

中国民间传统疗法丛书

单方验方

治百病

· 第3版 ·



程寿棠
程功文◎编著

DANFANG YANFANG
ZHIBAIBING



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

单方验方治百病

DANFANG YANFANG ZHI BAIBING

(第3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

单方验方治百病/程爵棠,程功文编著. —3版. —北京:人民军医出版社,2011.12

ISBN 978-7-5091-5194-5

I. ①单… II. ①程… ②程… III. ①单方(中药)—汇编
②验方—汇编 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 217393 号

策划编辑:杨磊石 文字编辑:杨 竞 责任审读:杨磊石

出 版 人:石 虹

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)51927292

网址:[www. pmmp. com. cn](http://www.pmmp.com.cn)

印、装:北京国马印刷厂

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:13 字数:329千字

版、印次:2011年12月第3版第1次印刷

印数:13001—18000

定价:32.00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2版的基础上修订而成,作者在四代家传、师授经验的基础上,经长期临床实践,广泛收集资料和精心筛选整理,系统介绍了1300多首单方验方的治疗经验。每首方剂包括组成、用法、功效、主治及附记,涉及内科、妇科、儿科、男科、皮肤性病科、伤外科和五官科等200多种常见病和部分疑难病症的单方验方治疗。全书内容丰富,资料翔实,介绍的方剂取材容易、疗效可靠、实用性强,可供基层医务人员、中医药爱好者及城乡家庭自疗者阅读参考。

第 1 版前言

单方验方治病是民间疗法之精华，是中医方剂学的重要组成部分。诸多单方验方，都是民间传之久远、医家传之于民、历经反复验证而沿用至今的。由于它们具有“取材方便、配伍简练、疗效显著”的特点，故能长期在民间广为流传和应用，并在防病治病中发挥越来越重要的作用。因此，总结和推广单方验方治疗疾病的经验很有必要。

因吾家前四代行医都在原籍乡村，故尤喜收集和应用单方验方治疗疾病。经历愈多，经验愈丰。20世纪60年代，笔者在农村工作多年，面对缺医少药、条件艰苦且疾病猖獗的状况，又广泛吸收民间经验，自采草药，运用了包括单方验方在内的民间疗法，收效颇著。笔者后来在临床上又常单用或伍用民间疗法，既方便了患者就诊，减轻其经济负担，又大大提高了临床疗效。有鉴于此，笔者根据40余年来的临床实践，融合四代家传、师授经验，从大量散在民间的单方验方中，通过验证筛选，总结整理，几经易稿，始编成《单方验方治百病》一书。

本书共分9章，即内科、妇科、儿科、男科、皮肤科、性病科、外科、眼科和耳鼻喉科。书中以内科疾病为主，共介绍了临床各科200多种常见病、多发病和部分疑难病症的单方验方治疗经验。每病简述于前，其方剂详述于

后。每方按组成、用法、功效、主治和附记等依次排列，条分缕析，井然有序。附记中对临证加减、禁忌、注意事项及配用等一一作了说明。未署名者均为民间经验。所选录之方，都是常用之方，且屡试屡验、疗效显著。

必须说明的是：其一，书中收载之方，都是从笔者医学笔记《临床验证录》中转录。因据验证而疗效确切者，随时录之，皆未注明资料来源，敬请见谅。其二，原方无方名者均为笔者拟加。其三，书中所列之方，既有口服，又有外用，均在每方用法中一一作了说明，务必按用法要求使用。日服2次，均为早、晚各服1次。其四，禁忌与忌口均在附记中作了说明。

在本书编写中，承蒙程美红、文力、刘一平、刘华、新苗、程华、程铭、程文、程平、刘荷花等协助做了大量的文字整理工作，并参加了部分书稿的编写，特此表示衷心感谢！

本书虽几经易稿，力求无误，但由于笔者学识浅薄、经验不足，如有遗漏和错误之处，恳请同仁高贤和广大读者不吝教言，批评赐正。

程爵棠

2006年1月于中国瓷都景德镇

第 3 版前言

本书自 2006 年初问世、2009 年初修订再版以来,由于其药源广、取材方便、内容实用、疗效确切而受到读者的厚爱。并多次接到读者来信或电话,既给予鼓励、赞扬,也提出了一些改进意见与建议,希望修订再版。为此,我们在保留前两版特色的基础上,根据读者的意见,本着“从严、从验、从简”的原则,再次对本书进行修订。此次修订,主要是修正了原版中的错漏,精减压缩了书中 33 首取材较难、疗效欠佳的方药,同时增补了作者近年来临床验证疗效确切的 21 首新方药和一些新的临床经验体会,使本书内容更加精练、丰富,更加实用。

在本书修订过程中,程美红、文力、程华、程铭、刘一平、刘华、张大英、新苗、李显平、程文、李平等协助做了大量的资料收集整理和校对工作,深表谢意。但由于笔者学识浅薄,虽经修订,仍难免有不足之处,敬希读者批评赐正。

程爵棠

2011 年 9 月

目 录

一、内科疾病

感冒	(1)	上消化道出血	(50)
流行性感冒	(3)	中风	(53)
高热	(5)	面瘫	(56)
中暑	(6)	急性黄疸型肝炎	(59)
头痛	(8)	急性无黄疸型肝炎	(63)
偏头痛	(11)	慢性肝炎	(64)
三叉神经痛	(12)	肝硬化	(66)
支气管炎	(14)	胆囊炎、胆石症	(68)
喘息型慢性支气管炎	(18)	胆道蛔虫症	(72)
支气管哮喘	(20)	胰腺炎	(74)
肺气肿	(24)	糖尿病	(76)
支气管扩张	(25)	肥胖症	(79)
咳血	(27)	原发性高血压	(81)
肺结核	(29)	低血压症	(86)
肺脓肿	(32)	高脂血症	(87)
肺炎	(34)	眩晕	(90)
慢性胃炎(胃脘痛)	(36)	冠心病	(92)
消化性溃疡	(40)	心绞痛	(94)
胃下垂	(42)	风湿性心脏病	(97)
胃炎(呕吐)	(44)	肺源性心脏病	(99)
膈肌痉挛(呃逆)	(46)	心律失常	(100)
消化不良	(48)	心力衰竭	(103)

神经衰弱·····	(104)	便血·····	(146)
失眠·····	(107)	便秘·····	(148)
风湿性关节炎·····	(109)	自汗、盗汗·····	(151)
类风湿关节炎·····	(112)	肾小球肾炎·····	(153)
痛风性关节炎·····	(114)	肾盂肾炎·····	(155)
肩关节周围炎·····	(116)	膀胱炎·····	(157)
痹证·····	(119)	乳糜尿·····	(159)
坐骨神经痛·····	(121)	尿路感染·····	(160)
肋间神经痛·····	(123)	泌尿系结石·····	(163)
疟疾·····	(125)	瘰疬·····	(166)
急性阑尾炎·····	(127)	血尿·····	(168)
贫血·····	(129)	吉兰-巴雷综合征·····	(170)
甲状腺功能亢进症·····	(133)	精神分裂症·····	(171)
甲状腺炎·····	(134)	癫痫·····	(173)
肠炎·····	(136)	瘧症·····	(175)
痢疾·····	(139)	血小板减少性紫癜·····	(176)
腹痛·····	(143)	腰痛·····	(178)
腹胀·····	(145)		

二、妇 科 疾 病

月经不调·····	(181)	妊娠恶阻·····	(198)
痛经·····	(183)	产后缺乳·····	(200)
闭经·····	(185)	回乳·····	(201)
倒经·····	(187)	产后腹痛·····	(203)
崩漏·····	(188)	产后自汗、盗汗·····	(204)
带下(阴道炎)·····	(191)	产后大便秘·····	(205)
宫颈糜烂·····	(195)	恶露不净·····	(206)
胎位异常·····	(197)	阴痒·····	(207)
习惯性流产·····	(198)		

三、儿 科 疾 病

小儿感冒·····	(210)	麻疹·····	(232)
小儿高热·····	(211)	水痘·····	(234)
小儿夏季热·····	(213)	惊风·····	(236)
小儿哮喘·····	(215)	夜啼·····	(237)
百日咳·····	(217)	流行性腮腺炎·····	(239)
小儿肺炎·····	(219)	小儿遗尿·····	(240)
小儿肾炎·····	(221)	小儿口角流涎·····	(243)
小儿小腹泻·····	(223)	小儿蛔虫病·····	(244)
小儿积滞·····	(225)	小儿蛲虫病·····	(246)
小儿厌食·····	(228)	小儿脱肛·····	(248)
小儿疳积·····	(230)		

四、男 科 疾 病

阳痿·····	(250)	前列腺肥大·····	(261)
遗精·····	(252)	龟头炎·····	(263)
早泄·····	(254)	睾丸炎与附睾炎·····	(265)
不育·····	(256)	睾丸鞘膜积液·····	(266)
性欲低下·····	(258)	阴茎包皮水肿·····	(268)
前列腺炎·····	(259)	阴囊血肿·····	(269)

五、皮 肤 科 疾 病

湿疹·····	(270)	扁平疣·····	(282)
带状疱疹·····	(273)	寻常疣·····	(284)
荨麻疹·····	(275)	黄水疮·····	(285)
白癬风·····	(276)	冻疮·····	(287)
神经性皮炎·····	(278)	鸡眼·····	(289)
银屑病·····	(280)	黄褐斑·····	(291)

- 手足皲裂····· (293) 少年白发····· (299)
皮肤瘙痒症····· (295) 狐臭····· (301)
脱发····· (297) 烧烫伤····· (302)

六、性传播疾病

- 淋病····· (306) 生殖器疱疹····· (314)
梅毒····· (308) 非淋球菌性尿道炎····· (315)
软下疳····· (310) 传染性软疣····· (316)
尖锐湿疣····· (311)

七、伤外科疾病

- 落枕····· (318) 骨髓炎····· (334)
扭挫伤····· (319) 疮疖····· (336)
颈椎病····· (321) 痈疽····· (338)
软组织损伤····· (322) 疔疮····· (340)
腰扭挫伤····· (324) 乳腺炎····· (341)
腰腿痛····· (325) 乳腺增生····· (342)
足跟痛····· (326) 毛囊炎····· (344)
骨质增生····· (328) 疔疮····· (346)
跌打损伤····· (330) 颈淋巴结结核····· (347)
脑震荡····· (332) 丹毒····· (350)
破伤风····· (333) 痔疮····· (351)

八、眼科疾病

- 睑腺炎····· (354) 沙眼····· (360)
结膜炎····· (355) 夜盲症····· (361)
角膜炎····· (357) 青光眼····· (363)
电光性眼炎····· (358) 白内障····· (364)
泪囊炎····· (359) 视神经萎缩····· (366)

角膜薄翳·····	(367)	近视·····	(369)
-----------	-------	---------	-------

九、耳鼻咽喉与口腔疾病

耳鸣·····	(371)	鼻渊·····	(384)
耳聋·····	(372)	酒渣鼻·····	(387)
梅尼埃病·····	(373)	扁桃体炎·····	(389)
化脓性中耳炎·····	(375)	咽炎·····	(391)
耳郭血肿·····	(377)	喉炎·····	(392)
诸虫入耳·····	(378)	咽喉炎·····	(393)
鼻衄·····	(379)	牙痛·····	(394)
鼻炎·····	(380)	溃疡性口炎·····	(396)
过敏性鼻炎·····	(382)	口臭·····	(399)
萎缩性鼻炎·····	(383)	误吞异物·····	(400)

一、内科疾病

感 冒

感冒是由外感以风邪为主的四时不正之气所引起的一种外感性疾病。临床以发热、恶寒、头痛、身痛、鼻塞、流涕、打喷嚏、咳嗽为主要特征。一年四季皆可发病,尤以冬春寒冷季节为多见,是临床常见多发病。

六淫外袭,以风为主。“风为百病之长”,风邪侵袭,每多兼夹,尤以兼夹寒、热之邪为多。尤以身体虚弱、卫气不固,每遇气候变化、寒热失调时而易罹患。且反复发作,日久不愈。

以感受风邪为主的,为伤风感冒。症见头痛、鼻塞、打喷嚏、流涕怕风、脉浮等;挟寒邪的为风寒感冒,症见恶寒、发热、无汗、头痛、身痛和鼻塞流涕、脉浮紧等;挟热邪的为风热感冒,症见发热、恶风(或微恶寒)、头痛目胀、咽喉肿痛、口干欲饮、汗出、脉浮数等。

银芦汤

【组成】金银花 30g,鲜芦根 60g,薄荷 10g。**【用法】**先将金银花、芦根加清水 500ml,煎煮 15 分钟后下薄荷,再煎沸 3 分钟,滤去渣,加白糖适量。每日 1 剂,日服 3 或 4 次,热服。**【功效】**清热解毒,辛凉解表。**【主治】**风热感冒。**【附记】**本方适用于各种热病初起;对发热较重的风热型感冒,疗效显著。

苏姜汤

【组成】紫苏叶、生姜各 3g,红糖 15g。【用法】先将生姜、紫苏叶洗净切成细丝,放入瓷杯内,再加红糖以沸水冲泡,盖上杯盖,浸泡 10 分钟,即成。日服 2 次,趁热服食。【功效】发汗解表,驱寒健胃。【主治】风寒感冒。【附记】本方适用于风寒感冒,尤其对同时患有恶心、呕吐、胃痛、腹胀等症的胃肠型感冒,则更为适宜。

姜糖白菜汤

【组成】生姜 6g,红糖 30g,干白菜根 1 个(20~30g)。【用法】先将白菜根、生姜洗净切片,加水煎汤,去渣,调入红糖化服。每日 3 剂,日服 3 次。【功效】辛温解表,健胃利尿。【主治】风寒感冒,症见怕风,微发热或不发热,鼻塞流清涕,头痛或兼咳嗽,舌苔薄白,脉缓。【附记】本方对于风寒感冒及轻症或伤风感冒,用之颇验。

藿佩薄荷汤

【组成】鲜藿香、鲜佩兰各 10g,薄荷 6g。【用法】先将上药洗净、切细,用沸水冲泡,密闭 10 分钟即成。每日 1 剂,代茶饮。【功效】清暑解表。【主治】暑天感冒。【附记】对于暑天感冒患者,本方有较好的治疗和预防作用。

加味石膏汤

【组成】石膏 60g,茶叶、淡豆豉各 15g,栀子 5 枚,薄荷 30g,荆芥 5g,葱白 3 根。【用法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次,宜温服。【功效】辛凉解表,清热除烦。【主治】风寒感冒,体热头痛等。【附记】本方适用于风寒感冒,二三日不解,寒郁化热者尤为适宜。

银楂蜂蜜汤

【组成】金银花 30g,山楂 10g,蜂蜜 250g。【用法】先将前 2

味放入沙锅内,加水适量,置武火上煎沸,再用文火煎 3~5 分钟后,取出药液,再加水适量,如上法煎沸取汁。将两次药液合并,放入蜂蜜,搅拌均匀,分 3 次服用,或随时饮服。【功效】辛凉解表,清热化积。【主治】风热感冒,便秘夹积。

五味香薷饮

【组成】香薷、金银花、淡竹叶、六一散(包煎)各 10g,藿香 9g。

【用法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次。【功效】清暑解表,清热利湿。【主治】暑令感冒。

桑菊饮

【组成】桑叶 15g,杭菊花 30g,薄荷(后入)10g,鲜芦根 50g。

【用法】先将桑叶、杭菊花、芦根 3 味放入沙锅内,加清水 500ml,煎沸后加入薄荷,文火煎 5~10 分钟。水煎两次,将两次药汁混合,分 2 或 3 次服用。每日 1 剂。【功效】辛凉解表,清热养阴。

【主治】风热感冒,头痛、发热、口渴欲饮者。【附记】用本方治疗 50 例,服药 1~5 剂后,全部治愈。

流行性感冒

流行性感冒,其症较一般感冒重,而且具有传染性,在临床上较为常见。多因外感风寒或风热之邪而兼夹时疫之邪所致。症状与风寒或风热感冒相似,但其症较重。起病急,病程短,高热,乏力,全身酸痛,咳嗽。本病传染性强,易引起暴发及大流行。

加减香薷饮

【组成】香薷、金银花、连翘、青蒿、板蓝根各 10~15g。【用

法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次。【功效】清暑解表,清热解毒。

【主治】夏季“流感”。【附记】本方剂量可视病情酌定。①加减:偏寒者加淡豆豉;偏热者加薄荷、野菊花;汗多去香薷;热盛加鸭跖草;咳重加杏仁、车前草;暑湿明显加鲜藿香、鲜佩兰、厚朴、六一

散;恶心呕吐加姜半夏、竹茹。②效果:毛文彬用本方治疗 96 例,全部治愈。

板蓝根汤

【组成】板蓝根 30g。【用法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次。或用板蓝根冲剂(中成药),每取 1 包,用开水冲泡,日服 2 次。【功效】清热解毒。【主治】流行性感胃。【附记】本方用于治疗 and 预防流感。均有较好的效果。

四味流感汤

【组成】灯笼草、三桠苦、乌梅根各 30g,甘草 9g。【用法】水煎服,每日 1 或 2 剂,日服 2~4 次。连服 3 天。【功效】辛凉解表,清热解毒。【主治】流行性感胃。【附记】用本方治疗 100 例,治愈 79 例,有效 14 例,无效 7 例,总有效率为 93%。

本方适用于暑温发热、风热型流感,对体质虚弱和风寒偏重的感胃,则不宜使用。

大青叶汤

【组成】大青叶、板蓝根、紫草各 50g。【用法】上药用温水浸泡半小时后,用文火煎,煮沸后 3~5 分钟即可。每日 1 剂,日服 2 次。小儿以少量昼夜服。【功效】清热、凉血、解毒。【主治】流行性感胃。【附记】用本方治疗 156 例,均获痊愈。一般服药 2 剂而愈,少数服 3 或 4 剂而愈。愈后观察,未发现反复和副作用。

贯众二青汤

【组成】贯众、四季青各 15g,大青叶 9g,甘草 6g。【用法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次。【功效】清热解毒。【主治】流行性感胃。【附记】四季青为爵床科植物爵床的全草。

荆芥二草汤

【组成】紫苏叶、荆芥各 15g,苍耳子、鱼腥草各 10g,鸭跖草 50g。【用法】水煎服。每日 1 剂,日服 2 次。【功效】辛温解表,

清热解毒。【主治】流行性感冒(风寒型)。【附记】用本方治疗50例,全部治愈。

蒲公英汤

【组成】蒲公英30g,羌活15g,牛蒡子、薄荷(后入)各10g。

【用法】水煎服。每日1剂,日服2次。【功效】清热解毒,疏风止痛。【主治】流行性感冒发热、头痛。

高 热

高热,是外感热性病中出现的一个共同症状。在临床上所见甚多,为病较重。多因外感风热或风温、暑温之邪,侵犯肺卫,由卫入气所致。

青蒿汤

【组成】青蒿15~30g,银柴胡12~15g,白芷、辛夷各6~10g。

【用法】水煎服。每日1剂,水煎2次,分3次口服。【功效】清热养阴,疏散风寒。【主治】高热。【附记】①加减:若周身酸痛轻加秦艽10g,葛根15g;重者加羌活、独活各10g;若咽痛加山豆根10g,桔梗6g;若咳嗽加杏仁、川贝母各10g。②效果:周学池用本方治疗165例,除1例服药后出现鼻衄而中途改用其他药物外,其余病例都在服药1剂后痊愈,治愈率为99.1%。全部病例基本都在服药后24小时内体温降至正常范围。最快在服药后4~6小时体温恢复正常,且不再回升。③本方适用于感冒高热。部分患者服药后有轻微口干,停药或多饮水即可消失。

鱼腥草汤

【组成】鱼腥草50g,虎杖、威灵仙、败酱草各10g。【用法】水煎服。每日1剂,日服3次,1周为1个疗程。【功效】清热解毒,祛风除湿。【主治】感染性高热。【附记】用本方治疗88例,均在服药3~5天内退热,诸症消失,全部治愈。