

● 家庭实用科技丛书 ●

JIATINGSHIYONGKEXUECONGSHU

偏

方

治百病

● 解颖 / 主编



延边人民出版社

偏方治百病

解颖 编

延边人民出版社

【吉】新登 08 号

·家庭实用科技丛书(生活类)·

偏方治百病

主 编:解 颖

责任编辑:张光朝

封面设计:秋 寒

出 版:延边人民出版社

经 销:各地新华书店

印 刷:长春市东文印刷厂

开 本:787×1092 毫米 1/32

字 数:100 千字

印 张:5.5

印 次:2002 年 1 月第 2 次印刷

印 数:3051 - 5050 册

书 号:ISBN 7 - 80599 - 877 - 9 /Z·96

定价:68.00 元(每册 6.80 元)

内 容 提 要

健康长寿是每个人的美好愿望,但是由于运动不周、季节变化、生活变动、休息不够、饮食不当或是身体失调等因素往往会引起众多疾病,尤其是一些突发性急病和疑难杂症,常常因为时间、地点的不方便又难于求医。如若误医治,不但会影响身体健康,严重时甚至会危及生命。

本书就这些生活中常见的疾病在不便求医,难于求医的条件下,向广大读者介绍了取材于“家庭中食物、水果”、“郊外的野草、材叶”、“具有特殊效康的中草药”等所配制的各种实用良方、偏方、验方。可使你小病不求医,自己便可除病。

所介绍的方子均是难得用之、立见命效的宝食食料。而且方法简单,取用不难,读者可根据自己的实际情况选择相应的药方。

总之,本书从保持健康、无病防病、有病治病、方到病除的原则,以料学、通俗、具体的方法做指导,相信对广大读者有所裨益。



目 录

第 1 章 取材于家庭的偏方

魔芋可治疗肾脏病 …… (1)	斑 …… (9)
松叶可降血压 …… (1)	菠菜治疗少年秃头 …… (10)
大蒜可以治脚癣 …… (2)	红辣椒治疗秃头和腹股
青葱、莲藕、老姜可治感	沟癣 …… (10)
冒 …… (2)	杏仁和梅子是防癌剂 (11)
香菇可降胆固醇 …… (3)	生食大豆治疗糖尿病 (12)
大蒜浴祛除神经疲劳 …… (3)	泥鳅和洋葱可以强精壮
丝瓜可以治疗气喘 …… (4)	体 …… (12)
腌菊酒治肝硬化 …… (5)	芝麻是返老还童的良药 (13)
枇杷、梅子、杏树防癌 (5)	喝海带水预防中风 …… (14)
蜗牛可治疗肾脏病 …… (6)	柿子蒂能治疗打嗝和尿
几种感冒症状治疗法 (7)	床 …… (14)
洋蛋酒对胃病很有效 (8)	梅粉可以治疗咳嗽 …… (15)
柑橘皮对身体有益 …… (8)	蒜渍蜂蜜治疗咳嗽和喉
醋蛋能消除日晒后的雀	咙痛 …… (16)

黑醋加芝麻增强体力	(17)	辣椒芝麻醋是保健品	(24)
小黄瓜更能治疗雀斑	(17)	红糖的药用	(25)
咖啡能治疗排尿困难	(18)	蜂蜜清润滋养	(26)
马铃薯是多症良药	(19)	山楂的药用	(27)
海带能预防尼古丁中毒	(20)	胡椒的药用	(28)
鱼骨粉末能预防百病	(20)	白萝卜、蜂蜜可治感冒	(30)
南瓜预防贫血和前列腺 肿大	(21)	紫苏叶汁能治疗神经衰 弱	(30)
核桃是神经衰弱的良药	(21)	杏仁和蜂蜜治疗气喘	(31)
芹菜是无副作用的降血 压剂	(23)	吃青菜可预防胃溃疡	(32)
佛手柑可以解酒排毒	(24)	山薯治疗子宫疼痛	(33)

第2章 野外常见的草药

旱莲草治疗肾虚和外伤 出血	(34)	鹿蹄草祛风湿强筋骨	(43)
灵芝有何特殊的效能	(35)	虎杖叶卷能祛除肺癌	(44)
冬虫夏草有何功效	(36)	连钱草专治阳萎、肾脏 病	(45)
夏日进补宜服西洋参	(37)	紫草是万能仙丹	(45)
党参是气血双补的良药	(38)	珠牙能强化胃部功能	(46)
哈士蟆油润肺养阴	(39)	三七既能止血又能化血	(47)
山药是滋补上品	(40)	马齿苋清热解毒治痢	(48)
花椒是退除阴虱的秘方	(41)	苦瓜可消炎、健胃强肝	(49)
南天竹强精并治神经痛	(42)	石蒜可使双脚健步如飞	(50)
木天蓼对神经痛有效	(43)	槲子的花和果可治病	(50)

驱鸟百合能消除疲劳	(51)	枸杞可治疗肾脏病	…… (62)
苏铁可壮阳美容	…… (52)	柴胡是强身的仙丹	…… (63)
山楂可以护肝保胃	…… (52)	蕺菜治疗癌症有功效	(64)
天麻是名贵中药	…… (53)	王瓜对女性痔疮有疗效	(65)
车前草首推利水通淋	(54)	芥菜的惊人药效	…… (66)
凤仙可以祛风活血、消		连翘是鼠疮的特效药	(66)
肿止痛	…… (56)	蒲公英能治疗便秘	…… (67)
乌桕杓治妊娠呕吐、咳		桑叶对疑难杂症都有疗	
嗽	…… (56)	效	…… (68)
山苋菜保护生殖器官	(57)	青葛藤能治心脏病	…… (69)
菊花是平肝明目良药	(58)	山豆根能治癌根	…… (69)
莲子可消痔、治疗白带	(59)	黄蘗可以治疗皮肤病	(70)
栀子花果治扁桃腺炎	(60)	枇杷叶是恶性肝炎的特	
虎耳草药效广泛	…… (61)	效药	…… (71)
槐树的煎汁可以止血	(62)	蕺菜叶对腹股沟癣有效	(72)

第 3 章 餐桌上的食物疗法

蔓草炖肉汤能治疗神经		“马肉油脂”可治疗脚	
痛	…… (74)	伤	…… (79)
吃麦米饭能避免大醉	(75)	河蟹可使头脑清晰	…… (79)
红豆煮鲤鱼能预防宿醉	(75)	动物肝可治疗眼睛疲劳	(80)
地瓜稀饭治疗流行性耳		牛的睾丸是强壮剂	…… (81)
下腺炎	…… (76)	牡蛎可解除肝功能障碍	(81)
吃肝丸子可消除疲劳	(77)	莲汁能消除酒醉后不快	(82)
五谷杂粮预防慢性病	(78)	田螺和海蛇是壮阳食物	(83)

萝卜碎绒能预防脑中风	(84)	苦酒鸡蛋清治咽喉疾患	(89)
李子消除宿醉	(85)	丹参鸡蛋治积聚结块	(90)
香味油能预防百病	(86)	鲤鱼简便食疗方	(90)
龟肉治疗恶性神经痛	(86)	鲫鱼食疗方	(91)
治疗胃下垂的食物	(87)	青鱼食疗应用	(92)
肝类能补血	(87)	葡萄食疗应用	(92)
玉米与血压	(88)	不要生吃龙虾	(93)
绿豆蛋清治感冒高热	(88)	鹿的食疗价值	(94)
白酒白糖鸡蛋治湿泻	(89)	乳鸽的食疗效用	(96)
巴豆鸡蛋治乳痈肿痛	(89)	鹌鹑的食疗效用	(97)

第4章 为身体失调提供妙方

温水浴可治失眠	(98)	冷气铜板根治凸出的肚脐	(104)
熬夜的绝招	(98)	撞伤后遗症的自我疗法	(105)
气力充实法	(99)	棍子可治严重的肩酸	(106)
体力的制造	(99)	治便秘的烧酒疗法	(107)
促进头部血液循环法	(100)	吃药不如十秒钟指压	(108)
防止苦夏	(100)	腹部胀气宜作立式骑马	
舌头体操	(101)	体操	(108)
腹部有锻炼	(102)	治疗失眠法	(109)
肝脏的锻炼方法	(102)	小虫进入耳孔怎么办	(110)
以臀部坐垫来治痔疮	(103)		
治气喘的秘诀	(103)		

第5章 名家妙方、偏方

感冒·····	(111)	胃癌·····	(135)
支气管炎·····	(112)	食道癌·····	(136)
肺炎·····	(113)	肠癌·····	(136)
肺结核·····	(114)	乳腺癌·····	(137)
冠心病·····	(115)	肝癌·····	(138)
高血压病·····	(116)	子宫癌、宫颈癌·····	(139)
胃及十二指肠溃疡·····	(118)	小儿感冒·····	(139)
胃下垂·····	(119)	麻疹·····	(140)
肠炎·····	(120)	百日咳·····	(141)
痢疾·····	(121)	疳积·····	(141)
便秘·····	(122)	消化不良·····	(142)
病毒性肝炎·····	(123)	哮喘·····	(143)
肝硬化·····	(124)	月经不调·····	(143)
膀胱炎·····	(125)	痛经·····	(144)
尿毒症·····	(126)	妊娠呕吐·····	(145)
心悸·····	(127)	口腔溃疡·····	(146)
遗尿、尿失禁·····	(128)	鼻炎鼻窦炎·····	(147)
糖尿病·····	(129)	鼻出血·····	(148)
关节炎·····	(130)	中耳炎·····	(149)
急性阑尾炎·····	(131)	急慢性咽炎·····	(150)
疖·····	(132)	急性传染性结膜炎·····	(150)
褥疮·····	(133)	口臭·····	(151)
腰痛·····	(134)	牙痛·····	(152)

急性扁桃体炎·····	(152)	雀斑黄褐斑·····	(157)
麦粒肿·····	(153)	毛囊炎·····	(157)
荨麻疹·····	(153)	神经性皮炎·····	(158)
带状疱疹·····	(154)	皮肤瘙痒症·····	(159)
扁平疣、寻常疣·····	(155)	鸡眼·····	(159)
白癜风·····	(156)	健身、美容·····	(160)

第1章 取材于家庭的偏方

魔芋可治疗肾脏病

由于肾脏病只有令人觉得懒倦的自觉症状,所以人们往往会疏忽,使疾病恶化。

这种疾病就算是到医院去接受治疗,顶多是接受尿的检查和拿药回来吃而已,因此,较多数的病患者经过一段时间后,由于病情无法改善就停止了就诊。

对这种慢性的肾脏病患者,应食用魔芋。

魔芋的烹调可依自己的喜好而加以改变。既可制成黑轮(豆腐、魔芋、芋头等穿成小串加糖和酱油煮的),也可与猪肝一起煮,或是和生鱼片一起吃。总之,一天至少要吃两块。因为每天都要吃,煮法须要动一点脑筋,经常加以变化。只要你坚持不懈,就能收到良好的效果。

松叶可降血压

松叶与血压,有着不可分割的密切关系。想降低血压的

话,不妨喝喝松叶汁,

松叶汁的制作方法是,把松叶洗干净后切短,在研钵中把松叶磨碎,再以纱布加过滤。制成的松叶汁在饭前服用。

假如你担心动脉硬化的话,不妨嚼嚼刚长出来的嫩松叶,并将松叶汁喝下。松树是在春天至夏天这一段时间里长出嫩叶的、因此,在这期间,每天嚼五十根左右的话,能够收到良好的效果。

用从松叶中抽出的精液对肩膀进行皮下注射的话,肩膀酸痛的症状就会消失。

大蒜可以治脚癣

大蒜具有强有力的杀菌力。根据实验的结果,大蒜所含有的有效成分之蒑油,稀释 8000 - 10000 倍,仍然具有杀死链球菌、葡萄球菌、赤痢菌、大肠菌等细菌的力量,它对于结核菌也有效。专家们认为把链霉素和大蒜并用时,能够得到双倍的效果。

由于大蒜具有强力的杀菌力,因此,它的用途就不退于食用,比方说,脚癣的治疗,在治疗初期,把大蒜磨碎后涂在患部,持续涂数天的话,能够收到良好的效果。

青葱、莲藕、老姜可治感冒

对于轻度的感冒,大家都知道青葱很有效,这是因为它能使患者发汗,于葱也能促进头脑的功能,治疗便秘。由于青葱

具有一种特别的味道,有许多人不敢生吃,不敢生吃的人,不妨放在豆酱里面一起吃就容易吃了。

莲藕的节以及黑色的根部分,对于感冒有效。以擦菜板把它磨碎,顺便也把老姜磨碎后搅拌在一起,放一点热开水来喝。如果加添一些蜂蜜的话,更容易喝。

老姜也与莲藕的节同样,把一个节的部分加以磨碎后,倒一杯热水冲一下就可喝了。

磨碎后晾干的就是中药所称的干姜。

香菇可降胆固醇

虚弱体质的人,只要每天喝一杯香菇汁就能够耐住绝食。

香菇对于平常容易疲劳或是食欲减退的人有一定的功效。

香菇具有降低胆固醇和血压的作用,对于中老年人来说,它是一种不可缺少的健康食物。

香菇的吃法有炒、煮、蒸等各种吃法,不过,无论哪一种吃法,应使用晒干的香菇,经过日晒的香菇才含有大量的维他命D。

大蒜浴祛除神经疲劳

上班族面对的七大强敌是,神经疲劳、脚气、痔疮、感冒、腰痛、精力减退、胃肠障碍等,无论哪一种都很难缠。

而能够轻易地击退它们的只有大蒜浴。一个蒜头去除皮

后敲碎放在水里。这可以渗出多量硫黄成分,感觉上很像在洗温泉。

对于长时间穿鞋而起的脚气及因常喝酒、打麻将而产生的痔疮也有效,因大蒜的母体化合物蒜头素有杀菌作用,亦即大蒜浴可净化皮肤。

至于大蒜杀菌作用的主角蒜头素、对各种微生物即使只有十万分之一的浓度仍旧能产生效果,所以大蒜浴能充分发挥其治疗与预防的威力。大蒜以可沿用七天左右。

大蒜水用来洗头同具效果。所谓“常患感冒者难出人头地”大蒜的成分正可以防止感冒,使侵入的滤过性病毒难以存活。

露营时应该每个人都放片大蒜在口袋里,如此要是被咬伤,可敷在伤口上,再赶紧送去医院。大蒜中的蒜头素具有强力解毒作用,应急处理时可发挥其功效。

除蝮蛇之外,大蒜对被毒虫咬、或是头痛、牙痛、生理痛、腹痛等也效。被树枝或草尖刺到眼睛时,可在眼脸上敷上大蒜细丝。

丝瓜可以治疗气喘

因为痛殴、快感、气喘、精神震撼等而失神的话,用一只手托住下颚、另外一只手成刀状在肋骨间上下轻敲、即在骨与骨之间轻敲勿过于用力。

气喘可用丝瓜水,因气喘的失神是支气管狭窄所引起的,所以难以预知何时会复发,因此宜饮用丝瓜水来作根本的治

疗。

丝瓜也可在阳台上栽植。用剪刀将茎剪断,插入啤酒瓶里,里面就会累积成丝瓜水,这是治疗气喘的特效药。

风湿可用丝瓜叶。风湿好像是气喘同伙似的,治疗风湿是将叶子磨碎再加入醋拌成稠状再涂于患部即可。无论何种因素引起的失神,处理时以保持安静为首要条件。

腌菊酒治肝硬化

南瓜是治肝病的特效药,是含有丰富的磷、钾、叶红素及钙等养分的菜,每天吃一点也可防止酒害。

两者药效相同。肝硬化被医生放弃认为无法医好时,只有靠南瓜来治疗,煮或烧均可,但最大前提是必须停止喝酒。

将黄菊花瓣浸到装满酒的瓶子里,再放进一些干梅,然后密封起来,大约一个月后即可饮用,每天喝一点即可产生效果,此外枸杞酒也极佳,只是必须放置三个月后始可饮用,速度没有那么快,净血作用却很强。

十一月是枸杞果的采收期,将累累的红色果实晒干后,泡浸 30°以上的烧酒,每天喝两杯可以恢复健康。

枇杷、梅子、杏树防癌

因为癌症无法医治,演变成“学者为之而乐、患者为之受苦,而医者与制药厂商为之雀跃不已”的局面,若有癌症遗传倾向的家族,为了自卫最好能种三种树木,那就是枇杷、梅

子和杏树,因为它们含有抗癌的维他命 B₁₇。

枇杷是应用它的叶子,而梅和杏则是采其种子内的果核,古代印度佛教医学中所提的“无忧扇”就是指枇杷。它的用法颇多,可以用枇杷叶煮汤来喝,或是用来敷患部,也可用大量的叶子来洗枇杷浴,用枇杷叶作针灸,而枇杷的果实和种子核也可食用。干燥的枇杷若制成果酱则终年均可食用。

南美各国及其他等 37 个国家均已确认了枇杷的功效,鼓励患者多加应用,为了保全自己宝贵的生命,大家不妨试试其功效。

杏仁和梅核同样具有效果,不过为了怕其中含有青酸,还是食用腌渍过的种子为佳,而分量上也要注意,因此还是视其为预防癌症的食品为佳。

蜗牛可治疗肾脏病

身体疲倦、四肢无力等都可算是肾脏病的信号,因为没有特别疼痛之处,不会引人注意,但是如此耽误下来,可能变得更加严重。尿液混浊就是危险信号。

肾脏是负责将血液中的多余物质排泄出来,使好的血液重新流通至全身,所以如果肾脏机能有了毛病,就无法发挥选择和再吸收的作用,身体自然会衰退下来。

喝酒不仅对胃、肝脏有影响,而且也会损害肾脏,在年终时,入院的病患激增就是这个缘故,另一方面也是受到寒气的影

响。

蜗牛的疗效是很引人注目的,法国料理中就有这一道名

菜,将生蜗牛用直火烧,其要领是烧烤螺的外壳,吃法则是将蜗肉串起来食用,也有的是烧过后再晒一下太阳然后煮汤吃。蜗牛的种类非常多,不过无论哪一种均可,但是必须连续服用才有效。

除了调理保存之外,也可以设笼子大量饲养,若是顾虑治疗费太昂贵,则可以到全国各地去采集,较为省钱。

食用时严禁加任何调味料。

几种感冒症状治疗法

对感冒的对策——初期=(一)以碎葱和生姜汁加一个干梅,再注入热开水后饮用,如果不用干梅也可用味噌代替。(二)鲤鱼的生血。(三)干橘皮和黑豆一起煮。

中期=(一)橘子捣烂煮黑再加热开水。(二)萝卜、生姜、莲子等各种汁混在一起,再加干梅一个煮成热汤。(三)大蒜切成细丝沾奶油吃。

末期=(一)吃一种猴子很爱吃的青苔植物,那是种强精保健食品,必须煎过后再服用。(二)蛭螭。医生已束手无策的肺炎可用这个治疗,无论生的或调理过的均须用热水烫过然后使用。(三)在临终危急之时有起死回生的干只蚯蚓疗法,煎服大量的蚯蚓,并可涂抹于患部。

恢复期=(一)肉、人参、大蒜、马铃薯煮成浓汤,汤和菜类可以吃,饭后并吃木瓜,因木瓜能使强力消化酵素产生作用,若无木瓜,则用萝卜或无花果代替。(二)薏仁(带壳)浓汤。(三)干梅烧黑。