

偏方三书

外敷偏方

WAI FU PIAN FANG
主编 谭红 卢祥之 田思胜



早在原始社会时期，人类就开始用树叶、草茎等涂敷伤口以减轻疼痛和止血。

外敷患处或穴位防治疾病。操作相对简单。而用药物外敷则方法多样，有薄贴法、敷贴法、敷脐法、发泡法、湿敷法等。

陕西科学技术出版社

偏方三书

外敷偏方

■ 主编 谭红 卢祥之 田思胜

■ 陕西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

外敷偏方/谭红主编. —西安:陕西科学技术出版社,
2005.11

(偏方三书)

ISBN 7-5369-4011-4

I. 外... II. 谭... III. 中药外敷疗法
IV. R244.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 100209 号

-
- 出版者** 陕西科学技术出版社
西安北大街 131 号 邮编 710003
电话(029)87211894 传真(029)87218236
<http://www.snstp.com>
- 发行者** 陕西科学技术出版社
电话(029)87212206 87260001
- 印刷** 西安信达雅印务公司
- 规格** 850mm × 1168mm 32 开本
- 印张** 7.875
- 字数** 196 千字
- 版次** 2005 年 11 月第 1 版
2005 年 11 月第 1 次印刷
- 定价** 21.00 元
-

版权所有 翻印必究

(如有印装质量问题,请与我社发行部联系调换)

主 编 谭 红 卢祥之 田思胜

编写人员(按姓氏笔画为序)

尹桂平 王军强 迟永利

赵 琼 高 萍

写在前面

中医学是中国传统文化的重要组成部分,几千年来,它为中华民族的繁荣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,以价格低廉、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,挖掘整理中医学传统精华,编写适合人民群众、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”。俗谚“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。

纵观近三十年来偏方、验方类丛书,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,怎样与患者自身适用、自己选择结合角度写的书。

根据偏方丛书有普遍读者群的特点,又根据以往的偏方丛书都是以病统方(某某病治病偏方)的特点,我和中国中医研究院、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,别开另条“偏方”道路,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

目 录

一 药物外敷的神奇疗效	(1)
(一)什么是外敷疗法	(1)
(二)外敷疗法为什么能治病	(1)
(三)用什么做外敷	(1)
(四)外敷法与内服法有什么不同	(2)
(五)外敷法的起源	(2)
(六)药物外敷有几种操作方法	(2)
(七)热敷法简介	(5)
(八)冷敷法简介	(5)
二 药物外敷治疗常见病偏方	(6)
(一)药物外敷治疗内科疾病偏方	(6)
1. 感冒	(6)
2. 咳嗽	(8)
3. 哮喘	(11)
4. 呕吐	(13)
5. 胃痛	(16)
6. 腹痛	(18)
7. 腹胀	(20)
8. 腹泻	(23)
9. 便秘	(26)
10. 痢疾	(28)
11. 冠心病	(31)
12. 高血压病	(32)

13. 失眠	(34)
14. 黄疸	(36)
15. 胁痛	(38)
16. 肝硬化腹水	(40)
17. 淋证	(41)
18. 癃闭	(43)
19. 尿频、遗尿、小便失禁	(46)
20. 尿浊	(48)
21. 水肿	(48)
22. 腰痛	(50)
23. 头痛	(52)
24. 眩晕	(55)
25. 中风	(57)
26. 自汗、盗汗	(61)
27. 癌性疼痛	(63)
28. 发热	(64)
29. 中暑	(67)
30. 痹证	(68)
31. 肥胖	(73)
32. 鹤膝风	(74)
(二)药物外敷治疗外科疾病偏方	(75)
1. 疖	(75)
2. 痈	(78)
3. 褥疮	(83)
4. 丹毒	(86)
5. 痔	(88)
6. 急性阑尾炎	(90)
7. 急性肠梗阻	(93)
8. 血栓闭塞性脉管炎	(95)

9. 静脉炎	(98)
10. 腱鞘囊肿	(100)
11. 脱肛	(101)
12. 急性乳腺炎	(103)
13. 乳腺增生病	(106)
14. 鞘膜积液	(108)
15. 烧伤	(110)
16. 冻伤	(116)
17. 外伤血肿	(119)
18. 外伤疼痛	(121)
19. 外伤出血	(123)
20. 毒蛇咬伤	(125)
21. 虫咬蜇伤	(127)
22. 落枕	(129)
23. 颈椎病	(130)
24. 肩关节周围炎	(132)
25. 腰肌劳损	(135)
26. 踝关节扭伤	(136)
27. 软组织损伤	(138)
(三) 药物外敷治疗皮肤科疾病偏方	(141)
1. 脓疱疮	(141)
2. 皲裂	(144)
3. 白癜风	(145)
4. 疥疮	(147)
5. 寻常疣	(149)
6. 扁平疣	(151)
7. 传染性软疣	(153)
8. 带状疱疹	(154)
9. 湿疹	(156)

10. 痱子	(160)
11. 荨麻疹	(161)
12. 银屑病	(163)
13. 斑秃	(165)
14. 头癣	(167)
15. 体癣、股癣	(168)
16. 手癣	(170)
17. 足癣	(173)
18. 甲癣	(176)
19. 硬皮病	(177)
20. 剥脱性皮炎	(178)
21. 毛囊炎	(179)
22. 神经性皮炎	(181)
23. 夏季皮炎	(184)
24. 疱疹样皮炎	(185)
25. 稻田皮炎	(185)
26. 面部色斑	(186)
27. 酒渣鼻	(189)
28. 美发	(191)
29. 狐臭	(192)
30. 鸡眼	(193)
31. 粉刺	(195)
32. 皮肤瘙痒症	(197)
33. 肌肉注射后硬结	(198)
34. 瘢痕疙瘩	(200)
(四) 药物外敷治疗妇科及男科疾病偏方	(201)
1. 崩漏	(201)
2. 带下病	(203)
3. 妊娠呕吐	(205)

4. 妊娠小便不通	(207)
5. 难产	(209)
6. 胞衣不下	(212)
7. 产后小便不通	(213)
8. 产后晕厥	(215)
9. 不孕症	(215)
10. 子宫脱垂	(217)
11. 宫颈糜烂	(220)
12. 子宫内膜异位症	(221)
13. 阳痿	(222)
14. 遗精	(227)
15. 早泄	(232)
16. 阳强	(232)
17. 阳缩	(233)
18. 睾丸鞘膜积液	(236)
19. 前列腺炎	(236)



药物外敷的神奇疗效

(一)什么是外敷疗法

外敷疗法是将药物或冷、热的物体敷于人体穴位或患处,以防治疾病的方法。这种方法疗效可靠,可以治疗内、外、妇、儿等多科病证,而且简便易学、患者使用时痛苦小、毒副作用少。

(二)外敷疗法为什么能治病

因为外敷疗法能使药力直接作用于患处,以治疗局部病证;还能使药力由表及里,或通过穴位循经络作用于全身。所以,该疗法不仅可以治疗局部病变,还能治疗全身性疾病。外敷疗法的治疗作用,已经被几千年的临证实践所证实。

(三)用什么做外敷

外敷所用的物体可以是药物,也可以是冷热的物体。如可用中成药六神丸捣碎,醋调成糊,外敷治疗带状疱疹,最快一天,最慢三天即可收效;用麻雀的脑髓外敷能治疗冻疮;将食盐、花椒炒热,趁热外敷肚脐,可以治疗受寒引起的腹痛、腹胀及腹泻。外敷所用之物,取材广泛,一些常见病证,很可能用您身边不起眼的东西“敷敷贴贴”就能治好。

(四)外敷法与内服法有什么不同

内服法与外敷法都是中医常用的防治疾病的有效疗法,两者只是用药的方式不同,其实内服法与外敷法都遵循同样的治则。比如因受寒致胃痛,治疗需散寒止痛,可以内服散寒止痛的香砂六君子丸,也可用外敷法达到散寒止痛的目的。

内服法与外敷法在使用时各有利弊,很难简单地说是孰是孰非。一个哭闹的小孩,喂服药物就有困难,外敷法使您治病多了一种选择。有时内服与外敷法同用,能增强防治疾病的效果,还可以对多种疾病同时施治,克服了单一治疗方法的局限性。

(五)外敷法的起源

早在原始社会时期,人类就开始用树叶、草茎等涂敷伤口以减轻疼痛和止血。长沙马王堆汉墓出土的《五十二病方》中,有用烤热的肥猪肉贴敷患处治疗跌打损伤的记载。晋唐时期,随着针灸学的发展,一些医家把外敷法与经络腧穴的功效相结合,出现了穴位敷贴疗法,明清时期这种疗法有了进一步的发展,如李时珍《本草纲目》中就载有:吴茱萸贴足心涌泉穴,治疗口舌生疮。清·吴师机所著《理渝骈文》载有外敷方药 200 首,涉及内、外、妇、儿、五官等科病证,是一部外敷疗法的专著。

(六)药物外敷有几种操作方法

外敷患处或穴位防治疾病,操作相对简单。而用药物外敷则方法多样,有薄贴法、敷贴法、敷脐法、发泡法、湿敷法等。

薄贴法即膏药之古称,是以膏药敷贴穴位或患处以治疗疾病的一种方法。膏药起源很早,先秦时期医学专著《黄帝内经》中

就有记载,唐代名医孙思邈所著《千金翼方》中首次提到薄贴一词,并专列“薄贴”一节。

膏药的制作方法,取植物油置锅中加热,将配制好的药物投入油内煎熬,炸至药物外表呈深褐色,内部焦黄,即捞出药渣,过滤药油,将过滤出的药油再炼至滴水成珠时,加入黄丹,随着油温下降,黄丹与药油凝结成膏。将药膏分摊于纸上、布上或狗皮上。用时稍加热使膏药微熔,贴于患处或穴位。

使用时溃疡或疮口处宜选用薄型膏药,应勤换;厚型膏药多适用于未溃烂的肿疡处,宜少换,一般5~7天调换一次。膏药所贴患处应消毒,破口处应洗净脓血,拭干后再贴。贴膏药后如有皮肤过敏瘙痒者,可将膏药取下,用酒精涂擦瘙痒处,再将膏药贴上。若出现疱疹、丘疹、皮肤溃烂者,应改用其他疗法。还要注意膏药加热后,应试试温度,否则贴药时可能烫伤皮肤。

敷贴法,一般是将药物研成细末,加入适量的醋或酒、水、蜜、鸡蛋清、油类等,把药末调成黏稠的糊状;或将药末与含汁较多的药物捣如泥状;或直接用含汁液的新鲜药物捣烂,摊成薄饼状,然后敷贴在穴位或患处,如果需要可以用纱布或胶布固定。敷贴疗法历史悠久,马王堆汉墓出土的《五十二病方》中即载有敷贴方。

使用时应注意保持敷贴药的干湿度,药物变干后可随时更换,或用温水时时湿润。部分病人敷贴时可能出现皮肤瘙痒、潮红、水泡等过敏现象,这时应及时停用此法。

敷脐法就是将药物制成一定的剂型,如粉、糊、膏等,填敷于脐中,以防治疾病的方法。主要有填脐法、贴脐法、填贴混合法等。填脐法的操作是将药末、药糊或药饼填入脐中,外用胶布固定。贴脐法是将药物制成药膏敷于脐部,固定。

敷脐法早在晋代医家葛洪的著作《肘后备急方》中就有记载。明代龚廷贤《万病回春》中用五倍子与陈醋熬膏敷脐治疗小儿腹泻。肚脐穴名神阙,属任脉,敷药后可以迅速吸收药物,调节周身气血阴阳,扶助正气,祛除病邪。

使用敷脐法时应注意将脐部擦拭干净,如脐部有感染者,禁止使用敷脐法。如出现敷脐部位红肿痛痒或其他不适,应将敷药去掉,停止使用敷脐法。

发泡法是用对皮肤有刺激性的药物捣碎,敷贴于穴位或患处,使局部充血、起泡,以防治疾病的治疗方法。本疗法有祛邪通络、消肿止痛等功效。

发泡所用的药物可以是大蒜、白芥子、蓖麻仁,也可用新鲜的毛茛叶、旱莲草、威灵仙叶或吴茱萸、巴豆等。使用时,将所选用的1~2味发泡药物捣烂,敷在选定的部位或穴位上,外用消毒纱布包扎。一般敷药数小时后,敷药局部发热、疼痛或有蚁行感,皮肤潮红,坚持到局部灼痛极强时,将药取下。取药后半天左右,局部皮肤起泡。小水泡用消毒纱布包扎,如小水泡融合成大水泡,水泡内液体充盈时,经常规消毒,用针头刺破水泡底部,抽出液体,盖上消毒纱布,用胶布或绷带固定,隔日换敷料一次,直到局部干燥愈合。

使用发泡法时一定向患者说明治疗的过程。注意局部清洁,局部避免沾水,以防止感染。禁止在病变皮肤部位发泡。如敷药局部疼痛剧烈,皮肤反应大,可将药物取下。使用发泡法时,患者饮食应清淡宜消化,忌食生冷辛辣、鱼腥发物。

湿敷法是用纱布浸吸药液,敷于患处的一种方法。元代齐德之《外科精义》中就有记载:“以净帛或新棉蘸药水,稍热湿其患处,渐渐喜潮淋浴之,稍凉则急令再换,慎勿冷用。”本疗法可以使药液直接作用于患处,具有清热消肿、收敛止痒、促进伤口愈合的功效。使用时,先将药物煮好,用无菌纱布置于药液中浸透,挤去多余的药液,敷于患处,一般1~2小时换药1次。

湿敷时应注意保持纱布湿润及创面的清洁。如选用有毒药物,敷药的时间不宜过长。

(七)热敷法简介

热敷疗法是将发热的物体贴敷于人体的患病部位或特定穴位,用以治疗疾病的一种方法。长沙马王堆汉墓出土的帛书中,就有热敷疗法的记载,如用烤热的肥肉贴敷患处治疗跌打损伤。热敷疗法操作简单,取材方便,收效快捷,故非常适用于自我保健治疗。

热敷疗法可用热水袋热敷患处,或用生盐炒热后洒醋,布包后热敷患处。或用炒热的麦麸、葱白、沙粒等热敷。热敷疗法适用于寒型或虚寒型病证,如属热证者,不宜用此法。使用时注意温度,避免烫伤。热敷时如感到不适,应中止治疗。

(八)冷敷法简介

冷敷疗法是指将冰冷的物体直接或掺杂于其他药品中,放在穴位或患病部位,以治疗疾病的方法。它具有降温、止血、消肿、止痛等功效。

冷敷疗法可用冰袋、冷水袋或冷毛巾等物品冷敷,也可将选好的药物研成细末,用冷水或冰水调成膏状,贴敷患处或穴位。此法适用于高热、乳痈、丹毒、烫伤、冻疮、外伤瘀肿、鼻衄、疖腮、目赤肿痛等病证。使用时注意:年老体弱、妇女经期、妊娠者不宜冷敷,外伤破损、心脏疾患、水肿病者慎用冷敷,冷敷时如有不良反应当立即停止施术。



药物外敷治疗常见病偏方

(一) 药物外敷治疗内科疾病偏方

1. 感冒

感冒是指以发热恶寒,头身疼痛,鼻塞喷嚏,喉痒咳嗽等为主要表现的常见疾病。如病情较重,在一定时期广泛流行,称为流行感冒。感冒最常见的两个类型有风寒型感冒和风热型感冒。风寒感冒以恶寒重,发热轻,头痛身痛重,无汗,鼻塞流清涕,舌苔白等为特征;风热感冒以发热重,恶寒轻,口渴,鼻塞流涕黄稠,咳痰黄稠,咽部红肿,舌苔黄等为特征。

● 偏方一

[组成] 银花、连翘各4克,桔梗3克,荆芥2克,薄荷3克,牛蒡子3克,淡豆豉2克,甘草2克,竹叶2克。

[用法] 研末,取适量药粉,用纱布包裹,敷于肚脐,固定。每次4至6小时,每日2次,连贴3至4天。适用于风热型感冒。

[出处] 《中医外治集要》

● 偏方二

[组成] 羌活10克,苍术、白矾各6克。

[用法] 上药研末,取药末适量外敷脐部,纱布覆盖,胶布固定。每次4至6小时,每日2次,连贴3至4天。适用于风寒型感冒。

[出处] 《经验方》