

很老很老的

HENLAO HENLAO DE  
LAOPIANFANG

# 老偏方

最养女人的奇效方

- ◆ 疗法简单，疗效显著
- ◆ 取材方便，经济实用
- ◆ 省时省力，副作用小

口口相传 历经实践

搜罗最经典、最常用的老偏方

中华人民共和国  
医师执业证书号  
11013060006078

张拓伟◎编著



开启人生健康大运，掌握永不生病的智慧  
内养外护，轻松做个百岁翁  
【中医调养精华读本】  
顶级养生智慧 家庭必读经典

很老很老的

# 老偏方

最养女人的奇效方

张拓伟◎编著

HENLAO HENLAO DE  
LAOPIANFANG



海峡出版发行集团 | 福建科学技术出版社  
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

很老很老的老偏方：最养女人的奇效方 / 张拓伟  
编著. —福州：福建科学技术出版社，2014.1  
ISBN 978-7-5335-4444-7

I. ①很… II. ①张… III. ①女性—常见病—土方—  
汇编 IV. ①R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2013 ) 第296268号

书 名 很老很老的老偏方——最养女人的奇效方  
编 著 张拓伟  
出版发行 海峡出版发行集团  
福建科学技术出版社  
社 址 福州市东水路76号 ( 邮编350001 )  
网 址 [www.fjstp.com](http://www.fjstp.com)  
经 销 福建新华发行 ( 集团 ) 有限责任公司  
印 刷 美航快速彩色印刷公司  
开 本 720毫米 × 1000毫米 1/16  
印 张 16  
图 文 256码  
版 次 2014年1月第1版  
印 次 2014年1月第1次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5335-4444-7  
定 价 19.90元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

# 特 别 说 明

一、书中的液体药剂或溶剂以毫升为单位计算者，每500毫升为500克，个别地方以杯为计量单位者，每杯约200毫升。若方剂中有详细说明，则以具体说明为准。

二、本书偏方的药量，除特别说明外，一律为成人用量，老人、儿童等患者的用量宜根据具体情况有所减少。

三、本书所涉及的中药，除文中特别说明用“生”、“鲜”药外，均应采用正规中药店出售的中药。因为有的毒性较大的药材，必须经过专业加工，以减少毒性，才能保证安全。

四、本书所涉及的偏方中用到的药物若没有说明具体的制法，则参照：每30克药物一般加水约150毫升，煎取50毫升；第二煎加水约100毫升，煎取30毫升，然后混合，分2~3次服。方中有矿物药如石膏等，应先煎；带有挥发性的药物如薄荷、藿香等，则应后下。服鲜汁者，应先将药物洗净，捣碎，加入少量凉开水拌匀，然后用煮沸消毒的纱布压榨取汁。凡外用药会刺激皮肤发红起疱的，以起疱为度，不可久用。

五、本书所录偏方，过敏体质者请根据自身条件斟酌使用。





六、对于重大疾病，本书虽收录偏方，但仍建议患者及时接受专业医师诊治，以免延误病情。

七、如腹泻、呕吐、身体部位疼痛等，本书虽然提供了偏方验方，但这些症状有可能是其他疾病的表象，出现这些症状，应及时咨询医师。

基于对读者负责任的态度，尤其需要提醒大家注意的是，本书所收偏方未必适用于所有人士，也就是说，有些偏方或许在某些人身上可以药到病除，在另外一部分人身上或许并无疗效甚至适得其反。总之，要尊重个体生理和病理的差异性，患者在使用时最好先咨询中医师，再根据自身条件斟酌使用。

↓ 中西医结合具有互补性，在使用中医偏方时，患者也可以结合西医诊疗法，从而快速治愈病症。



## 第

## 一

## 章

- 1 • 偏方常用中药图鉴
- 5 • 最养女人的10大食物
- 7 • 补养女人的10大抗衰药材

### 巧用老偏方，内调外养抗衰防老

- 10 • 补气养血
- 10 • 枸杞子茶
- 10 • 红枣粥
- 10 • 熟地粥
- 11 • 补脾益气酒
- 11 • 花生饮
- 11 • 童子鸡露
- 11 • 何首乌糯米粥
- 12 • 白术当归汤
- 12 • 党参红枣粥
- 12 • 桂圆饮
- 12 • 黄芪乌鸡
- 13 • 十全大补汤
- 13 • 莲子猪肚
- 13 • 固元膏
- 13 • 葡萄茶
- 14 • 红花鱼头豆腐汤
- 14 • 五红汤
- 15 • 养心安神
- 15 • 酸枣仁粥
- 15 • 莲子瘦肉羹

- 15 • 玫瑰枣仁心
- 16 • 小米养心粥
- 16 • 猪心莲子煲
- 16 • 白糖桂圆
- 16 • 白醋鸡蛋
- 17 ● 滋阴润肺
- 17 • 银耳冰糖水
- 17 • 杏仁粥
- 17 • 玉竹粥
- 18 • 黑木耳粥
- 18 • 杏仁猪肺
- 18 • 川贝炖豆腐
- 18 • 羊乳润肺方
- 19 • 银耳粥
- 19 • 冰糖川贝梨
- 19 • 枇杷饮
- 19 • 紫苏粥



- 19 • 白鲜皮汤
- 20 • 麦冬知母蜜糖水
- 20 • 桔梗丸
- 20 • 百合生地人参汤
- 20 • 瓜蒌饼
- 20 • 桑叶桔梗汤
- 21 • 沙参麦冬汤
- 21 • 沙参心肺汤
- 21 • 煮冬菜
- 22 ● 健脾养胃
- 22 • 参枣汤
- 22 • 石斛绿茶饮
- 22 • 太子参茶
- 23 • 茯苓粥
- 23 • 五味子粥
- 23 • 猪心莲子煲
- 23 • 白术粥
- 24 • 牛肉炒圆白菜
- 24 • 黄豆香菜汤
- 25 ● 养肝护肝
- 25 • 何首乌煨鸡
- 25 • 芹菜益母鸡蛋方
- 25 • 绿茶柑橘方
- 26 • 二核炖瘦肉
- 26 • 银耳杜仲羹
- 26 • 党参煲鸡心
- 27 • 枸杞养肝酒
- 27 • 杞子蜜粥
- 27 • 磁石粥
- 27 • 首乌蜜粥

- |    |   |         |    |   |         |
|----|---|---------|----|---|---------|
| 28 | • | 决明子粥    | 36 | • | 大叶茜草方   |
| 28 | • | 菊花猪肝汤   | 36 | • | 川芎当归鸡   |
| 28 | • | 菊花粥     | 36 | • | 丹参黄豆汤   |
| 28 | • | 枸杞子羊脑煲  | 37 | ● | 润肠通便    |
| 29 | • | 菊花蜜饮    | 37 | • | 柏子仁粥    |
| 29 | • | 桑葚粥     | 37 | • | 郁李仁粥    |
| 29 | • | 天麻糯米粥   | 37 | • | 芝麻木耳糊   |
| 30 | ● | 补肾强身    | 38 | • | 核桃蜜粥    |
| 30 | • | 苁蓉羊肉粥   | 38 | • | 芝麻粥     |
| 30 | • | 海马当归牛尾汤 | 38 | • | 甜杏仁糊    |
| 31 | • | 肉苁蓉酒    | 38 | • | 黑木耳芝麻茶  |
| 31 | • | 桑芝丸     | 39 | • | 麻仁苏子粥   |
| 31 | • | 鹿茸粳米粥   | 39 | • | 百合冬瓜鸡蛋汤 |
| 31 | • | 枸杞叶羊肾粥  | 39 | • | 何首乌鸡蛋   |
| 32 | • | 小茴香虾肉丸  | 39 | • | 土豆蜂蜜饮   |
| 32 | • | 牛髓生地膏   | 39 | • | 银耳羹     |
| 32 | • | 红枣桂圆莲子汤 | 40 | • | 冬葵子饮    |
| 32 | • | 骨碎补粥    | 40 | • | 桑葚膏     |
| 32 | • | 黑芝麻丸    | 40 | • | 生大黄饮    |
| 33 | • | 杜仲五味子茶  | 40 | • | 决明子茶    |
| 33 | • | 狗肉甘薯汤   | 41 | ● | 排毒养颜    |
| 33 | • | 公鸡糯米酒   | 41 | • | 苦瓜粥     |
| 33 | • | 杜仲烧猪腰   | 41 | • | 豆腐粥     |
| 34 | • | 海马小米粥   | 41 | • | 木兰皮方    |
| 34 | • | 附片炖猪腰   | 42 | • | 樱桃饮     |
| 35 | ● | 温宫祛寒    | 42 | • | 菊花茯苓散   |
| 35 | • | 艾叶鸡蛋    | 42 | • | 白扁豆衣汤   |
| 35 | • | 生姜红糖饮   | 42 | • | 红枣鸡蛋汤   |
| 35 | • | 枸杞子红枣汤  | 42 | • | 白菜薏米粥   |
| 36 | • | 温经汤     |    |   |         |



- |    |   |         |    |   |          |
|----|---|---------|----|---|----------|
| 44 | ● | 乌发养发    | 50 | ● | 鸡肝酒      |
| 44 | ● | 康壮酒     | 50 | ● | 白菊花茶     |
| 44 | ● | 黑芝麻茶    | 50 | ● | 枸杞子菊花饮   |
| 44 | ● | 茶树精油护发水 | 51 | ● | 茶水熏蒸法    |
| 45 | ● | 何首乌丸    | 51 | ● | 胡萝卜炖田螺   |
| 45 | ● | 香浓椒酒生发剂 | 51 | ● | 菊花粥      |
| 45 | ● | 红蓖麻方    | 51 | ● | 蒙蒺决明茶    |
| 45 | ● | 芝麻修护油   | 52 | ● | 芝麻粥      |
| 46 | ● | 菊花美发浴   | 52 | ● | 莲子粥      |
| 46 | ● | 蛋黄热敷护发法 | 52 | ● | 地黄方      |
| 46 | ● | 兰草叶方    | 52 | ● | 芹菜粥      |
| 46 | ● | 桑葚子亮发茶  | 52 | ● | 苍术方      |
| 47 | ● | 黑芝麻白糖方  | 53 | ● | 鼻部保养     |
| 47 | ● | 乌须止血散   | 53 | ● | 鲜枇杷叶粉    |
| 47 | ● | 诃子茶     | 53 | ● | 红糖蜂蜜方    |
| 47 | ● | 黑发茶     | 53 | ● | 芦根竹茹粥    |
| 47 | ● | 旱藕方     | 54 | ● | 苍耳子薏米水   |
| 48 | ● | 核桃膏     | 54 | ● | 剑花猪肺汤    |
| 48 | ● | 椰子浆     | 54 | ● | 西红柿柠檬面膜  |
| 48 | ● | 美发方     | 54 | ● | 大黄百部酒    |
| 48 | ● | 香发油方    | 55 | ● | 健齿护唇     |
| 48 | ● | 黑豆雪梨汤   | 55 | ● | 石斛绿茶饮    |
| 49 | ● | 明眸聪耳    | 55 | ● | 磨盘草醋方    |
| 49 | ● | 鱼骨鸡肝汤   | 55 | ● | 清新口齿方    |
| 49 | ● | 黑木耳鸡蛋方  | 56 | ● | 橘子皮粉     |
| 49 | ● | 女贞子酒    | 56 | ● | 漱口茶      |
| 50 | ● | 羊肝海带汤   | 56 | ● | 香浓巧克力润唇油 |
| 50 | ● | 枸杞生地酒   | 56 | ● | 菖蒲酒      |

- |    |   |         |    |   |           |
|----|---|---------|----|---|-----------|
| 56 | • | 坚齿方     | 64 | • | 防皴裂膏      |
| 57 | • | 金银花白芷汤  | 64 | • | 冬瓜赤小豆方    |
| 57 | • | 白矾方     | 65 | • | 柠檬软化角质足浴方 |
| 57 | • | 海带豆腐粥   | 65 | • | 吴茱萸生姜方    |
| 57 | • | 食醋漱口    | 65 | • | 薄荷清凉爽足粉   |
| 57 | • | 丝瓜姜汤    | 65 | • | 白萝卜方      |
| 58 | • | 健齿膏药    | 65 | • | 蚌蛤粉       |
| 58 | • | 沙拉胡萝卜方  | 66 | • | 半夏方       |
| 58 | • | 固牙方     | 66 | • | 核桃芝麻膏     |
| 59 | ● | 颈部保养    | 66 | • | 干冬瓜皮方     |
| 59 | • | 黄瓜清粉    | 66 | • | 乌梅方       |
| 59 | • | 牛奶防皱膜   | 66 | • | 猪油止皴裂膏    |
| 59 | • | 栗皮蜂蜜    | 67 | ● | 美白润肤      |
| 60 | • | 甜杏仁美颈晚霜 | 67 | • | 川芎红枣鱼头汤   |
| 60 | • | 豆腐鱼皮鱼骨汤 | 67 | • | 冬瓜仁粉      |
| 60 | • | 羊肉糯米粥   | 67 | • | 蜜醋方       |
| 60 | • | 绿豆蛋清祛皱霜 | 68 | • | 黄豆香油      |
| 61 | ● | 手部保养    | 68 | • | 冬桑叶方      |
| 61 | • | 柠檬精油手浴方 | 68 | • | 薏米粉美白方    |
| 61 | • | 生猪油方    | 68 | • | 菊花蛋清方     |
| 61 | • | 蛋黄木瓜润手膜 | 68 | • | 淮杞花胶炖鸡    |
| 62 | • | 米酒甘草润手液 | 69 | • | 甘薯方       |
| 62 | • | 双仁嫩手膏   | 69 | • | 橄榄油蛋奶方    |
| 62 | • | 姜白矾     | 69 | • | 黑芝麻蜜丸     |
| 62 | • | 淘米水     | 69 | • | 润肤醋       |
| 62 | • | 西红柿汁方   |    |   |           |
| 63 | • | 薰衣草护手霜  |    |   |           |
| 63 | • | 香蕉方     |    |   |           |
| 63 | • | 糯稻根方    |    |   |           |
| 64 | ● | 足部保养    |    |   |           |
| 64 | • | 谷皮糠粥    |    |   |           |





- 69 ● 天冬蜜
- 70 ● 积雪草养颜茶
- 70 ● 仙光散
- 70 ● 密陀僧方
- 70 ● 牡蛎膏
- 70 ● 赤小豆方
- 71 ● 白术酒
- 71 ● 猕猴桃杏汁
- 71 ● 枸杞子煎
- 71 ● 嫩肤方
- 71 ● 银耳粥
- 72 ● 半夏散
- 72 ● 茯苓抗衰方
- 72 ● 桃花酒
- 73 ● **防皱抗皱**
- 73 ● 西红柿玫瑰茶
- 73 ● 慈禧珍珠茶
- 73 ● 橘皮酒
- 74 ● 红葵银耳蜜汁
- 74 ● 赤小豆紧致面膜方
- 74 ● 番茄酱蛋清面膜
- 74 ● 栗子蜂蜜面膜方
- 74 ● 麦麸红枣汤
- 75 ● 栗皮方

- 75 ● 鸡蛋粉敷面方
- 75 ● 三莲驻颜方
- 75 ● 松子粥
- 75 ● 胡萝卜醋膜
- 76 ● 黄芪薏米面膜方
- 76 ● 白芷祛皱方
- 76 ● 苏打水紧肤方
- 76 ● 猪蹄浆
- 77 ● 玉米绿豆面膜方
- 77 ● 酒浸鸡蛋
- 77 ● 杏仁鸡蛋膏
- 77 ● 百合粥
- 77 ● 菊花粥
- 78 ● **全身皮肤保养**
- 78 ● 蜂蜜芹菜汁
- 78 ● 泥鳅米醋外敷方
- 78 ● 菠萝果味磨砂乳
- 79 ● 三味外洗液
- 79 ● 足浴法
- 79 ● 桑叶浴
- 79 ● 薄荷浴
- 79 ● 茉莉糙米磨砂膏
- 80 ● **除味香体**
- 80 ● 五香丸
- 80 ● 芳香蜜丸
- 80 ● 香贝养容汤
- 81 ● 聚香丸
- 81 ● 西红柿汁
- 81 ● 老姜涂擦方
- 81 ● 芙蓉叶浴

- 82 ● 降脂减肥
- 82 ● 芝麻丸方
- 82 ● 细腰身方
- 82 ● 冬瓜粥
- 83 ● 蒸鲤鱼
- 83 ● 荷叶茶
- 83 ● 五加皮酒
- 83 ● 绿豆粥
- 83 ● 海带决明茶
- 84 ● 桑枝青柿饮
- 84 ● 决明子茶

- 84 ● 玉米须茶
- 84 ● 桑枝茶
- 84 ● 赤小豆粥
- 85 ● 美胸丰胸
- 85 ● 小米汤
- 85 ● 甜浆粥
- 85 ● 养气活血汤
- 86 ● 木瓜粥
- 86 ● 花生鸡爪汤
- 86 ● 虾皮鹌鹑蛋
- 86 ● 山药炖猪蹄

## 第

## 三

## 章

### 皮肤病老偏方，寻回女性容颜美

- 88 ● 神经性皮炎
- 88 ● 鲜姜方
- 88 ● 土茯苓方
- 88 ● 苦参方
- 89 ● 醋鸡蛋方
- 89 ● 野芹菜方
- 89 ● 苦杏仁方
- 89 ● 醋方
- 89 ● 藕节方
- 90 ● 土茯苓红枣汤
- 90 ● 斑蝥方
- 90 ● 鱼腥豆带汤
- 91 ● 皮肤瘙痒
- 91 ● 海带绿豆汤

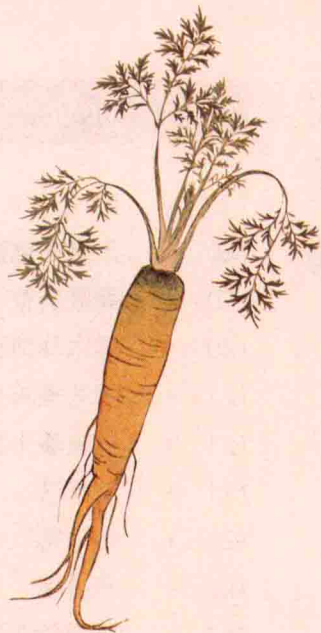
- 91 ● 花椒水
- 91 ● 桂枝汤
- 91 ● 紫甘蔗皮方
- 92 ● 荆芥穗方
- 92 ● 姜桂红枣汤
- 92 ● 四味外洗液
- 93 ● 脂溢性皮炎
- 93 ● 山楂方
- 93 ● 透骨草方
- 93 ● 侧柏叶方
- 94 ● 湿疹
- 94 ● 冬瓜莲子羹
- 94 ● 夜交藤洗方
- 94 ● 仙鹤草洗方

- 95 • 竹节菜粥
- 95 • 三仁饼
- 95 • 桂枝汤
- 95 • 荆芥七叶一枝花
- 96 • 除湿胃苓汤
- 96 • 固表消风汤
- 96 • 黄芪消风散
- 96 • 百合绿豆汤
- 97 • 泻心汤
- 97 • 豆腐菊花羹
- 97 • 乌梢蛇汤
- 97 • 芦根鱼腥草饮
- 98 ● 痤疮
- 98 • 绿豆粉
- 98 • 刺猬脂肪方
- 98 • 芦荟叶方
- 99 • 密陀僧粉方
- 99 • 苦杏仁方
- 99 • 菟丝子方

- 99 • 海带清热汤
- 99 • 半枝莲方
- 100 • 玫瑰藕粉汤
- 100 • 蜂蜜方
- 100 • 茵陈方
- 101 ● 雀斑
- 101 • 茄子方
- 101 • 茯苓方
- 101 • 玉簪花方
- 102 • 天冬方
- 102 • 苍耳子方
- 102 • 牵牛散
- 102 • 樱桃方
- 102 • 柠檬饮
- 103 • 西红柿汁方
- 103 • 合欢花茶
- 103 • 白术方
- 103 • 淘米水方
- 104 ● 黄褐斑
- 104 • 枸杞子菊花茶
- 104 • 柿叶膏
- 104 • 黑豆丸
- 105 • 黄精酒
- 105 • 合欢绿茶
- 105 • 白果方
- 105 • 瓜瓢方
- 106 ● 手癣
- 106 • 独头蒜方
- 106 • 松针方
- 106 • 鱼腥草方



- 107 • 杨树叶方
- 107 • 仙人掌方
- 107 • 蓖麻叶方
- 107 • 皂角方
- 108 • **腋臭**
- 108 • 二石冰片方
- 108 • 川椒陈皮按摩方
- 108 • 枯矾菖蒲樟脑方
- 109 • 生地麦冬饮
- 109 • 祛湿除臭散
- 109 • 田螺巴豆方
- 109 • 七香绛囊
- 110 • 枇杷叶绿豆汤
- 110 • 蜜糖银花露
- 110 • 姜汁方
- 110 • 汤浴方
- 111 • **足癣**
- 111 • 大蒜方
- 111 • 黄精方
- 111 • 冬瓜皮方
- 112 • 大蒜花椒方
- 112 • 苦参方
- 112 • 鳝鱼骨方
- 112 • 芦荟叶
- 113 • **鸡眼**
- 113 • 半夏茎方
- 113 • 韭菜叶方
- 113 • 生芋方
- 114 • 麻防薏米汤
- 114 • 醋蛋方



- 114 • 蒜汁方
- 114 • 五倍樟脑散
- 115 • 黑木耳方
- 115 • 万年青叶方
- 115 • 葱白方
- 115 • 乌梅肉方
- 116 • **灰指甲、甲沟炎**
- 116 • 花椒蒜醋
- 116 • 大黄方
- 117 • 醋泡蒜方
- 117 • 食醋方
- 117 • 半边莲
- 117 • 烟叶方
- 118 • 大蒜糯米方
- 118 • 醋浸白芷方
- 118 • 烟丝醋方
- 118 • 艾灸方
- 118 • 无名异方

- |     |             |     |            |
|-----|-------------|-----|------------|
| 120 | ● 经前期综合征    | 127 | ● 胡椒牛肚汤    |
| 120 | ● 天麻猪脑羹     | 127 | ● 归豆牛肉汤    |
| 120 | ● 桑葚奶茶      | 127 | ● 橘叶苏梗茶    |
| 120 | ● 黑木耳炖豆腐    | 127 | ● 艾叶香附子茶   |
| 121 | ● 川芎煮鸡蛋     | 127 | ● 香附子川芎茶   |
| 121 | ● 鲤鱼萝卜饮     | 128 | ● 月经量多     |
| 121 | ● 脐疗法       | 128 | ● 扁豆红枣汤    |
| 121 | ● 生地蜜饮      | 128 | ● 马蹄甲散     |
| 122 | ● 蒸香椽       | 128 | ● 红糖酒猪皮冻   |
| 122 | ● 芦根竹茹粥     | 129 | ● 槐花双地粥    |
| 122 | ● 玫瑰花橘饼饮    | 129 | ● 荠菜汤      |
| 122 | ● 活血化瘀汤     | 129 | ● 棉花子散     |
| 123 | ● 何首乌煲鸡蛋    | 129 | ● 菱角汤      |
| 123 | ● 韭菜炒羊肝     | 129 | ● 地榆散      |
| 123 | ● 桃花方       | 130 | ● 葶苈汁      |
| 124 | ● 月经先期      | 130 | ● 荷花茶      |
| 124 | ● 生地莲藕节赤小豆汤 | 130 | ● 丝瓜散      |
| 124 | ● 双芦猪肉汤     | 130 | ● 荔枝壳灰     |
| 124 | ● 葶苈芹菜汁     | 130 | ● 韭菜羊肝方    |
| 125 | ● 龙眼杞参粥     | 131 | ● 月经量少     |
| 125 | ● 三花橘络茶     | 131 | ● 山楂红花酒    |
| 125 | ● 香椽金橘茶     | 131 | ● 山楂佛手小豆蔻酒 |
| 125 | ● 归芪山药鸡肉汤   | 131 | ● 黑豆苏木汤    |
| 125 | ● 黑豆党参汤     | 131 | ● 红花酒      |
| 126 | ● 月经后期      | 132 | ● 经期延长     |
| 126 | ● 月季花姜片汤    | 132 | ● 柏叶粥      |
| 126 | ● 归糖茶       | 132 | ● 艾叶炖母鸡    |
| 126 | ● 陈皮益母茶     | 132 | ● 人参升麻粥    |

133 ● 功能性子宫出血（崩漏）

133 ● 杨树叶烧灰方

133 ● 天冬方

133 ● 党参方

134 ● 右归丸

134 ● 生姜灸法

134 ● 仙鹤龙牡煎

134 ● 川牛膝方

134 ● 燕麦炖鸡血

135 ● 乌贼骨炖鸡

135 ● 莲蓬壳方

135 ● 莱菔子方

135 ● 乌贼墨囊方

135 ● 豆浆韭菜汁

136 ● 玉米须猪肉汤

136 ● 凌霄花方

136 ● 黑木耳红糖饮

136 ● 小蓟方

136 ● 乌梅方

137 ● 闭经

137 ● 苍术粥

137 ● 丹参糖茶

137 ● 月季花方

138 ● 丝瓜络方

138 ● 丝瓜瓤方

138 ● 凌霄花方

138 ● 川芎煮鸡蛋

138 ● 鸡血藤炖肉

139 ● 丹参方

139 ● 薏米根方



139 ● 水蛭方

139 ● 黄瓜秧方

139 ● 泽兰粳米粥

140 ● 鸡内金方

140 ● 百合花方

140 ● 山楂红糖饮

141 ● 痛经

141 ● 肉桂粥

141 ● 樱桃叶方

141 ● 金荞麦根方

142 ● 益母草方

142 ● 月季花方

142 ● 三七粉

142 ● 鲜姜方

142 ● 泽兰绿茶

143 ● 山楂方

143 ● 艾叶方

143 ● 雪莲花酒

144 ● 外阴瘙痒

144 ● 马齿苋粥

144 ● 冬虫夏草鸭

144 ● 徐长卿方

145 ● 蛇床子方

145 ● 龙胆草方



- 145 • 鱼腥草方
- 145 • 桃叶方
- 145 • 知柏生地汤
- 146 • 甘草方
- 146 • 冬瓜子散
- 146 • 小蓟方
- 146 • 莲子薏米肉汤
- 146 • 猪胰玉米须汤
- 147 • 大蒜方
- 147 • 韭菜子方
- 147 • 水仙花
- 147 • 冬葵子方
- 147 • 蛇白汤
- 148 • 墨鱼炖猪肉
- 148 • 当归荆芥饮
- 148 • 纳药法
- 149 ● 带下
- 149 • 佛手煮小肠
- 149 • 兰花瘦肉汤
- 149 • 白扁豆方
- 150 • 冬瓜子方
- 150 • 石榴皮粥
- 150 • 丹参炖猪肉
- 150 • 车前草猪小肚汤
- 150 • 韭菜根煮鸡蛋
- 151 • 白果鸡蛋
- 151 • 枸杞叶炒鸡蛋
- 151 • 黄花菜方
- 151 • 沙参方
- 151 • 马齿苋冲鸡蛋
- 152 • 韭淡方
- 152 • 胡椒鸡蛋
- 152 • 赤小豆粥
- 153 ● 盆腔炎
- 153 • 香椿皮方
- 153 • 芹菜子方
- 153 • 白芍方
- 154 • 油菜子方
- 154 • 荔枝核蜜饮
- 154 • 炒大青盐
- 154 • 生地粥
- 154 • 丹参方
- 155 • 煨猪腰
- 155 • 全当归方
- 155 • 阿胶鸽蛋
- 155 • 水蛭方
- 155 • 青皮红花茶
- 156 • 暖宫定痛汤
- 156 • 皂角刺粥
- 156 • 三味糯米粥
- 157 ● 阴道炎
- 157 • 化痒汤
- 157 • 生地龙胆汤
- 157 • 五倍子方
- 158 • 外散法
- 158 • 芦荟丸

