

中华养生文化大百科



欲知
知识
PDG

ZHONGHUA YANGSHENG WENHUA DABAIKE

中华养生文化大百科

主编 童知秋

中医文化与养生 下

远方出版社

图书在版目 (CIP) 数据

中医文化与养生. 下/童知秋主编. —呼和浩特: 远方出版社, 2010. 4

(中华养生文化大百科)

ISBN 978 - 7 - 80723 - 500 - 2

I. ①中… II. ①童… III. ①养生 (中医) - 基本知识 IV. ①R212

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 056548 号

中华养生文化大百科

主 编: 童知秋

出版发行: 远方出版社

通讯地址: 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

印 刷: 北京振兴源印务有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

字 数: 4000 千字

印 张: 476

版 次: 2010 年 6 月第 1 版

印 次: 2010 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80723 - 500 - 2

定 价: 4695.00 元 (全 16 卷)

版权所有, 侵权必究

六、五官科

○口腔溃疡

(1) 莲子 20 克, 桑叶、地骨皮各 30 克, 水煎服。每天 1~2 次。

(2) 复发性口腔溃疡经久不愈者可用玉枢丹 1 支压碎成末, 用鸡蛋清调匀, 分数次涂敷患处, 每天涂 2~3 次, 连用 2~3 天即愈。

(3) 黄连 10 克, 赤芍 15 克, 苍术 12 克, 枳壳 12 克, 青皮 10 克, 土贝母 15 克, 茯苓 15 克, 莱菔子 20 克, 甘草 6 克。水煎 200 毫升, 2 次分服, 每日 1 剂。

(4) 苦瓜 160 克(干品 80 克), 以开水冲泡, 代茶饮。每日 1 剂, 一般 3~5 天见效。

(5) 将霜后的茄子切片晒干, 研成细末, 抹于口中。其功效是清热除湿, 治小儿口疮。

(6) 石榴果肉连籽捣烂, 用开水浸泡, 待凉后取水含漱, 1 日数次, 可治口舌生疮和口腔溃疡。

○口腔炎

黄连 6 克, 黄芩 10 克, 生地 6 克, 赤芍药 8 克, 石斛 8 克, 牡丹皮 9 克, 栀子 6 克, 金银花 10 克, 石膏 12 克, 竹叶 10 克, 甘草 5 克。每天 1 剂, 水煎, 煎两次后混合, 分 3 次服。

○复发性口腔溃疡

(1) 将山药 20 克, 冰糖 30 克置于沙锅内, 兑入适量温水, 大火煮开后, 用文火煎半小时, 倒出药液后, 再加水煎。将 2 次药液混合, 分早晚 2 次服用, 每日 1 剂, 连服 2~3 日。

(2) 青黛、冰片各适量, 共研为细末, 取药末少许撒于患处, 每日 3~5 次。

○鹅口疮

(1) 茵陈 30 克煎汤,轻者每日漱口数次,重者代茶饮,频服。每日一剂,一般治疗 3~4 天即见效。

(2) 将熟透的樱桃去核,榨取原汁 3~5 毫升,置杯内隔水炖。凉后分 1~2 次灌服,每日 1~2 剂,连服 3~5 天。

○口干

(1) 板蓝根 10 克,水煎后以药液反复涂擦口腔,每日 5~6 次。

(2) 太子参、南沙参、川石斛、麦门冬、京元参、天花粉各 10 克,玉竹、乌梅、甘草各 6 克,葛根、扁豆、山药各 15 克。每日 1 剂,水煎 2 次分服,7 天为 1 疗程。

(3) 枸杞子 9~12 克,玄参 10~15 克,甘草 6 克,泡水代茶饮,每日一剂,早晚各服一次;

○舌病

太子参、麦门冬、玄参各 9 克,每天一剂,泡茶呷服,一周左右即有明显效果。如果舌质发红和有较严重的花斑,可每天用西洋参 3 克隔水蒸后饮汁代茶,效果也较好。

○唇疗

(1) 鲜白菊花瓣适量。捣烂敷患处,日 3 次。主治唇部疗肿。

(2) 野菊花、鱼腥草各适量、洗净、捣烂敷患处。主治唇疗、鼻疗、红肿疼痛。

(3) 嘴唇干裂取熟石膏 50 克,过 80 目筛,加蜂蜜 50 克、冰片 3 克,搅匀装瓶备用。每日涂患处二三次。一般三四天即可治愈。

○咽喉炎

(1) 雪梨去皮、核、切成碎块,罗汉果洗净,二者共放锅中,加适量水,煮 30 分钟即可饮用。

(2) 金银花 15 克,生甘草 3 克,煎水含漱,可治咽喉炎。甘草 250 克,桔梗 250 克,麦门冬 250 克,怀牛膝 500 克,青果 100 克。将以上药共研碎成粗末,每 10 克为 1 包,用塑料袋封装备用,饮用时放在保温杯里,用开水冲

泡代茶饮,每日饮服1~2包。

(3)生田七1个,咽喉炎肿痛时,将田七放在嘴里咬1小片,慢慢嚼,连同口水咽下,自感咽喉舒服,几分钟内散瘀消肿。

○慢性咽喉炎

(1)玄参、沙参各15克,玉竹12克,知母、麦门冬、桔梗各10克,黄柏、金果榄、甘草、薄荷(后下)各6克。水煎服,每日1剂,服药时在药液中加入蜂蜜30克,疗效更佳。

(2)将生萝卜洗净,捣烂取汁400毫升与生姜汁50毫升拌匀,然后用白糖50克,水煎后频频饮服。

(3)凤凰衣(即鸡蛋膜)6克,天门冬12克,蜂蜜1匙,置于碗中,加水适量,隔水炖后饮汁。

○喉痛

(1)藕汁蜜糖露鲜藕适量,洗净、榨汁100毫升,加蜂蜜20克,调匀服用,每日一次连服数日。

(2)无花果冰糖水无花果(干)30克、冰糖适量煮服,每日一次,连服数日。

(3)橄榄芦根茶青果(橄榄)4枚、芦根30克,清水两碗煎至一碗,去渣代茶饮。

(4)百合绿豆汤绿豆20克,百合15克,冰糖适量,加水同煮,饮汤食百合与绿豆,每日一次,连服数日。

○咽喉肿痛

(1)桔梗9克,金银花12克,山豆根9克,甘草6克。水煎分2次服,每日1剂。

(2)麦门冬9克,金银花12克,甘草6克。水煎分2次服,每日1剂。

○扁桃体炎

(1)萝卜汁(用鲜萝卜压制)100毫升,加甘蔗汁100毫升,调匀,温开水送服,每月2~3次。

(2)化脓性扁桃体炎银花、连翘、玄参、赤芍、花粉各15克,当归、防风、

白芷、陈皮、浙贝母、穿山甲、皂角刺各 10 克,肉桂、生甘草各 5 克,每日 1 剂。

○急性扁桃体炎

(1)板蓝根 60 克,山豆根、玄参各 10 克,桔梗 9 克,生甘草 6 克。高热者加金银花 30 克,蒲公英 20 克;便秘加大黄 6 克。每日 1 剂,水煎 2 次混匀分 2 次服用。

(2)明矾 10 克,加凉开水 200 毫升(半杯),使其溶解。每次取 15~20 毫升,漱口 2~3 分钟(含漱、药液勿吞下),每日 3~5 次。一般治疗 3~7 天即愈。

○喉咙发痒

(1)麦莲冰糖饮麦门冬 15 克、白莲子 15 克、冰糖适量,加水适量同煲后代茶饮用。

(2)百合煲香蕉百合 20 克、香蕉 2~3 只去皮,冰糖适量,加水同煲。每日一次服食。

○声音嘶哑

(1)嗓用力过度所致菊花 9 克,薄荷 6 克,桔梗 9 克,玄参 9 克,川贝母 6 克,牛蒡子 3 克,连翘 9 克,蝉蜕 5 克,甘草 6 克,凤凰衣 6 克。水煎服。

(2)急性声带发炎所致食醋 250 克,鸡蛋 1~2 个,将醋盛在搪瓷器皿内放火上煮鸡蛋。鸡蛋煮熟后,去掉蛋皮,再煮(如醋,可再添加些),15 分钟即可。然后,连醋,鸡蛋一周服食。一般一次即愈,最多 2 次。

○声带息肉

(1)北沙参 10 克,川百合 10 克,大白芍 10 克,白射干 6 克,生甘草 5 克,苦桔梗 10 克,天花粉 10 克,青果 10 克,凤凰衣 6 克,木蝴蝶 6 克。水煎服,每日 1 剂。

(2)鲜荸荠 20 个,洗净去皮,切碎捣烂,用干净纱布纱汁,不定量饮用。

○口臭

(1)吸烟所致口臭食醋适量,漱口 2~3 分钟后吐出,再用清水漱口。

(2)胃火引起菊花、甘草、冰糖适量,开水冲泡代茶饮。

(3) 食滞引起陈皮 30 克,水煎服,每日 2 次,15 天为一疗程。

(4) 便秘引起火麻仁、郁李仁各 6 克,水煎去渣,睡前炖服。

(5) 消化系统疾病引起生山楂 10 克,陈皮 6 克,生甘草 4.5 克,煎汤代茶饮;或橘皮、肉桂、细辛、甘草各等份研末,酒吞 1~1.5 克。

○牙病

(1) 花椒 15 克,泡入 50 克白酒内 10~15 天,去渣留酒,一般牙痛含漱,龋齿用棉球蘸酒塞蛀孔。

(2) 川芎、甘草、白芷、滑石各 10 克,木通 8 克。用水浸泡 30 分钟,煎煮 30 分钟,取药汁 200 毫升,药渣再加水复煎 25 分钟,取药汁 200 毫升,两次药汁兑匀,分 2 次温服。再将余下药渣加水 500 毫升煎煮 30 分钟,并用纱布袋将药渣装入后敷患处,药水外洗手和足,每日 1 剂,一般 3~5 剂,牙痛可愈。木通用量一般不要超过 8 克。

(3) 咬嚼啤酒花。牙痛时将啤酒花 1 枚放入嘴中,用牙咬住,连嚼数枚,嚼碎后咽下。

○风火牙痛

(1) 白菜洗净捣烂用纱布挤汁,将菜汁滴入牙痛处,数量少许不宜多。

(2) 升麻、桂枝、连翘、甘草各 5 克。水煎服,立刻止痛。

(3) 大生地 4 钱,麦门冬 3 钱,花旗参,2 钱,骨碎补 5 钱,金银花 3 钱,加 3 碗水煎成茶饮,加点盐,饮两次后,牙龈牙根便可以渐渐消肿和止痛。以上五味药煎出的茶有清热、降火、消炎的功效。

○虚火牙痛

(1) 冰糖 100 克,清水一碗,放入锅中煮成半碗,一次服完,一日两次,具清热退火止牙痛之效。

(2) 熟地 60 克,玄参 60 克,菊花 60 克,生石膏 10~30 克,升麻 0.5~5 克,蜂蜜 60 克。取水 3000 毫升、蜂蜜与上药同煎。煎成 300 毫升,徐徐服之。

○其他牙痛

(1) 神经性牙痛萆薢、白芷、细辛、防风各 10 克,高良姜 8 克其焙黄研成

细末,贮瓶备用。牙痛时以药棉蘸药粉少许,塞入对侧鼻中,并深呼吸2分钟,痛止取出。

(2) 龋齿牙痛石膏30克、白芷10克、知母1克,加一撮小米煎汤服用,每日一剂。

(3) 蛀牙痛味精与温开水1:50溶化后,含漱然后吐出,连续数次,牙痛会减轻或消失。

○牙周炎

(1) 把100克普通白酒倒入大碗中,用火柴点燃,立即打入鲜鸡蛋。不可搅动,待火自熄,晾凉后食用。每次1剂,每日服2次,连服3日。此方具有清心降火功效,专治胃肠实火型牙周炎。

(2) 刀豆壳10克,冰片少许,将刀豆壳烧炭存性,研末,加入冰片再研,然后用药涂抹患处。适合各种牙周炎、牙龈溃烂。

○牙齿松动

茶树根50克(鲜的),生鸡蛋3个。把树根洗干净,切成小片,放入碗中,把鸡蛋打破(去蛋清),放在树根上,加入清水,覆盖住树根和鸡蛋,再放进碗里蒸一小时。一日一碗,分早晚两次吃完,喝汤、吃鸡蛋(除掉树根),连服三天,牙齿就紧了。

○牙龈出血

芦根15克水煎,每日一剂,分三次口服。一般服2~3天即可收到显著效果。

○其他牙病

(1) 牙髓炎地骨皮50克,加水200毫升,煎至100毫升,过滤去渣,反复漱口,1次5~10分钟,1日2次,一般2天奏效。

(2) 牙龈炎鲜车前草30克,鲜薄荷15克,绿皮鸭蛋1个。先将前两味药煎煮后滤去药渣,鸭蛋去壳入药液煮熟,加少许盐后吃蛋饮汤。每天1次,对牙龈炎红、肿、热、痛有效。

(3) 牙龈萎缩南瓜根30克,绿豆60克,加水煎服,每日1剂,每日2次,于饭后1个小时服用。

(4) 牙龈肿痛核桃树根 100 克(干品减半),加水适量,浓煎、待温,含漱(即口含药液,15 分钟后吐掉,如此重复多次)。每日 3 次,轻者 1 日治愈,重者 3 日可愈。

○结膜炎

(1) 柴胡 15 克,麻黄 10 克,赤芍 20 克,白蒺藜 10 克,吴茱萸 5 克。表证明显有热者加银花 15 克,连翘 15 克,生石膏 40 克;白睛红甚者加桑白皮 30 克;脓性分泌物较多者加黄连 8 克,蒲公英 15 克;视物不清者加菊花 15 克;痒甚者加僵蚕 10 克,蝉蜕 10 克;羞明流泪者加山梔 12 克,龙胆草 1 克,谷精草 10 克,每日 1 剂。水煎,分两次服。

(2) 急性结膜炎菊花 9 克、密蒙花 9 克,精草 9 克,山梔 6 克,金银花 15 克,连翘 15 克,川黄连 6 克,桑叶 9 克,生地 9 克,赤芍 9 克,茅根 15 克,桔梗 6 克。每日 1 剂,水煎服。

(3) 慢性结膜炎白茅根 60 克切段,水煎代茶饮。清热利肺,适用于白睛遗留少许赤丝细脉,迟迟不退。

○角膜炎

黄芪 60 克,白术 20 克,防风 15 克,金银花 30 克,连翘 30 克,菊花 15 克,淫羊藿 30 克。每日 1 剂,水煎服。主治单疱病毒性角膜炎。

○角膜溃疡

决明子 15 克,谷精草 30 克,蝉衣 12 克,水煎服 2 次,每日 1 剂,并加用强的松片,每次服 10 毫克,每日 3 次,连续用药 12~15 天,即可治愈。

○视神经萎缩

(1) 气血不足型面色苍白或萎黄、倦怠、头目昏花、心悸难眠、舌质淡等。用补益气血治之,方用:黄芪 20 克,党参、白术、茯苓各 12 克,生地、熟地、白芍、当归各 10 克,炙甘草、川芎、柴胡各 5 克,升麻 3 克,煎汁服。

(2) 肝肾阴亏损型头晕耳鸣、腰膝酸乏、口干、舌质红苔少、脉细弱。以滋补肝肾用杞菊,明目地黄汤为主治之,方用:熟地 15 克,当归、柴胡、五味子、泽泻、路路通、茯苓、丹皮、山萸肉各 10 克,葛根、枸杞子、白菊花、丹参各 12 克,石菖蒲 7 克煎汁服。以上各方均一日 1 剂,上下午分服,30 日为 1 个

疗程。同时配用针灸穴位睛明(双)球后(双)、光明(双)、攒竹透鱼腰(双)、臂月需(双)等,每日选3~4对穴轮流针刺。兼用小公鸡肝或乌骨鸡与枸杞子炖吃,常饮菊花茶等,忌吃辛辣食品。

(3)将羊肝洗净切片,上茱后素油爆炒,酱油、醋、料酒、姜。可作为视网膜炎、视神经萎缩者常用的食疗菜。

○青光眼

(1)羊肝60~90克,谷精草、白菊花各12~15克,水煎服。每日1剂,连服数剂。

(2)沙参15克,牛膝9克,枸杞子15克,决明子9克,煎汤去渣,加入蜂蜜适量服用。每日1剂,连服数剂。

○沙眼

(1)西瓜霜30克,霜桑叶、元明粉各15克。用2碗清水煎,水过滤澄清即成。将制成的药汁放入面盆中,然后将头俯面盆上趁热先熏5~10分钟,趁温再洗3~5分钟。

(2)明砂9克,凤凰壳6克,草决明、蝉蜕各9克。以米醋将药煎服,每天2次。

○花眼

(1)枸杞、桑椹子、怀山药各12克,红枣10枚。每日一剂水煎,分头汁、二汁,两汁相合,早晚分2次内服。

(2)将菟丝子与黑芝麻碾碎,以3:1的比例用开水冲泡代茶饮用,频饮之,对老花眼有疗效。

○玻璃体混浊

(1)谷精早莲银耳汤谷精草、早莲草各9克,白木耳10克。水煎服,每日服用1剂,每剂药煎2次,每日上下午分服。用治玻璃体出血,视力减退等症。

(2)决明菊花粥决明子15克,白菊花10克,粳米100克,白糖5克。决明子炒香后与菊花同煎汁,去渣,取汁,与淘净米同入锅,加适量清水煮粥,食用时加白糖,每日1次。用治高血压伴玻璃体混浊。

○红眼病

冬桑叶 60 克,菊花 30 克,薄荷 10 克,龙胆草 20 克,水 2~3 斤煎汤,趁热连汤带渣一并倒入脸盆内。将脸俯近脸盆,头上用毛巾连脸盆一起罩住,用力睁开患眼,让药液蒸发的气体熏入眼。每次加分钟,每日三次。用后的药液连渣煮沸后可再用。配合氯霉素眼药水点眼,一般 3~4 天可痊愈。

○夜盲症

石决明、夜明砂各 15 克,苍术 30 克,猪肝 100 克。前 3 味药加水 500 毫升,煎成药 200 毫升,于早晨空腹时和晚睡前,分 2 次煮猪肝服用。每日 1 剂。一般 3 剂可见效。

○眼底出血

木耳 3~6 克,冰糖 5 克,加清水适量,慢火炖汤,于睡前 1 次炖服。每天一次,10 日为一个疗程。

○干眼病

(1) 鲜嫩红薯叶 100 克,羊肝 90 克,嫩炒当菜食,每日 1 次,连服 10 天左右。能补充维生素 A,具有养血补肝、明目的功效。

(2) 菊花泡茶饮。

○麦粒肿、霰粒肿

(1) 黄连素 10 片,研成细末,用清水调成糊状,外敷双足心涌泉穴。每天换药 1 次,一般用药 3~5 天可治愈。

(2) 取夏枯草 20 克,蒲公英、金银花各 10 克。三药共置保温瓶中,用沸水 500 毫升冲入后泡闷 20 分钟,取汁分 4 次饮服,每日一剂。主治霰粒肿。

○迎风流泪

(1) 熟地 15 克,山药 25 克,枸杞子 25 克,女贞子 15 克,盐知母 10 克,菊花 15 克,五味子 10 克,夏枯草 15 克,木通 10 克,白蒺藜 10 克,薏苡仁 20 克,干姜 10 克,细辛 3 克,水煎服,每日 1 剂。一般 10 剂即可治愈。

(2) 菠菜、羊肝各 30 克,五味子 6 克,水煎。喝汤,吃羊肝、菠菜,每日 1~2 次。

○老年性白内障

(1)党参4.8克,白术8克,茯苓4.8克,当归4.8克,白芍4.8克,升麻3.2克,葛根9.5克,羌活4.8克,防风4.8克,川芎3.2克,五味子3.2克,陈皮3.2克,甘草3.2克。水煎服,每日1剂,半个月即可缓解症状。

(2)车前子、干地黄、麦门冬各等份,共研为细末,炼蜜为丸,如梧子大。日服1~2次,每次20~30丸。用治久患白内障。

○眼杂症

(1)角膜软化。金银花20克,当归、白芍、赤芍、车前子、花粉各10克,青黛5克,槟榔10克,神曲、夜明砂、谷精草各15克。水煎服,每日1剂,20天为1个疗程。

(2)巩膜炎。用野菊花、夏枯草各30克,水煎分3次服,连服7~15天,即可显效。

(3)风火赤眼。石榴嫩叶50克,加水500毫升,煎至250毫升,过滤去渣,澄清后洗眼。每日3次。

(4)眼睛赤痛。车前子10~15克,水煎服,每日1剂。

(5)中心性视网膜脉络膜炎。苍术、香附、赤芍各15克,栀子18克,姜半夏10克。湿热盛,加龙胆草、木通、黄芩各10克;脾湿重加茯苓、陈皮、薏苡仁各10克;女性得病,肝郁不舒,加柴胡、绿萼梅各6克;舌有瘀点瘀斑,加桃仁、丹皮、茺蔚子各12克。水煎服,每日1剂,30天为1个疗程。

(6)视网膜静脉周围炎。生地、山药、云苓、丹皮、泽泻、生蒲黄、知母、黄柏、藕节炭、旱莲草、白茅根各20克,甘草5克。水煎服,每日一剂,10剂为一疗程。

(7)眼肌无力。黄芪500克,白术、红参各300克,当归200克,甘草150克,肉桂50克。上药烘干,研为细末,炼蜜为丸,每丸9克。每日2次,每次1丸,早晚空腹嚼服,50天为1个疗程。注:感冒或发热时停药此药。

(8)睑缘炎睑缘炎,俗称烂眼边、烂眼角,用蜂蜜直接涂于患处,可治愈此病。用消毒棉签蘸蜂蜜涂患处,每日3次,5日而愈。

(9)偷针眼。用野菊花30克,胡黄连15克,水煎分2次服。

(10) 双目复视。苏叶 3 克, 生姜 3 片, 醋 1 匙。将前两味水煎好后, 加入醋调匀内服。每日服 2 次。

(11) 电光性眼炎。将新鲜人乳直接挤入消毒的器皿中(或无菌滴眼瓶内), 点入两眼, 每隔 5~15 分钟一次, 每侧 2~3 滴, 点后闭眼片刻。一般自觉症状可在 3~15 分钟减轻或基本消除, 其治疗机理可能与人乳中含有浓度较高的激素有关。此方主治电光性眼炎。

(12) 倒睫毛。五倍子 12 克, 蜂蜜 15 克, 将五倍子捣成细末, 用蜂蜜调匀, 取适量涂抹于眼皮上(外侧)。每日早晚各 1 次。一般连续涂 4~5 天就会见效。

(13) 泪溢症。菊花、山萸肉各 15 克, 当归、白芍、丹皮、黄芩、草决明、夏枯草、白蒺藜各 12 克, 车前子、防风、荆芥、木贼各 9 克, 甘草 5 克。每天 1 剂, 水煎 3 次, 分早午晚服。药渣加水浓煎, 滤取药液, 乘热先熏后洗, 再热敷患眼, 早晚各 1 次, 每次 20 分钟。7 天为 1 个疗程。至症状消失, 流泪停止。忌煎炸、香燥、酒类、辛辣饮食。

(14) 肾精亏损、肝血不足、头晕眼花榛子仁、枸杞子各 50 克, 水煎服, 每日 1 剂。

(15) 肾虚视力减退, 视物模糊枸杞子 30 克, 瘦猪肉 60 克, 加水炖烂, 早晚两次服, 每日 1 剂。

○中耳炎

(1) 将鲜鸡血藤捣烂取汁。先用药棉将耳朵内的脓液擦干, 再将药液滴入耳内, 每次 4~6 滴, 每天 2 次。

(2) 五倍子 1.5 克, 冰片 1.2 克, 共研细末, 用药棉擦干脓液后将药末吹入耳内, 每天 3 次。

(3) 蜈蚣 2 条(干鲜均可), 用 70% 酒精浸泡半小时后过滤、密封。用时取棉签蘸少许酒精捻耳内, 每天 1 次。此方对中耳炎流脓水日久不愈者有效。

○化脓性中耳炎

(1) 银花、连翘、龙胆草、花粉各 15 克, 防风、白芷、陈皮、皂角刺、穿山

甲、乳香、没药、当归、大黄、浙贝母各 10 克,生甘草 3 克,每日 1 剂。

(2) 冰片 1.5 克,核桃油 5 毫升。将冰片研末放入核桃油内。先将患耳洗净,用消毒棉签蘸干;再用乳头滴管将药液滴入耳内。每次 2~3 滴,每日 1~2 次,一般 3~5 日可愈。

○耳鸣

(1) 白芍 20 克,熟地黄 40 克,山萸肉 20 克,麦门冬 20 克,柴胡、栀子、白芥子各 9 克。上药水煎每日 1 剂,早晚服用。服用 1 个月可愈。

(2) 瘦猪肉切片 200 克,鲜豆腐 200 克,大葱带须 250 克,石菖蒲 200 克,放进沙锅内共煮,熟后食肉、豆腐,饮汤,每次适量,一次吃不完可分多次,连服 3 次显效,以后可根据好转情况间断应用。

(3) 党参 30 克,黑胡椒 10 克(布包),白鸽 1 只(去毛及内脏),加水适量,稍加食盐,小火炖熟,饮汤吃鸽肉,连服 5~7 天。

○耳聋

(1) 泥鳅 60 克(洗净),鸡蛋适量。将蛋打碎和泥鳅放于碗内,置锅内蒸熟,饭后食之,每天 1 次。食到 1000~1500 克泥鳅时获特效,忌饮酒及辛辣热食。

(2) 突发性耳聋葛根 30 克,升麻 9 克,白芍 18 克,每日 1 剂,水煎服,连服 7~10 天有效。

○老年性耳聋

(1) 每次取磁石 30~60 克。捣碎于沙锅内煎煮一小时,滤汁去渣,再入粳米 60 克(或加猪腰子一只,去内膜洗净,切细),生姜、大葱少许,同煮为粥。可供晚餐时温热服食。本方常用于老年肾虚所引起的耳鸣、耳聋,可久服。

(2) 黑芝麻 30 克,鲜牛奶 200 毫升,白糖 10 克。先将黑芝麻洗净晒干,入锅用小火炒熟出香,趁热研成细末。将鲜牛奶倒入锅中,加入黑芝麻细末、白糖,用小火煨煮,将沸腾时停火,倒入杯中即成。早餐时随早点一起服食,1 次吃完。对肝肾阴虚型老年耳聋症尤为适宜。

○耳杂症

(1) 耳廓囊肿鲜鱼腥草(全棵,洗净泥土)100克,冰片3克。上药同捣烂如泥,外敷患处,外盖纱布、胶布固定。24小时一换,连用5~8天可愈。

(2) 外耳道疔肿胡桃仁30克,用食油60克炸枯,过滤去渣,再用油浸制小纱条(加入少许冰片),塞入外耳道疔肿处,每日换药1次。

(3) 内耳道瘙痒制川乌10克,制草乌10克,酒炒川芎10克,鹅不食草10克。也可按以上比例,多配一些药物。上药碾成极细末,装瓶备用。治疗时用棉纱布包裹药粉适量,塞入耳道内,1日1次。

(4) 内耳眩晕玉米须100克,用清水洗净,入沙锅加一碗水,煮20分钟,将药汁倒入碗内。再加一碗水煎20分钟,将两次药汁混在一起,分早餐前、晚餐后半小时各服一次,连服三日见效。也可每天早上取杞果40克,加水500毫升,文火烧开,打入鸡蛋2个,熟后吃鸡蛋、杞果,喝汤,连用4天可见效,8~12天可痊愈。

(5) “旋耳疮”老百姓俗称的“旋耳疮”,现代医学称为外耳湿疹。它是绕耳周而发的疮疡,多见于耳前或耳后缝间,也可波及整个耳廓。主要症状为:局部皮肤潮红、灼热、瘙痒、水泡、糜烂、流黄水、结痂等。治法是:取煅石膏、黄柏各15克,枯矾10克,共研细末,以芝麻油调药粉适量成稀糊状,外敷患处。每日1~2次。

(6) 脓耳鲜桑叶数片,捣烂取汁,每次滴入耳内1~2滴,一日三次,2~3日即愈。适用于中耳炎,症见耳痛、耳肿流脓等。

○鼻炎

(1) 小麻油1000毫升,苍耳子160克,辛夷16克。先将小麻油温热后加入打碎的苍耳子和辛夷,浸泡24小时,再用文火熬煮至沸,待麻油熬至800毫升左右时,冷却,过滤,瓶装备用,每天滴鼻3次,每次2滴。

(2) 梅花冰片2克,生硼砂4克,薄荷9克,檀香2克。上药共研为细末,取少许置指上,按于鼻孔,吸入,每日每孔3次,交替使用。若用后鼻中发干,可先涂些香油后再吸。

○慢性鼻炎

百合 250 克,去皮衣,加水煮至酥,加冰糖食用。本方具有补肺益气的功效。适用鼻炎伴气短乏力,胸闷。

○萎缩性鼻炎

(1) 萎缩性鼻炎临床表现为鼻内干燥、咽干、鼻塞、鼻腔有臭味、嗅觉消失,且反复鼻衄、头痛、耳鸣等。当以清热凉血、滋阴润燥、通窍解毒为治,药取沙参、麦门冬、知母、生地、生石膏各 30 克,丹皮、玉竹、白及、当归、赤芍各 15 克,羌活、白芷、川芎、细辛、辛夷各 10 克,甘草 6 克,水煎后用鼻闻吸,每次 20 分钟,每日 3 次,15 天为一疗程,连续 5~7 个疗程巩固疗效。

(2) 新鲜柠檬 1 只,切片,用 2 片加冰糖少许,沸水冲泡,代茶饮用。本方具有润燥功效。适用萎缩性鼻炎伴口唇干燥易出血。

○过敏性鼻炎

(1) 无花果 30 克,无花果叶 10 克,鹅不食草、蜂房各 15 克,煮沸 10 分钟后熏鼻。每次 30 分钟,每日 2 次,7 日为 1 个疗程,连续 1~2 个疗程。

(2) 细辛 2 克,干姜、川椒各 3 克,姜半夏 6 克,防风、白芷、焦白术各 9 克。每日 1 剂,水煎服。一般 1 周后见效。

○鼻窦炎

(1) 大蒜去皮捣汁,加入少许米醋。夜晚临睡前用盐水洗净鼻腔,再用脱脂棉球蘸汁塞入鼻腔,左右鼻孔交替塞。每天 1 次,7 天便可收到明显效果。

(2) 冰片 9 克,细辛 9 克,丝瓜络 72 克,共研成极细末,装瓶备用。使用时先让患者将鼻涕擤干净,噙水一口,再取药粉适量,以管吹药粉入鼻腔内,每天 2 次,连续 2 个月,有鼻衄史的患者禁用本法。

(3) 花生米 7~8 粒,放入干净的白铁罐内,上面糊纸封严,中间开一小孔,放在火炉上,待有烟从小孔中冒出时,用烟熏鼻孔,烟尽为止,每日 1 次,约 1 个月显效。

(4) 野菊花 10 克,苍耳子 9 克。上药加水适量煎至 200 毫升。口服,每日 2 次,每次 100 毫升。