

感冒偏方验方疗法

「处方一」

白菜根两个，白茅根三十克，
冰糖适量。

将白菜根、白茅根水煎取汁，
冲入冰糖搅匀；温服之。

主治 风热感冒。
金盾出版社

偏方验方治病丛书

感冒偏方验方疗法

主 编

尹国有

副主编

于效力 宋桂芬 李月华

编著者

尹国有 杨荣慧 魏东旭 李月华

宋桂芬 于效力 陈玲曾 陈慧曾

朱 磊 韩振宏

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书针对常见的普通感冒、流行性感冒、儿童感冒,推荐了多种偏方、验方治疗方法,并有验案举例,书后还附有治疗感冒常用的中成药,预防感冒的方剂,煎煮汤药的方法。全书文字简练,通俗易懂,所选药方简便易行,疗效可靠,是家庭常备用书,也可供社区医务人员参考。

图书在版编目(CIP)数据

感冒偏方验方疗法/尹国有主编. —北京:金盾出版社,2005.3

(偏方验方治病丛书)

ISBN 7-5082-3432-4

I. 感… II. 尹… III. ①感冒-土方 ②感冒-验方
IV. R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 000569 号

金盾出版社出版、总发行

·北京太平路5号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 66882412

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京精美彩印有限公司

正文印刷:北京天宝印刷厂

各地新华书店经销

开本:787×1092 1/32 印张:5.75 字数:130千字

2005年3月第1版第1次印刷

印数:1—13000册 定价:8.00元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

前 言

感冒是一种常见的上呼吸道感染性疾病,又分为普通感冒与流行性感冒。在日常生活中,成年人不论体质强弱,稍不注意保护自己,就有可能患感冒;儿童为稚阴稚阳之体,肌肤嫩弱,卫外功能未固,较成年人更容易患感冒。据统计,全球成年人每年平均患感冒2~4次,儿童每年平均患感冒6~8次。人们都知道“百病皆由感冒生”的常识,并且对感冒的防治工作一直十分重视。感冒虽不是疑难病症,但若失于治疗,便能诱发其他多种疾病,给人们的健康造成较大的危害。为了满足广大读者利用偏方、验方治疗感冒的需求,我们把确有效果、经得起检验、流传于民间、散见于书报杂志的偏方、验方加以收集整理,编写了《感冒偏方验方疗法》一书。

偏方是指药味不多,但对某些病症具有独特疗效的方剂。“偏方治大病”之说几乎有口皆碑,偏方治疗感冒更是简单有效、人人皆知。验方则多是在临床治疗感冒的实践中不断总结、创新且行之有效的新方法。本书针对普通感冒、流行性感冒及儿童感冒推荐了偏方232首,验方147首。以病辨证施治,依次从概述、偏方治疗、验方治疗、验案举例4个方面进行了介绍,在书后还推荐了治疗感冒常用的中成药、预防感冒的方剂、煎煮汤药的方法。书中对感冒偏方、验方的组成、用法、主治等项目叙述详细,通俗易懂,所选方剂疗效可靠,取之可用,适合于感冒患者及社区医务人员使用。为避免不良反应发生,在应用感冒偏方、验方时一定要在医师的指导下进行,并

根据病情辨证选方,依据方剂来源认真核对原方,做到正确使用。

在本书的编写过程中,参考引用了许多公开出版的图书和期刊上登载的相关内容,在此向原作者表示衷心的感谢。由于我们的水平有限,书中不当之处在所难免,敬请广大读者批评指正。

尹国有

2005年1月

目 录

一、普通感冒	1
(一)概述	1
(二)偏方治疗	3
(三)验方治疗	21
(四)验案举例	41
二、流行性感冒	51
(一)概述	51
(二)偏方治疗	53
(三)验方治疗	72
(四)验案举例	89
三、儿童感冒	99
(一)概述	99
(二)偏方治疗	102
(三)验方治疗	122
(四)验案举例	146
附录一 治疗感冒常用的中成药	156
附录二 预防感冒的方剂	166
附录三 煎煮汤药的方法	175

一、普通感冒

(一)概 述

普通感冒简称感冒,是由多种病毒引起的上呼吸道感染性疾病。感冒一年四季均可发生,但以冬、春季节多见,尤其多发于气温突变、寒暖失常之时。感冒虽然不是疑难病症,但若失于治疗,可诱发气管炎、肺炎、心肌炎、支气管哮喘等多种疾病,并可使机体原有的痼疾加重,严重危害到身体健康。所以人们不能忽视对感冒的防治。

感冒以鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、咽痒、咽痛、头痛、恶寒、发热、全身不适等为主要临床表现,中医称之为“伤风”、“冒风”、“伤风感冒”等。中医认为,感冒是感受风邪所致,乃风邪侵袭人体引起的外感疾病。根据辨证施治的原则,中医通常将感冒分为风寒型、风热型、暑湿型进行辨证治疗,并总结出不少行之有效的偏方、验方,临床治疗时可根据病情选择应用。

1. 病因

(1)致病因素:普通感冒最主要的病原体为鼻病毒,此外还有冠状病毒、呼吸道合胞病毒、腺病毒和副流感病毒等。当人体因受凉、淋雨、过度疲劳等引起机体抗病能力减退时,上呼吸道防御功能下降,上述病原体易于侵入鼻咽部而引发感冒。

(2)中医病机:中医认为,感冒主要是感受风邪所致,多发

于气温突变、寒暖失常之时。风邪虽为六淫之首,但在不同的季节中,往往随时气而侵入,如冬季多属风寒,春季多属风热,夏季多夹暑湿,秋季多兼燥气,梅雨季节多夹湿邪,同时在四时之中又有气候失常之情况存在。若生活起居失常,寒暖不调或过度疲劳之后,腠理疏懈,卫外不固,则极易为外邪所客,尤其在禀赋素质有所虚弱的情况下,最易内外相引而发病。感邪之后,卫阳被遏,营卫失和,正邪相争,出现恶寒发热等卫表之证;外邪犯肺,气道受阻,肺气失于宣降,则出现咳嗽、鼻塞等肺系之症状。由于个人体质的不同,在临床表现上有风寒、风热、暑湿诸证型存在。

2. 临床表现 感冒潜伏期短,起病急剧,患者主要表现为急性上呼吸道卡他症状,但个体差异很大。通常开始表现为鼻咽部发干、发痒,随后出现鼻塞、流清涕、干咳或声音嘶哑、浑身酸痛、乏困无力、发热(一般体温在 38℃ 左右)、畏寒、头痛、食欲不振、腹痛、腹泻或便秘等症状。经过 2~4 天后,鼻涕量减少并变稠,咳嗽减轻,体温降至正常。少数病人在病程后期唇边可出现单纯疱疹。

3. 诊断依据

(1)四季均可发生,以寒冷季节及气温骤变之时多见。

(2)发病急,初起症状为咽干痒、喷嚏、鼻塞、流清水样鼻涕,继之出现发热、恶寒、头痛、肢体酸痛、咳嗽等,多于 5~7 日全部症状自行消退。

(3)查体可见鼻粘膜充血、水肿,咽部轻度充血等。

4. 常见的中医证型

(1)风寒型:恶寒重,发热轻,无汗,头痛,肢节酸痛,鼻塞声重,时流清涕,喉痒,咳嗽,痰稀薄、色白,舌苔薄白而润,脉浮或浮数。

(2)风热型:身热较著,微恶风,汗出不畅,头胀痛,咳嗽,痰粘或黄,咽燥或咽喉红肿、疼痛,鼻塞,流黄涕,舌苔薄白、微黄,脉浮数。

(3)暑湿型:身热,微恶风,汗少,肢体酸重或疼痛,头胀痛,咳嗽痰粘,鼻流浊涕,口中粘腻,胸闷泛恶,小便短赤,舌苔薄黄而腻,脉濡数。

(4)气虚型:恶寒较甚,发热,无汗,乏力倦怠,咳嗽,咳痰无力,舌质淡红,舌苔薄白,脉浮无力。

(5)阴虚型:身热,微恶风寒,少汗,头晕,干咳少痰,舌红,少苔,脉细数。

(二)偏方治疗

方一

【处 方】 连须葱白 2 根,生姜 5 片,陈皮 6 克,红糖 30 克。

【用 法】 水煎,趁热服,取微汗,避风寒。

【主 治】 风寒感冒。

方二

【处 方】 白菜根 2 个,白茅根 30 克,冰糖适量。

【用 法】 将白菜根、白茅根水煎取汁,冲入冰糖搅匀,温服。

【主 治】 风热感冒。

方三

【处 方】 羌活、防风、紫苏叶、苍耳子各 10 克，生姜 2 片。

【用 法】 每日 1 剂，水煎服。

【主 治】 风寒感冒。

方四

【处 方】 金银花 15 克，大青叶 30 克，黄芩、炒杏仁各 10 克。

【用 法】 每日 1 剂，水煎服。

【主 治】 风热感冒。

方五

【处 方】 野菊花、四时青、淡竹叶各 10 克，鱼腥草 30 克。

【用 法】 每日 1 剂，水煎服。

【主 治】 风热感冒。

方六

【处 方】 大青叶 30 克，鸭跖草 15 克，桔梗、生甘草各 6 克。

【用 法】 每日 1 剂，水煎服。

【主 治】 风热感冒。

方七

【处 方】 薄荷 3 克，鲜芦根、板蓝根各 30 克。

【用法】 每日1剂，水煎服。

【主治】 风热感冒。

方八

【处方】 荆芥、紫苏叶、生姜各10克，茶叶6克，红糖30克。

【用法】 先将荆芥、紫苏叶、生姜、茶叶水煎取汁，之后调入红糖搅匀，温服。

【主治】 风寒感冒出现畏寒、身痛、无汗者。

方九

【处方】 白扁豆、藿香(后下)、佩兰(后下)、紫苏梗各15克，厚朴10克。

【用法】 每日1剂，水煎服。

【主治】 暑湿感冒所致的发热恶寒、肢体沉重、呕吐或腹泻等。

方十

【处方】 荆芥、防风、菊花各10克，白芷5克。

【用法】 每日1剂，水煎服。

【主治】 感冒发热、无汗头痛等。

方十一

【处方】 香薷10克，厚朴、白扁豆各5克，白糖适量。

【用法】 将香薷、厚朴切碎，白扁豆炒黄，捣碎之后一同放入保温杯中，加入适量白糖，注入适量开水，加盖闷15~20分钟，代茶饮。

【主 治】 夏季暑湿感冒。

方十二

【处 方】 白芷 30 克,川芎 12 克,生甘草 6 克,羌活 9 克。

【用 法】 每日 1 剂,水煎取汁,代茶饮用。

【主 治】 风寒感冒头痛。

方十三

【处 方】 羌活、板蓝根、蒲公英、桔梗各 15 克,石膏 30 克,甘草 6 克。

【用 法】 每日 1 剂,水煎服。

【主 治】 风热感冒。

方十四

【处 方】 紫苏叶 9 克,杏仁、白芍各 12 克,桂枝、甘草各 6 克,大枣 5 枚。

【用 法】 每日 1 剂,水煎服。

【主 治】 风寒感冒。

方十五

【处 方】 竹叶 20 克,杏仁、连翘各 15 克,薄荷 5 克。

【用 法】 每日 1 剂或 2 日 3 剂,水煎服。

【主 治】 风热感冒。

方十六

【处 方】 麻黄、绿豆各等份,蜂蜜适量。

【用法】 将麻黄、绿豆共研为细末，炼蜜为丸，每丸重10克，每次服1丸，服后适当多饮温开水，以出汗为度，并注意避风寒。

【主治】 风寒感冒无汗者。

方十七

【处方】 桑叶、菊花各10克，淡豆豉6克。

【用法】 每日1剂，水煎服。

【主治】 风热感冒。

方十八

【处方】 紫苏叶、葛根各9克，柴胡10克，生姜15克。

【用法】 每日1剂，水煎服。

【主治】 普通感冒。

方十九

【处方】 紫苏叶、香附各10克，生姜、陈皮各6克，葱白2根。

【用法】 每日1剂或2日3剂，水煎服。

【主治】 风寒感冒。

方二十

【处方】 荆芥、薄荷各9克，辛夷6克。

【用法】 将上药共研为粗末，放入茶杯中，用沸水冲泡10分钟，代茶饮用。

【主治】 感冒初起鼻塞、流清涕、头痛者。

方二十一

【处 方】 皂角 12 克，藜芦、踯躅花、细辛各 3 克。

【用 法】 将上药共研为细末，调匀备用。每次以药棉蘸药末少许，塞入鼻腔引嚏。

【主 治】 风寒感冒。

方二十二

【处 方】 紫苏叶、杏仁、白芷各 15 克，葱白（带须）5 根，生姜 2 片，蜂蜜、萝卜汁各适量。

【用 法】 先将紫苏叶、葱白、生姜捣烂如泥，再把杏仁、白芷共研为细末，加入紫苏叶泥中，之后用蜂蜜和萝卜汁调成膏，备用。用时每次取药膏如蚕豆大，捏成圆形药团，贴入患者肚脐内，用纱布覆盖，胶布固定，每日换药 1 次。注意贴药后嘱患者盖被而卧，以取微汗并避风寒。

【主 治】 风寒感冒。

方二十三

【处 方】 板蓝根、连翘、生石膏、薄荷、淡豆豉各 15 克，葱白、蜂蜜、鸡蛋清各适量。

【用 法】 将前 5 味药共研为细末，搅匀，贮瓶备用。用时取药末适量，与葱白共捣烂如泥，再加入鸡蛋清、蜂蜜调成膏，制成一个圆形小药饼，烘热后乘热填入患者肚脐内，用纱布覆盖，胶布固定，每日换药 1~2 次。

【主 治】 风热感冒。

方二十四

【处 方】 葛根粉、淡豆豉、麦门冬各 10 克，葱白 3 根，大米 50 克。

【用 法】 将葛根粉、淡豆豉、麦门冬水煎取汁，之后将大米放入药汁中煮粥，待粥将成时，放入切成段的葱白，搅匀即可。一般每日 1 剂，分 2 次温食，可连食 3 剂。

【主 治】 风热感冒。

方二十五

【处 方】 白扁豆、山药各 15 克，香薷、厚朴各 9 克。

【用 法】 每日 1 剂，水煎服。

【主 治】 暑湿感冒。

方二十六

【处 方】 牛蒡子 10 克。

【用 法】 将牛蒡子炒熟，研末，用沸水冲泡，代茶饮用，每日 1 剂。

【主 治】 风热感冒之寒轻热重、咽喉肿痛等。

方二十七

【处 方】 紫苏叶、羌活、茶叶各 9 克。

【用 法】 将上药共研为粗末，用沸水冲泡，代茶饮用，每日 1 剂。

【主 治】 风寒感冒之恶寒发热、无汗、肢体酸痛等。

方二十八

【处 方】 菊花 5 克,蝉蜕 3 克。

【用 法】 将蝉蜕水煎取汁,对入沸水冲泡的菊花茶中,代茶饮用。

【主 治】 感冒引起失声、咳黄稠痰、口干咽痛者。

方二十九

【处 方】 桑叶 100 克,黄菊花、枇杷叶各 50 克。

【用 法】 将上药制成粗末,混匀,用纱布袋(或棉纸袋)分装,每袋 10 克~15 克,每次 1 袋,用沸水冲泡,代茶饮用。

【主 治】 风热感冒初起者。

方三十

【处 方】 紫皮大蒜数个。

【用 法】 将紫皮大蒜切成片,在百会、太阳、风池、迎香、合谷穴各按摩 5 分钟,然后在双脚底涌泉穴按摩 15 分钟。注意按摩后在穴位皮肤表面形成的大蒜薄膜应保留 4 小时再洗去。

【主 治】 感冒。

方三十一

【处 方】 金银花 30 克,山楂 15 克,蜂蜜 250 克。

【用 法】 将金银花、山楂水煎取汁,放入蜂蜜搅匀,随时温饮。

【主 治】 风热感冒。

方三十二

【处 方】 葱白 15 克,生麻黄、生石膏各适量。

【用 法】 将生麻黄、生石膏共研成细末,与葱白一同捣烂如泥,敷于患者脐部,纱布覆盖,胶布固定,每日换药 1 次。

【主 治】 风热感冒。

方三十三

【处 方】 黄芪 72 克,炒白术、防风各 27 克。

【用 法】 将上药共研为细末,每次 3 克,每日 3 次,温开水送服。

【主 治】 脾虚气弱型感冒。

方三十四

【处 方】 鲜橘叶 30 克,老姜 12 克,葱头 10 克,鲜薄荷叶 20 克。

【用 法】 将上药共捣烂,外贴于大椎、印堂、太阳穴。

【主 治】 感冒。

方三十五

【处 方】 香薷、滑石各 10 克,连翘、板蓝根各 12 克,薄荷 6 克,甘草 3 克。

【用 法】 将上药共研为粗末,装入透析纸袋中,每袋 8 克,每次 1 袋,每日 2~3 次,用开水泡服。

【主 治】 夏季感冒。