

偏方大全

【珍藏版】

实用健康宝典

北方妇女儿童出版社



实用健康宝典

偏方大全

【珍藏版】

北方妇女儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

实用健康宝典/雷海洲著. —长春:北方妇女儿童出版社,2005

ISBN 7-5385-2701-X

I.实… II.雷… III.科学知识-保健

IV.Z228.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 115263 号

偏方大全

责任编辑:师晓晖

责任校对:王文武

出版发行:北方妇女儿童出版社

地 址:长春市人民大街 124 号 130021

印 刷:汉川市育才印务有限责任公司

开 本:880×1230 毫米 1/32 开

印 张:192

字 数:210 千字

经 销:全国新华书店

版 次:2005 年 12 月第 1 版 2006 年 6 月第 2 次印刷

ISBN 7-5385-2701-X/G · 1839

全套定价:256.00 元 (全十六册)

版权所有 翻版必究



内容提要

中国医药学是一个伟大的宝库，这个宝库除了传统医学之外，还包含了大量分散在民间的偏方。这些偏方是广大人民群众为了生存，在同各种疾病做斗争的过程中，就地取材，反复摸索出来的简易治病方法，是民间各种奇异思维和智慧的体现。正所谓“偏方治大病”、“单方一味，气煞名医”。

本书的编者多年来一直在孜孜不倦地收集整理这些用料简单易得、制法简易快捷、疗效显著独特的治病方剂，并经过精挑细选，汇以成集，终成这本《偏方大全》。

本书内容全面、条目井然，通俗易懂，所选方剂皆经过长期反复的实践验证，具有广泛的医学参考价值，期望广大群众以及基层医务工作者能从中受益，使本书成为您生活中的良师益友。

在使用本书方药时，请注意以下几点：

一、奇方独特，防止混淆 书内奇方多如星河，使用时注意制法、用法，以及内治、外治等，不可混淆。

二、因人而异，注意剂量 每方使用时要根据患者年龄差异、体质、疾病性质、病症轻重、病情缓急等不同情况而定：一般儿童剂量为成人的 $1/4 \sim 1/6$ 左右；妇女在经期、孕期应酌情减量；老人为常人的 $1/2$ ，也可按病情需要，剂量由小增



大直到奏效。

三、品种繁杂,同质异名 书内所列药名有的因年代久远,各品种繁杂,有同药异名或异药同名以及药名不一的现象,使用时请谨慎核对。

数千浩瀚奇方,虽经编者呕心精选,但遗珠暗沙,搜整未尽。且因编者水平有限,疏误之处,在所难免,在此敬请广大读者谨遵医嘱并不吝指正为盼。

编 者





目 录

第一章 内 科

感 冒	1
百 日 咳	4
支 气 管 炎	7
肺 炎	9
肺 结 核	10
胃 炎	13
胃 下 垂	15
呃 逆	17
呕 吐	18
腹 泻	20
便 秘	22
消化不良	25
胆 石 症	27
胆 囊 炎	28
浮肿、腹水	30





心 悸	33
心力衰竭	35
冠 心 病	37
肺原性心脏病	38
缺铁性贫血	41
白 血 病	42
血小板减少症	44
尿 道 炎	45
乳 糜 尿	46
遗 尿	48
小便不通	50
肾 结 核	51
神经衰弱	53
头 痛	55
神经性皮炎	57
糖 尿 病	58
肥 胖 症	60
甲状腺机能减退症	62
心 绞 痛	63
高血压病	65
风湿性心脏病	70
发 热	71
支气管哮喘	74
肺 脓 肿	75
中 暑	77



便 血	80
贫 血	81
眩 晕	84

第二章 外 科

流行性腮腺炎、扁桃体炎	87
淋巴结核、慢性淋巴结炎	89
结 石 症	91
阴囊、阴茎肿痛	92
疝 气	94
阑 尾 炎	97
丹 毒	99
痈、疽、疔、疖	101
水火烫伤	104
蛇 咬 伤	107
破 伤 风	109
乳腺炎(乳痈)	111
鸡 眼	114
跌打损伤	115
骨 结 核	119
骨 髓 炎	120
佝 偻 病	122
痔 疮	124



第三章 男科病

性欲低下	127
阳缩、阳强	128
不射精症	129
逆行射精	131
射精疼痛	133
无精子症	133
死精子症	135
前列腺炎	137
前列腺增生症	138
睾丸炎	140
男性更年期综合症	140
阳痿	142
遗精	145
早泄	147
男子不育	149

第四章 妇科病

经期延长	152
月经量多	153

月经量少	156
痛经	158
闭经	161
倒经	164
崩漏	167
带下	170
子宫颈糜烂	173
子宫脱垂	174
子宫出血	176
子宫肌瘤	179
阴道炎	181
盆腔炎	182
妊娠呕吐	184
先兆流产	186
习惯性流产	188
产后缺乳	189
产后腰痛	192
产后便秘	193
更年期综合症	195
妊娠恶阻	197
妊娠腹痛	198
妊娠胎漏,胎动不安	199
妊娠小便不通	201
妊娠心烦	202
妊娠水肿	203





不孕症	204
子宫颈癌	208
卵巢癌	211
乳腺痛	215

第五章 小儿科疾病

小儿发热	219
小儿感冒	221
小儿惊风	223
小儿咳喘	226
小儿泄泻	231
小儿痢疾	234
小儿流涎	236
小儿厌食和异食癖	237
小儿呕吐和吐乳	238
小儿多动症	240
小儿汗证	241
小儿疳积	242
胎毒疹痘	246
小儿口疮	249
小儿厌食	251
小儿遗尿	253
小儿肺炎	255



小儿夜啼	257
小儿夏季热	259
小儿蛲虫	261
小儿扁桃体炎	262

第六章 五官科

麦粒肿	264
睑缘炎	265
泪囊炎	266
翼状胬肉	267
夜盲症	268
白内障	269
电光性眼炎	270
中耳炎	271
耳鸣、耳聋	275
昆虫入耳	276
鼻出血	276
鼻窦炎	279
急性咽喉炎、咽喉肿痛	281
慢性咽炎	284
扁桃体炎	285
急性喉炎	286
误吞(刺)硬物	287





失 音	289
口腔溃疡	291
牙 痛	293
牙 龈 炎	296

第七章 皮肤科

黄 褐 斑	299
粉 刺	300
痱 子	302
皮 炎	303
带状疱疹	305
头 癣	307
毛 囊 炎	309
手足癣	310
牛皮癣	312
灰 指 甲	313
脚 气	315
黄水疮	317
荨 麻 疹	319
疣	321
瘰 疮	323
雀 斑	324
皮 肤 癌	326



斑 秃	328
脱 发	331
白 发	335

第八章 美 容

减肥轻身	339
祛斑洁面	341
赤鼻白癍	343
美泽容颜	347
腋下狐臭	350
爽口香身	352
抗皱驻颜	354
润发香发	357
洁发止痒	361
洁齿牢牙方	364
健鼻护耳方	367





第一章 内 科

感 冒

方 1

药 方 胡萝卜。

制用法 洗净,切碎,煎汤。热饮。

效 用 发汗解表。治感冒,畏寒需发汗。胡萝卜汤发汗作用轻微而持续,无过度之弊。

方 2

药 方 草鱼(青鱼)肉 150 克,生姜片 25 克,米酒 100 克。

制用法 用半碗水煮沸后,放入鱼肉片、姜片及米酒共炖约 30 分钟,加盐调味。趁热食用,食后卧床盖被取微汗。每日 2 次。注意避风寒。

效 用 解表散寒,疏风止痛。用治感冒,症见畏寒发冷、头痛体倦、鼻塞不通等。

方 3

药 方 葱白 5 根,姜 1 片,淡豆豉 20 克。

制用法 用砂锅加水一碗煎煮。趁热顿服,然后卧床盖被发汗,注意避风寒。

效 用 解热透表,解毒通阳。用于感冒初起,症见鼻塞、头痛、



畏寒、无汗等。

方 4

药方 荆芥、苏叶(中药店有售)各 10 克,茶叶 6 克,鲜姜 10 克,红糖 30 克。

制用法 先以文火煎煮荆芥、苏叶、茶叶、生姜,15 ~ 20 分钟后,加入红糖待溶化即成。每日 2 次,量不拘。

效 用 发散风寒,祛风止痛。治风寒感冒,症见畏寒、身痛、无汗等。如伴有咳嗽痰盛可加橘皮 10 克(鲜品加倍)。

方 5

药方 生大蒜 1 瓣(去皮)。

制用法 将蒜瓣含于口中,生津则咽下,直至大蒜无味时吐掉,连续 3 瓣即可奏效。

效 用 辛温解表,解毒杀菌。用于感冒初起,症见鼻流清涕、风寒咳嗽等。

方 6

药方 干白菜根 1 块,红糖 50 克,姜 3 片。

制用法 加水共煎汤。日服 3 次。

效 用 清热利尿,解表。治风寒感冒。

方 7

药方 大白萝卜。

制用法 将大白萝卜洗净,捣烂取汁。滴入鼻内,治各种头痛;饮用,治中风。

效 用 治感冒头痛、火热头痛、中暑头痛及中风头痛等。

方 8

药方 乌梅 4 个,红糖 100 克。

制用法 加水共煮浓汤。分 2 次服。





效 用 解表散寒,发汗退热。治感冒,症见发热、畏寒等。

方 9

药 方 全葱 30 克,淡豆豉 20 克,黄酒 50 克。

制用法 先将豆豉放入砂锅内加水一小碗,煮 10 余分钟,再把洗净切段的葱(带须)放入,继续煮 5 分钟。然后加黄酒,立即出锅。趁热顿饮,注意避风寒。

效 用 解表祛风,发散风寒,温中降逆。治风寒感冒,症见发热、头痛、虚烦、无汗、呕吐、泄泻等。

方 10

药 方 萝卜、甘蔗各 500 克,金银花 10 克,竹叶 5 克,白糖适量。

制用法 萝卜与甘蔗切块,加水于砂锅内,下金银花、竹叶共煎,饮服时加白糖。可当茶饮,每日数次。

效 用 消积化热,润燥止痛。治感冒,症见发热、咽喉疼痛及鼻干等。

方 11

药 方 银花 30 克,山楂 10 克,蜂蜜 250 克。

制用法 将银花与山楂放入砂锅内,加水置旺火上烧沸,约 3 ~ 5 分钟后,将药液滤入碗内。再加水煎熬一次后滤出药液。将两次药液合并,放入蜂蜜搅匀。服用时温热,可随时饮用。

效 用 清热解毒,散风止痛。治风热感冒,症见发热头痛、口渴等。

方 12

药 方 西瓜、番茄各适量。

制用法 西瓜取瓢,去子,用纱布绞挤汁液。番茄先用沸水烫,剥去皮,去子,也用纱布绞挤汁液。二汁合并,代茶饮。

效 用 清热解毒,祛暑化湿。治夏季感冒,症见发热、口渴、