

掌
中
查
享
生
活

ZHANGZHONGCHA

奇效偏方

掌
中
查



龚
仆

编著

汇集古今经典药方，小病小恙不求人，省钱省时更省心，易学实用，一用就灵！



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

掌 中 查 享 生 活

ZHANGZHONGCHA

奇效偏方 掌中查

崔 仆 编著



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社

THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

奇效偏方掌中查 / 龚仆编著. — 福州 : 福建科学技术出版社, 2013.2

ISBN 978-7-5335-4202-3

I. ①奇… II. ①龚… III. ①土方—汇编
IV. ①R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第290481号

书 名	奇效偏方掌中查
编 著	龚 仆
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路76号 (邮编350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行(集团)有限责任公司
印 刷	北京缤索印刷有限公司
开 本	880毫米×1230毫米 1/64
印 张	4.375
字 数	140千字
版 次	2013年1月第1版
印 次	2013年2月第2次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-4202-3
定 价	24.80元

(本书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换 010-62967135)



目录

Contents

中医方剂基础知识大盘点：

认识中医药

中药组方的常见禁忌 / 20

配伍禁忌 / 20

妊娠用药禁忌 / 20

服药饮食禁忌 / 21

食物的中医属性 / 22

归心经的食物 / 22

归脾经的食物 / 22

归肾经的食物 / 23

归胃经的食物 / 24

归肺经的食物 / 24

归肝胆经的食物 / 25

中医方剂中的

“药引” / 26

引经作用 / 26

调味作用 / 26

增强疗效 / 26

解毒作用 / 27

保护胃肠道作用 / 27

服用中药常见问题

解答 / 28

常见不适小偏方：

纠正亚健康，构建身体防疫屏障

口臭特效小偏方 / 34

茯神丸方 / 34

五香丸 / 34

川芎白芷汤 / 35

泻白散加减方 / 35

头痛特效小偏方 / 36

豆豉葱酒 / 36

山药鹌鹑蛋汤 / 36

炖羊脑 / 37

芦根决明茶 / 37

眩晕特效小偏方 / 38

夏枯草猪肉汤 / 38

白果仁桂圆肉汤 / 38

天麻方 / 39

茯苓桂枝白术汤 / 39

失眠特效小偏方 / 40

补脾安神方 / 40

益气镇静方 / 40

归脾汤 / 41

健忘特效小偏方 / 42

枸杞核桃粥 / 42

川芎天麻炖猪脑汤 / 42

人参鸡菇汤 / 43

耳鸣特效小偏方 / 44

天麻芷蚕洗方 / 44

养心宁神方 / 44

肉苁蓉炖羊肾 / 45



呼吸科病症小偏方：

还您清新自由呼吸

气管、支气管炎特效

小偏方 / 48

茯苓薏仁粥 / 48

西瓜秧煮鸡 / 48

葱枣茶饮 / 49

蜜饯双仁 / 49

支气管哮喘特效小

偏方 / 50

蛤蚧粥 / 50

南瓜蜂蜜饮 / 50

参蛤定喘散 / 51

柚子皮炖猪心肺 / 51

肺气肿特效小偏方 / 52

补肺益肾方 / 52

降气开结方 / 52

百合酸枣仁鸡蛋汤 / 53

肺炎特效小偏方 / 54

仙草炖鸡 / 54

桑白皮粥 / 54

银芦薄荷饮 / 55

肺结核特效小偏方 / 56

百合粥 / 56

贝母甲鱼 / 56

白及冰糖燕窝 / 57

消化科病症小偏方：

肠胃养护好，百病不来找

打嗝特效小偏方 / 60

四汁方 / 60

青萝卜丝食醋方 / 60

姜末粥 / 61

温补降逆汤 / 61

呕吐特效小偏方 / 62

三黄泻心汤加味 / 62

姜夏党参汤 / 62

镇逆汤 / 63

越鞠丸 / 63

便秘特效小偏方 / 64

狗肉红薯汤 / 64

郁李仁粥 / 64

决明子茶 / 65

泄泻特效小偏方 / 66

健脾益胃汤 / 66

银耳莲子汤 / 66

山楂神曲粥 / 67

痢疾特效小偏方 / 68

白头翁汤 / 68

生姜花椒汤 / 68

鱼腥草山楂炭汤 / 69

黄芩导赤汤 / 69

消化不良特效小偏方 / 70

豆蔻牛奶饮 / 70



萝卜汤 / 70

山楂核桃饮 / 71

慢性胃炎特效小偏方 / 72

生姜粳米粥 / 72

清胃疏肝方 / 72

蒸火腿 / 73

胃痛特效小偏方 / 74

大建中汤 / 74

黄连汤 / 74

附片羊肉汤 / 75

胃下垂特效小偏方 / 76

加味补中益气汤 / 76

吴茱萸汤合延年汤 / 76

升阳和胃汤 / 77

肝部病症特效小偏方 / 78

大黄甘草汤 / 78

茵陈二苓清利汤 / 78

参精润燥方 / 79

神经、精神科病症小偏方：

安神健脑，乐享健康生活之道

面部三叉神经痛特效小
偏方 / 82

全蝎鳝鱼汤 / 82

豨莶草乌鸡汤 / 82

芎菊粥 / 83

神经衰弱特效小偏方 / 84

枸杞红枣煮鸡蛋 / 84

蛤士蟆菠菜汤 / 84

枣仁丹参蒸石斑 / 85

抑郁症特效小偏方 / 86

加味道遥散 / 86

麦冬煮鹌鹑蛋 / 86

百合炒青笋 / 87

坐骨神经痛特效小
偏方 / 88

羌独防己薏仁汤 / 88

桃红血藤地龙汤 / 88

加味五虎散 / 89

老年痴呆症特效小
偏方 / 90

石柑汤 / 90

养心健脾醒脑方 / 90

松针饮 / 91

疏肝解郁方 / 91

癫痫特效小偏方 / 92

当归川芎活血化瘀方 / 92

橄榄郁金汁 / 92

榛蘑白糖汁 / 93



心脑血管、内分泌科病症小偏方：

选对治疗偏方，捍卫心脑血管健康

低血压特效小偏方 / 96

人参粳米粥 / 96

西洋参麦冬方 / 96

当归川芎鸡 / 97

当归生姜炖羊肉 / 97

高血压特效小偏方 / 98

十一味温胆汤 / 98

七子汤 / 98

羌活胜湿汤 / 99

高脂血症特效小

偏方 / 100

山楂陈皮龙井茶 / 100

蟹肉烧茄子 / 100

大藕点心 / 101

冠心病特效小偏方 / 102

茱萸汤 / 102

细辛散 / 102

三七炖金钱龟汤 / 103

脑卒中特效小偏方 / 104

臭牡丹花生壳汤 / 104

黄芪赤芍红花汤 / 104

鹿杞粥 / 105

糖尿病特效小偏方 / 106

李氏消渴灵 / 106

益气养阴固本汤 / 106

消糖丸 / 107

五官科病症小偏方：

五官健康，焕发满面容光

沙眼特效小偏方 / 110

明目汤 / 110

二矾菊梅洗方 / 110

除风清脾饮 / 111

角膜炎、睑腺炎特效
小偏方 / 112

龙胆草冰片方 / 112

防风散结汤加减方 / 112

三黄秦皮薤仁洗方 / 113

三黄参菊洗方 / 113

眼干燥症特效小
偏方 / 114

银翘散加减方 / 114

增液汤加减方 / 114

四参汤 / 115

夜盲症特效小偏方 / 116

消盲汤 / 116

决明茅术散 / 116

菠菜谷精草炖羊肝 / 117

车前草煎鸡蛋 / 117

白内障特效小偏方 / 118

地黄二子粥 / 118

沙苑子猪肝汤 / 118

首乌黄豆烩猪肝 / 119

青光眼特效小偏方 / 120

菊明汤 / 120

抗青汤 / 120

归龙致心汤 / 121

耳聋特效小偏方 / 122

活血化瘀方 / 122

龙荟通耳枕 / 122

甘遂塞耳方 / 123

中耳炎特效小偏方 / 124

通气银翘散 / 124

耳疳散 / 124

化痰祛淤方 / 125

鼻炎特效小偏方 / 126

苍耳辛夷黄芩汤 / 126

枸杞甘草方 / 126

鼻炎灵 / 127

咽炎特效小偏方 / 128

清咽粥 / 128

桔梗炒苦瓜 / 128

鱼腥草猪肺汤 / 129

牙龈出血、肿痛特效

小偏方 / 130

齿衄漱口方 / 130

消肿排脓方 / 130

天胡荽醋方 / 131

牙周炎特效小偏方 / 132

滋阴清胃方 / 132

菊花汤 / 132

白虎汤加味 / 133

咸橄榄芦根茶 / 133

牙痛特效小偏方 / 134

荜茇防风良姜方 / 134

生地黄汁 / 134

石膏细辛丹皮散 / 135

升麻薄荷饮 / 135

皮肤科病症小偏方：

告别皮肤病困扰

斑秃、脱发特效小

偏方 / 138

柏枝椒仁半夏方 / 138

笔头菜汁 / 138

二黄散 / 139

当归生熟地黄川

芎汤 / 139

乌发特效小偏方 / 140

桑葚旱莲草方 / 140

乌发丸 / 140

天门冬熟地黄丸 / 141

地黄丸 / 141

皮肤瘙痒特效小偏方 / 142

清风散 / 142

加味四物汤 / 142

荆防牛蒡汤 / 143

治痒特效小偏方 / 144

苏叶防风重楼洗方 / 144

黄柏蛇床子方 / 144

冰黄酒 / 145

绿豆桑叶方 / 145

痤疮特效小偏方 / 146

黄白煎 / 146

茯苓地榆方 / 146

紫黄汤 / 147

山楂香蕉汤 / 147

手足皲裂特效小偏方 / 148

当归饮子方 / 148

生肌散 / 148

白及海桐皮方 / 149

冻疮特效小偏方 / 150

羊油敷方 / 150

辣椒水泡方 / 150

肉桂姜椒方 / 151

茄子秸辣椒方 / 151

湿疹、荨麻疹特效小
偏方 / 152

竹节菜粥 / 152

乌梢蛇汤 / 152

当归黄芪汤 / 153

疏风凉血汤 / 153

带状疱疹特效小
偏方 / 154

二黄柏树枝方 / 154

二黄五倍子芒硝方 / 154

三黄归地青黛方 / 155

脂溢性皮炎特效
小偏方 / 156

清脾除湿饮 / 156

降湿胃苓汤 / 156

大黄细辛酊剂 / 157

白癜风特效小偏方 / 158

祛风清斑汤 / 158

通窍活血汤 / 158

加减通窍活血汤 / 159



男科、妇科病症小偏方：

认准病症再下药，小小偏方有奇效

阳痿特效小偏方 / 162

鸡睾丸 / 162

人参肉苁蓉丸 / 162

杞叶羊肾汤 / 163

核桃仁粥 / 163

早泄特效小偏方 / 164

化瘀赞育汤 / 164

安神汤 / 164

生地知母汤 / 165

睾丸炎特效小偏方 / 166

加味四苓汤 / 166

桃仁川芎橘核粉 / 166

解毒散结汤 / 167

前列腺炎特效小偏方 / 168

劳淋汤 / 168

加味黄芪甘草汤 / 168

化阴煎 / 169

复方地虎汤 / 169

男性更年期综合征特效小偏方 / 170

杞菊熟地山药汤 / 170

加味甘麦红枣汤 / 170

附桂参芪汤 / 171

首乌粳米粥 / 171

乳腺增生特效小偏方 / 172

乳块消汤 / 172

加味瓜蒌汤 / 172

青皮山楂粥 / 173

乳腺炎特效小偏方 / 174

消化汤 / 174

漏通酒 / 174



桃树皮煮鸡蛋 / 175
豆腐大飞扬草汤 / 175
外阴瘙痒特效小
偏方 / 176
莲子煮蚌肉 / 176
萆薢薏仁汤 / 176
龙胆泻肝汤 / 177
白芷萆薢甘草汤 / 177
带下特效小偏方 / 178
加减八物汤 / 178
完带汤加味 / 178
甘草荞麦丸 / 179
阴道炎特效小偏方 / 180
化痒汤 / 180
芦荟丸 / 180
地黄龙胆汤 / 181
五物外用方 / 181
宫颈炎特效小偏方 / 182
蚌肉炖鸡冠花 / 182
党参白术汤 / 182



猪苓土茯苓汤 / 183
鲫鱼薏仁汤 / 183
宫颈糜烂特效小
偏方 / 184
清宫败毒饮 / 184
狼毒车前汤 / 184
五倍子散 / 185
马鞭蒸猪肝 / 185
子宫脱垂特效小
偏方 / 186
龙胆泻肝汤 / 186
黄芪白术粥 / 186
莲子煮猪肚 / 187
更年期综合征特效
小偏方 / 188
茯苓山药蒸鳗鱼 / 188
沙参炖豆腐 / 189

肿瘤科病症小偏方：

妙用小偏方，远离肿瘤威胁

乳腺癌特效小偏方 / 192

忍冬花饮 / 192

浙贝香附饮 / 192

柴胡丹皮饮 / 193

子宫肌瘤特效小偏方 / 194

丹参赤芍汤 / 194

消积通经丸 / 194

桂枝茯苓丸 / 195

肺癌特效小偏方 / 196

柴胡芍药饮 / 196

泡参饮 / 196

三棱桃仁饮 / 197

肝癌特效小偏方 / 198

正元丹 / 198

白花蛇舌草饮 / 198

半枝莲饮 / 199

胃癌特效小偏方 / 200

人参茯苓饮 / 200

四七调气汤 / 200

竹叶汤 / 201

鼻咽癌特效小偏方 / 202

二参二冬汤 / 202

柴辛汤 / 202

白山桃花汤 / 203

淋巴瘤特效小偏方 / 204

大黄散 / 204

地黄煎 / 204

升麻汤 / 205

膀胱癌特效小偏方 / 206

泽泻饮 / 206

车前子饮 / 206

冬葵子饮 / 207



食道癌特效小偏方 / 208

半夏附子饮 / 208

半夏龙葵饮 / 208

麝香夜牛酒 / 209

水蛭散 / 209

直肠癌特效小偏方 / 210

龙葵饮 / 210

二白饮 / 210

槐花直肠饮 / 211

脑瘤特效小偏方 / 212

半夏南星汤 / 212

软坚化瘀汤 / 212

通窍活血汤加减方 / 213

白血病特效小偏方 / 214

三参汤 / 214

马鞭草饮 / 214

马黄汤 / 215

其他病症小偏方：

偏方在手，杂症无忧

颈椎病特效小偏方 / 218

益肾方 / 218

加减壮骨丸 / 218

骨痹汤 / 219

肩周炎特效小偏方 / 220

苍耳子方 / 220

五藤饮 / 220

独活桂枝汤 / 221

灵仙防己汤 / 221

腰腿痛特效小偏方 / 222

黄芪元胡苏木汤 / 222

牛膝汤 / 222

灵桃熏洗方 / 223

关节炎特效小偏方 / 224

三蛇酒 / 224

熟地当归牛膝汤 / 224

忍冬石膏知母汤 / 225

痹症特效小偏方 / 226

舒筋活血止痛汤 / 226

加减乌梅丸 / 226

大葛根汤 / 227

跌打伤特效小偏方 / 228

三七叶外敷方 / 228

解痉汤加味 / 228

桃仁杜仲汤 / 229

迎春花瓣泥 / 229

肥胖症特效小偏方 / 230

茉莉玫瑰饮 / 230

山楂槐花饮 / 230

参芪升麻泽泻汤 / 231

番泻饮 / 231

烧、烫伤特效小偏方 / 232

石灰麻油方 / 232

云南白药方 / 232

苍术方 / 233

大黄苦参方 / 233

毒虫咬伤特效小偏方 / 234

姜糖方 / 234

青木香方 / 234

蓖麻子松香方 / 235

附录一 居家常备小偏方

冬瓜灵芝汤 / 236

固元膏 / 237

雪莲牛筋汤 / 238

三宝羹 / 239

归参山药猪腰 / 240

双鞭壮阳汤 / 241

复元汤 / 242

党参红枣粥 / 243

九九归一汤 / 244

荷花首乌肝片 / 245