

编者的话

《民族医药报验方汇编》(1989~1991)一书,在读者的一再要求、一再催促下,被推到了大家面前。她的问世,首先要衷心感谢我们真诚的上帝——本报可亲可敬的读者。去年,民族医药报开展一次“读者建议”活动,仅几个月时间,编辑部就收到了全国30个省市自治区读者寄来的建议信近千封。这些来信,几乎“完全一致”地建议出版一本《民族医药报验方汇编》,以后又有读者不断来信询问《汇编》出版情况。我们不敢“得罪”上帝,在广西壮族自治区卫生厅的亲切关怀和广西民族出版社的大力支持下,《汇编》终于付梓了。

《汇编》汇集了民族医药报自1989年创刊以来到1991年三年时间所发表过的各民族民间验方、秘方、偏方、单方,共662篇,约4000条方,29万余字。其特点是:分门别类清楚,民族特色浓郁,方法简单易学,疗效确切实用。一册《汇编》在手,等于请了一位家庭保健医生,小病小伤随时请教,不用出门。

由于水平有限,加之时间仓促,在编选过程中还有许多不尽人意的地方,恳请读者批评指正,使以后出版的《汇编》更趋完美。

《民族医药报验方汇编》(1989~1991) 目录

内科

煨猪腰治遗尿	(1)	外治法治疗哮喘	(9)
脐疗治遗尿	(1)	治哮喘一法	(9)
鹿衔草治遗尿	(1)	治肺结核方	(9)
玉米根治血尿	(1)	治打嗝的简易方法	(9)
镇蛔汤治血尿	(2)	呃逆患者请用降逆止呃汤	(10)
“黄丹汤”治疗乳糜尿	(2)	中草药治肺脓疡	(10)
人奶治蛋白尿	(2)	自拟律草百部膏治疗肺结核	(10)
民间简易疗法治肾炎浮肿	(3)	苦参秦皮汤治泄泻	(11)
治疗急性肾炎验方	(3)	治泄泻验方数则	(11)
急性膀胱炎的简易治疗	(3)	傣医腹泻治验三则	(11)
“银花板蓝根汤”治急性肾炎	(3)	暑天“拉肚”有验方	(12)
田螺敷脐治小便不通	(4)	巧用大米茶叶治疗急性腹泻	(12)
肝炎外治二法	(4)	糊米茶治腹泻	(12)
龙虎汤治急性黄疸型肝炎	(4)	壮医药线点灸疗法治上吐下泻症	(12)
食疗治肝炎	(5)	蒙古族民间治菌痢验方二则	(12)
中药治乙肝	(5)	三月泡治痢疾	(13)
土家族治黄胆一法	(5)	两草合剂止痢如神	(13)
茵陈蜜治疗慢性肝炎	(5)	疗效确切的“止泻汤”	(13)
藏医治黄胆肝炎方	(5)	苹果治疗便秘及腹泻	(13)
药蛋治甲肝	(6)	铁苋菜治腹泻效果好	(14)
转氨酶不降枸杞蒸肉尝	(6)	治半身不遂方	(14)
仙鹤草治眩晕耳聋	(6)	丝瓜络桑枝汤治偏瘫	(14)
简易止眩晕法	(6)	茂蛭粉治半身不遂	(14)
苗家草药治眩晕	(7)	姜胶膏治肢体麻木	(14)
治秋燥咳嗽方	(7)	预防老年中风方	(15)
蜂蜜杏仁酪治咳嗽	(7)	预防流行性感胃方三则	(15)
止咳单方一则	(7)	预防感冒十法	(15)
咳嗽外治法三则	(7)	拉祜族民间验方治感冒	(15)
咳嗽外治良方	(8)	流感防治与验方	(16)
久咳不愈食治二方	(8)	藕节姜蜜饮防治感冒	(16)
治外感咳嗽方	(8)	民间治感冒三法	(16)
治慢性支气管炎验方	(8)	巧用花草叶防治感冒	(16)
癞蛤蟆治疗慢性支气管炎	(8)	洗鼻嗽口法防治感冒	(17)
支气管炎的辅助食疗	(8)	大蒜穴位揉按治感冒	(17)
		绿豆红糖治感冒	(17)

土家人感冒简易治疗数法	(17)	胃病外治三法	(27)
感冒简易疗法	(18)	急性胃痛便方二则	(27)
侗族烟袋杆叩击疗法治疗感冒	(18)	犁头草治胃痛	(27)
治头痛便方	(18)	藏族民间治胃病验方三则	(27)
长期底热的治疗	(18)	鸡蛋壳粉止胃痛	(28)
调畅气机治不寐	(19)	治胃脘痛方	(28)
失眠的自疗	(19)	温胃止痛药膳方	(28)
指压点穴治失眠	(19)	中药兜肚治疗胃寒痛	(28)
龙眼肉粥治失眠	(20)	花生仁治胃酸过多	(28)
简易方治失眠	(20)	蒙医治消化性溃疡	(29)
药枕治失眠	(20)	灯草灸治疗急性胃肠炎	(29)
蒙古族民间治失眠验方	(20)	慢性结肠炎辨治一法	(29)
阳萎的民间疗法	(21)	鸡内金治疗胃下垂	(29)
便方治阳萎	(21)	“萎必生”治疗萎缩性胃炎	(30)
阳萎治法二则	(21)	生姜猪肚治消化性溃疡	(30)
中药敷脐治阳萎	(21)	上消化道溃疡的民间疗法	(30)
指压或烟灸治阳萎	(22)	壮乡治慢性非特异性结肠炎验方	(30)
治遗精验方三则	(22)	参芪粥治疗脾胃虚弱	(30)
固精汤治疗青少年遗精	(22)	按摩心窝止恶心	(30)
蒙药如意丸治遗精	(22)	蒙药治冠心病四则	(31)
治遗精方	(22)	心绞痛发作的家庭急救	(31)
遗精民间治验方	(22)	简治糖尿病一法	(31)
遗精验方四则	(23)	黄鳝能治糖尿病	(31)
指压回春穴治早泄	(23)	糖尿病的简易疗法	(32)
中药治疗男子不射精症	(23)	蒙药治疗糖尿病	(32)
精液异常的中医治疗	(23)	南瓜能治三多病	(32)
男子不育药膳	(23)	蔬菜可以降血压	(32)
民间治男性不育方	(24)	生绿豆粉治高血压病	(32)
滑石粉拌热饭治盗汗	(24)	蒙药伊和乌兰——13汤治高血压	(33)
治盗汗民间验方三则	(24)	降压洗脚汤	(33)
民间食疗治盗汗	(24)		
仙黄四物汤治疗自汗盗汗	(25)	外科	
治自汗盗汗方	(25)	被蜂蜇伤的应急处理	(34)
龙眼树叶治盗汗	(25)	齿垢治蜂蜇	(34)
民间治疗便秘方	(25)	蜂蜇伤的苗医治疗	(34)
蒙医治老年性便秘	(25)	治蜈蚣咬伤方	(34)
红薯大枣汤治疗老年人习惯性便秘	(26)	土家人治蜈蚣咬伤方	(34)
贞荆散治胃脘痛	(26)	治蜈蚣咬伤一法	(35)
中药治疗慢性胃炎	(26)	壮药治疗蛇伤溃疡	(35)
芝麻蜂蜜治胃病	(26)	蒙古族民间治疗毒蛇咬伤验方	(35)
		止牙痛六法	(35)

点压穴位治牙痛	(36)	春花美容法	(45)
简易方法治牙痛	(36)	治黄褐斑方	(45)
牙痛的指压疗法	(36)	五白膏治疗黄褐斑	(45)
偏方治牙痛	(36)	七白粉治雀斑	(45)
三草汤治疗牙龈肿痛	(37)	家传染发方	(45)
侗医治疗慢性齿龈出血方	(37)	奶汁草巧治花斑癣	(45)
豆芽除口臭	(37)	只花五毛钱治愈牛皮癣	(46)
痔液治腋臭	(37)	鸡蛋膜可治脚癣	(46)
治狐臭验方	(38)	醋浸生半夏治疗手足癣	(46)
腋臭的民间疗法	(38)	治鳞屑角化型手足癣验方	(46)
治腋臭秘方—腋香粉	(38)	“参柏椒矾洗药”治足癣	(46)
腋臭的简易疗法	(38)	治脚癣便方	(46)
猪胆治痔疮	(39)	藏医治头癣验方七则	(47)
彝族治痔疮单方二则	(39)	风油精可治脚癣	(47)
蛤蟆胆汁治痔疮	(39)	用胶布巧治牛皮癣	(47)
桂西壮乡治疗痔疮肿痛方	(39)	脚癣简易疗法	(47)
治内痔出血民间验方	(40)	足癣简治三则	(47)
醋韭汁治痔疮	(40)	治头癣验方	(48)
民间治痔疮验方	(40)	藏医治疗牛皮癣验方一则	(48)
马齿苋粥治痔疮出血	(40)	治颈部淋巴结炎验方	(48)
痔疮简治法	(40)	猪胆冰片治化脓性指头炎	(48)
民间治脱肛验方二则	(41)	治疗疮一法	(48)
田螺治脱肛	(41)	壮族民间治蛇头疮二则	(48)
治脱肛三法	(41)	治疗脓性指头炎验方	(49)
中草药验方治脱肛	(41)	火针治疗颈部淋巴结核	(49)
脱肛治验一则	(41)	蝎蛛蛋治颈淋巴结核	(49)
艾蒲洗剂治疗隐窝炎	(42)	水牛牙粉治老鼠疮	(49)
复方枫香散治肛周疾患	(42)	褥疮治验一则	(49)
自制药水治肛门瘙痒	(42)	舔嘴疮的治疗	(50)
复方猪胆膏治疗肛裂	(42)	铜箍散铁箍散治痈疽疔疖	(50)
中药外敷治疗肩周炎	(42)	治“指疔”验方	(50)
肩周炎外治一法	(43)	跌打万花油防治褥疮	(50)
马鞭草治漏肩风	(43)	牛肾治腰痛	(51)
穿山甲片治肩周炎	(43)	蚂蟥入鼻腔取之有良法	(51)
气功操治漏肩风	(43)	蒙医拔罐治黄水	(51)
桃红四物汤加味治疗软肋骨炎	(44)	伤口久溃不愈简治一法	(51)
秧风手的防治	(44)	薏米治疗扁平疣	(51)
大枣与莱菔子治疗胸肋膜炎	(44)	得了“漆病”怎么办?	(52)
美容小验方	(44)	治手足汗出异常方	(52)
面部雀斑症的中药治疗	(44)	手足多汗验方一则	(52)

尖锐湿疣外治方	(52)	沙姜治汗斑	(60)
马鞭草药用方	(52)	茄瓜治汗斑	(60)
核桃仁治结石	(52)	斑疹有别施治各异	(60)
葵花根治尿路结石	(53)	麻疹的简易治疗	(60)
治脱发方	(53)	阴囊湿疹的简易疗法	(60)
白矾含化治疗骨鲠喉	(53)	浓茶水可治阴囊湿疹	(61)
灰指甲的简易疗法	(53)	十大功劳治疗湿疹	(61)
指压点穴治面瘫	(53)	核桃液治阴部湿疹	(61)
轻黄散治脚湿气	(53)	急性湿疹外用方	(61)
无花果叶治脚气	(53)	治阴囊湿疹方	(61)
民间治疗脐眼出水验方	(54)	治阴囊湿疹一法	(62)
治慢性前列腺炎验方	(54)	中药坐浴治疗肛门湿疹	(62)
鸡眼数外治法数	(54)	阴囊湿疹外治一则	(62)
生葱叶外贴治鸡眼	(55)	治瘰子验方	(62)
茉莉花茶治鸡眼	(55)	简易方治疗荨麻疹	(62)
食盐水洗头可防掉发	(55)	治寻常疣一法	(63)
马钱子外敷治特发性面神经麻痹	(55)	消瘰汤治疗瘰疮	(63)
缩泉丸治涎痿	(55)	民间治疗神经性皮炎一法	(63)
阳和汤粉剂外用法五则	(55)	巧用猪眼治疔疮	(63)
徒手治疗鼻衄	(56)	黄水疮的治疗	(63)
壮族民间治鼻出血三法	(56)	简易方法治脓疱疮	(64)
鼻衄嘴烂蛇头疮简治	(56)	十滴水治疗黄水疮	(64)
尿缸可止鼻血	(56)	头发治疱疹	(64)
小儿盗汗症治验	(57)	治带状疱疹三则	(64)
烧烫伤简易疗法二则	(57)	治带状疱疹小验方	(64)
天冬治烫伤	(57)	治带状疱疹一法	(64)
马铃薯皮贴敷治疗烧伤	(57)	夏季皮炎的防治	(65)
治烧烫伤良方	(57)	治头部毛囊炎验方	(65)
治烫伤验方	(58)	中药治疗扁平疣	(65)
食碱治烫伤	(58)	治疥疮验方	(65)
田螺白矾治疗烧烫伤	(58)	手足脱皮治验一则	(65)
酸坛水治水火烫伤	(58)	维生素 B 治疗手脱皮	(66)
轻度烧烫伤的民间疗法	(58)	鸦胆子仁治疗寻常疣	(66)
巧用蛋膜治烧烫伤	(58)	苗医治疗银屑病	(66)
广柑汁治烧伤	(58)	简易方治头皮痒头屑多	(66)
瑶家用玉米酒治烫伤	(59)	葱头能去头皮屑	(66)
烧烫伤简易外治法	(59)	治手足皲裂一法	(67)
白癜风外治法	(59)	龙象膏外敷治皲裂	(67)
针灸治疗白癜风	(59)	沙虫脚侗医治疗三则	(67)
鸡宰丸治汗斑	(60)	民间治疗沙虫脚验方六则	(67)

稻田性皮炎的壮医治验	(67)
韭菜可防秧田性皮炎	(68)
蜂蜜治疗皮肤病三则	(68)
治皮肤瘙痒症验方	(68)
壮族民间治疗皮肤病验方一则	(68)
藏医治疗皮肤病四法	(68)
猪蹄骨治顽固性皮肤瘙痒	(68)
治日光性皮炎有法	(69)
螃蟹泡酒止痒好	(69)
皮肤瘙痒简易疗法	(69)
黔东南苗族民间治疗腮腺炎四则	(69)
蒙药治疗腮腺炎	(69)
木鳖根治疔腮	(70)
民间治腮腺炎验方	(70)
治腮腺炎一法	(70)
壮医药线点灸耳穴治“猪头肥”	(70)
姜黄治疗跌打肿胀	(70)
走罐治疗腰肌劳损	(71)
螃蟹粉治疗关节扭伤	(71)
姜黄糯米治闪腰	(71)
治腰腿痛民间验方	(71)
生芋头治闪腰	(72)
自制药末治扭伤	(72)
土法治疗肾虚性腰腿痛	(72)
苗医治疗风湿关节痛	(72)
土家族医治关节痛偏方	(73)
风湿性关节炎疗法数则	(73)
单味粉背雷公藤治疗类风湿性关节炎	(73)
火柴灸治风湿性关节炎	(74)
蓖麻子灸治风湿疼痛	(74)
糖药针治风湿病	(74)
治类风湿性关节炎方	(74)
发泡疗法治风湿痛	(75)
艾灸治疗肋软骨炎	(75)
家传治骨折验方	(75)
外伤阴囊血肿及精索鞘膜积液治验	(75)
足跟骨刺的简易疗法	(76)
生姜治足跟骨刺	(76)
跟痛症的简易疗法	(76)

醋精外敷治坐骨神经痛	(76)
治三叉神经痛验方	(76)
消除打针硬结验方	(77)
草药路边菊治疗肌注引起肿块	(77)
散结膏治疗肌肉注射后肿块	(77)
自制药枕治疗颈椎病	(77)
秋备茄子茎叶冬用治疗冻疮	(77)
夏治冻疮良方	(77)
治疥疮一法	(78)
治冻疮早期便方	(78)
治疗冻疮数法	(78)
冻疮的民间治疗	(78)
黄荆叶灸治冻疮	(79)
治冻疮六方	(79)
民间治冻疮六则	(79)
云南白药能治冻疮口疮	(79)
治疗冻疮验方五则	(80)

妇科

僵蚕芝麻散治缺乳	(81)
缺乳食疗方	(81)
产后缺乳的民间疗法	(81)
治疗乳汁不通验方	(81)
治乳少民间方	(82)
产后缺乳治法	(82)
民间回乳良方	(82)
回乳一法	(82)
中药回乳方	(83)
敷脐法治乳腺小叶增生症	(83)
木梳治乳腺小叶增生	(83)
米酒外擦治乳胀	(83)
蛋黄油治乳裂	(83)
丁芷散治“奶疮”	(83)
单味草药治奶疮	(84)
仙人掌治乳痈	(84)
“白了膏”治疗急性痈疮	(84)
药挂床上乳痈自消散	(85)
验方乳痈汤	(85)
橘皮治急性乳腺炎	(85)
傣医治疗急性乳腺炎	(85)
苗族民间治急性乳腺炎	(85)

面种外敷治疗乳腺炎	(86)	米炒番挑叶治小儿腹泻	(98)
治乳腺炎便方	(86)	白胡椒粉治婴儿腹泻	(98)
民间治乳腺炎一法	(86)	小儿腹泻不用愁敷脐疗法能解忧	(98)
黑豆治疗急性乳腺炎	(87)	治小儿腹泻三则	(98)
黄花菜治妇女病	(87)	小儿秋季腹泻的民间疗法	(98)
益母草治疗妇女常见病	(87)	治小儿脂性腹泻验方	(99)
妇科验方四则	(87)	推拿治小儿腹泻	(99)
白族民间防治妇科疾病验方	(88)	婴幼儿泄泻验方一则	(99)
壮医药线点灸治疗妇科疾病	(88)	小儿腹泻的外治方法	(100)
几种常见妇科疾病的热烫法	(89)	小儿秋季腹泻验方	(100)
麝香风湿油治痛经	(89)	婴幼儿腹泻验方	(100)
痛经不足惧治疗有良方	(89)	治小儿腹泻二法	(100)
桂西乡土壮药治痛经	(89)	艾灸足三里治小儿泄泻	(101)
韭菜粥治痛经	(90)	治小儿夏季热验方	(101)
苗家土法治痛经	(90)	治小儿高热抽搐方	(101)
侗医治疗阴痒验方一则	(91)	青蒿治小儿发烧	(101)
萝卜花椒汤治疗滴虫性阴道炎	(91)	小儿退热二法	(101)
敷脐法治疗子宫脱垂	(91)	熏汽法治小儿感冒	(102)
治功能性子宫出血	(91)	忍冬藤治小儿湿疹	(102)
调治妇女更年期不适二法	(91)	治婴儿脐部湿疹方	(102)
宁夏枸杞治不孕	(91)	中药治婴儿湿疹	(102)
生姜煲鸡汤治妊娠呕吐	(92)	小儿药疹的治疗	(102)
治经不离血治血不离肝	(92)	小儿痒疹样型湿疹的简易疗法	(102)
塞流不澄源止漏重在肝	(93)	婴儿尿布疹的治疗	(103)
女扎术后少腹痛治验	(94)	侗医药饼治小儿疾患	(103)
治妇女放环后腹痛方	(94)	治小儿夜啼方	(103)
民间避孕药方	(94)	小儿夜啼经验方	(103)
牛尿医治胎衣不下	(94)	小儿夜啼的简易疗法	(104)
产后腕痛一针就灵	(94)	治小儿遗尿法	(104)
治产后常见病数则	(94)	小儿尿床的防治点滴	(104)
产后保健汤	(95)	自拟治疗小儿遗尿方	(104)
苗胞的产后熏洗疗法	(95)	小儿夜尿验方	(105)
瑶医对产后病的防治	(95)	小儿遗尿外治数则	(105)
傣医治产后病三则	(96)	治小儿遗尿二法	(105)
产后寒热口干苦小柴胡汤可解除	(96)	草药治愈小儿尿道感染	(105)
治带下证民间验方	(96)	小孩尿频尿急尿痛的壮医治疗	(106)
崩漏的壮医治疗	(96)	治疗尿布皮炎验方	(106)
三陈汤治疗崩漏证	(97)	消食散治小儿厌食症	(106)
灯芯灸大敦止血崩	(97)	治小儿厌食方	(106)
		小儿厌食有良方	(106)

儿科

解肝煎治小儿厌食症	(106)
壮医捏脊法治疗小儿厌食症	(107)
消食开胃汤治疗小儿厌食	(107)
治小儿水痘验方三则	(107)
壮族民间治疗小儿水痘方法	(107)
治小儿流涎方	(108)
治小儿流涎三则	(108)
婴幼儿口腔炎的预防与治疗	(108)
单味蒲公英治小儿便秘	(108)
花生油治疗小儿便秘	(109)
鸡胆汁与蜂蜜治百日咳	(109)
止咳平喘汤治小儿咳嗽哮喘	(109)
治婴儿惊恐一法	(109)
指压点穴治疗小儿多动症	(109)
治疗佝偻病便方	(109)
治疗婴幼儿臀红症验方	(110)
填脐疗法治疗小儿疾病	(110)
民间方治儿科病四则	(110)
外治小儿疾病十法	(111)
苗医治胎黄三法	(111)
中药敷足心治小儿常见病	(111)
治小儿旋耳疮验方	(112)
蒙医治疗小儿传染病方	(112)
滚蛋法治小儿腹痛	(112)
瑶医暖脐药治小儿风疹	(112)
婴儿身痒症的民间疗法	(112)
小儿缺铁性贫血食疗一则	(113)
小儿体弱服三姜	(113)
吴茱萸外用治儿科疾患	(113)
小儿血肿简易治疗	(114)
治婴儿阴囊鞘膜积液一法	(114)

五官科

野葡萄根治口腔溃疡	(115)
治老年人白起内障初起验方	(115)
白内障的民间疗法	(115)
茶叶治疗电光性眼炎	(115)
近视药膳	(115)
童尿可治红眼病	(116)
瑶医诊治青光眼法	(116)
黄连汁治眼病	(116)

治麦粒肿新法	(116)
鸭 草治疗麦粒肿	(116)
治中耳炎验方	(116)
民间治慢性中耳炎方	(117)
“壁虎油”治中耳炎	(117)
土法治疗化脓性耳炎	(117)
大黄酊治耳脓症	(117)
化脓性耳炎治验	(117)
“大枫仁膏”治疗酒渣鼻	(118)
治过敏性鼻炎一法	(118)
内服外敷治疗过敏性鼻炎	(118)
针挑治疗鼻窦炎	(118)
生大蒜治疗萎缩性鼻炎	(119)
治慢性鼻窦炎经验谈	(119)
鼻炎的民间疗法	(119)
请君一试举手止鼻衄	(119)
六神丸贴压耳穴治咽喉肿痛	(120)
苗医治蛾风方一则	(120)
耳尖点刺放血治疗急性咽喉肿痛	(120)
失音疗法数则	(120)
自制药茶治咽喉炎	(120)
按摩中指可治口腔炎	(121)
凤尾草擦剂治鹅口疮	(121)
瑶医巧治口角炎	(121)
兰草汤治口臭	(121)
柠蒙叶治口糜	(121)
牙周败毒饮治牙周炎	(121)
韭菜子治牙痛	(122)
老年人防视力减退一法	(122)
声音嘶哑的治疗	(122)

六、其他

土家族民间药用车前草经验	(123)
瑶医磨药疗法治高热虚脱	(123)
壮医药线灸治疗肥胖症	(123)
防病健身的从江瑶族药浴	(124)
蒙古族民间治杂病验方五则	(124)
壮医药线灸治疗冻疮	(124)
傣药“雅叫鲁因”治验	(125)
湘西苗胞以汤治病拾零	(125)
布依族草药治淋病	(125)

侗医简易降温法	(126)	鹅不食草药用单方	(139)
侗医常用药熨疗法	(126)	大枣治验四则	(139)
苗医常用贴敷疗法	(126)	五倍子粉敷脐治验数则	(140)
壮医常用挂药疗法	(127)	果树叶治病	(140)
蒙医蛋疗法七则	(127)	无花果治病方选	(140)
侗医疗法三则	(128)	桃树叶治疗痧症	(141)
仡佬人善用萝卜治病疗伤	(128)	千里光药用验方七则	(141)
蒙药“三子”治病验方	(128)	乌柏寄生排石汤治胆石症	(141)
傣药雅玛哈嘎仑纳的功用	(129)	甘蔗叶治疗盗汗症	(142)
彝族民间对蝉花的药用	(129)	树皮治病	(142)
白族妇女爱用姜	(129)	蛤蚧药用便方	(142)
贞丰苗族使用蚤羊古经验	(129)	寻常树皮亦良药	(143)
侗药麻酸杆好治病	(130)	巧用乳汁治病	(143)
仡佬人善用大蒜防治病	(130)	夏日巧用牙膏三则	(143)
土家族药用山螃蟹	(130)	沙姜妙用三则	(143)
蒙医蜂蜜疗法十则	(131)	食醋治验方选	(143)
壮医妙用韭菜	(131)	菱角的药用	(144)
苗族民间验方四则	(131)	西红柿治病	(144)
仡佬族民间验方	(132)	乌贼鱼的妙用	(144)
彝族常用民间验方	(132)	蕹菜药用验方	(145)
土家族传统疗法二则	(132)	食盐也能防治疾病	(145)
回医验方二则	(132)	豆腐渣的药用	(145)
瑶医常用药浴	(132)	穿山甲片药用五则	(145)
蒙古族民间单方三则	(133)	松鼠治验方	(146)
蒙医药浴治病二则	(133)	养治兼备话药蛋	(146)
仡佬族民间治法四则	(134)	萝卜治病便方	(146)
湘西苗胞的熨烙疗法四则	(134)	巧用六神丸	(147)
土大黄醋液治多种癣病	(134)	鸡胆治病验方	(147)
枇杷叶止咳一法	(134)	大蒜药用六法	(147)
香茅药用七则	(135)	番木瓜治病方选	(147)
益母草治验二则	(135)	白菜的药用	(147)
大黄外治验方四则	(135)	向日葵花壳药用	(148)
水黄连治验	(136)	豇豆治病验方	(148)
至贱而有功的蒲公英	(136)	姜汁便方	(148)
鱼腥草药用点滴	(137)	红薯藤治病	(148)
山楂治病方	(137)	烫伤有良药蛋清是妙方	(149)
白芨的临床应用	(137)	田螺治病小验方	(149)
马鞭草治病单方	(138)	萝卜治病九则	(149)
车前草药用单方	(138)	猪胆汁药用八则	(149)
瓜果皮壳的药用奇功	(139)	民间家庭常用救急良药血余炭	(150)

寐中抽筋的简易疗法	(150)	食道癌患者可试用蟾蜍驴肉汤	(154)
土法治蛲虫病	(150)	房事后中腹寒痛简易疗法	(154)
糖醋治蛔虫简单又易行	(151)	药浴治病	(155)
足心敷药治诸病	(151)	放疗后的辨证用膳	(155)
木梳梳头可治病	(151)	秋燥的食疗调理	(155)
拔刺不用针	(151)	防山蚂蟥咬有妙方	(156)
贴耳减肥	(151)	汤疗验方数则	(156)
不花钱也能治病的几种方法	(152)	指压除病简便实用	(156)
食疗土方治“再障”	(152)	自制退热药酒	(157)
敷脐疗法二则	(152)	患尿石症,不妨自己当医生	(157)
头发治病有良效	(152)	胃寒患者惧服紫菜	(157)
自制中药烫伤膏	(152)	民间常用食熨疗法	(157)
白细胞减少症的调治	(152)	特殊的尿诊	(157)
荔枝肉鲜美疗疾效亦佳	(153)	治肩周炎药物配制与用法	(158)
醉酒民间简治	(153)	自制风湿药酒方法	(158)
老人牙齿过敏症的简易疗法	(153)	民间常用保健药枕	(158)
晕车的简易防治法	(153)	药枕	(159)
夜间磨牙的中医治疗	(154)	民间验方集锦	(159)
晨起昏沉简易疗法	(154)	试一试	(165)

一、内科

鹿衔草治遗尿

煨猪腰治遗尿

方法：猪腰一只，洗净后从侧面剖开 2/3，夹进生姜 3 片，并抹上少许食盐，用细草纸或一般薄白纸包 1~2 层，然后再用黄泥（用水搅拌）裹上约 5 厘米厚，放入柴火中煨。泥干香味散出，即剥去泥土、纸，食熟猪腰。每日 1 只，连服 2 只为一疗程。此方简便易行，疗效满意。

病例：吴某，女，12 岁。无任何疾病，但常夜间遗尿，即使晚上被“唤尿”后，也仍然尿床，尤其是寒湿阴雨天，几乎天天如此。用此法嘱患儿食用，食四只猪腰后，遗尿症愈。

此法对老年人夜尿也有疗效。（晨摘）

1989 年 2 月 5 日

脐疗治遗尿

遗尿，又名遗溺、尿床，系患儿在睡眼中不知不觉地小便，多见 5~14 岁儿童，但也有少数人到成年还继续遗尿。本人采用下述两个脐疗方法治疗该症，疗效满意，兹介绍如下。

1. 龙倍散：方用煅龙骨、五倍子各等分，共研细末，以冷开水调成厚糊状，外以小红布膏药贴紧，勿使泄气，两日换药一次，两周为一疗程。主治小儿肾虚，膀胱失约，夜间尿床。亦治大人遗精、自汗、盗汗。煅龙骨功用能收敛固涩，五倍子含 70%~80%鞣质，有很强的收敛作用，二药合用，固涩止遗的效果得到加强。

2. 葱硫饼：方用鲜葱白 7 根，与适量硫黄共捣如泥状，每晚睡前先将脐部洗净，再把药饼敷上，纱布覆盖，胶布固定，次晨除去，连敷 5 天，遗尿即止，以后改为隔晚敷药一次，以巩固疗效。主治遗尿日久，年龄较大用固涩收敛不效，同时伴有恶寒背冷，腰酸腿软，小便清长等下元虚冷者。葱白辛温，能散寒通阳；硫黄温热，能补火壮阳。二药合用共奏振奋肾阳，恢复封藏的功能。

（江苏 吴自强）

1989 年 1 月 15 日

遗尿是儿童的常见病。由于经常夜间尿床、弄湿衣裤及被褥，因此使家长大伤脑筋。有的家长对孩子尿床采取惩罚手段，这不仅对治疗尿床无益，而且还会增加其心理压力而有损健康。对于习惯性尿床儿童，采用鹿衔草蒸猪肉饮汤治疗，疗效极为显著，特予介绍。具体方法是：每次取鹿衔草 20 克，另取半肥瘦猪肉 100 克左右，加入适量水炖烂食肉饮汤，每晚临睡前作一次饮服，一般连服 4~5 次尿床可愈。

祖国医学认为：儿童遗尿，多半系肾气不足所致。中药鹿衔草性味甘苦温、归肝、肾经，其补益肾气功能甚强，因此用它治疗遗尿十分有效。

（浙江省农科院卫生所 杨林月）

1991 年 10 月 5 日

玉米根治血尿

笔者应用玉米根治疗血尿取得满意疗效。

方法：把玉米根用清水洗净，加水煮沸 10~15 分钟，趁滚沸时兑入白糖适量即成。让病人空腹服，趁热多饮。同时忌辛辣、酒类。

病例：韦×，女，61 岁，农民，自述尿痛、尿急、尿中带血，有时全部尿血，反复发作余年，经多方治疗没有痊愈，近日加剧。尿常规化验：蛋白++、脓细胞+、红细胞。血压正常，略浮肿，肾盂造影正常。拍片未发现结石及结核。形体肥胖，食欲不振，每次小便后盆中有血块，当尿出血块后，尿血减少，舌质红苔黄，脉细数，此为尿血，属湿热型。用鲜玉米根 250 克水煎服，连服 5 天诸症消失，尿常规检验正常，到今未复发。

玉米根，甘平无毒。《本草纲目》云：“芳治淋沥沙石，痛不可忍，煎汤频饮。”《岭南采药录》说有“利小便”之功；《贵州民间方药集》讲有解热毒，祛淤之效。笔者认为有凉血祛淤，通淋止血之功；白糖甘甜健脾补肝，对脾统血，肝藏血起到促进作用，玉米根与白糖同用增强了清热凉

血、祛瘀止血、益气通淋之功。

对因虚、因热、因淤而产生的血尿，皆可选用。（浙江 卢章文）

1990年7月5日

镇衄汤治血尿

镇衄汤是高齐民先生经二十多年临床应用的经验，由生地30克，桑白皮30克，白茅根30克，党参10克四味药物组成；功能滋阴降火，清热凉血，主治阴虚诸衄脏腑诸虚证。若热证甚加丹皮、大青叶；便秘加大黄、苦参；气血上升加怀牛膝、代赭石；热退身寒加云苓、泽泻。疗效确实，患者易于接受，药味甘甜久服不伤胃气。笔者经临床验证，颇具奇效。

病例：许××，女，69岁。自诉近三月个来，无特殊诱因出现肉眼血尿伴轻度尿道口灼痛，无尿频尿急，既往无特殊病史。曾在××市医院就医检查，尿常规：蛋白+++，红细胞++++，白细胞+，乳糜定性+；B超检查提示：双肾未见占位，形态大小正常，膀胱内回声不清，子宫附件未见异常；膀胱镜检查：尿道口红肿充血，直径约1厘米，呈环状，组织脆弱，触之易出血，较隆起，尿道未扪及肿块；病理组织诊断：尿道口息肉并感染。肉眼观尿血淡红，口干，舌质红，苔少，脉细数。证属阴虚火旺，治以滋阴清热、凉血止血。观所携既往服方，曾肌注青霉素，口服消炎止血药，知柏地黄汤加减治疗，获效甚少。余试投镇衄汤加味：生地30克，桑白皮30克，茅根30克，党参10克，丹皮10克，板蓝根20克，水煎服，每日一剂。连服九剂，尿血消失。上方去丹皮，板蓝根，调治九剂，予以巩固，追访二月，未再复发。

（广东 张仲林荐摘）

1991年3月25日

“黄丹汤”治疗乳糜尿

乳糜尿为慢性斑氏丝虫病常见症状之一，由于丝虫在淋巴系统中引起反复炎症发作，大量纤维组织增生，使广泛的腹部淋巴管道或胸导管阻塞所致，症状常反复发作，病程长。笔者在临床实践中，用中草药“黄丹汤”治疗乳糜尿百余例，取得了疗效好，疗程短，无副作用的效

果。

凡在流行区居住、或有丝虫感染的症状，解乳白色尿或米泔样尿，进油腻、高蛋白食物症状加重，尿化验：尿呈乳白色，或呈米泔样，有大小不等的凝块，尿乳糜试验阳性，可诊断为乳糜尿。即可服用“黄丹汤”治疗。

方药组成：黄毛耳草30克，丹参20克，车前草15克，贯众10克，萆薢20克，甘草3克。伴尿路感染症状明显者加蒲公英25克，伴血加大蓟10克，茅根15克，每天一剂，分二次早晚分服。服药期间无需卧床休息，可做轻微劳动，避免过度劳累；应避免高脂肪、高蛋白饮食。待临床症状消失、尿化验正常，仍需再服药7~10天，巩固疗效。一般疗程10~15天，最短的7天，病情好转后逐渐恢复正常饮食。

体会：乳糜尿的治疗过去曾一度主张手术，如肾蒂淋巴管结扎或采用硝酸银肾盂灌洗引起肾盂、肾盏化学性炎症，但复发率高，且增加病人痛苦，多数病人不愿接受。祖国医学认为乳糜尿多为湿热下注膀胱，致气机不利，不能分清化浊，故小便呈乳白色或呈米泔样，治疗以清热利湿为主，方中选用黄毛耳草（别名拖地莲）系茜草科耳草属，性凉，有清热利湿解毒、凉血散瘀，“久病多淤”。方中选用丹参有活血化瘀的作用。用本方治百余例乳糜尿患者，疗效好，疗程短，且无副作用。本方尤其适合广大农村（尤其流行区）开展对乳糜尿的防治工作。

病例：付某，女，27岁，农民，诉解乳白色尿并反复发作5年，进脂肪饮食、劳累症状加重，舌质淡红、苔薄白，脉沉略数，尿化验：呈乳白色、蛋白+++，尿乳糜试验阳性，尿培养阴性，服黄丹汤方药，每天一剂，7天后尿液清晰，15天后尿化验：“蛋白（一）”，尿乳糜试验阴性，随访5年未再复发。

（柯贤榕 江西抚州地区医院副主任医师）

1991年5月15日

人奶治蛋白尿

肾炎蛋白尿是临床中颇感棘手的问题。我院前不久收治了一例七岁男孩李某，当时入院症状为浮肿、血尿，经诊断为急性肾小球肾炎。用中西药物治疗月余后，浮肿、高血压及肉眼可见血尿消失，但小便仍呈黄赤，小儿兼有畏寒、

腰痛、食欲不振等症状,小便化验与治疗前没有多大变化。

笔者曾见过一篇《人乳可代替鲜羊乳消除蛋白尿》的报道,于是与儿科医师协商也想一试。患儿家长当日讨取人乳两次,每次服约250毫升,并停药所有药物,服乳后次晨,发现患儿尿量增多,尿色转淡,为很长时间以来所首见。于是单用人乳坚持每日服2次,四日后患儿日渐好转,食欲渐增,精神渐好,诸症消失,一周后尿检复查,基本正常,红、白细胞均消失。之后痊愈出院。

(江苏 纪国安) 1990年10月25日

民间简易疗法治肾炎浮肿

在日常生活中,肾炎浮肿是一种常见病症。为解除患者的痛苦,现将笔者于民间搜集到的一则医治肾炎浮肿的验方献给大家。

具体是:买半公斤左右重的新鲜鲤鱼或鲫鱼一条,弃除内脏洗净后,将大蒜瓣五十克塞入鱼腹,然后再将用水浸透好的赤小豆洗净填满鱼腹的空隙处,放入锅中并隔水蒸熟。趁热或蘸糖、醋一天内吃完,连吃五至七天(即五至七条)。此方对老年患者效果较好。

(哈尔滨 高云阁)

1991年5月5日

治疗急性肾炎验方

急性肾炎以浮肿、尿少,尿液检查出现蛋白尿、管型尿或血尿为其主要特征。祖国医学认为本病与水湿和风邪侵袭有关。治疗以宣肺、祛风、利湿为主。下面介绍验方两则,以供参考。

一、急性期治疗方

炙麻黄7克,桔梗5克,银花5克,防风6克,鱼腥草5克,车前草5克,茯苓皮5克,生姜皮4克,淡竹叶4克,炙甘草5克。本方功效宣肺祛风、清热利湿。适用于急性肾炎初期,症见面目或全身浮肿,发热恶风,咳嗽、尿少,镜检见蛋白尿,管型尿或血尿者。

二、恢复期治疗方

急性期后,浮肿渐退,蛋白尿、管型尿减少或微量,或有少量红细胞,伴有全身疲乏,形体消瘦,食欲不振者,以益肾健脾、补气血为主。药用:枸杞8克、女贞子6克、白术5克、淮山6

克、陈皮4克、炙黄芪10克、党参8克、生地5克、当归4克、炙甘草6克。

以上方药均以每日一剂水煎服。

(广西龙胜县中医院 陆强益)

1991年11月5日

急性膀胱炎的简易治疗

急性膀胱炎以尿频、尿急、尿灼痛,小腹疼痛为主要表现,化验可见脓尿、血尿。笔者在临床上用鲜车前草治疗该病,效果显著。具体方法是:取鲜车前草150~250克,用清水洗净后加水煎煮,当茶饮用。一般服药一次即可使症状减轻,3~5次即可痊愈。

(成家文) 1989年4月15日

“银花板蓝根汤”治急性肾炎

急性肾炎多属于祖国医学“淋病”的范畴,是临床上常见病之一,尤以妇女及儿童多见。主要症状为发热、腰痛、尿频、尿急、尿痛等。笔者自拟“银花板蓝根汤”治疗本病64例,收到了较满意的疗效,现介绍如下。

一、处方与用法:金银花30克,板蓝根30克,鱼腥草30克,车前子(布包)15克,泽泻15克,瞿麦12克,海金沙15克,甘草梢9克。水煎分两次服,每日一剂,小儿酌情减量。

二、疗效观察:64例中,一般在用药2~3天后症状减轻,4~6天后腰痛、尿频、尿急、尿痛症状消失。治疗4~7日痊愈(症状消失,尿检正常)的48例,8~10日痊愈的10例,11~12日痊愈的10例,其余2例用药15剂后症状缓解,后配合其它治疗而愈。

三、典型病例:王×,女,38岁。高热、寒战1天后,出现尿频、尿急、尿痛,腰部有酸胀感。查尿常规:蛋白++,脓细胞+,白细胞++,诊断为“急性肾盂肾炎”。采用“银花板蓝根汤”治疗,服药5剂后膀胱刺激症状消失。7天后查尿常规,蛋白阴性,沉渣镜检无异常。但觉肢体重坠,以健脾渗湿善后而获愈。

四、体会:

1. 方中金银花、板蓝根、鱼腥草,清热解毒,有广谱抗菌作用;车前子、泽泻、瞿麦、海金沙能利尿通淋,具有显著的利尿作用。甘草梢清热解

毒,并引药力直至前阴,故全方有消炎利尿,泻火解毒的作用。

2. 如全身症状明显,可加大金银花、板蓝根用量,并可加连翘;如全身症状不明显,而以尿频、尿痛、尿急症为主者,则以车前子、瞿麦、鱼腥草为主,加生地、木通;血尿明显者,可加栀子、旱莲草凉血止血;大便秘结者,可加大黄以泻腑热。

(山东省东平县梯门卫生院 梁兆松)

1991年2月15日

田螺敷脐治小便不通

田螺性味甘、咸、寒,入膀胱经、大肠经、胃经,有清热利尿作用,笔者用田螺拌少许食盐,捣烂外敷治癃闭4例,均1~3小时即可排尿,无副作用。其中产后癃闭2例,老年癃闭2例。

病例一:曾某,82岁,1990年12月12日就诊。16小时无小便,上腹胀。患者前2天因眩晕症,到医院诊治经静脉注射葡萄糖注射液及服西药(药物不详)后,晕眩好转;11日下午5时至12日上午9时共16小时无排尿,也无尿意,下腹胀。其子女曾几次要送她到医院治疗,因害怕打针、导尿及其它检查,不愿到医院诊治。查患者下腹膨隆,腰膝冷软无力,舌质嫩白,舌苔薄白,脉沉细弱。此老年肾气不充之癃闭。嘱取活田螺4只,去壳取肉,拌食盐5克左右同捣烂,外敷脐部,外以塑料薄膜覆盖,胶布固定。第2天上午其女代诉,敷田螺后2小时,排出尿液约900毫升,以后排尿正常,这段时间没有服用任何药物。

病例二:何某,女,21岁,1972年2月2日下午3时在家分娩,新法接生,无会阴破裂;但产后23小时无小便,无恶寒发热,饮食正常,恶露自下,腹胀难忍。查下腹膨隆作胀,脉滑细,唇舌淡白。动员病人到医院治疗,因产生不足一天,不愿前往。此产后气虚下陷所致癃闭。取活田螺3只,去硬壳,拌少许食盐(约5克)同捣烂,外敷脐部,外覆盖鲜青菜叶,布条固定。敷后1小时15分,排出小便约1100毫升,腹胀顿解,以后排尿正常。

田螺外敷脐部治疗癃闭,食螺或“石螺”均可,前者个体较大,一般用2~3只,后者个体较小,一般用4~5只以活者入药,食盐4~6克即

可。敷脐后,外以不吸水的鲜菜叶或白色无毒塑料薄膜盖,固定,防其螺汁外溢、螺肉滑脱及弄脏衣被。

(广西 罗原福)

1991年9月15日

肝炎外治二法

一、吹鼻法:取甜瓜蒂0.6克,药用淀粉0.6克和匀,为成人一日用量,分4~6次,每隔20分钟一次,吹入双侧鼻内,以流黄水为止,对黄疸型肝炎、迁延性肝炎、慢性肝炎均有效。

二、发泡法:1. 取新鲜毛茛茎根洗净捣成糊状,每次用10克敷贴于列缺穴或内关穴,6~8小时将药去掉,可见皮肤起一小水泡,水泡可用针刺破,或用注射器吸出泡液,消毒纱布敷盖,以防感染。本法能消除黄疸,减轻症状。

2. 瓦楞子一个(口径3厘米,厚度1.5厘米左右),洗净,消毒,用黄芥末2克,益肝散1克(青黛4份,甜瓜蒂2份,冰片1份,黄疸加茵陈粉0.5克,肝区痛加木香粉0.5克),陈醋调如泥,放于瓦楞子内,倒扣臂臑穴,绷带胶布固定,24~48小时发泡后取下,用注射器吸出水泡中黄色液体,涂10%龙胆紫。一般3~5天愈合,2~3周做一次,左右臂交替,3次为一疗程,治乙型肝炎有效。

(江苏 吴自强)

1990年10月15日

龙虎汤治急性黄疸型肝炎

某医院用自拟“龙虎汤”治疗急性黄疸型肝炎44例,疗效颇为满意。其中,治愈38例,显效3例,好转1例,兹将方药及用法介绍如下:

龙胆草20克,茵陈30克(后下),虎杖20克(后下),大青叶20克,连翘15克,栀子15克,茯苓15克,茅根20克,大黄20克(后下)。服药15剂左右,黄疸基本消退。此时苦寒三品可酌减大黄9克或不用,栀子9克,胆草9克,茅根9克,酌加陈皮9克,佛手9克,白芍15克,山楂20克。一般治疗一个月内临床治愈。同时,临床加减用药为:如果热轻或不发热,口淡不渴、舌苔黄腻、脉象濡缓、湿重者,加五苓散(猪苓9克,泽泻15克,白术9克,桂枝6克),

呕恶甚者加法半夏 9 克,竹茹 9 克;胸胁胀痛者,加白芍 12 克,丹参 15 克,郁金 12 克;脘腹痞满腹胀者,加枳实 9 克,厚朴 9 克,莱菔子 15 克;头重身困者,加藿香 12 克,薏仁 12 克。

(陕西安康地委党校 高绪林荐)

1991 年 6 月 25 日

食疗治肝炎

一、水葫芦瘦猪肉汤。

1、药物组成:鲜水葫芦苞茎 100 克,瘦猪肉 30 克。

2、功效主治:清热、利湿、退黄,主治急性黄疸肝炎。

3、用法:取水葫芦去叶及根用其苞茎洗净与瘦猪肉加水和食盐少许,煮熟透,食肉饮汤,连服七天为一疗程。

二、六月雪鸡蛋汤。

1、药物组成:六月雪 60 克、山楂根 30 克、山梔根 15 克,鸡蛋 2 个。

加减:气虚加生黄芪 20~30 克,阴虚加女贞子 30 克。

2、功效主治:清肝胆湿热,主治慢性迁延性肝炎或肝炎恢复期。

3、用法:把六月雪、山楂根、山梔根分别切片洗净,同时加入鸡蛋及适量的水,煮至鸡蛋熟透,分早晚两次服完,食蛋喝汤,连服半个月为一疗程。

三、菝子梢根鸡蛋汤

1、药物组成:菝子梢根 60 克,六月雪 30 克,鸡蛋 2 个。

2、功效主治:解毒、疏肝理气、清热利水、健脾化湿,主治乙型肝炎乙肝病毒带菌者。

3、用法:菝子梢根、六月雪洗净切片与鸡蛋加适量水同煮,至鸡蛋熟透为止,食蛋喝汤,早晚各一次。连服一个月为一疗程。

(浙江省东阳市中医院 卢章文)

1991 年 10 月 15 日

中药治乙肝

一、半枝莲、茵陈、淫羊藿各 30 克,虎杖 24 克,土茯苓、当归各 20 克,柴胡、丹皮各 12 克,枳壳、竹茹各 15 克,甘草 6 克,鸡内金 9 克,黄

芪 40 克,每日 1 剂,水煎分二次服,连服 30 剂为一疗程。临床治疗 15 例,HBSAg 阴转 10 例,其余皆见 HBV 滴度下降,自觉症状获得改善。

二、柴胡、白芍、当归、白术、茯苓、板蓝根、大青叶、五味子各 15 克,甘草 10 克,丹参 30 克。每日 1 次,水煎 1~2 小时,煎汁约 200 毫升,分二次服,连服 30 剂为一疗程,每疗程复查肝功能、HBSAg,3 次复查仍阳性者无效。结果:治疗 33 例,服药 30 剂阴转 6 例,服 60 剂阴转 15 剂,服 90 剂阴转 9 例。

(林中) 1991 年 12 月 5 日

土家族治黄疸一法

在湘、鄂、川土家族民间流传一种治疗黄疸方法,此法退黄迅速,简便易行,安全可靠,现介绍如下。

处方及用法:鲜毛茛根 10 克,满天星 10 克,菜油 15 克。取鲜毛茛根洗净捣烂,贴敷患者臂臑穴(男左女右),每天 1 次,一般以患者有烧热感为度,约 3~5 分钟,立即除去,待局部起泡后用消毒针刺破,挤出黄水,数次黄疸可退;再以满天星泡菜油擦局部,使创口愈合。

注意事项:毛茛有大毒,只供外用,切勿内服,贴敷取穴需准确,贴敷面不宜过大。

(湖南来凤县民族医院 田亚斌)

1991 年 12 月 5 日

茵陈蜜治疗慢性肝炎

茵陈为常用的中药,有清热利湿之功,蜂蜜能柔肝通便解毒,二者合用,可治疗慢性肝炎。具体是:取茵陈 500 克,加 1500 克清水,用砂煲煎取 500 克左右药液,去渣后放入蜂蜜 250 克,这时再熬成膏状就成了茵陈蜜。

服法:每日早、晚各取茵陈蜜一小匙羹,用开水冲服。一般坚持服药一个月后,即可收到满意效果。

(黄桂成) 1990 年 12 月 5 日

藏医治黄疸肝炎方

藏医学把急性黄疸型肝炎归属于“赤巴目

黄”病。在《四部医典》中记载，“赤巴行于脉络肢节胫，热处发痒甚则全身痒，脉孔充赤皮肤眼发黄”。

急性黄疸型肝炎，是肝炎病毒引起的消化道急性传染病，临床上以目黄、身黄、小便黄为其主要特征，伴随症状患者常有不同程度的食欲减退、恶心、上腹不适，肝区隐痛，神疲乏力等，肝功能检查，表现有不同程度的肝功能损害。

近两年内，笔者运用藏医理论诊治黄疸型肝炎病人 11 例中，病程最长的 38 天，最短的 12 天，治愈率达百分之百。

本病治疗以清热消炎，解痉止痛，消退黄疸为治则，下面介绍具体疗法，供大家选用。方药：藏茵陈 20 克，黄柏 20 克，诃子肉 10 克，余甘子 15 克，川楝子 20 克，金钱草 15 克，黄芩 10 克，红花 5 克，枳壳 15 克，川参 15 克，大黄 10 克。以上诸药文火煎煮，煎至 300 毫升，一天一剂分三次服。小儿酌减。

(青海 孕玛江措) 1990 年 9 月 25 日

药蛋治甲肝

廿年前，笔者从民族民间方药中，筛选出一验方，治疗急性传染性黄疸型肝炎，疗效显著。现介绍于后，供参考。

方名：三根一枝汤(珍珠椰根、虎仗根、鸡矢藤根、嫩柳枝各 20 克)。便秘加牛耳大黄 20 克，小便不利加鸭跖草 20 克，用法：取上药加适量水，同时放入鸡蛋 12 个，先武后文火煎煮一小时，离火待冷后，取药蛋服用。重症每次 2 个，轻症每次 1 个，一日三次。此为一剂，如不愈，再同法服第二剂。疗效：以黄疸消失，肝功能恢复正常为近期临床的治疗标准。据 100 例患者观察，在一周内治愈的 7 例，两周内治愈的 58 例，三周内治愈的 19 例，四周内治愈的 13 例，经一月治疗无效的 3 例。疗效达 97%，平均疗程 16 天。

体会：急性传染性黄疸型肝炎，多属肝胆湿热引起的阳黄证，常用清热利湿两大治法。方中珍珠椰根清热解毒利湿，虎仗根清热活血利湿，鸡矢藤根健脾益气利湿，嫩柳枝清热利胆。加牛耳大黄者使热从大便解，加鸭跖草者使湿从小便去。再加鸡蛋扶正以祛邪，因此疗效显著。

(贵州 卢之分)
1990 年 2 月 25 日

转氨酶不降 枸杞蒸肉尝

临床上有些肝炎患者，谷丙转氨酶升高持续不降，或反复出现波动，即使用了西药或其他中药，疗效也未必满意。对此医生感到比较棘手，病人也忧心忡忡。下述枸杞蒸肉末的食疗法有一定疗效。取枸杞子 30~50 克，加入 60~90 克瘦猪肉末，蒸熟透后食用(最好在饭面上蒸)。每天服一次，连续食用，直至谷丙转氨酶下降至正常时止。为了巩固疗效，在恢复正常后，仍可服用一段时间。枸杞子用宁夏产的质优。此验方为广西玉林市福绵镇已故老中医唐水清生前所传授，笔者曾介绍给不少患者使用，效果满意。

(梁庆森) 1990 年 10 月 5 日

仙鹤草治眩晕耳聋

中药仙鹤草药用止血，世人皆知。而一杏林前辈告之用单味鲜仙鹤草治疗眩晕症、耳聋症等疾患，每获良效。其方法为：取新鲜仙鹤草(连根)300 克，用冷水煎成浓汁，分早、中、晚三服，每日一剂，直至病愈。例如患者康××，女 50 岁，眩晕反复发作，发作时感觉天旋地转，泛泛欲呕，眼跳耳鸣，形体消瘦，舌红苔黄。诊断为美尼尔氏病。证属阴虚火旺。用鲜仙鹤草连根一把(约 300 克)，水煎熬成约 300 毫升，分三次服下，2 剂后自觉症减大半；3 剂而愈。又一例中年患者，因浸润性肺结核，每日肌肉注射硫酸链霉素 1 克，连续 1 个月，耳渐失聪，之后听觉丧失。停用链霉素，予连根鲜仙鹤草 200 克，加冷水煎浓汁频饮，连服 10 剂，听力复常。其药理有待进一步研究。

仙鹤草为蔷薇科多年生草本龙芽草的全草，亦名脱力草，龙头凤尾草等。

(罗文) 1990 年 11 月 15 日

简易止眩晕法

本人平素体质较差，时常感觉眩晕，经一病

友介绍一法,试后颇为见效,现介绍如下。此法不用药,不花钱,每晚临睡前和每晨起床后各做一次,即可收到防治眩晕之效,患有此病症者不妨一试。

具体操作方法:先用两手掌擦双耳至发热时,迅速掩闭耳门。然后往左右侧边颈各视一固定物点(可以同时左右顺摇视,也可以先左后右摇视)接连各摇视七次。

第二步操作:接紧第一步做下去,把头部往前下弯点,似鸡啄食状,连做七次。

第三步操作:接紧第二步做下去,先用鼻深吸气再用口深呼吸(作哈气状)让其尽出浊气。

以上三步依次操作做完后,始可松开原先掩耳之双手。操作其间一定要将耳门封闭勿使漏气,其时将听到耳内嗡嗡作响,这是气之使然,勿惊慌,沉住气地做完为止。

(卢家瑾) 1990年1月15日

苗家草药治眩晕

眩晕(美尼尔氏综合征),其典型症状是患者突然感觉到周围的物体事或自身在空间旋转,好象天翻地覆似的,头昏眼花,不能站立,被迫闭目侧卧,眼不能睁,头不能动,否则症状加重,伴恶心呕吐、耳鸣、耳聋等症,致使患者痛苦不堪。笔者在多年临床实践中采用苗族民间草药,治疗本病多例,均获得显著的疗效,病重者不过六、七剂可获痊愈,且不易复发。处方:加嘎吉给(仙鹤草)60克,加灰柯(蓝布正)15克,豆斗欧(决子明)15克,新鲜绿壳鸭蛋2个,将前三味药加水两碗,煎至一碗,去药渣,趁热打入鸭蛋,搅均后作一次温服、每天早晚各服一剂。服药期间绝恼怒、禁房事、戒烟酒。

(黔 苏东彪) 1990年5月5日

治秋燥咳嗽方

用生梨一只去芯切碎,干荔枝十只去壳带核,川贝母3克,冰糖少许,将上述药物混合,蒸熟后趁热吃下。每日一次,一般连服三至五天后咳嗽即可痊愈。服用期间,忌食辛辣燥火之品。

(戴廷荣) 1990年12月5日

蜂蜜杏仁酪治咳嗽

对慢性支气管炎引起的老年咳嗽,用蜂蜜杏仁酪治疗效果比较理想,现介绍如下。

取北杏15克,去皮煮熟,然后将其捣碎研成细粒状,这时,加入沸水适量浸泡,5分钟后用洁净纱布滤出药汁,如此反复三次,将所滤出的药汁混合,就是杏仁酪,往里加入蜂蜜适量,就成了蜂蜜杏仁酪。患者可日服2~3次,每次服15毫升,温开水送服。

(广东 陈烈辉)

1990年12月15日

止咳单方一则

四川石柱县黎家乡汪某的母亲患肺气肿咳嗽10多年,经多方治疗累计花费数千元,效果不佳。1988年冬,汪外出办事偶得一止咳单方,后来他母亲按方服用1个月,10多年的咳嗽顽疾奇迹般的痊愈了,至今未复发。他后来又将此方介绍给邻里咳嗽患者,其中有小儿百日咳、老人痰咳、伤风感冒咳、肺癆咳等,均收到良好效果。

方法是:每天取生大蒜头一个,拍烂后加冰糖或白糖(禁用红糖)适量,用开水冲泡,温服当茶饮。轻咳者一般1~2天即愈,久咳者以10天为一个疗程,一般连服3个疗程可愈。

(四川石柱县黎家乡 邓经民)

1991年9月5日

咳嗽外治法三则

咳嗽是肺系疾病的主要症状之一,或起于外感,或因于内伤,轻者影响学习、工作及生活,重则危及生命。下面给大家介绍咳嗽外治法三则,供大家选用。

1. 贴足心法:散白芥子、杏仁、半夏各50克,研成细末后用30%的二甲基亚砷溶液调成软膏,每晚洗脚后取豆瓣大一块,置胶布中心,贴于双侧涌泉穴治外感咳嗽。

2. 洗脚法:紫苏60克,鸡蛋2个,加水煮熟,取蛋食之,取水洗脚,适用于风寒咳嗽而下肢作冷者。

3. 贴脐法:公丁香0.5克,肉桂5克,麻黄