

<<老偏方>>

图书基本信息

书名：<<老偏方>>

13位ISBN编号：9787807660101

10位ISBN编号：7807660104

出版时间：2008-7

出版时间：广东旅游出版社

作者：陈惊蛰 编

页数：235

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

## 前言

因为西医在临床、外科及急救医疗等方面表现出色，所以在整个世界范围内，西医疗法已经成为医疗领域的主流，它为人类的健康作出了举世瞩目的巨大贡献。

但是，在药物治疗及疗效方面，西医却多有不尽人意之处。

譬如用药后引发的大量副作用，令人常感恐惧而退缩。

因为副作用的问题，有的药品还会遭到患者的抵制。

比如：孕妇在怀孕时服用西药，比起中药来更容易诱发畸形儿；因服用大量西药导致的造血机能遭到破坏、骨质疏松、皮肤病等病例也屡见不鲜。

严重者还能导致癌症、临床休克和死亡。

这都让人不寒而栗。

与对西药的疑虑形成对照，越来越多的国家和地区的人们，开始适度转移视线，普遍对中医投来了关注的目光，并在使用中逐渐产生了信任感。

事实证明，中医药处方的应用越来越广泛。

在中国国内，远在现代医学昌盛之前，正是中医和中草药维系着数千年来国人的健康，起着救死扶伤和延年益寿的巨大作用。

现代医学到来之后，对中医和中药的应用和研究，也从来没有停止过。

尤其是中草药，一直深受老百姓的信赖和欢迎。

俗话说“是药三分毒”，但经临床实验，比较之下，中草药对患者的副作用要小得多，这是一个深入人心并为科学所证实的结论。

本书在编辑的过程中，经与民间验方医师及使用者多方采集，对中国民间偏方的临床效果进行反复筛选、讨论后，得出一个观点：在外科和急救医疗领域上，中医偏方虽有其不足之处，但对于不应持续用药的多种慢性疾病、初患之病，中医尤其是民间中药偏方，其用药效果更为显著和安全。

且它将药疗与食疗合二为一，更易于为广大患者接受。

虽然所录偏方药味数不多，但对某些病症却有独特的疗效。

千百年来，中国民间广为流传的验方、偏方众多，相关著述浩如烟海，本书所列偏方都是来自于民间，且删繁就简、贴近生活、更为实用。

而且在“就医难、用药贵”的大环境下，本书提供的偏方具有无可比拟的经济性，采集、制作和服用，均能因地、因时制宜，简便可行。

除了外科和亟待解决的急救情形除外，会成为普通百姓在面对日常医疗时的便捷途径。

这些源于民间的土方、偏方和验方大多由来已久，为实践所证。

其疗法独特、疗效显著，基本没有副作用，最适合家庭使用。

即使是对中医及西医专业医生来讲，这些集合了民间医药智慧的土方、偏方和验方也是很有参考价值的。

在本书所列的262种民间偏方中，各种被广泛使用的著名的中草药非常之多。

本书尤其要推荐的是，其中也有很多与我们生活密切相关的、平时并非以“药”相称的中草药，它们很多仅是我们司空见惯的食物，不仅易于获取、便于制作和服用，而且能够让我们重新认识它们，应用于日常生活的医疗和保健。

关于偏方及祖传秘方的书籍，市面上并不少，相比之下，本书最少有以下几点堪称特色：

1. 所有的偏方均来自实践应用过的人士，并有其口述病例；
2. 对于每一种偏方，附带药理及其他知识，有心的读者可以了解其合理性；
3. 所选偏方针对最常见的病症，可以成为家庭日常保健和诊治的手册；
4. 所选药草均为平常之物，易于获取，实用性和经济性并重。

本书推荐给慢性病或者初病的患者，对于较重的病症，编者建议患者接受专业医师的诊治，以免延误病情。

基于对广大读者负责任的态度，尤其需要提请注意的是，所录偏方未必适用于所有人士，也就是说，有些偏方或许在某些人身上可以药到病除，在另外一部分人身上或许并无疗效以至适得其反。

总之，要尊重个体生理和病理的差异性，患者在使用过程中，应根据自身条件斟酌使用。

## <<老偏方>>

历代以来，对民俗中药疗法及药方的编辑整理，都从未停过。一方面是普通百姓对医疗的依赖，另一方面则是中医药强大的生命力。我们编辑出版这本《老偏方》，本着为普通读者服务的基本精神，同时也希望为祖国中医文化的存续发展尽一份力。

接下来，我们会再接再厉，编辑出版《老偏方》的第二辑，诚盼有心的读者大力支持，将你们所了解的、经过实践证明的优良偏方及病例发给我们，合众人之力，为中医文化和百姓的福祉做出贡献。

由于编写的时间局促，本书难免疏漏，本着为读者健康负责的精神，希望方家指正补充，在此先深表谢忱。

陈惊蛰 2008年6月12日

## <<老偏方>>

### 内容概要

《老偏方》汇集了流传民间多年，且确实有效的偏方和民俗疗法，每一个偏方均有实践基础和达人推荐，主要按照偏方实施，即可在家自行治疗，是没闲没钱的人最实用的居家保健书。来自民间的口述偏方，历经无数实践，是先人的智慧结晶。疗法简单，取材容易，省钱省力和省时，轻松治病和保健。

## <<老偏方>>

### 作者简介

陈惊蛰，1957年生，广东湛江人，半生行医岭南，医人无数，执业中医师。多年来致力于民间偏方的收集研究与实践，多家报刊专栏作者，成就斐然，深受肯定。

## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

## 书籍目录

- 一、消化器官的毛病
1. 八角茴香汤可止呃逆
  2. 老母鸡炖参芪治胃下垂
  3. 食用小羊羔肠子, 对胃溃疡有效
  4. 艾草浸酒绞汁食用, 可除口臭
  5. 胃弱可用芦荟酒
  6. 促进肠胃消化功能的青果
  7. 鲜土豆汁可治十二指肠溃疡
  8. 山稔根可治疗胃痛
  9. 黑芝麻、粳米治便秘
  10. 芋头大米治大便干燥
  11. 草决明、白菊花对老年便秘有效
  12. 煎服厚朴、藿香、苏子、大黄可解腹胀便秘
  13. 早晚手按腹部可解腹痛
  14. 对轻微食物中毒有效的杨梅烧酒
  15. 木瓜、荔枝汁、樱桃互配治胃溃疡
  16. 用柿子蒂煎水喝治打嗝
  17. 南天竹叶对饮酒过量有效
  18. 食芦荟对晕车有效
  19. 喝牛奶会腹泻的人可喝牛奶粥
  20. 石榴、木瓜治下痢有特效
  21. 附子治中寒泄泻快速有效
  22. 生番茄汁拌鸡蛋助瘦人增胖
  23. 鲜松叶治疗腹泻有效
  24. 用黄豆面牛奶治愈顽固的便秘
  25. 蜂蜜治疗便秘
  26. 苦楝籽对裂痔有效
  27. 用鲜无花果叶治痔疮
  28. 大黄鸡蛋治痔疮有效
  29. 野猫佐餐对痔疮有效
- 二、循环、血管及神经系统的毛病
1. 洋葱皮对高血压症有效
  2. 山楂粥等膳食对治疗高血压有效
  3. 治高血压的干玉米须、苦丁茶
  4. 用高丽参治疗低血压症
  5. 羊骨粥治贫血
  6. 艾草汁对止鼻血有效
  7. 烤明矾对止鼻血有效
  8. 南方生果——龙眼等可治贫血
  9. 灵芝银耳等可治神经衰弱症
  10. 猴头菇对神经衰症有效
  11. 用红螺肉治脾胃及身体羸弱
  12. 益气温阳活血汤可治心悸、怔忡疾患
  13. 桔梗根对脚浮肿有效
  14. 枸杞子最适合用来消除疲劳
  15. 盐水可消除走路引起的脚酸、脚疲
  16. 晚间睡前喝一杯牛奶对失眠有效
  17. 用桑椹酸枣仁治血虚失眠
  18. 喝酸枣仁粥可治失眠
  19. 生姜对面神经炎有特效
  20. 天麻擅治眩晕
  21. 对失眠很有效的酸枣仁
  22. 对失眠很有效的紫苏酒
  23. 桃仁粥治疗高血压有效
  24. 可治疗高血压的决明子粥
  25. 醋浸花生米可治高血压
  26. 红枣黑木耳汤治贫血
  27. 降血压的芹菜粥
  28. 马铃薯牛奶饮治肋间神经痛
  29. 服苦丁茶可降血压
  30. 黄鳝当归可解郁治肋间痛
- 三、呼吸器官的毛病
1. 生姜猪瘦肉汤对初期感冒有效
  2. 萝卜葱白可治风寒咳嗽
  3. 感冒时饮蛋酒后就寝可退烧
  4. 伤风时以热毛巾润鼻可抑制感冒
  5. 薄荷葱白鸡汤可治鼻塞、初期伤风
  6. 热水袋敷背可止咳
  7. 煎服南天竹叶可止咳
  8. 巧用生姜治疗咳嗽
  9. 蒲公英等清热解毒中药治肺病
  10. 煎服柿饼蒂可止咳
  11. 对止咳有效的紫苏酒
  12. 附子生姜炖狗肉治阳虚型老年慢性支气管炎
  13. 米醋金银花治咽喉炎
  14. 枇杷叶粥治疗慢性支气管炎
  15. 服用桔梗可化痰止咳
  16. 神仙粥治风寒感冒头痛
  17. 用老姜汤擦拭、按摩全身可防治感冒
  18. 大白萝卜蜂蜜可治风寒咳嗽
  19. 能止咳化痰的花生枣蜜汤
  20. 白果北沙参百合能止咳化痰
  21. 罗汉果西洋菜猪口汤对肺热燥咳有效
  22. 罗汉果柿饼汤清肺热
  23. 芫荽对伤风感冒咳嗽有效
  24. 新鲜生药治疗中暑
  25. 自制牛蒡汤是很好的退烧药
  26. 白萝卜汁治鼻塞
- 四、五官科的毛病
1. 妙用冬瓜巧治冻疮、酒糟鼻
  2. 银杏干叶治耳鸣
  3. 虎耳草对慢性中耳炎有效
  4. 鱼腥草叶对感冒时耳重有效
  5. 用鱼腥草汤治疗慢性鼻腔炎
  6. 辛夷的花蕾对鼻塞有效
  7. 枸杞子酒治老年白内障
  8. 萝卜糖对喉咙发炎有效
  9. 绿豆皮对眼病有效
  10. 涂蜂蜜, 巧治口腔炎
  11. 烧焦的海带粉末, 涂抹口腔炎有效
  12. 用银耳治虚热型口疮有效
  13. 排骨莲藕汤治口腔溃疡
  14. 用大蒜汤治疗喉咙痛
  15. 能缓和喉咙痛的梅干红紫苏汁
  16. 对扁桃腺发炎有效的虎耳草
  17. 对扁桃腺肿大有效的枇杷叶
  18. 樱桃可治鹅口疮
  19. 苡仁(薏米)治老年斑
  20. 用韭菜治疗漆疮有效
  21. 牛蒡泥汁祛热痰
  22. 山楂汁拌黄瓜可减肥
  23. 樟冰散外治鼻塞、偏头痛
  24. 对流行性腮腺炎有效的马鞭草
  25. 核桃牛奶芝麻糊可改善皮肤、黄褐斑
  26. 枸杞子能预防黄斑变性
  27. 水牛角对热证雀斑有效
  28. 急性结膜炎用黄柏汁有效
  29. 花椒果可治针眼
  30. 车前草的果实对夜盲症有效
  31. 可嫩肤祛斑的丝瓜药膳
  32. 眼屎可用梅汁拭去
  33. 含蒜按摩可治牙龈肿痛
  34. 生地可治疗风火牙痛
  35. 含漱金银花可治咽喉炎
  36. 猪肉杏仁汤治咽痒咳嗽
  37. 用海带应急“处理”蛀牙的方法
  38. 可止牙疼的丁香
  39. 金银花对牙龈肿痛有效
  40. 穿心莲煮水服可治牙痛
- 五、妇科的毛病
1. 妇女生理痛可服用柠檬汁
  2. 山楂对妇女经期痛有效
  3. 甜食可增乳量
  4. 乳量少可服用水煮艾蒿敷乳
  5. 豆芽菜炒金针治乳房硬块
  6. 大蒜酒对不孕症有效
  7. 猪脊髓甲鱼治疗不孕症
  8. 对妇女更年期综合症有效的浮小麦
  9. 牵牛花子对更年期障碍有效
  10. 南天竹叶等的汤药对阴道痉挛有效
  11. 白果莲肉粥对妇女带下有效
  12. 向日葵茎治妇女带下病
  13. 人参大枣可治



## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

妇女生理痛症 14. 玉竹人参鸡汤可调理经期 15. 乳腺增生的验方与食疗 16. 炒盐熨敷可缓解  
 痛经 17. 丹参可治女性性欲冷淡 六、男科的毛病 1. 五蛇汤外洗治男子早泄 2. 耐受性训  
 练可治男子早泄 3. 五倍子对男子早泄有效 4. 罂诃粉对男子早泄有效 5. 核桃猪腰汤治男子  
 遗精 6. 莲子鸡丁对肾虚症有效 7. 能补肺益精的蛤蚧 8. 莲子粥治男子肾虚遗精、阳痿  
 9. 肉苁蓉对男子性欲低下、阳痿症有效 10. 四方藤春根藤可治男子前列腺增生 11. 制附子人  
 参可治男子房事昏厥 12. 蝗虫大蒜可治男子精少 13. 中草药熏蒸热洗治疗男科病 14. 淫羊藿  
 治疗男性性欲低下 15. 炮天雄可治男子不育 七、尿路系统（泌尿器官）的毛病 1. 淡竹叶从  
 对小便赤涩、淋痛有效 2. 无花果叶对膀胱炎有效 3. 红枣干姜治老年尿频 4. 老头草蛋汤可  
 治尿频、尿急症 5. 韭菜对老年人尿频有效 6. 核桃治肾结石 7. 辣椒外敷小腹可治膀胱炎  
 8. 车前草对尿道炎有效 9. 膀胱炎可服用鱼腥草汤 10. 山药粥治糖尿病 11. 小便短少喝三  
 汁 12. 红参泡茶治年老尿不畅 13. 用仙人掌治疗急性肾脏病 八、整型外科的毛病 1. 地  
 蜈蚣草可治鱼肚痛 2. 用萝卜泥治疗肩酸 3. 海带配芝麻治疗慢支咳喘和骨痛症 4. 湿敷石蒜  
 的球根膝盖积水消失 5. 无花果叶浴可消除疼痛、疲劳 6. 柠檬艾酒对风湿病有效 7. 肩酸、  
 腰痛可湿敷大蒜泥 8. 大蒜治疗沙眼有效果 9. 腰痛用炒盐使患部恢复正常 10. 炒盐熨敷缓解  
 颈肩痛 11. 炒盐熨敷可缓解胃痛、关节炎 12. 木天蓼酒可治身体痛 13. 干萝卜叶汤可消除脚  
 疲劳 14. 咸梅对跌打损伤、挫伤有效 15. 跌打损伤、挫伤可湿敷艾蒿 16. 利用食用醋的湿敷  
 法 17. 对跌打损伤有效的松叶末 18. 跌打损伤、挫伤可服用虎杖根汤 19. 挫伤的应急措施可  
 用辣椒湿敷 20. 水仙叶为挫伤的应急措施 21. 冰药薯对跌打损伤、烫伤有益 22. 我的腓痉挛  
 的早愈方法 九、皮肤的毛病 1. 婴儿湿疹外洗方法 2. 薏苡仁、粳米脾虚型湿疹 3. 我家  
 治荨麻疹有巧方 4. 大枣绿豆治皮肤瘙痒 5. 醋加白酒可治荨麻疹 6. 香菜根治荨麻疹 7.  
 韭菜外搽治荨麻疹 8. 生地猪瘦肉可治血燥型湿疹 9. 益母草治疗脂溢性皮炎 10. 涂桃树叶可  
 止痒 11. 对漆中毒和草过敏有效的栗子树皮 12. 早晨漱口前的唾液可消肿 13. 对去脓有效的  
 鱼腥草 14. 牛蒡子可去脓 15. 皱裂可涂牛油 16. 对冻伤有效的茄子茎和橘子皮 17. 用酒  
 和辣椒制成的冻伤特效药 18. 用红萝卜治疗皱裂 19. 用食用醋治疗疥癣 20. 用野葡萄叶灸烫  
 消除鸡眼 21. 对脚癣有效的核桃叶汁 22. 用碘酒治疗狐臭 23. 山茶果子可当洗发水 24.  
 烘烤淘米水洗头可护发 25. 用酸橙预防头皮层 26. 用笔头菜汁润头防止掉发 27. 当药液为有  
 效的增发剂 十、外伤 1. 萝卜片烤热可治冻疮 2. 蚯蚓可治水烫伤 3. 新鲜葡萄可治疗烫  
 伤 4. 蟾蜍丸治破伤风 5. 敷三七叶治挫伤 6. 木耳、核桃仁治四肢麻木 7. 大蒜内膜可当  
 “创可贴”用 8. 梨树叶汤治蛇咬伤 9. 醋泡透骨草治足跟骨刺 10. 鲜苍耳叶治足跟痛 11.  
 用夏枯草可熏治足跟痛 12. 仙人掌治足跟痛 13. 鲜川楝叶治疗足跟痛 14. 对止血有效的羊齿  
 类的根茎 15. 对指伤很有效的蛋白绷带 16. 烫伤可湿敷涩柿蒂 17. 用醋拌梅子肉或芥面可将  
 刺拔出 18. 对眼伤（眼外伤）有效的蓑荷根汁 19. 白花蛇舌草蛇伤（如青竹蛇咬伤） 20. 被  
 蜂蜇伤立刻涂涩柿零 21. 用铁角凤尾草应对虫螫 22. 对虫蜇伤有效的毛蓼叶 23. 洋葱泥汁对  
 蜈蚣蜇伤有效 十一、儿科的毛病 1. 油蒜泥治小儿蛲虫 2. 槟榔茴香杀小儿蛲虫 3. 使君  
 子治小儿蛔虫 4. 韭菜籽治小儿遗尿 5. 用银杏治疗幼儿遗尿 6. 吃田螺可治小儿佝偻病  
 7. 鲜白萝卜对小儿伤食呕吐有效 8. 大青叶敷治小儿腮腺炎 9. 木鳖子糊剂对小儿腮腺炎有效  
 10. 肥皂灌肠对幼儿肚子痉挛有效 11. 对小儿久咳有效的糖蒜水 12. 石菖蒲治小儿久咳  
 13. 甘草小麦大枣金蝉治小儿夜啼 14. 桃仁栀子对小儿惊风有效 15. 地蜈蚣草治蜂窝口腔炎有  
 特效 16. 西瓜、番茄与生地对小儿口疮、口臭有效 十二、传染科的毛病 1. 鸡骨草炖猪横膈  
 可清肝火 2. 大青叶合剂对黄疸型肝炎有效 3. 鸡蛋壳治疗浸润型肺结核 4. 蚕蛹能促进肺结  
 核病灶钙化

## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

## 章节摘录

一、消化器官的毛病 1.八角茴香汤可止呃逆 频繁地打嗝，学名就叫做呃逆症。三四年前，我读过一篇报道，说八角茴香汤可以止呃逆症，我便收着那张报纸。此后，每当我丈夫频繁打嗝，痛苦不堪时，我就煎给他服用，效果果然很好。我的做法是：将约二两重的生八角洗净，捶碎，放入锅中加两碗水煎煮，水煎得剩下一半时，即可服用。

因为医生说丈夫的胃寒较严重，我除了煎八角茴香外，还在其中掺入少量蜂蜜，持续喝了一个月左右，他的呃逆症果然就消失了，胃口也比以前好得多。

【广西·李三妹】 [忠告] (1)八角茴香主要分布于中国的福建、广东、广西、贵州、云南等省区，以及越南。

其果实与种子均可作调料，也可入药。

它具有强烈香味，有驱虫、温中理气、健胃止呕、祛寒、兴奋神经等作用。

(2)八角茴香的主要成分是茴香油，它能刺激胃肠神经血管，促进消化液的分泌，增加胃肠蠕动力，有健胃、行气的功效，有助于缓解胃痉挛、止呃逆，减轻疼痛。

(3)但是，除栽培的八角外，其他野生种类的八角果实多有剧毒，误用时可引至死亡。

(4)据最近确报道，八角茴香含有一种抗亚洲禽流感病毒的重要成分莽草酸，有关专家称这是世界上对付禽流感的唯一武器。

2.老母鸡炖参芪治胃下垂 我老友年纪尚轻，却不慎患上胃下垂，形体消瘦，耐不住高强度工作。

稍食则饱，少食又易饿，且双手乏力发抖，有时还冒虚汗，困扰个人生活多年。

最近出差时得一客户偏方，他立即加以试验。

用红参12克，黄芪30克，老母鸡肉500克，加水适量，食盐少许，隔水炖两个小时，分早晚两次喝汤吃肉，每周1剂，连服6周，果然见效。

【苏州·胡泉】 [忠告] (1)胃下垂者乃中气下陷，脾气不升，而至阳气不举，故有饥饿后手抖动或冒汗之症候。

西医无特别疗法，中医则强调补气。

如确诊是胃下垂，最须劳逸结合，方能不至于加剧疾患。

(2)参芪两药均系甘温补中益气之良药，老母鸡肉味甘性温，调补脾胃，与参芪合用，共补脾胃，益中气，有升举胃体之效。

常人食用，也能强身健体。

(3)胃下垂病人须注意，晚餐前不能饥饿过度，因为饥饿过度会导致胃部机能的退化，如此一来，身体更无力吸收营养，如此日积月累，必定加剧胃下垂疾患。

如果条件允许，也可用糙米汁半碗煮香菇，在每晚九点后或睡前1小时吃下，以配合上述偏方治疗。

做法是：糙米浸水6小时。

后用搅拌机将糙米打为汁状，加上香菇若干（切成丝状），下锅煮熟后放下糙米汁搅拌成糊状。

吃时可加白糖或盐，但只吃半碗，可配合上方连吃3周，治胃下垂效果更佳。

3.食用小羊羔肠子，对胃溃疡有效有一位同事多年患有轻微胃溃疡，今年远赴新疆驻外公干数月回来后竟已治愈，问其用药情况，他笑答没吃过药，只是多吃了点小羊羔肠子而已。

细问之下，得知其赴新疆之际，曾因胃溃疡疾患求教当地牧民，得一偏方，遂解其疾患。

做法是：小羊羔肠子、玉米粉各适量。

将小羊羔肠子浸泡、洗净、翻开，撒上玉米粉；翻转羊肠子，加入适量油、盐，煮熟食用，如此每日三餐，连吃一个月以上，有特效。

【安徽·李泽错】 [忠告] (1)民间有狗肉补男人，羊肉补女人之说，无论是狗肉，还是羊肉，作为药膳的选料由来已久。

(2)此偏方系新疆牧民独方，对胃及十二指肠溃疡有显著疗效。

方中所用的羊肠子须取自于6个月左右大的绵羊或山羊的十二指肠。



## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

4. 艾草浸酒绞汁食用，可除口臭 早前，我有口臭的毛病，与人沟通或者朋友相聚，我常感到难堪。

有一次回到家乡，邻居的老人与我说话时，突然问我是否有口臭，得到肯定的答复后，他说这是小毛病，很好治，只需要用家乡盛产的艾草（艾蒿）浸酒绞汁，配蜂蜜食用，效果不错。

具体的做法是：当艾草春天长出新叶时，摘取其新叶洗净，曝晒后备用。

将艾草装入事先准备好的一个广口容器，以清酒装满密封浸泡四五天，再开盖将浸泡数天的艾草从容器中取出，绞汁一杯，与少许蜂蜜或等量的白开水兑匀食用。

若在睡前服用，隔天即可全除口臭；用法得当的话，还能口齿留芳。

【广西·韦春辉】 [忠告] (1) 有人用嚼槟榔来除口臭，一是效果不佳，二来牙齿易变色。

上瘾后每天食用，费用也不菲。

(2) 人们患口臭的毛病，有时是因为食用特定食物之故。

比如常吃大蒜的人，就带有大蒜异味；喜欢抽烟的人，就会有烟草臭味。

有时饮酒过量的人，呼出来的气则带有怪异味或酸腐的酒味。

像这些情形，用艾草浸酒绞汁食尚可除去；如果因胃寒引起口臭，可嚼食生姜去除；若因实热胃积食，甚至因食道反流、胃溃疡、肺有化脓等之故而产生的口臭，则不适用此等家庭中草药疗法，患者须尽早到医院接受治疗。

(3) 艾草可作“艾叶茶”、“艾叶汤”、“艾叶粥”等食谱，以增强人体对疾病的抵抗力。

艾草具有一种特殊的香味，这些特殊的香味具有驱蚊虫的功效，所以古人常在门前挂艾草，一来避邪，二来驱赶蚊虫。

5. 胃弱可用芦荟酒 我年轻时因家贫导致营养不良，胃总是不舒服。

后来有朋友告诉我，这属于胃弱。

参加工作后，胃病对我造成很大的困扰，尤其是出差，常常食无定时，胃就更不舒服。

偶然有友人告诉我：常饮芦荟酒，对胃弱有益。

治胃病的方法，我尝试过很多，都难以见效，所以并没有放在心上。

后来见到友人的妻弟，经他现身说法，又送了我一些自制的芦荟酒，我才试了一下。

之后每天喝上一小杯，结果令我精神焕发，胃口渐渐好起来，吃东西也慢慢不再顾忌。

具体的做法是：将38度的烧酒1公斤、芦荟叶1公斤和1公斤的冰糖放入广口瓶中密封，存放15天后就可以开启饮用，每次一小杯（70克左右）。

【海南·宋世杰】 [忠告] (1) 芦荟在中国南方地区极为普通，北方过去曾称其为龙舌兰，因为较少有的缘故。

芦荟温润、排毒、养颜，药用价值很高，胃弱者饮用芦荟酒，可以醒脾，加速消化与吸收，一般喝过芦荟酒，都会觉得肠胃舒服，食欲大振。

胃弱偏寒者饮用，加上干姜片，效果会更好。

(2) 芦荟浸酒的密封存放时间也可以更长一些，密封一个月后再开启，效果更佳。

但存放时间也不能过长，否则会影响效果。

(3) 芦荟性味苦、寒，但无毒，归肝、胃、大肠经。

能清肝热，通大便，用于便秘、小儿疳积，外治湿癣。

亦可治小儿癫痫惊风，疗五疳，杀三虫及痔病疮痿，解巴豆毒。

6. 促进肠胃消化功能的青果 消化不好，食欲不振，积食难消，不仅气不顺，时间长了还会患上胃肠炎，的确是件伤脑筋的事。

我妻子年轻时就患上胃肠病，因为西药副作用大，中药又苦，所以平时基本不怎么用药。

怀孕的那段时间，她刚好犯胃病，因为怕吃药对孩子有影响，只好硬挺。

院里有个邻居祖上曾经行医，见到她痛苦不堪的样子，弄清病症后指点她吃点青果，果然有一定的效果。

后来孩子出世后，妻子一直坚持，胃肠病犯的次数逐渐少了，起色很大。

【甘肃·平一芒】 [忠告] (1) 青果的品质各异，食用时须慎之又慎，尤其是一些酸素、

## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

维生素、抗生素过多的青果，虽有消炎、增强肠胃蠕动之特效，但多吃则会伤及体内细胞组织。

(2) 李子是青果的代表，刚上市的鲜李子不可多吃，多吃会伤胃肠，胃肠壁会因其酸素等成分而被割薄；食用时须加少许蜂蜜，才能减少副作用。

(3) 柠檬亦是青果极品，食之可以减肥，治疗肥胖之症，但一周最好食用一两次即可，多食无益。尤其是肠胃犯病之人，会加重创口的炎症，有引起出血的可能。

7. 鲜土豆汁可治十二指肠溃疡 一个来自内地山区的同事，不知道从哪里打听来的方子，用其乡下采按的鲜土豆捣汁煮成稠，加蜂蜜治愈了他的十二指肠溃疡。他因此兴奋地与我分享他的“成果”：鲜土豆1公斤洗净后切成丝条，捣烂，再用纱布包住，用力绞出土豆汁。

将土豆汁放在锅中以大火烧开，然后用文火熬致稠状，加入适量的优质蜂蜜，再煎熬至黏稠如蜜状，置于土罐，凉后装入瓶中备食。

每次1汤匙，一日2次，空腹服用。

吃了大概半年，胃炎竟然完全治好了。

【大连·陈志明】 [忠告] (1) 鲜土豆一般只有在乡下才能找到，采挖就近，立时制作，药效确实有保证。

如果条件不许可，也应尽量采购到相对新鲜的土豆，切莫以陈货制作。

(2) 土豆多淀粉，热量不低，有暖胃、保护胃肠黏膜之功。

煎熬至稠蜜状，加蜂蜜长时间食用，则会有愈合胃肠溃疡创口之效。

常吃对习惯性便秘也有相当疗效。

8. 山稔根可治疗胃痛 山稔的嫩芽嚼碎后敷于外伤创口，的确是消炎、止血的优良生药。

在我的家乡台山，由于盛产山稔，人们只叫它稔。

小时候摔伤碰伤，家人都会用它捣汁涂在创口，很有效果。

但山稔能治疗慢性胃炎和缓解胃痛，我也是成年后才了解。

那一年，我从城里回到乡下休假，胃病很严重，母亲便将山稔的根挖出来切细，待晒了一个星期左右，将它放在土罐中煮熬，每天以此当茶来喝一两次，没过多久，我的胃痛症就缓和下来。

假期过后，妈妈将晒好的稔根让我带到城里，继续煮水喝，胃病逐渐痊愈。

【广东·陈炯】 [忠告] (1) 山稔（又称岗稔）生于中国南方地区，为野生植物，其果拇指头大小，呈紫色，可食用。

以其果、根浸酒服用，亦有收敛肠胃、止泻、祛风、除湿、活络之功效。

(2) 山稔根性平，味甘，微酸且涩，它的微酸味一直被视为是对中和胃积食具有疗效，但并没有任何科学依据，反倒是它的涩味的成分有收敛、消炎止痛作用。

(3) 山稔根对治肝炎、止血崩、缓胃痛、解风湿关节痛以及对疝气、痔疮、烫伤均有一定疗效。

其叶子嫩芽嚼烂，可止外伤出血。

煮山稔根的容器须以陶器（土罐）之类的器具为佳。

9. 黑芝麻、粳米治便秘 老人气血不足，常会引发便秘症。

我叔叔还没到退休的年纪，就已经因为气血太弱患上了便秘症。

他曾多处求医，也曾用番薯叶、香蕉等通便，但收效并不持久。

后来他终于遇到一个老中医，给了一个很简便易行的方子：黑芝麻25克，粳米50克。

黑芝麻炒后研细末备用，粳米淘洗干净，与黑芝麻末放入锅内，加清水旺火烧沸，再改用小火煮至粥成。

坚持了一段时间，不仅便秘好转，而且以前手脚冰凉的毛病也好了不少。

【湖南·唐三立】 [忠告] (1) 本方其实出自《本草纲目》，原方名“芝麻粥”。

用于“五脏虚损，益气力，坚筋骨”，以及“大肠风闭，干咳无痰”，为滋补肝肾常用方，对眩晕、干咳、便秘、须发早白、产后乳少、虚弱羸瘦均有一定效果。

(2) 方中以黑芝麻为主，补益肝肾，滋养五脏；以粳米为辅佐，养脾胃，益虚损，以助滋补功效。

## &lt;&lt;老偏方&gt;&gt;

两者合用而成补益肝肾，滋补五脏之方。

本方重在滋补，尤宜于阴精不足，血虚津亏者。

方中黑芝麻还能抗衰老，故又宜于老年体衰者选用。

(3) 本方加蜂蜜纳兹补润燥之力更强。

(4) 本方滋补之力较强，故痰湿内盛及大便溏泻者不宜食用。

(5) 老人便秘必须及时治疗，且应当以适宜升肾阴、降心火的方法；如果治疗不及时，贻误了病情，则可能会导致失眠等症。

10. 芋头大米治大便干燥 我一向火气都比较大，又很爱吃辣椒和油炸食品，一到秋冬季节，就很容易便秘。

有时候太用力，还会便血。

岳母知道后，不知从哪里要来一个偏方，很简单，只是用芋头和大米来煲粥，据说每天空腹喝一碗或两碗紫菜汤，对便秘有显著疗效，每餐喝紫菜汤对便秘效果也很明显。

人秋之后，我便囑妻给我做紫菜汤当早餐。

那紫菜汤要热喝，喝时加上少许醋则疗效更好。

喝紫菜汤，排宿便，对肠胃非常好，这是我用药后的体会。

芋头250克，大米50克，盐适量。

将芋头去皮切块，与大米加水煮粥，用油、盐调味服食。

本方适用于大便干燥硬结。

【湖南·唐三立】 [忠告] (1) 排便困难者，发生原因常有燥热内结、气虚传送无力、或阴虚血少等。

空腹喝紫菜汤，加速这些致癌物质排出体外，可有效预防癌症病变。

(2) 空腹服用紫菜汤，因为有个人的差异性，且便秘的程度不一，喝与不喝应视具体情况而定。

(3) 空腹喝紫菜汤，排除宿便，能有效地预防胃病，而且对胃溃疡、胃癌，以及其他诸如高血脂、高血压、中风等病症的治疗亦有助益。

(4) 紫菜味甘、咸，性凉，具有化痰软坚、清热利水、补肾养心的功效。

对甲状腺肿大、水肿、慢性支气管炎、咳嗽、脚气、高血压、便秘等有效，但脾胃虚寒者忌食。

11. 草决明、白菊花对老年便秘有效 我母亲现居乡下，便秘症已困扰她老人家多年，她说每次解大便都非常困难。

也曾试过一些合成药剂，却都只是一时缓解而已，又因购药不方便，药价贵之故，她服药总是断断续续，终是未能根治，最近她因便秘症加重，又出现大便带血，家人十分着急。

日前在友人处获一偏方，立即让母亲试之。

这个方子仅两味药而已，就是用草决明与白菊花一同泡服。

此方能清肝明目、清热降火、降血脂，母亲服用两个月来，不仅便秘明显好转，连视物模糊之症都有所缓解，令我倍感意外。

【杭州·周礼先】 [忠告] (1) 每次用草决明10克，白菊花5克，开水泡服，当常用茶连服一个月可见效，长期服用，还能使面部肤色变得红润，视物模糊之症缓解。

(2) 草决明是一种一年生草本，常生于荒坡、路边、村旁，也可以人工栽培；性平，味成，能清肝明目，消积食。

有泻热通便之效，故对治便秘产生良效。

(3) 草决明与白菊花不可煎服，只能泡服，否则会破坏其通便成分，减弱药效。

两药与木贼草（常量9克）合用、永煎服，可治结膜炎。

12. 煎服厚朴、藿香、苏子、大黄可解腹胀便秘 我是个生意人，需要参加许多应酬，这是没有办法的事儿。

虽然说，地上走的水里游的天上飞的，几乎山珍海味都吃过，但说实话，饮食并无规律。

有时不想吃还是得吃，有时饿得厉害却没时间吃。

所以饮食很不规律，后来就是把自己“吃伤了”，再然后就是便秘，非常痛苦。

<<老偏方>>

这时候一位朋友抄来偏方一张：厚朴15克、藿香12克、苏子12克、大黄5克。  
每日1剂，水煎服，1日3次。

【江苏·李瑞强】 .....

## <<老偏方>>

### 编辑推荐

《老偏方》是最实用、最简便、最特效、最经济的中医药方，亿万人实践成果。

中国第一本由262人共同口述的祖传秘方，堪称中国“第一方”。

到医院排队挂号、候诊和拿药，没有半天时间别想搞定。

医生看病却只只有五分钟！

如果只是小病，谁会想去医院呢？

小病用偏方自我治疗，省钱又健康。

<<老偏方>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>