

家庭实用 保健自疗验方秘方

800 例 詹天佑 编著



陕西人民出版社

發掘祖國醫學

潛力為民造福

為家用治病驗方八百條出版
而是

甲戌年初夏呂炳奎



治病救人
實用驗方

祝謹予



百草原可助精神
秘方驗方費
搜尋患者服後解痛
苦感謝
世上有心人
趙吉軒
一九九三年
五月廿三日

序 言

《家庭实用保健自疗验方秘方 800 例》，是詹天佐先生 1981 年离休以后，经过十多年的广泛收集、整理、分类、筛选，编写出适合广大山区农村应用的八百多条自选自疗治病验方、秘方集。对于城镇普通群众家庭调理保健自疗也很适用。

詹天佐先生的父亲詹忠茂，善于收集民间治病验方，给人治病。他本人深受父亲的影响，也热心医疗知识的学习。从 1958 年开始，他用工余时间，着手钻研按摩知识，学习针灸知识，以及对中草药的研究。他女儿詹安玲患的严重少年白发病（14 岁就一半白发），经他用何首乌、蜂蜜等配方调治，经过半年多的时间，奇迹出现了，原来的白发，已被黑发代替，女儿也参

了军。他对自身的各种大病，自己调治竟收到了意想不到的奇迹般的效果。比如：1958年他患严重肝硬化，在省上两家大医院治了一年多无好转。以后他就专用蜂蜜、大枣、核桃仁、白木耳长期调治，现已三十多年了，他的肝硬化病基本消失；又如：1982年他患左眼严重的白内障，什么也看不清，点了四年日本的法可灵，医院也看了多次，一点效果也没有。以后经他自己调治，每天坚持按摩眼穴位三次，连转眼球三次200下，也真奇，他左眼复明了；再如他1986年患了一场半身不遂大病，住院治疗两个月，出院后作过15次针灸，效果不大理想，他就下决心自己按摩，自己针灸，也出现奇迹！现在他行动可以自如。这些可喜的收获，是和詹天佐同志潜心钻研、实践医学知识是分不开的。詹天佐同志是老红军战士，现年已78岁的高龄了，能编写出6万多字的这本验方秘方自疗小书，其精神是可贵的。这本书的各类处方，相信会发挥重大作用的。此书优点是取料简便廉价，易操作，疗效佳。可供同道参考，患者自选。

西京中药研究会理事梁奇石教授
西京中药研究会理事雷继文高级药师
1993年7月

前 言

毛主席多次指示：“要把医疗工作的重点放到农村去。”由于各种原因，广大农村人民的缺医少药问题，还没有从根本上得到解决。特别是广大边远山区农民的缺医少药的问题仍很突出。他们不但缺医少药还很缺钱，所以名贵药品是和他们少有缘分的，因此我将一些配伍多的大处方和名贵药品有意识地删掉了。在秦岭山区中草药到处都有，随手可取，方法简单，少花钱治大病。其中很多绝方、怪方、神奇的单方，有着药到病除的疗效。这些普通医疗知识，若为农村医生及广大农民所掌握，是大有用武之地的。

这本中草药治病验方均有来源佐证。从1981年开始，长期收集筛选，材料来源很广泛。其中很多处方是经我多次试验过的，有的处方

试验后我加以改正的，如大蒜贴足心一晚将拉肚子治好了，但足心刺激的不能走了，我将贴一晚改为六小时为好。大蒜、辣椒在眼部和阴部还应禁用。再如独角莲、瓦礫有毒不可内服均加了说明。书中不少妙方经试用真奇，如我自制用茶叶治脚上痠子、鸡眼，五次根除无一点痛苦。有些被丢的藕节是治血病的能手，如南宋高宗隐退，孝宗即位，因暴食湖中螃蟹而患了肠胃病，每日便血不止，朝中众多御医均是束手无策。以后在市民中得知藕节可治血病，用藕节汁与温酒调服不日即好。可见小方竟治了皇帝大病，真是单方气死名医呀！

这本小书的验方、秘方主要取材于中草药和人们日常生活吃用的瓜果蔬菜和调味品，无论城市、农村人们都离不了的生活必需品，取之方便，用之易行，适合农村、城市普通群众家庭。

在本书付印前，承国家卫生部中医司原司长、光明中医函授大学校长吕炳奎老先生为本书题词：“发掘祖国医学潜力，为民造福”；著名中医学教授、中国中医药学会理事、北京协和医

院教授祝谌予老先生为本书题词：“治病救人，
实用验方。”在这里特向二位老先生致谢。

詹天佑谨识

1994年5月

目 录

序言..... 梁奇石 雷继文(1)

前言..... (1)

第一部分

二十一种瓜果蔬菜调味品治病验方
..... (1)

一、调味品类

(1)大蒜治病好处多,省时省钱心中乐
..... (2)

甲 大蒜治病的十大功劳

乙 保健、医疗、营养佳品大蒜

丙 大蒜的广泛药用

(2)醋郎中有奇功,常吃常用病不生
..... (7)

甲 醋的药用价值很高

乙 醋——家庭必备好处多

丙 在治疗上醋的广泛应用

(3)盐的药用好处多,人们只知做调料
..... (10)

甲 夏日盐的妙用

乙 关于盐的熨疗法

丙 关于盐的广泛药用

二、蔬菜类 (15)

(4)萝卜平淡治大病 (15)

甲 萝卜治病的广泛应用

乙 胡萝卜的药用价值高

(5)白菜治大病,省事多功能 (19)

(6)香菇治病好,营养价值高 (20)

(7)芹菜治病好 (22)

(8)茄子入药房 (23)

(9)南瓜治大病 (24)

(10)冬瓜的药用 (27)

三、瓜果类

(11)西瓜治病验方 (27)

(12)大红枣可治大病 (28)

- (13)抗癌良药猕猴桃 (31)
- (14)花生能治多种病 (33)
- (15)柿子治病有奇效 (34)

四、豆蛋品类

- (16)绿豆是治病的良药 (36)
- (17)黑豆治病妙方 (38)
- (18)蛋类治病有功劳 (39)

五、其他类 (42)

- (19)枸杞子药用价值高 (42)
- (20)何首乌健身延年立大功 (44)
- (21)茶叶治大病 (46)

甲 茶疗十方

乙 茶疗三则

丙 茶叶治病的广泛应用

第二部分

- 二十三种病的治疗验方 (51)

一、风寒湿热疾病类 (51)

- (1)治感冒验方 (51)
- (2)治头痛验方 (53)

(3)治关节炎验方	(53)
二、心血管疾病类	(56)
(4)治心脏病验方	(56)
(5)治高血压病验方	(58)
(6)治糖尿病验方	(60)
(7)治白发病验方	(62)
三、内外伤科疾病类	(63)
(8)治跌打损伤药方	(63)
(9)治伤口不愈合验方	(65)
(10)治各种出血病验方	(67)
(11)治毒虫咬伤验方	(69)
四、消化系统疾病类	(71)
(12)治胃病验方	(71)
(13)治腹泻验方	(73)
(14)治咽喉病验方	(75)
五、呼吸系统疾病类	(77)
(15)治气管炎病验方	(77)
(16)治鼻病验方	(80)
六、皮肤科疾病类	(81)
(17)治鸡眼、瘰子病验方	(81)

(18)治各种癰疮病验方	(83)
(19)治搔痒病验方	(84)
七、其他疾病类	(87)
(20)治癌病验方	(87)
(21)治妇女病验方	(90)
(22)治失眠病验方	(92)
(23)治小便不通病验方	(94)

第三部分

中草药治病验方、秘方、绝方	(96)
一、验方	(96)
(1)孙思邈治病验方	(96)
(2)陈成焯医师治病验方	(97)
(3)对各种疮痛的治疗验方	(98)
(4)食疗治病验方	(99)
(5)长寿食疗歌	(101)
(6)粥疗歌	(102)
二、秘方	(103)
(1)清宫治病秘方	(103)
(2)治狐臭病秘方	(104)

(3)治性病秘方	(105)
(4)治其他病秘方	(106)
三、怪方	(107)
(1)治牙病怪方	(107)
(2)治小儿病怪方	(108)
(3)治红眼病怪方	(109)
(4)治颈椎病怪方	(110)
(5)治其他病怪方	(111)
四、绝妙方	(113)
五、辨证施治疗法	(118)
(1)人尿治病的辨证疗法	(118)
(2)毒蛇咬伤的辨证施治法	(119)
(3)中草药治痢疾的辨证疗法	(120)
(4)中成药治感冒的辨证疗法	(122)
(5)蒲公英治病的辨证疗法	(123)
(6)关于心治心病的辨证疗法	(124)
(7)中风后遗症的辨证疗法	(125)
(8)哮喘病的饮食辨证疗法	(126)

第一部分

二十一种瓜果蔬菜调味品治病验方

别看这些极普通的蔬菜瓜果醋盐调和,在给人们防病、治病上会立下汗马功劳的,特别是很多验方、绝方、妙方、怪方都能起着药到病除的奇特功效。