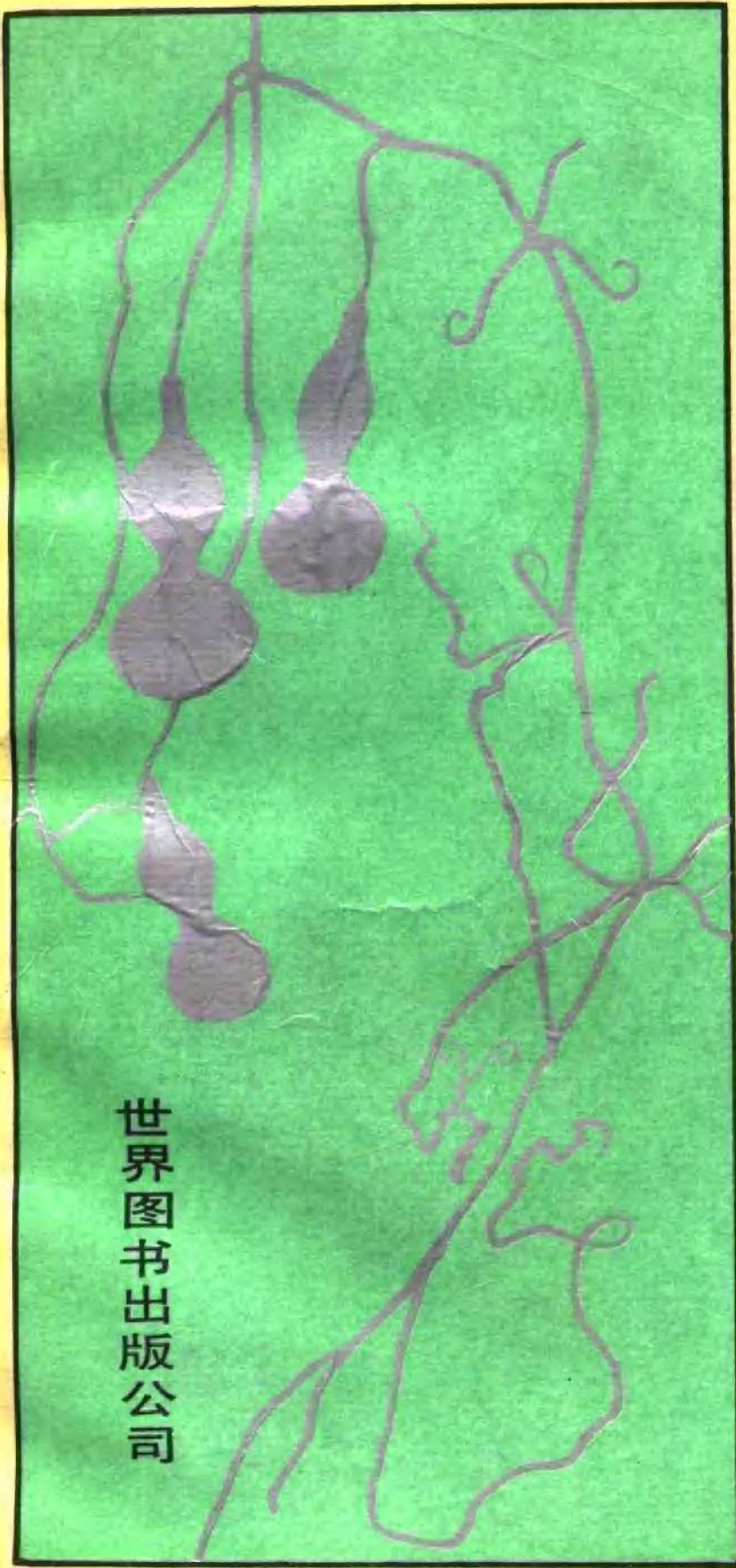


中華民國民間秘方大全



世界图书出版公司

R 932.8  
JS

YH126/05

# 中华民间秘方大全

进 生 钟铎人 柳下雄 主编



A0049370



世界图书出版公司

北京 广州 上海 西安

封面题字：施莫邦

封面设计：李冬安

## 中华民间秘方大全

进 生 钟铎人 柳下雄 主编

世界图书出版公司 北京分公司出版

(北京朝内大街 137 号)

新华书店总店科技发行所发行

水利电力出版社印刷厂激光排版

保定市满城平原印刷总厂印刷

开本：787×1092 毫米 1/16 印张：62.625 字数：1540 千字

1992 年 8 月北京第 1 版 1992 年 8 月第 1 次印刷

印数：1-6000 册

ISBN7-5062-1377-X/R·28

定价：34.00 元 (压膜本)

民間秘方

濟世慈航

施真邦題



一九九一年十月于北京

## 前 言

本书是以医护人员、病家及一般读者为对象的普及性大型工具书。全书共收我国古今民间秘方、偏方、验方、食疗方万余种，所选方剂大都药物易得、配制简便、疗效显著，因此不仅可供医家施治，而且可供患者自我疗治。

本书力求以简明扼要的文字介绍方剂的用料、制法、用法及适用范围。全书除内科按若干系统分类外，其余分为外科、眼科、耳科、口腔科、鼻科、喉科、皮肤科、伤骨科、男科、妇科、儿科、急救、健美，共二十六个门类。

各门类中均以病统方。病症名称中，有西医病名，也有中医病、症、证名，均根据配方的主要适应病、症、证的具体情况而列，不强求病名的统一。在某些病名、症名之后的括号内，或列出证型或列出另名，以便辨识。

为便于广大读者阅读，本书采用通俗的语言表述，有的甚至是俗名俚语，而不一定是严格的医学用语。古方中的药物剂量均已换算成公制，如克、毫升等。

方剂之后的备注，或提示该方的适用范围，或对原方提出辨证加减，或指出应注意的事项、禁忌等，不可忽视。

为便于读者掌握药性、配制、用药等有关常识，在附录部分收有《药性歌诀》、《抗癌植物》、《常用贴药穴位部位》、《汤药煎煮法》、《膏药制法》、《古方剂量换算法》、《参考书(刊)目》等。

本书经中国中医研究院葛文津、刘少云、王清华、刘祥瑛、张广生等专家审阅，并蒙中华中医学学会副会长、中国中医研究院名誉院长施奠邦老先生为本书题签、题词。在此，谨表谢意。

偏方秘方能治大病，故此在民间流传，经久不衰，但也不能乱用滥用。对于急症危症，更须听从医生指导，切勿耽误救治时间。

进 生 钟铎人 柳下雄

一九九二年二月

# 目 录

## 一、呼吸系统疾病

感冒	(1)
风寒感冒	(9)
风热感冒	(14)
感冒预防	(16)
急性支气管炎	(18)
慢性支气管炎	(19)
支气管扩张	(33)
肺炎	(35)
肺脓疡	(40)
肺气肿	(44)
肺不张	(45)
矽肺	(46)
呼吸衰竭	(47)
气胸	(48)
胸膜炎	(48)
咳嗽	(50)
哮喘	(63)
痰饮	(81)
咯血	(82)

## 二、消化系统疾病

肠胃炎	(85)
胃、十二指肠溃疡	(90)
胃下垂	(93)
胃粘膜脱垂	(94)
柿胃石症	(95)
胃神经官能症(奔豚病)	(95)
胃痛	(96)
上消化道出血	(101)
肠道易激综合征	(105)
肠梗阻	(106)
十二指肠壅滞症	(108)

结肠炎	(108)
胰腺炎	(109)
胆囊炎	(110)
胆石症	(111)
黄疸	(112)
水肿腹胀	(115)
消化不良	(117)
噎膈	(122)
呃逆(打嗝)	(123)
呕吐	(128)
腹胀痛	(134)
腹泻	(136)
便秘	(140)

## 三、心血管系统疾病

心悸	(146)
风湿性心脏病	(151)
肺原性心脏病	(154)
心绞痛	(155)
心力衰竭	(158)
冠心病	(161)
病态窦房结综合征	(167)
心肌炎	(168)
心肌病	(169)
克山病	(169)
高血压	(171)
动脉硬化	(185)

## 四、泌尿系统疾病

泌尿系感染	(187)
泌尿系统结石	(188)
急性肾炎	(191)
慢性肾炎	(192)
隐匿性肾炎	(196)

肾小球肾炎	(196)
肾盂肾炎	(197)
系统性红斑狼疮性肾炎	(198)
肾功能衰竭	(198)
肾病综合征	(199)
梗阻性肾病	(200)
肾脏囊肿性疾病	(200)
海绵肾	(200)
肾结核	(201)
肾动脉狭窄	(201)
肝肾综合征	(201)
水肿	(201)
腹水	(204)
膀胱炎	(205)
尿道炎	(205)
血尿	(208)
乳糜尿	(211)
多尿症	(211)
遗尿	(211)
小便失禁	(212)
小便不利	(212)
小便不通	(214)
<b>五、血液系统疾病</b>	
贫血	(215)
巨幼红细胞性贫血	(218)
溶血性贫血	(219)
缺铁性贫血	(219)
再生障碍性贫血	(221)
单纯红细胞再生障碍性贫血	(224)
过敏性紫癜	(224)
血小板减少性紫癜	(227)
白细胞减少症	(231)
血小板减少症	(234)
血小板增多症	(234)
真性红细胞增多症	(235)
嗜酸性粒细胞增多症	(236)
过敏性溶血症(蚕豆病)	(236)
高铁血红蛋白症	(236)
阵发性睡眠性血红蛋白尿	(237)

血友病	(237)
<b>六、神经系统疾病</b>	
失眠	(239)
眩晕	(245)
偏头痛	(251)
头痛	(255)
风寒头痛	(260)
风热头痛	(264)
低血压	(265)
中风	(267)
缺血性中风	(272)
出血性中风	(273)
面肌痉挛	(274)
口眼歪斜(面瘫)	(274)
半身不遂	(279)
癫痫	(284)
三叉神经痛	(291)
神经根炎	(294)
红斑性肢痛症	(294)
重症肌无力	(295)
继发性脑萎缩症	(296)
雷诺氏病(肢端动脉痉挛病)	(296)
汗证	(297)
盗汗	(299)
自汗	(303)
<b>七、精神系统疾病</b>	
更年期忧郁症	(306)
健忘	(308)
老年性痴呆	(309)
神经官能症	(309)
癔症	(310)
梅核气(瘰病球)	(311)
神经衰弱	(313)
精神分裂症	(319)
<b>八、运动系统疾病</b>	
风湿症	(325)
风湿性关节炎	(327)
急性风湿性关节炎(风痹)	(332)
慢性风湿性关节炎(寒痹)	(333)

变形性关节炎(湿痹) .....	(334)	流行性感冒 .....	(383)
类风湿性关节炎 .....	(335)	白喉 .....	(386)
鹤膝风 .....	(337)	急性病毒性肝炎 .....	(390)
颞颌关节功能紊乱症 .....	(338)	慢性肝炎 .....	(398)
肩漏风 .....	(338)	重症肝炎 .....	(404)
胸痛 .....	(338)	肝硬化 .....	(405)
肋痛 .....	(339)	痢疾 .....	(412)
腰痛 .....	(339)	红白痢 .....	(423)
慢性腰痛 .....	(342)	噤口痢 .....	(424)
寒湿腰痛 .....	(344)	细菌性痢疾 .....	(426)
肾虚腰痛 .....	(344)	阿米巴痢疾 .....	(429)
坐骨神经痛(腰腿痛) .....	(345)	疟疾 .....	(429)
<b>九、内分泌腺疾病</b>		肺结核 .....	(441)
甲状腺炎 .....	(350)	伤寒 .....	(454)
甲状腺机能减退症 .....	(350)	流行性乙型脑炎 .....	(456)
甲状腺机能亢进症 .....	(351)	流行性脑脊髓膜炎 .....	(460)
甲状腺肿(单纯性) .....	(353)	登革热 .....	(462)
甲状腺肿(地方性) .....	(355)	流行性出血热 .....	(463)
淋巴结炎 .....	(355)	狂犬病 .....	(463)
淋巴结核 .....	(356)	钩端螺旋体病 .....	(464)
垂体前叶机能减退症 .....	(361)	<b>一二、寄生虫病</b>	
垂体腺瘤 .....	(362)	血吸虫病 .....	(465)
肾上腺皮质机能亢进症 .....	(363)	蛔虫病 .....	(466)
慢性肾上腺皮质机能减退症 .....	(363)	蛲虫病 .....	(468)
尿崩症 .....	(363)	钩虫病 .....	(469)
<b>一〇、新陈代谢疾病</b>		绦虫病 .....	(471)
糖尿病 .....	(366)	丝虫病 .....	(472)
痛风 .....	(373)	<b>一三、肿瘤科疾病</b>	
血卟啉病 .....	(376)	癌症 .....	(474)
高血脂症 .....	(376)	鼻咽癌 .....	(476)
低血糖综合症 .....	(379)	眼睑癌 .....	(477)
维生素 A 缺乏症 .....	(379)	上颌窦癌 .....	(477)
维生素 B 缺乏症 .....	(379)	腮腺癌 .....	(477)
维生素 B1 缺乏症 .....	(381)	甲状腺癌 .....	(478)
维生素 B2 缺乏症 .....	(381)	舌癌 .....	(478)
维生素 C 缺乏症 .....	(381)	扁桃体癌 .....	(478)
维生素 D 缺乏症 .....	(382)	喉癌 .....	(478)
维生素 K 缺乏症 .....	(382)	肺癌 .....	(479)
<b>一一、传染病</b>		食道癌 .....	(481)



胃癌	(483)
肝癌	(486)
胰腺癌	(488)
直肠癌	(489)
肾癌	(490)
膀胱癌	(490)
前列腺癌	(490)
乳腺癌	(491)
卵巢癌	(492)
绒毛膜上皮癌(子宫癌)	(493)
宫颈癌	(494)
阴茎癌	(496)
阴道癌	(496)
皮肤癌	(496)
淋巴腺肿瘤	(496)
白血病	(497)
软组织恶性肿瘤	(499)
脑肿瘤	(499)
骨肿瘤	(499)
瘤	(500)
血管瘤	(501)
子宫肌瘤	(502)
<b>一四、外科疾病</b>	
疔	(503)
疔疮	(506)
脓性指头炎	(510)
疔	(511)
疽	(516)
脓肿	(518)
血栓闭塞性脉管炎(脱疽)	(518)
血栓性静脉炎	(521)
发背	(522)
疔疮	(523)
褥疮	(527)
丹毒	(528)
无名肿毒	(532)
囊肿	(532)
冻伤	(533)
烧烫伤	(535)

破伤风	(540)
阑尾炎	(541)
肛门瘙痒	(545)
肛裂	(545)
脱肛	(546)
痔疮	(549)
痔出血	(553)
瘰疬	(555)
毒蛇咬伤	(556)
兽类咬伤	(559)
蜈蚣咬伤	(559)
蝎螫伤	(560)
蜂虻螫伤	(560)
毛虫螫伤	(561)
蚂蝗致伤	(561)
蜘蛛咬伤	(562)
<b>一五、眼科疾病</b>	
麦粒肿	(563)
睑缘炎	(565)
眼睑下垂	(566)
急性结膜炎	(566)
春季卡他性结膜炎	(572)
病毒性角膜炎	(572)
角膜软化症	(575)
角膜血管翳	(576)
宿翳	(576)
翼状胬肉	(578)
豆心眼(眼生白点或白膜)	(580)
中心性视网膜炎	(581)
眼底出血	(582)
暴盲	(583)
虹膜睫状体炎(瞳神缩小)	(583)
瞳孔散大	(584)
视神经萎缩	(584)
白内障	(585)
青光眼	(587)
夜盲症	(590)
沙眼	(591)
流泪症	(593)

倒睫	(595)
屈光不正	(595)
电光性眼炎	(597)
眼外伤	(597)
眼科杂症	(598)
<b>一六、耳科疾病</b>	
中耳炎	(602)
化脓性中耳炎	(605)
耳内疮	(608)
耳部疔疮	(609)
耳鸣	(609)
内耳眩晕病	(612)
耳聋	(615)
耳心痛	(618)
耳垢过多	(618)
耳内出血	(618)
异物入耳	(618)
<b>一七、口腔科疾病</b>	
龋齿	(620)
牙髓炎	(621)
牙龈炎	(622)
牙龈出血	(623)
牙周病	(624)
冠周炎	(626)
牙痛	(627)
牙齿松动	(635)
口疮	(636)
鹅口疮	(644)
口腔白斑	(645)
口腔扁平苔藓	(646)
口腔盘状红斑狼疮	(646)
坏疽性口炎(走马疳)	(647)
口臭	(647)
口角炎	(648)
萎缩性舌炎	(649)
舌疮	(649)
舌肿	(649)
舌出不收症	(650)
舌缩症	(650)

重舌	(650)
木舌	(651)
<b>一八、鼻科疾病</b>	
急性鼻炎	(652)
慢性鼻炎	(652)
过敏性鼻炎	(656)
萎缩性鼻炎	(656)
鼻窦炎	(657)
副鼻窦炎	(661)
鼻出血	(662)
鼻息肉	(666)
鼻疖	(668)
鼻科杂症	(668)
<b>一九、喉科疾病</b>	
急性喉炎	(670)
慢性喉炎	(672)
急性扁桃体炎	(677)
慢性扁桃体炎	(679)
喉痹	(683)
喉痧	(684)
声音嘶哑	(684)
声带息肉与声带小结	(686)
失音	(686)
<b>二〇、皮肤科疾病</b>	
神经性皮炎	(688)
脂溢性皮炎	(688)
接触性皮炎	(689)
稻田皮炎	(689)
皮肤瘙痒	(690)
干燥综合征	(692)
癣	(693)
花斑癣	(695)
牛皮癣	(695)
足癣(脚气)	(698)
湿疹	(700)
荨麻疹	(703)
缠腰火丹(带状疱疹)	(706)
玫瑰糠疹	(707)
药疹	(707)

红斑狼疮	(708)
疥疮	(708)
疱疹	(710)
蜂窝疮	(713)
过敏症	(714)
多形性红斑	(714)
毛囊炎	(714)
鱼鳞病	(715)
硬皮病	(716)
皮肤结核	(717)
皮肤溃疡	(717)
女阴溃疡	(717)
白癜风	(718)
瘢痕疙瘩	(719)
唇炎	(720)
甲沟炎	(720)
寻常疣	(720)
扁平疣	(721)
鹅掌风	(722)
鸡眼	(723)
疝子	(724)
手足皲裂	(725)
冻疮	(726)
麻风	(726)
梅毒	(727)
<b>二一、伤骨科</b>	
跌打损伤	(732)
骨折	(738)
脱位	(744)
脑外伤后综合征	(745)
胸肋伤痛	(746)
软组织损伤	(747)
外伤出血	(750)
骨与关节结核	(751)
骨髓炎	(754)
骨质增生症	(756)
非化脓性肋骨软骨炎	(758)
颈椎病	(758)
肩周炎	(759)

<b>二二、男科疾病</b>	
遗精	(762)
早泄	(767)
阳痿	(769)
阳强	(775)
缩阳症	(776)
前列腺炎	(777)
前列腺增生病	(779)
男性乳腺增殖	(781)
龟头炎	(781)
疝气	(782)
睾丸炎	(786)
肾囊风	(788)
男性不育症	(790)
性交后腹痛	(793)
<b>二三、妇科疾病</b>	
乳腺炎	(794)
乳腺增生	(796)
乳房杂病	(798)
月经病	(798)
经前期紧张症	(802)
痛经	(803)
闭经	(805)
倒经	(808)
血崩	(809)
干血癆	(811)
白带	(812)
子宫功能性出血	(815)
子宫脱垂	(818)
子宫颈炎	(820)
盆腔炎	(822)
阴道炎	(824)
阴部病	(825)
妊娠呕吐	(827)
妊娠浮肿	(828)
妊娠杂病	(829)
先兆流产	(830)
习惯性流产	(831)
胎动不安	(832)

胎位不正 .....	(833)	黄疸 .....	(877)
子宫外孕 .....	(834)	水肿 .....	(878)
产前中风 .....	(834)	肝炎 .....	(879)
羊水过多 .....	(835)	惊风 .....	(879)
难产 .....	(835)	癫痫 .....	(882)
胎衣不下 .....	(837)	脑积水 .....	(884)
产后出血 .....	(838)	夜啼 .....	(885)
恶露不绝 .....	(839)	流涎 .....	(887)
产后便秘 .....	(840)	吐乳 .....	(887)
产后血晕 .....	(841)	颅骨不合 .....	(888)
产后贫血 .....	(841)	凶肿凶陷 .....	(888)
产后风 .....	(842)	颈软 .....	(888)
产后子宫下垂 .....	(842)	胎毒 .....	(888)
产后身痛 .....	(843)	脐风 .....	(889)
产后腹痛 .....	(843)	脐炎 .....	(889)
产后发热 .....	(844)	重舌 马牙 .....	(890)
产后杂病 .....	(846)	小便不通 .....	(891)
产后缺乳 .....	(847)	尿布皮炎 .....	(891)
乳汁自出 .....	(850)	遗尿 .....	(892)
回奶 .....	(850)	疝气 .....	(894)
不孕症 .....	(851)	小儿强中 .....	(894)
<b>二四、小儿科疾病</b>		阴囊积水 .....	(894)
感冒 .....	(853)	脱肛 .....	(894)
气管炎 .....	(854)	腮腺炎 .....	(895)
咳嗽 .....	(855)	猩红热 .....	(897)
哮喘 .....	(856)	水痘 .....	(898)
肺炎 .....	(858)	麻疹 .....	(900)
百日咳 .....	(859)	小儿麻痹 .....	(903)
咽炎 .....	(862)	佝偻病 .....	(905)
扁桃腺炎 (乳蛾) .....	(863)	风疹 .....	(906)
鹅口疮 .....	(865)	湿疹 .....	(907)
口疮 .....	(866)	痱子 .....	(909)
呕吐 .....	(867)	硬皮肿 .....	(909)
伤食厌食 .....	(868)	汗证 .....	(910)
疳积 .....	(869)	低热 .....	(911)
腹泻 .....	(872)	高热 .....	(912)
便秘 .....	(874)	夏季热 .....	(913)
贫血 .....	(875)	肥胖病 .....	(914)
肾炎 .....	(875)	目眨症 .....	(914)

多动症	(914)
鼻出血	(915)
蛔虫	(915)
蛲虫	(916)
钩虫	(917)
绦虫	(917)
<b>二五、急救方</b>	
中暑	(919)
高热	(925)
急腹症	(927)
药物中毒	(928)
食物中毒	(930)
煤气中毒	(934)
铅中毒	(934)
假死	(935)
异物梗喉	(935)
误吞硬物	(937)
酒醉	(937)
<b>二六、健美方</b>	
强身益寿方	(941)
戒烟方	(941)
减肥方	(942)
治脱发	(944)
治斑秃	(947)

治少白头	(949)
治头屑过多	(951)
治眉落眉稀	(952)
护发养发	(952)
去粉刺	(953)
去雀斑	(955)
去汗斑	(956)
去蝴蝶斑	(956)
去黄褐斑	(957)
去黑斑	(958)
面容皮肤健美	(958)
治酒渣鼻	(961)
去腋臭	(965)
治指掌角化	(966)
附录一：药性歌诀	(967)
附录二：抗癌植物	(980)
附录三：常用贴药穴位部位	(981)
附录四：汤药煎煮法	(983)
附录五：膏药制法	(984)
附录六：古方剂量换算法	(985)
附录七：参考书(刊)目	(986)

# 一、呼吸系统疾病

## 感 冒

配方：大蒜、姜适量。

制法：切碎。

用法：泡热开水或拌面吃。

备注：本方适用于感冒初起，不发汗时。

配方：葶苈、葱白各 15 克。

制法与用法：水煎服。

备注：同上方。

配方：地瓜（干）、葛根各 15 克。

制法与用法：水煎服。

备注：同上方。

配方：嫩薄荷叶、甘草各 3 克。

制法与用法：开水冲泡，日服 2 次。

备注：同上方。

配方：竹叶椒根 12 克。

制法与用法：水煎服，盖被卧床出汗。

备注：同上方。

配方：葱白 15 克（切碎），老姜 15 克（切片），茶叶 9 克。

制法与用法：煮好滤渣，趁热服用。

备注：本方适用于感冒初起头痛者。

配方：生姜 30 克，红糖 30 克，茶叶 1.5 克。

制法与用法：水煎服，服后吃热粥睡觉。

备注：同上方。

配方：大蒜 3 个，葱白 10 根。

制法与用法：切碎后加入煮熟的粥中再熬一次。

备注：同上方。

配方：白萝卜叶 30 克，红糖 30 克。

制法与用法：水煎服。

备注：同上方。

配方：生姜 6 片，淡豆豉 12 克。

制法与用法：煮汤趁热服下后覆被小睡。

备注：同上方。

配方：生大蒜 1-2 头，蜂蜜 50 毫升。

制法：洗净，捣烂，挤汁，加凉开水 150 毫升，与蜂蜜混合。

用法：每服 15-20 毫升，每日 3-4 次。

配方：防风 12 克，梨汁 50 毫升。

制法：水煎防风，冲入梨汁。

用法：每日服 2-3 次。

配方：车前子 10-20 克。

制法：水煎。

用法：空腹时分 3 次服用。

备注：本方适用于感冒引起的咳嗽。

配方：酸杨桃。

制法：削棱后横切成薄片，拌白糖食用。

备注：同上方。

**配方：**生姜9克，葱白6根（碎），萝卜条适量。

**制法与用法：**水煎服。

**备注：**同上方。

**配方：**桔皮、生姜、苏叶各9克。

**制法与用法：**水煎加红糖饮用。

**备注：**同上方。

**配方：**西瓜皮100克，白茅根30克，生姜3片。

**制法与用法：**水煎服。

**配方：**梨叶30余片。

**制法：**捣烂，热烧酒中和匀，布包拧汁和酒饮，盖被取汗。

**备注：**本方适用于感冒初起。

**配方：**干胡荽叶15克，麦芽糖15克。

**制法与用法：**将胡荽叶切成适当长度，与麦芽糖慢慢搅拌至糖完全溶解后食用。

**备注：**本方适用于感冒引起的咳嗽。

**配方：**红皮甘蔗数节（长约半尺）。

**制法与用法：**烤熟食用。

**备注：**同上方。

**配方：**生姜。

**制法：**将生姜放入平底锅后加盖用弱火烧，会冒出白烟，约4小时后白烟变青时熄火。

**用法：**取黑烧生姜2-3克于睡前服下。

**备注：**同上方。

**配方：**青柑橘1个，盐9克，贝母粉适量。

**制法：**将柑橘去蒂，以筷子将食盐塞入其内，慢烤至果汁沸滚时加入贝母粉，5分

钟后可用。

**用法：**剥皮食之。

**备注：**同上方。

**配方：**凤梨汁。

**制法与用法：**蒸熟后食用。

**备注：**同上方。

**配方：**面条1碗，大葱1根，红辣油1匙。

**制法与用法：**面条煮至烂熟（汤要大），再加大葱煮熟后放入辣油食用。

**备注：**本方适用于感冒鼻塞。

**配方：**面片1碗，大蒜、生姜、大葱适量。

**制法与用法：**煮熟后加胡椒末食用。

**备注：**同上方。

**配方：**陈皮20克。

**制法与用法：**水煎服。

**备注：**本方适用于感冒引起的关节疼痛。

**配方：**紫苏叶6克，山楂9克，冰糖90克。

**制法：**煮汤5-6碗。

**用法：**尽量多饮，饮后入睡。

**备注：**同上方。

**配方：**紫苏叶9克，黑枣10枚。

**制法与用法：**慢火熬汤，喝后即覆被而睡。

**备注：**同上方。

**配方：**荔枝肉30克，黄酒100-150毫升。

**制法：**将荔枝与黄酒置碗内放在锅里蒸煮10-15分钟。

**用法：**汁、药共服。日服2次，连服3-7日。

**备注：**本方适用于气虚感冒，胸肋胀满，鼻塞不通等。

**配方：**乌梅4-6枚，红糖100克。

**制法与用法：**水煎服。服后见汗。

**备注：**本方适用于发烧无汗者。

**配方：**葱白3根，辣椒半个。

**制法与用法：**水煎服，每日1-2次。

**配方：**西红柿叶20克，胡萝卜缨30克。

**制法与用法：**水煎服。

**配方：**贯众（又名贯仲）10克。

**制法与用法：**水煎服。

**备注：**本方用于感冒初起。

**配方：**胡萝卜。

**制法与用法：**洗净，煎汤，热饮。

**备注：**本方适用于畏寒需发汗者。

**配方：**一叶一枝花（又名：盘龙花、双瑚草等）5-7朵。

**制法：**用开水沏茶或煎服。

**用法：**日服2-3次。连服3-5日。

**备注：**本方用于感冒发烧、咳嗽胸痛等。

**配方：**干苏叶6克，薄荷叶6克。

**制法：**先用清水将药洗净，再用温开水浸泡当茶喝。

**用法：**每日服3-4次，每剂可沏2-3次。连服3-5日。

**备注：**①本方用于感冒初起或身烧无汗者。②冲泡药物的水温以60-70度为宜，并应加盖闷沏。

**配方：**苦瓜1个，生姜3片。

**制法与用法：**蒸熟食用。每日2次。

**配方：**乌梅4个，红糖100克。

**制法与用法：**煮浓汤，分2次服。

**备注：**本方用于发烧不退者。

**配方：**西瓜汁100毫升，芦根30克。

**制法与用法：**水煎芦根，冲西瓜汁服食。每日1-2次。

**配方：**红葡萄酒1小杯，鸡蛋1个。

**制法：**将红葡萄酒加热，冲入鸡蛋。

**用法：**晾温后饮用。

**备注：**适用于各类感冒，疗效特佳。

**配方：**鸡蛋1个，冰糖30克。

**制法：**将鸡蛋打破，同捣碎的冰糖混合调匀。

**用法：**睡前用开水冲服，取微汗。

**配方：**荸荠10个，车前子15克，通草6克。

**制法：**煎汁泡茶。

**用法：**日服3-4次。

**备注：**本方适用于感冒引起口苦者。

**配方：**桑叶15克，艾叶10克，生姜10克，葱须6克。

**制法与用法：**水煎服。

**配方：**鱼腥草（或艾叶）

**制法与用法：**水煎代茶饮。

**备注：**本方适用于日久不愈之感冒。

**配方：**莲藕、金橘、白糖适量，酒少许。

**制法与用法：**将擦碎之莲藕和切成圆片



的金橘加酒、糖后用开水冲服。

**备注：**同上方。

**配方：**芥菜 500 克，豆腐半块，生姜 9 克，咸橄榄 4 个。

**制法与用法：**将芥菜、豆腐切开，与生姜等共煮。滤出残渣，乘热服下，盖被发汗。

**备注：**同上方。

**配方：**糙米半杯，橘皮、香薷、老姜适量。

**制法与用法：**将糙米炒熟后与橘皮等水煎服。

**备注：**同上方。

**配方：**牛蒡，蜂蜜。

**制法与用法：**牛蒡擦碎后加开水榨汁，放入适量蜂蜜服饮。

**备注：**同上方。

**配方：**大白菜根 4 个。

**制法与用法：**洗净切片水煎服。

**配方：**生荷叶 20 克，蜂蜜 10 克。

**制法：**将荷叶煎 10 分钟，冲入蜂蜜。

**用法：**每日服 1 次。

**配方：**桑叶 15 克，黄菊花 10 克。

**制法与用法：**水煎服。

**配方：**荆芥 9 克，薄荷 9 克，辛夷 9 克。

**制法：**研末，以沸水浸泡 10 分钟。可浸泡 3-4 次。

**用法：**代茶频服。

**备注：**本方适用于鼻塞、流鼻涕、头胀头痛等。

**配方：**大青叶 30 克，紫草 30 克。

**制法：**温水浸泡 30-60 分钟，然后用文火煎煮，沸 3-5 分钟。

**用法：**早晚各服 1 次。

**备注：**本方适用于病毒性感冒。

**配方：**大叶桉。

**制法：**水煎。

**用法：**每日服 3-4 次，每次 30 毫升。

**配方：**炙冬花 8-12 克，炙僵蚕 8-12 克，川贝母 4-6 克，炙罂粟壳 4-5 克，桔梗 6-8 克，炙全蝎 1-2 克。

**制法与用法：**水煎服。

**备注：**①本方适用于感冒引起的咳嗽。②风寒咳嗽加杏仁、生姜，风热咳嗽加桑叶、连翘，风痰咳嗽加制南星、天竺黄，肺虚咳嗽加太子参、百合，肾虚咳嗽加仙茅、核桃肉。

**配方：**竹叶菜 30-60 克，淡竹叶 30 克。

**制法与用法：**水煎服。

**备注：**本方适用于日久不愈、伴有高热之感冒。

**配方：**山榄 15-20 枚，红萝卜 4 枚，紫苏叶 6 克。

**制法：**将山榄用刀背拍扁，萝卜切片后加紫苏叶熬汤。

**用法：**乘热服用，日饮 3-4 次。

**备注：**①本方适用于感冒引起口苦者。②若兼饮食失常、肠中滞积，可再加山楂 12 克、麦芽 12 克、炒鸡内金 9 克。③对迟眠或夜间说话较多、唇舌干燥者，则改加金石斛 3 克、京元参 9 克、小生地 9 克。

**配方：**西瓜、番茄各适量。

**制法与用法：**用纱布绞挤汁液；代茶饮