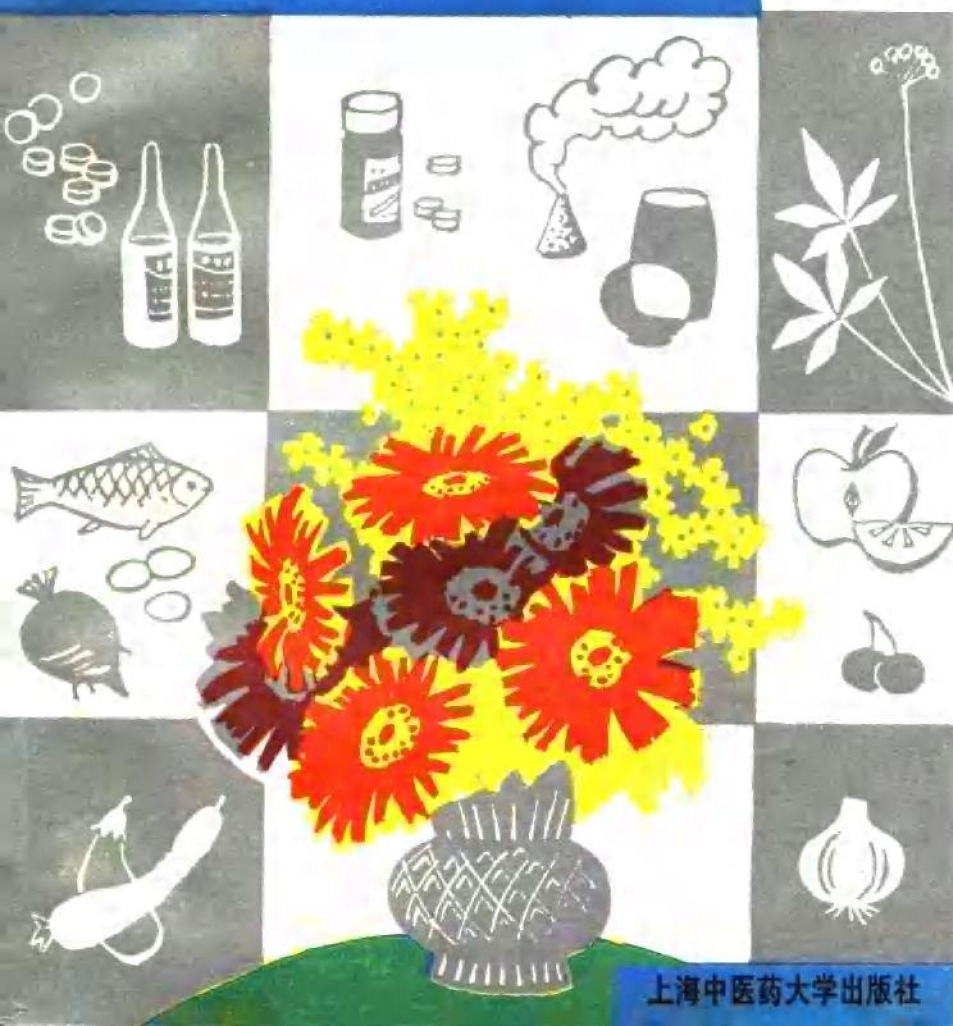


耿耘 简晖 李瑛 编著

家庭巧治百病



上海中医药大学出版社

96
R45
26
Z

家庭巧治百病

耿耘 简晖 李瑛 编著

XHP76/05



3 0147 0503 6

上海中医药大学出版社



C 245154

(沪)新登沪206号

家庭巧治百病

耿耕 简晖 李瑛 编著

上海中医药大学出版社出版发行

(上海零陵路530号 邮政编码200032)

新华书店上海发行所经销

上海市印刷十二厂排版

上海群分印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 印张8.5 字数183千字

1995年8月第1版 1995年8月第1次印刷

印数:1—5,000

ISBN 7-81010-283-4/R.273

定 价:10.00元

前 言

现代生活的节奏如此之快，以至于时间变得更加宝贵。可是，当您不幸生病的时候，即使是普通病，您也不得不花上半天甚至一天时间去医院排队挂号、看病、批价、付款、取药，有些病更需多次去医院，等等，仅仅想起这些，就足以使人增添几分烦恼！

难道生了病就一定要去医院吗？其实，有许多疾病，只要您掌握了一些医学常识，掌握了一些独特巧妙的治法，是完全可以靠自己或家人的帮助，在舒适的家庭环境中得到同样有效的治疗，而且既省事又省时。

祖国医学中蕴藏着丰富的具有独特疗效的偏方、验方、秘方、食疗方宝库，现代医学亦积累了不少的奇妙治法。这些方药大都组方简单，取材方便，多为居家寻常之物，随手可拈，内服外用，疗效卓著，历来为广大医生和人民群众所偏爱。用之得当，往往能起大疾沉疴，其效果常使人有“一味草药，气死名医”之叹。

本书对内、妇、外伤(皮肤)、儿、五官等科的常见病、多发病的病因、症状进行了简单的介绍，目的是使患者能掌握一些基本的诊病常识。其后重点介绍了家庭巧治各病的中西医具体方法以及防护措施。并附有家庭常用治法和手法操作、常用针灸穴位表、常用药物表等，便于使用者对照查阅。

本书通俗易懂，深入浅出，所集治法巧妙，方药配伍奥妙无穷，蕴含较深的科学道理，并且有简、便、验、廉的特点，可谓一书在手，能治百病。

编 者

1994年6月

目 录

第一章 内科病症	1
肺结核.....	1
病毒性肝炎.....	3
疟疾.....	5
淋病.....	8
发热.....	9
头痛.....	10
咳嗽.....	14
感冒.....	17
失眠.....	20
腰痛.....	22
支气管哮喘.....	25
支气管炎.....	28
肺脓疡.....	31
慢性胃炎.....	33
胃、十二指肠溃疡.....	36
急性胃肠炎.....	38
非特异性溃疡性结肠炎.....	40
胃下垂.....	42

便秘·····	44
胆囊炎·····	47
胆石症·····	49
高血压病·····	50
冠心病·····	54
尿路感染·····	56
泌尿系结石·····	58
缺铁性贫血·····	60
糖尿病·····	62
中风·····	64
水肿·····	67
自汗、盗汗·····	69
遗精·····	71
阳痿·····	73
癌症·····	75

第二章 外伤、皮肤科病症·····79

颈椎病·····	79
落枕·····	80
肩关节周围炎·····	81
急性腰扭伤·····	82
腕、踝关节扭伤·····	84
虫咬螫伤·····	86
毒蛇咬伤·····	88
痔疮·····	90
烧伤·····	92

接触性皮炎·····	94
湿疹·····	95
荨麻疹·····	97
毛囊炎、疖·····	99
手足癣·····	101
带状疱疹·····	104
疣·····	106
皮肤瘙痒症·····	108
神经性皮炎·····	109
鸡眼·····	111
手足皲裂·····	112
银屑病·····	113
白癜风·····	115
寻常痤疮·····	117
斑秃·····	118
脂溢性皮炎·····	120
疥疮·····	121
冻疮·····	122
第三章 妇产科病症·····	125
月经不调·····	125
痛经·····	127
闭经·····	130
功能性子宫出血·····	132
经前期紧张综合征·····	135
带下·····	137

更年期综合征·····	139
缺乳·····	141
急性乳腺炎·····	143
第四章 儿科病症·····	145
脐炎·····	145
鹅口疮·····	146
脓疱疮·····	147
新生儿黄疸·····	148
婴儿皮肤褶烂·····	149
尿布皮炎·····	150
婴儿湿疹·····	151
外耳道湿疹·····	153
痱子·····	154
夏季热·····	156
小儿感冒·····	158
急性扁桃体炎·····	161
流行性腮腺炎·····	163
小儿支气管炎·····	166
小儿支气管哮喘·····	168
小儿急惊风·····	171
婴儿腹泻·····	173
厌食症·····	176
疳积·····	179
佝偻病·····	182
单纯疱疹性口炎·····	183

猩红热·····	185
百日咳·····	186
麻疹·····	189
风疹·····	192
水痘·····	193
急性细菌性痢疾·····	195
蛔虫病·····	197
蛲虫病·····	199
遗尿症·····	200
脱肛·····	203
小儿肌性斜颈·····	205
第五章 五官科病症·····	208
急性化脓性中耳炎·····	208
慢性化脓性中耳炎·····	210
外耳道炎·····	213
急慢性咽炎·····	214
急慢性喉炎·····	216
急慢性鼻炎·····	217
复发性口腔溃疡·····	220
牙龈炎·····	223
牙周炎·····	224
急性结膜炎·····	228
麦粒肿·····	231
第六章 家庭常用治疗方法·····	233

针灸疗法.....	233
点穴疗法.....	234
耳穴疗法.....	235
拔罐疗法.....	236
推拿法.....	237
第七章 常用针灸穴位表.....	244
常用体针穴位表.....	244
常用耳穴表.....	248
第八章 家庭常用药物表.....	251
西药类.....	251
中成药类.....	255
外用药类.....	259

第一章 内科病症

肺 结 核

【病因】 肺结核俗称“肺癆”。是由结核杆菌引起的呼吸道传染病。各种年龄均可发病，但以青壮年为多。本病通过空气传染，病人咳嗽、说话、打喷嚏都会把结核杆菌散布在空气中，特别是病人的痰含有大量的病菌，吐在地上干后结核菌便随灰尘在空中飞扬，健康人吸入，如果抵抗力不强就可发病。

【症状】 长期低热、夜间盗汗、手脚心发热、消瘦、食欲不振、两颊潮红，伴有不同程度的咳嗽、吐痰、咯血、胸痛等。病人的表现可极不一致，轻者可无自觉症状；重者除上述症状外，还可有高烧、大咯血、呼吸困难、口唇发绀等。

【治疗】 只有病情较轻而且痰中不含菌的患者才能在家治疗。

一、内治

1. 西药 选雷米封、利福平、链霉素等药，应注意早期用药，全程治疗，为防产生耐药性，应采用2种或3种有效药物联合治疗。可请医生确定治疗方案。

2. 中药

(1) 鱼肝油1瓶，白果仁50粒。将鱼肝油倒入罐内，放入白果仁浸泡100天以上。每日吃2次，每次吃4粒。可连续服用几个疗程。

(2) 蚕蛹焙干研成细粉，每服3~5克，每日2次。

(3) 沙参30克与鸡蛋2只加水同煮，蛋熟后去壳再煮半小时，加糖调味，饮汤食蛋。用治咳嗽痰中带血者。

(4) 猪肺(或羊肺)1具，贝母15克，白糖60克。将动物肺洗净，剖开一小口，纳入贝母及白糖，上蒸笼蒸熟，切碎服食。每日2次，有促进病灶吸收钙化的作用。

(5) 鲜百合、蜂蜜适量。共放碗内蒸食，每日2次，可常服食。能抑制结核菌扩散，促进病灶钙化。

(6) 南瓜藤100克，白糖少许。加水共煎成浓汁，每服60克，每日2次。用治肺结核潮热症。

(7) 地骨皮15克，银柴胡10克，甘草5克。水煎服。治低热、精神疲倦者。

(8) 鲜蚕豆荚250克，水煎服，每日1次，治咯血。

(9) 大蒜去皮浸于醋中7天，每服3枚，日用2次，可连续食用。

(10) 猫爪草60克，水煎，分2次服。

(11) 僵蚕(研末)1~1.5克，白及(研末)2~5克。共调服。治空洞性肺结核。

(12) 仙鹤草20克，侧柏炭、阿胶各10克，共煎浓汁，分4次服。治肺结核痰中带血。

(13) 将新鲜百合捣烂，加水滤汁，用火煮沸，待凉后慢饮之。野百合亦可，味道较苦，但功效更大，治肺结核咯血。

(14) 将柿饼剖开，掺入青黛粉 3 克，临睡前嚼食，对止咯血有奇效。

(15) 山萸肉 20 克，白术、生牡蛎各 15 克，水煎 2 次。将药汁混匀，早中晚分 3 次服。治结核盗汗。

二、外治

(1) 外敷回生膏：猫眼草、蟾蜍皮、木鳖子、独角莲、守宫(壁虎)、乳香、没药，上药等量，共置香油中熬枯去渣，加黄丹收膏，待温加入麝香，摊纸上备用。同时将膏药在火上烘软，外敷于结核病灶在前胸、后背体表的相应部位上，以及大椎、肺俞、膻中等穴。3 日换药 1 次，2 个月为 1 疗程。

(2) 五倍子、辰砂各 2 克，共研细粉，水调成糊状，涂于塑料薄膜上，敷于脐窝，胶布固定，每日 1 次。治疗盗汗。

三、其他

(1) 灸法：艾炷点燃，灸肺俞、膏肓、大椎、关元、脾俞、肾俞穴。每穴 3~5 壮，隔日 1 次。

(2) 五倍子、黄柏研末以水调如糊，涂抹脐部。主治盗汗。

【防护】 ①小儿应接种“卡介苗”。②养成不随地吐痰的良好习惯。③病人要按呼吸道传染病进行隔离。④每年作一次胸部 X 光透视检查。

病毒性肝炎

【病因】 本病是由肝炎病毒所致的消化道传染病，其主要病变为肝细胞变性坏死及肝脏间质炎性浸润。病人及带毒者为病毒性肝炎的传染源。甲型肝炎主要通过日常生活接触，

水、食物等方式传播；乙型肝炎经输血、血制品及未彻底消毒的注射器械传播。也可经口传播。

【症状】 临床特征是乏力、食欲不振、肝区痛、肝肿大、肝功能异常；部分病人有发热及黄疸；少数病程迁延或转成慢性。

【治疗】

绝大多数急性肝炎的患者，通过适当的休息，合理的营养均可恢复健康。在治疗时要注意用药不宜太多，疗程不宜过长，并注意观察疗效。

一、内治

(1) 薏苡根50克，水煎服。治急性肝炎。

(2) 生射干5克，水煎服。每日1剂，连服10剂，治急性肝炎。

(3) 大麦叶1~2把。捣烂挤汁1杯，放白糖饮下，每日2次，连服数十日，治急性肝炎。

(4) 杨树枝(如小手指粗细)约1米，大枣20枚。加水至300毫升，煎至100毫升，每日3次，连服至肝功能恢复正常为止。治急性肝炎。

(5) 杨树鲜嫩叶，采50~100克，水煎去渣，加冰糖溶化后饮服。治急性肝炎。

(6) 青鱼胆10~15克。每日1剂，分3次煎服。治疗急、慢性肝炎。

(7) 糯稻草75克，洗净，切成约3厘米长，加水0.5千克，煎取0.3千克，每日分2次服完。治急性肝炎。

(8) 鲜车前草，捣烂采取自然汁数碗，日夜频频饮服。治急性黄疸型肝炎。

(9) 酢酱草100克，水煎服。治急性黄疸型肝炎。

(10) 茵陈20~50克，每日1剂，水煎服。治急性黄疸型肝炎。

(11) 猪板油 90 克，溶化晾凉一次饮服。用治黄疸型肝炎、肝脏肿大。

(12) 将梨削去皮，浸于醋罐中，2~3天后可食，常食有效，用治慢性肝炎。

二、其他

(1) 灸法：取穴胆俞、肝俞、阴陵泉、太冲、内庭。用艾炷灸每日1~2次，每穴灸3~5壮，每次20~30分钟。用治有黄疸。

(2) 苦丁香、白胡椒、白丁香等份，研细末，每用取少许，吹入鼻中，以流出黄水为度，每隔日1次，10次为1疗程。病愈停用。适用于急性黄疸型肝炎，阳黄初期。

【防护】 ①蒲公英50克，甘草10克煎服，每日1次，连服3天。可达到预防作用。②紫花地丁、柳枝各250克，分别煎成150毫升药液，混合服用，每次30毫升，每日3次，连服3天。可起预防作用。③接种乙肝病毒表面抗原灭活疫苗。

疟 疾

【病因】 疟疾为疟原虫寄生于人体所引起的传染病，主要通过受感染的雌性按蚊的叮咬而感染。

【症状】 周期性的发冷、发热，出汗、脾肿大与贫血。

【治疗】

一、内治

1. 西药

(1) 发作期控制发作：用氯喹，每片0.25克，第1天4片，6小时后再服2片，第2~3天每天2片，共计10片；或用奎宁，每片0.3克或0.12克，第1~2天，服0.45~0.6克，每天3次，第3~7天服0.3~0.6克，每天2次。凶险发作有脑、肝、肾等严重症状时要送医院抢救。

(2) 休止期防止复发：用磷酸伯喹，每片13.2毫克，口服，每日3片，疗程8天；或每日4片，疗程4天。

2. 中药

(1) 鸡骨常山(酒炒)10克，槟榔15克，草果仁6克，柴胡10克，穿山甲6克，黄芩10克，知母10克，发作前2~3小时水煎服；或单用常山10克水煎服。

(2) 鸦胆子仁，每次10~20粒，装入胶囊吞服，连服5~7天。

(3) 徐长卿全草5~7株(相当于干品9~12克，或鲜品30~60克)。加水300毫升，煎至150~200毫升，酌加食糖少许，在疟疾发作前2~4小时之间服药。

(4) 水蜈蚣30克(干草6~9克)，加水400毫升透煎，于疟疾发作前1小时与应发作时2次分服，每日1剂，连服3日。服药时间力求准确。

(5) 蜂蜜15~30克，白酒适量(根据各人饮酒量酌情增减)，于发作前10分钟至1小时服用；如发作时间掌握不准，可在发作当日连服3次。

(6) 仙鹤草20克(大剂量)煎服。

(7) 胡椒二、三十粒，装鸡蛋内，煮熟服，或用胡椒末1.5克拌饭吃。