

 中国民间传统疗法丛书

熏洗疗法 治百病

程爵棠 程功文 编著

·第2版·

XUNXI LIAOFA
ZHI BAIBING



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

熏洗疗法治百病

XUNXI LIAOFA ZHI BAIBING

(第2版)

程爵棠 程功文 编著



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

熏洗疗法治百病/程爵荣,程功文编著. —2版. —北京:人民军医出版社,2010.5

ISBN 978-7-5091-3731-4

I. ①熏… II. ①程… ②程… III. ①熏洗疗法—基本知识
②熏洗疗法—外治方—汇编 IV. ①R244.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 071612 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:赵晶辉 责任审读:杨磊石
出版人:齐学进
出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店
通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036
质量反馈电话:(010)51927290;(010)51927283
邮购电话:(010)51927252
策划编辑电话:(010)51927300-8023
网址:www.pmmp.com.cn

印刷:京南印刷厂 装订:桃园装订有限公司
开本:850mm×1168mm 1/32
印张:10.375 字数:262千字
版、印次:2010年5月第2版第1次印刷
印数:6501~11000
定价:26.00元

版权所有 侵权必究
购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书在第1版的基础上修订而成,概述了熏洗疗法的历史、作用原理、适用范围、操作方法和注意事项等;详述了熏洗疗法在疾病防治和健美强身方面的具体应用,包括临床各科180余种常见疾病的治疗和美容、美发、护肤等。共精选熏洗外治良方820余首,按组成、用法、功用、主治、疗效等依次编排。本书是作者长期临床实践和四代家传、师授经验的总结,同时参考了大量文献资料,内容丰富,操作简便,实用性强,适于基层医务人员、医学院校师生和城乡家庭自疗者阅读参考。

第 2 版前言

本书自 2002 年出版以来,因其内容实用、疗效确切而深受读者的厚爱,故而一再重印,同时也多次接到读者来信和电话,既给予了鼓励、赞扬,也提出了一些改进意见与建议,希望修订再版。为此,我们在保留原版特色的基础上,根据读者的建议,本着“从严、从验”的原则,对本书进行了修订再版。此次修订,增补了作者近年来经临床验证疗效确切的新效验方 23 首,删除了少量药材难得或制作繁杂的方剂,同时修正了原版中的错漏,在编排方面亦作了一些改进,使本书内容更加丰富、更加实用。

在本书的修订过程中,承蒙程美红、文力、刘一平、新苗、刘荷花、刘华、程华、程铭、程文、程平、李显平等协助做了大量的编校工作,谨表谢意。书中如有错漏之处,敬请读者批评赐正。

程爵棠

2009 年 12 月

第 1 版前言

熏洗疗法是药物外治法中的一种有效方法,为民间疗法之精华。本书特点有四:一是扩大了内病外治范围;二是首次介绍了性病防治经验;三是增设了美容、美发、护肤和防病健身内容;四是所选之方,可经得起临床重复验证,疗效确实。

熏洗疗法既可统治外症,更可内病外治,简便易懂,见效快,疗效高,安全可靠。因此,它能够长期在民间广泛流传和应用,并越来越受到医界同仁的关注和重视。笔者自幼受家传影响,特别是 20 世纪 60 年代有幸在农村工作多年,面对条件艰苦、缺医少药的情况,运用民间疗法为患者服务,积累了许多经验。此后,在临床中常单用或配用民间疗法治疗疾病,不仅方便了患者就诊,减轻了病人经济负担,而且临床疗效不断提高。目前,有关熏洗疗法的专著甚少,为了使熏洗疗法发扬光大,造福人民,笔者根据 40 余年临床实践,并广泛收集古今医学文献资料,自辑医学笔记手抄本——《外治汇要》,结合四代家传和师授经验,几经易稿,编著成《熏洗疗法治百病》一书。

全书分八部分,概述了熏洗疗法的历史、理论依据、作用原理、适用范围、操作方法、优点与注意事项等;重点介绍了内科、儿科、妇科、伤外科、皮肤科(包括性病)和五官科等 180 多种常见多发病和部分疑难病症的临床治疗经验。精选有效外治良方 800 余首。每一疾病,先简介病因与症状,再列方药,每方均按“组成、用法、功用、主治、疗效、附记”6 项内容依次排列。附记中主要交代了资料

来源、方剂加减、方解、注意事项等。但有的资料来源,仅列《外治汇要》,其余当时未作记录,敬请见谅。

本书在编写中,承蒙程华、程美红、文力、程铭、新苗等协助做了大量的资料收集整理工作,谨表谢意。由于笔者学识浅薄,遗漏和错误之处在所难免,恳请同仁高贤和广大读者不吝批评指正。

程爵棠

2002年5月于江西景德镇

目 录

一、概论	(1)		(37)
熏洗疗法的历史		肩关节周围炎(肩凝症)	
.....	(1)		(39)
熏洗疗法的理论依据		股动脉硬化症	(41)
和作用原理	(2)	足跟痛	(42)
熏洗疗法的适用范围		运动神经元病(痿症)	
.....	(6)		(43)
熏洗疗法的操作方法		痹风	(44)
.....	(7)	高血压病(眩晕)	
熏洗疗法的优点与注			(46)
意事项	(10)	高脂血症	(50)
二、内科疾病	(14)	病毒性心肌炎	(52)
感冒	(14)	慢性肝炎	(55)
头痛	(17)	肝硬化	(57)
支气管炎(咳嗽)		肺结核(肺癆)	(59)
.....	(21)	肺病	(61)
脑血管意外后遗症(中		肾炎(水肿)	(62)
风后遗症)	(23)	肾功能衰竭	(64)
面神经麻痹(面瘫)		尿路感染(淋证)	
.....	(27)		(66)
风湿性与类风湿关节		糖尿病(消渴)	(68)
炎(痹症)	(30)	肠炎(泄泻)	(71)
痛风性关节炎(痹症)		慢性结肠炎(泄泻)	

- | | |
|-------------------|-------------------|
| (72) | 蛲虫..... (109) |
| 肠梗阻..... (74) | 钩虫..... (111) |
| 早泄..... (76) | 蛔虫..... (112) |
| 阳痿..... (77) | 小儿麻痹症..... (113) |
| 前列腺炎(白浊) | 小儿丹毒..... (115) |
| (78) | 流行性腮腺炎(痄腮) |
| 急性胃炎(呕吐) | (117) |
| (80) | 小儿脑积水(解颅) |
| 急性肠胃炎(霍乱) | (118) |
| (81) | 婴儿湿疹..... (119) |
| 脚气..... (83) | 小儿口角流涎..... (120) |
| 手足出汗症..... (85) | 小儿鞘膜积液(水疝) |
| 缩阳症..... (86) | (121) |
| 红斑性肢痛病..... (88) | 小儿阴茎包头皮炎 |
| 癃闭(小便不通) | (123) |
| (89) | 新生儿尿布性皮炎 |
| 便秘..... (91) | (124) |
| 其他疾病..... (93) | 鹅口疮..... (125) |
| 三、儿科疾病..... (95) | 小儿夜啼..... (127) |
| 小儿感冒..... (95) | 小儿脱肛..... (128) |
| 小儿惊风..... (96) | 四、妇科疾病..... (131) |
| 小儿麻疹..... (98) | 月经不调..... (131) |
| 小儿水痘..... (100) | 痛经..... (132) |
| 新生儿硬皮症..... (101) | 闭经..... (134) |
| 新生儿黄疸(胎黄) | 外阴炎..... (135) |
| (103) | 非特异性阴道炎 |
| 小儿腹泻..... (104) | (137) |
| 小儿积滞..... (106) | 滴虫性阴道炎..... (139) |
| 小儿疝气..... (108) | 真菌性阴道炎..... (143) |

老年性阴道炎····· (145)	血栓性静脉炎····· (197)
外阴瘙痒····· (148)	疮疖····· (199)
宫颈糜烂····· (151)	疔疮····· (201)
外阴溃疡····· (153)	痛疽····· (202)
阴痛····· (155)	乳腺炎(乳痛)····· (204)
外阴白斑····· (157)	无名肿毒····· (206)
阴疮····· (159)	下肢溃疡(臁疮)
子宫颈炎····· (161)	····· (207)
盆腔炎····· (162)	冻疮····· (209)
妊娠水肿····· (165)	黄水疮····· (212)
难产····· (166)	痔疮····· (213)
产后阴门不闭····· (167)	肛裂····· (216)
产后缺乳····· (167)	六、皮肤科疾病 ····· (219)
不孕症····· (168)	湿疹····· (219)
外阴湿疹····· (169)	阴囊湿疹····· (222)
乳头皲裂····· (170)	肛门湿疹····· (223)
子宫脱垂(阴挺)	头皮湿疹····· (225)
····· (171)	神经性皮炎····· (225)
五、伤外科疾病 ····· (174)	银屑病(牛皮癣)
软组织损伤····· (174)	····· (227)
扭挫伤····· (177)	接触性皮炎····· (230)
跌打损伤····· (179)	脂溢性皮炎····· (231)
脱臼····· (182)	夏季皮炎····· (232)
骨折····· (183)	稻田性皮炎····· (233)
骨质增生病····· (187)	毛虫皮炎····· (234)
骨与关节结核····· (190)	漆性皮炎(漆疮)
骨髓炎····· (192)	····· (235)
血栓闭塞性脉管炎	过敏性皮炎····· (236)
(脱疽)····· (194)	顽癣····· (237)

头癣····· (238)	角膜炎····· (276)
花斑癣(汗斑) ··· (240)	巩膜炎····· (277)
手癣(鹅掌风)····· (241)	拳毛倒睫····· (278)
足癣(湿脚气)····· (243)	眼睑湿疹、肿痒 ··· (279)
手足癣····· (244)	眼睑疮肿····· (280)
带状疱疹(缠腰火丹)	化脓性中耳炎····· (281)
····· (246)	耳鼻疖肿····· (282)
疥疮····· (248)	鼻疖····· (283)
皮肤瘙痒症····· (249)	鼻窦炎(鼻渊)····· (284)
荨麻疹(瘾疹)····· (252)	酒渣鼻····· (285)
扁平疣····· (254)	咽喉炎····· (286)
寻常疣(千日疣)	扁桃腺炎(乳蛾)
····· (255)	····· (287)
传染性软疣····· (256)	牙痛····· (288)
尖锐湿疣····· (257)	牙龈出血····· (290)
梅毒····· (259)	唇炎(唇风)····· (290)
淋病····· (260)	口腔溃疡····· (292)
其他皮肤疾病····· (261)	八、健美强身 ····· (294)
七、五官科疾病 ····· (265)	(一)美容····· (294)
睑腺炎····· (265)	面生粉刺(痤疮)
结膜炎····· (266)	····· (294)
泪囊炎····· (268)	雀斑····· (295)
睑缘炎····· (269)	色斑····· (296)
沙眼····· (271)	颜面皱纹····· (297)
夜盲····· (272)	(二)美发····· (298)
眼痒····· (273)	脱发····· (298)
翼状胬肉····· (273)	白发····· (299)
角膜云翳····· (274)	枯发、落发 ····· (300)
角膜溃疡····· (275)	(三)健美护肤····· (301)

黑皮病.....	(301)	油性皮肤.....	(309)
硬皮病.....	(302)	皮肤色素沉着症	
皮肤粗糙.....	(303)		(310)
皮肤皲裂.....	(304)	香身护肤.....	(311)
手足脱皮.....	(305)	(四)强身防病.....	(313)
灰指(趾)甲(甲癣)		(五)益寿聪脑.....	(318)
.....	(307)		

一、概 论

熏洗疗法,就是按一定处方用药的中草药,经加清水煎煮沸后,先用蒸汽熏疗,再用药液淋洗、浸浴全身或局部患处,从而产生治疗作用的一种防治疾病方法。

熏洗疗法,民间称为“药浴”、“外洗法”。是属外治法中的暴露疗法之一;是祖国传统医学的重要组成部分;是我国历代劳动人民在长期同疾病的斗争中发现、发展并逐步完善的经验总结。通过医家与劳动大众相结合,不断总结、不断实践,再总结、再实践而逐步形成的一种简便而有效的外治方法。它的特点是操作简便,适用面广,取材容易,药简效捷,疗效显著,安全可靠,无毒副作用,一看就会,就是没有经过训练的普通群众,也易掌握。正因为它能用来防病治病,美肤美发,保健强身,故为历代医家和患者重视并普遍使用,广为流传。

熏洗疗法的历史

熏洗疗法,古称“外洗”、“坐药(坐浴)”。在我国历史悠久,源远流长。它来源于民间,流传于民间,使用于民间。据我国有关医学文献记载,湖南马王堆汉墓出土的《五十二病方》中就有“外洗”、“药摩”、“温熨”等外治方法的记述。祖国医学最早的经典著作——汉代医圣张仲景《伤寒杂病论》中就记载了临床常用的“坐药(坐浴)”、“外洗”、“烟熏”、“药摩(擦)”、“温熨”等数种药物外治方法。又晋代葛洪《肘后备急方》,唐代孙思邈《备急千金要方》,宋代王怀隐《太平圣惠方》,明代朱棣《普济方》,龚廷贤《万病回春》,

李时珍《本草纲目》等医籍中介绍了不少行之有效的熏洗方药。至清代《医宗金鉴》、《外科正宗》、《张氏医通》、《急救广生集》、《外治寿世方》等著作中都有使用熏洗法以治疗内外疾病的记载。说明这一疗法素为历代医家普遍使用。特别值得指出的是清末吴师机,通过大量的临床实践,并广泛搜集他人的经验,撰著了《理渝骈文》一书,可谓集外治法之大成,因而被后世誉为“外治之宗”。

新中国成立后,在党和政府中医政策的正确指引下,中医外治法与整个中医事业一样得到了较大发展、充实和提高,外治法新著《实用临床外治大全》、《外治法简编》、《百病中医熏洗熨擦疗法》等专著相继问世。书中汇集精要,内容十分丰富。虽然祖国医学借助现代医学许多的现代先进技术应用于临床,但中医的外治法,尤其是中药鼻脐疗法、熏洗(药浴)、熨擦和穴位贴敷疗法等仍备受人们的重视。有关外治疗法的新方法和新经验层出不穷,各种医学文献资料、医著和中医期刊杂志中介绍了许多好经验、好方法。在临床上,应用这一疗法来治疗各科内外疾病、美肤美发、保健强身,由于使用方便,疗效显著而深受人们的青睐。

熏洗疗法的理论依据和作用原理

(一)理论依据

熏洗疗法的理论依据,与内治一样,亦是以中医基本理论为依据,脏腑学说为指导的。因为脏腑是人体生理功能的核心,又是生命活动的主宰;经络是气血运行的通道,又是沟通表里、联系上下的纽带。如《灵枢·海论》云:“夫十二经脉者,内居于脏腑,外络于肢节。”《素问·生气通天论》又云:“九窍、五脏、十二节皆通乎天气……阳气者,若天与日,失其所则折寿而不彰……故阳强不能秘,阴气乃绝;阴平阳秘,精神乃治。”由此说明,脏腑、经络与体表、器官之间有着息息相关的联系。所以查少农教授在《中草药外治验方选》一书中说:“盖人体是一个有机的内外统一的整体,体表与内脏,由于经络的纵横交错,遍布全身,在大脑皮质的指挥下,全身的

各器官系统是既分工负责，又互相协调来维持各功能的活动；既有运行脏腑气血的作用，又有调节脏腑阴阳平衡的功能。”然人之所以生病，原因是多种多样的，概括起来，不外乎是外因、内因和不内外因，都是通过作用于体表或脏腑经络而致病；同理，本疗法属于给药于体表（皮肤）之途，药切近皮肤（体表）能彻到肉理之中；也同样能将药物之气味（药力）透过皮肤（体表）直到经脉，摄于体内，融化于津液之中，与之合而为一，实具有内外一贯之妙。并随其所用之药，起到祛邪、拔毒气以外出，抑邪气以内消，能祛邪扶正、通营卫、调升降、理阴阳、安五脏，能挫折五脏贼邪之气而资化源。邪去正安，其病自愈，此其一。

其二，外治之理同于内治。《理渝骈文》：“外治之理，即内治之理，外治之药，亦即内治之药，所异者法耳。”说明内治法既可治内，亦可治外，同样，外治法既可治其外。“外治之外，尤为捷著，亦可治其内”、“病生于内，必形诸于外”、“内治亦可以外治，非外治者不能治内。”也就是说，内治与外治，方式方法虽不相同，但其能防治疾病的作用原理是一样的，实殊途而同归。方法虽异，其理则一。

其三，通过历代医家实践证明，外治法能治疗内外诸疾，而且疗效显著，又可补内治之不足。医者临证，无论采取何种治病方法，都是以“治愈疾病”为目的。能愈疾者，皆效法矣！实践证明，熏洗疗法不仅能治疗内外之诸疾，又能护肤、美容、保健强身，而且具有“疗效显著，药简效捷，安全可靠”的特点，又可克服内治打针怕痛，服药怕苦，治不及时，辨证失误之弊。此也实为外治法之一大优点。

综上所述，证明熏洗疗法是有其理论和实践依据的。所以进一步开展这一疗法的挖掘、研究和整理工作，不断扩大适用范围，提高临床治疗效果，尤为必要。

（二）作用原理

熏洗疗法的作用原理与内治一样，必须先求其本，明阴阳，识脏腑，辨病源，选方药，辨证论治，随症疗之，调和阴阳，以平为期。

其作用是疏通经络,调和气血,解毒消炎,活血化瘀,扶正祛邪,使失去平衡的脏腑阴阳得以重新调整和改善,从而促进机体功能的恢复,达到治病、保健、美容的目的。

熏洗疗法用药,主要是通过熏、洗、浸、浴、渍,给药于全身或局部患处。其作用原理不仅通过方药自身药力效应而起到治疗作用(主要为药物被皮肤吸收所引起的整体药理效应和药物对病灶局部的药理效应),而且还有其特定的局部刺激和神经反射作用来激发人体功能的增强而达到治病愈疾、美容的目的。但是本疗法的作用原理比较复杂,至今尚未完全弄清楚。根据历代医家经验和笔者体会,将其作用原理概括为以下几个方面。

1. 皮肤吸收作用 皮肤是人体最大的外围屏障,面积大,毛孔多,除了有屏障作用(抗御外邪)外,尚有排泄和透皮吸收等作用。本疗法就是通过药物的渗透性和皮肤的吸收功能的统一而进入体内。研究表明,药物可通过皮肤、黏膜、汗腺、毛囊、角质层、细胞及其间隙等转运而吸收。熏洗时,湿润的药物能增加水合作用和皮肤的通透性,能加速皮肤对药物的吸收能力。

2. 经络调衡作用 盖人体是一个有机的整体,而十二经脉,内属于脏腑,外络于肢节,与十二经别、奇经八脉等经脉沟通,纵横交错,遍布全身;与体表皮肤、器官九窍、四肢百骸等组织紧密相连,同时又能行气血,营阴阳,濡筋脉,利关节。因此,在体表给药,经皮肤吸收后,通过不同方药之气味,经经络血脉系统的调节或信息(神经反射)传递而起到纠正脏腑功能紊乱、治疗疾病的作用。

3. 脏腑输布作用 人体之体表与脏腑是表里相属、经络相连的。当不同的药物贴近皮肤的某一部位或病灶处,其药物之气味,经皮肤吸收后,由经脉入脏腑,再通过脏腑的输布作用,布散于五脏六腑乃至全身,直达病所,从而达到防病治病的目的。外由邪侵,内由失调,药从外人,调节输布,直达病所,补虚泻实,以平为期。

4. 药物刺激作用 作用二途、刺激则一。一是利用熏洗时一

定药温,使皮肤温度升高;二是利用具有一定刺激性作用的药物,由此均可使局部血管扩张,促进血液及淋巴液循环,改善周围组织的营养,从而达到消炎退肿作用。如运用温热性的药物对局部的刺激有类似灸法的效应,具有温经通络,行气活血,祛湿散寒的效果。温热的刺激,能促进网状内皮系统的吞噬功能,增强新陈代谢作用,对真菌、细菌感染性疾病,通过药物熏洗能直接起到抑制与杀灭病菌的作用。又熏洗刺激量要适度,若刺激性较弱(或药液温度低),则疗效较差;若刺激性太强,又可使局部高度充血,渗出液增加;若药液温度过高,又能灼伤肌肤。再者就是药物作用于局部而引起的神经反射作用来激发机体的自身调节作用,促进机体某些抗体的形成,以提高机体的免疫功能。总之,通过局部的刺激作用以达到调整脏腑功能,调和阴阳,防治疾病,恢复健康的目的。

5. 局部药理效应作用 熏洗用药,既可产生全身性药理效应的作用,亦可产生局部性药理效应作用。尤其是对于局部性疾病,药物贴近病灶,药力集中,奏效尤捷。所以可起到治疗和保健作用。又因为利用熏洗局部(患处),将药物作用于局部组织,使局部组织内的药物浓度高于其他部位,直达病所而起到清热解毒、消肿止痛、祛风止痒、拔毒祛腐等作用。如用于治疗发生在皮肤(肌肉内)上的疹、癣、疣、疥、斑等皮肤病和疮疡肿毒、损伤等疾病,均能收到良好的治疗效果。现代药理研究表明,中药局部熏洗有良好的抗感染作用,且能促进细胞的增生分化与肉芽组织的生长,在一定程度上加快伤口的愈合。故局部熏洗用药效果明显,取效迅速。

综上所述,其熏洗疗法的作用原理,可概括为整体与局部作用两方面。也就是说,根据疾病和病情不同而在某一特定部位施以熏洗,通过皮肤、孔窍、腧穴对药物之气味的吸收→经络调节→脏腑输布和药物刺激作用所引起的整体药理效应和全身性调节作用而达到整体调节作用,使之发挥机转作用,促进阴阳保持相对平衡而达到治愈疾病,恢复健康的目的。或通过局部熏洗,直接作用于病灶(患处),通过药理效应和局部刺激作用而达到局部治疗和美容