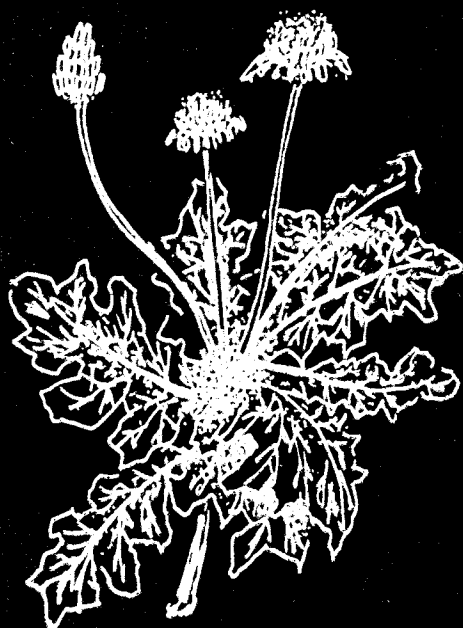


偏方奇效

——民间偏方验方二〇〇〇例



王启民
编

北京科
版社

偏方奇效
——民间偏方与验方2000例

王启民 编著

北京科学技术出版社出版
(北京西直门南顺城街12号)

新华书店首都发行所发行 各地新华书店经售
华新印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 15.125印张 333千字
1991年1月第一版 1991年1月第一次印刷
印数1—21000册

ISBN7-5304-0805-4/R·107 定价: 5.70元

内 容 简 介

本书从实用出发，重点介绍了确有实用价值和临床效果的名医验方和民间偏方一千余则，涉及内、外、妇、儿、骨伤、皮肤及五官科常见多发病症七十多种。为便于读者理解与应用，书中所列各方均介绍了方剂成分、用法、对症，个别方剂还加有附注和用药禁忌等。查找方便，用之有效。

除此之外，还叙述了简便有效的“小儿捏脊按摩”，“民间刮痧疗法”和某些病症的“自我按摩方法”（并附有插图）。在全书的最后一篇，扼要地介绍了中医中药小常识。

本书内容全面，简明实用，易学易懂，用之安全可靠，供读者选用。

目 录

| | |
|-----------------------|-------|
| 第一章 内科病症 | (1) |
| 感冒..... | (1) |
| 咳嗽..... | (6) |
| 哮喘、气管炎..... | (14) |
| 肺部其它病症..... | (25) |
| 暑病..... | (32) |
| 附：刮痧疗法..... | (41) |
| 头痛..... | (43) |
| 眩晕..... | (46) |
| 神经衰弱..... | (51) |
| 贫血..... | (55) |
| 癫痫..... | (60) |
| 高血压病..... | (63) |
| 冠心病..... | (70) |
| 呕吐..... | (73) |
| 呃逆..... | (75) |
| 消化不良..... | (78) |
| 胃病..... | (83) |
| 腹泻..... | (93) |
| 消化道出血（吐血、便血）..... | (99) |
| 便秘..... | (101) |
| 肝、胆病症..... | (104) |

| | |
|------------------|-------|
| 糖尿病 | (112) |
| 甲状腺疾病 | (116) |
| 肾炎 | (118) |
| 肾盂肾炎及泌尿系感染 | (123) |
| 泌尿系结石 | (126) |
| 男性性功能障碍 | (130) |
| 虫病 | (137) |
| 第二章 外科病症 | (146) |
| 烧伤与烫伤 | (146) |
| 冻伤 | (149) |
| 蛇虫兽咬伤 | (154) |
| 丹毒 | (161) |
| 疖、疮、痈、疽 | (165) |
| 乳腺炎 | (175) |
| 痔疮与脱肛 | (179) |
| 阑尾炎 | (188) |
| 肠梗阻 | (191) |
| 第三章 骨伤科病症 | (193) |
| 跌打损伤 | (193) |
| 骨质增生 | (208) |
| 风湿与类风湿性关节炎 | (211) |
| 骨关节感染性疾病 | (217) |
| 腰腿痛 | (220) |
| 第四章 皮肤科病症 | (225) |
| 风疹 | (225) |
| 皮肤搔痒症 | (229) |
| 湿疹 | (231) |

| | |
|------------------|-------|
| 皮炎 | (236) |
| 痤疮 | (248) |
| 酒渣鼻 | (250) |
| 斑秃 | (253) |
| 疖子 | (256) |
| 带状疱疹 | (258) |
| 癣 | (261) |
| 牛皮癣 | (268) |
| 手足皲裂 | (273) |
| 疣 | (276) |
| 胼胝与鸡眼 | (282) |
| 附：皮肤病患者的注意事项 | (285) |
| 第五章 五官科病症 | (287) |
| 牙痛 | (287) |
| 口腔溃疡与炎症 | (293) |
| 牙龈出血 | (298) |
| 咽喉肿痛与炎症 | (299) |
| 扁桃体炎 | (304) |
| 中耳炎 | (307) |
| 鼻炎与鼻窦炎 | (313) |
| 鼻出血 | (318) |
| 眼病 | (321) |
| 第六章 妇产科病症 | (326) |
| 痛经 | (326) |
| 月经不调 | (330) |
| 倒经 | (338) |
| 白带异常 | (340) |

| | |
|------------------------------|--------------|
| 盆腔炎与其它炎症····· | (343) |
| 产科诸症····· | (345) |
| 乳腺增生····· | (352) |
| 更年期综合征····· | (354) |
| 第七章 儿科病症 ····· | (357) |
| 流行性腮腺炎····· | (357) |
| 百日咳····· | (360) |
| 小儿消化不良····· | (364) |
| 附：小儿捏脊疗法····· | (365) |
| 小儿营养不良····· | (369) |
| 小儿多汗症····· | (372) |
| 小儿遗尿····· | (374) |
| 小儿口疮····· | (377) |
| 第八章 中药小常识 ····· | (380) |
| 一、人为什么会生病、药物是如何起到治疗作用的？····· | (380) |
| 附：有关用药剂量的一些问题····· | (384) |
| 二、偏方是否治百病？····· | (385) |
| 三、治病应及时、贵在预防····· | (386) |
| 四、切莫滥用中药、谨防药物反应····· | (387) |
| 五、中药的配伍与禁忌····· | (389) |
| 1 中药的配伍····· | (389) |
| 2 中药的禁忌····· | (390) |
| (1) 妊娠用药禁忌····· | (390) |
| I 妊娠禁用类药物名称····· | (390) |
| II 妊娠慎用类药物名称····· | (410) |
| (2) 服药饮食禁忌····· | (418) |

| | |
|--------------------------|-------|
| (3) 中药配伍禁忌····· | (419) |
| 六、具有毒性类的药物····· | (420) |
| 七、认清优劣、真伪药物,严防上当、受害····· | (452) |
| 八、如何进行中药加工····· | (456) |
| 1 中药的炮制····· | (456) |
| 2 中药剂型的制作····· | (461) |
| 九、煎服中药不可大意····· | (466) |
| 十、服用中药期间应注意的问题····· | (470) |
| 1 中药的内服剂量····· | (470) |
| 2 中药的服用时间····· | (471) |
| 3 服药的冷热与药饮····· | (471) |
| 4 中、西药物是否能同服····· | (471) |
| 5 服药期间是否能够喝茶····· | (472) |
| 十一、存放中药宜当心····· | (473) |

第一章 内科病症

感 冒

方一：

〔成分〕 金银花12克，牛蒡子10克，淡竹叶9克，淡豆豉12克，青连翘10克，板兰根12克，桔梗10克，炙甘草6克。

〔用法〕 煎剂内服，日服2次。轻者：连服2—3日；重者：连服3—5日即愈。

〔对症〕 上感各期，且有汗者。

〔禁忌〕 生冷、油腻或油炸食物。

〔注意〕 避免汗后受风着凉，以防感冒加重或复发。

方二：

〔成分〕 生姜4克，苏叶4克，红糖15克。

〔用法〕 将生姜切碎与红糖一同加水300毫升共煎，煎至120毫升左右时，放入苏叶煎煮片刻即成。趁热饮，服后见汗。轻者一次可愈，若症状未完全消失，连服2—3剂。

〔对症〕 感冒发烧，伴有消化道症状者。

〔禁忌〕 同方一。

〔注意〕 同方一。

方三：

〔成分〕 乌梅 4—6 枚，红糖 100 克。

〔用法〕 加水 300 毫升共煎，至 150 毫升左右即得。趁热饮，服后见汗。余同方二。

〔对症〕 感冒发烧，无汗者。

〔禁忌〕 同方一。

〔注意〕 同方一。

方四：

〔成分〕 冬桑叶 12 克，杭菊花 12 克，连翘 12 克，炒杏仁 10 克，桔梗 10 克，大青叶 12 克，炙甘草 3 克，鲜芦根 30 克（或用干芦根 15 克代之）。

〔用法〕 煎剂内服，日服 2 次。根据病情可连服 3—5 日。

〔对症〕 风热型感冒。

〔禁忌〕 生冷、油腻和腥味食物。

〔注意〕 宜避风寒，以防感冒加重。

方五：

〔成分〕 大青叶 15 克，葛根 10 克，绿豆 30 克（捣碎）。

〔用法〕 煎汤内服，日服 2 次，温服。

〔对症〕 重感冒或汗后着风复发者。

〔禁忌〕 烟酒、生冷、油腻等

〔注意〕 煎煮时要勤搅拌翻动，以防绿豆粘附锅内而将药煎焦。

方六：

〔成分〕 苍术10克，陈皮10克，法夏10克，藿香10克，苏叶10克，云苓10克，白芷10克，炙甘草6克，生姜3片，大枣3枚。

〔用法〕 按常法煎煮，每日2次内服。

〔对症〕 感冒发烧，厌食腹胀，腹泻腹痛等。

〔禁忌〕 同方五。

〔注意〕 饮食不宜过重，以高热量质软食物为好。避免再受风寒。

方七：

〔成分〕 干苏叶6克，薄荷叶6克。

〔用法〕 先用清水将药洗净，再用温开水浸泡当茶饮。每日服3—4次，每剂可沏2—3次。连服3—5日。

〔对症〕 感冒初起或身烧无汗者。

〔禁忌〕 烟酒和生冷、油腻、辛辣食物等。

〔注意〕 冲泡药物的水温不宜太热，一般60—70度为好。并应将其加盖闷沏为妥。

方八：

〔成分〕 贯众10克（也称贯仲）。

〔用法〕 煎汤饮，每日2次，温服。

〔对症〕 感冒初起或作预防性治疗。

方九：

〔成分〕 生葱白3—4根，生姜4—5片。

〔用法〕 煎汤饮，日服2次，宜热饮。

〔对症〕 感冒初起，无汗，头痛，发烧等。

方十：

〔成分〕 贯众30克，大青叶30克，苍术12克，薄荷10克，白糖30克。

〔用法〕 以上各药（除薄荷外）加水1000毫升，煎至500毫升时将薄荷加入共煎片刻即成。二煎方法亦然。两煎药液合在一起共1000毫升。每次服50~100毫升，日服2次，连服3日。如果人多可按以上药量配制服用。

〔对症〕 用于预防感冒或感冒初起患者。

方十一：

〔成分〕 一叶一枝花5—7朵花（又名：盘龙花、双瑚草等）。

〔用法〕 用开水沏茶或煎服，日服2—3次。连服3—5日。

〔对症〕 感冒发烧、咳嗽胸痛等。

方十二：

〔成分〕 灯台树 6 克（又名：象皮木、鸭脚木等）。

〔用法〕 煎汤内服，日服 2 次，连服 3—5 日。

〔对症〕 感冒发烧，咳嗽胸痛，咽喉肿痛等。

方十三：

〔成分〕 带须全葱 30 克，淡豆豉 12 克，黄酒 20 毫升。

〔用法〕 先煎煮淡豆豉 10—15 分钟，再将葱（洗净泥土）切段后连须一同放入，继续煎煮 5—10 分钟即停火。此时倒入黄酒，趁热饮，服后见汗。

〔对症〕 感冒发烧，头痛无汗。主要用于风寒型感冒。

〔禁忌〕 避免风寒，以防感冒加重。

方十四：

〔成分〕 金银花 30 克，山楂 10 克，蜂蜜 200 克。

〔用法〕 按常法煎煮金银花与山楂（以武火急煎为好），每剂两煎合为一起，趁热加入蜂蜜搅匀，即刻服之。日服 2—3 次，连服 3—5 日。

〔对症〕 感冒发烧，头痛口干。主要用于风热型感冒。

方十五：

〔成分〕 荔枝肉 30 克，黄酒 100—150 毫升。

〔用法〕 将荔枝与黄酒置碗内放在锅内蒸煮10—15分钟。趁热服之（汁、药共服）。日服2次，连服3—7日不等。

〔对症〕 适用于气虚感冒，胸肋胀满，鼻塞不通等。

咳 嗽

方一：

〔成分〕 松子仁30克，核桃仁50克，蜂蜜30克。

〔用法〕 将两仁去皮捣烂成膏状，加入蜂蜜搅拌均匀即成。日服2次，白开水送下，连续服用，治愈为止。

〔对症〕 适用于肺热咳嗽。

〔禁忌〕 烟酒，辛辣和过咸食物等。

方二：

〔成分〕 甜杏仁500克，核桃仁500克，蜂蜜1000克。

〔用法〕 先将杏仁清炒至黄，凉后放入砂锅加水（量要多一些）煎煮，先用武火，沸后改用文火缓煎1小时左右。再放核桃仁共煎，武火收汁（切勿煎焦，不停搅拌）。视其要干时倒入蜂蜜，文火加热，搅拌均匀，沸后即成。降温后装坛或瓶中，加盖存放。日服2—3次，每服3—5克。经常服用，治愈为止。

〔对症〕 适用于肺肾两虚型久咳和老年体虚久咳、久喘等症。

〔注意〕 药物的配制，应根据季节而定剂量。夏季应

少做；天凉可适当多配制一些。以免药物发霉变质。服药期间忌房事。

方三：

〔成分〕 海蜇50克，荸荠50克，大萝卜200克（又名：莱菔，本方所用为变萝卜）。

〔用法〕 用海蜇切丝，荸荠去皮切碎，萝卜切碎。加水适量煎煮30—40分钟。日服2次，连服5—7剂即愈。

〔对症〕 适用于肺热咳嗽。

〔禁忌〕 烟酒和生冷、油腻、辛辣食物等。

方四：

〔成分〕 麻黄6克，炒杏仁10克，生石膏20克，桑白皮12克，菊花10克，瓜蒌皮12克，牛蒡子10克，炙枇杷叶10克，炙甘草6克。

〔用法〕 常法煎煮，日服2次，连服3—6剂。

〔对症〕 适用于哮喘咳嗽。

〔禁忌〕 烟酒和生冷、油腻、辛辣、腥味食物等。

方五：

〔成分〕 川贝母5克，甲鱼1只（约500克，甲鱼又叫团鱼、鳖）。

〔用法〕 将甲鱼常法宰杀，头与内脏弃之，切成四块，置于碗内。再将川贝母（捣碎）和葱、姜、黄酒、盐等（均

适量，不宜过多，尤其盐量越少越好），均匀撒在甲鱼块上。放入锅内蒸煮30—40分钟，趁热服之，最好一次服完。疗程视病情而定。

〔对症〕 适用于阴虚咳嗽，肺结核等症。

〔禁忌〕 烟酒和生冷食物。服药期禁房事。

方六：

〔成分〕 川贝母10克，法半夏10克，黄芩12克，桔红10克，云苓12克，竹茹12克，炙甘草6克。

〔用法〕 常法煎煮，日服2次，连服3—6剂。

〔对症〕 适用于肺热咳嗽。

〔禁忌〕 烟酒和生冷、油腻、辛辣、腥味食物等。服药期间忌房事。

方七：

〔成分〕 冬瓜子仁30克，豆腐200克，冰糖60克。

〔用法〕 加水适量，文火炖煮30分钟，降温后连汤带药一同服下。每日1—2次，连服3—5日或治愈为止。

〔对症〕 干咳，久咳诸症。

〔禁忌〕 烟酒和生冷、油腻，以及过咸食物等。服药期间忌房事。

方八：

〔成分〕 麻黄3克，白梨1个，冰糖50克。

〔用法〕 先用清水200毫升煎煮麻黄，然后去渣留汁，将白梨切开去核，与冰糖一同放入共煎，文火煎煮15分钟，待降温后，汤梨共进。每日2次，连服3—5日或治愈为止。

〔对症〕 主要用于干咳、久咳。

〔禁忌〕 烟酒及生冷、油腻、辛辣、过咸食物等。

方九：

〔成分〕 雪梨（或鸭梨）1个，贝母6克，冰糖25克。

〔用法〕 先将梨去皮剖开，把核去掉。然后取贝母（捣碎）与冰糖同置梨内，将梨对合放于碗内，入锅蒸煮20分钟，取出即可食用（梨、药、汁共食之）。每日2次，连服3—5日或治愈为止。

〔对症〕 用于干咳，燥咳，痰咳等症。

方十：

〔成分〕 罗汉果半个（也可用1个）。

〔用法〕 开水泡茶饮，每日3—4次，连服数日或作为长期饮用。每个罗汉果可连沏4—6杯水。

〔对症〕 罗汉果入肺、脾二经，可清肺润肠，治痰火咳嗽，小儿百日咳等症。

方十一：

〔成分〕 生甘草10克，麻黄5克，炒杏仁10克，生石膏30克，金银花10克，连翘10克，黄芩12克，川黄连6克。