

验方专版

治慢性胃炎验方四则

1. 蒲公英30克,生夏、枳实、瓜蒌皮、白术各20克,麦冬30克,黄连12克。共研细末,装瓶备用,每次10克,温开水送服,每日3次,3个月为1个疗程。适治慢性萎缩性胃炎。服药期间禁烟酒、辛辣、硬食,避免劳累。

2. 白花蛇舌草50克,延胡索10克。上药加水750毫升,煎取药液300毫升,分3次饭前服,每日1剂,20天为1个疗程。适用于慢性浅表性胃炎。

3. 丹参40克,川芎、蒲黄、降香、法半夏、枳实、瓜蒌皮、白术各20克,麦冬30克,黄连12克。共研细末,装瓶备用,每次10克,温开水送服,每日3次,3个月为1个疗程。适治慢性萎缩性胃炎。服药期间禁烟酒、辛辣、硬食,避免劳累。

4. 川黄连、砂仁各6克,苏叶、生甘草各5克,蒲公英30克,木香、枳壳、莪术、白及各10克,白芍20克。水煎取液,每日1剂,前3天每8小时服1次,而后改为早晚各服1次,20天为1个疗程。适治慢性糜烂性胃炎。

(鲁莱光)

1

巧点穴位治急病

晕厥 由于劳累、饥饿、熬夜等原因所致的突然晕厥,表现为突然晕倒、不省人事、面色苍白、大汗淋漓、脉搏细弱等。遇到这种情况时,可用拇指持续捏压患者的合谷穴(虎口上)2~3分钟,也可按压患者的人中穴(鼻与上唇之间的沟凹处),一般即可苏醒。

胃痛 当突然出现胃部痉挛性疼痛时,可用双手拇指揉按患者的双腿足三里穴(位于外膝眼下4横指、胫骨外侧1横指处),待有酸麻胀感后持续揉按3~5分钟,可以改善胃肠功能,使胃痛明显减轻或消失。

哮喘 当哮喘突然发作时,可用大拇指指端在患者一侧手掌鱼际穴处(第1掌骨中点桡侧、赤白肉际处)用力向下按压,并向左右方向按揉,3~5分钟即可见效。

心绞痛 当突然发作胸前区疼痛,前胸部有压迫、憋闷、窒息感等心绞痛症状时,在无法找到硝酸甘油、硝苯地平类药物急救的情况下,旁人可用拇指掐患者中指指甲根部,让其有明显痛感为宜,持续按压3~5分钟,同时拨打急救电话。

腿抽筋 小腿抽筋一般都发生在夜间,是由于夜间神经肌肉的兴奋性增高所致。可立即用拇指和食指捏

2

住人中穴,持续用力捏紧20~30秒,疼痛可以缓解。

鼻出血 一般小儿和老人多发。若出现这种情况,可以迅速掐捏足后跟踝关节与跟骨之间的凹陷处。左鼻孔出血掐捏右足跟,右鼻孔出血掐捏左足跟,持续掐捏3~5分钟,出血便可停止。

提醒注意,以上方法只用于临时急救,急救的同时要联系医院做进一步检查,以免延误病情。

(李德志)

治疗痛风验方三则

1. 苍术、黄柏、牛膝、没药各10克。水煎取液,早晚分服,每日1剂。

2. 马钱子、生半夏、艾叶各20克,红花15克,王不留行40克,大黄、海桐皮各30克,葱须3根。上药煎取药液2000毫升,倒入脚盆中,以热气熏蒸患处,待药液变温后,浸洗患

部,每日2次,7天为1个疗程。适用于痛风关节痛。

3. 忍冬藤、鸡血藤各150克,当归、牛膝各20克,羌活、独活各100克。水煎取液,倒入脚盆,加39℃~50℃的热水量,洗浴患处15~30分钟,每日1剂。

(单克锋)

3

治强迫神经症验方

强迫性神经症属中医“癡证”范畴,春天高发。中医认为,多因思虑太过、心脾受损,或心阴不足、神失所主,或情志不舒、肝气郁结,疏泄无权,横逆犯脾,脾失健运,内生痰湿,痰气郁结,上蒙心神所致。治宜健脾豁痰,活血化痰,宁心安神。

香附15克,桃仁12克,川芎、三棱、莪术各10克。水煎分2次服,每日1剂,连服半年左右。

注:凡出现严重幻觉、幻想、幻觉、严重失眠者,酌情加服抗精神障碍类西药,如奥氮平、阿立哌唑、艾司唑仑等。

(李志良)

治遗尿验方

1. 夜交藤60克,酸枣仁15克,柏子仁、菖蒲、远志、竹茹各12克,当归、茯苓各30克,陈皮、法半夏各10克,甘草6克。水煎3次,合并药液,分早晚2次服,2日1剂,连服3个月以上。

2. 丹参、郁金、红花、生地、赤芍、当归、生龙骨、生牡蛎各30克,黄芪18克,党参20克,茯苓、桑螵蛸、枸杞子各12克,益智仁5克,覆盆子30克,菟丝子15克,山药20克,炙甘草6克,上药水煎取液,早晚分服,每日1剂,注意睡前少饮水为宜。此方有温肾阳、缩小便之功。用于治遗尿症。

(郭亚维)

4

肛肠病验方小汇

治痔疮:蜈蚣1条,乌鸡蛋1枚。将蜈蚣去头足,乌鸡蛋用针刺孔,纳入蜈蚣,用纸密封,放入饭内蒸熟,取出乌鸡蛋,剥壳,去掉蜈蚣,吃蛋,每日1次,3天为1个疗程,一般内痔、混合痔服1~3个疗程,严重者3~6个疗程。

治脱肛:五倍子、煅龙骨各等份。共研极细粉,先以1:5000高锰酸钾溶液洗患处,用棉球蘸药粉轻轻撒布在脱出的黏膜上,每日2~3次,连用3~5天可回缩。

治肛裂:马齿苋30克,鱼腥草30克,枳壳12克,蒲公英30克,丹皮15克。上药煎取药液3000毫升,倒入脚盆中,先熏后洗患处,每日1剂,一般连用3~5天即可痊愈。

治肛门湿疹:赤芍、黄芩、白鲜皮、丹皮、五倍子各20克,苦参、蛇床子、地肤子各30克。加水2500毫升,煮沸20分钟,倒入脚盆,先熏后坐浴20分钟,每日1~2次,10天为1个疗程。一般急性患者1个疗程,慢性患者1~2个疗程可治愈。

治顽固性肛门瘰疬:地肤子、蛇床子、五倍子、苦参各15克。水煎取液,倒入脚盆,先熏洗后坐浴约30分钟,每日1次,10天为1个疗程,必要时1周后行第2个疗程。

(萧旭)

5

治肩周炎验方

玉竹30克,桂枝30克,黄芪、续断各15克,当归、白芍、地龙、桑寄生、鸡血藤各12克,甘草10克,木通6克。疼痛酸楚较甚,得热痛减者,去木通;酸痛重者,去木通;加制附子6克(先煎),细辛2克;酸痛重者,去木通;加制川乌6克,葱苡仁30克,羌活10克;劳累后

尤甚者,黄芪加至20克,加白术20克;夜间尤甚者,加夜交藤30克,鸡血藤加至20克;痛连肩背者,加升麻、柴胡各10克;病势缠绵不愈者,加王不留行、胆南星各10克,全蝎5克(研末吞服)。水煎分2次服,每日1剂,15天为1个疗程。

(蒋振民)

治老年性阴道炎验方

1. 蛇床子、苦参、野菊花、紫花地丁、半枝莲、丝瓜叶各30克。用纱布包好,加水煎取液1000毫升倒入盆中,趁热熏洗外阴和阴道,每次30分钟,早晚各1次,10天为1个疗程。

2. 白鲜皮、鸡血藤、首乌藤、生地各30克,麻黄9克,红花6克,仙灵脾15克。水煎2次,合并药液,坐浴30分钟,每日2次。

3. 野菊花、金银花、淫羊藿、紫草、丝瓜叶各30克,当归、黄柏、蛇床子、赤芍、丹皮各15克,冰片3片。水煎2次,合并药液,熏洗外阴,每日2次。

(蒋振民)

6

慢性疾病的药蜜疗法

刀豆菊花蜜茶治慢性咽炎:刀豆8克,菊花8克,绿茶5克,蜂蜜30克。将刀豆加水煎煮片刻,取药液冲泡菊花和绿茶加盖焖3分钟,加入蜂蜜,代茶频饮。功能生津止渴,清热解毒,益肾补元。适用于慢性咽炎。

瓜蒌葛根苏子蜜膏治慢性支气管炎:瓜蒌10克,葛根10克,苏子10克,桔梗10克,豆粉500克,蜂蜜250克。将瓜蒌、葛根、桔梗切片,与苏子一同烘干后打成细粉,放入盘内,加入豆粉、蜂蜜,混合均匀,加入水调湿,然后拌散放在打了油的方饭盒内,上笼沸水大火蒸约30分钟,至熟即成,佐餐食用。功能清热生津,祛痰止咳,润肺益胃。适用于慢性支气管炎。

芝麻生姜蜜饮治支气管哮喘:炒黑芝麻250克,生姜125克,白糖125克,蜂蜜125克。将生姜捣汁去渣,与芝麻浸拌再炒一下,冷后与溶化混合均匀的白糖、蜂蜜拌匀,装瓶备用。每次服10克,早晚各1次。功能补肺降气,定喘。适用于支气管哮喘。

黑芝麻蜂蜜饮治高血压:蜂蜜100毫升,黑芝麻75克。先将黑芝麻蒸熟捣如泥,放蜂蜜搅拌,加温开水冲化,分2次服。功能补益肝肾,降血压。适用于高血压。

7

二至蜂蜜饮治高血压:女贞子、早莲草、蜂蜜各50克。上药水煎2次,每次30分钟,合并滤液,文火浓缩至200毫升,加入蜂蜜调匀即成,分2次饮用。功能补益肝肾,滋阴降血压。适用于肝肾阴虚型高血压患者。

首乌丹参蜂蜜饮治高血脂症:何首乌、丹参各15克,蜂蜜20毫升。上药水煎取液,调入蜂蜜即可,分2次服。功能滋阴润燥,补益五脏,通经活络。适用于高血脂症、动脉硬化、高血压病、冠心病、慢性肝炎等病的辅助食疗。

山楂蜂蜜饮治高血脂血症:鲜山楂汁100毫升,蜂蜜10毫升。鲜山楂榨取100毫升果汁,与蜂蜜混合均匀,再加入适量温开水拌匀饮用,每日2次。功能扩张血管,降脂降脂,活血化瘀,行气止痛。适用于高脂血症、消化不良、胃脘疼痛及女子痛经等。

山药内金蜂蜜饮治慢性胃炎:山药30克,鸡内金9克,蜂蜜15毫升。山药、鸡内金水煎取液,调入蜂蜜搅匀,分2次温服,每日1剂。功能健脾温胃。适用于脾胃虚寒型慢性胃炎。

丹参枸杞山楂蜜膏治慢性肝炎:丹参500克,枸杞子250克,山楂250克,白糖1000克,蜂蜜60克。上药水煎2次,每次30分钟,合并滤液,加入白糖、蜂

8

蜜,用小火浓缩成蜜膏,待冷装瓶,每次10克,饭后用温开水调服,每日3次,连服3个月为1个疗程。功能滋肾养肝,祛瘀生新。适用于慢性肝炎。

人参附子肉桂蜜敷方治慢性肠炎:人参3克,附子3克,肉桂3克,炮姜3克,蜂蜜适量。前4味共研细末,加入蜂蜜调和成泥状,制成圆形药饼,将药饼敷于脐孔上,消毒纱布覆盖,胶布固定,每天换药1次,10天为1个疗程。功能健脾益气,散寒止痛,温中止泻。适用于慢性肠炎。

熟地山药蜜饮治慢性肾炎:熟地60克,山药60克,蜂蜜500克。上药水煎2次,每次30分钟,合并滤液,加入白糖、蜂蜜,用小火煎煮约40分钟,滤取药液,加水复煎,合并药液,倒入盆中,加入蜂蜜,加盖用大火隔水蒸2小时,待冷装瓶,每次10克,饭后温开水送服,每日2次。功能滋肾补脾。适用于慢性肾炎患者。

香蕉蜜粥治便秘:香蕉(去皮切段)150克,粳米200克,蜂蜜适量。粳米淘净煮粥,加入香蕉煮沸,调入蜂蜜稍煮即可,早晚分服1次。功能润肺滑肠,通便。尤适宜于便秘患者。

香蜜茶治习惯性便秘:香油35毫升,蜂蜜65毫升。将香油加入蜂蜜中,加沸水冲调,早晚各服1次。功能润肠通便。适用于习惯性便秘。

(郭旭光)

9