

验方专版

治虫咬性皮炎方

1. 鲜马齿苋100克,洗净后捣烂敷于患处,并用手反复揉搓。一般痛疼及肿胀在10分钟即可消失。

2. 苦参10克,黄柏、冰片各3克,75%酒精100毫升。上药研末,加入酒精浸泡5日即可,用时取药液涂抹虫咬性皮炎处,每日3~5次,3天为1个疗程。

3. 蒲公英、紫花地丁、野菊花、防风、徐长卿各15克,金银花、蛇莓各10克。水煎服,每日1剂。用于虫咬性皮炎,皮损小出血点、丘疹、疱疹风团及肿胀。

4. 葛根、金银花各15克,麻黄5克,桂枝、芍药、

生黄芪、炙甘草各6克,生姜9克,防风10克,大枣3枚。水煎服,每日1剂。用于虫咬性皮炎出现头晕眼花、四肢乏力或颈项发硬、牙关紧闭等症状。

5. 雄黄10克,独头蒜95克(切片),白酒500毫升。浸泡7日,用时取药液涂擦患处,每日2次。有止痒作用。

6. 蒲公英20克,黄连、野菊花各10克,紫花地丁12克。水煎服,每日1剂。

7. 雄黄、细辛各等量。共研细末,加入适量炉甘石,用凉开水调成糊状,涂患处,每日2~3次,一般用药1天即可见效。

(马宝山)

1

中药内外兼治黄褐斑

1. 紫草洗方 紫草30克,白芷、赤芍、茜草、丝瓜络、红花、苏木、厚朴、木通各15克。水煎取液,待温,用小毛巾浸入药液,湿敷于患处30分钟,洗净面部即可,每日1次,10次为1个疗程。此方可凉血活血、美白祛斑,临幊上多用于治疗黄褐斑及面部继发性色素沉着。

2. 清热除斑汤 紫草3克,淡竹叶、莲子各10克,灯心草6克,红枣8枚,猪瘦肉250克,鲫鱼100克,生姜4片。先将中药置砂锅中加清水煮30分钟,再加入鱼、肉,煮沸后改中火煮40分钟,以盐、油调味即可服食。此方有清热和胃、祛斑养颜之功。

3. 复方杏仁面膜 当归120克,川芎、白僵蚕各80克,白芷120克,生苦杏仁30克。上药除生苦杏仁外,共研为细末备用,取生苦杏仁,加纯净水100毫升,浸泡6小时,去皮后捣烂成膏状,然后加生鸡蛋清一枚,调匀成杏仁膏,临用前加入上述细末10克调匀,即成复方杏仁面膜膏。用时,用软毛刷将面膜膏按顺序涂抹于面部(注意避开眉毛、眼睛及唇部,以免粘住),温湿毛巾外敷,保留30分钟后揭去面膜,温水洁面,每周2次,6周为1个疗程。此方有养血活血、祛黑润肤作用,能消除及减轻黄褐斑。

(王利平)

4

党参10克,生石膏30克,麻黄3克,生姜3片。加水适量,煎取药汁(煎两次混匀),代茶饮。功效:辛凉解表,疏散风热。用于夏天发热头痛、咽喉肿痛、咳嗽不爽、胸闷喘逆等症。

洋参茶 西洋参6克,麦冬10粒。沸水冲泡,代茶饮。功效:养阴生津,益气提神,润肺清心。用于素体虚弱、热伤气津所致神疲乏力、头晕心烦、咽干口渴、多汗等症。

菊花茶 白菊5克,金银花、甘草、茶叶各适量。沸水冲泡,代茶饮。功效:祛暑生津,清热明目,消炎解毒。用于风热感冒、头痛眩晕、高血压等症。此茶还可防治小儿痱子。

金银花茶 金银花15克,薄荷3克。沸水冲泡,代茶饮。功效:清热解暑,消渴解毒。用于老年人及儿童皮炎、痱子、疖子等症;也可作为暑热季节防暑清凉饮料。

太子参茶 太子参15克,石斛10克,五味子5克。沸水冲泡,代茶饮。功效:益气生津,养阴止汗。用于热病伤阴所致的口舌干燥、胃脘作痛、干呕纳少及老年气短乏力、头晕心悸等症。

菊花龙井茶 菊花10克,龙井茶5克。沸水冲泡,代茶饮。功效:疏风散热,清肝明目。用于早期高血压、慢性肝炎、风热头痛、慢性肝炎、风热头痛、

实用验方七则

治正偏头痛 川芎18克,蛇蜕18克,绿豆500克。先将川芎、蛇蜕共研极细末,绿豆煮熟晒干,研细末与药末同研细和匀,分成3份,每次取1份,晚饭后2小时服,每日1次。一般连用3日可愈。适用于偏头风、正头痛,或经久不愈的顽固性头痛。

治肺气肿 水白梨500克,薏苡仁50克,冰糖30克。上药加水300毫升,共煮熟,分多次服,每日1剂,连服1个月。

治消化性溃疡 桃仁30克,黑芝麻25克,延胡索15克。上药焙干研细末,加入200毫升煮好的豆浆中,搅

匀,放入鸡蛋清2枚,分3次饭前15分钟饮服,然后做仰、侧、卧位动作,使药液与胃黏膜充分接触,每日1剂,30日为1个疗程。一般服药2~3个疗程可获痊愈。

治胆囊炎及胆石症 五味子10克,蜂蜜150毫升,醋150毫升。将五味子炒黄研末,蜂蜜、醋分别煎沸,每次取五味子10克,以煎后的蜜、醋冲服,每日1~2次,10~20天为1个疗程。一般服药1~2个疗程可获痊愈。

治老年性肠梗阻 沉香6克,蜂蜜120克,猪油120克。沉香加水300毫升,煎至200毫升,猪油、蜂蜜加热至

2

治白癜风验方三则

1. 沙苑子、女贞子、全当归、何首乌、白蒺藜各15克,覆盆子、枸杞子、生地、熟地、川芎、赤芍、白芍各10克,黑芝麻10~12克。水煎分2次服,每日1剂。

2. 紫草、丹皮、刘寄奴、威灵仙各25克,重楼、丹参、浮萍各50克,川芎15克,琥珀、地龙、

土鳖虫各10克。水煎分2次服,每日1剂。

3. 莞丝子、桑椹、淫羊藿、何首乌、鬼羽箭、红花各12克,淡艾蓉15克,丹参、丹皮各10克,赤芍6克。水煎分2次服,每日1剂。本方对局部性病程短白癜风疗效较好,病程长者次之。

(单克锋)

治疗恶露不绝验方二则

1. 桃仁、当归、川芎、赤芍、生地各9克,红花3克,水蛭2.4克(研末吞服)。水煎取液,分2次服,每日1剂。

2. 当归15克,川

芎、桃仁、丹皮、丹参、血余炭、熟地、蒲黄(包煎)各10克,炮姜、炙甘草各6克,益母草12克。水煎取液,分2次服,每日1剂。

(单克锋)

5

结膜炎等症的辅助治疗。

竹叶茅根茶 淡竹叶10克,茅根30克(切粗末),绿茶叶5克。沸水冲泡,代茶饮。功效:清热泻火,利小便。用于热毒痛风、上火烦渴、肾结石及暑热症等。

灵芝枸杞茶 灵芝5克,枸杞、绿茶叶各3克。沸水冲泡,代茶饮。功能:扶正固本,补脾益肾,消食祛腻。用于年老体虚、慢性支气管炎、糖尿病、肝炎、冠心病、高脂血及肿瘤病人等。

乌梅普洱茶 乌梅6克,普洱茶3~6克。沸水冲泡,代茶饮。功效:健脾和胃,生津消食,化痰止咳,涩肠止泻。用于暑夏食欲不

振、脘腹胀满、咽干口渴及久泻、痢疾等症。

枇杷竹叶茶 枇杷叶、鲜竹叶、芦根各20克。洗净切粗末,加水适量,煎煮15分钟,取汁(煎两次混匀),加白糖及盐少许,代茶饮。功效:清热生津,止咳平喘。用于发热咳嗽、咳痰黏稠、口渴津少等症。也是夏季清暑之佳品。

香葱佩兰茶 香葱、佩兰各9克,茶叶6克。沸水冲泡,代茶饮。功效:清热解暑、祛湿化湿,解表和中。用于流感和轻度“疰夏”(苦夏)等症。也可作为夏季防暑清凉饮料。

藿香佩兰茶 广藿香、佩兰叶各9克,茶叶6克。沸水冲泡,代茶饮。

沸。先饮沉香水,后饮猪油与蜂蜜。一般服药10小时左右即可排便,腹痛、腹胀等症随之减轻或消失。

治口唇溃疡 枯矾5克,蜂蜜50克,冰片3克。将枯矾、冰片研细末,加蜂蜜调匀,外涂患处,每日2次。一般用药2天角质软化,7天则增生的角质脱落。为巩固疗效,继用1周可防止复发。

(郭旭光)

治小儿夏季热方三则

1. 生石膏9~12克(先煎),知母3~6克,西瓜翠衣10~24克,太子参6~10克,麦冬6~10克,甘草1~2克。水煎分2次服,每日1剂。

3. 薏香、佩兰、薄荷、石斛、荷叶、茅根、芦根、竹叶各9克。以上诸药以鲜品为佳,任选3~5味,水煎代茶频饮。

(马宝山)

3

保健药茶 伴君度夏

药茶,中医称为茶剂,是将天然中草药或与茶叶合用,冲泡代茶或煎汤饮用,以消暑解毒、保健养生或防治疾病。下面介绍一些适宜夏季饮用的保健药茶,有兴趣者不妨根据自身情况加以选用。

姜盐茶 生姜2~3片,食盐4克,绿茶6克。同放杯中用沸水冲泡,加盖焖15分钟后代茶饮,每日1剂,可多次冲泡(下同)。功效:清热润燥,和胃止吐。用于口渴多饮、胃部不适、心中烦闷、多尿等症。

芝麻茶 黑芝麻6克,绿茶叶3克。沸水冲泡,代茶饮。功效:滋阴肝肾,养血润肠。用于肾亏体虚、头晕眼花、须发早白及高血脂等症。

橘红茶 橘红、绿茶各5克。沸水冲泡后代茶饮。功能:清肺和

薄荷茶 薄荷6克,

6

饮。功效:消暑,化湿,辟暑。用于夏伤暑湿、头晕头痛、胸闷纳差、消化不良等症。

白术茯苓茶 白术20克,茯苓15克。加水适量,煎25分钟取汁(可复煎一次泡茶),倒入放进绿茶(5克)的保温杯中,焖泡5分钟后代茶饮。功效:健脾益气,燥湿利尿,消胀止泻。用于脾虚食少、食欲不振、腹胀泄泻、大便稀溏及五更泻等症。

蒲公英菊花茶 蒲公英、菊花、绿茶叶各适量。共研成粗末备用,每次取10克,沸水冲泡,代茶饮。功效:清热解毒,祛风解表。用于风热外感、咽喉疼痛、扁桃体炎、流行性感冒等症。

莲子梔子枣仁茶 莲子、梔子、枣仁茶各6克。沸水冲泡,代茶饮。功效:清心,除烦,安神。用于心火上炎所致心烦、口渴、睡眠不实、口腔溃疡等症。

(陈日益)

7

8

9