内容提要

本书是“药在食中巧治百病”系列丛书之一。《蔬菜药用巧治百病》共收载蔬菜类药物 50 余种，分设异名、来源、生态与产地、采集加工、性味归经、功效主治、现代研究、医话医案、附方等内容。

蔬菜药用是几千年来广大人民群众在生产生活中药食知识积累的结果。本书突出了蔬菜类药物的发现及使用过程的描述，记载了流传于民间的许多典故、医话、病案等内容，使科学性与趣味性结合起来。附方选择以药物易取、制作简单、方便实用为原则。本书可供广大群众、中医药专业人员、药膳餐饮业工作人员及有关疾病患者参考使用。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前　言

健康与长寿，是人类永恒的追求；食物与药物，是人类健康长寿的必要保证。随着生活水平不断提高，人们已经不满足于解决简单的温饱问题，而是希望通过调整饮食结构、运用饮食疗法达到健康长寿的目的。

饮食疗法又称食疗、食治、食医、食养、药膳等，是传统中医疗法的重要组成部分。大致可分两种类型：一是单纯应用食物，如米、菜、瓜、果、鱼、肉，生食或制成饭、菜、粥、汤、蜜饯、饮料等，寓药于食；二是以食物为主加入药物制成各类饮食，以药配膳。通常所说的食疗药物，即日用食物及经常佐餐配膳药物。

中医药学认为，人体的健康是由机体内部阴阳平衡统一来维系的。任何疾病的发生发展，都是因为机体阴阳偏盛偏衰所致。阳盛则阴病，阴盛则阳病；阳盛则热，阴盛则寒；阳虚生内寒，阴虚生内热。中医药治病保健的关键是调整阴阳。所以《素问·生气通天论》说："阴平阳秘，精神乃治；阴阳离诀，精气乃绝。"《景岳全书》也说："医道虽繁，可一言以蔽之，曰阴阳而已。"饮食疗法的基本原理是利用饮食物的四气五味及阴阳属性，补不足，损有余，调整阴阳，使机体阴阳达到相对平衡，防病治病，健康长寿。

四气，又称四性，指食物具有寒、热、温、凉四种性质。温与热属阳，凉与寒属阴。温次于热，凉次于寒，程度有所不同。温热食物可以治疗寒证，起到温里、补虚、祛寒的作用；寒凉食物可以治疗热证，起到清热、泻火、解毒的作用。另有寒热温凉不明显的平性，平性食物较平和，具有健脾、开胃、补益等作用。

五味，指食物具有酸、苦、甘、辛、咸五种味道。另有淡、涩两味，分别归入甘、酸两味之中。辛、甘、淡属阳，酸、苦、咸属阴。辛味有发散、行气、行血的作用；甘味有补益、和中、缓急的作用；淡味有渗湿、利水的作用；酸味和涩味有收敛、固涩的作用；苦味有清泄、燥湿、降逆的作用；咸味有软坚、散结、泻下的作用。可归纳为“辛散，酸收，甘缓，苦坚，咸软”。

正因为食物具有与药物相同的四气五味，能够治疗疾病，又比药物作用和缓，富含营养，所以历代医家非常推崇饮食疗法。如唐代孙思邈《千金要方》指出：“食能排邪而安脏腑，悦神爽志，以资血气，若能用食平疴释情遣疾者，可谓良工。长年饵老之奇法，极养生之术也。夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之。食疗不愈，然后命药。药性刚烈，犹若御兵，兵之猛暴，岂容妄发？发用乖宜，损伤处众，药之投疾，殃滥亦然。”清末医家张锡纯《医学衷中参西录》称赞食疗药物说：“病人服之，不但疗病，并可充饥，不但充饥，更可适口。用之对症，病自渐愈，既不对症，亦无他患。”汉代医家张仲景《伤寒杂病论》中的“当归生姜羊肉汤”、“猪肤汤”等方剂流传千古，至今仍在应用。因此，古人有“药食同源”的说法。

本丛书在前人用药经验基础上，选取常见、常用食疗药物，分为草木、花卉、果品、蔬菜、水产、禽兽、虫蛇 7 类，编纂成“药在食中巧治百病丛书”（共 7 本）。

即《草木药用巧治百病》、
《花卉药用巧治百病》、
《果品药用巧治百病》、
《蔬菜药用巧治百病》、
《虫蛇药用巧治百病》、
《水产品药用巧治百病》、
《禽兽类药用巧治百病》。

本套丛书的内容特点是：

1．每册书精选 60 余种药物。每种药物分述药名、形态特征、产地采集、性味归经、主治功能、用量宜忌、古今考证、典故传说、诗文医案、名家荟萃杂录、现代研究、附方等内容。一种药物巧治多种病，论药而不拘于药，这是本套丛书的主要特色。

2．博采精方，内容丰富，资料可靠，科学性强。药物常见易取，方剂易制，经过简单烹调或配制后食用，即可达到养生保健、强身健体、防治多种疾病的目的。适于各种层次读者选用，对中医药工作者及中医药爱好者有参考、研究价值。

3．药物需辨证施用。即使是人参这样的补药，如不对症，过量使用，也会贻害无穷。

4．个别有毒药物，因与食疗有关，也收录在册，如斑蝥与鸡蛋合用治疗癌症。此类药物必须严格遵守药量、炮制及使用方法，减低毒性，确保安全，必要时在医生指导下应用。

5．选录部分古代常用而现代被列为保护范畴的濒危动、植物药类，旨在增加中药历史知识，促进有关药物的人工繁殖、驯养、栽培、研究，扩大药源，但切不可违犯国家有关“珍稀动物保护法”而私自采购、猎取药用。

6．为节省篇幅，每种病症仅精选一方。

7．本丛书由中国中医研究院、北京中医药大学从事本专业研究和教学工作的副研究员、副教授分别撰写。各册书体例相同，风格略有差异。

中医药是一个伟大的宝库，食疗药物独具魅力，只要掌握基本原理，通过日常饮食加以巧妙运用，就能化平凡为神奇，祛病、强身健体。

本书在编写的过程中，主要参考历代中医古籍方书、本草及文史类著作中的有关章节，从中选取既符合传统中医理论，又便于现代人们制作的食疗方，编著成册。对于某些过于繁琐

又不便查找的古代方子，则根据作者的经验与体会，在不违背原方宗旨的基础上，进行了删改，补充了必要的制作过程，使之更适合读者的需要。同时，为了能给读者提供更多的有益信息，亦从近年出版的书刊中摘选了部分食疗方，编入本书，在此仅对原书作者表示诚挚的谢意！

“药在食中巧治百病丛书”的出版，但愿能成为每个家庭的良师益友，企望对广大中医药工作者及中医药爱好者能有所裨益。由于时间仓促，水平有限，难免有谬误之处，恭请读者、专家和同行不吝赐教斧正，以便再版时修正。

丛书主编：胡晓峰

1999 年 11 月于北京

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　录

大白菜……（9）
大蒜……（11）
山药……（18）
马齿苋……（23）
马铃薯……（29）
水芹……（32）
甘蓝……（34）
东风菜……（36）
生姜……（38）
冬瓜……（44）
冬葵……（48）
丝瓜（附丝瓜络、丝瓜藤、丝瓜叶）……（51）
百合……（57）
芸苔……（60）
芋艿……（62）
芜菁（附芜菁子）……（67）
苋菜……（70）
芥菜……（72）
旱芹……（74）
苦瓜……（76）
苦菜……（79）
茄子……（81）
苜蓿……（83）
金花菜……（85）
鱼腥草……（86）

胡荽（附胡荽子）……（92）
胡萝卜……（95）
荠菜……（99）
南瓜（附南瓜蒂、南瓜藤、南瓜瓤、南瓜子）……（101）
韭菜……（108）
茴香……（114）
茭白……（118）
茼蒿……（121）
洋葱……（123）
扁豆（附扁豆衣、扁豆花）……（125）
豇豆……（129）
莴苣……（131）
菜瓜……（133）
桔梗……（135）
莱菔（附莱菔籽儿）……（137）
莼菜……（144）
鸭跖草……（146）
菱……（149）
黄瓜……（152）
黄花菜……（155）
菠菜……（157）
葫芦……（159）
葱……（163）
落葵……（167）
番薯……（169）
番茄……（171）
蒲公英……（176）
慈姑……（182）
蕹菜……（184）

蕨菜……（186）
薤菜……（188）
薤菜……（190）
藕（莲子）……（192）

大 白 菜

又名黄芽白菜、黄芽菜、黄矮菜、花交菜、结球白菜，为十字花科植物。

大白菜为一年或两年生草本。基生叶倒卵状长椭圆形，叶片薄而大，浓绿或浅绿色；心叶浅黄，通常抱合密裹成圆柱或椭圆形叶球；叶柄色白而宽，两侧有明显叶翅。总状花序，黄花。全国各地均有栽培，以河北、山东的产品最为著名，如城阳青、天津绿、山东胶菜等。

大白菜味甘性平，归肠、胃、肝、肾、膀胱经。养胃和中，消食下气，通利肠胃，利大小便，清热解毒。主治肺热咳嗽，胃疼食积，二便不利，丹毒、漆疮。

内服：120～250 克，煎汤煮食或捣汁内服；外用：捣敷。

现代研究：大白菜内含蛋白质、脂肪、糖类、胡萝卜素、核黄素、粗纤维、尼克酸、硫胺素以及钙、磷、铁等成分。另外，大白菜中还含有吲哚三甲醇的化合物，它能帮助分解同乳腺癌相关的雌激素。妇女每天约吃 500 克白菜就能吸收约 500 毫克的吲哚三甲醇，从而使体内一种重要的酶数量增加。

我国是大白菜的故乡，历代文人墨客及普通百姓无不喜食。梁代陶弘景曾说过，勿论其美与不美，白菜乃菜中最为常食。宋朝苏东坡赞云：“白菘似羔脉，冒土出熊蹯。”著名国画大师齐白石在一幅《白菜辣椒》画上题诗：“牡丹为花之王，荔枝为果之先，独不论白菜为菜之王，何也？”民间百姓则流传有：“鱼生火，肉生痰，白菜豆腐保平安”和“百菜不如白菜”的说法。

大白菜入药首见于梁代陶弘景的《名医别录》，称其“性和利人”、“主通利肠胃，除中烦，解酒渴。”《食疗本草》云：“治

消渴，又消食，亦少下气。”《滇南本草》谓其：“主消痰、止咳嗽、利小便、清肺热。”

附方

1．预防感冒：带根大白菜 120 克，生姜、葱白各 10 克，煮汤服食。

2．小儿腮腺炎：2 个大白菜根，先水煎一个服食，再将另一个捣烂外敷患处。

3．干咳、支气管炎，肠热便秘：大白菜 200 克，豆腐 50 克，红枣 10 枚，水煎服。

4．急性肝炎：黄豆白菜汤。黄豆 60 克，白菜 45 克，水煎服。

5．尿路感染：大白菜 30 克，切丝，入沸滚粳米粥内烫熟，调入佐料服食。

6．二便不利，身热口渴：白菜用开水煮汤食。

7．肾虚阳痿：大白菜 250 克，虾仁 10 克，炒食。

8．丹毒：大白菜、马齿苋、绿豆芽各适量捣烂敷治。

9．过敏性皮炎，漆毒生疮：大白菜捣烂外敷。

10．冻疮：大白菜煎汤，睡前趁热洗冻疮患处，连用数次有效。

11．木薯中毒：鲜白菜、生萝卜各 3 片，取汁，放红糖适量，分 2 次服下。

12．石油中毒：白菜绞汁，加白矾 15 克，豆油 100 克，搅匀多量频服。

大　蒜

又名荤菜、葫蒜、蒜头，属百合科多年生宿根草本植物的鳞茎。

大蒜为多年生宿根草本，作一二年生栽培。地下鳞茎由灰白或淡紫色膜质外皮包裹，内有 6～10 个蒜瓣。基生叶狭长而扁平，线状披针形，肉厚呈淡绿色。表面有蜡粉。自茎盘中央抽生花茎，高约 60 厘米，顶生伞形花序。夏季开白色小花。一般有紫皮、白皮两种。紫皮蒜质脆，味浓，品质较好。全国各地均有栽培。

味辛，性温。入脾、胃、肺、大肠经。具有解毒，健胃，杀虫的作用，可以预防流行性感冒，流行性脑脊髓膜炎，治疗肺结核，百日咳，食欲不振，消化不良，肠炎，细菌性痢疾，阿米巴痢疾，蛲虫及钩虫病。捣烂敷足心，能止鼻血。

内服：6～15 克，生食或煨食。外用：捣敷。

现代研究：大蒜内含挥发油、蒜氨酸（Alliin）、大蒜素（即二烯丙基硫代磺酸酯）、环蒜氨酸（Cycloa lliin）、微量的碘和多种低聚肽类等。蒜氨酸被蒜中存有的蒜酶分解后可产生不稳定的蒜辣素（Allicin），放置后即产生大蒜素。蒜辣素是植物杀菌素的一种，对化脓性球菌、痢疾杆菌等有明显的抗菌或杀菌作用，大蒜的挥发性物质、大蒜汁或大蒜浸出液同样有效。在体外对常见致病真菌（如白色念珠菌）、阿米巴原虫、阴道滴虫也有抑制作用。抗菌的有效成分大蒜素现已人工合成，主要用于痢疾、滴虫性阴道炎及深部霉菌感染。大蒜脂溶性挥发油有抗癌作用；大蒜还能增强吞噬细胞的功能，并有抗炎作用。蒜油能抑制动物动脉粥样硬化的发展，并有某些降压、降血脂作用。另外，大蒜油还有抗肝毒性、抗血小板凝集以及降血糖作

需要全本请访问 www.ertongbook.com

用。

大蒜的种植具有非常悠久的历史，传说在 4000 多年前的古埃及就已开始使用大蒜，那些修筑金字塔的民工，每食必有大蒜，认为它可增强体力，预防疾病。首次描述蒜的药物作用的是 1 世纪的罗马医生。当时他已知道从大蒜瓣挤压出蒜汁，制成药膏用以治疗难以愈合的溃疡面和各种皮肤炎性疾病及服食大蒜来治疗咳嗽和肠道病。公元前 1500 年前的古埃及医典《埃伯尔斯药方集》已记载了大蒜的药用。古希腊医学之父希波克拉底对大蒜的功效也非常推崇。汉代张骞出使西域将大蒜引入我国，成为烹调中不可缺少的调味佳品。

大蒜在我国入药则始载于南北朝梁人陶弘景的《名医别录》，谓之“归五脏，散痈肿蠹疮，除风邪，杀毒气。”《日华子本草》又云大蒜“健脾，治肾气，止霍乱转筋，腹痛，除邪避温，疗劳疟，冷风，痃癖，温疫气。”《滇南本草》称其“祛寒痰，兴阳道，泄精，解水道”。李时珍记述得则更为详细：“捣汁饮，治吐血心痛；煮汁饮，治角弓反张；同鲫鱼丸，治膈气；同蛤粉丸，治水肿；同乳香丸，治腹痛；捣膏敷脐，能达下焦消水，利大小便；贴足心，能引热下行，治泄泻暴痢及干湿霍乱，止衄血；纳肛中，能通幽门，治关格不通”，对大蒜治疗炎症的描述也很清楚：“可一使疮不开大，二使内肉不坏，三使疮口易合。”难怪元代王祯在《农书》中对大蒜评价那么高：“味久不变，可以资生，可以致远，化臭腐为神奇，调鼎俎代醯酱。携之旅途，则炎风瘴雨不能加，夏月食之解暑气，北方食肉面者尤不可无，乃《食经》之上品，日用之多助者也。”

医案医话

1．泄泻：患者马姓，女，19 岁。饮用生水后，于 1965 年

7 月 15 日上午发生腹痛，以脐孔周围为剧。随后即腹泻，大便呈黄色糊状，量不多，无脓血样物。当天共泻 3 次。即取紫皮蒜头 2 个（重约 10～20 克）剥去皮，捣碎，加红糖 5 克左右，清水小半碗，然后放火上煮沸，即趁热服下。当天傍晚再服 1 次。至第二天，腹泻均止，并已参加农业劳动（《上海中医药杂志》1966 年第 4 期）。

2．扁平疣：门诊号：96－1985，女，14 岁。于 1981 年 6 月 14 日来诊，主诉面部起小疙瘩逐渐增多，累及手背等处已 3 个月，有痒感，个性急躁，家中无类似患者。检查：面部满布弥漫性针头或米粒大，浅褐色良平丘疹，高出皮肤约 1～3 毫米，有成群倾向，部分损害，表面有角化性皮屑。诊断：扁平疣。治疗方法：将一枚蒜瓣切断，断端放在扁平疣的表面来回或旋转法摩擦 3～6 分钟。每日 3 次揉擦，10 日痊愈（《中国乡村医生杂志》1991 年第 3 期）。

3．肺结核：王××，女，42 岁，家务。大咯血发现肺结核，当时肺尖已有空洞，化疗 4 年一直未愈。因大咯血入院。左肺尖有 3．5 厘米×3．3 厘米之纤维空洞，周围有少量纤维增殖性病变，经半年化疗未见改善，用紫皮大蒜 1 头约 50 克，剥皮，放于玻璃瓶中，用木棒捣碎后，将蒜泥摊布于瓶壁及瓶底上，以鼻吸入，每次 1 小时，1 日 3 次，3 个月为 1 疗程。治疗后，空洞逐渐缩小变薄，4 个月后呈现预后性闭合，同时痰菌阴性。出院 3 年多未恶化（《新中医》1980 年第 4 期）。

4．鼻衄：采油工人，男，28 岁。鼻中膈左侧克氏区流血不止 1 小时。予以右侧足底心敷大蒜泥（将大蒜捣碎成泥状，遇左侧鼻腔流血者，大蒜泥敷于右侧足底心即涌泉穴位；右侧鼻腔流血者则敷于左侧足底心。敷 1 时左右，流血即停止（《中医杂志》1960 年第 7 期）。

5．痢疾：窦××，男，37 岁。1974 年 8 月 10 日下午，突然发热。体温 38.4℃，下腹部胀痛。有下坠感，解脓血便，每

天 10 余次，曾服氯霉素、痢特灵等药，治疗 2 天，效果不佳，后改用大蒜液 300 毫升灌肠，症状显著好转，又连续灌肠 2 日痊愈，随访 5 天未复发。

6．蛲虫病：王××，男，12 岁。1985 年 3 月 5 日初诊。患儿夜间肛门奇痒，烦躁不宁，已历 1 年余。伴食欲不振，渐消瘦。医院在本地实验室检查诊为蛲虫病。选服中药驱虫，乏效，而来我院求治。遂取大蒜 10 克，去皮捣汁，加温开水 50 毫升，直肠灌注。每晚 1 次，连灌 3 次，诸症消失。迄今 1 年余，未见复发《中医百花园》。

7．大叶性肺炎：男，35 岁。1959 年 1 月 29 日以发热，咳嗽，吐黄色粘痰，胸痛 1 天入院。检查：体温 40℃，神志清醒，咽部充血，扁桃体不大，胸廓无畸形，右侧呼吸度减弱，有胸下部语颤增强，叩诊较浊，呼吸音低，无湿啰音。心脏正常，腹部阴性。透视：右上肺结核，右肺中叶大叶肺炎。入院后经用 10％大蒜糖浆 15 毫升，每 4 小时 1 次，发热于 4 小时内开始下降，7 天内降至正常，咳嗽、胸痛减轻，5 天后胸部体征亦消失。共服 5 天，总剂量 450 毫升。胸片复查：右肺炎变已消失。住院 6 日后痊愈出院。

8．小儿龟头炎：男，3 岁。1983 年 5 月 27 日初诊。患儿龟头红肿，瘙痒疼痛，周身战栗，双下肢不能靠拢，排尿困难，痛哭不止。嘱患儿家长，取大蒜 1 头，用软柴火烧熟，捣如泥状，待温不烫手时，敷于患处，约 20 分钟，局部红肿逐渐消失，患儿排尿自如（许井春，黑龙江中医药．1988，（5）；30）。

9．花斑癣：女，11 岁。1 年前，胸部起大小不一、边界清楚的灰褐色花斑，有轻度瘙痒，抓擦起皮，其肤色变白，曾用 5％冰醋酸溶液、蛇床子散外涂也仅显效一时。用紫皮蒜 2 枚捣汁涂之，第 2 天肤斑大减。每天 1 次，连用 3 天后痊愈（郝斌峰，《四川中医》1985；3（7）：54.）。

10．肠结核、慢性肝炎：女，30 岁。患者曾于 1962 年患

肝炎，1974 年 2 月出现腹痛、腹泻。腹痛以全腹隐痛或阵发性绞痛为主，常在饭后或清晨加重。腹痛多伴腹泻，
排便后腹痛减轻。大便每天达 10 余次，多呈糊状或水样，重时粪便中夹有粘液和脓血。经某医院检查诊断：（1）溃疡性肠结核；（2）慢性肝炎。经抗痨及保肝治疗 1 个月，患者腹痛、腹泻减轻，但肝区疼痛加重，伴食欲不振、腹胀、倦怠乏力，各项实验室检查表明肝病转重。

患者自动停用上述药物，于 1974 年 5 月肠结核症状加重，经用大蒜疗法，第 1 疗程后，肉眼观察大便，已无粘液和脓血。第 2 疗程结束，阵发性腹痛症状消失。第 3 疗程后，腹泻停止，肝区疼痛减轻，食欲好转，体重增加。第 4 疗程中，临床症状继续好转乃至消失，化验肝功及转氨酶均无异常变化。1976 年 2 月复查：溃疡性肠结核已治愈。随访几年未见复发。

治疗方法：紫皮蒜若干，第 1 疗程 10 天，每天 3 次，每次 25 克，吃饭时一起服用（下同）；第 2 疗程 20 天，每天 3 次，每次 20 克；第 3 疗程 30 天，每天 3 次，每次 15 克；第 4 疗程 12 个月。维持量每天 2 次，每次 10 克。若改用白皮蒜，每疗程次量加倍，用法不变。合并慢性肝炎的病人，可配合应用口服保肝药物（任贞女，《黑龙江中医药》1989；（4）；47.）。

附方

1．防治流行性感冒：用　10％大蒜混合液，每天　3 次，每次左右鼻孔各用 2～3 滴，连续 10 天。

2．流行性腮腺炎：蒜 50 克，面粉、醋少许。将蒜捣烂成泥，以醋调少量面粉与蒜混匀，敷于肿大之处，每日 1 次。或不加面粉，单以醋调蒜。

3．麻疹：生大蒜 1 瓣。将蒜捣烂成饼，敷足底涌泉穴处。

1～3 岁敷 2 小时，4 岁以上敷 3 小时。

4．百日咳：（1）大蒜 15 克，红糖 6 克，生姜少量。以上 3 味共以水煎。每日服数次，每次用量视小儿年龄大小而定。（2）大蒜适量。蒜剥去外皮捣烂。先在患儿的双足底薄薄地涂一层凡士林油，然后把蒜泥敷上较厚的一层（涌泉穴及周围），用纱布包好。临睡涂，次晨去掉。敷后可以闻到患儿呼吸有大蒜味。连敷数晚或隔日晚敷 1 次，多次后可取效。

5．大叶性肺炎：口服 10％～100％大蒜浸液，每次 15～20 毫升，每 4 小时 1 次。

6．小儿真菌性肺炎：生大蒜 6～9 克，冷开水洗净，捣碎，冲入沸水 60 毫升，浸泡 1 小时，去渣，分 3 次口服。以上为 1 岁小儿 1 日用量，其他年龄酌情增减。

7．肺结核：①大蒜 15 克放入锅内蒸至不辣为度，分次 1 日服完。在服蒜期间，均配合应用雷米封每日 300 毫克，2 个月为 1 疗程。②取新鲜大蒜 30 克捣碎，放在器皿内，以鼻吸入，每次 1 小时，l 日 3 次，3 个月为 1 疗程。需用新鲜大蒜 13．5 千克。

8．肠结核：紫皮蒜每次 25 克，每日 3 次，与进餐时一同服用，第 1 疗程 10 克；紫皮蒜每次 20 克，每日 3 次，第 2 疗程 20 天；紫皮蒜每次 15 克，每日 3 次，第 3 疗程 30 天；紫皮蒜每次 10 克，每日 2 次，第 4 疗程 12 个月。若用白皮蒜，每疗程次量加倍，用法不变。

9．淋巴结核：取鲜紫皮蒜、鲜生姜各等量，洗净捣烂，加入 95％酒精适量搅拌成糊状，密封，置阴凉处浸渍 3～5 小时。若溃烂面分泌物多而臭秽，提示杂菌感染较重，可加入少许呋喃西林粉末混匀。用时先以生理盐水清洗创面，将消毒纱布浸透药液，拧挤半干后贴其上，外加消毒纱布棉垫，胶布固定。开始每日换药 1 次，2～3 次后视疮面情况可隔 1～2 日换药 1 次。

10．急性肾炎：西瓜 1 个约 3000～4000 克，将皮切开 1 个三角口，将去皮大蒜 250 克塞入瓜内，封口，然后再削掉西瓜硬皮，放入锅内蒸熟后，将瓜与大蒜在 1 日内分次食完。

11．关节炎：大蒜头 100 克去皮捣成糊状；李树皮 50 克，加水 100 毫升，煎取 20 毫升；生姜 10 克捣烂取汁，加蜂蜜 6 克调匀。以上诸药调成糊剂，摊在塑料布上，厚约 0．2 厘米，外敷关节周围，用绷带包扎固定。待局部发热刺痛 30 分钟后，除去敷药。

12．牙周病：取消毒棉签浸透新鲜大蒜汁，用牙周探针将棉捻一端填入牙周袋底或脓肿深部。

13．口腔真菌感染：大蒜 50 克。将大蒜去皮捣成糊状，浸于 500 毫升 38℃温开水中备用。用时取新鲜大蒜浸出液口腔含漱，也可少量口服，每天 3～6 次。

14．鸡眼：用大蒜 1 头，葱白 10 厘米，花椒 3～5 粒，共捣烂如泥。视鸡眼大小取不同量药泥敷患处，胶布固定，24 小时后除去药泥。3 天后鸡眼开始变黑，逐渐脱落，最长半个月即完全脱落。1 次不愈，可再用 1 次，最多 2 次可痊愈。

15．寻常疣：用大蒜 1～2 瓣（紫皮较佳）捣成糊状。用胶布将寻常疣根基部皮肤粘贴遮盖，75％酒精消毒疣体后，用无菌刀或剪刺破疣的头部，以见血为好，随即用适量蒜泥贴敷疣体及破损处，胶布固定。一般 4～5 天疣体即可脱落，不愈者可再治 1 次。如惧怕疣体切破，可将蒜瓣切开涂擦疣体，每日 6～8 次，一般 20 余天疣体可自行脱落。

16．蛲虫病：将大蒜 100 克剥皮捣碎，加冷开水 1000 毫升，浸泡 24 小时，用肛门注射器保留灌肠，每晚睡前 1 次，用量为 20～30 毫升（小儿酌减），7 天为 1 疗程。

需要全本请访问 www.ertongbook.com