

new

· 招招简便易行 · 疗效奇特显著 · 健康如此简单 ·

高记华 郭 兴 宋易华/主编

外科病自疗 [速查手册]

省时、省力、
省钱，
一用就灵

本书介绍了外科常见疾病的基本知识、偏方验方、饮食疗法、按摩疗法、针灸疗法、拔罐疗法、运动疗法等，对于患者可查书对症，选用各种适宜的方法治疗，既方便又有效，是集实用性与通俗性于一体的医学普及读物。

求医不如求己，全面详尽的
治疗方案让您摆脱疾病困扰

小病自己治，大病少花钱，药到病除无烦恼

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

· 招招简便易行 · 疗效奇特显著 · 健康如此简单 ·

外科病自疗 [速查手册]

省时、省力、
省钱，
一用就灵

高记华 郭 兴 宋易华/主编

小病自己治，大病少花钱，药到病除无烦恼

河北出版传媒集团
河北科学技术出版社

主 编 高记华 郭 兴 宋易华
副主编 蔡建荣 张海霞 张 峰 张 富
编 委 胡冬菊 李 刚 冯兰珍 杨德华 刘小发 李玲玲 徐伟超
任 杰 张宁宁 陈建权 史春林 姚 娜 康 欣

图书在版编目 (CIP) 数据

外科病自疗速查手册 / 高记华, 郭兴, 宋易华主编
. -- 石家庄 : 河北科学技术出版社, 2012. 10
ISBN 978-7-5375-5503-6

I. ①外… II. ①高… ②郭… ③宋… III. ①外科—
疾病—中医治疗法—手册 IV. ①R26-62

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第244042号

外科病 自疗速查手册

出版发行 / 河北出版传媒集团
河北科学技术出版社
地 址 / 河北省石家庄市友谊北大街330号
邮 编 / 050061
组织策划 / 王辛卯
责任编辑 / 李蔚蔚
封面设计 / 胡椒设计
美术编辑 / 阮 成
印 刷 / 北京中创彩色印刷有限公司
开 本 / 770×1000 1/16
印 张 / 15
字 数 / 270千
版 次 / 2013年1月第1版
印 次 / 2013年1月第1次印刷
定 价 / 26.00元



PREFACE

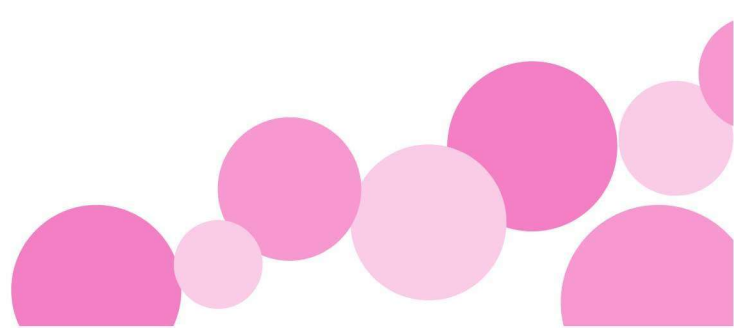
前言

开展家庭自疗，是当前医学发展的一个新趋势，只要自己懂得一定的医疗常识，在医生的指导下，就可以自己动手进行自疗，使疾病及时得到预防和治疗。这样既省事、省时，免去一些去医院的诸多烦恼，又减轻了自己的经济负担。为此，我们组织有关专家、教授编写了《外科病自疗速查手册》一书。

本书包括74种外科常见病、多发病，每病扼要介绍疾病的概念、病因、主要表现、爱心提示，重点是按中医分型介绍主证、处方，以及偏方验方、饮食疗法、按摩疗法、针灸疗法、拔罐疗法等，患者可查书对症，选用各种适宜的方法治疗，既方便又有效，是集实用性与通俗性于一体的医学普及读物。

虽然我们做了最大的努力，但由于水平所限，不当或疏漏之处在所难免，敬请读者批评指正，不胜感激。

编者





目录 CONTENTS

疖 / 007	乳腺增生病 / 045
痈 / 009	乳管内乳头状瘤 / 048
急性淋巴管炎 / 012	乳房结核 / 051
丹毒 / 014	男性乳房发育症 / 053
蜂窝织炎 / 018	肺脓肿 / 056
甲沟炎 / 020	急性胆囊炎 / 059
脓性指头炎 / 022	慢性胆囊炎 / 062
化脓性腮腺炎 / 024	胆石症 / 065
颈部淋巴结结核 / 027	胆道蛔虫症 / 068
单纯性甲状腺肿 / 029	急性胰腺炎 / 072
甲状腺炎 / 032	慢性胰腺炎 / 075
甲状腺腺瘤 / 035	肠结核 / 077
乳头皲裂 / 037	肠梗阻 / 080
急性乳腺炎 / 039	急性阑尾炎 / 084
乳房纤维腺瘤 / 042	泌尿系结石 / 087

肾结核 / 091

痔 / 093

肛窦炎 / 098

肛裂 / 100

肛门直肠周围脓肿 / 103

肛痿 / 105

直肠脱垂 / 107

直肠息肉 / 111

急性前列腺炎 / 113

慢性前列腺炎 / 116

前列腺增生症 / 121

睾丸炎 / 125

附睾炎 / 128

附睾结核 / 130

睾丸鞘膜积液 / 133

精索静脉曲张 / 136

阴茎硬结症 / 138

精囊炎 / 141

急性化脓性骨髓炎 / 144

慢性骨髓炎 / 146

骨与关节结核 / 149

落枕 / 152

颈椎病 / 155

肩关节周围炎 / 160

肋软骨炎 / 164

强直性脊柱炎 / 166

腰椎间盘突出症 / 170

坐骨神经痛 / 175

急性腰扭伤 / 179

腰肌劳损 / 183

骨质增生症 / 187

足跟痛 / 190

雷诺病 / 194

红斑性肢痛症 / 197

下肢静脉曲张 / 200

静脉血栓形成 / 204

下肢动脉硬化闭塞症 / 206

血栓性静脉炎 / 209

血栓闭塞性脉管炎 / 212

下肢慢性溃疡 / 216

冻疮 / 219

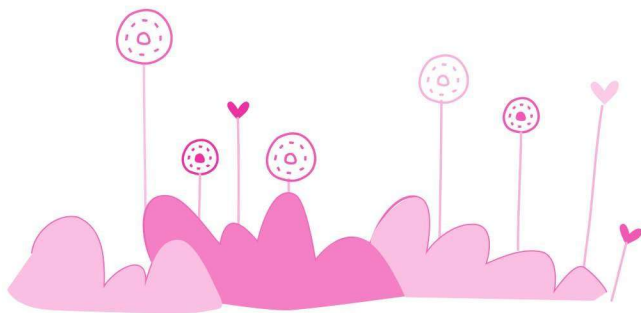
褥疮 / 222

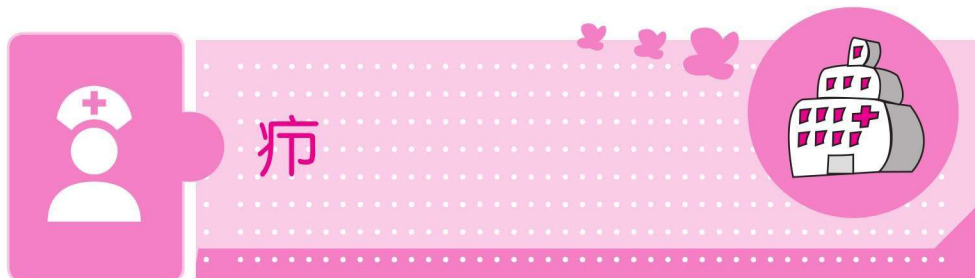
甲状腺癌 / 225

食管癌 / 227

附录 常用腧穴图 / 231

参考文献 / 239





疖是由葡萄球菌侵入单个毛囊及其所属皮脂腺而引起的急性化脓性感染，反复发作称为疔病。一般由于皮肤不洁净，在抓痒、出汗时，细菌侵入毛囊、皮脂腺而引起。多发于夏季和秋季。

主要表现

疖初起为皮肤上的小硬结，一般伴有红、肿、痛，成锥形隆起，有触痛；随即硬结顶出现黄白色脓头，周围为红色硬盘，患者自觉局部发痒、烧灼感及跳痛；以后脓头破溃，排除少许脓液后疼痛减轻，或其顶端形成一个脓栓，与周围组织分离而脱落，炎症逐渐消退，疮口自行愈合。

病程中伴有除附近淋巴结肿胀外，一般无明显全身症状。

辨证施治

热毒型

【主证】 局部红、肿、热、痛；可伴有恶寒，发热，乏力，全身不适，烦躁，小便黄赤，大便干结，舌红，苔薄黄，脉弦数或滑数。

【处方】 金银花15克，野菊花15克，蒲公英15克，紫花地丁15克，夏枯草15克，栀子12克，连翘12克，赤芍12克，白花蛇舌草30克，生甘草5克。

风湿热型

【主证】 多发或反复发作；可伴有疲乏倦怠，胃纳欠佳，小便黄赤，大便干结，舌偏红，苔黄腻，脉弦滑或滑数。

【处方】 防风9克，荆芥9克，桔梗9克，连翘15克，金银花15克，白术12克，白芍12克，当归12克，栀子12克，黄芩12克，滑石（包煎）30克，鱼腥草



30克，麻黄6克，川芎6克，薄荷（后下）6克，生甘草5克，生石膏（先煎）30克。

各方均加水煎煮2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



偏方验方

茄子适量。切厚片，覆于疔上，感觉茄子热了则换1片，2~3次即消。

鲜菊叶适量。捣烂去筋，外敷于红肿的部位，或捣烂绞汁外涂，每日数次。

荞麦面、米醋各适量。先将荞麦面炒黄，再用米醋调成糊状，涂于患处，早晚更换。



爱心提示

注意个人卫生，勤洗澡、勤换衣服。

饮食应忌酒等辛辣刺激之品，年老体弱者应加强营养，宜高蛋白、高维生素饮食。

有瘙痒性疾病者，应避免搔抓止痒，有糖尿病等慢性消耗性疾病者应及时治疗。

对面部疔肿禁止挤压，对于慢性疔病患者应定期检查尿蛋白等，以尽早发现合并症，加强锻炼，增强体质。



饮食疗法

紫花地丁、蒲公英各50克。煎汤代茶饮，每日数次。

苦参15克，鸡蛋1枚。将鸡蛋放入锅中加水煮熟，取出浸入冷水中片刻，再将鸡蛋取出打裂，与苦参放在一起，加水适量煮40分钟，即可食用鸡蛋。

鱼腥草50克，野菊花25克。煎汤取液，加冰糖适量，代茶饮用。



拔罐疗法

主穴取阿是穴，配穴按经络走行，在病灶附近或远端取穴。

以主穴为主，效果不明显的可酌加配穴。阿是穴即指患部，可用三棱针或毫针在疔肿中央部位点刺，点刺前应严格消毒。然后以闪火法或抽吸法拔罐。一般出血30毫升左右，如血出如涌，宜即去罐。每日或隔日吸拔1次，不计疗程，以愈为期。

注意：刺络拔罐不适宜应用于面部疔肿，对尚未成熟之身体其他部位疔肿，亦宜慎用。



痈是由金黄色葡萄球菌所引起的多个相邻的毛囊和皮脂腺急性化脓性感染。感染先沿一个毛囊底及周围组织蔓延，然后再向表面扩展，形成多个脓头。其病因与疔相似，致病菌以金黄葡萄球菌为主。感染与皮肤不洁、擦伤、机体抵抗力不足相关。

主要表现

初起呈片状酱红色炎性浸润区，高出体表，质地坚硬，水肿，与正常组织界限不清。

经1~2周中央区皮肤出现多个小脓头，破溃后呈蜂窝状，继之中心部塌陷，如“火山口”状，患处剧痛。

常伴有高热，寒战，全身不适，食欲不振等。

辨证施治

邪热郁结型

[主证] 局部硬结中间有粟米样脓头，周围漫肿成片，继则脓头增多，焮红灼热，疼痛加剧，伴恶寒、发热、头痛、食欲不振，舌红，苔白腻，脉弦数。

[处方] 当归10克，金银花20克，陈皮6克，白芷9克，穿山甲（先煎）10克，浙贝母15克，防风10克，皂角刺10克，甘草6克，天花粉10克，蒲公英15克。

脓毒蕴结型

[主证] 大约发病2周后，疮头变软溃破，但脓流少而不能畅流，状若蜂窝，大小不一，如能使脓流畅泄，腐肉渐脱，则病情停止发展，便可进入生肌收口



期，如病情进展则全身症状加重，伴有壮热烦渴，便秘尿赤，舌红，苔黄干，脉洪数或滑数。

[处方] 黄芪30克，当归15克，穿山甲（先煎）10克，川芎10克，皂角刺15克，桔梗10克，白芷6克，浙贝母15克，陈皮6克，金银花20克，甘草6克。

阴虚毒盛型

[主证] 局部疮形平塌，根盘散漫，疮色紫滞，不易化脓，溃后脓水清稀或带血水，腐肉难脱，疼痛剧烈，伴有发热，唇干舌燥，小便短赤，大便干结，舌红，苔黄，脉细数。

[处方] 淡竹叶10克，玄参15克，黄芪20克，麦冬15克，石斛10克，金银花20克，生地黄20克，当归10克，白芷10克，穿山甲（先煎）10克，甘草6克。

体虚毒滞型

[主证] 局部疮形平塌，根脚散漫，疮色灰暗，化脓迟缓，腐肉难脱，脓水稀薄灰暗，闷肿胀痛不解，或疮口呈空壳状，久不收敛，常伴有低热，精神不振，面色欠华，食欲不振，小便频数，大便稀溏，舌淡，苔白腻，脉虚数。

[处方] 黄芪30克，党参20克，当归20克，白芍15克，川芎10克，茯苓15克，白芷10克，皂角刺10克，甘草6克，金银花20克，陈皮6克。

各方均加水煎煮2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



偏方验方

黄芪100克，金银花50克，蒲公英30克，当归25克，甘草15克。水煎服，每日1剂。

金银花50克，黄芪、皂角刺各30克，乳香、没药、甘草各10克。水煎



爱心提示

患肢应制动，或卧床休息。

饮食宜素净清淡，易于消化如绿豆芽、西瓜皮、陈小麦粉等。疮口破溃者宜食蛋花汤、猪肝汤、藕粉、绿豆粥等，以增加营养。高热时应多饮开水和药茶。

注意个人卫生，保持周围皮肤清洁，防止继发感染。

服，每日1剂。

大黄10克，全蝎1克，冰片0.5克。共研细末，用75%酒精调糊外敷。

饮食疗法

金银花100克，蒲公英50克。放入茶壶中，冲入沸水，加盖焖15~20分钟，代茶饮用，每日1剂，连服15~20剂。

绿豆50克，赤小豆、黑大豆各15克，甘草9克。同放沙锅内，加水煎煮，待豆烂熟后，吃豆喝汤。

鲜马齿苋150克，大青叶、金银花各50克。水煎，代茶饮。

体针疗法

取风池、曲池、委中。

毫针刺，留针15分钟，间歇行针，用泻法，捻转提插3次起针，一般每日1次。

患处常规消毒后有脓者可用三棱针刺破排脓，无脓者则点刺出血，然后用艾熏器对准患部熏灸15~30分钟后，用纱布覆盖包扎。

三棱针疗法

主穴取委中，配穴取大椎、尺泽。

常规消毒穴位，用三棱针点刺出血少许，每周1次，4次为1个疗程。

艾灸疗法

取鲜姜切成硬币厚的薄片，放置于患处正中（用湿纸满覆患处，先干者当灸之处），上置艾柱，点火灸之，灼痛者可再垫一姜片，每次灸3~7壮（每灸3壮更换姜片1次）。以痛者灸至无知痛，不痛者灸至知痛为度。灸后用毫针挑去上面粟粒样大小的白头，或灸起的小疱，再敷以药膏。

拔罐疗法

取曲池、委中、大椎、身柱、阿是穴（未溃处）。

用三棱针点刺，迅即加拔火罐，持续10分钟后去罐，2天1次，5次为1个疗程。



急性淋巴管炎是由皮肤、黏膜损伤部位原感染灶侵入，所引起的淋巴管及其周围组织的急性感染。致病菌有乙型溶血性链球菌、金黄葡萄球菌等，可能来源于口咽炎症、足癣、皮肤损伤以及各种皮肤、皮下化脓性感染。

主要表现

急性淋巴管炎分为网状淋巴管炎和管状淋巴管炎。丹毒即为网状淋巴管炎，管状淋巴管炎常见于四肢，而以下肢为多，常并存有手足癣感染。管状淋巴管炎可分为深、浅两种。浅层淋巴管受累，常常出现一条或多条“红线”，硬而有压痛。深层淋巴管受累，不出现红线，但患肢出现肿胀，有压痛。

两种淋巴管炎都可以产生全身不适、畏寒、发热、头痛、乏力和食欲不振等症状。

辨证施治

血分毒热型

[主证] 上下肢内侧红丝一条迅疾向躯干方向走窜，止于近端淋巴结，伴恶寒、微热、口苦口干、尿黄，舌红，苔薄黄，脉细数。

[处方] 蒲公英20克，紫花地丁20克，赤芍15克，牡丹皮10克，生地黄15克，川芎6克，夏枯草15克，木通10克，甘草6克，金银花15克，防风9克。

湿热互结型

[主证] 多见于下肢红丝疔，红线较粗，红线上反复出现结节，一处未愈，它处又起，有的二三处相连，状若串珠，皮色红或暗红，或不见红丝，但患肢

出现条索状硬结，痛及压痛，往往伴有体倦、纳呆、尿黄、便结等症，舌红，苔白厚或黄腻，脉濡弦。

【处方】金银花30克，紫花地丁15克，茯苓15克，车前子（包煎）15克，牛膝10克，赤芍10克，防己10克。

郁热成脓型

【主证】部分红丝疔病例，结块不消而化脓局部肿胀疼痛更剧，化脓在发病7~10天，溃后收口容易，若二三处串通，则收口较难。

【处方】穿山甲（先煎）10克，皂角刺10克，川芎9克，当归10克，黄芪15克，赤芍10克，生薏苡仁20克，甘草6克。

各方均加水煎煮2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



偏方验方

藿香、土牛膝、忍冬藤、紫花地丁各30克，鸡血藤18克。水煎服，每日1剂。

玄参15克，当归10克，金银花20克，甘草6克。水煎服，每日1剂。

白薇30克，苍术10克。加水浓煎，1次顿服，药渣捣碎，涂敷患处，每日1剂。



爱心提示

患肢抬高，休息制动。

及时处理损伤、治疗原发病灶，如扁桃体炎、龋齿、手指感染及足癣感染等。

局部可用金黄散外敷，也可做热敷、理疗，促使炎症消退。



饮食疗法

荸荠、粳米各100克。荸荠去皮切片，与淘洗干净的粳米一同入锅，加水文火煮粥，每日2次服食。

板蓝根、蒲公英各15克，生栀子、薏苡仁各12克，杏仁9克。水煎取液，加糖代茶饮服。

萝卜、马蹄各适量。将萝卜、马蹄洗净，切碎挤汁，合在一起加糖稍炖，即可食用。





体针疗法

主穴取井穴，配穴取阿是穴（红线）、合谷。

先确定井穴，系指红线所过经线之井穴。消毒后，用三棱针点刺，使之出血。出血不畅者，应做挤压。然后，取阿是穴，从红线起点到止点，每隔1~2厘米点刺1针，放血少量；亦可用28号毫针刺；第1针刺在红线尽头处，隔2~3厘米刺1针，共刺数针。单数针，疾进疾出，摇大针孔，放出少量血；双数针可留针至症状缓解。如伴头痛、发热，针合谷，留针15分钟。每日1次，不计疗程。

另可配合草河车60克，水煎2次分服。



梅花针疗法

用梅花针叩刺红丝线，宽度略宽于红线1厘米左右，叩刺至微出血为度，也可在叩刺处施艾条灸，灸至红润舒适为度，隔日1次。



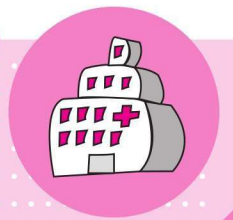
艾灸疗法

取阿是穴、委中、梁丘、三阴交。

先在红丝线两端对刺，然后用艾条从红丝线的头部缓慢向上移动施灸20~30分钟，然后再灸其他各穴，每穴灸5~10分钟。



丹 毒



丹毒是皮肤网状淋巴管的急性炎症。常由溶血性链球菌从皮肤、黏膜的微小伤口处入侵，故多数患者发病前有链球菌咽部感染或皮肤损伤史。以发病急、蔓延快、不化脓、易传染为其特点。



主要表现

丹毒的好发部位为下肢和面部，起病急，蔓延快。

患部皮肤呈片状红斑，颜色鲜红，中间较淡，边缘稍隆起，手指轻压红色消退，压力除去后很快恢复。红肿向周围蔓延时，中央部红色消退，转为棕黄色，脱屑；红肿区有时可发生水疱。局部有烧灼样痛。附近淋巴结亦常肿大、疼痛，每伴有头痛、畏寒高热等全身症状。

有足癣或血丝虫感染的患者可引起下肢丹毒的反复发作，导致肢体淋巴阻塞形成下肢淋巴水肿甚则发展成象皮肿。



辨证施治

风热上扰型

[主证] 头面部片状红斑，灼热疼痛，伴有身热恶寒、头痛、纳差、口苦咽干，舌红，苔薄黄，脉滑数。

[处方] 黄连10克，黄芩15克，板蓝根30克，金银花15克，栀子10克，薄荷（后下）6克，牛蒡子10克，僵蚕10克，连翘10克，赤芍12克，牡丹皮12克。

肝经湿热型

[主证] 红斑见于腰胁，肿势蔓延，伴寒热往来，胸闷心烦，口苦咽干，尿黄，便结，舌红，苔黄腻，脉滑数。

[处方] 龙胆草15克，柴胡10克，栀子10克，生地黄15克，黄芩20克，赤芍15克，牡丹皮15克，车前子（包煎）15克，滑石（包煎）15克，地肤子15克。

湿郁化火型

[主证] 斑片见于小腿，局部焮红肿热，痛如火烤，表面紧张光亮，舌红，苔黄腻，脉滑数。

[处方] 苍术10克，黄柏15克，生薏苡仁30克，牛膝20克，草薢15克，土茯苓30克，蒲公英30克，野菊花30克，牡丹皮15克，赤芍15克。



爱心提示

患者应卧床休息，避免过度劳累，如病在下肢，则应卧床，抬高患肢。隔离患者直至临床症状消失，患者衣被用具应消毒。

彻底治疗足癣，皮肤皲裂，鼻窦炎等原发感染灶，防止迁延和复发。

复发性丹毒一旦发生象皮肿，可先行烘疗和肢体弹性绷带加压包扎，使水肿减轻或消退。



毒邪内攻型

【主证】 红肿迅速蔓延，势如燎原，甚至毒邪内走，壮热烦躁，神昏，谵语，头痛，恶心呕吐，便秘溲赤，舌红绛，苔黄，脉洪数。

【处方】 水牛角（先煎）30克，生地黄20克，牡丹皮15克，赤芍24克，黄连15克，黄芩15克，栀子15克，连翘15克，知母15克，生石膏30克，板蓝根30克。

各方均加水煎煮2次，药液混合均匀，分2次服，每日1剂。



偏方验方

野菊花、土茯苓各30克，紫草15克。水煎服，每日1剂，一般服药3~6剂即愈。

黄柏30克。煎水去渣，待水温适宜时浸浴，反复擦洗10分钟，每日1~2次。

乌柏叶、鲜樟树叶、松针各60克，生姜30克。切碎煎汤熏洗。



饮食疗法

豆腐250克，鲜丝瓜根120克。同放锅内加水炖汤服食，早晚各服1次，连服数天。

板蓝根50克，野菊花10克，鲜蒲公英300克，白糖适量。煎水代茶饮。

马兰头500克。马兰头洗净，入沸水中烫数分钟，取出略挤，切碎，加入香干末、糖、盐、味精、麻油拌和食用，其水代茶饮，每日3次。



体针疗法

主穴取地机、血海、三阴交、丰隆、太冲、阿是穴（病灶区）、四缝。配穴：下肢加阳陵泉、商丘、足三里、蠡沟，头面加翳风、头维、四白、合谷。

以主穴为主，酌加配穴。经穴针刺得气后，以徐疾补泻法之泻法（进针快、退针慢，先深后浅）提插捻转1~2分钟，刺激宜强，留针20~30分钟，每10分钟运针1次。阿是穴，以三棱针或皮肤针重叩出血，可加拔罐。亦可在阿是穴进行电针围刺。四缝穴以粗毫针或三棱针点刺出黏液，每日1次。