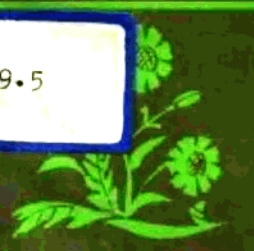


JIA TING SHI YONG BI YAN FANG

# 家庭实用秘验方



9.5

# 前 言

用药之本，在于精良；求医之心，渴望廉验。《家庭实用秘验方》以廉、便、验为宗旨，广征博采，搜古集今，衷中参西，编汇而成。全书以科为纲，以病为目，按照现代医学病名，分科论述，确有纲举目张之妙。

《家庭实用秘验方》所录之方药，均系中草药组成，间有药食兼用之食疗，方多平易，药少峻烈，田头勘边，随手可得，大小药店，随处可购，且历经尝试而殊效。全书选方力戒繁杂，用词遣句力避生癖，相信能受到广大求医问药者的欢迎和喜爱。

编撰此书，B普及医药卫生知识，提高人们自我保健能力、便民利民之幸事、善事，故乐而为之。唯因水平有限，错误之处，在所难免，恳望有识之士赐以批评。本书问世之后，若能不胫而走，人手一册，为拥有者祛病除疾，则不枉费我们编撰之苦心。

---

# 目 录

## 内 科

|               |      |
|---------------|------|
| 感冒.....       | (1)  |
| 中暑.....       | (3)  |
| 慢性支气管炎.....   | (4)  |
| 支气管哮喘.....    | (6)  |
| 偏头痛.....      | (8)  |
| 高血压病.....     | (10) |
| 中风后遗症.....    | (12) |
| 眩晕.....       | (13) |
| 冠心病.....      | (14) |
| 胃、十二指肠溃疡..... | (16) |
| 急、慢性胃炎.....   | (18) |
| 慢性食道炎.....    | (20) |
| 病毒性肝炎.....    | (21) |
| 痢疾.....       | (24) |
| 慢性肾炎.....     | (26) |
| 急性肾盂肾炎.....   | (28) |
| 血尿.....       | (29) |
| 尿潴留.....      | (30) |
| 甲状腺机能亢进.....  | (32) |
| 糖尿病.....      | (33) |

|              |      |
|--------------|------|
| 膝痛.....      | (34) |
| 再生障碍性贫血..... | (38) |
| 坐骨神经痛.....   | (39) |
| 风湿性关节炎.....  | (40) |
| 阳萎.....      | (43) |
| 遗精.....      | (44) |
| 血精症.....     | (45) |
| 男性不育症.....   | (46) |
| 慢性前列腺炎.....  | (47) |
| 急性睾丸炎.....   | (48) |
| 戒烟.....      | (49) |
| 蛔虫病.....     | (49) |
| 蛲虫病.....     | (50) |
| 血管性头痛.....   | (51) |

## 外 科

|             |      |
|-------------|------|
| 损伤.....     | (53) |
| 外伤性关节炎..... | (55) |
| 急性腰扭伤.....  | (56) |
| 慢性腰肌劳损..... | (57) |
| 烧烫伤.....    | (61) |
| 丹毒.....     | (63) |
| 慢性骨髓炎.....  | (64) |
| 痔.....      | (65) |
| 疔疮.....     | (77) |
| 癰疽.....     | (78) |

|              |      |
|--------------|------|
| 脱肛.....      | (67) |
| 毒蛇咬伤.....    | (69) |
| 肾及输尿管结石..... | (70) |
| 胆囊炎与胆石症..... | (72) |
| 腹股沟斜疝.....   | (73) |
| 肩关节周围炎.....  | (75) |

## 皮 肤 科

|            |       |
|------------|-------|
| 银屑病.....   | (79)  |
| 花斑癣.....   | (80)  |
| 荨麻疹.....   | (82)  |
| 带状疱疹.....  | (84)  |
| 急慢性湿疹..... | (85)  |
| 瘙痒症.....   | (87)  |
| 稻田皮炎.....  | (90)  |
| 疥子.....    | (91)  |
| 头癣.....    | (92)  |
| 足癣.....    | (93)  |
| 甲癣.....    | (94)  |
| 硬皮病.....   | (96)  |
| 粉刺.....    | (97)  |
| 油漆过敏.....  | (98)  |
| 白癜风.....   | (99)  |
| 脂溢性脱发..... | (101) |
| 斑秃.....    | (102) |
| 白发.....    | (103) |

|          |       |
|----------|-------|
| 头虱.....  | (104) |
| 疥疮.....  | (105) |
| 酒糟鼻..... | (106) |
| 扁平疣..... | (107) |
| 冻疮.....  | (108) |
| 腋臭.....  | (109) |
| 汗脚.....  | (110) |

## 儿 科

|             |       |
|-------------|-------|
| 小儿高热.....   | (111) |
| 营养不良.....   | (112) |
| 百日咳.....    | (113) |
| 流行性腮腺炎..... | (114) |
| 婴儿腹泻.....   | (115) |
| 遗尿症.....    | (117) |
| 夜啼症.....    | (119) |
| 淋巴结核.....   | (120) |
| 小儿脓疱疮.....  | (121) |
| 婴儿湿疹.....   | (122) |
| 水痘.....     | (123) |
| 流涎.....     | (124) |
| 夏季热.....    | (124) |

## 妇 产 科

|           |       |
|-----------|-------|
| 月经不调..... | (127) |
| 痛经.....   | (128) |

|              |       |
|--------------|-------|
| 白帶異常·····    | (131) |
| 功能性子宮出血····· | (132) |
| 子宮脫垂·····    | (134) |
| 慢性子宮頸炎·····  | (136) |
| 外阴瘙癢·····    | (137) |
| 疱疹性外阴炎·····  | (138) |
| 滴虫性阴道炎·····  | (139) |
| 女性不孕症·····   | (141) |
| 习惯性流产·····   | (142) |
| 缺乳·····      | (144) |
| 急性乳腺炎·····   | (145) |
| 产后便秘·····    | (146) |
| 产后尿频·····    | (147) |
| 产后腹痛·····    | (148) |
| 冷情症·····     | (149) |

## 五 官 科

|            |       |
|------------|-------|
| 过敏性口炎····· | (151) |
| 疱疹性口炎····· | (151) |
| 复发性口疮····· | (152) |
| 雪口病·····   | (153) |
| 牙周炎·····   | (153) |
| 牙龈出血·····  | (155) |
| 龋齿·····    | (155) |
| 智齿冠周炎····· | (156) |
| 急性咽喉炎····· | (157) |

|               |       |
|---------------|-------|
| 慢性咽炎.....     | (159) |
| 鼻衄.....       | (160) |
| 急性化脓性鼻窦炎..... | (161) |
| 慢性鼻炎.....     | (162) |
| 过敏性鼻炎.....    | (163) |
| 麦粒肿.....      | (164) |
| 青光眼.....      | (165) |
| 眼睑下垂.....     | (166) |
| 高血压视物不清症..... | (167) |
| 急性细菌性结膜炎..... | (167) |
| 化脓性中耳炎.....   | (169) |

# 内 科

## 感 冒

由感冒病毒引起。在身体过度疲劳、着凉、抵抗力降低时容易染此病。主要症状是：咽喉发干、鼻塞、咳嗽、打喷嚏、头痛等。

〔方一〕 紫苏10克 荆芥10克 鲜芦根15克

〔用法〕 水煎服，每日1剂，连服5日。

〔方二〕 石胡荽适量

〔用法〕 将药晒干研末放在鼻孔中吸，打喷嚏而愈。  
亦可把草药捣烂塞于鼻孔里。•

〔方三〕 积雪草15克 大青叶12克 夏枯草9克

〔用法〕 水煎。每日1剂，分2次服。此方适应于风热型流感，对咽炎，急性扁桃体炎亦有效。

〔方四〕 人参叶、紫苏叶、薄荷叶、藿香叶、荆芥各10克 甘草5克（婴幼儿量酌减）

〔用法〕 诸药存入有盖瓷杯内，然后用沸水兑入，加

---

• 药方中凡未注明用药次数，天数的，均酌情而定，治好为止。

盖，浸泡10—15分钟后服用，可连续泡服2—3次。适用于老年、婴幼儿、体虚之人四时所患感冒者。服后以身出微汗则止，若不得汗可再服。

【方五】 当身体不舒服或咽部痛、流涕、打喷嚏时，可立即口服热糖水（不能喝凉开水）1~2杯。然后休息1小时左右（卧床休息最好）。若1次不效，可每隔（1~2小时）再服一次，一般喝3~4次即可好转或痊愈。

【方六】 感冒引起的咳嗽不止，可在患者背部沿脊椎搽上一些清凉油或风油精，一般3分钟后即能缓解咳嗽。两小时内继续搽，可基本止住咳嗽。

【方七】 用葱白、豆豉、白胡椒粉煮面条，趁热服下，入睡，汗出即缓解。

【方八】 葱白、生姜各15克 食盐3克

【用法】 捣成糊状，用纱布包裹，涂擦前胸，后背，及肘窝，涂擦后要睡半小时。

【方九】 白菜心250克 白萝卜60克

【用法】 水煎，加红糖适量，吃菜饮汤。

【方十】 鲜桔皮30克（干品减半）

【用法】 加水3杯，煎成两杯，放适量白糖，趁热喝1杯，半小时后加热再喝1杯。

## 中 暑

中暑是因高温环境或受到烈日暴晒而引起的疾病。属于中医“暑厥”、“暑风”、“闭证”的范围。在高温条件下，人体通过汗液蒸发进行散热。但如空气中湿度大，通风不良时，汗液蒸发散热减少，就会造成热在体内蓄积而中暑。特别在睡眠不足、过度疲劳、劳动强度大等情况下，更易发生。一般表现为大量出汗、口渴、头昏、眼花、耳鸣、胸闷、心悸和恶心等，甚或出现面色苍白、皮肤湿冷、呕吐、血压下降、脉搏细数等早期休克症状。严重者可有血压下降、脉搏细数、昏迷等衰竭症状；亦可表现为肌肉痉挛疼痛，特别是小腿肌肉痉挛。

〔方一〕 取滑石、大黄、甘草各等份

〔用法〕 上药研细末，每次20克，用开水冲服。治轻度中暑有效。

〔方二〕 黄荆叶、夏枯草、淡竹叶、鱼腥草、薄荷、菖蒲各10克

〔用法〕 水煎服，每日1剂，分两次服。

〔方三〕 北柴胡、板蓝根、石菖蒲各10克 蒲公英、桑螵蛸各15克 藿香8克 羌活、薄荷各6克

〔用法〕 水煎服，每日1剂。3剂为一疗程，一般两个疗程可愈。

〔方四〕 青木香30克 老君须30克

〔用法〕 研细末，每次9克，开水泡服。此方治中暑

腹痛有效。

〔方五〕 泽兰叶9克 大米30克

〔用法〕 上药共捣烂，同淘米水内服。此方用于中暑  
胸闷、昏迷者有效。

## 慢性支气管炎

指气管、支气管粘膜及其周围组织的慢性非特异性炎症。此病与气候变化、过敏、内分泌功能减退、遗传等有关、起病缓慢，病程迁延，表现为长期反复咳嗽、咯痰，夜间尤甚。

〔方一〕 苦杏仁研末，加等量冰糖混匀，制成杏仁糖，  
每天早晚各服9克，10天为一疗程。

〔方二〕 大蒜、醋各250克 红糖90克

〔用法〕 将蒜去皮捣碎，泡入糖醋中1周。日服3次，  
每次1汤匙。

〔方三〕 芝麻油35毫升 醋70毫升 鸡蛋3个

〔用法〕 油炒鸡蛋，炒熟后加醋炖，吃蛋饮汤。每日早  
晚各食一次。

〔方四〕 豆腐500克 饴糖60克 生萝卜汁1酒杯

〔用法〕 混合煮沸，每天分两次服完。

〔方五〕 取捣烂后的大蒜泥，置于伤湿止痛膏中心，  
晚上洗脚后贴在双足涌泉穴处，第二天早晨  
揭去，连贴3~5次。此方对成人的风、寒、  
燥咳，均有疗效。贴治时如足心出现较强的  
烧灼感时应揭去。

〔方六〕 白木耳3克用冷水发胀，洗干净加适量冰糖、

猪油、水，入笼蒸食。

〔方七〕 板栗250克 瘦猪肉500克

〔用法〕 加盐、姜、豆豉、酱油少许，烧熟后分餐食用。

〔方八〕 丝瓜花6朵 蜂蜜25克，蒸食。

〔方九〕 百合25克 大米100克

〔用法〕 煮稀饭，加入冰糖吃

〔方十〕 川贝6~9克 冰糖适量。

〔用法〕 打碎川贝，加冰糖开水，炖服。

〔方十一〕 罗汉果半个 陈皮6克 瘦猪肉100克

〔用法〕 先将陈皮浸括去白，然后与罗汉果、瘦肉共煮汤，熟后去罗汉果，陈皮，饮汤食肉。

〔方十二〕 雪梨1~2个 黑豆30克

〔用法〕 将雪梨洗净切片，加水适量，与黑豆共煮汤，慢火煮约30分钟左右，去渣饮汤。

〔方十三〕 萝卜籽（药名莱菔）、紫苏子、白芥子各10克，煎服。

〔方十四〕 萝卜籽10克 核桃肉30克

〔用法〕 用冰糖炖服。宜治老年支气管炎。

〔方十五〕 将西瓜皮洗净，用线串起来挂在通风处，阴干保存，用干皮熬水代茶。

〔方十六〕 夜关门60克（鲜品90克）天门冬、百部各18克

〔用法〕 加水600毫升，煎成200毫升。每日服2次，每次100毫升，连服10天为1疗程。

## 支气管哮喘

支气管哮喘是一种常见的变态反应性疾病，属中医的“哮喘”范围。本病的病因比较复杂，目前尚未完全清楚。一般认为过敏和植物神经功能紊乱是引起本病的主要因素。吸入和接触过敏物质、呼吸系统感染、气候寒冷、精神紧张、情绪激动等可诱发哮喘发作。中医认为本病的起因多由寒邪入肺，饮食偏嗜，脾肾阳虚，肾气衰弱所致。

临床特点为反复发作，春秋多发。表现为出现带有哮鸣音的呼气性呼吸困难。临床分为：

①过敏型：有明显的过敏原接触史或与季节有关。起病急，呼吸困难，以呼气期为剧。发作时被迫采取坐位，两肩耸起，大汗。缓解亦很迅速。间歇期如正常人。

②感染型：继发于呼吸道感染之后，表现与过敏型相似，但起病缓慢，持续时间长，症状较重。

③混合型：兼有过敏型与感染型的特点。

④哮喘持续状态：哮喘发作严重，持续24小时以上者，患者可出现呼吸困难，呼气长而费力，张口呼吸，发绀，大汗淋漓，面色苍白，四肢冷，脉搏快，严重者可出现呼吸功能衰竭，应及时抢救。

〔方一〕 苏子15克，琥珀8克，五味子、法夏各10克

〔用法〕水煎服，每日1剂，分2次服。本方适用于过敏型。

〔方二〕 鹅管石30克 生麻黄8克

〔用法〕将二味药打碎同煎30分钟即可。服时兑生姜

汁数滴，病轻一剂可止。本方适用于素有哮喘史，突遇寒冷而发，喘息痰鸣，气促唇紫。

〔方三〕 破故纸树头30克

〔用法〕 煎汤炖冰糖内服。

〔方四〕 鸡1只 柚1个

〔用法〕 去鸡内脏及脚、翅、头，把柚肉塞入鸡腹中，用针线缝合，不下水，在锅内用文火炖至鸡肉烂为止。柚的果实变成汤同鸡肉一起吃下。农历立冬日服1次，冬至日服1次。

〔方五〕 五味子200克 鸡蛋7个

〔用法〕 将五味子煎汤，浸7个鸡蛋。一周后每天取1个鸡蛋，用开水冲服。连服3个疗程共21个即可。

〔方六〕 白蜜、胡桃（勿去壳）各1公斤

〔用法〕 先将胡桃肉捣碎，入蜜拌和，再加生麻黄8克，蒸熟，每服一汤匙，开水兑服，不拘。本方适用于老、壮、少年的虚寒哮喘。

〔方七〕 取糯米200克 纯蛤蚧粉25克

〔用法〕 煮粥，1次食完，每天1剂。轻者一剂可愈，重者3剂即可。本方适用于寒性、热性及过敏性哮喘。

〔方八〕 将一个新鲜鸡蛋，通过癞蛤蟆的口腔塞入腹内（若癞蛤蟆口小，可将其口角剪开一些），然后用线将癞蛤蟆嘴缝好，外用黄泥调成糊状包裹，放进柴灶煨烤，至黄泥干燥开裂即可。取出烧熟的鸡蛋趁热吃下。按此法每日

吃鸡蛋1个，连服3~5日即可见效。

## 偏 头 痛

有些患者周期性地觉得半侧头痛，并伴有恶心、呕吐，而且每次发作的性质几乎相似，这就是偏头痛。此病以女性居多，大多数起病在青春期前后，也有少数病例起病于绝经期后。典型的偏头痛常见的先兆是视觉障碍，有些则是感觉异常，接着是一侧性剧烈头痛，如前额、颞、眼眶等处，有时扩展到半侧头痛乃至全头痛。头痛的性质为跳痛、胀痛、搏动性痛等。每次发作大多持续数小时，大部分病人每次发作均在同一侧，也有左右侧交替发作者。最常见的普通偏头痛，先兆期不明显，可在头痛发作前数小时或数日出现，头痛的时间比较长。

〔方一〕 灸全蝎、钩藤、紫河车各18克

〔用法〕 将上药共研细末装胶串(每粒含生药0.3克)，每次服0.9克，每日3次。痛定后药量酌减，每日或间日服0.9克，以巩固疗效。

〔方二〕 川芎30克 牛膝60克 荒蔚子15克 制香附10克 滁菊花10克 桂枝6克 生甘草6克 双钩藤15克(后下)

〔用法〕 每日1剂，水煎服。

〔方三〕 川芎30~40克 天麻、白芷、醋玄胡、白芍各15克 羌活、地龙各12克 细辛9克 甘草10克

〔用法〕 水煎，分3次温服。

〔方四〕 川芎、白芷、羌活、防风、丹参、地龙、僵

蚕、吴茱萸、香附各20克 细辛3克 钩藤、  
炙全蝎、赤芍各15克 石膏30克

【用法】 将上药共研细末，每次3克，一日3次，温开水送下，待痛止后，改为每日1次。

【方五】 地下明珠（新鲜的）适量

【用法】 将上药洗净晒干，贮存备用。用时先用水浸润1~2粒，去皮，贴于疼痛部位，用胶布固定。当局部皮肤灼热或红肿起泡时，即可撕去，一般贴一次即愈。本药忌口服。

【方六】 鲜白萝卜汁 冰片少许

【用法】 滴鼻中。

【方七】 萝卜籽7粒（最好要存放3年以上）

【用法】 置于瓦片上焙成半焦糊状态，然后研成细末，用纱布包好，塞于鼻腔内。若左边头痛，药塞右边鼻孔；右边头痛塞左边鼻孔。与此同时，可取灯芯草一段，点燃，在左右手的列缺穴上各点烧七下。治初发性偏头痛，即可见效，复发性偏头痛，连用几次，也能奏效。

【方八】 川芎、白芷、炙远志各50克 冰片7克

【用法】 共研极细末，瓶装密封勿漏气。用时以绸布或的确良布一小块，包少许药末，塞入鼻孔，右侧头痛塞左鼻孔，左侧头痛塞右鼻孔，一般3至5分钟见效。

【方九】 取生石膏、荞麦粉各30克

【用法】 共研细末，用少许食醋调装浆糊状，敷于患部。药末干后，再加食醋调敷。治风火上炎