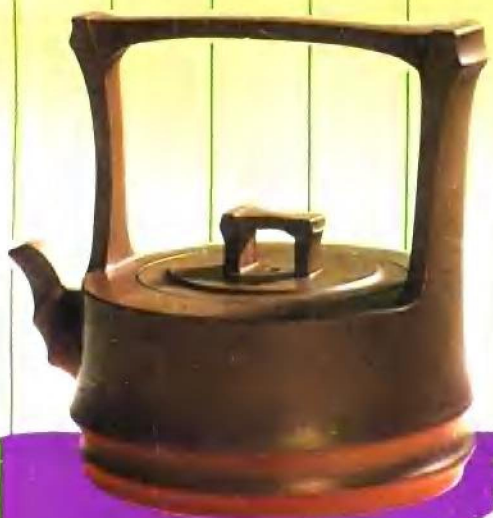


茶疗治百病

吴树良 编



安徽科学技术出版社

本方乃
補腎
百病
之



此方乃



(皖)新登字 02 号

责任编辑:储崇华

封面设计:盛琴琴

茶疗治百病

吴树良 编

*

安徽科学技术出版社出版

(合肥市九州大厦八楼)

邮政编码:230063

安徽省新华书店经销 合肥永青印刷厂印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:9.25 字数:208千字

1995年7月第1版 1995年7月第1次印刷

印数:5000

ISBN 7-5337-1153-X/R·244 定价:7.80元

(本书如有倒装、缺页等问题可向承印厂调换)

内 容 简 介

本书是一部以中国茶组方入药，介绍茶疗在生活与临床上应用的读物。书中荟集了民间秘、验、偏方等茶疗方剂近1200条，涉及内、外、妇、儿、皮肤、五官等各科的病症300余种。全书由正篇和附录两部分组成，正篇介绍了茶疗的实用复方；附录介绍了茶疗单方方剂，防治癌症、肿瘤方剂等，计有四个部分。

本书内容丰富，通俗易懂，科学实用，不仅可供有关医务人员参考，而且是日常家庭生活的必备手册。

序

“茶疗”一词，由浙江中医学院林乾良教授于80年代初期首先提出。林氏认为：“茶疗”文化是灿烂的中国茶文化和宝贵的中国医药文化相结合而形成的。“茶疗”又称药茶疗法，是在我国劳动人民实践经验积累的基础上，经茶学家和医学家整理总结而形成的。它以哲学、医学和茶学理论为指导，由阴阳、经络、脏象、气血、精气神、茶德等学说思想精华融合而成，体现了天人合一、人和社会合一、心行合一的整体观，具有调整人体生理和心理积极因素、扶正祛邪、康复颐养、预防和治疗相结合的特点，因而是一个包含着“生物—心理—社会医学模式”的自然疗法体系。

“茶疗”方剂构成茶疗法的重要内容。其方剂包括“单味茶”、“药加茶”、“代茶”等诸类。前人虽曾对此有过若干整理发表，但均未超过百条。本书作者挥洒十载汗水，遍考古今典籍、书刊数千册，在挖掘整理过程中，对存有疑问的资料，反复查证研究，仔细辨误校勘，并请教富有临床实践经验的名医，从广泛搜罗历代民间的茶疗验方、偏方、秘方及丹方2000余条中，荟集精华1200余条，撰写成此书，且方剂均以茶入药或与食物配伍，内容精专，区别于其它药茶之作。此乃莫大之善举，亦为众人之所望也。此书对弘扬中华茶文化，促进中医药与传统养生保健事业的发展，定将起到积极的推动作用。树良为我的学生，对于他的研究成果，我表示由衷的祝贺，也感到作为老师的荣幸。

综观全书，内容丰富，资料翔实。具有全面性、系统性、科学性及实用性的特点。内容涉及到临床 300 多种常见病症，按内、外、妇、儿、皮肤、五官等科排列，对茶疗方剂组合、服用法、适应证等均一一详细介绍，井然有序，查阅方便。既可作为专业工作者参考，又是千家万户在茶余饭后的生活知识读物，在此向各位推荐，请务必一读。

童启庆

1995 年 1 月

前 言

茶之为用，始于神农氏。“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解。”中国茶疗迄今已五千年矣！

茶一直是我国人民日常生活的必需品，向有“不可一日或缺”之说，时至今日，茶仍被世界誉为“当代佳饮”，更被我国茶业专家们预测为下个世纪的“世界饮料之王”。这既因中国茶文化具有独特而永恒的魅力，又因为茶具有其他众多饮料无可比拟的“医食（药食）同源”的特性，堪称天然保健品。

至今为止，科学家在茶叶内已发现了500多种化学成分。茶叶的这些物质成分大致可分为两大类：一类为人体所必需的营养成分，如维生素、氨基酸、矿物质、碳水化合物、脂肪等，其中茶叶中维生素C的含量极为丰富，比一般的水果如柠檬、菠萝、苹果、橘子、番茄等多得多，能防治坏血病，治疗由高血压而引起的动脉硬化以及预防和治疗癌症等作用；另一类为药理成分，如茶多酚、咖啡碱与脂多糖等，虽然它们不为人体所必需，但对人体的生理机能能够产生良好的效用，能够增进人的健康。

茶的传统医疗功效有醒神少睡，清心益思，悦志明目，清利头目，生津止渴，清热，消暑，解毒，消食，醒酒，去油腻，下气，利水，通便，治痢，去痰，祛风解表，坚齿，治心痛，疗疮治痿，疗饥，益气力，延年益寿，等等；茶的现代医疗功效有降血糖，降血脂，降血压，补血（包括升高白

细胞), 强心 (包括防治冠心病), 减肥 (包括健美), 抗动脉硬化 (包括抗血栓形成), 抗癌 (包括抗突变), 抗辐射等等。茶叶一味在治病、保健上有功效 30 多项, 实为其他中西药物所绝无仅有。由于茶对人类具有这样多的益处, 我便有了要把茶疗有关知识介绍给广大读者的愿望, 《茶疗治百病》一书的出版, 使这一愿望得以实现。

本书从收集资料到整理、编撰定稿, 历时数载, 参阅了古今医药卫生类图书、资料上千册。尽管我国茶文化的历史悠久, 但有关茶疗系统的方书、专著却极为罕见, 民间丰富的茶疗方剂也大都是散落在一般的方书或本草或其他一些“经史子集”当中。在涉猎、搜罗期间, 编者既有“空手而归、白费气力”的沮丧、感叹, 亦有“发现新大陆”般的惊喜、欢悦, 甘与苦真亦“乃茶味也”。

如果没有古今广大人民群众和医、药专家们勤奋的茶疗实践与经验总结, 就不可能有本书的问世。在此, 谨向被引用资料的编著者致以诚挚的谢意!

读者在阅读本书和使用茶疗方时, 须注意以下几点:

1. “茶为万病之药”这句至理名言, 是前人基于防病、治病与康复医学思想提出来的, 是对茶的药理与医疗功效的一般性和哲理性概括。对此, 我们今天应该以正确的态度和科学的眼光加以理解, 要避免因迷信而落入“茶疗万能”的误区。

2. 本书将茶疗的单方作为附录另行编排, 读者请勿因此而对茶疗单方有所轻视或忽略。由于篇幅所限, 本书对许多组方复杂、药味诸多且为人知晓的著名茶疗方剂如“午时茶”、“万应茶”、“甘和茶”等, 基本未予收编, 在此特加说明。

3. 书中的茶疗方剂因来源不一，病症（证）所用名称，概念不一，较难有一个统一的归类标准，例如中医的“伤寒”与西医的“伤寒”名称概念完全不同，容易造成混淆。故本书中特将西医的“伤寒”用“肠伤寒”称之，以示区别。诸如此类，书中尚有些许，特作说明。

此书写成后，我的恩师童启庆教授欣然赐序，冀我奋进，在此特表谢忱。

作者

目 录

内 科

感冒	1	霍乱	48
咳嗽	10	疟疾	50
哮喘	12	瘴气	52
气管炎	15	伤寒	53
肺脏病	17	瘟疫	53
发热	19	流脑	54
噎膈	19	乙脑	54
呃逆	20	黄疸	55
翻胃	20	肝病	55
呕吐	21	胆病	58
食欲不振	22	便秘	59
消化不良	23	癃闭	60
胃脘痛、腹胀	25	淋证	61
胃病	26	虫证	62
反流性食管炎	28	血证	62
急慢性胃肠炎	28	汗证	66
肠炎	30	痹证	67
泄泻	31	尿毒症	68
痢疾	34	肾炎	69

水肿	70	心脏病	89
臃胀	71	中风	90
痰症	73	神经衰弱	91
糖尿病	74	眩晕	91
肥胖症	75	头痛	93
更年期综合征	77	失眠.....	110
甲状腺机能亢进症	78	嗜睡.....	111
白细胞减少症	78	忧郁症.....	112
贫血	79	瘵病.....	112
紫癜	80	癫痫.....	113
白血病	80	癫狂.....	114
血友病	81	疰夏症.....	115
克山病	81	中暑.....	115
心悸	81	中毒.....	117
心力衰竭	83	酒醉.....	120
动脉硬化症	83	戒烟.....	120
胸痛	84	阳痿.....	122
冠心病	84	早泄.....	122
风心病	86	白浊.....	123
肺心病	86	遗精.....	123
高心病	87	不射精症.....	124
高血压病	87	颐养滋补.....	124
高脂血症	88	其他.....	131

外 科

疮疖·····	132	跌打损伤·····	142
痈疽·····	134	腰痛、肩背痛·····	143
疔毒·····	135	外伤出血·····	143
无名肿毒·····	135	关节炎·····	144
瘰疬·····	136	三叉神经痛·····	144
瘦·····	136	坐骨神经痛·····	145
丹毒·····	136	骨折·····	145
乳腺炎·····	137	扭挫伤·····	145
血栓闭塞性脉管炎·····	137	破伤风·····	146
前列腺炎·····	138	胆道蛔虫症·····	146
肾结核·····	138	肠梗阻·····	146
骨膜炎·····	138	兽类咬伤·····	147
泌尿系结石·····	139	虫类咬伤·····	147
疝气·····	139	蛇咬伤·····	148
痔疮·····	140	烫烧伤·····	149
脱肛·····	141	其他·····	153

妇 科

月经不调·····	155	阴痒·····	160
闭经·····	156	妇女脏躁证·····	160
痛经·····	157	妊娠诸疾·····	161
崩漏·····	158	产后诸疾·····	162
带下·····	158	乳房诸疾·····	167
子宫脱垂·····	159	其他·····	168

儿 科

感冒.....	170	脊髓灰质炎初期.....	186
发热.....	171	佝偻病.....	187
咳嗽.....	172	痢证.....	187
哮喘.....	173	惊风.....	188
百日咳.....	174	夜啼.....	189
肺炎.....	176	遗尿.....	190
白喉.....	177	脱肛.....	191
呕吐.....	177	疝气.....	191
腹泻.....	177	脐疾.....	192
痢疾.....	181	腮腺炎.....	192
蛔虫症.....	183	扁桃腺炎.....	193
小儿疳夏症.....	184	疖子.....	193
小儿夏季热.....	184	痘疹.....	194
肝炎.....	185	麻疹、风疹.....	195
肾炎.....	186	其他.....	196

五 官 科

结膜炎.....	199	夜盲症.....	203
角膜炎.....	201	迎风流泪.....	204
虹膜炎.....	201	麦粒肿.....	204
青光眼.....	202	睑缘炎.....	205
白内障.....	202	其他目疾.....	205
中心性视网膜炎.....	203	中耳炎.....	207

耳鸣耳聋.....	208	牙疳.....	219
急、慢性鼻炎.....	209	口苦.....	219
鼻窦炎.....	210	口臭.....	220
过敏性鼻炎.....	212	口舌俱硬.....	222
鼻息肉.....	213	急、慢性咽炎.....	222
嗅觉失常.....	213	急、慢性喉炎.....	225
鼻衄.....	213	扁桃体炎.....	228
口腔炎.....	214	喉疳、喉痹.....	229
口角炎.....	215	梅核气.....	229
牙周病.....	215	失音.....	231
龋齿.....	216	骨鲠.....	233
牙痛.....	217		

皮 肤 科

带状疱疹.....	234	脂溢性皮炎.....	240
脓疱疮.....	234	神经性皮炎.....	241
疥疮.....	235	稻田性皮炎.....	241
痤疮.....	235	麦芒性皮炎.....	242
青年扁平疣附：疣子 ...	236	接触性皮炎.....	242
汗斑.....	236	银屑病.....	243
雀斑.....	237	癣症.....	244
白癜风.....	237	斑秃.....	246
痱子.....	237	手足皲裂.....	246
湿疹.....	238	冻疮.....	246
荨麻疹.....	239	鸡眼.....	247
药疹.....	240	皮肤瘙痒症.....	247

疔疮.....	248	绣球风.....	250
酒糟鼻.....	249	梅毒.....	251
狐臭.....	250	其他.....	253
附一 茶疗防治癌肿方	258		
附二 民间茶疗单方	264		

内 科

感 冒

方 1 (秘方)

主治：预防感冒。

处方：茶叶若干 神曲半片 洋葱 5 寸

用法：泡热开水代茶饮，此为 1 日剂量。无病预防，有病可治，同时又具有助消化奇效。

方 2

主治：感冒。

处方：粗茶 7 克 梅干 3 克 酱油少许

用法：先将茶叶用沸水泡开 5 分钟，随即倒入酱油中（注意不可将酱油倒入茶水中）搅匀，再加入烧黑的梅干即可饮用。

方 3 (验方)

主治：风热感冒，流行性感冒伴咽喉肿痛、热咳。

处方：绿茶 9 克 绿豆 20 克（捣） 糖适量

用法：用洁净的纱布包好茶与绿豆，放入锅中加水 300 毫升煮至 150 毫升（文火煮），去渣调糖，1 次或分次服完。

方 4 (偏方)

主治：风寒感冒。

处方：茶叶 蚯蚓

用法：1 次煎 10~15 克蚯蚓内服。

方5（验方）

主治：感冒发烧、无汗。

处方：茶叶 绿豆 胡桃仁 葱白 生姜各等份

用法：水煎服。每日1~2次。方去绿豆，用于风寒无汗、发热头痛，宜先熏（头面）后饮。

方6

主治：感冒。

处方：花茶3克 菊花4克 金银花5克

用法：开水泡5分钟饮，每日1剂，连饮3日。如咽干痒或痛，加胖大海3粒、冰糖10克。

方7

主治：普通感冒。

处方：绿茶10克 白芷10克 葱白茎5根

用法：同放入锅中，加适量清水共煎为汤服饮。

方8（偏方）

主治：感冒初起。

处方：茶叶5克 生姜5克 生芝麻30克

用法：嚼食生芝麻，同时冲泡姜茶汤1碗趁热送服。服后盖被发汗。

方9（验方）

主治：感冒初起。

处方：茶叶5克 红糖15克 芝麻酱适量

用法：沸水冲泡，热饮之。也可以茶叶5克、生姜20克、红糖30克水煎服，服后吃热粥睡觉，可健肠胃兼散寒。

方10（偏方）

主治：风寒感冒初起，头痛、鼻塞、清涕。

处方：茶叶3克 红糖10克 生姜2片 食醋3毫升