

中国民间小单方

刘 少 林 编 著
刘 光 瑞

科学技术文献出版社重庆分社

中国民间小单方

刘 少 林	刘 光 瑞	编著
科学技术文献出版社重庆分社		出版
重庆市市中区胜利路132号		
新华书店重庆发行所		发行
四川省隆昌县印刷厂		印刷

开本: 787×1092毫米1/32 印数: 9.25 字数: 18万
1986年5月第一版 1986年5月第一次印刷
科技新书目: 117—249 印数: 64300

书号: 14176·156

定价: 1.95元

内 容 简 介

民间小单方是祖国医学的一个组成部份。许多行之有效的单、秘方广泛流传于民间，亟待发掘和整理。

本书系作者近年游历全国二十四个省市自治区，访贤溯源，求教群众，广泛收集并悉心整理而成。全书收入了行之有效的实用单方 645 个，它们适于治疗内、外、妇、儿和五官科等七个方面的 55 种病证。所收单方均用统一药名（附注学名）和地方俗名；药品取材容易，花钱甚少；单方用法简单，主治分明；文字简洁，通俗易懂。本书适合广大医务工作者（尤其农村及边远地区）和家庭、个人治病防病之用。

陈 序

民间小单方是祖国医学的一个组成部份，历代有所记载，古人竞相传颂，今人实践应用。单方之奇，奇在显效；单方之妙，妙在运用。

著者为世医之后，继承祖父、伯父的医术，并在四十多年的临床中，刻苦钻研，因病论治，对症选药，为患者解除疾苦，可谓用力勤矣。

为振兴中医事业，服务四化建设，近几年来，刘少林医生率子光瑞，曾先后游览祖国各地，走遍了二十四个省市自治区，问古溯源，博采众长，拜访名贤，取长补短，相互交流，探索真理，追求医术。在收集总结基础上整理汇编成《中国民间小单方》一书。受编著者之请，托余审校和序，故赘数语于间，端籍吾人对祖国医学之向往云尔。

重庆市中医研究所研究员、顾问

陈源生

一九八五年二月

前 言

小单方在祖国医药学中有十分重要的作用，它具有药源广泛，取材容易，服用简便，花钱不多，疗效神奇等优点，深受群众喜爱。

小单方历史悠久，源远流长，它出自于民间，运用于民间，发展于民间，流传于民间。目前，民间流传的小单方颇多，为使之发扬光大，造福人民，亟待收集整理和研究。本此目的，我们父子走遍了川、黔、滇、藏、鄂、湘、赣、皖、苏、沪、浙、闽、粤、桂、陇、陕、豫、晋、冀、鲁、津、辽、京等省市自治区部份县镇及深圳特区，拜访了民间医生和持有秘验单方的群众共二百多人，在相互交流、总结经验基础上，收集和整理出这本《中国民间小单方》。

本书共收录了六百四十五个小单方，在选录过程中，力求做到药名统一（为此加注了学名），剂量适度，主治分明，释解清楚，药品能就地取材，疗效显著等目的。常言道，“小小单方治大病”，花几分钱就治好多年顽疾”。这话不假，只要对症选方，准确应用，必定能收到良效。

著者文化水平所限，书中不足之处，希望同道和读者多加指正。

刘少林 刘光瑞

于重庆大坪七牌坊40-4号

目 录

前言	(1)
----	-------

急 救

一、中毒	12方	(2)
二、中暑	8方	(6)
三、烧烫伤	13方	(9)
四、外伤出血	12方	(14)
五、误吞异物	11方	(19)
六、狂犬咬伤	12方	(23)
七、虫蛇咬伤	15方	(28)
八、自缢昏迷	4方	(34)
九、溺水昏迷	4方	(35)

内 科

一、中风	9方	(40)
二、感冒	9方	(43)
三、咳嗽	11方	(47)
四、咳血	7方	(52)
五、头痛	8方	(55)
六、眩晕	8方	(58)
七、呕吐	7方	(61)
八、泄泻	9方	(64)
九、便秘	9方	(68)
十、胸痛	10方	(71)

十一、胁痛	8方	(75)
十二、胃痛	8方	(79)
十三、腹痛	7方	(82)
十四、腰痛	11方	(85)
十五、肩臂腿痛	7方	(89)
十六、痹证	10方	(92)
十七、癫狂	6方	(96)
十八、遗尿	7方	(99)
十九、阳痿	6方	(102)
二十、遗精	7方	(104)
二十一、水肿	6方	(107)
二十二、黄疸	6方	(109)
二十三、霍乱	7方	(112)

外科

一、丹毒	10方	(118)
二、湿疹	10方	(121)
三、冻疮	9方	(125)
四、秃疮	8方	(129)
五、乳痈	10方	(132)
六、痔疮	10方	(136)
七、疔疮	11方	(140)
八、跌打损伤	14方	(145)
九、疮癣	13方	(150)
十、疝气	5方	(155)

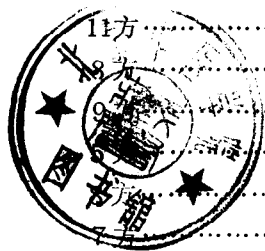
妇科

一、月经不调	11方	(160)
--------	-----	---------

二、痛经	8方	(164)
三、产后腹痛	8方	(167)
四、外阴痒	10方	(170)
五、产后受风	8方	(174)
六、乳汁不通	8方	(177)
七、产后血晕	10方	(180)
八、白带	10方	(183)
九、难产	5方	(187)
十、崩漏	9方	(189)

儿 科

一、疳积	10方	(196)
二、腹泻	12方	(200)
三、百日咳	11方	(205)
四、遗尿	9方	(209)
五、惊风	11方	(213)
六、感冒		(217)
七、蛔虫		(221)
八、疹痘		(225)
九、呕吐		(227)
十、脐风		(230)



五 官 科

一、牙痛	11方	(234)
二、咽喉肿痛	10方	(238)
三、麦粒肿	6方	(242)
四、鼻衄	10方	(244)
五、中耳炎	8方	(248)

六、沙眼	4方	(252)
七、耳聋	6方	(253)
八、声音嘶哑	8方	(256)

保 健 卫 生

一、预防瘟疫	8方	(260)
二、养身健体	7方	(263)
三、环境卫生	9方	(267)
四、日常生活	7方	(270)

急救

一、中 毒

单方：胆矾 *Chalcanthite*

别名：君石、黑石、石液、翠胆矾、蓝矾。

主治：中毒。

用量：6克。

用法：将胆矾研细末，用水冲服，如果患者昏迷，可撬口灌之，催吐。

【释解】不同的毒物中毒，其症状各不相同。总的来说，治宜催吐解毒。

胆矾性味：酸辛、寒，有毒。入肝、胆经。有催吐、祛腐、解毒等功效。

单方：白菜 *Brassica juncea* (L.)

主治：煤气中毒。

用量：250克。

用法：将新鲜白菜切碎，拧出菜汁，调水灌服。

【释解】因吸入煤、木炭或含碳物质不完全燃烧产生的一氧化碳中毒。症见皮肤、指甲、口唇呈樱红色，神志昏迷，痉挛，呼吸困难。抢救时，应立即将患者移至新鲜空气处，治宜救逆回阳，宽胸顺气。

白菜性味：甘、温，无毒。有通利肠胃、宽胸解烦、解酒消食、下气等功效。

单方：萝卜 *Raphanns sativus* L.

异名：菜薹、秦藜、土酥、萝卜。

主治：食物中毒。

用量：500克。

用法：将萝卜捣烂取其汁，每次服一小碗。

【释解】因误吃变质食物或有毒食物。症见吐利烦躁不安，腹痛等。治宜解毒消食。

萝卜性味：辛甘、凉。入胃、肺经。有解毒、消食、顺气、化痰、散瘀、利尿、止渴、补虚等功效。

单方：汉防已 *Aristolochia heterophylla* Hemsl

异名：防已、山乌龟、倒地拱、白木香。

主治：食物中毒。

用量：50克。

用法：将汉防已用水煎饮。

【释解】误吃变质或有毒食物中毒。症见心烦意乱，吐利反胃，腹部隐痛等。治宜解毒利尿。

汉防已性味：苦、寒。入肝、脾、肾经。有行水、利湿、止泄、祛风、化痰、健脾胃等功效。

单方：松萝 *Usnea longissima* Aeh

异名：龙须草、天蓬草、雪风藤、山挂面、树挂、松落、女萝。

主治：草乌中毒。

用量：20克。

用法：将松萝用水煎服。

【释解】因草乌有大毒，服后面色青紫，吐泻心烦，因

肢麻木无力等。治宜解毒宽胸。

松萝性味：苦甘、平。有清热解毒、宽胸化痰、清肝明目等功效。

单方：甘草

主治：各种药物中毒。

用量：3克。

用法：将甘草用水煎服或切细嚼服。

【释解】因误服各种有毒或变质药物后，出现恶心呕吐，四肢无力等症状。治宜清热解毒。缓解药性。

甘草性味：甘、平。归十二经脉。有益气补中、清热解毒、缓急止痛、调和百药等功效。

单方：羊乳

主治：蜘蛛毒。

用量：几滴。

用法：将新鲜羊乳敷于患处。

【释解】因蜘蛛泻毒于人体皮肤，出现皮肤红肿、热痛等症状。治宜清热解毒。

新鲜羊乳有清热解毒、消肿凉血之功效。

单方：绿豆 *Phaseolus radiatus* L.

主治：各种急性无名中毒。

用量：30克。

用法：将绿豆研末或生吞服。

【释解】因误吃了各种有毒物质或吸入外来毒气，出现昏迷症状。治宜解毒清热。

绿豆性味：甘、寒。入心、胃经。有清热解毒、解毒等功效。

单方：大蒜头 *Allium sativum* L.

主治：铅中毒。

用量：10克。

用法：将大蒜头捣烂冲水服。

【释解】因铅中毒。症见脸色苍白、四肢无力等。治宜解毒攻邪。

大蒜头性味：辛、温。入胃、大肠经。有解毒、润肠、杀虫的功效。

单方：贝子 *Monetaria moneta* (L.)

异名：白贝、贝齿、白海蛎等。

主治：中毒初期。

用量：1枚。

用法：将贝子含口内。

【释解】因毒物进入人体初期阶段，不同的毒物，其中毒初期症状表现各不相同，治宜催吐泻毒。

贝子性味：咸、凉。有清热利尿，除寒解肌等功效。

含口中有催吐的作用。

单方：白扁豆 *Dolichos lablab* L.

异名：扁豆、小刀豆、茶豆、藤豆等。

主治：砒霜毒。

用量：3克。

用法：将白扁豆研细末，冲水调下。

【释解】因服用大量砒霜，症见呼吸困难、胸痛、严重者可能出现休克。治宜解毒和中。

白扁豆性味：甘、平。入脾、胃经。有健脾和中，消暑化湿、解一切草木之毒等功效。

单方：樟脑 *Cinnamomum camphora* (L.)

异名：油脑、脑子、树脑等。

主治：酒精中毒。

用量：3厘（约100毫克）。

用法：将樟脑研细末，调水服。

【释解】服酒精过量。症见神昏休克、脸色苍白、呕吐恶心等。治宜通窍解毒。

樟脑性味：辛、热。有通窍杀虫，止痛除腻等功效。

二、中 暑

单方：食盐

主治：中暑。

用量：50克。

用法：用食盐擦揉患者手、足、胁、胸、背处、擦出红点为度，觉轻松即愈。

【释解】因感受暑邪而突然发生的急性病证。症见昏迷不醒，四肢抽搐。首先应将患者移至凉爽通风处。治宜消暑解热。

食盐性味：咸、寒。入胃、肾、大小肠经。有清火、凉血、解毒、涌吐等功效。

民间外治中暑，用食盐擦揉全身各处，有直接进行外泻

暑热和降火的作用。

单方：大蒜 *Allium sativum* L.

异名：葫蒜、独蒜、独头蒜。

主治：中暑昏倒。

用量：2个

用法：将大蒜捣烂，用开水灌服。

【释解】因夏季高热中暑。症见中暑昏倒，不省人事。治宜救逆回阳，醒神宁志。

大蒜性味：辛、温。入脾、胃、肺经。有行滞气、暖脾胃、解毒杀虫等功效。

单方：生藕 *Nelumbo nucifera* Gaertn.

异名：莲藕。

主治：中暑腹痛。

用量：500克。

用法：将生藕捣汁灌服。

【释解】夏天炎热中暑。症见神志不清，腹部隐痛。治宜消暑止痛，清热除烦。

生藕性味：甘、寒。入心、脾、胃经。有清热、凉血、散瘀等功效。

单方：生扁豆叶 *Dolichos lablab* L.

异名：白扁豆叶、炒扁豆叶。

主治：中暑。

用量：100克。

用法：将生扁豆叶捣汁，冲开水服。