

药浴 偏方

田思胜 主编



辽宁科学技术出版社
LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

16
0.

【百病偏方集成丛书】

药浴偏方

田思胜 主编

辽宁科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

药浴偏方/田思胜主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2005.9

(百病偏方集成丛书)

ISBN 7-5381-4422-6

I. 药... II. 田... III. 常见病-熏洗疗法-土方-汇编 IV.R289.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 044520 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印刷者: 沈阳市北陵印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 140mm×203mm

印 张: 7

字 数: 140 千字

印 数: 1~6000

出版时间: 2005 年 9 月第 1 版

印刷时间: 2005 年 9 月第 1 次印刷

责任编辑: 伊 雪

封面设计: 庄庆芳

版式设计: 于 浪

责任校对: 周 文 徐丽娟 徐 跃

定 价: 12.00 元

联系电话: 024-23284360

邮购热线: 024-23284502 23284357

E-mail: lkzsb@mail.lnpgc.com.cn

http: //www.lnkj.com.cn

主 编 田思胜

副 主 编 卢祥之 邓华亮

编写人员 (按姓氏笔画为序)

马梅青 尹桂平 王军强 冷 英 杨 光

迟永利 赵 琼

前言

中医学是中国传统文化的重要组成部分，几千年来，它为中华民族的繁衍昌盛作出了重要贡献。它所倡导的传统养生保健、疾病诊疗方法，因其价格低廉、简便易行，深受广大人民群众欢迎。近十几年来，在世界范围内亦掀起了一股“自然疗法”的热潮，因此，我们挖掘和整理中医学传统精华，编写了这套适合人民群众、世界各地华人家庭适用的健康丛书，会具有很好的社会效益。

中国民间历来相信“偏方”。俗语“偏方治大病”，这种认识，在东南亚、港台地区，抑或旅法、旅美的华人圈中，都有许许多多的认同者。

综观近三十年来偏方、验方类图书，大都有一条基本的规律，那就是采用分类、分病的方法，或薄或厚，多偏重于小方、简药；多偏重治疗和以类统方，很少有辨证与方药有机结合，更罕见以法统方，示人以方法，并且将历来治疗方法怎样使用，怎样与临床实践结合，怎样与患者自身试用、自己选择结合角度写的书。

根据偏方图书有普遍的读者群特点，又根据以往的偏方图书都是以病统方的特点，我们和中国中医研究院、山东中医药大学、北京中医药大学等单位从事医史文献与临床教学研究的一些同仁、学长们，在2003年5月以后，开始组织构思、着手实施编撰本套丛书，采取的方法和循走的路径，是以法统方，目的是有别于以往，更适合采取某种治疗方法读者的需要，同时，也是和以往偏方类图书有所区别，保持自身的一些特色。

虽然我们做了许多努力，也有一番尝试和探索，但限于水平，肯定有这样或那样的不足，这些不妥不当的地方，还希望有识者能予多多指教，以期在将来再版时不断完善，更适合广大的读者需要。

卢祥之 田思胜
2005.8 于中国科学院

前

言

001

目/录

第一章 药浴的神奇疗效

- | | | | |
|---------------|-----|----------------|-----|
| 一、药浴源流 | 001 | 五、药浴机理 | 014 |
| 二、药浴分类和方法 ... | 006 | 六、药浴注意事项 | 015 |
| 三、药浴特点 | 011 | 七、药浴保健养生 | 016 |
| 四、药浴作用 | 012 | 八、药浴美容 | 016 |

第二章 药浴治疗常见病偏方

- | | | | |
|-----------------|-----|-----------------|-----|
| 一、药浴治疗皮肤病 | | 14. 痤疮 | 060 |
| 偏方 | 018 | 15. 脂溢性脱发 | 062 |
| 1. 头癣 | 018 | 16. 手足皲裂 | 064 |
| 2. 手癣 | 020 | 17. 硬皮病 | 066 |
| 3. 足癣 | 022 | 18. 神经性皮炎 | 067 |
| 4. 甲癣 | 026 | 19. 痱子 | 070 |
| 5. 脓疱疮 | 028 | 20. 冻疮 | 071 |
| 6. 疥疮 | 029 | 二、药浴美容祛斑乌发 | |
| 7. 扁平疣 | 033 | 偏方 | 072 |
| 8. 传染性软疣 | 036 | 1. 润肤美肤方 | 072 |
| 9. 带状疱疹 | 038 | 2. 祛斑增白方 | 073 |
| 10. 荨麻疹 | 039 | 3. 乌发美发方 | 077 |
| 11. 湿疹 | 044 | 三、药浴治疗外科疾病 | |
| 12. 银屑病 | 054 | 偏方 | 077 |
| 13. 皮肤瘙痒症 | 057 | 1. 疮疖 | 077 |

2. 疔疮	079
3. 疖	080
4. 无名肿毒	082
5. 乳痈	083
6. 脱疽	084
7. 褥疮	087
8. 丹毒	089
9. 臁疮	091
10. 痔疮	093
11. 脱肛	094
12. 肛裂	097
13. 肛门周围脓肿	098
14. 肛瘘	099
15. 疝气	099
四、药浴治疗骨伤科疾病	
偏方	100
1. 骨折	100
2. 软组织损伤	109
3. 落枕	113
4. 颈椎病	114
5. 肩关节周围炎	114
6. 急性腰扭伤	118
7. 腰肌劳损	119
8. 腰椎间盘突出症	120
9. 踝关节扭伤	123
10. 骨质增生	124
11. 腱鞘炎	127
12. 骨髓炎	128
13. 足跟骨刺	130

五、药浴治疗内科疾病

偏方	131
1. 感冒	131
2. 咳嗽	132
3. 哮喘	133
4. 肺痈	134
5. 头痛	135
6. 眩晕	136
7. 中风	137
8. 癲狂	140
9. 不寐	141
10. 汗证	142
11. 呕吐	143
12. 胃痛	144
13. 腹痛	144
14. 泄泻	145
15. 痢疾	145
16. 便秘	146
17. 胁痛	147
18. 臌胀	147
19. 水肿	148
20. 癃闭	149
21. 血证	150
22. 腰痛	150
23. 痹证	151
24. 淋证	154
25. 红斑性肢痛病	155
26. 雷诺氏综合征	156
27. 痛风	156

28. 面神经麻痹 158

六、药浴治疗妇科疾病

偏方 158

1. 外阴白斑 158

2. 外阴瘙痒 160

3. 外阴炎 161

4. 阴道炎 165

5. 阴道干涩症 166

6. 房室阴痛症 167

7. 宫颈糜烂 167

8. 前庭大腺炎 169

9. 慢性盆腔炎 170

10. 子宫脱垂 171

11. 缺乳 172

七、药浴治疗男科疾病

偏方 173

1. 遗精 173

2. 阳强 173

3. 阳缩 174

4. 阳痿 175

5. 阴肿 175

6. 龟头包皮炎 176

7. 阴囊湿疹 177

8. 睾丸鞘膜积液 179

9. 睾丸炎 180

10. 精子缺乏症 181

11. 前列腺炎 182

12. 前列腺肥大 183

八、药浴治疗儿科疾病

偏方 183

1. 小儿感冒 183

2. 小儿发热 184

3. 小儿麻疹 185

4. 小儿疳腮 186

5. 小儿惊风 187

6. 小儿厌食症 187

7. 小儿积滞 188

8. 小儿疳积 189

9. 小儿腹泻 189

10. 小儿白秃疮 191

11. 小儿湿疹 191

12. 小儿口角流涎 192

13. 小儿疝气 193

14. 小儿阴茎包皮炎 193

15. 小儿鞘膜积液 194

16. 小儿蛲虫症 194

17. 小儿麻痹症 195

18. 尿布皮炎 196

九、药浴治疗五官科疾病

偏方 196

1. 中耳炎 196

2. 盯耳 198

3. 耳疮 198

4. 睑缘炎 199

5. 倒睫 201

6. 急性结膜炎 201

7. 角膜炎 202

8. 沙眼 203

9. 睛肉攀睛	204	15. 鼻息肉	208
10. 睑腺炎 (麦粒肿) ...	204	16. 牙痛	208
11. 泪囊炎	205	17. 唇风	208
12. 鼻炎	205	18. 慢性咽炎	209
13. 鼻疳	207	19. 颌关节功能紊乱症 ...	209
14. 鼻窦炎	207	20. 颞颌关节风湿症	210
参考文献	211		

【第一章】

药浴的神奇疗效

药浴，即应用中药药液进行洗浴。药浴疗法是在中医理论的指导下，选配一定的中草药，经过加工制成中药浴液进行洗浴的一种外治方法。经过千百年来实践，证明此法是一种在防治疾病、美肤美发、强身健体等方面行之有效的重要治疗方法，是历代劳动人民和医药学家长期与疾病作斗争的经验总结。该法简便、安全、有效，易于被患者接受，不仅在治疗疾病方面显示其特色，而且在预防疾病、健身美肤、美容美发等方面同样也具有较好的作用。

目前，此种疗法备受国内外人士的青睐，许多中药浴液的高新技术产品也蜚声海内外，深受人们的欢迎。

一、药浴源流

药浴在我国有着悠久的历史，早在殷商时期，宫廷中就盛行在浴水中放入药物进行沐浴。我国现存最早的古医籍《五十二病方》中就有洗浴法、熏浴法的记载，并载熏浴八方。春秋战国时期，在中医典籍《黄帝内经》中，不仅全面系统地阐述了人体生理、病理、诊断、治疗，而且论述了中药外治方法，如《素问·阴阳应象大论》中说：“其有邪者，渍形以为汗。”这就是利用热汤浸浴发汗的先例。另外，《内经》中还记载了用姜、椒、桂和酒煮，熏洗治疗关节肿痛、屈伸不利等痹证。

东汉时期，张仲景在《内经》的基础上，创立了辨证论治理论体系，在其所著的《伤寒杂病论》（后分为《伤寒论》和《金匱要略》）一书中，记载了多种疾病的外治熏洗法，如治狐惑病“蚀于下部”，用苦参汤洗之；治妇人“阴中蚀烂疮者”，用狼牙汤洗之等。在外治方面也形成了一套较为完整的治疗体系。

至晋，药浴疗法有了长足的进步。葛洪《肘后备急方》中记载了对不同原因引起的创伤及脓肿分别采用“酒洗”、“醋水洗”、“煮黄柏水洗”等不同的浴洗方法，体现了中医学辨证施治的思想。晋末，出现了我国第一部外科学专著《刘涓子鬼遗方》，其载方151首，较多地运用了外治熏洗之法。

唐代，药浴得到了广泛的应用，其配方数目、用药水平及治疗范围均达到了空前的水平。孙思邈的《千金要方》、《千金翼方》用其治疗全身性疾病、皮肤病、眼科病、妇科病、儿科病等，如用青木香汤浴洗，治疗小儿发热；当归洗汤浴洗阴部，治疗产后阴肿；以洗眼药浴洗治疗目生障翳；以防风散洗手足，治疗头风眩目等。不仅如此，在美容美肤方面也开创了先河。如《千金要方》中记载千金洗面药除面部褐斑、增白悦色；桃仁澡豆悦泽肌肤等。另外，尚运用熏蒸急救，治疗中风不语。在《千金要方》中载有许胤宗治柳太后中风不语，用大剂黄芪防风熏蒸而醒，为药浴疗法增添了新的内容。王焘的《外台秘要》中也较多地记载了药浴疗法，用治如痈疽、隐疹、白屑、丹毒、烫伤、冻疮、手足皸裂等多种疾病。在骨科方面，出现了我国第一部骨科学专著《仙授理伤续断方》，蔺道人在对骨伤科的处理中，不仅重视手法复位，而且重视药浴外洗，其所载方中多有浴洗方药。

宋明时期，随着整个中医学的迅速发展，药浴疗法也得到了极大的丰富和充实。首先，不断收集整理有效药浴方药，扩大药浴方药及应用范围，创新药浴方法。宋《太平圣惠方》是

一部集宋代方书之大成的医学巨著，其中，共收熏洗方163首，多为经过长期实践，行之有效的药浴方剂。如治黥黯斑点方，用桃花、杏花各1升，以东流水浸7日，相次洗面3~7遍。现代用此方治疗色素斑块效果颇佳。又如其载治发黄令黑方，用生柏叶500克、猪脂500克，捣柏叶为末，以猪膏和为20丸，用布裹1丸，纳泔水中，化破，沐发。此方具有营养毛发、变黄为黑的作用。又如治白屑立效方，用大麻子250克、秦艽250克、皂荚末31.25克，捣碎，以水10升，浸一宿，去滓沐发。此方用于治疗头痒，有祛屑止痒之功。除大量的皮肤科药浴方外，尚有许多内科、眼科等药浴方。《圣济总录》是宋徽宗时朝廷组织人员编撰的一部大型医书，在药浴方面也有不少记载，如升麻汤洗浴丹毒、秦皮洗眼汤洗浴目赤肿痛、蛇床子散洗浴大风癩病等，均为有效的药浴方剂。在外科方面，元代御医齐德之的《外科精义》，不仅注重内治，而且重视药浴漏渍的应用。对阳证肿疡创洗毒汤，药用苦参、防风、白芷、蜂房、甘草，煮汤熏洗，用以除湿消肿、祛风解毒；对阴证疮疡，立升麻漏肿汤，药用升麻、黄芪、防风、川芎、生地、细辛，煎汤漏渍，用以疏通腠理、祛风消肿。《御药院方》是我国现存最早的一部宫廷处方集，其在美容养颜方面有其独到之处。如记载皇后洗面药，药用川芎、细辛、藁本、白附子、藿香、冬瓜子、沉香、土瓜根、广茯苓、白檀、甘松、白及、白芷、白茯苓、白蔹、白术、生栗子内皮、楮桃、炒阿胶、皂角末、脑子、糯米粉、丝瓜，元代皇后用于治疗面部黥黯。此方用滋养肌肤药、芳香药、润滑药组成，具有通经络、行气血、祛黑斑、润肌肤等作用，为皇后洗面用的秘方。另外，尚有治疗头发脱落的菊花散煎，以及治疗各种疾病的浴洗方剂。《普济方》是由明太祖第五子朱棣等人撰集的一部大型方书，也是我国历史上收方最多的一部方书。此书共收方61739首，其中有许多浴洗方剂，如普济洗面药就有6个用不同药物组成的美容

浴方。明朝李时珍的《本草纲目》中收录了明以前的单验方万余首，其中药浴治法就有沐浴、热浴、坐浴等不同的治法，其治病范围也日益扩大。在药浴的具体操作方面也有所创新，如明《伤科补要》中详细记载了熏蒸疗法，其云：“凡宿伤在皮里膜外，虽服行药不能根除，服瓜皮散，次用落得打草、陈小麦、艾叶三味，用河水煎一锅，滚透，入小口缸内，横板一块，患人坐在板上，再将单被盖身，其汗立至，不可闪开，恐汗即止，病根不清也。”与现代药液蒸浴法几乎相同。其次，在药浴外治机理上进行了探讨。对药浴的机理，在北宋时期就有了初步的认识，如《圣济总录》云：“治外者，由外以通内，膏熨蒸浴之类，藉以气达者是也。”又云：“渍浴法，所以宣通形表，散发邪气，盖邪之伤人，初在肌表，当以汗解……以浴法治之，乃欲使邪毒外泄故也。”外治亦即内治之理，外以通内，通过药浴蒸熏以行气泄毒，进而起到治疗的目的。元代齐德之的《外科精义》亦指出潮渍原理，其云：“夫潮渍疮肿之法，宣通行表，发散邪气，使疮内消也。盖汤有荡涤之功……此谓疏导腠理，通调血脉，使无凝滞也。”潮渍可促进气血流通，祛毒外出，进而治疗疮毒。

清代是中医药浴疗法成熟的阶段。主要体现在中医外治专著的问世及药浴外治理论的建立。赵学敏的《串雅外篇》，虽谈不上为外治专著，但其中介绍的外治疗法达120余种，其中熏洗方近20种。《急救广生集》是中医外治的第一部专著，该书又称为《得生堂外治秘方》，是程鹏程经数十年积累，参考400余种医书，编撰而成。可以说，此书是集清代以前外治疗法之大成。该书载方1500余首，治疗病症400余种，除选录嘉庆前诸种外治法外，还补录了239种病症的外治方法。之后，吴尚先在潜心研究前人外治的基础上，对外治疗法进行了系统研究及理论探索，历十数年，著《理渝骈文》一书。该书共收外治法近百种，载方1500余首，其治病范围遍及内、外、妇、

儿、皮肤、五官等科。此书探讨了外治理论，并提出“外治法可以统治百病”，开后世外治之法门。此后，《鲰溪外治方选》、《外治寿世方》等专著问世，使中医外治疗法走向成熟。吴尚先的《理渝骈文》问世，标志着外治中医理论的建立。首先，他提出“外治之理即内治之理”。外治与内治一样，均是以中医基础理论为指导，所不同的是一服药于内，一施方于外，而“外治之理，即内治之理；外治之药，亦即内治之药，所异者法耳。医理药性无二，而则神奇变幻，上可以发泄造化五行之奥蕴，下亦扶危救急，层见叠出不穷”。该书药浴疗法应用广泛，大大突破了前人的应用范围。在药浴的种类上论述了洗、沐、浴、浸、渍、浇等法，辨证用药贯穿于整个临床药浴过程，理、法、方、药备全。

与此同时，许多外科专著的问世，充实了外科药浴疗法，也大大丰富了药浴内容。如陈文治的《疡科选粹》、顾世澄的《疡医大全》、祁坤的《外科大成》等，均从不同的角度对药浴外治法进行了探讨。

延至现代，药浴疗法有了更进一步的发展。在著述方面，出现了如黄宗勛的《常见病中草药外治疗法》、陈惠藩的《中医外科常用外用方选》、韩家驹的《中医外治方药手册》、裘沛然的《中国中医特色疗法大全》以及赵尚华的《中医外科外治法》等一大批外治及药浴专科书籍，使药浴经验得到广泛的应用与传播，并广泛应用于急症、内、外、妇、儿、骨伤、皮肤等数百种病症的治疗。在药浴机理研究方面，多结合现代科学技术，对药浴机理从中医以及现代医学两个方面进行探讨，如张文高教授主持的“药浴疗法与实验研究”课题，从血液流变图、消炎、镇痛以及临床等方面进行了研究。总之，经过诸多医家的不断努力，把药浴疗法推进了一个新的阶段。

二、药浴分类和方法

中医药浴疗法种类较多，其分类方法一般有两种，即按部位分类和按浴洗方式分类。

（一）按部位分类

1. 全身浴

是将身体全部浸泡在药液中洗浴的一种方法。本法是借浴水的温热之力以及药液的效力，使周身腠理疏通，毛窍开放，起到发汗退热、温经散寒、祛风除湿、疏通经络、调和气血、消肿止痛、活血祛瘀等作用。每次浸泡20~30分钟。药浴结束后，以清水冲洗，擦干身体，穿好衣服，休息10~20分钟；或不用冲洗。全身药浴可每日1次或隔日1次，一般10次为1疗程。

2. 半身浴

是将腰以下的部位浸于浴液中洗浴的一种方法。患者坐在浴盆中，浴水高以到脐为佳，室内温度以30℃以上为宜。在浸洗的同时，尚可活动下肢，进行功能锻炼，并借水温及药物效力达到治疗的目的。每次浸泡20~30分钟。药浴结束后，用毛巾擦干身体，穿好衣服，休息10~20分钟。半身药浴可每月1次，10次为1疗程。主要应用于截瘫、坐骨神经痛、血栓闭塞性脉管炎等。

3. 局部浴

是指身体的某一部位浸泡在药液中或频频地接触药液进行浴洗的一种方法。根据接触的方式或部位不同又分为头浴

(沐)、颜面浴、手浴、足浴、坐浴、眼浴、肢体浴等。

(1) 头浴 指将头部浸于药液中进行洗浴。将药液倒入脸盆，头部浸于药液，不断用双手搓洗，每次10~15分钟，每日1次。头浴主要用于治疗头部皮肤病，也可用于美发。

(2) 颜面浴 即用药液洗颜面。将药液倒入脸盆，水温较高时先用药液蒸面，继用手洗面或用毛巾蘸药水擦洗。每次10~15分钟，每日1~3次。本法主要用于面部疾病及美容养颜。

(3) 手浴 将腕关节以下部位浸入药液中进行洗浴。每次20~30分钟，每日1次或数次。主要用于手指痉挛、手指关节活动障碍、手癣、手部冻疮、手部挫伤等。

(4) 足浴 是将足浸入药液中进行浴洗的一种方法。每次20~30分钟，每日1次。足部是足三阴经的起始点，又是足三阳经的终止点，因此，人体五脏六腑均与足相应。足浴不仅可以治疗局部疾病，而且可调节五脏六腑的功能活动，用于治疗全身性疾病。本法适用广泛，局部如足癣、足挫伤等；全体如头痛、眼病、鼻炎、喉炎、感冒、高血压、慢性结肠炎等均可应用。

(5) 坐浴 是将臀部与外阴部浸于药液中进行浸浴的一种方法。每次20~30分钟，每日1次。主要用于肛肠疾病、妇科外阴病、男性前阴疾病及外阴部的皮肤病等。

(6) 眼浴 即用药液频频淋洗患眼。用小水杯即可，但药液要滤清。一般用消毒的纱布淋洗患眼，每次20~30分钟，根据病情，每日1次或多次。眼浴主要用于外障眼病。

(7) 肢体浴 又称四槽浴。是将四肢浸于特制的四槽或两槽的浴盆中，水位以浸没肘、膝关节为准，浸浴中活动浸泡的各关节，揉搓肌肉。每次20~30分钟，每日1次，10天1个疗程。肢体浴主要应用于四肢关节肌肉疾病。

(二) 按方式方法分类

1. 沐浴

是用药物煎汤来进行沐浴以治疗疾病的一种方法。此法特点是洗浴时间长、范围大，是治疗疾病的重要外治法之一，主要用于全身性疾病。煎药的方法一般有两种，一是根据辨证施治处方后制成煎剂，对入热水中；二是装入纱袋，直接煎取浴液。每次淋浴20~30分钟，每日1次，10天1个疗程。主要用于皮肤病及全身性疾病。

2. 熏洗

是应用药物煎汤，趁热先熏蒸后淋洗患部的一种方法。本法主要依靠药液的热力及药物效力，使机体腠理疏通，气血流畅，改善局部营养和全身机能，进而达到消肿、止痛、止痒、祛风等目的。主要适用于外伤、皮肤、眼科、妇科以及内科等某些疾病的治疗，同时，也可用于皮肤保健美容。

应用本法时要根据不同的病症辨证用药，将药物煎汤，趁热熏蒸患部，待药液凉后，用其淋洗及浸浴患部。每日2次，每次20~30分钟，病情严重者可适当增加熏洗时间和次数。

3. 浸洗

浸洗法是将药物煎成汤汁，浸洗身体的某一部位，以达到治疗目的的一种方法。本法可较长时间地使药液作用于患部，借助药液的荡涤之力，发挥药物的直接效力，对局部病变起到治疗的作用。同时，也可经过浸洗局部，经皮毛腠穴由表入里，内达脏腑，以调理机体脏腑功能，通调血脉，扶正祛邪，进而达到治疗全身疾病的目的。本法主要适用于痈、疮、肿毒、癣、痔、烫伤、烧伤等局部病变以及中风、痹证、泄泻、脚气等全身疾患。