

前

言

追求强身健体、延年益寿是人类共同的愿望,为了达到此目的,人类进行了不懈的探索。在人类历史上,不论是帝王将相,还是庶民百姓,都曾梦想着有一种灵丹妙药,以求得长生不老。很显然,长生不老是不可能的,但在现有寿命基础上,注意精神、饮食、起居等方面的调养,适当锻炼,再加之中药养生,延缓衰老、延年益寿是完全可以做到的。

侯又白出身医学世家,祖上是金元四大名医之首刘河间之宗,术高德重。他济世救人,不为名利所诱惑,不被挫折所动摇,他苦心孤诣,废寝忘食整理祖传医籍,经过几年艰苦奋斗,终于编著成这本《古代良医寿世方》。

编辑古今药方,屡见不鲜。但《古代良医寿世方》,令人耳目一新,感受有以下几点:

一、实为秘。书中不少偏方,实为少见,多为医家秘传。侯先生献出此方,足见济世救人之心,令人敬佩。

二、救苍生。以往所闻秘方,大都由名贵药组成,而老百姓,因经济问题,只能“望方兴叹”。此书所选之方,大多是农家随时随地可取之物,简单、便宜,这对那些缺医少药之地,真乃救生之剂。

三、多灵验。书中有些验方,鲜为人知,但确实有“小方治大病”之功效,深受患者称颂。

四、探新路。书中所辑药方,有些产生过神奇效果,但时

至今日,还没找到科学根据。这就为我们医学界提出了新的课题。如果我们能够揭开其中的奥秘,将会促进医学的发展,更好地造福世人。

《古代良医寿世方》,实乃养生、治病之宝籍,留此书放于枕旁,以救缓急,您必然心康体泰,颐享天年。

本书的后面我们附录有《医学三字经》。此书以三字歌诀写成,内容包括医学源流,以及内科、妇科、儿科等二十三种常见病证,是医学门径书流传较广的一种,历三百年不衰。它以诗词歌赋的体裁写成。言简意赅,押韵和谐,读起来朗朗上口,音调铿锵,便于习诵,有利记记,一旦背熟,终生难忘。在医药界流传颇广,影响颇大,深受广大读者欢迎,一直为后学者所传诵。

在这里,值得向读者说明的一点是,任何药,都不是仙丹,都不能包治百病。因为药有地区之异,采制之要,质量之差,气味之别,所以用药一定要因地、因人、因时制宜。如遇急病,最好先到医院就诊。确诊后,再对症用药,这样做才是万全之策。

编 者

2006年1月

目

录

古代良医寿世方.....	(1)
一、治头病方.....	(2)
二、治面病方.....	(4)
三、治眼病方.....	(7)
四、治耳病方.....	(12)
五、治鼻病方.....	(15)
六、治口舌病方.....	(17)
七、治牙病方.....	(20)
八、治须发病方.....	(23)
九、治咽喉病方.....	(25)
十、治乳、胸、肋、腋病方.....	(26)
十一、治手足病方.....	(29)
十二、治脾胃病方.....	(33)
十三、治咳喘病方.....	(39)
十四、治腰腿病方.....	(45)
十五、治便病方.....	(47)
十六、治阳物病方.....	(51)
十七、治杨柳病方.....	(56)
十八、治痔漏病方.....	(59)
十九、治吐血病方.....	(63)
二十、治鼓肿病方.....	(65)

二十一、治中风病方.....	(68)
二十二、治癫痫病方.....	(72)
二十三、治中毒方.....	(73)
二十四、治斑、疹、痧、癖方.....	(77)
二十五、治伤寒病方.....	(81)
二十六、治中暑、霍乱、瘟疫病方.....	(84)
二十七、治泄泻、痢疾、疟疾病方.....	(86)
二十八、治跌打损伤方.....	(90)
二十九、治咬伤方.....	(96)
三十、治汤泡、火伤方.....	(100)
三十一、治骨鲠、吞物方.....	(101)
三十二、治瘰疬、结核方.....	(105)
三十三、治瘰瘤、疥疮方.....	(108)
三十四、治疗毒方.....	(112)
三十五、治痈疽、疔疮方.....	(115)
三十六、治疔疮方.....	(118)
三十七、治奇病方.....	(124)
三十八、急救方.....	(126)
三十九、治妇科病方.....	(129)
四十、治儿科病方.....	(135)
附·医学三字经.....	(141)

古代良医寿世方

古代良医寿世方

一、治头病方

头痛晕倒

生白果二枚，去皮，捣烂，水煎。空腹服，五服痊愈。

头晕目眩

蚕豆花五钱，开水冲沏，代茶饮。可清热、散风。

头晕眼花

向日葵叶(鲜者为佳)二两，洗净，煎汤，每日三次分服。
可治头脑晕眩，四肢瘫痪。

头 痛

菠菜根二两，海蜇皮五钱。
先将海蜇皮洗净，切丝，开水烫，后用开水焯菠菜根，加麻油共拌食。

头痛(外治法)

用粗棉线，浸入生油内一时，绞干。勒头，顿时头轻目明。

头 痛

川芎一钱，绿茶二钱，水煎饮之。



头 旋

蝉蜕一两(去翅足),
微炒,研末,绍黄酒调下,
每服一钱,即愈。

偏 头 痛

萝卜(辣者为佳),冰
片少许。先将萝卜捣烂,
取汁,加冰片,等溶化后,
缓注鼻中。

头胀失眠

莲子心一钱,水煎代
茶。可治头晕脑胀,心悸失眠。

一切头风兼湿气

瓜蒂、松萝茶为末,抽鼻内,出黄水立愈。

头 昏

每早用茯苓五钱和腐皮五张,煮服,即愈。

头风头痛

用绿豆干皮,装入枕芯,加三分之一干菊花,做枕头。
可清火明目,治头风头痛。





头风畏冷

陈荞麦面烙饼，敷于患处，两次即愈。

头面肿满

鸡蛋黄白，调匀涂之。

秃 疮

芒硝二钱、牛膝二两，水煎，加童便半杯，立效！

小儿头面胎毒

桐油调轻粉，涂之。

秃 头

生黄豆炒黄，为末，麻油调擦。

头上白癣顽疮

木炭烧红，入滚水内，温洗数次自愈。

二、治面病方

面上生疮

有壳蜗牛二个，捣碎摊纸上，中间留一小孔，贴之，神效。

鼻 疮

杏仁，去皮，去尖，为末，调乳擦之。

抓破面皮

白糖擦；生姜汁调轻粉擦之亦效。

粉 刺

黑牵牛为末，和蜜敷之。

面上黑点

杏仁去皮，捣烂和鸡蛋白涂之；白僵蚕末和水擦之亦可。

雀 斑

茄子切片，日擦三次。

疥 腮

石灰，不拘多少，炒七次，每次放地上一点钟，去火毒。冷后用开醋调擦，肿立消。蜗牛捣烂，调敷即愈。

疥 腮

用赤小豆七十粒，鸡蛋清一个。先将赤小豆捣为



末，用鸡蛋清调成糊状，
敷患处。

疔 腮

丝瓜烧灰，水调擦
之。

疔 腮

陈醋、大蒜(去皮)各
等分。将蒜捣烂，用醋调
敷，日敷三次，即愈。



小儿疔腮

白菜根疙瘩两个。一个煎水服之，一个捣烂外敷。

脱下巴

苏叶八两，煎水熏之即效。

口眼邪歪

用蓖麻子，捣烂，左歪涂右；右歪涂左，正即去之。

口眼邪歪

用醋炒石灰为末，仍以醋调敷。右歪涂左；左歪涂右，
正之即去。

三、治眼病方

双目不明

半匙蜜，放入鸡胆内，搗好。再放入猪胆内，搗好。不见日光，阴凉二十一日。用人乳润后，点药，出汗即明。(忌茶百日)

风火赤眼

鲜荸荠，洗净，去皮，捣烂，用净布挤汁。点眼，每日三次。可清热、降火、疏风。

眼睛怕光

菊花二钱，茶叶(绿茶)一钱，冲水代茶。可明目，治双目怕光。

翳障遮睛

鹅不食草(移星草)
左眼塞右鼻孔；右眼塞左鼻孔。

云翳遮睛

将枸杞子浸入黄酒中，密封二个月。每日早晚饮用，治肝虚所致眼疾。



病后失明

羊胆一个，鸡胆两个，鲤鱼胆三个，取其各胆汁，调匀。日日点之，可养血明目。

暴发火眼

冬桑叶三钱，菊花两钱，黄豆一两，共水煎。三碗，煎剩一碗时，去渣，入白糖五钱，早晚饮之。

目赤障翳

将青鱼胆阴干，研极细末，点眼角内，早晚各点一次。可清热，除翳。

小儿眼疳

白鳝肝脏，草决明子，各等分。共捣，蜜调为丸，如豆大，晒干。每服一钱，早晚饭后服。

迎风流泪

蛔虫或蛆，捣烂，取汁。涂眼边，永不再发。

风泪眼

猪肝二两，枸杞一两，水煎煮，食肝饮汤。每日一次，连服五天即愈。



目中流泪

食盐点目，冷水洗之。

风眼下泪

腊月不落桑叶，日日煎汤熏洗。

双目干燥

鸡肝一个，谷精草三钱，夜明砂二钱(夜明砂即蝙蝠粪)。将鸡肝洗净，同谷精草、夜明砂放入瓦罐内，放水少许，隔水蒸熟。食肝，饮汁。



视力减退

猪肝二两，夜明砂(即蝙蝠粪)一钱，将猪肝切条，同夜明砂放瓦锅内，加水一碗，文火煮。食肝，饮汤。

夜盲眼

白薯叶三两，猪肝二两，共煮食，三次即愈。

眼屎多

鸡胆两个，白糖一两。将鸡胆汁倒入碗内，火上蒸热，加入白糖饮之。

花炮伤目
急卧地，用自己小便徐徐洗之，断无后患。

眼打青肿
生半夏为末，水调涂之即愈。

眼上生膜
蛤胆调乳汁，点之立愈。

眼皮生瘤
樱桃核磨水，涂之即愈。

眼胞生珠(生菌)
取过江蜘蛛丝，缠之即落。(凡蜘蛛牵丝，搭过屋者，谓之过江。)

目赤热痛
田螺一个，入盐花少许，取汁点之。

目赤痒痛
人乳浸黄连点之，治目中百病。

目赤肿痛
用自己热小便抹洗。或黄丹调蜜贴太阳穴，立效。





两目忽然不见

取地下三尺深黄土，搅水澄清，洗之即愈。或让人嚼老姜以舌舐目，七次即明。

目赤肿痛、数日不开

生姜去皮，用古铜钱刮汁点目，疼后即愈。或用自己小便(去头尾)洗之。

眼珠缩入

老姜烧热，敷于眉心，即愈。

眼球涌出

用姜活烧烟，熏之即入。

眼球损伤

牛口涎日点两次，避风即愈。(取牛口涎方：在牛舌两侧涂盐，牛涎自出。)

尘芒入目

生藕汁滴入自出。

睫毛刺目

冬天壁上干苍蝇研末，向鼻内嗅之即愈。或用五倍子为末蜜调，敷眼皮上，睫毛自起。

睫毛不生

桑叶七片，煎水，日日洗之。一月复生，发落亦然。

睫毛倒刺

取螃蟹体内黄液，擦眼，治睫毛倒生刺目。

针眼

白芨磨水，点之甚效。或用鸡蛋清调熟明矾，敷之即消；或热盐水洗之。

针眼(外治方)

凡生针眼者，后背膏肓穴，必有红点，挑破即愈。(膏肓穴在由颈数第三骨节两旁。)



四、治耳病方

耳 聾

巴豆一粒，斑毛三个，冰片、麝香少许，葱白和蜜，共

为麦粒大小之丸。新棉裹入耳内，三七日响勿惊。

少年耳聋

木耳一撮，醋炒，白糖拌食。

暴 聋

鲤鱼脑髓二两，粳米三合（一升为十合），和盐酱煮粥食之。

猝然耳聋、气闭

蚯蚓一条，入盐少许，放入葱管内，化水点之，立愈。

耳内肿痛

泥鳅二条，捣烂，贴敷耳四周。每日更换一次，数日可愈。

耳鼻流血不止

生地一两，麦冬一两，水煎服，即愈。

耳漏及耳底痛

莲子心、田鸡骨、炙黄为末，加冰片一分，和匀。吹入耳底，痛止。

