

集百家精华  
治人身百病

新编

轩宇鹏◎编著

# 民间偏方

大全

书中主要以内科疾病为主，共介绍临床各科100多种常见病、多发病和部分疑难病症的2000多首单方验方的治疗经验。所选录之方，都是常用之方，屡试屡验，且疗效显著。

陕西出版集团  
陕西科学技术出版社

新编

民



轩宇鹏◎编著

间

偏

方

# 民间偏方

## 大全



陕西出版集团  
陕西科学技术出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

新编民间偏方大全/轩宇鹏编著. —西安: 陕西科学技术出版社, 2010. 3

ISBN 978 - 7 - 5369 - 4792 - 4

I. 新… II. 轩… III. 土方 - 汇编 IV. R289.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 040934 号

- 
- 出版者** 陕西出版集团 陕西科学技术出版社  
西安北大街 131 号 邮编 710003  
电话 (029) 87211894 传真 (029) 87218236  
[http: //www. snstp. com](http://www.snstp.com)
- 发行者** 陕西出版集团 陕西科学技术出版社  
电话 (029) 87212206 87260001
- 印刷** 北京市兆成印刷有限责任公司
- 规格** 710 × 1000 毫米 16 开本
- 印张** 26.25
- 字数** 380 千字
- 版次** 2010 年 5 月第 1 版  
2010 年 5 月第 1 次印刷
- 定价** 29.80 元

---

**版权所有 翻印必究**

(如有印装质量问题, 请与我社发行部联系调换)



# F 前 言 FOREWORD

在中医学漫长的发展岁月中，利用中草药治病可谓历史悠久，历代医家经过反复摸索，反复实践，积累了与疾病作斗争的丰富经验，创造了难以数计的有效验方。一般将这些验方按来源的不同分为名方、秘方和偏方三个种类。名方主要是出自于名医之手或名著之中，经临床应用效果显著的方剂；秘方则为某些医家秘而不传的方剂，因种种原因最后流传于世并且效果显著的验方；而所谓的偏方，一般即单方，指那些组方简单，药味不多，易于就地取材，常在民间流传，并且对某一种疾病有独特疗效的方剂。

祖国传统医学是一个巨大的宝库，各家单偏验方浩瀚如海，散落在各种学术著作和文献资料中。为了使这些丰富的临床经验和单偏验方受惠于民，我们本着科学而又严谨的态度，广泛整理和发掘临床各种单偏验方，博采众长，从这些方子里面精心筛选，不揣简陋，最终汇集这本《新编民间偏方大全》。

本书共分十二章，即呼吸系统疾病、消化系统疾病、循环系统疾病、泌尿系统疾病、内分泌与新陈代谢疾病、神经和运动系统疾病、外科疾病、妇科疾病、儿科疾病、皮肤科疾病、五官科疾病、肿瘤科疾病。书中主要以内科疾病为主，共介绍临床各科 100 多种常见病、多发病和部分疑难病症的 2000 多首单方验方。所选录之方，都是常用之方，屡试屡验，且疗效显著。



# 新编民间偏方大全

我们编写这本《新编民间偏方大全》的初衷是为读者提供一些最简单、最省钱的祛病方法，书中所取用的中草药和食材都是我们日常生活中比较常见的。希望读者在茶余饭后，不需费时，轻轻松松就把一些病给治好了。

由于编者水平有限，书中难免会有疏漏之处，望广大读者能提出意见和建议，以便再版修正。

编 者



# C 目 录 CONTENTS

## 第一章 呼吸系统疾病

一、感 冒 .....	1
二、支气管炎 .....	6
三、哮 喘 .....	11
四、咳 嗽 .....	20
五、肺 炎 .....	27
六、肺结核 .....	34
七、肺气肿 .....	40

## 第二章 消化系统疾病

一、消化不良 .....	45
二、胃 疼 .....	49
三、胃 炎 .....	54
四、胃下垂 .....	63
五、胃、十二指肠溃疡 .....	66
六、便 秘 .....	71
七、痢 疾 .....	74



# 新编民间偏方大全

## 第三章 循环系统疾病

- 一、低血压 ..... 79
- 二、高血压 ..... 81
- 三、冠心病 ..... 87
- 四、心绞痛 ..... 90
- 五、动脉硬化 ..... 93

## 第四章 泌尿系统疾病

- 一、急性肾炎 ..... 97
- 二、慢性肾炎 ..... 99
- 三、肾结石 ..... 106
- 四、肾病综合征 ..... 108
- 五、膀胱炎 ..... 111
- 六、阳 痿 ..... 114
- 七、早 泄 ..... 121
- 八、遗 精 ..... 125

## 第五章 内分泌与新陈代谢疾病

- 一、肝 炎 ..... 131
- 二、肝硬化 ..... 137
- 三、急性胆囊炎 ..... 141
- 四、慢性胆囊炎 ..... 144
- 五、糖尿病 ..... 146
- 六、肥胖症 ..... 154



## 第六章 神经和运动系统疾病

一、失眠	157
二、眩晕	160
三、神经衰弱	163
四、头痛	167
五、中风	172
六、癫痫	179
七、风湿性关节炎	184
八、类风湿性关节炎	188

## 第七章 外科疾病

一、烧烫伤	193
二、疥疮	199
三、疔疮	202
四、慢性阑尾炎	204
五、痔疮	209
六、脱肛	214
七、肛裂	218
八、疝气	220

## 第八章 妇科疾病

一、月经不调	225
二、痛经	229
三、闭经	234





# 新编民间偏方大全

四、阴道炎 .....	237
五、盆腔炎 .....	240
六、子宫颈炎 .....	243
七、子宫脱垂 .....	245
八、白带增多症 .....	249
九、宫颈糜烂 .....	253
十、女子不孕 .....	255
十一、缺 乳 .....	260
十二、回 乳 .....	264
十三、产后恶露 .....	266

## 第九章 儿科疾病

一、小儿感冒发热 .....	269
二、咳 嗽 .....	273
三、小儿厌食 .....	275
四、消化不良 .....	278
五、痢 疾 .....	282
六、小儿腹泻 .....	285
七、鹅口疮 .....	288
八、小儿流涎症 .....	290
九、佝偻病 .....	291
十、小儿惊厥 .....	296
十一、遗 尿 .....	300
十二、儿童多动症 .....	303
十三、新生儿黄疸 .....	305



## 第十章 皮肤科疾病

一、痱 疮 .....	307
二、湿 疹 .....	310
三、带状疱疹 .....	314
四、癣 .....	318
五、白癜风 .....	325
六、雀 斑 .....	327
七、脱 发 .....	331
八、鸡 眼 .....	334
九、梅 毒 .....	336
十、尖锐湿疣 .....	339

## 第十一章 五官科疾病

一、耳 鸣 .....	341
二、耳 聋 .....	343
三、老年性白内障 .....	345
四、青光眼 .....	347
五、沙 眼 .....	349
六、鼻 炎 .....	352
七、咽喉炎 .....	355
八、口 臭 .....	358
九、口 疮 .....	359
十、牙周病 .....	363
十一、牙 痛 .....	366



# 新编民间偏方大全

## 第十二章 肿瘤科疾病

一、肺 癌 .....	371
二、食道癌 .....	374
三、胃 癌 .....	378
四、肠 癌 .....	382
五、肝 癌 .....	386
六、鼻咽癌 .....	391
七、乳腺癌 .....	395
八、宫颈癌 .....	398
九、膀胱癌 .....	400
十、白血病 .....	403



## 第一章 呼吸系统疾病

### 一、感冒

感冒是最常见的上呼吸道感染疾患，民间又俗称“伤风”，是由于受风受寒后、呼吸道局部抵抗力下降，而感染病毒或细菌所致。常见表现有头痛、鼻塞、流涕、喷嚏、流泪、恶寒、发热、周身不适或伴有轻微咳嗽等。症状严重，且在一个时期内广泛流行者，称为“流感”。本病四季皆可发病，但以冬春两季多见。中医认为，感冒是因人体正气不足，感受外邪，引起的以鼻塞流涕、恶寒发热、咳嗽头痛、四肢酸痛为主要症状的疾病。感冒一般病程为5~10天，预后良好。但也不尽然，如年老体弱或先天不足者，往往容易患病，反复发作，缠绵难愈，需精心调养。儿童患者若失治或误治，则易并发扁桃腺炎、鼻窦炎、中耳炎、气管炎乃至肾炎。

#### 001 葱白大蒜汤预防流感

【方剂】葱白500克，大蒜250克。

【用法】葱白洗净，大蒜去皮，切碎，加水2千克煎汤。每日服3次，每次一茶杯。

【功效】解毒杀菌，透表通阳。可预防流行性感。

#### 002 米醋预防流感

【方剂】米醋不拘量。



# 新编民间偏方大全

【用法】米醋加水适量，文火慢熬，在室内烧熏约1小时。

【功效】消毒杀菌。有预防流行性感冒、脑膜炎、胆囊炎之功效。

## 003 红糖乌梅汤治感冒发热

【方剂】乌梅4个，红糖100克。

【用法】加水共煮浓汤。分2次服。

【功效】解表散寒，发汗退热。治感冒，症见发热、畏寒等。

## 004 核桃葱姜茶治感冒发热

【方剂】核桃仁、葱白、生姜各25克，茶叶15克。

【用法】将核桃仁、葱白、生姜共捣烂，与茶叶一同放入沙锅内，加水一碗半煎煮。去渣一次服下，盖棉被卧床，注意避风。

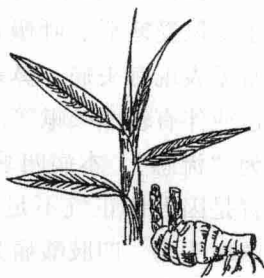
【功效】解表散寒，发汗退热。治感冒发热，头痛无汗。

## 005 葱姜豆豉治伤风感冒

【方剂】葱白5根，姜1片，淡豆豉20克。

【用法】用沙锅加水一碗煎煮。趁热顿服，然后卧床盖被发汗，注意避风寒。

【功效】解热透表，解毒通阳。用于感冒初起，症见鼻塞、头痛、畏寒、无汗等。



生姜

## 006 大白萝卜汁治感冒头痛

【方剂】大白萝卜。

【用法】将大白萝卜洗净，捣烂取汁。滴入鼻内，治各种头痛；饮用，治中风。

【功效】治感冒头痛、火热头痛、中暑头痛及中风头痛等。

## 007 大蒜捣汁治流感

【方剂】大蒜6克，食盐少许。

【用法】捣烂，温开水冲服。每日1~2次，连服数日。

【功效】用治流感。

注：阴虚火旺者忌服。



### 008 大蒜汁塞鼻孔预防流感

【方剂】大蒜适量。

【用法】捣汁。棉球蘸汁，塞入鼻孔。

【功效】预防流感。

### 009 苦瓜瓢治流感

【方剂】苦瓜数个。

【用法】取瓢熟服。

【功效】治流感。

### 010 竹叶柴胡汤治流感

【方剂】竹叶柴胡 15 克。

【用法】用根或全草入药，水煎服，日 3 次，每日 1 剂。

【功效】治感冒、流感。散寒解表，泻肝火，退热效果好。

### 011 草鱼汤治伤风鼻塞

【方剂】草鱼（青鱼）肉 150 克，生姜片 25 克，米酒 100 克。

【用法】用半碗水煮沸后，放入鱼肉片、姜片及米酒共炖约 30 分钟，加盐调味。趁热食用，食后卧床盖被取微汗。每日 2 次。注意避风寒。

【功效】解表散寒，疏风止痛。用治感冒，症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。

### 012 干白菜根汤治感冒

【方剂】干白菜根 1 块，红糖 50 克，姜 3 片。

【用法】加水共煎汤。日服 3 次。

【功效】清热利尿，解表。治风寒感冒。

### 013 口含生大蒜治感冒

【方剂】生大蒜 1 瓣（去皮）。

【用法】将蒜瓣含于口中，生津则咽下，直至大蒜无味时吐掉，连续 3 瓣即可奏效。



# 新编民间偏方大全

【功效】辛温解表，解毒杀菌。用于感冒初起，症见鼻流清涕、风寒咳嗽等。

## 014 银花山楂汤治风热感冒

【方剂】银花30克，山楂10克，蜂蜜250克。

【用法】将银花与山楂放入沙锅内，加水置旺火上烧沸，约3~5分钟后，将药液滤入碗内。再加水煎熬一次后滤出药液。将两次药液合并，放入蜂蜜搅匀。服用时温热，可随时饮用。

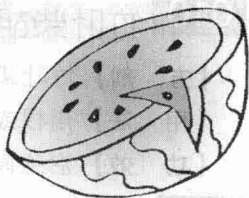
【功效】清热解毒，散风止痛。治风热感冒，症见发热头痛、口渴等。

## 015 西瓜番茄汁治夏季感冒

【方剂】西瓜、番茄各适量。

【用法】西瓜取瓢，去子，用纱布绞挤汁液。番茄先用沸水烫，剥去皮，去子，也用纱布绞挤汁液。二汁合并，代茶饮用。

【功效】清热解毒，祛暑化湿。治夏季感冒，症见发热、口渴、烦躁、小便赤热、食欲不佳、消化不良等。



西瓜

## 016 葱豉黄酒汤解表和中

【方剂】全葱30克，淡豆豉20克，黄酒50克。

【用法】先将豆豉放入沙锅内加水一小碗，煮10余分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煮5分钟。然后加黄酒，立即出锅。趁热顿饮，注意避风寒。

【功效】解表祛风，发散风寒，温中降逆。治风寒感冒，症见发热、头痛、虚烦、无汗、呕吐、泄泻等。

## 017 酒煮荔枝肉治气虚感冒

【方剂】荔枝肉30克，黄酒适量。

【用法】用酒煮荔枝肉。趁热顿服。

【功效】通神益气，消散滞气。治气虚感冒。



### 018 马鞭草治流感、感冒

【方剂】鲜马鞭草、青蒿各30克，羌活15克。

【用法】水煎浓汁2小杯。分2次服，连服2~3天。如咽痛加桔梗15克。

【功效】用治流感、感冒。

### 019 柏树果治感冒头痛

【方剂】柏树果2~3枚。

【用法】捣烂和酒服。

【功效】用治感冒头痛。

### 020 苏叶生姜汤治风寒感冒

【方剂】生姜5片，苏叶30克。

【用法】水煎服。

【功效】用治风寒感冒。

### 021 麻豆汤治流感

【方剂】绿豆30克，麻黄9克。

【用法】将绿豆与麻黄，用水淘洗一下，放入锅内加水烧开，撇去浮沫，改用小火煮至豆花开，饮汁。

【功效】治流感。

### 022 杨树白皮汤治流感

【方剂】白杨树内白皮200克。

【用法】水煎服。每天当茶饮。

【功效】用治流感。

### 023 问荆桂枝汤治流感

【方剂】问荆6克，桂枝3克，杏仁4.5克，甘草3克。

【用法】水煎服。

【功效】用治流行性感胃。





## 024 大蒜捣烂敷脐孔、足心治流感

【方剂】大蒜适量。

【用法】捣烂。敷脐孔和足心涌泉穴。

【功效】用治流感。

## 二、支气管炎

支气管炎分为急性和慢性两种。急性支气管炎常以伤风着凉、疲乏劳累、烟酒过量、上呼吸道感染为常见诱发因素。患病后主要症状为频繁而刺激性干咳、胸骨后疼痛、恶寒发热、鼻塞头痛，肢体酸楚、咽痛，1~2天后咳出黏液性痰，早晚咳嗽为主，痰液转浓，量增多，偶带血丝，神倦、乏力，食欲减退等。好发于冬春季，患者以成人为多见。此病中医学属咳嗽、喘症、饮症、痰症范畴，本病病位虽在呼吸道，但其病变实质在肺、脾、肾三脏，若风寒燥热之邪由口鼻或皮毛而入，肺气被束，失于宣降；或嗜食烟酒，辛辣助火之品，灼津成痰，阻塞气道，使肺气上逆，即可发生急支；阴虚痰重咳喘形成慢支。治该病一般在急性发作期，重点治肺，祛痰，止咳，平喘，并区别寒热偏胜，予以温肺或清肺，病缓时应着重扶正培本，健脾益肾为主；虚中挟实者，当标本并治。

慢性支气管炎简称慢支，是常见病、多发病，系由急性支气管炎未及时治疗，经反复感染，长期刺激，如吸烟，吸入粉尘，病毒细菌感染，机体过敏，气候变化，大气污染等诱发导致而形成。主要症状为反复慢性咳嗽、咯痰、伴有气喘等。如连续数年而未排除肺心病疾患的病人，容易并发阻塞性肺气肿和肺原性心脏病，严重的还会影响劳动、生活，甚至危及生命。发病期可从3月至数年不等。50岁以上患病率约为10%~24%，高寒地区尤多见。

中医认为，有风寒、风热、燥火、七情伤感，脾虚不运，湿痰浸肺，阴虚火灼，肺失宣降，气逆于上而咳嗽咯痰，形成慢性支气管炎。