

米晶子济世良方

米晶子
编著



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

米晶子济世良方

米晶子 编著



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

责任编辑：郭良原
装帧设计：亿点印象

图书在版编目 (CIP) 数据

米晶子济世良方 / 米晶子编著. -- 深圳: 深圳报业集团出版社, 2013.11

ISBN 978-7-80709-545-3

I. ①米… II. ①米… III. ①验方—汇编—中国—现代 IV. ①R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 238938 号

米晶子济世良方

Mijingzi jishi liangfang

米晶子 编著

深圳报业集团出版社出版发行

(518009 深圳市深南大道 6008 号)

三河市华晨印务有限公司印制 新华书店经销

2013 年 11 月第 1 版 2013 年 11 月第 1 次印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/16

印张: 12.75 字数: 66 千字

ISBN 978-7-80709-545-3 定价: 38.00 元

深报版图书版权所有, 侵权必究。

深报版图书凡是有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

出版说明

1. 本书系米晶子（张至顺道长道号米晶子）在八十多年学医行医以济贫苦的过程中，记录摘抄所汇的古今验方、民间偏方集成。由于摘引的诸家著述年代不同，所用方药计量单位不同，文中沿用古方，在书末附录有不同年代的计量单位换算方法，方便读者查阅。

2. 行文中涉及方药的服用时，常会提及“付”和“服”。一付药如同集团军作战，是成套的，是一个系统，包含治疗中使用的诸味药，君臣佐使，各就各位，各有所用。但“服”是一付药熬好后，分几次服用，每次的剂量为一服。

3. 书中所录多是古方，若读者了解所用词语的原意，而不是用变迁后的现代语意去解读，就可能接近古圣先贤的本心。极易引起误解的，在行文中加了脚注提醒。

4. 本书是专业中医师和中医爱好者参考用书。读者不可按图索骥，简单对症下药。行医治病，成则救人济世，败则伤身害命，是极其紧要的事。书中都是道长用过多有效验的方药，但需医者医理透彻明晰，方可做到。

时代不同，病亦有别。病名相同，病因未必一样。就是同一味药，所产地域不同，气味归经也有变化。每一求医问药之人当时当地的状况又个个不同，选用何方，药量加减，都需要读者谨慎明辨。

序

本书为米晶子（张至顺道长道号米晶子）数十年习医的医方笔记整理，原手稿于上世纪八十年代失窃，幸有弟子许理慧道长手抄稿一份，得以留存。

师常言，富人害病是害财，穷人害病是害命。

师因幼年家破，财尽人散。一日，母病腹痛甚急，无钱延医。师与弟兄三人跪叩乡医门前，医婆自顾卧榻吸烟，不予理会，三人从旦至夕跪求终日，后得医婆之子劝促乃行。婆乃以锋针取尺泽、委中，血出而痛止。

师感之亦痛之，誓愿学医，救济贫苦。

时年十三，家贫无以为学，唯此愿心感应，乃得机缘，渐入医门。学习诸家针灸、按摩、本草、脉法，及内、外、妇、儿各科医理，制备丸散膏丹，施治周济于内外，多有效验。

师尝言，医之为学，理从内难，方从千金，药本纲目，脉从濒湖，兼以历代诸家医术方论，当以理明效实为取法。

书中所载方药，皆道长八十年行医学医，记录摘抄所汇。有源自《本草纲目》《千金要方》《医林改错》等诸家著述，亦有道

门同修、各地乡医，感师之普济而无所取，所赠家传秘方。

而今信息便捷，网络发达，举指之间，可得天下诸方。遥想旧时方书难觅，告求不得，孤灯暗烛，片纸涩墨，一方一药，点滴所汇。保存至今，来之不易。此间颠沛流离，用心良苦，非常人可知。

人生于天地间，气运所感，心性体质各异。常有外症相似，而内之气机虚实错杂，病机顺逆异于常者，是书所载之方药，需医者明辨，未可按病索方，轻率使用。书内或一症有验方多个，或一药医不同病症，亦同病异治、异病同治之法，当因人因病辨证制宜。

师言，医之功可谓大矣哉，可以疗疾、养生、利人、济世；于修行者，亦入世之门径，积功累德，利益苍生。

是为序。

《米晶子济世良方》编辑小组

癸巳年二月初三

目 录

头面部

头 部.....	三
面 部.....	八
眼眉部.....	九
鼻 部.....	一三
耳 部.....	一五
口舌部.....	一七
牙 部.....	一九

胸腹颈项部

喉 部.....	二九
项 部.....	三〇
胸 部.....	三二
胁 部.....	四三
胃腹噎食部.....	四四
少腹部.....	五二
小便部.....	五五
大便部.....	六二

全身部

手足部.....	七三
----------	----

腰背部.....	七七
全身部.....	七九

内外妇儿

内 科.....	九三
外 科.....	一一二
妇科（经带类）.....	一二八
妇科（妇产类）.....	一三九
儿 科.....	一四四

癩疯部

.....	一五一
-------	-----

虫咬部

.....	一五五
-------	-----

其 他

经典效方.....	一六三
单附单方.....	一六五
脉 诊.....	一八五

附 录

别名索引.....	一九一
剂量换算.....	一九三

头面部



头 部

【肾水不足，邪火上冲，头似痛非痛】

处方：熟地一两 玉竹一两 山萸肉四钱 真山药三钱 元参三钱 川芎三钱 当归三钱 五味子二钱 麦冬二钱

水煎服，重者三付断根。此方不可加减，若加减不应验，貽笑大方也。

【偏正头风顶上痛】

辨症：属厥阴经头痛

处方：川芎一钱 川羌活一钱 蒿本一钱 芸香二钱 细辛八分 薄荷三钱 银胡三钱 甘草一钱 水煎服。

又方：细辛一钱 蔓荆子二钱 辛萸二钱 当归一两 川芎一两 水煎服，三付立愈。

又方：用针灸法，左痛用针刺左迎香穴，右痛刺右迎香穴；左右皆痛，左右迎香穴同刺，立愈。

【偏正头风】

处方：香白芷炒二两五钱 川芎炒 甘草炒 川乌头半生半熟各一两

研末，每服一钱，细茶、薄荷汤调下。百药不治，一服便可，天下第一方也。

【偏头痛或左右皆痛】

辨症：少阳症头痛

处方：川芎一两 白芍五钱 郁金一钱 柴胡一钱 香附二钱 芥子二钱 白芷五分 甘草一钱 水煎服，一付立愈。

又方：白芷三钱 天麻一钱 防风一钱 荆芥五分 水煎服。

【一切头痛】

处方：川芎四两 荆芥四两 白芷二两 甘草二钱 羌活二钱 防风钱半 细辛钱半

共细末，每服二钱，早晚清茶送下，准好。

又方：川芎、白芷、石膏各等分共为细末，早晚清茶送下。

【男女一切头痛】

处方：荆芥三钱 防风三钱 山梔子三钱 桔梗三钱 羌活三钱 川芎二钱 薄荷二钱 甘草二钱 胡连二钱 细辛钱半 水煎服。

【头痛】

方名：血府逐瘀汤

处方：当归三钱 桃仁四钱 红花三钱 枳壳二钱 赤芍二钱 柴胡

一钱 甘草一钱 桔梗一钱半 川芎一钱半 牛膝二钱 生地黄四钱

注：须查头痛患者无表症，无里症，无气症及痰饮等症；忽发忽好，

百方不效，用此方一剂而愈。

出处：王清任《医林改错》

【头风】

处方：川芎一两 天麻一两 川乌一两（浸泡，刨去皮捣碎，炒黄）

以上药为细末，每服二钱，茶调下，薄荷更佳。

【秃疮良方】

处方：苦陈皮（要细白皮）三两

瓦上炕干为细末，香油调，搽数日，效^①。

【偏头风方】

处方：夏枯草四两 白芷三钱 芥穗三钱 苍耳子八钱 川芎二钱 细

辛一钱 防风三钱 薄荷三钱 辛荑三钱 生黄芩三钱 柴胡三

钱 生甘草三钱

【头发脱落】

方名：通窍活血汤

① 全书大部分验方摘自古医书，类似的地方尊重原方原意，单用一“效”字。——编者注

处方：麝香五厘绢包 桃仁三钱研泥 红花三钱 大枣七个去核 老葱三钱切碎 鲜姜三钱切碎 川芎二钱 赤芍一钱 黄酒半斤
煎三次，药汁倒在黄酒内，然后把麝香用绢包好，放在黄酒内再煎，熬六七沸，早晚空心服，喝三次。

注：赤芍发散，白芍收聚，入肝经。此方亦治眼痛白珠红、鼻子臭、槽鼻子、年久耳聋、牙疳、出臭气、妇人乾劳、男子劳病、关节病作、小儿疳症。

出处：王清任《医林改错》

【白发转黑】

单方：轻粉十克，好醋为引，调匀，临睡时，涂在头发上用毛巾敷盖，早上取开全发变黑色。再加内服海螵蛸、何首乌各十五克，青黛十克，水煎服，三剂全愈。

【脱发】

处方：生香油、桑叶，煎水去渣，洗头。

【少年白头】

处方：黑芝麻、制首乌，做成小丸，每服六克。

【血热脱发】

单方：熬大米稀饭快熟时放点熟黑芝麻，再加点冰糖，经常吃。

【头屑干洗方】

处方：蒿本、白芷等分，为末，夜搽旦梳，垢自去也。另，桑白皮同柏叶，沐发不落。

【读书易记方】

处方：远志、益智仁各十五克，桂圆肉三十克，研末，蜂蜜糖炼为丸，手指大。每次服三丸，每日二次。（一天比一天记忆增强）

又方：蜂糖一两、鸡蛋白一个，调匀冲水服。每天早上一次，连服七天后，可以增强记忆力。

出处：李光明传

【头晕眼花，手发胀，血压偏低，心内闷有郁气】

处方：炙黄芪二十克 赤芍十二克 防风六克 山萸肉九克 柴胡十二克 羌活九克 山药九克 丹皮六克 熟地十二克（补肾水） 川芎三克 当归十二克 生甘草四克（能泄火）

【经年头痛】

单方：用家槐花晒干细末，煮熟鸡蛋蘸吃，喝黄酒发汗。

【血虚白发】

处方：制首乌、熟地黄各十五克，水煎服。

又方：制首乌十五克、生地黄三十克（酒洗），开水冲，代茶常饮。

面 部

【紫印脸，青记脸黑如墨，白癜风，紫癜风】

处方：见头部【头发脱落】条“通窍活血汤”

【紫白癜风斑】

处方：贝母、南星等分为末，生姜带汁擦之。

又方：用贝母、干姜等分为末，如澡豆，入密室中浴擦，得汗为妙。

【脸上眼下癜点】

处方：白术二百克，用白米醋，浸泡七到十天，一天擦三次。

【口眼歪斜】

方名：和血息火汤

处方：升麻一钱 当归五钱 黄芪三钱 防风三钱 秦艽一钱 白芷五分 桂枝三分 天花粉二钱 甘草一钱 麦冬三钱 玄参五钱
煎服五剂见轻，九剂可愈。

针法：用针刺颊车、地仓、百会、水沟、承浆，先泻后补。