

家庭适宜特效治病法

庞国胜等主编
建中、振中审订



中国中医药出版社

(京)新登字 025 号

家庭适宜特效治病法

庞国胜等主编

*

中国中医药出版社出版

(北京市东城区新中街 11 号)

保定市新市区建国印刷厂印刷 全国各地新华书店经销

787×1092mm 32 开 10.75 印张 240 千字

*

1993 年 2 月第 1 版 1993 年 2 月第 1 次印刷

印数 1—5000 册

ISBN7-80089-129-1/R·080 定价:6.80 元

《家庭适宜特效治病法》

编写人员

审 订
建 中 振 中

主 编
庞国胜 陈润竹 张景祖 丁素珍

编 者
(以下按姓氏笔划为序)
丁素珍 李军武 李随一 张景祖
陈润竹 庞国胜 秦 洁 秦爱娟

前 言

俗话说“人吃五谷杂粮，总是会生病的”。尤其是生活在现代社会的人们，精神上的高度紧张，工业化大生产对环境空气的污染，农药化肥的大量使用，不仅影响着人们的生活和工作，而且威胁着人们的身心健康，随时都可能发生各种人们预想不到的疾病。因而了解一些常见病的发生与发展规律，以及诊断、预防与治疗知识，进行自我诊断与用药，做到无病早防，有病早治，达到保持健康、延年益寿之目的，是非常必要的。有鉴于此，我们在收集大量医药资料的基础上，本着普及、实用、高效的原则，编写了《家庭适宜特效治病法》一书，奉献给读者，希望能成为广大家庭健康的益友。

本书以病为纲，以病统法，共收录了内、外、妇产、儿、五官、皮肤六科 105 种常见病症。每病下均按疾病的概念与发病特征、诊断要点、治疗方法三个层次编写，以便读者了解疾病的来龙去脉，掌握必要的诊断与防治常识和应急处理措施。同时，每病下均选介适合家庭应用的有效方法十种左右，诸如汤药疗法、药茶疗法、药酒疗法、敷脐疗法、涂擦疗法、熏洗疗法、按摩疗法等。所列各法简、便、廉、验，读者根据自己的病症，便可找到理想的治疗方法，以应所需。但尚需指出的是，若遇复杂或急重疑难病症时，在作适当处理后，应及时到医院作进一步诊查与治疗，以防延误病机。

由于我们编写水平有限,错谬之处在所难免,敬请广大读者批评指正,以便完善提高。

编 者

1992年8月30日于汴京

目 录

第一章 内 科

感冒	(1)
中暑	(4)
咳嗽	(7)
支气管哮喘	(11)
支气管炎	(15)
肺结核	(19)
呃逆	(22)
胃脘痛	(25)
呕吐	(29)
腹泻	(32)
便秘	(37)
黄疸	(41)
眩晕	(45)
偏头痛	(49)
失眠	(55)
心悸	(58)
自汗	(61)
盗汗	(64)
癫痫	(68)
癫狂	(72)
高血压病	(76)

腰痛	(79)
癃闭	(82)
阳痿	(86)
淋症	(90)
遗尿	(95)
遗精	(98)
三叉神经痛	(103)
面神经麻痹	(106)
痹证	(109)

第二章 外 科

疖	(115)
痈	(118)
疽	(121)
褥疮	(124)
面部疔疮	(128)
烧烫伤	(131)
丹毒	(136)
毒蛇咬伤	(139)
直肠脱垂	(143)
痔疮	(147)
血栓闭塞性脉管炎	(151)
腱鞘炎	(155)
急性乳腺炎	(158)
前列腺炎	(163)
尿石症	(167)
胆石症	(170)

毒虫咬伤.....	(174)
-----------	-------

第三章 妇 科

痛经.....	(179)
闭经.....	(183)
月经不调.....	(188)
带下病.....	(193)
子宫脱垂.....	(197)
妊娠呕吐.....	(200)
胎动不安.....	(203)
难产.....	(207)
胞衣不下.....	(210)
缺乳.....	(212)
阴道炎.....	(215)
宫颈糜烂.....	(219)
盆腔炎.....	(221)
阴痒.....	(225)

第四章 儿 科

急性腮腺炎.....	(229)
白喉.....	(232)
麻疹.....	(235)
鹅口疮.....	(240)
小儿感冒.....	(243)
小儿肺炎.....	(246)
百日咳.....	(249)
小儿疳积.....	(253)
厌食.....	(257)

小儿腹泻·····	(260)
小儿佝偻病·····	(264)
小儿夜啼·····	(267)
小儿湿疹·····	(270)
破伤风·····	(273)
小儿惊风·····	(276)

第五章 五官科

角膜炎·····	(279)
麦粒肿·····	(281)
鼻窦炎·····	(284)
牙痛·····	(288)
脓耳·····	(292)
耳聋、耳鸣·····	(295)

第六章 皮肤科

白癫风·····	(300)
牛皮癣(银屑病)·····	(303)
斑秃·····	(307)
痤疮·····	(312)
酒糟鼻·····	(316)
疥疮·····	(320)
足癣·····	(325)
痱子·····	(329)
黄水疮·····	(332)

第一章 内 科

感 冒

感冒是指上呼吸道感染细菌或病毒所致的疾病。与中医学“感冒”同名,又称“伤风”或“伤寒”。

【诊断要点】

一、有明显的呼吸道症状:鼻塞,流涕,打喷嚏,咽干,声音嘶哑,干咳。

二、全身症状轻微:低热,全身不适,头痛,腰背酸痛,乏力。

三、血象无明显变化,合并感染时白细胞增高。

【治疗方法】

一、汤药疗法

方 1:

【组成】葛根 15 克 银花 9 克 贯众 9 克 桔梗 9 克 杏仁 9 克 桑叶 12 克 薄荷 6 克 甘草 3 克

【用法与主治】加水 2 碗,煎取 1 碗许,1 日分 2 次饭前服。
主治:恶寒发热,头痛,身痛,咳嗽,流涕。

方 2:

【组成】豆豉 30 克 生姜 3 片 连须葱头 5 根 食盐少许 烧枣 5 枚

【用法与主治】用水 1 碗半煎取大半碗,乘热服下,取微汗。
主治:流感、头痛、恶寒发热,四肢酸痛。

二、药粥疗法

【处方】糯米 50~100 克 生姜 3~5 片 醋 15~20 毫升
连须葱白 5~7 根

【用法与主治】糯米淘净后和生姜放入砂锅中，加适量清水煮开 1 分钟后，入葱白，再加醋，拌匀，稍煮。趁热吃粥，或只喝粥汤。吃完粥后，盖被入睡以微微汗出为佳。主治：风寒感冒。

【注意事项】高热烦躁的风热感冒病人不宜应用。

三、药茶疗法

方 1：

【组成】生姜 10 片 茶叶 7 克 红糖 15 克

【用法与主治】将生姜洗净去皮，加茶叶共煎成汁，再加红糖溶化，饭后饮。主治：感冒，咳嗽，怕冷。

方 2：

【组成】柴胡 3 克 甘草 1 克

【用法与主治】加水煎服，代茶饮。主治：寒热往来咳嗽，因体虚，受外邪侵袭，流涕、咳嗽，时冷时热。

四、药酒疗法

【处方】豆豉 15 克 荆芥 10 克

【用法与主治】取酒 750 毫升同豆豉、荆芥煎 5~7 沸，去渣，收贮备用。临用时稍加温，以药棉蘸药汁外擦全身。主治：外感风寒，发热无汗。

五、敷脐疗法

方 1：

【组成】羌活 10 克 苍术 6 克 白矾 6 克

【用法与主治】上药共研细末，过筛，取药粉适量，纱布包裹

敷于脐窝中,包扎固定,每次贴药 4~6 小时,每日 2 次,连贴 3~4 日为 1 疗程。主治:风寒型感冒。

方 2:

【组成】银花 4 克 连翘 4 克 桔梗 2.4 克 荆芥 1.6 克
薄荷 2.4 克 牛蒡子 2.4 克 淡豆豉 2 克 甘草 2 克 竹叶
1.6 克

【用法与主治】将上药共研细末,过筛,取药粉适量,纱布包裹敷于脐窝中,,包扎后胶布固定,每次贴药 4~6 小时,每日 2 次,连贴 3~4 日为 1 疗程。主治:风热型感冒。

六、涂擦疗法

方 1:

【组成】葱白头 30 克 生姜 30 克 食盐 6 克 白酒 1 盅

【用法与主治】将上药捣烂成糊状,入酒调匀,用纱布包紧,涂擦胸前、后背、手心、足心及腘窝。涂擦一遍后让患者安卧,30 分钟即有汗出。适用于风寒证,如高热持续不退者,可 2~3 小时擦 1 次,至病愈为止。

方 2:

【组成】鲜薄荷叶适量

【用法与主治】将薄荷叶揉成团,在迎香、合谷穴各擦 1~2 分钟,1 日 4 次,3 日为 1 疗程。主治:感冒鼻塞不通等症。

七、贴药疗法

【处方】麝香风湿膏 1 寸见方 2 张,速效感冒胶囊 6~7 粒。

【用法与主治】将速效感冒胶囊药粉置于 1 寸见方的风湿膏中心,分别贴在两足涌泉穴(位于足心陷中)上。贴好后按摩 1~2 分钟。主治:感冒引起的鼻塞、流涕等症。

【注意事项】孕妇禁用

八、按摩疗法

【处方】禾髎穴(直鼻孔下方,约在鼻孔与中唇之中点) 迎香穴(在鼻唇沟中取之)

【用法与主治】先取准穴位,用食指按摩 2~3 分钟,随时可按之。主治:鼻塞,鼻流清涕。

九、热敷疗法

【处方】热水 1 盆 毛巾 1 条

【用法与主治】将毛巾浸泡热水中 1 分钟,稍拧去水,敷于婴儿囟门上,稍凉换之。主治:小儿感冒,鼻塞不通。

中 暑

中暑是发生在夏季或高温作业的一种急性病。在夏令暑热的环境下,人体处于劳倦或饥饿状态时,元气亏虚,暑热乘虚而入,随体质的不同,或燔灼阳明或触犯心包,甚则导致阳明离决。临床以发热、烦渴、汗出、昏迷、肢厥为特征。

【诊断要点】

- 一、多发生于夏季或高温作业时。
- 二、突然昏迷、壮热、烦渴、汗出。

【治疗方法】

一、汤药疗法

方 1:

【组成】秦艽 10 克 当归 10 克 桔梗 10 克 黄连 10 克
乌梅 10 克(去核) 白芍 10 克 青皮 10 克 甘草 10 克 柴胡
10 克 炮姜 10 克

【用法与主治】水煎服,灯芯为引。或制成散剂,每服 5 克,

灯芯煎汤送下。主治：中暑。

方 2：

【组成】生石膏 50 克 寒水石 12 克 滑石 18 克 黄连 5 克 鲜石斛 15 克 鲜茅根 30 克 九节菖蒲 6 克 神犀丹 1 粒

【用法与主治】水煎服，每日 1 剂。主治：暑热内闭心包之暑厥症。

二、药粥疗法

方 1：

【组成】薏米 60～80 克 扁豆 60～80 克

【用法与主治】将薏米、扁豆共煮成粥食用。每日 1 剂，连服 4～5 剂。主治：饥饿时，元气虚所致的中暑轻症。

方 2：

【组成】冬瓜 10 克 莲叶 1 张 粳米 60 克

【用法与主治】加水共煮成粥，服食。每日 1 剂，连服 4～5 日。主治：元气亏虚引起的中暑轻症。

三、药茶疗法

方 1：

【组成】绿豆 50 克

【用法与主治】用绿豆煮汤代茶饮。主治：夏季高热中暑，精神不振，神不守舍，昏昏欲睡。

方 2：

【组成】茶叶 10 克 食盐 10 克

【用法与主治】用沸水 1000 毫升，冲泡溶解，待凉饮用。主治：中暑后口渴。

四、药酒疗法

【处方】鲜杨梅 500 克 白糖 50 克

【用法与主治】将杨梅洗净，加白糖共入瓷罐中捣烂，加盖（不密封稍留空隙），约5~8天，自然发酵成酒。再用纱布拧汁，即成约12度杨梅酒，然后入锅煮沸，待冷装瓶，密封贮存，时间越久越好。可预防中暑。

五、敷脐疗法

方1：

【组成】人丹15克

【用法与主治】将上药研成细末，放在脐内，外敷纱布，胶布固定。每日换药1次，用至患者热退、痉止、窍开。主治：暑犯心包。

方2：

【组成】活蛤蟆1只

【用法与主治】将活蛤蟆剖开腹皮，然后，将剖开腹面蛤蟆直接敷在患者的脐眼上，外用纱布绷带固定，2小时换1次。用至症状减轻为止。主治：暑入阳明型。

六、冰敷疗法

【处方】冰1块

【用法与主治】将冰块敷于腹部，使体温降至基本正常为止。主治：暑入阳明。高热大汗烦渴等。

七、热熨疗法

【处方】温热水 热土或盐

【用法与主治】布蘸温水，或布包热土，或将盐炒热布包，温敷腹部气海、关元、神阙等穴位，冷之则易，使其阳回厥复。主治：中暑神昏。

咳 嗽

咳嗽是肺系疾病的主要症状之一。可由于肺系受邪或它脏的疾患累及肺脏而引起。临床根据病因将其分为外感咳嗽和内伤咳嗽两大类。外感咳嗽是由于肺卫感邪,肺气失宣所致。感邪常有风寒、风热、燥热等。内伤咳嗽则为脏腑功能失调,累及于肺,肺脏受邪,肺气失宣所致。老幼皆可患,四季均可发。本病常见于西医的慢性支气管炎或支气管扩张等。部分感冒患者经久反复,可发展为咳嗽。治疗时关键在于分清外感、内伤而选方治疗。

【诊断要点】

- 一、以咳嗽为主症。
- 二、外感者兼有外感咳嗽症状。
- 三、内伤者兼有内伤症状。

【治疗方法】

一、汤药疗法

方1:

【组成】桔梗9克 生甘草3克 浙贝母9克 杏仁6克
麦冬9克 白茅根9克

【用法与主治】加水1碗半,煎取1碗,饭前服用,每日2次。主治:火郁在肺,咳嗽,黄痰,咽干。

方2:

【组成】款冬花12克 紫菀10克 前胡6克 苏叶10克
陈皮9克 旋复花12克 姜半夏6克 北五味子10克 麻黄6克

【用法与主治】上药加水 2 碗半，煎取 1 碗，饭前服用，每日 1 次。主治：风寒咳嗽，冬季老年人咳嗽。

二、药粥疗法

方 1：

【组成】贝母适量 北粳米 50 克

【用法与主治】将贝母去心研末，先用北粳米，冰糖加水煮至米熟汤稠时，取贝母粉 10 克，调入粥中，改文火煮片刻，视粥稠时停火，每日早晚温服。主治：肺虚久咳、痰少咽燥、或痰热咳嗽、咯痰稠黄、咽喉肿痛、瘰疬疮痈、肿毒及乳痈、肺痈等症。风寒咳嗽不宜服用。

方 2：

【组成】新鲜芦根 100~120 克 北粳米 50 克

【用法与主治】将鲜芦根洗净切断去节，入砂锅内加水 300 毫升，煎至 200 毫升，去渣，用北粳米加水 250 毫升左右，同煮为稀粥。每日 2~3 次，温服食用。主治：热病津伤、烦热口渴、舌燥少津、胃热呃逆、肺热咳嗽和肺痈等症。芦根粥宜稀为佳，服用爽口，对胃寒呕吐、咳嗽不宜服用。

三、药茶疗法

方 1：

【组成】茶叶 百合各等份

【用法与主治】将上药共为细末，用蜂蜜调为丸如梧桐子大，每服 7 丸开水送下。主治：咳嗽。

方 2：

【组成】茶叶 30 克 僵蚕 30 克

【用法与主治】将上 2 味共为细末，泡开水 1 小碗饮用，临卧再加水泡服 1 次。主治：痰喘咳嗽。