

农民保健读物

农村中医单验方500首

刘启庭 范奉友 刘 荔 主编



9.5

人民卫生出版社

(京)新登字081号

图书在版编目(CIP)数据

农村中医单验方500首/刘启庭等主编. —北京: 人民卫生出版社, 1994

ISBN 7-117-02130-6

I. 农… II. 刘… III. ①单方(方剂学)-中医学②验方-中医学 IV. R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字(94)第06651号

农村中医单验方500首

刘启庭等主编

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

北京市卫顺印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米32开本 7 $\frac{1}{2}$ 印张 161千字

1994年8月第1版 1994年8月第1版第1次印刷

印数: 00 001—7 000

ISBN 7-117-02130-6/R·2131 定价: 7.40元

《农村中医单验方500首》编委会

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| 主 编 | 刘启庭 | 范奉友 | 刘 荔 |
| 副主编 | 陈宪民 | 蒋金良 | 高广生 |
| | 高松山 | 宋会都 | 孙殿浩 |
| | 王晓屏 | 范立荣 | 王克夔 |
| | 刘 炎 | | |
| 编 委 | 刘启庭 | 刘 荔 | 王晓屏 |
| | 范立荣 | 宋会都 | 孙殿浩 |
| | 王克夔 | 陈宪民 | 高松山 |
| | 刘丰华 | 栾德远 | 晏庆德 |
| | 徐致修 | 蒋金良 | 高广生 |
| | 林茂法 | 刘 炎 | 刘世荣 |

序

俗话说，“单方气死名医”。单方是群众创造的以单味药为主的民间医疗经验。验方是屡试屡效的无名医的处方。它们都具有简、便、验、廉的优点。验方也有署名的，名贵的验方集也出了不少，但那已经是入于大雅之堂的学术结晶了，与一般而言的单方验方是不一样的。例如治疗毒蛇咬伤，最早积累经验的是原始的先民们，后来是辛勤耕作的农民，又后来出现一些捕蛇专业户。江浙一带叫“捉蛇叫化子”。他们治疗蛇咬伤的经验曾经令医学院校的教授们大为吃惊。这就是实践出真知。从实践上升到理论，从单方发展成复方，从民间走向医学殿堂，这是中医药学走过的道路。尽管这种知识的原始积累过程既漫长而又曲折，花的代价太大，死的人流的血都不少，目前在某些范围内正在被现代实验手段所补充或替代，但仍不失为一条中医药学发展的最初的泉源。我多次讲过，民间的医疗经验，单方验方，是中医药学术发展的源头活水，就是从这个意义上讲的。现在有的人上了中医药院校，有了一定的理论水平，就看不起民间的单方验方了，这是大可不必的。民间的创造难免粗浅，却是知识的矿藏，只要做一番去伪存真、去粗存精的工作，并加以整理、验证、总结、提高，是完全可以找到学术的纯金的。

《农村中医单验方500首》一书是作者从农村卫生调查中搜集到的近千个单方验方中整理出来的，其药源广，取材易，是向农村推荐的中医药适宜技术的一部分，值得提倡，且乐为之序。

诸国本

1994年4月18日

前 言

民间单验方是我国劳动人民与疾病作斗争中，运用当地常见常用的花草、树叶、根枝、子果、虫兽、畜禽、粮油等中的一味或多味配合自防自治的经验结晶，它不仅能治疗小病新疾，使之早日康复，也能治疗一些久治不愈的顽症痼疾，而且药源丰富，唾手可取，方便及时，在民间流传已有几千年的历史。为使其发扬光大，能代代相传，造福于人民，我们在这次对“中医药在农村初级卫生保健中的作用”课题的调查论证中搜集了近千个群众屡用有效的单验方，并参阅有关资料从中整理出民间单验方500首，作为农民在实施初级卫生保健防病治病之用。

本书编写意在实用，所用之物皆为当地农民易找易得的天生地长之物，以单味使用为主，对繁杂的配方或少见或专种专养之物，一般不作或少作介绍。治疗病种以常见病多发病为主，共列104种分别以内、外、妇、儿、皮肤、五官、中毒、肿瘤等科分类，采用一病多方主次分明的方法进行介绍。这104种疾病所列单验方共计1013首，除去重复的(因同一个单验方可用于多种疾病的治疗)之后，本书共介绍500首单验方，所以命名为《农村中医单验方500首》。此外，附录还对500首单验方中所涉及到的每一味药物的性味、功能、主治、用法等知识做了简单的介绍，更便于广大农民读者掌握应用这些单验方去养生保健治病。

本书的读者对象是广大农民及乡村初级卫生保健人员，文字通俗易懂，一般初小文化程度皆能看懂学会。书中对每

种病的主要症状作了扼要介绍，使其使用有目的性和针对性，以免误治错用，然后对每方药的主治功效和用法再作简要介绍，这样才能保证药症相符，用法得当，疗效确切。

使用单验方应注意以下几点：一、要用早用好，有些病一旦失去治疗时机再治疗就无效了；二、要药症相符，要随症选方，不要盲目使用；三、要切记药物用量及用法，特别是有毒药物如斑蝥、癩蛤蟆等切不可多用；四、只要药症相符就要坚持使用，不要用1~2次无效就停用；五、使用单验方不要停止其他治疗。

本书在编写过程中，承蒙国家中医药管理局诸国本副局长长予以审定，提出了许多宝贵意见，并为之作序，对此表示衷心谢忱。

由于水平所限，错误之处再所难免，望广大读者批评指正。

目 录

内 科

- 一、感冒·····(1)
- 二、咳嗽·····(3)
- 三、咳血·····(5)
- 四、喘证·····(8)
- 五、头痛·····(10)
- 六、眩晕·····(12)
- 七、失眠·····(14)
- 八、胃痛·····(16)
- 九、恶心吐酸·····(18)
- 十、呕吐·····(19)
- 十一、呃逆·····(21)
- 十二、胸胁痛·····(22)
- 十三、腹胀·····(24)
- 十四、腹痛·····(25)
- 十五、腹泻·····(26)
- 十六、痢疾·····(29)
- 十七、便秘·····(32)
- 十八、便血·····(34)
- 十九、尿血·····(37)
- 二十、尿痛·····(38)
- 二十一、乳糜尿·····(41)
- 二十二、小便不通·····(42)
- 二十三、遗尿·····(44)
- 二十四、水肿·····(45)

- 二十五、遗精·····(48)
- 二十六、阳痿·····(49)
- 二十七、腰痛·····(51)
- 二十八、四肢关节痛·····(53)
- 二十九、手足麻木·····(55)
- 三十、癫痫病·····(56)
- 三十一、癫狂·····(58)
- 三十二、消渴·····(60)
- 三十三、半身不遂·····(63)
- 三十四、口眼歪斜·····(64)
- 三十五、汗病·····(65)
- 三十六、蛔虫病·····(66)
- 三十七、蛲虫病·····(68)

妇 科

- 三十八、痛经·····(70)
- 三十九、月经不调·····(72)
- 四十、带下病·····(75)
- 四十一、崩漏·····(78)
- 四十二、阴痒·····(82)
- 四十三、产后腹痛·····(84)
- 四十四、产后发热·····(85)
- 四十五、缺乳·····(86)
- 四十六、乳腺炎·····(88)
- 四十七、乳头皲裂·····(90)
- 四十八、流产·····(91)

儿 科

- 四十九、百日咳·····(93)
五十、麻疹·····(96)
五十一、疳腮·····(97)
五十二、小儿脐风·····(99)
五十三、小儿口疮·····(100)
五十四、小儿疳积·····(101)
五十五、小儿呕吐·····(103)
五十六、小儿腹痛·····(103)
五十七、小儿腹泻·····(105)
五十八、小儿脱肛·····(107)

外 科

- 五十九、疮疡初起·····(108)
六十、外伤出血·····(110)
六十一、跌打损伤·····(112)
六十二、烧烫伤·····(114)
六十三、冻伤·····(117)
六十四、虫兽蜇咬伤·····(119)
六十五、痔疮·····(123)
六十六、丹毒·····(126)
六十七、疔疮·····(128)
六十八、脉管炎·····(131)
六十九、骨髓炎·····(131)

五 官 科

- 七十、砂眼·····(134)
七十一、麦粒肿·····(134)
七十二、红眼病·····(136)

- 七十三、夜盲·····(137)
七十四、耳痛耳脓·····(137)
七十五、鼻塞流涕·····(139)
七十六、鼻出血·····(139)
七十七、咽喉痛·····(142)
七十八、声音嘶哑·····(145)
七十九、牙痛·····(146)
八十、牙出血·····(148)

皮 肤 科

- 八十一、荨麻疹·····(149)
八十二、皮肤痒疹·····(152)
八十三、带状疱疹·····(155)
八十四、痒癣·····(155)
八十五、秃疮·····(158)
八十六、黄水疮·····(160)
八十七、鸡眼·····(162)

中 毒 急 救

- 八十八、中暑·····(163)
八十九、煤气中毒·····(165)
九十、酒精中毒·····(165)
九十一、砒中毒·····(166)
九十二、煤油中毒·····(167)
九十三、河豚鱼中毒·····(167)
九十四、卤水中毒·····(167)
九十五、误吞异物·····(168)

肿 瘤

- 九十六、乳腺癌·····(170)
九十七、肺癌·····(171)

九十八、肝癌·····(172)
九十九、胰腺癌·····(173)
一〇〇、食道癌·····(174)
一〇一、胃癌·····(177)

一〇二、肠癌·····(178)
一〇三、子宫颈癌·····(180)
一〇四、白血病·····(181)
附 药物性味功能主治简介

内 科

一、感 冒

感冒又称伤风，一年四季皆可发生，临床表现以鼻塞、流涕、喷嚏、咳嗽、头痛、恶寒发热、全身不适为特征，严重者可引起广泛流行，称流行性感冒。

方一 生姜 15 克，大葱头连须 5 个，红糖少许。

主治：伤风感冒，头痛发热。

功效：解表发汗。

用法：煮水温服，稍发汗。

方二 干葱 1 根。

主治：伤风感冒，恶寒发热。

功效：发汗解表。

用法：用火烧熟，去皮，入碗内捣烂，开水冲服，稍发汗则愈。

方三 红皮萝卜 100 克，生姜 1 块，胡椒面少许。

主治：伤风感冒。

功效：散寒解表。

用法：煮水温服，稍发汗。

方四 芦根、桑叶各 30 克。

主治：风热感冒。

功效：疏风清热。

用法：水煎服，每日 1 剂，2 次分服。

方五 藿香 15 克，绿豆 60 克。

主治：暑湿外感。

功效：解暑发表。

用法：水煎服，每日1剂，代茶饮。

方六 生石膏、滑石各30克，甘草10克。

主治：暑天外感。

功效：清热解暑。

用法：水煎服，每日1剂，代茶饮。

方七 山楂15克，绿豆60克，冰糖15克。

主治：秋冬感冒。

功效：清热，解表。

用法：水煎服，每日1剂，2次分服。

方八 苦瓜2条。

主治：感冒发热。

功效：清热祛邪。

用法：取内瓢煮熟服。

方九 苏叶12克，葱头3个。

主治：感冒风寒。

功效：发表散寒。

用法：水煎服。

方十 大青叶50克。

主治：感冒风热。

功效：清热解毒。

用法：水煎服。

方十一 鲜鱼腥草50克。

主治：感冒。

功效：清热解毒。

用法：捣汁，冲蜂蜜服。

方十二 荆芥、苏叶、贯众各6克。

主治：预防流感。

功效：疏风散热，清热解暑。

用法：水煎服。

二、咳 嗽

咳嗽是肺及支气管病变的常见症状，常由伤风感冒所引发，亦可因其他脏器虚损而引起。

方一 生姜30克，红糖少许。

主治：风寒感冒咳嗽。

功效：散寒、宣肺、止咳。

用法：水煎服，4小时1次，连服3~5次。

方二 苏叶15克，杏仁12克。

主治：风寒咳嗽，吐痰稀白。

功效：散寒宣肺，止咳化痰。

用法：水煎服，4小时1次。

方三 苏叶15克，芦根30克。

主治：外感咳嗽，痰黄，低热。

功效：散寒清热，宣肺止咳。

用法：水煎服，4小时1次，连服3~5次。

方四 黄芩15克；鱼腥草30克。

主治：肺炎发热，咳嗽痰多。

功效：清肺化痰。

用法：水煎服，4小时1次，连服3~5次。

方五 侧柏叶30克。

主治：咳嗽阵作。

功效：清肺化痰。

用法：水煎温服，代茶饮。

方六 桑树根白皮 20 克，地骨皮（枸杞子根皮）30 克。

主治：咳嗽口干，咽喉刺痛。

功效：泻肝火，清肺热。

用法：水煎服，每日 1 剂，2 次分服。

方七 旋复花 15 克，瓜蒌 1 个。

主治：胸闷咳嗽，痰多稀白。

功效：开胸宣肺，止咳祛痰。

用法：水煎服，每日 1 剂，4 次分服。

方八 马兜铃 15 克。

主治：肺热咳嗽，痰中带血。

功效：清热化痰止咳。

用法：水煎代茶饮，4 小时 1 次。

方九 山药 30 克，半夏 10 克，生姜 3 片。

主治：脾虚咳嗽，吐痰稀多，口内粘浊。

功效：健脾、化痰、止咳。

用法：水煎服，每日 1 剂，2 次分服。

方十 百合 30 克，冰糖 10 克。

主治：老年肺虚咳嗽，痰少，憋喘。

功效：补肺平喘。

用法：水煎服，每晚 1 剂，连服 10 天。

方十一 核桃仁 15 克，甜杏仁 10 克，大枣 7 个。

主治：肾虚咳喘，晚上加重。

功效：温肾、定喘、止咳。

用法：每晚水煎服。

方十二 红萝卜 1 个。

主治：老年慢性咳嗽。

功效：润肺化痰。

用法：切片，香油炸吃。

方十三 胡萝卜 2 个。

主治：老年体虚咳嗽憋喘。

功效：补虚润肺。

用法：切片，香油炸吃。

方十四 蜂蜜 50 克，香油 25 克。

主治：老年咳喘便秘。

功效：清肺润肠。

用法：每日晨起开水冲服。

方十五 梨 1 个，冰糖 15 克（或蜂蜜 50 克）。

主治：干咳无痰。

功效：润肺化痰。

用法：每晚水煮温服，连服 10 天。

方十六 天萝水（丝瓜藤从根切断，将上段放瓶内流下的汁液）100 毫升，蜂蜜 30 克。

主治：老年慢性气管炎。

功效：清肺化痰。

用法：混匀煮开，每晚 1 次，连服 1 个月。

三、咳 血

咳血常见于支气管扩张、支气管肺炎、肺脓疡、肺结核等呼吸系统病变中，也可见于心血管系统及全身性疾病。血色呈粉红色泡沫样，痰中带血，或见大口涌鲜红色血液。咳血前常伴有喉部刺痒感。

方一 侧柏叶炭、野地黄根各 30 克。

主治：肺热咳嗽，吐痰带血。

功效：清肺、凉血、止咳。

用法：水煎服，每日1剂，4次分服。

方二 地骨皮30克，百草霜（锅底灰）10克。

主治：气管炎发热，咳嗽吐血。

功效：清热凉血止咳。

用法：水煎服，每日1剂，2次分服。

方三 芦根、茅根、蒲公英各30克。

主治：发热咳嗽，吐痰带血（肺炎吐血）。

功效：清热凉血止血。

用法：水煎服，每日1剂，4次分服。

方四 芫荽、冬瓜仁、旱莲草各30克。

主治：肺脓疡初期，发热咳嗽，胸痛吐痰带脓血。

功效：清肺化痰，凉血止血。

用法：水煎服，每4小时服1次。

方五 山药50克，阿胶15克。

主治：肺脓疡后期吐痰带血。

功效：补肺、止血。

用法：将山药煮烂捣泥，入阿胶烱化服，每日1剂，连

服10天。

方六 鲜大、小蓟各100克，血余炭10克。

主治：支气管扩张，咳嗽大口吐鲜血。

功效：凉血化瘀止血。

用法：水煎大小蓟，冲服血余炭。

方七 百部15克，阿胶12克。

主治：肺结核，长期咳嗽，吐痰带血丝。

功效：补肺止咳止血。

用法：百部煎水，冲化阿胶，每日2剂，4小时服1次，

连服 10 天。

方八 蒲黄炒炭 3 克。

主治：咳嗽吐血，久治不愈。

功效：化痰止血。

用法：开水冲服，4 小时 1 次，连服 5 天。

方九 藕节炒炭 50 克，陈棕炒炭 10 克，鲜茅根 30 克。

主治：咳嗽吐血。

功效：凉血化痰止血。

用法：水煎服，每日 1 剂，4 次分服。

方十 仙人掌 100 克。

主治：咳血。

功效：祛风清肺，活血清热。

用法：切片，加白糖水煎服。

方十一 鲜芥菜叶 200 克。

主治：肺癆咳血。

功效：清热凉血，宣肺豁痰。

用法：捣汁，冲开水服。

方十二 仙鹤草、旱莲草各 50 克。

主治：咳血日久。

功效：滋阴、凉血止血。

用法：水煎代茶常饮。

方十三 旱莲草 60 克，白茅根 45 克。

主治：咳血日久。

功效：滋阴养血，凉血止血。

用法：水煎 2 次分服。

四、喘 证

喘证以发作性呼吸困难，甚则张口抬肩、鼻翼扇动、不能平卧为特点。多因外感或气候环境的变化引起发病。

方一 鲫鱼 250 克，姜半夏 50 克。

主治：咳喘痰多。

功效：燥湿化痰，行气平喘。

用法：鱼去肠杂，瓦片上烤干，配姜半夏共研末，每日 2 次，每次 6 克，冲服。

方二 乌贼鱼骨 15 克。

主治：喘促多痰。

功效：敛肺止喘。

用法：焙干研细，红糖水冲服。

方三 地龙干 100 克。

主治：咳喘痰多。

功效：清肺平喘。

用法：焙干研粉，每服 3 克，日服 2 次。

方四 白僵蚕（感染白僵菌病死的蚕）5 条。

主治：咳喘痰多。

功效：化痰平喘。

用法：姜汁内浸透，晒干，瓦上焙脆，和入细茶适量，共研末，开水送服。

方五 茄梗 30 克（霜后的好）。

主治：哮喘轻发作。

功效：理气平喘。

用法：水煎加白糖服。

方六 鸡蛋 1 个，醋 100 克。