



中医自我诊病 与用药

主编 王富春 景 宽

长 春 出 版 社

前 言

中国医药学是一个伟大的宝库。历代医家和人民群众在长期的医疗实践中，创造和积累了很多有效的诊疗方法，为中华民族的繁衍昌盛和人民卫生保健事业做出了卓越的贡献，已经成为世界医学的重要组成部分。

中医诊病主要以望、闻、问、切四诊，即是以患者的自身症状与证候为诊断依据，一般无需特殊的仪器检查，所以具有很强的实用性。因此，编写一部家庭中医自我诊疗类书，是广大人民群众的需要，也是时代发展的要求。对于普及卫生知识，提高人口素质，保障人民群众的身体健康，都具有重要的意义。

本书编写，主要以中医内、外、妇、儿、五官等各科常见病、多发病为主。每一病证下分述各种不同证型的症状，并且在每

一证型下说明具备了哪些症状即可下此诊断和选择方药，以便于患者在进行自我测诊后，诊断自己的疾病和选择方药。

在选方用药方面，本书尽量突出简、便、廉、验等特点，尽量使用方法简便，药价低廉，药物易得，疗效可靠的单方、验方，及各地医药店均易买到的中成药等，便于患者自我治疗。

本书编写力求简明扼要，通俗易懂，使具有初中以上文化水平的读者均能阅读和使用。但由于编者水平所限，该书定有许多不足之处，望读者批评指正。

王富春于长春
1991年3月

《中医自我诊病与用药》编委会

主编	王富春	景 宽
编委	张颖欣	刘 洋
	魏丽娟	董 杰
	杨东红	李红丽
	张颜彤	史晓慧
	赵文葆	贾俊生
	韩宏妮	安亚莉

目 录

内 科 病

感冒..... (1)	积聚..... (48)
中暑..... (5)	眩晕..... (50)
哮喘..... (7)	中风..... (52)
咳嗽..... (10)	头痛..... (55)
吐血..... (13)	痹证..... (58)
厥证..... (15)	胁痛..... (60)
癫痫..... (18)	脚气..... (63)
胃痛..... (21)	水肿..... (65)
呕吐..... (25)	消渴..... (69)
呃逆..... (29)	惊悸..... (71)
泄泻..... (31)	不寐..... (74)
痢疾..... (35)	癫狂..... (78)
胸痛..... (38)	郁证..... (80)
腹痛..... (40)	淋证..... (82)
便秘..... (42)	癃闭..... (87)
黄疸..... (46)	遗精..... (89)

阳萎	(91)	尿血	(106)
疝气	(94)	虫病	(109)
面瘫	(97)	痿证	(113)
腰痛	(99)	肺痿	(116)
脱肛	(102)	肺癰	(118)
便血	(104)	肺癆	(121)

妇 科 病

月经先期	(125)	妊娠呕吐	(158)
月经后期	(128)	妊娠水肿	(160)
月经先后不定期	(131)	胎漏和胎动不安	(162)
经期延长	(133)	妊娠小便淋痛	(166)
月经过多	(134)	妊娠腹痛	(168)
月经过少	(136)	妊娠咳嗽	(170)
经行吐衄	(138)	妊娠失音	(171)
月经前后诸证	(140)	阴挺	(172)
绝经前后诸证	(142)	阴痒	(174)
痛经	(144)	产后发热	(176)
闭经	(147)	产后腹痛	(179)
崩漏	(150)	恶露不绝	(181)
带下	(155)	恶露不下	(183)
		产后血晕	(184)

产后大便难..... (185)	不孕症..... (188)
产后癃闭..... (186)	乳少..... (191)

儿 科 病

麻疹..... (193)	夜啼..... (210)
水痘..... (195)	痢证..... (211)
疳积..... (197)	汗证..... (213)
急惊风..... (199)	流口水..... (216)
慢惊风..... (199)	咳嗽..... (217)
脐风..... (201)	佝偻病..... (221)
脐湿..... (202)	虫证..... (223)
脐疮..... (203)	流行性腮腺炎 (225)
口疮..... (203)	百日咳..... (227)
腹泻..... (205)	
遗尿..... (208)	

外 科 病

疔疮..... (231)	湿疹..... (236)
乳痈..... (233)	乳癖..... (237)
痔疮..... (234)	肠痈..... (238)
瘰癧..... (235)	蛇丹..... (239)
癰瘤..... (235)	丹毒..... (240)

扁平疣·····	(241)	扭伤·····	(248)
牛皮癣·····	(242)	有头疽·····	(250)
风疹·····	(243)	疥疮·····	(251)
斑秃·····	(246)	脱疽·····	(252)

五 官 科 病

目赤肿痛·····	(255)	聾耳·····	(267)
针眼·····	(257)	眼睑下垂·····	(268)
红眼病·····	(258)	近视·····	(268)
迎风流泪·····	(260)	鼻渊·····	(269)
青盲·····	(261)	鼻衄·····	(271)
暴盲·····	(263)	牙痛·····	(273)
耳鸣耳聾·····	(265)	咽喉肿痛·····	(274)

内 科 病

感 冒

一、风寒感冒

(一) 测诊

1. 怕冷畏寒，身热不高。
2. 头痛无汗，四肢关节酸痛。
3. 鼻塞流清涕，喷嚏，声音重浊。
4. 咳嗽，喉痒，痰稀薄色白。
5. 口不渴或喜热饮。

如果上述症状有三组以上者，即可诊为风寒感冒。若还伴有其他症状者，也应诊为此病，按此症治疗。

(二) 用药

1. 荆芥、防风、生姜各 15~20g，柴胡、薄荷各 10~25g，以水煎服。

2. 紫苏、荆芥、薄荷各 6g，水煎服。

3. 生姜 40g，大葱白 60g，红糖 60g。用法是生姜切片，合大葱同煎，取汤放入红糖烊化，分早晚两次服用。

4. 紫苏 15g，生姜 15g，大蒜 10g。三药同煎，沸即止，加盖浸 30 分钟，分早、晚 2 次服。

5. 白芷 3g, 冰片 60mg, 研细粉, 用药棉沾少量药粉, 塞一侧鼻孔中。

6. 中成药: 治感片, 每次 4 片, 每日 3 次, 用温开水送服。

二、风热感冒

(一) 测诊

1. 身热较高, 微怕风寒。
2. 汗出, 头胀痛。
3. 咳嗽, 痰粘或黄。
4. 咽喉干燥, 或咽喉红肿疼痛。
5. 鼻塞, 流黄浊涕。
6. 口干口渴, 欲饮。

除上述第 1、2 两组主证外, 兼见其他症状两组以上者, 均可诊为风热感冒。

(二) 用药

1. 连翘、薄荷、竹叶、桔梗、甘草各 10~20g, 银花、芦根 10~15g, 以水煎服。另外, 如果是流行感冒风热症状重者, 还可加大青叶、蒲公英、草薢各 15~25g。

2. 竹叶 12g, 薄荷 5g, 杏仁 10g, 连翘 10g, 水煎服。

3. 大青叶 50g, 金银花 30g, 贯众 50g, 三药同煎, 去渣, 分早、晚 2 次服。

4. 薄荷 20g, 菊花 40g, 将二药先放入暖瓶, 然后将开水倒入, 加盖 1 小时后代茶饮。亦可预防感冒。

5. 羚羊感冒片 (成药), 每次 4~6 片, 每日 2 次口服。

6. 银翘解毒丸 (成药), 每次 1~2 丸, 每日 2 次口服。

7. 鲜石胡荽适量揉碎, 取少量, 塞一侧鼻孔。

三、暑湿感冒

(一) 测诊

1. 身热、微怕风寒。
2. 肢体沉重或疼痛。
3. 头昏重胀痛。
4. 鼻流浊涕，咳嗽痰粘。
5. 心烦口渴，渴不多饮。
6. 口中粘腻。
7. 胸闷泛恶。
8. 小便短赤。

如果以上症状有 5 组以上者，即可诊为暑湿感冒。

(二) 用药

1. 银花、连翘各 15~20g，香薷、厚朴、扁豆各 10~15g，水煎服。
2. 藿香正气丸（成药），每次 1 丸，每日 2 次口服。
3. 感冒解热冲剂（成药），每次 1 袋，每日 3 次口服。

四、气虚感冒

(一) 测诊

1. 畏寒较重，发热不甚，自汗。
2. 身体酸楚，倦怠嗜卧。
3. 咳嗽，咳痰无力。

有以上两组症状者，即可诊为气虚感冒。

(二) 用药

1. 人参、茯苓、甘草各 10~20g，苏叶、葛根、前胡各 10~15g，桔梗 10g，水煎服。

2. 黄芪、桂枝各 15g, 芍药 10g, 生姜 5 片, 大枣 10 枚, 水煎服。

3. 中成药: 抗感冲剂, 每次 1 袋, 每日 3 次口服。

五、阴虚感冒

(一) 测诊

1. 身热、微怕风寒。
2. 少汗、头昏。
3. 心烦、口干咽燥。
4. 干咳少痰。

如果有上述三组症状以上者, 即可诊为阴虚感冒。

(二) 用药

1. 玉竹 20g, 甘草 10g, 大枣 3~5 枚, 豆豉、薄荷、葱白、桔梗各 10~20g, 水煎服。

2. 中成药: 抗感灵干糖浆, 每次 1 袋, 每日 3 次口服。
说明: 治疗期间应认真观察, 注意煎药及服药要求。

一般每日 1 剂, 分 2~3 次口服, 水煎宜于轻煎, 不可过煮, 乘温热服, 服后避风, 或加衣被取汗, 或吃热稀饭、汤以助药力, 得汗为病邪外达之象, 无汗是邪尚未祛。出汗后尤应避风保暖, 以防复感。并多饮开水, 适当休息。

一般而言, 感冒本属轻浅之疾, 只要能及时而恰当地处置, 或选用适当的简验方、中成药, 即可较快痊愈, 但对老年、婴幼儿、体弱患者及时感重症, 必须加以重视, 注意有无特殊情况, 防止发生转变, 或同时夹杂其他疾病。必要时应住院观察治疗。

中 暑

一、实证

(一) 测诊

1. 在炎热气候中或高温环境下过度体力活动等。
2. 多见于身体比较壮实之人。
3. 突然头晕头痛、两眼晕花。
4. 高热、汗出。欲呕不能，或上吐下泻。
5. 面色红，口渴多饮，尿赤。
6. 突然昏倒、不省人事。

除上述第 1、2 两组症状外，兼见其他两组以上症状者，即可诊为中暑实证。

(二) 用药

1. 石膏 25g，知母 12g，甘草 6g，粳米 9g，水煎服。
2. 大蒜 3~5 瓣，捣烂和开水灌下，用于中暑昏倒、不省人事。
3. 绿豆、西瓜皮、冬瓜皮，不拘用量，水煎服。
4. 刮痧法：用细料瓷调羹（或铜钱），以植物油或凉开水涂抹调羹口（或铜钱），刮病人的背脊两旁、肘弯、膝弯等处，轻向下刮，以出现紫红斑为度（初起及昏倒者均可用）。

二、虚证

(一) 测诊

1. 夏季天气炎热，或在高热的环境中工作，超过了人的耐受能力。

2. 多见于身体虚弱的人。
3. 头晕干呕，身热汗出。
4. 精神衰惫，四肢困倦，胸满气短。
5. 突然昏倒，面色苍白。
6. 冷汗自出，四肢冰冷，烦躁不安。

有上述第 1、2 两组症状，兼见其他症状两组以上者，均可诊为中暑虚证。

（二）用药

1. 通关散或痧气丸（研碎）取少许吹鼻内。
2. 大蒜头半个捣汁灌鼻内，或生姜捣汁灌也可以。
3. 猪牙皂角 30g，细辛 10g（研细末），冰片 1.8g，三味药和匀，取少量吹鼻内。（上三方用于急救）。
4. 党参 15g，麦冬 15g，五味子 3g，以水煎，再加入硃砂 0.3g，调匀服（此方用于调理）。

说明：治疗中暑，须及时救治。先将病人抬到阴凉的地方，平卧，将衣带解开，然后分别虚、实进行救治。严重中暑者，应随时处理，不要等待送医院，即使是送医院的途中，也要不断地观察、治疗。昏迷病人，装有假牙的，要取下，以防堵塞气管造成窒息，或误吞入胃。昏迷而抽风的病人，可用压舌板或筷子（裹上纱布）撑开口腔，以防抽风咬伤舌尖。

中暑是比较危急的病证，在炎热季节或高温环境下工作，必须做好预防。预防中暑，一般要做到以下几点：

1. 炎热季节，要做好防暑降温工作，注意室内通风。
2. 在烈日下劳动要戴草帽，备用清凉饮料。并要注意劳逸结合。适当时间必须在阴凉通风处休息。
3. 注意饮食起居。饮食要清洁卫生，一般以清淡为宜。

4. 要节制房事。房事过度可以使人虚损而使暑邪乘虚发病。

5. 慢性疾病要早期治疗。

6. 高温或日下工作时，如出现头晕、恶心、乏力的中暑先兆症状，应当立即到阴凉处休息，并服防暑药品和清凉饮料。

哮喘

一、寒证

(一) 测诊

1. 咳嗽，气喘，胸闷。
2. 呼吸紧迫感，喉痒。
3. 痰色白而清稀，口不渴。
4. 头身痛，手足不温，怕冷。
5. 轻微发热，无汗。

除上述第1、2两组主证外，兼见其他症状一组以上者，即可诊为寒性哮喘。

(二) 用药

1. 麻黄 4.5g，杏仁 10g，细辛 1.5g，甘草 3g，以水煎服。可酌加前胡、橘红等，以顺气化痰。

2. 麻黄、五味子、甘草各 30g，研细末，分作 30 包，每日 2 次，每次 1 包。

3. 石菖蒲 12g，葱白 3 根，生姜 30g，艾叶一把，共捣烂，炒热，用白布包好，从背部（肺俞穴处）向下摩擦。

4. 白芥子 3g，胡椒 1.5g，细辛 0.6g，共研成细粉，生

姜汁调敷肺俞穴（第三胸椎下，左右旁开二横指处）。

二、热证

（一）测诊

1. 咳喘气粗，甚则张口抬肩。
2. 气促胸高，喉中哮鸣。
3. 痰量少，痰黄而粘稠。
4. 发热，汗出，口干喜冷饮。

如果上述症状有三组以上者，即可诊为热性哮喘。若还伴有其他症状者，也应诊为此病，按此证治疗。

（二）用药

1. 桑白皮、地骨皮各 10g，甘草 3g，粳米 1 撮，水煎服。

2. 地龙，研粉末，每次服 3~6g（可装胶囊贮吞），每日 3 次。

3. 桑白皮、苦葶苈各等份，炒黄，捣为粗末，水煎 15g，去渣，饭后温服。

4. 满山红制剂（商品名“消咳喘”）每日 3 次，每次 7~10ml，温开水送服。

三、痰证

（一）测诊

1. 咳嗽，气喘，喉中痰鸣。
2. 痰多粘腻，咯吐不利。
3. 胸中满闷，或胸胁痛。
4. 恶心，口淡无味。

如果具备上述四组症状，即可诊为痰证哮喘。

（二）用药

1. 半夏 9g，皂角去皮炙 6g，甘草 3g，生姜 3 片，水煎服。

2. 苏子（炒）10g，葶苈子（炒）6g，白芥子（炒）10g，研成细粉，生姜 3 片煎汤送下。

3. 莱菔子（蒸），皂角（烧存性），姜汁和蜜丸如梧桐子大，每次 50 丸，每日 2~3 次。

4. 猪胆汁，烘干研粉，每次 3~6g（胶囊贮吞），每日 3 次。（牛、鸡胆汁亦可用，用法、用量同）

5. 陈胆星 3 克，以水煎服，每日 3 次。

四、虚证

（一）测诊

1. 喘促短气，痰液清稀。

2. 喘促日久，呼多吸少。

3. 稍一活动喘促加剧。

4. 面色㿖白，汗出。

5. 精神疲倦，乏力。

如果有上述三组症状以上者，即可诊为虚证哮喘。

（二）用药

1. 红人参 3g，五味子 20 粒（1 次量），研末，每日 2 次口服。

2. 人参 6g，胡桃肉 2 枚（去壳不去皮），生姜 5 片，大枣 2 枚，水煎服。

3. 胡桃肉 500g，杏仁 150g，蜜丸，每丸重 10g，每日 2 次。主要用于老人虚喘。

4. 核桃肉、蜜炙生姜片，2 味同放口中嚼汁咽下。