

广州出版社

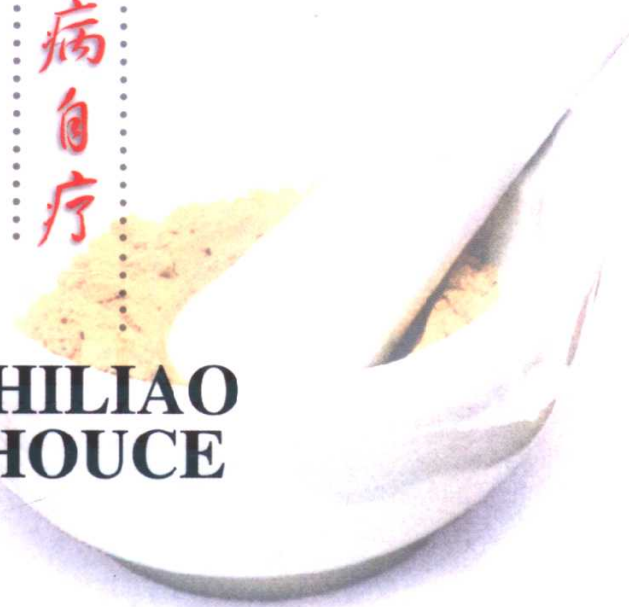
主编 戴福海

常见病自疗

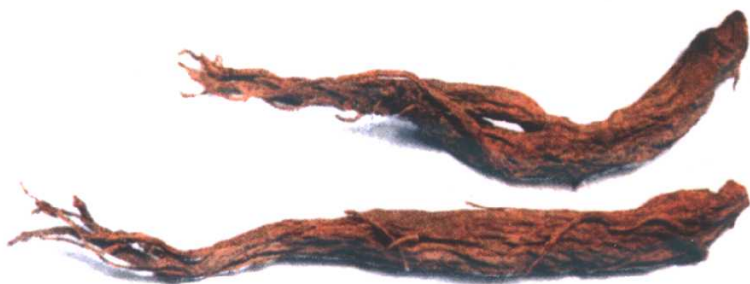
Changjianbing

ZHILIAO  
SHOUCE

常见病



治 疗 手 册



本书介绍内科、外科、妇科、儿科、五官科、男科和性病等常见病多种，每病扼要论述病因病机和对症介绍中医辨证治疗，

按症或型分临床表现、方药、成药、单方验方、饮食疗法等。

病者可查书对症，选用药物治疗，既方便，又有效。

此外，尚介绍各种危重病的处理和抢救。



常见病自疗

广州出版社

常见病

治疗手册

主编：戴福海

副主编：黄培容、林涛

编委：全志坚、叶建洪、陈世惠、李振琼、李振超

**书 名：常见病自疗——常见病治疗手册**

**主 编：戴福海**

**责任编辑：穆 紫**

**出版发行：广州出版社**

(广州市人民中路同乐路 10 号 邮政编码:510121)

**印 刷：广东省茂名广发印刷有限公司**

(茂名市计星路 60 号 邮政编码:525000)

**规 格：850×1168 毫米 32 开本 印张 38.25**

**字 数：105 万字**

**印 数：1~10000 册**

**版 次：2001 年 8 月第 1 版**

**印 次：2001 年 8 月第 1 次**

**书 号：ISBN7-80655-096-8/R·49**

**定 价：52.00 元(全二册) 本册定价：24.00 元**

# 出版前言

---

病，人人都有，有病，就得去医院就诊。但有许多疾病，如果自己懂得医治常识，就可自购药物治疗。这在当今改革开放的年代里，生活、工作的节奏加快，尤显得重要。因时间就是金钱，这可节约去医院就诊的时间，又减少开支。因此，我们根据群众要求，特此组织编写《常见病治疗手册》，供广大读者学习使用。目的是提高广大读者对常见病的防治水平，做到有病先治，无病预防之目的。

本书介绍**内科、外科、妇科、儿科、五官科、男科和性病**等常见病 180 多种，每种病除扼要论述病因病机和对症介绍中医辨证治疗，按症或型分**临床表现、方药、成药、单方验方、饮食疗法**等项介绍。有病者，可查书对症，选用药物治疗，既方便，又有效。此外，尚介绍 32 种危重病的处理和抢救。

本书在编写过程，承蒙中医专家的指导和帮助，在此表示衷心的感谢！

编者

2001 年 3 月

# 目 录

出版前言 .....	( 1 )
------------	-------

## 第一章 内科常见病防治

感冒 .....	( 1 )	高血压病 .....	( 68 )
急性支气管炎 .....	( 5 )	冠心病 .....	( 75 )
慢性支气管炎 .....	( 9 )	尿路感染 .....	( 82 )
大叶性肺炎 .....	( 15 )	慢性肾炎 .....	( 89 )
支气管哮喘 .....	( 19 )	缺铁性贫血 .....	( 94 )
肺气肿 .....	( 23 )	原发性血小板减少性紫癜 .....	( 98 )
胃与十二指肠溃疡 .....	( 24 )	再生障碍性贫血 .....	( 102 )
慢性胃炎 .....	( 32 )	白血病 .....	( 106 )
慢性非特异性溃疡性结肠炎 .....	( 35 )	糖尿病 .....	( 110 )
肝硬化 .....	( 40 )	单纯性肥胖症 .....	( 114 )
胆囊炎与胆石症 .....	( 46 )	甲状腺机能亢进症 .....	( 117 )
胰腺炎 .....	( 50 )	神经衰弱 .....	( 120 )
风湿病 .....	( 53 )	瘧病 .....	( 123 )
风湿性心脏病 .....	( 57 )	内耳性眩晕病 .....	( 126 )
慢性肺原性心脏病 .....	( 61 )	脑血栓形成 .....	( 130 )
心律失常 .....	( 63 )	原发性肺癌 .....	( 133 )

食道癌	(136)	钩虫病	(156)
胃癌	(140)	阿米巴病	(158)
原发性肝癌	(143)	疟疾	(161)
结肠癌	(146)	病毒性传染性肝炎	(164)
急性肠胃炎	(149)	细菌性痢疾	(170)
流行性出血热	(152)	肺结核	(175)

## 第二章 外科常见病防治

急性淋巴结炎	(180)	慢性湿疹	(213)
急性化脓性骨髓炎	(182)	接触性皮炎	(215)
颈淋巴结结核	(184)	神经性皮炎	(216)
急性阑尾炎	(188)	脂溢性皮炎	(218)
血栓闭塞性脉管炎	(191)	脓疱疮	(220)
颈椎综合症	(196)	荨麻疹	(222)
腰肌劳损	(199)	银屑病	(227)
肩关节周围炎	(202)	单纯疱疹	(229)
单纯性甲状腺肿	(205)	带状疱疹	(230)
肾结石	(207)	瘙痒病	(231)
急性湿疹	(210)	老年性瘙痒症	(232)

## 第三章 妇产科常见病防治

白带病	(233)	功能性子宫出血	(253)
月经先期	(237)	盆腔炎	(259)
月经后期	(241)	急性乳腺炎	(263)
闭经	(245)	乳腺癌	(266)
子宫脱垂	(250)	子宫颈癌	(268)

不孕症	(270)	外阴瘙痒症	(291)
妇女更年期综合征	(273)	妇人脏躁	(294)
妊娠恶阻	(276)	胎漏, 胎动不安	(296)
妊娠腹痛	(279)	胎位不正	(300)
妊娠水肿	(282)	产后腹痛	(301)
产后缺乳	(284)	产后小便不通	(304)
痛经	(287)	产后大便难	(306)

## 第四章 男科常见病防治

早泄	(307)	不射精	(345)
精浊	(309)	逆行射精	(347)
遗精	(312)	血精	(349)
阳痿	(317)	精液不液化	(351)
阳强	(322)	精子减少	(353)
阴缩	(325)	射精痛	(356)
淋证	(329)	男性不育症	(359)
癃闭	(337)		

## 第五章 儿科常见病防治

小儿咳嗽	(364)	水痘	(391)
鹅口疮	(368)	疔腮	(393)
口疮	(371)	百日咳	(396)
小儿泄泻	(374)	小儿遗尿	(400)
疳积	(380)	小儿夏季热	(403)
小儿麻痹症	(386)	小儿疫毒痢	(405)

## 第六章 五官科常见病防治

过敏性鼻炎	(406)	牙痛	(445)
急性鼻炎	(410)	口疮	(449)
慢性鼻炎	(413)	牙周病	(452)
急性鼻窦炎	(416)	牙根尖脓肿	(456)
慢性鼻窦炎	(420)	急性化脓性中耳炎	(458)
鼻出血	(424)	慢性化脓性中耳炎	(462)
鼻疖	(428)	麦粒肿	(466)
鼻腔异物	(430)	霰粒肿	(469)
急性咽炎	(431)	结膜炎	(471)
慢性咽炎	(433)	砂眼	(474)
急性扁桃腺炎	(435)	慢性泪囊炎	(476)
慢性扁桃腺炎	(436)	急性泪囊炎	(478)
急性喉炎	(438)	老年性白内障	(481)
慢性喉炎	(441)		

## 第七章 性病的防治

梅毒	(484)	生殖器疱疹	(500)
淋病	(492)	软下疳	(502)
尖锐湿疣	(496)	生殖器念珠菌病	(504)
非淋菌性尿道炎	(498)		



## 第八章 常见危重病处理和抢救

出血性休克·····	(506)	毒蛇咬伤·····	(538)
急性心肌梗塞·····	(508)	蜈蚣咬伤·····	(540)
高血压危象·····	(509)	蝎螫伤·····	(541)
心绞痛·····	(511)	蜂螫伤·····	(542)
大咯血·····	(513)	疯狗咬伤·····	(543)
哮喘持续状态·····	(515)	猫鼠咬伤·····	(544)
上消化道大出血·····	(516)	煤气中毒·····	(545)
胆道蛔虫病·····	(518)	地窖窒息·····	(546)
急性胃肠炎·····	(520)	河豚鱼中毒·····	(547)
低血糖·····	(521)	毒蕈中毒·····	(548)
脑出血·····	(523)	发芽马铃薯中毒·····	(549)
昏迷·····	(524)	急性有机磷农药中毒·····	(550)
触电与雷击·····	(526)	氟剂农药中毒·····	(552)
淹溺·····	(528)	汞剂农药中毒·····	(553)
中暑·····	(530)	二硫化碳及有机硫农药中毒·····	(555)
烧伤·····	(532)	无机砷杀虫剂中毒·····	(556)
冻伤·····	(536)		

# 第一章 内科常见病防治

## 感 冒

感冒（俗称“伤风”）为临床常见的外感疾病，主要是感受风邪所致，多发于气候突变，寒暖失常之时。也有因起居不慎，冷热不调、雨淋、疲劳等使人体腠理疏松，卫气不固，风邪乘虚侵袭而致病。并且在不同的季节中，风邪往往随着时气而侵入，如冬季多属风寒，春季多属风热，夏季多属挟暑湿，秋季多兼燥气，梅雨季节多挟湿邪。而在四时之中，又有气候失常的情况，如春应温而反寒，冬应寒而反温等等。感冒初起，一般多见鼻塞、流涕、喷嚏、声重，或头痛、畏寒、断而发热、咳嗽、喉痒或咽喉痛等。重则恶寒（甚至寒战）、高热、周身酸痛、疲乏等属于“时行感冒”，若无重感新邪，病程在5~10日。

## 风寒型

〔临床表现〕鼻塞声重、喷嚏、流清涕、喉痒、咳嗽、或痰白稀薄，甚则头痛、身痛、恶寒发热，苔薄白，脉浮紧。

〔治法〕辛温解表，宣肺散寒。

〔方药〕轻证用葱豉汤加味：葱白9克 淡豆豉9克 苏叶6克 杏仁9克 荆芥6克（后下） 防风9克；重证用荆防败毒散：荆芥6克（后下） 防风9克 川芎6克 前胡9克 柴胡6克 桔梗9克 枳壳6克 茯苓9克 羌活6克 独活6克 生姜6克。

〔成药〕复方感冒灵，每次服4片，每日3次；或用感冒清，每次服3片，每日3次。还可以选服感冒通等药。

### 〔单方验方〕

1. 荆芥9克（后下） 防风9克 生姜3片。水煎2次分2次服，每日1剂。

2. 麻黄9克 苏叶9克 桂枝6克 杏仁6克 生姜6克 甘草6克。水煎2次，混合分2次服，每日1剂。

3. 芥穗10克 羌活10克 白芷10克 板蓝根30克 前胡15克 杏仁10克 黄芩15克 淡豆豉30克。水煎2次，每次煎取药液150~200毫升，分2~4次服，每日1剂。

4. 藿香9克，防风9克 杏仁6克。水煎2次，分2~4次服，每日1剂。

### 〔饮食疗法〕

1. 葱姜红糖汤：葱白头（连须）3~7个，生姜3~5片。浓煎后加红糖适量。热服取汗。

2. 茶叶糖醋：茶叶3克，生姜2片，红糖10克，食醋3毫升。将上料放在茶杯内，开水冲泡5分钟后内服，每日3次。

3. 豆豉烧枣：连头须葱白5根 生姜3片 豆豉30克 食盐少许 红枣5枚。用水1碗半煎取大半碗，趁热服下，取微汗。

4. 葱白糯米粥：葱白头 5 个 生姜 15 克 糯米 100 克。先将糯米煮成粥。再把葱姜捣烂，同煮热服，出汗即愈。

5. 白胡椒热汤面：白胡椒末 2 克 葱白头 5 个。煮热汤面条 1 碗，加入上料拌匀，趁热吃下盖被而卧，汗出即愈。

6. 核桃葱姜茶：核桃仁 25 克 葱白 25 克 生姜 25 克 茶叶 15 克。将核桃仁、葱白、生姜共捣烂、同茶叶一同放入砂锅内，加水 1 碗半煎煮，去渣 1 次服下，盖上棉被卧床，注意避风。

## 风热型

〔临床表现〕发热，微恶风寒，或有汗出，头痛，鼻塞，或有少量稠涕，咽喉红肿疼痛，咳嗽痰稠，苔薄黄，脉浮数。

〔治法〕辛凉解表，宣肺清热。

〔方药〕银翘散加减：银花 9 克 连翘 9 克 淡竹叶 6 克 牛蒡子 9 克 桔梗 9 克 薄荷 6 克（后下） 甘草 6 克。

〔成药〕

银翘解毒丸，每次服 1 丸，每日 3 次；或用强力银翘片，每次服 4 片，每日 3 次。还可选用感冒退热冲剂、沙溪凉茶、双料喉风散、夏桑菊冲剂、王老吉凉茶、板蓝根冲剂等。

〔单方验方〕

1. 桑叶 6 克 牛蒡子 6 克 连翘 6 克 僵蚕 6 克 竹叶 6 克 桔梗 5 克 芦根 15 克 淡豆豉 9 克 薄荷 3 克（后下） 葱白 3 克（后下） 生甘草 3 克。水煎 2 次，共取 200 毫升，分早晚 2 次温服。每日 1 剂。

2. 银花 15 克 大青叶 15 克 鬼针草 15 克 葛根 15 克 荆芥 10 克 甘草 3 克。水煎 2 次，分 2 次服，每日 1 剂。

3. 羌活 6 克 板蓝根 15 克 蒲公英 15 克 桔梗 15 克 石膏 30 克 甘草 6 克。水煎 2 次，分 2 次服，每日 1 剂。

4. 鸭跖草 30 克 连翘 15 克 银花 15 克 板蓝根 10 克 桔梗

10克 甘草6克。水煎分3次服。每日1~2剂。

〔饮食疗法〕

1. 银花山楂汤：银花30克 山楂10克 蜂蜜50克。先把银花、山楂放砂锅内，加适量水；武火煮沸，3分钟后，将药液滤入小盘内；药渣再煎熬1次，滤出药液。将2次药液合并，加蜂蜜，拌匀即成，随时服用。

2. 西瓜番茄汁：西瓜500克 番茄200克。西瓜去瓢，去籽，用纱布绞挤汁液；番茄先用沸水烫，剥去皮，去籽，用纱布绞挤汁液。然后2汁合并，代茶饮用。

3. 清凉饮料：荷叶、冬瓜（连仁连皮）、苡米、西瓜皮等适量煎水多服，连服3~5日。可作夏季清凉饮料及预防之用。

4. 青叶鱼腥草汤：大青叶30克 鱼腥草15克 龙葵15克 射干15克 白糖或蜂蜜150毫升。上药加水600毫升，煎至200毫升，加白糖或蜂蜜分2次服用。每日2剂，小儿酌减。

5. 绿豆茶叶：绿豆25克捣烂 茶叶15克 红糖50克。用清水1碗煎煮绿豆、茶叶1刻钟去渣，加红糖1次服完。

6. 芦根50克 鲜萝卜200克 葱白7个 青橄榄7个。煮汤代茶饮。

7. 萝卜、甘蔗各500克 金银花10克 竹叶5克 白糖适量。萝卜与甘蔗切块、加水于砂锅内，下金银花、竹叶共煎，饮服时加白糖。可当茶饮，每日数次。

## 急性支气管炎

急性支气管炎是病毒和细菌的感染或物理、化学刺激所引起的气管和支气管的急性炎症。临床表现，起病往往有上呼吸道感染的症状，如鼻塞、喷嚏、咽痛、声嘶等。全身症状轻微，可有轻微畏寒、发热、头痛、全身酸痛等。主要症状为咳嗽，伴胸骨后疼痛。轻的仅为刺激性咳嗽，初时痰不易咳出，1~2日后咳液松动，由粘液转成粘液脓性痰。转重的病例往往在晨起，晚睡体位改变，或吸入冷空气或体力活动后，有阵发性咳嗽。有时终日咳嗽，甚至引起恶心，呕吐以及全胸或腹肌疼痛。急性支气管炎病程一般较短，发热和全身不适可在3~5日内消退；咳嗽有时延长数周方愈。

胸部检查，多无阳性体征，可有呼吸音粗糙或稍减低，偶可听到干、湿性罗音及哮鸣音，部分患者血中白细胞计数增多。

### 风寒束肺型

〔临床表现〕咳嗽，痰白而稀，或见恶寒发热，无汗，头痛，身痛，鼻塞流清涕，苔薄白，脉浮紧。

〔治法〕疏风散寒，宣肺止咳。

〔方药〕金沸草散：金沸草10克 前胡9克 荆芥9克（后下）细辛6克 半夏9克 茯苓12克 甘草6克 生姜3片 大枣5枚。或合三拗汤（麻黄9克 杏仁12克 甘草6克）加減。

〔成药〕金沸止咳丸，每次服1丸，每日3次；或用麻黄止咳丸，每次服1丸，每日3次。还可选用止咳丸，半夏片等。

〔单方验方〕

1. 炒杏仁10克 陈皮10克 生姜6克。水煎服，每日2次。

2. 麻黄6克 桂枝6克 白芍9克 干姜6克 细辛6克 五味子6克 法半夏9克 石膏30克 大枣4枚 甘草6克。水煎2次，分2次服，每日1剂。

### 〔饮食疗法〕

1. 紫苏粥：白术50克 梗米100克。如常法煮粥，趁热时加紫苏叶10~15克，热服。

2. 葱白粥：用糯米60克煮粥，后用生姜5片，连须葱白5茎共捣烂，粥好入姜、葱再微沸片刻，再加米醋5毫升，趁热饮用。

3. 萝卜姜椒饮：萝卜1个（300克左右） 白胡椒5粒 生姜5片 陈皮1片。煲熟饮汤。

4. 生姜红糖水：生姜30克（或老姜20克），水煎，入红糖适量，热服。

## 风热犯肺型

〔临床表现〕咳嗽、咯痰黄稠，或见发热，微恶风寒，口干咽痛，鼻塞流黄浊涕，舌尖红，苔薄白干或薄黄，脉浮数。

〔治法〕疏风清热，宣肺化痰。

〔方药〕桑菊饮：桑叶9克 菊花6克 连翘9克 薄荷6克（后下） 桔梗9克 杏仁12克 芦根9克 甘草6克加减。

〔成药〕桑菊感冒片，每次服4片，每日2~3次，或用蛇胆川贝液，每次服1支，每日3次。还可选用止咳青果丸、牛黄清肺散、黄石感冒片。

### 〔单方验方〕

1. 桑叶15克 菊花15克 淡豆豉10克。水煎服，每日2剂。

2. 鱼腥草30克 败酱草30克 薏苡仁30克 黄芩9克 贝母9克 杏仁9克 桑白皮15克 丹参15克 茯苓12克 炒白术12克 桔梗6克 炙甘草6克。水煎服，每日1剂。

〔饮食疗法〕

1. 橄榄煲萝卜：青橄榄 250 克 萝卜 500~1000 克。煎汤代茶，分多次饮用。
2. 苡米芦根粥：生苡米 60 克 鲜芦根 30 克 白米 30 克。煮粥服食。
3. 万寿菊糖水：万寿菊 15 克，清水 2 碗煎至 1 碗，去渣，加红糖适量调味饮用。

## 燥热伤肺型

〔临床表现〕干咳无痰或咳嗽痰少难咯，鼻咽干燥，咳甚则胸痛，或见恶寒，身热，舌尖红，苔薄干，或黄或白，脉浮数。

〔治法〕清肺润燥，止咳。

〔方药〕桑杏汤：桑叶 9 克 杏仁 10 克 沙参 15 克 浙贝母 9 克 淡豆豉 9 克 山栀子 9 克 梨皮 10 克。若病情较重者，可用清燥救肺汤：桑叶 9 克 石膏 15 克 杏仁 9 克 甘草 5 克 麦冬 9 克 人参 10 克 阿胶 9 克（溶化） 炒胡麻仁 9 克 炙枇杷叶 9 克。

〔成药〕贝母枇杷糖浆，每次服 10 毫升，每日 3 次；或用参麦止嗽糖浆，每次服 10 毫升，每日 3 次。还可适选用莱阳梨膏，梨膏，雪梨膏。

〔单方验方〕

1. 梨干 30 克 罗汉果半个 瓜蒌 20 克。水煎服，每日 1 剂。
2. 沙参 10 克 麦冬 15 克 桔梗 10 克 紫菀 10 克 款冬花 10 克 杏仁 10 克 枇杷叶 10 克 炙百部 10 克 甘草 6 克。水煎 2 次 1 分 2 次服，每日 1 剂。

〔饮食疗法〕

1. 梨贝桑杏饮：桑叶、杏仁、川贝母各 10 克，雪梨 1 个。水煎，去渣，入冰糖 3 克调味饮服。
2. 蜜糖炖木瓜：鲜熟木瓜 1 个（250~500 克），去皮，加蜜糖



适量炖熟吃。

3. 冰糖炖雪梨：雪梨 1 个（或香蕉 2 只），去皮，加冰糖（或蜜糖）适量，炖服。

4. 南杏桑白煲猪肺：南杏仁 20 克 桑白皮 15 克 猪肺 250 克。猪肺洗净切块，煲汤，饮汤食猪肺。

5. 罗汉果猪肺：罗汉果半个至 1 个 猪肺 250 克。猪肺洗净切块，煲汤，调味服食。