

本草纲目

廉验效方精编

主编 王绪前



人民卫生出版社

本草纲目

廉验效方精编

主 编 王绪前
副主编 李晶晶 徐荣鹏
编 委 王 宇 王绪前 李 杰
李晶晶 刘 用 徐荣鹏
黄 芳 曾祥法 喻小明

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

本草纲目廉验效方精编/王绪前主编. —北京:人民卫生出版社, 2011. 5

ISBN 978-7-117-14254-0

I. ①本… II. ①王… III. ①本草纲目-验方-汇编
IV. ①R281.3②R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 040227 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

本草纲目廉验效方精编

主 编: 王绪前

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 尚艺印装有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 22

字 数: 591 千字

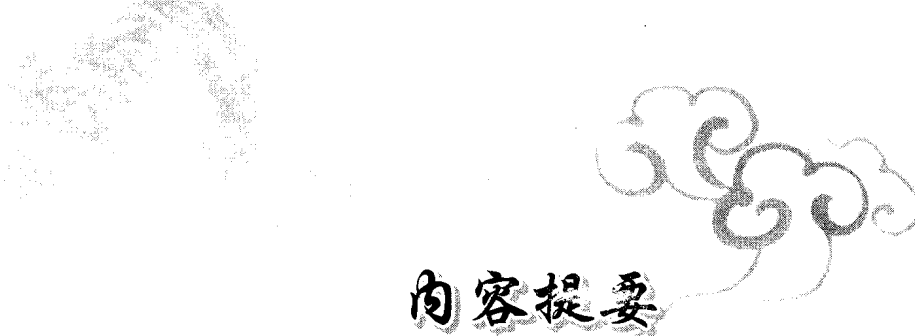
版 次: 2011 年 5 月第 1 版 2011 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-14254-0/R · 14255

定 价: 43.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)



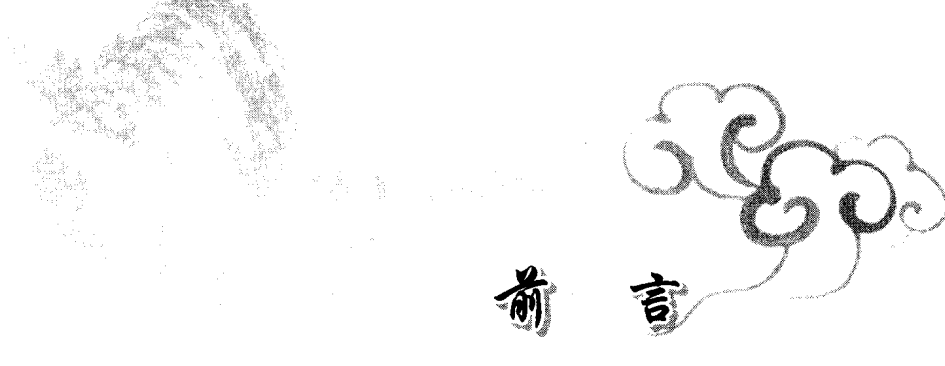
内容提要

《本草纲目》是中国最具世界性影响的药理学巨著，曾被英国生物学家达尔文誉为“中国古代的百科全书”。书中除记载丰富的本草知识外，还收录了大量简便廉验的附方。

本书选辑《本草纲目》中比较实用的千余首验方，采集精华，并加以诠释。力求使读者一读就懂，一看就会，方便实用，便于操作，行之有效，读后受益。所选之方虽小，其意却深，仓促之间，危急之时，临证用之，或可收效于顷刻。书中亦收录不少食疗方，可供家庭生活中选用。

全书以 130 个病证名为纲，下列若干验方，便于临床查阅使用。

本书可供中医临床工作人员、中医爱好者参考使用。



前言

明代伟大医药学家李时珍知识渊博，阅历丰富，穷毕生之精力，采众家之精华，历近 30 载之艰辛，焚膏继晷，恒兀穷年，始完成巨著《本草纲目》。其书参考 800 余家先贤典籍，广收博采，汇植物学、动物学、矿物学等于一书，物以类从，纲目明分；熔冶炼、物候、气象、天文、历法、史学、术数、地理、诗赋、俚语、谚语于一炉，书博而不繁，详而有要。于此之外，亦涉及训诂学、语言文字学，务使说理通透，了无遗蕴。实为医药之法典，百科之全书。

上古神农尝百草之滋味，水泉之甘苦，令民知所避就。伊尹为汤液，拯黎元之疾苦，赞天地之化育。盖自古以来，本草的丰富，医道的进步，皆是疾病的驱使而然。数千年来，治病之方或存或留，或散或失。然存者，可为后世之效法；失者，则为后世之喟叹。《本草纲目》集先贤之效方，采己用之验方，不欲治法之繁杂而删繁就简，但使治病之法全而惠及生灵。然而其文博，书分 52 卷，药载 1892 种，计 190 余万字；其意深，言及格物，词涉训诂，文引诗词；其理奥，上考岐黄，中及仲景，下通诸家；其糟杂，如孝子衣帽、寡妇床头灰之属。仓促之间，欲援以为治者，实难检索，实难分辨，实难应用。

今为使《本草纲目》惠泽后世，特选取《本草纲目》中简便实用之方，以病名为纲，便于检索；以治法归类，便于应用；以医理诠释，便于理解。凡稀缺罕见之药、病人感情难以接受之药、医理艰涩难



懂之方，皆不在引用之列。务使以通俗易懂之语言，阐述医理药理之原由，而读者能获益于中，则不枉古人之良苦用心矣。

本书以人民卫生出版社出版的由刘衡如先生点校的《本草纲目》为蓝本，全书按照病名、病证，以汉字笔画顺序编排。然《本草纲目》博大精深，且年移代隔，古人用药之意难以揣测，不当之处，望请见谅。

王绪前

湖北中医药大学



目 录

三 画

口臭	1
口疮	3
口渴	12

四 画

中暑	18
中风	21
月经不调	30
牙痛	36
心痛	46
心悸	52
水肿	54
反胃	72
丹毒	77
不寐	82

五 画

头屑	88
头痛	89
头发异常	101
失音	105

目翳	106
目赤	112
目暗	124
白浊	133
白秃	141
白癜风	144

《 六 画 》

阴挺	147
阴冷	148
阳痿	149
血证	152
吐血	156
吐泻	165
汗证	166
耳聋	173
虫证	176
虫蛇咬伤	179

《 七 画 》

呕吐	183
尿血	190
尿频	193

尿闭	194
呃逆	198
冻疮	202
肠痈	204

《 八 画 》

泄泻	207
疝气	217
乳痈	223
疟疾	228
经闭	233
金疮	234
狐臭	238
肺痈	239
肺痿	242
肺癆	244

《 九 画 》

咽痛	246
胃痛	259
胎漏	263
食积	270
咳嗽	272

疥癬	293
咯血	297
毒証	298
带下	309
疮疡	315
便血	350
便秘	358

十 画

眩晕	369
胸痹	374
哮喘	380
消渴	391
烧烫伤	403
缺乳	407
难产	411
酒糟鼻	412
酒毒	412
痉证	416
健忘	418
痞积	420
恶阻	424
恶露	425

十一画

痔疮	427
虚劳	434
虚热	458
脱肛	462
梅毒	465
淋证	468
惊风	481
脚气	490
黄疸	492
崩漏	500

十二画

紫癜	510
遗尿	511
遗精	513
痢疾	518
痘疮	541
跌打损伤	545
痤疮	549

十三画

瘀证	551
----	-----

腰痛	553
痰饮	560
鼓胀	568
感冒	573
腹胀	584
腹痛	588
痹证	598

十四画

赘疣	614
瘙痒	615
鼻渊	623
鼻塞	624
鼻衄	626

十五画

噎膈	632
聒耳	633

十六画

癭瘤	636
瘰癧	638
臃疮	643

十九画

癥瘕	648
----------	-----

二十画

黧黑斑	656
癲痢	659
癲狂	663

附录一:李时珍与《本草纲目》	669
----------------------	-----

附录二:古今常用度量衡对照表	677
----------------------	-----



口臭

口臭是指病者自觉口中散发出难闻的气味，或虽自己感觉不到，但别人感到有明显的异味。

口臭因湿热内蕴者，治宜清热解毒，化湿除臭；因胃火灼盛者，治宜清热泻火，香口除臭；因心火上炎者，治宜清心降火，利尿除臭；因阴虚火旺者，治宜滋阴降火，清除虚热；因痰热壅肺者，治宜清肺化痰，辟秽除臭；因肠胃食积者，治宜消积导滞，爽口除臭。

口腔可因为消化功能紊乱、肠胃炎、腹泻、便秘引起不同程度的口臭。一些患有内分泌疾病如糖尿病的患者口腔内可有一种烂苹果的气味。

1. 煎汤噙漱法

【原文】香口去臭 藿香洗净，煎汤，时时噙漱。《摘玄方》。
(14卷·藿香)

【诠释】脾开窍于口，胃通过食道亦与口相通，脾胃若有湿浊，蕴蒸化腐，常可致口中臭秽。藿香为化湿浊之要药，若脾胃之湿浊得化，则口臭自能解除。且藿香气味芳香，本身即有除臭之效。

2. 药末内服法

【原文】口齿气臭 用香白芷七钱，为末，食后井水服一钱。《百一选方》用白芷、川芎等分，为末，蜜丸芡实大，日噙之。《济生



方》。(14卷·白芷)

【**诠释**】本方用白芷研末，内服治疗口臭。白芷别名香白芷，其气味芳香，将其内服故有香口除臭之功。后方配伍川芎，为蜜丸，每日噙之，来治疗口臭，方中川芎有行气活血之功，加强了白芷除口臭之疗效。

3. 药末口含法

【**原文**】香口辟臭 豆蔻、细辛为末，含之。《肘后方》。(14卷·豆蔻)

【**诠释**】本处豆蔻即草豆蔻。本方用草豆蔻、细辛研末，含于口中，起到香口而祛臭之功。草豆蔻在《名医别录》中就有记载其“去口臭气”。本方为口含法，而非内服，因细辛有麻醉镇痛作用，会引起咽喉部不适，用量过大会致中毒。古有“细辛不过钱，过钱命相连”之说。

4. 药末口舔法

【**原文**】香口辟臭 益智子仁一两，甘草二钱，碾粉舐之。《经验良方》。(14卷·益智子)

【**诠释**】本方用益智仁、甘草，碾粉口舔，来香口祛臭。益智仁能温脾而祛脾胃之湿浊，脾爱暖而喜芳香。甘草有补脾和胃之功。由此可见此口臭因脾胃亏虚，湿浊内蕴而致。

5. 煎汤含漱法

【**原文**】口中臭气 香薷一把，煎汁含之。《千金方》。(14卷·香薷)

【**诠释**】香薷气味芳香，又名香草。故将其煎水含漱，有香口祛臭的作用。

6. 含药丸法

【**原文**】口臭 用甜瓜子杵末，蜜和为丸。每旦漱口后含一、

丸。亦可贴齿。《千金方》。(33 卷·甜瓜)

【诠释】口臭之证多因脾经湿热，或胃中有热，大便不通。甜瓜子仁善能破胃肠壅滞，清利脾胃之热，润肠通便。若脾经湿热，可用佩兰煎水，时时饮之，以祛脾胃湿热；若大便不通，可配伍用芒硝冲服，增强通利大便之功。

小结：此处选录的方子均是治疗口臭的方法。从药物气味来看多是芳香之品。从服药方法来看有：①煎汤噙漱法。②药末内服法。③药末口含法。④药末口舔法。⑤煎汤含漱法。⑥含药丸法。这些方法多直接作用于口部，简单方便。

口 疮

口疮是发生在口腔黏膜上的表浅性溃疡，口腔内之唇、舌、颊及上腭等处，发生单个或多个黄白色圆形或椭圆形的溃疡点，有明显的疼痛或受刺激时疼痛更重，常易反复发作。

口疮总的治疗原则是实证以清热解毒，消肿止痛为主；虚证以滋阴降火，或扶助正气为主。

口疮因脾胃蕴热者，治宜通腑泻热，凉血止痛；因心火上炎者，治宜清心降火，凉血利尿；因肝经郁热者，治宜清肝泻火，理气凉血；因阴虚火旺者，治宜滋阴降火；因脾虚湿困者，治宜益气健脾，祛湿消肿；因脾肾阳虚者，治宜健脾补肾壮阳。

西医学认为与消化系统疾病及功能紊乱、内分泌变化、精神因素、遗传因素等有关。

1. 煎汤内服法

【原文】口舌疮烂 牛膝浸酒含漱，亦可煎饮。《肘后方》。(16 卷·牛膝)

【诠释】牛膝能引热下行，治疗因胃热所致之口舌生疮，如《景岳全书》之玉女煎中就使用了牛膝。可见所治之口舌疮烂因胃热所致。此方单用，即有效果。



【原文】口舌糜烂 地骨皮汤：治膀胱移热于小肠，上为口糜，生疮溃烂，心胃壅热，水谷不下。用柴胡、地骨皮各三钱，水煎服之。东垣《兰室秘藏》。(36卷·枸杞)

【诠释】口舌糜烂多指口腔内多发性黏膜溃疡。本方用柴胡、地骨皮水煎服来治之。本证为心胃壅热，文中言膀胱移热于小肠，小肠与心相表里，小肠热盛上干于心则心火旺于上，以致口糜，生疮溃烂。方中柴胡、地骨皮均为清热退火之要药。两药合用可导热下行，通利小便，以奏退火愈疮之效。

2. 研末内服法

【原文】口疮 连年不愈者。天门冬、麦门冬并去心，玄参等分，为末，炼蜜丸弹子大。每噙一丸。乃僧居寮所传方也。齐德之《外科精义》。(18卷·天门冬)

【诠释】口疮，现代又称为“口腔溃疡”，是发生在口腔黏膜上的表浅性溃疡，大小可从米粒至黄豆大小、成圆形或卵圆形，溃疡面为凹、周围充血。“心开窍于舌”，“胃经循口唇”，故口疮与心和胃关系密切。口疮的发生多由心火上炎或者胃火炽盛所致。天冬、麦冬合用能够清心胃之热，养心胃之阴；玄参清热泻火解毒，养阴生津。三药合用，口疮当愈。

3. 含服药物法

【原文】口舌生疮 升麻一两，黄连三分，为末，绵裹含咽。《本事方》。(13卷·升麻)

【诠释】本方用升麻、黄连为末，绵裹含咽，来治疗口舌生疮。方中升麻透疹，解毒；黄连入心、胃经，清热泻火解毒。两药合用加强清热解毒之效，故可用于热毒所致的口舌生疮。取两药含咽，使药效直接作用患处，而且作用时间长，更有利于药物的吸收。

【原文】口舌生疮 《外台》：用黄檗含之良。《深师》：用蜜渍取汁，含之吐涎。寇氏《衍义》：治心脾有热，舌颊生疮。蜜炙黄檗、青黛各一分，为末，入生龙脑一字。掺之吐涎。赴筵散：用黄檗、细