



健康中的宝典

医学界的精华

李汉义◎主编

民间药方

中国民间偏方大全



中原农民出版社

精编
珍藏版

一部值得国人传承与发扬的奇书

中国民间偏方大全

李汉义 主编

中原农民出版社

· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

中国民间偏方大全/李汉义主编. —郑州:中原农民出版社,2013.6
ISBN 978-7-80739-595-9

I. ①中… II. ①李… III. ①土方—汇编 IV. ①R289.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第274765号

出版:中原农民出版社

地址:郑州市经五路66号 邮编:450002

网址:<http://www.zynm.com> 电话:0371—65751257

发行单位:全国新华书店

承印单位:新乡市天润印务有限公司

投稿邮箱:zynmpress@sina.com

医卫博客:<http://blog.sina.com.cn/zynmcbs>

策划编辑电话:0371—65788653 邮购热线:0371—65724566

开本:890mm×1240mm A5

印张:13 字数:259千字

版次:2013年3月第1版 印次:2013年6月第1次印刷

书号:ISBN 978-7-80739-595-9 定价:26.00元

本书如有印装质量问题,由承印厂负责调换

目 录

第一章 内科病方

第一节	心绞痛	1
第二节	心肌梗死	7
第三节	高血压病	10
第四节	低血压病	20
第五节	高脂血症	21
第六节	心力衰竭	23
第七节	心律失常	25
第八节	肺源性心脏病	28
第九节	风湿性心脏病	30
第十节	心悸	31
第十一节	发热	35
第十二节	感冒	40
第十三节	咳嗽	46
第十四节	慢性支气管炎	52
第十五节	哮喘	55
第十六节	支气管哮喘	61
第十七节	肺结核	63
第十八节	肺脓肿	70
第十九节	肺气肿	72
第二十节	中暑	76
第二十一节	胃痛	81
第二十二节	急性胃肠炎	87
第二十三节	慢性胃炎	88
第二十四节	胃及十二指肠溃疡病	91





中国民间偏方大全



第二十五节	胃下垂	93
第二十六节	泄泻	95
第二十七节	便秘	102
第二十八节	便血	106
第二十九节	痢疾	110
第三十节	黄疸	116
第三十一节	慢性肝炎	119
第三十二节	肝硬化	124
第三十三节	胰腺炎	127
第三十四节	糖尿病	128
第三十五节	肥胖病	134
第三十六节	贫血	143
第三十七节	血小板减少性紫癜	150
第三十八节	单纯性甲状腺肿	151
第三十九节	甲状腺功能亢进	152
第四十节	急性肾小球肾炎	153
第四十一节	慢性肾小球肾炎	155
第四十二节	肾盂肾炎	161
第四十三节	水肿	162
第四十四节	腰痛	171
第四十五节	疟疾	175
第四十六节	虚劳	177
第四十七节	风寒湿痹	183
第四十八节	汗症	185
第四十九节	淋症	189
第五十节	头痛	194
第五十一节	眩晕	199
第五十二节	失眠	202
第五十三节	中风	206
第五十四节	面神经瘫痪	210
第五十五节	癫痫	212

第五十六节	梅尼埃综合征	214
第五十七节	神经衰弱	215

第二章 外科病方

第一节	痔疮	221
第二节	血栓闭塞性脉管炎	224
第三节	胆囊炎	225
第四节	阑尾炎	227

第三章 儿科病方

第一节	小儿口疮	230
第二节	小儿“冰箱病”	232
第三节	小儿厌食	233
第四节	小儿呕吐	234
第五节	小儿遗尿	236
第六节	小儿麻疹	239
第七节	小儿肺炎	241
第八节	小儿佝偻病	243
第九节	小儿百日咳	245
第十节	小儿疳症	247
第十一节	小儿惊风	250
第十二节	小儿夜啼	251
第十三节	小儿夏季热	253
第十四节	小儿蛔虫病	254
第十五节	小儿蛲虫病	255
第十六节	小儿流鼻血	256
第十七节	小儿扁桃体炎	258

第四章 妇科病方

第一节	月经病	260
第二节	带下病	274
第三节	妊娠病	278
第四节	产后病	285



第五节	妇科杂病	299
-----	------------	-----

第五章 男科病方

第一节	阳痿	323
第二节	遗精	328
第三节	早泄	333
第四节	性欲低下	334
第五节	男子不育	337

第六章 骨科病方

第一节	骨质疏松	343
第二节	颈椎病	344

第七章 皮肤病方

第一节	荨麻疹	346
第二节	湿疹	347
第三节	疣	349
第四节	痤疮	351
第五节	黄褐斑	353
第六节	雀斑	354
第七节	皮肤癌	356
第八节	黑色素瘤	360
第九节	斑秃	362
第十节	脱发	365
第十一节	白发	369

第八章 肿瘤病方

第一节	肺癌	374
第二节	食管癌	380
第三节	胃癌	386
第四节	肝癌	393
第五节	大肠癌	398
第六节	膀胱癌	403
第七节	前列腺癌	407





第一章 内科病方

第一节 心绞痛

【方一】

梔子、桃仁各 12 克，炼蜜 30 克。将上药研末，加蜜调成糊状。把糊状药摊敷在心前区，纱布敷盖，第一周每 3 日换药 1 次，以后每周换药 1 次，6 次为 1 个疗程。

【方二】

瓜蒌、薤白各 12 克，白酒适量。将上药慢火同煎服，每日 2 次，饭后服用。

【方三】

老榕树根 30 克，蒿草根 15 克，余甘根 30 克。上药共入锅煎水。饭后服，每周服药 6 日，连服 4 周为 1 个疗程。

【方四】

七成熟的青柿子 1 000 克，蜂蜜 2 000 克；将柿子洗净去柿蒂，切碎捣烂，用消毒纱布绞汁，再将汁放入砂锅内，先用大火后改小火煎至浓稠时，加蜂蜜再熬至黏稠停火，冷却，装瓶。开水冲饮，每次 1 汤匙，每日 3 次。

【方五】

玉竹、山楂各 500 克，糖粉、白糊精各适量。山楂水煎 2 次，每次 15 分钟；玉竹水煎 2 次，每次 30 分钟，合并两药，沉淀，取上清液，浓缩成清膏，加入 3 倍量的糖水、1 倍量的白糊精，搅匀，制颗粒，干燥，过筛。每服 22 克，开水冲服，每日 3 次。





【方六】

丹参 30 克，白酒 500 克。浸泡。每次饭前饮服 10 毫升，每日 2~3 次。

【方七】

白果叶、瓜蒌、丹参各 15 克，薤白 12 克，广郁金 10 克，甘草 5 克。水煎服，每日早、晚各 1 次。

【方八】

红参 6 克，麦冬 6 克，黄芪 6 克，陈皮 5 克。水煎服，每日 1 剂，秋末服用，至翌年春为止。

【方九】

芭蕉花 250 克，猪心 1 个。将上二物放于砂锅内，加水适量，共炖 2 小时。喝汤食猪心，每日 1 剂，连服数日。

【方十】

生栀子 15 克，三七粉 3 克。用沸水浸泡半小时。代茶饮，每日 1 剂，连服数日。

【方十一】

桃枝 1 把，酒 500 毫升。将桃枝切成小细条，加入酒，煎取半毫升，顿服。

【方十二】

大麦根须适量。将根须打粉制成片剂，每片 50 毫克。每次服 2~4 片，每日 3 次。

【方十三】

鲜葛根适量，粳米 100 克。葛根切片磨碎，加水搅拌，沉淀取粉，取葛根粉 30 克，与粳米同煮粥。每日早、晚服食。

【方十四】

肘子肉 250 克，榨菜 250 克。将肉去皮、脂，加水煨炖至肉烂，撕碎，加入榨菜丝煮开，加味精服食。





【方十五】

丹参30克,糯米50克,红枣3枚,红糖少许。丹参加水煎汤,去渣后加入糯米、红枣、红糖煮粥。温热食,每日2次,10日为1个疗程,隔3日再服。

【方十六】

核桃1个,红枣1枚。去核,纸包煨熟。以生姜汤下,细嚼。

【方十七】

西洋参、川三七、鸡内金、琥珀、珍珠粉各10克,麝香0.3克。上药共研细末,调匀。每次服2克,每日2~3次。

本方为福建中医学院盛国荣教授经验方。

【方十八】

延胡索、五灵脂、草果、没药等份为末,每服6~9克。

【方十九】

黄芪30克,当归、白芍各12克,川芎9克,生地黄15克,炙甘草6克。水煎服,每日1剂,日服2次。

本方为刘玉瑛老中医治心绞痛秘方。

【方二十】

香蕉50克,蜂蜜少许。将香蕉去皮研碎,加入等量的茶水中,加蜂蜜调匀当茶饮。每日频繁饮之。

【方二十一】

马齿苋、韭菜等份,葱、姜、猪油、酱油、精盐、鸡蛋各适量。将马齿苋、韭菜分别洗净,阴干2小时,切碎末,将鸡蛋炒熟弄碎,然后将马齿苋、韭菜、鸡蛋拌在一起,加上精盐、酱油、猪油、味精、葱、姜末为馅,和面制成包子,蒸熟食用。根据食量食用。

【方二十二】

三七粉3克,肉桂粉1.5克,当归30克。用当归煎汤冲服三七粉、肉桂粉。每日分3次服。

【方二十三】

银杏叶5克。将银杏叶洗净,切碎,开水闷泡半小时。每日





1次,代茶饮。

【方二十四】

鸡蛋25枚,朱砂3克,珍珠粉3克。将鸡蛋煮熟,取出蛋黄,放锅内用文火炒,至出黑烟为度。然后放在双层纱布里榨取蛋黄油;榨后再炒,至第二次为止;再将朱砂、珍珠粉加入蛋黄内搅匀。每日1剂,连服10剂。

【方二十五】

干冬菇20个,红枣8枚,料酒、精盐、味精、姜片、熟花生油适量。选优质干冬菇20个,用冷水洗净泥沙;红枣洗净待用。用有盖炖盅1个,加进清水、冬菇、红枣、精盐、味精、料酒、姜片、熟花生油少许,用牛皮纸封好后,急火炖1小时左右,出笼起盅即可。

冬菇含较高的碳水化合物、蛋白质、微量元素和多种有机酸,并含有抗癌物质,能提高机体抑制肿瘤的能力,增强人体抗癌作用,常用各种癌症的辅助治疗。并能抑制血清及肝中胆固醇的升高,可防治心血管疾病。其中所含的麦角甾醇,在日光紫外线照射下,可转变为维生素D₂,防止佝偻病。而含的精氨酸又能防止肝脏系统及胃肠道的溃疡。中医认为:冬菇味甘、性平,有益气、开胃的作用。常可治疗各种虚症,食少,以及高血压、冠心病、癌症和胃、十二指肠溃疡等病。

【方二十六】

当归10克,赤芍12克,丹参15克,红花10克,桃仁10克,山楂30克,广郁金15克,降香9克,川芎12克。痛甚,加失笑散、延胡索,酌用乳香、没药;舌有瘀点、瘀斑加莪术、三棱,酌用水蛭;胸闷较剧,加檀香、香附、片姜黄、苏罗子;胸胁胀满,时时太息,加柴胡、白芍、枳壳、川楝子、合欢皮;胸脘胀痛、噎气,加枳壳、厚朴、法半夏、苏梗、陈皮、砂仁。水煎服,每日1剂,分2次服。

本方理气活血、通络止痛,用于心绞痛所见症状:心胸刺痛、绞痛频作,或在夜间发作,痛处固定,常引及左肩臂内侧,痛甚则



肢冷汗出,面白唇青,或心胸满闷如有物压。舌有紫色或瘀点、瘀斑,脉弦或涩或有歇止。

【方二十七】

瓜蒌 30 克,薤白 12 克,法半夏 10 克,白豆蔻 9 克,枳壳 6 克,石菖蒲 9 克,桂枝 9 克,红花 10 克,川芎 10 克,广郁金 10 克。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

本方豁痰止呕、通络益痹,适用于心绞痛。症状:胸闷如窒而胀,或隐痛阵作,呕恶、脘痞。舌苔白腻或浊腻、舌质暗紫,脉弦滑或沉滑。

【方二十八】

薤白 15 克,桂枝 10 克,葶苈 10 克,高良姜 9 克,细辛 3 克,香附 9 克,血竭 9 克,乳香 10 克,没药 9 克。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

本方温通散寒、活络止痛,适用于心绞痛。症状:心胸绞痛,紧缩不舒,受寒易作,或胸痛彻背,畏冷面青,手足不温;苔白或滑腻,舌淡紫,脉沉迟。

【方二十九】

黄芪 15 克,党参 10 克,炙甘草 6 克,川芎 10 克,当归 9 克,赤芍、红花、广郁金各 10 克。便溏,加淮山药、白术、茯苓、莲子肉;舌红、口干、失眠、自汗,合生脉散,酌加麦冬、生地黄、玉竹、丹参、五味子、酸枣仁;胸痛、胸闷、太息,加枳壳、片姜黄、香橼皮、佛手片、失笑散,或间服三七粉;胸闷、苔腻,加苍术、川厚朴、法半夏、瓜蒌皮、石菖蒲。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

本方益气通脉、理气活络,适用于心绞痛。症状:胸闷气短,或伴胸痛,劳累易作,静息则止,头晕心悸,神疲乏力。苔薄、舌质偏黯或有紫气,脉细弱。

【方三十】

生地黄、熟地黄各 15 克,麦冬 12 克,枸杞子 12 克,制首乌 10 克,山茱萸 9 克,当归、白芍、丹参各 10 克,郁金 12 克。短气,加太子参、黄精;心悸失眠,加玉竹、酸枣仁、五味子、磁石;腰酸





腿软,加炙女贞、旱莲草、桑寄生;眩晕、面部烘热、肢麻,酌加天麻、钩藤、白蒺藜、菊花、稀莩草、牡丹皮、龟板、珍珠母;心胸烦闷、灼痛、口干、口苦,加黄连、瓜蒌、葛根、赤芍、牡丹皮。水煎服,每日1剂,分2次服。

本方滋肾养心、活血通络,适用于心绞痛。症状:间有心胸刺痛或胸闷,头晕耳鸣,心悸失眠腰酸,口干,手足心热;舌质红或暗,或有瘀点、瘀斑,苔少或无苔,脉细数或细弦。

【方三十一】

黄芪、党参各10克,仙灵脾9克,巴戟天9克,杜仲8克,熟地黄8克,枸杞子10克,桂枝12克,炙甘草6克,川芎10克,片姜黄9克。若下肢冷、夜尿多,加附片、鹿角片、仙茅;食少、纳呆、便溏,加干姜、白术;脉迟或结代,加人参、细辛,酌用麻黄;舌红、口干,加麦冬、生地黄、五味子、丹参;胸闷痛明显,加芫荽、高良姜;下肢浮肿、气喘,加附片、白术、赤芍、益母草、葶苈子。水煎服,每日1剂,分2次服。

本方温肾益气、活血通脉,适用于阳虚血滞的心绞痛。本病在临床上出现的主要症状:胸闷时作,或有胸痛,心悸气短,动则气喘,自汗,乏力,腰膝酸软,畏寒肢冷,夜尿频多,唇暗,舌淡紫而胖,脉沉细或结代。

【方三十二】

鲜活鲤鱼或青鱼250克,豌豆10克,瘦猪肉30克,料酒5克,猪肉汤或鸡汤250克,火腿8克,鸡蛋清10克,酱油0.8克,姜末1克,精盐2克,干冬笋3克,干团粉0.5克,味精0.3克。把火腿蒸熟后切成细丝,冬笋也切成细丝,豌豆择好,姜剁成细末,瘦猪肉剁成细泥;干团粉加1倍的水调成湿团粉;把活鱼预处理完毕,剔去骨刺,片成小长方形鱼片;在猪肉里加入酱油、半个鸡蛋清和1/3的料酒及1/3的精盐、一半味精、一半湿团粉、姜末,拌成肉馅;把余下的鸡蛋清与湿团粉调成糊状,把鱼片平放在菜墩上,先抹上一层糊,再放上肉馅,把鱼片卷起来,当卷到鱼片另一端时,再涂上少许糊把鱼卷粘住,勿使散开;将鸡汤于





旺火烧开,改为小火,将卷好的鱼卷放在汤里余一下,去掉浮沫,使汤清亮。待鱼卷熟后,再在汤里加入剩下的作料和切好的火腿丝、冬笋丝,把汤再烧至开时,放入豌豆即成。

内含蛋白质 30.7 克,脂肪 29.4 克,糖 2 克,热量 1 659 千焦,钙 66 毫克,磷 314 毫克,铁 4.1 毫克,胡萝卜素 0.16 毫克,硫胺素 0.18 毫克,核黄素 0.22 毫克,尼克酸 6.1 毫克,维生素 C 3 毫克。

对于高血压、冠心病、脑血管病、慢性肾炎、消化不良等患者尤为适宜。

第二节 心肌梗死

【方一】

生蒲黄、丹参、薤白、瓜蒌各 15 克,桂枝、半夏、桃仁、红花、五灵脂各 9 克,三七、琥珀各 3 克。水煎服,每日 2 次,饭后服。

【方二】

鸡腿肉 150 克,人参 15 克,麦冬 25 克。将洗好去皮的鸡腿肉和适量冷水同时入锅,在文火中煨开 10 分钟后,下入洁净的药物,直煨至肉烂,加入少量盐、味精,食用。

本方适用于因心肌梗死引起的休克。具有复苏、抗应激、抗休克作用。

【方三】

柠檬 1 个,马蹄 10 个。上二味水煎,可食可饮,常服有效。

【方四】

兔肉 500 克,山楂 5 枚,食盐 8 克,姜、葱、料酒各 10 克,糖 5 克,味精 3 克。

将兔肉洗净切块,放入砂锅内与山楂同煮烂。加入食盐、姜、葱、料酒、糖、味精调味服用。

此菜色泽红亮,醇香扑鼻,肉鲜味香,酒饭均宜。功用:补脾胃、益气血。适用于年老体弱、久病无力、气怯食少之人,以老年





人食之最宜。此外,山楂有较持久的扩张血管和降压、强心作用,并能增加胃酶素和脂肪分解酶,故最适用于患心血管疾病的老人食用。

【方五】

黑木耳 15 克,猪腿肉 50 克,豆腐 2 块,植物油、精盐、黄酒、酱油、米醋、蒜泥、豆瓣辣酱、花椒、辣油、味精适量。先将黑木耳用温水浸泡 1 小时,发胀后,除去杂质,洗净,再入冷水中浸泡,备用;猪肉洗净,切成肉碎,加细盐、黄酒、酱油拌匀,备用;豆腐切成小方丁块。起油锅,放植物油 2 匙,中火烧热油后,倒入肉碎、蒜泥,炒香,再下木耳、豆瓣辣酱,翻炒 3 分钟后,加淡肉汤或清汤 1 碗,倒入豆腐,然后加精盐少许,再焖烧 10 分钟,加淀粉糊、米醋、花椒粉、辣油、味精,拌和成羹,小沸后装碗,佐膳食。

本方调中益气、滋肾益胃、活血散血、祛除寒湿,近年来证明,此菜有良好的抗血凝块作用,对血管栓塞、心肌梗死有一定的防治效果。

【方六】

人参、附片各 6 克,桂枝 12 克,五灵脂、蒲黄各 10 克,细辛 3 克,元胡、丹参各 10 克,罂粟壳 12 克。

舌红少苔去附片,加麦冬 10 克;怕冷加高良姜 10 克、萆薹 12 克,中成药兼服苏合香丸或冠心苏合丸、麝香保心丸等,静脉滴注用丹参或复方丹参注射液。每日 1 剂,水煎服。

本方温阳益气、活血宣痹,适用于心肌梗死,症见心胸剧痛、闷塞如窒、神烦不安、自汗、肢冷、面苍、唇舌淡紫、脉沉细弦。

【方七】

黄芪、党参各 10 克,黄精 12 克,炙甘草 6 克,丹参 9 克,赤芍、红花各 6 克。若胸痛明显,加桂枝、制附片,党参改人参;舌红少津,加玉竹、生地黄、麦冬。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

本方益气养心、活血通络,适用于气虚血瘀所致的心肌梗死。病症为神疲,气短,头晕,胸闷或胸痛,心悸,自汗,面白少华,苔薄白,舌质紫暗,脉虚无力,或有歇止。





【方八】

瓜蒌 10 克,薤白 12 克,半夏、枳壳各 9 克,川厚朴 6 克,砂仁、茯苓各 10 克,丹参 9 克,郁金 12 克,山楂 10 克。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

若神疲气短,加人参或太子参;呕恶加藿香、生姜汁;口干、口苦、苔黄腻、身热加黄连、黄芩、竹茹,或加柴胡、青蒿。腹胀、大便秘结,重用全瓜蒌,酌加番泻叶、芒硝或大黄;神志欠清,加石菖蒲、天竺黄、矾水,兼服苏合香丸。

本方化痰止呕、活血通络,适用于痰瘀互结所致的心肌梗死。临床主要症状是胸闷脘痞,或胸腔疼痛,呕恶,纳呆,口黏,四肢困倦,苔浊腻,舌紫,脉滑。

【方九】

人参 9 克,麦冬 10 克,生地黄 12 克,玉竹、赤芍、丹参、当归各 9 克。

若舌光剥无苔,加龟板、鳖甲、石斛、西洋参;大便干结,加玄参、火麻仁、瓜蒌仁,酌用番泻叶;身热,加牡丹皮、地骨皮、青蒿、鳖甲。水煎服,每日 1 剂,分 2 次服。

本方益气养阴、活血通络,适用于气阴两虚所致的心肌梗死,症见神疲无力、胸闷、气短、自汗、盗汗、口干、潮热、面红、唇舌暗红或光红无苔、脉细数无力等。

【方十】

嫩公鸡 250 克,料酒 10 克,芹菜 75 克,酱油、冬笋各 10 克,精盐适量,辣椒 20 克,味精少许,瘦肉汤 30 克,生姜 0.5 克,白糖 0.4 克,醋 0.3 克,豆瓣酱 0.25 克,团粉 0.3 克,植物油 20 克。将辣椒剁碎,芹菜切成段,姜剁成细末,冬笋切成细条;将团粉加水 12 毫克,兑成湿团粉;把鸡肉切成小方块,和一半湿团粉、酱油、料酒、盐等在碗里拌匀;另一半湿团粉、白糖、味精、高汤及部分酱油调和成团粉块;用热油锅,先煸鸡块,煸到鸡肉变白色,水分将干时,放进冬笋、豆瓣酱、姜等,用快火急炒,然后加放切好的芹菜,略炒一会,倒入调好的粉块,随炒随搅,等粉块熟时即





成。

含蛋白质 54 克,脂肪 54.4 克,糖 12 克,热量 3151.7 千焦,钙 193 毫克,磷 493 毫克,铁 12.6 毫克,胡萝卜素 0.4 毫克,硫胺素 0.08 毫克,核黄素 0.25 毫克,尼克酸 16.8 毫克,维生素 13 克。

这份家常鸡,适应于高血压、冠心病、营养不良、贫血、术后恢复期等病患者。

第三节 高血压病

【方一】

白菜 200 克,熟童鸡脯肉 50 克,酱油 10 克,香油、精盐各 3 克,味精少许。先把白菜洗净,切成细丝,盛入盘中,待用,把童鸡脯肉用手撕成细丝,倒在白菜上面,加入上述作料,拌匀,随食物食用。

【方二】

海带 30 克,草决明 15 克。

将海带洗净去盐,浸泡 2 小时,连汤放入砂锅,再加草决明煎 1 小时以上,饮汤,海带可吃。血压不太高者,每日 1 剂;病重者,可每日 2 剂。

【方三】

生芹菜 1 000 克,蜂蜜适量。将生芹菜去根洗净,捣烂,榨取汁液,在汁液中加入等量蜂蜜,调匀即成。每次服 40 毫升,每日服 3 次。

【方四】

海带、薏苡仁各 30 克,鸡蛋 3 个,盐、猪油、味精及胡椒粉适量。海带洗净,切条状;薏苡仁洗净,加水共放入高压锅内将海带、薏苡仁炖至极烂,连汤备用。将锅置旺火上,放猪油适量,将打匀的鸡蛋炒熟,随即将海带、薏苡仁连汤倒入,加盐、胡椒粉适量,临起锅时加味精,随食量食用。每日 1 次。

