

阳痿早泄食补秘方

云山 编

宁夏人民出版社

治阳痿早泄食补秘方

云山 著

宁夏出版社出版发行

责任编辑:张君学

封面设计:卫 东

治阳痿早泄食补秘方

云山 著

* * *

宁夏出版社出版

开本:850×1168 1/32 印张:7

印数:1—5000 册

1998 年第 1 次印刷

ISBN7-5010-468-6/Z.126

定价:12.80 元

目 录

治阳痿履方一百九十一·····	(1)
治遗精秘方一百四十八·····	(61)
外治壮阳秘方四十三·····	(97)
补肾壮阳药膳·····	(109)
一、壮阳食谱·····	(110)
二、补肾食谱·····	(118)
三、补血食谱·····	(135)
四、健脾食谱·····	(142)
五、安神食谱·····	(148)
六、润肺食谱·····	(155)
七、降压食谱·····	(165)
八、明目食谱·····	(167)
九、强精回春食谱·····	(171)
补肾壮阳健身药粥·····	(189)
一、补气药粥·····	(190)
二、补血药粥·····	(193)
三、补阴药粥·····	(195)
四、补阳药粥·····	(198)
补肾壮阳药酒·····	(209)

治阳痿秘方一百九十一

方 1

- 用料** 淫羊藿、仙茅、潼蒺藜、枸杞子、生苡仁各 30 克，羊腰子 1 对。
制法 先药物晒干，共研细末过筛。将羊腰子用开水烫硬，剥去外皮，焙干研为细末。再与上药混匀，炼蜜为丸，如豌豆大小。
服法 每次服 9 克，早晚各服 1 次。

方 2

- 用料** 狗肾(即狗的外生殖器和睾丸)
制法 将狗肾精洗净，焙干研成细末。
服法 每服 0.3~0.9 克，每日 1 次

方 3

- 用料** 蜂房。
制法 蜂房烧存性，研为细末。
服法 每服 6 克，每日 3 次，温开水冲服。

方 4

- 用料** 海参、鹿茸各 30 克。
制法 用白开水炖煮。
服法 内服，每日 1 次。

方 5

- 用料** 羊肉 120 克，羊肺 1 具。
服法 将羊肉、羊肺洗净切细后，加入盐、酱等佐料，作成肉羹。
服法 趁热空腹食用。

方 6

- 用料** 哈士蟆油(赤腺蛙科青蛙的干燥输卵管，原产东北松花江流域)。

制法 将蛤士蟆油放入肉汤中煮透熬软；或将蛤士蟆油放入砂锅中加冷水炖烂，加白糖或蜂蜜。

服法 连汤一起吃，1日3次，每次5~10克。

方 7

用料 五加上皮 40 克，酒 1000 毫升。

制法 将五加皮放入坛中，注入白酒静置冷浸 1 周。

服法 每日少量饮服，每日 3 次。

方 8

用料 菖蒲、远志、韭菜子各 6 克，桑螵蛸、锁阳、益智仁、牡蛎、龙骨各 12 克，酸迎肺枣仁 15 克，淫羊藿 10 克。

服法 每服 1 丸，淡盐水送下。

(此为迟纯家传方)

方 9

用料 蛇床子。

制法 秋日采集晾干，收贮备用。

服法 每次 3~5 克，每日 3 次煎服。

方 10

用料 菟丝子。

服法 种子或全早，一次 2~3 克煎服，每日 3 次。

方 11

用料 螳螂。

制法 用整个螳螂，焙干烧黑研成粉末。

服法 每次 1~2 克，1 日 4 次服用。

方 12

用料 海狗。
制法 取海狗阴茎、睾丸或脐之干燥品，研成粉末。
服法 每次 3~10 克，每日 3 次内服。

方 13

用料 蒿雀(黄道眉、黄鸟)数只。
制法 取其生肉，加水煮熟。
服法 食用，每次数量至少数只。

方 14

用料 匾蓄 30 克，茶叶适量。
制法 两者混合，泡开水。
服法 当茶饮。

方 15

用料 五加根茎之根皮。
制法 于发芽前采取之。
服法 每次 2~3 次克煎服，每日 3 次，或制成五加皮酒饮用。

方 16

用料 淫羊藿 500 克，酒 7000 克。
制法 将淫羊藿置净瓶中，注入白酒，浸 3~7 日。
服法 随时少量饮用。

方 17

用料 麻雀 1 只。
制法 将麻用泥封固，慢火烧熟。
服法 每晨 1 只服食，连服 1 个月。

方 18

用料 麻雀蛋 3 只。
制法 水煮熟。
服法 每晨连服 3 只，服食 1 个月。

方 19

用料 胎盘 2 个(焙干)，芝麻(炒之)、早稻米(微炒)得 500 克。
制法 共研为细末，炼蜜为丸，每丸重 6 克。
服法 每日早晨服 2 丸。

方 20

用料 蛤蚧尾 10 克，鹿茸粉 5 克。
制法 共研细末。
服法 每次半量空腹服用。

方 21

用料 蚕蛾 25 克(文火焙干)。
制法 研为细末。
服法 晚上一次吞服。

方 22

用料 鲜河虾、黄酒各 360 克，白酒 180 克。
制法 将河虾用白酒浸泡 24 小时，去掉白酒后，再用黄酒将虾煮熟。
服法 吃虾、喝黄酒。1 次服下，每日 1 剂，连服 3~5 剂。(服药期间忌房事)。

方 23

用料 大熟地 30 克，萸肉、杜仲、菟丝子各 12 克，云苓、西洋参、枸杞果、淫羊藿、寸芸各 9 克，五味子 3 克，肉桂、鹿鞭各 6 克，甘草、白芥子各 4.5 克。
服法 水煎服，分 2 次服，每日一剂。

24

- 用料** 鱼鳔 150 克,狗肾 1 具,海马 15 克。
- 制法** 将鱼鳔烘软,切段,和蛤粉同炒,过筛,研为细末。狗肾及海马烘干,和鱼鳔粉共为末。
- 服法** 每日 3 次,每次 5~克,空腹米汤送服。1 个月为 1 疗程。

方 25

- 用料** 羊睾丸 1 对,鹿茸 3 克,白酒 500 毫升。
- 制法** 宰羊取睾丸(小山羊为佳)洗净血液,悬挂于通风处晾干,和鹿茸一同放入白酒中,浸泡半个月,密闭贮存。
- 服法** 每日 1 次,每次 1 盅(15~24 毫升),隔日 1 饮。(服食期间忌食葱、姜、椒、蒜)

方 26

- 用料** 猪睾丸 1 对,羊鞭 1 具,雄鸡腰 5 对,胎盘 1 具。
- 制法** 将猪睾丸(以仔猪为佳)、凌晨鞭、雄鸡腰及胎盘漂洗干净,切成薄片,烘干,研末。
- 服法** 每日 3 次,每次 5~克,温天水送服。1 个月为 1 疗程。

方 27

- 用料** 鱼鳔 30 克,雀卵 2 个,粳火 100 克。
- 制法** 将鱼鳔烘软,切成条状,锅内放水煎煮 1 小时,再入粳火煎熬成粥,最后打入调和均匀的雀卵,再煮 2~3 沸。
- 服法** 以上为 1 次剂量,隔日 1 次,空腹服用。1 个月为 1 疗程。

方 28

- 用料** 生龙骨、生牡蛎、芡实子、巴戟天、枸杞子、淫羊藿、补骨脂、肉桂各 6 克,八角茴香 5 克,石菖蒲 9 克,阳起石 12 克,党参、公丁香、鹿角胶、紫河车、菟丝子各 30 克,炒枣仁、肉苁蓉各 60

克,海狗肾 2 具。

制法 先将海狗肾、紫河车放瓦上焙黄,与诸药一起研面过筛后,炼蜜为丸,每丸 10 克。

服法 早晚空腹各服 1 丸。14 日为一疗程。忌食荞麦面及饮茶水,节制房事。

(此方由河南南阳张仲景医院乔德甫提供)

方 29

用料 熟地、枸杞子、萸肉、肉桂、怀山药、巴戟天、破故纸、锁阳、淫羊藿各 60 克,覆盆子、川断各 30 克,炒杜仲 40 克,党参 100 克,冰片 3 克。

制法 上药共研细面,炼蜜为丸,每丸重 9 克。

服法 每日 3 次,每次 1 丸。

(此方由义马矿务局医院李太安提供)

方 30

用料 覆盆子。

服法 取汁煎汤服用。

方 31

用料 雀卵石、天雄、菟丝子。

制法 共为末,为末如梧桐子大小。

服法 空心温酒下 5 丸。

方 32

用料 蛇床子。

服法 蛇床子煎浓汤,浸洗男性生殖器,1 日 2~3 次,每次 20 分钟为宜。

方 33

用料 枸杞子 500 克。

服法 每日 15 克，嚼碎后徐徐咽下，连服 1 个月。

方 34

用料 破故纸、山茱萸、枸杞子(面包煨)各 60 克，生 250 克，大枣 100 个。

制法 将前 3 味研为细末，把姜捣烂同枣置锅内加水同煮，煮后去枣核，和药面为丸，如绿豆大小。

服法 每次 9 克，早晚各服 1 次，桂圆肉汤送下。

方 35

用料 鹿茸 20 克，冬虫夏草 90 克，高粱酒约 1500 毫升。

制法 将鹿茸、冬虫夏草早置酒中浸泡 10 天。

服法 每晚酌情饮服 20~30 毫升。

(此方由驻马店地区中医院李鲤提供)

方 36

用料 硫黄 2 克，活母鸡 1 只。

制法 将硫黄拌入米中，喂饲母鸡，3 周后宰杀，白水清炖，不加盐。

服法 吃肉喝汤。(服药期间忌房事)

(此方由信阳县东双河公社付河大队杨三多提供)

方 37

用料 干胎盘 70 克，蛤蚧、高丽参各 20 克，五味子 60 克。

制法 上药共研为细末，炼蜜为丸，每丸重 6 克。

服法 每日 2 次，每次 1 丸，温开水送服

方 38

用料 参茸丸 1 颗，地龙末 3 克。

服法 和水送服。

(此方用于阳痿早泄久药不效者)

方 39

用料 补骨脂、菟丝子各 120 克，胡桃肉 45 克，沉香研末 6 克。

制法 共为细末，炼蜜为丸如赤小豆大。

服法 每服 20~30 丸，食前盐汤或温黄酒送服，每日 3 次，须长服。

方 40

用料 鹿茸 10 克。

服法 水煎或研末(研末每服 1~1.5 克)，每日 3 次。

方 41

用料 蛤蚧尾、家雀卵各 10 个，海狗肾 1 具。

共焙存性，研面匀 14 份。

服法 白水送服。

方 42

用料 人参 10 克，茶叶 3 克。

服法 水煎服。

方 43

用料 蛤蚧尾 1 对，狗脊、枸杞、人参、菟丝子、山萸各 15 克，寸冬 30 克，当归 12 克。

制法 上药 8 味，和酒浸泡。

服法 每次服 1 盅，每日 3 次。

方 44

用料 淫羊藿 60 克，鹿茸 1.5 克，烧酒 500 毫升，食盐少许。

服法 同煎，每次服 2 盅。

方 45

用料 蜈蚣 2 条(研末),防风 15 克。

服法 煎汤一次服下。

方 46

用料 全蝎 7 个(去刺),核桃 1 个(去仁)。

制法 将蝎放入核桃内,扎好。放火上焙黄,研面。

服法 黄酒送服,每次 1.5 克。

方 47

用料 老母猪子宫。

制法 瓦上焙干研末。

服法 烧酒冲服 10~15 克,连服 3~5 天。

方 48

用料 高丽参、枸杞子、生苡仁、仙茅、沙蒺藜、淫羊藿各 30 克,山萸、巴戟天、锁阳、菟丝子各 18 克,阳起石、金狗脊各 15 克,羊肾 1 对,蛤蚧尾 2 对。

制法 羊肾浸酒 7 日,入水煮沸去皮晒干为末,合前药共为细末,炼蜜为丸,每丸重 10 克。

服法 早晚每服 1 丸,白酒或盐水送服。

方 49

用料 红参 6 克,蜂乳 1 支,胡桃仁 30 克。

服法 红参空腹嚼服,蜂乳空腹冲服,胡桃仁嚼服,每日 1 次。

方 50

用料 大蚂蚁或蚂蚁蛋。

制法 焙干研粉内服,每次服 6 克;或将大蚂蚁、蚂蚁蛋 150 克,泡酒

500克,浸7天。

服法 每服10毫升。每日2次。

方 51

用料 菟丝子、五味子、蛇床子各等份。

制法 上药3味末之,蜜丸如梧桐子大。

服法 每服3丸,每日3次

方 52

用料 狗外肾(即狗阴茎)3件。

制法 用瓦将狗外肾焙干,为细末。

服法 每次服3克,黄酒送下。

方 53

用料 雀卵(麻雀蛋)2个,羊肉250克,盐少许。

制法 先煮羊肉八成熟,后打入雀卵再煮。

服法 服用时加盐,分2次吃完。

方 54

用料 鹿含草、黄芪、制附子(先熬)各30克,补骨脂12克,枸杞20克,菟丝子、川芎、赤芍各10克,鹿角霜、韭子各6克。

服法 水煎服。

方 55

用料 淫羊藿100克,肉苁蓉50克,好白酒或好米酒1000毫升。

制法 将两药浸入酒中,封盖,7日后饮用。

服法 每日3次,每次1小杯。

方 56

用料 仙茅200克,酒1000毫升。

制法 将仙茅用乌豆法浸泡3日，取出九蒸九晒，然后放置于有盖的玻璃或瓷器内，倒入酒，封盖，7日后可取饮。

服法 1日2次，每次1小杯。

方 57

用料 仙茅、枸杞子各10克，菟丝子、五味子各9克。

服法 4味共水煎，取汤温服。1日1剂，两次煎，分早、晚空腹时服用。

方 58

用料 巴戟、肉苁蓉各12克，鸡肠1~2具。

服法 将鸡肠剪开，肠内外壁洗净，再用盐擦，洗净，切段，3味同水煮，加少量盐、姜。煮60分钟后，取汤饮之，食肠。

方 59

用料 巴戟天、菟丝子各25克，好白酒或好米酒500克。

制法 将巴戟天和菟丝子浸泡于酒中，封盖，7日后可以开封饮用。

服法 每日饮2~3次，每次饮1~2小杯。

方 60

用料 雄鸡肝1~2具，菟丝子10~15克。

服法 两味共水煎，饮汤。（此方须常服方可见效）

方 61

用料 熟附片30克，生姜150克，狗肉1000克，葱、蒜适量。

制法 先煎熟附片2小时，然后放入狗肉、生姜、葱、蒜，一同下锅炖烂。

服法 多分餐服食。（患伤风感冒者禁食）

方 62

用料 菟丝子、枸杞子各 15 克，雀卵 10 个。

制法 先将雀卵煮熟，剥皮；加水煮两味中药约半小时，下雀卵再煮 15 分钟即成。

服法 饮汤吃蛋，连吃多次。

方 63

用料 羊肉、海参、盐、姜各适量。

制法 海参浸发洗净，切片，加调料，同羊肉煮汤。

服法 眼食汤肉。可连续食用。

方 64

用料 新鲜羊睾丸 1 对，猪骨汤 1 碗，胡椒粉面、葱白、姜末、盐，香菜各适量。

制法 羊睾丸去筋膜，切成薄片。烧锅置旺火上，倒入猪骨汤并加胡椒粉面、葱白、姜末、盐等煮开，放入羊睾丸煮 5 分钟，洒上香菜即成。

服法 吃肉喝汤。

方 65

用料 鹿鞭(雄鹿的外生殖器)100 克，柿仔、巴戟、杜仲、龙眼肉各 15 克，肉苁蓉、熟地各 20 克，陈皮 5 克，生姜 5 片，嫩母鸡 1 只(以不超过 800 克为佳)，白酒适量。

制法 先将鹿鞭切成薄片，用白酒浸泡至身软，然后配合上述中药同放在砂锅内，放入母鸡，加水适量煮沸后，改用小火炖至鸡烂熟为度。

服法 吃鸡饮汤，连吃多次。

方 66

用料 麻雀 5 只，鲜虾仁 50~100 克，姜 3 片，盐、酱油、味箱。白酒各少许。