

上篇 禽蛋疗法基础知识

禽蛋疗法的概念

禽蛋疗法是以中医基本理论为指导，参考现代科学知识，以禽类蛋卵为主要药用成分（包括全蛋、蛋清、蛋黄、蛋油、蛋壳、蛋内衣），通过内服或外用等，用来祛除疾病的一类治疗方法。

禽蛋疗法概念的形成，来源于人们的生活实践。它是随着禽蛋防治疾病的种类不断增多，对其进行总结、归类，结合中医理论，并在中医理论的指导下逐渐形成、发展起来的。现代科学技术又分析了各种禽蛋的理化成分，结合营养学、药效学等，对禽蛋疗法进行诠释，使禽蛋药用的依据更加充实。

禽类蛋卵品类繁多，临床使用较多的主要有：鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋、麻雀蛋、鹌鹑蛋等。目前，对它们的应用主要是依据中医理论，围绕禽蛋类的性味、归经，结合临床经验及其理化成分的作用而展开的。

禽蛋疗法的历史渊源、发展过程及前景

禽蛋类很久以来就是人类重要的食品。在远古的“茹毛饮血”时代，人们以禽蛋充饥，生食熟啖。在用禽蛋充饥的同时，发现身体某处的痛楚逐渐好了起来。人们在生产劳动之时，身体表面不可避免地会出现外伤，但在收集禽类蛋卵时，无意将蛋

清、蛋黄沾在伤处，发现伤处的疼痛减轻了，久而久之人们认识到了禽蛋不仅可充饥，还可治病。将充饥和治病结合起来，即是现代人们称谓的食疗。考古发现禽蛋疗法源远流长。在甲骨文中即有蛋类作为食品的记载。长沙马王堆汉墓出土的《五十二病方》即有鸡蛋用于食疗的记载。这就为禽蛋疗法的出现奠定了基础。

随着人类的发展，食品的充沛，医疗实践和医学理论提高，人们不再将禽蛋仅作为食品，辅以药用，而开始专门开发禽蛋的药用，并将其上升为理论。我国最早的本草专著《神农本草经》记载：“鸡子……主除热火疮，痈疮”。东汉医圣张仲景在《伤寒杂病论》中，用鸡子清治在上之热，创立“苦酒汤”，治疗少阴咽痛；用鸡子黄补益真阴，创立“黄连阿胶汤”治疗少阴病不得卧。唐代名医孙思邈在《千金方》中收录了为数可观的鸡蛋食疗方，用于治疗各种病证。明代杰出的医药学家李时珍在《本草纲目》中不仅收录了价值很高的鸡蛋食疗方 70 余首，而且详细论述了鸡蛋的性味功能，并将蛋卵的不同部位、成分分开论述其药用。他说：“卵白象天，其气清，其性微寒；卵黄象地，其气浑，其性温；卵则兼黄白而用之，其性平。精不足者，补之以气，故卵白能清气，治伏热、目赤、咽痛诸疾；形不足者，补之以味，故卵黄能补血，治下痢，胎产诸疾；卵则兼理气血，故治上列诸疾也。”还有很多典籍都列举了禽蛋的药用价值。历代医家的医疗实践及他们的论述极大地丰富了禽蛋疗法，促进了禽蛋在临床中的应用。流行的以禽蛋为主要成分的方剂有数千首，禽蛋疗法能够治疗内、外、皮肤、妇、儿、五官、肿瘤诸科病症达二百余种。

现代科学技术又分析了禽蛋的各种成分。发现蛋类含有丰富的蛋白质、脂肪、维生素、无机盐、微量元素及酵素。禽蛋单独应用就是一个大的复方，对其中各个活性成分进行研究，必将进

一步提高禽蛋的药用价值，防治更多的疾病。可以预测，禽蛋疗法有极好的发展前景。

禽蛋疗法的应用概况

禽蛋疗法按其定义，使用的禽蛋种类应是较多的，但临床实践中，人们多是应用较易获得，并且数量较大的蛋类为主，如鸡蛋、鸭蛋、鹅蛋，因为这些禽类从古至今被广泛养殖。随着生产和禽类养殖业的发展、医疗实践的进步，很多禽类的蛋卵都可进入食用和药用，如鹌鹑蛋、麻雀蛋、鸵鸟蛋等，但禽蛋药用最多的仍是鸡蛋。

禽蛋何以广泛应用于医疗实践，产生神奇的效应呢？祖国医学认为，蛋类为血肉有情之品，其混沌未分，潜藏着生气，孕育着生命，远非无情之草木所能相比。在中国历代本草典籍中，从最早的《神农本草经》到本草巨著《本草纲目》及现代人医疗实践的文献，都记载有大量禽蛋治病的例案。不仅有病案记载，还将禽蛋治病的经验，经过系统的总结，上升为理性的认识。以下根据这些文献，就祖国医学对禽蛋治病的理论，按常用的禽蛋种类进行总结性的阐述，包括禽蛋的性味、归经、功用主治、常用方法。

（一）鸡蛋

鸡蛋可分为鸡蛋黄、鸡蛋白、鸡蛋内膜（凤凰衣）、鸡蛋壳等几个部分分开讨论，此处是指蛋清与蛋黄合用。

1. 性味归经《药对》：平。《药性论》：味甘，微寒，无毒。《本草便读》生凉 熟温……鸡子内黄外白 入心肺 宁神定魄；和合熟食，亦能补益脾胃；生冲服之，可以养心营，可以退虚热。

鸡蛋熟用甘、温；生用甘、凉。入心、肺、脾、胃经。

2. 功用主治《神农本草经》：主除热火疮，痈疮。《药性论》治目赤痛。《食疗本草》：治大人及小儿发热，可取三颗，白蜜一合相合服之。《本草拾遗》益气多食令人有声。一枚以浊水搅，煮两沸，合水服之，主产后痢。和蜡作煎饼，与小儿食之止痢。《日华子本草》镇心安五藏止惊安胎。治怀妊天行热疾狂走，男子阴囊湿痒及开声喉。醋煮治久痢。和光粉炒干，止小儿疳痢及妇人阴疮。和豆淋酒服，治贼风麻痹。《日用本草》：治汤火疼痛。《随息居饮食谱》：补血安胎，濡燥除烦，解毒熄风，润下止逆。《本草经疏》：鸡子之甘，能缓火之标，平即兼凉，能除热，故主痈疮及火疮，并治少阴咽痛。

鸡蛋熟用有补益和中、滋阴润燥、养血安胎的功能，可治疗体虚下痢、燥咳声哑、胎动不安。生用可滋阴泻火，养血除烦，治疗热痛烦闷、目赤肿痛、烧烫伤、痈疮。

3. 常用方法 A. 内服：去壳生服：宜用清洁级母鸡所下之鲜蛋，外壳洗净消毒后一端开一小口，用筷子将蛋清蛋黄搅匀，生服。沸水冲服：取新鲜鸡蛋打入碗中，或伴入其他成分，搅匀，取沸水冲入碗中，稍凉服用。煮食：可与他药同煮，稍熟，打破蛋壳再煮，服食。药蛋：将鸡蛋一端打一小口，将他药面适量装入蛋中，搅匀，湿物封口或包裹，可蒸、煨、烤熟服食。B. 外用：去壳取黄、白，直接涂敷或和药调敷。其他用法，见以后各章。

（二）鸡蛋黄

鸡蛋黄是指去除蛋清，专用黄而言。临床应用时还包括蛋黄中的油。

1. 性味归经《千金·食治》微寒。《本草再新》味甘，性平无毒。《长沙药解》入足太阴经、足阳明胃经。《本草再新》：人心、肺、肾三经。

蛋黄无论生熟或取油用均味甘，性平微寒，最善人心、肾二

经。

2. 功用主治《药性论》：和常山末为丸，竹叶煎汤下，治久疟不差。治漆疮，涂之。醋煮，治产后虚及痢，主小儿发热。煎服，主痢，除烦热。炼之，主呕逆。《千金·食治》主除热，火灼烂疮。《日华子本草》炒取油和粉敷头疮。《本草纲目》：补阴血，解热毒，治下痢……鸡子黄，气味俱厚，故能补形，昔人谓其与阿胶同功，正此意也。其治呕逆诸疮，则取其除热引虫而已。《长沙药解》鸡子黄补脾精而益胃液，止泄利而断呕吐。《伤寒》黄连阿胶汤，用于治少阴病，心中烦，不得卧者，以其补脾而润燥也。《金匱》百合鸡子汤，用之治百合病吐之后者，以其涤胃而降逆也。排脓散，用之以其补中脘而生血肉也。《本草再新》补中益气 养肾益阴 润肺止咳 治虚劳吐血。

鸡蛋黄具有滋阴润燥，养血熄风，清火祛毒之功效，佐药配以温性，还有温中和胃之功能。可以主治心烦不得眠，热病瘵厥，虚劳吐血，呕逆，下痢，胎漏下血，烫伤，热疮，肝炎，小儿消化不良等。

3. 常用方法 A. 内服：生服、煮食、药汁（同沸水）冲服，同鸡蛋内服法。B. 外用：煮熟熬油涂敷：将鸡蛋煮熟，去蛋白，将蛋黄入铁锅，架火熬出油，弃渣，用油涂敷患处。其他外用同鸡蛋。

（三）鸡蛋白

鸡蛋白及鸡蛋清，熟用称蛋白，生用称蛋清，亦可不分生熟而混称。

1. 性味归经《别录》：微寒。《本草纲目》：甘，微寒，无毒。

鸡蛋白色浅性凉味甘。根据临床主治，当人心、肺二经。

2. 功用主治 《别录》疗目热赤痛 除心下伏热，止烦满

咳逆，小儿下泄，妇人难产，胞衣不出。醢渍之一宿，疗黄疸，破大烦热。孟诜：热毒发，可取三颗鸡子白和蜜一合服之。《本草拾遗》解烦热。《本草纲目》和赤小豆沫除一切热毒、丹肿、腮痛。《本经逢原》治喉痛。《本草思辨录》：《本经》卵白止小儿下泄一语，最宜体会。小儿热泄，只以气清微寒之卵白治之即效，若丈夫则宜于苦寒矣。若治泄不知有热壅经隧，水谷不能化赤而直趋大肠一证，概从事于淡渗温燥，读此能无惘然。

蛋白气清，甘凉，故有润肺利咽，清热解毒之功效。临床常用于治疗咽痛，目赤，咳逆，热痢，疟痢，烧伤，热毒肿痛。

3. 常用方法 A. 内服：生服、煮食或用药汁冲服（同鸡蛋黄）。B. 外用：涂敷患处。

（四）鸡蛋内膜（凤凰衣）

鸡蛋内膜是指紧贴蛋壳的一层薄膜，孵出小鸡后的鸡蛋内膜则称为凤凰衣。

1. 性味归经《饮片新参》：淡、平。《四川中药志》：性温，味甘，无毒。《会约医镜》：入肺。《四川中药志》：入脾、胃、肺三经。

鸡蛋内膜即剥即用性温味甘，经过炮制而用即性凉味淡。善入肺、脾、胃经。

2. 功用主治《别录》：主治咳，结气，得麻黄、紫菀和服之。《医学入门》治小儿头身诸疮，烧灰猪脂调敷。《分类草药性》：治小儿惊风肚痛；煨研涂疮，生皮。《饮片新参》：清肺热，开声暗，治虚咳，生津。《浙江中药手册》清肺火，化燥痰。治咽痛失音。《中药志》治头晕、目翳。

鸡蛋内膜内服可养阴清肺，外用可清火疗疮，善治久咳，咽痛失音，瘰疬结核，溃疡不敛。

3. 常用方法 A. 内服：可煎汤服用，或烘干粉碎制成散剂，直接服用。用量一般3~6克。B. 外用：可无菌剥离新鲜鸡

蛋内膜，直接贴敷疮面，或经过炮制研末撒于疮面。

（五）鸡蛋壳

鸡蛋壳为鸡蛋外层的硬壳，但临床应用时一般是同鸡蛋内膜一起入药，故广义讲，鸡蛋壳一般连同鸡蛋内膜，除非特别指明，仅用硬壳。

1. 性味归经 历代文献未有论述，根据临床药效，其性温，煅后性凉，味甘淡。入肺、胃、肾三经。

2. 功用主治 《日华子本草》：研磨障翳。《本草备要》研细，麻油调，搽痘毒。《本草再新》：能消疽瘤，解毒，治气，下胎。《随息居饮食谱》：治小便不通，暨饮停脘痛。外治痘疮入目，白秃，耳，下疳，囊痈。《现代实用中药》：焙燥研细末，开水服，治粘膜性胃炎，胃痛及佝偻病，肺结核，骨结核等。

鸡蛋壳具有祛风解毒，缓急止痛的功效，主治：停饮脘痛，反胃，小儿佝偻病，各种出血，眼生翳膜，头身疮疖，耳流脓。

3. 常用方法 A. 内服：研细为散服用，或入散剂、制丸，常用量1~6克。B. 外用：煅存性研末，或入他药外撒，或用油调外敷，治疮疡。

（六）鸭蛋

鸭蛋一般是用蛋清蛋黄入药，而不同于鸡蛋各部分，无论其药性，应用范围亦不如鸡蛋广。

1. 性味归经 孟诜：微寒。《本草纲目》：甘咸，微寒，无毒。

鸭喜水杂食，其从水性，甘咸而凉，根据临床功能，当入肺、肾二经。

2. 功用主治 《日华子本草》：治心腹胸膈热。《本草备要》：能滋阴。《医林纂要》：补心清肺，止热嗽，治喉痛齿痛；百沸汤冲食 清肺火 解阳明结热。《本草求原》 止泄痢。

鸭蛋可滋阴泻火，清肺理气，主治膈热，咳嗽，喉痛，齿

痛，泄痢。

3. 常用方法 内服：煮食，煎汤服，制药蛋食，或入丸，或开水冲服，一般用量 1~3 枚。

（七）鹅蛋

鹅为草食禽类，体大蛋大，但其下蛋量较少，药用相应较少。

1. 性味归经《食疗本草》：温。

根据临床应用，鹅蛋性微温，味甘。入心、肺二经。

2. 功用主治《食疗本草》：补五脏，补中气，益气。《急救方》：治痈疽无头。新生鹅蛋壳，烧灰存性为末，醋调敷，出脓血。

鹅蛋补中益气而疗五脏虚损，蛋烧灰存性可理气解毒，破血疗疮。

3. 用法用量 A. 内服：制药蛋煮食，煎汤服，或油煎食，或入膏、丹、丸、散服。外用：煨存性研末，撒用，或油调，醋调外敷。

（八）麻雀蛋

麻雀蛋亦称雀卵。麻雀体小精悍，五脏俱全，其蛋入药，气精味浓，作用较强。

1. 性味归经《别录》：味酸，温，无毒。《医林纂要》：甘咸温。《会约医镜》：入肾、命门二经。

雀卵气味精华，其性温，味甘咸，入肝、肾、冲、任四经。

2. 功用主治《别录》：主下气，男子阳痿不起。《医林纂要》：补心，明目，充髓，治鸡盲眼。《会约医镜》：补阳滋阴。

《随息居饮食谱》利经脉，调冲任。《本草图经》：《素问》云：胸胁支满者，妨于食，病至则先闻臊臭，出清液，先唾血，四肢清，目眩，时时前后血，病名血枯，得之年少时有所大脱血，若醉入房中，气竭肝伤，故月事衰少不来。治之以乌鲂骨、薏苡，

二物并合之，丸以雀卵，大如小豆，以五丸为后饭，饮鲍鱼汁以利肠中及伤肝也。饭后药先，谓之后饭。按古《本草》乌鳊骨、茹等并不治血枯，然经法用之，是攻其所生所起耳。《本草纲目》：今人知雀卵能益男人阳虚，不知能治女子血枯，盖雀卵益精血耳。《本草经疏》雀卵性温 补暖命门之阳气 则阴自然而强，精自足而有子也。温主通行，性又走下，故主下气也。雀肉及卵，古方同天雄服，此药性极热，有大毒，非阴脏及真阳虚惫者，慎勿轻饵。

雀卵补肾壮阳，益精补血，调理冲任，主治阳痿、血枯经断，崩漏，带下。

3. 常用方法 内服：煮食，煎汤或制药蛋，入丸散服用。

另外药食两用的禽蛋类还有鹌鹑蛋、鸽子蛋、鸵鸟蛋等，这些都是近代开始被人们广泛养殖和运用，古典医籍中很少记载，故此不再列专条讨论。

禽蛋疗法的现代研究

现代科技对禽蛋疗法的研究，开始是基于营养学的角度，随着对禽蛋各种成分的研究，发现其中的有些成分有很高的药理活性，这就为禽蛋的药用奠定了基础。禽蛋的各种成分，现代科学已将其分得很细，本书仅依据大类，按蛋白质、脂肪、维生素、无机盐、酵素及纤维质作一介绍。

蛋白质是禽蛋固形物（除蛋壳）的主要成分。蛋白质是由所组成的氨基酸种类、结构和营养的含量而决定其价值的。禽蛋的蛋白质是食物品种中质量、种类和组成中最优质的蛋白质。故禽蛋中蛋白质作为其它食物中蛋白质的营养标准。其次，蛋白质成分低的食物，如谷类等，若和禽蛋一起进食的话，它们就能起互补作用而提高人体对蛋白质的利用。譬如食物中人体必需氨基酸

不足，或者进食蛋白质质量差的食物，就不能满足人体代谢活动的要求，但假若和禽蛋同时进食的话，就能弥补那些不足的成分，构成完善的优质蛋白质。所以禽蛋蛋白质在人体新陈代谢中起到促进、综合、弥补的生理作用。再者禽蛋蛋白质在人体新陈代谢中起到促进、综合、弥补的生理作用。再者禽蛋蛋白质是一种价廉物美的食物，比如同样数量的禽蛋和肉类其营养价值却差别很大，即禽蛋的营养价值要比同类肉类的营养价值要高，故值得提倡食用。

脂肪约占全蛋的 10%，绝大部分集中在蛋黄中。蛋白（亦叫蛋清）中几乎没有脂肪。禽蛋中脂肪的主要成分是磷脂和胆固醇。磷脂是蛋黄的主要成分，它起乳化作用，进入人体中的磷脂所分离出来的胆碱，具有防止衰老的作用。

胆固醇也是人体生理所必需的物质之一。人体自身合成的胆固醇是不够用的，大约有 1/3 还需要从食物中摄取。胆固醇对人体有如下作用：它是构成雌、雄激素，维生素 D 及胆汁的原料，前两种物质在人体生长发育、生殖等生理过程中起重要作用，后一种物质在消化中起乳化脂肪的作用，可加强小肠对脂肪的消化和吸收。此外，胆固醇还有保护作用，例如它附在红血球表面就可消除破坏红血球的侵害因素的作用。另外，它附在脆弱的血管壁可加固血管的强度，防止破裂。胆固醇在血管壁上沉积过多固然是产生动脉硬化的诱因，如果血管不够坚固，同样容易引起血管破裂造成脑出血等疾患。故“物无善恶，过则成灾”、“水能载舟，亦能覆舟”，意在强调适量为度，生活中只要不摄取过多的胆固醇，不仅不可怕，而且是必要的。只要注意从食物中适度地吸取营养素，完全可以做到增进健康和防治疾病。

维生素在禽蛋中很丰富，特别是维生素 A 和 B₂，都贮存在蛋黄中，维生素 B₂ 在蛋白中也有。维生素是孵出幼禽所必需的营养物质，同时也是新陈代谢中不可缺少的成分，故人体对它需

要量也较大。如一天进食两枚鸡蛋，所摄取的维生素 A 已相当于一天所需的 50% 维生素 B₂ 也是如此。

无机盐中铁也全贮存在蛋黄中，铁元素在人体造血和血中运输氧和营养物质起重要作用，故对人体健康有重要意义，铁质不足是贫血的原因之一。禽蛋里还有磷质，它可构成人体必需的磷酸，且在供能和维持内环境稳定中都是不可缺乏的物质。此外还有钙、钾、钠在人体代谢中都是一些必需的物质。

禽蛋蛋白中含有一种酵素，它具有溶菌作用。禽蛋壳有许多微小透气孔，尽管细菌可通过气孔进入蛋内，但由于酵素能溶解细菌的作用，鸡蛋仍不容易破坏变质。煮熟的禽蛋容易腐败，就是由于蛋中酵素失去作用所致，此外，酵素对过滤性病毒也有抑制作用。有人在伤风感冒时冲喝禽蛋，就是取这个机理。最后，酵素进入人体内还能培养乳酸菌而制约其它有害细菌。

纤维质主要存在于鸡蛋内膜（凤凰衣）中，其主要成分是角蛋白，其中夹有少量粘蛋白纤维。它是一种生物半透膜，贴敷于机体表面，不影响细胞的呼吸透气，而又能抗御细菌的侵袭。研成粉撒在创面上，形成的痂面亦具较好透气性。

禽蛋疗法的注意事项及禁忌症

任何疗法都有其适应范围，禽蛋疗法在使用时亦应注意避开禁忌症。古人在使用禽蛋治病的时候，十分重视这一问题，他们对禽蛋的食用入药，都有宜忌。

1. 鸡蛋 孟诜：鸡子动风气，不可多食。《本草汇言》：胸中有宿食积滞未清者，勿宜用。《随息居饮食谱》：多食动风阻气，诸外感及疔、疽、痞满、肝郁、痰饮、脚气、痘疮，皆不可食。

2. 鸡蛋黄《本草求真》：多食则滞。

3. 鸡蛋白《食疗本草》：动心气，不宜多食。

4. 鸭蛋《食疗本草》：生疮毒者食之，令恶肉突出。《日用本草》：发疮疥。

5. 鹅蛋《食疗本草》：多食痼疾。

6. 麻雀蛋《本草经疏》：阴虚火旺者忌之。

古人论述禽蛋的宜忌主要是根据临床经验，结合病人的体质及禽蛋的性味。这些论述可概括为几点：第一，素体多风之人不可食，或不宜多食，主要是指对禽蛋蛋白过敏之人，食后出现荨麻疹、闷气等，即是所谓“动风气”，应当忌用或慎用。第二，素体痰盛者应忌用、慎用。禽蛋味甘多食助湿热而生痰，阻痹经络。现代研究认为蛋黄中含有大量胆固醇，鹌鹑蛋胆固醇含量更高，不宜多摄胆固醇者即痰盛之人应慎用。第三，有的禽蛋慎用。如鸭蛋性凉，脾阳不足，寒湿下痢，以及食后气滞痞闷者不宜用。麻雀蛋性温助阳，阴虚火旺，五心烦热之人慎用。

下篇 禽蛋疗法的临床应用

内科病证

感 冒

【概要】

普通感冒俗称“伤风”，是由感冒病毒或细菌感染引起的急性上呼吸道炎症，一年四季均可发病。感冒初起先有鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、声重、咽喉干痒等症状，继则有腰背酸痛，食欲减退，便秘或腹泻等全身症状，成人一般不发热或有微热。本病全身症状较轻，上呼吸道局部症状较重。若体质素弱或易感者可反复患病。此病虽非重病，但为“百病之源”，常会继发其他病症。

流行性感冒，简称“流感”。是由流感病毒引起的有强烈传染性和流行性的急性传染病。流行性感冒与普通感冒相似，但起病很急，突然发冷发热，有时体温很快上升到 39 以上，并有头痛，四肢腰背酸痛，全身不适。本病全身症状明显，上呼吸道症状一般较轻。在流感大流行时，人群集居处发病率高，往往造成地区性的大流行。流行季节多在秋末冬初或春季。中医称为“重伤风”、“时行感冒”或“时行疠气”。

【治疗方法】

1. 鸡蛋苏叶方（《鸡蛋食疗方》）

【组成】鸡蛋2枚 苏叶 30克

【制用法】先煎苏叶数分钟，去渣，再将鸡蛋打破搅匀倒入药汁中，文火再煮 3~5 分钟即成。顿服，1日2次。药后覆被取汗，汗出即愈。

【适应症】风寒感冒。

2. 鸡蛋路边荆方（《临床常用中草药手册》）

【组成】鸡蛋 2枚 路边荆 50克

【制用法】二药同煮至蛋熟，去渣连汤服。

【适应症】风热感冒而伴见偏头痛、牙疼口苦、口渴等症。

3. 鸡蛋姜葱梨方（《中医验方汇集》）

【组成】鸡蛋2枚 生姜 15克 梨 120克

【制用法】先将后二味同煎汤。取鸡蛋2枚打入碗内搅匀，用煮沸的药汁冲入，乘热顿服，覆被取汗。

【适应症】用于风寒束表，肺气失宣的感冒、咳嗽最为适宜。

4. 鸡蛋冰糖方（《山西省中医验方秘方汇集》第一辑）

【组成】鸡蛋1枚 冰糖 30克

【制用法】将鸡蛋打开与冰糖混合，临睡前开水冲服，取微汗即愈。

【适应症】用于风热感冒。

5. 鸡蛋绿豆饼（《常见病验方研究参考资料》）

【组成】鸡蛋清1枚 绿豆粉 100克

【制用法】先将绿豆粉炒热，与鸡蛋清调和作饼，敷胸部。3~4岁小儿敷半小时取下，不满周岁小儿敷 15分钟取下。

【适应症】用于感冒高热不退，小儿尤为适宜。

6. 鸡蛋白芥子方（《常见病验方研究参考资料》）

【组成】鸡蛋清 1枚 白芥子 9克

【制用法】先将白芥子研末，取鸡蛋清调作糊状，敷于涌泉穴。

【适应症】用于治疗小儿感冒高热不退。

7. 鸡蛋苦参方（《常见传染病良方汇集》）

【组成】鸡蛋 1 枚 苦参 6 克

【制用法】先将苦参水煎取汁，然后将鸡蛋打碎搅匀，用煮沸的药汁冲鸡蛋，乘热服。一般 3 次即见效。

【适应症】用于风热感冒、流行性感。若见头痛、发热、咳嗽、咽痛效尤佳。

8. 鸡蛋芒硝米酒方（《补阙肘后方》）

【组成】鸡蛋 3 枚，芒硝 3 克 米酒 60 毫升

【制用法】将鸡蛋打碎，与其他两味调和，待芒硝化尽即可，顿服。

【适应症】用于时行感冒兼便秘者。

9. 一味鸡蛋方（《本草纲目》）

【组成】鸡蛋 5 枚 冷开水 20 毫升

【制用法】取鸡蛋打碎与冷水一起搅匀，沸水冲之，再上火煮 3 分钟即可，乘热顿服，取微汁。

【适应症】用于虚人，老人感冒汗出较多者。

咳 嗽

【概要】

咳嗽是肺系疾病的主要症状。“咳”指肺气上逆，有声无痰；“嗽”指咯吐痰液，有痰无声，一般多声、痰并见，故并称咳嗽。本证根据发病病因，概分为外感咳嗽和内伤咳嗽两大类。外感咳嗽是由外邪侵袭引起，发病较急；内伤咳嗽则为脏腑功能失调所致，发病缓慢。

现代医学认为咳嗽是肺系多种疾病均可出现的症状之一，常

见于上呼吸道感染、急慢性支气管炎、支气管扩张、肺炎、肺结核等。

【治疗方法】

1. 鸡蛋四仁粥（《鸡蛋食疗方》）

【组成】白果仁、甜杏仁各 1 份 胡桃仁、花生仁各 2 份
鸡蛋 1 天 1 枚

【制用法】将前四味共研末和匀，每天取 20 克，加鸡蛋 1 枚，煮 1 小碗服下，连服半年。

【适应症】用于慢性支气管炎咳嗽痰多者。

2. 鸡蛋鱼腥草方（《常见病验方研究参考资料》）

【组成】鸡蛋 1 枚 鱼腥草 30 克

【制用法】将鱼腥草 30 克浓煎取汁。用滚沸的药汁冲鸡蛋 1 枚，顿服。1 日 1 次。

【适应症】用于肺痈或肺热咳嗽。

3. 鸡蛋蛤蟆方（《河北省中医中药集锦》）

【组成】鸡蛋 1 枚 活蛤蟆 1 只

【制用法】取鸡蛋 1 枚，从活蛤蟆口塞入其腹中，用黄泥包裹，火中煨熟。去蛤蟆、蛋壳及杂物，食蛋。每日 1 枚，连服 3~5 日。

【适应症】用于肺热咳嗽兼哮喘者。

4. 鸡蛋冰糖童便方（《云南中医验方》第二辑）

【组成】鸡蛋 冰糖 童便

【制用法】将鸡蛋置于童便中，在 2℃~60℃ 下，密封浸泡 20 天，然后取出，以冰糖水煮熟鸡蛋。仅食鸡蛋，每日临晨 3~5 时热服 1 枚。

【适应症】肺阴虚咳嗽，干咳无痰者。

5. 鸡蛋五味子方（《中医验方秘方汇集》）

【组成】鸡蛋 20 枚 五味子 500 克

【制用法】先将五味子浓煎取头汁，另加水 3 大碗再煎，滤取二汁，二汁混和后浸入鸡蛋 20 枚，药汁要全部浸没鸡蛋。加盖放在阴凉处 7~10 天，此时鸡蛋壳已溶化，但蛋膜仍包着蛋清和蛋黄，成为无壳鸡蛋，服用时用大匙轻轻盛出，文火煮熟，每服 1~2 枚，日服 1~2 次。

【适应症】肺肾虚弱之久咳不愈者尤为适宜，兼喘者也可应用。

6. 鸡蛋蜂蜜方（《食物疗法》）

【组成】鸡蛋 1 枚 蜂蜜 35 克

【制用法】先将蜂蜜加水 300 毫升煮开，打入鸡蛋 1 枚微沸。1 次服下，早晚空腹服。

【适应症】用于肺燥干咳，久咳者。

7. 鸡蛋胡椒桃仁方（《中医验方秘方汇集》）

【组成】鸡子黄 1 枚 白胡椒末 3 克 核桃仁 3 枚

【制用法】将煮熟的鸡子黄 1 枚与其他两味共捣成泥。取另 1 枚熟鸡蛋拦腰切开，除去黄白，用蛋壳装入药泥，原样对好，以麻纸封紧，外用黄泥包裹，火口煨熟。去蛋壳及杂物研末顿服，日服 2 次，连用 3 日。

【适应症】用于寒湿咳嗽。

8. 凤凰紫麻方（《本草纲目》）

【组成】凤凰衣 14 枚 麻黄 3 克 紫菀 6 克

【制用法】以上三味焙干，共研为末，装瓶备用。每服 3 克，开水送下。

【适应症】用于久咳气结。

9. 蛋清椒榧桃杏糊（《北方常用中草药手册》）

【组成】白胡椒 7 粒 榧子 9 克 桃仁 7 粒 杏仁 7 粒 鸡蛋清适量