

李代广◎编著

家藏传世国医
宝典

偏方秘方

现 用 现 查

精品
典藏



实用
指南

偏方、秘方一直为人们推崇和苦苦探索，它不仅是众多医家心血的结晶，更是造福人民的巨大财富。本书编者把这些取材方便、经济实用、疗效可靠的祖传秘方和来自于民间的有效偏方汇集成册，以方便广大读者学习使用，同时也可供方药专职人员研究和参考。

中国历代效验秘方之精髓
呵护国人健康枕边书



北京燕山出版社

家藏传世国医宝典

偏方秘方



李代广 编著

中国历代效验秘方之精髓
呵护国人健康枕边书

北京燕山出版社

图书在版编目(CIP)数据

偏方秘方现用现查/李代广编著. —北京:北京
燕山出版社, 2010. 3

(家藏传世国医宝典)

ISBN 978 - 7 - 5402 - 2266 - 6

I. ①偏… II. ①李… III. ①土方—汇编②秘方—汇
编 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 051115 号

家藏传世国医宝典

编 著: 李代广

责任编辑: 马明仁 满 懿

出版发行: 北京燕山出版社

社 址: 北京市宣武区陶然亭路 53 号

邮政编码: 100054

印 刷: 三河市华东印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 710 × 1000mm 1/16

印 张: 190

版 次: 2010 年 9 月第 1 版

印 次: 2010 年 9 月第 1 次印刷

印 数: 1 - 5000

书 号: ISBN 978 - 7 - 5402 - 2266 - 6

定 价: 320.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换



早在两千多年前，中华医学就已发展到了很高的水平。我国作为中医学的发祥地，自然有着悠久的历史，从神农尝百草开始，通过历代从医者的不懈努力，为我们留下了多如繁星的效验名方、偏方秘方。这些流传在民间的中医方剂，是传统中医文化智慧的结晶，也是留给世人最宝贵的财富。

如今，流传在书市上的中医药方类图书品种繁多、良莠不齐，根本无法满足广大读者的参阅需求。为了让祖传的中医方剂有效的服务与广大患者和中医从业人员，编者通过数年的努力，在浩如烟海的中医典籍中提炼出最实用的中医方剂，编撰了《家藏传世国医宝典》系列丛书。丛书即涵盖了方便查用的效验名方，也有取自于疗效神奇的民间土方、单方，实为广大读者朋友生活中的良师益友。

本套丛书旨在从最现实的生活需求出发。采撷最新鲜的资料，为广大读者提供饮食、医疗、保健、养生等各方面的生活指南。现在我们介绍一下本套丛书的“家藏”性：

近来学习中医的人很多，大家有一个共同的要求：怎样着手学习？并希望在较短时间内学得更好一些。《中医入门现用现查》就是这么一本中医基本理论和基础知识的浅近参考书。

《百病食疗现用现查》让现代科学知识走进千家万户，使大家懂得合理营养才能获得健康，必须科学地选择适合自己的身体需要的食品，日常饮食习惯也是保证健康的重要环节。

《常用中草药现用现查》是专门介绍中草药识别和应用知识的普及读物，为便于识别，每种药均附有植物图。每种药均介绍其识别特征、性味、药性等相关知识，正所谓“一掌摊开，知识到手”。

《黄帝内经》是中华民族传统文化最重要的组成部分，是每位想要深刻了解传统文化之不可或缺的重要典籍。我们力求将原典古奥之文辞简化，为现代读者

提供一个通畅简明的现查手册——《黄帝内经现用现查》。

《华佗神方现用现查》是以《华佗神医》为主体汇编整理而成。全书涉及到病理、诊断、临症、以及内科、外科、妇科等各种常见病症的证治与方药，并有经验秘方。书中记载的用药方法简洁、便利、廉价、效验，易于操作，是一本简便实用的中医临症方书。

随着人类文明的进步，物质和精神文化生活的不断丰富，人们开始更关注自身的健康与保养。药酒由于其对人体独特的作用也被越来越多的人所重视。药酒乐于被人接受，是因为它既没有饮用酒的辛辣呛口又没有汤剂之药味苦涩，较为平和适用。饮用药酒，既可以防病治病，又可以养生保健、美容润肤，还可以作为病后调理用药。所以，我们精心编著了这本《中国药酒现用现查》以供大家鉴阅。

《本草纲目》是几千年来对药物、食物的种植、收采、调制及医养方法之大成，对后世食物养疗学、医药学、种植学及人们日常生活起居都构成了深远影响。其药食同源的思想更是影响至今，成为中国文化和传统的重要组成部分。一直影响着中国人对食物的选择及养生方式。为了能让这部中国古代的巅峰巨著以完美的现代方式呈现，以适合现代读者的阅读品位，我们编著了《本草纲目现用现查》这本书，希望大家在读书过程中得到良好的收识。

偏方、秘方在我国的传统医学中始终占有重要的地位，其特点为历史悠久、源远流长，方用简便、经济实用，为广大群众所青睐。所谓偏方，大众所未知者，而又极有医疗价值之药方；秘方，世代传内不传外的千古奇方。为了不使此多种中华药库中之瑰宝失传或流失，使诸多有效的治疗方法为广大患者所享用，编者多方搜集、整理、汇集成册，以飨读者。

大病要防，小病要治，不同的家庭，共同的选择。本书本着疾病的预防和治疗知识，使读者根据自己的身体情况进行选用，寻得防治疾病的知识，为您的健康、幸福尽微薄之力。



内科疾病

感冒	11
发热	15
咳嗽	16
支气管炎	23
哮喘	27
肺炎	33
肺结核	36
心绞痛	41
病毒性心肌炎	42
风湿性心脏病	43
高血压	44
低血压	50
高脂血症	51
贫血	54
动脉硬化	58
胃炎	59
胃痛	62
胃及十二指肠溃疡	68
消化不良	72
急性胃肠炎	77
上消化道出血	79
腹痛	82
腹泻	84



痢疾	91
便秘	97
黄疸	101
胰腺炎	104
胆囊炎及胆石症	105
肝炎	108
肝硬化	112
神经衰弱	115
失眠	118
头痛	121
癫痫	125
糖尿病	128
三叉神经痛	133
脑血栓	134
面神经麻痹	135
肾炎	136
遗尿	142
淋病	143
梅毒	144
前列腺炎	145
前列腺增生	147

外科疾病

疔疮	149
疮疡	150
痔疮	151
疥疮	153
烧烫伤	154
肛裂	155
脱肛	157
跌打损伤	159
颈椎病	160
肩周炎	161
骨质疏松症	163



骨质增生病	164
腰椎间盘突出症	165
腰痛	165
风湿性关节炎	168
毒蛇咬伤	173
破伤风	174
阑尾炎	176
血栓闭塞性脉管炎	177

妇科疾病

女阴瘙痒症	179
子宫脱垂	180
子宫肌瘤	182
外阴白斑	183
痛经	184
闭经	189
月经不调	193
不孕症	196
妊娠呕吐	200
妊娠腹痛	203
习惯性流产	204
产后贫血	207
产后腹痛	208
产后尿闭	209
产后虚弱	210
产后缺乳	211
回乳	215
阴道炎	216
宫颈炎、宫颈糜烂	220
盆腔炎	221
白带异常	224
产后恶露不尽	227



男科疾病

龟头炎	230
无精子症	231
慢性前列腺炎	232
阳痿	234
早泄	236
遗精	238
性欲低下	239
不射精症	240
精子不液化	241
不育症	241
更年期综合征	242

儿科疾病

小儿厌食	244
新生儿黄疸	245
佝偻病	247
夜哭	248
消化不良	250
感冒发热	251
咳嗽	252
腹泻	254
鹅口疮	255
遗尿	256
小儿盗汗	257
小儿流涎	259
小儿惊风	260
小儿肥胖症	261
小儿多动症	262
流行性腮腺炎	263



五官科疾病

口腔溃疡	266
牙痛	267
耳聋	268
失音	269
沙眼	270
口疮	271
青光眼	273
口臭	274
老年性白内障	275
耳鸣	277
鼻炎	278
牙周病	279
近视、弱视	280
眼结膜炎	281
夜盲	283
麦粒肿	284
鼻出血	285
鼻息肉	287
扁桃体炎	287
咽喉炎	289
声嘶音哑	292
中耳炎	294
眩晕症	297

皮肤科疾病

冻疮	299
雀斑	300
接触性皮炎	301
鸡眼	302
白癜风	303



偏方秘方

内科疾病

感冒

感冒是感受风邪或时行疫毒，导致肺卫失和为主要表现的外感疾病。其病情轻者亦称“伤风”或“冒风”、“冒寒”；病情重者称为“重伤风”。在一个时期广泛流行，症候多相类似者，称为“时行感冒”。此病全年均发，尤以冬、春季为多。初起多见鼻窍和卫表症状。鼻、咽作痒而不适，鼻塞，流清涕、喷嚏、声重而嘶、头痛、恶风等。继而恶寒发热、咳嗽、咽痛、肢节酸重不适等。部分患者病及脾胃，而表现胸脘痞闷、恶心呕吐、食欲减退、大便稀溏等症。时行感冒，多呈流行性，同时一家、一处、众人突然发病，迅速蔓延，首发症状常见憎寒、发热，体温常达40℃，周身酸痛，疲乏无力。1~3日后出现明显的鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、咽痛等，病情较一般感冒为重，体力恢复较慢。一般病情为3~7天。

► 冰糖鸡蛋

【制法】鸡蛋1个，冰糖30克。

【用法】将鸡蛋打破，同捣碎的冰糖混合调匀。临睡前用开水冲服，取微汗。

【功效】养阴润燥，清肺止咳。适用于感冒，症见流涕、咳嗽、发冷等。

► 红糖姜汤

【制法】生姜10克，红糖（或冰糖）50克。

【用法】水煎服。取汗。

【功效】适用于风寒感冒。

► 干白菜根汤

【制法】干白菜根1块，红糖50克，姜3片。



【用法】加水共煎汤。日服3次。

【功效】清热利尿，解表。适用于风寒感冒。

► 鱼腥草

【制法】鲜鱼腥草（蕺菜）120克。

【用法】绞汁，冲适量蜂蜜饮服。每日1剂，分2次饮。

【功效】清热解毒。适用于感冒、发烧、咽痛、咳嗽。

► 绿豆茶

【制法】绿豆30克（捣烂），茶叶9克（装纱布袋中）。

【用法】用清水1大碗，将上述药煎沸后再煎20分钟去茶叶，加糖30克，1次服用。

【功效】清热解毒，消暑和胃。适用于流感及夏日感冒引起的头痛、头昏、发热等。

► 双椒茶

【制法】尖辣椒500克，茶叶10克，胡椒、精盐各适量。

【用法】将上述4味混匀，密封贮存，15日左右即成。用时可取30克，放入杯内，用开水冲泡，代茶饮，每日2次。

【功效】温中散寒，开胃消食。适用于伤风头痛、头昏、食欲减退等。

► 葱白汤

【制法】葱白头10~15克。

【用法】将葱白头洗净切细，放入杯内，用沸水冲泡，趁热饮服，服后卧床盖被以取微汗。每日2剂；或取生姜3片，与葱白共煎沸饮服，亦可见效。

【功效】通阳开窍，祛风活络。适用于风寒感冒，症见发热恶寒、头痛、身痛、无汗、鼻塞流清涕、咳痰稀白起泡、小便清长等。

► 银花山楂汤治风热感冒

【制法】银花30克，山楂10克，蜂蜜250克。

【用法】将银花与山楂放入沙锅内，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。



【功效】清热解毒，散风止痛。适用于风热感冒，症见发热头痛、口渴等。

► 大青叶板蓝根汤治流感

【制法】大青叶、板蓝根各 2500 克，水 50000 克。

【用法】煎成 30000 克。可供 100 个流感患者饮服，每日 1 次，连服 3 日。

【功效】适用于流感。

► 香菜黄豆汤治流感

【制法】黄豆 10 克，香菜 30 克。

【用法】将黄豆洗净，加水 300 毫升煮至豆瓣开裂时，再将香菜洗净切碎放入，煮熟。去渣取汁，趁热服下，盖被取汗。

【功效】适用于流感。

► 桔梗菊花汤

【制法】桔梗、大力子、菊花、桑叶、蝉蜕各适量。

【用法】水煎服。日服 2~3 次，连服 2~3 日。

【功效】适用于外感发热、声嘶。

► 草鱼汤

【制法】草鱼肉 200 克，生姜 25 克，米酒 100 毫升，精盐适量。

【用法】按常法煮汤服食，食后卧床盖被以取微汗。每日 1 剂，2 次分食。

【功效】温中散寒，疏风解表。适用于风寒感冒。

► 橘饼生姜汤

【制法】橘饼 1~2 个，生姜 3 片。

【用法】水煎服。每日 2 剂。

【功效】温中解表，润肺止咳。适用于感冒咳嗽。

► 生大蒜

【制法】生大蒜 1 瓣（去皮）。

【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。

【功效】辛温解表，解毒杀菌。适用于感冒初起，症见鼻流清涕、风寒咳



嗽等。

► 双汁饮治暑湿感冒

【制法】西瓜汁、西红柿汁各适量。

【用法】取西瓜肉、西红柿各适量，绞取其汁，合并调匀，代茶饮服。每日1~2次。

【功效】清热解毒，祛暑化湿。适用于暑湿感冒。

► 绿豆治流行性感冒

【制法】绿豆30克，麻黄9克。

【用法】将绿豆与麻黄用水淘洗一下，放入锅内加水烧开，撇去浮沫，改用小火煮至豆花开，饮汁。

【功效】适用于流感。

► 橄榄茶防治流感

【制法】橄榄6枚，萝卜150~200克。

【用法】将橄榄洗净捣碎，萝卜洗净切片，共置锅内，加水煎汤，代茶饮用。每日1剂。

【功效】解毒利咽，消积化痰。用于防治流感、白喉等。

► 葱姜豆豉治伤风感冒

【制法】葱白5根，姜1片，淡豆豉20克。

【用法】用沙锅加水一碗煎煮。趁热顿服，然后卧床盖被发汗，注意避风寒。

【功效】解热透表，解毒通阳。适用于感冒初起，症见鼻塞、头痛、畏寒、无汗等。

► 熬米醋预防流感

【制法】米醋不拘量。

【用法】米醋加水适量，文火慢熬，在室内烧熏约1小时。

【功效】消毒杀菌。适用于预防流感、脑膜炎、胆囊炎。

► 大青叶治呼吸道感染

【制法】大青叶、紫草各30克。



【用法】温水浸泡 30 ~ 60 分钟。早、晚各服 1 次。

【功效】清热解毒，凉血消炎。适用于感冒、上呼吸道感染。

► 青蒿治暑热感冒

【制法】青蒿 60 克。

【用法】将青蒿加水，煎汁 1 碗，1 日分两次服。

【功效】清热、退虚热。适用于暑热感冒出现的发冷、发热、头昏、头痛、有汗或自汗。

► 菊花茶

【制法】菊花 6 克。

【用法】将菊花用开水泡冲，随时当茶饮用。

【功效】发散风热。适用于外感、风热、发热、头痛、头昏、咳嗽、咽痛等。

► 灯笼草汤

【制法】灯笼草 9 克。

【用法】水煎服，代茶饮。

【功效】适用于感冒、腮腺炎、咽炎。

☞ 发热

机体在致热源作用下或各种原因引起体温调节中枢功能障碍，导致体温升高超出正常范围，称为“发热”。

引起发热的原因甚多，临床上通常分为感染性发热与非感染性发热两大类，以前者多见。

口腔温度超过 37. 7℃，腋下温度超过 37. 5℃，直肠温度超过 37. 9℃，或一昼夜体温波动在 1℃ 以上，可认为是发热。发热一般分为超高热（体温在 41℃ 以上）、高热（体温在 39℃ 以上）与低热（体温在 37. 5℃ ~ 39℃ 左右）。发热持续 2 ~ 4 周称为长期发热。

► 大青椒汤降温

【制法】大青根 60 克。

【用法】水煎服，每日两次。



【功效】感冒发热。

► 金银花大青叶汤降温

【制法】金银花 15 克，大青叶 10 克，蜂蜜 50 克。

【用法】将金银花和大青叶水煎 3~5 分钟后去渣。在汤液中加入蜂蜜搅匀饮用。热重不退者 1 日可服 3~4 剂。

【功效】疏散风热。用于外感风热，发热较重者。

► 鸭跖草柴胡汤降温

【制法】鸭跖草 30 克，马鞭草、威灵仙各 20 克，柴胡 12 克，青蒿 10 克。

【用法】水煎服。

【功效】适用于外感性高热。

► 鸭舌草竹叶茶降温

【制法】鸭舌草 60 克，淡竹叶 30 克。

【用法】将上述两药同煎 2 次，每次用 500 毫升，煎半小时，两次混合，取汁当茶饮。

【功效】清热解毒。适用于流感，高热口渴或原因不明的高热。

► 白菜根菊花茶降温

【制法】大白菜根 3~5 个，菊花 15 克，白糖适量。

【用法】将大白菜根洗净、切片，与菊花共同水煎，加白糖趁热饮服，盖被取汗。

【功效】清暑退热。适用于夏令暑湿发热。

► 绿豆绿茶

【制法】绿豆 50 克，绿茶 5 克，冰糖 15 克。

【用法】绿豆洗干净，捣碎，放入沙锅中加 3 碗水，煮至一半，再放入茶叶煮 5 分钟，放入冰糖拌化，等凉后，分 2 次服食。每日 1 剂，连服 3 次。

【功效】清暑退热。适用于春季里有积热。

咳嗽

咳嗽是指肺失肃降，肺气上逆，发出咳声，或咳吐痰液的一种肺系病症。其

