

## 验方专版

### 偏头痛膏方调治

1. 川芎20克,白菊花15克,蜂蜜20克。将川芎、白菊花分别洗净,川芎切成片,与白菊花同放入砂锅,加水煎煮20分钟,滤取药液,趁温调入蜂蜜,拌匀即成,早晚分服,每日1剂。功能化痰通窍止痛。适用于痰浊中阻型偏头痛。

2. 绿茶5克,辛夷10克,甘草3克,蜂蜜20克。将蜂蜜放入锅中熬至红色,加入辛夷,炒至不粘手时断火。每次取蜜炙辛夷花5克,加入甘草,入锅加水适量,煮沸后加绿茶,继续加热5分钟即成,早晚分服,每日1剂。功能化痰通窍止痛。适用于痰浊中阻型偏头痛。

3. 丁香3克,陈皮3克,蜂蜜适量。将丁香、陈皮去杂质,加水适量,水煎取液,加入蜂蜜搅匀,用米汤调匀,代茶频饮,每日1剂。功能行气止痛。适用于肝郁气滞型偏头痛,对龇齿引起的偏头痛尤为适宜。(萧旭)

1

### 治小儿营养不良验方二则

1. 党参60克,茯苓100克,炒白术100克,芡实60克,炒扁豆30克,炒薏苡仁60克,炒鸡内金30克,炒牵牛子15克,焦大黄15克(或加蝉蜕15克,乳钙10克)。上药共研细末,可加糖少量调成米糊服用,每次1克(2岁)至3克(8~10岁),每日2~3次,10日为1个疗程。

2. 焦三仙(神曲、麦芽、山楂)各60克,炒莱菔子30克,焦槟榔30克,炒鸡内金30克,炒牵牛子15克,焦大黄15克(或加蝉蜕15克,乳钙10克)。上药共研细末,可加糖少量调成米糊服用,每次1克(2岁)至3克(8~10岁),每日2~3次,10日为1个疗程。(吴明)

### 治产后尿潴留验方二则

1. 生黄芪24克,麦冬12克,肉桂3克,当归15克,车前子15克,泽泻9克,竹叶5克,通草5克。水煎取液,分2~3次服,每日1剂。连用3剂,上方加白薇6克,瞿麦9克,续服3剂。可愈。

2. 桂枝16克,茯苓12克,桃仁10克,赤芍9克,丹皮10克,益母草15克。水煎分2~3次温服,每日1剂。连用2剂后前方加生黄芪30克,车前子12克,续服2剂。可愈。(吴明)

2

### 膏方调治动脉粥样硬化

1. 龙胆草2克,蜂蜜5克。将龙胆草放入杯中,用沸水冲泡2次,取浸出液,加入蜂蜜调匀即成。早晚分服,每日1剂。清肝泻火。适用于肝火上炎型动脉粥样硬化。

2. 鲜山楂1000克,桃仁100克,蜂蜜250克。将山楂洗净,打碎,与洗净的桃仁一同放入砂锅,加水浸泡1小时后用中火煎沸,改小火慢煎2次,合并药液加入蜂蜜,隔水蒸1小时,冷却,装瓶备用,每次30毫升,每日2次。功能活血化瘀,降脂降压,软化血管。适用于气血郁滞型动脉粥样硬化。

3. 鲜白萝卜汁500克,蜂蜜30克。将白萝卜汁放入锅内,用小火煮沸,待白萝卜汁转温后调入蜂蜜即成,早晚分服,每日1剂。功能化痰解酒,软化血管。适用于痰瘀交阻型动脉粥样硬化。

4. 沙枣40克,蜂蜜适量。将沙枣果皮搓洗干净,放入锅内,加适量水,煮沸30分钟,待凉后加入蜂蜜即成,早晚分服,每日1剂。功能健脾养胃,滋阴润燥,软化血管。适用于脾胃虚弱型动脉粥样硬化。

5. 生葵花籽30克,蜂蜜20克。先将葵花籽捣烂,加适量温开水,再调入蜂蜜,早晚服用,每日1剂。功能滋补润肠。适用于肝肾阴虚型动脉粥样硬化,对兼有大便秘结者尤为适宜。(郭旭光)

3

### 皮肤病验方小汇

1. 治皮肤瘙痒验方:地骨皮30克,知母9克,胡黄连9克,白鲜皮9克,白蒺藜9克,生地12克。水煎取液,分3次温服,每日1剂,连服3剂,可显效。

2. 治湿疹验方:地骨皮30克,生地15克,知母10克,石斛9克,胡黄连9克,白鲜皮9克,地肤子9克。水煎取液,早晚分服,每日1剂。

3. 治慢性湿疹验方:金银花30克,防风15克,蝉蜕15克。上述药加水500毫升,煎15分钟弃渣取液,趁热温洗患处,每次20分钟,早晚各1次,每日1剂,直至痊愈。

4. 治银屑病验方:地骨皮30克,生地15克,麦冬10克,玄参12克,白蒺藜9克,蝉蜕6克。水煎取液,分3次温服,每日1剂。

5. 治外阴瘙痒验方:透骨草10克,蒲公英5克,马齿苋5克,紫花地丁5克,防风5克,羌活5克,独活5克,艾叶6克,甘草5克。水煎取液,熏洗患处,每日1次,连用5~7日可显效。

6. 治手癣验方:荆芥18克,防风18克,红花18克,地骨皮18克,明矾18克,皂角刺30克,食醋1500毫升。将全部药材浸泡于醋中,

4

夏天浸泡3天,冬天浸泡5天,使用时取醋液,浸泡手部30分钟,醋液可重复使用,每日1次,7天为1个疗程,一般2~4个疗程可愈。

7. 治指掌角皮症验方:全蝎5克,皂角刺15克,猪牙皂角7.5克,刺蒺藜15克,炒槐花15克,威灵仙15克,苦参10克,白鲜皮20克,黄柏15克,枳壳10克,大黄10克,乌梢蛇15克。水煎取液,分早晚2次温服,每日1剂,一般服药10~15剂即可痊愈。(蒋振民)

### 利湿止带汤治疗湿热带

方药:白花蛇舌草30克,芡实15克,薏米20克,山药30克,车前子10克,地骨皮10克,黄柏10克,蒲公英10克。水煎取液,分3次服,每日1剂。

随症加减:低热者,加半枝莲20克;小腹胀疼者,加香附10克;阴中痒疼者,加苦参12克,蛇床子10克;大便秘结者,加大黄10克;尿疼者,加木通9克,竹叶5克;膀胱胀疼者,加川楝子10克,麦芽10克。

主治:带下量多稠黏色白或黄赤脓性有腥臭气,兼见咽干口苦,大便秘结,小便赤涩,苔薄黄腻,脉弦滑数。(张勤)

5

1. 金银花10克,荷叶5克,板蓝根5克,桔梗5克。水煎取液,用药液漱口。

2. 金银花10克,板蓝根10克,菊花5克,竹叶5克。水煎取液,少量频服,每日1剂。适用于平和体质手足口病儿童服用。

3. 黄芪10克,防风5克,炒白术5克,板蓝根5克。水煎取液,少量频服,每日1剂。适用于体虚易感儿童服用。(马宝山)

绿豆菊花茶:绿豆适量,加水煮至熟烂,加入菊花3~5朵,续煮片刻,自然冷却后饮用。

山楂酸梅茶:山楂100克,酸梅50克。加水煮沸后,自然冷却后饮用。

荷叶白术茶:鲜荷叶半张(切碎),白术10克,藿香6克,甘草6克。加水共煮20分钟,自然冷却后饮用。

枇杷叶茶:鲜枇杷叶适量,用毛刷刷去绒毛,洗净切碎,煮茶,自然冷却后饮用。(马宝山)

### 治手足厥冷验方

当归12克,桂枝、白芍各9克,细辛3克,炙甘草、木通(或鸡血藤12克)各6克,红枣5枚。水煎温服,每日1剂。此方养血通脉,温经散寒之功,适用于治手足厥冷,症见有青紫、舌质淡、脉细,属血虚有寒、血行不畅者。(郭亚维)

6

### 选用中成药治疗痛风

1. 痛风定片 方由秦艽、黄柏、延胡索、赤芍、川牛膝、泽泻、车前子、土茯苓组成。功能清热祛风除湿,活血通络定痛。用于湿热所致的关节红肿热痛,伴有发热,汗出不解,口渴喜饮,心烦不安,小便黄;痛风病见上述证候者。口服,一次4片,一日3次。

2. 痛风舒片 方由大黄、车前子、泽泻、川牛膝、防己组成。功能清热利湿,解毒。用于湿热瘀阻所致的痛风病。口服,一次2~4片,饭后服用,一日3次。

3. 益肾蠲痹丸 方由骨碎补、熟地黄、当归、徐长卿、土鳖虫、僵蚕(麸炒)、蜈蚣、全蝎、蜂房(清炒)、广地龙(酒制)、乌梢蛇(酒制)、延胡索、鹿衔草、淫羊藿、寻骨风、老鹤草、鸡血藤、葎草、生地黄、虎杖组成。功能温补肾阳,益肾壮督,搜风剔邪,蠲痹通络。用于症见发热、关节疼痛、肿大、红肿热痛、屈伸不利、肌肉疼痛、瘦削或僵硬畸形的顽痹(类风湿性关节炎)。口服,一次8~12克,一日3次。

4. 四妙丸 方由苍术、牛膝、盐黄柏、薏苡仁组成。功能清热利湿。用于湿热下注所致的痹病,症见足膝红肿、筋骨疼痛。口服,一次6克,一日2次。

5. 当归拈痛丸 方由当归、粉葛、党参、苍术(炒)、升麻、苦参、泽泻等组成。功能清热利湿,祛风止痛。用于湿热闭阻所致的痹病,症见关

7

节红肿热痛或足胫红肿热痛;亦可用于疮疡。口服,一次9克,一日2次。

6. 复方伸筋胶囊 方由伸筋草、虎杖、三角枫、香樟根、飞龙掌血、大血藤、茯苓、泽泻、牡丹皮、山茱萸、山药、透骨香组成。功能清热除湿,活血通络。用于湿热瘀阻所致关节疼痛,屈伸不利。口服,一次4粒,一日3次。

7. 舒筋活血丸 方由土鳖虫、红花、桃仁、牛膝、骨碎补、续断、熟地黄、白芷、栀子、赤芍、桂枝、三七、乳香(制)、苏木、自然铜(醋煅)、大黄、儿茶、制马钱子、当归、冰片组成。功能舒筋活络,活血止痛。用于跌打损伤,闪腰岔气,筋断骨折,瘀血作痛。一次1丸,黄酒或温开水送服,一日2次,或遵医嘱。

8. 寒湿痹颗粒 方由附子(制)、制川乌、黄芪、桂枝、麻黄、白术(炒)、当归、白芍、威灵仙、木瓜、细辛、甘草(制)组成。功能祛寒除湿,温通经络。用于肢体关节疼痛,疲困或肿胀,局部畏寒,风湿性关节炎。一次3克(无糖型)或5克(减糖型),开水冲服,一日3次。

9. 尪痹颗粒 方由地黄、熟地黄、续断、附片(黑顺片)、独活、骨碎补、桂枝、淫羊藿、防风、威灵仙、皂角刺、羊骨、白芍、狗脊(制)、知母、伸筋草、红花组成。功能补肝肾,强筋骨,祛风湿,通经络。用于肝肾不足、风湿阻络所致的尪痹,症见肌肉、关节疼痛、局部肿大、僵硬畸形、屈伸不利、腰膝酸软、畏寒乏力;类风湿性关节炎见上述证候者。一次6克,开水冲服,一日3次。

10. 疏风定痛丸 方由马钱子粉、麻黄、乳香(醋制)、没药(醋制)、千年健、自然铜(煅)、地枫皮、桂枝、牛膝、木瓜、甘草、杜仲(盐炙)、防风、羌活、独活组成。功能祛风散寒,活血止痛。用于风寒闭阻、瘀血阻络所致的痹病,症见关节疼痛、冷痛刺痛或疼痛致甚、屈伸不利、局部恶寒、四肢麻木、腰腿疼痛及跌打损伤所致的局部疼痛。口服,水蜜丸一次4克,小蜜丸一次6克,大蜜丸一次1丸,一日2次。

11. 健步壮骨丸 方由木瓜、枸杞子、牛膝、豹骨、补骨脂(盐制)、人参等26味药组成。功能补益肝肾,祛风散寒,除湿通络。用于肝肾不足、寒湿阻络之久痹,症见腰膝酸痛,肢软乏力、关节疼痛、阴冷加重。口服,一次1丸,一日2次。

12. 瘀血痹颗粒 方

8

由威灵仙、川牛膝、乳香(制)、没药(制)、红花、丹参、川芎、当归、姜黄、炙黄芪、香附(制)组成。功能活血化瘀,通络定痛。用于瘀血阻络所致的痹证,症见肌肉关节剧痛、痛处拒按、固定不移、可有硬节或瘀斑。一次1袋,开水冲服,一日3次。

13. 痹祺胶囊 方由马钱子粉、地龙、党参、茯苓、白术、甘草、川芎、丹参、三七、牛膝组成。功能益气养血,祛风除湿,活血止痛。用于证见气血不足,风湿瘀阻,肌肉关节酸痛,关节肿大、僵硬变形或肌肉萎缩,气短乏力;风湿、类风湿性关节炎、腰肌劳损、软组织损伤属上述证候者。口服,一次4粒,一日2~3次。

中成药须在医师指导下使用。(吴春水)

9