

小方保健丛书

张骝 主编

小方外台常见病

江苏科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

常见病外治小方/张骠主编. —南京: 江苏科学技术出版社, 2002. 6

(小方保健丛书)

ISBN 7-5345-3562-X

I. 常... II. 张... III. 常见病—外治法
IV. R244

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 023504 号

小方保健丛书

常见病外治小方

主 编 张 骠

责任编辑 郑大坤

出版发行 江苏科学技术出版社
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)

经 销 江苏省新华书店
照 排 南京印刷制版厂
印 刷 南通韬奋印刷厂

开 本 850mm×1168mm 1/32

印 张 20.25

字 数 500 000

版 次 2002 年 6 月第 1 版

印 次 2002 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1—5 000 册

标准书号 ISBN 7-5345-3562-X/R·634

定 价 35.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

常见病外治小方

主 编	张 骠			
副主编	于红娟	石红乔	陶 寰	
编 委	卜擎燕	于红娟	王 莉	石红乔
	史肃育	张 骠	余苏萍	俞 明
	俞 宁	郭秀君	袁锦红	陶 寰
	强建华	隆红艳	程剑影	

江苏科学技术出版社

内 容 提 要

本书系小方保健丛书之一,书中系统介绍了内、外、妇、儿、骨伤、皮肤、五官、眼科和肛肠科 140 余种常见病的中医外治方法。每种疾病先介绍西医病因、诊断知识和中医基本证型及其临床表现,继而着重介绍常用的中医简易外治方法,所选外治方大都由 1~5 味中药组成,药味精当,用法简便,疗效可靠。可指导基层医务人员和城乡广大群众合理、安全地运用中医简易外治法防治常见病,适合社区医疗服务和家庭自我保健时应用。

前 言

外治疗法是中医传统治疗体系的一个重要组成部分,具有简、便、廉、验、安全且副作用小等特点,因而成为一种应用广泛,易于普及,且为广大患者乐于接受的独特疗法。外治疗法的研究也成为中医临床研究中一个颇为活跃的领域。

清代名医、中医外治大师吴师机在《理渝骈文》中曰:“外治之理即内治之理,外治之药即内治之药,所异者,法耳。”外治与内治,法虽有异,理本同一,前者施方于外,后者服药于内,可谓殊途同归矣。中医学认为,人体四肢百骸、五脏六腑、上下内外均因经络而相互关联,沟通一气,从而成为一个统一完整的生物体。故于人体外部或体表穴位施方用药,不仅能有效刺激穴位、激发经气、疏通气血,收调动与促进人体免疫抗病能力之效,且可藉经络之通道而使药物由皮毛入内脏,直达病所。中医临证强调辨证施治,注重治病求本,外治疗法概莫例外,即施行外治疗法时亦必须首先“审阴阳,察四时五行,求病机,度病情,辨病形”,惟此方能辨证精当,施治效捷。

本书编纂之内容大致取材于二:一则源于对古今大量医学专业图书、报刊中有效外治小方之筛选与甄别,二则来自于编者多年临床实践经验之总结。书中内容的编排以内、外、妇、儿科等临床一级专科分类为纲,以各科中常见病的现代医学病名为目,共选择了147种疾病,皆为中医外治疗法应用广泛,疗效确实且屡屡见诸文献报道者。每病首先介绍现代医学的病因病理、诊断及预防等

基础知识,其次简述中医常见证型的分类、名称及其临床表现,继而重点介绍该病中医常用的简易外治方法及方药。所述外治方法包括敷、贴、填、涂、熨、薄、包、擦、拭、熏、洗、蒸、浴、泡、点、滴、嚏、吹、吸、嗅、漱、塞、坐等 20 余种;所选方剂多为药味不足 5 味的简易小方,方中选药安全,配伍精当,剂量准确,主治明了,功效确实,用法简便。然而对于危重疑难病症和病情危重者,本书中所述及的外治疗法仪宜作为辅助治疗方法中的一种,读者还应在医生指导下及时接受其他治疗。书中对方剂的药物组成、用量、给药途径、用法和使用宜忌等逐一作详细、明确的介绍,且文字简明扼要,通俗易懂,使读者一目了然,易学易用。本书既适合于基层医疗保健人员及具有中等文化程度的读者使用,也可为社区医疗卫生服务和家庭自我保健提供参考。

张 骝

于南京市中医医院

2001. 11. 18

目 录

一、内科常见疾病

上呼吸道感染、流行性感冒	(1)
疟疾	(3)
肺结核	(6)
颈淋巴结核	(9)
慢性肝炎	(14)
慢性支气管炎	(17)
肺炎	(20)
支气管哮喘	(22)
慢性胃炎	(25)
消化性溃疡	(27)
胃下垂	(29)
小肠吸收不良综合征	(31)
肝硬化	(34)
原发性肝癌	(37)
胆囊炎	(41)
胆石症	(44)
高血压病	(46)
冠状动脉粥样硬化性心脏病	(51)
心律失常	(55)

慢性肾功能衰竭	(57)
阳痿	(61)
前列腺增生症	(64)
原发性血小板减少性紫癜	(67)
风湿性关节炎	(71)
类风湿性关节炎	(74)
痛风性关节炎	(78)
糖尿病	(80)
单纯性甲状腺肿	(83)
甲状腺瘤	(85)
偏头痛	(88)
面神经炎	(91)
三叉神经痛	(96)
坐骨神经痛	(99)
脑出血.....	(102)
脑梗塞.....	(105)
老年痴呆症.....	(108)
震颤麻痹.....	(110)
梅尼埃病.....	(113)
癫痫.....	(115)
格林—巴利综合征.....	(118)
神经衰弱.....	(121)
精神分裂症.....	(123)
单纯性肥胖.....	(126)

二、外科常见疾病

急性毛囊炎.....	(129)
急性蜂窝组织炎.....	(133)

急性淋巴管炎·····	(135)
甲沟炎·····	(138)
烧伤·····	(141)
乳腺增生病·····	(145)
阑尾炎·····	(148)
血栓闭塞性脉管炎·····	(151)
急性睾丸炎·····	(153)
前列腺炎·····	(155)
下肢慢性溃疡·····	(158)
褥疮·····	(163)
化脓性骨髓炎·····	(166)
毒蛇咬伤·····	(169)

三、妇科常见疾病

外阴白色病变·····	(173)
盆腔炎·····	(180)
外阴瘙痒·····	(189)
乳头皲裂·····	(198)
产后缺乳·····	(204)
产后尿潴留·····	(206)
子宫脱垂·····	(212)
淋病·····	(218)
阴道炎·····	(220)
宫颈炎·····	(229)
前庭大腺炎·····	(236)
痛经·····	(238)
急性乳腺炎·····	(244)
子宫肌瘤·····	(254)

卵巢囊肿.....	(257)
尖锐湿疣.....	(259)

四、儿科常见疾病

新生儿脐炎.....	(265)
新生儿硬肿症.....	(269)
新生儿破伤风.....	(273)
新生儿脐疝.....	(276)
麻疹.....	(278)
百日咳.....	(282)
流行性腮腺炎.....	(285)
细菌性痢疾.....	(292)
急性上呼吸道感染.....	(295)
反复呼吸道感染.....	(299)
支气管炎.....	(302)
支气管肺炎.....	(306)
支气管哮喘.....	(310)
口炎.....	(316)
鹅口疮.....	(321)
厌食症.....	(324)
再发性腹痛.....	(328)
婴幼儿腹泻.....	(332)
消化性溃疡.....	(340)
便秘.....	(342)
流涎症.....	(344)
遗尿症.....	(346)
癫痫.....	(351)
小儿湿疹.....	(353)

维生素 D 缺乏性佝偻病	(356)
--------------------	-------

五、骨伤科常见疾病

骨折	(360)
软组织损伤	(363)
腱鞘炎	(368)
腰部劳损	(370)
急性腰扭伤	(372)
颈椎病	(375)
肩周炎	(378)
跟痛症	(380)

六、皮肤科常见疾病

带状疱疹	(385)
疣	(393)
脓疱疮	(400)
皮肤真菌病	(405)
疥疮	(413)
冻疮	(418)
手足皲裂	(423)
湿疹	(426)
荨麻疹	(435)
银屑病	(439)
痤疮	(443)
黄褐斑	(447)

七、五官科常见疾病

鼻炎	(450)
----------	-------

萎缩性鼻炎·····	(455)
过敏性鼻炎·····	(460)
鼻出血·····	(463)
鼻窦炎·····	(470)
咽炎·····	(476)
扁桃体炎·····	(486)
急性喉炎·····	(493)
外耳道炎·····	(497)
化脓性中耳炎·····	(503)
牙痛·····	(512)
口腔粘膜病·····	(520)

八、眼科常见疾病

麦粒肿·····	(528)
霰粒肿·····	(534)
睑缘炎·····	(537)
泪囊炎·····	(542)
传染性结膜角膜炎·····	(546)
沙眼·····	(555)
春季卡他性结膜炎·····	(559)
前巩膜炎·····	(562)
近视眼·····	(567)

九、肛肠科常见疾病

痔·····	(572)
肛痿·····	(580)
肛裂·····	(583)
肛门直肠周围脓肿·····	(589)

直肠脱垂.....	(592)
肛门湿疹.....	(596)
慢性非特异性溃疡性结肠炎.....	(600)
结肠慢传输型便秘.....	(610)
附录:方剂索引	(614)

一、内科常见疾病

上呼吸道感染、流行性感冒

上呼吸道感染是鼻腔、咽或喉部炎症的概称,是呼吸道最常见的一种传染病。常见病因为病毒感染,主要有流感病毒、副流感病毒、柯萨奇病毒等,少数由细菌引起。本病具有较强传染性,并可引起严重并发症。全年皆可发病,冬春季节多发,主要通过含有病毒的飞沫或被污染的用具传播。由于病毒的类型较多,人体在各种病毒感染后产生的免疫力较弱且短暂,并无交叉免疫,同时在健康人群中存在病毒携带者,故一个人1年内可多次发病。初期咽干咽痒,同时或数小时后可有喷嚏、鼻塞、流清涕,2~3天后变稠,可伴有咽痛,一般无发热及全身症状,如无并发症,一般经1周痊愈。流行性感冒是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病,病原体为甲、乙、丙三个证型流行性感冒病毒,通过飞沫传播,病初2~3天传染性最强。临床特点为突然发病,迅速蔓延,流行过程短,有自限性,但能多次反复,老人和伴有慢性呼吸道疾病或心脏病者易并发肺炎。流感病毒中尤以甲型极易变异,往往造成暴发流行或大流行。潜伏期1~3天,急起发热,全身症状较重而呼吸道症状并不严重,表现为畏寒、发热、头痛、乏力、全身酸痛,持续2~3天后渐退,但鼻塞、流涕、咽痛、干咳等上呼吸道症状较显著。

诊断主要依据病史、流行情况、症状和体征。上呼吸道感染鼻

咽部症状重,全身症状较轻。流行性感冒全身症状较重,鼻咽部症状较轻。二者白细胞总数均减少,淋巴细胞相对增加。血清学及免疫荧光检验可明确诊断。增强机体自身抗病能力是预防上呼吸道感染最好的办法,如坚持有规律的合适的身体锻炼、坚持冷水浴,提高机体预防疾病能力及对寒冷的适应能力,同时还应做好防寒工作,避免发病诱因。及时报告、隔离、治疗流感患者,在流行期间注射流感疫苗,对于流感的预防也有重要意义。

上呼吸道感染、流行性感冒依据其主要临床表现,属于中医学“感冒”、“时邪”的范畴。临床分为风寒、风热、暑湿三个证型。(1) 风寒型,证见恶寒,发热或不发热,无汗,肢体疼痛,咳嗽,痰白质稀,苔薄白,脉浮紧。治宜辛温解表,宣肺散寒。(2) 风热型,证见发热,恶风,汗出,口干咽痛,咳嗽痰稠,苔薄黄,脉浮数。治宜辛凉解表,宣肺清热。(3) 暑湿型,证见发热,汗出热不解,头昏重胀痛,身重倦怠,心烦口渴,苔黄腻,脉濡数。治宜清暑祛湿解表。

方1 退热散

组成: 大黄、山梔、僵蚕各4份,牛膝2份,细辛1份。

用法: 上药共为细末,每次取5~8克,米醋调成糊状,敷贴双侧涌泉穴,包扎固定4~6小时后取下。

功效: 清热解表。

主治: 感冒,属风热型,发热,恶风,汗出,口干,咽痛,咳嗽痰稠,苔薄黄,脉浮数。

附注: 治疗上感引起的高热76例,结果1~2小时体温降至正常者36例,3小时以上正常者38例,无效2例,总有效率97.5%。

来源: 苏世平,等. 退热散治疗高热76例,陕西中医,1988,(11):503

方2 退热膏

组成: 生石膏60克,山梔子、蒲公英各30克,鲜猪胆汁

40 毫升。

用法：将前 3 味药研细末，加鲜猪胆汁调成糊状，分摊于 3 厘米×3 厘米的布上，贴于大椎、曲池、合谷穴，绷带固定，每 8 小时 1 次，每日 2 次，共用 2 日。

功效：清热解表。

主治：感冒，属风热型，发热，恶风，汗出，口干，咽痛，咳嗽痰稠，苔薄黄，脉浮数。

附注：治疗外感高热 45 例，结果治愈 38 例，无效 7 例。

来源：王明义，等. 自拟退热膏取穴外敷治疗高热 45 例. 新中医, 1995, (8): 28

方 3 白芥子涂剂

组成：白芥子 30 克，玄胡索 30 克，细辛 15 克，甘遂 15 克，冰片 2 克。

用法：上药共研细末，每次取药末 3~6 克，用生姜汁调之，于三伏天分别涂于肺俞、百劳、膏肓等穴，涂后麻木疼痛，切勿除去，候 3 小时方可去之，10 天 1 次，共涂 3 次。

功效：温肺散寒。

主治：感冒，属风寒型，恶寒，发热或不发热，无汗，肢体疼痛，咳嗽，痰白质稀，苔薄白，脉浮紧。

附注：治疗感冒 105 例，治愈 96 例，显效 5 例，有效 4 例，总有效率 100%。

来源：中国民间中医药研究开发协会. 当代中药外治临床精要. 北京：中国中医药出版社，1993，26

疟 疾

疟疾是由疟原虫引起的传染病，雌性按蚊为传播媒介，我国除寒冷的西南高原、西北及北部的干燥沙漠地区外，均有疟疾流行。

其中以间日疟最多,恶性疟次之,三日疟仅在南方山区呈散在性分布,卵形疟少见。全年均可发病,但以夏秋季为多,农村的发病率高于城市。

临床上以寒战、高热、出汗、贫血等为特征,恶性疟疾有侵犯内脏引起凶险发作的倾向。周期性和间歇性发作是疟疾的临床特点。典型发作可分为3个阶段:(1)发冷期:寒战、脸色苍白、唇甲发绀等,持续10分钟至1小时之久,体温迅速上升;(2)发热期:高热,脸色潮红,体温可达到 $39\sim 40^{\circ}\text{C}$,伴头痛、口渴和呼吸急促,一般持续4~8小时;(3)出汗期:突然全身大汗,体温骤然下降,当时除疲劳外,顿感舒服轻松,常安然入睡,此期常持续2~3小时。发作后鼻唇部每有单纯疱疹出现,多次发作后脾脏明显肿大,可有压痛。血涂片查到疟原虫是确诊的最可靠依据。灭蚊、防止蚊虫叮咬是防疟综合措施中的主要环节。灭蚊必先除幼蚊,最有效的措施是消灭按蚊孳生场所,如填洼、疏沟、消灭积水等。防止蚊虫叮咬可以使用蚊帐,在皮肤暴露部位涂抹驱蚊剂。

本病依据其主要临床表现属于中医学“疟疾”的范畴。临床分为正疟、温疟、寒疟、疟母四个证型。(1)正疟,证见先有呵欠乏力,继则寒战,寒罢内外皆热,头痛面赤,终则汗出热退身凉,间日发作,舌红、苔薄白,脉弦。治宜祛邪截疟,和解表里。(2)温疟,证见寒少热多,汗出不畅,头痛,骨节酸痛,口渴引饮,舌红、苔黄,脉弦数。治宜清热解表,和解祛邪。(3)寒疟,证见寒多热少,口不渴,胸闷脘痞,神疲体倦,舌苔白腻,脉弦。治宜和解表里,温阳达邪。(4)疟母,证见久疟不愈,胁下结块,触之有形,按之疼痛,舌质紫黯,有瘀斑,脉细涩。治宜软坚散结,祛瘀化痰。

方1 截疟散

组成:白芥子10克,雄黄、白矾各5克。

用法:上药共研细末,加大蒜3瓣,共捣如泥。在发作前3~4小时敷单侧内关穴,6小时卸下,3次为1疗程,症状控制后再用1