

家庭中药小方

福建科学技术出版社



5

(闽)新登字03号

家庭中药小方

吴 熙 陶绍南等

*

福建科学技术出版社出版

(福州得贵巷27号)

福建省新华书店发行

闽侯青圃印刷厂印刷

开本787×1092毫米 1/32 6.625印张 1插页 141千字

1992年6月第1版

1992年6月第1次印刷

印数: 1—10,300

ISBN 7—5335—0531—X/R·123

定价: 2.95元

前 言

本书分内、外、妇、儿和五官科五个部分，共收载治疗家庭常见病170多种、处方1100多条。每条处方均介绍方药组成与用法。

本书列选的方药具有如下几方面的特点：

一、组成简单，少者只有一味药，多者亦不超过五味药；

二、用法简便，一般家庭均可采用；

三、用药安全，凡有毒副作用的方药均不列选；

四、疗效可靠，多数方药均经编者临床证实有效；

五、可选性强，多方治疗一病，便于群众因地制宜地选择对症治疗的方药；

六、价格低廉，有的药物可在田园屋后随手采摘。

本书选用的方药除了编者自己临床经验方外，还有部分方药系非编者经验方，但这些方药多经编者临床证实有效，故亦被选入本书，在此谨向有关作者深表谢意。

本书在编写过程中得到俞长荣教授的真诚帮助与指导，在此表示由衷的感谢。

编 者

1991.11.5

目 录

【内科】

感冒.....	1	便秘.....	30
急性支气管炎.....	5	蛔虫病.....	33
慢性支气管炎.....	7	钩虫病.....	34
哮喘.....	8	蛲虫病.....	34
肺气肿.....	10	绦虫病.....	36
肺结核.....	10	急性肝炎.....	36
食管炎.....	13	慢性肝炎.....	38
胃及十二指肠溃疡.....	14	肝硬化.....	38
慢性胃炎.....	14	慢性胆囊炎、胆石症	39
胃酸过多.....	16	泌尿道感染.....	40
上消化道出血.....	16	泌尿系结石.....	40
消化不良.....	17	尿潴留.....	41
胃神经官能症.....	17	遗尿.....	41
呕吐.....	17	血尿.....	42
呃逆.....	19	水肿.....	43
腹泻.....	20	肾炎.....	44
痧气腹痛.....	22	慢性前列腺炎.....	44
细菌性痢疾.....	22	前列腺肥大.....	44
阿米巴痢疾.....	30		

高血压病·····	45	自汗、盗汗·····	60
低血压·····	48	遗精·····	63
冠心病·····	48	贫血·····	68
动脉硬化症·····	49	血小板减少性紫癜··	69
高脂血症·····	49	疟疾·····	70
失眠·····	49	风湿性关节炎·····	72
脚气病·····	52	类风湿性关节炎·····	74
腓肠肌痉挛·····	53	增生性关节炎·····	74
健忘症·····	53	糖尿病·····	74
头痛·····	53	内脏下垂·····	76
眩晕·····	56	中毒·····	76

【外伤科】

疔疮疖痈·····	79	皮肤痒疹·····	95
脓疱疮·····	82	神经性皮炎·····	96
指头疔·····	83	头癣·····	96
甲沟炎·····	83	手足癣·····	97
丹毒·····	84	体癣·····	99
无名肿毒·····	84	牛皮癣·····	100
瘰疬·····	85	疣·····	102
湿疹·····	85	冻疮·····	102
带状疱疹·····	91	烧、烫伤·····	104
荨麻疹·····	93	虫咬伤·····	107
过敏性皮炎·····	94	毒蛇咬伤·····	108
慢性搔痒性皮肤病··	95	鸡眼·····	109
		阑尾炎·····	110

肺脓疡	111
狐臭	111
跌打肿痛	112
跌打损伤	113
刀伤出血	114
急性扭挫伤	117
落枕	119
肩周炎	119
肱骨外上髁炎	119
下颌关节脱位	120
关节粘连	120
肋间神经痛	120

坐骨神经痛	120
胸腰椎压缩性骨折	121
急性腰扭伤	121
腰痛	121
骨质增生	122
颈椎病	122
足跟痛	123
痔疮	123
脱肛	127
疝气	128
脉管炎	128
脱发	128

【妇产科】

月经先期	131
月经后期	131
月经过多	131
崩漏	133
月经量少	133
闭经	133
痛经	135
行经头痛	138
白带过多	138
子宫颈糜烂	141
滴虫性阴道炎	142
外阴炎	143
外阴搔痒症	144

外阴白斑	144
子宫脱垂	145
习惯性流产	146
不孕症	148
妊娠水肿	148
妊娠咳嗽	149
妊娠腹泻	149
妊娠呕吐	149
乳腺小叶增生	150
急性乳腺炎	150
乳头裂	153
产后乳胀排泌不出	153
缺乳	153

退乳····· 155
产后腹痛····· 156
恶露不行····· 156

胎位异常····· 157
胎盘滞留····· 157

【儿科】

哮喘····· 158
百日咳····· 158
流行性腮腺炎····· 162
夜啼····· 163
夏季热····· 164
消化不良····· 165

吐乳····· 167
腹泻····· 167
流涎症····· 172
小儿惊风····· 172
遗尿····· 173
多汗症····· 175

【五官科】

麦粒肿····· 176
急性结膜炎····· 176
夜盲症····· 177
流泪症····· 178
中耳炎····· 179
中耳积液····· 179
耳鸣····· 180
鼻衄····· 181
鼻窦炎····· 183
萎缩性鼻窦炎····· 184
口腔炎····· 185

口腔溃疡····· 187
鹅口疮····· 188
口臭····· 190
牙周炎····· 191
牙痛····· 192
扁桃体炎····· 196
咽喉炎····· 199
音哑····· 200
失音····· 200
鱼骨哽喉····· 201
面肌痉挛····· 201

内 科

感 冒

【方药】 桔皮、生姜、苏叶各10克 红糖适量

【用法】 前三味水煎，再加入红糖。每日1剂，分2次服。

适用于风寒感冒，兼有咳嗽者亦可。

【方药】 鲜橘皮30克 生姜10克 全葱3棵 红糖适量 乌龙茶10克

【用法】 葱洗净，切下葱白及须根，与橘皮、生姜及水350毫升同煎，文火煎至250毫升。

葱叶切成碎珠，与茶叶、红糖同入茶壶中，将以上煎好的药汤冲入，泡10分钟后滤出代茶，或顿服，盖被，令之汗出。

【方药】 黄花菜全株60克 红糖适量

【用法】 黄花菜洗净，加水300毫升，文火煎至150毫升，滤出后加红糖，顿服，每日2次。

【方药】 薄荷3克 鲜芦根30克 大青叶20克 鱼腥草20克 野菊花10克

【用法】 加水400毫升，浸泡15分钟，文火煎8~10分钟，滤出凉服。每日2次。

适用于风热感冒。

【方药】 野菊花30克 桑叶30克

【用法】 同上方。

适用于风热感冒。

【方药】 绿豆30克 乌龙茶10克 冰糖适量

【用法】 绿豆经少量开水泡软后用木器捣成碎瓣，同茶叶、冰糖混合，冲入开水，泡10分钟，代茶饮用，可反复冲泡。

适用于风热感冒。

【方药】 鲜橄榄10粒 生萝卜500克

【用法】 鲜橄榄每小时嚼服1~2粒；生萝卜切成小块，捣碎绞汁，分次服完，每日1剂。

适用于风热感冒。

【方药】 葱白240克 生姜240克 食盐10克

【用法】 将葱白、生姜捣成糊状，放入食盐再加白酒100毫升调匀，然后用纱布包成药包。用药包擦病人前胸、手掌、后背、脚掌、膝窝、肘窝等处，持续约半小时，出汗后热即渐退。

适用于风寒感冒。

【方药】 金银花9克 连翘9克 大青叶9克 淡豆豉15克 防风6克

【用法】 上药浸泡半小时，置火上煎开10分钟即可，日服2次，饭后半小时服。

适用于风热感冒。

【方药】 银花12克 连翘12克 竹叶9克 荆芥6克
薄荷6克(后下)

【用法】 水煎服，日1剂，分2次服。

适用于风热感冒。

【方药】 紫苏叶10克 防风9克 蜜麻黄3克 前胡6克
苦杏仁6克

【用法】 水煎服，每日2次，饭后半小时服。

适用于风寒感冒。

【方药】 生绿豆50粒 青茶叶一捻 冰糖15克

【用法】 先将绿豆用木器捣碎，与青茶叶、冰糖共合一处，用开水冲后盖好，约20分钟，代茶饮用。

适用于流行性感冒。

【方药】 葱根、生姜各15克

【用法】 煎服，日服2~3次，盖被出汗。

适用于感冒发热、恶寒无汗、鼻塞。

【方药】 薄荷60克 生石膏250克

【用法】 共研为末，每服30克，开水冲后去渣，早晚各服1次，盖被出汗。

适用于流行性感冒。

【方药】 葱根、干白菜根、绿豆、干芫荽各15克

【用法】 共为细末，每日3次，每次10~20克，白开水冲服。

适用于感冒初起，头痛发热。

【方药】 葱3条 醋10毫升

【用法】 葱切碎，醋拌炒热，加水煎，每日1剂，服后发汗。

适用于外感风寒。

【方药】 贯众、板蓝根各30克 甘草15克

【用法】 浸泡半日后代茶频饮。

适用于流感。

【方药】 霜桑叶15克 生姜15克 葱白15克

【用法】 水煎服，发汗。

适用于感冒初起、恶寒发热无汗。

【方药】 橘皮2大瓣 竹叶3克 马鞭草12克 生姜30克 红糖30克

【用法】 水煎后加红糖服。

适用于感冒咳嗽。

【方药】 大葱白2~3条

【用法】 剥去外皮，只用嫩心，切二指长，塞入鼻孔2~3小时后更换，或两个鼻孔交替塞。

适用于伤风鼻塞不通。

【方药】 小米谷60克 大葱头5个

【用法】 将小米谷捣碎，与大葱头煎汤频服，服后蒙被出汗。

适用于外感初起。

【方药】 银花藤、松针、十大功劳各16克

【用法】 水煎服，每日1剂，分3次服，
适用于流感。

【方药】 山蜡梅枝叶16克 根10克 生姜10克

【用法】 水煎，每日1剂，分3次服。
适用于风寒感冒。

【方药】 鹅不食草31克

【用法】 用酒125毫升浸泡，每次饮药酒16毫升。
适用于风寒感冒。

【方药】 板蓝根30克 羌活15克

【用法】 煎汤，每日1剂，分2次服，连服2~3日。
适用于流感。

【方药】 贯众30克 薄荷6克 甘草6克 防风12克

【用法】 水煎，每日1剂，分2次服。
适用于流感。

急性支气管炎

【方药】 枇杷叶15克 北杏仁12克 紫苏叶12克 鱼

腥草30克 黄芩9克

【用法】加水300毫升，文火煎至150毫升，顿服，每日2~3次。

【方药】矮地茶12克 桑叶12克 枇杷叶12克 梨皮15克

【用法】同上方。

【方药】生萝卜250克 鲜藕250克 梨2个 蜂蜜120克

【用法】前3味洗净、切碎、捣烂，布包绞汁，与蜂蜜和匀，每次服20~30毫升，每日3次。

【方药】侧柏叶20克 车前子30克

【用法】上药用水浸泡30分钟，再煎煮30分钟，每剂煎两次，将两次煎出的药液混合。每日1剂，分3次温服。

适用于各种慢性咳嗽、痰白或咯痰不爽。

【方药】前胡6克 杏仁9克 桔梗6克 甘草6克

【用法】将上药加水浸泡30分钟，再煎煮30分钟，每剂煎两次，将两次煎出的药液混合。每日1剂，分2次温服。

适用于咳嗽、喉痒经久不愈，痰少或无痰等。

【方药】新鲜枇杷叶30克（洗净） 竹茹15克 陈皮6克 蜂蜜适量

【用法】前3味药水煎，再加蜂蜜调服。每日1剂，

分2次服。

【方药】 天水梨1个 麦芽1把

【用法】 水煎，日服1剂，连服数日。

【方药】 百合9克 天水梨1个 白糖15克

【用法】 将百合洗净，梨洗净切成小片，与白糖同放入碗内，蒸至百合烂熟即可。

慢性支气管炎

【方药】 黄芩12克 瓜蒌皮9克 鱼腥草30克 冬瓜仁12克 陈皮9克

【用法】 加水300毫升，文火煎至150毫升，顿服，每日2次。

适用于痰黄、口干、难咳。

【方药】 枇杷叶15克 杏仁12克 鱼腥草30克 蒲公英20克 浙贝母15克

【用法】 同上方。

【方药】 大梨1个 川贝母9克 冰糖适量

【用法】 梨洗净，削下梨皮，去心核，梨肉切成小块，贝母研成细末。将梨皮、梨肉、冰糖同入小杯中，隔水炖25分钟，去梨皮，吃梨肉及汤，每日1~2次。

【方药】 猪胆1只 陈皮末适量

【用法】 鲜猪胆去其一半胆汁，填入陈皮末，以满为

度，用线扎紧口子，阴干后研为细末，每次服5克，每天3次。

【方药】 大蒜250克 陈醋250克 红糖90克

【用法】 大蒜去皮捣烂如泥，和入陈醋及红糖，放置1周后起用，每服取10毫升，开水送服或冲服。每日3次。

【方药】 白果仁1份 甜杏仁1份 胡桃仁1份 花生仁1份 川贝母半份

【用法】 以上诸味，共碾成末，或是用杵杵碎和匀，每日清晨，取20克，加水炖20分钟，打入鸡蛋1只，加白糖适量，顿服。

【方药】 紫菀40克 杏仁（去皮尖）、胡桃仁各80克

【用法】 上药共研细末，炼蜜为丸，丸重10克。每服1丸，每日2~3次，温开水送服。

适用于慢性支气管气咳喘多痰伴大便燥结。

哮 喘

【方药】 广地龙90克

【用法】 广地龙文火焙干，研成细末，入胶囊，每次3克，每日3次。

【方药】 柚子1个 鸡1只

【用法】 杀鸡去内脏及头颈爪，柚子去皮，将柚肉塞入鸡腹腔中，用针线缝合，不加水，直接置入大碗中隔水炖

至鸡肉烂，柚肉变成汤为止，吃鸡肉喝汤，于立冬、冬至两个节气之正日服，效果更佳。

【方药】 猪蹄250克 冬虫夏草15克

【用法】 猪蹄洗净切块，与冬虫夏草同煮至肉烂，入适量盐及味精，于1日内分次服完。

【方药】 麻黄30克 五味子30克 甘草30克

【用法】 共研成细末，均分为15包，每次1包，沸水冲泡后饮服，每日3次。

【方药】 麻黄3克 黄柏9克 生白果12枚 茶叶10克 冰糖10克

【用法】 生白果捣碎，与麻黄、黄柏及水300毫升同煎7~8分钟，冲入茶叶及冰糖中，代茶饮用。

【方药】 大金钱草60克 淫羊藿70~180克 桑白皮60克 桔梗30克 猪肺1具

【用法】 将上前4味药煎熬3次，取汁2500毫升，入猪肺共炖90分钟，加适量白糖，每次服200毫升。首次服药在半夜12时，其后每8小时服1次。1周为1疗程，1个疗程服3剂。

【方药】 柿饼、鲜姜各适量

【用法】 把柿饼切碎，鲜姜去皮切碎，二者共捣如泥，放入瓷碗或瓷盆内，加蜂蜜等量，搅匀，入笼内蒸两小时即成。每次服1匙，早晚各1次。

忌食猪肉。

【方药】 蛤蚧1对 乌贼骨24克

【用法】 将上药焙黄后研细，加入白糖或冰糖（研细）500克，混匀，装瓶备用。每次服21克，空腹开水送服。

肺 气 肿

【方药】 胡桃肉300克 北杏仁150克

【用法】 共捣为末，和蜜为丸，每粒9克，每次1粒，每日2～3次。

【方药】 百合250克 枸杞250克

【用法】 同上方。

【方药】 紫河车（人的胎盘）1具

【用法】 洗净焙干，研成细末，装入胶囊，每服3克，每日3次。

肺 结 核

【方药】 葶草150克 百部50克 白及50克 夏枯草25克 白糖100克

【用法】 前4味加水2000毫升，文火煎至1000毫升，去渣，加入白糖，再于文火上浓缩至500毫升。每次服15毫升，每日3次。