

醋疗验方

1000例

康永政 康旭东◎编著

本书收集自东汉、历唐宋金元、至明清，越千年历史长河，汇集历代医家有醋疗的治病经验方。本书精选有醋的1000个『简、便、验、廉』且疗效确切的单方、偏方、验方，对中医内、外、妇、儿、五官、皮肤等各科的不同病症提供了相应的治疗方法。

醋疗验方

1000例

康永政 康旭东◎编著

山西出版传媒集团
山西科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

醋疗验方 1000 例/康永政, 康旭东编著. —太原: 山西科学技术出版社, 2013. 10

ISBN 978 - 7 - 5377 - 4535 - 2

I. ①醋… II. ①康…②康… III. ①食用醋—食物疗法—验方—汇编 IV. ①R247. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 190992 号

醋疗验方 1000 例

编著者 康永政 康旭东

出 版 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社
(太原市建设南路 21 号 邮编: 030012)

发 行 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社
(电话: 0351 - 4922121)

经 销 全国新华书店

印 刷 山西望月彩印有限公司

邮 箱 sxkjs_ gys@ 126. com

电 话 0351 - 4922063 (编辑室)

开 本 889mm × 1194mm 1/32

印 张 16

字 数 401 千字

版 次 2013 年 10 月第 1 版

印 次 2013 年 10 月山西第 1 次印刷

书 号 ISBN 978 - 7 - 5377 - 4535 - 2

定 价 28.00 元

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。



序

我与《醋疗验方 1000 例》的作者康永政大夫，可谓是以醋结缘的老朋友。自“东湖醋园”醋疗养生研讨会上结识，到康大夫研发“苦酒开音汤”（苦酒，典籍中指醋）的机理阐述，继之是他撰写《中华醋疗大全》巨著的切磋征询，围绕醋疗养生活题的交往，转眼已经是十一个年头。

《醋疗验方 1000 例》是康大夫与儿子康旭东历经十年寒暑的倾力力作，刊例的秘方、验方和民间偏方，皆由翻阅（《伤寒杂病论》、《金匱要略》东汉）、（《名医别录》汉末）、（《肘后备急方》东晋）、（《小品方》南北朝）、（《梅师集验方》隋）、（《本草拾遗》、《备急千金要方》、唐）、（《圣济总录》、《太平圣惠方》北宋）、（《严氏济生方》、《魏氏家藏方》南宋）、（《宣明论方》金）、（《丹溪心法》元）、（《本草纲目》明）、（《医宗金鉴》、《随息居饮食谱》清）及中医、中药大辞典等数百卷古今医籍的三千余例中遴选甄得。自东汉、历唐宋金元、至明清，越千年历史长河，汇张仲景、孙思邈、李时珍及金元“四大学派”等历代医圣前贤有关醋疗养生的秘籍箴言于一炉，盖中医内、外、妇、儿、五官、皮肤及美容各科，适应不同病症 300 余种，洋洋洒洒三十万言，述及病症病种之广、要旨释义之细然，前所未见。

《醋疗验方 1000 例》带我们走进历史久远、博大精深的中华医药殿堂，在就“醋与人类健康”命题与医圣前贤的对话中，让我们懂得了“醋不仅仅是调味品，更是被历史实践长期验证的养生保健、医治疾病的珍品”。

从这一意义上讲，《醋疗验方 1000 例》是凝结中华古今秘籍



的“稀世瑰宝”，是今人了解醋、消费醋、让好醋造福人类健康的“生活指南”。亦是山西作为酿醋大省，突破产能过剩、产品同质化掣肘，进而摆脱醋只囿于“调味”的局限，促进品类创新，为山西醋实现需求价值再造，提供了巨大的创意空间。

毋庸讳言，从撰写《中华醋疗大全》到聚焦《醋疗验方1000例》，是一项工程浩大的举措。对年逾古稀的康大夫来讲，尽管有儿子助力，十多年矢志不移，年复一年地从浩瀚的医籍中寻觅有关醋疗养生的验方，除了要有深厚的医药学功底、临床研发造诣，还得有一种勇于奉献、悬壶济世的精神理念。否则，在“物欲横流”的时风下，成就《醋疗验方1000例》，只能是美丽诱人的空谈。

因此，我十分敬重康大夫“学佛事修真养性，效观音济世活人”的彻悟和实践。祈祝《醋疗验方1000例》的出版，能使康大夫“让仁者得之以济世，让罹患者得之而全身，让有志者取之则建树，给千家万户带来健康与欢乐”的心愿，早日实现。

郭守祥
癸巳仲夏於太原



前 言

食醋是我国人民喜爱的调味品之一，其生产工艺在世界上独具一格，千古流芳的不同酿醋工艺，生产出了风味各异的食醋，行销国内外市场，颇受欢迎。然而，食醋仅仅是一种餐桌上的调味品吗？非也。它的保健功效与药用价值，早在公元前3世纪，就已被我们的祖先广泛用于临床各种病症的治疗。三国时期，名医华佗就已用蒜泥加醋治愈严重的蛔虫病感染患者，开创了食醋治疗急腹症的先例。从秦汉到现在，历经数千年的历史长河，我国“医圣”张仲景、“药王”孙思邈，以及历代著名医学家葛洪、朱震亨、李时珍、叶天士等，无不对食醋的药用功效有着独特的见解。在中医文献中，以“醋”为主药或辅药治疗各种疾病的方剂，比比皆是，举不胜举。药醋疗法，早已成为传统医学中的一个重要组成部分。因此，“弘扬醋疗养生文化，造福人类健康事业”。乃吾多年梦寐以求之夙愿。

笔者早年曾从事艺术嗓音医学研究，在70年代初，就效法我国医圣张仲景《伤寒杂病论》中“少阴病，咽中伤生疮，不能语言，声不出者，苦酒（醋）汤主之”的用药宗旨，针对歌唱（戏曲）演员特殊的发病规律，将独具“消痈肿、除癥积、敛咽喉疮”与“补肺、发声音”之山西老陈醋作为溶剂，研制而成“苦酒开音汤”，不仅对顽固的慢性咽炎及声音嘶哑症有特殊疗效，尤以“药物替代手术”治疗声带小结、息肉等增生性病变，竟然能使其奇迹般地消失。从此，便对山西老陈醋的药用价值与保健功效，产生了浓厚的兴趣。所以在临床中，运用中医理论结合现代医学观点，将山西老陈醋与天然中药材相结合，广泛用于妇女



痛经、小儿厌食、手足癣、糖尿病、脂肪肝等多种疾病的治疗，不仅令人满意；而且研制出卅余种醋疗保健产品，同样卓有殊效。因此，在这数十年的从医生涯中，翻阅大量的古今中医药文献，收集并整理出古今药醋验方三千余首，撰写成八十余万字的《中华醋疗大全》一书，以展示我国古老的醋文化对人类健康所做出的巨大贡献。

《醋疗验方 1000 例》一书，就是在此基础上，精选“简、便、验、廉”，且疗效确切的单方、偏方、秘方、验方敬献于广大读者。由于这些资料散见于浩如烟海的医籍之中，或流传于民间，有些秘方验方甚至濒于失传，而且书中一些处方来源年代跨度较大，加之作者水平所限，误差与不妥之处在所难免。敬祈诸位同仁志士不吝赐教。为了“弘扬醋疗养生文化，造福人类健康事业”，本书在收集与编写过程中，同时也汇集了同仁佳著纷梓中的诸多奇方妙法，在此一并致以衷心的感谢！



目 录

第一章 概述	1
一、传统医学与“醋”的认识与应用	1
二、外国人也喜欢用“醋”防病治病	4
三、“食醋”与自然疗法	5
四、“醋”的起源与山西老陈醋	7
五、“醋”的药用功效	9
六、“食醋”的注意事项	26
第二章 中医内科疾病	28
第一节 外感病症	28
一、感冒（普通感冒和流行性感冒）	28
二、痢疾（急、慢性细菌性痢疾等）	30
三、霍乱	33
四、霍乱转筋	34
五、疟疾	35
第二节 肺系病症	37
一、咳嗽（急、慢性支气管炎）	37
二、哮喘	39
三、肺癆（肺结核）	41
第三节 脾胃病症	43
一、呕吐	43



二、反胃	45
三、呃逆	47
四、痞满（消化不良等）	48
五、胃痛	51
六、腹痛	54
七、泄泻	56
八、便秘	59
第四节 肾系病症	61
一、石淋	61
二、膏淋	63
三、气淋	64
四、血淋	65
五、癃闭（尿潴留、无尿症）	66
六、阳痿	68
七、遗精早泄	70
八、精浊（慢性前列腺炎、精囊炎等）	73
第五节 心系病症	75
一、心痛（心绞痛）	75
二、不寐（失眠）	79
三、癫痫	81
四、癫狂（精神分裂症）	82
第六节 肝胆病症	84
一、黄疸（肝炎）	84
二、癖结 肝积（肝硬化）	86
三、臌胀（肝硬化腹水）	88
四、胁痛（肋间神经痛等）	90
五、眩晕（高血压）	93



六、口喎（颜面神经麻痹）	95
七、中风（脑卒中）	98
八、疝气（急慢性睾丸炎、附睾炎等）	100
第七节 气血津液病症	104
一、水肿	104
二、消渴（糖尿病）	107
三、血证（呕血、咯血、衄血、尿血等）	108
四、汗证（自汗、盗汗、黄汗等）	111
五、瘰病（甲状腺肿大等）	115
六、积聚	118
第八节 经络肢体病症	123
一、风寒湿痹（风湿性关节炎）	123
二、历节（类风湿性关节炎）	125
三、颈项强痛（颈椎病）	128
四、足底痛（跟骨骨刺、跖痛）	132
五、骨痹（腰、腿部骨质增生）	135
六、腰脚痛（坐骨神经痛）	139
七、腰痛（风湿性腰痛、腰肌劳损等）	142
八、肩不举（肩周炎）	145
九、头痛	148
十、脚气（维 B ₁ 缺乏所致的脚气病）	151
十一、皮痹（硬皮病）	153
第九节 虫 病	154
一、蛔虫病（包括胆道蛔虫症）	154
二、蛲虫病	157
三、寸白虫（绦虫病）	159
四、黄胖病（钩虫病）	160



五、狐惑（口、鼻、生殖器综合征）	163
第十节 岩（癌症）	165
一、肺癌	165
二、胃癌	166
三、肝癌	170
四、肠积肠覃（大肠癌）	174
五、膀胱癌	175
六、肛门癌	175
七、失荣（淋巴肉瘤）	176
八、茧唇（唇癌）	176
九、鼻咽癌	177
十、虚劳、虚耗（白血病）	178
第十一节 中 毒	178
一、食物中毒	179
二、乙醇中毒（酒类中毒）	180
三、半夏、南星、砒霜中毒	181
四、误食碱性物中毒（烧碱、碳酸钠等）	181
五、轻度煤气中毒	182
 第三章 中医妇产科疾病	184
第一节 月经病症	184
一、痛经（子宫内膜异位症、膜样痛经等）	184
二、月经失调	187
三、闭经	191
四、崩漏（功能性子宫出血等）	195
五、带下病（带症）	198
第二节 妊娠病症	200



一、妊娠恶阻（妊娠呕吐）	201
二、胎漏 胎动不安（先兆流产）	202
三、子肿（妊娠水肿）	203
四、妊娠感冒	204
五、妊娠中风	204
六、妊娠肿毒	205
七、妊娠积聚	205
八、妊娠下痢	206
九、难产（产力异常、产道异常）	207
十、盘肠生（产妇直肠脱出）	208
十一、胎死不下	209
第三节 产后病症	210
一、产后血晕	210
二、胎衣不下	212
三、恶露不绝（子宫复旧不良、胎盘残留等）	214
四、恶露不下	215
五、产后心痛	217
六、产后腹痛（宫缩痛）	218
七、产后口噤	221
八、产后遍身疼痛	221
九、产后痉证（产后抽搐）	222
十、产后水肿	223
十一、产后癆	224
十二、产后痞闷	225
十三、产后腹胀	226
十四、产后霍乱	226
十五、产后下痢	227



十六、产后泄泻	228
十七、产后血崩	229
十八、产后腰痛	230
十九、产后头痛	230
二十、产后血痕	232
二十一、产后盗汗	233
二十二、产后呕逆不食	233
二十三、产后虚烦	234
二十四、产后虚羸	234
二十五、产后房劳	236
二十六、产后淋	236
第四节 乳房病	237
一、产后乳无汁（产后缺乳）	237
二、乳头破碎（乳头皲裂）	238
三、妬乳（乳房胀硬掣痛）	238
四、吹乳	239
五、乳痈（急性乳腺炎）	240
六、乳发	243
七、乳核（乳腺纤维腺瘤）	243
八、乳癖（乳腺小叶增生等）	244
九、乳岩（乳腺癌）	246
第五节 妇科杂病	247
一、妇人癥瘕、瘕癖（宫颈癌、腹部肿瘤等）	247
二、阴挺（子宫脱垂等）	252
三、阴痒（阴道炎等）	253
四、盆腔炎	254
五、不孕（原发性、继发性不孕）	255



六、冷劳	259
七、热劳	261
八、阴吹	262
九、阴冷	262
十、外阴白斑	263
十一、浑身胀痛	263
十二、验胎	263
十三、药物流产	264
十四、断产下胎	264
第四章 中医儿科疾病	265
第一节 小儿常见病	265
一、小儿咳嗽	265
二、小儿喘嗽（肺炎等）	266
三、小儿厌食	269
四、小儿疳积（营养不良）	271
五、小儿腹泻	273
六、小儿腹痛	274
七、小儿呕吐	276
八、小儿惊风	277
九、小儿痫证（癫痫）	278
十、小儿肠寄生虫病	279
十一、鹅口疮	281
十二、小儿口疮（口腔溃疡）	282
第二节 小儿时行疾病	283
一、小儿感冒	283
二、顿咳（百日咳）	285



三、痄腮（流行性腮腺炎）	286
四、白喉	287
五、麻疹	289
六、小儿热泻	290
第三节 小儿杂病	291
一、新生儿夜啼	291
二、小儿遗尿	292
三、赤游丹（小儿丹毒）	293
四、小儿解颅（囟门不合）	294
五、鸡胸五迟五软（小儿佝偻病）	296
六、偏坠（睾丸鞘膜积液等）	297
七、小儿多涎	298
八、小儿重舌	300
九、小儿湿疹	301
十、小儿风疾疹（荨麻疹）	302
十一、小儿瘰癧	303
十二、小儿盗汗	304
十三、小儿疳癆（结核病）	304
十四、小儿脚瘡（冻疮）	305
十五、小儿闭证（昏迷）	305
十六、小儿雀目（夜盲）	306
十七、小儿呛奶	307
十八、小儿脐中出水	307
十九、小儿鼻塞不通	307
二十、小儿缺锌	308



第五章 中医外科疾病	309
第一节 疮疡	309
一、疔（急性化脓性炎症）	309
二、外痈（急性化脓性淋巴结炎）	310
三、无名肿毒	312
四、有头疽（痈）	313
五、有头疽——“发”（蜂窝组织炎等）	315
六、无头疽（化脓性骨髓炎等）	317
七、流注（脓血症、肌肉深部脓肿等）	318
八、瘰疬	320
九、颜面部疔疮	321
十、手足部疔疮（甲沟炎等）	322
十一、疔疮（四肢躯干等部位）	325
十二、瘰癧（颈淋巴结结核）	326
第二节 外伤科病	327
一、烧伤	327
二、蛇啮（蛇咬伤）	330
三、毒蛇咬伤后遗症	332
四、虫蜇伤	333
五、凡犬啮人（狗咬伤）	334
六、破伤风	334
第三节 骨伤科病	335
一、跌打损伤	335
二、骨折	338
三、骨折恢复及后遗症治疗	340
第四节 脉管病	342
一、恶脉、青蛇毒（血栓性浅静脉炎）	342

二、疔病（淋巴水肿）	343
第五节 内疔与急腹症	345
一、肺疔（肺脓肿）	345
二、肝疔（肝脓肿）	346
三、石疔（类似肿瘤）	347
四、肠疔（急性阑尾炎）	349
五、胆道系统感染和胆石症	350
六、蛔厥（胆道蛔虫病）	351
七、“关格”、“肠结”等（急性肠梗阻）	353
第六节 肛肠病	354
一、内痔	354
二、外痔	357
三、肛门周围痈疽	359
四、肛痿	360
五、脱肛	361
六、息肉痔（直肠息肉）	362
第七节 其他外科病症	364
一、脓疮（下肢慢性溃疡）	364
二、褥疮	365
三、肌肉注射部位硬结	366
四、乳疔（乳房异常发育症）	367
第六章 中医五官科疾病	369
第一节 中医眼科病症	369
一、针眼（麦粒肿）	369
二、眼弦赤烂（睑缘炎）	370
三、倒睫拳毛	371

