

中国

秘方大全

白话精译——精装版

易磊 林敬◎编著



上海科学技术文献出版社

「中国」



秘方大全

易磊 林敬◎编著

图书在版编目 (CIP) 数据

中国秘方大全/易磊, 林敬编著. -上海: 上海科学技术文献出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5439-5821-0

I. ①中… II. ①易… ②林… III. ①秘方-汇编
IV. ①R289. 2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第074972号

责任编辑: 忻静芬 夏罗敏

中国秘方大全

易磊 林敬 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路746号 邮政编码200040)

全国新华书店经销

北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印刷

*

开本 700×960 1/16 印张 30 字数 300千字

2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5439-5821-0

定价: 35.00元

<http://www.sstlp.com>

前言

中国秘方是中医药的重要组成部分，是博大精深的中华医药宝库中的一朵奇葩，其历史源远流长。留传至今的秘方，久经实践的检验，具有他种医药无法替代的奇功异效。许多秘方材料易得，配制简单，方便实用，疗效显著，甚至不花分文就能治好疑难杂症，不由人不惊叹中医之伟大、中国秘方之神奇妙用。

为了发扬光大中国传统医药事业，以造福人类、济世救人，我们组织有关专家多方搜集资料，经过反复的挑选和验证，精心编辑，写了这本《中国秘方大全》。

本书本着“撷取精华，重在实效，操作简单”的原则，共收集古今名家和民间秘方、秘法约2 000首，以科为纲，以病统方，以方为主。全书共分七章，包括内科、外科、妇科、儿科、五官科、皮肤科、美容科。多数方剂下皆含配方、制用法、功效以及来源、注意事项等。既有药物的内服、外用，又有非药物的治疗；各种中草药配有图解，使得全书图文并茂、版式优美、条目清晰，极便于家庭查阅和中医药工作者的学习参考、对证施治，是一部较为实用的中医临床用书。

最后，衷心期望本书能深入到每个家庭，成为一部百姓家庭治病、防病、养生的必备读物。由于作者水平所限，书中不足之处敬请读者批评指正。

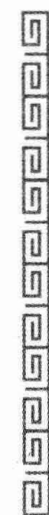
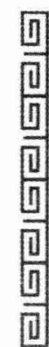
编者

2013年5月

目 录

第一章 内科

头痛	1
发热	4
咳嗽	8
感冒	14
眩晕	18
失眠	23
神经衰弱	28
哮喘	34
呕吐	39
呃逆	43
消化不良	46
痢疾	50
便秘	55
腹泻	59
肥胖症	63
贫血	67
支气管炎	72
肺结核	78
肺炎	83
肺气肿	87
胃疼	92
胃炎	96



胃下垂	101
胃、十二指肠溃疡	107
中风	113
癫痫	118
风湿性关节炎	124
类风湿关节炎	128
肝炎	132
肝硬化	138
急性胆囊炎	142
慢性胆囊炎	146
胆石症	149
胸膜炎	153
急性肾炎	156
慢性肾炎	161
肾结石	167
肾病综合征	170
膀胱炎	174
阳痿	178
遗精	184
早泄	190
性欲低下	194
动脉硬化	198
高血压	201
低血压	207
糖尿病	210
冠心病	216
心绞痛	220
其他心血管疾病	225

第二章 外科

烧烫伤	229
破伤风	233
痔疮	236
脱肛	241
肛裂	244
疝气	247
疮疡	250
疔疮	252
疥疮	256
慢性阑尾炎	259
急性乳腺炎	262
颈淋巴结结核	265
附睾炎	269

第三章 妇科

痛经	272
月经不调	276
闭经	280
子宫脱垂	283
子宫颈炎	286
白带增多症	289
阴道炎	292
盆腔炎	295
宫颈糜烂	298

产后恶露	301
缺乳	305
回乳	308
产后诸症	311
避孕	313
女子不孕	314

第四章 儿科

新生儿黄疸	320
小儿感冒发热	322
小儿咳嗽	325
小儿痢疾	329
小儿腹泻	332
小儿消化不良	335
小儿厌食	339
小儿夜哭	344
小儿惊厥	348
小儿遗尿	353
鹅口疮	356
佝偻病	358
小儿流涎症	363
儿童多动症	365

第五章 五官科

沙眼	369
青光眼	372

老年性白内障	375
耳鸣	377
耳聋	380
鼻炎	383
咽喉炎	386
牙痛	391
牙周炎	394
口疮	398
口臭	401
失音	403

第六章 皮肤科

痱子	407
冻疮	410
痤疮	414
雀斑	417
湿疹	421
脱发	425
白发	428
鸡眼	431
癣	435
白癣风	439
尖锐湿疣	443
带状疱疹	445
梅毒	449

第七章 美容科

减肥轻身方	453
润肤白面方	456
祛斑洁面方	459
悦颜去皱方	462
润发香发方	464
洁齿白牙方	467

第一章 内科

头 痛

头痛是临床上常见的自觉症状,可由多种疾病引起。头痛的病因较多,但不外乎外感和内伤两大类。其病机多因风寒湿热等邪外侵,风阳火毒上扰,痰浊瘀血阻滞,致经气不利,气血逆乱;或因气血营精亏虚,清阳不升,脑神失养等所致。

● 无敌治偏散

【配 方】白芷 31 克,防风 22 克,细辛 16 克,薄荷叶 9 克,川芎、明天麻各 6 克。

【制用法】将原料共研成细末,每次服 6 克,每日 2~3 次,茶叶汤送下。

【功 效】专治偏头痛。

【备 注】本方是河南洛阳地区一老药农所献。

● 当归川芎治头痛方

【配 方】当归、川芎各 31 克,荆子炭 16 克,辛夷 13 克,北细辛 3 克。

【制用法】将原料共研成细末。每服 6~9 克,每日早晚饭后服用,白开水送下。

【功效】用于治疗血虚型日久头痛。

【备注】本方是河北省保定市中医刘博儒老先生经验方。

● 羌活防风水泡脚治头痛

【配方】羌活 50 克,防风 30 克,川芎、藁本、白芷各 40 克。

【制用法】将以上 5 味药入锅加水适量,煎煮 20 分钟,去渣取汁,与 3 000 毫升开水同入泡脚盆中,先熏蒸,后泡洗双足,每晚熏泡 1 次,每次 40 分钟。4 日为 1 个疗程。

【功效】祛风散寒止痛。主治风寒头痛。

● 党参当归水泡脚治头痛

【配方】党参、当归各 20 克,川芎 10 克。

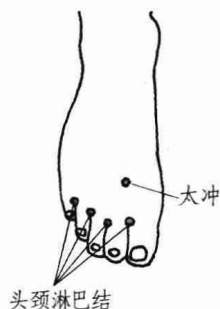
【制用法】将上药加清水 1 500 毫升,煎数沸,取药液倒入脚盆内,待水温适宜(约 45℃)时浸泡双脚。每日 1 次,8 日为 1 个疗程。

【功效】适用于气血不足所致的头痛。

足部按摩治头痛

【特效穴位】太冲、太溪、公孙、三阴交、头颈淋巴结等。

【按摩手法】按揉太冲、太溪、公孙、三阴交、头颈淋巴结各 30~50 次,力度以胀痛为宜。



● 蔓荆子治头痛

【配 方】蔓荆子 10 克,野菊花 12 克,决明子 18 克,香附 10 克。

【制用法】水煎服,每日 1 剂,口服 3 次。

【功 效】本方疏风清热,清利头目,治疗风热上攻,头痛目眩,面红耳赤,口干舌燥等。本方药性偏寒,脾胃虚寒者不宜长服。

● 川芎治血管神经性头痛

【配 方】川芎 30 克,白芷 30 克,全蝎 12 克,细辛 10 克。

【制用法】将上药共研细末,分装 3 克 1 包,口服 3 次,每次 1 包,温开水送服。

【功 效】本方对血管神经性头痛、三叉神经痛引起的偏头痛疗效显著,对单侧或双侧头痛如刀割,头痛连目、连牙、连耳也有一定的效果。

● 白芷治感冒头痛

【配 方】白芷 9 克。

【制用法】水煎分 2~3 次服。或研末,每服 3 克,每日 3 次。

【功 效】用于偏头痛及感冒头痛。

● 黄芩大黄治偏头痛

【配 方】黄芩 3 克,生大黄(研) 9 克。

【制用法】和白酒 1 小碗煮服。

【功 效】适用于偏头痛属热者。

● 荆芥穗治偏头痛

【配 方】荆芥穗适量。

【制用法】将荆芥穗研细末内服。



黄 芩

每日3次,每次15克,热水冲服。

【功效】本方有发汗解热作用,对偏头痛有较好的疗效,无副作用。

● 全蝎末治偏头痛

【配方】全蝎末。

【制用法】以全蝎末少许置于“太阳穴”,以胶布封固,每日1换。

【功效】祛风平肝,解痉止痛。
用治偏头痛。

● 白果治疗头痛

【配方】带壳生白果20克。

【制用法】将生白果捣裂,去膜及胚芽,入沙锅,加入水500毫升,水煎,每日分2次服完。

【功效】补肾益肺,扩张脑血管。
治疗脑血管硬化性头痛、头晕。



白果

生活宜忌

1. 忌食烟、酒、咖啡、巧克力、辛辣等热性、兴奋性食品。饮食宜清淡,多食水果、蔬菜。
2. 突然出现剧痛,兼有手足冰冷、呕吐,常常是脑血管意外的先兆表现,应马上去医院就诊检查。

发 热

发热指体温超过正常的征象,可由多种疾病引起。中医学分为外

感性发热和内伤性(非感染性)发热。

外感热多由六淫、疫疠等外邪侵袭引起,有表证、里证、半表半里证之分。表证为畏寒、怕风、头痛、鼻塞等,治宜发表解热;里证常见壮热并伴烦躁、口渴、腹满胀痛、便秘、泄痢等,治宜清里除热;半表半里证见寒热往来、胸胁痞满、口苦咽干等,治宜和解。若邪气入于营分、血分,则出现高热,治宜清凉解毒、凉血开窍;内伤发热宜甘温除热;阴虚发热多为低热或潮热,并有虚烦、盗汗、面赤升火、消瘦等,治宜滋阴消热等。

● 龙葵根汤治发热

【配 方】新鲜龙葵根 150 克(干品 50 克)。

【制用法】加 5 碗水煎成 3 碗。先喝 2 碗,晚上再服 1 碗。

【功 效】退热。

【备 注】龙葵的嫩叶是一种健康食品,吃起来苦中带甜,种子成熟后呈黑色,也可食用。

● 香菜根熬水退热

【配 方】香菜根 250 克。

【制用法】将香菜根洗净放入沙锅内,加 3 碗水煎成 1 碗后,除去杂质喝掉。

【功 效】发汗退热。

【备 注】有人曾两次着凉导致 39℃ 高热,均以本方治愈。

● 老萝卜干退热

【配 方】1/3 条老萝卜干。

【制用法】将老萝卜干洗净切片,稍在水中搓洗一下。放入锅中加 3~4 碗水,煮开后再用小火煮 10 分钟即可。每次喝 1 碗,每日喝 3~5 碗。

【功 效】退热。

【备注】民间大人小孩子发热时应用，屡试不爽。

● 绿豆可乐汤治发热

【配方】绿豆、可乐、姜丝各适量。

【制用法】先煮绿豆，然后倒入可乐、姜丝，煮完后趁热猛喝两大碗，坚持喝3日。

【功效】解除浑身关节疼痛，发汗退热。

● 芦根薄荷水泡脚治发热

【配方】芦根50克，薄荷、浮萍各20克，白菜根2个。

【制用法】将上药煎沸20分钟，去渣，加开水3000毫升，熏洗双足。每日2次，每次20分钟。

【功效】主治流感发热。

● 石膏板蓝根水治发热

【配方】生石膏(先煎)30克，板蓝根、大青叶各20克，柴胡10克。

【制用法】将上药煎沸5分钟，去渣取汁，与2000毫升开水同入浴脚盆，先熏后洗。每日2次。

【功效】主治感冒发热。

● 绿豆绿茶治体内积热

【配方】绿豆50克，绿茶5克，冰糖15克。

【制用法】绿豆洗净，捣碎，放入沙锅加水3碗煮至1碗半，再加入茶叶煮5分钟，纳入冰糖拌化，待温后分2次服食。每日1料，连服3日。



绿豆

【功效】本方清热祛火,适用于春季里有积热。

● 生地黄汁治阴虚发热

【配方】生地黄汁约 80 毫升(或用干地黄 60 克),粳米 100 克,酸枣仁 10 克,生姜 2 片。

【制用法】将地黄洗净后切段,每次搅取其汁 50 毫升,用粳米加水煮粥,煮沸后加入地黄汁、酸枣仁和生姜,煮成稀粥食用。

【功效】本方养阴清热,适用于阴虚发热。

● 西瓜治感染高热

【配方】西瓜(最好用白皮、白瓤、白子的三白西瓜)。

【制用法】将西瓜取瓤,去子,用洁净纱布绞挤汁液,随量代水大量饮用。

【功效】本方清暑利尿,降火除烦,可辅助治疗感染性高热、口渴、尿少等症。

● 山藿香汤治感冒发热

【配方】山藿香 45 克。

【制用法】水煎服,频饮。

【功效】用于治疗感冒发热、咳嗽。



藿香

● 菜豆树叶方治伤暑发热

【配方】菜豆、鲜树叶各适量。

【制用法】加水煎,去渣后洗浴全身。

【功效】用于治疗伤暑发热。

● 枸杞根治感染型发热

【配方】枸杞根 30 克,何首乌 20 克,胡黄连 10 克。