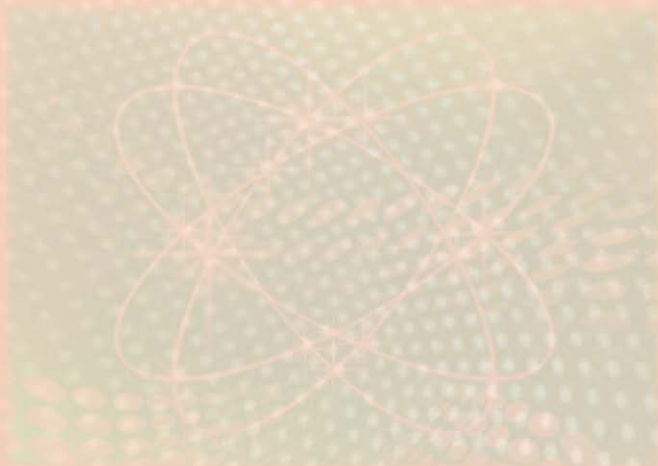


中华实用方剂大典丛书

实用祖传药浴

陈长红 编著



中医古籍出版社

图书在版编目（CIP）数据

中华实用方剂大典丛书/陈长红编著 一北京：中医古籍出版社，
2007（2009.10 重印）

ISBN 978-7-80174-578-1

I 中… II 陈… III 美容—验方—普及读物 IV R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2007）第 202076 号

中华实用方剂大典丛书

实用祖传药浴

责任编辑：王梅 刘娟

编著：陈长红

出版发行：中医古籍出版社

印刷：北京洲际印刷有限责任公司

开本：710×1000mm1/16

字数：3000 千字

印张：180

版次：2009 年 10 月第 2 版

印次：2009 年 10 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978-7-80174-578-1

定价：298.00 元（全十册）

前言

药浴是中医的特色疗法之一，具有简明便易行、经济实用、毒副作用小的特点，对许多常见疾病都有很好的辅助治疗效果。

药浴疗法因操作简单、疗效好而一直深受大家的欢迎，尤其是深受中老年朋友的喜爱。为了更好地帮助大家了解用药浴疗法治疗各种疾病的方法，我们特别编辑了此书，用通俗的语言，深入浅出地介绍了药浴的概念、特点、作用机制、注意事项等。重点介绍了治疗各种疾病的药方，每个药方都详述了其所用药物的组成，用法，功用等。如药浴对治疗感冒、丹毒、宫颈炎、小儿感冒发热、近视等都有特别好的疗效。在本书中病名采用大家比较熟悉的中医病名和西医病名。愿您通过本书能掌握一些疾病防治、养生保健的好方法。

本书不仅适合广大中医、中西医结合工作者的临床及教学之用，也易于广大中医爱好者和各界人士学习掌握。闲暇之余有选择地洗洗药浴，安全可靠经济实惠，既可以清洁卫生，又是一种保健措施，更是一种治疗和享受，所以说本书是一本很好的现代人家庭必备的保健参考书。

目 录

第一章 药浴的基本常识.....	1
药浴疗法的概念.....	1
药浴疗法的形成与发展.....	1
药浴疗法的特点.....	3
药浴疗法的作用机制.....	5
药浴疗法的种类及方法.....	6
药浴疗法的准备工作.....	9
药浴疗法的注意事项.....	14
第二章 药浴治疗内科疾病.....	16
感冒.....	16
外感高热.....	20
支气管炎.....	24
支气管哮喘.....	27
呕吐.....	30
胃痛.....	31
头痛.....	33
胁痛.....	38
腹胀.....	40
腹痛.....	42
久泻.....	44
水肿.....	46
急性胃肠炎.....	50
细菌性痢疾.....	52
中风.....	55

脚气.....	57
虚劳.....	60
腰痛.....	61
汗证.....	63
癃闭.....	66
不寐.....	69
面神经麻痹.....	72
三叉神经痛.....	74
痹证.....	76
雷诺现象.....	80
眩晕.....	81
便秘.....	84
痛风.....	86
淋证.....	87
血证.....	88
酒醉.....	90
癌瘤疼痛.....	91
第三章 药浴治疗外科疾病	92
疮疖.....	92
疔疽.....	96
疔疮.....	100
痔疮.....	103
褥疮.....	111
镰疮.....	113
冻疮.....	117
烫伤.....	122
急性乳腺炎.....	127
瘰疬.....	129
血栓闭塞性脉管炎.....	131

疝气.....	135
浅静脉急性血栓性静脉炎.....	137
尖锐湿疣.....	138
肛周瘙痒及脓肿.....	141
淋病.....	142
丹毒.....	144
第四章 药浴治疗妇科疾病.....	150
痛经.....	150
闭经.....	153
带下病.....	154
妊娠水肿.....	163
缺乳.....	164
产后阴门不闭.....	166
崩漏.....	167
子宫脱垂.....	169
宫颈炎.....	174
乳裂.....	176
外阴白色病损.....	179
不孕症.....	184
盆腔炎.....	186
阴痒.....	187
第五章 药浴治疗男科疾病.....	193
阳痿.....	193
遗精.....	196
早泄.....	198
阴囊湿疹.....	200
阴肿.....	202
子痛.....	206

鞘膜积液.....	208
第六章 药浴治疗儿科疾病.....	211
小儿感冒发热.....	211
水痘.....	216
流行性腮腺炎.....	217
麻疹.....	220
新生儿黄疸.....	222
新生儿硬皮症.....	223
小儿腹泻.....	224
小儿惊风.....	226
小儿盘肠气痛.....	228
小儿疳积.....	229
小儿厌食症.....	231
小儿积滞.....	232
小儿脐患.....	234
小儿遗尿.....	235
小儿麻痹症.....	236
小儿口疮.....	239
小儿流涎症.....	241
小儿疝子.....	242
小儿蛲虫病.....	246
第七章 药浴治疗五官科疾病.....	249
睑缘炎.....	249
结膜炎.....	252
睑腺炎.....	257
沙眼.....	259
泪囊炎.....	262
角膜翳（溃疡）.....	264

翼状胬肉.....	266
近视.....	267
白内障.....	268
口臭.....	270
唇风（唇炎）.....	270
口腔溃疡.....	272
咽喉肿痛（咽炎）.....	273
鼻窦炎.....	274
过敏性鼻炎.....	275
慢性鼻炎.....	277
鼻疖.....	278
鼻出血.....	278
牙痛.....	280
第八章 药浴治疗皮肤科疾病.....	285
癣（头癣、体癣、股癣、手足癣）.....	285
湿疹.....	303
斑秃.....	311
扁平疣.....	316
漆疮.....	322
剥脱性皮炎.....	328
过敏性皮炎.....	329
皮肤瘙痒症.....	331
荨麻疹.....	340
带状疱疹.....	348
脂溢性皮炎.....	353
神经性皮炎.....	361
稻田皮炎.....	372
夏季皮炎.....	375
疥疮.....	378

手足皮肤皸裂.....	384
虫咬皮炎.....	387

第一章 药浴的基本常识

药浴疗法的概念

药浴疗法是中医药宝库中的一颗明珠，属中医药外治法，它是在中医理论的指导下，选择适当的中草药，利用药物浸液经煮沸后产生的蒸汽熏蒸或药物煎汤取浸液进行全身或局部洗浴，以达到防治疾病的目的。根据其不同方法可分为淋洗法、擦洗法、冲洗法、浸洗法、沐浴法、坐浴法、熏洗法等各种类型，能使药液直接作用在人体皮肤或患处，具有疏通经络和调理气血，刺激神经和心血管系统，改善局部营养状况和全身各器官功能等作用，是中医治疗学中一种古老而有效的外治方法。

药浴疗法有着悠久的历史和丰富的内容，千百年来，古今医家在采用药浴疗法治疗疾病和养生保健的实践中，创制出许多卓有成效的药浴方法和药物处方，并积累了丰富的经验，在临床上获得了神奇的效果，为解除广大患者的病痛，发挥了较大的作用。

药浴疗法具有简便易行、作用迅速、安全可靠、效果显著等特点，深受广大患者的欢迎。尤其是在当今社会崇尚“回归自然”的风潮中，在口服药物的不良反应及药源性疾病日益严重的今天，药浴疗法更显示出它的独特优势，必将受到世人的重视，为人类的健康事业做出应有的贡献。

药浴疗法的形成与发展

药浴疗法在我国已有悠久的历史。自从人类一出现，就懂得沐浴能清洁卫生、强身健体，如著名爱国诗人屈原在二千多年前写的《离

骚》就说：“新沐者必弹冠，新浴者必振衣。”《礼记·曲礼》中亦有“头有疮则沐，身有疮则浴”的记载。成书于春秋战国时期的中医经典著作《黄帝内经》中对感受外邪引发的疾病，提出了明确的治疗方法：“其邪者，渍形以为汗”，就是利用热浴发汗以达祛邪治病的方法。

随着药物的发现，医疗活动的不断开展，沐浴方法由纯水浴又逐渐演变出药浴，即在水中加入适当药物，煎汤沐浴，能够治疗更多的疾病。据有关医学文献记载，长沙马王堆出土的西汉古代医籍《五十二病方》就载有药浴方法。

东汉时期的名医张仲景所著的《伤寒杂病论》里面就记载有坐浴、浸足、熏洗等多种药浴方法，如狼牙汤用以沥阴中（即现代的中药煎剂冲洗阴道）、苦参汤熏洗治疗狐惑病蚀于下部者（即现代的白塞病）。同时代的外科名医华佗在《神医秘传》一书中亦有“黄水疮”（脓疱疮）“外用雄黄、防风各五钱，荆芥、苦参各三钱，水煎汤”外洗疮处的记载。这些都为后世开展应用药浴疗法奠定了广泛的基础。

晋代葛洪著的《肘后备急方》中用槲树皮煎汤，“洗乳疮及诸败疮。”唐代孙思邈的《千金要方》、《千金翼方》和王焘的《外台秘要》、宋代的《太平圣惠方》均载有不少药浴方剂，其适应证从外科、皮肤病扩大到妇科、小儿科、眼科等，使药浴疗法的种类、使用方法和临床应用都得到发展。

至金元时期，药浴疗法得到进一步的发展，齐德之所著的《外科精义》一书中专门设立了有关药浴疗法的专论“漏渍法”，谓药浴疗法功能“疏导腠理，通调血脉，使无凝滞也。”以后明代的《普济方》、龚廷贤的《万病回春》、李时珍的《本草纲目》以及清代的《医宗金鉴》、《外科正宗》等著作中都有使用药浴疗法以治疗内外

诸疾的记载，说明药浴疗法已得到普遍使用。特别值得提出的是清末名医吴师机，通过大量的临床实践，并广泛搜集他人的经验，撰写了《理瀹骈文》一书，将药浴疗法具体分成熏、浸、洗、擦、淋、坐等法，并指出：“外治之理，即内治之理；外治之药，亦即内治之药，所异者法耳。”进一步阐述了药浴疗法的作用机制，认为病有内症外症，治有内治外治，外者外治，亦需内治；内者内治，也有外治。从而提出“外治（包括药浴疗法）可以统治百病。”为后世研究应用药浴疗法提供了依据。

到了现代，由于社会的发展，科学技术的进步，使药浴疗法这一古老的传统医学得到充分的重视，有关药浴疗法的新方法和新经验，层出不穷，各种医学资料、医学著作和医学杂志中都介绍了不少药浴疗法的临床运用情况，特别是借助现代科学手段对药浴的方法、药物、作用原理以及用现代科学观念对药浴疗法的研究，确立了药浴疗法在现代医学临床上的地位，为进一步提高和推广药浴疗法打好了基础，使药浴疗法更好地为人类健康服务。

药浴疗法的特点

药浴疗法具有使用方便、适用面广、药简效捷、安全可靠、疗效显著等特点，故深受人们的欢迎。

（一）使用方便

药浴疗法操作简单方便，适用于家庭自己治疗，对于医疗条件较差和就诊不便的患者，尤为实用。不论在溶液的制备上，还是在使用上，随时随地都可以采用，不受环境条件的限制。至于所用器材，大多是家庭日常生活用品，如盆、桶、缸、沙锅、毛巾、布单、凳椅等。

一些常用药物也可以就地取材，如葱、蒜、花椒、明矾、盐、醋等，至于某些药物可随用随买，因而家庭使用极为方便，易于推广。

（二）适用面广

药浴疗法历史悠久，经过漫长岁月的历史验证，不断总结创新，其应用范围相当广泛，不仅适用于外科如疮疡肿毒和皮肤病以及毒虫咬伤，而且还可用于内科、妇科、儿科、男科、骨伤科和五官科等疾患，目前临床已可运用病种达百余种。尤其是药浴疗法既可治病，还可防病，故对老幼体虚者较为适宜。此外，药浴疗法还具有美容作用，对痤疮、雀斑、扁平疣等有较好的疗效。

（三）药简效捷

药浴疗法所选用药物简单，大多仅数味，甚至是单味药物。其所用的剂量通常也较小，仅为内服剂量的 $1/10$ ，甚或更少。但其作用由于是将药物直接接触病变部位，能最大限度地缩短药物吸收后传递运行至病变部位的距离，使药物的有效成分在较短的时间内抵达患部，产生即时效应。另外，皮肤给药利于短时间内在病变部位形成治疗所需的血药浓度，在一定程度上避免了消化液和肝脏对药物有效成分的破坏，进而促使治疗作用很好地发挥出来。

（四）安全可靠

由于药浴疗法是施行于皮肤肌表的治疗，可以避免药物对胃肠道的刺激，减轻肝脏的负担，变“苦药”为外用之“良药”，并免除了注射给药疼痛之苦。因而，药浴疗法一般不会出现不良反应。即使病人出现不适，也很容易随时观察其情况而决定停用处理。因此，药浴疗法较之内服等其他疗法来说，还是比较安全可靠的。

（五）疗效显著

临床实践已经证实，药浴疗法对多种疾病具有较好的疗效，尤其是在治疗外科、骨伤科、皮肤科等某些疾病方面，例如湿疹、牛皮癣、阴道炎等，明显优于口服等内治疗法，其疗效的独特性更是其他疗法所不能替代的。

最后需要说明的是，药浴疗法既可避免病人打针怕痛、服药怕苦的弊端，又可通过简便的外用方法达到治病防病的目的，并弥补内治的不足，故为广大病人乐于接受。

药浴疗法的作用机制

药浴疗法是以中医的整体观念和辨证施治思想为指导，运用各种不同的沐浴方法，将药物施于皮肤或患部，并借助温度、机械和药物的作用对机体发挥直接、间接的治疗作用。

（一）直接作用

药物通过沐浴的给药方法，透过皮肤，深入腠理、脏腑等部位直接吸收并输布全身，以发挥其药理作用。一般来说，直接作用主要根据药浴所选用的药物功能有关，如祛风燥湿、杀虫止痒、解毒消肿、祛腐生肌、清热燥湿、收敛消炎、温经散寒、活血化瘀、行气止痛等。对于发生于皮肤、肌肉组织间的疹、癣、疣、疥等疾患及创伤均能收到良好的治疗效果，而且由于药物直接接触患部，故奏效较快。

（二）间接作用

人体是一个有机的整体，通过十二经脉，内属于脏腑、外络于肢节，与十二经脉、奇经八脉等经脉沟通，遍布全身，与体表皮肤、器官九窍、四肢等紧密相连，同时又能行气血、营阴阳、濡筋脉、利关节。因此，运用药浴疗法，将药物通过皮肤吸收进入人体，再通过经络、脏腑的调衡、输布作用，输布全身，直达病所。又能激发机体的

自身调节作用，促使机体某些抗体的形成，借以提高机体的免疫功能，从而达到调整脏腑功能、平衡阴阳、补益气血津液的目的，以治疗脏腑和全身性疾病。

因此，药浴疗法不仅对局部性疾病有良好的治疗效果，而且对脏腑和全身性疾病均有显著的疗效。

药浴疗法的种类及方法

中医药浴疗法根据临床可分为淋洗、擦洗、冲洗、浸洗、坐浴、沐浴、熏洗、含漱等8种类型，现分别介绍如下。

（一）淋洗法

淋洗法是一种用药物煎剂或冲剂不断喷洒患部的治疗方法，又称淋射法。其作用机制是利用喷洒时药液的刺激和冲洗作用，促使局部经络疏通，气流畅通，并能祛除秽物，从而达到解毒消肿、散瘀止痛及洁净疮口等目的。操作时将所选药物煎汤去渣取汁，趁热把药水装入带细眼的小喷壶内，不断喷淋全身及患部，或用消毒纱布蘸药液连续淋洗患处。喷淋时，下面放置容器以接药水，若药水已凉可加热再倒入小喷壶内，继续喷淋。注意淋洗时，药液量之多少、喷淋的时间长短可根据病证而定。另外，在淋洗时要注意保温，洗毕要擦干局部皮肤。

（二）擦洗法

擦洗法是一种用药物煎剂擦洗全身及患部的治疗方法。本法是通过药物对皮肤渗透及摩擦之力，起到清热解毒、活血祛瘀、行气通络等作用。操作时将所选药物加水浓煎去渣取汁，倒入盆中待温，用毛巾或纱布擦洗全身及患部，最好微微擦红表皮，觉轻痛时效果较好。每日擦洗2~6次，每次擦5~10分钟，每剂药可用1~2天，用时将

药液加温再用，药液每日换 1 次。另外，在擦洗时要注意手法，切勿用力过猛而损坏肌肤。

（三）冲洗法

冲洗法是一种用药物煎汤冲洗疮口的治疗方法，它是通过冲洗清除脓液，洁净疮口，达到清热解毒、杀虫止痒等目的。操作时将所选的药物加水煎淡汁，待温或冷却后用注射器等吸取药液，注入脓腔或阴道进行冲洗，至分泌物洗尽为止，每日数次，每次一般冲洗 5~10 遍，1 剂可用 1~2 天。注意用过的药水不能再用；冲洗时药液的多少、冲洗时间的长短根据病情而定；冲洗完结要擦干局部皮肤。

（四）浸洗法

浸洗法是一种用药物煎汤浸洗全身及患部的治疗方法。它是浸法与洗法的结合，是通过药液较长时间作用于患部，直达病所，并趁药液的荡涤之力而发挥清热解毒、祛风杀虫止痒、软化角质、祛腐生肌等功效。操作时将所选的药物煎汤，去渣取汁倒入盆或木桶中，待温浸泡、洗涤全身及患处。每日浸洗 1 或 2 次，每次 30~60 分钟，每剂可用 1~3 天，每次用时需将原药液煮沸后再用。在浸洗时要注意调节室温，避免感受风寒，浸洗完毕后要将浸洗部位擦干。

（五）沐浴法

沐浴法是一种用药物煎汤来沐浴的治疗方法。本法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，起到祛风燥湿、杀虫止痒、温经散寒、疏通经络、调和气血、消肿祛瘀等作用。操作时将所选药物煎汤去渣取汁，把药液倒入浴盆的热水中，趁热遍洗全身。或把药物装入纱包，放入热水中进行沐浴。每日 1 或 2 次，每次 1 剂。沐浴时要注意浴液温度要适中，以免过热烫伤肌肤，并且要注意保暖，避免受寒、吹风，洗毕应立即拭干，盖被保暖。

（六）坐浴法

坐浴法是一种用药物煎汤置盆中让病人坐浴，使药物直接浸患部的治疗方法。它可使药物较长时间地直接作用于病变部位，并借助热力，促使皮肤黏膜吸收，从而发挥行气活血、清热除湿、杀虫止痒、收敛等作用。操作时将所选药物煎汤取汁置于浴盆中，待温度适宜，将臀部浸入盆中洗涤患部。每日 1~2 次，每次 15~30 分钟，每剂可用 1~2 天。坐浴时注意药液温度要适宜，以免过热烫伤皮肤，并且要注意保暖。另外妇女在妊娠期或行经期均不宜坐浴。

（七）熏洗法

熏洗法是一种利用药物趁热在患部熏蒸、淋洗和浸浴的治疗方法。本法是借助热力和药力的综合作用，促进腠理疏通，气血流畅，改善局部营养和全身功能，达到解毒消肿、活血通络、行气止痛、祛风燥湿、杀虫止痒等目的。熏洗法可分全身熏洗法和局部熏洗法两种。

1. 全身熏洗法将所选药物用量加倍煎汤去渣取汁，趁热倒入浴盆中，盆内放一小木凳，高出药面约 10 厘米，患者坐在小木凳上用沐浴罩罩住或用布单、毛毯在上面盖住（仅露头部在外）勿使热气外泄，待温度适宜，取出小木凳，再进行沐浴，以出汗为宜。熏洗完后擦干全身，用浴巾盖住，卧床休息，待汗干后再换穿衣服。

2. 局部熏洗法

（1）手部熏洗：将所选药物煎汤趁热倒入盆中，将患手架于盆上进行熏蒸，用布将手和盆口盖严，不使热气外泄，待温度适宜把患手浸于药物中洗涤。

（2）足部熏洗：将所选药物煎汤趁热倒入盆内，将患足放在小木凳上熏蒸，外以布单将盆口盖严，待温取出小木凳，把患足及小腿浸入药汤中浸洗。