



现代家庭必备宝典

实用

# 偏方大全

诊治疑难杂症的妙药良方

主编：王玉学医学博士



出版社

## 目 录



### 第一章 呼吸系统疾病

——提供治疗该系统9种常见疾病的101个偏方秘方

- |        |    |         |    |
|--------|----|---------|----|
| 1.感冒   | 3  | 6.肺结核   | 19 |
| 2.咳嗽   | 6  | 7.支气管扩张 | 22 |
| 3.哮喘   | 9  | 8.胸膜炎   | 24 |
| 4.支气管炎 | 13 | 9.咯血    | 25 |
| 5.肺炎   | 16 |         |    |



### 第二章 消化系统疾病

——提供治疗该系统19种常见疾病的189个偏方秘方

- |            |    |         |    |
|------------|----|---------|----|
| 1.呃逆       | 29 | 11.痢疾   | 47 |
| 2.胃脘痛      | 31 | 12.慢性肠炎 | 51 |
| 3.消化不良     | 33 | 13.便秘   | 53 |
| 4.食欲不振     | 35 | 14.便血   | 55 |
| 5.急性胃肠炎    | 36 | 15.肝硬化  | 58 |
| 6.慢性胃炎     | 38 | 16.水肿   | 60 |
| 7.胃下垂      | 40 | 17.慢性肝炎 | 63 |
| 8.胃及十二指肠溃疡 | 43 | 18.胆囊炎  | 66 |
| 9.腹痛       | 45 | 19.胰腺炎  | 67 |
| 10.腹胀      | 46 |         |    |





## 第三章 循环系统疾病

——提供治疗该系统9种常见疾病的81个偏方秘方

|         |    |         |    |
|---------|----|---------|----|
| 1. 高血压  | 71 | 6. 中风   | 81 |
| 2. 低血压  | 74 | 7. 贫血   | 84 |
| 3. 冠心病  | 75 | 8. 心动过速 | 86 |
| 4. 动脉硬化 | 78 | 9. 紫癜   | 87 |
| 5. 心悸   | 80 |         |    |



## 第四章 神经、运动系统疾病

——提供治疗该系统10种常见疾病的84个偏方秘方

|         |     |            |     |
|---------|-----|------------|-----|
| 1. 头痛   | 91  | 6. 坐骨神经痛   | 102 |
| 2. 眩晕   | 93  | 7. 风湿性关节炎  | 104 |
| 3. 神经衰弱 | 95  | 8. 类风湿性关节炎 | 106 |
| 4. 失眠   | 97  | 9. 肩周炎     | 108 |
| 5. 癫痫   | 100 | 10. 骨质增生   | 108 |





## 第五章 泌尿生殖系统疾病

——提供治疗该系统6种常见疾病的50个偏方秘方

- |         |     |          |     |
|---------|-----|----------|-----|
| 1. 肾炎   | 113 | 4. 肾结核   | 119 |
| 2. 尿路感染 | 115 | 5. 膀胱炎   | 120 |
| 3. 尿毒症  | 118 | 6. 前列腺肥大 | 121 |



## 第六章 性功能疾病

——提供治疗该系统5种常见疾病的62个偏方秘方

- |       |     |          |     |
|-------|-----|----------|-----|
| 1. 阳痿 | 125 | 4. 男子不育  | 133 |
| 2. 早泄 | 128 | 5. 妇女不孕症 | 136 |
| 3. 遗精 | 130 |          |     |



实用偏方大全

现代家庭必备宝典



## 第七章 妇科疾病

——提供治疗该系统12种常见疾病的98个偏方秘方

|         |     |              |     |
|---------|-----|--------------|-----|
| 1. 月经先期 | 141 | 7. 白带异常      | 151 |
| 2. 月经后期 | 142 | 8. 盆腔炎       | 153 |
| 3. 月经过多 | 144 | 9. 滴虫性阴道炎    | 155 |
| 4. 月经过少 | 146 | 10. 妇女更年期综合征 | 156 |
| 5. 闭经   | 148 | 11. 宫颈炎      | 160 |
| 6. 痛经   | 149 | 12. 外阴瘙痒     | 161 |



## 第八章 皮肤科疾病

——提供治疗该系统11种常见疾病的77个偏方秘方

|          |     |          |     |
|----------|-----|----------|-----|
| 1. 牛皮癣   | 165 | 7. 神经性皮炎 | 175 |
| 2. 手足癣   | 167 | 8. 湿疹    | 176 |
| 3. 灰指甲   | 169 | 9. 痱子    | 178 |
| 4. 鸡眼    | 171 | 10. 鹅掌风  | 179 |
| 5. 脚气    | 172 | 11. 白癜风  | 180 |
| 6. 脂溢性皮炎 | 174 |          |     |





## 第九章 儿科疾病

——提供治疗该系统16种常见疾病的96个偏方秘方

|         |     |           |     |
|---------|-----|-----------|-----|
| 1. 小儿感冒 | 185 | 9. 小儿遗尿   | 196 |
| 2. 小儿发热 | 186 | 10. 小儿夜啼  | 198 |
| 3. 小儿咳嗽 | 187 | 11. 小儿腹泻  | 199 |
| 4. 小儿哮喘 | 189 | 12. 小儿肺炎  | 201 |
| 5. 麻疹   | 190 | 13. 小儿肥胖症 | 202 |
| 6. 风疹   | 192 | 14. 水痘    | 203 |
| 7. 小儿疳积 | 193 | 15. 小儿多汗  | 205 |
| 8. 小儿厌食 | 194 | 16. 小儿多动症 | 206 |



## 第十章 五官科疾病

——提供治疗该系统20种常见疾病的131个偏方秘方



|        |     |          |     |
|--------|-----|----------|-----|
| 1. 沙眼  | 209 | 7. 夜盲症   | 216 |
| 2. 结膜炎 | 210 | 8. 中耳炎   | 217 |
| 3. 白内障 | 211 | 9. 耳鸣、耳聋 | 219 |
| 4. 青光眼 | 213 | 10. 鼻炎   | 220 |
| 5. 麦粒肿 | 215 | 11. 鼻窦炎  | 222 |
| 6. 泪囊炎 | 216 | 12. 鼻出血  | 223 |



|             |     |         |     |
|-------------|-----|---------|-----|
| 13. 臭鼻症和鼻息肉 | 224 | 17. 牙痛  | 231 |
| 14. 扁桃体炎    | 225 | 18. 牙龈炎 | 233 |
| 15. 咽喉炎     | 227 | 19. 牙周炎 | 234 |
| 16. 声音嘶哑    | 229 | 20. 口臭  | 235 |



## 第十一章 肿瘤疾病

——提供治疗该系统11种常见疾病的85个偏方秘方

|        |     |                      |     |
|--------|-----|----------------------|-----|
| 1. 食道癌 | 239 | 7. 鼻咽癌               | 248 |
| 2. 肝癌  | 239 | 8. 子宫颈癌              | 250 |
| 3. 肺癌  | 240 | 9. 卵巢癌               | 251 |
| 4. 胃癌  | 243 | 10. 乳腺癌              | 252 |
| 5. 膀胱癌 | 245 | 11. 对各种癌症均有<br>疗效的偏方 | 253 |
| 6. 白血病 | 246 |                      |     |



## 第十二章 美容养颜方

——提供美容方面的41个常见患处的168个偏方

### 一、头 发

|            |     |           |     |
|------------|-----|-----------|-----|
| 1. 头皮痒头皮屑多 | 257 | 3. 头发缺乏光泽 | 259 |
| 2. 头发受伤分叉  | 258 | 4. 使白发变黑发 | 259 |

- |          |     |        |     |
|----------|-----|--------|-----|
| 5. 赤发变黑发 | 261 | 7. 脱发症 | 261 |
| 6. 头发变栗色 | 261 |        |     |

## 二、眉毛

- |         |     |         |     |
|---------|-----|---------|-----|
| 1. 眉毛脱落 | 262 | 2. 眉毛不生 | 263 |
|---------|-----|---------|-----|

## 三、手掌与手指

- |          |     |           |     |
|----------|-----|-----------|-----|
| 1. 富贵手   | 263 | 5. 手指肿痛   | 265 |
| 2. 手粗糙   | 264 | 6. 灰指甲    | 265 |
| 3. 手掌角化症 | 264 | 7. 使指甲更光泽 | 265 |
| 4. 指甲化脓  | 265 | 8. 指甲钙化   | 266 |

## 四、美颜方

- |           |     |             |     |
|-----------|-----|-------------|-----|
| 1. 小皱纹的消除 | 266 | 6. 化妆品引起的斑疹 | 272 |
| 2. 青春痘    | 267 | 7. 妇女驻颜法    | 272 |
| 3. 雀斑     | 269 | 8. 面颊发红     | 273 |
| 4. 黑斑     | 270 | 9. 面部增白方    | 274 |
| 5. 汗斑     | 271 |             |     |

## 五、美肤方

- |              |     |              |     |
|--------------|-----|--------------|-----|
| 1. 油性皮肤      | 274 | 6. 黑皮肤       | 277 |
| 2. 干性皮肤      | 275 | 7. 皮肤缺乏光泽    | 277 |
| 3. 皮肤粗糙      | 275 | 8. 皮肤脆弱      | 278 |
| 4. 毛孔太粗      | 276 | 9. 病后皮肤活力的恢复 | 278 |
| 5. 晒太阳后的皮肤粗糙 | 276 |              |     |



|             |     |
|-------------|-----|
| 六、荣唇艳口方     | 278 |
| 七、洁齿牢牙方     | 280 |
| 八、香身除臭方     | 282 |
| 九、消除狐臭(腋臭)方 | 284 |
| 十、减肥方       | 285 |
| 十一、增肥方      | 286 |



## 第十三章 保健滋补方

|         |     |          |     |
|---------|-----|----------|-----|
| 一、补气方   | 291 | 七、增力健体方  | 314 |
| 二、补血方   | 295 | 八、安神助眠方  | 318 |
| 三、养肝补肝方 | 300 | 九、增强性功能方 | 321 |
| 四、健脾益胃方 | 304 | 十、抗衰老方   | 325 |
| 五、补益心脏方 | 307 | 十一、延年益寿方 | 329 |
| 六、健脑益智方 | 310 |          |     |





## 第十四章 中药服用常识

- |                   |     |
|-------------------|-----|
| 1. 4种用药心理不宜       | 339 |
| 2. 不宜以病试药         | 340 |
| 3. 不能单纯依赖药物治疗     | 340 |
| 4. 不宜“恨病吃药”       | 341 |
| 5. 如何正确使用有毒中药     | 342 |
| 6. 什么是中药药引        | 343 |
| 7. 如何掌握中药的煎煮时间    | 343 |
| 8. 服中药减少苦味2法      | 344 |
| 9. 服中药时该不该加糖      | 345 |
| 10. 服中药时该如何忌口     | 346 |
| 11. 巧服中药止呕吐6法     | 346 |
| 12. 什么是中药的热服与凉服   | 347 |
| 13. 如何正确选择中药的服用时间 | 347 |
| 14. 中药煎干后还能服用吗    | 348 |
| 15. 中药汤剂不宜过夜服用    | 348 |
| 16. 同时服用中西药宜慎重    | 349 |
| 17. 如何贮存中药        | 350 |
| 18. 名贵中药的贮存       | 351 |





## 第十五章 食品与健康

- |                |     |              |     |
|----------------|-----|--------------|-----|
| 1. 抗衰老佳品——黑豆   | 355 | 18. 萝卜有哪些妙用  | 365 |
| 2. 中老年人宜食药粥    | 356 | 19. 芹菜的药用价值  | 365 |
| 3. 绿豆药用治病多     | 357 | 20. 生姜的药用价值  | 366 |
| 4. 黄豆和蚕豆的药用价值  | 358 | 21. 大蒜的药用价值  | 366 |
| 5. 豆腐和豆浆的药用价值  | 358 | 22. 辣椒可减肥治病  | 367 |
| 6. 豆芽菜的药用价值    | 359 | 23. 胡椒的食用与药用 | 368 |
| 7. 芝麻的药用价值     | 359 | 24. 陈醋的药用价值  | 368 |
| 8. 葵花子的药用价值    | 359 | 25. 食盐的药用价值  | 369 |
| 9. 猪肉的药用价值     | 359 | 26. 苹果的药用价值  | 370 |
| 10. 猪下水的药用价值   | 360 | 27. 梨的药用价值   | 370 |
| 11. 鸡蛋的食用和药用价值 | 360 | 28. 青香蕉的药用价值 | 371 |
| 12. 海产七珍的医用价值  | 361 | 29. 栗子的药用价值  | 371 |
| 13. 蘑菇的药用价值    | 362 | 30. 山楂的药用价值  | 372 |
| 14. 海带的药用价值    | 362 | 31. 柿子的药用价值  | 372 |
| 15. 紫菜的药用价值    | 363 | 32. 大枣的药用价值  | 373 |
| 16. 土豆的药用价值    | 364 | 33. 哈密瓜的药用价值 | 373 |
| 17. 土豆泥可治胃溃疡   | 364 | 34. 蜂蜜的药用价值  | 373 |

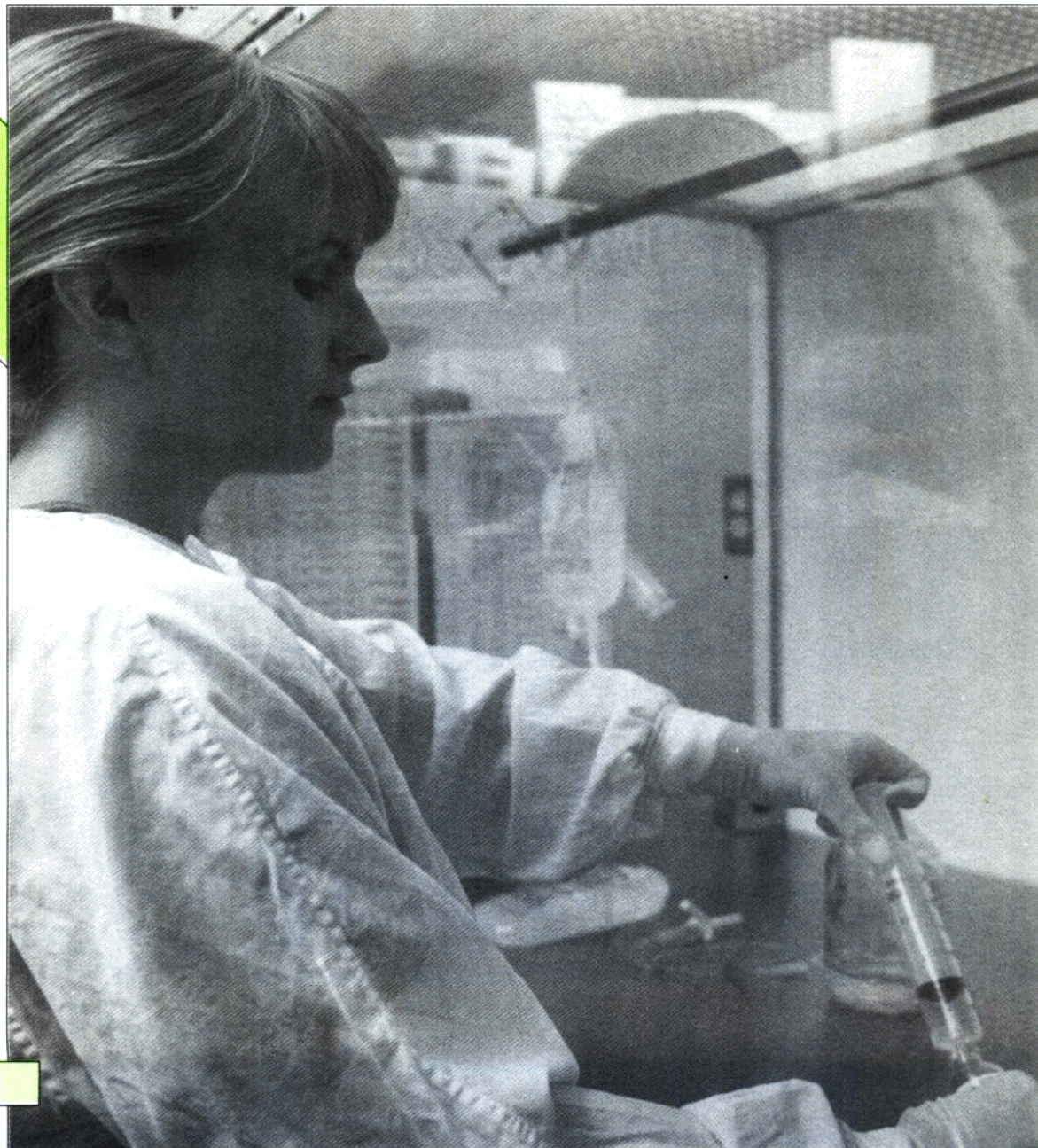
# 第一章 呼吸系统疾病





实用偏方大全 SHI YONG PIAN FANG DA QUAN

呼  
吸  
系  
统



## 一、感冒

### 1. 绿豆茶治疗感冒

【用料】 绿豆 30 克（捣烂），茶叶 9 克（装纱布袋中）。

【制法】 用清水 1 大碗，将上药煎沸后再煎 20 分钟去茶叶，加糖 30 克，1 次服用。

【效用】 清热解毒，消暑和胃。用于流行性感冒及夏日感冒引起的头痛、头昏、发热等。

### 2. 鱼腥草治疗感冒

【用料】 鲜鱼腥草（蕺菜）120 克。

【制法】 绞汁，冲适量蜂蜜饮服。每日 1 剂，分 2 次饮。

【效用】 清热解毒。用于治疗感冒、发烧、咽痛、咳嗽。

### 3. 白菜根生姜治疗感冒

【用料】 干白菜根 1 块，生姜少许。

【制法】 水煎至 1 碗，加糖趁热顿服，盖被取汗。

【效用】 发汗解表。用于治疗外感风寒，头痛鼻塞，恶寒发热，咳喘痰多。

### 4. 胡椒醋治疗感冒

【用料】 白胡椒末 1.5 克，醋 2 茶匙。

【制法】 将白胡椒末开水冲服，同时饮醋。

【效用】 温中散寒，用于治疗风寒感冒，有助于解表发汗。

### 5. 白芥子鸡蛋清敷脚心治疗感冒发热

【用料】 白芥子 9 克，鸡蛋清 2 枚。

【制法】 将白芥子研为细末，调鸡蛋清敷脚心。

【效用】 用于治疗感冒发热，可退



烧。

#### 6. 熏醋预防流行性感冒

【用料】 食醋适量

【制法】 在流行性感冒发病季节，关好门窗，每立方米的空間用醋 5 毫升，加水 10 毫升，用文火加热熏蒸，使空气中有较浓的酸味。每晚熏蒸 1 次，每次 30 分钟，连用 3~5 个晚上。

【效用】 杀菌、抗病毒。适用于预防流行性感冒和其他呼吸道传染病，如流脑、流行性腮腺炎等。

#### 7. 生姜梨治疗感冒

【用料】 梨 120 克，生姜、葱白各 15 克。

【制法】 共煎汤，趁沸时冲 2 个搅散的鸡蛋，热服，盖被取汗。

【效用】 解表散寒。治疗风寒感冒。

#### 8. 香菜黄豆汤治感冒

【用料】 黄豆 10 克，香菜 30 克。

【制法】 将黄豆洗净，加水 300 毫

升煮至豆瓣开裂时，再将香菜洗净切碎放入，煮熟。去渣取汁，趁热服下，盖被取汗。

【效用】 适用于流行性感冒。

#### 9. 鲜藕生姜汁治疗感冒

【用料】 去节鲜藕 500 克，生姜 50 克。

【制法】 将鲜藕生姜洗净、捣烂绞汁。1 日内分数次服完。

【效用】 用于胃肠型感冒引起的发热、烦渴、呕吐、腹痛、泄泻。



### 10. 菊花治疗感冒

【用料】菊花 6 克。

【制法】将菊花用开水泡冲，随时当茶饮用。

【效用】发散风热。用于治疗外感、风热、头痛、头昏、咳嗽、咽痛等。

### 11. 银花山楂汤治感冒

【用料】银花（金银花）30 克，山楂 10 克，蜂蜜 250 克。

【制法】将银花与山楂放入沙锅内，加水置旺火烧沸，约 3~5 分钟后，将药液滤入碗内。再加水煎熬 1 次后滤出药液。将两次药液合并，放入蜂蜜搅匀。服用时温热，可随时饮用。

【效用】清热解毒、散风止痛。治风热感冒，症见发热、头痛、口渴等。

### 12. 荆芥防风汤

【用料】荆芥 12 克，防风 10 克，生姜 3 片，甘草 6 克。

【制法】将上药水煎取汁，趁热饮服。每日 1 剂，分早晚 2 次煎服。

【效用】温中发表，祛风解毒。用治风寒感冒。

### 13. 防风葱白汤

【用料】防风 10~15 克，葱白 2 根。

【制法】将葱白切碎，与防风一同入锅，水煎 5 分钟，取汁，趁热饮服。每日 1 剂。

【效用】辛温解表，宣肺散寒。用治风寒感冒。

### 14. 葱姜汤

【用料】葱白、生姜各 25 克。

【制法】将葱白、生姜洗净切碎，水煎温服。每日 1 剂，连服 2~3 剂。

【效用】温中散寒，解表发汗。用治风寒感冒初期不出汗。治疗期间避免受风。





### 15. 萝卜甘蔗茶

【用料】 萝卜、甘蔗各 500 克，金银花 10 克，竹叶 5 克，白糖 50 克。

【制法】 将萝卜、甘蔗洗净切块，与金银花、竹叶一同入锅，水煎取汁，加入白糖，代茶饮用。每日 1 剂。

【效用】 消积化热，润燥止痛。用治风热感冒之发热、咽喉肿痛者。

### 16. 三根汤

【用料】 板蓝根 30 克，葛根 15 克，鲜芦根 30 克。

【制法】 将上 3 味水煎 2 次，取汁混匀，早晚分服。每日 1 剂。

【效用】 清热解毒，用治流行性感冒，症见突发高热、头痛、全身酸痛、乏力等。

### 17. 姜蒜汤

【用料】 生姜 30 克，青大蒜头 20 克，红糖 50 克。

【制法】 将生姜、大蒜洗净切片，水煎 30 分钟，加入红糖，睡前 1 次服下。连服 3~6 剂。

【效用】 辛温解表，宣肺解毒。用治流行性感冒、风寒感冒。

## 二、咳嗽

### 1. 二花杏仁茶

【用料】 旋复花 5 克，款冬花、杏仁各 10 克，红糖 30 克。

【制法】 将杏仁去皮、尖，捣烂，与另 3 味一同放入保温杯中，冲入沸水，加盖闷 30 分钟，代茶饮用。每日 1 剂。

【效用】 疏风散寒，宣通肺气。用

治风寒咳嗽，症见咳嗽声重，气急，咽痒，咳痰稀薄色白等。

### 2. 芥菜生姜茶

【用料】 鲜芥菜 100 克，生姜 10 克，盐少许。

【制法】 将芥菜、生姜洗净切片，加