

从古至今单验方相关著述不计其数，唯可信赖者不多，原因无他，客观、系统、深入、认真研究者寡矣！
今有兼通中西医学的当代医者潜心探索，诚意写作，不可谓世人不幸运也！——出版者按

古今单验方选评

金风玉露

编著

本书四大特色——

验方来源可靠

内容通俗易懂

使用简单方便

效果灵验价廉



古今单验方选评

金风玉露 编著

辽宁科学技术出版社

· 沈阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

古今单验方选评 / 金凤玉露编著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5381-8180-7

I. ①古… II. ①金… III. ①单方 (中药) —汇编②验方—汇编 IV. ①R289.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第169251号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路29号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁星海彩色印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 160mm × 230mm

印 张: 24.75

字 数: 280千字

出版时间: 2013年8月第1版

印刷时间: 2013年8月第1次印刷

责任编辑: 王 实

封面设计: 琥珀视觉

版式设计: 琥珀视觉

责任校对: 东 戈

书 号: ISBN 978-7-5381-8180-7

定 价: 39.80元

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: ganluhai@163.com

http://www.lnkj.com.cn

本社法律顾问: 陈光律师

咨询电话: 13940289230



推荐序

刘全丰医生是一名有多年临床经验的西医，他出身中医世家，自幼耳濡目染，受家庭熏陶，具备了较为扎实的中医功底，例如常用的中医方剂、药性、脉诀等至今仍能朗朗上口，背诵如流。可以毫不夸张地说，其所背诵的内容，很多当今中医学院本科毕业生亦难望其项背，这方面笔者在带教中医学院实习生与刘医生会诊时，他侃侃而谈就是最好的见证。

刘全丰医生在多年的西医临床中，不断刻意将中医理论与实践有机结合并加以深化，使其对中医的兴趣越来越浓。他在紧张的临床工作之余，利用休息时间阅读了大量中医典籍，并刻苦钻研，结合临床实际运用，他认识到中医验方的作用，从而用蚂蚁啃骨头的精神，锲而不舍地搜集古今验方，迄今已逾万首矣！

后来，刘全丰医生开始将所搜集的验方发表在网站上，获得了广大中医网友的认可；继而受到“华夏中医论坛”网站的青睐，将“古今单验方选评”系列文章予以发布，更是好评如潮。功夫不负有心人，刘医生的成果终于将汇集成书公开出版，仍名《古今单验方选评》，这在现代西医中实属罕见，对于中医业界来说实乃一大幸事。

《古今单验方选评》精选古今单验方150余首，先以现代白话文的形式介绍典型病案，然后引用多家古今中医典籍对该方及方中药物的评述一一加以剖析，包括单味伍用、主治、用量及各自的运用经验，最后摘录医案原文。条分缕析，层次分明，既有中医理论分析，也有历代医家的经验介绍，亦不乏中西医结合之探讨，示人以大要，可供中西医临床工作者参考。

此书不仅反映刘全丰医生的中西医学术造诣，也为继承发扬运用古今中医单验方树立典范，故欣然命笔为之作序以飨读者。

南方医科大学附属恒生医院中医科主任
原江西中医学院教授

虞胜清
2013年春节于深圳

前言

祖国传统中医学，博大精深，多少人皓首穷经、穷尽毕生心血仍难以窥其堂奥。古今单验方，作为中医学独特的一种表现形式，一代又一代在中医界、在民间流传着，其生命力何其旺盛！我平时好读古今医学典籍，有意无意间，搜罗到很多单验方，时间久了，积累的古今单验方少说上万个，在临床实践中时常用之，每收奇效。于是我把相对繁复、需要专业中医来使用的方子分开来存放，把自认为验、便、廉的单验方挑拣出来，以“金风玉露”（QQ531432045）的网名在网上（新浪博客、腾讯QQ、华夏中医论坛等）连载“古今单验方选评”系列文章。

起先仅限于在QQ空间里发表，影响力相对较小，仅有三两网友浏览，并未受到重视。后来我得到挚友廖胜勇的指点和王学峰的鼓励，将这些文章逐一放到新浪博客里面，这样任何人只要百度一下就可轻易找到这些文章。网络的传播力量实在不可估量，我的这些文章被大量转载，一部分文章被某网友转至“华夏中医论坛”，竟然未署上我的网名，有朋友知道后告知我，我当时像个愣头青年，血脉贲张，大为光火，要讨要说法。后来“华夏中医论坛”的“人参”兄台敦促该网友在文章上署上我的网名，并联系到我，邀请我做论坛讲师，将“古今单验方选评”系列文章径直发布在论坛上，我欣然接受了，声讨的事也就不说了。文章逐一发布后，在论坛的反响很不错，我深深地得益于他们的宣传。我内心有一个宏愿，就是接着搜集、整理单验方，把这个系列文章继续写下去，写出一千集，如果可能，哪怕更多，至一万集……

再后来，辽宁科学技术出版社的王实编辑在网上发现我的文章，联系我出版事宜。我们并未谋面，但我为他的那份真诚所打动，我感觉他有一

种编辑特有的使命感。在他的一再鼓励、督促下，我鼓起勇气，将这些文章重新一一修订（增删很多），决定交由他出版。

出版事宜有眉目后，我找到我所在的医院——南方医科大学附属恒生医院中医科的虞胜清教授，他是原江西中医学院中医各家学说教研室主任，江西知名中医，曾参编《中医方剂大辞典》，退休后受聘于恒生医院，前不久恒生医院还为他隆重举办了“从医50周年庆祝会”，虞胜清教授邀请我参加他的庆祝会，令我又惊又喜。我曾多次向他请教中医专业的问题，他总是耐心解答，细细剖析给我听，让我茅塞顿开。这次请他帮我写个序言，提出一些修改意见，没想到虞教授奖掖后生，愉快地答应了。

我不敢掠人之美，我必须感谢那些创制单验方的作者及推广宣传使用者，没有他们的方子，我写这些文章就是无源之水，无本之木。我坚定地认为一些单验方有其存在的价值和研究、推广的必要，诚如明代医家张景岳所说：“他山之石，可以攻玉；断流之水，可以鉴形；即壁影萤光，能资志士；竹头木屑，曾利兵家。是编者倘亦有千虑之一得，将见择于圣人矣，何幸如之！”（见《类经》序）

“文章千古事，得失寸心知”，说的虽是文学作品，其实《古今单验方选评》作为一部中医科普著作，写起来何尝不应该慎之又慎。文稿交付前的一段时间，恒生医院康复医学科安云龙主任审阅了书稿，并提出了很多中肯的修改意见。另外，同事王勇、饶来生、熊丽辉、张龙芝、陈丽伟等诸位医生对所选择的单验方也有不少可贵的建议，特此致谢。这里也一并感谢默默支持我的家人，感谢父母亲给我的春风化雨般的教育，感谢妻子为我辛勤地付出。

最后，读者诸君如有发现书中不妥之处，可直接网上联系我，指偏纠谬，善莫大焉！

刘金丰

2013年元月23日于深圳恒生医院

游不出单验方那片海

说起单验方，自古以来在中医界都被视作“奇”，与正统的中医之“正”之间似乎有一条界线，但是这条界线又模糊不清。因为不少大牌的医生除了按正统的方法治疗之外，都多少会使用单验方。

为什么？

主要缘于单验方里面的确不少有特殊的效验。叶橘泉先生使用单味蒲公英、车前草等治愈疾病的经历，在中医界传为美谈。干祖望先生还曾专门写过一篇“单方一味，气死名医”。张学文先生曾有用黑木耳拌蜂蜜治愈胃柿石症的医案。太多太多名家使用单验方了，例如李时珍的《本草纲目》，在黄芩条下有：“予年二十时，因感冒咳嗽既久，且犯戒，遂病骨蒸发热，肤如火燎，每日吐痰碗许，皆以为必死也。先君偶思东垣治肺热如火燎，烦躁引饮而昼盛者，气分热也，宜一味黄芩汤，以泻肺经气分上火。遂按方顿服，次日身热尽退，而痰嗽皆愈。药中肯綮，如鼓应桴，医中之妙，有如此哉！”他父亲李言闻以一味黄芩治愈他的肺热吐痰，药味至简，收效甚速，难怪他忍不住发出感叹。

我在后面的具体选评中已经将单验方的局限性，使用单验方的原则、注意事项作以叙述。这里先稍作梳理和简述如下。

1. 单验方的来源问题

固然民间有大量单验方流传，但是我选择的是已经记录在书籍上的。主要是古代医家的著作，近现代名家医案、医集、医论、医话，各种医学报纸、杂志，少数是文学作品。毕竟来源要相对可靠，古今医家写书，多

有“为生民立命，为天地立心，为往圣继绝学”等宏论指导，可靠性比单纯口耳相传应该大些。但是历代书籍，良莠互现，很多是限于历史条件，很多是限于著书者水平。

2. 单验方的组成问题

古今的单验方，大多比较原始，粗俗，朴素。有的土得掉渣，有的丑得不忍睹，有的臭得不堪闻，有的俗不可耐。毋庸讳言，古今的单验方至少80%~90%并不能直接拿来使用，或许这个比例还可以更高。既然如此，为什么还要选评它们呢？这主要是因为使用单验方在中国是非常普遍的事情，单验方里有大量智慧结晶需要去探求，有不少独具巧思，独具慧眼的东西需要我们整理出来。我总是相信，民间常常卧虎藏龙，民间智慧里蕴藏着一些令人意想不到的独特和高妙的东西。大隐隐于市，大音希声。除了接受正统，我们何妨俯身捡拾一些民间单验方（当然是具有价值的单验方）？

3. 单验方的选取问题

我选取单验方，药物繁琐的不作考虑，当然没有选出来的不是表示没价值。因为我要将单验方推广运用于民间，如果有繁复的药味，宁愿其直接去找医生了。一般来说，方中药物顶多三五味，且是毒性较低的，最好是药食两用的品种。我们必须知晓很多时候“养生当用食补，治病当用药攻。”尽可能多选取一些瓜果蔬菜及生活中易于觅到的物件，多选取一些简单的治疗方法。总的来说，多食物少药物，多外用少口服，多无毒、低毒之品，少大毒、剧毒之味，多简洁廉价，少繁琐价昂。而且，还要符合卫生要求和伦理规范。当然，入选的核心必须是高效。狼毒枣治疗骨结核杂志上有，为什么没选，一个原因是狼毒毕竟是大毒之品；另一原因是多数药店不备此物。蜒蚰定喘，好多书籍上有，为什么没选，因为在普通民

众心里，蛔虫（鼻涕虫）是肮脏之物，假如能变换形式，或可选用。当然我还是选用了白鹅血治疗噎膈的方子，很多时候也不能过于被上述框框限定。

4. 单验方的地位问题

单验方多数只能是辅助、佐以治疗存在的，千万不要无限地拔高。不要越俎代庖，不要舍本逐末。它不能替代医院、医生。这一点我多次讲过。但它可以为医生广开门径，熟悉掌握之，非徒广见闻，启心智，实亦可添一助手和参谋。借用一句古语：“若熟之以资顾问则可，苟奉为治病之法，则执一不通矣。”

5. 单验方的推陈出新

单验方尤其是古代的，大多已经陈腐、僵冷了，大多数实际上已经死亡，不可通过抢救复活了。我们难道还要抱残守缺，因循守旧？肯定不是，我们对待那些已经僵死了的，就让它们永远长眠吧。但是也有一些单验方，还有一丝气息，还有一点体温，假如给予抢救、发掘，或可重见天日，或可恢复蓬勃的生命。有适当的变通，即焕发生机；有适当的改造，就可重新启用；有契合的组装，就可繁殖再生。青蒿素等的例子历历在目，所以陈旧落后过时的东西死了的就死去吧，但是并非全部死了，有的经过擦拭一下灰尘，有的洗去蒙上的积垢，可以成鲜活的生命。有选择，有转化，有组装，有变通。完全可以老树长新枝，旧瓶装新酒。《学习的革命》中说：“一个想法是旧成分的新组合，没有新的成分，只有新的组合。”但是我们要明白，僵死的东西不能勉强，不能拼凑弄活。大多数单验方只有史料价值，可供研究之用，不可能直接拿来就用。我们要有眼光，有胸襟，有魄力跟胆略来研究单验方。

6. 单验方的考证

只做简单的考证，不做繁琐的纠缠。单验方这本书上有，那本书上有，更早的书上也有记载，我就不一一去考据了。那是医史文献研究者干的事情。我要干的是整理、分析、研究、验证、推广。把个案变成大样本，运用中西医学知识来剖析，可能的话纳入循证医学范畴，我主要从临床实用这一点出发做考虑。

7. 单验方的神秘性

高明的秘方是可以顿挫病势，达到如汤沃雪、效如桴鼓般的神奇疗效，著名的云南白药秘方，季德胜蛇药秘方，同仁堂的很多秘方，都是得到业界公认的。实在药效神奇，建议申请国家专利，搞成国家保密配方吧。但有一种情况必须注意，“有腹无藏墨，诡言神授，目不识丁，假托秘传。此欺诈之流也。”在我看来，秘方既是一种商业目的，更是一种宣传手段。藏秘方秘术秘书者，挟技而自重，挟术而自负，挟方而自傲。实际东抄西抄，东拼西凑而已，大多不学无术，大多保守而死板。其实，“秘方”这一称谓改作“效方”或许更妥帖。但是人都有追求神秘的天性，说“秘方”似乎能显得技高一筹，实际绝非如此。有个别秘方可能是某个人、某些人一生的心血，但是一代代流传，后代不学习，不发展，只能沦为明日黄花。多的是祖传秘方，多的是几代家传。比如《石室秘录》、《神仙济世良方》等名称，多是托名，主要是宣传、销售、糊口的一种手段，既然理解了我们也无须苛责。

8. 单验方的搜集整理

“删繁就简三秋树，标新立异二月花”。爬罗剔抉，刮垢磨光，去粗取精，去伪存真。取其精华去其糟粕，但是精华与糟粕如油入面，如何剔除，如果要去掉，有时候就会倒洗澡水，连盆里的小孩一起倒掉。我一人

哪怕天天在单验方里遨游，还是游不出单验方那片海。梦想入乎其内，出乎其外，不是易事。欢迎更多有志之士加入单验方的搜集整理工作，这需要学识基础，需要满腔的热情，需要实事求是的精神。

9. 单验方的学习分析法

取其神髓，去其皮毛；取其立意，去其形式；学的是视角，学的是思维。拣的是吉光片羽，拾的是零金碎玉。单验方里的奇思妙想对我们临床拓宽思路极其有益。假如能径直拿来用，在中医理论指导下，丝丝入扣，恰合病情，有何不可？

10. 单验方最好是医生使用或者在医生指导下使用

我相信这本书只要一出版就会有不少民众直接选用的。但我认为这大大不妥，因为这种治疗属于等而下之的治疗层次，我是万万不提倡，不支持的。为什么？“不谙五运六气，检遍方书何济。”非医学人士，往往对中西医学不了解，对中西医的基本知识不清楚，是什么病不知道，病分几型几期不知道，对药物作用及组方原理也不了解，对患者的体质更不能把握。这种情况下借助单验方去疗疾，非常危险。哪怕治愈，侥幸、碰运气的成分太大了。我祈愿深谙中西医学的医生同仁参与到单验方的搜集整理、分析研究、验证使用中来。如能既知道单验方的适应证，又对患者病情悉数明了，对患者体质和心理状况细致把握，也懂得单验方的加减化裁，还懂得“从心所欲而不逾矩”，此时单验方可能会真正收获良效、创造神奇！

本书总的使用原则

1. 在中医理论指引下认识人、病、药（或者其他治疗方法）的关系，尤其避免只知药方，不见病人，不知病情，或者见病不见人的弊病。
2. 如有条件，请教高明中西医人士，达到辨病与辨证相结合，庶几无大谬。
3. 每个单验方均有其适应证，不可不经选择妄投，中医关于疾病的证型分类我尽可能地作以介绍，敬请详读使用方法及注意事项并加以把握。

本书编写说明

1. 所选录的单验方力求以效果良好、安全性强、药味简单、使用方便为原则。

2. 疾病千变万化，每个人体质多种多样，所选录的单验方只能作为辅助治疗、补充治疗之用，请接受医生的建议与指导，慎勿擅自使用，贻误病情。使用前请仔细阅读说明，并请教专业医师、药师指导。

3. 所选录的单验方主要来源为古今医家的著作或是医药学刊物，一般不选用来源不明的处方。个别为文学作品（如中国古典小说等）中的处方，但其符合中医学基本原理，经得起重复使用。

4. 共计150个单验方，分为内、外、妇、儿、五官、皮肤科六大类，便于查找阅读。

5. 选用书籍时尽可能地介绍书名和作者；选用医学刊物时以介绍杂志名称、某月某期为主，略去作者。

6. 关于每篇文章的标题：一部分为所摘录的原书所有，一部分为编者所拟，为的是突出该方子的特点，以求重点突出，一目了然。

7. 所选录的原文通常为照录，不作任何改动（有些计量单位，比如斤，两，钱，分，并未折算成现在的法定计量单位，一方面尊重前人，一方面似并不影响使用）。

8. 因为选录原文少部分为古籍原文，考虑到多数读者的阅读习惯，部分编者自行翻译成白话文，翻译难求信、达、雅，为的是便于推广。但有的为篇幅所限无法翻译，难求划一。

9. 评注部分为编者参阅相关书刊，结合个人临床经验和所见所闻所感而写。

卷一·内科

1. “分水神丹”治水泻确有良效·····	02
2. 锅巴焦健脾消食止腹泻·····	04
3. 桂圆肉裹鸦胆子仁治疗痢疾·····	06
4. 重用当归与白芍，安胎治病两无碍·····	09
5. 马齿苋治疗湿热痢疾，疗效颇佳·····	11
6. 黑芝麻加糯米治疗习惯性便秘·····	13
7. 番泻叶开水泡饮治疗便秘·····	15
8. 一组治疗呃逆（俗称打嗝）的验方·····	17
9. 臭椿根皮治疗便血·····	19
10. 重楼煲猪肚妙治消化性溃疡·····	21
11. 鳖蒜汤方（又称：甲鱼炖大蒜）治疗肝硬化腹水·····	23
12. 温酒调服干柿子治翻胃（即呕吐）·····	26
13. 五香姜醋鱼治疗厌食症·····	28
14. 白鹅血（或白鸭血）治疗食道癌、胃癌·····	30
15. 小麦青苗善退黄疸·····	34
16. 黄疸效方硝矾液·····	37
17. 大黄白及粉治疗呕血（即上消化道出血）·····	40
18. 江南名菜“泥鳅钻豆腐”治慢性肝炎有效·····	44
19. 麝香敷脐治疗胃柿石·····	47
20. 吃黑木耳喝蜂蜜水治疗胃柿石·····	49
21. 生萝卜汁滴鼻治疗偏头痛·····	51
22. 三七花治疗高血压病（原发性高血压）·····	53
23. 温水浴足及保健梳梳头对稳定血压极其有益·····	55
24. 鲜花生叶治疗失眠·····	58
25. 双粉双藤方治疗失眠·····	61
26. 鲜苍耳草外服治疗风寒湿痹·····	64

27. 黑大豆能治暴汗（附：泥鳅鱼治疗小儿盗汗）	67
28. 独取一味桑叶止夜汗（盗汗）	69
29. 神仙粥治疗风寒感冒	71
30. 五种手法妙止咳	74
31. 姜汁蜂蜜妙治咳嗽	78
32. 麻果散缓解哮喘速效	80
33. 一味生黄豆浆治肺脓肿（即肺痈）	83
34. 蒲公英捣烂外敷治疗肺癌疼痛	85
35. 治疗宫颈癌、食道癌两验方	87
36. 黄鼠狼治疗血小板减少性紫癜、再生障碍性贫血	90
37. 二果汤治疗过敏性紫癜	92
38. 鲤鱼汤治疗遍身水肿	95
39. 治疗肾炎蛋白尿，黄芪粥方有疗效	97
40. 扁鹊三豆饮可用于消渴（糖尿病）及蛋白尿	100
41. 糖尿病佐治有佳方，赤豆山药猪胰汤	103
42. 益母草、白茅根治急性肾炎	105
43. 蜂房治尿床（遗尿）有特效	107
44. 蜈蚣蛋治疗肾炎、肝炎	109
45. 田螺治疗二便不通、水肿腹胀	112
46. 童子鳝鱼酒治慢性关节炎有效	115
47. 血淋效方连根汤	117
48. “金参七散”治疗冠心病、高血压、高血脂、肝硬化、慢性 结肠炎等气虚血瘀者	119
49. 芋头治乳糜尿	121
50. 萝卜汁可治轻、中型糖尿病	123
51. 老年便秘，可选当归配肉苁蓉	125
52. 半夏粉治疗癫痫	128
53. 仙鹤草治体倦乏力、自汗、盗汗	131
54. 两手拇指按压翳风穴可止呃逆	135
55. 鸡内金研末内服治疗尿频	137

卷二·外科

1. 地龙白糖浸液治疗多种外科病、皮肤病 140
2. 白砂糖治疗压疮、下肢溃疡、烧伤等多种皮肤溃疡 142
3. 猪蹄甲治疗下肢溃疡（臁疮） 145
4. 自定狗骨生肌散治溃疡 147
5. 鸡蛋黄治疗下肢溃疡与烫伤 150
6. 黄瓜种汁治疗烧伤、蜂蜇伤 153
7. 赤小豆粉冷水调敷治疗热毒痈肿、跌打血肿 155
8. 紫草浓煎液外用治疗血栓性浅静脉炎 157
9. 疔毒丸外敷、内服均可治疗疔、痈 161
10. 忍冬汤治疗痈疽、发背、无名肿毒 166
11. 龙眼核止血定痛治疗小外伤 169
12. 生姜汁治疗水火灼伤 171
13. 明矾外搽治疗腋臭 173
14. 锤击法治疗跟骨骨刺足跟疼痛 175
15. 硼砂点眼治疗急性腰扭伤 178
16. 木鳖子治疗急性腰扭伤（俗称闪腰岔气腰痛） 181
17. 皂角刺煨老母鸡汤治疗骨结核 183
18. 龟炭散治疗骨结核 185
19. 蝉蜕（即知了壳）黄酒治疗破伤风 187
20. 肠痈（即阑尾炎）秘方主用红藤 189
21. 大蒜头、芒硝配合大黄调醋治疗急性阑尾炎 192
22. 牙皂、砂仁塞鼻均可治疗急性乳腺炎（即乳痈） 195
23. 丝瓜络治疗急性乳腺炎 198
24. 猪胆汁治疗乳腺癌有效 200