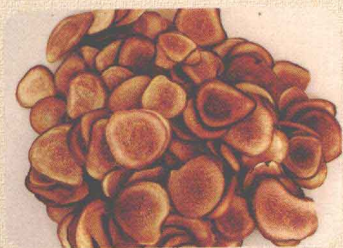


王惟恒 编 著

精选中医治疗中风的1000余首秘验特效良方
包括中药内服、外敷、熏洗，以及食疗等
选方用药重“简、便、廉、验”
轻松掌握防治良策，摆脱中风困扰



中 风

千

家

妙

方



人民军医出版社



王惟恒 编 著

精选中医治疗中风的1000余首秘验特效良方
包括中药内服、外敷、熏洗以及食疗等
选方用药注重“简、便、廉、验”
轻松掌握防治良策，摆脱中风困扰

中 风



人民军医出版社

图书在版编目(CIP)数据

中风千家妙方/王惟恒编著. —北京:人民军医出版社, 2011. 10
ISBN 978-7-5091-5174-7

I. ①中… II. ①王… III. ①中风—验方—汇编 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 188267 号

策划编辑:焦健姿	文字编辑:郁 静	责任审读:陈晓平
	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)51927271		
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 1/24	
印张:6	字数:93 千字
版、印次:2011 年 10 月第 1 版第 1 次印刷	
印数:0001—5000	
定价:19.50 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

丛书编委会

主 编 王惟恒

副主编 黄 芳 胡顺强

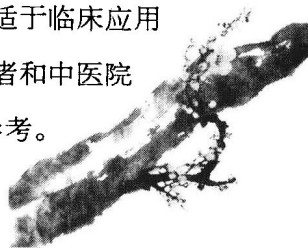
编 委 丁赞华 王惟恒 王 君 王晓瑛

汪 文 陆霞英 胡顺强 胡 芳

黄 芳 强 刚 谭洪福

内 容 提 要

本书是“千家妙方”系列丛书中的中风分册,分上、下2篇。上篇主要介绍中风征兆与中风的药物防治,下篇介绍中风后遗症的中药治疗。书中共收集治疗中风病药方1000余首,所介绍的方药都是通过临床实践证明疗效确切或前人用之有效且有文献依据的,并具有容易掌握、应用简便、取材方便、不受设备条件限制、疗效稳妥可靠、适于临床应用等优点。本书简洁实用,易学易懂,适合中医爱好者和中医院校师生学习参考,也可供中风患者及其家属阅读参考。



前言

中风千家妙方



高血压

高脂血症

肥胖症

糖尿病

心脏病

动脉硬化

...

提起“中风”，人们可谓是既熟悉又陌生。说熟悉，是一般人都知道它是严重威胁中老年人健康和生命的疾病，其发病率和死亡率在老年人中名列前茅；说陌生，是人们缺乏对它的全面了解，不识其“庐山真面目”。其中最普遍的误解是把“中风”当成一种病。其实，中风是急性脑血管疾病的统称。它是以猝然昏倒，不省人事，伴发口眼喎斜、语言不利、半身不遂或无昏倒而突然出现半身不遂为主要症状的一类疾病。中风后，大部分患者都遗留偏瘫、语言不利、肢体麻木或无力僵硬和痉挛、大小便失禁等后遗症。因这类疾病起病急骤，来势凶猛，病情变化迅速，像自然界的风一样“善行数变”“变化莫测”，故名为“中风”。因其发病突然，亦称为脑卒中或脑血管意外。

还有一种被称为“面中风”的疾病，现代神经病学命名为特发性面神经麻痹，又称面神经炎，是一种病因不明的周围神经病，主要表现为口角喎斜、病变侧额纹消失、闭眼不能等，病变部位在周围的面神经，而不在中枢神经（指的是脑）。准确地说，广义的中风包括脑中风和面中风；狭义的中风则专

指脑中风。本书所说的中风均是指脑中风。

中风是中老年的常见病、多发病，是当今世界对人类危害最大的疾病之一，具有发病率高、病死率高、致残率高、复发率高以及并发症多的“四高一多”特点。近年来，由于诊疗水平的提高，中风的病死率有所降低，但致残率仍居高不下，约 80% 的存活者尚留有不同程度的功能障碍，即中风后遗症，给患者家庭和社会带来了沉重的负担。本书广泛搜集并选录了中医名家和民间治疗中风的经验效方。在此，向所收录的验方作者表示感谢！对书中的错误或不足之处，敬请读者批评指正。

王惟恒

目 录

中风千家妙方



高血压

高脂血症

肥胖症

糖尿病

心脏病

动脉硬化

•••

上篇 中风征兆与中风防治

2 高血压与中风征兆

3 潜熄宁合剂治高血压

4 黄精四草汤治高血压

4 降压汤治高血压

4 化痰承气汤治高血压

5 葛根槐茺汤治高血压

5 甘菊花露治高血压

5 菊槐茶治高血压

6 二子茶治高血压

6 夏枯草降压茶治高血压

6 决明罗布麻茶治高血压

7 枸杞决明茶治高血压

7 桑寄生茶治高血压

7 山楂荷叶茶降压降脂

8 山楂首乌茶降压降脂

8 菊花山楂茶降压降脂

8 松针茶降压、降脂

9 菊花脑粥治高血压

10 芹菜粥治高血压

10 天麻鱼头治高血压

10 荷叶冬瓜汤治高血压

11 单方贴涌泉治高血压

11 足浴方治高血压

12 药枕妙方治高血压

13 脐疗单方治高血压

14 高脂血症与中风征兆

- | | |
|----------------|----------------|
| 15 降脂合剂治高脂血症 | 18 菊花决明子粥治高脂血症 |
| 15 三七复方治高脂血症 | 18 三七何首乌粥治高脂血症 |
| 15 三仙降脂方治高脂血症 | 19 消脂酒治高脂血症 |
| 16 何首乌黄芪汤治高脂血症 | 19 山楂降脂茶治高血脂 |
| 16 柿叶山楂茶治高脂血症 | 20 何首乌降脂茶降脂减肥 |
| 17 玉米山楂散治高脂血症 | 21 乌龙消脂益寿茶降脂减肥 |
| 17 杜仲茶治高脂血症 | 21 健身降脂茶降脂减肥 |
| 17 山楂粥治高脂血症 | 22 减脂茶降高血脂 |
| 18 泽泻粥治高脂血症 | 22 三宝茶降脂、降压 |

23 肥胖症与中风倾向

- | | |
|----------------|----------------|
| 25 王琦经验方治肥胖症 | 28 山楂银菊茶治肥胖症 |
| 25 荷术汤治肥胖症 | 29 桑白皮芦根饮治肥胖症 |
| 25 消胖灵治肥胖症 | 29 双乌茶治肥胖症 |
| 26 减肥轻身汤治肥胖症 | 29 玉盘葫芦茶治肥胖症 |
| 26 番泻减肥茶治肥胖症 | 30 清络饮治肥胖症 |
| 26 三花减肥茶治肥胖症 | 30 还童茶治肥胖症 |
| 27 保健减肥茶治肥胖症 | 30 窈窕绿茶降脂减肥 |
| 27 荷叶茶治肥胖症 | 30 荷叶清茶降脂减肥美容颜 |
| 28 消脂乌龙茶治肥胖症 | 31 消脂绿茶降脂减肥除口臭 |
| 28 山楂薏仁荷叶茶治肥胖症 | |

32 糖尿病与中风征兆

- | | |
|------------|------------|
| 33 消渴方治糖尿病 | 33 玉液汤治糖尿病 |
|------------|------------|



- 34 滋脾饮治糖尿病
- 34 黄芪六一汤治渴补虚
- 35 黄芪葛根汤治糖尿病并发症
- 35 胜甘汤治糖尿病
- 35 胜甘降糖方治糖尿病
- 36 梅花三黄汤治糖尿病
- 36 丝瓜茶治糖尿病
- 36 消渴茶治糖尿病
- 37 家常炒洋葱治糖尿病
- 37 玉米须煲瘦肉治糖尿病

41 心脏病与中风征兆

- 42 银翘白虎汤治风湿性心脏病
- 43 双仁养心散治风湿性心脏病
- 43 四合一方治风湿性心脏病
- 44 邓铁涛治风湿性心脏病经验方
- 45 风湿性心脏病食疗方选粹
- 47 健心汤治心房颤动
- 48 炙草汤治心房颤动
- 50 参附汤加味治心房颤动
- 50 养心定志汤治冠心病
- 51 丹参红花汤化瘀宁心治冠心病

58 动脉硬化与中风征兆

- 59 胡麻散治动脉硬化
- 59 四仁膏治动脉硬化

- 37 蚌肉苦瓜汤治糖尿病
- 38 枸杞子炖兔肉治糖尿病
- 38 黄芪山药煎治糖尿病
- 38 山药薏米粥治糖尿病
- 39 绿豆南瓜羹治糖尿病
- 39 猪胰食疗法治糖尿病
- 40 豆浆粥治糖尿病
- 40 木耳粥治糖尿病
- 40 槐花粥治糖尿病
- 40 石斛玉竹茶辅治糖尿病

- 51 人参三七琥珀散治冠心病
- 52 气血冲剂治冠心病
- 52 益神方治冠心病
- 53 丁郁四神散治冠心病
- 53 冠心通痹汤治冠心病
- 55 参七散治冠心病心绞痛
- 55 心绞痛方治冠心病心绞痛
- 56 龙牡安神汤治冠心病
- 57 强心饮治冠心病

- 60 楮实丸治动脉硬化
- 60 茵陈降脂方治动脉硬化

- | | |
|-----------------------|------------------|
| 60 止麻消痰活血汤治动脉硬化肢麻症 | 62 黄芪汤治脑动脉硬化症 |
| 62 颈椎病与中风征兆 | |
| 63 葛根二藤汤治颈椎病 | 67 中药穴位敷贴治颈椎病 |
| 64 蠲痹汤治颈椎病 | 68 二仙搽液治颈椎疼痛 |
| 64 除痹逐瘀汤治颈椎病 | 68 骨碎补酒外搽治颈部肌肉僵痛 |
| 65 颈复汤治颈椎病上肢麻木 | 69 药枕治疗颈椎病 |
| 65 治颈椎病头痛眩晕 | 70 葛根五加粥治颈椎病颈项强痛 |
| 66 华佗眩晕方治“颈筋急” | 70 天麻炖猪脑治颈椎病眩晕 |
| 67 中药熏洗治颈椎病 | 70 杭菊桃仁粥治颈椎病眩晕头痛 |
| 71 中风效方与调养食方选粹 | |
| 71 大黄羚羊散治出血性中风 | 73 化痰通脑方治缺血性脑中风 |
| 72 萎星承气汤治出血性中风 | 73 黄芪天麻治脑梗死 |
| 72 抵挡汤治急性脑出血 | 74 辨证食疗治中风 |
| 72 活血化痰方治急性脑出血 | 76 巧用药茶治中风 |
| 73 黄藤南菖汤治急性脑中风 | 78 巧用药粥治中风 |

下篇 中风后遗症

82 中风后肢体瘫痪(半身不遂)

- | | |
|-----------------|---------------|
| 82 芪蛇汤治半身不遂 | 84 醋蒸胡椒梨治半身不遂 |
| 83 三七参芪鸡肉汤治半身不遂 | 85 黄芪南蛇汤治半身不遂 |
| 83 地黄龟肉汤治半身不遂 | 86 龟血羹治半身不遂 |
| 84 黄芪猪肉羹治半身不遂 | 86 蚯蚓散治半身不遂 |

87 乌豆独活饮治半身不遂

87 葛粉荆芥豆豉羹治半身不遂

87 蓖麻油饮治半身不遂

88 地龙桃花饼治半身不遂

89 参龙桃红蒸猪脑治半身不遂

90 赤车使者酒治半身不遂

90 秘传药酒治半身不遂

91 黄芪乌蛇酒治半身不遂

91 补血壮骨酒治半身不遂

91 黑豆丹参酒治半身不遂

92 天麻淫羊藿酒治半身不遂

92 白花蛇酒治半身不遂

93 石斛天麻酒治半身不遂

94 【附录 1】肢体瘫痪病人防治便秘良方

97 【附录 2】肢体瘫痪者褥疮防治良方

100 中风后失语或语言不利

100 葛粉面条汤治中风后语言不利

101 贝母木蝴蝶粥治中风后语言不利

101 甘桔蝉蝶饮治中风后语言不利

102 地黄粥治中风后语言不利

102 枸杞归芪大枣瘦肉汤治中风后语言不利

103 黑豆独活汤治中风后语言不利

103 天麻炖猪脑治中风后语言不利

104 人乳陈酱饮治中风后语言不利

105 三味粟米粥治中风后语言謇涩

105 中风后口眼喎斜

106 防风粥治中风后口眼喎斜

106 川芎白芷水炖鱼头治中风后口眼喎斜

107 豨薟草饴糖饮治中风后口眼喎斜

107 蚕沙酒治中风后口眼喎斜

108 枳壳酒治中风后口眼喎斜

108 鳝血疗法治中风后口眼喎斜

109 鸡血疗法治中风后口眼喎斜

110 中风后吞咽困难

110 刀豆壳米汤治中风后吞咽困难

111 豆蔻荷叶饮治中风后吞咽困难

112 枇杷叶生姜粥治中风后吞咽困难

112 韭菜姜汁奶治中风后吞咽困难

113 苏子粥治中风后吞咽困难

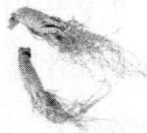
113 中风后智能障碍

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 114 香菇芹菜炒墨鱼治中风后智能障碍 | 118 黑豆枣杞汤治中风后智能障碍 |
| 115 补脑宁神羹治中风后智能障碍 | 118 补脑增智饮治中风后智能障碍 |
| 116 四味粟米粥治中风后智能障碍 | 119 益智羹治中风后智能障碍 |
| 116 黑豆核桃泥治中风后智能障碍 | 119 蛋黄山药粳米粥治中风后智能障碍 |
| 117 大枣木耳汤治中风后智能障碍 | 120 地黄乌鸡治中风后智能障碍 |
| 117 桂圆莲子汤治中风后智能障碍 | 120 杞精炖鹌鹑治中风后智能障碍 |

121 中风后烦躁抑郁

- | | |
|---------------------|----------------------|
| 122 莲心茶治中风后烦躁抑郁 | 126 芹菜瘦肉汤治中风后烦躁抑郁 |
| 122 百合粥治中风后烦躁抑郁 | 127 芹菜酸枣仁汤治中风后烦躁抑郁 |
| 123 酸枣仁粥治中风后烦躁抑郁 | 127 磁石肾粥治中风后烦躁抑郁 |
| 123 莲心大枣汤治中风后烦躁抑郁 | 128 黄连阿胶鸡子黄汤治中风后烦躁抑郁 |
| 123 甘草小麦红枣汤治中风后烦躁抑郁 | 128 杞叶炒猪心治中风后烦躁抑郁 |
| 124 合欢花蒸猪肝治中风后烦躁抑郁 | 129 二味猪脑汤治中风后烦躁抑郁 |
| 125 灯心花苦瓜汤治中风后烦躁抑郁 | 129 石菖蒲炖猪心治中风后烦躁抑郁 |
| 125 红枣炖羊心治中风后烦躁抑郁 | |

中风征兆与中风防治



高血压 · 高脂血症 · 肥胖症 · 糖尿病 · 心脏病 · 动脉硬化 ···

中风又称脑中风、脑卒中，其病理基础是高血压、脑动脉硬化。由于脑血管壁的粥样硬化，致使血管腔变狭窄或形成夹层动脉瘤，在各种诱因如情绪激动、精神紧张、用力过猛、血压升高等因素影响下，造成血管破裂或堵塞，使脑血液循环障碍，形成部分脑组织缺血、水肿等病理改变，导致神经功能障碍，从而出现一系列相应的中风症状。一旦发生中风，病情一般均较严重，经过积极抢救而幸存者中，有部分患者会出现不同程度的后遗症，如半身不遂、口眼喎斜、语言不利等。

中风是可以预防的，关键是对有中风征兆的患者应采取积极的干预或有效的防治措施。有一位美国神经病学教授将所有中风的危险因素按其重要性和危害程度排列如下：①肯定有中风征兆的危险因素，如高血压、心脏病、糖尿病、短暂性脑缺血发作（TIA）、外源性雌激素（口服避孕药）、A型性格；②可能增加中风危险因素有高血脂、肥胖、吸烟等。一般认为，具有

多项或联合危险因素比单一危险因素对中风的影响要大得多。

中风的危险因素按可改变和不可改变的因素分类：第一类是不能改变的因素，如性别、年龄等；第二类是环境因素，如感染、家庭环境、工作环境或寒冷天气；第三类是个体不良生活方式，包括吸烟、饮酒、少运动、膳食结构不合理等；第四类是家族性与环境因素结合而成的疾病，如高血压、糖尿病。除第一类外，对后3类均可通过积极干预，或采取有效的预防措施，从而使发生中风的危险得到控制或得到一定程度的控制，可能使有中风征兆的人不发生中风，至少可以延缓中风的发生时间。也就是说，后3类的危险因素可通过人为的干预而发生有利的改变。

上篇

中风征兆与中风防治

高血压与中风征兆

高血压的危害并不在于高血压本身，而在于它极易导致中风。据统计，有3/4以上的中风是由于高血压引发的。有资料表明，收缩压（俗称高压）每增高10毫米汞柱，出血性中风的发生危险增加54%，梗死性中风的发病危险增加47%；舒张压（俗称低压）每增高5毫米汞柱，发生中风的危险增加46%。同时，高血压持续时间越长，中风发生的可能性就越大。

高血压使血管的张力增高，将血管“绷紧”，时间长了，血管壁的弹力纤维就会断裂，引起血管壁的损伤，同时血液中的脂质也就容易渗透



并沉积在血管壁的内膜中，使动脉失去弹性，动脉内膜受到损伤，造成动脉硬化，动脉变硬、变脆，管腔狭窄。而脑动脉的外膜和中层本身就比身体其他部位动脉的外膜和中层要薄。在动脉发生病变的基础上，若病人的血压突然升高，就有发生脑出血的可能；如果病人血压突然下降，就会发生脑血栓。病人患了高血压不治疗，或者断断续续地治疗，导致血压没有很好控制，也容易引起中风。因此，积极有效地防治高血压是预防脑出血的重要措施。

高血压无法根治，必须长期服药、终身服药。在服用西药的同时，配合中药治疗可提高和巩固疗效。用中药治疗切勿一味潜镇苦泻，须以调整阴阳，恢复阴阳气血平衡为宗旨，以辨证论治为原则，通过调整阴阳，达到血压平稳。

潜熄宁合剂治高血压

◎ 珍珠母（先煎）12 克、天麻 12 克、钩藤 15 克、菊花 10 克、桑甚 12 克。每天 1 剂，早、晚分 2 次服。适用于高血压见阴虚阳亢证者。症见头痛头胀，眩晕耳鸣，面红赤，口苦心烦，舌红，脉弦有力。（《内科辨病专方治疗学》郭振球经验方）

黄精四草汤治高血压

◎ 黄精 20 克，夏枯草、益母草、车前草、豨莶草各 15 克。先将上药用水浸泡 30 分钟，再煎煮 30 分钟，每剂煎 2 次。将 2 次煎液混合，早晚分服。适用于高血压见肝火上炎证者。（《中医诊治 100 病》当代名医董建华经验方）

降压汤治高血压

◎ 石决明、刺蒺藜、夏枯草、丹参各 30 克，车前子 45 克。水煎服，每日 1 剂。功效：清热泻火，平肝潜阳。主治：高血压属风阳偏亢型，头痛发胀，眩晕头昏，项强耳鸣，面红目赤，急躁易怒，失眠多梦，口苦口干，大便秘结，舌红苔黄，脉弦滑数。[崔极贵. 江西中医药, 1985; (1): 19]

化瘀承气汤治高血压

◎ 丹参 30 克，牛膝 30 克，酒制大黄 6 克。水煎服，每日 1 剂。功效：活血化瘀，行血通络。适用于高血压属瘀血阻络型，头痛头晕，心烦胸闷或胸痛，惊悸怔忡，精神不振，出现语言謇塞、肢体麻木等中风先兆症状，舌质紫暗、苔白，脉弦涩或细涩。[徐应抒. 中国医药学报, 1989; (2): 21]

按：据报道，用本方治疗高血压 105 例，降压效果与复方降压片相当，



二者疗效无显著差异。

葛根槐花汤治高血压

◎ 葛根 30 克，槐花 15 克，茺蔚子 15 克。水煎服，每日 1 剂。功效：活血化瘀，行血通络。适用于高血压属瘀血阻络型，头痛头晕，心烦胸闷或胸痛，惊悸怔忡，精神不振，或出现语言蹇塞、肢体麻木等中风先兆症状，舌质紫暗、苔白，脉弦涩或细涩。[黄骏，湖北中医杂志，1985；(1)：27]

甘菊花露治高血压

◎ 于霜降前采集盛开的甘菊花，蒸后晒干备用。用时先加水浸泡 2 小时，然后放入蒸馏锅内蒸，收集蒸馏液即可。每次饮 15 毫升，1 日 2 次。

菊槐茶治高血压

◎ 菊花 10 克，槐花 10 克，绿茶 3 克。共放茶杯内，冲入沸水，加盖浸泡 10 分钟即可。边饮边加开水，每日 1 剂。有平肝祛风、清火降压的作用，对早期高血压引起的头痛、头晕、目赤肿痛、眼底出血、鼻出血等效果较佳。