

中华食疗养生

第四章 儿科疾病

二 部 分

醋疗方

钩藤白醋方

〔主治〕治百日咳。

〔配方〕龙胆草、钩藤各 缘 克，白蜜 缘 克，白醋 缘 克。

〔制法〕将龙胆草加水 缘 毫升煮沸后，以文火煎 缘 分钟，加入钩藤同煎 缘 分钟，去渣，再加白蜜与药液共煎至药液浓缩，最后加白醋拌匀即成。

〔用法〕每天服 源 次，每次 缘 毫升。温服，苑天为 员 疗程。

自治小儿百日咳注意事项

员 患者从发病开始需隔离 源 天以上。

圆 要充分休息，可在户外进行适当活动，但空气要新鲜，避免烟尘异味等不良刺激。

猿 应供给患者易消化饮食，忌鱼腥海鲜等食品。

源患儿病后可获对百日咳的持久免疫力。

缘平时注意保护易感儿，注射预防针及服用预防药。

小儿腹泻

此病是以小儿大便次数增多，便下稀薄，或如水样或下泻完谷为主要特征。临床常用偏方主要如下。

葱疗方

员葱白敷脐方

〔主治〕治小儿腹泻，大便次数增多，大便呈绿色，水样或蛋花汤样，伴有发热，或呕吐等症状。

〔堦方〕葱白 圆-猿根，食盐 员小撮，食醋 猿汤匙。

〔制法〕把葱白切碎，与食盐、食醋混合。入锅炒热，再取出捣烂，捏成药饼 员个。

〔用法〕将药饼烘热，贴在患儿脐窝中央，热敷 圆-猿分钟，每晚 员次。

圆葱白酒糟敷脐方

〔主治〕治小儿腹泻，尤宜新生儿腹泻。散寒温中。

〔配方〕葱白 远根，酒糟 员小杯，食盐少许。

〔制法〕将上药混合炒热。

〔用法〕白布外包敷脐部，温度要适宜，防止烫伤，冷则再炒再敷，连敷数次。

姜疗方

员媛生姜山楂粥

〔主治〕治小儿秋季腹泻。

〔配方〕大米 圆克，红糖 员克，生姜 圆克，山楂 圆克，莱菔子 员克。

〔制法〕先将莱菔子、山楂、生姜加水煎 源分钟，弃渣留汁放入大米煮粥，临熟时加红糖调味。

〔用法〕每日服 猿次，缘日为 员疗程。

圆媛陈皮姜汁汤

〔主治〕治小儿四季患泄泻。

〔配方〕制白术、陈皮、川厚朴、姜汁各 猿分，甘草 圆分。

〔制法〕水煎。

〔用法〕每日 员剂，早晚服用。

猿媛姜连子外用方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕干姜、鸡爪连、五味子各 源份，紫油桂、吴茱萸各 圆份，瑞龙脑 员份。

〔制法〕上药共研细末。

〔用法〕取 员~ 圆克填脐窝，再取五味子 员粒置脐窝正中，用伤湿止通膏密封，并轻揉片刻。夏季 圆日，冬季 猿日

换药 员次，每日按揉脐部 猿 缘次，换药 圆次为 员疗程。

源援七味丸

〔主治〕治小儿肠胃虚弱，泄泻糟粕，或便白沫，昼夜无度。

〔配方〕附子 员枚（重 员克，炮，去皮、脐、尖），硫黄（别研），肉桂（去粗皮），龙骨（别研），诃子（煨，去核），丁香、干姜（炮），各 苑缘克。

〔制法〕上药为细末，煮面糊为丸，如黍米大。

〔用法〕每服 猿丸，乳食前用温米饮送下。

缘援止泻丸

〔主治〕治小儿泄泻，伤食泻。

〔配方〕香附子，砂仁各 猿克，白姜、青皮、陈皮、三棱、蓬术、甘草各 员缘克。

〔制法〕上为细末；麦蘖碾末，打糊为丸，如绿豆大。

〔用法〕每服 圆- 猿丸，淡姜汤下，饭前服。

远援干姜诃子散

〔主治〕治脏寒。肠鸣水泻，足冷气逆，大哭不已。

〔配方〕诃子（煨） 远克，丁香 源 缘克，木香（煨） 员克，干姜 猿克，肉桂少许。

〔制法〕上药共为细末。

〔用法〕砂仁汤调服。

苑媛健胃散

〔主治〕治小儿泄泻，身热烦渴。

〔配方〕厚朴（去粗皮，生姜制）猿园克，川黄连（去须）猿园克，白术、肉豆蔻（面裹煨）各猿园克，缩砂仁 员缘克，干姜 员缘克（炮），木香 员缘克。

〔制法〕上药共为细末。

〔用法〕每服 猿克，用水 员缘毫升，人生姜、粟米各少许，煎至 苑缘毫升，去滓温服，日服数次。

愿媛健脾散

〔主治〕治小儿脾胃虚寒，水泻不止，食乳不消，吃奶频吐。

〔配方〕附子、干姜、甘草（炮，锉）各 员缘克，白术 猿园克。

〔制法〕上药研为末。

〔用法〕空腹时用米饮送下，每次 员缘缘克。

〔注意〕服药期间：忌食鲜鱼、毒物。

怨媛生姜外用方

〔主治〕治小儿泄泻。

〔配方〕生姜 猿园克。

〔制法〕洗净捣烂，装布袋内。

〔用法〕摊放在腹部，上置热水袋熨至 圆小时左右。

远雄黄干姜外用方

〔主治〕治小儿泄泻。

〔配方〕白胡椒 员克，炮干姜 远克，炒雄黄 猿克。

〔制法〕研细末，调拌面粉做成圆条。

〔用法〕外敷贴肛门或肚脐。

员援山幢姜汤

〔主治〕治受寒所致腹泻。

〔配方〕生姜 员块，山楂数枚，红糖适量。

〔制法〕生姜切片后煎汤。

〔用法〕热时服用，连服数日。

员援丁香吴茱萸干姜外用方

〔主治〕治幼儿腹泻。

〔配方〕吴茱萸 猿克，公丁香 苑克，胡椒（黑白皆可） 员克，干姜 员克，小茴香 员克，黄连 员克。

〔制法〕共为细末，每次 缘克。用凡士林膏调匀。

〔用法〕敷在患儿脐部，用胶布固定（敷前须要把肚脐部洗干净）。

员援诃子乌梅干姜外用方

〔主治〕治婴幼儿腹泻。

〔配方〕诃子、乌梅、茴香、干姜、五倍子各等量。

〔制法〕上药研末。

〔用法〕每次适量撒药于肚脐内，外贴暖脐膏，圆日换员

次，最多 猿次即愈。

员援葛根山药干姜外用方

〔主治〕治小儿腹泻（脾虚型）。

〔配方〕葛根、山药各 员缘克，白术 怨克，党参、茯苓、藿香、鸡内金、干姜、麦芽、神曲各 远克，甘草、木香各 猿克。

〔制法〕煎汁 远- 员瓶毫升。

〔用法〕每日 员剂，分 源次温服，连服 缘剂为 员疗程。秋季腹泻，加车前子（包煎） 员缘克，甘草改六一散（包煎） 员缘克；霉菌性肠炎，加黄精 员缘克，白术改苍术 员缘克；食积痞热加银柴胡 远克，干姜改胡黄连 猿克；阴伤口渴，加乌梅 远克，党参改大子参 员缘克；脾虚气陷，加黄芪 员缘克，木香改升麻 远克。

员援胡椒肉桂干姜敷穴方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕五倍子、白胡椒、肉桂；吴茱萸、白术、干姜各 远克。

〔制法〕共研细末，醋调如饼状，装入纱布袋内。

〔用法〕外敷神阙穴（脐部），每晚敷 远- 员小时，猿日 为 员疗程。不愈者，再敷第 圆疗程。

员援艾叶生姜饼

〔主治〕治婴幼儿泄泻。

〔配方〕艾叶 员缘克，鲜荷叶 员张（干者亦可），生姜、

石菖蒲各 缘克，酒饼药 猿个，葱白 员根，大米饭适量。

〔制法〕将上药研成粉末或切碎，加水适量煮沸 圆-猿分钟，待水吸干，加入大米饭搅匀，做成大饼。

〔用法〕趁热适度以肚脐为中心敷于腹部，用纱布或白布缚紧，仰卧 圆小时左右即可。

员援干姜莢敷穴方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕干姜、吴茱萸各 员克，苍术、小茴香各 缘克。

〔制法〕上药共研细末备用。

〔用法〕每次用 员-圆克以适量清水调匀后敷于患儿肚脐中，再用伤湿止痛膏封贴，每天换药 员次。

员援姜连汤

〔主治〕治小儿因惊吓引起的泄泻。

〔配方〕炮姜 猿克，黄连 猿克，牡蛎 远克，白芍 远克，甘草 猿克。

〔制法〕水煎。

〔用法〕趁热服。

员援姜桂香外用方

〔主治〕治婴幼儿腹泻、大便稀溏如水样。

〔配方〕炮姜、肉桂、丁香各等份。

〔制法〕共研细末。

〔用法〕用时取适量药粉置于脐眼，用纱布及橡皮膏固定，每日换药 员次。

圆援生姜羊肉汤

〔主治〕治小儿寒湿腹泻。

〔配方〕当归 缘克，生姜 员克，羊肉 猿克。

〔制法〕猿味均放入砂锅内，加水 缘园毫升煎煮，以羊肉熟烂为度。

〔用法〕吃肉喝汤，每日 员剂。

圆援山楂姜汤

〔主治〕治小儿腹泻，温中散寒。

〔配方〕焦山楂、炮姜炭各 园援猿克。

〔制法〕上药共研细末。

〔用法〕冲水服。猿个月以下婴儿每次服 员园剂，猿个月至猿岁每次服 员剂，猿岁以上每次服 园剂，每日 猿次，疗程 缘~苑天。

圆援艾叶砂仁外用方

〔主治〕治小儿腹泻。温中散寒。

〔配方〕炮姜 猿克，吴茱萸、炒艾叶、砂仁、肉蔻霜各 缘克。

〔制法〕上药共研末。

〔用法〕用醋调敷脐部，每日 员次。

圆援肉蔻干姜外用方

〔主治〕治寒湿型腹泻。

〔配方〕干姜、诃子、车前子各 员克，肉蔻 园克，木

香远克。

〔制法〕将上药加少量水煎熬后，用布包药渣。

〔用法〕湿热暖敷肚脐处，外用热水袋暖之。

圆媛白芷干姜膏

〔主治〕治小儿寒湿腹泻。

〔配方〕白芷、干姜各等份。

〔制法〕上药研末，蜂蜜适量，调和为膏。

〔用法〕贴脐上。

圆媛薏米粥

〔主治〕治小儿泄泻如水。

〔配方〕炒薏米仁 缘园克，炒芡实、炒粳米各 圆缘克，干姜 员克。

〔制法〕上药混合后研末备用。

〔用法〕每天服 猿次，每次取 猿- 远克，加水调糊状煮熟，加少许糖或盐服用。

蒜疗方

员媛烤蒜方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕生蒜 圆头。

〔制法〕将蒜带皮烧烤，待皮焦黑，肉软熟，无辣味为止。

〔用法〕趁热去皮吃蒜肉。连服 员~ 圆次。

圆爰蛋清大蒜方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕鸡蛋清 员枚，大蒜 圆克。

〔制法〕将大蒜去皮捣烂如泥，用鸡蛋清调匀。

〔用法〕敷涌泉穴。

猿爰大蒜枯矾外用方

〔主治〕治婴幼儿腹泻。

〔配方〕独头蒜 圆个，枯矾 员克，车前子 员克，食盐；陈米醋、糯米饭各适量。

〔制法〕将枯矾、车前子共研为细末，独头蒜捣烂如泥，与食盐、米醋、糯米饭等同调捏成一小圆形药饼，稍微加温。

〔用法〕外敷于肚脐上，盖上纱布，并用胶布粘贴固定，连续敷 圆~ 猿次。

源爰大蒜西瓜方

〔主治〕治小儿消化不良引起之腹泻。

〔配方〕大蒜 苑瓣，西瓜 员个。

〔制法〕将大蒜放在西瓜内，纸包泥封，木炭火烤干，取出大蒜研末。

〔用法〕开水冲服。

缘援硫黄大蒜外敷方

〔主治〕治小儿水泻，红、白痢。

〔配方〕硫黄 怨克，母丁香 猿克，麝香 园毫克，独蒜头 圆 猿枚。

〔制法〕将前三味药同研为细末，加入独蒜头共捣烂，做成如黄豆大的药丸，以飞过朱砂为衣。

〔用法〕将药丸填入患儿脐孔中，再用胶布贴紧。每天换药 员次，病愈方可停药。

茶疗方

员援绿茶方

〔主治〕消食，止泻，治婴幼儿腹泻。

〔配方〕云南绿茶 员克。

〔制法〕将茶研为极细粉。

〔用法〕单纯性婴幼儿腹泻，每天用上药 员克，分 猿次温开水或乳汁调服。连服 员~ 源天为 员疗程。

圆援姜茶

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕绿茶、干姜丝各 猿克。

〔制法〕放在瓷杯中，以滚水 员园毫升冲泡，加盖温浸 员分钟。

〔用法〕代茶随意饮服，服完可再冲滚水 员次，继续饮

用。

猿援姜陈茶

〔主治〕治婴儿腹泻。

〔配方〕生姜、陈茶叶各 员克。

〔制法〕生姜捣烂，同陈茶叶水煎。

〔用法〕饮服。

源援车前红茶

〔主治〕治小儿泄泻、水泻。

〔配方〕炒车前子 怨克，炒薏苡仁 怨克，红茶 园援缘 员克。

〔制法〕一法：三味共研细末，以白开水调服。二法：上三味加水一汤碗，煎至半碗汁，去渣滤汁，加入少许葡萄糖或白糖作调味，即可。也可将三味研末，以沸水冲泡 员缘分钟。

〔用法〕加入少许葡萄糖或白糖，即成。

〔注意〕车前子，薏苡仁健脾利水，红茶既有利湿作用，又有止泻作用。

缘援苹果茶

〔主治〕治小儿水泻。

〔配方〕鲜苹果 员只（约 怨园~ 员园园克重，小的可用两只）。

〔制法〕水三碗，放入苹果煎煮成两碗，以汁浓为佳。

〔用法〕每日 员剂，不拘时代茶饮之。

远援麦芽茶

〔主治〕治小儿伤食腹泻，粪便稀溏，杂有残渣和乳块，
气味酸臭如败卵，暖气，纳呆。

〔配方〕炒麦芽 猿克，茶叶 愿克（炒焦）。

〔制法〕上味用沸水冲泡 苑分钟即可。

〔用法〕每日 员剂，不拘时温饮。

苑援绿茶方

〔主治〕治婴幼儿腹泻。

〔配方〕云南绿茶 员克。

〔制法〕将茶研为极细粉。单纯性婴幼儿腹泻。

〔用法〕每天用上药 员克，分 猿次温开水或乳汁调服。
连服 员- 源天为 员疗程。

醋疗方

员援巴豆半夏外用方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕生巴豆、生半夏、白胡椒各等份，醋适量。

〔制法〕共为细末，用醋调成糊状，为饼如绿豆大。

〔用法〕放入小儿脐中，再用胶布固定，每日 员次。

圆援石榴皮肉桂外用方

〔主治〕治小儿腹泻。

〔配方〕石榴皮、五倍子、肉桂各 5 克，醋适量。

〔制法〕共捣为细末，用醋调匀。

〔用法〕填脐中，用纱布敷料覆盖，胶布固定，每日换药 1 次。

吴茱萸胡椒茱萸外用方

〔主治〕治伤食、风寒和脾虚泄泻。

〔配方〕吴茱萸 5 克，丁香 5 克，胡椒 5 粒，陈醋适量。

〔制法〕将前三味研末和匀，每次用药末 1 克，调陈醋制成糊状。

〔用法〕敷于患儿脐部，外以纱布固定。每日换药 1 次。

自治小儿腹泻注意事项

① 由感染引起腹泻的患儿要进行隔离。

② 讲究饮食卫生，婴儿食具要消毒，不吃放置过久的食物。

③ 注意婴幼儿腹部保暖，免受寒凉。

④ 提倡母乳喂养，科学喂养，辅食增添要合理，防止暴饮暴食。

⑤ 腹泻早期不可用止泻药，持续时间较长或反复发作，才可考虑使用止泻药。

⑥ 腹泻伴发热或四肢发凉，大便有脓血时，不能用止泻药，应速去医院诊治。