

耿鉴庭撰著 刘慕伦整理

咽喉科传灯录

附《老残医记》

中国中医药出版社

.160.5

内 容 提 要

本书系我国著名中医耳鼻喉科专家和医史学家耿鉴庭教授著。书中详尽论述耿氏六代家传喉科治疗经验，理法、方药论证清楚，耿门传人之心得亦纳入其中。所附《老残医记》乃耿氏珍藏抄本，本《老残医记》作为刘铁云（即刘鹗，清末小说《老残游记》一书作者）笔记，其中医理多有与耿氏喉科相通之处，且可补医史，文学史之不足。

（京）新登字205号

咽喉科传灯录

耿鉴庭 著

刘慕伦 整理

•
中国中医药出版社出版

（北京市东城区新中街11号）

邮码100027 电话4652210

新华书店科技发行所发行 固安县印刷厂印刷

787×1092 16开本 14.5印张 200千字

•
1992年6月第1版 1992年6月第1次印刷

印数0001—2000册

ISBN 7-80089-124-0/R·075 定价：12.00元

本书作者耿鉴庭研究员小传

耿鉴庭老师1915年10月19日生，江苏扬州人，祖籍山东东阿县，即阿胶产地，其家适在黄河古渡口，名为耿家山口，简称耿渡。乾隆中年，黄水泛滥，家被淹没，仓猝间，其始祖树初公，偕妻携子（子即鉴庭师之高祖），沿运河堤，逃往扬州。树初公原为有知识之农民，通晓各科医疗，尤善以草药治喉闭危症，到扬后，适万寿寺住持僧得了关下喉痹的急症，已经数日，诸医束手，延树初公往诊，首先用按压穴位的以塞治塞、以结解结办法，暂缓其急迫，继用草药金锁银开，煎汤含漱，以活其血，消其水肿，清其热毒更用蜜煎导灌肠，待其稍能吞咽，又开了丹梔射郁汤清其心胞三焦之火，经过综合处理，顿使转危为安。因而能立足于扬州医林，以行医为主，兼及果蔬、园艺，并能修复古建筑。耿师之高祖有山公，曾祖松年公，均擅家传诸长，且多与地方文人相往来，因而在书法印章、绘画雕刻、文学历史、考古文物、造园古建等方面均有了一定的造诣。迁扬第四世，即鉴师之祖辈，弟兄凡七人，在各个方面的技艺均有提高。第五世，即耿师之父辈，弟兄凡八人，亦各有擅长，以鉴师之父蕉麓公能掩有先辈之众长，尤精于医，名振大江南北，发扬先世之美德，济世救人，贫不取资，解放时，年已八十，于各界人民代表会议中，被特邀为民主爱国人士之代表，歿于1951年。鉴师普承家学，继志述事，十四岁学中医，年不足廿，即能悦近来远，业务颇为发达，疗效亦甚突出，复入江苏省立医政学院进修，返扬后，对中医、西医均能团结友好，以治病救人为目的，尽力消除门户之见。

1955年，党和国家贯彻中医政策，在卫生部直属下成立中医研究院，向各省征集对医疗有专长，有真才实学，知名度较大、兼能教学与能从事科研者参加。由李涛、陈邦贤教授等提名，征调来京，参与建院之筹备工作。先后从事编写教材与编审工作。北京中医学院开院第一班的医史课，数十学时，均耿师一人所讲，颇受同学欢迎。又与北京图书馆合作，编辑了全国六十余家公立图书馆与专业图书馆的联合目录，曾担任全国中医中心图书馆的副馆长，编写了专题目录《验方书册经眼录》，又曾亲手筹组了中医古籍出版社，并担任副社长与总编辑。任中国中医研究院的研究员、学术委员会委员、专家咨询委员会委员、学位委员会委员、卫生部医学科学委员会委员、国家科委预防医学组委员、中华全国中医学会常务

理事、中国中西医结合研究会耳鼻咽喉科学会筹备委员会主任委员、《中医杂志》编委、中国《中西医结合杂志》编辑顾问。北京市人民政府专业顾问。

在医史方面，耿师为30年代学会早期的筹备人之一，曾担任经济委员会委员，1955年即担任中华医学会北京分会医史学会主任委员，1979年任中华医学会医史学会(全国性的)副主任委员、《中华医史杂志》副总编辑，并参与了《医学百科全书·医史分册》的编写，为编委会委员。曾被邀赴长沙参与了马王堆汉墓发掘中的医药考古。国务院鉴真遗象归国迎接委员会的委员，并写有《中日科技交流史上的鉴真》一书，曾参与两度重铸针灸铜人的鉴定工作，并作了开封大相国寺重铸针灸铜人鉴定验收的主任委员。

在著作方面，50年来，曾写医药历史论文约有150篇，耳鼻咽喉科专业论文约80余篇。在文物考古与地方史志方面，亦有数10篇，均登载于全国各大杂志，曾整理并撰述了《重订石室秘录》、《重订本草徵要》，编写了《中医中药防治鼻病》、《喉科正宗》等等。

晚年仍不脱离临症，从事鼻科与咽喉科，在药物中毒性耳聋治疗方面，已用中药取得了一些可贵的成绩。

受业门人 显庭刘慕伦 拜撰

一九九一年九月于京都

祝《咽喉科传灯录》问世(代序)

《咽喉科传灯录》为我国著名中医学家耿鉴庭教授继《喉科正宗》后之一部传世佳作。中医典籍通称“咽喉为肺胃之门户”，以其属扼要部位故也；《战国策·秦四》曰：“韩，天下之咽喉”，可以概知。《后汉书·华佗传》载述了华佗治疗咽喉病之经验；张仲景《伤寒论》有“少阴咽痛”应用猪肤汤、甘草汤、桔梗汤及苦酒汤辨治之论述；《金匱要略》更有半夏厚朴汤治疗“妇人咽中如存炙脔”等之记述，历代续有发展，至为珍贵。耿鉴庭教授为扬州耿氏六世传医，医名遍南北，他不仅精于咽喉科疾病之诊治，对于医学史、文献学、图书版本学及医药文物考古等的研究，均卓有成就。50年代中期以来，30余年中，我们一同在中国中医研究院共事，过从甚多，向他学习了很多中医药及医学史知识，对耿老教授之敦厚待人以及学识之渊博，深有所知，深为敬佩；他是我国当代名实相符的咽喉科专家，医史学家和文献学家。本集《咽喉科传灯录》，集耿老教授治疗咽喉科之独特经验，咽喉科得效方数10首，有方、有治、有加减法，有方解，有歌诀，极为实用，十分难得，其中治疗会厌炎及声带麻痹的经验，实为其对咽喉科急难重症诊治的宝贵心得。耿老教授弟子遍及大江南北，本书载有几位跟随他学习的中医及西学中医师的临证所见，可概见一斑。本书付梓之际，耿老教授再三邀我们为其写序，我们寻思多遍，未敢云序，写此短文，祝贺耿老教授的《咽喉科传灯录》问世，并祝他健康长寿，再传医药宏论和佳著。

陈维养 陈可冀

一九八九年九月上旬

于北京西苑

目 录

一、源流略述.....	(1)
二、咽喉部位与名称.....	(3)
三、咽喉病与脏腑经络的关系.....	(4)
四、病因病机.....	(4)
五、咽喉病的防治.....	(6)
六、咽喉科专用习用药分类表.....	(7)
七、咽喉科用药特写.....	(10)
(一) 金莲花.....	(10)
(二) 陈萝卜英.....	(13)
(三) 金锁银开.....	(18)
(四) 土牛膝 附：杜牛膝.....	(19)
(五) 金果榄.....	(21)
(六) 鸭跖草.....	(22)
(七) 菰米.....	(22)
(八) 青囊.....	(23)
(九) 立雪札记 (枳壳花、腊梅花的药用价值)	(24)
八、咽喉病名之概述.....	(25)
(一) 咽关肿痛.....	(25)
(二) 咽关及悬雍生疮.....	(26)
(三) 喉蛾肿痛.....	(26)
(四) 喉痛、喉疔与喉疔.....	(31)
(五) 咽喉不利.....	(34)
(六) 喉痹 (急症关下喉痹)	(36)
(七) 喉痛声嘶或失音.....	(36)

- (八) 白喉..... (37)
 (九) 喉痧 (烂喉痹痧) (37)

九、咽喉科诸症内服验方歌诀

- (一) 咽关红肿疼痛方..... (39)
 (二) 咽关及悬雍水肿方..... (40)
 (三) 咽关及悬雍生疮方..... (41)
 (四) 悬雍与上腭焰肿方..... (42)
 (五) 悬雍血泡与下垂..... (43)
 (六) 慢症——咽关红紫欠爽方..... (44)
 (七) 两厢中病患来势急者三方..... (45)
 (八) 或急或慢之兼症方..... (46)
 (九) 慢症喉蛾方..... (47)
 (十) 喉痛方 附：喉疔方..... (49)
 (十一) 咽喉不利方..... (51)
 (十二) 急症关下喉痹方..... (52)
 (十三) 喉痛声嘶或失音方..... (53)
 (十四) 喉风方..... (54)
 (十五) 白喉方..... (55)
 (十六) 喉痧方 附：验方本事——香苏抑气丸..... (57)

十、喉蛾并发历节痹外治二十八法

- (一) 敷 法..... (63)
 (二) 热敷法..... (65)
 (三) 掩法..... (66)
 (四) 包法与裹法..... (67)
 (五) 贴法..... (69)
 (六) 发泡敷贴法及引赤敷贴法..... (70)
 (七) 涂法、擦法、搽法、抹法、揩拭法..... (71)
 (八) 摩法..... (72)
 (九) 揉搓法..... (72)
 (十) 拍法..... (73)
 (十一) 洗浴法与浸法..... (73)

(十二) 先蒸(薰)后泡(渍)及先蒸后洗法	(75)
(十三) 蒸法	(76)
(十四) 薰法	(77)
(十五) 水火并用薰蒸法	(78)
(十六) 薰嗅法	(78)
(十七) 烤法、烘法	(79)
(十八) 烫灼法	(80)
(十九) 灸法	(80)
(二十) 拔法, 覆盖法	(81)
(二十一) 熨法、灼法	(82)
(二十二) 垫法	(83)
(二十三) 衣着法	(83)
(二十四) 药材作器物使用法	(84)
(二十五) 晒法与遮隔晒法	(84)
(二十六) 人气透入法	(85)
(二十七) 远隔部位外治法	(85)
(二十八) 相反相成法	(85)

十一、其它

(一) 清宫药具——蒸熏器	(86)
(二) 治疗喉科急症的勒法	(89)
(三) 谈一点切脉方法与必要知识	(89)
(四) 丹梔射郁汤的来源、实践、认识	(92)
(五) 扬州耿家巷记	(93)
(六) 扬州耿氏六世传医	(100)
(七) 源远流长的扬州耿氏喉科	(103)
(八) 书中自有活人术	(104)
(九) 疔腮民间方选	(106)

十二、传灯附录

(一) 耿鉴庭老中医治疗咽喉病的宝贵经验	(128)
(二) 咽喉吹药漫谈	(132)
(三) 应用二子二石汤治疗喉病的体会	(133)

(四) 喉科吹药163方分析·····	(135)
(五) 中药治疗慢性咽病108例病案分析·····	(140)
(六) 扬州耿氏用药特色·····	(145)
(七) 耿鉴庭老中医治疗喉疾经验介绍·····	(146)
(八) 中药治疗急性会厌炎的疗效观察·····	(148)
(九) 丹栀射郁汤治疗急性会厌炎的观察·····	(150)
(十) 丹栀射郁汤验证初步体会·····	(152)
(十一) 急性会厌炎120例分析报告·····	(154)
(十二) 气象条件与急性会厌炎的关系·····	(157)
十三、特载：老残医记·····	(160)
(一) 引言·····	(160)
(二) 传略·····	(160)
(三) 游记略考·····	(161)
(四) 学医渊源·····	(161)
(五) 行医事迹·····	(161)
(六) 临床医案·····	(162)
(七) 各科·····	(167)
1. 内科医理·····	(167)
2. 药物方剂·····	(168)
3. 法医学·····	(168)
4. 西方医学·····	(168)
(八) 以医为喻·····	(169)
(九) 其他·····	(169)
(十) 尾声·····	(172)
十四、图版部分·····	(173)

一、源流略述

中国医药，源远流长，形成很早，它是在生活中、劳动中得出的健身、防病、却病、治病的经验，早在没有文字以前，即以口耳相传，等到逐步有了原始的文字，又慢慢演变增多起来，医药的记录，即已开始，甚至要比其它记载，更为居先，这也就是口耳相传而达到文字化的过程，所以本草言神农，内经言黄帝是能反映出一些发展情况的。

《汉书·艺文志》上，叙述“六书”的次第，也就是文字演进的类型，是“象状，象事，象义，象声，转注，假借”。从而也可看出文字发展，扩充的过程。早期的疾病名称以及体形的名称，其造字过程，以六书前面的四象为多。据现存早期文字，殷商时代的甲骨文里，如口、自（鼻）、耳、目等，都是象形。疾字则是矢著胁下，也就拿它代表了，泛指了广义的病，而疾病齐称。

甲骨文里有“疾言”的记载，就是声音发生了变化，语言发生了障碍，这是咽喉疾病的早期记载。又如“咽”、“喉”二字亦是从咽以咽物，喉以候气而来，《说文》段注云：“咽者，因也，言食因于是以上下也。”当造字之初，即是根据解剖状态，生理现象而产生，咽、喉二字正能代表性的说明问题。

在中国现存第一部医书《内经》里，对于咽喉的生理、病理有许多的论述和一些零星记载。如“咽喉者，水谷之道路也，喉咙者，气之所上下者也。”同时也谈到了悬雍与会厌，很符合实际的，说明解剖生理的情况，当然，没有仔细的具观察，是不会写出这样的文字的。所以，中国医学，从它一开始，就能和今天的科学，无形中有所吻合，再归根结底的说一句，也就是完全从实践中得出，才能如此。《内经》里关于咽喉疾病的记载，如经过一番搜集、钩稽索隐，便能理出一个很有意义的头绪来，。

在现存中国第一部药书《本草经》里，也记载了若干治咽喉病的药物。还有《山海经》里，也有一点治咽喉的物品，因为这书里，很多是古代的地方名称，多数不知其究竟，所以没有什么现实意义。

在《内经》流传不久，便出现了一部羽翼内经，发挥内经的书，即相传是扁鹊所述的《难经》里，把人的整个消化道划分为“七冲门”，——飞门、户门、吸门、贲门、幽门、阑门、魄门，——也就是七道进出的门，其中有三道门是在口齿咽喉部分，在这书里还记载了口的广度，唇至齿之间的情况，齿至会厌的距离，

舌的重量与宽度，以及咽至胃相距有多长，喉咙的重量和广度长度等。据研究世界医学史、解剖史、耳鼻喉科史的专业人员说，这是世界上最早的测量记载。

扁鹊过洛阳，因为当地老年人多，他就以七窍病专科医生的身份出现，执行业务，这是历史上记载专科开业之始。

汉末，张仲景著有《口齿论》，惜已失传。不过《伤寒论》里的甘桔汤，还是咽喉病的主要方剂。《金匱要略》里的“妇人咽中如存炙脔”是咽喉不利的早期记载。

隋代《诸病源候论》里，已记载了咽喉病十一种。除掉三种是地方习俗称谓的记载很少见到而外，其余的分类，很能符合实际，和现代的咽喉疾病分类相比，基本上能知道大致相当于那一种病。

唐代，在政府设的太医署里，已有耳目口齿的专科。《千金方》、《千金翼方》里、更有七窍病的专章。

《唐书·艺文志》有邵英俊《口齿论》一卷。《通志·艺文略》有《广陵正师口齿论》一卷，又《口齿玉池论》一卷，均为唐供奉僧普济集。据扬州兴教寺僧人云，普济乃当时扬州首屈一指之高僧，通晓医学，精于咽喉口齿科。

宋代《太平圣惠方》、《圣济总录》、《证类本草》等书中，搜罗了有关方药很多。

《通志·艺文略》与《宋史·艺文志》，均有《咽喉口齿方论》五卷，未注撰人。可知唐宋时代，随着专科的发展，专门著作也逐步增多起来，惜均已失传。

金元时，张子和还利用筷子缚小钩，通过纸筒，将咽部铜钱钩出。

明代的薛己，编了一本《口齿类要》，是现存较早的专门书。在《本草纲目》里，搜罗的咽喉病方药，更是丰富多彩的。

清代随着温病学说的发展，喉科专门书层出不穷，其内容也日见增多，病种由18症而36症，由36症而72症。许多优点，阅原书自明，可不多说。可是，也有美中不足之处，如过去仅是用文字叙述，凡是眼睛不能直接看到的病处，也可用文字把病人的主诉，医家的印象，以及凭经验得出的推测，描述出来。自从专科书每症加上插图之后，把不可能画出的，也勉强画起来了。刻的人也不懂，便依样葫芦的信手刻出。因而，使得学的人，难以区别，难以理解。如喉痹一名，到此时更加混乱。

再则，勉强凑数的72症（甚至90几症）尽管名目繁多，可是，往往但用一个方子处理，仅仅有些加减罢了。张氏的六味总方是如此，包氏的清咽散也是如此，依此类推，就不多举了。所以，难怪今天时行的书里，不是荆防败毒散就是验方某某汤，病种是多了，方药是狭了。所以，就存在“患病多”、“患药少”的缺点，因而，中医喉科，就到了可有可无的地步，也到了可学可不学的地步，可设

科可不设科的地步，已是穷途末路。中医本身，既然已部分的存在可有可无的错觉，中医以外的同人，看了一些通行的材料，也将会说一声“没有什么东西。有啥可学”。其实，并不如此，中医喉科，特点很多，在急症的内服方面，原是汗法吐法当头，如有需要随即使用下法，至于清法（亦即所谓消炎）并不是一开始都用，而是有须清之处则清。在外治方面，除吹药是中医特有的而外，还有蒸汽法、熏法、滴法、吸法、以及桐油钱法。在针灸、按摩方面，也有救急的擎拿法，在当前的一些书里，也仅能点一点而已。至于手上的工夫，以及制剂的秘法，若在未得传授的情况之下，勉强使用，怎会生效呢？对付慢性病，重要在于调理，任性的消炎，也是好不了的。如今整个的疗效降低了，当和某些精华的失传有关，所以，抢救专科（目前被贬称为小科），发扬传统特色，继承遗产，昌明中医，是目前的当务之急。

二、咽喉部位与名称

“喉”字，在古代有广、狭二义。

广义的喉字，可以包括咽喉两部份。《灵枢经》忧恚无言第六十九里说：“咽喉者，水谷之道也，喉咙者，气之所以上下者也”。前一句，包括了口咽部和喉咽部；后一句，则是专指喉部。两句都有喉字，所以，广义的喉字，是可以包括咽喉两部份的。那么，中医把治咽喉病的医家通称为“喉科，”是有来源、有根据的，是不矛盾的。

狭义的咽和喉，和近日的含义基本相近，认为咽与喉，分通于胃与肺，为饮食之道路、呼吸之门户，一主吞咽、一司吐纳，会厌则介乎咽喉之间。在喉科书里说：“咽以纳食，喉以纳气，会厌主开合，掩其气喉，令水谷能进食喉而不错，交相为用，其用各异，缺一则饮食呼吸具废矣”。可见往昔对于咽喉的解剖状况和生理功能，已有较详的记载。

咽部，中医传统称之为“咽关，”这是一个形象化的名称，因为这一部份，看起来很像是一座关，且又说明是入境的要道，是险要的地方，和“关隘”、“关寨”差不多，这与近世译名的咽峡，有类似的意义。

当患者张开口来，首先就能看到上腭向后的当中，垂着的“悬雍”，俗称小舌，又名帝丁，帝锤，都是形象的名称，顺着悬雍向下看，前后各有一道门框形的软组织，分列左右，传统称之为前框、后框、或外框、里框。（目前的新书上，

称之为前柱、后柱，或舌腭弓、咽腭弓，其实，框字形容得比柱和弓更相似）因为是弧形的，所以，依中国传统的建筑称呼，就不叫柱而叫框。在两框之间，传统称为两厢，厢内有两块突起的东西，中医称为喉蛾，近世译名为扁桃体，这是最易生病的地方。在后框之后，一片平坦的、传统上称为后墙或后照壁，又称咽底或斗底，因为张开口来，能见到的，略呈方形，如斗之底，故有此名。新名为咽后壁。这都是我们眼睛所能看见的地方。还有“关上”则是指鼻咽腔；“关下”则是指咽喉部，都是不借重器械不能看到的地方，可是，还能分得比较仔细，从外向内来说，分为关外（又称关前），关内（又称关里）。再从上到下来说，鼻咽部称为关上，咽喉部称为关下，两者之间，则称关中，统称之，则为咽喉三关，即上关、中关、下关，说得文雅一点，又誉之为重楼。

关下又称下槛，也简写为下坎，或古写为下砍。在会厌红肿的时候，患者往往说，下咽时有爬坡之感，都属于形象化的比喻。

三、咽喉病与脏腑经络的关系

中医脏腑学说的内容是互相联系又互相制约的。此经有病，他经每受其牵连，他经有病又能影响此经。所以咽与喉虽联系于一定的脏腑，但在病态状况下，又必须全面地来考虑问题。有因肺胃二经而影响别经的，也有别经有病而影响肺胃二经的。在昔论疫喉有“以肺胃二经为战场”的说法，正说明病根不一定是在肺胃。

其次再深一层的谈到经络方面。咽喉为经脉循行交会之处，在十二经脉中，除极个别外，绝大多数都经过咽喉部位，其不经过的也可以间接相通，所以咽喉病和脏腑经络的联系是广泛的，是多方面的，此不一一细举。内经上说“一阴一阳结谓之喉痹”，正说明脏腑经络和咽喉病的一项主要关系。

四、病因病机

《内经》里说：“治病必求其本”，中医诊治咽喉病，也强调求本。其在病原

方面，是从两方面来认识的，不论是慢性或者是急性，都要从内外两方面的原因来考虑。尤其注重内在的原因（如辨别脏腑的阴阳虚实、七情的精神活动等）。从四诊搜集到足够的资料以后，加以分析，才能作出适当的处理。

咽喉病以火证为多主要是谈内火，不过也还要辨清实火还是虚火，因为在治疗上有所不同，属实的可发可泄；属虚的宜滋宜降。如果能仔细地把某一脏腑的虚实辨别清楚，则治起来效果更好。一般说来，与咽喉病有关的实火多来自六腑及肺、肝，虚火多来自五脏，尤其是肾、肺与心。

在咽喉病内在因素的范畴内必须提出讨论的还有“气”和“痰”。因为这是有普遍性和代表性的，其它有关的就不详举了。气是运行于全身经络脏腑的东西，七情精神活动，对它很有影响，如果气郁结了或气上冲了，就能致病，气与火与风与痰结合，就会使人生病，就会产生一定的症状。另一方面，正如朱丹溪所说：“气有余，便是火”。由于十二经脉大都循行于咽喉，而气和火都具有上升为主的特性，所以气火有余，就往往结于咽喉，如急性病的急证关下喉痹，慢性病的咽喉不利，气结不散，都是主要原因。

痰是病变产物，不论虚火实火，均能蒸灼津液成痰，或积垢不化，也能酝酿生痰，痰往往与风混合，在人体作祟，或隐或显，变幻莫测。所以治喉病，慢性的离不了化痰，祛痰；急性的离不了涌吐顽痰和逐痰涎之剂，用吐剂吐出痰垢和内服的方法。有两句成语，叫做“风为众病之因，痰为诸证之侣”。这一论点，尤其适用于咽喉疾病。

接着，再谈谈咽喉病的外来因素，在这一方面过去也有一些认识和记载，概括起来说有如下数点：

1. 外感：如六气中的（常气）即风、寒、暑、湿、燥、火等，其中尤以风、燥、火所谓“阳邪”最多，一般的急性病多由于此。
2. 时邪（间气）：如非时之冷暖，太过与不及，造成疾病流行。
3. 时疫（戾气）：如吸受秽浊，传染瘟疫等，白喉、喉痧均属于此。

在《内经》里曾经说：“正气存内，邪不可干”。又说：“卒然逢疾风暴雨而不病者，盖无虚，故邪不能独伤人”。在咽喉病的认识方面，也强调这些论点。

根据以上的一些论据，把体内因为邪正相搏而产生的一系列症状，演述其病理变化为：血壅气聚，则咽喉红肿；气血壅滞不通，则咽喉痛；风袭咽喉正邪相搏，则咽痒；津液不濡，则咽喉干燥；风袭声门，则失音或嘶哑；气痰郁结挟火上升，则咽部有异物感；热毒蕴积，血瘀肉腐，则腐烂化脓；长期的气火薰灼，则凝成颗粒。

五、咽喉病的防治

中医中药，防治咽喉病是有一些传统方法的，在人与自然方面，主张要呼吸新鲜空气，吸入清气，呼出浊气，吐故纳新，要防御风寒与燥热的侵袭。在生活起居方面，要“开窗户以通天气，居楼下以接地气，宽松衣带，以流通血气”。总的来说，即是要排除秽气。在成年人，主张要适当的节欲。饮食方面，要少食辛辣之品，少用嗜好品（如烟酒），主张多吃蔬菜水果，提倡多吃萝卜与橄榄，并用萝卜英做菜吃，用清茶、硼砂水、淡盐水等漱口。

对于易患咽病的人，主张常喝一些金莲花茶，并用以漱口。对于慢性喉蛾，由于长时期病变产物的影响而表现出一些现象的，主张常用甘草、黑豆煮汤饮，或常食绿豆粥，或用枸杞叶做菜吃，用枸杞根煮汤饮也好，尤其适用于低烧的患者。

当其它疾病与咽病并存时，有的要避开辛燥之药（即有使口舌干燥副作用的），如肉桂等药。

中医治疗咽喉病，方法比较多，除着眼于全身的内治服药之外，还有种种外治，如吹药、滴药、外敷、针刺、导引等等，在内治方面，对于急性病，主要是汗、吐、下与清（清字包括解毒在内），尤其是吐法，能直接作用于病处，收效比较快，对付慢性病，主要是清与消（消字里包括化痰与化滞），至于急性病的末期，和慢性病的虚证，又不能忘记一个补字（当然主要是清补，至于温补、是极少用到的）。在外治方面，值得一提的是吹药（其中包括滴药），主要是用于咽部（滴药亦可由鼻道滴入），有消肿、开关、止痛、化腐、拔脓、生肌诸法，内容是比较丰富的。其次是蒸熏法：还有针刺、压迫经络穴位等法。

六、咽喉科专用习用药分类表

一 级	二 级	三 级
一、清咽喉药	清 咽 喉 通 用 药	(1)甘草(2)桔梗(3)陈罗卜英(4)金莲花 (5)藏青果(6)橄榄(7)青囊(芝麻铃)
	清 咽 喉 散 结 药	(1)射干(2)牡丹花瓣(附牡丹皮)(3)栀子花 (附栀子)(4)郁金
	清 咽 喉 消 肿 药	(1)山豆根(2)牛蒡子(3)马勃(4)浙贝母(附 土贝母)(5)蒲公英(6)络石藤
	清 咽 喉 解 毒 药	(1)鸭跖草(2)金果榄(3)大青叶(附板兰根) (4)雪里青(5)荔枝草(6)升麻(7)贯众(8)枸 杞苗(9)七叶一枝花(10)紫地丁(11)鱼腥草 (12)天罗水(13)吉祥草根(14)锦灯笼(15)犀 角(附羚羊角)
	清 咽 喉 破 血 药	(1)紫荆皮(2)马鞭草
	清咽喉润嗌生津止渴药	(1)元参(附元参苗)(2)麦冬(3)天冬(4)天花 粉(5)腊梅花
	开 音 药	(1)橘皮(2)半夏(3)麻黄(4)杏仁(5)前胡 (6)蝉衣(7)胖大海(8)芦膜(9)海浮石(10)槐 花(11)桑白皮(12)诃子肉(13)杉木屑及刨花 (14)血余炭(尚有马勃, 见消肿药)
二、解热药	发 散 解 热 药	(1)荆芥(2)防风(3)豆豉(4)柳芽(附杨枝及 根白皮)
	解 肌 药	(1)葛根
	清凉解热兼解毒药	(1)薄荷(2)桑叶(附桑芽及蚕蚀余络)(3)菊 花(附根及叶)(4)金银花(附藤及叶)(5)连翘
	凉血泻火清热药	(1)紫草(2)赤芍(3)龙胆草(4)黄芩(5)黄连 (6)石膏(7)寒水石(8)玄精石
	退 低 烧 药	(1)地骨皮(2)白薇(3)知母
三、开关涌吐	开 关 药	(1)金锁银开

续表

一 级	二 级	三 级
排脓药	涌 吐 药	(1)土牛膝(2)杜牛膝(3)万年青
	穿 透 排 脓 药	(1)皂角刺(皂角)
四、通二便药	通 大 便 药	(1)大黄(2)芒硝(3)凌霄花及茎叶
	润 大 便 药	(1)火麻仁(2)瓜蒌仁(3)蜂蜜
	清 利 小 便 药	(1)茯苓(2)木通(3)通草(附花上粉)(4)灯芯
	下 气 平 咳 喘 药	(1)芥苳(2)葶苈子(3)马兜铃(4)白前(5)款冬花
五、下气平咳喘、降逆爽胸膈药	降 逆 爽 胸 膈 药	(1)棉花壳(2)代赭石
	和 中 药	(1)荠菜花(2)藿梗(3)菰叶
六、和中化痰滞药	化 痰 滞 药	(1)橘皮(2)枇杷叶(3)枳壳(附枳壳花及枳实)(4)山楂(5)莱菔子
	理 气 药	(1)金橘及叶(2)橘络(3)青皮(4)佛手(附花)(5)香椽(附花)(6)檀香(7)沉香(8)木蝴蝶
七、理气开郁柔肝药	开 郁 药	(1)香附(2)兰花及兰叶(3)玫瑰花瓣
	柔 肝 药	(1)绿萼梅花及梅梗(2)白芍
八、调和情志除烦安神药	调 和 情 志 药	(1)萱草叶(2)合欢皮(附花)(3)榆荚(附榆白皮榆叶)
	除 烦 安 神 药	(1)蕨菜(2)百合(3)莲子心(附夜交藤)
	补 阴 及 补 血 药	(1)沙参(2)西洋参(3)生地(4)石斛(5)黄精(6)旱莲草(7)当归须
九、补益药	阴 阳 双 补 药	(1)南天烛子(附枝叶青精饭及梗)(2)玉竹(3)何首乌(4)太子参(5)山茱萸(6)锁阳
	补 阳 药	(1)人参(2)肉苁蓉(附列当)
十、外用药	外 用 消 肿 解 毒 药	(1)冰片(2)射香(3)牛黄(4)雄黄(附雄精)
	外 用 止 痛 药	(1)秋海棠梗(附海棠花蜜)(2)琥珀(3)乳香(4)没药(5)朱砂