

# 家用偏方大全

薛翠芬 杨新 等编



JIA YONG PIANFANG DAQUAN

机械工

本书以家庭常见病和多发病的治疗和预防为主要目的,介绍了各类常见草药的使用和用途,以方便、适用为编写的出发点,讲解了妇、科、儿科、五官科、外科的家用偏方,以日常生活为基础,介绍了我们身边随处可见的偏方。本书实用、方便,可操作性强,是居家生活必备的工具书。

### 图书在版编目(CIP)数据

家用偏方大全/薛翠芬,杨新等编。—北京:机械工业出版社,

1994

ISBN 7-111-04243-3

I. 家… I. 薛… II. 土方. R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(94)第01896号

出版人:马九荣(北京市百万庄南街1号 邮政编码100037)

责任编辑:蔡琳 版式设计:程永明 责任校对:韩晶

封面设计:郭景云 责任印制:王国光

机械工业出版社京丰印刷厂印刷·新华书店北京发行所发行

1994年9月第1版·1994年9月第1次印刷

787mm×1092mm<sup>1</sup>/<sub>32</sub>·12印张·255千字

0 001—2 300册

定价 15.00元

## 前 言

中国的传统医学中的各类偏方，是千百年来劳动人民智慧和实践的结晶，包含着非常丰富的科学内涵，是我们取之不尽、用之不绝的医学宝藏。对传统偏方的研究是广大医学工作者多年来一直进行的工作。这本书集中了近年来最新的成果，是本书参编人共同努力的收获。

本书的特色在于实用、方便，以家庭中的常见病、多发病为主，以便于采集、制作的偏方为对象。这是一本居家生活的必备工具书。

本书体例是最让人费心思的地方，最后只能作到以病理和病状为主要线索，以偏方和中药为副线索组成本书的基本架构。作者虽尽力避免前后重复，但仍有个别地方不能尽免。本书分为上、中、下三篇，各篇之间既独立又互相联系，既各有侧重又互相呼应，由此构成一个不可分割的整体。

在本书的编写过程中，参阅了大量的有关文献，并受到国内有关方面权威的指点，在此一并致谢。

本书由薛翠芬、杨新主编，参加编写的人员有：薛翠芬、高芬莲、吴尚、张春风、杨新、李佳、何强、苏佩红、刘自强、武尚文、革海、杨雪、周回天、王东、史文明、赵刚、米淑玲、周青峰等。

由于时间和水平有限，书中不足之处还望各位读者和同仁批评指正。

编 者

1994年1月

---

# 目 录

## 前言

### 上篇 如何使用这些中药方

|                      |    |
|----------------------|----|
| 第一章 家用化痰止咳平喘药方 ..... | 1  |
| 半夏 .....             | 1  |
| 天南星 .....            | 2  |
| 川贝母 .....            | 3  |
| 瓜蒌 .....             | 4  |
| 竹沥 .....             | 5  |
| 竹茹 .....             | 6  |
| 桑白皮 .....            | 6  |
| 葶苈子 .....            | 7  |
| 瓦楞子 .....            | 8  |
| 海藻 .....             | 8  |
| 昆布 .....             | 9  |
| 胖大海 .....            | 10 |
| 荸荠 .....             | 11 |
| 杏仁 .....             | 13 |
| 苏子 .....             | 14 |
| 百部 .....             | 15 |
| 枇杷叶 .....            | 16 |
| 马兜铃 .....            | 17 |
| 梨 .....              | 17 |
| 第二章 家用清热药方 .....     | 20 |
| 石膏 .....             | 20 |

---

|           |    |
|-----------|----|
| 栀子 .....  | 21 |
| 芦根 .....  | 22 |
| 天花粉 ..... | 22 |
| 淡竹叶 ..... | 23 |
| 夏枯草 ..... | 24 |
| 决明子 ..... | 25 |
| 青箱子 ..... | 26 |
| 谷精草 ..... | 27 |
| 夜明砂 ..... | 27 |
| 生地黄 ..... | 28 |
| 赤芍 .....  | 31 |
| 紫草 .....  | 31 |
| 地骨皮 ..... | 32 |
| 银柴胡 ..... | 33 |
| 白茅根 ..... | 33 |
| 黄连 .....  | 34 |
| 苦参 .....  | 36 |
| 金银花 ..... | 36 |
| 板蓝根 ..... | 37 |
| 蒲公英 ..... | 38 |
| 鱼腥草 ..... | 40 |
| 马齿苋 ..... | 41 |
| 鸦胆子 ..... | 44 |
| 马勃 .....  | 45 |
| 土茯苓 ..... | 45 |
| 绿豆 .....  | 46 |
| 马兰 .....  | 50 |
| 无花果 ..... | 51 |
| 大蒜 .....  | 52 |
| 薇草 .....  | 52 |

|                         |    |
|-------------------------|----|
| 第三章 家用祛风湿、祛暑、温里药方 ..... | 54 |
| 祛风湿药方 .....             | 54 |
| 独活 .....                | 54 |
| 威灵仙 .....               | 55 |
| 苍耳子 .....               | 56 |
| 木瓜 .....                | 56 |
| 苍术 .....                | 57 |
| 徐长卿 .....               | 58 |
| 桑枝 .....                | 59 |
| 伸筋草 .....               | 59 |
| 五加皮 .....               | 60 |
| 桑寄生 .....               | 61 |
| 虎骨 .....                | 61 |
| 豨薟草 .....               | 62 |
| 虎杖 .....                | 63 |
| 老鹳草 .....               | 64 |
| 鸡血藤 .....               | 65 |
| 白花蛇 .....               | 65 |
| 乌梢蛇 .....               | 66 |
| 祛暑药方 .....              | 67 |
| 西瓜 .....                | 67 |
| 青蒿 .....                | 69 |
| 香薷 .....                | 70 |
| 藿香 .....                | 70 |
| 温里药方 .....              | 71 |
| 附子 .....                | 71 |
| 肉桂 .....                | 73 |
| 干姜 .....                | 74 |
| 吴茱萸 .....               | 75 |
| 高良姜 .....               | 76 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 川椒                         | 77  |
| 丁香                         | 79  |
| 小茴香                        | 81  |
| 艾叶                         | 83  |
| 草豆蔻                        | 84  |
| 草果                         | 84  |
| 草拔                         | 85  |
| 草澄茄                        | 86  |
| <b>第四章 家用涌吐、泻下、解表、消食药方</b> | 87  |
| 涌吐药方                       | 87  |
| 瓜蒂                         | 87  |
| 食盐                         | 88  |
| 藜芦                         | 88  |
| 常山                         | 89  |
| 泻下药方                       | 89  |
| 大黄                         | 89  |
| 芒硝                         | 91  |
| 番泻叶                        | 91  |
| 火麻仁                        | 92  |
| 郁李仁                        | 93  |
| 松子                         | 94  |
| 蜂蜜                         | 94  |
| 甘遂                         | 98  |
| 大戟                         | 99  |
| 牵牛子                        | 99  |
| 商陆                         | 100 |
| 乌柏根皮                       | 101 |
| 解表药方                       | 102 |
| 麻黄                         | 102 |
| 淡豆豉                        | 103 |

|            |     |
|------------|-----|
| 莞莢         | 104 |
| 薄荷         | 105 |
| 牛蒡子        | 106 |
| 蝉蛻         | 107 |
| 桑叶         | 108 |
| 菊花         | 109 |
| 蔓荊子        | 110 |
| 柴胡         | 111 |
| 葛根         | 111 |
| 升麻         | 112 |
| 消食药方       | 113 |
| 莱菔子        | 113 |
| 麦芽         | 114 |
| 谷芽         | 115 |
| 山楂         | 115 |
| 鸡内金        | 118 |
| 第五章 家用行气药方 | 119 |
| 陈皮         | 119 |
| 桔红         | 122 |
| 青皮         | 122 |
| 木香         | 123 |
| 香附         | 124 |
| 乌药         | 125 |
| 砂仁         | 125 |
| 白豆蔻        | 127 |
| 佛手         | 128 |
| 香橼         | 129 |
| 薤白         | 130 |
| 柿          | 130 |
| 甘松         | 132 |



|          |     |
|----------|-----|
| 荔枝 ..... | 132 |
|----------|-----|

## 中篇 分科家用偏方

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 第六章 外科家用偏方 .....  | 135 |
| 疖肿 .....          | 135 |
| 痈肿 .....          | 136 |
| 疔疮 .....          | 137 |
| 乳痈 (乳腺炎) .....    | 137 |
| 湿疮 .....          | 138 |
| 疥疮 .....          | 139 |
| 疣 .....           | 139 |
| 癰瘤头 .....         | 141 |
| 瘰癧 (颈部淋巴结核) ..... | 141 |
| 漆疮 .....          | 142 |
| 银屑病 (牛皮癣) .....   | 143 |
| 鹅掌风 .....         | 144 |
| 鱼鳞癣 .....         | 144 |
| 热疮 .....          | 145 |
| 蛇串疮 (带状疱疹) .....  | 145 |
| 冻疮 .....          | 146 |
| 痔疮 .....          | 147 |
| 汤火烫伤 .....        | 149 |
| 阑尾炎 .....         | 150 |
| 流火 .....          | 150 |
| 疳子 .....          | 151 |
| 跌打损伤、扭伤 .....     | 152 |
| 毒蛇咬伤 .....        | 153 |
| 皮肤皸裂 .....        | 154 |
| 鸡眼 .....          | 154 |
| 蜂、毒虫咬伤 .....      | 154 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 蜈蚣咬伤 .....          | 155 |
| 狂犬咬伤 .....          | 155 |
| 脚癣、脚气、脚汗多、老烂脚 ..... | 155 |
| 第七章 儿科家用偏方 .....    | 157 |
| 麻疹 .....            | 157 |
| 水痘 .....            | 160 |
| 顿咳 .....            | 161 |
| 疳腮 .....            | 163 |
| 痢疾 .....            | 163 |
| 感冒 .....            | 165 |
| 咳嗽 .....            | 167 |
| 哮喘 .....            | 170 |
| 口疮 .....            | 171 |
| 鹅口疮 .....           | 172 |
| 流涎 .....            | 174 |
| 呕吐 .....            | 175 |
| 泄泻 .....            | 175 |
| 厌食症 .....           | 178 |
| 积滞 .....            | 180 |
| 疳症 .....            | 181 |
| 水肿 .....            | 182 |
| 汗症 .....            | 183 |
| 夏季热 .....           | 184 |
| 疰夏 .....            | 185 |
| 低热 .....            | 185 |
| 佝偻病 .....           | 186 |
| 便秘 .....            | 187 |
| 疝气 .....            | 188 |
| 遗尿 .....            | 188 |
| 新生儿红臀（尿布皮炎） .....   | 191 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 婴儿湿疹 .....               | 191 |
| 夜啼 .....                 | 192 |
| 新生儿无尿 .....              | 193 |
| 新生儿头皮血肿 .....            | 193 |
| 蛔虫病 .....                | 193 |
| 蛲虫病 .....                | 194 |
| 解颅(脑积水) .....            | 195 |
| 婴儿脐突 .....               | 195 |
| 小儿龟头炎 .....              | 195 |
| 小儿胎毒 .....               | 196 |
| <b>第八章 五官科家用偏方</b> ..... | 197 |
| 针眼(偷针、麦粒肿) .....         | 197 |
| 电光性眼炎 .....              | 197 |
| 近视眼 .....                | 197 |
| 夜盲症 .....                | 198 |
| 老年性白内障 .....             | 198 |
| 红眼(急性结膜炎) .....          | 199 |
| 鼻窦炎 .....                | 199 |
| 鼻炎 .....                 | 200 |
| 鼻衄(鼻血、鼻头红) .....         | 200 |
| 咽喉炎 .....                | 201 |
| 鱼骨梗喉 .....               | 202 |
| 扁桃腺炎 .....               | 203 |
| 牙痛 .....                 | 203 |
| 牙龈出血 .....               | 203 |
| 口疮 .....                 | 204 |
| 耳流浓液 .....               | 204 |
| <b>第九章 内科家用偏方</b> .....  | 206 |
| 胃下垂 .....                | 206 |
| 胃、十二指肠溃疡 .....           | 207 |

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 慢性肝炎 .....      | 209 |
| 肝硬化 .....       | 210 |
| 水肿 .....        | 211 |
| 鼓胀 .....        | 212 |
| 老人肾虚尿频、夜尿 ..... | 214 |
| 尿路结石 .....      | 214 |
| 尿路感染 .....      | 215 |
| 尿潴留 .....       | 216 |
| 急性肾炎 .....      | 217 |
| 慢性肾炎 .....      | 218 |
| 腰痛 .....        | 219 |
| 头痛 .....        | 220 |
| 中风 .....        | 222 |
| 心律失常 .....      | 223 |
| 风湿性心瓣膜病 .....   | 223 |
| 胃脘痛 .....       | 224 |
| 食欲不振 .....      | 227 |
| 黄疸 .....        | 228 |
| 呃逆 .....        | 230 |
| 恶心、呕吐 .....     | 232 |
| 便秘 .....        | 233 |
| 泄泻 .....        | 235 |
| 痢疾 .....        | 237 |
| 肠道蛔虫症 .....     | 239 |
| 咳血 .....        | 240 |
| 吐血 .....        | 241 |
| 便血 .....        | 241 |
| 鼻衄 .....        | 242 |
| 齿衄 .....        | 243 |
| 尿血 .....        | 244 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| 紫癜 .....         | 244 |
| 贫血 .....         | 246 |
| 糖尿病 .....        | 247 |
| 中暑 .....         | 249 |
| 痹症 .....         | 251 |
| 咳嗽 .....         | 253 |
| 哮喘 .....         | 256 |
| 肺脓疡 .....        | 253 |
| 肺结核 .....        | 259 |
| 低血压 .....        | 261 |
| 高血压 .....        | 262 |
| 心绞痛 .....        | 265 |
| 第十章 妇科家用偏方 ..... | 268 |
| 产后腹痛 .....       | 268 |
| 产后便秘 .....       | 268 |
| 恶露不下 .....       | 268 |
| 产后血暈 .....       | 269 |
| 产后体虚 .....       | 269 |
| 产后保健五方 .....     | 270 |
| 缺乳 .....         | 271 |
| 乳汁自出 .....       | 272 |
| 产后乳头破裂 .....     | 272 |
| 乳痛(乳腺炎) .....    | 273 |
| 断乳方法(回乳) .....   | 273 |
| 白带病 .....        | 274 |
| 更年期月经紊乱 .....    | 275 |
| 子宫脱垂 .....       | 276 |
| 女子不孕 .....       | 277 |
| 阴痒 .....         | 277 |
| 盆腔炎 .....        | 278 |

---

|              |     |
|--------------|-----|
| 子宫颈炎 .....   | 279 |
| 痛经 .....     | 280 |
| 闭经 .....     | 281 |
| 崩漏 .....     | 281 |
| 月经不调 .....   | 282 |
| 恶阻 .....     | 283 |
| 胎漏 .....     | 284 |
| 妊娠水肿 .....   | 284 |
| 妊娠小便不通 ..... | 285 |
| 妊娠胎动 .....   | 285 |
| 习惯性流产 .....  | 286 |

## 下篇 便方就在你身边

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 第十一章 取材于家庭的便方 .....           | 28  |
| 没有农药的柑桔皮对身体最有益 .....          | 289 |
| 醋蛋能消除日晒后引起的雀斑 .....           | 290 |
| 利用醋来治疗寄生虫的危害 .....            | 290 |
| 利用薏仁来取代燃烧的治疗法 .....           | 291 |
| 利用南非产的万能药——芦荟可治刀伤、枪伤、咬伤 ..... | 292 |
| 菠菜和红辣椒能治疗少年秃头及腹股沟癣 .....      | 293 |
| 杏仁和梅子真是治癌剂吗? .....            | 295 |
| 生食大豆配红茶可以治疗糖尿病 .....          | 295 |
| 泥鳅和洋葱可以增加体力 .....             | 296 |
| 芝麻是促进生育等的良药 .....             | 297 |
| 滥用韩国人参还不如多喝海带水 .....          | 298 |
| 柿子的各部分均能用来治病 .....            | 299 |
| 利用梅粉、酒精、萝卜泥、大蒜加蜂蜜来治疗咳嗽 .....  | 300 |
| 伴唱机迷适用的治喉法 .....              | 300 |
| 黑醋加芝麻可以增强体力、治疗香港脚、预防秃头 .....  | 301 |

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| ·蔓草炖肉汤能治疗神经痛 .....          | 302        |
| 吃麦米饭能避免酒醉 .....             | 303        |
| 小黄瓜的功用 .....                | 303        |
| 带籽的葡萄对健康助益颇大 .....          | 304        |
| 咖啡、白果能治疗排尿困难 .....          | 305        |
| 1天吃3个肝丸子可消除疲劳 .....         | 306        |
| 红豆煮鲤鱼能预防酒醉 .....            | 307        |
| 马铃薯是治肾脏病及胃溃疡的良药 .....       | 307        |
| 海带是治多种病的良药 .....            | 308        |
| 鱼骨粉末能预防百病, 增强体力 .....       | 309        |
| 吃南瓜能预防贫血和前列腺肥大 .....        | 310        |
| 芹菜是毫无副作用的降血压剂 .....         | 310        |
| 佛手柑可减少酒醉造成的肝脏负荷 .....       | 311        |
| 可作为家庭保健品的辣椒芝麻醋 .....        | 312        |
| 治疗眼睛疲劳的方法 .....             | 313        |
| 食用柿子醋可保长寿 .....             | 314        |
| 地瓜稀饭是流行性腮腺炎的特效药 .....       | 314        |
| 白萝卜、蜂蜜可以治感冒和妇科病 .....       | 315        |
| 紫苏叶汁能消除精神恍惚的痛苦 .....        | 316        |
| 晒干的杏籽和蜂蜜对气喘有独到的效果 .....     | 317        |
| 糖尿病患者请记住所谓的“马的三原则” .....    | 318        |
| 梔子花果与虾壳、墨鱼可治疗胃溃疡 .....      | 319        |
| 纯正的梅子醋可治腹痛和感冒 .....         | 320        |
| 3种地下球根蔬菜可预防肺癌 .....         | 321        |
| 对子宫疼痛等妇女病请用山薯疗法试试看 .....    | 322        |
| 慢性病患者应多吃五谷杂粮 .....          | 323        |
| <b>第十二章 请留意饮食店的菜单 .....</b> | <b>324</b> |
| 对脚伤和早泄有效的马肉油脂 .....         | 324        |
| 可以提升精力的烤鸡串 .....            | 325        |
| 1日1只河蟹可使头脑清醒 .....          | 325        |

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| 海鞘做的紫苏卷一卷即可应验 .....         | 326        |
| 眼疲劳时吃一份牛、猪或鸡的肝即有效 .....     | 327        |
| 预防百病的纳豆健康法 .....            | 327        |
| 预防老化和成人病的味噌料理 .....         | 328        |
| 吃高尿酸食物可少找医生 .....           | 329        |
| 鱼酱可促进性器官的发育 .....           | 329        |
| 牛的睾丸是马上奏效的强壮剂 .....         | 330        |
| 阳萎、肾脏病可食用味噌蟹肉 .....         | 330        |
| 含油脂的寒鳕是治肾脏、胰脏的妙药 .....      | 331        |
| 牡蛎是肝功能障碍者的最佳食物 .....        | 332        |
| 莲汁能消除酒醉后不快的感觉 .....         | 333        |
| 田螺和海蛇是超强的壮阳食物 .....         | 333        |
| 萝卜碎绒能预防脑中风 .....            | 334        |
| 消除酒醉，请吃李子 .....             | 335        |
| 香味油能预防百病 .....              | 336        |
| 治疗恶性神经痛，请吃龟肉 .....          | 337        |
| <b>第十三章 为身体失调提供妙方 .....</b> | <b>339</b> |
| 以大蒜浴去除上班族的公敌——神经疲劳 .....    | 339        |
| 大蒜是露营的必备品 .....             | 340        |
| 酒醉的人在上班途中做手腕运动即可恢复精神 .....  | 340        |
| 慌张恐惧只会产生反效果 .....           | 341        |
| 在旅馆着凉的话 .....               | 342        |
| 日晒中暑——应驱除过多的体热 .....        | 343        |
| 因痛殴、快感或精神上的震撼而失神时 .....     | 344        |
| 以达摩大师的呼吸法来预防打嗝和放屁 .....     | 345        |
| 以臀部坐垫来治痔疮 .....             | 345        |
| 3日内强化内脏的小便健康法 .....         | 346        |
| 踩足板健康法之原理——穿木履散步 .....      | 347        |
| 肚脐凸出可用冷气铜板治好 .....          | 348        |
| 未发时先治疗——精液斑疹用聚脲油 .....      | 348        |



|                              |     |
|------------------------------|-----|
| 1 日 1 分钟的运动可治好长年的疑难杂症 .....  | 349 |
| 撞伤后遗症的自我疗法 .....             | 350 |
| 一根棍子可治严重的肩酸 .....            | 351 |
| 治便秘的烧酒疗法——每天 1 杯必可“快便” ..... | 352 |
| 抑止下痢增进性生活的方法 .....           | 352 |
| 以工作用粘土治冷寒症 .....             | 353 |
| 劣质的药不如 10 秒钟指压 .....         | 354 |
| 一面喝酒一面治肝硬化的腌菊酒 .....         | 354 |
| 种 3 种树为防癌之策 .....            | 355 |
| 蛋油是治轻微瓦斯中毒的特效药 .....         | 356 |
| 肾脏病可食用蜗牛或采取断食疗法 .....        | 356 |
| 腹部胀气宜作立式骑马体操 .....           | 357 |
| 连医生都觉震惊的感冒症状治疗法 .....        | 358 |
| 对所有头痛均有效的头部指压 .....          | 359 |
| 对胃病很有效的洋蛋酒 .....             | 360 |
| 简单而确实地自制无副作用的媚药 .....        | 360 |
| 家庭式温泉治疗是可行的 .....            | 361 |
| 促进病后复原的特制汤肴 .....            | 362 |
| 用 10 个甘柿过个快乐的年 .....         | 363 |