食酒茶

黄承才 编著

巧治百病

当代中国出版社

前　　言

食疗，是祖国医学主库中的瑰宝之一。祖国医学认为，医食同源。食物也是药物，用之得当，可以治病。我们祖先在食疗方面积累了丰富的经验，早在战国时期成书的《黄帝内经》就很重视饮食对人体健康的作用。它指出：“五谷为养，五果为助，五畜为益，五蔬为充。”唐代名医孙思邈在《千金方》中说：“凡欲治病，先以食疗，既食疗不愈，后乃药尔。”清代医学家王孟英指出：食疗“药极简易，性最和平，味不恶劣，易办易服”。

酒疗、茶疗同食疗一样源远流长。在中国，古人早就认识到酒和茶叶在医学上的重要作用，视茶为“万病之药”（《本草遗》），称酒为“万药之长”（《前汉书·食货志》）。中国人民经过千百年的实践证明，酒、茶是防治疾病、延年益寿的良方。酒、茶是最普遍的饮料，如能使广大读者熟谙酒疗、茶疗的保健方法，兴酒、茶之利，去酒、茶之弊，让它更好地为人们的健康服务，其作用和意义是不言而喻的。

本书根据我国历史特点，深入挖掘和发扬古代食、酒、茶疗精华，应用现代营养学理论，进一步完善食疗、酒疗、茶疗的综合性措施，使三者溶为一体。食、酒、茶的优点是取材方便，无副作用或很少副作用，易为人们所接受。有的食借药威，药借酒性，茶助药威，相辅相成，相得益彰。食、酒、茶往往为某些药物的载体，可使药物在体内发挥更大的作用。

当然，食疗、酒疗、茶疗只是防治疾病中的方法之一，有一定的局限性，更不可能包罗万象，有的只能当作辅助治疗，因此，对一些重症者，除了食、酒、茶疗之外，还应根据具体情况积极进行药物或其它治疗，以期达到相辅相成的防治效果。

本书将全面总结和系统介绍我国古今运用食、酒、茶三法治疗各种疾病以及用于强壮身体、健身防病的经验和方法，全书涉及临床各科近百种疾病，收录食、酒、茶方近 2000 种，上至流传数千年的古方、名方，下至可供家用配制的单方、验方，均以病为纲，对治疗各种疾病的食、酒、茶方分别进行整理。因此，本书不仅适合临床各科医生运用、参考，同时也将是广大患者及健康人群掌握三疗，进行自我治疗和保健的极好参考书。

本书按内、儿、外、皮肤、妇、五官科等六科分别编写，力求分类清晰，查阅方便。所用剂量除注明者外，处方应用剂量一般是指成人用量。

本书在编撰中，我国著名预防医学专家王林教授给予了热情指导和关怀，并为之作序。当代中国出版社的领导和编辑同志付出了辛勤的劳动，在此一并致以最真诚的感谢！

由于笔者水平所限，书中难免有不当之处，恳请广大读者批评指正。

作　者

1995 年 5 月于济宁医学院附属医院

序

济宁医学院附属医院中医科黄承才副教授编著了《食酒茶巧治百病》一书，要我为该书写个序言。应该说，这对我是一个过重的嘱托，难以胜任的任务。

为了学习，也是为了写序，我在很短的时间里浏览了全书，感到这确实是一本内容新颖、选题独到、取材有据、立论严谨的好书，其实用性、科学性、可读性、普及性都很强；同时感到为该书写序也是一件很荣幸的事情。

利用食疗、酒疗、茶疗三法治疗疾病、保健强身，是祖国医学的宝贵遗产，也是现代医学研究的重要领域。祖国医学认为，“医食同源”，视茶为“万病之药”，称酒为“百药之长”。食、酒、茶的医疗保健作用，亦为现代医学研究所证实、发展。恰当地利用食、酒、茶方治疗某些疾病，健身防病，增强体质，延年益寿；兴食、酒、茶之利，去食、酒、茶之弊；无疑是当代临床医学、预防医学、康复医学以及行为医学需要深入探讨的一个重要方面。在医学模式由“生物医学模式”向“生物—心理—社会医学模式”转变的今天，在“2000 年人人享有健康保健”的任务面前，在加强疾病三级预防和强化自我保健意识的潮流中，这一点就更具特殊意义。

作者正是适应这种需要，深入挖掘和系统总结了食、酒、茶疗古方、名方、单方、验方近 2000 种，治疗各系统疾病近百种；并试图应用现代医学、营养学理论，进一步完善食疗、酒疗、茶疗的综合性措施，使三者有机结合，并与有关药物相辅相成，相得益彰；充分发挥其取材方便、应用简便、易于接受、无毒副作用、效果确实等优点。这本书，对于医生、患者以及健康人群，都值得一读。

该书的出版，确实可喜、可贺！

济宁医学院预防医学系教授　　王　林
《中国行为医学科学》杂志　　总编辑
1995 年 8 月

食酒茶巧治百病

绪　　论

一、中国食疗发展简史

饮食疗法（简称“食疗”），是祖国医学宝库中的瑰主之一。祖国医学认为“医食同源，药食同用”。中医在防治疾病的长期实践中，对用饮食防病治病积累了丰富的经验。《素问》记载：“凡诊病者必问饮食居处”，“形不足者温之以气，精不足者补之以味”。历代的医药学著作中，都有很多有关食疗的论述，并有不少食疗专著，曾广泛应用于临床。因此，具有几千年历史的中医食疗是祖国医学的重要组成部分，对这项宝贵遗产，我们应努力发掘，整理提高。

上古时代的人由吃生食进化到吃熟食是食疗由萌芽到形成雏形的一个重要因素。据《韩非子·五蠹》己载：“民食果蓏蜯蛤，腥臊恶臭，而伤害腹胃，民多疾病。有圣人作；钻燧取火，以化腥臊，而民悦之，使王天下，号之曰燧人氏。”谯周《古史考》中谓：“太古之初，人吮露精，食草木实，穴居野处。山居则食鸟鲁，衣其羽皮，饮血茹毛；近水则食鱼鳖螺蛤，未有火化，腥臊多害胃肠。于是圣人造作，钻燧出火，教民熟食，民人大悦，号曰燧人。”

以上记载，叙述了上古时代人类从吃生食进步到吃熟食这一历史过程。在农业及畜牧业发展的基础上，人类开始利用火烧熟食物，从而有了烹调技术的发展，这与后来食疗的发展具有密切关系。恩格斯高度评价了摩擦生火的伟大意义，认为它对人类的解放意义远远超过蒸汽机的发明。农业的发展，火的应用，人们开始能吃熟食，这就大大保证了古代人民的身体健康和强壮。部落间的战争和联盟扩大了人们的交往，可资人们利用的食物品种日益增多，烹调技术便受到重视。汤液始于伊尹的传说就是在这样的历史条件下产生的。《资治通鉴》云：”伊尹佐汤伐桀，放太甲干桐宫，悯生民之疾苦。作汤液本草，明寒热温凉之性、苦辛甘咸淡之味，轻清重浊，阴阳升降。走十二经络表里之宜，今医言药性，皆祖伊尹。”

《甲乙经》序上说：“伊尹亚圣之才，撰用神农本草以为汤液。”有了较为丰富的食物和火，就可能加以烹调。配制为各种汤液。在《吕氏看秋·本味篇》中。引伊尹和商汤的谈话，讲了许多烹调问题，其中就有“阳补之姜，招摇之桂”的话。姜桂既是希馔中的调味品。也是发汗解表的常用药物，所以有人认为“桂枝汤”是从烹调里分离出来的最古处方之一。因“桂枝汤”中的五味药如桂枝、白芍、甘草、生姜、大枣都是厨房里的调味品。

据《周礼·天官》记载，当时有四种医官。即食医、疾医、疡医、兽医，“食医掌和王之六食、六饮、六膳、百馐、百酱、八珍之齐”。说明在两千多年前，我国不但有了医学分科，并且有了专门掌握饮食营养的“食医”。

唐代孙思邈于公元 625 年著《千金方》，其中有食治专篇，收载食物约 150 多种，对动物肝脏能治夜盲。海藻、昆布治瘿瘰，赤小豆、薏苡仁治脚气病等有了明确说明。他主张：“夫为医者，当须先洞晓病源，知其所犯，以食治之，食疗不愈，然后命药。”他已将“食疗”作为整个医学的一个组成部分，为“食疗学”的发展奠定了基础。公元 853 年，咎殷编著《食医心鉴》，载内、妇、儿科各种食治方共计 200 多种，如用高粱姜粥治心腹冷痛，鲤鱼、冬瓜子、赤小豆煮熟服用治水肿等，是早期一部比较重要的系统性食

疗专著。杨晔撰《膳夫经手录》，成于唐大中十年（公元 856 年），载有植物 18 种、鱼 2 种、兽 2 种、禽 5 种，除记其性味食法外，还指出刺结绞汁饮治鼻衄。灌蒌蒿计治疗鹘鹅鱼中毒，以干鱼汁、梨汁饮服治食菌中毒等。南唐陈士良著《食性本草》，此书载食医诸方及五时调养藏府之术。王焘的《外台秘要》载有多种食治疾病的方法。

公元 992 年，宋王怀隐等人编写《太平圣惠方》，其中有食治内容。主要是将各种营养物品调制成粥，如水肿病人吃黑鱼粥或黑豆粥，咳嗽病人吃杏仁粥等。公元 1085 年，陈直著《养老奉亲书》与《寿亲养老新书》，都是为老年人益寿保健的专著。认为保证老年人的健康，应从饮食调治着手。他说：“ 食者，生民之天，活人之本也。故饮食进则谷气充，谷气充则气血盛，气血盛则筋力强 ”；又说：“ 老人之食，大抵且其温热熟软，忌其粘硬生冷、每日晨朝宜以醇酒，先进平补下之药一服。 ” 书中记载了如肝羹、乳粥等多种富有营养适于老年人食用的食品。《圣济总录》专设食治一门，共有 30 条，详述各病的食治方法，陈达叟著《本心斋蔬菜谱》载蔬食 20 种，别具一格。林洪著《山家请供》载各种食品 102 种，有荤有素，有茶点饮料、糕饼羹菜、粥饭果品等、琳琅满目、美不胜收，不但治病且可赏心悦，目，促进食欲。本书所载都以食物为主。用以治病和养身，是真正的食疗学著作。其它，如《梦梁录 · 茶肆》中载有 “ ……插四时花，挂名人画，装点店面，四时卖奇茶异汤。……暑天添卖雪泡梅花酒，或缩脾饮暑药之属 ”。其 “ 缩脾饮 ” 的药物成分为：砂仁、草果、乌梅、甘草、扁豆、葛根六味，都是具有抑杀胃肠道病原菌，健脾胃、助消化作用的药物。是一张防治两用的好处方，并且既芳香，又酸甜，暑天饮服确是非常合适的。

元延祐年间的饮膳太医忽思慧于 1331 年著有《饮膳正要》，共三卷，将 “ 累朝亲侍进用奇珍异馔，汤膏煎造及诸家本草，各方医术，并日所必用谷、肉、菜、果，取其性味补益者。集成一书 ”，内容包括饮食宜忌、饮食卫生、饮食疗法、菜谱、食物性味等，是一部内容丰富、完善的饮食营养学专著。1367 年，贾铭著《饮食须知》一书。共八卷、其特色正如作者卷首所述：“ 历观诸家本草疏注，各物皆损益相半，令人莫可适从，药专选其反忌，汇成一编，俾尊生者，日用饮食中、便于检点耳。 ” 此外，吴瑞著有《日用本草》，也是我国营养学的名著。

明代，伟大的医药学家李时珍著《本草纲目》，其中有关食品的内容就分谷、菜、果、虫、鳞、介、禽兽七大类，计 700 多种。该书对每种食物的性能、功用均有详细说明。朱棣撰写的《救荒本草》，所载（1525 种）大多为前人未经记录的可食植物，直接增广了人类利用植物的范围。明代汪颖著有《食物本草》，宁源著《食鉴本草》，钟惺辑《饮馔服食谱》，周履清辑《茹草编》等，都对食疗做出了重要和有益的贡献。

清代，对饮食宜忌很重视，有关食疗著作甚多。 1813 年，章杏云著《调疾饮食辨》，共六卷，在序中指出：“ 饮食为人生大欲，拂之则颠，纵之则流，诚不可不辨也。 ” 第一卷述臆 “ 杏云老人阅历病情五十余载，见误于药饵者十五，误于饮食者十五 ”，说明饮食与药物对疾病之关系同等重要，不容忽视。书中记有 “ 欲食辨诸方 ” 56 个，对用食物治疗疾病记述甚详。其它有张英著《饮食十二合论》，陈修园著《食物秘书》，费伯雄著《费氏食养三种》，尤乖著《食治秘方》，朱本中著《饮食需知》，汝纪著《每日食物却病考》。清代温病学说创立，对热性病的食治积有不少经验。如叶天士的

《温热论》中养胃阴以善后的“五汁饮”，应用甘蔗、鸭梨、鲜芦根、生荸荠、生藕的汁来治疗阴虚津涸，就是典型的食治方子。许克昌在他的《外科证治全书》中用生动的病例，介绍了外科食疗的验例。如“误吞铜钱，多食荸荠，即可化坚为软，从大便出”；“误食银，用韭菜一把，入滚水略煮，不切断，淡食之，少顷，菜抱银呕出，或从大便出”。另外，黄鹄著的《粥谱·附广粥谱》共载药粥方200多个，成为现存的第一本药粥专著。

中华人民共和国成立后，特别是中国共产党十一届三中全会以后，党的中医政策得到了进一步贯彻，加之现代科学的进步，食疗事业蓬勃发展。有关食疗的著作如雨后春笋，相继出版，不断丰富和发展了中医食疗的内容和水平，其中有些与现代营养学相结合，为实现中西医结合的饮食治疗做出了有益的贡献。

二、中国酒疗、茶疗发展简史

酒疗在我国已有相当悠久的历史。酒与医药的结合，是我国医药发展史上的重要创举，古时“醫”字从酉（酒），即说明酒与医药的密切关系。马王堆汉墓出土的《五十二病方》记载内外用配方约30余种，用以治疗疽、蛇伤、疥瘙等病。马王堆汉墓出土的帛书《养生方》、《杂疗方》中，也有酒剂配方、药酒用药、酿制工艺等记述。

秦汉之际，《黄帝内经》有“汤液醪醴篇”，论述了醪醴与防病、治病的关系；在其它篇中尚有治尸厥的“左角发酒”，治经络不通、病生不仁的“醪药”，治臌胀的“鸡矢醴”，主治色大深的“醪酒”等，均属较早的药酒记载。《史记·扁鹊仓公列传》记载，淳于意用药酒治愈济兆王病“风厥胸满”和菑川王美人患“难产症”的验案。汉代张仲景的《伤寒论》和《金匮要略》除有红兰花酒、麻黄醇酒汤、栝蒌薤白白酒汤外，尚有很多方药均是以酒煎煮，或以酒和水混煎，借酒以加强药效。故汉代班固在《前汉书·食货志》称酒为“百药之长”。

北魏贾思勰的《齐民要求》虽为农业专著，但对药酒的酿造方法。特别是浸药专用酒的制作，从曲的选择到酿造步骤均说明较详。其卷七还总结性地记述了当时的制曲酿酒技术、经验及原理。晋葛洪的《时后备急方》则记有桃仁酒、猪胰酒、金牙酒、海藻酒等治病药酒。梁陶弘景的《本草经集注》认为，“酒可行药势”；对药酒的浸制方法论述颇详，提出“凡渍药酒，皆经细切，生绢袋盛之，乃入酒密封，随寒暑数日，视其浓烈，便可漉出，不必侍至酒尽也，滓可暴燥微捣，更渍饮之，亦可散服”；并指出有71种药物（包括矿石类药物9种，植物类药物35种，动物类药物27种）不宜浸酒。这一时期，药酒的制法得到了不断完善。

唐代孙思邈的《千金要方》卷七“酒醴”、卷十二“风虚杂补酒煎”；《千金翼方》的卷十六“诸酒”；以及王焘《外台秘要》的卷三十一“古今诸家酒方”等，都对药酒及方剂作了专门论述。这一时刚除唐以前的药酒配方及制备方法得以保存和发扬外，还有许多新的药酒出现，如《千金要方》的五加酒、木膏酒、松叶酒等等。《千金翼方》还对药酒的制法提了要求。指出：”凡服药酒，饮得使酒气相接，无得断绝。绝则不达药力，多少皆以知为度，不可全醉及吐，则大损人也”。《外台秘要》“古今诸家药方”一节共载11方，其中9方为用加药酿制法，同时时酿造的工艺也记述颇详。宋

代，药酒的种类和药酒的应用范围均有了明显的扩大，仅《太平圣惠方》就设有药酒专节多达 6 篇，连同《圣济总录》、《太平惠民和剂百方》、《三因方》、《本事方》、《济生方》等书，记载药酒种类约数百种，运用药酒治疗的病种涉及内、外、妇、五官等多种疾病。对于药酒的主要功用也有了进一步的明确认识，如《圣济总录》卷四认为：“ 药酒长于宣通气血，扶助阳气，既可用于祛疾，又可以其防病 ”。“ 素有血虚气滞，陈寒痼冷，偏枯不随拘挛痹厥之类。悉宜常服 ”。在药酒的制法上，多种药均采用了隔水加热的“ 煮酒 ”法，将药热侵酒提高了药物有效成分的浸出率，提高了药酒的疗效。这一时期药酒发展的另一特点为。补益强身的保健药酒增多。除上述记载外，宋陈直著的《养老奉亲书》和元代忽思慧的《饮膳正要》、《御药院方》也多记载了一些适合老年人服用的保健药酒。

明清两代，药酒有了进一步发展，许多医家在整理继承前人经验的同时，又创制了许多新的药酒配方，不少书均设有药酒专目。明代朱棣等人的《普济方》，方贤的《奇效良方》，陈梦雷的《医部全录》，王肯堂的《证冶准绳》，以及李时珍的《本草纲目》等巨著，均收集了大量前人及当代人的许多药酒配方。仅《本草纲目》卷二十五酒条下“ 附诸药酒方 ”，即辑药酒 69 种，连同附于各药目下的药酒配方，有人统计约 200 种，《普济方》通卷也收载各种药酒约 300 余种。清代汪昂的《医方集解》，王孟英的《随息居饮食谱》，吴谦等人的《医宗金鉴》，孙伟的《良朋汇集经验神方》和项友清的《同寿录》等等，都收载了明清时期新创制的不少药酒配方。这一时期，除以酒送服药物在医疗上大量应用外，保健药酒，特别是宫廷补益药酒较为盛行。例如，清朝隆皇帝常饮用之益寿的药酒方“ 松龄太平春酒 ”（由熟地、当归、枸杞、红花、红曲、福元肉、荔枝蜜、整松仁、茯苓、陈皮等药组成。上药入布袋内，以玉泉等酒 20 斤煎一柱香，每服一小盅，日二次），即取其松柏长青，其龄久长，松鹤延年之意。此酒健脾益气、养血活血，对老年人诸虚百损、关节酸软、纳食少味、夜寐不实诸症均有治疗作用。

近代，中药药酒的作用日益受到人们和更多医家的关注。特别是新中国成立以来，传统中药药酒制备工艺技术得到继承和发扬，严格了卫生与质量标准，中药药酒的质量大幅度提高。同时，医药界对多种传统中药名酒的功效、配方和组成药物，开展了大量的临床和实验研究，为其应用和提高疗效提供了宝贵依据。

随着人们生活水平的不断提高，中药药酒的应用将更为广泛。酒系谷类和曲酿制而成的流质物，其气慓悍、质清、味苦甘辛。其性热，具有温通散寒、开结化淤、消食暖胃、疏通经络、舒关节、利筋骨、温补强壮身体等功效；而中药一般多系天然之品，副作用少。酒药结合形成的药酒。介于食酒之间，有病可以医病，无病可以防病健身。我国古人即用药酒来预防瘟疫流行，如《千金要方》说：“ 一人饮，一家无疫，一家饮，一里无疫。 ”因此，使用面较广。同时，中药经用酒炮制加工后还可以减少其毒性而使之增效。

茶疗在我国亦有悠久的历史。“ 茶为万病之药 ”之说，源于唐朝陈藏器《本草遗》：“ 止渴除疫，贵哉茶也……诸药为各病之药，茶为万病之药。 ”梁代陶弘景也说：“ 久喝茶可以轻身换骨。 ”据《隋书》记载，隋文帝得了病，百药无效，后来竟喝茶喝好了。此说虽不免有些夸张，但古代重视茶的医疗价值是无疑的。

相传早在 4000 年前，我们的祖先就采摘野茶煎汁治病，后发现饮茶可增

进人体健康，便“煮作羹饮”，使茶逐渐由药料变为饮料。

据史书记载，饮茶在中国已有 2000 余年的历史，始自春秋时代。《晏子春秋》记载：“婴相齐景公时，食脱粟之饮，炙三大五卵，茗茶而已。”三国时，对饮茶的好处又有进一步的认识。那时的名医华佗就说过“苦茶久食益思意”的话。中国唐代陆羽所著的《茶经》中，提出了许多饮茶应注意的问题，其原则是“清淡为好，适量为佳，饭后少饮，睡前不饮，即泡即饮”等等。唐代诗人顾况在《茶赋》中，对饮茶的好处做了这样的描写：“滋饭蔬之精素，攻肉食之膻腻，发当暑之清吟，涤通霄之昏寐。”即是说，饮茶可以助消化、解油腻、祛暑热、提精神。明代顾元庆在所著《茶谱》中，对茶叶的功用作了全面叙述：“能止渴、消食除痰，少睡利尿道，明目益思，除烦去腻。”西藏人把酥油、糌粑、茶叶列为三大主食，他们长期体会，饮茶不仅能消食化气，还能有效地抵抗高原太阳紫外线对皮肤细胞的伤害。所以当地人有“三日可无奶，一日不可无茶”之说。

很早以前，中国的茶叶就通过海陆运输，传播到世界各地。据历史文献记载，首先是从西北地区传至当时的西域。主要是沿着丝绸之路，由陕西通过河西走廊，再经新疆传入中亚、西亚的阿富汗、波斯等国，后又传入罗马。约在公元五世纪时，中国与土耳其商人在蒙古边疆地区开始了茶叶贸易。据日本文献记载，约在我国隋唐时代，日本有一位高僧行基，在他建造的寺院中，都栽有茶树，说明那时茶文化已传入日本。约在公元六七世纪，饮茶的习俗传入了朝鲜民间。不久，朝鲜派往中国的使者金大廉，还从中国带去了茶籽，在本国栽植。在欧洲的文献中，最早记载饮茶的是《马可·波罗游记》和由马可·波罗所著的《中国茶》。大约在 17 世纪，我国的茶叶开始远销欧美，那时英国伦敦出现了茶室。茶叶一经传到外国，立即受到国外人士的珍视和欣赏，广为宣传。从此，中国茶叶的功能和饮用方法，先后为世界各国所了解，饮茶逐渐风行全球。

三、食、酒、茶疗的理论基础和现代科学意义

（一）食疗的理论基础和现代科学意义

《黄帝内经》谓：“人以水谷为本，人绝水谷则死”，“阴之所生，本在五味”。五味就是食物，阴精的生成，取源于食物的化生。饮食五味是人类赖以生存的重要物质基础，五脏的精气也都是由食物五味来供给的。这是古人对食物性能作用的朴素认识。食物中含有人体需要的各种营养素，如蛋白质、脂肪、糖（碳水化合物）、水、各种维生素和无机盐（包括微量元素）。它们各有自己的生理功能，也可能兼有多种生理功能。各种营养素的基本生理功能就是构成身体组织、供应热能和调节生理功能。但是，每种食物，含有的营养素成分不同，且含量也不一致，因此常常表现为不同的生理功能和作用。其所表现出来的特性也就是“食性”。“食性”是指食物具有的性质和功能。性质是指食物具有营养和治疗疾病的物质基础；功能是指食物在应用过程中所体现的作用。“食性”是以阴阳五行学说为基础，同时又与中医、中药的理论结合起来，用于阐明“食物”的作用而形成的一种理论体系。食治和食养都是利用食物偏性来调整人体阴阳的偏胜，使之恢复正常，即健康状态的一种手段。如果不了解食物的性能和作用，也就无从运用食物的偏性来防治疾病。实践证明，按照“食性”理论进行的食治、食养，可以获得较

好的效果。

“食性”理论的主要内容，包括食物的产地、采集、贮藏、加工、烹调、四气五味、有毒无毒、升降浮沉、归经、配伍、禁忌、用量、服法等。其中以四气五味、升降浮沉、归经、配伍、禁忌等为核心内容，与中医的“药性”理论相似。这里仅对“食性”的四气五味、升降浮沉、归经等作概要介绍。

1.四气：寇宗奭在《本草衍义》中指出：“凡称气者，即是香臭之气，其寒热温凉则是三性，……。”《本草经》序例中说：“药有酸苦甘辛咸五味，又有寒热温凉四气”；又说“疗寒以热药，疗热以寒药”。以阳胜阳，以阴胜阴，以阳补阳，以阴补阴，这是中医治病的常用规律和原则。四气，也可称四性，就是寒热温凉四种“食性”。此外，还有介乎寒和热、温和凉之间，既不寒也不热，既不温也不凉的平性食物。另立平性的意义，在于区别食性的强弱，故不称为五气，仍为四气。因此，实际上，由于温热、寒凉都是程度上的不同，仅寒、热二性外加上平性，共为三性。寒凉性食物常有清热、泻火、解毒等作 用，多用于阳证、热证。温热性食物常具有温阳、救逆、散寒等作用，多用于阴证、寒证。平性药物则不偏不倚，介乎两者之间.常具有健脾、开胃、补肾、补益身体等作用，其中也有平而微寒或平而微温的，多用于一般病人，对素体虚弱、或久病而致阴阳二虚，或寒热错杂，或温热内蕴者都可适应。

2.五味：食物的五味是以药物的五味转化借用的，是指酸辛甘苦咸五种不同的味道。《灵枢》中说：“谷有五味……各有所走……以溉五脏。”《素问》有：“五味入口，藏于肠胃，味有所藏，以养五气，气和而生，津液相成，神乃自生。”五味是指食物因不同的味道而具有不同的作用。《本草备要》说：“凡酸者能涩能收，苦者能泻能燥能坚，甘者能补能缓，辛者能散能横行，咸者能下能软坚，淡者能利窍，能渗泄。此五味之用也。”除酸、苦、甘、辛、咸五味外，这里提到淡味，故实际上是六味，不过习惯上仍称五味。因性味的不同而阴阳的属性也不同，故《素问·至真要大论》提出：“辛甘发散为阳，酸苦涌泻为阴，咸味涌泄为阴，淡味渗泄为阳。”这是五味阴阳属性的权威说明，也是后世引以为根据的准则。中医认为五味各具有不同的医疗作用：“辛散、酸收、甘缓、苦坚、咸软”，“味同者，作用相近；味不同，作用相异”。“五味”是中药学基本理论的组成部分，是中医用以解释、归纳中药药理作用和指导临床用药的理论根据之一。在“食性”和“食治”中也是如此。

3.归经：归经是把药食物的作用与脏腑经络联系起来，以说明药食物的主要作用的定位。归经理论寻源于《黄帝内经》，如五色、五味归五脏，即是归经的萌芽。归经理论大约在北宋时代已初步形成，如《苏沈良方·论脏腑》中即有某物入肝、某物入肾的记载。至金元时代归经理论逐步充实。明清时代归经理论又有所发展，使归经理论进一步完善。归经的理论根据有以下三方面：①脏象学说。药物归经是把药物的作用与脏腑的病变联系起来，以说明某药食物对某脏腑的病变有治疗作用；根据药食物作用的范围，有归某一脏腑者，有归几个脏腑者；又可根据药食物的主要用途，而有主人某脏腑者，或兼入某脏腑者。②经络学说。人体共有 12 经络（奇经八脉除外），经络各有其特定的循行路线和内在的脏腑，它所反映的病理现象，除经络本身的病变外，也包括与经络连属的脏腑症状，如肺经、肝经、肾经、脾经、胃经等。③食物的治疗作用。如梨有止咳作用入肺经；酸枣仁有安神作用入

心经；如人乳、秫米、大豆健脾开胃入脾经；核桃仁、芝麻等有健腰作用入肾经；芹菜、莴苣有降血压平肝阳作用可入肝经等等。因此，归经是从药食物所起的治疗作用及其主要作用的脏器定位等观察中总结出来的食治规律。

归经的临床应用首先有执简驭繁的好处，可根据各经所表现的症状，选择相应的药食物治疗。其次，由于脏腑是相互联系的，在发病时往往互相影响，如脾病及肺的土不生金，肾亏及肝的水不函木。需应用“健脾益肺”、“滋肾养肝”等治则，也需要运用归经理论选择药食物。第三，归经当与四气、五味、升降浮沉等理论结合起来，才能达到准确用药用食的目的。总之，归经理论是根据中医药学生理病理的特点，按药食物的实际疗效进行分类，便于选择应用。归经与性味有关，在食疗中，归经问题没有像药疗那样强调，因食物是通常食用之品，以入脾胃为主。但食物性能有偏性，故食物的归经确是古人在长期实践中得出的结论。如百合性微寒，味甘淡，有滋肺阴清肺热，敛气安神的作用，因此将其归属于入肺经的食物药；赤豆性味甘平，能行水消肿，故认为是补心脾两经的食物。

4.升降浮沉：是指药物或食物的定向作用，即指药食物在人体内作用的四种趋向，为金元时代名医张洁古首倡。他在所著《珍珠囊》药项下对这四种趋向均有注明，作为性味理论的补充，受到后世医家的重视，并在实践上加以肯定，成为药性理论的组成内容之一。升，上升之意；浮，发散之意。其共同点是向上、向外，故属阳，有升阳、发表、散寒、催吐等作用。降，下降之意；沉，泻利之意。其共同点是向下、向内，故属阴，有潜阳、降逆、泻下、利尿等作用。临床应用时，应从病位、病势两方面考虑。病位在上、在表，如头痛、恶寒、发热，当用升浮药，散风解表；病位在下、在里，如大便不通，小便不利，可用沉降药；病势上逆，如肝阳上升、头痛眩晕，当用沉降药或平肝潜阳药；病势下陷，如久泻脱肛、子宫下垂，当用升浮药升阳举陷。

总之，我国古老的食物性味作用等理论，基本上概括了食物对人体的生理、病理的全部作用过程。食物中的各种营养素，都有其特殊的生理功能，任何一种营养素都是不可缺少的。但营养过盛也是有害的，可导致肥胖、血压增高和糖尿病等。食物的这种特性就是“食性”。食疗就是利用食物中所含有的营养成分的特性加上烹调方法来协助治疗疾病的一种科学方法。

食疗的现代科学意义归纳起来有以下几方面：

第一，食疗是一种重要的治疗手段，利用增加或控制某种营养素的方法可以达到治疗疾病的目的。例如，原发性营养缺乏病的病因和治疗与营养直接相关。蛋白质和热能缺乏可引起营养性水肿。发展中国家的一些儿童，由于缺乏蛋白质而发生恶性营养不良，骨瘦如柴。各种维生素缺乏症都是由于相应营养缺乏的后果，通过食疗并除去一些有关因素，疾病即可痊愈。如小儿患佝偻病是因缺乏钙和维生素 D，如能及时补充钙质及维生素 D 或充分接触阳光，很快就能得到纠正。先天性代谢病苯丙酮尿症，若在婴儿时期即给以低苯丙氨酸的饮食，就能防止病情的进展。其它如糖尿病、慢性肝炎、高血脂症等，临床上多强调以营养治疗为主。通过合理的食疗，结合必要的药物治疗，即可控制病情，消除症状，达到好转或痊愈的目的。

第二，食疗可作为一种治疗和诊断的辅助措施，如高血压、心脏病、肾脏病伴有水肿病人，给以限盐饮食可减轻或消除症状；为了减轻病肾的负担，给肾功能不全的患者以优质低蛋白质、高热能饮食，可控制病情的发展；为

了降低血氨的含量，对肝昏迷患者的蛋白质供应降力最低标准（每日 20 克左右）。这都是配合临床治疗的一种辅助措施。

此外，食疗也可作为协助诊断的方法，如潜血试验餐、干膳食等，均可协助诊断消化道是否出血、胆囊收缩和肾浓缩功能如何。钙、磷代谢试验饮食可协助诊断继发性甲状旁腺亢进症。

第三，食疗可为其它疗法创造条件。外科有术前营养不良、组织水肿、贫血的患者，势必给手术增加困难，降低手术成功率。手术或外伤使机体处于应激状态，组织的分解代谢加强，出现负氮平衡，维生素的消耗增加。要素膳为解决手术前后的营养不良问题发挥了良好作用。

第四，食疗可补偿消耗，恢复体力。急性病或慢性病都会增加体力和组织的消耗，另一方面组织需要修复，如不及时补充营养物质，肌体就会利用其它部分组织进行修补，实质上是用拆东墙补西墙的办法。病后增加营养的目的是为了降低分解代谢，促进合成代谢，维持体内环境的稳定，保护承担代谢活动的肝脏，否则受损组织难以修复，伤口不易愈合。在治疗疾病的过程中，如果重视食疗，疗效就会更为显著。

第五，食疗可调整免疫功能。近十年来的研究确认，营养不足对宿主免疫应答有损害，使细胞和体液免疫受损伤。如蛋白质—热能不足导致胸腺显著的组织形态学改变，包括大小和重量的减少，淋巴细胞的减少，皮髓质分化的丧失和 Hassall 小体的肿大或变性，淋巴结付皮质区和脾脏小动脉周围组织显示出同样变化。营养不足儿童经常有 C3、C1、C5 的降低。食疗后，许多免疫指标可以得到恢复，特别是细胞免疫和补体 C3。由此可见，食疗可调整免疫功能，从而改善患者的免疫状态而有利于疾病的恢复。

（二）酒疗的理论基础和现代科学意义

中国古代医药学认为，酒为水谷之气，味辛甘，性热，入心、肝二经。适量饮酒有畅通血脉、活血行气、祛风散寒、健脾胃及引药上行、助药力之功效。大量酗酒，则适得其反。对于这个问题，李时珍的《本草纲目》说得很清楚：“酒少饮则和血行气，痛饮则伤神耗血，损胃之精，生痰动炎。”现代医学认为，酒的效应对人有益还是有害，取决于“量”的大小。以大脑为例，小量的酒能使之兴奋，激起人的豪情和勇气；过量时则使人麻痹，使人失去控制，丧失理智，可谓“量变引起质变”。据研究。如果以血液的酒精浓度为 1，那么，肝脏中的酒精浓度就是 1.48，脑脊液中的就是 1.5，而脑组织中的则是 1.75。这就解释了大脑何以对酒精格外敏感的原因。酒精能刺激主管想象力和创造力的右脑，也能麻木主管记忆力和自控能力的左脑。少量饮酒能兴奋右脑，使人浮想联翩，而大量饮酒所出现的醉态，则是左脑被麻痹的结果。美国和日本的医学研究人员还发现，小量饮酒能使血中的高密度脂蛋白升高，有利于将胆固醇从动脉壁向肝脏转移，并能促进纤维蛋白溶解，减少血小板聚集，促进血液循环流畅，减少血栓形成，因而有利于减少冠心病的发生和猝死的机会。

中药酒制是中药炮制的主要方法之一。酒甘辛大热，能通血脉、行药势、散寒、矫味、矫嗅，同时也是良好的有机溶剂。药物用酒炮制，目的就是使药物发挥最大的疗效，如清宁丸中的大黄，就要用黄酒多次蒸制后，才能使用。否则药力太猛，易产生腹痛等副作用。药理研究证明，大黄酒制后，其结合性大黄钙明显减少，而鞣质含量却变化不大。酒制大黄的泻下作用比大黄缓和。中药炮制常用的酒有黄酒、白酒两大类。主要成分为乙醇、脂类、

酸等物质。酒是稀醇性质，药物的多种成分，如生物碱及其盐类、甙类、鞣质、苦味质、有机酸、挥发油、树脂、糖类及部分色素（如叶绿素、叶黄素）等，皆易溶于酒中。因此，药物经酒制后，有助于有效成分的溶出，使得有些中药浸酒服用比煎剂作用更强。

目前认为，酒疗的现代科学意义主要有以下几点：

第一，酒是一种很好的营养剂。白酒由于含醇量高，人体摄入量受到一定的限制，营养价值有限；而黄酒、葡萄酒、啤酒含有丰富的营养成分。黄酒中含有糖分、糊精、有机酸、氨基酸和各种维生素等，具有很高的营养价值。特别是含多种多量的氨基酸，是其它酒所不能比拟的。如加饭酒（黄酒）含有 17 种氨基酸。其中有 7 种是人体必需而人体内又不能合成的氨基酸。葡萄酒含有葡萄糖、果糖、戊糖等糖类和多种氨基酸，含有维生素 C 和 D，接近于新鲜水果；此外，还含有各种有机酸、矿物质。啤酒，除了 3.5%的酒精以外，一般含有 5% 的碳水化合物、0.5%的蛋白质、17 种氨基酸、维生素以及钙、磷、铁等微量元素。同时，1 升啤酒可供人体产生 425 大卡的热能，与 4 只鸡蛋或 500 克牛奶近似。因此，啤酒被人们称为“液体面包”，可见其营养之丰富。

第二，适量饮酒可促进消化。当代中国著名老中医姜春华教授在总结适量饮酒的好处时指出，酒能助食，促进食欲，可多吃菜肴，增加营养。一位从事内分泌研究的生理学家通过实验发现，人们在适量饮酒 60 分钟后，人体内胰岛素的含量比饮酒前明显增多。胰液素是胰脏分泌的消化性激素，它对人体的健康是很有利的。在步入中年以后，人体消化系统的功能开始降低。如果饭前适量饮酒，可以促进胰液素的大量分泌，胰液素可促进人体消化系统内各种消化液的分泌，从而增强胃肠道对食物的消化和吸收。因此，中老年人饭前适量地饮酒可以弥补消化功能低这一缺陷。

第三，适量饮酒可以减轻心脏负担，预防心血管疾病。前些年，美国密歇根大学的研究人员对二万人进行了四年营养同血压关系的调查，他们发现：酗酒者血压最高，其次是不饮酒的人，少量饮酒者血压最低。他们还发现适量饮酒可以增加血液中蛋白质成分，而且具有防止心肺病发作和减少动脉硬化的危险。据《健康报》报道，英国政府的一医学研究会，在分析了 18 个西方国家有关死亡原因与饮食关系的统计图表后，发现果酒的消耗量和心血管疾病的死亡率之间有着引人注意的关系，这些国家中，意大利人和法国人的心脏病死亡率最低，而正是这两个国家年人均饮果酒量为 25 加仑以上。相反，美国人处于图表的另一端，他们饮果酒较少，因此患心脏病的人很多。饮果酒更少的芬兰人的心脏病发作情况，则比美国人还严重。据世界卫生组织的统计，最近几年来，全世界死于心血管疾病的 35—44 岁的男子增加了 60%，而 31 岁以前的年轻人增加了 15%以上。心血管疾病已经成为威胁人类生命的第一大病。适量饮酒可预防心血管疾病已引起医学界的重视。

适量饮酒为什么能预防冠心病呢？“冠心病”是“冠状动脉硬化性心脏病”的简称，指冠状动脉内壁上有胆固醇沉着，引起冠状动脉硬化，内脏变小，狭窄，甚至阻塞，使心肌缺血，轻的引起心绞痛，重的甚至心肌梗塞。引发冠心病的祸首是胆固醇。胆固醇为什么能在冠状动脉内沉着？原来，人体内有一种高密度脂蛋白，它能把血管里的，也包括冠状动脉的胆固醇运走，送到肝脏里去，再转变成对人体有用的激素，多余的部分就从大便中排出。适量饮酒可使高密度脂蛋白增多，这可能是减少冠心病发生的主要原因。另

外，适量的酒还抑制血小板的聚集并增强纤维蛋白的溶解，因而阻止血液在冠状动脉内凝固，起“活血化淤”的作用，从而也使冠心病发生率减少。

第四，酒能加速血液循环，有效地调节、改善体内的生化代谢及神经传导。古代中医很早就知道酒有通经活络的作用，将酒中加泡药材，制成各种药酒，如虎骨酒、冯了性酒、史国公酒等，能治愈许多病症，如关节炎、神经麻木等，跌打损伤，多用白酒进行外部揉擦，散开淤血，解除病痛。近几年，日本盛行一种酒浴。每当入浴时，浴水里加入约 0.75 公斤饮浴两用的特效酒，便会使身体异常暖和，浴后皮肤光洁如玉。日本人把这种酒称为“玉之肤”。这种特效酒，是将发酵的米酒加上染色剂制成。日本医学专家对此进行了研究，发现酒浴时，洗澡水中酒的成分对全身皮肤是一种良性刺激，不但能加速血液循环，且对神经传导产生良好的反馈作用。尤其是米酒，做酒的大米经过发酵，产生 200 多种有用成分；酒糟中原来含有大量氨基酸、蛋白质和维生素等营养物质，经发酵，营养价值又比普通清酒高几倍，加之酒精有活血作用，这就是“玉之肤”能使肌肤健美的奥秘。酒浴对一些皮肤病、神经痛等疾患有较好的疗效，再加上简便易行，所以作为一种保健方法已风靡日本。

第五，适量饮酒有益于人们的身心健康。随着现代医学研究的发展，人们已经发现许多疾病的产生和环境、人的心理状况有着密切关系。如果人长期处于孤独和紧张状态，就很容易生病，而适量饮酒能使人精神愉快。酒的陶醉作用能够缓和人的忧虑和紧张心理，增强安全感，提高生活的兴趣，对老年人尤其如此。针对不少老年人易发怒、易不满、孤独不快以及其它令入难以理解的古怪性情，日本的一些养老院用一二杯酒代替通常服用的镇静药物和心情舒展药物，成功地使养老院的气氛豁然开朗，洋溢出和睦家庭中才有的气氛。同时，老人中睡眠差的人数，从以前的 40%下降到 18%。

第六，适量饮酒能延年益寿。近年来，许多国家的研究显示，适量饮酒比滴酒不沾者要健康长寿。适量的酒可增加高密度脂蛋白的含量，可防止心脏病，减少动脉内胆固醇的累积。对老年人而言，少量的酒是健身的灵丹。美国波士顿的一家老人院自从每天给老人供应啤酒以来，短短两个月时间，可以自己行动的人数从 21%陡增到 74%；服用强效镇静剂的人则从 75%降为零。据《健康报》报道，美国一大学生物统计学者为证实这一事实，以 94 对兄弟为对象，进行了长期的追踪调查。这 94 对兄弟中，每对都有一人适量饮酒，而另一人滴酒不沾。结果表明，适量饮酒者要比不饮酒者长寿。最后，由于不饮酒的那组对象都已去世，追踪调查才不得不终止。调查同时表明，长寿的主要原因是心血管疾病的发生概率较低，即使曾经饮酒后来戒酒的人，也要比从不饮酒者患心脏病的概率低。

（三）茶疗的理论基础和现代科学意义

世界卫生组织调查了许多国家的饮料优劣情况，最终认为，茶为中老年人的最佳饮料。它不仅方便、经济、卫生，还能吸收排泄放射性元素，补充人所需要的营养，收到延年益寿的奇效。据科学测定，茶叶含有蛋白质、脂肪等十多种维生素，还有茶多酚、咖啡碱和脂多糖等近 300 种成分，具有营养、调节生理的功能，能够发挥多方面的保健作用和药理作用。

饮茶之所以能长春，是因为茶叶中含有维生素 C、E、D，菸草酸及碘等。茶叶中含酚类物质，能吸收放射性物质锶 90，甚至当锶 90 已经深入动物的骨髓中时，也能把它吸收出来，因而被誉为“原子时代的饮料”。茶叶中的

咖啡碱是一种血管扩张剂，它能加快呼吸，提高肌肉的工作量，而又不加快脉搏，也不增加血压。它还能促进发汗，刺激肾脏，有强心、健胃及利尿解毒作用。茶多酚与咖啡碱协同作用，还可使血管通透，有类似维生素 D 的药物作用。

茶叶的这些功效，对人体造血、强筋壮骨和维持甲状腺机能等起着良好的作用。特别是中年人，饮茶的效果会更好。这是由于人到中年易于“发福”，而肥胖是导致一些心血管病、糖尿病以及肠癌的罪魁祸首。茶中的咖啡碱等对上述疾病有着一种非常重要的预防功效。所以中年人应多饮茶。此外，茶还有提神、消除疲劳、抗菌等作用，这对中年人来说也是需要的。茶还可以净化水质，减少放射性物质对人体的损害。有报告证明，在胃肠中如有 1—3%的茶单宁，就可以将锶 90 的 30—40%由粪中排出体外。因此，当前自然环境污染严重，生态失衡，特别是在城市居住的人们，更应经常喝点茶。

另外，从 1988 年开始，中国预防医学科学院营养与食品卫生研究所，对中国各类茶叶进行抗癌研究，结果表明，各类茶叶（绿茶、红茶、花茶、乌龙茶、紧压茶等）对 N—亚硝基化合物的合成均有阻断效果，平均阻断率为 65%，其中绿茶优于红茶，红茶阻断率为 43%，绿茶可达 32%，多数绿茶的阻断率均在 85%以上。绿茶防癌在各类茶叶中处于领先地位，在已知的各类能抗癌的食物中也名列前茅。如中国医学科学院肿瘤研究所对 108 种食物进行抗癌筛选，结果令人惊奇地发现，绿茶提取物的效果最好。广西肿瘤防治研究所对六种食用植物（绿茶、红茶、香菇、猴头、绿豆、灵芝）进行预防黄曲霉素致肝癌的研究，结果也发现，绿茶的效果最好。那么，绿茶抗癌的机理是什么呢？经过茶学专家与医学专家的共同研究，已基本探明了茶叶中具有抗癌功效的有效成分，主要是茶叶中含量达 20%左右的茶多酚，其主体物质是多种儿茶素，具有抗氧化作用，能阻断某些致癌物质的生成，抑制促癌物的作用，杀伤癌细胞和抑制癌细胞的生长。除茶多酚以外，茶叶还含有较多的维生素 C、维生素 E、脂多糖、微量元素锌和硒等。茶叶的抗癌效应，可能是以茶多酚为主的多种有效成分协同作用的结果。

据目前研究，茶疗的现代科学意义概括起来有以下 15 条：

（1）茶能使人振奋精神，增强思维和记忆能力。

（2）茶能消除疲劳，促进新陈代谢，并有维持心脏、血管、胃肠等正常机能的作用。

（3）饮茶对预防龋齿有很大好处。据英国的一次调查表明，儿童经常饮茶，龋齿可减少 60%。

（4）茶叶含有不少对人体有益的微量元素。

（5）茶叶有抑制恶性肿瘤的作用，饮茶能明显地抑制癌细胞的突变。

（6）茶叶含有妊娠妇女不可缺少的微量元素锌。

（7）饮茶能抑制细胞衰老，使人延年益寿。茶叶的抗老化作用是维生素 E 的 18 倍以上。

（8）饮茶有延缓和防止血管内膜脂质斑块形成、防止动脉硬化、高血压和脑血栓的作用。

（9）饮茶能兴奋中枢神经，增强运动能力。

（10）饮茶有良好的减肥和美容效果，特别是乌龙茶效果尤为明显。

（11）饮茶可以预防严重影响老年人视力的白内障。

（12）茶叶所含鞣酸能杀灭多种细菌，故能防治口腔炎、咽喉炎，以及

夏季易发生的肠炎、痢疾等。

（13）饮茶能保护人的造血机能。茶叶中含有防辐射物质，边看电视边喝茶，能减少电视辐射的危害，并能保护视力。

（14）饮茶能维持血液的正常酸碱平衡。茶叶含咖啡碱、茶碱、可可碱、黄瞟哈等生物碱物质，是一种优良的碱性饮料。茶水能在体内迅速吸收和氧化，产生浓度较高的碱性代谢产物，从而能及时中和血液中的酸性代谢废物。

（15）防暑降温。饮热茶 9 分钟后，皮肤温度下降 1—2C，使人感到凉快、清爽和干燥，而饮冷饮后皮肤温度下降不明显。

（四）食疗、酒疗、茶疗的联合应用及相互作用

食物是治疗疾病、恢复健康的重要物质基础，它不仅对患病器官发挥治疗作用，且对整个人体有着多方面的综合影响。《黄帝内经》提出“ 药以法之，食以随之 ”的观点，完全符合现代医学和营养学的原则。药酒疗法是中医治病的一种独特方法，不仅历吏悠久、经验丰富，而且简便易行、疗效卓著，日益受到广大患者的欢迎。茶疗在我国亦有悠久的历史，药茶是中药的剂型之一。《神农本草经》肾‘ 神农尝百草，一日遇七十二毒，得茶而解之 ”。能解诸药毒的茶，当是药中之上品。

药酒、药茶都是一种加入中药的酒、茶，而酒、茶本身就有一定的保健作用，它能促进人体胃肠分泌，帮助消化吸收，增加血液循环，促进组织代谢，增加细胞活力。祖国医学认为，酒、茶既有调和气血，贯通脉络之功，又有振阳除邪，祛湿散风之效。

酒、茶又是一种良好的有机溶媒，有良好的穿透性，易于进入药材、食物组织细胞中，可以把中药、食物中的大部分水溶性物质，以及水不能溶解，需要非极性溶媒溶解的有机物质溶解出来，使生药、食物原有的作用得到更好的发挥；服用后又可惜酒、茶的宣行药势之力，促进药物、食物疗效最大程度地迅速发挥。

在；临床上，食疗、酒疗、茶疗可以单独应用，亦可以两种联合应用，如食疗与酒疗、食疗与茶疗联合应用，亦可分别与药物或其它疗法联合应用。要根据疾病的轻重缓急，采用不同的联合治疗方法，这样可以食借药威，药借酒性，茶助药威，相辅相成，相得益彰。

茶疗与酒疗能否联合应用？有人喜欢酒后饮茶，认为有利解酒。从中医阴阳学来看，酒味辛，先入肺，肺主皮毛，与大肠相表里。饮酒应取其升阳发散之性，使阳气上升，促进血液循环。茶素味苦，属阴，主降。若酒后饮茶必将酒性驱肾，肾主水，水生温，于是形成寒滞，则导致小便频浊、阳痿、大便燥结等症状。李时珍在《本草纲日》中就有较详细的记载：“ 酒后饮茶伤肾脏，腰腿坠重，膀胱冷痛，兼患痰饮水肿。 ”

现代医学研究表明，酒中含有酒精成分，对心血管的刺激性很大，而浓茶同样具有兴奋心脏的作用。两者合而为一，双管齐下，更增加心脏的刺激。这对于心脏功能欠佳的人来说，其后果是可想而知的。

醉酒后饮浓茶，对肾脏也是不利的。因为酒精的绝大部分，均己在肝脏中转化为乙醛之后再变成乙酸，乙酸又可分解成二氧化碳和水，经肾脏排出体外。浓茶中的茶碱，可以迅速地进入肾脏发挥利尿作用。这就会促进尚未分解的乙醛过早地进入肾脏，由于乙醛对肾脏有较大的刺激性，从而对肾脏功能造成损害，严重者可危及生命。因此，酒后不宜饮茶，尤其是浓茶。为了解酒，可进食些柑桔、梨、苹果之类的水果，有西瓜汁更好。如无水果，

冲杯果汁或糖水喝都有助于解酒。中药则可用葛花煎水代茶饮，或以葛根加绿豆熬汁喝也可解酒。故在临床上，茶疗与酒疗不宜联合应用。

食疗、酒疗、茶疗还必须讲究辨证施治。所谓辩证，就是运用中医的“四诊”、“八纲”，对各种病症进行综合分析，以作出正确的诊断，采取相应的治疗原则和治疗措施。故在临床使用上一定要遵循中医的基本理论和辩证的原则，体现理法方药的一致性和内在联系，方能取得理想的疗效。

近几年来，由于人们生活条件的改善和诊治水平的不断提高，以及人们寿命的增长，使医学发展的方向在原来临床医学的基础上，逐渐向预防医学和康复医学发展。食、酒、茶疗就是其中的重要组成部分。虽然食疗、酒疗、茶疗从处方数量、制用方法和防治范围等方面，都有了很大的发展，越来越受到人民群众的欢迎，但它还处在继续发掘和深入研究的过程中。我们深信，随着现代科学技术的不断发展，一门古老而新兴的科学——食、酒、茶疗学将会产生。

第一章　呼吸系统疾病

一、感　冒

（一）临床表现

根据发病原因及临床表现，急性上呼吸道感染可分为下列几个类型，但各型之间并无明显界限。

1.普通感冒祖国医学称为“伤风”，以鼻咽部发炎为主要表现，常见于秋、冬、春季。在成入大多数为鼻病毒引起，次为副流感病毒、呼吸道合胞病毒、埃可病毒、柯萨奇病毒等。感冒起病较急，早期症状有咽部干痒或灼热感、喷嚏、鼻塞、流涕。开始为情水样鼻涕，2—3 天后变稠，可伴咽痛。一般无发热及全身症状，或仅有低热、头痛、不适。检查可见鼻粘膜充血、水肿，有较多的分泌物，咽部轻度充血，如无并发症，一般经 5—7 日痊愈。

2.急性咽—喉—气管炎亦称急性呼吸道疾病。在成人常由腺病毒、副流感病毒、呼吸道合胞病毒等引起，常发于冬、春季。主要症状有咽痛、声嘶、轻度干咳、发热（体温可高达 39C）、全身酸痛、不适。病程一周左右。检查可见咽充血，有灰白色点状渗出物，咽后壁淋巴滤泡增生，颌下淋巴结肿大，肺部无异常体证。此外，柯萨奇病毒和埃可病毒亦可引起急性呼吸道疾病，但症状较轻，常发生于夏季，称为“夏季流感”．多见于儿童。

3.疱疹性咽峡炎常由柯萨奇病毒 A 引起、多于夏季发生。表现为明显咽痛、发热，病程约一周。检查可见咽充血，软腭、悬雍垂、咽及扁桃体表面有灰白色丘疱疹及浅面溃疹，周围有红晕。多见于儿童、偶见于成人。

4.咽一结膜炎主要由腺病毒、柯萨奇病毒、流感病毒等引起。临床表现有发热、咽痛、流泪、畏光、咽及结膜明显充血。病程 4—6 日。常发生于夏季，以儿童为多见。

5.细菌性咽扁桃体炎多由溶血性链球菌、次为肺炎球菌、葡萄球菌等引起。起病急、明显咽痛、畏寒、发热，体温可达 39C 以上。检查可见咽明显充血，扁桃体肿大、充血，表面有黄色点状渗出物，颌下淋巴腺肿大、压痛，肺部无异常体征。

6.血象、病毒感染血白细胞计数正常或偏低，淋巴细胞比例升高。细菌感染：血白细胞计数增多，有粒细胞增高和核左移现象。

（二）辩证分型

1.风寒型发热恶寒较明显，头痛，无汗，鼻塞严重，打喷嚏，流清涕，喉痒，咳嗽，痰清稀，骨节酸痛，口不渴，小便清，舌苔薄白，脉浮紧。治宜辛温解表为主。

2.风热型发热较高，微恶风寒，头痛，自汗，鼻塞无涕，或少有浓涕，咽喉肿痛，咳嗽，痰黄稠，骨节痛，口渴，小便短黄，舌苔薄白或微黄，脉浮数。治宜辛凉解表为主。

（三）食物疗法

1.风寒型

（1）生姜粥（《饮食辨录》）：粳米 50g，生姜 5 片，连须葱 3 茎，米醋适量。用法：先用砂锅煮米做粥，将生姜捣烂与米同煮，粥将熟时放入葱、醋，乘热食之。覆被取汗。有解表散寒温胃止呕之功效。

（2）葱白粥（《饮食辨录》）：粳米 50g，葱白三寸段。用法：失用水

煮米做粥如常法，粥熟放入葱煮二沸即可。不拘时食之，食后覆被得微汗，有解表散寒通脉的作用。

（3）生姜红糖方（民间验方）：生姜 9g，红糖 50g，用法：将生姜捣烂加红糖，开水冲泡，调匀温服，服后盖被取汗。每天 1 次，连服 2—3 天。

2.风热型

（1）桑菊方（民间验方）：桑叶、菊花各 6g，竹叶、白茅根各 30g，薄荷 3g。用法：共放茶壶内，用沸水冲泡，温浸 10 分钟，频频饮用。亦可放冷后作饮料，大量饮用。连服 2—3 天。

（2）三根汤（经验方）：大白菜根 3 个，大葱根 7 个，芦根 1.5g。用法：水煎服，每天）次，连服 2—3 天。

（四）药酒疗法

1.风寒型

（1）荆芥鼓酒（经验方）：豆鼓 250g，荆芥 10g，酒 750g。制法：上二味·用酒煎 5—7 沸，去渣，收贮备用。用法：随量稍热饮之。（2）葱鼓黄酒汤（《偏方大全》）：葱 30g，淡豆鼓 15g，黄酒 50g。制法：先将豆鼓放砂锅内，加水一小碗，煎煮 10 分钟，再把洗净切段的葱（带须）放入，继续煎煮 5 分钟，然后加入黄酒，立即出锅。用法：趁热顿服。

2.风热型

（1）复方蔓荆子酒（经验方）：蔓荆子 250g，菊花 60g，川芎 40g，防风、薄荷各 60g，黄酒：公斤，制法：将上药共捣碎，用酒浸于净瓶中，7 日后开封，去渣备用。用法：每次饮 15m1，渐加到 20ml，每日 3 次。

（2）甘草酒（经验方）：生甘草 30g，生姜 4 片，瓜蒌（去子，置于碗内）1 颗。制法：先将生姜甘草用酒 2 大杯，煎取 6 成，去渣，热入爪蒌碗中，绞取汁，候温。服法：不计时候，分两次温服。

（五）茶疗法

1.风寒型

（1）茶叶 15g，核桃仁、葱白和生姜各 25g。将核桃仁、葱白和生姜捣烂，同茶叶一起放入砂锅内，加水一碗半煎煮，去渣，一次服下，盖棉被卧床，注意避风。（民间验方）

（2）细茶叶 6g，薄荷叶 3g，生姜汁半匙，白糖半匙。先用滚开水大半碗，泡薄荷叶、茶叶，再放入姜汁、白糖和匀，每天 1—2 次。连服 3 天。（民间验方）

2.风热型

（1）绿茶 0.5—1．5g，淡竹叶 30—50g，加水 1000m1，先煮淡竹叶，煮沸 5 分钟，加绿茶分 4 次服，日 1 剂服完，可加开水适量浸泡，再服。（民间验方）

（2）茶叶 2g，干金银花 1g，同放杯中，用沸水冲泡 6 分钟后饮用。饭后饮 1 杯。（民间验方）

二、慢性支气管炎

（一）临床表现

1.症状多缓慢发病，病程较长反复急性发作而加重。主要症状为慢性咳嗽、咳痰或（和）喘息。开始症状轻微，如吸烟、接触有害气体、气候变化

或受凉感冒后，则引起急性发作或加重，在夏季气候转暖时可自然缓解。

（1）咳嗽分泌物积聚于气管腔内，引起反射性咳嗽。支气管粘膜充血、水肿、异物刺激也可引起咳嗽。咳嗽的严重程度与支气管粘膜炎症及痰量的多少有关。一般晨间起床后咳嗽痰多，白天较少，临睡前有阵咳或排痰。

痰量以晨间较多，这是由于夜间睡眠后管腔内蓄积痰液，加以副交感神经相对兴奋，支气管分泌物增多，因而在起床后或体位变动时引起刺激排痰，痰液一般为白色粘液或和泡沫性，偶有带血。急性发作伴有细菌感染时，则变力粘液脓性，咳嗽或痰量亦随之增加。

（2）喘息或气短喘息型慢性支气管炎有支气管痉挛，可引起喘息，常伴哮鸣音，早期无气短表现，反复发作数年，并发阻碍性肺气肿时，可伴有活动后气短。

总之，咳、痰、喘为慢性支气管炎的主要症状，并按其类型、病期及有无并发症而表现可有不同。

2.体征早期可无异常体征。急性发作期常有散在的干、湿罗音，多在背部及肺底部。罗音的多少和部位不恒定。喘息型者可听到哮鸣音及呼吸延长，并发肺气肿时则有肺气肿的体征。

3．临床分型、分期

（1）分型可分为单纯型和喘息型两型。单纯型的主要表现为咳嗽、咳痰；喘息型者除咳、痰外，尚有喘息症状，并伴有哮鸣音。

（2）分期

①急性发作期指在一周内出现脓性或粘液性脓痰，痰量明显增多，或伴有发热等炎症表现，或“咳”、“痰”、“喘”等症状一项明显加剧。

②慢性迁延期指有不同程度的“咳”、“痰”、“喘”，症状，迁延到一个月以上者。

③临床缓解期经治疗或自然缓解，症状基本消失或偶有轻微咳嗽和少量痰液，保持二个月以上者。

（二）辩证分型

1.寒痰咳嗽多痰，痰质稀白，咯出爽利，口淡无味，不思饮食；面色萎黄，或面青肢冷，形体瘦削；舌质淡红，苔薄白或白腻，脉象细弱。治宜温肺法痰。

2. 热痰咳痰粘稠或为黄色如脓，咳出不爽，舌干舌红，苔薄黄，脉滑数。治宜清肺化痰。

3.肺虚除咳、痰，尚有畏风、自汗、易感冒及动则气短，舌胖苔薄，脉弱。治宜补肺、固表、平喘。

4.脾虚痰量较多，兼胸闷气喘，上腹胀满，大便溏，苔白腻，脉濡。治宜健脾除痰。

5.肾虚咳喘气急，动则更甚，且有腰酸耳鸣，发脱齿落，夜尿多，苔薄，脉细。治宜补肾定喘。

（三）食物疗法

1.寒痰

（1）当归生姜山药羊肉汤（《养生益寿百科辞典》）：当归、生姜（布包）各 15g，山药 50g，羊肉 100g，食盐少许。用法：上五味放瓦锅内加水适量同煮至烂熟，用食盐调味，吃肉喝汤。每天 1 次，连服 5—7 天。

（2）燠梨方（《寿亲养老新书》）：将黄梨刺 50 个小孔，每孔放入蜀

椒 1 粒，再以面粉裹梨，放在炉灰中暖熟，空腹服。

（3）胎盘山药方（民间验方）：胎盘 1 个，淮山药 30g，补骨脂 15g，红枣 5—8 枚，生姜 9g，白酒适量。用法：先将胎盘洗净，擦盐，入开水中烫煮片刻，再用冷水漂洗数次，切块，入锅加白酒，姜汁炒透，再移至瓦锅内加水与诸药炖至烂熟，调味后分两次服食。每周 1—2 次，连服 10 次。

2.热痰

（1）青龙白虎汤（《温热经纬》）：青果适量加生萝卜煎汤，频频饮服。

（2）雪羹汤（《温热经纬》）：陈海蜇 120g（开水洗去盐味）加鲜荸荠 120g 煎汤，频频饮服。

（3）蓬蒿菜汤（《千金方》）：鲜蓬蒿菜 90g，水煎去渣，加冰糖适量溶化后，分二次饮服。

（4）南瓜汁方（民间验方）：秋季南瓜败蓬，即不再生南瓜时，离根 2 尺剪断，把南瓜蓬茎插入干净的玻璃瓶中，任茎中汁液流入瓶内，从傍晚到第二天早晨可收取自然汁一大瓶，隔水蒸过，每服 30—50m1.一日两次。

3.肺虚

（1）百合粥（《饮食辨录》）：鲜百合 50g，粳米 50g，冰糖适量。用法：先用水煮米做粥，将熟前放入百合煮熟即可，加糖，晨起做早餐食之。如无鲜百合可用千百合或百合粉，与米同煮做粥亦可。用于肺气虚型。

（2）百合杏仁赤豆粥（经验方）：百合 10g，杏仁 6g，赤小豆 60g，白糖适量，先以水煮赤小豆做粥，至半熟时放百合、杏仁同煮至粥成，加糖、可做早餐食之。有润肺止咳，法痰利湿的作用。用于肺阴虚型。

4.脾虚

（1）莲子百合堡瘦肉（经验方）：莲子 30g，百合 30g，瘦猪肉 200g，加适量水，堡一个半小时，可作早餐食之。有养神、益气、固肾之功，用于脾气虚型。

（2）红枣糖（经验方）：麦芽糖 60g，红枣 15—20 枚，加清水适量，煮熟服食。

5.肾虚

（1）冬虫草炖胎盘（经验方）：冬虫草 10g，胎盘一个，加适量水，隔水炖 1 小时。可以补气血平喘咳。用于肾阳虚。

（2）密饯双仁（经验方）：南杏仁 250g，核桃仁 250g（切碎）。用法：上二味加蜂蜜 500g，白糖适量，煮熬后放入罐内，每天吃一至两汤匙，可以补肾益肺，止咳平喘。用于肾气不足型。

（3）五味子泡鸡蛋（经验方）：五味子 250g，鸡蛋 10 个。用法：先将五味子煮汁，冷却后浸泡鸡蛋 6—7 天，每日吃一个，沸水冲服，冬至后开始服用。用于肾虚型。

（四）药酒疗法

1.寒痰

（1）寒凉咳嗽酒（《全国中药成药处方集》）：全苏 120g，杏仁、栝篓、浙贝母、半夏各 30g，陈皮 60g，茯苓、干姜各 30g，细辛、五味子各 15g，枳壳、白部、白前、桔梗各 30g，蔻仁 15g，桑皮、枇杷叶各 30g，粉草 15g，白酒 5 公斤。

用法：上药入酒内封泡 10 天后即可使用。每次 30—60g，每日一次。

（2）李冢宰药酒（《扶寿精方》）：桃仁、杏仁、（俱去皮尖）各 500g，

芝麻（去皮炒熟）500g，苍术（去皮）120g， 白茯苓、艾（揉去筋）、薄荷、小茴香各 9g，荆芥 30g。

用法：上为细末，炼密和作一块，高烧酒一大罐，入药煮一时，将药煮散，厚纸封埋土中 7 日。空腹饮服，每次 2—3 杯，每日一次。

（3）古今录验酒方（《外台秘要》）：丹参、干地黄各 150g，川芎、石斛、牛膝、黄芪、白术、肉苁蓉各 120g，防风、独活、附子（炮）、秦艽、桂心、干姜各 90g，钟乳（研）2g。

用法：上方 15 味切碎，以酒 900g 浸泡 7 天。开始每日服 20 勺，10 天后每日增加 1—2 勺。

2.热痰

百部酒（《本草纲目》）：百部根适量切碎稍炒，入酒中浸泡 7 天，每日 2—3 杯，每日一次。

3.肺虚

（1）阿胶酒（《圣济总录》）：阿胶 400g，黄酒 15009。用法：用酒在慢火上煮阿胶，使阿胶溶化，再煮至 1000g， 然后服之。分 4 次服，每日一次。服尽不愈，再依前法另制。用于肺阴虚型。

（2）西洋参酒（经验方）：西洋参 30g.米酒 5009。用法：将西洋参装入净瓶内，用酒浸之，7 日后即可取用。每次空腹饮 1 小杯，每日 2 次，用于肺阴虚型。

（3）绿豆酒（《寿世青编》）：绿豆、山药各 60g，黄柏、牛膝、元参、沙参、白芍、栀子、天门冬、麦门冬、天花粉、蜂蜜各 45g，当归 36g，甘草 9g，酒适量。

用法：上药除蜂蜜外，将药物粉碎，用绢袋装好，侵入酒内数日后兑入蜂蜜即可。每次服 2—3 杯，每日一次，用于肺阴虚型。

4.脾虚

香椽醴（经验方）：鲜香椽 100g，蜂蜜 50ml，60 度白酒 200ml。用法：将鲜香椽洗净，切碎，加水 500ml 放铝锅内煮烂后，加蜂蜜、白酒煮沸停火，同入细口瓶中，密闭贮存，一月后即可饮用。每次 10ml，每日 2 次。

5.肾虚

（1）米腊参酒（《陕甘宁青中草药选》）：米腊参 60g，白酒 500g。将米腊参入酒中浸泡 7 日后服用。每次服 5—10m1，每日服 2 次。

（2）红颜酒（《万病回春》）：胡桃肉（捣碎）、红枣（捣碎）各 120g，杏仁（泡去皮尖煮 4—5 沸，晒干捣碎）30g，白蜜 100g，酥油 70g，烧酒 1000g。先将蜜、油溶开入酒，随将三药人酒内浸 7 日后开取。每早、晚空服 2—3 盅。

（五）茶疗法

1.寒痰

（1）绿茶 2g，柿叶 10g。在 9—10 月份采柿叶 4 公斤，切碎，蒸 30 分钟，烘干后备用。每次按上述剂量，加开水 400—500ml，浸泡 5 分钟，分 3 次，饭后温服。每日服 1 剂。（民间验方）

（2）绿茶 1g，葱须 25g，大枣 25g，甘草 5g。后两味加水 400ml 先煎，沸后 15 分钟，加入葱须、绿茶 1 分钟即可。分 3—6 次温饮。可加开水复泡再服。每日 1 剂。（民间验方）

2.热痰

（1）绿茶 2g，瓜篓 5g，甘草 3g。瓜蒌、甘草加水 600m1，煮沸 5 分钟，加入绿茶后 3 分钟即可。分 2 次徐徐饮之。每日 1 剂，必要时可日服 2 剂。（民间验方）

（2）绿茶 2g，芦根 40g，甘草 5g。用 1000ml 水先煮芦根和甘草，煮沸 10 分钟，去渣，加入绿茶即可。少量多次饮。（民间验方）

3.肺虚

绿茶 2g，甜瓜 250g，冰糖 25g。甜瓜去蒂后切片与冰糖加水至 500m1，煮沸 3 分钟，加入绿茶即可，分 2 次服，日服 1 剂。（民间验方）

4.脾虚

茶树根 100g，生姜 50g，蜂蜜适量。将茶树根同姜煎，去渣留汁，加蜂蜜调，每次服 20m1，每日服 2 次。（民间验方）

5.肾虚

绿茶末 30g，五倍子 500g，酵糟 120g。将五倍于捣烂，研末过筛，加茶末、酵糟，同置容器中拌匀捣烂，摊平，切小块，待发酵至表面长出白霜时取出，晒干，贮藏干燥处，每次 10g，白开水冲泡，代茶饮或泡汤含漱。（民间验方）

三、支气管哮喘

（一）临床表现

1.症状

（1）外源性哮喘可有明显的过敏源接触史或与季节有关。发病前多有鼻、眼睑痒、喷嚏、流涕或咳嗽等粘膜过敏完兆。继之出现带哮鸣音的呼气期呼吸困难。患者多被迫取坐位，严重时出现紫绀。发作将停时、咳出较多稀薄痰液后，气促减轻，哮喘停止，恢复到发病前状态。

（2）内源性哮喘因支气管粘膜下迷走神经感受器的易感性增高，对生物、物理、化学或精神神经等因素的刺激易引起哮喘；常见如呼吸道感染（病毒、细菌、真菌），先由上呼吸道感染或支气管炎、咳痰、咳痰史，随着咳嗽的不断加重或持续不好转，逐渐出现哮鸣。起病缓慢，持续较久，逐步加重，并有呼吸道感染的症状及体征。

（3）混合性哮喘由于多种因素均可诱发哮喘，在长期发作过程中，“外源性”和“内源性”哮喘可互相影响而混合存在，使症状表现不典型。如外源性哮喘在长期反复发作过程中，使呼吸道防御功能降低，容易合并呼吸道感染，以致在过敏因素的基础上逐渐附加感染的因素，称“混合性哮喘”。症状表现复杂，哮喘可长年发作，无明显的缓解季节。

（4）哮喘持续状态严重的哮喘发作持续 24 小时以上者，称“哮喘持续状态”，常因感染未控制多型变态反应（I 型合并III型或IV型）而致过敏源未消除；发作时张口呼吸和大量出汗，使用氨茶：碱利尿失水.使痰液粘稠形成痰栓阻塞小支气管或肺不张；心肺功能不全、缺氧、酸中毒；电解质紊乱；肾上腺皮质功能不全，或对常用治哮喘药物耐药；精神紧张或并发气胸等复杂原因引起。患者呼吸困难严重，发绀明显，甚至出现呼吸、循环衰竭。

2.体征哮喘发作时，患者胸廓胀满，呈吸气位，呼吸幅度小，所有辅助呼吸肌均参加呼吸运动。呼气期两肺有广泛哮鸣音。如呼吸困难加重，而哮鸣音反而减轻或消失，可能患者过度疲倦、衰弱.无力呼气而使肺气肿加重；

痰栓阻塞支气管；并发气胸，纵隔气肿等引起。肺部叩诊：普遍性过清音，肺界不降，心浊音界缩小。如合并呼吸道感染。哮鸣音和湿性罗音可同时存在。

（二）辨证分型

1．寒喘哮喘发作兼畏风寒，鼻塞流情涕，痰白清稀，或有头痛、发热、无汗、苔薄白、脉浮紧。治宜散寒定喘。

2.热喘风热之邪犯肺，或外邪入里化热，咳喘黄痰，口渴喜冷饮，唇舌均红，苔薄黄腻，脉浮数。治宜清热平喘。

3.痰喘素有痰湿，哮喘发作兼痰多白粘泡沫，或泛恶纳差，舌苔白腻，脉弦滑。治宜祛痰降气平喘。

4.肺虚喘（气虚喘）哮喘发作时，气短咳声低微，言语无力，畏风自汗，舌质胖，脉细弱。治宜补肺定喘。

5.肾虚喘喘促日久，腰酸耳鸣，发脱齿落，动则喘息更甚、舌淡、脉沉细。治宜补肾敛肺定喘。

（三）食物疗法

1． 寒喘

（1）将椒目（花椒的种子）研粉筛匀，装入胶囊（每 3 克椒目可装 7—8 只胶囊），日服 3 次，每次 8 颗—般服 3—7 天为—疗程。（经验方）

（2）麻黄川贝杏仁方（民间验方）：麻黄、川贝、杏仁各适量，将麻黄、川贝研成细末，用甜梨一个去核、纳入麻黄、川贝末各 2 克。杏仁 7 粒，冰糖 1 块，置碗中蒸熟。每日吃 1—2 个。

（3）萝卜子丸（民间验方）：白萝卜子 120g，洗净，在锅内蒸熟晒干，研成细末。加入生姜汁调匀，制成丸如绿豆大。每次服 10 丸，早中晚各一次。

2.热喘

（1）杏仁、党参、粳米粥（民间验方）：杏仁 10g，党参 30g，桑白皮 10g，鲜姜 6g，大枣 7 个，牛奶 200m1，粳米 100g。用法：先将杏仁浸泡，去皮尖研细，后入牛奶搅拌均匀取汁。另煎党参、桑白皮、姜、枣，去渣澄清，后下粳米煮粥，临熟时下杏仁汁搅匀。空腹食用，每日 1 剂。

（2）地龙丸（民间验方）：广地龙（蚯蚓干），略炒去腥气，研粉可用糯米管装吞服.每次 3—6g，每日 3 次。

（3）萝卜杏仁粥（经验方）：萝卜 500g，苦杏仁 15g，牛（猪）肺 250g。甲法：同放锅内炖至烂熟，调味服食。每天或隔天 1 次，连服 30 天。

3.痰喘

（1）益脾饼（民间验方）：生芡实 100g，陈皮、茯苓各 12g，半夏、生鸡肫皮各 25g，黑芝麻 30g，熟枣肉 200g。用法：以上药各自轧细焙热，同捣如泥，作小饼炙干，空腹时当点心细嚼咽之。

老人气虚不能行痰，可用期颐饼，以生芡实 180g，生鸡肫皮 100g，白面 250g，白砂糖不拘多少，将鸡肫皮轧细，置盆内浸以滚水大约半天，再将轧细的生芡实、白糖、白面用所浸鸡肫皮及原水，和作薄饼，烙成焦黄色，随意食之。

（2）乌贼骨红糖饮（民间验方）：乌贼骨 500g，红糖 1000g。用法：将乌贼骨放砂锅内焐干，研细末，加入红糖调匀。成人每次服 20g，温开水送下，早中晚各一次，连服半月。

4.肺虚喘

（1）杏仁粥（《圣惠方》）：杏仁 21 粒，大枣 7 枚，桑白皮 60g，生姜 2 片，牛奶 30ml ，粳米适量。

用法：杏仁去尖研成泥状，调入牛奶 30m1，绞取汁液；大枣去核；桑白皮、生姜、大枣共同水煎取汁，以药汁入粳米煮粥，临熟时入杏仁汁，再稍煮即成。一日分数次服。

（2）芝麻生姜饮（民间验方）：黑芝麻 250g（炒），生姜 125g（捣汁去渣），冰糖、蜂蜜各 125g（熔化混合均匀），将芝麻与姜汁浸拌，再炒一下，冷后与蜜糖混合拌匀，放瓶中。每日早晚各服一汤匙。

5.肾虚型

（1）冬虫夏草蒸母鸡（经验方）:冬虫夏草 10g，嫩母鸡 1 只（重 1500g），味精、姜、葱白、盐、料酒、胡椒粉、鸡清汤各适量。

用法：将鸡宰杀后去毛、内脏、爪，洗净后在沸水中焯片刻，去掉血水，捞出用清水洗净，冬虫夏草用温水洗净，姜切片，葱切段，将鸡头顺颈劈开，取 8—10 条冬虫夏草放入鸡头和颈内，用棉线缠紧，余之冬虫夏草同姜葱一起装入鸡腹内放入罐子中，注入鸡汤，加入盐、料酒、胡椒粉，用棉纸封口上笼蒸烂。出笼后揭去棉纸，拣去葱姜，加调味即成。用法：吃肉喝汤。用于肾阴不足型。

（2）羊肉炖淮山药（经验方）：羊肉 500g，淮山药 150g，料酒、盐、姜、葱、胡椒、羊汤等备用。

用法：将肉剔去筋膜、洗净，略划几刀，再入沸水锅中焯去血水。葱姜拍破待用。淮山药用清水润透后切成片与羊肉一起置于锅中，注入适量羊肉汤，投入葱、姜、蒜、胡椒粉，倒入料酒，用武火烧沸后撇去浮沫，移文火上炖至熟烂，捞出羊肉晾凉，切成片，装入碗中，再拣出原汤中姜葱，调好味连同山药一起倒入羊肉碗内即成。食法：当菜食。用于肾阴虚型。

（四）药酒疗法

1.寒喘

红葵酒（《新医药学杂志》）：天天果 1.35 公斤，千日红花 0.33 公斤，白酒（60 度）5 公斤。制法：采用冷浸法，两种药要分别浸于酒中，放另一容器，一个月后，压榨，过滤，取上两种浸酒的澄清液，加 10—15%的单糖浆。装瓶密封即成。用法：每次 10—20m1，每日三次，或每晚一次，对于不习惯饮酒者，亦可用开水稀释后使用。服药后一般 10—20 分钟，喉胸有热感，以后气喘渐平稳，痰容易咳出，渐有舒适感。

2.热喘

桑根白皮酒（经验方）：桑白皮 250g，吴萸根皮 50g，黄酒 1．5 公斤。制法：将上药细切，用酒煮至 500g，去渣，收贮备用。用法：上药酒分作 3 服，每日空腹时饮 1 服。

3.痰喘

龙葵酒（《陕甘宁青中草药选》）：龙葵果 120g，白酒 250g。浸泡 30 天左右，取酒饮服。每日 1 茶匙，日服 3 次。

4.肺虚喘

（1）小芥子酒方（《外台秘要》）：小芥子（捣碎）30g，白酒 60g。制法：将小芥子用绢袋盛人酒中浸泡 7 日。用法：空腹温服 30 勺，每日 2 次，逐渐增加。

（2）小叶杜鹃酒（《陕甘宁青中草药选》）：小叶杜鹃（干品）60g，白酒 500g。浸泡 7 日后，去渣服用，每次服 10m1，日服 2 次。

5.肾虚喘

猪胰酒（《老老余酒》）：猪胰（细切）三具，大栗 30 个，白酒 90g，制法：将上二药入酒浸泡，密封。秋冬泡 3 日，春夏泡 1 日，以布绞去渣。用法：空腹温服。

（五）茶疗法

1.寒喘

茶实（生熟者佳）、百合根、矾石各等分，共研匀为丸，梧桐子大。每服 3g，空腹白开水送下。（民间验方）

2.热喘

绿茶 2g，石苇 10g，冰糖 25g。石苇快速洗净，加冷水大半碗。烧沸后，用石苇连同沸水冲泡茶叶、冰糖，加盖。3 分钟后可饮。头汁饮之快尽，略留余汁，再泡半怀。每天泡饮 3 次，下午四时后，不再饮服。（民间验方）

3.痰喘

红茶 1g，荔枝干肉 25g，或鲜品 50g。上两味加开水 300ml，泡 5 分钟，分 3 次服。或煎服，每日 1 剂。（民间验方）

4.肺虚喘

生柿子或干柿饼 1 个，放情茶 1.5—3g 同蒸，分 1—2 次服食，连续 1—2 周。（经验方）

5.肾虚喘

茶叶 6g，荞麦面 120g，蜂蜜 60g。茶叶研细末和入。每取 20g，沸水冲泡，代茶饮之。（经验方）

四、肺结核

（一）临床表现

典型肺结核缓慢起病，病程经过较长，有低热、乏力、食欲不振、咳嗽和少量咯血等症状。多数病人病灶轻微，常无明显症状，经 X 线健康检查始被发现；有些病人以突然咯血发现，但在病程中常可追溯到轻微的中毒症状。少数病人急剧发病，有高度毒性症状和呼吸道症状，经 X 线检查，往往是急性粟粒型肺结核或干酪性肺炎。此外，临床上尚可看到一些病人，特别是老年病人，长期以慢性支气管炎的症状掩盖了肺结核。另有一些未被发现的重症肺结核，因继发感染而有高热，甚至发展到败血症或呼吸衰竭方来就诊。还有少数病人因其它疾病经糖皮质激素治疗，致使潜在的结核病变恶化，才被确诊。这些说明肺结核的临床表现是多式多样的，尤其在结核病疫情得到控制，发病率低的地区，临床工作者必须经常注意它的不典型表现。

肺结核一般有如下症状和体征：

1.症状

（1）全身症状全身毒性症状表现为午后低热，乏力，食欲减退，体重减轻，盗汗等。当肺部病灶急剧进展播散时，可有高热。妇女可有月经失调或闭经。

（2）呼吸系统症状

①咳嗽一般为干咳或只有少量粘液痰。伴继发感染时，痰呈粘液脓性。

②咯血约 1/3 病人有不同程度的咯血。痰中带血可因炎性病灶的毛细血管扩张引起；中等量以上的咯血可因小血管损伤或来自空洞内的血管瘤破裂。咯血后低热可能是由于小支气管内残留血块吸收或阻塞支气管引起感染之故；如持续不退，多提示结核病灶播散。有时硬结钙化的结核病灶机械性地损伤血管，或因肺结核的后遗症，支气管扩张而咯血，大咯血时可发生大血性休克；有时血块阻塞大气道，引起窒恩。这时病人神色紧张、烦躁、挣扎坐起、胸闷、气急、发绀，应立即进行抢救。

③胸痛炎症彼及壁层胸膜可引起相应部位的刺痛，一般不很剧烈，但随呼吸和咳嗽而加重。

④呼吸困难慢性重症结核患者呼吸功能明显减损时，可出现渐进性的呼吸困难，甚至紫绀。并发气胸或大量胸腔积液时，则有急剧发生的呼吸困难。

2.体征早期病变小或位于肺组织深部，并无异常体征。若病变范围较大，患侧肺部呼吸运动减低，叩珍呈浊音，听诊有时呼吸音降低，或为支气管肺泡呼吸音。因肺结核好发生在上叶的尖后段或下叶尖段，故锁骨上下、肩胛间区叩诊略浊，咳嗽后闻及湿罗音时，则对诊断有重要意义。当肺部病变发生广泛纤维化或胸膜增厚粘连时，则患侧胸廓下陷、肋间变窄、气管移位、叩诊浊音，而对侧可有代尝性肺气肿体征。

（二）辩证分型

1.肺阴虚型干咳少痰，质粘色白或痰中带血，胸闷隐痛，饮食减少，倦怠无力，口燥咽干，手足心热、舌尖边红，苔薄少津，脉细。治宜滋阴润肺。

2，肺肾阴亏型咳嗽，反复咯血，胸痛，声音嘶哑，两颧潮红，骨蒸潮热，盗汗，男子遗精、舌质红绛，脉象细数。治宜滋养肺肾，清火杀虫。

3.脾肾阳虚型面色苍白，手足不温，食少便溏，肌肉清瘦，腰酸耳鸣，气短乏力，舌质淡，苔薄白，脉细弱。治宜温肾散寒，兼温脾阳。

（三）食物疗法

1.肺阴虚型

（1）鳗鱼汤（民间验方）：取活鳗鱼数条，清水洗涤，先于锅中煮沸清水，再将鳗鱼投入，加盖煮 2—3 小时，鳗油浮于水面，捞取之，加食盐少许，每服半匙，一日二次，饭后服。

另一方法是将鳗鱼切成寸段，放于铁皮筒内，筒的一头用泥封固，另一头用铁丝绕成团塞住，将铁皮筒在炭头上烧，塞铁丝的一头向下，筒口以碗承之，待烧至鳗鱼焦时，鳗鱼油即自下流入碗中，烧至油尽鳗枯成炭为止。除鳗鱼油可用，鳗炭研细，每日服二次，每服 3—6g。

（2）杏仁贝母冰糖饮（民间验方）：杏仁 12g，沙参 12g，川贝母 6g，冰糖 15g，研细末。每次 3g，加鸡蛋一个，开水冲服，日服 2 次。

（3）羊肉麦仁生姜粥（民间验方）：羊肉 500g，小麦仁（小麦去皮）60g，生姜 9g，熬炖成稀粥，早晚分食，连服一月。

（4）仔鸡补肺方（民间验方）：仔鸡一只，去皮和内脏，洗净，腹内装入花椒 90g，缝好，勿令漏出，干蒸熟。早晨初醒，即食鸡肉，但不可食得太多，以免影响消化。连食 3—4 只鸡，就有效验。

（5）贝梨猪肺方（民间验方）：川贝母 10g，梨 2 个，猪肺 250g。先将梨削去外皮，切成数块，猪肺切成片状，用手挤去泡沫，与川贝母一起放入砂锅内，加冰糖少许，清水适量，慢火熬煮 3 小时后服食。

2.肺肾阴虚型

（1）初期低热，用枸杞根 15g,或嫩苗及叶常煎服，代茶饮，对退潮热有帮助，若加枸杞子则更有补肾强壮作用。（民间验方）

（2）猫肉汤（民间验方）：猫肉 120g，黄芪 30g，当归、黄精各 12g，百合、王竹各 10g，共炖汤服。

（3）蛋壳蛋黄油（民间验方）：鸡蛋壳 5—6 个，研细，再加入鸡蛋黄 5—6 个。搅和后置搪瓷（或陶器）锅内，于炭火上炒拌至焦黑色即有褐色油渗出，将油盛在盖碗内备用。每次饭前一小时服 35 滴，或盛入胶囊内，每次服 2 个胶囊，一日 3 次。

（4）腰酸膝软无力，取 2500g 黄精熬制一斤浸膏，每日 4 次，每次 10ml。（经验方）

3.啤肾两虚型

（1）五汁蜜膏（《经验广集》）：去核鸭梨 1000g，白萝卜 1000g，生姜 250g，洗净切碎，分别以洁净纱布绞汁。取梨汁和萝卜汁放入锅中，先以大火后以小火煎熬成膏状，加入姜汁以及炼乳 250g 和蜂蜜 250g 搅匀，继续加热至沸，停火冷却，装瓶备用。每次 1 汤匙，以沸水冲化（或可再加黄酒少许）饮服,每日 1 次。

（2）雄鸭补益方（民间验方）：老雄鸭 1 只,去毛和内脏，冬虫草 15g，放入鸭腹内，加清水适量，放瓦盅内隔水炖熟，调味服食。无老雄鸭时，选用老雌鸭亦可。

（3）鱼姜红枣方（经验方）：生鱼（斑鱼、乌鱼、花鱼）1 条，生姜 2 片，红枣 3 枚；将生鱼除去肠脏与姜、枣同煮，用水 7 碗煮成 2 碗，分早晚饭后吃，每日吃 2—3 次。

（4）食少便溏：以生山药 120g 切片，煮汁两碗，当茶饮之。或以山药粉 20—30g 以凉水涸于锅内，不时以筷搅之二三沸即成粥，或在山药粥中加熟鸡子黄三枚调入食之。（民间验方）

（四）药酒疗法

1.肺阴虚型

桑根白皮酒方（《圣济总录》）：桑根白皮 300g，狼牙（去连苗处，净刷，去毛）90g，吴茱萸根皮（净刷去土）150g。用法：上三味细剉，用酒 1.5 公斤，煮至 0.5 公斤。去滓分服，每次 30g。

2.肺肾两虚型

鳖甲酒（民间验方）：鳖甲一个，取血，以适量热黄酒冲服，当日服完，连服一周。

3.脾肾两虚型

鳗鱼酒（民间验方）：鳗鲡（鳗鱼）2 条，除去肠脏。用酒 200g，水一碗煮熟，加盐、醋吃。

（五）茶疗法

1.肺阴虚型

（1）绿茶 1g，十大功劳叶（可连枝）10g。用法：十大功劳叶于品放入杯中后，用冷开水快速洗净（将杯子盖严，重摇几次），立即滤去冷水。再加茶叶，用刚沸的开水，冲泡大半杯，加盖，10 分钟后即可饮服。头汁饮至快尽时，略留余汁，再泡再饮，直至冲淡、去渣。用于肺结核阴虚型，效果良好。（民间验方）

（2）绿茶 1g，胖大海 9g，橄榄 5g，蜂蜜 25g。用法：胖大海、橄榄加

水大约 600ml，煮沸 5 分钟去渣后，加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次，饭后服。日服 1 剂。（民间验方）

2.肺肾阴虚型

绿茶 1g，甜瓜 200g，莲藕 100g、冰糖 25g，莲藕、甜瓜切片与冰糖加水至 500ml，煮沸 3 分钟，加入绿茶即可。分 2 次服。日服 1 剂。（经验方）

3.脾肾阴虚型

（1）绿茶 1g，鸡蛋 1—2 只，蜂蜜 25g。水 300m1，煮沸后加入绿茶、鸡蛋、蜂蜜，待蛋熟后即可。每天早餐后服 1 次，日服 1 剂，45 天为一疗程。（经验方）

（2）绿茶 1g，浮小麦 200g，大枣 30g，莲子 25g，生甘草 10g，后四味加水 1500ml，先煎至浮小麦熟后，加入绿茶即可。每次服 100ml，日服 3—4 次。可复煎服，日服 1 剂。（民间验方）

五，矽　　肺

（一）临床表现

1.症状由于吸入硅尘的刺激引起咳嗽与咳痰，或为反射性咳嗽。少数患者可有血痰。前胸可有针刺样疼痛或闷痛。胸闷或气短的程度与病变范围及性质有关。病变广泛和进展快者，呼吸困难就明显。除呼吸症状外，还可有头晕、乏力、失眠、心悸、胃纳不佳等全身症状。

2.体征早期矽肺体征可无异常，三期矽肺由于大块纤维化使肺组织收缩，导致气管移位和叩诊浊音。若并发慢性支气管炎、肺气肿和肺心病时，可有相应的体征。

矽肺尚有一些特殊类型的表现，如急进型矽肺，是由于在高浓度的二氧化硅粉尘的情况下作业，在数月或 1—2 年内发病，且进展迅速；晚发型矽肺，在脱离粉尘接触后数年发生矽肺；Caplan 综合症，为并发类风湿病的煤矽肺，进展较快，多伴有类风湿关节炎，血清中类风湿因子阳性。Caplan 综合症亦可发生在其它尘肺。进行性大块纤维化，是因煤尘中约含 10—20%的二氧化硅，长期吸入引起的一类型矽肺。煤矽肺结节的周围常有局限性的肺气肿，多合并结核，并常有空洞形成。

（二）辩证分型

1.气虚津伤型咳嗽少痰或有稀痰，气短，轻度胸闷或胸痛，体力劳动后感气短，自汗，乏力。舌质淡红，舌苔薄白，少津，脉细或缓或数。治宜益气生津，祛淤散结为主。

2.火燥伤阴型干咳、咯少量粘痰或痰中带血，气短；或见咳嗽气促，胸紧闷痛，盗汗，咽干口渴，溺赤便燥。舌质光红少苔，脉弦数或细数。治宜养阴清肺，法淤散结为主。

3.肺肾两虚型迁延日久，咳嗽气喘，面色灰暗，舌质红而苔少，脉沉细。治宜以益肺温肾为主。

（三）食物疗法

1.气虚津伤型

（1）山药补肺汤（民间验方）：山药 30g，太子参 15g，玉竹 15g，桔梗 9g，红糖适量。用法：将药物水煎，冲红糖服用。早晚各 1 次，常服。

（2）冬虫夏草 10—15g，百合 15g，鲜胎盘半个，鲜藕 50g，隔水炖服

用。隔天 1 次，连服 10—15 次为一疗程。（民间验方）

（3）每日大量吃鲜萝卜、鲜荸荠。经一段时间后，黑色痰可减少，咳嗽逐渐减轻，连服半年至一年，症状可逐渐消失。（民间验方）

2.火燥伤阴型

（1）枯草麦冬白糖饮（民间验方）：夏枯草 15—25g，麦冬 15g，白糖 50g。用法：先用水煎夏枯草、麦冬 10—15 分钟，再加白糖煮片刻，代茶饮，每天 1 剂，常服。

（2）萝卜白糖汁（经验方）：新鲜萝卜 500g，白糖适量。用法：将萝卜洗净切碎，用洁净纱布绞取汁液，加白糖调服。每天 1 次，常服。

（3）猪肉枯草沙参汤（民间验方）：瘦猪肉 50g，夏枯草 15—25g，沙参 15g。用法：共煮汤调味后服食，每天 1 次，7 天为一疗程。

3.肺肾两虚型

蛤蚧蜂蜜饮（民间验方）：蛤蚁数只，蜂蜜 30g，鲜萝卜适量。用法：将蛤蚧焙干研末，每次 6g，加蜂蜜，用萝卜煎水冲服。每天 1 次，常服。

（四）药酒疗法

1.气虚津伤型

绿豆酒（《寿世青编》）：绿豆、山药各 60g，黄柏、牛膝、元参、沙参、白芍、山桅、天门冬、麦门冬、天花粉、蜂蜜各 45g，当归 36g，甘草 9g，酒适量。制法：除蜂蜜外，将药物粉碎，以绢袋装好，浸入酒内数日后兑入蜂蜜即成。用法：适量饮用。

说明：如有动血，如咳血、衄血等现象则应慎用。

2.火燥伤阴型

西洋参酒（经验方）：西洋参 30g，米酒 2509。用法：将西洋参入净瓶中，用酒浸之。7 日后即可取用。每次空腹饮一小杯，每日 2 次。

3.肺肾两虚型

红颜酒（《万病回春》）：胡桃肉（捣碎）、红枣（捣碎）各 120g，杏仁（泡去皮夹煮 4—5 沸，晒于并碎）30g，白蜜 100g，酥油 70g，好烧酒 1 公斤。制法：先以蜜、油溶开入酒，随将三药入酒内浸 7 日后开取。用法：每早、晚空服 2—3 盅。

（五）茶疗法

1.气虚津伤型

（1）茶末僵蚕散（民间验方）：好茶末和白僵蚕各 30g，研末，放入碗内盖好，用一小杯开水冲泡，临睡前加水服之。

（2）茶叶荞麦蜂蜜饮（民间验方）：茶叶 6g，荞麦粉 1209，蜂蜜 60g。用法：茶叶碾碎成细末和入。每次取 20g，沸水冲泡，代茶饮之。

（3）茶叶、干菊花各 2g，用沸水冲泡 6 分钟，每日饭后 1 杯。

2.火燥伤阴型

（1）茶叶橘散（经验方）：绿茶 5g，橘红 1 片。放入茶杯中，沸水冲泡，再入沸水锅中隔水蒸 20 分钟后代茶频饮。治火燥伤阴，痰粘似胶。

（2）茶叶倍子曲（民间验方）：茶叶 30g，五倍子 500g，酵糟 120g。用法：将五倍子捣碎，研未过筛，加入茶叶末、酵糟，同置容器中拌匀捣烂，摊平，切成约一寸见方的小块，候发酵至表面长出白霜时取出，晒干，贮藏于干燥处。每取一块，放入茶杯中，沸水冲泡，代茶饮或泡汤含漱。治火燥伤阴，痰粘稠难以咯出。

3.肺肾两虚型

（1）绿茶芒果饮（经验方）：绿茶 0.5—1g，芒果（去核）皮肉 50g，白糖 25g。用法：鲜果洗净去核用皮肉加水 400ml，煮沸 3 分钟，加入绿茶和白糖即可。分 2 次，温服。日服 1 剂。

（2）鸡蛋绿茶方（经验方）：取鸡蛋 2 个，洗净外壳，放入锅内，加绿茶 15g 和水 400ml，文火煨，蛋熟后去壳再煨，至水干时取蛋吃，每日 2 次，每次 1 个，连吃 15 天为一疗程。

第二章　消化系统疾病

一、胃及十二指肠溃疡

（一）临床表现

临布表现的特点有：①慢性过程，一般少则几年、多则十余年甚至几十年。②周期性发作，病程中多出现发作期与缓解期相互交替。发作期可达数周至数月不等，其持续时间和发作频率因溃疡的发展情况和治疗效果而异。缓解期反映溃疡为非活动性或在愈合中，甚至已愈合，可长至数月或几年。发作不少与以下因素有关：季候（秋未和冬天发作者最多，其次是春天）、精神紧张、情绪波动、饮食不调或服用与溃疡发病有关的药物等，但少数可无明显诱因。③节律性疼痛。有合并症时周期性和节律性消失。

患者如就医早，则慢性和周期性可不突出。部分患者（约 10—15%）平时可缺乏明显症状而以并发症为其首先临床表现。

1.症状

（1）疼痛上腹疼痛或不适是主要症状，其发生机理有：①溃疡和其周围组织的炎性病变可提高局部内感受器的敏感性、使对胃酸刺激的痛阈降低；②局部肌张力增高或痉挛；③胃酸对溃疡面的刺激。

疼痛的性质不一，可为饥饿样不适感。钝痛、胀痛、灼痛或剧痛等。胃溃疡的疼痛多位于剑突下正中或偏左，十二指肠溃疡则位于上腹正中或稍偏右。两者的部位差异不是绝对的。疼痛的范围一般如手掌大小，可有局限的疼痛点。当溃疡较深，特别是穿透者，疼痛可涉及背部。节律性是疼痛的特征，见于约一半的患者，胃溃疡的疼痛多在餐后半小时至两小时出现，至下一餐前已消失。十二指肠溃疡则多在餐后 3—4 小时出现，持续至下次进餐，进食后可减轻或完全缓解，故亦称空腹痛，一般出现在午餐和晚餐前；疼痛也可见于晚间睡前或半夜出现，称夜间痛。如胃溃疡位近幽门，其疼痛的节律可与十二指肠溃疡相同。疼痛可因饮食失慎、情绪激动、气候突然变冷等因素而加重，因服制酸药、休息、以手按或热敷疼　痛部位、呕吐而减轻或缓解。当疼痛的节律发生变化时，应考虑病变正在进一步发展，或已出现并发症。穿透性胃溃疡的疼痛可放射到左上腹、胸和背后，穿透性十二指肠溃疡的疼痛则放射到右上腹和背后。少数患者可无疼痛或仅有轻微疼痛。

（2）其它胃肠道症状嗳气、反酸、流涎、恶心、呕吐等单独或伴同疼痛出现。反酸和流涎是贲门松驰和迷走神经兴奋的表现。呕吐和恶心多反映溃疡具有较高的活动程度，大量呕吐宿食，提示幽门梗阻。

（3）全身性症状患者可有失眠等神经官能症的表现和缓脉、多汗等植物神经功能不平衡的症状。疼痛较剧而影响进食者可有消瘦及贫血。

2.体征缓解期一般无明显体征。发作期如无并发症，可仅于上腹疼痛区有压痛，一般较轻。

（二）辨证分型

1.饮食停滞型胃脘饱胀痛，恶心恶食，吐后痛缓，嗳气如败卵，苔白厚腻，脉象弦滑。治宜消食导滞。

2.肝气犯胃型胃脘胀痛，或牵及胁肋，嗳气则舒，食欲减退，每因情志刺激加重或诱发，舌苔薄白，脉象沉弦。治宜疏肝理气，和胃止痛。

3.湿热郁蒸型胃脘胀满，灼热疼痛，嘈杂泛酸，口渴不多饮。舌质红，

苔白腻或黄腻，脉象弦滑。治宜清化湿热，理气和胃。

4.胃阴不足型胃部隐痛或灼热疼痛，不思饮食，口于唇燥，舌红无苔少津，脉象细数或弦细。治宜养阴和胃，佐以清热。

5.脾胃虚寒型胃脘隐痛，喜按喜热，遇冷加重，食欲不振，泛吐清水，神倦体乏，大便较稀，舌淡苔白，脉象沉细而弱。治宜温脾健胃，散寒止痛。

6.淤血阻络型胃脘刺痛拒按，食后痛甚，或见呕血黑便，舌质紫暗，脉象弦涩。治宜理气化淤，和胃止痛。

7.寒气犯胃型胃脘痛暴作，得热痛缓，遇冷加剧，喜热饮热食，口淡溲清，舌淡苔白，脉象弦紧。治宜温中散寒。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）少吃多餐，按时用膳。少吃可使胃窦部不致过度扩张而刺激胃泌素分泌导致胃酸分泌，多餐在于补充少吃之营养不足，一般每天 4—5 顿即可。

（2）面食为主，低脂和适量蛋白质。面食不仅柔软，而且还可稀释胃酸，特别是面食中所含的碱还有中和胃酸的作用，但不爱吃面食者或吃面食不耐者，也可用粥或软饭代替。低脂是因为油脂食品如肥肉、肉汤、鸡鸭汤和油锅煎炸之品，均可刺激胆囊收缩素的分泌，使胃徘空减慢，食物在胃腔滞留，从而刺激胃泌素和胃酸分泌，至于蛋白质虽有中和胃酸的作用，但很微弱；同时，蛋白质又是一种胃酸分泌的强烈刺激剂，因此肉鱼和禽蛋类食品，只能适量选用。

（3）忌过甜、过咸、过热、生冷。过甜、过咸之食品如甜羹、酒酿、八宝饭、咸菜、咸鱼和咸肉，均可使胃酸分泌增加。过热生冷的食品如生冷水果和菜饭、冷饮和滚水、滚汤，均不利于症状缓解和溃疡愈合。

（4）忌多渣、产气食品，刺激品，如烟、酒、茶、咖啡和辛辣之类，部可引起胃粘膜损害和胃酸分泌，故不宜食用。忌用病人过去食用后加剧胃和十二指肠溃疡症状的任何不能耐受的食品，则对溃疡病症状的缓解和愈合有利。

2.食疗方法

（1）饮食停滞型

①三粉冲剂（民间验方）：仙人掌粉（去刺，洗净切片，晒干或烘干，研末过筛即可），乌贼骨粉，鸡内金粉。制法：①仙人掌粉 500g；②仙人掌粉 500g，鸡内金粉 30—60g；③仙人掌粉 500g，鸡内金粉 30—60g，乌贼骨粉 60—90g。根据病情需要及药物作用可配成溃疡粉 1、2、3 号。服法：每日 2 次，每次 1g，早晚内服，3 周为一疗程。

②莱菔子粥（（民间验方）：莱菔子炒后研末，每次取 10—15g， 与米同煮粥后食用。

（2）肝气犯胃型

①蜂蜜白矾苏打饮（经验方）：蜂蜜 500g，白矾 6g，苏打 120g 煎熬，每天饭前服一匙，日服 3 次，半月服完，为一疗程。

②瓜蒌内金贼骨薤白冲剂（经验方）：瓜蒌、鸡内金各 30g，乌贼骨 90g，薤白 12g，砂仁 15g，用法：共细末，白开水服，每天 3 次，饭前服 3—6g。

③橘度粥（民间验方）：橘皮切碎，同米煮粥食用。

④佛水冲剂（经验方）：鲜佛手 15g（干品 6g）。用法：用开水冲泡代茶饮。或用佛手、玄胡各 6g，煎水代茶饮。使用次数酌情而定。

⑤茉莉花粥（民间验方）：茉莉花 3—5g，粳米 60g。甲法：将茉莉花用水煮开后捞出，入粳米煮粥，加白糖适量调食，酌情食用 5—7 天。

（3）湿热郁蒸型

①薏米豆汤（经验方）：薏米 30g，白扁豆 30g，佛手 9g，山药 30g。用法：先将佛手加水 3 碗煎汤去渣，再入扁豆、粳米煮粥，每天食 1 剂，连服 10—15 天。

②萝卜马蹄粳米粥（民间验方）；红萝卜 250g，水马蹄 250g，粳米 60g，陈皮 9g。用法：先将红萝卜和水马蹄洗净、煮熟，再入粳米和陈皮煮粥食。每天 1 剂，视病情定食用天数。

③乌贼骨贝母冲剂（经验方）：乌贼骨 85%，贝母 15%，研细末，外加 10%大黄末，制成散剂，每天服 1.5—3g（加元胡效果更好），一日服 3 次。

④瓦楞陈皮冲剂（民间验方）：锻瓦楞子 30g，陈皮 15g。用法：共研细面，每次 3g，日服 3 次，温开水送服。

⑤西瓜水（经验方）：取西瓜瓤，挤汁饮用。

（4）胃阴不足型

①鳖肉猪肚方（民间验方）：鳖肉 250g，猪肚 1 个。用法：将鳖肉放肚内，炖熟。吃肉喝汤，分数次吃，连吃 7 剂为一疗程。

②牛奶蜂蜜（经验方）：牛奶 250g，煮沸，调入蜂蜜 50g，白芨 6g，调匀后服用。

③蜂蜜（经验方）：蜂蜜 1 两，温水冲后，空腹服用。

（5）脾胃虚寒型

①肉桂当归丸（民间验方）：肉桂、当归各 30g，吴萊萸 10g，鸡内金 2g，陈皮曲 30g。用法：共研细末，炼蜜为丸。每日 2 丸（3g）早晚服，开水送下。

②胡椒炖猪肚方（民间验方）：白胡椒 15g，猪肚 1 个。用法：将胡椒捣碎，装入洗净的猪肚中，略加水，然后把猪肚两端扎紧，慢火炖熟，调味吃，每 3 天吃 1 个，连食 3—4 个。

③干姜胡椒末（民间验方）：干姜 6g，胡椒 10 粒，两味共研为末。每日 2 次，用开水冲服，1 天服完，使用次数酌定。

④糯米红枣粥（《养生益寿百科辞典》）：糯米和红枣适量，同煮成粥，常食用。

⑤炖猪肚（经验方）：猪肚 3—4 两，生姜 50g，肉桂 3g，隔水炖烂后分 2 次服用。

（6）淤血阻络型

①三粉蜂蜜丸（《民间偏方秘方精选》）：元胡粉 500g，乌贼骨粉 1500g，枯矾粉 2000g，蜂蜜 1500g（制丸剂用 3000g）。制法：a，片剂：取前药混匀，加入蜂蜜 3000g，调成湿砂状，过十二目筛，放烘箱内（70—90℃）烘干。再过筛加入硬脂酸镁（润滑剂），l%干燥淀粉（崩解剂），拌匀压片，每片 0.6g（硬脂酸镁和淀粉要先过 100 目筛，将淀粉在 90—100℃烘箱内干燥 3 小时）；b.丸剂：前三药混匀，加入蜂蜜 3000g 制丸，丸重 3—6g。用法：片剂每日 3—4 次，每次 5—7 片。丸剂每日 3—4 次，每次 6g，一般三个月为一疗程。

②鲜藕蜂蜜汤（民间验方）：鲜藕 2 节，蜂蜜适量。将藕节切开一头，藕眼里灌入蜂蜜，再将切下的一头盖上，蒸熟后吃，另一节切碎，水煎喝汤。

③鸡蛋莲藕田七汤（民间验方）：鸡蛋一个，莲藕 250g，田七末 3g。把鸡蛋打入碗中搅拌，加藕汁 30ml（用鲜藕去皮洗净后榨取）及田七末，拌匀（可酌加冰糖调味），隔水炖熟服食。每天 1 剂，连服 8—10 天。

④甜咸小白菜汁（经验方）：小白菜 250g。用法：洗净，剁碎，以食盐少许腌拌 10 分钟，用洁净纱布绞取汁液，加白糖适量，每天分 3 次，空腹饮用。

⑤黑枣、玫瑰花各适量。用法：枣去核，装入玫瑰花，放碗中盖好，隔水蒸烂。每次吃枣 5 个，每天 3 次，经常食用。（经验方）

（7）寒气犯胃型

①良姜粥（《养生益寿百科辞典》）：良姜 15g（为末），白米 1000g，水 2000ml。先水煎良姜至 1500ml，去渣后再下米煮粥食用。

②良姜炖鸡块（《养生益寿百科辞典》）：公鸡一只，去毛和内脏，洗净、切块，放置砂锅内，加入良姜、苹果各 6g，陈皮、胡椒各 3g，葱、酱、食盐适量，醋少许，加水以小火煨炖，熟透即可食用。

（四）药酒疗法

1.饮食停滞型

荔枝酒（《中国食疗学》）：荔枝 5 只去皮，酒 50ml，加水至一碗，煮沸 10 分钟后食。

2.肝气犯胃型

（1）鸡蛋冰糖酒（《民间偏方秘方精选》）：鸡蛋 12 只，冰糖 500g，黄酒 500ml。用法：将蛋打碎搅匀，加入糖、酒共熬成焦黄色，每日饭前服一大匙，每日 3 次。

（2）胡桃青果酒（《茶酒治百病》）：胡桃青果皮 60g，侵入 250ml 烧酒中，密闭 7—10 日后用，每次 3—5ml。

（3）茴香菖蒲枳壳酒（《茶酒治百病》）：小茴香（炒）、石菖蒲根、枳壳各 100g，烧酒 1000ml，侵 10 天后，每日 2 次，饭后适量饮服。

（4）玫瑰露酒（《中国食疗学》）：鲜玫瑰花 3500g，白酒 15000g，冰糖 2000g。制法：将药浸入酒中，同时放入冰糖，浸月余，要用瓷坛或玻璃瓶贮存，不可加热。用法：每次饮 1—2 盅。

3.湿热郁蒸型

（1）公英酒（《茶酒治百病》）：蒲公英（全草）25g，水煎服，每日 1 剂，分早、中、晚 3 次，每次加米酒一汤匙，连服 7—10 日为一疗程。

（2）佛手酒（《中国食疗学》）：佛手 30g，白酒 1 公斤。制法：将上药洗净，用清水润透后切片，再切成三份正方形小块，待风吹略收水气后，放入坛或瓶内，然后注入白酒，封口浸泡。隔 5 天，将坛搅拌或摇动 1 次，10 天后开坛去渣，即可取用。用法：每日酌量饮用 3—5g。

4.胃阴不足型

鲤鱼酒（《中医百病药酒疗法》）：黑色鲤鱼去肠杂（不去鳞），切小块以 50%热酒浸，加盖焖数小时，去渣，取汁约 500ml，加冰糖 50g，每日饭后 2 小时服 50ml，每日 2—3 次。

5.脾胃虚寒型

（1）茴香酒（经验方）：小茴香 50g，入 500ml 白酒浸加盖，一周后白酒呈淡绿色，依据酒量服用。

（2）温脾酒（《杂病广要》）：干姜、甘草、大黄各 30g，人参、制附

子各 20g，黄酒 500g。制法：将上药共捣细，用酒浸于净瓶中，5 日后开取，去渣备用。每次温饮 10—20ml.每日早晚各 1 次。

（3）核桃酒（民间验方）：生核桃（刚生核桃仁的带绿皮核桃）18g，白酒（60 度）250g。用法：将核桃切碎（或砸碎）装人广口玻璃瓶内，加酒浸泡，瓶中密封，放日光下，连晒 20—30 天（晚间移入室内），酒由橙黄色变为黑色为止。用纱布过滤，密贮，越陈越好。用时内服 5—10ml。

6.淤血阻络型

（1）核桃仁酒（《陕甘宁青中草药物》）：青核桃 6 斤，白酒 10 斤，将青核桃捣碎，侵泡 20—30 天服用。每次服 10—15ml，日服 3 次。

（2）猪骨酒（民间验方）：猪骨头（腿、肋、脊骨皆可）适量，砸碎烧炭存性，研细末，装瓶备用。每次 10—15g，黄酒半茶碗冲服，早晚各 1 次。

7.寒气犯胃型

良姜川芎使君酒（《中国食疗学》）：良姜、川芎和使君子各 12g，加烧酒 500m1，隔水蒸约 20 分钟，每饭前喝 1—2 盅。

（五）茶疗法

1．饮食停滞型

茶叶酱袖饮（民间验方）：茶叶 9g，酱油 30ml。茶叶以水 1 杯先煮开，加酱油再煮开，每日 2—3 次，顿服。

2.肝气犯胃型

（1）芽茶冲剂（民间验方）：芽茶 300g，檀香和白豆蔻各 15g，片脑 3 克。上药共研细末，用甘草青为丸，不拘时细嚼。

（2）绿茶和绿萼梅各 6g，沸水冲泡，代茶频饮。（民间验方）

3.湿热郁蒸型

绿茶 1.5g，徐长卿 4g，麦冬、青橘叶和白芍各 3g，生甘草 2g，玫瑰花 1.5g。上药共研粗末，沸水冲泡代茶饮。每日 1 剂。连服三个月为一疗程。（民间验方）

4.胃阴不足型

茶叶白糖蜂蜜饮（经验方）：茶叶、白糖和蜂蜜各 250g，加水 4 大碗，煎成二碗，滤渣，冷后储于有盖瓶中，经 12 日后服用。每日早晚各服 1 汤匙。蒸热后服。

5.脾胃虚寒型

红茶冲剂（经验方）：红茶 5g，放入保温杯中，以沸水冲泡焖 10 分钟，再调入蜂蜜和红糖适量。趁热频饮。每日 3 剂，饭前服。

6.淤血阻络型

绿茶藤瓜饮（经验方）：绿茶 1g，藤瓜干品 60g，若缺藤瓜改用木瓜，剂量相同。用法：瓜切片加水 500ml，煮沸 5 分钟，加入绿茶，分 3 次，饭后服，日服 1 剂。

7.寒气犯胃型

茶叶红糖冲剂：茶叶 2g，加红糖 10g，沸水冲泡，趁热饮用。（经验方）

二、慢性胃炎

（一）临床表现

慢性胃炎的病程迁延，部分患者可无任何临床表现，但大多数可有程度

不同的消化不良症状，特别是胆汁反流存在时，常表现为持续性上中脘部疼痛，可于进食后立即出现，可伴有胆汁性呕吐和食道炎的表现。胃体胃炎和胃窦胃炎可有不同的临床特点。胃体胃炎一般消化道症状较少，有时可出现明显厌食、体重减轻，可伴有贫血（多系缺铁性贫血），在我国仅有少数发生恶性贫血。胃窦胃炎的胃肠道症状较明显，有时颇似消化性溃疡，可有反复小量上消化道出血，甚至出现呕血，系胃粘膜屏障遭受破坏而发生急性糜烂所致。

慢性胃炎多无明显体征，有时可出现上腹部轻度压痛。舌质、舌乳头萎缩、贫血、消瘦等表现。

（二）辨证分型

1.肝胃气滞型胃脘胀痛，饱闷不适，食后尤甚。痛无定处，胃痛连胁，暖气频作，矢气较舒，或有恶心呕吐、泛酸。苔白薄，脉沉弦等。治宜舒肝和中、调和胃气为主。

2.胃热阴虚型脘痛顽固，胃中有灼热感，疼痛多无规律性，但夜间和空腹为多，得食较缓。口干而苦，颧赤，心烦易怒，脉弦细而数等。治宜疏肝泄热、养阴清热为主。

3.脾胃虚寒型胃皖部隐隐作痛，喜暖喜按，食欲减退，饭后饱胀，消瘦，面色无华，神疲乏力，手足不温，舌淡，苔白，脉沉细无力等。治宜健脾益气、温中和胃为主。

4.湿热型

上腹痛、刺痛或绞痛，拒按，口臭，大便于结或溏，舌质红，苔黄而腻、脉弦数。治宜健脾清热化湿。

（三）食物疗法

1.肝胃气滞型

（1）生姜橘皮煎（《中国食疗学》）：生姜、橘子皮各 20g，水煎，每日 2—3 次。

（2）砂仁木香冲剂（民间验方）：砂仁 5g，木香 1g，藕粉、白糖适量。制法：将砂仁、木香研成面，和藕粉搅匀。食法：加白糖冲服，每日二次。

（3）党参 20g，柴胡 6g，陈皮 3g，黄米（大米炒至焦黄）50g。用法：上药加水 4 碗煎至一碗半，代茶饮。隔天一次，连服 1—6 天。（《常见病饮食疗法》）

（4）砂仁煮猪肚（经验方）：猪肚 1 个，砂仁末 10g，胡椒粉、花椒、姜、葱、猪油、盐、料酒、味精各适量。制法：将猪肚洗净，切片放入锅内煮沸，捞去俘沫，下入砂仁末、胡椒粉、葱、姜等调料，煨至汤烂。食法：饮汤食肚。

（5）萝卜丝饼（《中国食疗学》）：白萝卜洗净，制成丝，用素油煽炒五成熟，加肉末，调匀为馅备用。面粉适量，加水揉拌，合面团稍软，成片，填夹萝卜丝馅，烙成小饼，每日吃 1—2 个小饼，每日 3 次。

2．胃热阴虚型

（1）麦冬茶（《中国食疗学》）：麦冬、党参、北沙参、玉竹、天花粉各 9g。将上药共研成粗末。当茶饮，每服 1 剂，每日 1 次。

（2）番茄汁半杯，山渣汁一盅，混匀服下。一日 2—3 次。（经验方）

（3）石斛 12g，玉竹 9g，大枣 5 枚，粳米 60g。石斛、玉竹煎汤后去渣，入大枣、粳米煮粥食，每天 1 剂，连服 7—8 天。（民间验方）

3.脾胃虚寒型

（1）每次可用鲜牛奶 150—200ml，生姜汁一汤匙，白糖少许，放瓦盅内，隔水炖服。（民间验方）

（2）白胡椒 15g，猪肚 1 个。用法：将胡椒略打碎，放入治净的猪肚内，并留少许的水分，然后头尾用线扎紧，放砂锅内慢火炖至烂熟，调味服食。隔 2—3 天服一次，连服 3—5 次。（《常见病饮食疗法》）

（3）猪肚粥（《养生益寿百科辞典》）：猪肚 500g，洗净，加水煮七成熟，捞出，切成细丝备用，再以大米、猪肚丝各 100g，猪肚汤适量，煮成粥。可加葱姜、五味调料。经常食用，可治脾、胃虚寒症。

（4）木瓜 500g，生姜 30g，米醋 500g。用法：共放瓦锅中加水煮汤，分 2—3 次吃完。2—3 天 1 剂，可常服食。（经验方）

4.湿热型

（1）薏米、白扁豆煎剂（《中国食疗学》）：薏米 30g，白扁豆 30g，佛手 9g，山药 30g。将上述各味洗净，加水煎。每日 1 剂，连服 7—10 天。

（2）赤小豆山药粥（《养生益寿百科辞典》）：赤小豆 50g，生山药（鲜者良）30g,白糖适量。用法：先煮赤小豆至半熟后，放入山药（去皮切片）煮至成粥，加糖，晨起作早餐食用。

（3）海蜇大枣膏（《养生益寿百科辞典》）：海蜇 500g，大枣 500g，红糖 250g。制法：将大枣、海蜇洗净，加红糖水共煎成膏状备食。每日 2 次，每次服 1 匙。

（4）红萝卜粳米粥（《养生益寿百科辞典》）:红萝卜 25g，水马蹄 250g，粳米 60g，陈皮 9g。制法：先将萝卜和马蹄洗净，煮熟，再加入粳米和陈皮，煮粥食。每日 1 剂，早晚食。

（四）药酒疗法

1.肝胃气滞型

（1）胡桃青果皮 60g，侵入 250ml 烧酒中，密闭 7—10 日后用，每次 3—5ml。（《茶酒治百病》）

（2）乌稍蛇或蝮蛇，用高粱酒（或米酒）浸一年以上，根据各入酒量每次约饮 10—30ml 左右，每日 2 次。（《茶酒治百病》）

2.胃热阴虚型

甘蔗汁和葡萄糖各 1 盅，混合服，每日早晚各一次。（民间验方）

3.脾胃虚寒型

香菜汁 1000g，葡萄酒 500ml。用法：将香菜浸入酒中，3 日后，去叶，饮酒，疼时服 15ml。（民间验方）

4.湿热型

蒲公英（全草）25g，水煎服，每日 1 剂，分早、中、晚 3 次，每次加米酒一汤匙，连服 7—10 日为一疗程。（民间验方）

（五）茶疗法

1.肝胃气滞型

（1）二绿茶（《江西中医药》）：绿萼梅 6g，绿茶 6g。上二味，沸水冲泡 5 分钟即可。每日 1 剂，不拘时温服，具有疏肝理气、和胃止痛之功。

（2）玫瑰佛手茶（《食疗本草学》）：玫瑰花 6g，佛手 10g，上二味，沸水冲泡 5 分钟即可，代茶饮。每日 1 剂，不拘时温服，具有理气解郁，和胃止痛之功。

2.胃热阴虚型

徐长卿、北沙参、当归各 3g，黄蔑 4.5g，乌梅肉、生甘草、红茶各 1.5g。上药共研为粗末，沸水冲泡。食法：代茶频饮，每日 1 剂，连服三个月为一疗程。（《茶酒治百病》）

3.脾胃虚寒型

茶叶 6g，老姜 10g，水煎服。每日 1 剂。（经验方）

4.湿热型

茶叶、白砂糖各 250g。用法：上二味加水适量，煮数沸，候冷沉淀去渣，贮于洁净的容器中加盖，于干燥区贮藏。经 6—12 日后，若色如陈酒，结面如罗皮，即可服用；若未结面，则只要 7—14 日，就可饮服。用法：每日 2 次，早、晚将上茶蒸熟后各服 1 调羹。具有和中化湿清热，消炎敛溃之功。（《茶酒治百病》）

三、慢性非特异性溃疡性结肠炎

（一）临床表现

起病多数缓慢，少数可急性起病，病程呈慢性经过，迁延数年至十余年，常有发作期与缓解期交替，或呈持续性并逐渐加重，偶见急性暴发性过程。精神刺激、劳累、饮食失调常为本病发作的诱因。临床表现和病程长短、病变范围、病期早晚及有无并发症等有　关。

1.消化系统表现

（1）腹泻一般均有腹泻，系因炎症刺激使肠蠕动增加及肠腔内水、钠吸收障碍所致。腹泻程度轻重不一，轻者每日排便 3—4 次，或腹泻与便秘交替出现，重者排便次数频繁，可每 1—2 小时排便一次。粪质多糊状，混有粘液、脓血，亦可只排粘液、脓血而无粪质。

（2）腹痛轻型或病变缓解期可无腹痛，或仅有腹部不适。一般有轻度至中度腹痛，常为绞痛性质，多限于左下腹或下腹，亦可遍及全腹，有痉痛一便意一便后缓解的规律，伴有腹胀。若并发中毒性巨结肠或炎症波及腹膜，有持续性剧烈腹痛。

（3）其它症状因本病经常累及直肠，里急后重极为常见。严重病例可有食欲不振、恶心、呕吐。

（4）体征轻型病例除左下腹有轻压痛外，无其它阳性体征。重症和暴发型患者可有明显鼓肠、腹肌紧张、腹部压痛或反跳痛。在部分病例可触及痉挛或肠壁增厚的乙状结肠或降结肠。

2.全身表现发热较少见，急性期或急性发作期常有低度或中度发热，重症可有高热、心率加快等毒性症状，病程发展中可出现衰弱、消瘦、贫血、水与电解质平衡紊乱、肠道蛋白质丢失所致的低蛋白血症及营养障碍等表现。

3.肠外表现本病可有一般自体免疫性疾病常见的其它系统病损，包括结节性红斑、关节炎、脊柱炎、眼色素层炎、葡萄膜炎、虹膜炎、口腔粘膜溃疡、慢性活动性肠炎、小胆管周围炎、硬化性胆管炎、溶血性贫血等。

4.临床类型按本病起病缓急与病情轻重，一般可分为下列三种临床类型：

（1）轻型临床最多见。起病缓慢，症状轻微，除有轻度腹泻、便秘交替

和粘膜血便外，无全身症状，病变多局限在直肠与乙状结肠。

（2）重型消化系统表现较重，有全身症状常伴有肠外表现，结肠病变多呈进行性，累及全结肠，并发症也较多见。

（3）暴发型　较少见。起病急骤，消化系统及全身表现严重，腹部体征明显，易并发中毒性巨结肠，可出现急性肠穿孔。

（二）辨证分型

1.肝郁脾虚型　腹痛作胀，泻下溏薄，挟有矢气，每因愤怒而反复发作，多伴吐酸，胸胁满闷。舌边红，苔薄腻，脉沉弦等。治宜理气抑肝、和胃扶脾为主。

2.脾胃虚弱型　大便溏泻，饮食不化，食后脘闷，面色萎黄，神疲乏力，肠鸣浮肿。舌淡，苔白滑，脉濡弱等。治宜补气健脾、和胃渗湿为主。

3.脾胃湿热型腹痛下痢，里急后重，脓血杂下，赤白相兼，肛门灼热、溲短、口渴、发热、苔黄腻、脉滑数。治宜清湿热，佐以调气行血。

（三）食物疗法

1.肝郁脾虚型

（1）韭菜生姜牛奶汤（《常见病饮食疗法》）：韭菜 250g，生姜 25g，牛奶 250g（奶粉 15g，加至 250g 也可）。将韭菜、生姜洗净切碎，捣烂，用洁净布绞汁，放锅内兑入牛奶煮沸，趁热一次服完，每天二次，服数天。

（2）石榴皮蜂蜜饮（《养生益寿百科辞典》）：鲜石榴皮 1000g（干品 500g），蜂蜜 300g，将石榴皮洗净切碎，加水适量煎煮。30 分钟取煎液一次，加水再煎，共取煎液两次；合并煎液再以小火煎熬浓缩，至粘稠时加蜂蜜，至沸停火，待冷装瓶备用。每次服 1 汤匙，每天 2 次，用沸水冲服，连服数天。

（3）苹果 2 个。将苹果洗净，蒸熟。早晚各 1 次，连食用半个月。（经验方）

2.脾胃虚弱

（1）地肤子 18—30g，地榆 15g，石榴皮 6g。一日 2—3 次。（民间验方）

（2）老枣树枝 60g，烧炭存性，研为细末，早中晚各服 1 次，每次 10g，白开水或糖水送下。（民间验方）

（3）五倍子（醋炒）研细末，每次服 3g，米汤送下，日服 2 次。（经验方）

（4）乌梅蜂蜜膏（民间验方）：乌梅 500g，蜂蜜 1000g。用法：乌梅用冷水泡发，去核；加水适量，先以大火，后以小火煎煮，每 20 分钟取煎液一次，加水再煮，共取煎液三次；合并煎液再以小火煎熬至稠膏状时.兑入蜂蜜煮沸，停火，待冷后装瓶备用。每次 1 汤匙，每天 2—3 次，以沸水冲服，连服 8—10 天。

3.脾肾虚寒型

（1）神丸（《中国食疗学》）：补骨脂 120g，肉豆蔻 60g 去油，共为细末，姜、枣为丸，每服 6g，开水送下。

（2）每次可用猪肾 1 个，补骨脂 6g，先将猪肾洗净切开，剔去中间筋膜，再把补骨脂研细纳入猪肾内，用线扎紧，加清水适量煮熟，饮汤吃肉。（《民间验方》）

（3）土豆生姜橘子饮（民间验方）：土豆 100g，生姜 10g，橘子 1 个。

用法：将土豆、生姜洗净切碎，橘子去皮、核，三味混合用洁净纱布绞汁。每次饭前饮 1 汤匙，连服数剂。

（4）干荔枝肉 50g，山药、莲子各 10g，大米 50g。用法：将前三味捣碎，加水适量煎至烂熟时，加大米煮粥。每晚食，经常服用。（经验方）

4.脾胃湿热型

（1）瓜叶米汤方（经验方）：黄瓜叶 10g，米汤适量。用法：将黄瓜叶晒干研末，用米汤调。早晚各 1 次。具有清热、利水、除湿之功。

（2）高粱黑豆大枣粥（《四川中医药》）：红高粱 120g，黑豆 60g，大枣 10 枚。用法：三味煮熟成粥或三味磨面蒸成小饼。每日早晚吃小饼或粥。

（3）马齿苋豆花汁（经验方）：马齿苋 60—90g（鲜品加倍），扁豆花 10—12g。用法：上二味加水煎，适加红糖，每日一剂，分二次饮服。如便血明显，以鲜马齿苋绞汁，加等量藕汁，每次半杯，以米汤和服。亦可用马齿苋 60—90g，切碎和粳米 25g，煮粥服。

（4）银花莲子粥（《常见病饮食疗法》）：银花 15—30g，莲子肉（不去心）30—50g，淀粉少许，冰糖适量。先用水熬银花 15 分钟，取汁去滓，用汁煮莲子肉至烂熟，放入冰糖及淀粉调匀，可做早餐或夜宵食之。有清热解毒、健脾止泻的作用。

（四）药酒疗法

1.肝郁脾虚型

（1）砂仁酒（《茶酒治百病》）：砂仁 30g 捣碎，干净纱布包，用白酒 500m1，泡 7 天，饭后酌饮。本方有理气抑肝，和胃扶脾之功。

（2）香附酒（《茶酒治百病》）：制香附子 30g，白酒 500m1，泡 7 天后服，每次 20m1，每日 3—4 次。

2.脾胃虚弱型

（1）党参酒（经验方）：老条党参 1 只，酒 0.5 公斤。制法：党参选用粗大者连须，将其拍出裂缝，置干净瓶中，注酒浸之，封口 7 日后取用。用法：随量饮之，佐膳更佳。酒尽再添，味薄后取参食之。

（2）鸡蛋白糖酒（民间验方）：鸡蛋 1 只，打入碗里，加白糖 10g，倒入白酒 100m1，搅匀。划火柴点燃，边燃边搅，直至酒尽火灭。蛋熟如花状，待凉服下。

（3）黄酒 50ml，丁香 2 粒，共蒸炖 10 分钟，趁热饮酒。（民间验方）

（4）黄酒 250ml，赤砂糖 50g，食醋少许，老姜数片，共煮沸趁热服，不能饮酒者适当减量。（经验方）

3.脾肾虚寒型

（1）猪胰酒（《奇效良方》）：猪胰一具，青蒿叶 30g，桂心（末）30g，白酒 500m1。制法：将猪胰细切，与青蒿叶相合，微炒，火温酒，乘热加入猪胰和蒿叶，再入桂心末于酒中。用法：每次温服 1 小碗，每日 3 次。

（2）地榆附子浸酒方（《普济方》）：干地榆 5009，附子 30g，白酒 1000m1。用法：将干地榆、附子入酒中浸泡 5 天后用之。每次饮 30m1，每日 3 次。

4.脾胃湿热型

艾叶米酒方（民间验方）：艾叶一握，米酒适量。用法：将艾叶洗净捣烂放入锡内加酒炒熟，用布包好，趁热熨患者肚脐上，冷则再烘。每日 2—3 次，每次 10—15 分钟，连续熨 3—5 日

（五）茶疗法

1.肝郁脾虚型

（1）抽姜止泻茶（《实用中医偏方汇编》）：老抽壳 9g，细茶叶 6g，生姜 2 小片。制法：先将前二味同研成细末，再把生姜煎汤，候温，送眼前二味细末。每日 1 剂，上、下午各服 1 次。

（2）绿茶 15g，生姜 15g，苏叶 10g，水煎汤剂饮服。（经验方）

2.脾胃虚弱型

（1）党参黄米茶（《家庭食疗手册》）：党参 25g，大米（炒黄焦）50g。用法：上二味加水四碗，煎至二碗即成，代茶饮。隔日 1 次，温服，连续用，每剂一日内服完。

（2）红茶生姜白糖饮（民间验方）：红茶 200g，鲜生姜汁 200g，白糖 5009。用法，将红茶加水适量煎煮。每 20 分钟取煎液 1 次，加水再煮，共取煎液 3 次；合并煎液再以小火煎熬浓缩，到将要于锅时加入鲜姜汁，加热至粘稠停火；待温，拌入干燥白糖粉把煎液吸净，混匀，晒干，压碎装瓶备用。每次 10g，每天 3 次，以沸水冲服，连服 7—8 天。

（3）茶叶 15g，炮姜和食盐各 8g，粳米 30g，同炒至焦黄，水煎汤剂饮服。（经验方）

（4）硫磺茶（《太平圣惠方》）：硫磺、诃子皮，紫笋茶各 9g。制法：将硫磺研为细末，用净袋包之与诃子皮、紫笋茶共加水适量，沸 10—15 分钟即可，过滤取汁用。每日 1 剂，温服，具有温肾壮阳，敛涩止泻之功。

3.脾胃湿热型

醋茶（《饮茶的科学》）：红茶（绿茶也可）10g，米醋少许。制法：用沸水冲泡浓茶一杯，或茶叶煎浓汁，加入米醋少许或一匙即可。

每日 1—2 剂，候温顿服。具有清热利湿、止泻之功。

四、慢性迁延性肝炎

（一）临床表现

病程常超过半年，有些病例可持续至 10 年以上。一般症状较轻，常见食欲减退、腹胀，肝区隐痛、疲乏、下肢酸软、对油质食物耐受性差。部分患者有头晕、失眠、心悸、气促，胸闷、思想集中能力减退等神经官能症的症状。少数可有低热。体格检查时多发现肝脏　　轻度肿大，质地中等偏软。轻压痛和叩击痛。脾脏一般不大，少数病例可轻度肿大。部分患者无明显不适，仅在体格检查时发现肝脏肿大或肝功能试验不正常。

（二）辩证分型

1.肝郁气滞型　右胁疼痛，或肝区窜痛；倦怠无力，或有轻度　　腹胀；食欲不振或恶心；大便正常或干结；面色正常或发灰；脉象弦滑；舌质正常或偏红，舌苔傅白或稍腻微黄。治宜疏肝、理气和胃为主。

2.肝郁脾虚型　常有疲乏、纳差、厌油、腹胀、胁痛、肝大；舌质淡红或偏红，苔薄而白或滑腻，脉象弦滑或弦细。治宜疏肝和胃、健脾益气为主。

3.气滞血淤型　面色暗晦，唇色紫暗，两肋胀痛，位置固定。

乏力，纳差，肝脾肿大，肝掌，蜘蛛痣，鼻衄，牙龈出血。舌质暗红，舌边有淤点或紫斑，苔白或腻，脉涩细而弦。治宜活血通络，益气健脾为主。

4.肝肾阴虚型　头晕目胀，耳鸣，口苦而干，失眠多梦。五心烦热，腰

酸腿软，右胁或两胁胀痛，时轻时重，有时为的痛。大便于结，小便赤短。舌质红，苔少或无苔，脉弦细数，血清蛋白降低。治宜养阴、滋补肝肾为主。

（三）食物疗法

1.肝郁气滞型

（1）青黛明矾末（经验方）：青黛 10g、明矾 20g，共研细末。每次服 1g，一日 3 次。

（2）五味红枣金橘汤（民间验方）：五味子 9g，红枣 10 枚，金橘 30g，冰糖适量。用法：加水同炖，去渣饮水。每天 1 剂，分 2 次服，连服 10—15 天。

（3）橘饼鸡蛋田基汤（经验方）：橘饼 30g，鸡蛋 2 个，鲜田基黄 250g（干品 100g）。用法：上三味同入沙锅煮熟，去蛋壳后再煮片刻，使 2 碗水煎成 1 碗，喝汤食蛋及橘饼。每天 1 次，连服 10—15 天。

（4）芹菜萝卜车前汁（民间验方）：鲜芹菜 100—150g，萝卜 100g，鲜车前草 30g，蜂蜜适量。用法：将芹菜、萝卜、车前草洗净捣烂取汁，加蜂蜜炖沸后温服。每天 1 次，疗程不限。

2.肝郁脾虚型

（1）杞子南枣堡鸡蛋（《饮食疗法》）：枸杞子 30g，南枣 10 个，鸡蛋 2 颗。制法：拘杞子、南枣入锅内加水 500ml，煎煮至 350ml，再将鸡蛋荷包干汤内，煮至蛋熟待食。食法：每日早晚食蛋喝汤。

（2）茵陈干姜饮（《中医营养学》）：茵陈 15g，干姜 6g，大枣 4 个，红糖 10g。制法：将诸品入锅，加水 500m1，煎至 300m1，去渣取汁，捞出红枣。食法：每日早晚温热食，吃枣喝汤。

（3）黄芭灵芝炖猪肉（经验方）：北芪 15g，灵芝 9g，瘦猪肉 100g。用法：上三味加水适量同煮汤，去药渣调味后饮汤食肉。每天 1 次，连服 10—15 天。

（4）牛肉 250g，赤小豆 200g，花生仁 150g，大蒜 100g。混合加水煮至烂熟。空腹温服，分 2 天服完，这服 20—30 天。（民间验方）

3.气滞血淤型

（1）丹参炖青蛙（民间验方）：丹参 15g，青蛙 250g。制法：将青蛙去皮洗净，加水与参同炖，熟后调味。食法：饮汤。食青蛙，每天 1 剂，连服 10—15 天。

（2）煎山楂（《本草纲目》）：山楂 15g，蜂蜜适量。将山楂水煎，用蜂蜜冲服。每日 1 剂，连服 7—10 天。《本草纲目》载：“ 凡脾弱食物不克化，胸膜酸刺胀闷者，于每食后嚼二三枚，鲍佳。 ”

（3）赤豆鲤鱼玫瑰汤（民间验方）：赤小豆 500g，活鲤鱼 1 条（500g 以上），玫瑰花 15g。用法：将鲤鱼去肠杂，与其他两味共煮至烂熟。去花调味，分 2—3 次服食。每天或隔天服 1 剂。

4.肝肾阴虚型

（1）玄参炖猪肝（《济急仙方》）：玄参 15g，猪肝 500g，菜油、葱、姜、酱油、白糖、黄酒、水淀粉适量。制法：洗净猪肝，与玄参同放入铝锅内，加水适量，煮 1 小时，捞出猪肝，切成片装盘。锅内加莱油、放入葱、生姜炒，加酱油、白糖、料酒少许，兑加原汤适量收汁，加入水淀粉后，淋在猪肝片上，拌匀。食法：作佐餐。

（2）枸杞叶粥（《传信方》）：鲜枸杞叶 100g，粳米 50g。制法：先将

鲜枸杞叶洗净，入锅加水 600m1，煎 20 分钟，去渣留汁，入粳米煮粥。食法：每日早晚温热食。

（3）首乌 20g，大枣 10 枚，鸡蛋 2 个，加水适量同煮，蛋熟去壳后再煮，将水煎至 1 碗，去药渣调味，饮汤食蛋，每天 1 次，连服 15—20 天。（《17 种顽固病的食疗名方》）

（4）海龟板数个，陈皮 9g，红糖适量，先将海龟板加水煮成胶质，装瓶备用。每天 1 汤匙，加红糖适量，用煎好的陈皮水冲服，每天 2—3 次，连服 15—20 天。（《17 种顽固病的食疗名方》）

（四）药酒疗法

1.肝郁气滞型

佛手露酒（《全国中药成药处方集》）：佛手 120g，五加皮 30g，木瓜 12g，山桅 15g，良姜、砂仁各 9g，木香、公丁香各 6g，当归 18g，广皮 15g，青皮 12g，肉桂 9g，白酒 10 公斤，冰糖 1.5 公斤。制法：将上药装入生绢袋内，浸入酒中，用文火加热 30 分钟后，过滤，加冰糖溶化，以瓷坛或玻璃瓶贮存。用法：每日早晨、中午各温服 2—3 小盅，孕妇忌服。

2．肝郁脾虚型

猪膏 70g，生姜汁 1009，酒 300m1。制法：将上药用慢火煎，候减半，入酒相和，滤渣，分为 3 份。用法：每日早、午、晚食前各温服 1 份。（《普济方》）

3.气滞血淤型

香附根酒（《中国医学大辞典》）：香附根 60g。制法：将香附根洗净切碎，用水、白酒各 250g，浸泡 3—5 天，去渣。用法：频频饮之，不拘时候。

（五）茶疗法

1.肝郁气滞型

（1）绿茶 1g，醋制郁金粉 6g，炙甘草 5g，蜂蜜 25g，加水 1000ml 煮沸 10 分钟，少量多饮，徐饮之。日服 1 剂。（《茶酒治百病》）

（2）绿茶 1g，过路黄 10g，将新鲜过路黄洗净，晒干，切碎烘至极干，装瓶，盖紧备用。欲饮时将过路黄、绿茶放入杯中，用沸水冲泡，加盖。5 分钟后即可。每天饮用，饮后略留余汁，再泡再饮，直至冲淡为止。（《茶酒治百药》）

2.肝郁脾虚型

绿茶 1g，甘蔗切片 300g。甘蔗片加水 500ml，煮沸 15 分钟，取甘蔗水乘热加入绿茶即可，每次 100ml，温服，4 小时服 1 次。（《养生治病茶疗方》）

3.气滞血淤型

（1）郁金清肝茶（《中国茶与健康》）：广郁金（醋制）10g，炙甘草 5g，绿茶 2g，蜂蜜 25g。制法：上四味，加水 1000m1，煮沸 10 分钟，取汁即可。服法：每日 1 剂，不拘时频频饮之。《本草汇言》）曰：“郁金，清气化淤，散郁血之药也。其性轻扬，能散郁滞，顺逆气，上达高巅，善行下焦，心肺肝胃气血火痰郁遏不行者最验。”

（2）李子茶（《饮茶的科学》）：鲜李子 100—150g，绿茶 2g，蜂蜜 25g，将鲜李子剖开后置锅内，加水 320ml，煮沸 3 冲，再加茶叶与蜂蜜，沸后即起锅取汁，即可。服法：每日 1 剂，分早、中、晚 3 次服用。

（3）蛇舌甘草茶（《中国茶与健康》）：白花蛇舌草（鲜品为佳）25g，

甘草 10g，绿茶 3g，制法：先将前二味加水浸过药面，文火煎煮至 400m1，去渣取汁，以沸药汁冲泡绿茶，即可。服法：每日 1 剂，不拘时温服。

4.肝肾阴虚型

治肝红茶（《饮茶的科学》）：红茶 10—15g，葡萄糖 50g，白砂糖 150g。制法：上三味，用沸水 500—1000ml 冲泡后，凉至适合时，即可。服法：每日 1 剂，上午服完。7 天为一疗程，一般用二个疗程。儿童用量各减半。

五、肝硬化

（一）临床表现

肝硬化初期，即肝功能代偿期，临床表现常不明显，有症状亦较轻微，主要表现为消化道症状，如食欲减退，消化不良，右上腹隐痛不适，倦怠乏力，胸脘满闷，腹胀腹泻，恶心呕吐等。肝脏可轻度肿大，部分患者脾脏亦肿大，肝功能正常或轻度异常。有的患者可因早期出现蜘蛛痣或肝掌而被发现确诊。此期是因胃肠充盈，胃肠道分泌和吸收功能低下，消化不良等原因所致。

肝硬化中期，即肝功能失代偿早期，除以上症状和体征明显外，主要表现为胁痛，痹块增大或变硬，面色黧黑，肌肤甲错，皮肤粘膜淤斑淤点；颈、胸、面、肩及上肢可见蜘蛛痞或毛细血管扩张；手掌，特别是大小鱼际及手指末端厚肌肉部可出现红斑；即“肝掌”；牙龈、鼻腔及痔核出血，月经量多或便血；合并贫血可见头晕眼花，心悸少寐，手足发麻；部分患者可出现黄疸，皮肤瘙痒；亦可有轻度腹水，少尿或小便不利、跗肿等。肝功能亦明显异常。

晚期肝硬化，即肝功能失代偿期的严重阶段，主要表现为明显腹水，腹部隆起，腹壁皮肤紧张发亮。大量腹水时可少尿或无尿，呼吸困难，心悸气喘，面色晦暗，消瘦，或面目发黄。重者可并发上消化道出血或出现兴奋、嗜睡、呆木等神经精神症状，或并发肝性昏迷等。

（二）辨证分型

1.肝郁脾虚型　肝大而硬，肝区疼痛，食欲不振，腹胀，倦怠乏力，舌质淡苔薄白，脉沉弦。治宜舒肝健脾，活血化淤。

2.阴虚挟淤型　肝大而硬，肝区疼痛，食欲不振，口干唇燥，手足心热。舌红无苔，脉弦细。治宜滋阴柔肝，佐以化淤。

3，症瘕型　肝脾肿大，质地较硬，胸、面部等有蜘蛛痣。全身情况尚好，无其它明显症状。治宜后血逐淤，软坚为主。

4.寒湿困脾型　腹大胀满，按之如囊裹水，胸脘闷胀，神疲乏力，畏寒食少，小便少，大便溏，舌淡苔薄白，脉象沉缓。治宜温肾健脾，利水渗湿。

（三）食物疗法

1.食疗原则

大量临床及实验研究提示，肝硬变患者的饮食应为高热卡、高蛋白质、高碳水化合物、高维生素，选择这一类饮食能防止肝细胞进一步变性，亦可使损害不太严重的组织得以再生。由于肝硬变病人之食欲及消化功能较差，因而食物的品种宜多样化，且要求美味新鲜，才能促进食欲并有利于消化。每天总热卡约需 25003000 千卡。饮食中蛋白质对肝脏有保护作用，且为修复肝细胞所必需。每日每公斤体重可需要 1.5—2g，并应采用牛乳、鸡蛋白、

鱼虾、瘦肉等优质蛋白。如食欲太差时，有人建议用浓缩蛋白质，如牛奶、豆粉、干酵母、酪蛋白钙素。碳水化合物有保护肝脏和提供能量的作用。每天 300—400g 糖类。可选用葡萄糖、白糖、蜂蜜、果汁、水果等易于消化的单糖或双糖类。主食采用大米、白面等。脂肪应控制在 50g 以下，尽量采用植物油，过多之脂肪势必增加肝脏的负担。维生素可采用富含 B 族的酵母及含维生素 C 的水果，蔬菜因体积大、热卡低，不宜多吃，以免影响其它食物的摄入。有关肝硬化病人的食盐摄入数量，在治疗中亦占重要地位，代偿期病例主张适当淡食（每日限制氯化钠≤5—7g）；如有腹水时，每日应限制在 2g 以下；待腹水消退，病情好转后再予逐步增加，以免长期限制食盐而影响食欲。每天液体之摄入量，在腹水明显时亦应加以限制，一般以每日 1000—1500ml 为妥，腹水过多时，每餐摄入量也应限制，以免造成胃区饱胀不适，但可增加餐次，每天可 7—8 次，使患者获得充分营养。

肝硬变患者有不少食品需要禁忌，如果疏忽大意有时竟能危及生命。绝对禁忌饮酒，不喝一切含酒精成分的饮料。忌用一切辛辣及刺激性食品及调味品，避免硬固油炸之食品。各种含有铅及其增加剂的罐头食品，应尽量少吃，或不吃；霉变的大米或花生也应避免。少吃或不吃含大量粗糙纤维的食品，如芹菜、韭菜、黄豆芽、笋于等等。豆类、红薯、土豆、汽水等产气食品应加以适当限制。

2.食疗方

（1） 肝郁脾虚型

①活鲤鱼一条（500g 以上），赤小豆 150g，加水 200—300ml，煮至烂熟，再除鱼骨、鳞、骨和内脏，将鱼肉及汤分次服下，每隔日 1 剂。（《17 种顽固病的食疗名方》）

②泥鳅炖豆腐（《泉州本草》）：泥鳅 500g，去鳃及内赃，洗净，加食盐少许（腹水明显者不加），加水适量，清炖至五成熟，加入豆腐 250g，再炖至鱼熟烂即可，吃鱼、豆腐、喝汤，分顿食用之。

③猪肚汤（《医食同源》）：猪肚洗净，加水适量，煮七成熟，捞出，改刀切成细丝备用。再以大米、猪肚丝各 100g，猪肚汤（去油）适量，煮成粥。可加葱、姜、五味调料。本方具有健脾解郁之功。

（2）阴虚挟淤型

①清蒸拘杞鼋鱼（山西物资大厦营养餐厅方），鼋鱼 1 只（约 500—700g），枸杞子 30g，水口蘑 10g，盐、味精、葱段、姜片，绍酒、清汤适量。制法：将鼋鱼去杂肠，洗净切块，在沸水氽过，把枸杞子、水口蘑装入鱼肚中，加辅料上笼清蒸至烂熟，待食。食法：隔日 1 次，食肉喝汤。此方具有滋肾养肝，健脾补中，化淤软坚之功效。

②山药桂园炖甲鱼（《饮食疗法》）：山药片 30g，桂园肉 20g，甲鱼 1 只（约 500g）。制法：将甲鱼杀死，洗净去杂肠，与山药、桂园入锅。加水 1000m1，清炖至烂熟，待食。食法：每日早晚，温热吃肉喝汤。本方具有滋补肝肾，软坚散结之功。

③西枸杞荷包蛋：西拘杞 30g，南枣 10 个，鸡蛋 2 颗。制法：将西枸杞、南枣加水适量，文火炖 1 小时，将鸡蛋敲开放入，再烂片刻，使成荷包蛋。食法：每日 2 次，吃蛋喝汤。（《中国食疗学》）

（3）症瘕型

①野棉花根煮猪肉（《17 种顽固病的食疗名方》）：野棉花根数两，瘦

猪肉四两。制法：将野棉花根刮去黑皮，用瓦焙千研末；猪肉切片，用药末6g，与猪肉片拌匀，放碗中隔水蒸熟。食法：每日 1 次，连服 3 次，隔 10 天后，再连服 3 天，可服 9 次。

②香佛莱菔粥（《中国食疗学》）香椽、佛手各 9g，粳米 100g，莱菔子 10g，制法：香椽、佛手水煎滤汁去渣，莱菔子炒研末，加粳米及适量水，共煮成粥。食法：1 日内服完，分 2 次食，可连食数日。

③赤桃归苓粥（《医食同源》）：赤芍、桃仁、当归各 9g，水红花子、陈皮各 6g，茯苓、猪苓各 12g，粳米 60g，赤小豆 30g。制法：将上述各味药，水煎、滤汁、去渣，加赤小豆、粳米，加水适量，共煮成粥。食法：一日内服完，早晚食。

（4）寒湿困脾型

①大黑鱼一条（500g 以上），去肠留鳞，于鱼腹中放入大蒜瓣及赤小豆，以填满鱼腹为度，用粗厚纸包缚数层，清水中浸湿透，放入灰火中，煨熟，取出淡食。或以糖醋少许蘸食鱼肉。一日内分数次服完，连服数天。另方取 500g 大黑鱼一条，留鳞去肠，加冬瓜等量，再加少许葱白、大蒜，不加食盐，煮熟，喝汤吃鱼，每日一剂，连服 3—7 天。（《医食同源》）

②冬瓜生姜皮汤（《17 种顽固病的食疗名方》）：冬瓜皮 15—30g，生姜片 20g。将冬瓜皮、生姜片洗净，加适量水煎。当汤喝。

（四）茶疗法

见慢性迁延性肝炎部分。

六、便　　秘

（一）临床表现

便秘是指大便经常秘结不通，排便时间延长，或有便意而排便困难者。便秘的发生，主要是由于大肠的蠕动功能失调，粪便在肠内滞留过久，水分被过度吸收，而使粪便过于干燥、坚硬所致。

便秘的一般表现是：大便秘结，排出困难，经常三五或七八天排 1 次。有时甚至更久，便秘日久，常可引起腹部胀满，甚则腹痛、食欲不振、头晕头痛、睡眠不安。长期便秘还会引起痔疮、便血、肛裂等。中医临床上分热秘、气秘、气虚便秘、血虚便秘、冷秘五种类型进行辨证论治。

（二）辨证分型

1.热秘大便于结，数日不通，院腹胀满，口臭，小便黄少，身热，口干，心烦，舌红、苔黄燥，脉滑实等。治宜清热润肠为主。

2、气秘　腹胀欲便，粪便不畅，嗳气频作，胸胁满闷，纳食减少，甚则腹中胀痛，得矢气则稍舒，舌苔薄黄，脉弦。治宜顺气行滞为主。

3.气虚　便不于硬，无力排便，便后疲乏，甚至汗出气短，面白神疲，舌淡嫩胖，脉虚或沉细无力等。治宜益气润肠为主。

4．血虚　大便干燥，努挣难下，头眩，心悸，面色无华，唇甲色淡，舌淡白，脉细数等。治宜养血润燥为主。

5.冷秘　腹中攻痛，大便难涩，难以排出；面青肢冷，喜热畏寒，小便清长，四肢不温，或腹中冷痛。舌质淡，苔白润，脉沉细等。治宜温通开秘为主。

（三）食物疗法

1.热秘

（1）猪油葛很大黄汤（民间验方）：猪油 50g，葛根 30g，大黄 20g。用法：用水 2 大碗煮葛根、大黄，去渣取汁 1 碗半，加猪油煮至 1 碗。分 2 次服食，每日 1 剂，连服数剂。

（2）香蕉 500g，饭前一次食完。或香蕉 250g，冰糖 30g，同煮汤食，每天 1—2 次，连服数天。（经验方）

（3）麻油拌菠菜方（经验方）：鲜菠菜 250g，麻油 15g。用法：将菠菜洗净放沸水中烫 3 分钟取出，用麻油拌食。每天 2 次，连服数大。

2.气秘

（1）麻仁苏子汁（民间验方）：火麻仁、苏子各 12g，洗净合研，再加水研取汁，顿服。

（2）萝卜子末（经验方）：白萝卜子炒后研末，每服 9g，一日 2—3 次。

（3）猪心炖柏仁（民间验方）：猪心 1 个，柏子仁 15g。用法：将猪心洗净，柏子仁放猪心内隔水炖熟服食。每周 2 次。或用香蕉 250g，冰糖 30g，共煮熟食。每天 2 次，连服数次。

3.气虚

（1）每次可用红薯 300—500g，削皮；切成小块，加清水适量煎煮，待红薯熟透变软后，再加入食糖适量，生姜 2 片，再煮片时服食。（《中国食疗学》）

（2）黑芝麻 60g，蜂蜜 60g，北芪 18g。用法：将芝麻捣烂磨成糊状，煮熟后调蜂蜜，用北蔑煎出液冲服。分 2 次服完。每天 1 剂，连服数剂。（《常见病饮食疗法》）

（3）麻油蜂蜜饮（经验方）：麻油半酒盅，蜂蜜一酒盅半，调和。每天分早晚 2 次炖热服。

（4）新鲜土豆、蜂蜜备适量。用法：将土豆洗净切碎后，加开水捣烂，用洁净纱布绞汁，加蜂蜜。每天早晚空腹服下半茶杯，连服 15—20 天。（《医食同源》）

4.血虚

（1）杏桃当归丸（经验方）：杏仁、桃仁、当归各 9g，共捣碎，蜂蜜适量为丸。每日早晚各服一剂。

（2）黑木耳 3—6g，柿饼 30g，同煮烂作点心吃。（经验方）

（3）黑芝麻 90g，杏仁 60g，大米 90g，当归 9g，白糖适量。用法：前三味浸水后磨成糊状，煮熟后用当归、白糖煎汤调服。每天 1 次。连服数天。（《常见病饮食疗法》）

5.冷秘

（1）葱白阿胶饮（民间验方）：葱白 2 根，阿胶 10g。用法：水煎葱白，待熟后入阿胶烊化温服。每天 1 次，连服数天。

（2）麻仁栗子糕（《民间习食》）：芝麻仁适量，火麻仁（打碎）6g，栗子粉 30—50g，玉米面 30—50g，红糖适量。将二仁放入玉米面中调匀，再合入栗子粉、红糖。用水台面蒸糕，可作早餐食用。

（3）杏仁 15g，当归 15g，猪肺 250g。用法：将猪肺切片，挤洗去猪肺气管中的泡沫，与杏仁、当归同放入沙锅内煮汤，熟后调味饮汤吃猪肺。每天 1 次，连服数天。（《养生益寿百科辞典》）

（四）药酒疗法

1.热秘

大黄 50g，豆鼓 500g，60 度白酒 1500ml。用法：将大黄洗净晒干，研为细面，同淡豆鼓一起放入白市袋中，扎好袋口置于大口瓶中，加白酒，密封 21 天即可。每日 1—2 次，每次 5—15ml，连服 2—5 天。体壮习惯性便秘者也可每日 1 次，长期服用。用于由于胃肠实热导致的便秘。（《茶酒治百病》）

2.气 秘

橘皮酒（民间验方）：橘皮（不去白，浸酒）煮至软，焙干为末，每次 10g，温酒调服。

3.气虚

黑芝麻适量淘洗干净，重复蒸 3 次，晒干炒熟研细，炼蜜为丸如弹子大（约重 10g），温黄酒送服，每服 1 丸，每日 2—3 次。

4.血虚

松子酒方（民间验方）：松子仁适量，去皮捣烂，加入陈酒 1 盅。用开水送下。

5.冷秘

韭菜黄酒方（民间验方）：韭菜根、叶捣汁 1 杯，加适量黄酒开水冲服，每日 1 次。

（五）茶疗法

1.热秘

（1）好茶叶 15g，装袋放杯中，用沸水泡茶（比平时饮茶稍浓些），凉后加适量蜂蜜，搅匀，代茶饮用。（《茶酒治百病》）

（2）生军茶（《黑龙江中医杂志》）：生大黄 4g，白糖适量。以沸水冲泡 5 分钟，代茶饮。每日 1—2 剂，不拘时频频饮之。本方具有清热通便，泻下通便之功。

2.气秘

（1）绿茶 6g，草决明 20g，沸水冲泡，代茶饮用。（经验方）

（2）决明润肠茶（《河南省秘验单方集锦》）：草决明 30g。将草决明炒至适度，碾碎，用沸水冲泡 5—10 分钟，代茶饮。每日 1 剂，不拘时温服。

3.气虚

茶叶 2g，红糖 10g，用开水冲泡 5 分钟，每顿饭后饮 1 杯。（经验方）

4.血虚

（1）松萝茶（《本草纲目拾遗》）：松萝茶 9g，白糖半盅。用法：上二味，以水二碗煎沸至一碗，取汁即可。每日 1 剂，顿服。

（2）香蜜茶（《食物疗法》）：蜂蜜 65g，香油 35ml。用法：将香油兑入蜂蜜中，加沸水冲调服，即可。每日早、晚各服 1 次。

5.冷秘

茶叶 3g，红糖 5g。用法：将二味共置杯内，以沸水冲泡 5 分钟，即可。每日 1—2 剂，饭后温服。（经验方）

七、呃　　逆

（一）临床表现

呃逆，西医称做“膈肌痉挛”，它是由膈肌和其它呼吸肌不能自控的连续的或间歇的痉挛收缩，使空气突然吸入呼吸道内，同时伴有声带闭合，因

而产生“呃、呃”的声音，所以称为“呃逆”。

顺逆可单独发生，也可以作为某些疾病的一个兼证出现。

偶发而轻微的呃逆，多可自愈，无须治疗；但也有顽固的呃逆，持续出现，甚至长达数月数年。有的患者可伴有胸腹部肌肉疼痛，精神疲惫，食寐不宁。

如呃逆出现在某些慢性疾病的危重阶段，则为胃气垂危之象，预后多不良。

（二）辨证分型

1.胃中寒冷型　呃声沉缓有力，遇冷易发，胃脘不舒，得热则减，得寒则甚，饮食减少，口不渴，舌苔白润，脉迟缓等。治宜温中法寒为主。

2.胃火上逆型 呃逆连声，洪亮有力，冲逆而出；口臭烦渴，面赤烦躁，喜冷恶热，多有便秘，舌苔黄，脉滑数等。治宜清热泻火、平胃降逆为主。

3.脾肾阳虚型　呃声低弱，气不接续，面色苍白，手足不温，食少困倦，腰膝无力，舌质淡，脉沉细等。治宜温补脾肾、和胃平逆为主。

4.胃阴不足型　呃声微弱无力，且不连续。空腹时易发，口干舌燥、烦渴不安，舌质红，少津，脉细数等。治宜生津养胃为主。

（三）食物疗法

1．胃中寒冷型

（1）于姜半夏末（民间验方）：干姜、半夏各 10g，共为细末，每次 10g，水煎。慢慢喝下。

（2）生姜汁 60g，白蜂蜜 30g，调匀，加温服下，一般一次即止，不愈再服一次。（《常见病饮食疗法》）

（3）　南瓜蒂 4 个，水煎服。连服 3—5 次。（经验方）

2.胃火上逆型

（1）鸡内金 6g，食盐少许。用法：二味合一起，研成细末，饭前用温开水送下，每天一次，分 2 次服完，不愈再服。（《养生益寿百科辞典》）

（2）蔗汁、藕汁、荸荠汁、韭菜汁各 1 杯，白糖 60g，和匀煮热服。（《中国食疗学》）

（3）甘蔗榨汁半杯，生姜汁 1 汤匙，和匀，炖温饮服。（民间验方）

3.脾肾阳虚型

（1）柿饼蒂 7 个，烧成炭研末，用黄酒调和，一次服完。（民间验方）

（2）老刀豆（带壳）15—30g，生姜 3 片，水煎去渣，加红糖适量。一天 2—3 次分服。（《常见病饮食疗法》）

（3）韭菜籽研末，日服 3 次，每次 9g，温开水送服，连服可愈。（《民间偏方秘方精选》）

（4）　麻雀 3 只，生姜 10g，陈皮 3g，红枣 5 枚。将麻雀除去毛脏，炖熟吃。（《民间偏方秘方精选》）

（5）生姜炖狗肉（经验方）：狗肉 120g，生姜 30g，炖熟吃。

4.胃阴不足型

（1）柿蒂炖猪肉（民间验方）：柿蒂 30g，瘦猪肉 100g。用法：加水适量煮汤调味服食。每天 1 剂，连服 3—4 天。

（2）沙参 15g，麦冬 15g，半夏 5g，代赭石 9g。水煎服。每天 1 次，连服 3—4 天。（民间验方）

（3）土豆汁一酒盅，滴入姜汁少许，桔子汁少许，空腹服，每日 3 次。

（经验方）

（四）药酒疗法

1.胃中寒冷型

（1）干姜 60g，制附子 40g，黄酒 500g。制法：上二味，共碎细，同酒置干净瓶中，浸渍，封口，7 日后开取饮用。每次食前温饮 1—2 杯，每日 3 次。（《百病中医药酒疗法》）

（2）干苏叶和陈皮各 10g。用等量酒水煎汁，分次服。（经验方）

（3）黄酒 50ml 放在瓷杯中，再加丁香 2 粒，隔水蒸 10 分钟，趁热饮酒。（《茶酒治百病》）

（4）硫磺 5g，艾叶 10g，用酒煎沸。今患者含生姜片，薰煎药之蒸气，每日 1 次，连续 3 天。（民间验方）

2.胃火上逆型

（1）麻籽（熬令香熟）一升。制法：上捣取酒三升，熟研滤取一升。用法：日二服。（《千金方》）

（2）鸡内金 30g，烧存性研末，每次 3g，用酒调服。（《民间偏方秘方精选》）

3.脾肾阳虚型

（1）活鲫鱼 1 条（约 180g 重），捣取汁，黄酒冲服。（经验方）

（2）生姜葡萄酒方（民间验方）：葡萄酒 20m1，加入生姜汁适量，调和服用。

4.胃阴不足型

石膏 8g，食盐 20g，泥土研细末，调匀白酒成膏剂，外敷贴缺盆穴。（民间验方）

（五）茶疗法

1.胃中寒冷型

（1）茶叶柿蒂饮（经验方）：茶叶 10g，柿蒂 3 个，开水冲泡，温饮频服。

（2）茶叶生姜饮（经验方）：绿茶 3g，生姜 3 片，刀豆子 10g，红糖适量。用法：将上药放入保温杯内，用沸水浸泡片刻，趁热饮用。

2.胃火上逆型

乌梅 2g，硼砂 1g，红茶 1．5g。用法：上三味，以沸水冲泡 5—10 分钟，或少煎，即可。呕吐甚者可加大黄粉 1.5g。每日 1 剂，顿服分 2 次服。（《茶酒治百病》）

3．脾肾阳虚型

醋面茶（《本草纲目》）：小麦面适量（或 150g），米醋适量，茶叶适量（或 5g）。制法：将小麦面用醋拌作弹丸大小，煮（以隔水蒸）熟。用时以沸水冲泡茶叶，以茶汤送服醋麦面丸。用法：每日 2 次，每次 1 丸，未止再服，茶汤送下。

4，胃阴不足型

茶叶、绿豆粉各等分，白糖少许。用法：将绿豆粉、茶叶用沸水冲泡，加糖调匀，顿服。（民间验方）

八、胆道感染和胆石病

（一）临床表现

常见临床类型如下：

1.胆总管结石 结石梗阻程度和有无感染决定其临床表现；腹痛，寒战高热，黄疸为结石阻塞胆总管后继发胆管炎的典型表现。

2.肝内胆管结石多数同时合并胆总管结石，因此常表现为胆总管梗阻、炎症等症状，有时可伴有急性胆囊炎症状。有时病人可类似胆道蛔虫病，呈周期性反复发作。

3，急性梗阻性化脓性胆管炎 本病系胆总管或肝内主要胆管由于结石、蛔虫和胆管狭窄等造成急性完全性梗阻和急性化脓性感染所致。

4.胆囊结石 临床表现取决于结石的大小、部位、有无阻塞及炎症等。隐性胆囊结石难以诊断，约半数以上的胆囊结石病人终身被忽略。

5.慢性胆囊炎 多数表现为胆囊功能紊乱，影响消化，不耐 脂肪饮食，类似“胃痛”。

6.急性胆囊炎 可为初发，也可为慢性胆囊炎的急性发作。

（二）辩证分型

1.气痛型 脘胁绞痛，阵阵发作，痛重汗出肢冷，但腹软喜按，痛止则无任何不适。伴有纳少、恶心呕吐、小便清长。苔白腻而 干，脉弦紧或沉弦。治宜理气止痛、利胆驱虫为主。

2.湿热型 多在气痛症的基础上，伴有发热或寒热往来，口苦咽干，渴而不欲饮，身目发黄，大便于结，小便黄如浓茶，局部痛重。拒按或有色块，舌质红，苔黄腻或黄干，脉弦或滑数。治宜清热利湿，利胆止痛为主。

（三）食物疗法

1.食疗原则

对胆囊炎急性发作的病人，应给以高碳水化合物、低脂肪的流汁饮食，如米汤、藕粉、豆浆、杏仁茶等。

对慢性胆囊炎病人，应供给大量的果露、山楂水以稀释胆汁。每日可供给 1500㎖，每隔 2—3 小时一次。少食多餐可刺激胆汁分泌。膳食应保持低脂肪、低胆固醇，禁用脑、肝、肾、蛋黄等，也禁用油炸的食品如油炸糕、炸鸡蛋等。不吃肥肉，因脂肪过多会影响肝脏，增加胆囊负担。应供给易消化的蛋白质，每日可给 50—60g。碳水化合物可以增加肝糖元的储存，以保护肝细胞组织。忌食刺激性食物、辛辣调味品和酒、浓茶、咖啡等。

胆结石患者饮食治疗首先应严格限制脂肪，不能吃肥肉或烹调用油，只能用少量乳融脂肪，如黄酒、奶油等。在急性发作期更应严格限制脂肪类食物。如无总胆管梗阻或胆结石尚未发作时，可以摄入植物油，有利于维持胆囊的功能。饮食可给高碳水化合物如浓米汤、藕粉等，并供给少纤维的软饭或少渣、无渣的半流质膳食。粗纤维食物能促进肠蠕动，使胆囊更觉疼痛，所以不需吃含纤维素多的水果和蔬菜及含胆固醇多的食品。不论胆结石发作与否，都不应吃。但应多吃富含维生素 A 和 C 的食物，以保护肝脏。

2.食疗方

（1）气痛型

①香附 120g，醋洗 7 次焙研；良姜 1209，酒洗 7 次焙研，共为末。每服 10g，姜 3 片，盐少许，冲汤空腹调服。忌食生冷腥辣粘硬食物。（《民间偏方秘方精选》）

②米醋 100g，花椒（川椒）6—9g。用法：将花椒研成细末，米醋加水

100m1，共放锅中煮开，一次温服。每天 2—3 次，连服 2—3 天。（《常见病饮食疗法》）

③乌梅 2 个，小枣 7 个，杏仁 20 个（泡制去皮尖），沉香 6g。用法：共捣一处，男用酒 3 盅，女用醋 3 盅，调服，一次服完。（民间验方）

（2）湿热型

①黄连 6g 炒炭，黄柏 3g 炒炭，大黄 5g 炒炭，乳香 10g、干姜 2.5g。用法：共为细面。每次服 0.5—lg；或白开水温服，每日 3 次，或每隔 3 小时服一次。（《中国食疗学》）

②黄瓜藤 100g，花椒 6—9g，米醋 100g，鸡苦胆 1 个。用法：将黄瓜藤、花椒水煎取液，去药渣，再与米醋煮，开后冲鸡胆汁，1 次温服，每天 2 次，连服 2—3 天。（民间验方）

③车前草 15g，薏米 30g，米醋 100g，白糖适量。用法：车前草煎汤去渣，入薏米煮成粥，后兑入米醋、白糖调味服食。每天 2 次，连服 2—3 天。（《家用葱姜蒜醋治病小窍门》）

（四）药酒疗法

1.气痛型

玫瑰露酒（《全国中药成药处方集》）：鲜玫瑰花 3500g，白酒 15009，冰糖 20009。制法：将花浸入酒中，同时放入冰糖，浸月余，要用瓷坛或玻璃瓶贮存，不可加热。每次饮 1—2 盅。

2　湿热型

佛手酒（《大众药膳》）：佛手 30g，白酒 1 公斤。制法：将上药洗净，用清水润透后切开，再切成三份正方形小块，待风吹略收水气后，放入坛或瓶内，然后注入白酒，封口浸泡，隔 5 天，将坛搅拌或摇动 1 次，10 天后开坛去渣，即可取用。每日酌量饮用 3—5g。

（五）茶疗法

1.气痛型

绿茶晒干研末，用沸开水冲茶叶末，趁热连同茶叶末一起饮干。每天睡前和晨起空腹各饮一次；其它时间随时可服，初服时每次用 2 茶匙，每天服 6 次，约两月后，改为每次 1 茶匙，每日 4 次。（《茶酒治百病》）

2.湿热型

绿茶 1g，过路黄 10g。用法：将新鲜过路黄洗净，晒干，切碎烘干，装瓶，盖紧，备用。把过路黄、绿茶用沸水冲泡，加盖，5 分钟后可饮。每天饮服。饮后略留余汁，再泡再饮，直至冲淡为止。（《茶酒治百病》）

第三章　心血管系统疾病

一、高血压病

（一）临床表现

按起病缓急和病程进展，高血压病可分为缓进型和急进型，临床所见绝大多数为缓进型。

1.缓进型高血压病早期多无症状，偶于体格检查时发现血压偏高，或在精神紧张、情绪激动或劳累后有头晕、头痛、眼花、耳鸣、失眠、乏力、注意力不集中等症状。症状与血压增高程度未必一致，可能由高级神经失调所致。早期血压仅暂时升高，随病程进展血压持久增高，并有脏器受损表现。

（1）脑部表现头痛、头晕常见，可能由高血压引起颈外动脉扩张、膨胀及脉搏增加所致，血压急剧升高常发生脑血管痉挛、短暂的脑血管痉挛引起脑水肿、颅内压增高、失语、肢体瘫痪，历数分至数天恢复。普遍而剧烈的脑血管痉挛引起脑水肿，颅内压增高，此时血压显著增高，头痛剧烈，并有呕吐、抽搐或昏迷。此种情况称为高血压脑病。在长期高血压血管病变的基础上，血压骤升可致脑出血，多在体力或脑力紧张活动时发病，起病急，可有面瘫、失语、头痛、呕吐、嗜睡、昏迷等症状。在脑血管硬化的基础上，也可发生脑血栓，起病慢，多在休息时发生，血压升高不著，逐渐出现肢体麻木、失语或偏瘫，但意识常清醒。

（2）心脏表现 长期高血压引起的心脏形态和功能改变称为高血压性心脏病。早期，左心室后负荷增加，心肌肥厚，心脏扩张，心功能代偿，症状不明显。以后，心功能失代偿，发生左心衰竭，体检发现心尖搏动呈抬举性，心浊音界向左扩大，主动脉瓣区第二音亢进。心尖瓣可听到收缩期吹风样杂音，反映左心室扩大的相对性二尖瓣关闭不全；少数病人在主动脉瓣区可有收缩期吹风样杂音，反映主动脉扩张和相对性主动脉瓣狭窄。出现心力衰竭时可听到舒张期奔马律、肺动脉瓣区第二音增强，肺底部罗音。心电图示左心室肥厚及劳损，晚期有心律失常，X 线检查见左心室肥大，主动脉弓延长弯曲。

（3）肾脏表现 长期高血压致肾小动脉硬化。肾功能减退时，可引起夜尿、多尿、尿中有蛋白、管型和红细胞；晚期可出现氮质血症及尿毒症。

（4）眼底改变 早期可发现视网膜动脉痉挛、动脉变细（Ⅰ级）；以后发展为视网膜动脉狭窄，动静脉交叉压迫（Ⅱ级）；眼底出血或棉絮状渗出（Ⅲ）；视神经乳头水肿（Ⅳ）。

2.急进型高血压 也称恶性高血压，占高血压的 1%左右。可由缓进型突然转变而来，也可引起病即为急进型。多见于青年和中年。血压显著升高，舒张压多在 17． 3KPa 以上。有乏力、口渴、多尿等症状，视力多迅速减退，眼底见视网膜出血及渗出，常有双侧视神经乳头水肿。迅速出现蛋白尿、血尿及肾功能减退，有氮质血症，也可出现心力衰竭或高血压脑病。病程发展迅速，死亡原因多为尿毒症。

（二）辩证分型

1.肝郁化火，风阳上扰型 头痛眩晕，面赤目红，烦躁多怒，口苦咽干，小便黄少，舌质红或边红、脉弦数有力。治宜清泻肝热，佐以养阴。

2.肝肾阴虚，肝阳上亢型 眩晕耳鸣、失眠多梦、烦躁易怒、尿赤不畅、

腰痛腿酸、遗精，甚则四肢麻木，脉弦细，舌质暗红。治宜滋补肝肾，潜镇肝阳。

3.阴阳俱虚，虚阳上逆型 头痛眩晕，目糊耳鸣，面微红，口干，自汗出，失眠多梦，肢冷腰酸腿软，夜间多尿，筋惕肉瞤，行动气急，舌暗红苔少，脉象弦细。治宜滋补肾阴，温肾助阳。

（三）食物疗法

1.食疗原则

中年以上的人由于内分泌改变和脂质代谢的某些失调，如长期摄入过量油腻食物，血液中胆固醇或甘油三酯增加堆积，特别是低密度脂蛋白沉积于血管壁，可使管腔变窄，钙盐沉着，管壁变硬、变厚，形成动脉粥样硬化，促进高血压疾病发展。因此，控制动脉脂肪及高胆固醇食物的摄入十分重要。有些植物油如玉米油、花生油含亚麻酸和亚油酸等成分，能使肝内胆固醇转化为胆汁，促进胆固醇排泄，可减轻血中脂质含量，并对改善微循环也有益。

有学者认为，某些食物的蛋白质对高血压及脑卒中能起有益的预防保护作用，这可能与某些具有保护作用的氨基酸，如核氨酸、牛黄酸等有关，如黄豆、绿豆、海参、海蜇及某些鱼类的蛋白质均具有一定的降压效果，可见高血压患者需要蛋白质摄入。特别是老年人由于蛋白质摄入减少或因吸收不良加重虚损，故应多食一些含蛋白质丰富的食品。

有研究证明，食盐过多，会引起高血压病。研究中还发现一些有遗传素质的高血压患者，其细胞膜上的钠钾泵转运的缺陷使钠在细胞内积聚，并促使血管平滑肌收缩，血管腔变窄，造成血压升高。故用低盐膳食或具有利尿排盐的食物可以减轻或治疗高血压。高血压患者一般摄盐应限在每日 3—5g，重度高血压者应限在 1— 2g 为宜。降低摄盐的同时，增加钾的摄入，如蔬菜与水果类食品，效果更好。

2.食疗方

（1）肝郁化火，风阳上扰型

①芹菜粥（《本草纲目》）：连根芹菜 100g，粳米 100g。制法：将芹菜洗净切碎，与粳米入锅，加清水 500ml 煮粥，早晚温服。《本草堆陈》云：“芹菜治肝阳头昏，面红目赤，头重脚轻，步行飘摇等症。”有研究证明，芹菜具有良好的降压功效，一般食用 1—4 日后，血压开始下降。

②玉米须炖蚌肉（《养生益寿百科辞典》）：玉米须 50g，蚌肉 200g，料酒、精盐、葱、姜、花椒各适量。制法：将玉米须洗净，葱、姜拍破，蚌肉去杂洗净。将玉米须、蚌肉、葱、姜、花椒、料酒、盐同时放入锅内，武火烧开，文火炖至肉熟烂，拣去玉米须、葱、姜。用法：食肉喝汤。《随息居饮食谱》云：蚌肉具有“清热滋阴，养阴凉血，熄风解酒，明目定狂”的作用。

（2）肝肾阴虚，肝阳上亢型

①石明粥（《中国药粥谱》）：石决明 30g，粳米 100g。制法：将石决明打碎，入砂锅内，加清水 500m1，武火先煎 1 小时，去渣取汁，入粳米，再加清水 400m1，文火煮成稀粥。用法：早晚温热服食，7 天为一疗程。

②萝布麻叶 6g，山渣 15g，五味子 5g，冰糖适量。制法：将萝布麻叶、山楂、五味子置茶壶内，加冰糖适量，用开水冲泡。代茶饮。（《常见病饮食疗法》

③何首乌粳米大枣粥（《17 种顽固病的食疗名方》）：何首乌 60g，粳

米 100g，大枣 3 个，冰糖适量。制何首乌入砂锅煎，取浓汁，去渣。入粳米、大枣加冰糖同煮成粥。早晚食用。

（3）阴阳俱虚，虚阳上逆型

①夏枯草瘦猪肉汤（《17 种顽固病的食疗名方》）：夏枯草 20g，瘦猪肉 50g。制法：将瘦猪肉切成薄片，与夏枯草用文火堡烫。用法：加入调料吃，每日 2 次。

②食醋冰糖饮（《家用葱姜蒜醋治病小窍门》）：食醋 100ml，冰糖 500g。制法：将食醋与冰糖置锅内加热溶化调匀。用法：每次 10m1，每日 3 次，饭后服。

③鲜豆腐浆适量，粳米 60g，冰糖适量。用法：以豆腐浆代水与粳米煮粥，粥好后入冰糖煮 1—2 沸即可。经常食用。（《常见病饮食疗法》）

（4）白木耳或黑木耳 3—6g，浸泡过液，加适量冰糖，蒸煮 2 小时，睡前服用。（《中国食疗学》）

（四）药酒疗法

1.肝郁化火，风阳上扰型

（1）菊花酒法（《备急千金要方》）：甘菊花适量。制法：于古历 9 月 9 日取邓州甘菊花暴干（其它地方甘菊花亦可），作末，以米馈中蒸作酒。用法：每次 20m1，并同时送服天雄散。每日 2 次。

（2）菊花醪（经验方）：甘菊花 10g，糯米适量。制法：洁净的甘菊花剪碎，与糯米酒酿适量放在小铝锅内拌匀，煮沸。用法：顿服，每日 2 次。

2.肝肾阴虚，肝阳上亢型

（1）菊花酒（《中国药酒大全》）：甘菊花 500g，地黄、当归、枸杞子各 200g，米 1000g，曲适量。制法：将菊花、地黄、当归、枸杞煎汁，滤渣；米煮半熟沥干；曲压成粉。再将米、曲入汁内搅匀，装坛内，周围保温，令发酵，7 日后可服用。用法：每次服 20—30m1，日服 2 次。

（2）枸杞 60g，白酒 500m1。将枸杞洗净，泡入白酒内封固，浸 7 天以上即可饮用。每次饮 1 小盅，以晚睡前饮最佳。（民间验方）

3.阴阳俱虚，虚阳上逆型

（1）补益杞圆酒（《中国医学大辞典》）：枸杞子、龙眼肉各 60g，好白酒 500g。制法：将上药浸入酒中，封固，7 天后即可饮用。每公斤。制法：将桑椹捣汁，煎过，同曲、米如常法酿酒。用法：徐徐饮之，不拘时候。

（4）薯蓣酒（《本草纲目》）：薯蓣 50g，山茱萸 30g，五味子 30g，入参 30g，白酒 1.5 公斤。制法：将上药入酒内，浸泡 10 日后服用。每次服 20—30ml，日服 2—3 次。

（五）茶疗法

1.肝郁化火，风阳上扰型

（1）栀子茶（《本草纲目》）：芽茶 30g，栀子 30g。制法：上二味加水适量（或 800—1000ml），煎浓汁 1 碗（约 400—500ml）。用法：每日 1 剂，分上、下午 2 次温服。

（2）降压茶（《常见病验方选编》）：夏枯草 18g，茺蔚子 18g，草决明 30g，生石膏 60g，黄芩、茶叶、槐角、钩藤各 15g。制法：上药加水适量，煎沸 20 分钟取汁即可。可先后煎二次汁，合并而饮用。或将上药共研末，以沸水冲泡，加盖浸泡 15 分钟即可。用法：每日 1 剂，早、中、晚 3 次饮服。

2.肝肾阴虚，肝阳上亢型

（1）天麻茶（经验方）：天麻 6g，绿茶 3g，蜂蜜适量。制法：先将天麻加水一大碗，煎沸 20 分钟，加入绿茶，少沸片刻即可。取汁后调入蜂蜜。用法：每日 1 剂，分 2 次温服，并可嚼食天麻。

（2）三宝茶（《家用中成茶》）：普洱茶、菊花、罗汉果各等分（或各 6g）。制法：三药共制成粗末，用纱布袋（最好是滤泡纸袋）分装，每袋 20g。用法：每日 1 次，用上药 1 袋，以沸水冲泡 10 分钟，候温频频饮服。

3.阴阳俱虚，虚阳上逆型

（1）杜仲茶（《茶叶实用知识》）：杜仲叶、优质绿茶各等分。制法：将上二味共制粗末，混匀，用滤泡纸袋分装，每袋 6g。封贮于干燥处。用法：每日 1—2 次，每次 1 袋，沸水冲泡 10 分钟，或水煎，每日 1 剂，温服。

（2）绿茶 1g，天麻 3—5g。用法：先将天麻切成薄片，干燥储存，备用。若服用时，每次取天麻片与茶叶放入杯中，用刚沸的开水泡大半杯，立即加盖，5 分钟后可热饮。头汁饮完，略留余汁，再泡再饮，直至冲淡弃渣。（《茶酒治百病》）

（3）机菊花乌龙茶饮：杞菊花 10g，乌龙茶（或龙井茶）3g。开水浸泡，代茶饮。（《中国食疗学》）

二、高脂血症

（一）临床表现

当血浆脂质浓度超过正常高限时称高脂血症。血浆脂蛋白超过正常高限时称高脂蛋白血症。由于大部分脂质与血浆蛋白结合而运转全身，故高脂血症常反映于高脂蛋白血症。

高脂蛋白血症可根据血浆外观、血脂测定及脂蛋白纸上电泳分为五型。

1.高乳糜微粒血症多见于青少年，尤以 10 岁以内者进食高脂肪餐后，常有急性腹痛发作，有急性胰腺炎、皮疹状黄色瘤较早出现；肝脾中度肿大，并随甘油三脂而改变，当甘油三脂大于 2000mg/dl 时，有脂血症视网膜出现。多见于进食过量脂肪后和重度未控制的糖尿病。

2.高β脂蛋白血症 多见于进食过量胆固醇（＞1. 2g/日）、粘液性水肿、肾病综合症、肝内外胆管梗阻、骨髓瘤、巨球蛋白血症、糖尿病等。临床多表现眼睑黄色瘤、肌健黄色瘤、皮下结节状黄色瘤（时、膝、臀部）。青年角膜炎、早发（＜40 岁）动脉粥样硬化，且发展较快。

3.阔β带型常于 30—40 岁时出现扁平状黄色瘤、肌腱黄色瘤、结节性疹状黄色瘤，早发冠状动脉及周围动脉粥样硬化，进展快，常伴肥胖症。多见于粘液性水肿、γ-球蛋白异常血症、未控制的糖尿病。

4.高前—β脂蛋白血症常见于 20 岁以后的病员，有肌腱及皮下结节状、皮疹样及眼睑黄色瘤，眼底视网膜脂血症，早发及迅速发展动脉粥样硬化，可伴发胰腺炎，糖尿病。

5.高前—β脂蛋白血症和乳糜微粒血症（混合型）常伴肥胖症、糖尿病、急腹痛发作（急性胰腺炎）、肝脾肿大、进展快的动脉粥样硬化，视网膜脂血症，可伴疹状黄色瘤。

（二）辨证分型

1.肝肾阴虚，肝阳上亢型 患者多眩晕耳鸣，失眠多梦，烦躁易怒，尿赤不畅，腰痛腿酸，遗精，甚至四肢麻木，脉弦细，舌质暗红。治宜育肝肾阴，

潜缜肝阳。

2.脾虚聚痰，阻遏心络型 体多肥胖，嗜睡身倦，咳嗽痰稀，胸闷发憋作痛，头蒙如裹，心悸不宁，舌苔白厚或腻，脉滑或弦滑。治宜健脾化痰，除湿养心。

（三）食物疗法

1.食疗原则

仅血胆固醇高者，应采取低胆固醇，低饱和脂肪，并适当补充多不饱和脂肪酸的膳食。除非体重增加，一般不必限制热量，也不必素食，可适当吃些瘦肉，胆固醇应控制在＜300mg/日。

仅血甘油三酯增高者，治疗的重点应放在控制碳水化合物。尤其是简单的碳水化合物上，并严格控制体重，同时适当补充蛋白质，尤其是植物性蛋白，如大豆蛋白。对食物胆固醇不必限制过严。

血胆固醇和甘油三脂均增高者，应采用低胆固醇、低饱合脂肪和低糖饮食，并适当补充多不饱和脂肪酸和蛋白质食品，控制体重对本型也很重要。

2.食疗方

（1）肝肾阴虚，肝阳上亢型

①芹菜 350g，黄酱 6g，刺菜 100g。加水适量煮汤调味服食。每天 1 次，连服 15—20 天。（《医食同源》）

②山楂、杭菊各 10g，决明子 15g，稍煎，当茶饮，每日 1 剂，连服三个月。

③决明子粥（《验方》）：先将 10—15g 决明子放入锅内炒至微有香气，取出，结冷后煎汁，或与白菊花 10g 同煎取汁，去渣，放入粳米煮粥，加少量调味品，每日服食一次，5—7 次为一疗程。

（2）脾虚聚痰，阻遏心络型

①水芹菜 500g，黑枣 250g （去核），用水煮熟吃（经验方）

②昆布、绿豆、红糖各 90g，用水煮熟，常吃。（经验方）

③槐花、山楂各 10g，水煎代茶。（经验方）

④荷叶粥（《民间偏方、秘方精选》）：先将新鲜荷叶 1 张，洗净煎汤，再用荷叶汤同粳米 100g.煮粥。供早晚餐或点心服食。

（四）药酒疗法

1.肝肾阴虚，肝阳上亢型

黄精 50g，首乌 30g，杞子 30g，好米酒或好白酒 1000ml。用法：将三味药浸于酒中，密封，浸泡 7 日后可饮用，每次 1—2 小杯，每日 3 次，空腹服用。（民间验方）

2．脾虚聚痰，阻遏心络型

山楂片 300g，大枣、红糖各 30g，用米酒 1000ml 浸 10 天即成，浸时每天摇动一次，以利药味浸出。每晚睡前取山渣酒 30—60g 饮服。（民间验方）

（五）茶疗法

1.肝肾阴虚，肝阳上亢型

（1）三宝茶（《家用中成药》）：普洱茶、菊花、罗汉果各等分（或各 6g） 。制法：三药共制成粗末，用纱布袋分袋，每袋 20g。服法：每日一次，用上药 1 袋，以沸水冲泡 10 分钟，候温频频饮服。

（2 ）决明罗布麻茶（《食疗本草学》）：炒决明子 12g，罗布麻 10g。制法：二药以沸水浸泡 15 分钟即可。用法：每日 1 剂，不拘时代茶频饮。

（3）花生草茶（《偏方大全》）：花生全草（整株干品）50g。制法：将花生全草切成小段，泡洗干净，加水煎汤，代茶饮。用法：每日 1 剂，不拘时饮服。

（4）绿茶叶 6g，草决明 20g，开水冲沏，代茶饮。（经验方）

2.脾虚聚痰，阻遏心络型

（1）山楂荷叶茶（《营养世界》）：山楂 15g，荷叶 12g。制法：将上二味共切细，加水煎或以沸水冲泡，取浓汁即可。用法：每日 1 剂，不拘时，代茶饮。

（2）柿叶山楂茶（《食疗本草学》）：柿叶 10g，山楂 12g，茶叶 3g。制法：上三味，以沸水浸泡 15 分钟即可。用法：每日 1 剂，不拘时，频频饮服。

（3）绿茶、何首乌、泽泻和丹参各 10g，共加水煎，取药液服。每日 1 剂。（经验方）

三、冠心病

（一）临床表现

近代医学将冠心病分为隐匿性、心绞痛、心肌梗塞、心肌硬化和猝死等型，各型的临床表现不尽相同，不同类型的冠心病其临床表现不尽相同。

隐性冠心病患者可无临床表现,仅于体格检查时发现心电图有 S—T 段压低，T 波倒置等缺血表现。

心绞痛是冠状动脉供血不足，心肌急剧的、暂时的缺血与缺氧所引起的临床症候。其主要临床表现为阵发性的前胸压榨或疼痛感觉，主要位于胸骨后部，可放射至心前区与左上肢，常发生于劳动或情绪激动时，持续数分钟，休息或用亚硝酸制剂后消失。

心肌梗塞是冠心病中较为严重的类型之一。临床上有剧烈而较持久的胸骨后疼痛、休克、发热、白细胞增多、红细胞沉降率加快、血清酶活力增高及进行性心电图变化等表现。

心肌硬化表现为心脏增大、心力衰竭和心律失常，为长期缺血导致心肌纤维化所引起。

猝死多数系由于心脏局部发生电生理紊乱或起搏传导功能发生障碍引起严重心律失常，以致心脏突然停搏而死亡。

（二）辨证分型

1.胸阳不振，心脏闭阻型胸闷憋气，阵发性心痛、心悸、气短、面色苍白、倦怠无力，畏寒肢冷，或自汗出，夜寐不宁，食欲不振，小便清长，大便稀薄，舌淡胖嫩，苔白润或腻，脉沉缓或结代。治宜温助心阳，宣通脉络。

2.气滞血淤，心络受阻型 阵发性胸刺痛，痛引肩背，胸闷气短，舌质暗，舌边尖有淤点，脉沉涩或结。治宜行气活血，化淤通络。

3.脾虚聚痰，阻遏心络型 体多肥胖，嗜睡身倦，咳嗽痰稀，胸闷发憋作痛，头蒙如裹，心悸不宁，舌苔白厚或腻，脉滑或弦滑。治宜健脾化痰，除湿养心。

4.阴阳两虚，气血不继型 胸闷心痛，有时夜间憋醒，心悸气短，头晕耳鸣，食少倦怠，腰酸腿软，恶风肢冷，或手心发热，夜尿频数，舌质紫暗，苔白少津，脉细弱或结代。治宜调补阴阳，益气养血。

（三）食物疗法

1.食疗原则

注意热量平衡。应通过限制热量的摄入或增加消耗使达到理想体重的范围。可根据下列公式粗略计算，即理想体重（公斤）＝身高（厘米）—105。每人每天所需热量常因年龄、性别、劳动强度和健康状况而有很大不同。一般在 2000—3000 千卡之间。对合并有高脂血症的患者更应注意。

脂肪的量和质是重要的，一般每日摄入量应控制在总热量的 30%以下，适当增加多不饱合脂肪酸（P），减少饱和脂肪酸（S），使 P/S 值为 1 较为合适。食物胆固醇应控制在 300—500mg/日以下，但对无合并高脂血症者不应限制过严，以防营养不良。

蛋白质的需要量与一般健康人相同，即约占总热量的 10—14%，其中植物性蛋白应占总蛋白的半数。

另外，应增加食物纤维、维生素，应限制纳盐，对合并有高血压，或有家族性高血压患者尤当重视，建议每日控制在 5g 以下。

下列食物冠心病患者可选用：①谷物类，包括各种粗粮；②豆类，包括大豆、蚕豆、赤豆、绿豆等及其各种制品；③油脂类，包括各种素油（椰子油除外）和鱼油等；④蔬菜类，各种蔬菜，尤其是草头菜（又名金花菜或南苜蓿）、洋葱、大蒜等；⑤各种瓜类；⑥菌藻类，包括蘑菇、香菇、木耳、银耳、海带、紫菜、苔菜、海藻等；⑦鱼类，包括绝大多数的河鱼和海鱼（贝壳类、鱼子及少量胆固醇含量较高者除外）；⑧种子及硬果类，包括胡桃、杏仁、西瓜子、芝麻等；⑨其它，包括茶、山楂等。此外，适量的瘦肉和家禽也适宜。

下列食物应忌食或少食：猪油、牛油、羊油、鸡油等动物脂肪及白脱（黄油），人造奶油、动物的脑子、脊髓、肝脏及其它内脏，蛋黄、巧克力，少数鱼类（如墨鱼、鱿鱼等）及贝壳类（如蚌、螺、蚬、蟹黄等）和鱼子。此外，甜食、咸食、高脂肪的奶制品等也应适当限制。

2.食疗方

（1）胸阳不振，心脏闭阻型

①毛冬青根 50—100g，熟附子 15g，红糖适量。水煎，分两次饭后服，连服数剂。（《中国食疗学》）

②葛根粳米粥（《养生益寿百科辞典》）：鲜葛根粉 30g，粳米 100g。制法：鲜葛根切片磨碎，加水搅拌，沉淀取粉 30g，与粳米 100g，加水 500m1，文火煮粥。早晚温热服。方中葛根其有效成分黄酮甙，具有缓解肌肉痉挛，扩张冠状血管，增加脑和冠状动脉血流量的作用。

③薤白粳米粥（《食医心镜》）：薤白 15g，粳米 100g。制法：薤白、粳米同入砂锅，加水 500m1，煮成稀粥。每日早晚温热食用，7 天为一疗程。现代研究证明，薤白有扩张冠状动脉、增加冠状动脉血量作用。

（2）气滞血淤，心络受阻型

①山楂荷叶饮（《17 种顽固病的食疗名方》）：山楂 15g，荷叶 12g，水煎，代茶饮。现代研究证明：山楂、荷叶均有扩张冠状动脉血管、降血压、强心的作用。

②黑豆 60g，首乌 90g，穿山甲肉 250g，油、盐各适量。制法：把穿山甲肉洗净切碎，放入瓦锅内炝汁炒透，加入首乌、黑豆，再加清水约 3 碗，先用武火，后用文火熬汤，最唇加油、盐调味。用法：饮汤吃肉，每日 2 次。

（《17 种顽固病的食疗名方》）

③菊花 3g，生山楂片、草决明各 15g。放入保温杯中，以沸水冲泡，盖严温浸 30 分钟，频频饮用。每天 1 次，连服数天。（《医食同源》）

（3）脾虚聚痰，阻遏心络型

①山楂、荷叶、薏米各 50g,葱白 30g，四味一起煎水代茶饮，常服。（《中国食疗学》）

②茯苓细粉、米粉、山楂细末、槟榔细末、白糖粉各等量。制法：加水适量，调成糊状，蒸熟，常服。（《常见病饮食疗法》）

③肚子肉 250g，榨菜 250g。制法：将肚子肉去皮及脂肪，用普通制清汤法煨制清汤，肉烂后将之撕碎，加入榨菜丝煮开。用法：酌加味精，饮汤食肉。（《常见病食疗法》）

（4）阴阳两虚，气血不继型

①田七炖鸽肉（《验方》）：田七 2g，家鸽 1 只，精盐、味精、生姜末少许。制法：将田七与鸽肉（去毛及内脏）以及精盐、生姜末入锅，加水 1000m1．文火炖熟加味精。用法：吃肉、饮汤，每日 1 次，间断 服用。动物实验证明：田七对降低血胆固醇，抑制血小板凝集，扩张冠状动脉，减慢心律，降低心肌耗氧量等均有明显作用。

②凉拌双耳（《验方》）：水发银耳、木耳各 100g。制法：将水发银耳、木耳去杂质洗净，下沸水锅焯一下，捞出置冷开水中，冷后捞出，沥干装盘，加适量精盐、白糖、味精、胡椒粉、香油调匀。用法：作菜肴，常食为宜。

③玉竹 250g，大枣 30g，党参 30g，丹参 30g，白糖 300g。用法：用冷水将玉竹、大枣、党参泡发，加水适量煎煮，每 20 分钟取药液 1 次，加水再煎，共煮 3 次。合并药液再以小火煎煮浓缩，至稠粘将干锅时停火。温后加入白糖粉把药液吸净，拌匀，晒干，研碎，装瓶备用。每次 10g，用沸水冲服，每天 3 次，连服 20—30 天。（《常见病饮食疗法》）

（四）药酒疗法

1.胸阳不振，心脏闭阻型

（1）薤白 15g，瓜蒌 20g，白酒 15ml，加水 200ml，煎成 100ml，每次服 20g，每日一次。（《茶酒治百病》）

（2）干姜酒方（《食治养老方》）：干姜末 15g，清酒 100g。用法：上温酒热，即下姜末投酒中。用法；每次 30g，每日 1 次。

（3）桂心酒（《食治养老方》）：桂心末 30g，清酒 100g。制法：上温酒令热，即下桂心末调之。用法：每次 20m1，每日 1 次。

2.气滞血淤，心络受阻型

（1）灵脂酒（《奇效良方》）：五灵脂（去砂石，炒），加玄胡索，没药（炒）各等分。制法：上为细末。每服 6g，温酒调下。

（2）桃枝酒（《本草纲目》）：酒 1000m1，鲜桃树枝 300g（切）。制法：将桃枝入酒中，煎至 500m1。每次饮 30m1。

（3）灵芝 30g，丹参 5g，田七 5g，洗净，同入坛加自酒 500m1，盖上盖。每天搅拌一次，再盖好盖。泡 15 天即成。每服适量。（《中国食疗学》）

（4）牡丹皮 30g，田七 10g，川芎 10g，浸入 1000ml 白酒中，密封两个月，每晚临睡前饮酒 15ml。（《民间偏方秘方精选》）

3.脾虚聚痰，阻遏心络型

苏子 60g，酒 500g。制法：苏子炒香研末，以纱布袋盛．浸好酒中，三

日后取汁饮。每次喝一盅。（《常见病饮食疗法》）

4.阴阳两虚，气血不继型

（1）丹参 50—100g，白酒（55 度）1000ml。制法：将丹参制成粗末，于酒中浸 15 天，配制为 5—10%的丹参酒，每服 20—30ml，每日 3 次。（《茶酒治百病》）

（2）生鸡子酒（《普济方》）：破生鸡子一枚。制法：酒和。顿服。

（五）茶疗法

1.胸阳不振，心脏闭阻型

（1）乳香止痛茶（《瑞竹堂经验方》）：乳香、茶叶各等分，鹿血适量。制法：将乳香、茶叶共研细末，过筛，加鹿血和丸，如梧桐子大，每次 39，每日 2 次，口服。

（2）好茶末 120g，炼乳香 30g，共研末，用醋同免血和丸，如梧桐子大，每次 5g，温醋送下，每日 2 次。（《茶酒治百病》）

2.气滞血淤，心络受阻型

（1）丹参茶（《验方》）：丹参 9g，绿茶 3g。制法：将丹参制成粗末，与茶叶以沸水冲泡 10 分钟服，即可。每日 1 剂，不拘时饮服。

（2）茶叶 5g，山楂和益母草各 1g。用沸水冲沏，代茶。每日饮用。（民间验方）

3.脾虚聚痰，阻遏心络型

（1）三根茶（《食物疗法精萃》）：老茶树根 30g，榆树根 30g，茜草根 15g。制法：上三味加水适量煎沸 15—25 分钟即可。用法：每日 1 剂，不拘时饮服，每周服 6 天。连服 4 周为一疗程。

（2）茶叶 15g，素馨花 6g，茉莉花 1． 5g，川芎 6g，红花 1g（川芎、红花焙黄研末，用过滤纸袋装），泡茶常年饮用。每日 1—2 次。（《茶酒治百病》）

4.阴阳两虚，气血不继型（1）湖茶（《本草纲目》）：龙井茶或紫笋茶适量（或 6g），米醋适量。制法：湖茶加水，煎汤（不宜久煎，以稍沸即止为好），和米醋，即成。每日 1—2 次。分服。

（2）茶叶 10g，香蕉 50g，蜂蜜少许。先用沸水 1 杯冲泡茶叶，然后将香蕉去皮研碎，加蜜调入茶水中，当茶饮，每日 1 剂。（经验方）

四、慢性心功能不全

（一）临床表现

心功能不全的病人，由于发生功能障碍的心室不同，其临床表现亦不同。左心功能不全的临床表现主要是由于肺充血、肺水肿所致。右心功能不全的临床表现主要是由于体循环静脉郁血及水肿所引起。此外，还有一些表现如易疲乏，怠倦无力，少尿则是由于心排出量下降所致。

1.左心功能不全的表现

（1）呼吸困难是左心功能不全最早出现的症状，初期仅发生于较重的体力劳动时，休息后可消失；随着左心功能不全的加重，较轻的体力劳动即可引起呼吸困难。严重者休息时亦可出现呼吸困难。

左心功能不全的病人，平卧时感呼吸困难，被迫采取高枕位，较重者取半坐位，严重者被迫坐起以减轻呼吸困难，称为端坐呼吸。坐位时，一部分

血液由于重心作用移留至腹腔及下肢的静脉内，回心的血量减少，肺充血可减轻，因而呼吸困难减轻。坐位时，横隔下降，肺活量增加，是使呼吸困难减轻的另一因素。

阵发性呼吸困难是左心功能不全时呼吸困难表现的一种形式，常在睡眠时发作，或伴有咳嗽。病人于熟睡时突感窒息而醒，被迫坐起，呼吸急促。轻者坐起后不久症状即告消失，病人又可入睡。重者发作时病人可出现发绀，冷汗，咯粉红色泡沫样痰，肺部出现哮鸣音及湿罗音（肺底尤多）。这种情况称为心脏性哮喘。阵发性呼吸困难之发生，可能是：①卧位时回心的血量增加，肺充血加重，隔上升，肺活量减少；②睡眠时迷走神经兴奋性占优势，使冠状动脉收缩，心肌氧供应减少，心肌工作能力下降以及小支气管平滑肌痉挛，肺通量减少等之故。

（2）心尖部舒张早期奔马律是左心功能不全的早期表现之

（3）交替脉是左心功能不全的另一早期表现。

（4）肺部湿罗音是由于肺充血和肺水肿引起。湿罗音分布的部位可随体位变化而变化。左心功能不全的病人休息时喜取半坐位，因而肺部湿罗音一般分布在两肺底部。

2.右心功能不全的表现

（1）上腹部胀满是右心功能不全的一个比较早的症状。可伴有食欲不振、恶心、呕吐，以及上腹部压痛。其产生机制与腹腔内脏充血及肝、脾充血有关。充血的肝脏肿大并有压痛。脾脏亦可因充血而肿大。

（2）颈静脉怒张是右心功能不全的一个较明显表现。压迫充血肿大的肝脏时，颈静脉怒张可更明显，肝一颈静脉回流症阳性。

（3）水肿是右心功能不全一个较晚的表现。水肿分布的部位受体位的影响。心功能不全较轻时，经整日活动后水肿出现于踝部，休息一夜后水肿可消失。较重者立位或坐位时下肢水肿较明显，卧位时骶部水肿较明显。随着右心功能不全的加重，水肿的范围随之扩大。

心功能不全严重者可出现腹水或胸水。腹水是由于体循环静脉明显升高或伴有郁血性肝硬变所致。胸水可为双侧者，若为单侧者则多出现在右侧。右心功能不全的病人先有出现胸水者。由于胸膜的静脉回流经由体静脉和脉静脉，因而胸水多见于左右心功能不全时。

3.全心功能不全的表现左、右心功能不全的临床表现同时存在，但病人或以左心功能不全的表现为主或以右心功能不全的表现为主。左心功能不全肺充血的临床表现可因右心功能不全的发生而减轻。

（二）辨证分型

1.气血不足，心脾两虚久病失调，劳则气短心悸，体倦神疲，面色苍白，易自汗出，食纳减少，睡眠不实，舌质淡红，脉细弱或略数。治宜气血双补，健脾养心。

2.心肾阳虚，水气泛滥呼吸喘促，倚息心悸，头汗出，面肢发胀，两颧紫赤，腰痛半身以下常有冷感，腹胀尿少，舌淡而胖，苔浊，脉浮大无力。治宜温肾强心，化气利水。

3.心阳气虚，淤血内阻呼吸气促，不能起床，面色晦滞，口唇青紫，指甲发绀，心悸汗出，下肢微肿，小便短少，或咳嗽咯血，舌胖带紫，脉细涩或结代。治宜补阳益气，活血散淤。

（三）食物疗法

1．气血不足，心脾两虚型

（1）莲子粥（《饮膳正要》）：莲子肉 50g（去皮心），糯米 50—100g，冰糖适量。制法：用水同煮莲子、糯米成粥，加冰糖水，每日晨起吃一小碗，或不拘时作点心食之。

（2）黄芪粥（《食医心鉴》）：黄芪 30g，粳米 50g。用法：先用水煮黄芪取汁去滓，再用汁煮米做粥，晨起空腹食之。有益气摄血，补心健脾作用。

（3）猪心 1 个，琥珀粉 5g，党参粉 5g。将猪心内的血液洗净，放入琥珀粉、党参粉，于砂锅内加水小火炖熟，经调味，食肉喝汤。隔天 1 次，连服数剂。（《中国食疗学》）

2.心肾阳虚，水气泛滥型

（1）山药桂圆粥（经验方）：鲜生山药 100g，桂圆肉（龙眼）15g，荔枝肉 3—5 个（去核），五味子 3g，白糖适量，先将生山药去皮切成薄片，与桂圆肉、荔肉（鲜者佳）、五味子同煮作粥，加入白糖，晚临睡前一小时食之。有温肾阳，补心气的作用。

（2）猪肾 1 个，党参、当归各 15g。将猪肾臊腺剔净，切片，党参、当归用白纱布包好，同放沙锅内加水适量煮汤，熟后去药渣调味服食。隔天 1 次，连服数剂。（民间验方）

3.心阳气虚，淤血内阻型

（1）桂圆莲子粥（民间验方）：桂圆肉（龙眼）15g，莲子肉（去皮、心）15g，红枣（去核）5 个，糯米 50g，白糖适量。将糯米水淘后与桂圆、莲子、枣肉同煮做粥，加糖，可作早餐食用。本方有养心、宁神、扶中、化淤作用。

（2）黄芪、党参各 250g，木香 15g，红糖 500g，将党参、黄芪、木香洗净，以冷水泡透，加水适量煎煮。每 30 分钟取煎液 1 次，加水再煮；共煎取 3 次；合并药液，继续以小火煎煮浓缩到粘稠如膏时停火；侍温，拌入干燥红糖粉把煎液吸净，混匀，晒干，压碎，装瓶备用。每次服 10g，以沸水冲服。每天 2 次，连服数天。（《常见病饮食疗法》）

（四）药酒疗法

1.气血不足，心脾两虚型

（1）黄豆 250g，加水 1000ml，煮至 250ml，加入甜酒适量，每日分 3 次服。（经验方）

（2）花生仁 100g，鲤鱼 1 条。炖烂加酒吃。（经验方）

（3）侧金盏酒（《陕甘宁青中草药选》）：侧金盏花 1 钱，白酒 1 斤。浸泡 7 日后服用。每服 5—10ml，日服 2 次。

2.心肾阳虚，水气泛滥型

（1）鲤鱼 1 条，米酒 1500ml，共煮，至酒干食，勿加任何调料。（民间验方）

（2）黄精 20g，洗净，切成片，装入纱布袋内，扎紧袋口。泡入 500ml 白酒瓶内，盖好，封口，30 天即可饮用。每次一小盅。（《茶酒治百病》）

3.心阳气虚，淤血内阻型

桃仁朱砂酒（《太平圣惠方》）：桃仁（汤浸去皮尖，鼓炒微黄细碎）100g，朱砂（细研）10g，醇酒 0.5 公斤。制法：将桃仁用酒浸干净器中，封口，煮沸，取下候冷，再放入朱砂细末，搅动令匀。用法：每次温饮 1—2

小杯，不拘时候。

（五）茶疗法

1.气血不足，心脾两虚型

（1）人参茶（《历代名医良方注释》）：红参 9g，绿茶 15g，五味子 6g，麦冬 15g，甘草 9g。制法：将红参打碎或切成薄片，麦冬切小片与五味子、绿茶、甘草加水 600ml，浸泡 30 分钟后，加热煮沸至 200—300ml。用法：每剂分为 6 份，第 1 次服用 2 份，以后每 2 小时服用一次（l 份），必要时 1 小时服用一次。每日 1—2 剂。

（2）青茶 10g，茉莉花和石菖蒲各 6g，共研粗末，沸水冲泡，随意饮用，每日 1 剂。

2.心肾阳虚，水气泛滥型

（1）葵盘茶（《中草药单验方选编》）：向日葵的花盘 1 个。制法：将向日葵花盘一剪为 4 份，任取 1 块，加水适量煎汤代茶饮。用法：每日 2 次，每次 1 块煎汁，不拘时温服。

（2）红茶 0.5—1g，熟附子 5—10g，炙甘草 5g。用法：熟附子、炙甘草置砂煲内，加水 1000m1，煮成 300ml，去渣，加入红茶即成。分 3 次温服，日服 1 剂。（民间验方）

3.心阳气虚，淤血内阻型

（1）风心茶（民间验方）：老茶树根（10 年以上者）30—60g，枫荷梨 30g，万年青 6g，糯米酒少许。制法：上四味加水适量，煎沸 30 分钟，取汁即可。每日 1 剂，不拘时服。

（2）强心茶（《中草药单验方选编》）：老茶树根（愈老愈佳）洗净，略干后切成薄片，加水和适量米酒，置砂锅或瓦罐内文火煎熬，去渣取汁，即得。用法：每日 1 剂，于晚睡前一次顿服。

第四章　泌尿系统疾病

一、急性肾炎

（一）临床表现

急性肾炎症状发生于咽炎、扁桃体炎、皮肤感染、猩红热等链球菌才其它细菌感染之后 2—3 周，起病比较急。

1.尿改变大部分病人起病时呈少尿（每日尿量少于

400ml），血尿见于所有病例，肉眼血尿出现率约 40%，且常为病人第一主要症状。尿常规定性检查蛋白 90%以上阳性，多为中等量蛋白尿，少数病人尿蛋白可仅为微量，作尿沉渣检查可见多量红细胞，甚至有红细胞管型。此外，尚有数目不清的白细胞、上皮细胞和颗粒管型。比较轻的病人可仅见镜下血尿及轻、中度蛋白尿。

2.水肿见于 80—90%病例，多见于皮下组织疏松处，轻者清早有眼睑水肿，进一步乃延及头皮和全身，但水肿部位的压陷性不明显。少数病人可因尿中丢失过多蛋白质而呈肾病综合症（少于 20%）表现。严重的水纳潴留会引起心脏扩大及心力衰竭。在成人发生心脏合并症者较儿童为少。

3.高血压见于 80—90%病例，多为中等度的血压增高（17—21/12—13.3KPa），血压波动较大，可呈一过性。偶见严重高血压，并可伴有视网膜出血、渗出，视乳头水肿或高血压脑病。

4.肾功能减退患者常出现少尿和一过性血尿素氮及肌酐增高；但尿比重仍正常，甚或增高。大多数在起病 1—2 周后，尿量渐增，肾功能恢复，只有少数病人因严重肾实质损害，才会发展为尿毒症。

5.全身表现患者往往疲乏、厌食、恶心、呕吐、腰痛及头痛，偶有视力模糊。在有链球菌感染史者作病灶（如咽部）分泌物培养，有时尚可查得溶血性链球菌。血清抗链球菌血素“0”滴度增高。但有些“致肾炎菌株”感染后。可不产生链球菌溶血素“0”，所以，抗链球菌溶血素“0”滴度不增高，也不能完全否定有过链球菌感染。链球菌后肾炎患者，在发病 6—8 周内，血清补体总活力或 C3 量下降。

（二）辨证分型

1.风寒犯肺，三焦气滞型恶寒发热，咳嗽、气喘，头面四肢浮肿，或伴有胸水，口渴，尿少，色黄褐，大便干，舌苔薄白，脉浮紧或沉细。治宜宣肺发表，通利三焦。

2.风热郁肺，湿毒蕴结型头痛发热，咽喉红肿疼痛，咳嗽气促，口渴喜饮。开始头面、四肢轻度浮肿，逐渐高度浮肿；尿少赤涩，大便干；舌苔白，心黄，舌质红，脉沉滑数，或弦大。治宜清宣肺热，解毒利湿。

3.热毒内攻，灼阴动血型咽峡红肿，后壁有脓泡，或扁桃体肿大，或轻度浮肿，口干；尿少赤涩，或如洗肉水色血尿。舌苔红，脉沉细数或细滑数。治宜滋养肾阴，清热解毒。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）维生素的摄入：给予易消化、富含维生素的低盐饮食。

（2）蛋白质的摄入：应根据病情决定。发病初期有肾功能不全，氮质滞留时，应限制蛋白质摄入量，仅给予高质量蛋白质，如牛奶、鸡蛋等，每日

20—30g，以减轻肾脏排泄氮质之负担。当病情好转时，蛋白质可逐渐增加，至每日每公斤体重 1g。

（3）碳水化合物及脂肪：一般不加限制，因所需热量均由它们来供给，在生长期儿童尤为重要。

（4）饮水量：水肿严重而少尿者，应根据排尿量等决定入水量，每日为前一日排水量加 500ml。

（5）食盐量：有水肿及高血庄者要严格限制食盐，每日 1—3g。当急性肾炎的一切临床症状消失后，在一定时间内还应采取低盐膳食，有利于预防肾炎复发。

2.食疗方法

（1）风寒犯肺，三焦气滞型

①黑鱼 1 条，赤小豆 30g，冬瓜 1500g，大葱 5 根。用法：将黑鱼去鳞及内脏洗净，加水 5 碗与其它三味一起，煎成 3 碗，吃鱼喝汤后盖被取汗。每天 1 剂，连服 7—8 天。（《医食同源》）

②黄母鸡 1 只，龙葵豆 7 粒，大麻仁 7 粒，黑豆 1 把，红糖 1000g，生姜适量。用法：将鸡去毛和内脏洗净，把药放入鸡腹内，置锅内加水及红糖同煮汤。一天内食完，食后盖被取汗，不要吹风，并忌盐三天。隔 2—3 天 1 剂，连服数剂。（《中国食疗学》）

（2）风热郁肺，湿毒蕴结型

①荠菜鸡蛋汤（《民间偏方秘方精选》）：鲜荠菜 100g。用法：洗净放入瓦锅中，加水三大碗，煎至一碗水时，放入鸡蛋一个（去壳拌匀），煮熟，加盐少许，饮汤吃菜和蛋。每日 1—2 次，连服一个月为一疗程。

②黑鱼一条，去脏，洗净，加赤小豆 15g，苡仁、茯苓皮各 9g，加清水适量煮 1 小时，吃鱼喝汤。（《常见病饮食疗法》）

（3）热毒内攻，灼阴动血型

①鲜玉米须 1000g，白糖 500g，用法：将玉米须洗净，加水适量煎一小时去渣，再继续以小火浓缩，到将要干锅时，离火待冷，拌入干燥白糖粉把煎液吸净，混匀，晒干，压碎装瓶备用。每次 10g，以沸水冲服，每天 3 次，连服 7—10 天。（《医食同源》）

②西瓜皮、赤小豆、茅根各 50g，水煎服。每天 1—2 次，连服数天。（《常见病饮食疗法》）

（四）药酒疗法

1.风寒犯肺，三焦气滞型

（1）菟丝子 500g，酒 2500ml。制法：将菟丝子泡入酒中 3 天。用法：每次饮 10—20ml，每日 3 次。（《本草纲目》）

（2）治身面卒肿酒方（《本草纲目》）：皂荚（去皮，炙黄，剉）100g，白酒 500ml。制法：将皂荚泡入酒中然后清透煮沸即可。用法：每次饮 10—20ml，每日 3 服。

（3）核桃仁 9g，蛇蜕一条，焙干研末，用黄酒冲服。（民间验方）

2.风热郁肺，湿毒蕴结型

（1）薄黄酒（《普济方》）：薄荷、大豆、小豆各 50g，清酒 500ml。将上三味入清酒中，煮取 300ml，去滓豆。用法：每次 10—20ml，每日 3 次。

（2）黑豆浸酒（《普济方》）：黑豆 30g（炒黑），白花蛇（酒浸炙微黄）一条重 150g，大麻仁 60g（蒸熟），五加皮（剉）150g，苍耳子（炒微

黄）150g，牛蒡子（酥炒微黄）30g。制法：将上药捣碎，用纱布袋盛，用好酒 1500ml，内入瓷瓶中封头，浸 7 日开瓶。用法：饭前温服，每次服 10—20ml。

3.热毒内攻，灼阴动血型

（1）大生地酒（《太平圣惠方》）：大生地 120g，杉木节 50g，牛蒡根（去皮）120g，丹参 30g，牛膝 50g，大麻仁 60g，防风 20g，独活、地骨皮各 30g，好酒 1.5 公斤。制法：将上药共捣碎细，布包，用酒浸于净器中，密封口，7 日后开取，去渣贮存。用法：每于饭前饮，每次 10ml。

（2）桑椹酒（《普济本事方》）：桑心皮（即桑白皮）、桑椹、糯饭各 150g。制法：将桑心皮切，以水 2000ml，煮汁 1000ml，入桑椹再煮，取 500ml，以糯饭酿酒。用法：适量饮用。

（五）茶疗法

1.风寒犯肺，三焦气滞型（1）鲫鱼利水茶（《河南省秘验单方集锦》）：大鲫鱼 1 条（400g 左右），松萝茶 15g，独头蒜 10 个，胆矾 9g。制法：鱼去内脏和鳞，洗净，将分三味纳入鱼肚内后扎紧，用砂锅加水煮熟，饮汁食鱼。每日 2 剂，连吃 3 天。

（2）黑鱼 1 条，去内脏，腹内加入茶叶 6g，文火煮 1 小时，喝汤吃鱼。（民间验方）

2.风热郁肺，湿毒郁结型

（1）玉米须茶（经验方）：玉米须 30—60g，松萝茶（其它绿茶亦可）5g。制法：上二味，置杯中以沸水浸泡 15 分钟，即可，或加水煎沸 10 分钟也可。每日 1 剂，分 2 次饮服。

（2）红茶叶 20g，蚕豆壳 20g，冬瓜皮 50g，上 3 味加水 3 碗煎至 1 碗，去渣饮服。（民间验方）

3.热毒内攻，灼阴动血型

（1）红茶 0.5—1g，黄芪 15—25g，小儿酌减，水 400—500ml，先煮黄芪，沸后 5 分钟，加入红茶即得，分 3 次温饮，日服 1 剂。（民间验方）

（2）茅茶（《茶叶实用知识》）：白茅根 10g（去根须，洗净），茶叶 5g。制法：上二味加水适量，煎沸 1 分钟，即可；亦可将白茅根剪碎与茶叶用沸水冲泡 15 分钟，即可。每日 1 剂，不拘时温服。

二、慢性肾炎

（一）临床表现

大部分患者是隐伏起病，少数由于急性肾炎病情迁延不愈，经一年以上，乃发展为慢性。临床表现为程度不等的蛋白尿、镜下血尿、高血压、水肿、肾功能损害。由于慢性肾炎是一组不同病因、不同病理改变的疾病，故临床表现和发展过程亦不相同。

1.临床表现类型

（1）普通型：这是慢性肾炎中最多见的一种类型。①尿改变：中等程度蛋白质（＋或＋＋），尿沉渣检查红细胞常超过 10 个/高倍视野，并有不同程度的管型尿。②水肿：常有轻度和中等程度的水肿。③可伴有中等程度血压增高。④可有一定程度的肾功能损害，肌酐清除率下降，酚红排泄率下降，夜尿增多，尿浓缩功能下降，尿比重低于 1.015，此时患者尿量虽多，但仍可有氮质血症。⑤大部分病人诉乏力、腰酸、纳差，常出现贫血。

（2）肾病型：本型具有肾病综合症的表现。大量蛋白尿（＞3.5g/24 小时）血浆白蛋白下降和明显水肿。血浆胆固醇可不增高或轻度增高。但尚伴有镜下血尿和（或）高血压及进行性肾功能损害。

（3）高血压型：本型具有普通型的表现，但以血压持续性、中等度以上升高（特别是舒张压升高）为特点。当舒张压超过 13.3KPa 以上时，会进一步加重肾血管痉挛，导致肾血流量下降，使肾功能急骤恶化。

慢性肾炎的三种临床类型的区分不是绝对的，各类型之间可以互相转化。

慢性肾炎的眼底改变：常有视网膜动脉细窄、迂曲、反光增强及动脉静脉交叉压迫现象和絮状渗出物，以上变化尤以高血压型为严重。

2.慢性肾炎的发展过程大部分慢性肾炎病人起病隐伏，病情缓慢发展，在漫长的病程中，有些病人可因蛋白质逐渐加重而发生肾病综合症，或者血压逐渐升高，促进肾功能恶化。有少数病例则病情发展较快，经数月后即进入尿毒症期。在较长的病期中，有　　些患者的临床表现可自行缓解，但其病理改变并未恢复，甚至仍继续缓慢发展。缓解期可维持数周、数月甚至数年或更久，然后又突然发作、加重，并出现尿毒症。慢性肾炎有易再发的倾向。患者在肾炎缓解期或病情相对稳定的情况下，由于链球菌或病毒的感染，或劳累、受冻等，而引起急性发作，这时潜伏期很短（仅 1—2 天，不超过 5 天），临床表现类似急性肾炎，可能就此导致病情恶化，进入尿毒症期。但如适当治疗或休息后可能恢复到发作前状态。

（二）辨证分型

1.肺失宣降，脾运不健型恶寒发热，咳嗽喘促，胸闷气憋，咽痛口渴，有汗或微汗；高度浮肿，以头面上半身为重；腹胀便溏，食纳不佳；尿少色黄，舌苔薄白；脉多滑数。治宜宣肺利气，运脾消肿。

2.脾肾阳虚，水湿泛滥型面色苍白或苍黄；全身高度浮肿，腹部膨隆如鼓，肢凉怕冷；食欲不振；大便溏，次频，小便少，色清白；腰酸痛；舌质淡而胖大，边有齿痕，舌苔薄白；脉象沉细或沉缓。治宜温脾助阳，行气利水。

3.肝脾不足，精血亏虚型初起身重腹胀，继则高度浮肿，全身苍白光亮，按之凹陷不深而有细致皱纹，腹部膨隆胀满；尿量极少；面色萎黄，神疲不支，肢体麻木；舌质淡而体胖大，边有齿痕；脉沉细。治宜补益肝脾，填精养血。

4.脾肾两虚，精气外泄型面色苍白无华，神疲体倦，腰酸体软；尿有蛋白；舌质淡；脉虚弱乏力。治宜健脾固肾，滋阴助阳。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）饮水量：早期无浮肿，尿量多时，应鼓励多饮水，以利于排出尿素等代谢产物。至晚朗尿少浮肿时，则应按每日出量加 500ml 计算进水量，以免增加水肿。

（2）低蛋白高热量饮食：出现氮质血症时，不仅考虑限制蛋白质的进食量，而且要考虑到蛋白质的质量（高质量的蛋白质如牛奶、鸡蛋）及足够的热卡（主要是糖和脂肪），以保证人体生理活动及合成代谢的需要。对质量较差的蛋白质，如米、面应减少。可采用麦淀粉（仅含蛋白质 0.6g%，而一般小麦粉含蛋白质 9g%）来代替部分主食。根据临床经验，肾功能不全时病

人每日蛋白质限制在 30g 左右，热卡在 2000 千卡左右，其中动物性蛋白质和植物性蛋白质各占一半。

（3）增加必需的氨基酸，提高食物质量：近年来在饮食疗法中，采用了低蛋白质高热量饮食加上必需的氨基酸，每日服用必需氨基酸溶液 200ml 或颗粒 12g。由于氨基酸代谢的改善，增加了对尿素的再利用，得到了正氮平衡，血尿素氮降低和血浆蛋白上升。

2.食疗方法

（1）肺失宣降，脾运不健型

①党参煮猪肾（《17 种顽固病的食疗名方》）：猪肾 1 个，党参、黄芪、芡实各 20g。制法：将猪肾剖开去其筋膜，洗净，与其余药共煮，至猪肾熟。用法：酌情加少许酱油，吃肉饮汤。

②葫芦壳 50g，冬瓜皮 30g，红枣 10 枚。把各味一起加水 400ml 煎至 150ml，去渣饮用。每天 1 剂，服至浮肿消退为度。（《中国食疗学》）

③鲜生姜 9—12g，桂枝 6g，大枣 5—6 枚，粳米 60—90g。把生姜洗净切碎，同大枣、桂枝、粳米煮粥。供早晚服食，可常服。（民间验方）

④大马哈鱼和豆腐一起炖熟，不加盐，连续服用。或嘎牙子鱼 3 条，绿豆 30g，大蒜 3 瓣，水煮烂，分 2 次服。（民间验方）

⑤黄芪糯米粥（《17 种顽固病的食疗名方》）：糯米 90g，黄芪 30g。将糯米淘净，与黄芪共煮为粥。早晚食用。

（2）脾肾阳虚，水湿泛滥型

①羊肉冬瓜汤（《养生益寿百科辞典》）：羊肉 250g，冬瓜 200g，香菜 20g，味精、花椒粉、葱、猪油、羊肉汤适量，盐少许。制法：将羊肉切成小片，冬瓜洗净去皮及籽后切成片，用开水烫一下，捞出沥净水；香菜洗净切成末。坐锅，加汤烧开，放入少许盐、花椒水、葱丝、胡椒粉，共同烧开，放入羊肉片、冬瓜片后再烧开，捞入碗内，将汤浮沫撇去，加味精、淋猪油、撒香菜末，用汤浇在碗内羊肉上。用法：当菜食，每日 1 次或早晚各 1 次。

②冬瓜 1000g，砂仁 30g，食盐少许。同炖汤饮。每天 1 次连服 10—15 天，或鲤鱼一条（去肠杂），冬瓜 1000g，食盐少许，同煮汤饮。隔天 1 剂，连服 10—20 天。（《民间偏方秘方精选》）

③猪肾一个，甘遂末 3g，将肾剖开，将甘遂末撒于内外，放碗中上笼蒸熟，一日 2 次分食，（民间验方）

④猪肾粥（《本草纲目》）；猪肾 2 个（去膜切片），粳米 50g，葱、生姜、五香粉、盐等佐料适量。猪肾与米合煮做粥，将熟入葱、姜等佐料，晨起作早餐食之。

⑤熟附片炖狗肉（《17 种顽固病的食疗名方》）：狗肉 500g，熟附片 15g，生姜 60g，大蒜适量，菜油少许。制法：将狗肉洗净，切成小块，并将姜煨熟备用；将熟附片放入砂锅内，先煎 2 小时，然后将狗肉、大蒜及姜片放入，加水适量炖至狗肉烂熟。用法：热食。不可过食。

（3）肝脾不足，精血亏虚型

①鸭汁粥（《本草纲目》）：无盐鸭汤（去浮油）适量，粳米 50g。用法：用水煮米做粥，临熟时入鸭汤调匀，晨起作早餐食之。

②冬瓜 1 公斤，鲤鱼 1 条（250—500g 重），清炖。食冬瓜和鱼饮汤。（经验方）

③炙龟板、薏仁各 15g，生黄芪 10g。用法：先煎龟板 1 小时，再加入黄

芪、薏仁，煎浓去渣，一日 2 次分服，连服 1—2 个月。（《常见病饮食疗法》）

④枸杞粳米粥（《家用药粥治病小窍门》）：枸杞 30g，红枣 10 枚，粳米 60g。制法：同入锅煮粥。用法：早晚食用，常食有效。

⑤鲫鱼 1—2 条，大米 60g，灯芯草 5—6 根。用法：将鱼洗净，与另二味煮粥。早晚餐服食，连服 15—20 天为 1 疗程。（民间验方）

（4）脾肾两虚，精气外泄型

①党参 30g，芡实 20g，猪肾 1 个，食盐白酒适量。用法：将猪肾剖开，用盐或白酒搓洗去尿味，与药共煮汤，不放盐或低盐服食，每天 1 剂，连服 7—10 天。（民间验方）

②黑大豆炖猪肉（《本草纲目》）：黑大豆 100g，精猪肉 500g。制法：炖熟。每日 2 次，每次 1 剂，连服 15—20 天。

③大蒜炖鳖肉（《17 种顽固病的食疗名方》）：鳖肉 500g，大蒜 100g，白糖、白酒适量。制法：将上品共收入锅内炖至鳖肉烂熟，加调料。用法：食肉饮汤，早晚各 1 次。

④鲜大鲤鱼一条重 500g，去鳞及内脏，醋 30g，茶叶 6g，共放锅内，加水炖熟（一次吃不完可分两次）。（经验方）

⑤黄精粥（《饮食辨录》）：黄精 30g，粳米 50g。用法：先将黄精洗净切碎，与米同煮做粥，分两次量晨起作早餐食之。

（四）药酒疗法

1.肺失宣降，脾运不健型

（1）薄黄酒（《普济方》）：薄荷 30g，大豆 30g，小豆 30g。制法：上药入清酒 1000ml 中，煮取 300ml，去滓豆。每次 10ml，每日 3 次。

（2）大豆酒（《普济方》）：大豆（拣净）500g。制法：上以水 2500ml，煮取 1000ml，澄清去豆滓，加入美酒 1500ml，再煎取 1000ml。用法：每次 10ml，每日 3 次。

2.脾肾阳虚，水湿泛滥型

（1）治身面卒肿酒方（《本草纲目》）：菟丝子 50g，白酒 500ml。制法：将菟丝子入酒中浸泡三天三夜即可。用法：每次 20ml，每日 3 次。

（2）葶苈酒方（《圣济总录》）：葶苈子 50g，白酒 2000ml。制法：将葶苈子入酒浸泡三天三夜即可。用法：每次 10ml，每日 2 次。

3.肝脾不足，精血亏虚型

（1）古今录验桑酒方（《外台秘要》）：桑植并心皮（细剉）适量。制法：将桑枝入 4000ml 水中，煮取 2000ml 汁，然后加入 2000ml 米酿酒。用法：每次服 30ml，每日 3 次。

（2）鳖肉 500g，大蒜 60g，白糖、白酒适量，加水炖熟食之。（《茶酒治百病》）

4.脾肾两虚，精气外泄型

（1）乌豆酒（《普济方》）：乌豆 100g。制法：以水 2500ml，煮取 1500ml 汁，加白酒 1500ml。用法：每次 20—30ml。每日 3 次。

（2）核桃仁 9g，蛇蜕 1 条，焙干研末，用黄酒冲服。（经验方）

（五）茶疗法

1.肺失宣降，脾运不健型

红茶和蚕豆壳各 20g，冬瓜皮 50g，加水 3 碗，共煎至 1 碗，去渣饮用。（《茶酒治百病》）

2.脾肾阳虚，水湿泛滥型

（1）绿茶 1—2g，茯苓 5—10g，蜂蜜 25g，茯苓研成粉后加水 500ml，边煮边搅拌，待煮佛后加绿茶与蜂蜜，分 2 次服。日服 1 剂。（《茶酒治百病》）

（2）茶叶 10g，玉米须 30g，沸水冲泡，每日代茶饮。（民间验方）

3.肝脾不足，精血亏虚型

茶叶 10g，先煮取浓汁约 100ml，去茶渣，入粳米 50g，白糖适量，再加入水 400ml 左右，同煮为稀稠粥。每日 2 次，温热服食。（《养生治病疗方》）

4.脾肾两虚，精气外泄型

好茶叶 60g，鲫鱼 1 条（约 500g 左右）。把鲫鱼去鳞和内脏后，将茶叶塞入鱼腹中，入锅蒸熟，供食用。（《家庭巧用茶酒治百病》）

三、肾盂肾炎

（一）临床表现

1.急性肾盂肾炎的临床表现可分为三方面：

（1）全身表现：起病大多数急骤，常有寒战或畏寒、高热（体温可达 39℃以上），全身不适、头痛、乏力、食欲减退，有时恶心、呕吐。如兼有上呼吸道炎症时，则症状颇似感冒，但轻症患者的全身表现可很不明显，甚至阙如。

（2）泌尿系统症状：在全身出现症状的同时或稍后，大部分病人有腰痛或向阴部下传的腹痛。体格检查上输尿管点（腹直肌外缘平脐处）或肋腰点（腰大肌外缘与第十二肋骨交叉处）有压痛，肾区叩痛征阳性。病人常有尿频、尿急、尿痛、膀胱区压痛等膀胱刺激征。

（3）尿变化：尿变化是肾盂肾炎必有的表现。尿色一般无异常，仅部分有脓、血尿者，尿色才会混浊，极少数（不到 10%）可有肉眼血尿。蛋白尿一般量不多，正常人＜2g/24 小时，系低分子量为主的蛋白尿，尿沉渣中白细胞增多。有时可见到白细胞管型（对诊断有重要意义）。尿路梗阻时，则脓尿可间歇出现。红细胞稍增多（从 1—2 个到 10 余个/高倍视野），仅少数病人血尿较为明显（可满布视野）。

急性肾盂肾炎一般经数天至二周后，自行缓解，但菌尿则常继续存在，以后症状又会复发。如及时治疗，用药恰当，则 1—3 天内症状即可消失，逐渐痊愈，仅少数病人因机体抵抗力差或体内存在不利因素，致病菌为耐药菌株时，病情才会严重恶化，或迁延不愈。2.慢性肾盂肾炎的临床表现：过去认为急性肾盂肾炎反复发作，迁延不愈超过一年后，即可称为慢性。近年来发现有些病例，即使肾盂肾炎反复发作，迁延一年，但肾盂肾盏粘膜和肾间质中仍可无纤维化及疤痕变形等改变，故尚不能归入慢性期。一般认为①病史超过半年以上；②在静脉肾盂造影中见到肾盂肾盏变形、缩窄；③肾外形凹凸不平，两肾大小不等；④肾小管功能有持续性损害时，才可诊断为慢性肾盂肾炎。

慢性肾盂肾炎的临床表现与急性相似，也同样有全身表现、泌尿系统症状和尿改变三方面。当肾盂肾炎急性发作时，全身症状亦可与急性一样剧烈，但慢性期的临床表现要轻得多，甚至无全身症状，泌尿系统症状和尿改变也可不典型。当炎症广泛损害肾实质时，可因肾缺血而出现高血压，也可发生

轻度水肿，若肾实质被严重破坏，则会引起尿毒症。

慢性肾盂肾炎容易反复发作，这是因为：①病人身体可能有缺陷，如泌尿系统畸形或功能异常，或者有使机体抵抗力降低的因素存在；②可能有尿路流通不畅的因素；③肾盂肾盏粘膜、肾乳头部有疤痕或变形，有利于细菌的潜伏；④长期使用抗生素后，细菌产生了耐药性，包括所谓原浆型（L 型）菌株的产生。由于存在上述各种不利因素，故慢性肾盂肾炎被认为是一种比较难治愈而且有发展倾向的慢性病。

有些慢性肾盂肾炎病人（多见于女性），其临床表现，呈隐匿状态，仅有低热、易疲乏等全身症状，而腰痛、尿改变常不显著。但如仔细检查则仍可发现肾区叩痛、肋腰点压痛等阳性体征，尿细菌培养（有时需反复 2—3 次）亦为阳性。所谓“无症状性细菌尿”（病人无泌尿道症状，尿菌数大于 10 万个/ml，多见于孕妇）也是一种隐匿经过的肾盂肾炎，需要及时治疗。

（二）辨证分型

1.下焦湿热，膀胱蕴毒型尿频、尿急、尿道痛、尿意不尽，腹胀、恶心或呕吐、食纳不佳，身倦体重，口渴不思饮或有午后低热，尿浑色黄，苔白腻或黄腻，脉滑数。治宜清热解毒，分清通淋。

2.脾肾两虚，下焦蕴毒型劳累后，小便频数，无明显的尿痛、尿热，偏于脾虚；眼睑浮肿，下肢肿胀，食少纳差，大便溏薄，舌体胖大，边有齿痕，脉象沉缓，偏于肾虚；头晕目眩，失眠多梦，腰痛腿软，舌体消瘦，舌质淡红，脉象沉细。治法：偏于脾虚，治宜益气健脾，利湿解毒；偏于肾虚，治宜补益肾气，利湿解毒。

（三）食物疗法

1.下焦湿热，膀胱蕴毒型

（1）竹壳茶、金钱草、车前草或萹蓄草，患者可任选一种，取 30g 放入热水瓶，或将新鲜嫩柳树叶 750g 制成 1000ml 糖浆，每日 2—3 次，每次 20—30ml，冲一大杯温开水后饮服。（《中国食疗学》）

（2）西瓜：在盛夏多汗季节，小便短赤者，每日饮西瓜汁或西瓜皮 50—100g 煎饮代茶，或配冬瓜皮 30g 同煎。（民间验方）

2.脾肾两虚，下焦蕴毒型

（1）羊肾粥（《家用药粥治病小窍门》）：羊肾 90g 切碎煮成汤，以汤和米煮粥。顿服。

（2）菜汤（《医食同源》）：淡菜 10g 加少量米先煮熟后，再入萝卜或冬瓜或荠菜适量同煮，顿服。

（四）药酒疗法

1.下焦湿热，膀胱蕴毒型

（1）酸浆酒方（《圣济总录》）：酸浆草一握。制法：将上药研取自然汁，与醇酒各半。每次 20ml，每日 3 次。

（2）竹叶酒（《本草纲目》）：淡竹叶 30g、白酒 500g。制法：将淡竹叶粉碎，入布袋内，侵入酒中，封固 3 日后即可饮用。每次 20ml，每日 3 次。

（3）蝼蛄 2—3 头，用黄土泥封，微火烧煅，去黄土泥，研末冲酒服。或蝼蛄 7 个，瓦上焙干研末，黄酒冲服。（民间验方）

（4）灯笼泡草（即酸浆草）全株，洗净剪碎，同白酒一杯炖服。轻症用一二剂，重症 8 小时用一剂。（经验方）

（5）知母和黄柏酒炒各 60g，肉桂 4g 共为细末，炼蜜为丸如梧桐子大，

每日早晚各服 50 丸，空腹白开水下。（经验方）

2.脾肾两虚，下焦蕴毒型

（1）山药酒（《寿亲养老新书》）：生山药半斤，水、酒适量。制法：将山药刮去皮，以刀切碎，研令细烂。水、酒沸后下山药，不得搅，待熟后适当加盐、葱白，并再适当加酒。用法：顿服山药。

（2）小茴香酒（《医杯改错》）：小茴香（炒黄，为粗末）30g。制法：上药用黄酒半斤烧滚冲，停一刻，去渣。用法：服酒。

（3）猪膀胱一个。将猪膀胱用新瓦焙干，研成细末，黄酒送服。（民间验方）

（4）薏苡仁 60g。将薏苡仁洗净，装入纱布袋内，扎紧口，放入白酒 500ml 罐内。盖好盖，浸泡 7 天即可。（经验方）

（5）鲜藕节和鲜车前草各 60 克捣汁，炖酒服。（民间验方）

（6）胡桃仁（民间验方）：小便频数者，将胡桃仁煨熟，卧时嚼之，每晚 30—60g，温酒下；肾虚腰腿痛者，将胡桃仁杵细，温以热酒，每日 60 克，加红糖调服。

（五）茶疗法

1.下焦湿热，膀胱蕴毒型

（1）金沙腊面茶（《本草图经》）：海金沙 30g、腊面茶 15g、生姜 2 片、甘草 5g。制法：海金沙、腊面茶二味，捣研细末，备用。用法：每日 2—3 次，每次取上末 9g，以生姜、甘草煎汤调服。

（2）半边钱茶（《泉州本草》）：半边钱全草 60g（小儿减半）。制法：上药制成粗末，加水煎汤，代茶饮；或以沸水冲泡 20 分钟，代茶饮。

（3）柳根白皮茶（《河南省秘验单方集锦》）：柳根白皮 60g、槐米 30g、白糖适量。制法：上二味加水 1500ml，煎至 500ml 取汁，加入白糖适量。每剂可煎 2 次。每日 1 剂，不拘时，代茶饮。

（4）赤浊益母茶（《家用良方》）：益母草子、茶叶各等分（或各 6—9g）。制法：上二味加水 600ml，煎至 300ml。也可用沸水浸泡 20 分钟，饮服。每日 2 剂，每剂空腹趁热顿服。

2.脾肾两虚，下焦蕴毒型

（1）红茶叶 6g，干蚕豆壳 15g，泡茶饮，或用火略煮亦可。（民间验方）

（2）鲜苦瓜 1 只，把上端切开，去瓤，装入绿茶，阴干后，将外部洗净，擦干，连同茶叶切碎，和匀，每取 10g，放入保温杯中，以沸水冲泡，盖严温浸半小时。频饮之。（民间验方）

四、肾结石

（一）临床表现

肾结石的临床表现，随病因、结石大小，形状、部位、活动度、局部损害程度及有无梗阻或感染等而异。本症男性较女性多 3—9 倍。典型症状为疼痛及血尿。疼痛常位于肋脊角、腰部或上腹部，可向下腹、腹股沟、大腿内侧、阴囊、睾丸、阴唇放射，多为间歇性纯痛。常因劳动、运动、舟车颠簸而发作或加重，也呈绞痛发作。疼痛发作时常有肉眼或镜下血尿，偶而血尿为无痛性。有梗阻时可致肾积水。并发感染时有尿路感染表现。由甲状旁腺机能亢进、痛风或高尿酸血症等引起的肾结石的患者，同时还有原发病的临

床表现。肾结石可通过详细询问病史、体格检查、化验检查和泌尿系统放射检查而确定诊断。

（二）辨证分型

1.下焦湿热，蕴积成石型腰腹绞痛，痛连小腹或向阴部放射；尿频、尿痛、尿急、尿涩而余沥不尽，尿中带血，有的尿中杂有砂石；舌红、苔黄或厚腻；脉弦数或滑数。治宜清热利湿，通淋排石。2.结石久停，气滞血淤型腰酸痛而胀，小腹胀满隐痛；尿涩痛、滴沥不尽，血尿或见血块；舌质暗红或有淤点，苔薄，脉弦而涩。治宜理气导滞，化淤通络。

3.结石久停，脾肾虚弱型神疲体倦，饮食欠佳；脘闷腹胀，腰背酸痛，脚软乏力；大便溏薄，排尿不畅；舌苔薄白；脉弱或沉细乏力。治宜健脾补肾，利水排石。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）含钙结石：避免过多饮用高钙饮料及食物（如乳类）。低钠饮食可减少尿钙排泄，低维生素 D 饮食可减少钙的吸收。

（2）草酸钙结石：避免摄入草酸含量高的食物（如菠菜、西红柿、芹菜、红茶、可可等）。

（3）尿酸结石：减少高嘌呤食物摄入（如肉类、鸡、肝、肾、脑、可可、咖啡等）。

（4）胱氨酸结石：低蛋白饮食。

（5）饮水，多饮水以稀释尿液是重要的防治措施。一天进水量需 2500ml，分次于餐间与睡前饮。应维持尿量 2000ml/日以上。

（6）调节尿液酸碱度：①酸化尿液可减少磷酸盐及碳酸盐结石的发生。可应用维生素 C2g/日；氯化胺或拘橼酸 3—9g/日；10%稀盐酸 6—60 滴加水服，3 次/日。尿 PH 对草酸盐结石虽不是影响因素，但常形成于碱性尿中，故酸化尿可减少其核心磷酸氢钙沉淀。

2.食疗方法

（1）下焦湿热，蕴积成石型

①大黄鸡蛋方（《常见病饮食疗法》）：大黄 6g 研末，鸡蛋 1 个。用法：将鸡蛋一端破开小孔，去清留黄，装入大黄末，然后用纸将口封固，置饭锅内蒸熟。用法：揭去蛋壳一次吃完，另用大黄末 6g，泡水一壶同时喝完。以后每天用大黄末 6g，泡水一壶喝尽，不必再用鸡蛋。

②川芎大黄鸡蛋方（《常见病饮食疗法》）：川芎 3g，大黄 3g，鸡蛋一个。用法：将川芎、大黄研细末，再将鸡蛋一头打开小口，将蛋清倾出少许，然后装入药末，用温纸将口封固，置炭火上炙熟。去壳，研为细末。按上述剂量配制，每个鸡蛋为一剂。用法：用温黄酒或白开水送下，每早晚空腹各服一次，每次服一个，服药后盖被微汗。

③芥菜荸荠方（《中国食疗学》）：芥菜 1 公斤、荸荠 0.5 公斤。用法：用水煮汤，经常多饮。或芥菜 1 公斤，冬瓜皮 60g，甩水煮汤饮。

④玉米根叶饮（民间验方）：玉米根和叶适量，用水煮汤，当茶经常饮。

（2）结石久停，气滞血淤型

①桃仁、冰糖香油方（民间验方）：核桃仁、冰糖、香油各 120g。先将核桃仁炸酥后，研细末，和冰糖混合为末，开水冲服。成人每日分 2 次服完；小儿可分 4 次服，连续服用。

②土牛膝浓煎，加乳麝少许，顿服。（经验方）

③寄奴、白糖，水煎服。（经验方）

④马莲花带苞，或未开放的花苞 5—6 个，红淋加白糖，白淋加红糖，合煎服之。（民间验方）

（3）结石久停，脾肾虚弱型

①黄蜀葵子 30g，炒后研细末，每服 3—6g，饭前用热米汤或温开水送服。（民间验方）

②大条金颈蚯蚓（地龙）4 条，焙干研末，和冰糖冲开水炖服。（民间验方）

③核桃肉 60g，煮粥吃。（《民间偏方秘方精选》）

④黄花鱼（石首鱼）：头中鱼脑石能下尿路结石，治小便淋沥不通。服法：鱼脑石 2—3 粒磨水服，或焙燥研成极细末，以温水送服，每服 1—2g，一日 2 次。（经验方）

（四）药酒疗法

1.下焦湿热，蕴积成石型

薏苡仁酒（《茶酒治百病》）：薏苡仁 60g，将薏苡仁洗净，装入纱布袋内，扎紧口，放入白酒 500ml 罐中。盖好盖，浸泡 7 天即成。

2.结石久停，气滞血淤型

（1）血余炭地鳖酒（《中国食疗学》）：血余炭 7.5g，地鳖 7 只。用法：上药捣烂以酒水各半浸透去渣服。

（2）鲜藕节和鲜车前草各 6g 捣汁，炖酒服。（经验方）

3.结石久停，脾胃虚弱型

山甲米酒方（民间验方）：穿山甲肉 125g，米酒及猪油适量。用法：加适量水炖熟，食盐调味，一次吃完，连吃三月。

（五）茶疗法

1.下焦湿热，蕴积成石型

海金砂 15g，凤尾草 30g，葎草 15g，绿茶 5g。制法：先将前三味加水 1000ml，或浸过药面，煎沸 15—20 分钟，加入绿茶再沸 2 分钟即可；或上四味共制粗末，放置茶壶内以沸水浸泡 15—20 分钟即可。用法：每日 1 剂，不拘时频频饮服。（《茶酒治百病》）

2．结石久停，气滞血淤型

尿利清茶（《江西中医药》）：五月艾（根茎）45g，凤尾草 15g，白茅根 15g，蜂蜜 10g。制法：将三药共制粗末，加水煎取药汁，加入蜂蜜即成。用法：每日 1 剂，代茶饭前分 2 次饮服。

3.结石久停，脾胃虚弱型

钱草玉米茶：金钱草 30—60g，玉米须 30—60g，绿茶 5g。制法：上三味，加水浸过药面，煮沸 10—15 分钟即可（先后煎二次，两汁混合在一起饮）；或上三味制粗末，置茶壶内沸水浸泡 20 分钟。每日 1 剂，不拘时，频频饮之。（民间验方）

第五章　血液系统疾病

一、贫血

（一）临床表现

贫血通常是指外周血中血红蛋白浓度、红细胞计数或（及）红细胞压积低于同年龄和同性别正常人的最低值。其中以血红蛋白浓度低于正常值最为重要。

贫血的一般症状、体征如下：

1.疲乏、困倦、软弱无力为最常见和最早出现的症状。

2.皮肤、粘膜、结膜及指甲等颜色苍白是最突出的体征。

3.心血管系统体力活动后感觉气促、心悸为最突出的症状之一。有严重贫血或心力衰竭时，即使在休息时亦可有气促。在心尖可听到柔和的收缩期杂音，舒张期杂音罕见，严重和长期的贫血可引起心脏扩大。在贫血得到纠正后，杂音和心脏扩大功能消失。

心率及脉搏均增快，脉压增宽，循环时间缩短。心肌有损伤者心电图可出现 ST 段降低，T 波平坦或倒置。情况严重者可出现心力衰竭。

下肢轻度浮肿可出现于严重贫血病人。发生这种情况，可能与多种因素，如钠滞留、劳累时静脉压和毛细血管压暂时的升高以及毛细血管渗透性升高有关。

4.中枢神经系统头晕、头痛、耳鸣、眼花、注意力不集中、嗜睡等均为常见症状，晕厥甚至神志模糊可出现于贫血严重或发生急骤者，特别是老年患者。

5.消化系统食欲减迟，腹部胀气，恶心，便秘等为最多见的症状，但要注意贫血的原发病更能引起这些症状。贫血严重者肝脏可有轻度至中度肿大，心力衰竭时可出现肝区压缩痛。体重若有明显减轻，应考虑由原发病或并发症所引起。

6.生殖系统在妇女患者中，月经失调（如闭经或月经过多）极为多见。月经过多既可是贫血的结果，也可是贫血的原因。在男女两性中，性欲减退均为多见，

7.泌尿系统贫血严重青可有轻度蛋白尿及浓缩功能减低。如贫血发生前已有肾脏病及肾功能减退，贫血可导致氮滞留。

8.其它低热偶尔可出现于严重贫血患者。如果有高热应考虑原发病或并发症所引起。急性血管内溶血可发生寒战和高热。眼底颜色苍白，眼底有出血者大多同时有血小板减少；渗出物的出现提示有肾功能不全或白血病。慢性贫血患者创口愈合可以较慢。

（二）辩证分型

1.心脾两虚，气血双亏型头晕目眩，语声低微，心悸气短，四肢无力，饮食无味，面色苍白；唇色淡白、舌淡苔白；脉虚软无力；可有鼻衄、齿龈或皮肤出血。妇女则见月经量少色淡、甚至闭经。治宜健脾益气，补血养心。

2.肝肾阴虚，精血亏损型头晕目眩，目赤耳鸣；腰酸腿软，遗精盗汗；颧红潮热，手足心热，烦躁；舌淡苔少，脉弦细数。治宜滋补肝肾，养血益精。

3.血亏气弱，脾肾阳虚型面色苍白，神疲体倦；畏寒肢冷，腰酸腿软；

心悸面浮，少气懒言；食少纳差，易汗便溏；舌淡苔白，脉沉细。常有便血或经血不止。治宜温补气血，健脾益肾。

（三）食物疗法

1.心脾两虚，气血双亏型

（1）仙鹤红枣汤（《常见病中医临床手册》）：仙鹤草 100g，红枣 10 个。 制法：仙鹤草、大枣入铁锅内，加水 600ml，泡透煎至 300ml， 去渣留汁备用。用法：每日 3 次，每次 100ml，温热服。（用于再生障碍性贫血）

（2）乌鸡六药汤（《17 种顽固病的食疗名方》）：乌鸡 1 只，当归 10g，熟地 10g，白芍 10g，知母 10g，地骨皮 10g，精盐、料酒、酱油、葱、姜各适量。制法：将乌鸡宰后，去毛及内脏，剁去鸡爪洗净，当归、熟地、白芍、知母、地骨皮洗净，葱姜拍破，将各种药材装入鸡腹放入锅内，加入清水适量，再加盐、料酒、酱油、葱、姜，武火烧沸，除去浮沫，改用文火炖至鸡熟烂，去掉药渣，调味即成。用法：作菜肴。（用于再生障碍性贫血）

（3）黑矾大枣丸（《17 种顽固病的食疗名方》）：黑矾（炒干）30g，大红枣（炒焦）7 个，研为细面。以细白面适量做糊，做 100 粒即可。每顿饭后一粒，白开水送服。（用于缺铁性贫血）

（4）铁落苏打粉方（民间验方）：铁落花、苏打粉各等分，共研细面。每日 3 次，每次 6g，饭后服。（用于缺铁性贫血）

（5）黄豆煮猪肝方（民间验方）：黄豆、猪肝各 100g，先煮黄豆八成熟，再入猪肝共煮熟，日 2 次分食，连服三周。（用于缺铁性贫血）

2.肝肾阴虚，精血亏损型

（1）骨髓加味方（民间验方）：牛骨髓、生山药各 250g，冬虫夏草、胎盘粉各 30g，蜂蜜 250g。共捣匀，入瓷罐内，放锅中隔水炖 30 分钟。每次服 2 汤匙，每天 2 次，连服数剂。（用于再生性障碍性贫血）

（2）大枣二黑丸（民间验方）：大枣 500g（去核），黑豆 250g，黑矾 60g。大枣煮熟，黑豆碾面加入黑矾，共捣如泥为丸。每服 2g，日服 3 次。（用于缺铁性贫血）

（3）黄芪炖母鸡（《17 种顽固病的食疗名方》）：生黄芪 120g，母鸡一只，姜、葱、大料、盐等佐料适量。用法：先将母鸡去毛及肚肠洗净，再将黄芪放入母鸡腹腔中缝合，置锅中加水及姜葱、大料、盐等佐料炖煮至烂熟，作正餐主菜食之。

（4）当归肝（民间验方）：当归 10g、羊肝（或猪肝）60g，当归与肝同煮，肝熟后切片，作为正餐之辅助菜食之。

（5）猪肝菠菜汤（《养生益寿百科辞典》）：熟猪肝 200g，菠菜 200g，盐、味精、酱油、花椒水、猪油各适量。制法：将熟猪肝切成小薄片，菠菜洗净切成段。坐锅放水烧开，放入猪肝、酱油、盐、花椒水、菠菜，汤开时将猪肝菠菜捞出装碗，撇去浮沫，点味精，淋少许猪油，装碗即成。用法：食菜喝汤。

3.血亏气虚，脾肾阳虚型

（1）胎盘猪肉生养方（民间验方）：鲜胎盘半个，瘦猪肉 250g，生姜 25g。将胎盘、猪肉洗净切块，生姜切丝，先炒后煮，调味连汤服食。每周 2—3 次，可常服。（用于再生障碍性贫血）

（2）羊肉羊肾枸杞粥（《养生益寿百科辞典》）：枸杞叶 500g，羊肾两对，羊肉 250g，粳米 250g，葱白 5g。制法：将羊肾洗净，去臊腺脂膜，

切成细丁，将枸杞叶装入纱布袋内，同粳米、羊肉和羊肾熬粥。用法：食羊肉、羊肾，喝粥。（用于再生性障碍性贫血）

（3）绿豆煮大枣方（经验方）：绿豆、大枣各 50g，加水煮，煮至绿豆开花时，加红糖服用。每天一剂，15 天为一疗程。（用于缺铁性贫血）

（4）铁强化酱油（《民间偏方验方精选》）：为大豆制的酱油加入硫酸亚铁和维生素 C。烹调用之能提供大量的铁，用于煮瘦肉更好。

（5）小米粥（《饮食辨录》）：选小米 50g，红糖适量，水煮小米作粥，粥成加糖，做早点食用。（用于一般性贫血）

（四）药酒疗法

1.心脾两虚，气血双亏型

（1）扶衰仙风酒（《万病回春》）：肥母鸡 1 只，生姜 200g，大枣 250g，好酒 2—3 公斤。制法：将鸡按常法退毛去肠洗净，切成数块，再切入生姜，同枣放入大坛内，入酒封口，重汤煮一日后，连坛取出，放凉水中出火毒。用法：每次空腹将鸡酒连姜、枣随意食之。

（2）阿胶糯米蜂蜜酒（民间验方）：阿胶 15g，红糯米 50g，蜂蜜 30g，米酒 15—20ml，红糯米加水适量煮粥，加阿胶、蜂蜜和酒搅匀，温热食之。每日 3 次。连服 10 日为一疗程。

（3）淡菜韭菜排骨酒（民间验方）：淡菜 60g，韭菜 25g，猪排骨 100g，白酒适量。用法：先将淡菜洗净，用酒浸泡胀发；韭菜洗净，切段；排骨洗净，切块。将淡菜、韭菜、排骨放入碗内蒸熟即成。食时加调味品。

2.肝肾两虚，精血亏损型

（1）钟乳浸酒方（《太平圣惠方》）：钟乳粉 9g，石斛（去根剉）6g，牛膝（去苗）6g，防风（去芦头）6g，熟干地黄 15g。制法：上诸药细剉，都以生绢袋盛之，以酒 2 公斤浸三日后用之。用法：每于食前温饮一小盏。

（2）种子延龄酒（《妙一斋医学正印种子编》）：生地黄、熟地黄、天门冬、当归各 60g，南芎 30g，白芍药 45g，人参 15g，白术、白茯苓、制何首乌、牛膝、杜仲、枸杞子、巴戟天、肉苁蓉各 60g，远志肉 30g，石菖蒲 15g，破故纸、山茱萸、石斛、甘菊花各 30g，砂仁、木香各 15g，虎胫骨、龟板各 60g，陈皮、柏子仁、酸枣仁、小茴香各 30g，大枣肉 60g，圆眼肉、青盐、胡桃肉、生姜、灯芯各 30g，无灰酒 20 公斤。

制法：将上药切制，置于适宜的酒坛中，注入酒，以文火隔水加热 1.5 小时后取出酒坛，再置于装有冷水的水缸内，并注意随时换用新的冷水，经 3 天后，过滤水酒液。滤出的药渣，再加酒 10 公斤，按前述方法先加热，后冷浸，滤出酒液，将两次所滤酒液合并，装坛埋土中 3 天去火毒即得。

用法：每日早、晚适量饮用。

（3）黄精和枸杞子各 12g，水煎或浸酒服。（经验方）

3.血亏气弱，脾肾阳虚型

（1）黄芪浸酒方（《太平圣惠方》）：黄芪（剉）30g，萆薢 30g，防风（去芦头）30g，牛膝 60g，桂心 30g，石斛（去根）60g，杜仲（去粗皮炙微黄剉）40g，肉苁蓉（酒浸一宿刮去皱皮炙干）40g，附子（炮裂去皮脐）30g，山茱萸 30g，石南 30g，白茯苓 30g。

制法：上诸药，细剉以绢袋盛，用酒 10 公斤。于瓷瓶中浸，密封瓶头；候三日后备用。

用法：每于食前煖一小盏服。

（2）桂圆首乌鸡血藤酒（民间验方）：桂圆肉、首乌和鸡血藤各 250g，加米酒 1500ml 浸 10 天后使用。浸泡后每天振摇 1—2 次，促使药味浸出。每服 15—30g，早晚各一次。

（五）茶疗法

1.心脾两虚，气血双亏型

茶叶 5g，红枣 10 枚。茶叶用开水冲泡，取汁。将大枣洗净，加白糖 10g，水适量，共煮至枣烂，倒入茶汁，拌匀食用。

2.肝肾阳虚，精血亏损型

丹参黄精茶（民间验方）：茶叶 5g，丹参、黄精各 10g，共研细末，用沸水冲泡，加盖焖 10 分钟后饮用。每日 1 剂。

3.血亏气弱，脾肾阴虚型

桂圆茶（民间验方）：绿茶 1g，桂圆肉 20g。日服 1 剂。桂圆肉 500g，加盖蒸 1 小时，备用。用时按上量将绿茶与桂圆肉置于大的茶杯里，加开水 400ml，分 3 次温饮。日服 1 剂或隔日 1 剂。

二、原发性血小板减少性紫癜

（一）临床表现

临床上将本病分为急性和慢性两型。一般病程在半年以内为急性型，超过半年以上为慢性型。

1.急性型常见于儿童，男女发病率相近。约有 80%的病人　　在发病前 1—3 周，可有上呼吸道或病毒感染史。起病急骤，多有畏寒、发热，血小板显著减少。皮肤粘膜出血往往较为严重，可有大量淤点，大片淤斑，偶见皮下血肿。紫癜通常出现于四肢，尤以下肢为多，分布不均。粘膜出血多见于鼻、齿龈，口腔粘膜及舌可出现紫血泡。少数有结膜下出血，偶因视网膜大片出血而失明。胃肠道和泌尿生殖系统出血也颇常见。颅内出血虽不多见，如果发生常危及生命。急性型原发性血小板减少性紫癜往往是呈自限性；或经积极治疗，常在数周内逐渐恢复或痊愈。小数病人可迁延半年左右，亦有发展为慢性者。

2.慢性型较为常见，以女性青年为多。起病缓慢，出血症状一般较轻，主要为反复发作的皮肤淤点。有时出血可局限于一个部位，如鼻衄。在女性病人可能似月经过多或子宫出血为主要临床表现，而皮肤淤点或淤斑不一定出现。大多数病人无其它症状和体征。慢性型的持续时间可达数月至数年。反复发作者，每次发作常持续数周或数月。经治疗后部分病人可获痊愈或缓解；缓解时间长短不一，可数日至数年。反复发作者常有脾脏轻度肿大。出血量多而持续时间较长者，常引起贫血。

（二）辩证分型

1.毒热郁营，热迫血溢型皮肤出现紫斑，或有鼻衄、牙龈出血、尿血、便血、月经过多；烦躁不安，小便黄赤，大便干结；舌质红，苔薄黄，脉弦数。治宜清热解毒，凉血止血。

2.阴虚内热，迫血妄行型皮肤紫斑较多，出血较严重，出血量多而鲜，伴有潮热，心烦，口渴喜饮；手足心热，腰部酸软；舌质红，苔干或褐色；脉象细数。治宜养阴清热，凉血止血。

3.气虚不摄，血不循经型反复出血，周身有斑，兼有齿衄，鼻衄；头晕

目眩，面色苍白，唇甲不华，神疲体倦，食欲不振；心悸、动则气短心跳，振颤多汗；舌质淡，脉细弱。治宜养心健脾，益气摄血。

（三）食物疗法

1.毒热郁营，热迫血溢型

（1）栀子蛋黄方（民间验方）：栀子 9g，鸡蛋 2 个，先煮熟鸡蛋，除去蛋白，将蛋黄与栀子共煎服，每日 1 剂。

（2）花生煲大蒜（《民间偏方秘方精选》）：每次用生花生米 100—150 颗（带皮），大蒜 50—100 个，置瓦锅内煲热后服，每次服花生米 20 颗，大蒜 2 个，每日早、晚 2 次。

（3）马兰头（民间验方）：鲜红梗马兰根或全草适量，洗净捣烂绞汁，以温水冲服，或大量全草煮汁服；亦有用青壳鸭蛋与马兰头同煮，熟后碎其壳再煮至鸭蛋呈黑色，吃蛋喝汤。

（4）猪皮炖茅根（民间验方）：猪皮 500g，白茅根 60g（布包），冰糖适量，将猪皮去毛洗净，加入煎好的白茅根水炖至稠粘，再加入冰糖拌匀，分 4—5 顿食用。每天 1 顿，连服数剂。

2.阳虚内热，迫血妄行型

（1）水牛角（民间验方）：水牛角 30—60g、削成薄片，加水煮 2 小时，一日 2—3 次分服。

（2）生地柏叶茅根白糖汤（民间验方）：生地 50g，侧柏叶 15g，白茅根 100g，白糖适量。水煎服。每天 1 剂，连服 7—8 剂。

（3）水鱼茜草仙鹤汤（民间验方）：水鱼 1 只，酋根 9g，仙鹤草 9g，调料适量。将水鱼洗净，茜根、仙鹤草煎汤去渣，入水鱼炖熟，加调料服食。每天或隔天 1 剂，连服 8—10 剂。

3.气虚不摄，血不循经型

（1）牛皮朱砂香油方（民间验方）：牛皮胶 30g，朱砂（水飞）0.3g，香油适量。将牛皮胶打碎，加水适量，置入锅内，文火加热，频频搅拌至全部溶化，加入香油搅拌均匀即可。朱砂分成二等分，早晚各服一次，朱砂冲服。

（2）羊蹄叶根 3—6g，水煎服。（经验方）

（3）红枣 120g，浓煎，食枣饮汤，每日二次。（经验方）

（1）羊胫红枣糯米粥（民间验方）：羊胫骨 2 根，敲破，加红枣 20 个，糯米适量，同煮成粥。一日 3 次分服。15 日为一疗程。

（5）人参旱莲粳米粥（《家用药粥治疗小窍门》）：人参 9g，旱莲草 9g，粳米 60g，白糖适量。旱莲草煎汤去渣，入粳米、白糖煮粥，人参另炖，加入粥中服食。每天 1 剂，连服数剂。

（四）药酒疗法

1.毒热郁营，热迫血溢型

（1）生地首乌黄米曲酒（民间验方）：肥生地 400g，何首乌 500g，煮取浓汁，与曲 100g，黄米 2500g 如常法酿酒，密封器中，春夏 5 日，秋冬 7 日后用，中有绿汁，此为真汁，宜先饮之。滤汁收贮备用。每日 3 次，每次 10—20ml。

（2）苦苣菜一把，酒米各半煎服。（经验方）

2.阴虚内热，迫血妄行型

（1）血见愁酒（民间验方）：血见愁（又称地锦草）干品 60g，鲜品 750g。

洗净晒干炒成炭。水煎冲黄酒 3 盅，温服。

（2）苋菜酒（民间验方）：苋菜 250g，洗净捣烂，放入碗中加甜酒 1 碗拌匀，隔水炖 1 小时，1 次食完。

3.气虚不摄，血不循经型

（1）猪皮酒（民间验方）：猪皮 60—90g，加水及黄酒少许，用文火久煮至稀烂，以红糖调服。

（2）鲫鱼酒（民间验方）：鲫鱼或鲤鱼等鱼鳞甲，文火熬成鱼鳞胶，每服 30 克，以温酒兑水化服。

（3）阿胶酒（民间验方）：阿胶 30g，加黄酒和水适量，于水锅上炖溶化后，调入赤砂糖适量，每日 2 次分服，连服 7 天。

（五）茶疗法

1.毒热郁营，热迫血溢型

（1）茅根藕节茶（《常见药用食物》）：藕节 5 个，白茅根 30g，白糖适量。制法：将藕节与白茅根洗净，放置锅内加水煮沸 20 分钟后，将汁倒入盛有白糖的碗内，冲开水即可饮服。用法：每日 1 剂，不拘时，代茶徐徐饮之。

（2）薊根茶（《医学衷中参西录》）：小薊根 30—60g。制法：将上药制成粗末，水煎代茶饮。用法：每日 1 剂，不拘时频频饮服。

（3）丝瓜菜（民间验方）：绿茶 1g，丝瓜 100g。用法：将新鲜丝瓜 200g 去皮切片，加水 450ml，煮沸 3 分钟后加入绿茶即可。分 3 次服。日服 1 剂。

2.阴虚内热，迫血妄行型

（1）四鲜止血茶（《杭州市中医验方集锦》）：鲜鸭梨 1 个（去核），鲜藕 500g（去节），鲜荷叶 1 张（去蒂、干品亦可），柿饼 1 个（去蒂），鲜白茅根 30g，红枣 10 枚（去核）。制法：将上药洗净，加水浸过药面煎成浓汁即可。用法：每日 1 剂，不拘时代茶饮服。

（2）莲花茶（《云林堂饮食制度集》）：莲花 6g，绿茶 3g。制法：取 7 月间含苞未放的大花蕾或已开之茶，阴干，和茶叶共为细末，用滤泡纸包装成袋泡茶，或取末冲泡亦可。用法：每日 1 剂，以沸水冲泡 5 分钟后饮服。

（3）绿茶 30g，血见愁 30g，红娘子一个去头足，水煎服。（经验方）

3.气虚不摄，血不循经型

（1）刘寄奴茶（《家用良方》）：刘寄奴不拘量，茶叶适量。制法：将刘寄奴研细末，瓷罐封贮备用。用法：每日 2—3 次，每次取末 3g，用茶煎汁，候温送服。

（2）荔枝茶（《中医实用效方》）：荔枝 6 个，桃仁 6 个，大枣 6 枚（去核，剪碎），黑茶叶 9g，椿根白皮 9g。制法：上五味加水共煎煮，取汁用。用法：每日 1 剂，不拘时饮服。

（3）香油白蜜茶（民间验方）：茶叶、香油和白蜜各 100g。用法：先将茶叶煎水两壶，后将三味调和放锅内煎熬，起泡为止，日服 3 次，7 天服完。

三、中性粒细胞减少症

（一）临床表现

中性粒细胞减少症可分为原发性及继发性两大类。若按功能分类可分为：骨髓粒细胞生长低下，骨髓造血系统的幼稚粒细胞增生伴有成熟障碍及粒细胞释放减少（可见于贫血或缺乏叶酸、维生素 B6 与 B12），粒细胞在血液及组织中破坏过多等。引起本病的原因虽有不同，但临床症状相似。原发性者多呈慢性经过，以乏力头晕为最常见，此外有食欲减退，四肢酸软，失眠多梦，低热盗汗等不适，有些患者有反复感染的表现。

（二）辨证分型

1.心脾两虚，气血双亏型头晕目眩，语声低微，心悸气短，四肢无力。饮食无味，面色苍白，唇色淡白，舌淡苔白，脉虚软无力，可有鼻衄、齿龈或皮肤出血。妇女则可见月经量少色淡，甚则闭经。治宜腔脾益气，补血养心。

2.血亏气弱，脾肾阳虚型面色苍白，神疲体倦，畏寒肢冷，腰酸腿软，心悸面浮，少气懒言，食少纳差，易汗便溏，舌淡苔白，脉沉细。治宜温补气血，健脾益肾。

（三）食物疗法

1.食疗原则

对本病患者应增加饮食营养。骨髓造血系统的幼稚粒细胞增生伴有成熟障碍及粒细胞释放减少的中性粒细胞减少症患者，可能是因缺乏叶酸及维生素 B6、B12 等引起。对这类患者应特别注意饮食中补充富含各种氨其酸，叶酸（动物的肝和肾、牛肉、酵母、绿叶蔬菜），维生素 B6（酵母、谷类、动物的肝、蛋黄）、维生素 B12（动物肝、肾及肉类等）。

2.食疗方法

（1）心脾两虚，气血双亏型

①龙眼莲子糯米粥（《家用药粥治病小窍门》）：龙眼肉 5 个，莲子 15g，糯米 30g，同煮成粥。早晚各服 1 次。

②兔肝散（民间验方）：兔肝 5 副，剖开焙干研面，温开水冲服，每次 30g，每日 3 次，15 日为一疗程。

③黄芪猪肝汤（《食物与治病》）：猪肝 500g，黄芪 60g，盐少许。以水煮肝与黄芪，肝熟汤成去黄芪，食肝饮汤。食时可放入盐少许。

④蜜花党参汤（民间验方）：蜜花豆，蜜花豆藤，潞党参各 15g，水煎服汁，可治放射线及核素引起的中性粒细胞减少。

⑤猪羊胎盘末（经验方）：猪胎盘和羊胎盘洗净后不加水蒸熟，焙干研末，盛于瓶内，每日 2 次，每次 2g，3 个月为一疗程。

（2）血亏气弱，脾肾阴虚型

①羊肉羹（《饮善正要》）：羊肉 2509 切细，红胡萝卜一根，切片，草果 3g，陈皮 3g，良姜 3g，毕拔 3g，胡椒 3g，葱白 3 茎，盐适量。用法：先将草果等五味用纱布包扎，与羊肉、萝卜同煮，熬成汁，入葱、盐，加入面粉搅拌作羹食之。亦可将汤澄清，煮米做粥食之。有补肾健脾作用。

②四和汤（《饮善正要》）：白面 500g，芝麻 500g，茴香 60g，盐 30g，分别将四物炒过并研末后调拌，每日晨起用滚开水冲服 30g。

③蘑菇：从蘑菇中提取的多糖蛋白质，每次服 1.2—2.0g，一日 3 次，对各种原因引起的中性粒细胞减少症具有疗效。或取蘑菇 50g 加适量水煮熟，用食盐调味，当菜吃，每日一次。（经验方）

（四）药酒疗法

1.心脾两虚，气血双亏型

（1）人参枸杞酒（《中国药膳学》）；人参 50g，枸杞子 100g，熟地 50g，冰糖 500g，白酒 5 公斤。

制法：人参烘软切片，枸杞去杂质，装布袋备用；冰糖入锅中，加适量水，加热至熔化煮沸，炼至黄色时趁热用纱布过滤去渣备用；白酒置坛内，将参、枸杞装布袋入坛内，加盖密封浸泡 10—15 天，每日搅拌 1 次，然后用细布滤除沉淀，加入冰糖搅匀，再静置过滤，澄明即可服用。

用法：每服 10—20ml，日服 2—3 次。

（2）补精益老酒（经验方）：熟地黄 120g，全当归 150g，川芎、杜仲、白茯苓各 45g，甘草、金樱子、淫羊藿各 30g，石斛 90g，好酒 1.5 公斤。

制法：上药共研为粗末，用白布袋盛，置干净器中，注入酒，封口浸泡，春夏 7 日，秋天 14 日即可取用。

用法：每次空腹饮 1—2 杯，每早晚各 1 次

2.血亏气弱，脾肾阳虚型

（1）补肾黄芪浸酒方（《圣济总录》）：黄芪（去芦头）60g，萆薢、防风（去叉），川芎、牛膝（去苗）各一两半，独活（去芦头），山茱萸各 30g，五味子 60g。

制法：上八味细剉，用生绢袋子贮之，以好酒 4 公斤浸，秋冬五日，春夏三日。

用法：每日空腹温服半盏。

（2）石浸酒方（《太平圣惠方》）：磁石 240g，白石英（细研）300g，阳起石 180g。

制法：上药并捣碎，以水淘清后，用生绢袋盛，以酒 10 公斤，浸泡 5 日。

用法：用时缓服，其酒随取随添，每次饮 1—2 杯，早晚各 1 次。

（五）茶疗法

1.心脾两虚，气血双亏型

（1）白术甘草茶（民间验方）：绿茶 3g，白术 15g，甘草 3g。白术甘草加水 600ml，煮沸 10 分钟，加入绿茶即可，分 3 次，温饮，再泡再服，日服 1 剂。

（2）五加五味白糖饮（民间验方）：五加皮、五味子各 6g，加白糖，开水冲泡代茶，每日一剂。

2.血亏气弱，脾肾阳虚型

丹参黄精茶（民间验方）：茶叶 5g，丹参和黄精各 10g，共研细末，沸水冲泡，焖 10 分钟后饮用，每日 1 剂。

第六章　内分泌系统疾病

一、甲状腺机能亢进症

（一）临床表现

本病多见于女性，男女之比数为 1：4—6，并以 20—40 岁最多见。由于起病缓慢，不易确定发病日期，其临床表现主要有三方面：

1.高代谢症候群由于基础代谢率增高，患者怕热，特别是手掌、颈、腋下皮肤多汗，常伴有心动过速，心悸，胃纳亢进，但体重下降，疲乏无力，工作效率减低，精神过敏，容易激动，舌和两手平举向前伸出时有细震颤，甚至会有焦虑烦燥或抑郁寡言等症状。部分患者由于肠蠕动增快而有大便次数增多。

2.突眼一般属双侧对称性，有时一侧突眼先于另一侧，可分为良胜和恶性突眼两种。良性突眼是因交感神经兴奋，使眼外肌群和上脸肌张力增高所致；恶性突眼则是以眼球后组织由于淋巴细胞浸润和水肿而体积增大所致。

3.甲状腺肿大一般为弥漫性对称性肿大，质软，吞咽时上下移动。由于甲状腺的血管扩张，血管流量增多加速，故可在肿大的甲状腺上扪到震颤，听诊有血管杂音。

典型病例诊断不难，早期、轻症或年老与儿童病例就不典型，必须由实验室检查确诊。除以上三个方面的临床表现作为诊断要点外，甲状腺功能检查对确诊十分有用，现今多以放射免疫方法测定血清甲状腺激素 T_3、T_4 来诊断。

若以甲状腺肿大这一体征为主，甲亢属于中医“瘿”症的范畴，但瘿症包括地方性甲状腺肿、甲状腺结节肿瘤等。以阳亢为主时，表现出心肝火旺和胃热炽盛，从而有气滞血淤，属实证；以阴虚为主时，多见心肝肾阴虚与胃阳耗损，从而有津液亏损，属虚证。临床上则常见虚实夹杂。中医认为，本病是由七情内伤，肝郁不达、气滞血淤、津液凝聚为疾。

（二）辨证分型

1.胃热化燥，肝胆郁结型头晕眼花，多食易饥，颜面消瘦，体重减轻，口苦唇干，心悸烦躁，舌质红、苔薄黄，脉弦细数。治宜清胃润燥，疏肝利胆。

2.肝郁气滞，湿痰凝结型精神忧郁或紧张易激动，烦躁，失眠；胸闷不舒，或有胁痛，喉有堵感；月经不调，甲状腺肿大，舌质暗晦，脉象弦滑。治宜疏肝理气，消痰散结。

（三）食物疗法

1.胃热化燥，肝胆郁结型

（1）壁虎粉（《四川中医药志》）：壁虎 2 条，白糖 60g。制法：将壁虎去内脏洗净，炙干，研成细末，加白糖即可。用法：开水冲服，隔日 1 次，连服数天。

（2）绿豆海带大米粥（《17 种顽固病的食疗名方》）：绿豆 60g，海带 30g，大米 30g，陈皮 6g，红糖 60g。制法：将海带洗净泡软切丝，铝锅内加清水，入大米、绿豆、海带、陈皮，煮至绿豆开花为度，放入红糖溶匀，备服。用法：当粥食用。

（3）柿子蜂蜜粥：青柿子 1000g，蜂蜜适量。青柿子去柄洗净，捣烂绞

汁，放锅中煎煮浓缩至稠粘；加入蜂蜜 1 倍，再继续煎至稠粘时，离火待冷，装瓶备用。每次 1 汤匙，以沸水冲服。每天 2 次，连服 10—15 天。

2.肝郁气滞，湿痰凝结型

（1）海带苡仁炖鸡蛋（民间验方）：海带 30g，苡仁 30g，鸡蛋 3 颗，盐、味精、胡椒粉、猪油适量。制法：洗净海带，切成条，洗净苡仁，加水共放锅内炖至熟烂，连汤备用。再将锅置旺火上，放适量猪油，将打匀的鸡蛋炒熟，随即将海带、苡仁连汤倒入，加盐、胡椒粉、味精即成。用法：每日 1 剂，连服数周。

（2）紫菜、萝卜汤（《17 种顽固病的食疗名方》）：紫菜 50g：萝卜 500g 盐、味精、葱、胡椒粉、猪油各适量。制法：先将紫菜用清水泡发、洗净，萝卜洗净切片，再烧汤热锅，放入猪油，葱未炸锅，放进萝卜、盐，同炒片刻，加入清水、味精、胡椒粉，煮开，放入紫菜煮开即可。用法：每日 1 剂，分两次服，连服数周。

（3）柴胡郁金粥（民间验方）：柴胡 9g，郁金 15g， 佛手 9g，海藻 15g，粳米 60g。幻糖适量。前四味煎汤去渣，入粳米、红糖煮食。每日 1 剂，连服 10—15 天。

3.痰火上扰，心阴虚损型

（1）豆腐西红柿粥（民间验方）：豆腐 4 块，西红柿 150g，木耳、冬笋、豌豆各 15g，湿淀粉 9g，生油 9g，葱，盐等调味品适量。共烩汤服食。隔天 1 次，连服数次。

（2）六味蜜汁（《民间验方秘方精选》）：夏枯草 100g，沙参、麦冬、生地、玄参各 30g，海藻 50g，白蜜 100ml。制法：诸药加水煎 2 次，然后浓缩成 500ml，加白蜜 100ml，收膏即成。用法：每日 3 次，每次 20ml。

（3）三味蜜汁（《中国食疗学》）：黄药子 20g，生地 50g，川贝母 30g，白蜜 10ml。制法：三味加水煎，取汁 300ml，加入白蜜 10ml，收膏备服。用法：每日 2—3 次，每次 10ml。

（四）药酒疗法

1.胃热化燥，肝胆郁结型

（1）海藻酒（《补辑时后方》）：海藻 500g，白酒 2000ml。制法：将海藻入绢袋盛之，浸入酒中，春夏 2 天，秋冬 3 天即可。用法：每服 1 小盅，日 3 次。酒饮完后，可再浸 2000ml 白酒；最后还可将其渣曝晒为末服用。

（2）黄药子浸酒方（经验方）：黄药子 60g，浸白酒 500ml，5 天后去渣饮酒。每日 2 次，每次服酒 15ml。

2.肝郁气滞，湿痰凝结型

（1）黄药子酒（《斗门方》）；黄药子 500g，白酒 10 升。制法：将黄药子洗净切片，装入绢袋，侵入酒中，容器封固，冷浸 7 天后即成。用法：早晚各 1 次，每次 1—2 小盅，应控制饮用量。

（2）海藻酒（《肘后备急方》）：海藻、昆布各 5009，好酒 5000ml。制法：将上药切碎，用酒浸 7 天即成。用法：适量饮用。

3.痰火上扰，心阴虚损型

（1）紫菜黄独酒（《偏方大全》）：紫菜 100g，黄独（即黄药子）50g，高粱酒（60 度以上）适量。制法：用酒共浸泡 10 天。用法：每日适量饮用。

（2）浙贝、海藻和牡蛎各 120g。共研细粉，白酒冲服，每日 2 次，每次 9g，连服 1—2 月。（经验方）

（五）茶疗法

1.胃热化燥，肝胆郁结型

菊花蜂蜜茶（民间验方）：绿茶 1g，甘菊花 12g，蜂蜜 25g。菊花加水 600ml，煮沸 5 分钟，后加入绿茶、蜂蜜即可。分 3 次温服。饮完，可再加同量开水泡饮。日服 1 剂。

2.肝郁气滞，湿痰凝结型

荔枝杏仁茶（民间验方）：茶叶 5g，干荔枝 5 只，杏仁 10g，水煎加糖代茶。连服 10—15 天。

3.痰热上扰，心阴虚损型

（1）胆草茶：绿茶 50g，龙胆草 30g，共研细末，温水冲服。每次 3g，每日 2 次。

（2）苹果蜂蜜茶（民间验方）：绿茶 1g，苹果皮 50g，蜂蜜 25g。苹果皮洗净，加清水至 450ml，煮沸 5 分钟，加入蜂蜜绿茶即可。分 3 次温服。日服 1 剂。

二、糖尿病

（一）临床表现

糖尿病的各种临床表现可归纳为以下几个方面：

1.代谢紊乱症群。胰岛素分泌绝对或相对不足，是导致代谢紊乱症群的主要因素；胰高血糖素分泌增多，加重代谢紊乱的发展。胰岛素依赖型（Ⅰ）糖尿病多发生于青少年，起病较急，病情较重，烦渴、多饮、多尿、多食、消瘦、疲乏等症状明显或严重；有酮症倾向，以致出现酮症酸中毒。胰岛素分泌功能显著低下，葡萄糖负荷后血浆胰岛素浓度也无明显升高；病人生存依赖外源胰岛素，且对胰岛素敏感。在患病初期经胰岛素治疗后，部分病人胰岛β细胞功能可有不同程度的改善，个别病人甚至一段时期不需要胰岛素治疗。非胰岛素依赖型（Ⅱ）糖尿病多发生于 40 岁以上成年和老年人，较多病人体型肥胖，起病缓慢，病情较轻，不少病人甚至无代谢紊乱症状；在非应激情况下不发生酮症。血浆胰岛素水平正常，较低或偏高，故在治疗上不依赖胰岛素，但有时为控制高血糖及症状而使用胰岛素治疗，且常对胰岛素较不敏感，有些病人在患病过程中胰岛β细胞功能减退逐渐加重，也需采用胰岛素治疗。严重代谢紊乱可表现为高渗性糖尿病昏迷或乳酸性酸中毒。

2.糖尿病慢性病变。糖尿病人（不论是Ⅰ型或Ⅱ型）常伴有动脉粥样硬化性心及脑血管等疾患、糖尿病性肾病、神经系统病变、眼底病变等多种并发症，其发生、发展与糖尿病发病的年龄、病程长短、代谢紊乱程度和治疗控制程度有一定相关。这些并发症的发生率随病程延长而增高，故亦可统称为后期并发症。这些并发症或单独出现或以不同组合同时或先后出现。胰岛素依赖性糖尿病的早期多不伴有这些并发症；在非胰岛素依赖型糖尿病人中，有些在诊断糖尿病时已存在这些并发症，有些因出现这些并发症作为线索而发现糖尿病。

此外，感染等合并症在糖尿病人中较常见。

（二）辨证分型

1.胃热偏盛，肺燥津伤型烦渴多饮，口干舌燥，大便如常，小便频数，舌边尖红，苔薄黄，脉数。治宜甘寒生津，苦寒清热。

2.胃火炽盛，阴液不足型口渴多饮，消谷善积，形体消瘦，大便燥结，舌苔黄燥，脉象滑数。治宜消胃泻火，养阴润燥。

3，精气亏耗，下元失固型小便频多，尿如脂膏，头晕腰酸，口干舌红，脉沉细。治宜滋益精气，固摄下元。

（三）食物疗法

1.胃热偏盛，肺燥津伤型

（1）五汁饮（《17 种顽固病的食疗名方》）：鲜芦根、雪梨（去皮）、荸荠（去皮）、鲜藕各 500g，鲜麦冬 1000g。制法：榨汁混合。用法：冷饮和温服，每日数次。

（2）鲜苦瓜 50—100g，作菜吃，每天 2—3 次。或将苦瓜制成干粉冲服。每次 7—12g。每天 3 次，连服 10—15 天。（经验方）

（3）葛根粳米粥（《养生益寿百科辞典》）：葛根粉（用新葛根洗净切片，经水磨澄取淀粉，晒干即是）30g，粳米 50g，同煮粥，早晚餐服食；或将葛根粉 30g，用水煮成糊状，每天 3 次，反复食用。

2.胃火炽盛，阴液不足型

（1）天花粉麦冬饮（《实用中医学》）：天花粉、麦冬各 15g，生石膏 30g。制法：上二味放入砂锅内，加水 600ml，煎 30 分钟，去渣汁，备服。用法：代茶频饮。

（2）南瓜汤（民间验方）：南瓜 250g。煮汤服食，每天早晚餐各用 1 次，连服 1 个月。病情稳定后，可间歇食用。

（3）猪胰腺一个，薏米 30g，水煎，连药代汤全服，每日 1 次，10 次即见效。（经验方）

（4）茅根饮（经验方）：生白茅根 60—90g，水煎当茶饮，一日内服完。连服 10 余日。

（5）乌龟玉米汤（民间验方）：每次可用鲜玉米须 60—120g，（干品减半），乌龟 1—2 只，完用开水烫乌龟使排尿干净，去内脏、头、爪，洗净后将龟甲肉与玉米须一起放入瓦锅内，加清水适量，慢火熬煮.饮汤吃龟肉。

3.精气亏耗，下元失固型

（1） 泥鳅于荷叶粉（民间验方）：泥鳅 10 条，干荷叶 3 张。制法：将泥鳅阴干，去头尾后，烧灰，碾为细末，与等量干荷叶末混合，每 10g 为 1 服。用法：每次 1 服，用凉开水送下，每日 3 次，至不思渴为止。

（2）玉夜羹（《衷中参西录》）：生山药粉 30g，天花粉、淀粉、知母各 15g，生鸡内金粉、五味子、葛根粉各 10g，黄芪 20g。制法：先将黄芪、知母、五味子入砂锅，煎取药汁 300ml，再将诸药粉冷水调糊，与药汁拌匀，煮 1—2 沸，待食。用法：每日 3 次，每次 100ml。张锡纯在《衷中参西录》中说：“ 消渴之症，多由元气不升，此方乃开元气，以止渴者。 ”

（3）胡萝卜粳米粥（《17 种顽固病的食疗名方》）：鲜胡萝卜适量，粳米 60g。制法：将胡萝卜洗净，切碎，同粳米共煮成粥。用法：早晚食用。

（4）枸杞蚕茧煮猪胰（民间验方）：枸杞子 15g，蚕茧 9g，猪胰 1 条，加水适量，煮熟后服食。每天 1 剂，常食。

（5）海参鸡蛋煮猪胰（民间验方）：海参、鸡蛋、猪胰腺各 1 个，煮熟，酱油蘸食，间日服 1 剂。

（6）猪胰鸡蛋菠菜汤（民间验方）：猪胰腺 1 个，鸡蛋 3 个，菠菜 60g。用法：先将猪胰腺切片煮熟，再打鸡蛋加菠菜再煮沸，吃肉喝汤，每日一次。

（7）每次可用茨实 100—200g，老鸭一只（去毛和肠脏洗净），将茨实放入鸭腹中，置瓦锅内，加清水适量，文火煮 2 小时左右，加食盐少许，调味服食。（经验方）

（四）药酒疗法

1.胃热偏盛，肺燥津伤型

黄精首乌杞子酒（民间验方）：黄精 50g，首乌 30g，杞子 30g，浸入好米酒或好白酒 1000m1，密封 7 日后可饮用。每次 1—2 小杯，每日 3 次，空腹服用。

2.胃火炽盛，阴液不足型

田螺黄酒汤（民间验方）：大田螺 10—20 只，养于清水盆中，漂去泥沙，取出田螺肉加黄酒 100ml 拌和，再以清水炖熟饮汤，每日 1 次。

3.精气亏耗，下元失固型

（1）膀胱末酒（民间验方）：干猪膀胱 10 只，剪破去蒂，烧存性为末。每温酒服 3 克。

（2）白鱼枸杞酒制方（民间验方）：白鱼一条，枸杞子 30g，料酒、精盐、葱、姜、生油适量。制法：将白鱼去鳞、鳃、内脏，洗净，放入热油锅中稍煎。将洗净的枸杞子、盐、葱、姜放入锅中，加入料酒和适量清水，煮至鱼熟烂，去葱姜调好味即成。用法：早晚分食。

（五）茶疗法

1.胃热偏盛，肺燥津伤型

（1）花粉芦根茶（民间验方）：天花粉、麦冬各 15g，芦根 50g，生石膏 30g，水煎。用法：代茶饮。

（2）将 200g 丝瓜洗净切片（0.66 厘米厚）加盐水煮熟，掺入 59 茶叶冲泡的茶汁，即可饮用。每日 2 次。（经验方）

2.胃火炽盛，阳液不足型

绿茶蒸鲫鱼（民间验方）：绿茶 10g，活鲫鱼 500g。将鱼去内脏洗净，再把绿茶塞入鱼腹内，置盘中上锅清蒸，不加食盐。每日 1 次。

3.精气亏耗，下元失固型

绿茶玉米须饮（民间验方）：绿茶 0.5g，玉米须 50—100g。玉米须加水 300m1，煮沸 5 分钟，加入绿茶即可，分 3 次服。日服 1—2 剂。用于肾亏糖尿病尿浊如膏者。

第七章　胶原性疾病

类风湿性关节炎

（一）临床表现

美国风湿性协会制定的类风湿性关节炎 11 项诊断根据为：①晨间感到关节僵硬，持续 1 小时以上；②一个关节或几个关节痛或活动时剧痛；③关节周围软组织肿胀或有积液；④左右关节呈对称性肿胀；⑤关节无症状的间隔期短于三个月；③骨突处肿面及关节附近出现皮下结节；⑦有骨质疏松、软骨或骨破坏，关节间隙狭窄，关节畸形、强直等 X 线表现；⑧类风湿因子阳性；⑨滑膜液加入醋酸后，粘蛋白形成不佳；⑩滑膜活检符合类风湿病理表现；(11)类风湿结节活检呈典型病理改变。

上述 1—5 项的症状，体征至少存在六周以上，具有五项以上可以确定诊断为类风湿性关节炎，只有三项力可疑诊断。

在实验室方面有血沉增速、贫血、IgG、1gA、IgM 增高，粘蛋白增高，部分患者狼疮细胞阳性，抗核抗体阳性等。

临床分三期：急性发作期、慢性发作期，缓解期。

本病属中医痹症范围，名历节，历节风，白虎历节等。因涉水坐湿，当风取汗，风湿郁热，血热凝滞，气血经络关节痹阻不通所致。对症状的描述，在《金匮》、《病源》、《丹溪心法》等著作中有较详细的记载，如骨节疼痛，手足蹉挛，肉色不变，身体羸瘦，独足肿大，不可屈伸，或在四肢，或在腰背，痛不可当，痛肿灼热或浑身壮热等症状，都是类风湿性关节炎的临床表现。

（二）辨证分型

1.风湿热邪，阻痹关节型起病急骤，关节疼痛，局部灼热红肿发热，口渴，烦闷不安，苔黄腻，脉滑数。沿宜清热通络，祛风胜湿。

2.风寒湿邪，阻痹关节型肢体关节酸痛，关节屈伸不便。或痛无定处，历节走注，发热恶寒，舌苔薄腻，脉象多浮，或疼痛剧烈，并有定处，遇寒则剧，得热则舒，舌苔薄白，脉多弦紧；或关节冷痛重着，并有肿胀，麻木不仁，重着不利，舌苔白腻，脉多濡缓。治宜法风散寒，利湿通痹。

3.肝肾亏损，痰湿凝结型身体瘦削，关节畸形僵硬肿大，举动困难，手足麻痹，舌质淡，苔薄白，脉沉弱。沿宜扶正法风，活络止痛。

（三）食物疗法（适用于其它类型关节炎）

1.风湿热邪，阻痹关节型

（1）苡米仁粥（《本草纲目》）：苡米仁为未，同粳米煮粥常食。

（2）柳枝或西河柳 50—100g。水煎服。每天 1 次，连服 14 天。（经验方）

（3）小麦 60g，茅根、甘草各 30g，水煎服，每日一剂，连服有效。（经验方）。

2.风寒湿邪，阻痹关节型

（1）苡米干姜粥（民间验方）：苡米 50g，糖 50g，干姜 9g。先将苡米、于姜加水适量煮烂成粥，再调白糖服食。每天 1 次，连服 1 个月。

（2）辣椒根煮猪肉（民间验方）：瘦猪肉 100g，辣椒根 90g。共煮汤，调味后服食。每天 1 次，连服 7—10 天。

（3）石榴皮煮母鸡（民间验方）：石榴皮 150g，母鸡 1 只。将母鸡去毛及内脏，切块，加石榴皮同煮汤调味服食。可连服数剂。

（4）白鸡汤（民间验方）：白母鸡一只（公鸡亦可），黄蔑 2 根，紫皮蒜 3 根，粘大米、香油各 2509，蜂蜜 60g。将鸡开膛去肠，药全装肚内，炖熟随时吃，禁盐、酱，忌食生冷、腥、辣、粘、硬、盐、酱 10 天，重者吃二三只即愈。

3.肝肾亏损，痰湿凝结型

（1）公鸡汤（民间验方）：黄腿公鸡一只（重 500g），加麻黄、牛膝、木瓜各 6g，和鸡肉炖着吃，剩下骨头焙干，冲黄酒服出汗。

（2）五加皮炖母鸡（民间验方）：五加皮 60g，老母鸡 1 只（去头、足及内脏），加水炖熟，取汤及鸡腿。待症状减轻，隔 3—5 天再服一剂。

（3）乌头大米粥（民间验方）：生川乌头 3—5g，大米 50g，姜汁 10 滴，蜂蜜适量。将川乌头捣为细末，先煮沸米粥，后加川乌头末改用小火慢煮，熟后加入姜汁，搅匀再煮片刻即可。早晚餐服食，5—7 天为一疗程。

（4）猪腰子一对，杜仲面 10g，食盐 15g，用锅蒸熟，原酒送下。忌食生冷物。（经验方）

（5）黄鳝 250g，切段，猪肉 100g，加水适量，上笼蒸熟，食肉饮汁。（经验方）。

（四）药酒疗法（适用于其它类型关节炎）

1.风湿热邪，阻痹关节型

（1）穿山龙酒（《茶酒治百病》）：穿山龙 60g，酒 500g，泡 7—10 天，每次服一杯，日服 3 次。

（2）线麻籽酒（民间验方）：线麻籽 500g，研碎，酒 1 公斤，共放坛子里，以锅煮熟，拿出加白糖 1 公斤，每次服一匙，每天 3 次。

（3）茜草松节酒（经验方）：茜草 15g、松节 15g，白酒 500m1，泡 7 日后适量饮之。

（4）桃叶酒（经验方）：鲜桃叶适量，白酒 150m1。将白酒温热，桃叶用手稍搓，蘸酒擦洗患处，每晚睡前 1 次。

2.风寒湿邪，阻痹关节型

（1）狗骨酒（《民间偏方秘方精选》）：狗骨（牛骨、羊骨亦可）129 油炙酥，龟板 15g 炙酥，苡仁 15g（麸炒），木瓜 15g，仙灵脾 12g（羊脂炒），牛膝 9g，萆薢 12g。用 60—65 度白酒 3000g，密封浸泡一个月后，每次温服 1—2 调羹，日服 2—3 次。

（2）牛骨木瓜酒（《中国食疗学》）：牛骨（羊骨亦可）10g（油酥），木瓜 9g，白术根 30g，桑枝 12g，五加皮 3g，当归 3g，天麻 3g，川牛膝 3g，红花 3g，川芎 3g，玉竹 6g，秦艽 1.5g，防风 1.5g，冰糖（捣碎）100g，用 60—65 度白酒 1000g，密封浸泡 3—4 个月后，每次温饮 1—2 调羹，日服 2 次。

（3）三蛇酒（《民间偏方秘方精选》）：蝮蛇、眼镜蛇、火赤链蛇各 1000g（用活蛇先饿 4—5 天，待消化道排空），分别浸酒 15009。当归、生地各 1209，威灵仙、土茯苓各 90g，防风和红花各 60g，木瓜 30g，浸泡白酒 1500g。一个月后，蛇和中药滤取酒液，等量混合，每日 3 次。每次 10m1。

（4）三藤甲珠酒（《中国药酒大全》）：海风藤 15g，青风藤、中藤地风、穿山甲珠各 15g，原酒 500g。将药和酒装瓷罐内，置水锅中加热炖好，

水开后 1 小时将罐取出，去药留酒，贮于玻璃瓶中。每天早晚各服一盅。

（5）酒泡方（《中国药酒大全》）：当归、红花、杜仲、川芎、桂枝、独活各 3g，牛膝、木瓜、五加皮、防风各 6g，泡白酒。一个月后饮用。每天早晚各服一盅。

（6）老贯金 1 公斤，透骨草、威灵仙、苍术、山龙各 1 公斤，大活、防风、苍耳子叶、黄柏各 0.5 公斤，草乌 100g。黄柏先煮一小时，后再加群药，加水超过药面 3 横指，煎至水剩 1/3，过滤，同法再煎一次去渣，收两次药液，浓缩成 3—3.5 公斤，加冰糖 1 公斤，加酒 5 公斤，搅匀备用，每次服 1—2 盅，日服 2—3 次。（《茶酒治百病》）。

3.肝肾亏损，痰湿凝结型

（1）雄黄膀胱酒（民间验方）：雄黄 30g，白酒 250g，合一起煮开后，装猪膀胱里（膀胱把尿倒出，用硝灰搓好洗净），敷疼处，凉再加热，酒蒸发完了为止。此方有特效。

（2）草乌酒（民间验方）：去毒草乌 60g，白酒 500g，泡 7 天，用药酒每日 4 次擦痛处。

（3）蛇虫酒（《中国食疗学》）：金钱白花蛇一条，靳蛇 30g，乌梢蛇 30g（任选 1—3 种），蜈蚣 3 条，全蝎 9g，僵蚕 12g，蜣螂虫 9g，羌活 30g，生、熟地各 30g，忍冬藤 30g，木防已 15g，杞子 12g，当归 9g，牛藤 9g，陈皮 6g，甘草 3g，大枣 4 只。白酒 2000—2500g，浸半月后可服，每次 1—2 调羹，每日 1—3 次。

（4）补骨脂酒（经验方）：补骨脂 30g，胡桃肉 60g（捣碎），杜仲 30g，用米酒 500m1，浸 7 天后服用，每日 2 次，每次 2 匙。

（五）茶疗法（适用于其它类型关节炎）

1.风湿热邪，阻痹关节型

（1）苦丁茶（《农村中草药制剂技术》）：枸骨叶 500g，茶叶 500g。制法：上二味晒干，共研粗末，和匀，加入适量面粉糊作粘合剂，用模具制压成方块状，每块重约 4g，烘干即可，瓷罐密贮备用。用法：将拘骨叶与茶叶各等分，共研粗末，用滤泡纸袋分装，每袋 4g。服法：每日 2 次，每次 1 块或 1 袋，以沸水冲泡 10 分钟，温服。

（2）用柳芽 5 分酌加茶叶，每日 1 剂，代茶饮。（经验方）

（3）珠兰甘草茶（民间验方）：绿茶 2g，珠兰 20g，甘草 10g。上三味加水 400m1，煎沸 5 分钟，分 3 次饭后服。日服一剂。

2.肝肾亏损，痰湿凝结型

（1）槐子芝麻核仁茶（民间验方）：细茶叶、槐子、芝麻和核桃肉各 15g，放瓷罐内，加水两碗，熬至 1 碗，热服。

（2）松叶茶（经验方）：松叶干品 5g（或鲜品 10g），绿茶 1g，采摘新鲜松树针叶 2000g，晒干，密封储存。每次取干松叶 5g，撕碎，佐以绿茶，用刚沸的开水冲泡，加盖，5 分钟后可饮。若在松树产区，取材方便，宜用新鲜松叶。用时先用冷开水冲洗一遍，滤于、切碎，再与茶叶同泡。头汁饮至快尽，略留余汁，再泡再饮，直至冲淡。本茶宜长期饮服。

第八章　神经系统疾病

一、神经衰弱

（一）临床表现

神经衰弱的症状表现繁多，几乎涉及所有的器官系统。归纳起来主要表现有精神疲劳、神经过敏、失眠、疑病、焦虑和忧郁。

1.精神疲劳病人申诉工作效率降低，注意力不易集中，时间稍长，即感到头昏脑胀、疲乏无力，无法坚持。记忆力减退，特别以近事记忆减退最为明显。病人食欲不振，肢端冷而发绀、性欲减退，月经不规律或闭经。

2.神经过敏病人情绪不稳，烦躁易怒，缺乏耐心，常因小事与人争吵，工作缺乏头绪，对外界刺激如声音、光线等待别敏感，常因这类刺激干扰了他们的工作与睡眠而生气。睡眠浅而多梦。

3.失眠通常为入睡困难，病人辗转反侧，烦躁不安，常试图强行控制或默背数字以诱导入睡，然而越紧张就越兴奋，担忧翌日工作，使入睡更困难。清晨头重身乏，睡意仍未解除；白天昏昏沉沉，至夜又担心“睡不好”，形成恶性循环。有些病人则表现睡眠浅，易惊醒，多噩梦。

4.疑病由于中枢神经系统机能失调影响到皮层下部位时产生，如消化不良、便秘腹泻、腹部胀满、心悸胸闷、呼吸不畅、尿意频数、月经不调、阳萎早泄等。有些病人过分集中注意于身体的各种变化，加上对疾病的认识不足，而产生各种疑病观念，如怀疑得了脑瘤，心脏病、胃癌，害怕发展成精神病等。

5.焦虑、优郁部分病人较为突出，他们心烦意乱，惶惶不安，心情沉重，双眉紧锁，坐立不安，手足无措，常伴有睡眠及植物性神经系统不稳定的现象。

（二）辩证分型

1.肝气郁结型精神抑郁、善疑多虑，头晕脑胀；目眩失眠，倦怠疲乏；食少，胸闷不舒，两胁胀痛，或走审作痛。妇女则有月经不调，或乳房胀痛，舌质淡红，脉弦细等。治宜舒肝解郁、健脾理气为主。

2。肝肾阴虚型　　头晕头痛，心悸失眠，烦躁易怒，腰膝酸软。舌红苔薄黄，脉沉弦细等。治宜滋下清上、宁志安神为主。

3.心脾亏虚型多梦易醒，醒后难以入睡，心悸健忘，体倦神疲；面色少华，饮食无味。舌淡苔薄，脉细弱等。治宜补养心脾，宁志安神为主。

4.阴虚火旺型心烦不寐，口干津少，五心烦热，口舌生疮。舌红苔黄，脉细数等。治宜滋阴清火为主。

5.肾阳不足型遗精或滑精，阳萎早泄；头昏眼花，精神萎靡，记忆力减退；两腿无力，怕冷肢凉。舌质淡，脉沉弱等。治宜补肾助阳为主。

（三）食物疗法

1.肝气郁结型

（1）山药百合炖白鳝（民间验方）：白鳝 1—2 条约 50g（白鳝又叫鳗鱼、青鳝），淮山药、百合各 30g。用法：先将白鳝去肠脏洗净，与淮山药、百合一起放瓦盅内，加清水适量，隔水炖熟，调味服食。

（2）核桃安神汤（民间验方）：核桃仁 12g，佛手片 6g，白糖 50g，丹参 15g。将丹参、佛手煎汤，核桃仁、白糖捣烂成泥，加入丹参、佛手汤中

目小火煎煮 10 分钟服食。每天 2 次，连服数天。

（3）枣仁黄花末（民间验方）：酸枣仁 15—25 粒，黄花菜 20 根。炒至半熟，捣碎研成细末。睡前 1 次服完。或用酸枣树根 50g，丹参 12g。水煎顿服，连服 10—15 天。

2.肝肾阴虚型。

（1）核桃芝麻桑叶丸（民间验方）：核桃仁、黑芝麻、桑叶各 30g，共捣泥为丸，每丸重 9g。一日 2 次，每服一丸。

（2）甘麦百合大枣汤（民间验方）：大麦（浮小麦）30—60g，甘草、百合各 9—12g，红枣 15—20g。加水适量煮汤服。每天 1 次，连服数天。

（3）枸杞大枣煮鸡蛋（民间验方）：枸杞子 15—30g，大枣 8—10 枚，鸡蛋 2 个。放砂锅内加水适量同煮，蛋熟后去壳再共煮片刻，吃蛋喝汤，每天 1 次，连服数天。

3.心脾亏虚型

（1）百合蜂蜜膏（经验方）：生百合 60—90g，蜂蜜 1—2 匙，拌和蒸熟。临睡前适量食之（注意不要吃太饱）。

（2）干蛤蟆油（经验方）：干蛤蟆油 3—6g，清水一碗，泡一夜。翌日再加水煮汤，调味服食。每天 1 次，连服数天。

（3）莲子百合炖猪肉（经验方）：瘦猪肉 2509，莲子 30g，百合 30g。共放砂锅内加水煮汤，调味服食。每天 1 次，连服数天。

（4）龙眼肉白糖饮（民间验方）：龙眼肉 500g（鲜品更佳），白糖 50g。用法：将龙眼肉放碗中加白糖，反复蒸晾 3 次，使色泽变黑，将龙眼肉再拌以少许白糖，装瓶备用。每天服 2 次，每次 4—5 颗，连服 7—8 天。

4.阴虚火旺型

（1）桑椹蜂蜜膏（民间验方）：鲜桑椹 1000g（干品 500g），蜂蜜 300g。用法：将桑椹洗净加水适量煎煮，每 30 分钟取煎液 1 次，加水再煮，并取煎液 2 次；合并煎液再以小火熬浓缩，至较粘稠时加蜂蜜，至沸停火，待冷装瓶备用。每次 1 汤匙，以沸水冲服，每天 2 次，连服 6—7 天。

（2）酸枣仁粥（《饮善正要》）：酸枣仁 30g，粳米 50g，先用水煮酸枣仁 30 分钟，去渣，取汁，用汁煮米作粥，每晚作夜宵食之。

（3）沙参玉竹粳米粥（《养生益寿百科辞典》）：沙参 15g，玉竹 15g，粳米 60g。将沙参、玉竹用布包好，用粳米煮粥食。每天一次，连服数天。

5.肾阳不足型

（1）龙眼枣仁芡实汤（民间验方）：龙眼肉、酸枣仁各 99，芡实 15g，炖汤，睡前服。

（2）生鱼一条，莲子 60g，母鸡一只（除去毛及内脏），用清水煮汤吃。（经验方）

（3）向日葵煮母鸡（经验方）：向日葵仁 60g，母鸡一只（除去毛及内脏），用清水煮汤吃。

（4）煎炸鸡蛋核仁调枸杞（民间验方）：鸡蛋 12 个，枸杞子 10g，核桃肉 15g，番茄酱适量。把核桃仁放入盐开水中浸泡，枸杞子清水泡后上宠蒸 5 分钟，鸡蛋甲文火煮熟；去壳后撒上干生粉，再将鸡蛋和核桃仁放入油锅中炸成黄金色，把枸杞子、番茄酱等调味品加入即可服食。每天 1 次，连服数天。

（5）肉苁蓉羊肉大米粥（《医食同源》）：肉苁蓉 10—15g，精羊肉 100g，

大米 100g，细盐少许，葱白 2 条，生姜 3 片。用法：分别将羊肉、肉苁蓉洗净切细，先用砂锅煎肉苁蓉取汁，去渣入羊肉、大米同煮，待煮熟后加盐、葱、姜煮为粥。以 5—7 天为 1 疗程。

（四）药酒疗法

1.肝气郁结型

（1）五味子酒（《陕甘宁青中草药选》）：五味子 200g，白酒 400m1。制法：浸泡 7 日后服用。每服 10m1，日服 2 次。

（2）状元红酒（《全国中药成药处方集》）：当归 15g，红曲、砂仁各 30g，广皮、青皮各 15g，丁香、白蔻、山栀子、麦芽、枳壳各 6g，藿香 9g，厚朴 6g，木香 3g.白酒 15 公斤，冰糖 1 公斤。制法：将上药装入布袋内，浸于酒中，用文火加热 30 分钟，加入冰糖，取出放凉。用法：早、晚各服 1 次，每次 2—3 小杯。

（3）香附根酒（经验方）：香附根 60g，洗净切碎，用水、白酒各 250m1，浸泡 3—5 日，去渣。不拘时候酌情饮之。

2.肝肾阴虚型

（1）冬虫夏草酒（民间验方）：冬虫夏草 15—30g，白酒 500m1，泡 7 天后服，每次 10—20m1，每日 2—3 次。

（2）灵芝酒（民间验方）：灵芝 100g，好米酒或好白酒 1000m1，灵芝切块浸泡于酒内封盖，7 日后饮用。每日早晚各 1 次，每次 1—2 小杯。

（3）缬草酒（《陕甘宁青中草药选》）：缬草 30g，白酒 150g。将缬草入酒浸泡 48 小时后服用。分 7 日服。

3.心脾亏虚型

（1）手掌参酒（《陕甘宁青中草药选》）：手掌参、党参各 15g，黄精 30g，白酒 500m1。制法：将上药入酒浸泡一个月后服用。每服 10—20m1，日服 2 次。

（2）人头士酒（《陕甘宁青中草药选》）：人头士（即人参果）30g，白酒 500m1。制法：将人头士人酒浸泡 10—15 日后服用。每服 10—20ml，日服 2 次。

（3） 蛋黄阿胶酒（民间验方）：鸡蛋黄 4 只，阿胶 40g，米酒（或黄酒）500ml，盐适量。将酒置文火上煮熟，下阿胶；化开后加蛋黄、盐搅匀，再煮沸。冷却后贮入净器中，每日早晚各 1 次，每次随量温饮。

4.阴虚火旺型

（1）地黄酒（《惠直堂经验方》）：熟地 240g，枸杞子、制首乌、苡仁各 120g，当归 90g，白檀香 9g（或沉香未 3g），龙眼肉 90g，陈酒 15 公斤。制法：将陈酒注入坛中，上药捣碎装入绢袋，浸于酒中，10 天后即可饮用。每次饮 3m1，临睡前温服，不宜多饮。

（2）丹参酒（经验方）：丹参 30g，低度白酒 1000m1。将丹参浸泡 3—5 日，每次服 10m1，每日 2—3 次。

5.肾阳不足型

（1）桂圆酒（《偏方大全》）：桂圆肉 250g，白酒（60 度）400ml。制法：将桂圆肉切碎，装入瓷瓶中，以酒浸泡 15—20 天即成。每日 2 次，每次 10—20m1。

（2）二子酒（民间验方）：菟丝子和五味子各 30g，同放入 500ml 酒中浸泡，封盖，7 日后可饮用。每日 3 次，每次 1—2 小杯。

（五）茶疗法

1.肝气郁结型

（1）安神茶（《慈禧光绪医方选议》）：龙齿 10g，石菖蒲 3g。制法：先将龙齿加水煎沸 10 分钟，再加入石菖蒲煎沸 10—15 分钟即可。每日 1—2 剂，不拘时，代茶饮。

（2）红茶 1g，合欢皮 15g，红糖 25g，甘草 3g，芡实 25g。合欢皮、芡实、甘草加水 1000m1，煮沸 30 分钟，去合欢皮和甘草渣，加入红糖，再煎至 300m1，后加红茶即可。分 3 次温服。日服 1 剂。

2.肝肾阴虚型

安睡茶（《集简方》）：灯芯草 10—20g，上药加水适量，煎汤代茶。每日 1 剂，于睡前 1—2 小时温服。

3.心脾亏虚型

莲心茶（民间验方）：绿茶 1g，莲心干品 3g。将莲心、茶叶一起放入茶杯内，用沸水冲泡大半杯，立即加盖，5 分钟后可饮。饭后饮服。饮之快尽时，略留余汁，再泡再饮，直至冲淡为止。

4.阴虚火旺型

竹叶宁心茶（《圣济总录》）：鲜竹叶 60g。加水浓煎，取汁代茶饮。每日 1 剂，分上、下午 2 次饮服。

5.肾阳不足型

芝麻红糖茶（民间验方）：绿茶 1g，芝麻 5g，红糖 25g。炒熟研末备用。每次按配方量，加开水 400—500m1，搅匀后，分 3 次温服，日服 1 剂。

二、脑血管病

（一）临床表现

临床常见有急性脑血管病和慢性脑血管病。急性脑血管病有：（1）出血性脑血管病：脑出血、蛛网膜下腔出血。 （2）缺血性脑血管病：脑梗塞、短暂脑血管发作。 （3）慢性脑血管病：脑动脉硬化症。

在脑血管病中，以脑出血、脑血栓形成和短暂性脑缺血最为常见。高血压性脑出血多发生于 50 岁以上的老年人，多有高血压病史，发病急骤，常在白天情绪激动或过度用力时发病，也可在休息或睡眠中发病。病人常有头痛、呕吐、意识障碍等。如有脑血栓形成，病前可有一过性脑供血不足发作史，如一过性头痛头昏，肢体麻木无力等；病人大多有偏瘫、舌瘫、面瘫、偏身感觉减退等。

（二）辨证分型（重点脑梗塞）

1.风痰流窜、经络淤阻头痛头晕，突然口眼歪斜，语言不利，甚则半身不遂，肌肤不仁，手足麻木；或兼见寒热，肢体拘急等症；舌苔白腻，脉象浮滑。治宜法风化痰，活血通络。

2.气虚血淤型（后遗症）语言不利，半身不遂，口眼歪斜，肢体麻木；或吞咽困难、乏力、纳差，舌质淡红，苔薄白，脉细数。治宜补气活血通络。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）节制过食：防止肥胖，每顿保持八分饱。

（2）限制食盐：保持淡味，一日盐量为 4—6g 为宜。限制食盐的摄入，是脑血管病食疗中很重要的一条原则。

（3）多吃蔬菜：蔬菜中含有丰富的钾，尤其在菜汤中含有大量的钾，大量摄钾可起到排钠的效果。另外，蔬菜中含有大量的维生素 C，有提高血清钙离子，防止血液凝固，止血及增强血管的功能。叶绿素对所有脏器和组织都有刺激赋活的作用。

（4）多吃大豆及大豆制品等植物蛋白质。

（5）可食用适量的动物蛋白和少量的脂肪。

2.食疗方法

（1）风痰流窜，经络淤阻型

①天麻炖猪脑（民间验方）：天麻 10g，猪脑 1 个（洗净），清水适量，放瓦盆内隔水炖熟服食。每日或隔日一次。

②葛粉羹（《饮膳正要》）：葛粉 250g，荆芥穗 30g，淡豆豉 150g。制法：将葛粉做成面条。水煮荆芥穗，淡豆豉煮 6—7 沸去渣。用其汁煮葛粉面条。用法：早晚各吃 1 次。

③鸡血藤膏（《中药制剂手册》）：鸡血藤 5000g,冰糖 2500g。制法：将鸡血藤水煎 3—4 次，过滤取汁，微火浓缩药汁，再加冰糖制成稠膏。用法：每次服 15—20g，日服 2 次。

（2）气虚血淤型

①淡菜皮蛋粥（《养生益寿百科辞典》）：淡菜 30g，皮蛋 1 个，大米适量，煮粥喝。

②独活乌豆汤（《中国食疗学》）：每次可用独活 10—12g，乌豆 60g，清水 3—4 碗，煎成一碗，去渣温服。

③海带绿豆汤（民间验方）：海带、绿豆各 100g，煮食，每日一剂，或海带 5Dg，决明子 25g，水煎服。

（四）药酒疗法

1.风痰流窜，经络淤阻型

（1）白花蛇酒（《濒湖集简方》）：白花蛇 1 条，防风 30g，羌活 60g，五加皮 60g，当归身 60g，秦艽 60g，天麻 60g，糯米酒 3000ml。制法：白花蛇以酒洗并润透，去骨刺，取肉。各药切碎，以绢袋盛之，放入坛内，用酒浸泡 10 个月，另将药渣为丸。用法：每日 1 次，以温酒 50ml 送服药丸 6g。

（2） 桂枝酒（《太平圣惠方》）：桂枝 40g，川芎、独活、炙甘草、牛膝、薯蓣、制附子各 30g，防风 35g，云苓 40g，茵芋 20g，杜仲、陆英根、炮姜各 30g，白术 35g。将上药浸于净器中，7 日后开封，去渣备用。用法：每日临睡前空心温服。随量。

2．气虚血淤型

（1）史国公浸酒方（《医门法律》）：当归、虎胫骨（狗骨代，酥油炙）、川羌活、川萆薢、防风各 60g，秦艽 120g，鳖甲（醋炙）30g，川牛膝（酒浸）、松节、晚蚕沙（炒）各 60g，枸杞子 150g，干茄根（饭上蒸熟）240 g，苍耳子（炒捶碎）120g。

制法：上 13 味，用白酒一大坛，将绢袋盛药，悬于酒内，密封固。候 14 日后，开坛取酒，每次 1 盅，每日 3 次。将药渣晒为末，米糊丸，梧桐子大。每服 18 丸，空腹温酒服下，忌食动风卒热之物，此药可以常服。

（2）黄芪酒（《普济方》）：黄芪、独活（去芦头）、桂（去粗皮）、

蜀椒（去开口并且炒出汗）、牛膝（去芦头）、白术、药根各 10g，防风（去叉）120g，川芎、甘草（炙剉），细辛（去苗土），山茱萸、附子（炮裂去皮脐），秦艽（去苗土），干姜（炮），当归（切焙），乌头（炮裂去皮脐），人参各 90g。

制法：上药剉如麻豆，用绢袋盛于一大坛醇酒内浸三日。每次温服一盅，不拘时。

（3）木瓜酒（民间验方）：木瓜 2 个，用黄酒煮烂，每日睡前饮温酒一小杯，连服数日。

（4）酒侵桃仁丸（民间验方）：桃仁（去皮去头）放酒中浸一周，晒干为末，以蜜调和为丸（梧桐子大）。日服 2 次，每次 15 丸，以黄酒或开水送服。

（五）茶疗法

1.风痰流窜，经络淤阻型

茶树根、山楂根、荠菜花和玉米须各 10g。将山楂根、茶树根研成粗末，玉米须切碎。共煎水代茶频饮。（民间验方）

2.气虚血淤型

绿茶、何首乌，泽泻和丹参各 10g，共加水煎，取药液服。每日 1 剂。（民间验方）

三、癫　　痫

（一）临床表现

癫痫通称羊痫风或羊角风，发作可表现为下列四种类型。

1.大发作：突然神志丧失，全身抽搐，全身肌肉呈强直性痉挛，呼吸暂停，历时数秒钟，随即进入阵挛期。患者可能咬破舌唇，口吐白沫，数分钟消退，进入昏睡期。

2.小发作：以儿童期为多发，短暂失神和肌阵挛，历时一分钟左右。

3.局限性发作：开始在一侧局部，如口角、手指、足趾肌肉抽搐，一般不伴有神志丧失。

4.精神运动性发作：病人突然精神模糊，进行一些无意识动作。如咂嘴、唱歌、跳楼、神志恍惚等。

（二）辩证分型

1.风痰壅阻（发作比较频繁）本病发作，常先觉头痛眩晕，胸闷欠伸。随即昏仆倒地，神志不清，面色苍白，牙关紧急，两目上视，手足抽溺，口吐涎沫，并发出类似羊、猪的叫声，甚至二便失禁。不久，渐渐苏醒，症状消失，除感疲乏无力外，饮食起居如常。舌红苔白腻，脉多滑象，治宜豁痰宣窍，息风定痫。

2.心肾不足，脾失健运（反复发作）精神萎靡，甚至智力减退，言语不清，面色不华，头目昏眩，腰酸腿软，食少痰多，苔薄，脉细。治宜培补心肾，健脾化痰。

（三）食物疗法

1.风痰壅阻型

（1）胖大海炖羊心（民间验方）：胖大海 21 个，羊心 3 个，用竹刀或锋利瓷片剖开羊心，各纳入胖大海 7 个，砂锅熬熟。每晚吃羊心一个。

（2）大枣巴豆末（民间验方）：大枣一枚，巴豆一粒（为一剂量）。枣去核后置巴豆于枣内，慢火焙干，碾粉即成。每日 1 剂，两次分服。

（3）每次可用红蓖麻恨 30—60g，鸡蛋 2 个，黑醋适量。先将蛋煮熟去壳，再加入黑醋、蓖麻根和适量清水煎服，每日一次，连服数日。（民间验方）。

（4）猪心烧木耳（《17 种顽固病的食疗名方》）：猪心 1 个，木耳 10g，姜汁 10g，桔皮 10g，白矾 10g，大枣 10 个。制法：共加水煮至猪心熟为度。用法：吃猪心，喝汤，每日 1 个，连服 3—5 个。

（5）苦菜猪肝汤（《17 种顽固病的食疗名方》）：苦菜 50g，猪肝 100g，紫菜 15g，桔皮 15g。制法：将猪肝切片，与其它三味药同煮至猪肝熟，拣出桔皮，酌加白糖，待食。用法：食肝、菜、喝汤，每日 1 次，连服 15—20 天。

2.心肾不足，脾失健运型

（1）猪蹄猪心煮地榆（《民间便方秘方精选》）：猪蹄 2 个，猪心 1 个，鲜地榆 30g，共煮烂，去药渣，吃肉饮汤，连服一周。

（2）未发作时用鳖煮食，可用油盐调味，每天吃 1 个，连吃 7 天。（经验方）

（3）黄豆胡椒地龙汤（民间验方）：黄豆 500g，胡椒 6g，地龙 12g，加水 2500m1，煎至水干为度。去胡椒、地龙，吃黄豆，每日 2 次，每次 15 粒。

（4）羊脑炖枸杞（民间验方）：羊脑 1 付，枸杞子 30g，酱油、味精各适量。制法：将羊脑、枸杞加调料，清水文火煮熟。用法：每日 1 次，每次 1 付。新鲜羊脑含有丰富的抗坏血酸，脂肪中含卵磷脂、脑甙等，具有益脑健脑之功能。

（5）人参粳米粥（《养生益寿百科全书》）：人参 5g（或党参 20g），白茯苓 20g，生姜 5g，粳米 200g，制法：先将人参（或党参）、生姜切成薄片，茯苓捣碎，共浸泡半小时，煎取药汁，后再煎取汁，将 2 次煎汁并入砂锅加粳米煮粥。用法：每日早晚各 1 次，空腹温热食用。

（6）丹参龙眼汤（《实用中医学》）：丹参、龙眼肉、炒枣仁各 15g，白蜜适量。制法：将丹参、龙眼肉、炒枣仁放入砂锅内，加水 600m1，煎 20 分钟，去渣取汁，加入白蜜合匀，待食。用法：每日 2 次，温热食。

（四）药酒疗法

1.风痰壅阻型

（1）大黄防风酒（民间验方）：大黄 1000g，防风 500g，白酒 1500ml。将前二味共研粗粉，入瓶内加白酒浸泡 14 天，过滤后备用。成人每日 3 次，每次 10ml；10—14 岁每日 3 次，每次 5ml；10 岁以下，每日 1—2 次，每次 5ml。

（2）蚯蚓 9g（干），焙干研末后加入白糖 10g，与烧酒混合后饮服。（经验方）

（3）马蛇子 1 个，焙干研面，黄酒冲服。日服一次。（经验方）

2.心肾不足，脾失健运型

（1）酒精烧蛋（民间验方）：90%的酒精 2.5 公斤，鸡蛋 50 个，制法：将酒精 100ml，鸡蛋两个置盘内，点燃酒精，在烧的过程中要不时翻转鸡蛋，使其熟透。用法：将烧熟的蛋剥去皮，早晨空腹吃下，发作间歇期间内服完

50 个鸡蛋为一疗程。发作时，轻者服一个疗程，重者可连服两个疗程。

（2）公鸡白芨酒（民间验方）：公鸡 9 只，白芨 9 个，黄酒适量。公鸡杀死取出鸡心，挤压出鸡心血，放于碗内；再将研成细末的白芨粉倒入碗内，同捣为泥，分为 2 次，每次以黄酒 60ml 为引，两天内服完。（3）海参酒（经验方）：海参内赃焙干研末，每服 12g，黄酒送

（五）茶疗法

1.风痰壅阻型

（1）化痰定痫茶丸（《卫生杂兴》）：生白矾 30g，细茶 15g，炼蜜适量。制法：将前二味研为细末，和匀，炼蜜为丸，梧子大小，即可。用法：每日 1—2 次。成人每次 50 丸，小孩酌减，用茶汤送服。

（2）定癫茶丸（《河南省秘验单方集锦》）：细茶叶 30g，朱砂 23g，琥珀 23g，郁金 32g，煅枯矾 23g，广丹 7g，黄蜡 90g，猪心血 30g。制法：先将茶叶、朱砂、琥珀、郁金、煅矾、广丹共为细末，再将黄蜡熔化与猪血及上六药和匀为丸，备用。用法：每日 1 次，每次 6g，早饭后服。若重症者则临睡前加服 1 丸，用开水或茶汤送服。

（3）僵蚕甘草蜂蜜茶（民间验方）：绿茶 1g，白僵蚕 10g，甘草 5g，蜂蜜 25g。白僵蚕与甘草加水 400ml，煮沸 10 分钟，后加入绿茶与蜂蜜即可。分 3—4 次，徐徐饮下，可加开水复泡，再饮。

2.心肾不足，脾失健运型

（1）癫狂茶矾丸（《家用良方》）：陈细茶、白矾各 9g，朱砂 3g。制法：将细茶、白矾共为末，以米饭捣为丸，以朱砂研细为衣，即可。用法：病发时服 9g，以茶汤或开水送服。

（2）红茶明矾丸（《偏方大全》）：红茶 500g，明矾 500g，糯米 100g。制法：先将糯米加水少许煮，待米煮开花后取用其汁，备用；再将红茶与明矾捣碎，研为细末，用糯米汁调匀捏成丸，如小豆般大小，凉干瓷罐封贮备用。用法：每日 1 次，每次 6g，早饭后服。

第九章　　传染病

一、传染性肝炎

（一）临床表现

近期内出现不能理解的乏力、纳差、恶心、腹胀、便溏及肝区疼痛、发热、黄疸等。体检有肝肿大疼痛，巩膜与皮肤黄染。化验有谷丙转氨酶升高或伴有血清胆红素增高。

病毒性肝炎在临床上分以下几型：

1，急性肝炎

（1）急性黄疸型：黄疸出现前有畏寒发热、纳差、恶心及腹泻等症状，约持续 2—6 周进入恢复期。　（2）急性无黄疸型：病程中不出现黄疸，大多不发热，症状及体征均较黄疸型肝炎为轻。

2.慢性肝炎

（1）慢性迁延型：病状、体征及 SGPT 波动，病程超过 6 个月以上者。（2）　慢性活动型：以上症状加剧，肝硬大，质中等偏硬，或伴有脾肿大、蜘蛛痣、肝掌。血化验絮浊试验阳性，免疫球蛋白升高，偶尔出现肝外症状，如关节炎、肾炎等。

3.重症肝炎

（1）急性重症（即暴发性肝炎）：急性黄疸型肝炎，起病 10 天内迅速出现精神神经症状，如嗜睡、烦躁、昏迷、肝脏缩小，黄疸加深，高热，严重消化道症状；肝功能异常（特别是凝血酶元时间延长），及有全身出血倾向者，应考虑本病。（2）亚急性重症（即亚急性肝坏死）：急性黄疸型肝炎于 14 天后黄疸迅速上升，胆红素大于 10mg%，肝功能明显损害，可伴腹水及出血征象。　（3）慢性重型：即重型慢性活动性肝炎或高度活动性的肝硬化。

4.郁胆型肝炎：梗阻性黄疸持续三周以上并排除肝内外其它原因引起的梗阻性黄疸。消化道症状较轻，常有明显的肝肿大及皮肤瘙痒。

（二）辨证分型

1.湿热蕴结型　身目发黄，色鲜明；发热、心烦，恶心、呕吐，食欲不振，尿赤便结；舌苔黄腻，脉弦数。热重于湿，兼见口渴，便燥；湿重于热，兼见头身沉困，腹满便溏。治宜清热利湿化浊。

2.肝气郁滞型　胁肋作痛，胸腹胀闷，食欲不振，疲乏无力，烦躁易怒，大便不实，舌苔薄白，脉沉弦。治宜疏肝理气。

3.湿邪困脾型　胁下隐痛喜按，面黄无华，疲倦乏力，眩晕腹胀，食欲不振，大便溏稀；动则汗出，舌质淡，苔薄白滑，脉沉细无力。治宜健脾柔肝，渗湿和中。

4.肝肾亏损型　胁肋隐痛喜按，身倦乏力；眩晕耳鸣，失眠多梦，心烦急躁，腰腿酸痛；舌质红，苔薄少津，脉细弦数，两尺无力。治宜养血柔肝，滋阴理气。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）本病的治疗原则，应给以适当的高蛋白、高糖、高热量、低脂肪的饮食。但不应过分强调这个原则，因为摄食过多，食物需经肝脏合成加工和

处理，这样必然加重肝脏负担，不利其恢复健康，从而得到相反的结果。（2）人体内脂肪主要是由糖转化而来，故长期摄入高糖的饮食，可增加体内库存的脂肪量和肝内脂肪的积聚而导致脂肪肝。 （3）饮食中的脂肪也不应过分限制，以免影响机体热能的供应和降低食欲。但对油腻的食物应当避免，特别是黄疸尚未消退的患者。

传染性肝炎的急性期，由于湿热蕴于血分，阻滞胃肠，故饮食宜清淡，并注意维生素 B、C 的补充（如新鲜蔬菜和水果）。当患者的食欲好转后，给予高蛋白、高热量的饮食。

《金匮要略》中记载：“ 黄疸之病，当以十八日为期，治之十日以上瘥，后剧为难治。 ”对于这种重症肝炎伴有肝功能衰竭者，应严格控制蛋白质的摄入量，植物蛋白较动物蛋白在体内更趋向正氮平衡，有利于改善肝脏和全身情况，对这种患者应提倡“ 素食 ”。

慢性肝炎时，正气多亏损，治疗应以扶正为主，故饮食中应适当增加蛋白、维生素。脂肪不必过分限制。

2.食疗方

（1）湿热蕴结型

① 车前叶粥（《圣济总录》）：车前叶（鲜品）30—60g，粳米 50100g，葱白 1 茎。用法：先将车前叶洗净后切碎，与葱白一同入水中煎煮 15 分钟左右，去渣取汁，再和粳米熬粥，粥成后当早餐或晚餐食之。

②茵陈粥（《粥谱》）：茵陈蒿 30—60g，粳米 50—100g，白糖适量。用法：先将茵陈入水中洗干净，再入水中浓煎汁后去渣取汁，然后将粳米入煎汁熬粥，俟粥成后加白糖调匀，略煮片刻即可，当早餐或晚餐食之。

③黄疸醋蛋方（《串雅外编》）：醋 600m1，鸡蛋 10 只。用法：将鸡蛋连壳烧成炭后研末，和醋调匀（每次用 1 个鸡蛋和 60ml 醋），每日 1 次服，连用 10 次（10 天）为一疗程。

（2）肝气郁滞型

香橼粥（经验方），陈香橼皮、广木香各 30—60g，粳米 50—100g，葱白数茎。用法：先将香橼皮与木香一同入水中煎煮约 15 分钟，去渣取汁，再将粳米入煎汁中熬粥，俟粥成时入葱白，用文火再煮片刻即可。每日当早餐服用。

（3）湿邪困脾型

①茯苓粳米粥（《饮食治大病》）：茯苓粉 30g，粳米 30g，红枣 20 枚。用法：先将红枣文火煮烂，连汤放入粳米粥内，加茯苓粉再煮沸即成。每日服 2 次，可酌加红糖。

②西瓜皮散（经验方）：西瓜 1 个，砂仁 30g，大蒜瓣 250g（去皮）。用法：将西瓜开一小盖，去瓜瓤，留瓜皮，再把砂仁、大蒜放入，用黄泥涂西瓜，如泥球，在日光下晒干，置木柴火炉上，忌用煤炭，徐徐烘干后去泥，研面装瓶内备用。每日早晚送服 1.5g。

③茵陈大枣汤（《饮食治大病》）：茵陈 15g，大枣 4 枚，干姜 6g，红糖适量。用法：水煎吃枣喝汤，每日 2 次。

（4）肝肾亏损型

①红枣花生红糖汤（《巧吃治百病》）：红枣 50g，花生 50g，红糖 50g。用法：煎煮后食饮，每日 1 次。连服 30 天。

②丹参黄精粥（经验方）：紫丹参、黄精各 50g,粳米 50—100g，冰糖适

量，用法：先将丹参与黄精一同入水中煎煮约 30 分钟，去渣取汁，再将粳米入前汁之中熬粥，俟粥将成时加冰糖后调融，继续用文火熬片刻即可。当早餐或晚餐食之。

③五味子红枣炖冰糖（经验方）：五味子 9g，红枣 10 枚（去核），冰糖适量，加入开水同炖，去渣饮水。

④雪梨荸荠瘦肉汤（民间验方）：雪梨 2 个，荸荠 100g，瘦猪肉 100g 共切片，加水同煮，食盐少量调味，吃肉喝汤。

（四）药酒疗法

1.湿热蕴结型

（1）中山还童酒（《万病回春》）：马兰根 750g，黄米 1000g，陈曲 2 块，酒醇子 2 碗，马兰子 750g。用法：取马兰根 500g，洗切碎，用黄米加水煮成糜，陈曲为末，酒醇子、马兰子 500g 共和一处，做酒待熟，另用马兰子 2509 和马兰根 250g，用水煮数十沸，倒入酒内，每日搅匀，约 3—5 日，其酒色如漆之黑，滤去渣即成。不拘时，随量饮用。本方具有清热利湿，凉血止血，利水消肿的作用。

（2）丝瓜酒（《验方新编》）：丝瓜根 5 根。用法：将本药捣烂，用水一碗煎至半碗，去渣候温。用黄酒冲服。

（3）灯草酒（《本草纲目》）：灯草 120g。用法：酒与水各半，入瓶内文火煮约 2 小时，露一夜。用时温服。

（4）栀子酒（《普济方》）：栀子、茵陈各一束。用法：将二味以酒 2 碗，煎至一碗，三更时分服之。忌油腻、豆腐、生冷等物。

2.湿邪困脾型

丹参酒（《圣济总录》）：丹参 27g，鬼见箭羽 27g，秦艽 18g，知母 18g，猪苓 27g，白术 27g，海藻 10g，赤等 18g，肉佳 10g，独活 15g。

用法：上药以酒 1 公斤浸泡于净瓶中，封口，经 5 日后开封去渣。急用者可置热灰上 1 日便可用。每次服 20ml，饮酒少者，可随意减之，每日 3 次。本方具有渗湿利水，消瘀散结，祛风之功。

3.肝肾亏损型

大生地酒（《太平圣惠方》）：大生地 120g，杉木节 50g，牛蒡根 120g，丹参 20g，牛膝 50g，大麻仁 60g，防风 20g，独活 30g，地骨皮 30g。

用法：上药共捣碎细，布包，置于净器中，用好酒 7 .5 公斤浸之，密封口，经 7 日后开取，滤去渣，贮存。每于饭前服用。

（五）茶疗法

1．湿热蕴结型

（1）平肝清热茶（《慈禧光绪医方选议》）：红茶 3g，葡萄糖 18g，白糖 60g。用法：将上三味用沸水冲泡至成血色，加水至 500ml，冷热适口，限于上午服完，连服 7 天为一疗程，一般服甲 2 个疗程。此为儿童用量，成人服量照以上加倍。

（2）板蓝大青茶（经验方）：板蓝根 30g，大青叶 30g，茶叶 15g。用法：3 味加水煎煮取汁，日服 2 次，连服 2 周。

（3）茵黄绿茶饮（经验方）：茵陈 30g，生大黄 6g，绿茶 3g。用法：上药水煎，代茶饮。

2.肝气郁滞型

（1）苏木茶（经验方）：苏木 12g。用法：将苏木甲水煎煮，代茶饮。

（2）松萝黑鱼茶（经验方）：松萝茶 9g，好黑矾 15g，活黑鱼 1 尾约 350g。用法：将黑鱼去鳞，破吐去肠，加入黑矾、茶。另用大蒜 8 瓣共入鱼腹内。放锅中蒸熟，令病人吃鱼，能连茶、蒜吃更佳。

3.湿邪困脾型

（1）枣根茶（经验方）：酸枣根 20g。用法：将酸枣根用水煎煮，代茶饮。

（2）桂枝茶（经验方）：桂枝 30g，枳壳 30g，姜 2 片，用法：将上三味加入同煎，代茶饮。

（3）附子茵姜茶（经验方）：附子 6g,，茵陈 12g，干姜 6g。用法：将上药同用水煎，代茶饮。

4.肝肾亏损型

黑鱼茶（经验方）：鲜黑鱼 1 尾，约 500g， 茶叶 200g，茅根 500g，冬瓜支 500g，生姜 50g,红枣 300g，冰糖调 250g，葱白 7 根。用法：将药加水适量，煎熬成汤.去渣后浓缩至 1000ml 左右，放入鲜黑鱼（去肠），小火煮至鱼熟烂，加入冰糖、葱白，每日 8 次，分顿食之。喝汤食鱼。

二、流行性腮腺炎

（一）临床表现

发病前少数可有发热、厌食、头痛，偶有恶心、呕吐等症状。1—2 天内感觉腮部肿痛，张口、咀嚼及进食酸性物质时，腮腺部疼痛加剧。腮腺渐渐肿大，一般先见于一侧，大都在 1—2 天后对侧也肿大；也有两侧同时肿大或自始至终仅一侧肿大者。肿胀表面皮肤不红，边缘不清，有轻度压痛。腮腺肿大 1—3 天达高峰，此时全身症状亦较前加重，再经 4—5 天后，腮肿逐渐消退，全身症状亦逐渐消失，整个病程 7—12 天。

（二）辨证分型

1.瘟毒在表型畏寒、发热、头痛、轻咳、耳下腮部酸痛、咀嚼不便，继之一侧或两腮肿胀疼痛，边缘不清。舌苔薄白微黄，脉浮数。治宜疏风清热，散结消肿。

2.热毒蕴结型 高热，头痛，烦躁口渴，食欲不振，或伴呕吐；精神倦怠，腮部慢肿，灼热疼痛，咽部红肿，舌咽咀嚼不便，大便于结，小便短赤；舌苔薄腻而黄，脉滑数。治宜清热解毒，软坚消肿。

（三）食物疗法

1.瘟毒在表型

（1）木耳鸡蛋（《偏方大全》）：鸡蛋 1—2 个，木耳 15—30g。用法：将鸡蛋打破，木耳晒干研末，共调拌匀，一日分 2—4 次服。

（2）侧柏叶鸡蛋清（《草医草药简便验方汇编》）：鲜侧柏叶，鸡蛋清。用法：取鲜侧柏叶适量，洗净捣烂，加鸡蛋清调成泥状外敷，每天换药 2 次。

（3）醋姜大蒜方（经验方）：醋 500ml.生姜、大蒜各 100g。用法：将生姜洗净切片和大蒜整瓣浸泡在醋中，密封贮存一个月以上。在此病流行期间经常在菜肴中酌量加用，服醋浸液 10ml。

（4）蛇蝉鸡蛋方（《北方常用中草药手册》）：蛇蝉 4g，鸡蛋 1 枚，油少许。用法：蛇蝉研末和鸡蛋打匀，加油炒熟食，每日 2 次。

（5）蛋清二叶方（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：鸡蛋 2 枚，鲜松叶

25g，大青叶 20g。用法：先将二叶加水煎成 45m1，再加入鸡蛋清，搅匀装瓶，涂患处。每日 3 次。

2.热毒蕴结型

（1）白头翁蛋方（民间验方）：鲜白头翁 20g，鸡蛋 3 枚。用法：白头翁加水煎数沸后，将鸡蛋打入药中，均匀搅动，待鸡蛋煮熟后，捞出鸡蛋，吃蛋喝汤，使患者微有汗出。每日 1 剂。

（2）蛋蒲公英方（民间验方）：鸡蛋清 1 枚，鲜蒲公英适量，用法：将蒲公英捣烂，调鸡蛋清，敷患处。

（3）板蓝根白糖方（经验方）：板兰根 15—30g，白糖适量。水煎服，每天 1 剂，至腮腺消肿为止。

（4）绿豆黄豆白糖粥（经验方）：绿豆 120g，黄豆 60g，白糖 30g。用法：将豆淘净加水煎至豆烂熟时，加入白糖搅匀食用。可分 2—3 次食用，连服数剂。

（四）药酒疗法

1.瘟毒在表型

（1）青黛黄酒鸡蛋清（《食物疗法》）：青黛 9g，鸡蛋 2 枚，黄酒 30ml。用法：将青黛研为细末，与鸡蛋清调匀，加入黄酒，一次服下。

（2）丝瓜末冲酒方（民间验方）：老丝瓜一条切碎，入锅内炒至微黄，研为细末，用黄酒送服，每日 3 次，每次 9g，连服 3 日。

（3）花椒柏叶酒（民间验方）：花椒 50 粒，侧柏叶 15g。用法：上二味捣碎，加白酒 500ml 密封于瓶中，浸 15 天后即可。在呼吸道传染病流行的季节，每日早晨空腹温饮 5—10ml。

2.热毒蕴结型

（1）外用豆根酒方（经验方）：山豆根 15g 洗净，捣烂，入水、酒各半炖取浓汁，外敷于患处，每日换药 2—3 次，连续敷数日，以愈为度。

（2）白芥子酒方（经验方）：白芥子 150g，装入纱布袋中，加白酒 250ml 在砂锅中煮沸后即可。用煮熟的白芥子包，热熨患部及颈项周围，冷时再热，每日 2—4 次；内服酒液每次 5m1，每日 2—3 次。

（3）青黛 9g，调鸡蛋清，烧酒冲服。（经验方）

（五）茶疗法

1.瘟毒在表型

（1）海金沙茶（《中草药单验方选编》）：海金沙根 60g （鲜者为佳，干品 30g）。用法：上药加水适量，煎煮 30 分钟，取汁即可。每日 1 剂，不拘时，代茶饮。

（2）苦瓜茶（经验方）：鲜苦瓜 1 只，截断去瓤，纳入茶叶，再接合，阴干。每用 6g，沸水冲泡，当茶饮。

（3）绿豆甘草茶（经验方）：绿茶 2g，绿豆粉 50g，甘草 15g。后两味加水 500ml，煮沸 4 分钟，加入绿茶即可，分 3 次温服。急需时用连皮生绿豆粉，开水泡服。日服一剂。

2.热毒蕴结型

（1）痒腮茶（《河南省秘验单方集锦》）：野菊花 90g，山豆根 90g，蒲公英 90g。用法：上三味加水煎汁，代茶饮。每日 1 剂，不拘时当茶饮。9 岁以下，上药各为 30g。

（2）二叶茶（经验方）：大青叶 30g，青茶叶 9g，蒲公英 30g，地丁草

30g。用法：上四味加水煎汁，即可。每日 1 剂，不拘时，代茶频频饮之。

三、流行性乙型脑炎

（一）临床表现

在流行季节（7—9 月），遇有突然发热、头痛、呕吐、嗜睡或烦躁等现象，并在 2—3 天逐渐加重时，应首先考虑本病。重病病员可迅速出现昏迷、惊厥或呼吸衰竭等。早期可无特殊阳性体征，2—3 天后常见有脑膜刺激征，幼儿表现为前囟膨隆，部分病员有腹壁反射消失，巴彬斯基征阳性，四肢肌张力增强等体征。

一般轻症病员，体温在 40℃以下，神志可始终清楚，或有显著嗜睡及短暂浅昏迷。于病程 5—7 天后，体温下降，症状消失。少数重症病员，体温常在 40℃以上，并伴有昏迷、惊厥、呼吸衰竭等。9—11 天后，体温下降。进入恢复期时，病员可有意识障碍、精神异常、智能障碍、失语、肢体瘫痪、震颤、吞咽困难、痴呆等症状（一般均能逐渐恢复）。如持续 6 个月以上，则称为后遗症，积极治疗后，仍可好转。

（二）辩证分型

1.卫分型 发热，微恶寒，或发热不恶寒，无汗或微汗，头痛，精神差，微有呕吐，口渴不甚。舌苔薄白，脉浮数，指纹浮而色红。相当于轻症型。治宜辛凉透表为主。

2.气分型 高热，多汗，头晕头痛，甚则剧痛，恶心呕吐；口渴或烦渴引饮；嗜睡或烦躁，时发谵语；或有轻度肢体抽搐，颈项强直；大便于，小便短赤。舌苔薄白或薄黄，脉数或弦滑；指纹多见深红，透达气关等。相当于普通型。治宜清热解毒为主。

3.营分型 高热，午后或晚上较甚；头痛剧烈，抽搐，昏迷；颈项强直，角弓反张；口渴，唇焦干，目上视或直视，或喉中痰鸣。舌质绛红，舌苔厚腻或黄干，脉数，指纹多见紫红。相当于重型。治宜清营凉血为主。

4.血分型 发热急促，高热，深度昏迷，或抽搐不止，甚则牙关紧闭，或呼吸深浅快慢不均，痰鸣，颈项强直，口眼歪斜，角弓反张，四肢冷厥，双目直视，面色紫暗，唇舌焦于。舌质深绛或见黑竭，脉细数或沉微欲绝，指纹多见紫暗沉滞，直达命关。相当于极重型。治宜凉血、镇痉、开窍为主。

（三）食物疗法

1.卫分型

（1）嚼食芋头方（《偏方大全》）：生芋头适量。用法：将芋头洗净，急令患者嚼食必觉味甜，连吃有麻感为度。

（2）大蒜菊花饮（经验方）：大蒜瓣 60g，野菊花 60g，用法：加水煎成浓汁，漱口，每日数次。

（3）银花牛蒡粥（民间验方）：银花 9g，牛蒡子 15g，扁豆 18g，淡豆豉 9g，粳米 60g。用法：前二味加水煎汤去渣，加扁豆、淡豆豉、粳米煮粥食。每天 1 剂，连服数剂。

2.气分型

（1）大蒜液方（《偏方大全》）：大蒜、葡萄糖粉各适量。用法：大蒜去皮，捣烂取汁，用开水配成 20%的溶液，再加入葡萄糖若干。根据病情、年龄，给予不同剂量。

（2）橄榄萝卜汤（经验方）：橄榄 6 枚，萝卜 250g。用法：上二味洗净煎汤，当茶饮。

（3）石膏知母粥（民间验方）：生石膏 30g，知母 9g，甘草 6g，粳米 9g。用法：前三味煎水后去渣，入粳米煮粥吃。每天 1 剂，连服数剂。

3.营分型

（1）荸荠苋菜汤（《常见病饮食疗法》）：荸荠洗净去皮，与苋菜冰糖同放锅内，加水适量煎煮 30 分钟，吃荸荠喝汤，不拘时间，少量多饮。

（2）于菜菊花饮（经验方）：猪干菜 30—60g，菊花 30g，冰糖适量。煎水代茶饮。连服数天。

4.血分型

（1）香蕉蜂蜜点滴方（《当代中药外治临床大全》）：香蕉根（洗净榨汁）500m1，蜂蜜 30g。用法：将上药混合均匀，鼻饲点滴，保持每分钟 5—10m1，均匀滴给。

（2）羊角钩藤汤（民间验方）：山羊角 30g，钩藤 9g，冰糖适量。水煎服，每天 1 剂，连服 4—5 剂。

（四）药酒疗法

1.卫气型

（1）松叶酒（经验方）：松叶 12g。用法：将松叶以酒煎服。每次 20m1，每日 3 次。

（2）桑菊酒（经验方）：桑叶菊花各 30g，薄荷 10g，连翘 30g，芦根 35g，杏仁 30g，桔梗 20g，甘草 10g，江米酒 1 公斤。用法：将上药捣细，用酒浸于瓶中，封口，5 日后开取饮用。每次 15ml，每日早、晚各 1 次。

2.气分型

杨梅酒（《偏方大全》）：鲜杨梅 500g，白糖 80g。用法：将杨梅洗净，加白糖共装入瓷罐中捣烂，加盖（不密封稍留空隙）约 7—10 天，自然发酵成酒。再用纱布绞汁，即成约 12 度的杨梅露酒，然后倒入锅内煮沸，凉后装瓶密封保存，时间越久越佳。每次 10—20ml，每日 1—2 次。

3.营分型

竹叶酒（《本草纲目》）：淡竹叶适量。用法：煎汁后加入适量白酒饮用。每次 10—20ml，每日 2 次。

（五）茶疗法

1.卫分型

葎草茶（经验方）：葎草 250g， 贯众 15g。用法：上药水煎代茶饮。

2.气分型

石膏茶（《太平圣惠方》）：生石膏 60g，紫笋茶末 3g。用法：将石膏捣为末，加适量水煎渣备用。以药汁泡紫笋茶末饮用。

3.营分型

赤豆桑白茶（经验方）：赤小豆 50g，桑白皮 15g。用法：上药同煎水，代茶饮。

四、疟　　疾

（一）临床表现

西医一般根据此病病情轻重和问歇时间长短，大致分间日疟、三日疟、

恶性疟等。

间日疟：间日定时发作，先冷后热，继之出汗。

三日疟：症状同前一样，仅间隔 72 小时发作一次。

恶性疟：发热热型不规则，即无明显缓解期，可每日发作，也可间日发病。起病急，高热、寒战、抽搐、甚至昏迷。非典型病人可有不规则热型或表现，以及胃肠道症状等。

祖国医学根据受邪深浅、病程长短、体质阴阳偏盛及临床症候，将疟疾分为以下数种类型：①正疟：相当间日疟、三日疟初起发病之症候。②温疟：感邪较深，易内陷心营，多见于阴虚阳盛体质，寒少热多，高热汗出，但汗出而热仍不退。患者可见头痛高热，烦躁抽搐，甚至神志不清、昏迷，应情热泻火和解痉祛邪；如热甚寒微，昼夜如卧炭火中，其热不同歇，面红目赤，头痛，肢节疼痛，胸闷呕吐，甚则神昏、谵语，与现代医学中恶性疟疾相近似。③寒疟：寒多热少，或但寒不热，疲倦乏力，头晕，胸院痞闷，苔白滑腻。④瘴疟：病程长，反复发作，恶寒发热，寒热界限不清，左胁腹痞块，胀痛，面萎黄纳呆，便溏、消瘦，与现代医学中间日疟、三日疟、反复发作者较近似。

（二）辨证分型

1.正疟 发作的症候比较典型，先有寒战，继则壮热，定时发作。寒则身战，寒去则内外皆热，头痛如裂，面红，烦渴，终则汗出热退。舌苔白薄或黄腻，脉弦紧或弦数等。治宜和解达邪为主。

2.温疟 寒热发作有定时性，但以热多寒少，或以发热不寒为特征。汗出不畅，头痛，骨节酸痛，口渴引饮，小便黄而灼热，大便秘结。舌红苔黄，脉弦细而数，治宜清热疏表为主。

3.寒疟寒热并发有定时性，但以寒多热少，或作寒不热为特征。口淡不渴，胸胁闷满，神疲肢倦。舌淡苔薄腻，脉弦而迟缓等。治宜辛温达邪为主。

4.瘴疟 瘴疟又有热瘴和冷瘴之分。热瘴证见热甚微寒，或壮热不寒。面目尽赤，烦渴喜冷饮，胸闷呕吐，肢节酸痛，小便热赤，大便秘结或白痢，甚则神昏谵语。舌质红绛或垢黑，脉弦数或洪数。冷瘴的主证是寒甚微热，或恶寒战栗，无热，甚则神昏不语。舌苔白厚腻，脉弦。治宜清热解毒，辟秽化浊为主。

（三）食物疗法

1.正疟

（1）鲤鱼姜豆汤（民间验方）：鲤鱼一条，红小豆 150g，生姜 50g，红枣 1 枚，陈皮 1 片。用法：将鲤鱼去鳞内脏洗净，与后四味加水煮至鱼烂，加油盐调味，每日 1 剂。

（2）土常山蛋饼（《浙江天目山药植志》）：鸡蛋 55—165g，土常山根或叶 15—20g。用法：将土常山的根或叶洗净、晾干，研为极细粉末，打入鸡蛋拌匀，不用油、盐，少加水煎成淡味蛋饼，于发作前 1 小时 1 次食光。

（3）鸦胆子 10 粒，龙眼肉 4 个。将鸦胆子去壳，用龙眼肉包着，饭后吞下。每天服 3 次，可连服 3—4 天。

2.温疟

（1）知母叶蛋方（《常见病验方研究参考资料》）：知母叶 10g，鸡蛋 2 枚。用法：将上二味同煮至蛋熟，去渣。在疟疾发作前 2 小时服。

（2）常山鸡蛋（《常山病验方研究参考资料》）：常山 1g，姜半夏 5g，

鸡蛋 1 枚。用法：将常山、姜半夏共研为末，把鸡蛋打一孔，把药末放入蛋内，湿纸封口，煨熟去壳。在疟疾发作前 2 小时服 2 枚。

（3）桃叶煎（经验方）：鲜桃叶 60g，水煎服，每天 1 次，5 天为 1 疗程。

3.寒疟

（1）狗肉姜豆汤（民间验方）：黄狗肉 250g，生姜 100g，黑豆 150g，陈皮 1 片，红枣 10 枚。用法：将狗肉洗净切块，与四味加水同煮至肉熟，吃肉喝汤，每日 1 剂。

（2）大蒜辣椒汤（经验方）：大蒜 2 头，辣椒叶 60g。用法：将大蒜去外皮后入辣椒叶煮汤服食。

（3）胡椒茱萸馄饨方（民间验方）：胡椒、吴茱萸各 6g，高良姜 6g，猪胰子 1 条。用法：将前三味药研末，把猪胰子切细炒熟，取一半和药，另一半不拌药，分别作馄饨煮熟。有药的馄饨吞服，无药的馄饨细嚼， 1 服即效。

4.瘴疟

（1）半边莲鸡蛋（《常见病验方研究参考资料》）：半边莲 30g，鸡蛋 2 枚。用法：以半边莲与鸡蛋同煮，至蛋熟，去渣，在疟疾发作前 2 小时服。

（2）鸭子姜枣汤（民间验方）：鸭子 1 只，生姜、大枣各 15g。用法：将鸭子去毛和内脏，入姜、枣，加少量油、盐和酒，炖汤服食。每天 1 次，连食 2—3 天。

（3）鲫鱼苏叶汤（民间验方）：鲫鱼 150g，苏叶 6g，菖蒲、陈皮各 3g。用法：将鱼去内脏洗净，同煮汤服食。每天 1 剂，连服数剂。

（四）药酒疗法

1.正疟

（1）醋酒鳖甲方（民间验方）：醋、鳖甲、黄酒备适量。用法：将鳖甲醋炙后研细末，黄酒调之。每日 3 次，每次 3—9g，连服 2—3 日。

（2）蛋清白酒饮（民间验方）：鸡蛋清 1 枚，白酒 20ml。用法：将鸡蛋清与白酒调匀，顿服。若用作预防可 7 日服 1 次，连服 2—3 次。若用作治疗，上方用量加倍，可在发作前 2 小时顿服。

（3）愈疟酒（《本草纲目》）：水 100ml，曲 2500g。制法：取曲 500g，压细末，放入水内发酵，再煎煮之，等水剩 70ml，待冷再入曲 2000g，放一宿，上起白沫，再加热煮数沸，待冷，自然发酵，3 日酒成，即可服用。用法：频频温饮之。

2.温疟

（1）常山酒方（《外台秘要》）：常山（切）30g，独头蒜（去根茎横切）一颗，糯米 100 粒，清酒一升。制法：上 3 味，病未发前一日，以酒浸药于碗中，以白纸覆之。用法：欲发时三分饮一分，如未吐再服一分，得吐则瘥，忌生菜生葱。

（2）青蒿酒（《本草纲目》）：嫩鲜青蒿适量，米适量。制法：将上药捣汁煎过，和曲同酿，酒成即可。

（3）黄连酒方（《圣济总录》）：黄连（去须剉）30g，常山（细剉）30g。制法：上二味，以酒一升半浸之经宿。用法：发前煎取一盏，分二服，发作前服一次，发作时服一次。有热当吐，有冷当下。

3．寒疟

（1）附子鳖甲酒（民间验方）：鳖甲 20g，乌贼鱼骨 30g，制附子 30g，炙甘草 30g，常山 30g。用法：将鳖甲醋炙。上药用罗过筛后制为散剂，每次用 15g，酒适量，煎十数沸，留一宿，疟发作前饮此酒。（2）胡椒酒（经验方）：白胡椒 20 粒，米酒 60ml。将白胡椒砸，烂，炖熟后加米酒温服。每天 1 次，连服数剂。

（3）蒜酒愈疟方（经验方）：独头蒜 7 个，米酒适量。用法：将蒜捣烂，用热酒冲服，每天 2 次，连服数天。

4 瘴疟

（1）山瘴疟酒（《普济方》）：常山 120g，鳖甲（炙）、升麻、乌贼鱼骨（去甲）、附子各 30g。制法：上并切，绢袋盛，以酒 6 升渍之，少加温，一天后服用。用法：每服一盅，反复发作可数服。忌猪肉、生菜、生葱、苋菜。

（2）截疟二甲酒（《太平圣惠方》）：穿山甲 18g，常山 18g，鳖甲 18g，乌贼骨 18g，乌梅 0.3g，桃仁 10g，竹叶 30g，葱白 10g，豆豉 30g。用法：鳖甲以醋炙，穿山甲酒炙，乌梅酒炙。上九味，共捣碎如麻豆，布包，置于净器中，以酒 500ml 浸一宿，去渣。每日空腹温服 15ml，良久取吐，至午时，再服 2—3 次，如不愈，随日依前法服之。

（五）茶疗法

1.正疟

止疟茶（《中草药单验方选编》）：鲜地骨皮 30g，茶叶 3g（鲜摘茶叶用 30g）。制法：上二味加水适量，煎沸 10—15 分钟，即可。用法：每于发作前 2—3 小时，一次服完。

2.温疟

青蒿止疟茶（经验方）：青蒿（鲜者 30g，干者 18g），地骨支（鲜者 30g，干者 18g），茶叶 6g。制法：上三味加水适量煮沸 10—15 分钟，即可。用法：每日 1 剂，于发作前 2 小时一次顿服。

3.寒疟

桃肉川芎茶（《医方集听》）：雨前茶 9g，胡桃肉 15g（敲碎），川芎 1.5g，萌椒 1g。制法：上诸药入茶壶内，以沸水冲泡，即可。用法：每日 1—2 剂，于未发前不拘时趁热频频饮之，到临发时止。

4.瘴疟

硫磺止疟茶（《本草纲目》）：硫磺、茶叶各等分。制法：上二味共研末，和匀备用。用法：每日 1—2 次，每次取上药末 5g，用茶汤候温送服。

五、细菌性痢疾

（一）临床表现

1.急性菌痢①轻型：腹泻每天不超过 3—5 次，伴里急后重，粪便呈糊状、水样带少量粘液，腹痛不显著，无全身发热等症状。②普通型：急性发作，伴发热等全身症状，儿童可有惊厥。早期有恶心呕吐，继以阵发性腹痛及腹泻，每天排便 6—10 次，粪便呈脓血样，里急后重常明显。③重型：起病急骤，高热，恶心呕吐，腹泻频繁以致失禁。腹痛剧烈，里急后重显著，伴失水、四肢冷等。可有意识模糊，谵语或惊厥，血压下降等症候。

2.慢性菌痢慢性菌痢多有急性菌痢病史，常迁延不愈，反复发作。在急性发作期可伴有脓血便、里急后重、腹痛等症状；平时可无明显上述症候，但遇冷、饮食不当、过度劳累等每可引起急性发作。亦有无明显症状、体征之“慢性带菌者”，常起传染源作用。

（二）辩证分型

1.湿热型起病急，畏寒发热，腹痛腹泻，里急后重，便次增多，一天十数次至数十次。大便初呈水样，继则便血混杂，后则尽为脓血；量少粘稠，肛门灼热不适，常伴有恶心、呕吐、口渴，小便短赤。舌苔微黄或黄而微腻，脉弦等。相当于急性菌痢。治宜清热利湿解毒为主。

2.疫毒型发热急促，可在腹痛、腹泻尚未出现前即有高热，头痛烦躁，口渴，甚则神志不清，反复痉厥，也可为血水或脓血。舌质红绛，舌苔多黄燥，脉弦大而数，或细数或沉伏。相当于中毒性菌痢。治宜清肠解毒为主。

3.虚寒型下痢稀薄，经常或偶夹有粘液脓血；时发时止或持续泻泄，日久难愈；腹痛绵绵，喜温喜按，腰酸怕冷。舌淡，苔薄，脉虚或细弱。痢久脾虚下陷，可导致食少神疲，脱肛。相当于慢性非典型菌痢。治宜温补下元，坚涩固脱为主。

（三）食物疗法

1.湿热型

（1）石榴皮蜂蜜膏（《饮食治大病》）：鲜石榴皮 1000g（干品 500g），蜂蜜 300ml。用法：石榴皮切碎，用砂锅煎煮取汁两次，文火浓缩至稠粘时，加蜂蜜 300ml，搅匀至沸停火，冷却装瓶。每服 10ml，开水冲服，每日 3 次。

（2）山楂红糖汤（经验方）：山植肉 90g，红、白糖各 30g。用法：水煎，分 4 次服，l 日服完。小儿酌减。

（3）紫克粥（《寿亲养老新书》）：紫色苋菜 1 握（约 100g），粳米 60g。用法：先以水煎苋菜，取汁去渣，下米煮粥，空腹食之。

（4）生苦瓜 100g，红糖 100g，将苦瓜捣烂如泥，加糖搅匀，2 小时后将水滤出，1 次冷服。每天 1—2 次，连服数天。（经验方）

2．疫毒型

（1）薤白粥（《食医心镜》）：薤白 15g（或带茎叶之鲜品 30g），大米 30—60g。用法：切碎煮粥，空腹食，每日 2—3 次。（2）马齿苋绿豆汤（《巧吃治百病》）：鲜马齿苋 120g，绿豆 60g。用法：将上两味煎汤 500ml，每日服 2 次。

（3）大蒜炖鲫鱼（经验方）：鲜鲫鱼 500g，大蒜 2 头。将鱼去鳞和内脏后切片，大蒜去外皮，同煮汤调味服食。每天 1 次，连服数天。

3.虚寒痢

（1）山药山楂粥（《饮食治大病》）：葱白 5 根，山药 20g，扁豆 20g，苡仁 20g，山植 20g。用法：将上药放入锅，加水适量煮粥，临熟时加入葱白再沸，用食盐调味，温服。

（2）参苓粥（经验方）：人参 3—5g，茯苓 15—20g，山药 30g，扁豆 15g，莲子 15g，苡仁 15g，陈皮 5g，粳米 100g。用法：用粳米、苡仁加水煮粥，另将余者加水煎汁，将汁分成两份，早晚各 1 份取上粥分别煮沸，服食。

（3）干姜粥（经验方）：干姜 3—5g，高良姜，3—5g，粳米 10g。用法：将干姜、高良姜用砂锅煎汁，去渣取汁，与粳米同煮为粥。早晚服食，3—5

日为一疗程。

（4）桂浆粥（经验方）：当归 2—3g，肉桂 2—3g，陈皮 3g，山楂 6g，粳米 100g，红糖适量。用法：将当归、肉桂、陈皮、山楂等中药加水煎汁，取浓汁，粳米煮粥，侍粥沸后，调入浓汁及红糖，再煮沸即可服食，日服 1—2 次。

（四）药酒疗法

1.湿热型

楂糖酒（经验方）：山楂、红糖各 60g，白酒 30ml。用法：文火将山楂炒至略焦，离火加酒搅拌，再加水 200ml，煎 15 分钟，去渣加红糖，趁温一次服下。每日一剂。

2.疫毒型

（1）桂花酒（经验方）：佳花 50g，白酒 500g。用法：将桂花洗净，除去杂质，放入酒坛中，然后将酒倒入盛有桂花的酒坛中，拌匀，盖上盖，封严，每隔 2 天搅拌一次，浸泡 15 天即成。每日服 2 次，每次 10—15g。

（2）鸡冠花酒（《本草纲目》）：鸡冠花适量。用法：煎酒服用。赤痢用红花，白痢用白花。

3.虚寒型

猪哑酒（《普济方》）：猪肚、青蒿叶、桂心末。用法：取猪肚一具切细，青蒿叶相和，再入桂心末少许于酒中。每日早晨空腹取一小盅服之。午时夜间再各一服，甚验。

（五）茶疗法

1.湿热型

（1）杀菌止痢茶（《河北省中医药展览集锦》）：绿茶 2g。用法：绿茶加水 100ml，煎煮成 40—50ml，即可。每日 4 次，每次顿服。

（2）汁茶（《中医交流验方汇编》）：生姜汁半酒杯，蜂蜜 1 小酒杯，白萝卜汁 2 酒杯，茶叶 15g。用法：先将茶叶加水煎浓汁，加入以上各汁调匀，即成。每日 1 剂，温服。 10 岁以下儿童用量减半。

（3）治痢速效茶（《家用良方》）：龙牙草、陈茶叶各等分（可各 10g）。用法：将二味略洗，加水同煎，取汁即成。每日一剂，不拘时温服。

（4）山楂止痢茶（《河北省中医药展览集锦》）：山植 60g（半生半熟），茶叶 15g，生姜 6g，红糖、白糖各 15g。用法：将山碴、茶叶、生姜三味，加水煎沸 10—15 分钟。取汁冲红、白糖，即可。每日 2 剂，下拘时饮服。

6、二陈上痢茶（《河北省中医药展览集锦》）：陈茶叶（存放一年以上之茶叶）10g，陈皮 10g，生姜 7g。用法：上三昧加水煎沸 5—10 分钟取汁，即可。每日 2—3 剂，不拘时温服。

（6）黄连姜汁茶（经验方）：绿茶 10g，黄连 6g，姜汁红糖各适量。用法：将茶、黄连用开水冲泡 15 分钟后倒入姜汁红糖，调服。

2.虚寒型

（1）姜茶（《医说》）：生姜 10g，茶叶 10g。用法：生姜带皮切碎如粟米，与茶叶一起加水 1 大碗共煎，至半碗汤汁，即可。每日 1—2 剂，温饮。

（2）祖传罂梅茶（《河北中医药展览集锦》）：罂粟壳 15g，乌梅 7 个，胡椒 7 个，甘草 15g，红茶 15g，红糖 15g。用法：上六味，加水共煎汤，即可。每日 1 剂，先后煎 2 次，合并两汁，温服。

（3）姜茶乌梅饮（《世医得效方》）：生姜 10g 洗净，切丝，乌梅肉

30g 用剪刀剪碎，绿茶 5g。用法：共放保温杯中，以沸水冲泡，盖温半小时，再入红糖适量。趁热顿服，每日 3 次。

六、伤寒和副伤寒

（一）临床表现

伤寒和副伤寒甲、乙、丙的临床表现和症状很难区别，一般均具有规律性。轻型较多见，病情轻，病程短，1—3 周可以恢复，无明显全身中毒症状。普通型可分以下四期：发病初期，即发病后一周左右，体温呈梯形上升至 39—40℃，伴有畏寒、腹胀和腹泻等症。极期，相当于病程第二、三周常有伤寒的典型表现，即稽留热，全身中毒症状，消化系统症状，皮疹，肝脾肿大和白细胞减少，严重者可出现肠出血和肠穿孔。缓解期，从第三、四周起病情开始好转，体温呈梯形下降至正常。恢复期，从第四周末起，约在一个月内完全恢复正常。迁延型起病与普通相同，但由于体弱或合并其它疾病，发热持续不退，病程迁延五周以上，甚至达数月之久。

（二）辨证分型

1.湿热蕴蒸型头痛恶寒，身重疼痛，胸闷不饥；身热不退，午后热甚；口不渴；面色淡黄，苔白腻，脉濡缓。治宜芳化宣透，清利湿热。

2.湿热郁阻，脾胃不和型院腹痞满，烦闷呕恶，身热口渴，小便短赤，舌苔黄腻，脉多滑数。治宜清利湿热，理气和中。

3.湿热酿痰，蒙蔽心窍型　身热不甚，时或神昏谵语，苔黄垢腻，脉濡数或滑数。治宜清热化湿，豁痰开窍。

4.热邪内结，津液耗伤型　高热口渴，烦躁不宁，唇焦齿燥，苔黄舌绛，边尖起刺，脉大数或细数。治宜清热泻火，甘寒生津。

5.湿热化躁，迫血妄行型　大便下血，灼热烦躁，舌绛，脉多细数。治宜清热解毒，凉血止血。

（三）食物疗法

1.食疗原则

（1）大量饮水：每日摄入量可达 3000ml，以利伤寒和副伤寒杆菌所释放出的强烈的毒素排出体外，并补充因高热而消耗的体内水分。

（2）少吃多餐：在急性高热期采用流质饮食，以后随体温下降适当地加以调整，一般在病程四周内以易消化而少渣滓的饮食为

（3）充足的热量：每日应按每公斤体重供给 40—50 卡，成人每日热量应在 3000 卡左右，以高碳水化合物为主，因含碳水化合物的食物较易消化，同时避免蛋白质的消耗。

（4）足够的蛋白质：每日至少供给 80g，并以选择牛奶、鸡蛋等优质蛋白质。此外，可选用鱼、虾仁、嫩牛肉和豆制品等。

（5）大量维生素：可多用橘子水、番茄汁和菜汤等，蔬菜应选用少渣和不胀气之类，制成菜泥供给。

（6）如胀气或腹泻时，应适当减少牛奶、蔗糖等胀气食品。如合并肠出血和肠穿孔等并发症，则应予禁食，待病情好转后，再由流汁过渡到半流汁和少渣软饭。一般本病退热后二、三周可逐渐恢复普通饮食。

2.食疗法

（1）湿热蕴蒸型①赤小豆冬瓜汤（民间验方）：赤小豆 60—90g，冬瓜

250—500g，一并煮汤服用，每日一剂，分次服。

②薏米仁粥（民间验方）：薏米仁 30—60g，水煮，每日二次，分服。

（2）湿热郁阻，脾胃不和型

①芡实莲肉山药扁豆糕（民间验方）：芡实、莲肉、淮山药、白扁豆各等分。研磨成细粉，每次 30—60g，加适当白糖，蒸熟，做点心吃。

②山药粥（《中国食疗学》）：以山药之干粉，加入半熟之粳米粥，其比例为 1：4，顿服，每日 1 次。

（3）热邪内结，津液耗伤型

西瓜煨蒜瓣（民间验方）：取大西瓜一只，切开蒂部，挖出瓤子，装满大蒜瓣，仍以蒂盖好，用纸筋泥封固，埋于糠火中，煨透取出，研成细粉，每日 2 次，每次 3g 吞服。

（4）湿热化躁，迫血妄行型

①柿饼藕节荠菜汤（民间验方）：柿饼 30g，藕节 30g，荠菜花 15g。用法：先将柿饼、藕节切碎，合荠菜花加水煮，去渣后待凉，加入蜂蜜 10ml，一次服完，每日一剂，连服 15 天为一疗程。②花生衣红枣汤（民间验方）：花生衣 30g，红枣 30 枚，加水适量煎煮，去渣，一次服完，每日一剂，五剂为一疗程。

（四）药酒疗法

1.温热蕴蒸型

三仁酒（《温病条辨》）：杏仁、滑石（另包）各 50g，白通草、竹叶、厚朴各 30g，生苡仁 50g，半夏 30g，白蔻仁 20g，江米酒 1.5 公斤。用法：将上药共捣碎细，用酒浸于净瓶中，7 宿后开封，去渣备用。每次饮 20ml，每日 3 次。

2.湿热郁阻，脾胃不和型

白术酒（《奇效良方》）：白术 30g，白酒 300ml。用法：将白术研细碎，入酒煎至 100ml。缓服。每次 20—30ml。

3.湿热酿痰，蒙蔽心窍型

华佗辟疫酒（《华忙神方》）：大黄、白术各 15g，桂心 18g，桔梗、蜀椒各 15g，川乌 6g，菝葜 12g，白酒 400ml。用法：将上药用夏白布袋盛贮，悬于井底，10 日后取出，置白酒中，煎数沸。每次 1 小盅灌服。

4.热邪内结，津液耗伤型

滋阴养血酒（《本草纲目》）：生地黄 20 斤。用法：上药用木臼捣取自然汁，绞去渣，用米酒 1.5 公斤和匀，放于瓷瓶中，蒸熟为度，瓷瓶盛贮。不拘时候，每次温饮 1—2 小杯。

5.湿热化躁，迫血妄行型

当归地黄酒（经验方）：生地黄 50g，当归尾 0.5 公斤。用法：将上药捣细碎，以黄酒 500ml，煎煮数百沸，去渣备用。每日 3 次，每次温饮 20ml

（五）茶疗法

1.湿热蕴蒸型

（1）豆叶茶（经验方）：生扁豆叶 100g。用法：将叶捣汁，冲开水服。

（2）莲藕茶（经验方）：生藕 500g。用法：将生藕捣汁口服。

2.湿热酿痰，蒙蔽心窍型

（1）绿豆茶（经验方）：绿豆 50g。用法：用绿豆煎汤，代茶饮。

（2）清暑茶（《中草药制剂方法》）：青蒿 300g，薄荷叶 300g，荷叶

300g，藿香 300g，甘草 90g。用法：将青蒿、薄荷、藿香切碎，用文火微炒；甘草另打粗块，然后与药混匀，过 1—2 号筛，分装，每袋 13g， 1 次 1 包，1 日 2 次，开水泡饮。

3.热邪内结，津液耗伤型

翠衣凉茶（经验方）：鲜西瓜皮 9g，炒栀子 3.6g，赤芍 6g，黄连 1g，甘草 1g，白糖 10g。用法：先将西瓜皮切成小块，与其它药物一起放水铝锅，加水一碗半，文火煮 20 分钟，滤渣取汁，放入白糖，搅匀，凉饮。一日 2—3 次。

4.湿热化躁，迫血妄行型

（1）竹茅饮（《江西草药》）：淡竹叶、白茅根各 10g。用法：将上药放在保温杯中，以沸水冲泡，盖严，温浸半小时。代茶频饮。

（2）桑椹茶（经验方）：桑椹 15g。用法：以桑椹煮水代茶饮。

第十章儿科疾病

一、小儿腹泻

（一）临床表现

婴幼儿腹泻，四季均可发生，尤其在夏秋两季发病率高。主要是由于大肠杆菌及肠道病毒所引起。哺乳期的婴儿腹泻，大都是由于喂养不当，饮食失调所致。本病的主要症状是大便次数增多，甚至每天 10 多次。大便多呈蛋花水样，夹有少量残渣及粘液，多无腥臭及脓血。有时伴有发热，轻度呕吐，常爱哭闹，精神不振等。

（二）辩证分型

1. 伤食泻腹痛胀满，下泻次数不多，大便粘滞不化，气味酸臭；泄后腹痛减轻，恶心嗳气，呕吐奶块，食欲不振，排气恶臭；烦急颊红，手足心热。舌苔薄白或薄黄，脉滑数。治宜清热化滞，理气调中为主。

2.湿热泻暑气多见，起病急促，发热呕吐，暴注下迫。大便水样或蛋花样，色多黄绿，泻下频繁，每天 10 余次以上，气味腐臭；精神疲乏，或萎靡不振，尿黄少，烦躁口渴；舌质淡，苔薄白或黄腻，脉浮数。治宜清热利湿为主。

3.脾虚泻泄泻稀便，日泻数次，完谷不化：形体瘦弱，面色萎黄，肌肤松软，食欲不振；精神疲怠，熟睡懒动，睡眠露睛，唇舌俱淡。舌体胖嫩，苔少或薄白，脉细无力，病势迁延。治宜补中益气，健脾止泻为主。

4.脾肾虚寒泻泄泻经久不愈，日轻夜重，尤以黎明更为明显，面色苍白，形体日见消瘦，精神萎靡，四肢厥冷，下肢浮肿。舌质淡，苔滑润，脉沉迟弱。治宜补益脾肾，升阳止泻为主。

（三）食物疗法

1.伤食泻

（1）胡萝卜粥（《本草纲目》）：胡萝卜 2—3 个，白米 50g。用法：将胡萝卜洗净后切碎，与米一同入水中熬粥食之。

（2）白术猪肚粥（《圣济总录》）：白术 30g，槟榔 10g，猪肚 1 具，粳米 60g，生姜适量。用法：先将猪肚洗净后切成片状，再与白术、槟榔、生姜一同入水中煎煮取汁，然后用此汁煮熬米粥食之。

（3）桔皮粥（《饮食辨录》）：陈桔皮（或用蜜饯桔饼代之）10g，粳米 50g，用法：先用水如常法煮米熬粥，俟水沸之后，将桔皮研成细末入粥中继续熬至粥融（或将蜜饯切碎后与粳米一同入水中熬粥），晨起当早餐食之。

2.湿热泻

（1）车前草汁鸡蛋（《河南省中医秘方验方汇编》）：鲜车前草 30g，鸡蛋 1 枚。用法：将车前草洗净，捣烂取汁，同鸡蛋调匀，入锅蒸熟，顿服。每日 1 次（此为 2—5 岁小儿用量，其它可依年龄适当增减用法）。

（2）葎草鸡蛋（经验方）：葎草 30g，鸡蛋 1 枚。用法：用葎草与鸡蛋同煮至蛋熟，食鸡蛋，以药汁洗脚。

（3）车前草鸡蛋（《家用便方》）：车前草 30g，鸡蛋 1 枚。用法：用车前草与鸡蛋同煮，至蛋熟。食鸡蛋，以药汁洗脚。

（4）绿豆粉蛋清（《偏方大全》）：绿豆粉 9g，鸡蛋清 1 枚。用法：

共调和为饼，呕者贴于囟门，腹泻者贴于足心，有效。

3.脾虚泻

（1）蛋黄油止泻法（《鸡蛋食疗方》）：蛋黄油适量。用法：将若干枚鸡蛋煮熟，取蛋黄，置小钢精锅内，在火上熬之，时用筷子搅之，蛋黄由黄而焦，进而变黑，最后出油，去渣取油。2 岁小儿每日服 5ml，不拘时服之。可据年龄，酌情增减服量。

（2）芡实粉粥（《本草纲目》）：芡实粉 60g，粳米 100g。用法：先用水如常法煮米熬粥，俟粥将成时调入芡实粉，继续用文火熬至粥融，不拘时食之。

（3）茯苓粉粥（《本草纲目》）：白茯苓（研成末）30g，粳米 50g，红枣（去核）7 枚。用法：先将粳米入水中煮沸，再入红枣一同熬粥，俟粥将成时总入茯苓粥，继续熬之，并不时用竹筷搅拌至融，不拘时食之。

（4）薯蓣鸡子黄粥（《医学衷中参西录》）：生山药（轧细过筛）500g，熟鸡子黄 3 枚。用法：将轧山药细面 30g，用凉开水调匀，置炉上用文火熬之，并不断用竹筷搅拌，二三沸即成粥状，再放入捏碎之鸡子黄，与粥相融，不拘时食之。

4.脾肾虚寒泻

（1）羊骨粥（《千金翼方》）：羊骨头 2 具，粳米 100g，生姜 3 片，葱白 2 茎，细盐少许。用法：先将羊骨头砸碎，加水熬汤，汤成后滤去羊骨，入粳米熬粥，俟粥将成时加入生姜、葱白，继续熬至粥融，最后调入细盐，不拘时食之。

（2）香蕉方（《饮食疗法》）：香蕉适量。用法：香蕉放火炉上，利用火炉余热，把香蕉烘软，趁热让小儿吃下，每次吃 1—2 个，每日 3 次，连吃 2—3 天。

（3）白萝卜饮（《饮食疗法》）：白萝卜、红糖共捣糊，过滤取汁，每日 3 次，每次 5—10ml，连服 2 天即愈。

（4）无花果饮（经验方）：无花果 5—7 枚。用法：无花果水煎，吃果饮汤。

（5）栗子白糖糊（经验方）：栗子仁、白糖各适量。用法：将栗子仁磨成粉，煮成稀糊，加白糖调匀喂服，每天 1—2 次，连服 3—5 天。

（四）药酒疗法

1.伤食泻

苓术酒（经验方）：白术 1 公斤，白茯苓 0.5 公斤。用法：将上药共去皮捣碎，以常流水 10 公斤渍之 30 日取汁，露一夜，浸曲、米适量酿酒。亦可用白术 500g，白茯苓 250g，黄酒 2.5 公斤浸泡之，10 余日后去渣备用。

2.湿热泻

（1）蒜酒（经验方）：独头蒜 1 个。用法：将蒜以红糖烧酒煮服。

（2）鸡冠花酒（《本草纲目》）：鸡冠花适量。用法：上药入酒煎服。每日 1 次。

（3）楂糖酒（经验方）：山楂、红糖各 60g，白酒 30ml。用法：文火将山楂炒至略焦，离火加酒搅拌，再加水 20Dml，煎 15 分钟，去渣加红糖，趁温一次服下。每日一剂。

3.脾虚泻

（1）猪哑酒（《普济方》）：猪肚、青蒿叶、桂心。用法：取猪肚一具

切细，青蒿叶相和，再入桂心末少许于酒中。每日平旦空腹取一小盅服之。午时夜间再各一服，甚验。

（2）党参酒（经验方）：老条党参 1 只，酒 500ml。用法：将党参拍烂置于瓶中，注酒浸之，封口 7 日后取用。随量饮之，佐膳更佳。酒尽再添，味薄后取参食之。

（3）苡仁芡实酒（经验方）：苡仁 25g，芡实 25g，白酒 500g。用法：①将苡仁、芡实除去杂质，淘洗干净，放入酒坛中。②将酒倒入盛有苡仁的酒坛中，搅匀，盖上盖。封严，每隔 2 日搅拌一次，浸泡 15 天即成。每日服 2 次，每次 10—15g。

4.脾肾虚寒泻

莲子酒（经验方）：莲子 50g，白酒 500g。用法：①将莲子去皮、心，洗干净，装入酒坛内。②将酒倒入盛有莲子的酒坛中，拌匀，盖上盖，封严，每隔 2 天搅拌一次，浸泡 15 天即成。每日服 2 次。每次 15—20g。

1.伤食泻

（1）茶姜散（经验方）：茶叶 60g，干姜 30g。用法：上 2 味研末，每服 3g，每日 2—3 次。开水送下。

（2）茶醋饮（经验方）：红茶、花茶各 10g，醋少许。用法：用开水沏浓茶 1 杯，加醋少许，1 次服，热饮。

2．湿热泻

（1）二花茶（经验方）：红茶 10g，玫瑰花 6g，银花 10g，甘草 6g，黄连 6g。用法：加水煎取汁顿服。

（2）止泻茶（经验方）：绿茶 9g，玫瑰花 6g，茉莉花 3g，金银花 9g，陈皮 6g，甘草 3g。用法：每天可分 3—5 次，用沸水浸泡（加盖封闭，勿令泄气）10—20 分钟后，方可服用，频频饮之。

3.脾虚泻

（1）党参黄米茶（经验方）：党参 25g，大米（炒焦黄）50g。用法：党参、大米加水 4 碗煎至 2 碗即成。代茶饮（小儿适量）。隔天 1 次，连续用。

（2）蚋茶麻油饮（经验方）：蚋茶 6g，麻油少许。用法：先煎蚋茶取汁，加入麻油调匀和服。

4.脾肾虚寒泻

（1）石榴皮茶（经验方）：石榴皮 5g。用法：将石榴皮研为末，水煎代茶饮。

（2）硫磺茶（《太平圣惠方》）：硫磺 9g，诃子皮 9g，紫笋茶 9g。用法：将硫磺研细，与其它药和匀，水煎代茶饮，1 日 1 剂，稍热服。

二、小儿疳积（营养不良）

（一）临床表现

小儿营养不良是一种慢性营养缺乏症，又称蛋白质、热量不足性营养不良症，多发生在 3 岁以下的婴幼儿。其主要原因是由于喂养不当或某些疾病（婴幼儿腹泻，先天幽门狭窄，腭裂，急慢性传染病，寄生虫病等）引起的蛋白质或热量不足所致。营养不良属于中医学的“疳积”范围。

患儿体重不增或减轻是营养不良的最初症状。久病者身高也低于正常。皮下脂肪逐渐减少和消失，明显消瘦。皮下脂肪消减的顺序是，先从腹部，其次胸、背、腰部、上下肢、臂部，最后是额、颈及面部；还表现有皮肤干燥、苍白、松弛和失去弹性。患儿的肌肉多发育不良，运动机能多发育迟缓。重度营养不良的体温偏低，智育发育不全。初起往往多哭而烦躁，继之变为呆钝，睡眠不佳，对周围环境反应较差，食欲低下以致消失。往往伴有腹泻与呕吐，极重度者可发生水肿、可伴发营养性贫血和各种维生素缺乏症等。

（二）辨证分型

1.脾虚气弱型面色黄暗无华，形体消瘦；毛发焦枯，发结如穗；困倦神疲，目无光彩，乳食懒进；头大颈细，脘腹胀满，午后潮热，手足心热；易哭易怒，夜喜俯卧，睡眠不宁，大便不调，小便如米泔样。舌质淡红，苔腻，脉细而数滑。治宜益气，消积理脾为主。

2．气血双亏型面色苍白，形体羸瘦，四肢不温，发稀干枯，睡眠露睛，哭声无力，腹部凹陷，精神萎靡，食欲不振，完谷不化，大便溏泄。舌质淡，脉弱无力。治宜益气养血健脾为主。

（三）食物疗法

1.脾虚气弱型

（1）人参粥（《食医心鉴》）：人参（或党参 30g 代之）6g，白茯苓 10g，麦门冬 10g，粳米 50g。用法：①先将人参入水中煎煮约 30 分钟左右，再入茯苓、麦门冬，继用文火煎煮 30 分钟，去渣取汁。②用水如常法，煮米熬粥，待粥将成时，对入以上药汁，继续熬至粥融，当晚餐食之。

（2）红枣粥（经验方）：大红枣 5—7 枚，粳米 5—100g。用法：将红枣与粳米淘洗干净后，一同入水中熬粥，当早晚餐食之。

（3）生姜牛奶粥（经验方）：粳米 15g，牛奶、生姜各适量。用法：将粳米炒黄焦，用水 1 杯煎服，1 日 3 次，或在牛奶中加生姜汁 23 滴。

（4）软炸鸡肝（经验方）：鸡肝 400g，山药粉 100g，生粉 100g，鸡蛋 4 枚，葱、姜、盐、油等调料适量。用法：将鸡肝洗净，切块，加葱、姜、酒、盐等调料略腌后，再用鸡蛋、山药及生粉调成蛋粉糊拌匀，下热油锅中炸至金黄色时捞出，再与葱花、花椒入热锅中翻炒片刻即成。每日 1 次，空腹食用。

2.气血双亏型

（1）鸡汁粥（《本草纲目》）：母鸡 1 只，白米 50g。用法：将母鸡杀死后去净毛与肚杂，留鸡肝及鸡肫，入水中煮至鸡烂为度；另用水如常法煮米熬粥，俟粥将成时兑入鸡汤适量，继续熬至粥成即可，加入食盐适量，调化后当早餐或晚餐食之。

（2）丁香姜奶方（经验方）：生姜汁 20ml，牛奶 250ml，丁香 2 粒，白糖适量。用法：前三味水煎，去丁香加白糖少许即可。每天服 1 次，连服 10 天。

（3）内金鳝鱼（经验方）：鳝鱼一条，鸡内金 6g，葱、姜、酱油、盐、黄酒、味精各适量。用法：将鳝鱼去肚肠，洗净，切成 2 厘米长的节，鸡内金洗净，一同放入搪瓷碗内，加葱、姜、黄酒、盐、酱油，上笼用武火蒸至鳝鱼熟透，再放味精搅匀即成，空腹食用，每日 1 次。

（4）三甲散饼（经验方）：龟板、鳖甲、穿山甲、鸡内金各等分，面粉适量。用法：将鳖甲、龟板、穿山申用醋制后研末，鸡内金焙黄后研末，混

匀，与面粉一起加水揉合，或烙或炸，做成小饼食用。

（四）药酒疗法

1.脾虚气弱型

（1）参归补虚酒（《万病回春》）：全当归 26g，川芎 10g，炒白芍 18g，生地黄 15g，人参 15g，白术 26g，茯苓 20g，炙甘草 15g，五加皮 25g，肥红枣 36 枚，胡桃肉 36g。用法：把全当归、生地黄酒洗，红枣去核，11 味共碎细，棉纱布包贮，置于坛内，用好酒 1.5 公斤浸之，煮 1 小时后取下，候冷，埋净土中 5 日夜，取出过 3—7 日开取去渣。每日 1—2 次，每次饭前温饮半盅。

（2）十全大补酒（《全国医药产品大全》）：党参 80g，白术 80g，茯苓 80g，白芍 80g，黄芪 80g，熟地 120g，当归 120g，川芎 40g，甘草 40g，肉桂 20g，白酒适量。用法：市售成药剂。口服，1 次 10—15g，l 日 1—2 次。

2.气血双亏型

（1） 补气养血酒（经验方）：破故纸 30g，熟地 30g，生地 30g，天冬 30g，麦冬 30g，人参 30g，当归 30g，川芎 30g，白芍 30g，云苓 30g，柏子仁 30g，砂仁 30g，石菖蒲 30g，远志 30g，木香 15g。用法：将上 15 味药共捣细碎，用白布袋盛，置于净器中，以好酒 2 公斤侵之，放火上煮熟，去渣，候冷备用。每日不拘时温饮 5—10ml。

（2）桑椹酒（《中国医学大辞典》）：桑椹 1 公斤，曲 200g，糯米 5 公斤。用法：将桑椹捣汁，煎过，同曲、米如常法酿酒。不拘时候，徐徐饮之。

（3）人参药酒（《全国医药产品大全》）：红参 100g，麦冬 150g，当归 150g，淫羊藿 150g，五味子 100g，白酒 500g，熟地黄 100g。用法：以酒浸泡上药，口服 1 次 2—5ml，l 日 2 次，饭后温饮。

（五）茶疗法

1.脾虚气弱型

（1）丹参黄精茶（经验方）：茶叶 5g，丹参 10g，黄精 10g。用法：将药共研细末，用沸水冲泡，加盖闷 10 分钟后饮用，每日 1 剂。

（2）红枣茶（经验方）：茶叶 5g，红枣 10 枚。用法：茶叶用开水冲泡，取汁。将大枣洗净，加白糖 10g，水适量，共煮至枣烂，倒入茶汁，拌匀食用。

2.气血双亏型

（1）花生衣红枣饮（经验方）：花生米 100g，干红枣 50g。用法：花生米温水泡半小时，取皮。干红枣洗净后温水泡发，与花生米皮同放铝锅内，倒入泡花生米水，酌加清水，小火煎半小时，捞出花生衣，加适量红糖即成。每日 3 次，饮汁并吃枣。

（2）小麦大枣莲甘茶（经验方）：绿茶 1g，浮小麦 200g，大枣 30g.莲子 25g，生甘草 10g。用法：后四味加水 1500ml，先煎至浮小麦熟后加入绿茶即可，每次 50ml，日服 3—4 次。可复煎服，日服 1 剂。

三、小儿遗尿症

（一）临床表现

遗尿症，俗称“尿床”，是指3周岁以上的小儿，睡眠中小便自遗或白天不随意排尿的一种病症。3岁以下的婴幼儿，由于智力发育不完善，排尿的正常习惯尚未养成或贪玩少睡，精神过度疲劳，均能引起暂时遗尿，这都不属于病态。若3周岁以上的幼儿尚不能控制排尿，每睡即遗，形成惯例，则应视为病态。

遗尿的特点是不自主地排尿，常发生在夜间熟睡时，有时在梦中排尿。轻者数夜1次，重者1夜数次。遗尿可时消时现，有的病儿可持续数年，直到青春期才消失。

（二）辨证分型

1.下元虚寒型每在睡中遗尿，一夜可发生1—2次或更多，醒后方觉，兼见面色苍白，智力迟纯，腰膝酸软，小便清长而频数，甚则肢冷恶寒，舌质色淡，脉象沉迟无力。治宜温补肾阳，固摄下元。

2.脾肺气虚型多发于病后，睡中遗尿，但尿频而量少，兼见面白神疲，四肢乏力，食欲不振，大便塘薄，舌质色淡，脉缓或沉细。治宜培元益气，佐以固涩。

3.肝经湿热型睡中遗尿，小便黄臊，性情急躁，或夜间齿齿，面赤唇红，舌苔薄黄，脉象弦滑。治宜泻肝清热。

（三）食物疗法

1.下元虚寒型

（1）枸杞羊肾粥（《饮膳正要》）：枸杞子250g，羊肾1具，羊肉60g，葱白2茎，食盐少许，粳米50—100g。用法：先将羊肾开后洗净，去内膜，切细，再把羊肉洗净后切碎，用枸杞子煎汤后去渣，入羊肾、羊肉、葱白、粳米一同熬粥，粥成后加食盐少许，当早餐食之。

（2）雀儿药粥（《太平圣惠方》）：麻雀5只，菟丝子30—50g，覆盆子10—20g，枸杞子20—30g，粳米60g，食盐少许，葱白2茎，生姜3片。用法：先将菟丝子、覆盆子、枸杞子一同放入砂锅中，加水煎煮取汁，另将麻雀去毛与内脏杂，洗净后用酒炒之，然后连同粳米一起入以上药汁之中熬粥，使粥将成时入葱、姜、食盐，继续熬至粥成之后食之。

（3）韭菜籽面饼（《巧吃治百病》）：韭菜籽、白面各适量。用法：将韭菜籽研成细粉，和入白面少许，加水揉作蒸饼食。

（4）肉桂炖鸡肝（经验方）：雄鸡肝1具，肉桂5g，葱、姜、盐、料酒适量。将鸡肝洗净，分切4块，与肉桂一起放入砂锅内，加入葱、姜、盐、料酒及清水适量，隔水炖至鸡肝熟即成，每日一次，空腹食用。

（5）狗肉煮黑豆（民间验方）：狗肉100g，黑豆50g。用法：狗肉切成小块，与黑豆加水同煮，待肉烂时，再加入葱、姜、盐等调味品即成。佐餐食用。隔日1次，连服5—7次。

2.脾肺气虚型

（1）鸡蛋白胡椒方（经验方）：鸡蛋1个，白胡椒7粒。用法：将鸡蛋一端敲破1个小孔，放入胡椒，然后用纸糊住小孔，蒸熟即可食。

（2）核桃蜂蜜饮（经验方）：核桃肉100g，蜂蜜15g。用法：将核桃肉放在锅内干炒发焦，取出晾干调蜂蜜吃。

（3）花生油炒猪脬（经验方）：猪脬（膀胱）200g，花生油适量。用法：将猪脬洗净，切成小块，明火用花生油炒熟，加入米酒1匙，食盐少许服食。每日1次。

3．肝经湿热型

（1）生龙骨蛋（民间验方）：生龙骨、鸡蛋。用法：取生龙骨 30g 水煎，然后用此药汁煮荷包蛋 2 个；第二次也用生龙骨 30g，同前一次煎后之龙骨同煎，用此药汁煎荷包蛋 2 个；第 3 次煎也同法，逐日加入。约 200g 龙骨煮 12 个鸡蛋为一疗程剂量。3 岁以下幼儿每日吃一个鸡蛋，3 岁以上每日吃 2 个。

（2）猪脬炖荔（经验方）：猪脬 1 个，荔枝肉 50g，糯米适量。用法：将荔枝肉、糯米装入洗净的猪脬内，煮熟食，连甩 3 剂，每天 1 次。

（3）醋炒益智仁（经验方）：益智仁 9g。醋炒研细末，分 3 次开水冲服。连用 6—7 天。

（4）乌梅蚕茧红枣糖方（民间验方）：乌梅（青梅）6g，蚕茧 20 只，红枣 10 枚。白糖 50g。水煎服。每天下午 4 时前服完，连服 10 大。

（四）药酒疗法

1．下关虚寒型

羊肾酒（《中国医药大辞典》）：生羊肾 1 对，沙苑蒺藜（隔纸微炒）、桂圆肉、淫羊藿（用铜刀去边毛并油拌炒）、仙茅（用淡糯米汁泡去赤油）、玉米各 60g，酒 1.5 公斤。用法：上药共细碎，置于瓶中，注酒浸泡，7 日后去渣备用。每次 3—5ml，每日 1—2 次。

2.脾肺气虚

御龙酒（《哈尔滨龙酒厂》）：人参 30g，鹿茸 20g，龙滨酒 0，5 公斤。用法：将参、茸浸泡于龙滨酒中，10 日后备用。每次 3—5ml，每日 1—2 次。

3.肝经湿热型

（1）枸杞酒（《大众药膳》）：枸杞 50g，白酒 500g。用法：将枸杞洗净，放入瓶中，注入白酒，加盖封密，置阴凉干燥处，每三日摇动 1 次，15 日后，即可饮用。每次 3—5ml，每日 1—2 次。

（2）葡萄酒（《古今图书集成》）：干葡萄末 250g，红曲 1.25 公斤，糯米 1.25 公斤。用法：炊糯米熟，候冷，入曲与葡萄末、水 20 斤，搅令匀，入瓮盖覆，候熟。任量温饮，不拘时候。

1.下元虚寒型

（1）桑螵蛸饮（经验方）：桑螵蛸（螳螂壳）50g，红糖 15g。用法：将桑螵蛸焙黄，研为细末，加入红糖，以开水冲服，每次 6g 桑螵蛸末，每日眼 1 次。

（2）蛋茶（经验方）：茶叶 8g，食盐 3g，鸡蛋 10 枚。用法：将茶、蛋共放锅中煮约 8 分钟，将蛋壳击破，加盐再煮 10—15 分钟，取蛋去皮蘸酱油食。

（3）缩尿茶（《本草纲目》）：乌药叶不拘量。用法：上药加水煎绞浓汁，代茶。每日 1 剂，不拘时当茶温饮。但晚饭后不能饮服。

（4）益智缩尿茶（经验方）：益智仁 6g，金樱子 6g，乌药 5g。用法：上三味加水一碗，煎成半碗，即可。每日 1 剂，代茶徐徐服完。

2.脾肺气虚型

（1）柿蒂茶（经验方）：柿蒂 12g。用法：以上药加入水煎代茶饮。

（2）韭菜根饮（经验方）：韭菜根 25g。用法：将韭菜根洗净后，放入干净纱布中绞取汁液，煮开温服。l 日 2 次，连服 10 天。

（3）甘草茶（经验方）：甘草 1g。用法：以上药加入水煎代茶饮。

3.肝经湿热型

（1）玉竹茶（经验方）：玉竹 50g。用法：以上药洗净水煎代茶饮。

（2）枣糖茶（民间验方）：茶叶 5g，红枣 10 枚，白糖 10g。用法：先将洗净的红枣煮烂，放入白糖、茶叶，搅匀即可饮用。

四、小儿疱疹性口炎（口疮）

（一）临床表现

疱疹性口炎亦称疱疹性齿龈炎，为单纯性疱疹病毒感染所致。多见于 1—3 岁的小儿.是小儿口腔炎中常见病之一，终年均可发生，无季节性。传染性较强.常在托儿所、幼儿园中引起小流行。在中医学中称为“口疮”、“口靡”等。

临床表现为高热，可达 38—40℃，1—2 天后在口腔粘膜上出现充血，有一簇或几簇针头大小的水泡，水泡迅速破溃后形成浅表溃疡，上面覆盖有黄白色样渗出物，绕以红晕。多个小溃疡可融合成不规则的较大溃疡，可发生在口腔粘膜的任何部位。局部疼痛、流涎、拒食、烦躁，颌下淋巴结肿大。疼痛和发热常于数日后逐渐减轻消退。病程约 1—2 周。

（二）辩证分型

1．心脾积热型 口疮边缘鲜红，有疼痛感兼有发热烦躁，妨碍吞咽，口臭流涎，口渴溲赤，大便于结。舌红苔黄，脉数。治宜清热凉血、泻火通便为主。

2.虚火上炎型口疮周围颜色淡红，神疲颧红，口干。舌质红，无苔，脉细数。治宜滋阴降火，引火归元为主。

（三）食物疗法

1.心脾积热型

（1）西瓜白糖饮（《常见病饮食疗法》）：西瓜 1 个，白糖适量。用法：将西瓜瓤去籽，切成小条，曝晒至半干，加白糖腌渍，再曝晒至于，加白糖少许食用，可常食，不限量。

（2）黄花菜蜂蜜饮（《常见病饮食疗法》）：黄花菜 50g，蜂蜜 50g。用法：先用黄花菜煎汤半杯，再加蜂蜜调匀，缓缓服用，每天分 3 次服完，连服 4—6 剂。

（3）板兰根或大青叶 10—15g，白糖适量。水煎服，每日 1 次，连服 4—6 天。（经验方）

2.虚火上炎型

（1）芝麻油方（《巧吃治百病》）：芝麻油、盐水各适量。用法：用芝麻油数十滴，冲化于 1 汤匙的盐水中，每次滴入口内 4—5 滴，每日 10 余次。

（2）复方鸡蛋油（《偏方大全》）：香油 50g、鲜鸡蛋 1 个，鸡蛋壳 7 个，五倍子 10g，冰片 5g。用法：把香油倒入小锅内加热，打入鸡蛋，炸黄后取出，油凉后倒入小碗里。将五倍子和鸡蛋壳放入锅内焙黄，研为末，把冰片压碎，同放在鸡蛋油里即成。用时，取一块干净白布条卷在食指上，蘸少许鸡蛋油抹在小儿口中患处，每日 2 次，当日即可见效。

（3）鲜石榴 1 个。将个大色红的鲜石榴去皮、捣烂，以开水浸泡过滤，待冷后频频含漱。连用数天。

（四）药酒疗法

1.心脾积热型

（1）金花酒（《景岳全书》）：黄柏 90g，黄连 15g，栀子 30g，江米酒 500ml。用法：将上药用酒煎数百沸，去渣，候凉备用。每次 5ml，不拘时候，以愈为止。

（2）竹叶酒（经验方）：淡竹叶 250g，曲、米适量。用法：将竹叶煎汁，同曲、米如常法酿酒，酒熟压去糟渣。不拘时候，徐徐饮之，以愈为度。

2.虚火上炎型

（1）牛膝酒（《圣济总录》）：牛膝（切）30g。用法：上药入白酒 500ml，煎至 300ml，去滓分温三服，日二次，以瘥为度。

（2）茄子地丁汁（民间验方）：新鲜茄子蒂 14 个，黄花地丁 20g，水煮，取汁，加黄酒冲服，一般 2—3 剂生效。

（五）茶疗法

1．心脾积热型

（1）茶树根饮（经验方）：茶树根 30g。用法：以水煎汤，代茶饮。

（2）香茶丸（经验方）：芽茶 60g、麝香 0.3g，硼砂 1． 5g。儿茶末 30g，河子肉 6g。用法：共研细末，甘草汤为丸，每服 6g，每日 2 次。

2.虚火上炎型

茶叶 5g，用 200ml 沸开水冲泡，加盖，待温。用浓茶含漱口腔，每天 10 余次，以治愈为度。（经验方）

五、麻　　疹

（一）临床表现

麻疹是一种急性发疹性传染病。初期有发热、咳嗽、喷嚏等类似感冒的表现。但发热渐高，目赤胞肿.泪水汪汪。2—3 天后，口腔颊粘膜接近臼齿处，可见“麻疹粘膜斑”。发热 3—4 天后，耳后开始出现色如玫瑰，针尖大小的皮疹，以后头面部、胸背及四肢也陆续出现皮疹。出疹 3—4 天后，皮疹按出现次序收没，并可留下棕褐色的斑痕，热退身凉。

（二）辨证分型

1.初热期（又称前驱期）由发热至皮疹出现约 3 天，发热渐高，咳嗽流涕，日赤怕光，眼胞浮肿，泪水汪汪，神倦纳呆，或伴呕吐，泄泻，咽痛，热甚时或伴有惊厥，口腔颊部近臼齿处可见“麻疹粘膜斑”，舌苔薄白，或微黄，脉浮数，指纹紫。治宜辛凉透表。

2.见形期（又称出疹期）皮疹开始出现至消退约 3—4 天，高热不退，肌肤灼热，口渴引饮，咳嗽加剧，神倦懒动，目赤哆多，烦躁或嗜睡，或伴惊跳、抽风，皮肤出现玫瑰样丘疹，针尖大小，扪之碍手，先见于耳后、发际及颈部，渐及头面、胸背、四肢，依序出现。手掌足底见疹为麻疹透齐。初起稀疏，色较鲜红，以后逐渐稠密，融合成片，色转暗红，分布均匀；舌质红、苔黄，脉洪数，指纹紫。治宜清热解毒透疹。

3.疹没期（又称恢复期）皮疹按出现的次序消退，皮屑细微如糠样脱落，皮肤遗留棕褐色的斑迹，热退身凉，精神爽快，胃纳日增，咳嗽大减；舌质红，少津，苔少，脉细弱或细数，指纹淡红。治宜养阴益气。清解余邪。

（三）食物疗法

1.初热期

（1）甜菜粥（《唐本草》）：新鲜甜菜 200g，粳米 100g。用法：甜菜洗净切碎，或捣汁，与粳米同入砂锅。煮成菜粥。

（2）干葛粥（《食医心鉴》）:干葛 30g.粳米 60g。用法：先用水 1500ml.煎煮干葛约 20 分钟左右，去渣取汁，再入粳米于干葛中熬粥.粥成后不拘时食之，分 2 次服完，食后覆被取微汗为宜。

（3）牛蒡粥（《食医心鉴》）：牛蒡根 30g，粳米 30—50g。用法：先将牛蒡根入水中煎煮取汁，再将粳米入此汁中熬粥，粥成后不拘时温食，或俟粥凉后再食均可。

2.见形期

（1）一味蛋清擦关元（《常见传染病良方汇集》）：鸡蛋清 1 枚。用法：用棉花蘸鸡蛋清，顺时针方向揉擦关元穴位，至显出数条如发的乌丝为好。

（2）养麦面鸡蛋清（《中医杂志》1956 年 1 月）：鸡蛋清适量，养麦面适量，香油数滴。用法：以方中 3 味调匀如面团之状，搓搽患儿胸、背、四肢等处。

3.疹没期

山药莲子鸭梨汤（经验方）：山药 50g，莲子 30g，鸭梨 1 个。用法：将上 3 味同放锅内加火炖烂，分 2—3 次，1 天服完。每天 1 剂，连服 4—5 天。

（四）药酒疗法

1.初热期

（1）胡葵酒（《太平圣惠方》）：胡葵（香菜）90g。制法：上药细切，以白酒二大盏煎令沸，沃胡葵，便以物合定，不令气出，候冷去滓。用法：微微从项以下，喷背膂，及两脚胸腹令遍，勿喷于面。

（2）糯米酒（民间验方）：糯米酒 50g，煮开后服食，服后需卧床盖被发汗。用于治小儿麻疹透发不够。

2.见形期

地龙酒（经验方）：地龙（去泥洗净）5 条，乌芋（即荸荠）20g。用法：将上药拌绞取汁，同适量酒和合，煎数沸，候温，顿服。

3.疹没期

（1）荸荠煮酒酿（经验方）：酒酿 100g，鲜荸荠 10 个去皮切片，同入锅中，加水适量，煮熟即可食用。

（2）米酒调柑方（经验方）：柑树叶 30g，炒焦研末，用米酒调敷肚脐。

（五）茶疗法

1.初热期

（1）金针香菜饮（经验方）：金针菜 15g，香菜 10g，瘦肉 15g。用法：瘦肉切片，沸水下肉片，金针菜略炖，后下香菜、油、盐佐味。食菜饮汁，每日 3 次。

（2）蝉蜕茶（经验方）：蝉蜕 30g。用法：上药以水煎，日饮数次。

2.见形期

（1）芦根透诊菜（经验方）：芦根 15g，赤圣柳 6g。用法：上二味加水煎沸 20 分钟，即可。每日 1—2 剂，不拘时，代茶温饮。

（2）萝卜香菜茶（《偏方大全》）：胡萝卜 120g,香菜（即芜荽）100g，荸荠 60g。用法：上三味洗净，加水共煎汤代茶。

3.疹没期

（1）红萝卜荸荠茶（《家庭食疗手册》）：红萝卜、荸荠各 250—400g。

用法：上二味洗净，加水煎汤代茶饮。

（2） 荠菜茶（《福建民间草药》）：鲜荠菜 30—60g（干品 24—36g）。用法：将鲜荠菜洗净，放入锅内加水烧开，取汤代茶饮。每日 1 剂，不拘时当茶温饮。

六、百日咳

（一）临床表现

百日咳又称“顿咳”，是小儿时期常见的一种急性呼吸道传染病，由百日咳嗜血杆菌所引起，四季都可发生，但冬春之季尤多。以 5 岁以下的小儿为多见，年龄愈小，病情大多愈重。若无并发症，预后一般良好。发病最初二三周传染性最强，主要通过咳嗽的飞沫传播。临床经过分为三期，初起类似外感，继而出现阵发性痉咳，咳后有特殊的吸气性吼声，即鸡鸣样回声。后期痉咳减缓，病始恢复。

（二）辨证分型

1.初咳期 约 1—2 周。咳嗽初期似外感，但有逐渐加剧之势，常有流涕，痰白而稀，多泡沫，舌苔薄白，脉浮有力，指纹淡红。治宜宣肺化痰。

2.痉咳期 约 4—6 周。咳嗽频频阵作，咳后有回吼声，反复不己，入夜尤甚；痰多而粘、呕吐后阵咳暂停，神烦面赤；大便干，小便黄；舌苔微厚，脉数有力，指纹紫滞。治宜清热泻肺，止咳化痰。

3.恢复期阵发咳嗽渐减，回吼声亦渐消失，呕吐减少，约 2—3 周可恢复健康。治宜益肺健脾或滋阴润肺。

（三）食物疗法

1.初咳期

（1）紫麻凤凰衣（《本草纲目》）：鸡卵膜衣 12 枚，麻黄 1.5g，紫菀 10g。用法：将鸡卵膜衣焙干磨研为末。以水煎麻黄、紫菀二味 10 分钟左右，去渣取汁送服卵膜衣末。每日 1 剂，连服 3—5 日。

（2）白菜冰糖饮（经验方）：大白菜根 2 个，冰糖 30g。用法：白菜根、冰糖水煎服，每日 3 次。

（3）金橘炖鸭喉（经验方）：金橘干 5 个，鸭喉（杀鸭时取下气管，洗干净备用）l 条，生姜 5 片。用法：将金橘干与鸭喉一同放锅内，加水煎，煮沸后喝汤吃果，每日 3 次。

2.痉咳期

（1）胆汁绿豆粉（经验方）：鲜猪胆汁 250g，绿豆粉 50g。用法：取鲜猪胆汁加热缩成膏状，加绿豆粉搅匀，烘干，粉碎成面粉口服，每次 3g，每日 2 次。

（2）蛋蜜钱单方（经验方）：鸡蛋 1 枚，金钱草 30g，蜂蜜 60g。用法：水煎金钱草取浓汁，乘沸时冲鸡蛋，调入蜂蜜，搅匀顿服。每日 3 次。

（3）童便鸡蛋清（《福建中医》，1961 年 5 月）：鸡蛋清 1 枚，童便（小儿哺乳期小便）60ml。用法：将鸡蛋清与童便搅匀，以极沸清水冲熟，顿服。每日早、晚各 1 次。

3.恢复期

（1）蛋黄油（《偏方大全》）：鸡蛋黄适量。用法：取熟鸡蛋黄，用铁锅以文火将蛋煎熬出油饮用。五岁以下小儿用 3 个蛋黄油，一日二次；五岁

以上者可酌加，均连服半月即愈。

（2）银耳冰糖饮（《常见病饮食疗法》）：银耳 10g，冰糖 20g。用法：银耳、冰糖同放砂锅中加水煎汤服。每天 1 次，连服 3—5 天。

（3）冰糖鸭蛋（经验方）：冰糖 50g，鸭蛋 2 个。用法：用热水把冰糖搅拌溶化，待冷，打入鸭蛋，调匀，放蒸锅内蒸熟食用，每日 1 次。

（四）药酒疗法

1.初咳期

（1）橘酒方（民间验方）：鲜橘皮洗净，切块，浸白酒可制成橘酒，其味清香醇厚，每日饮少量。

（2）诸胰酒方（《圣济总录》）：猪胰（细切）2 具，大枣（去皮核，30 枚。用法：上二味，以无灰酒 3 升同浸，秋冬七日，春夏一日，布滤去滓。

2.痉咳期

（1）百部根酒方（《圣济总录》）：百部根 120g。用法：上一味，以酒 500ml 渍之经宿。每次服 5ml（加温后服），日 1—2 次。

（2）核桃酒方（民间验方）：干核桃 1 枚，微焙后研末，黄酒 5—10ml 送服，每日 2 次。

3.恢复期

（1）蛤蚧参芪酒（民间验方）：蛤蚧 1—2 只，党参 30g，北芪 30g，浸米酒 1500ml，每天饮 3—5ml。

（2）桑叶酒（民间验方）：霜桑叶 500g，研细末，每服 4—5g，黄酒送下。

（五）茶疗法

1.初咳期

（1）灵仙冰糖茶（经验方）：威灵仙 6g，冰糖 50g。用法：上味同以水煎，代茶饮。

（2）川贝冰糖米汤饮（经验方）：米汤 500g，川贝母 15g，冰糖 50g。用法：上三味隔水炖 15 分钟即成。每早、晚各 1 次。5 岁以下小儿酌减量。

（3）风栗壳茶（《广东中药》）：风栗壳 30g，糖冬瓜 60g。用法：上二味加水煎汤，代茶饮。

2.痉咳期

（1）百日咳茶（《中草药单验方选编》）：扛板归（贯叶蓼）于品 30g。用法：先将杠板归炒适度后，加冰糖适量，用水煎汁代茶饮。

（2）花生茶（《食物疗法》）：花生 15g，红花 1.5g，西瓜子 15g，冰糖 30g。用法：将西瓜子捣碎，连同红花、花生、冰糖放入锅内，加水烧开煮半小时，取汁作茶饮，取花生食之。

（3）枇杷桃仁茶（经验方）：枇杷叶 9g，桃仁 5 粒。用法：将枇杷叶去毛后，上二味共以水煎，代茶饮。

（4）蜈蚣甘草饮（经验方）：炙蜈蚣 1 条，甘草 1g。用法：将上二味药，共研细末，以水煎服。

3.恢复期

（1）金桔茶（《家庭食疗手册》）：金桔不拘量。用法：成熟的金桔采下后，放置玻璃容器内，加食盐适量埋渍半年，即可。用时每取金桔 2—4 枚，用清水洗去食盐，放置碗或茶杯内捣烂，加少许冰糖或白砂糖。用沸水冲泡 5—10 分钟后，去渣饮汁。

（2）土百部饮（经验方）：土百部（野天门冬）6g。用法：上药煮水，日服 3 次。

七、夏季热（暑热症）

（一）临床表现

夏季热又称暑热症，为婴幼儿特有的发热性疾病。中医学早有“多溺暑热症”、“消渴”、“疰夏”等记载。临床主要表现为长期迁延发热，热型不定或不规律，体温常在 38—40℃之间。气候愈热，体温愈高；气候转凉，体温就下降。热程多在 1—3 个月左右。患儿日夜均感口渴多饮，每天进食量多。尿量亦显著增加。患儿大多无汗或少汗，皮肤干燥灼热，但也有少数患儿无明显少汗现象。约有半数以上患儿大便溏薄，食欲不振。部分患儿可有咳嗽，咽部充血，在高热时，可出现惊跳及嗜睡，也有极少数发生惊厥。

（二）辨证分型

1.暑伤肺胃型 除发热、口渴多饮、多尿、汗闭以外，烦热不安较为明显。发热虽高，但无头痛、恶风、恶寒等症状；病程长，但无化火入营、神昏惊厥等症状。多见口唇干燥，舌质较红，苔薄白或薄黄，脉滑数，指纹红紫。常多见于“肺胃阴虚”的患儿。治宜清暑益气、养阴生津为主。

2.下虚上盛型 除发热、口渴多饮、多尿、汗闭以外，多见精神萎靡、面色少华、虚烦不安、纳呆、便溏、小便清长而量更多，虽发热而四肢不温。舌淡苔薄，脉微细而数。多见于“脾胃阳虚”的患儿。治宜温下清上、伏阴潜阳为主。

（三）食物疗法

1．暑伤肺胃型

（1）麦冬糖鸡蛋清（经验方）：麦冬 9g（研细末），甘草（研细末）6g，白糖 10g，鸡蛋 1 枚搅匀。分 2 次煎服，每日早晚空腹服食，连服 3—4 日。

（2）蜂蜜煮黄瓜方（经验方）：黄瓜 1500g，蜂蜜 100g。用法：将黄瓜洗净，去瓤切成条，放铝锅内加水少许，煮沸后即去掉多余的水，趁热加入蜂蜜调匀，煮至沸即可食用。随意食用，每天数次。

2.下虚上盛型

（1）蜂蜜蒸百合方（经验方）：干百合 100g，蜂蜜 150g。用法：同入大碗内，放在蒸锅内蒸 1 小时，趁热调匀，待冷装瓶备用。可适量常服。

（2）蚕茧豆鼓饮（经验方）：蚕茧 20 个，淡豆豉 9g ，煎汤代茶饮。适用于无汗者。

（四）茶疗法

1.暑伤肺胃型

（1）银薷茶（经验方）：金银花 6g，香薷 3g，杏仁 3g，淡竹叶 3g，绿茶 1g。用法：将香薷、杏仁研末与另三味共用沸水冲泡闷 15 分钟，或共加水 500ml 煎沸 10 分钟，即可，每日 1 剂，分上、下午 2 次饮服。

（2）小儿暑热茶（经验方）：香薷 3g，六一散 3g，青茶 1—1.5g，扁豆衣 5g，西瓜翠衣 5g。用法：上三味研成粗末，与后二味共用沸水冲泡 10 分钟：或上五味加水 500ml，煎沸 5—10 分钟，即可。每日一剂，不拘时频频饮服；超过 7 岁的儿童，用量可酌增。以冷饮为宜。

2.下虚上盛型

（1）味茶（《中医儿科学》）：鲜荷叶、丝瓜叶、苦瓜叶各等分。用法：上三味切碎，加水共煎沸 5—10 分钟，即可；或以沸水冲泡 10 分钟即成。每日 1 剂，不拘时，代茶徐徐饮之。

（2）蕹菜荸荠茶（《偏方大全》）：蕹菜 500g，荸荠 500g。用法：上二味加水共煮汤，代茶饮。每日 1 剂，不拘时频频饮之。

第十一章 外科疾病

一、痈

（一）临床表现

痈是指多个相邻的毛囊及皮脂腺的化脓性感染，有时由一个疖或多个疖发展而成，常发生于较粗厚的皮肤处，如颈后部、腰背部等。临床表现的特点是局部炎症发展迅速，中央部坏死、溃烂或出现多个脓头，周围红肿范围较大，无明显界限。局部呈大片酱红色，高出体表面，坚硬；有时可大于手掌，形成很多脓栓，久久不能脱落；病变中心凹陷，有带脓血的分泌物，有时病人伴有发热、恶寒、头痛等全身症状。

（二）辨证分型

1.初期局部有红、肿、热痛之硬块，高出皮肤，有剧痛及压痛；继之向周围扩散，表面出现蜂窝样脓头，常伴有恶寒发热、头痛、饮食减少等，舌质红，苔薄白，或微黄，脉弦滑兼数。治宜清热解毒、活血祛淤为主。

2.溃脓期 脓熟破溃，脓稠色黄，中央区有坏死塌陷，不易自行脱落，有的脱落后形成较大溃烂面。此时多壮热、头痛、心烦口渴、便秘、溲赤。苔黄，脉洪数。严重病例可致全身化脓性感染，尤以唇痈（疔）更为危险。治宜清热解毒、排毒消肿为主。

3.收日期 脓腐渐尽，新生肉芽而愈。如气血不足，新生肉芽生长迟缓。舌红少津，苔黄而干，脉细而数，治宜培补气血和加强疮日治疗为主。

（三）食物疗法

1.初期

（1）葱糖泥（民间验方）：生葱、蜜糖各适量。用法：上药捣烂如泥状，外敷患处，用敷料或绷带固定， 1 日 1 次，10 日为 1 疗程。

（2）公英银花大米粥（民间验方）：蒲公英 50g（或鲜品全草 80g），银花 100g，大米 100g。用法：将蒲公英洗净切碎，同银花煎取药汁，去渣，入大米同煎成稀粥。1 天分 2 次温服，3—5 天为一疗程。

（3）红花蛋清膏（民间验方）：红花研面 10g，鸡蛋 1 个，用蛋清合调成膏。外敷患处，每日 2 次。

2.溃脓期

（1）防风、地丁、桔梗、艾叶、食盐、花椒各等分。用法：共研成面，水煎调糊，涂患处。（经验方）

（2）三豆排脓方（民间验方）：绿豆、赤小豆、黑大豆各 15g，甘草 9g。用法：上药共放砂锅内，加水煎煮。待豆烂熟后，吃豆喝汤。

3.收口期

（1）丝瓜方（民间验方）：鲜丝瓜 1 个。用法：将丝瓜切碎，捣烂绞汁，频频涂于患处。

（2）绿豆糯米粥（民间验方）：绿豆 50g，糯米 50g。用法：先将绿豆煮烂，再入糯米以急火煮成稀粥，食时加糖调味，早晚餐服食。每天 1 次，连服数天。

（3）攒鸡儿（《饮膳正要》）：肥鸡一只，生姜、葱、胡椒末、盐、醋适量，面丝 100g（今可用龙须面）。用法：先用水炖煮鸡熟，再用鸡汤煮面丝，放入姜、葱等佐料，另切鸡肉丝放入面中食之。

（4）醋炙泥鳅散（民间验方）：泥鳅 2 条，醋适量。用法：泥鳅醋炙为末，撒患处。

（四）药酒疗法

1.初期

（1）车螯酒方（《圣济总录》）：车螯（紫色光厚者以黄泥固济煅赤候冷为末）取 12g，腻粉 5g，甘草 8g，栝蒌实（剉）一枚。用法：上 4 味，先将前三味和匀，次将栝篓用酒 500ml，煎至 250ml，去滓。每次 10ml，每日 2—3 次。

（2）栝蒌甘草酒（《圣济总录》）：栝蒌 1 枚，甘草 2g。用法：将上药研碎，用酒、水各 1 小杯，量人虚实入腻粉少许，煎 3—5 沸，去渣。临睡前温服。

（3）忍冬酒（《三因极一病证方许》）：忍冬草（取嫩苗）一握，甘草（炙判）24g。用法：上同研，入酒 1.5 公斤，砂瓶煮，去滓。温服，仍以滓敷肿毒上。

（4）槐花酒（《证治准绳》）：槐花 120g，黄酒 500ml。用法：将槐花微炒黄，乘热入酒，煎沸 10 余沸，去渣。取汁热服。

2.溃脓期

（1）西皮酒（《证治准绳》）：海桐皮、五加皮、独活、玉米（炒）、防风、干蝎（炒）、杜仲、牛膝各 30g。生地 90g，好酒 1250ml。用法：将上药共碎细，夏白布袋盛，同酒浸于瓷瓶中密封，秋夏 3 日，春冬 7 日，开封去渣，每食前温服 1—2 杯，甚者不拘时候饮之，常令酒气相续。

（2）金银花酒（《医方集解》）：金银花 50g，甘草 10g。用法：将上药用水 2 碗，煎取半碗，再入酒半碗，略煎分 3 份。早、午、晚服 1 份，重者 1 天 2 剂。

（3）一醉膏（《普济方》）：大甘草（为粗末）15g，没药（研）2g，栝蒌（大者去皮）一个。用法：上用白酒 3 公斤，熬至 1 公斤。每次温服 10—20ml。

（4）如意酒（《潘佩候方》）：如意草（新鲜肥大者）50g，酒 70ml。用法：将如意草捣烂，滚酒冲入，少顷挤汁。取汁温服，渣敷肿处，用纱布盖。

（5）藤黄酒散（《普济方》）：鹭鸶藤（茎叶干用，花尤妙）60g，生地黄（干者）30g。用法：上为粗末，酒 4 公斤和入瓶内，油纸竹叶牢封瓶口；悬釜内煮二三百沸，香熟后冷，就瓶纱滤出酒。每服 1020ml，日三夜一，温凉随时顺意服。

3.收口期

（1）神验酒煎散（《普济方》）：人参、没药、当归各 30g，甘草（炙）3g，栝蒌（半生半炒）3g。用法：上药研碎，以酒 5 公斤，煮至 2 公斤，净瓷瓶贮之；或以上药浸酒；或将酒渣焙干，加当归为末，酒煮面糊，丸如梧桐子大。用法：每服半盏，或浸酒半盏温服，或每服 50 丸，用浸药酒吞下。

（2）远志酒（《类编朱氏集验医方》）：远志（米泔浸洗，去土、去心）、白酒适量。用法：上为细末，以酒 1 盏，调药末 9g，迟顷澄清，饮之。以滓敷病处。

（五）茶疗法

1.初期

（1）二草茶方（民间验方）：绿茶 3g，甘草 10g，白花蛇舌草 100g（鲜品 250g）。用法：先将后两味加水浸过药酒，文火煎至 100ml，捞出渣后，加入绿茶，分 4 次服。日服 1 剂。

（2）茶叶捣烂，敷患处。（民间验方）

2.溃脓期

（1）排脓茶油末（民间验方）：蛇蜕 9g，百草霜 3g。用法：共研细末，入茶油和匀，涂患处，每日 3—5 次，连涂 3—5 日。

（2）银花茶（民间验方）：茶叶 2g，干金银花 1g。用法：上两味用沸水冲泡 6 分钟饮用。饭后饮 1 杯。

3.收口期

（1）龙眼壳烧灰研粉，调茶油外敷伤口。（民间验方）

（2）生地乌梅末（民间验方）：生地 10g，乌梅肉 12g。共焙干研末，撒于疮口上，每日 2—3 次，连撒 3—5 日。

二、丹　　毒

（一）临床表现

丹毒是由丹毒链球菌侵犯皮肤和粘膜网状淋巴管而引起的一种有传染性的感染，好发于头面部及小腿。中医称其为“抱头火丹”或“大头瘟”；生于小腿的叫“流火”；游走全身的叫“赤游丹”等。表现起病急骤，先有寒战、高热、头痛等全身中毒症状：继而皮肤发，红，色泽鲜红如丹，按之褪色，压力除去后，红色立即恢复。局部有烧的感，疼痛轻微，但在头皮盖上之丹毒，疼痛较重。红疹向四周扩大，与正常皮肤界限明显。有时可出现水泡，但很少化脓。体弱幼儿脐部或外生殖器等部位所发生的丹毒，常伴有皮肤坏死。下肢丹毒容易复发，多次发作后皮肤变厚形成象皮肿。

（二）辨证分型

1.抱头火丹型 发病急速，初起即见恶寒发热，头痛，口渴咽干；常由一侧鼻部开始，颜面潮红肿痛，出现小片红斑，迅速向周围蔓延。红斑边缘清楚稍高出皮面。大便干结，小便赤短。舌质红，苔黄腻，脉洪数。治宜清血热、祛风毒为主。

2.流火型（小腿丹毒）初期即恶寒发热，头痛，骨痛，小腿或足部红肿热痛，皮肤发亮。如频繁发作，则成慢性，可发展为大腿风（即象皮肿）。治宜清热利湿为主。

（三）食物疗法

1.抱头火丹型

（1）乌龙膏（经验方）：陈小麦、米醋各适量。用法：陈小麦愈久愈好，研粉。以锅炒之成黄黑色，冷定研末，陈米醋调成糊，熬如黑漆，以瓷罐收之。涂在丹毒部位，有较好疗效。

（2）紫麻凤凰衣（《本草纲目》）：鸡卵膜衣 12 枚，麻黄 1.5g，紫苑 10g。用法：将鸡卵膜衣焙于磨研为末。以水煎麻黄、紫苑二味 10 分钟左右，去渣取汁送服卵膜衣末。每日 1 剂，连服 3—5 日。

（3）丝瓜粥（经验方）：嫩鲜丝瓜 1 条，白米 50g，白糖适量。用法：如常法煮米做粥，半熟时放入洗净切成粗段的鲜丝瓜，待粥熟去丝瓜，加糖，顿服。

（4）油菜方（民间验方）：油菜适量，煮汤食。或将油菜捣烂用洁净纱布绞汁 1 小杯（约 30ml）饮用。每天 3 次，连服 3—5 天。并用油菜叶捣烂敷患处。每天更换 2 次，连敷 4—5 天。

2.流火型

（1）双花粥（经验方）：银花、北粳米各 30g。用法：用银花煎取浓汁去渣，再放北粳米加水 300m1，煮为稀薄粥。每日早晚温服，夏令服食尤为适宜。

（2）赤小豆调鸡蛋清（《圣济总录》）：赤小豆面 30g，鸡蛋清 2 枚。用法：将赤小豆面以鸡蛋清调和如糊状，涂敷患处，以愈为度。

（3）油菜方（经验方）：新鲜油菜适量。用法：将新鲜油菜洗净捣烂敷患处。

（4）板兰根 50g，黄柏 12g，苍术 9g，川牛膝 9g，绿豆 15g。水煎服，每天 1 次，连服数天。

（四）药酒疗法

1.抱头火丹型

五味消毒酒（经验方）：银花 20g，蒲公英、野菊花、地丁和天葵各 15g。水煎冲白酒服，每日 1 剂，分 2 次服，连服 3—5 日。

2．流火型

（1）槐花核桃酒（民间验方）：槐花（微炒）和核桃仁各 60g，酒 100g，煎服。

（2）荔枝海带酒（民间验方）：荔枝干果 5—7 枚，海带 15g，以黄酒和水适量煎服。

（五）茶疗法

1.抱头火丹型

（1）蒲公英茶（《实用中医外科学》）：鲜蒲公英 30g（干品 20g）。用法：上药洗净加水适量，煎汤代茶。

（2）马齿苋茶（《实用中医外科学》）：鲜马齿苋 30g（干品 20g）。用法：将鲜马齿苋洗净，加水适量煎汤代茶饮。

2.流火型

（1）槐花茶调散（《摄生众妙方》）：槐花、绿豆粉各等分，细茶 30g。用法：将槐花与绿豆粉同炒，如象牙色为度，研末备用；另将细茶加水适量，煎汤汁 1 碗，露一夜，备用。外敷。每日 1 次，每次用槐花与绿豆粉之研和末 9g，用露夜茶汁调敷患处。

（2）茶叶散（《中国民间小单方》）：茶叶 5g。用法：茶叶用开水冲泡后，捣烂或嚼烂即可。外敷患处，每日换药 1 次。《本草纲目》曰：“茶苦而寒，阴中之阴，沉也，降也，最能降火，火为百病，火降则上清矣。”

三、颈淋巴结结核

（一）临床表现

颈淋巴结结核是由结核杆菌侵入颈淋巴结引起的慢性特异性感染。这种病多见于儿童和青年。颈淋巴结结核属于中医学“瘰疬”，破溃后经久不愈，又称“鼠疮”。初期在颈部一侧或两侧出现结节，如指头大、个数不等，皮

色不变，不痛不热，彼此孤立，或粘连成串，但多无全身症状。晚期结节增大，互相粘连，皮色转暗红，按之有波动感和轻度发热，形成寒性脓肿。破溃后，脓水清稀，挟有干酪样物，创口呈空腔，创面肉色灰白，四周皮肤紫暗，可形成瘘管。全身有明显潮热、盗汗、食欲不振和形体消瘦等。

（二）辩证分型

1.结节型 起病缓慢，颈部一侧或两侧淋巴结肿硬如黄豆或杏仁样大，单个或多个串列，皮色不变；不痛不热，推之活动，无压痛。以后结节与皮肤枯连，有轻度压痛。多无全身症状，或有轻微全身不适和疲乏感。多因情志不畅，失眠或过度疲劳而使症状加重。舌红，少苔，脉细数。治宜舒肝解郁，活血软结为主。

2.脓肿型 结节增大，互相粘连，表面皮肤紫红光亮。伴有疼痛，按之有波动感或轻微发热，为脓已形成。若己破溃，脓水稀薄，肉芽苍白，久不收口，称为“鼠疮”。全身多有发热、颧红、乏力、盗汗、纳呆和消瘦等。苔白质淡，脉多见细数。治宜益阴清热，解毒软坚为主。

（三）食物疗法

1.结节型

（1）全蝎鸡蛋（《常见病验方研究参考资料》）：制全蝎 1 只，鸡蛋 1 枚。用法：将鸡蛋打一个小孔，放入全蝎，以麻纸封固，入锅蒸熟，去壳及全蝎，食鸣蛋。每日 1 枚，连吃 30 日。

（2）土茯苓斑蝥鸡蛋（《辽宁中医》）：土茯苓 90g，猪臀肉 90g，红皮鸡蛋 3 枚，大斑蝥 21 只。用法：将斑蝥去头足，研为细末，分为 3 等份；鸡蛋打一小孔，分别放入药末，以湿纸封口，置火上烧炭存性，研为细末。以土茯苓，猪臀肉在砂锅中熬汤。每日早晚空腹用汤冲服 1 枚。方中斑蝥有毒，须在医师指导下使用。

（3）蛇蜕鸡蛋（《中医杂志》）：蛇蜕 3—6g，鸡蛋 3 个。用法：先将鸡蛋打一个小孔，流去蛋白，留下蛋黄，然后于每个鸡蛋内装入蛇蜕 1—2g，用纸糊口，文火中烤熟，去壳内服。每次 1 个，每日 3 次服完。据临床报道，治疗 6 例，服药 70—90 天均获痊愈。

（4）狭叶山胡椒煮鸡蛋（《湖南药物杂志》）：狭叶山胡椒根 30g，鸡蛋 1 枚。用法：把狭叶山胡椒根和鸡蛋一起煮食。

2.脓肿型

（1）疥蛤蟆鸡蛋（《偏方大全》）：鸡蛋 1 个，小疥蛤蟆（癞蛤蟆）1 个。将鸡蛋打一个小孔，把小疥蛤蟆装入蛋内封，蒸熟。1 次吃 1 个，连吃 2 个。

（2）猫眼草鸡蛋（《家用便方》）：猫眼草 15g，鸡蛋 3 枚。用法：将猫眼草煎煮 30 分钟后，放入鸡蛋，煮至蛋熟，去壳及汤，食鸡蛋，一次服下。

（3）狼毒鸡蛋（《新中医》）：狼毒 60—90g，红皮鸡蛋 21 枚。用法：将狼毒放入瓷盆内，加清水 3—4 升，置火上煮沸约 1 小时，待药液凉后放入洗净的红皮鸡蛋，再置火上煮，至蛋熟。药液、药渣、鸡蛋同浸泡 7 日，药液以淹没鸡蛋为度，保持温度 2—16℃。每日服食鸡蛋 1 枚，连续吃 21 天为 1 个疗程。病重者 2—4 疗程即可痊愈，每个疗程之间停 7 日。所用鸡蛋不可为破损变质鸡蛋。

（4）紫菜萝卜汤（《巧吃治百病》）：紫菜 30g，白萝卜 250g，陈皮 3g。用法：将前二味切片，与陈皮共煮汤服食，隔天 1 次，可常服。

（四）药酒疗法

1.结节型

（1）瘰疬酒药方（《外科正宗》）：鹤风草 250g，忍冬藤 180g，野蓬蒿 120g，野菊花 120g，五瓜龙 90g，马鞭草 45g。用法：上药切碎，用老酒 7.5 公斤，袋贮药悬于酒内，封口，煮三香为度；用水浸泡 1 小时。初服尽醉出汗为效。以后每次 30ml，每日一次。

（2）蜘蛛浸酒方（《普济方》）：大肚蜘蛛不拘多少。用法：上物用好酒浸了研烂，同酒去滓。临卧温服。

（3） 桑椹醪（《偏方大全》）：鲜桑堪 1000g，糯米 500g，酒曲适量。用法：先将桑堪洗净，捣烂，以纱布绞汁，将汁与糯米按常法煮焖成干饭，待凉，加入酒曲，拌匀，发酵成酒酿。每日随量佐餐食用。

（4）黄花酒（经验方）：黄药子 60g，白酒 500g。用法：将黄药子切片，装入纱布袋内，扎紧口，放入酒罐内。将白酒倒入酒罐内，盖好盖，浸泡 7 天即成。每日服 3 次，每次 8—10g。

2.脓肿型

（1）内消浸酒（《普济方》）：鲜仙人掌 250g，羌活 30g，杏仁 30g。用法：将杏仁去皮尖。上三味捣末，以酒 1 公斤浸入瓶中，封口，7 日后开取，每日空腹服 1 杯，临睡再服 1 杯，以消为度。

（2）玄参酒（《圣济总录》）：玄参（细判）1.5 公斤，磁石（烧令赤醋淬七遍细研水飞）1，5 公斤。用法：上二味，以生绢袋盛，酒 15 公斤，浸 6—7 日，每次服 10—20ml，每日 1 次，睡前服。

（3）首乌酒（《偏方大全》）生何首乌或夜交藤适量，白酒适量。用法：将首乌切细，以 60°白酒浸泡于瓷瓶中，密封，隔水炖 3—5 小时即成。随时适量饮用。

（4）老蛇盘酒（《陕甘宁青中草药选》）：老蛇盘 60g，白酒 500m1。用法：浸泡 5 日去滓。每服 15m1，每日 3 次。

（五）茶疗法

1.结节型

小鼠数只取内脏，用文火焙干研未，用茶油调匀，涂患处。（民间验方）

2.脓肿型

泡过的茶叶 15g，晒干，乌梅 3 枚烧灰，共研粉，敷伤口。用于破溃后久不收口。（民间验方）

四、急性乳腺炎

（一）临床表现

常发生在产后 3—4 周的初产妇，多发于单侧乳房，恶寒发热，乳胀以及局部红、肿、热、痛，甚至同侧腋窝淋巴结肿大、疼痛，若不能俏散，热毒熏蒸，宿乳孵化成脓，皮色潮红，形成脓肿。此时疼痛呈波动性，可有寒战、高热，白细胞数增多。表浅的脓肿容易发现，但深部脓肿常需穿刺，才能及时确定其存在。表浅脓肿可自行向外破溃，或穿孔乳管，自乳头流出脓液。深部脓肿除向外破溃外，也可向深部发展，形成乳腺后脓肿。

（二）辩证分型

1.初期 乳房肿胀，有的皮色发红，有的皮色不变，内结硬块，排乳不畅，

或有恶寒发热等症候。舌苔薄白，脉浮数。治宜清热解毒、活血化淤、通乳为主。

2.成脓期 乳房肿块增大，发红疼痛，发热恶寒，口干舌燥，大便秘结。舌质红、苔黄，脉弦数或滑数。如发热不退，硬块中央渐软，按之有波动感，已到成脓阶段。治宜清热解毒，托里透脓为主。

3.破溃期 脓成已溃或切开引流后，残有创面，此时体质多虚弱，舌淡，苔薄白，脉弦细。治宜调补气血为主。

（三）食物疗法

1.初期

（1）巴豆仁鸡蛋（《河南省中医秘方汇编》）：巴豆 0.39，鸡蛋 1 枚。用法：将鸡蛋打一小孔，巴豆炒去油，放入鸡蛋内，以湿纸封口，外用白面团包裹，置火铲内煨熟，去面及蛋壳，食蛋 2—3 小时后即可泻下。若泻过多，则服凉粥半碗即可止。

（2）牛筋草鸡蛋（《闽南民间草药》）：牛筋草头 30g，蒲公英头 30g，鸡蛋 1 个。用法：上药三味加水适量煮，食蛋，并将草渣轻揉患处。

（3）苍耳子仁鸡蛋（《家用便方》）：苍耳子仁 7 粒，鸡蛋 2 枚。用法：将苍耳子捣碎，与鸡蛋调匀，入锅炒熟，顿服。

2.成脓期

（1）黄柏鸡蛋清方（《临床常用中草药手册》）：黄柏末 10g，鸡蛋清适量。用法：将黄柏末以鸡蛋清调匀，涂敷患处。

（2）蒲公英粥（《粥谱》）：蒲公英 30—45g（鲜品 60—90g），粳米 30—60g。用法：先煎蒲公英，取汁，去渣，入粳米煮粥，空腹食。

（3）公英鸡蛋清方（经验方）：鲜公英 20 棵，鸡蛋 1 枚，腊菜根适量，红糖 50g。用法：取蒲公英捣烂调鸡蛋清外敷，每日 1 次。或腊菜根与糖煎沸成 30ml，一次服用，盖被取汗。

3.破溃期

（1）千金一味蛋黄油（《备急千金要方》）：蛋黄油适量。用法：将若干熟鸣蛋去白取黄，入小钢精锅内熬之，时用筷子搅炒，使蛋黄由黄至焦，由焦至黑、炼出油。以棉花搓成细绳，蘸蛋黄油插入乳痈瘘管内，每日换药 1 次，至痊愈。对乳头皲裂之局部也可外涂搽。

（2）北芪 30g，枸杞子 30g，乳鸽 1 只。用法：将鸽去毛和内脏，与药放碗内加水适量，隔水炖熟，饮汤食鸽肉。2—3 天炖食 1 次。连服 4—5 次。（经验方）

（四）药酒疗法

1.初期

（1）蒲黄酒（《验方新编》）：蒲公英、金银花各 15g，黄酒 2 杯。用法：将上药同酒煎至半，去渣候温，分 2 份，早、晚饭后各 1 份。以药渣敷患处。

（2）鲜橙汁冲米酒（《滇南本草》）：鲜橙汁半碗，米酒 1—2 汤匙。用法：将米酒冲入鲜橙汁内即可。每日 2 次饮服。

2.成脓期

（1）漏通酒（《验方新编》）：漏芦 10g，木通 10g，川贝母 10g，甘草 6g。用法：上四味，用水、酒各一大杯，煎至 1 杯。去渣侯温，分 2 份。每日 1 份，晚饭后温饮。

（2）瓜蒌酒（经验方）：瓜蒌 9g。用法：将上药焙焦研末，以酒冲服。

3.破溃期

（1）龟板酒（经验方）：龟板 1 块。用法：将龟板煅存性，研细末，以热酒送服。

（2）橙酒（经验方）：甜橙 1 个，黄酒 100g。用法：将甜橙去皮、核，以纱布绞取其汁液，放入杯中，加入黄酒，拌匀即成。每日饮 2 次，顿服。

（五）茶疗法

1.初期

（1）雄黄矾茶散（《中医交流验方汇编》）：明雄 4.5g，明矾 4.5g，细茶 4.5g。用法：上三味共研细末，备用。每日 1 次，每次用上末 4.5g，用黄酒送服。3 日服完。

（2）花椒叶晒干研末，调浓茶，敷患处。

2.成脓期

（1）王不留行饮（经验方）：王不留行 15g。用法：将上药水煎，每日 3 次。

（2）麦芽慈菇茶（民间验方）：大麦芽和山慈菇各 10g，共研为末，用浓茶水敷患处。

3.破溃期

（1）油菜饮（经验方）：油菜适量。用法：油菜煮汁或捣绞汁即可。每次温服 1 小杯，每日 3 次。

（2）茶末米酒膏（民间验方）：茶末和米酒各适量，共置于锅内熬成膏，敷患处。每日换药 2 次，连敷 3—5 日。

五、痔　　疮

（一）临床表现

痔疮是常见的疾病之一。根据部位的不同，可分为外痔、内痔及混合痔三种。主要是由于直肠上下静脉内压力增高，回流不畅，血液淤积所引起。内痔主要表现是便血和脱垂，根据病程演变分为二期。一期为内痔较小、质软，不脱出肛门外，惟一症状是便血，血色鲜红。轻者附在粪便表面或便后滴血，重者出现射流性出血，便后出血即行停止。二期为内痔增大，排便时痔核可脱出肛门外，便后能自行复位，便血经常发生。三期为痔核更大，在排便、咳嗽、负重时均可使痔脱出肛门外，而且不易自行复位，常需卧床休息或用手整复才能复位。外痔在肛门外边缘有柔软的突起，既不痛也不出血，仅在站立过久或长期行走后，肛门部有疡痒不适、发胀和异物感。混合痔（既有内痔，又有外痔），则两种症状都可以出现。

（二）辨证分型

1.淤滞型 痔核初发，粘膜郁血，肛门篷痒不适，伴有异物感，或轻微出血，淤阻作痛。相当于一期及血栓性混合痔。治宜活血去淤为主。

2。湿热型 肛门坠胀灼痛，便血，大便于结或溏，小便短赤，口干苦。舌边、舌尖红，苔黄厚腻，脉弦数。相当于内痔炎症期。治宜清热凉血、利湿止血为主。

3.血虚型 便血日久，眩晕耳鸣，心悸乏力，面色苍白。舌质淡红，苔薄白，脉沉细。相当于内痔粘膜糜烂明显，便后反复大量出血，以至于造成慢

性贫血。治宜补血止血为主。

（三）食物疗法

1.淤滞型

（1）刺苋菜头堡猪大肠（经验方）：猪大肠 150—200g，鲜刺苋菜头 100—120g。用法：将猪大肠洗净切块，鲜刺克菜头洗净，切碎，一起入锅，加清水适量，煎煮 2 小时以上，饮汤吃肉。

（2）香菜醋方（经验方）：香菜、醋、香莱籽各适量。用法：用香菜煮汤熏洗，同时醋煮香菜籽，布湿后趁温热覆盖患部。

（3）蛋黄油剂（经验方）：蛋黄油适量。用法：蛋黄油涂患处。

2.湿热型

（1）苦参红糖鸡蛋（《家用便方》）：苦参 60g，红糖 60g，鸡蛋 2 枚。用法：以苦参煎汁，取汁与鸡蛋、红糖同煮至蛋熟，去壳，汤蛋同服。每日 1 剂。

（2） 槐花米堡牛脾（经验方）：牛脾 250g，愧花米 15g。用法：将牛脾洗净，切成小块，与槐花米一起入锅，加水适量煨汤，熟后饮汤吃牛脾，每日 1 次。

（3）桑耳糯米粥（经验方）：桑耳 100g，糯米 100g。用法：桑耳煮后取汁，与糯米煮成粥，顿服。

3.血虚型

（1）苍耳大米粥（经验方）：苍耳子 15g，糯米 100g。用法：取苍耳子用文火炒黄，加水 200ml，煎至 100ml。去渣留汁，入糯米再加水 400ml 左右，煮为稀粥，每日 2 次，温热食。

（2）蓖麻堡猪大肠（经验方）：蓖麻根 15g，猪大肠 150—200g。用法：将蓖麻根切碎，用纱布袋装好。猪大肠洗净，切块，一同放入锅内，加水适量，煎至 2 小时以上，调味后服食，每日 1 次。

（3）黄芪粥（经验方）：黄芪 30g，细切，粳米 200g，加水 1000g，煎成约 750g 去渣，入米煮粥空腹分食之，能治五痔下血不止。

（四）药酒疗法

1.淤滞型

红糖白酒方（民间验方）：白酒 100ml，红糖 100g，放入铁锅内熬成褐色糖稀状。一剂分两日服，每日早晚各一次，用温开水送服，一般痔疮，两剂可见效。如果再有发作，可再服 30g。

2.湿热型

泥鳅黄芪酒（民间验方）：泥鳅 100g，黄芪 30g，泥鳅洗净，合黄芪加米酒一杯，加水炖服。

3.血虚型

茄子酒（《圣济总录》）：大茄子 3 枚。用法：选用子多成熟之大茄子，将 1 枚用湿纸裹，于灰火内，煨熟取出，入瓷罐内，乘热用酒 1 公斤沃之，以蜡纸封口，经 3 宿去茄子。另 2 枚用同样方法加工。3 枚一疗程。空心温服，随量。

（五）茶疗法

1.淤滞型

（1）木槿花茶（《本草纲目》）：木槿花适量（鲜品 30—60g，干品 6—9g）。用法：木槿花去杂质，加水适量，煎汤代茶。每日 1 剂，不拘时当

茶饮服。

（2）茶叶蜈蚣散（经验方）：茶叶适量，蜈蚣适量。用法：将上二味炙令香熟，捣细过筛，用甘草水洗疮口，将药末敷上。

2.湿热型

（1）槐叶茶（《食医心镜》）：槐叶不拘量。用法：将嫩槐叶蒸熟，晒干，备用，每日 1 次，每次取槐叶 15g，用沸水冲泡闷 15 分钟，代茶饮。也可加入适量冰糖调味。

（2）金针菜糖茶（经验方）：余针菜 100g，红糖适量。用法：上二味加水煮熟，去渣，每早空腹服，连用数天。

3.血虚型

（1）木耳芝麻茶（《医学指南》）：黑木耳 60g，黑芝麻 60g。各分二份。用法：上二味，一份炒熟，一份生用。然后生熟混和用。每日 1—2 次，每次取上生熟混合之药 15g，以沸水冲泡，闷 15 分钟，代茶频频饮之。

（9）薏米菱角茶（民间验方）：绿茶 1g，菱角 60g，薏米 30g，后两味加水 600m1，煮沸 30 分钟，加入绿茶，分 3 次服，可复煎续服。日服 1 剂。

六、遗　　精

（一）临床表现

遗精有梦遗和滑精之分。因梦交而遗者为梦遗，不因梦交而精自滑者，甚者清醒时精液流出者，名为滑精。二者症状虽有差别，病因大致相同。凡成年男子偶有遗精，每月 2—3 次，并无其它症状者，当属正常现象。如 3—5 天或 1—2 天 1 次，甚至一夜数次，或白昼滑精，并有头晕脑胀，腰酸腿软，心悸气短，精神萎靡，体倦乏力等症状者必须及时治疗。

（二）辩证分型

1.肾气不固型　滑精不禁、精气清冷、精神萎靡、腰酸冷痛，囊缩湿冷。舌淡白滑，脉沉弱无力。治宜温肾固涩为主。

2．阴虚火旺型 遗精多在梦中，面赤心悸，失眠多梦，阳事易举，眩晕烦急，小便短赤。舌红苔黄，脉细数。治宜滋阴降火，宁心固精为主。

3.湿热下注型 遗精频作，茎中涩痛或随尿出；小便热赤，口苦口渴；舌苔黄腻，脉滑数。治宜清利湿热、固肾摄精为主。

（三）食物疗法

1.肾气不固型

（1）鸡肝粥（《太平圣惠方》）：雄鸡肝 1 只，菟丝子 15g，粟米 100g，葱白茎、椒盐少许。用法：将鸡肝切细，菟丝子研末，与粟米同煮粥，将熟时加葱、椒、盐调和。再煮一二沸即可食用。

（2）驴鞭粥（《中国食品》）：驴鞭 1 条，糯米适量，葱末、盐、花椒少许。用法：驴鞭洗净，温水浸泡，研碎，每次 10g，与糯米煮粥，加少许葱末、盐、花椒调味食用。

（3）肉苁蓉粥（《圣惠方》）：肉苁蓉 15g，羊肉 60g，粳米 60g，鹿角胶 6g。用法：肉苁蓉酒浸一宿，刮去皱皮，切细；羊肉洗净，切细；鹿角胶炒珠，研细末。肉苁蓉、羊肉、粳米同煮粥；临熟，调入鹿角胶米及葱白、食盐，l 月内分 2 次空腹食之。

（4）韭菜籽粥（《千金方》）：韭菜籽 5—10g，粳米 60g，盐适量。用

法：将韭菜籽研细末，以米煮粥。侍粥沸后，加入韭菜籽末及食盐，同煮为稀粥，空腹食用。

（5）金樱子粥（《饮食辨录》）：金樱子 15g，粳米（或糯米）30—60g。用法：先煮金樱子，取浓汁，去渣，入米煮粥。每日空腹食 2—3 次。

2.阴虚火旺型

（1）熟地山药粥（经验方）：熟地黄 15—20g，山药 30g，茴香 3g，茯苓 20g，粳米 100g，红糖适量。用法：将熟地黄、山药去皮洗净与茴香、茯苓同入锅加水煎汁，取汁与粳米文火煮成稀粥，调入红糖即可食用。

（2）生脉蛋（《禽蛋疗法》）：鸡蛋 110g，西洋参 5g，麦门冬 15g，五味子 6g，冰糖 30g。用法：将西洋参研成细末，打入鸡蛋，捣成蛋浆。将麦冬、五味子水煎取汁，加入冰糖，倒入蛋浆，不停搅动，稍煮沸即成蛋花汤，早晨空腹连汤食。每日 1 次，或隔日服 1 次。

（3）龙骨荷包蛋（民间验方）：鸡蛋 55—165g，生龙骨 30g。用法：将生龙骨久煎以汁代水，打入鸡蛋后，煮成茶荷包蛋，第二次再加生龙骨 30g。每次煮食鸡蛋 3 枚，晚饭前空腹食 1 次，连食 3—6 日。

（4）滋阴固精粥（经验方）：麻雀 5 只，生地 15g，覆盆子 10—15g，枸杞子 20—30g，大米 100g，食盐、葱白各适量。先把生地、覆盆子、枸杞子放砂锅内加水煎取药汁，去药渣；再将麻雀去毛和内脏，洗净用酒炒，后同大米、药汁再加水适量，一并煮成稀粥，熟后加盐、葱白、味精调味服食。每天 1 剂，3—5 天为一疗程。

3.湿热下注型

（1）姜苡地黄粥（经验方）：生地黄汁约 50ml（或用干地黄 60g），苡仁 30g，粳米 100g，生姜 2 片。用法：将新鲜生地黄适量，洗净后切段，每次榨取生地黄汁约 50ml，或用干地黄 60g，煎取药汁。先用粳米与苡仁加适量水煮粥，沸后入生地黄汁和生姜，煮成稀粥食，日分 1—2 次服。

（2）栀子莲子粥（经验方）：栀子仁 3—5g，粳米 100g，莲子心 10g，白糖少许。用法：用粳米以文火煮粥，将栀子仁研成细末，与莲子心待粥熟时同入锅，稍煮即可，服食时调入少许白糖。

（3）薏米祛湿粥（经验方）：炒车前子 12g，韭菜籽 6g，核桃仁 3 个，薏米 30g。韭菜籽炒黄，与核桃仁、薏米、炒车前子加水煮成粥，待温饮服。每天 1 次，连服 10—15 天。

（四）药酒疗法

1.肾气不固型

（1）仙茅酒（《本草纲目》）：仙茅 120g，酒 500ml。用法：将仙茅九蒸九晒后，置于净器中，侵入酒浸泡，封口，经 7 日后开取。每日早、晚各空腹饮 15—20ml。

（2）枳实助阳酒（经验方）：枳实子 100g，鹿茸 10g，制附子 60g，川牛膝 60g，巴戟天 60g，石斛 60g，炮姜 30g，肉桂 30g，大枣 60g。用法：将枳实子微炒，鹿茸涂酥炙去毛，肉桂去粗皮。上药共捣碎细，用纱布包贮，置干净器中，用醇酒 2 公斤浸之，封口，经 8 日后开取，去渣备用。每日早、晚各 1 次，每次空心温饮 10ml。

（3）鹿茸三鞭酒（《全国医药产品大全》）：鹿茸 312g，川椒 250g，当归 5000g，杜仲 625g，肉苁蓉 5000g，天冬 625g，土地骨 1250g，川加皮 2500g，淫羊藿叶 18759，羊鞭 l00g，红杞子 2500g，白术 1250g，白芍 1250g，

茯苓 500g，黄精 5000g，淮牛膝 1250g，首乌 5000g，补骨脂 1250g，牛鞭 40g，狗鞭 100g。用法：上方药共制药酒。口服随量服用。

2.阴虚火旺型

枸杞菊花酒（经验方）：枸杞子 500g，甘菊花 20g，麦冬 100g，曲 250g，糯米 7.5 公斤。用法：将上药煮烂，连汁和曲、米如常法酿酒。酒熟后去糟，收贮备用。每次饭前饮 1—2 小杯，每日早、晚各 1 次。

3.湿热下注型

萆薢酒（《本草纲目》）：萆薢 30g，防风 15g，菟丝子 15g。杜仲 15g，黄芪 15g，菊花 15g，制附子 15g（原方天雄），石斛 15g，肉苁蓉 15g、蜀椒 15g。

用法：将肉苁蓉酒浸切焙，蜀椒去目并闭口者炒出汗，杜仲去粗皮炒后，上 15 味，捣细如麻豆大，白夏布袋盛，置干净器中，用酒 1 公斤浸之，经 14 日后去渣备用。每日 3 次，每次空腹 1—2 杯，候酒减 0.5 公斤即加 0.5 公斤，药力薄再制。

（五）茶疗法

1.肾气不固型

益智仁茶（经验方）：益智仁 50g。用法：将上药加酒、水煎煮后饮之。

2.阴虚火旺型

韭菜籽茶（经验方）：韭菜籽 20 粒。用法：将上药以盐汤煎煮，代茶饮。

七、阳　　痿

（一）临床表现

阳痿是性神经衰弱的一种表现。男子有性的要求，但阴茎不能勃起或举而不坚，或一触即泄，不能完成性交过程，即称阳痿。引起阳痿的原因颇多，如精神过度紧张、过度悲伤、过分忧愁、身体过度疲倦、神经衰弱、手淫过度、以及婚后房事过度等，都能引起阳痿，病人除了性交时阴茎不能勃起或起而不坚之外，尚伴有头晕脑胀，失眠、多梦、食欲不振，或腰膝酸软等症状。

（二）辩证分型

1.阴虚火旺型 性欲冲动时触而即泄为特点，常伴有多思寐少，咽干目涩，小便赤黄，舌红苔白等症状。治宜清心泻火，滋肾养阴为主。

2.中气不足型 举而不坚为特点，且伴有气短乏力、食少神疲、舌淡润、脉弦细等症状。治宜补气益中为主。

3.肾阳衰弱型 阴茎痿而不起为特点，尚伴有腰酸腿软、滑精早泄、四肢少温等症状。治宜温肾扶阳为主。

（三）食物疗法

1.阴虚火旺型

（1）姜枣地黄粥（经验方）：生地黄汁 30—50ml，枣仁 10—15g，生姜 2—3 片，粳米 100g。用法：用新鲜生地黄适量，洗净后切段，每次榨取生地黄汁约 30—50ml（或用干地黄 60g，与枣仁煎取药汁）。先用粳米加水煮粥，煮沸后加入地黄汁和生姜、枣仁煎液，煮成稀粥食用。

（2）蒸白果鸡蛋（《偏方大全》）：生白果仁 2 枚，鸡蛋 1 个。用法：将生白果仁研碎，把鸡蛋打一小孔，将碎白果仁塞入，用纸糊封，然后上蒸

笼蒸熟，每日早晚各吃 1 个鸡蛋，可连续食用至愈。

（3）虫草生地炖胎盘方（民间验方）：冬虫草 10—15g，生地 20g，鲜胎盘半个。用法：将胎盘洗净切块。放蒸锅内与冬虫草、生地隔水炖熟服食。隔天 1 次，连服 7—8 次。

2.中气不足型

（1）栗子鸡蛋（《鸡蛋养生食谱》）：熟栗子 500g，酱油 50g，鸡蛋 8 枚，精盐少许，清汤 500g，素油 150g，白糖 15g，虾仁 2g，绍酒 20g，味精少许。

用法：将去掉壳、膜的栗子仁入清水中漂清；鸡蛋磕入碗中，加绍酒、精盐、虾仁搅打均匀。然后把炒锅置火上，放入素油 100g 烧热，倒入蛋液，炒至将凝固时，摊成饼状，煎至两面全黄，切成块装起。锅复上火，放入素油 50g，下栗子略煎，倒入清汤下酱油、白糖烧入味，倒入蛋块，加味精再烧沸，即可装盘供馔。

（2）牛睾鸡蛋（《偏方大全》）：牛睾丸 2 个，鸡蛋 2 个，白糖、盐、豉油、胡椒粉各适量。用法：将牛睾丸捣烂，鸡蛋去壳，六物共拌均匀，锅内放少许食油烧热煎煮，可佐餐食。

（3）鸡蛋三味汤（《家庭药膳手册》）：鸡蛋 1 个，去心莲子、芡实、怀山药各 9g。用法：用熬煎莲子、芡实、怀山药的药汤煮熟鸡蛋，汤内加入适量蔗糖即成。吃蛋喝汤，每日 1 次。

（4）黄芪党参核桃炖猪肾方（《常见病饮食疗法》）：黄芪 15g，炙甘草 6g，核桃仁 50g，党参 15g，猪肾 1 对。将猪肾剖洗干净，去筋膜、切片，同黄芪、炙甘草、桃仁、党参放铁锅内煮汤，熟后去药渣调味服食。隔天 1 次，连服 3—5 剂为 1 疗程。

3.肾阳衰弱型

（1）黑豆狗肉汤（《家用谷物果菜治病小窍门》）：黑豆 50g，狗肉 500g。用法：狗肉切成块，黑豆先用水浸泡。然后共放锅内加水炖烂，吃肉喝汤，每日 2 次，10 天为一疗程。

（2）锁阳堡粥（经验方）：锁阳 15—30g，大米 50—100g。用法：大米与锁阳加适量清水文火煮粥，粥熟后取出锁阳即可服食。

（3）牛鞭 1 条，虾仁 10g，大葱 7 根炖服，不用盐味，服数日即愈。（经验方）

（4） 金枪不倒药（《民间偏方秘方精选》）：蛤蚧 1 对，鹿鞭 1 个，黄酒泡后，晒干焙研服之，能使阴茎勃起。

（四）药酒疗法

1.阴虚火旺型

（1）枸杞菊花酒（经验方）：枸杞子，500g，甘菊花 20g，麦冬 100g，曲 250g，糯米 7.5 公斤。用法：将上药煮烂，连汁和曲、米如常法酿酒。酒熟去糟，收贮备用。每次饭前饮 1—2 小杯，每日早、晚各 1 次。

（2）参杞酒（经验方）：枸杞子（汁）100g，地黄（汁）100g，麦门冬（汁）60g，杏仁（去皮）30g，人参 20g，白茯苓 30g，酒 1.5 公斤。用法：将上药中后三味捣碎，同前三味贮于瓶中，酒浸之，封口，7 日后去渣备用。每次饭前温饮 10ml，每早、晚各 1 次。

2.中气不足型

（1）牛膝人参酒（《圣济总录》）：牛膝、山萸 肉、川芎、制附子、

巴戟天、五味子、黄芪、人参各 20g，五加皮、肉苁蓉、生姜、防风各 25g，肉桂 15g，海风藤（原方茵芋）10g，生地、蜀椒各 15g，磁石（醋煅淬）20g，无灰酒 1.5 公斤。用法：将上药共捣细，用酒浸于瓶中，春夏 3 日，秋冬 7 日即可开取，去渣备用。每日服 15—20ml，不拘时，频频饮之，常令有酒气相续。

（2）牛膝肉桂酒（《圣济总录》）：牛膝、秦艽、川芎、防风、肉桂、独活、丹参、茯苓各 30g，杜仲、制附子、石斛、于姜、麦冬、地骨皮各 25g，五加皮 40g，薏苡仁 15g，大麻仁 10g，清酒 1.5 公斤。用法：将上药共捣细，用酒浸于净瓶中，春夏 3 日，秋冬 7 日后开取，去渣备用。每次服 15ml，空腹温服，每日 3 次。

3.肾阳衰弱型

（1）延寿获嗣酒（《惠直堂经验方》）：生地（用益智仁 60g 同蒸半小时，去益智仁）360g，覆盆子、山药、芡实、茯苓、柏子仁、沙苑子、山萸肉、肉苁蓉、麦冬、牛膝各 120g，鹿茸一对，龙眼肉、核桃肉各 250g，酒 40 公斤。用法：将上药同酒一起入缸内，封固，隔水加热 3.5 小时后，埋入土中 7 天后取出。每晚服 4—5 杯，勿饮至醉。

（2）延寿瓮头春（《寿世保元》）：天门冬、破故纸、肉苁蓉、粉甘草、牛膝、杜仲各 30g，制附子 15g，川椒 30g（以上八味制为末，待用），淫羊藿（以羯羊脂 500g 拌炒）、头红花各 500g，白芍 30g，生地黄 60g，苍术 120g，熟地黄 60g，白茯苓 120g，甘菊花 30g，五加皮、地骨皮、当归各 120g（以上 12 味切片，用绢袋装好备用），宿砂仁、白豆蔻、木香、丁香各 15g（以上四味，制为末，待用），糯米 20 公斤，红曲末 2000g，好酒 20 公斤。

用法：将糯米洗净，浸 24 小时，再用水淘一次后，上锅蒸为糜，取出晾冷，用红曲及天门冬等八味药末加入糯米糜中，调匀。再将装有淫羊蕾等 12 味药的绢袋，置于缸底，把已调好的曲、药的糯米糜置于缸中，压住绢袋，拍实。投入好酒，封固 7 天，榨出澄清酒液，注入酒坛中。加入砂仁等四味药物，再封固酒坛，隔水加热 1.5 小时，取出，埋入土中 3 天后，即可饮用。每天视个人情况，酌饮 1—2 杯。

（3）海马酒（《食物与治病》）：海马 1 对，白酒 500g。用法：将海马侵入酒内，封固，两周后可饮用。每天临睡前饮 1 小杯。

（4）淫羊藿酒（《陕甘宁青中草药选》）：淫羊藿（全干草）500g，白酒 150ml。用法：将淫羊藿浸泡在酒内，密封 7 天 7 夜（前 4 天 4 夜温度在 50℃以上，后 3 天 3 夜温度在 5—8℃内），过滤贮瓶备用。每服 10—20ml，日服 3 次。

（五）茶疗法

肾阳衰弱型

（1）人参壮阳茶（《中医验方》）：人参 9g，茶叶 3g。用法：上二味，加水 500ml 煎汤。每日 1 剂，温服。

（2）壮阳茶（《河南省秘验单方集锦》）：红茶 30g，白矾（玉米籽大）1 小块。用法：将白矾放红茶内，用沸水冲泡一碗，盖密闭 10 分钟即可。每晚 1 剂，一次服完。

第十二章　皮肤科疾病

一、湿　　疹

（一）临床表现

湿疹是临床上常见的炎症性、变应性皮肤病。湿疹好发于面部、耳后、手背、乳房、阴囊、肘窝、膝弯、小腿等部位，也可泛发全身各处。急性皮肤湿疹的皮疹表现为多形性，可有红斑、丘疹、水疱、脓疱、糜烂、渗液、结痂等。常有多种皮疹同时存在，分布对称。患部剧烈瘙痒、灼热或微痛，当除去病因或治疗之后可愈。但容易复发，旷日持久后则形成慢性湿疹，使皮损变成浸润肥厚、干燥粗糙、色素沉着或呈苔癣样病变。

（二）辨证分型

1．湿热俱盛型 相当于急性湿疹。红斑水疱，滋水淋漓，味腥而粘，或有糜烂、结痴。患者常感瘙痒难忍，或痒痛兼作。伴有口苦、尿短、便结、舌红、苔黄而腻，脉濡滑或滑数。治宜清热利湿。

2．脾虚湿盛型 相当于亚急性湿疹。皮损暗红不鲜，表面水泡渗液，部分干燥结痴，面、足浮肿，胸闷纳差，口淡而腻，大便溏薄。舌淡白而滑，脉濡缓。治宜健脾除湿。

3.血虚风燥型 相当于慢性湿疹。皮损浸润肥厚，干燥脱屑，色素沉着或呈苔藓样病变，患部剧烈瘙痒，抓后黄水渗出。舌淡、苔薄或净，脉细数或滑数。治宜养血祛风。

（三）食物疗法

1.湿热俱盛型

（1）黄连蛋清方（经验方）：黄连 12g，鸡蛋清适量。用法：黄连研细末，调鸡蛋清，敷患处。

（2）柏倍黛鸡蛋黄方（经验方）：黄柏 15g，五倍子 15g，青黛 4g，鸡蛋黄适量。用法：将前三味共研细末，鸡蛋黄调和，敷患处。

（3）炒芹菜（《巧吃治百病》）：新鲜芹菜 250g。每天当菜吃，炒吃或凉拌吃，吃法不限，连续用。

2.脾虚湿盛型

（1）绿豆香油膏（经验方）：绿豆粉、香油各适量。用法：将绿豆粉炒呈黄色，晾凉，用香油调匀涂患处，每天 1 次。

（2）绿豆密薄冰醋方（《新编醋蛋治百病》）：绿豆粉 30g，蜂蜜 9g，薄荷、冰片各 3g，醋适量。用法：绿豆粉炒灰黑色和蜂蜜、薄荷、冰片调醋成糊状，摊油纸上，当中留孔，敷患处。

（3）醋洗湿疹方（经验方）：好醋 100g。用法：将醋盛盆内，将患手侵入 1—2 小时，浸后不要立即用清水洗，每日 1 次。

3.血虚风燥型

（1）胡桃仁粉（经验方）：胡桃仁适量。用法：将胡桃仁捣碎，炒至呈黄色出油为度，研成粉状，敷于患处，每天 2 次。

（2）甘蔗皮汤（《饮食疗法》）：甘蔗、甘草各适量。用法：甘蔗皮、甘草煎汤洗患处，每天 2 次。

（3）桑椹百合枣果汤（经验方）：桑堪 30g，百合 30g，大枣 10 枚，青果 9g。用法：上药共同煎服。每天 1 剂，连续服用 10—15 剂。

（四）药酒疗法

1.湿热俱盛型

地龙酒（经验方）：地龙 5 条，乌芋（即荸荠）20g。用法：将地龙洗净，与乌芋同绞拌取汁，以适量酒同煎数沸，候温，去渣备用。顿服。

2.脾虚湿盛型

（1）苦参天麻酒（经验方）：苦参 500g，露蜂房 75g，天麻 30g，白藓皮 200g，曲 750g，黍米 5 公斤。用法：将上药 7.5 公斤水煮取 3.5 公斤，去渣，浸曲，3 宿后，炊黍米如常法酿酒，酒熟后压去糟渣，收贮备用。每于饭后，饮 1 小杯。日服 2 次，渐加至 3 小杯，以愈为度。

（2）蜜酒（《本草纲目》）：沙蜜 120g，糯米饭 120g，干曲 150g，熟水 1.5 公斤。用法：将沙蜜同糯米饭、曲、水共入瓶内，封 7 日成酒，去渣备用。寻常以蜜入酒代之。每次食前温服 1 杯，每日 3 次。

3.血虚风燥型

（1）松叶酒方（《圣济总录》）：松叶 0.5 公斤。用法：上一味，细切。以酒 1.5 公斤，煮取 0.5 公斤。日夜服尽，处温室中，汗出即愈。

（2）土槿皮（或百部）6g，在白酒 30g 内浸 1—2 天，外搽患处。（经验方）

（3）枳壳丹参酒（《太平圣惠方》）：枳壳 18g，秦艽 15g，独活 15g，肉苁蓉 15g，丹参 18g，陆英 18g，松叶 50g。用法：将枳壳麸炒微黄，上药共捣碎细，布包，置干净瓶中，以清酒 1 公斤浸之，封口，经 7 日后开封，去渣备用。每次 10—20m1，每日 1—2 次。

（五）茶疗法

1.湿热俱盛型

（1）明矾皮炎茶（《宁波市科技简报》）：茶叶 60g，明矾 60g。用法：先用 500ml 水将上二味浸泡 30 分钟，然后煎煮 30 分钟即可。外用，每次用此茶水浸泡 10 分钟，不用布擦，使其自然干燥。

（2）明矾苦参茶（民间验方）：绿茶 25g，苦参 150g，明矾 50g。用法：明矾研末与前两味置锅中加水 1500m1，煮沸 10 分钟，温洗患处，洗后的药液可留用，第二次需要再将药液煮沸 15 分钟，再温洗患处。

2.脾虚湿盛型

（1）苦参腊茶散（《本草纲目》）：苦参、腊茶、蛤粉、密佗僧、猪脂各等份。用法：将苦参、腊茶、密佗僧研末，并与蛤粉和匀；再将猪脂溶液调和上四药末成稀糊状，即可。外用，每日 1 次，涂敷患处。

（2）荷叶茶调散（《本草纲目》）：干荷叶不拘量，茶叶适量。用法：将荷叶焙干研成极细末，或烧灰，用茶叶煎成浓汁，调荷叶末或灰用糊状。外用，每日 1—2 次，涂敷患处。

3.血虚风燥型

（1）倍子茶调散（《实用良子》）：五倍子 15g，松萝茶 15g。用法：将五倍子研为末，用松萝茶煎汁调和，即可。外用。每日数次，调敷于患处，干则换之。

（2）湿疹外洗方（民间验方）：铺地蜈蚣、扫把枝、青蒿和茶籽各适量。用法：将前三味药洗净，切碎于茶籽共置于锅内，加水适量煎煮去渣，外洗患处，每日 2—3 次，连续洗 7—10 日。

二、荨麻疹

（一）临床表现

荨麻疹也叫风疹块，分急性与慢性两种。中医学称之为：“瘖瘤”或“隐疹”。急性患者首先感觉局部瘙痒灼热，抓后皮肤潮红，迅即出现扁平隆起，称为风团。大小不等，呈圆形或不规则形，颜色鲜红或中央呈白色，边缘鲜红色。皮疹好发全身，或口唇、眼睑、手背、头面等处。严重者颜面出现浮肿，伴有发热、恶寒、胸闷气短、腹痛腹泻、恶心呕吐、头晕心烦等全身症状。慢性患者的皮疹反复发作，可延至数月，甚至数年不愈。

（二）辨证分型

1.风热束表型 急骤发病，除皮疹外，尚伴有发热、恶寒，咽喉红痛，或伴有呕吐，遇热则皮疹加重，脉浮数，苔薄白。治宜疏风、清热、解表。

2.阳明热盛，风邪束表型 急骤发病，除皮疹外，尚有发热、恶寒、大便干燥、胸闷气短，口于口苦，脉浮数，苔白黄或黄者。治宜解表通里，表里双解。

3.风寒客于肌表型除风疹外，无其它伴随症状，遇冷则皮疹增剧。治宜疏风、解表、止痒。

4.阴血不足，风邪束表型皮疹反复发作，且多于午后或前半夜发作，午夜后或午前减轻或消退。治宜益气养血，疏散风邪。

（三）食物疗法

1.风热束表型

（1）芋头猪排汤（经验方）：芋头茎（干茎）30—60g，猪排骨适量。用法：将芋头茎洗净，加适量猪排骨同炖熟食。每天 1 次。

（2）韭菜外擦方（经验方）：鲜韭菜 1 把。用法：将韭菜放火上烤热，涂擦患部，每日数次。

2.阳明热盛型

绿豆海带腥草方（民间验方）：绿豆 30g，海带 20g，鱼腥草 30g。白糖适量。用法：将海带、鱼腥草洗净，同绿豆煮熟。喝汤，吃海带与绿豆。每天 1 剂，连服 6—7 剂。

3.风寒客于肌表型

（1）生姜醋木瓜方（经验方）：生姜 12g，鲜木瓜 60g，米醋 100m1。用法：上药共入砂锅煎煮，醋于时，取出木瓜、生姜，分早晚 2 次服完。每日 1 剂，至愈为止。

（2）醋姜红糖饮（经验方）：醋 50m1，红糖 50g，生姜 10g。用法：以上三味加水适量煎汤，分 2 次服，每日 2 次。

4.阴血不足型

（1）桑堪 30g，百合 30g，当归 9g，玉竹 15g。用法：三者共同煎汤服。每天 1 剂，连服 10—15g。（经验方）

（2）乌梢蛇（干）15g， 当归 9g，玉竹 15g。三者共同煎汤服。每天 1 剂，连续服用 10—15 剂。（经验方）

（四）药酒疗法

1.风热束表型

（1）牛蒡蝉蜕酒（经验方）:牛蒡根（或籽）500g，蝉蜕 30g，黄酒 15009。用法：将牛蒡根片（若为籽则打碎），同蝉蜕一起置干净器中，以酒浸泡，

经 3—5 日后开封，去渣备用。每食后饮 1—2 杯。

（2）浮萍酒（经验方）：鲜浮萍 60g。用法：将鲜浮萍洗净细捣烂，以 250g 醇酒浸泡干净器之中，经 5 日后开封，去渣备用。取适量涂擦患处。

2.阳明热盛型

胡荽酒（《证治准绳》）：胡荽（香菜）120g。用法：将胡荽细切，用好酒 2 杯，煮 1—2 沸，入胡荽再煎数沸，候温，收瓶备用。每次用口含 1 大口，从项至足微喷之，勿喷头面，使病人左右常令有胡荽

3.风寒客于肌表型

石楠肤子酒（经验方）：石楠叶（去粗茎）、地肤子、当归、独活各 50g。用法：将上药捣罗为末，以贮备用。每次用末 5—6g，用酒 1 杯（约 15ml）相煎数沸，候温，连末空腹饮服，每日依法 3 次。

4.阴血不足型

蜜酒（《本草纲目》）：沙蜜 120g。用法：用沙蜜同糯米饭 120g，于曲 150g，熟水 1.5 公斤，同入瓶内，封 7 日酒成，去酒备用。寻常以蜜入酒代之亦良。每日 3 次，每次食前温服 1 杯。

三、神经性皮炎

（一）临床表现

神经性皮炎是一种神经官能性皮肤病，它以皮肤苔藓样变和阵发性剧痒为特征。临床表现为局部瘙痒，因不断搔抓使局部出现扁平丘疹。呈类圆型，颜色如常，逐渐皮肤增厚、干粗，皮纹理加深，形成局限性肥厚斑块，境界清楚，表面有鳞屑。好发颈后两侧、双肘及小腿伸侧、骶部及手掌处。发生在手掌者，局部常发生皲裂。有少数患者，因局部搔抓出现糜烂渗液，待急性期后形成局限性肥厚斑块。

（二）辨证分型

1.风热交阻型见于病之早期。皮损以丘疹或红斑为主，局部瘙痒阵发。舌质红、苔微黄或黄腻，脉弦滑而数。治宜清热法风。

2.血虚风燥型剧痒，夜间为甚。皮损渐呈苔藓样变，表面脱屑，间有抓痕结痂。舌质淡红，苔薄而白，脉细无力。治宜养血法风。

3.血热风盛型多为久病之顽症。皮损泛及全身，呈大片浸润潮红斑块，间有抓痕、血痂及苔藓样变。自觉奇痒不止，心烦内热，口渴喜冷饮，尿黄便于。舌质红、苔黄腻，脉濡数。治宜清营凉血，消风止痒。

（三）食物疗法

1.风热交阻型

（1）醋大蒜泥（经验方）：鲜蒜瓣、米醋各适量。用法：将蒜瓣捣烂，用纱布包扎浸于醋内，2—3 小时后取出，用包擦洗患处，每日 2—3 次，每次 10—20 分钟。

（2）醋巴豆方（经验方）：醋、巴豆各适量。用法：醋倒入粗土碗内，用去壳的巴豆仁磨浆，以调为度。患处先用 1%的盐水或冷开水洗净揩干，再擦药。每周一次。

2.血虚风燥型

（1）外用醋蛋液（经验方）：新鲜鸡蛋 3—5 个，好浓醋适量。用法：将鸡蛋放入大口瓶内，泡入好浓醋，以浸没鸡蛋为度，密封瓶口，静置 10—

14 天后，取出蛋打开，将蛋清蛋黄搅和，涂患处皮肤上，经 3—5 分钟，稍干再涂 1 次，每时 2 次。如涂药期间皮肤发生刺激现象时，减少涂药次数。

（2）大蒜疗皮炎方（经验方）：大蒜头适量。用法：将大蒜去皮捣烂，以纱布包裹，外敷患处。另用艾条隔蒜灸患处，直到疼痛为止，隔日 1 次。

（3）醋疗皮炎方（经验方）：醋 500ml（瓶装陈醋为佳）。用法：将醋入锅中熬至 50ml。患部用温开水洗净，搽之。每日早晚各 1 次。

3.血热风盛型

（i）水浸松树皮（去粗皮，最好用浸在水中的年久的松树桩皮），研极细末，调醋搽患处。（经验方）

（2）取活蜘蛛，头摘掉，以其肚肠的浆液涂敷患处（不要洗掉）。敷上后会有像涂上油漆紧绷的刺激感觉，这样涂几次至十多次便能治愈。（经验方）

（3）丝瓜叶外擦方（经验方）：鲜丝瓜叶适量。用法：将丝瓜叶搓碎在患处摩擦，以患处发红为止。每天 1 次，2 次为一疗程。

（四）药酒疗法

1.风热交阻型

（1）愈癣药酒（《中国医学大辞典》）：苦参子、土荆皮、花椒、樟皮、白芨、姜、百部、槟榔、木通各 30g，高粱酒 750g。用法：将上药共捣碎，布包，用酒浸干净瓶中，3—5 日后开取，去渣备用。用毛笔蘸涂患处，1 日 2 次，至愈为度。

（2）苦参酒（《证治准绳》）：苦参 150g，露蜂房 15g，刺猬皮（酥炙）l 具，曲 150g，黍米 1.5 公斤。用法：将上药共研粗末，用水 2.5 公斤，煎汤至 500g， 去渣浸曲、米相拌，如常法酿酒，酒熟压去糟，收贮备用。每于食前温饮 1 小杯（约 10ml）。

2.血虚风燥型

（1）菖蒲酒方（《圣济总录》）：菖蒲（细切）5 公斤。用法：上药加水 15 公斤，煮取 3 公斤，去滓，然后加米 2 公斤，酝如酒法候熟。每于食前温饮 20ml。

（2）百部根浸酒（《普济方》）：百部根适量。用法：上药火炙后浸酒。空腹饮之。

（3）斑蝥酒（民间验方）：斑蝥 7 个，白酒 30g。用法：将斑蝥用酒泡好，过二三日即可用此酒涂癣处，数日后癣自落，无其它反应。

3.血热风盛型

（1）何首乌酒（《中医临证备要》）：何首乌 30g，当归身、穿山甲、生地、熟地、虾蟆各 20g，侧柏叶 15g，松针、五加皮各 30g，川草乌各 5g，黄酒 3 公斤。用法：将上药共碎细，布包，用酒浸干净瓶中，7 日后开封，去渣备用。空腹随量饮之，不拘时候。

（2）苦参天麻酒（经验方）：苦参 500g，露蜂房 75g，天麻 80g，白藓皮 200g，曲 750g，黍米 5 公斤。用法：将上药用水 7.5 公斤，煮取 1 半，去渣，浸曲，经 3 宿。炊米醢如常法，酒熟压去糟渣，贮存备用。饭后饮 1 小杯，日 2 次，夜 1 次，渐加至 3 小杯，以愈为度。

四、皮肤瘙痒证

（一）临床表现

皮肤瘙痒症是指无原发皮疹，但有瘙痒的一种皮肤病。本病以皮肤瘙痒为特点，好发于老年及青壮年，多见于冬季，少数亦有夏季发作者。最初瘙痒仅限于一处，进而逐渐扩展至身体大部或全身。瘙痒时发时止，多夜间为甚。少数因抓破不洁，可引起疮、疖者。亦不鲜见。某些瘙痒仅发生于身体某一部，如肛门、阴囊、女阴等处，故前人亦有“绣球风”、“肾囊风”、“谷道痒”、“肛门痒”、“阴痒”、“妇人阴痒”等不同病名。

（二）辨证分型

1.风热外侵型皮肤瘙痒剧烈，热后更甚，抓后呈条状血痂，发病以夏季为多。口干，心烦，舌红，苔薄黄，脉弦滑或数。治宜清热祛风。

2.风寒侵表型皮肤瘙痒，干燥多屑，冬季发病为多。痒以解衣或夜间为重，部位多见于大腿内侧、小腿屈侧及关节周围等。舌淡、苔薄白，脉沉迟。治宜疏风散寒。

3.湿热下注型多发生在女阴、阴囊、肛门等处。局部瘙痒不止，抓后指头淋漓，女子多带，口苦胸闷。舌红、苔黄腻，脉多滑数。治宜清热利湿。

4.血虚肝旺型皮肤干燥，抓后血痕累累。面色萎黄，或伴有头晕、眼花、心慌、失眠等症。病程慢性，多见于老人。舌淡、苔薄，脉细或弦数，治宜养血润肤。

（三）食物疗法

1.风热外侵型

（1）浮萍、地肤子、苍耳草各 60g，煎水温洗，每天 1—2 次。连洗 3—4 天。（经验方）

（2）酱油醋方（经验方）：酱油、醋各等量。用法：将上二味混合，擦患处。

（3）醋水外洗方（经验方）：醋 150m1，水 200m1。用法：醋加水烧热洗头。每日 1 次。

（4）绿豆苦菜煮大肠方（民间验方）：猪大肠、绿豆、苦菜干（即败酱草干）、食盐各适量，将干净绿豆先煮 20 分钟，然后装入洗净的猪大肠内，两端用线扎牢，同苦菜于一起煮熟，食盐调味，分数食用。隔 1—2 天服 1 剂。服用剂数酌情而定。

2.风寒侵表型

（1）干姜红枣饮（《常见病饮食疗法》）：干姜 9g，红枣 10 枚，桂枝 6g。用法：将 3 味共煎汤服，每天 1 剂，一周为一疗程。

（2）花椒白矾汤（经验方）：花椒 30g，白矾 15g。用法：将 2 味同煎汤，待稍凉后，洗患部，每天 1—2 次。

（3）蛇床子 15g，艾蒿 10g，每晚睡前煎水，趁热洗痒处。（经验方）

3.湿热下注型

（1）海带绿豆白糖方（经验方）：海带、绿豆、白糖各适量。将海带洗净切碎，与绿豆、白糖一起煮汤服食。每天 1 剂，共用 6—10 剂。

（2）密佗僧醋调方（经验方）：密佗僧 60g，醋适量。用法：将密佗僧研细末，调醋成糊状。将患部洗净后擦之。

4.血虚肝旺型

（1）红枣泥鳅汤（《饮食疗法》）：红枣 15g，泥鳅 30g。用法：将红枣与泥鳅煎汤，加食盐少许调味服食。每天 1 剂。连用 10 天。

（2）黄连粉、蓖麻油，调成糊状涂患处。（经验方）

（四）药酒疗法

1.湿热下注型

幼白鸽一只，绿豆 1509。用法：将白鸽除去毛及内脏，加绿豆和酒少许炖熟吃。（经验方）。

2.血虚肝旺型

黄精酒（经验方）：黄精 20g，洗净切片，装入纱布袋内，扎紧袋口，浸入 500ml 白酒中，盖好封口，10 天即成。随饮，每次一小盅。

（五）茶疗法

血虚肝旺型

密佗僧粉末（经验方）：将密佗僧（又名丹底）放炉火中烧红后。立即投入醋中（又叫做醋淬），俟冷后将药捞取。如此反复 7 次后，将药研为细末。同时加茶油调匀，涂患处。

五、银屑病（牛皮癣）

（一）临床表现

银屑病是一种常见的容易复发的慢性疾病。通常出现红色或棕红色斑丘疹或斑块，表面覆盖着银白色鳞屑，边界清楚，多半发生于头皮四肢伸侧。鳞屑刮去后可见透明薄膜，除掉此膜，下露出点状出血现象，并有不同程度的瘙痒。皮疹数目、大小不定，可分局限或全身分布。其形态有点状、分市状、地图状和牡蛎壳状等等。患者指（趾）甲可以变厚，失去光译，表面有点状小凹陷。发于头部者，毛发可呈束状，且不断脱落。病情缓慢，反复发作，而且冬季重于夏季。但是，久病之后则无明显季节特点。根据病情特点，临床上常分为进行期、静止期和退行期等。除了寻常型之外，特殊型中又分为脓疮病型、关节型和红皮病型等。

（二）辨证分型

1.血热型（相当于进行期）皮疹发生及发展比较迅速，呈鲜红色，且连续不断出现新皮疹，浸润较轻，心烦急，口渴，便于，善怒，舌尖红，脉弦滑。治宜清热凉血活血。

2.血燥型（相当于静止期）皮疹日久，呈暗红色斑块，有明显浸润，表面鳞屑不多，附着较紧，很少有新疹出现。舌质淡，或有苔，脉沉缓，或缓细。治宜养血润肤，活血通络。

（三）食物疗法

1.血热型

（1）木鳖子蛋黄油（《中医验方集锦》）：木鳖子 5 枚，蛋黄油适量，陈醋少许。用法：将木鳖子去皮兑入陈醋研磨成汁。用时洗净患处，先擦上蛋黄油，再敷木鳖子汁。

（2）薏米车前蚕砂粥（民间验方）：薏米 30g，车前子 15g（布包），蚕砂 9g（布包），白糖适量。把车前子与蚕砂加水煎成 3 碗，再加入薏米煮成稀粥，用白糖调服。每天 1 剂，连服 8—10 剂。

（3）大蒜韭菜泥（经验方）：大蒜、韭菜各 50g。用法：将韭菜与去皮的大蒜共捣如泥，放火上烘热，涂擦患处，每日 1—2 次，连用数日。

2.血燥型

（1）米醋鸡蛋（《中医杂志》）：鸡蛋 2 枚，米酷适量。用法：将鸡蛋浸泡于米醋中 7 日，密封勿漏气。取出后用鸡蛋搽涂患处，经 1—3 分钟再涂 1 次。每日涂 2—3 次，不可间断，以愈为度。

（2）生石膏 18g，玉竹 15g，百合 15g，粳米 60g，食盐适量。先将生石膏、玉竹加水煎至 2 碗，再加百合、粳米煮成粥，食盐调味服食，每天 1 剂，连续服食 8—10 剂。

（四）药酒疗法

1.血热型

（1）首乌穿山甲酒（《中医临证备要》）：首乌 30g，当归身 20g，穿山甲 20g，生地 20g，熟地 20g，侧柏叶 15g，松针 30g，五加皮 30g，川草乌 5g。用法：将上药共碎细，布包，置于净瓶中，用黄酒 6 斤浸之，密封，经 7 日后开封，去渣备用。不拘时候，空腹随量饮之。

（2）土槿皮榆末面酒（经验方）：土槿皮（以四川产的为佳）500g，榆末面 120g，烧酒 500g。用法：土槿皮晒干研末（不可用水），加榆末面共浸烧酒，经 7 日即可用。随时蘸酒搽患处。

2.血燥型

（1）蝮蛇酒（《中医临证备要》）：蝮蛇 1 条，人参 15g。用法：将蛇置于净器中，用白酒 1 公斤醉死，加入入参，经 7 日后取饮。不拘时候频饮，随量。

（2）斑蝥甘遂酒（民间验方）：斑蝥 3g，甘遂 6g，白酒 100ml。浸 7 天后过滤，涂患处。起水泡后停用。

（五）茶疗法

1.血热型

（1）老茶树根方（经验方）：老茶树根 30—60g。用法：将茶树根切片，加水煎浓。每日 2—3 次空腹服。

（2）细茶叶 6g，轻粉、乳香和象牙末各 3g，水银和木香各 1.5g，麝香少许。上药共为细末，和鸡蛋、黄蜡、羊油调匀搽患处。（经验方）

2.血燥型

用泡过的茶叶捣烂敷，使角质层软化，用小刀削去角质层，用芦荟和甘草（研末）调醋外搽；或大蒜韭菜合捣烂敷患处。（经验方）

六、带状疱疹

（一）临床表现

带状疱疹是由带状疱疹病毒引起的急性疱疹性皮肤病。本病多发生于春秋两季。中医称“缠腰火丹”、“蛇串疮”、“火带疮”等。发病之前，身有微热，倦怠无力，纳差等全身症状。发病时，患部皮肤感觉灼热及针刺痛，因疼痛每在发疹前，每多误疹。不久，皮肤疼处出现红斑，继则出现成簇疱疹，小如粟米大如绿豆，疱液澄清，疱壁紧张发亮，周有红晕，累累如串珠，聚簇一处或数处，形如束带。各簇疱群之间皮肤正常，数日后水疱混浊化脓，重者可见血疱或溃烂，或部分水疱破裂糜烂，最后结于痂。本病常发生于身体的一侧，不超过正中线。多见于腰肋间，次多见于脸面。发于面部者，病情较严重，常引起剧烈的疼痛，可损及目珠，甚至失明，应特别注意。病程一般 2—4 周左右，愈后极少复发。个别病人的皮肤疼痛可持续数周至数月之

久。

（二）辨证分型

1.心肝风火型水疱红斑明显，局部疼痛如火的，多发生在胸胁部，常有口苦咽干，渴而烦躁，食欲不振。舌质红，苔黄或黄腻，脉弦数。治宜疏肝清热。

2.脾湿内蕴型红斑不明显，水疱数目多，或有大疱、血疱、糜烂、渗液等。多分布于腹部或下肢。病人常有纳减、便溏等。苔白腻，脉沉缓。治宜健脾除湿。

3.气滞血淤型红斑、水疱大多消退或干涸结痂脱落。但疼痛仍然不止，以致失眠，精神不佳。舌质暗紫，苔白，脉弦。治宜活血化淤，行气止痛。

（三）食物疗法

1.心肝风火型

（1）蛇雄米冰清方（经验方）：蛇蜕 1 条，雄黄 7.5g，米砂 5g，冰片 1g，鸡蛋清适量。用法：将前四味共研为末，以鸡蛋清调匀敷患处。

（2）荸荠泥（经验方）：荸荠 5 个，鸡蛋 1 个。用法：将荸荠捣烂如泥，用鸡蛋清调匀，备用。每天数次，涂患处。

（3）大青柴胡粳米粥（经验方）：大青叶 15g，柴胡 15g，粳米 30g，白糖适量。用法：先把大青叶与柴胡加水 3 碗煎至 2 碗，再把粳米、白糖加入煮成稀粥。每天 1 剂，连服 5—6 剂。

2.脾湿内蕴型

（1）空心菜糊（经验方）：空心菜适量，菜籽油少许。用法：将空心菜置瓦上焙焦，研末，用菜籽油调成糊状备用。患处用浓茶水洗净，涂患处，每天 2 次。

（2）蛋清杉树炭方（经验方）：鸡蛋清、杉树炭各适量。用法：将杉树炭捣碎，调鸡蛋清抹患处。

（3）薏米 30g，马齿苋 30g，红糖适量。先将薏米和马齿苋煮熟，再加红糖调味服食。每天 1 剂，连服 7—8 剂。（经验方）

3．气滞血淤型

（1）香油硫磺灯草擦剂（经验方）：香油、硫磺各适量，灯草 7 条。用法：将灯草放入香油中点着火，灯草油滴入盅内，再合白矾、硫磺。擦之。

（2）当归 10g，柴胡 12g，陈皮 10g，鸡蛋 1 个。用法：四味一同煮熟，吃蛋、饮汤。每天 1 剂，连服 6—7 剂。（经验方）

（四）药酒疗法

1.心肝风火型

雄黄酒精搽剂（经验方）：雄黄粉 50g，配 75%酒精 100ml 备用。每日搽敷 2 次，如疼痛剧烈，疱疹很多者，则在上方中加配 2%普鲁卡因 20ml。

2.脾湿内蕴型

酒泡石灰方（经验方）：陈旧石灰适量，用酒泡石灰，搅匀，待石灰沉下后，用灰涂患处。

（五）茶疗法

1.心肝风火型

（1）老茶叶散（《食物中药与便方》）：老茶叶适量，绿茶适量。用法：将老茶叶研末，再以绿茶煎汁或泡汁，并取浓茶汁将老茶末调成稠状，即可。外用。每日 2—3 次，调敷于患处，干后换之。

（2）柿子调茶方（经验方）：柿子一只，切碎，晒干，研成细末，调茶油外涂，每日数次。

2.脾湿内蕴型

三黄除湿外敷方（经验方）：生大黄、黄柏、黄连各 30g，制乳香、制没药各 15g，共研细末，加细茶叶适量泡浓汁调成糊状，敷患处，干后更换。一般 1—2 日后皮损结痂，疼痛消失，4—6 日可愈。

3.气滞血淤型

蜈蚣茶油剂（经验方）：蜈蚣 3 条，焙干研末。茶油调拌敷患处。

七、寻常痤疮

（一）临床表现

寻常痤疮俗称暗疮，是青春发育期常见的一种皮脂腺疾病，中医称之为“肺热粉刺”。暗疮好发于青年人的颜面、上胸、肩、背等皮脂丰富的部位。皮损为针头或芝麻大小的毛囊炎性丘疹，周围红晕，丘疹顶端有黑色小点，故称“黑头粉刺”，挤压时有糊状黄白色物排出，可继发性感染形成脓疱性痤疮；炎症深在时可发展结节性囊肿性痤疮；消退时可形成疤痕疙瘩。除丘疹之外，病者皮肤尚有皮脂溢出过多、毛孔扩大等改变。病程经过缓慢，青春期过后可逐渐自愈。

（二）辩证分型

1.肺胃积热型皮疹多发生于颜面，尤其是额、颊、鼻旁等。皮疹炎症明显，或有脓疱。舌质偏红，苔黄或黄腻，脉数或濡数。治宜清泄肺胃积热。

2.痰淤凝结型相当于结节性囊肿性痤疮，或伴有疤痕疙瘩者，久治不愈，反复发作。舌暗红，苔白滑，脉滑数。治宜活血化瘀、消痰软坚。

（三）食物疗法

1.肺胃积热型

（1）天葵苡仁粥（经验方）：新鲜紫背天葵草 50g，苡仁 30g，淘米水适量。用法：洗净天葵草、苡仁，用适量淘米水煎煮半小时制成苡米粥即成，用时拣出天葵草勿食。此粥隔日服用 1 剂，1 剂半小碗，分 3 次服完。

（2）米醋蜂蜜饮（经验方）：醋和蜂蜜各 1—2 汤匙。用法：醋和蜂蜜用温开水冲服，每日 2—3 次，按时服用，久服效佳。

（3）白萝卜缨汤（《饮食疗法》）：白萝卜缨 100g，马齿克 50g，苍术 10g。用法：三味共煎汤服，每日 1 次，连服 1 月。

（4）人乳和密佗僧粉方（《民间便方秘方精选》）：研密佗僧为粉，用人乳和，每夜就寝时涂面，次晨洗去。如是三四次即治愈。忌用肥皂洗脸，可用牙膏洗脸。

2.痰淤凝结型

（1）苡仁百合粥（经验方）：苡仁 50g，百合 10g，白糖或蜂蜜各适量。用法：洗净苡仁、百合，放锅内加适量水，开锅后用微火再煮 1 小时即可，亦可加适量白糖或蜂蜜调食。

（2）醋芷芦荟方（《家用葱姜蒜醋治病小窍门》）：醋 10g，白芷 10g，白凡士林 100g，芦荟 10g。用法：白芷水煎 2 次，浓缩取汁 10ml，加醋、白凡士林，将芦荟研成细粉，加入搅拌均匀即可。用温水洗净患处。涂擦此药，一般 1—2 周见效。

（3）皂角刺醋方（《新编醋蛋治百病》）：嫩皂角刺 30g，醋 100ml。用法：将上二味浓煎，去渣，搽患处，每日 2—3 次。

（4）杏仁海藻薏米粥（《民间偏方秘方精选》）：甜杏仁 9g，海藻 9g，昆布 9g，苡仁 30g。用法：把前 3 味加水 3 碗煎成 2 碗，再入薏米仁煮粥食。每天 1 剂，连服 20—30 剂。

（四）药酒疗法

肺胃积热型

白牵牛适量。浸酒为细末，外搽。（经验方）

（五）茶疗法

1.肺胃积热型

荷叶茶调散（《本草纲目》）：干荷叶不拘量，茶叶适量。用法：将荷叶焙干研成细末，或烧灰，用茶叶煎成浓汁，调荷叶末或灰成糊状，即可。每日 1—2 次，涂敷患处。

2.痰淤凝结型

大黄和硫磺各等分，研细末，用茶水调搽。（经验方）

第十二章　妇产科疾病

一、痛　　经

（一）临床表现

凡是在月经前、中、后发生腹痛或其它不舒适，以致影响生活、工作及劳动的称为“痛经”。中医学称痛经为“经来腹痛”或“行经腹痛”。主要临床表现为，每逢月经来潮就发生难以忍受的下腹部阵发性疼痛，有时会放射及腰部，常伴有恶心、呕吐、尿频、便秘或腹泻；严重者腹痛剧烈，面色苍白，手足冰冷，甚至昏厥。痛经常持续数小时或1—2天，一般经血畅流后，腹痛缓解。个别病人对每次月经来潮如临大敌，精神十分紧张，痛经发作时，只能卧床休息；疼痛过后又如大病初愈。这样的情况月月重演，患者痛苦不堪，影响身心健康和工作、学习。

（二）辩证分型

1.气滞血淤型月经多，在月经来潮前一二天，或来潮的第一天，小腹疼痛或绞痛，拒按，上连两胁；经色紫暗成块，经量时多时少，持续不断，或夹带腐肉样物，血块排出，疼痛即可缓解，如血块不出，或排出不畅，则疼痛加重；面色发青，头晕目眩，恶心呕吐，或出冷汗，面色转白，手足发冷，以至昏厥。舌质正常或紫黯，脉弦涩或沉弱等。治宜疏肝调气，活血化淤为主。

2.寒凝血淤型经前及经行时，小腹疼痛而冷，按之痛甚，经水色不鲜，有块，血块排出则痛减，若疼痛剧烈，可至昏厥；面色晦滞，饮食不振，口淡无味，形寒怕冷；舌淡胖嫩，边有齿痕，苔白滑，脉沉涩等。治宜温经散寒、活血调气为主。

3.气血不足型月经周期或先或后，经量或多或少，持续时间或长或短，或净后再行半月；每次经净前后，小腹隐隐作痛，经色稀淡，面色苍白，头晕耳鸣，腰腿酸软，精神疲乏，纳差，平时白带较多；舌淡苔薄白，脉细涩而弱等。治宜益气补血、活血调气为主。

（三）食物疗法

1.气滞血淤型

（1）玄胡益母草煮鸡蛋（《家庭药膳手册》）：鸡蛋2个，玄胡20g，益母草 50g。用法：上各味加水同煮，鸡蛋熟后去壳再煮片刻即可。吃蛋饮汤，月经前，每日1次，连服5—7天。

（2）坤草鸡蛋（《妇女病饮食疗法》）：益母草30g，鸡蛋2枚。用法：将益母草与鸡蛋同煮，至蛋熟。分二次温服，每日2次。

（3）川芎煮鸡蛋（经验方）：鸡蛋2个，川芎9g，黄酒适量，加水300ml，同煮，鸡蛋煮熟后取出去壳，复置汤药内，再用文火煮5分钟，酌加黄酒适量，吃蛋饮汤，日服1剂，5剂为一疗程，每于行经前三天温服。

2.寒湿凝滞型

（1）月季花根炖鸡蛋（《草药手册》）：月季花根30g，鸡冠花30g，益母草9g，鸡蛋2枚。用法：上药3味，煎水炖蛋吃。

（2）艾姜鸡蛋（《饮食疗法》）：艾叶10g，生姜15g，鸡蛋2枚。将上方中三味同煮，至蛋熟。每日1剂，只食鸡蛋，连服7日。

（3）姜芪鸡蛋（《开卷有益》）：黄芪20g，生姜15g，鸡蛋2枚。用

法：将方中三味同煎煮，至蛋熟。从月经前 3 日开始服，连服 7 日，每日 1 剂。

（4）姜枣花椒汤（经验方）：干姜、大枣各 30g。用法：将姜、枣洗净、干姜切片，大枣去核，加水 400ml，煮沸，然后投入花椒 9g，改用文火煎汤，日一料，分二次温服。5 剂为一疗程。临经前三天始服。

（5）当归生姜羊肉汤（经验方）：羊肉 500g，当归、生姜各 25g，桂皮、调料各适量。用法：羊肉洗净切块，当归用纱布包好，加生姜、调料、桂皮后，文火焖煮至烂熟，去药渣，食肉喝汤。月经前，每天 1 次，连服 3—5 天。

3.气血不足型

（1）米酒川芎鸡蛋方（《妇女病饮食疗法》）：川芎 5g，黄酒 20ml，鸡蛋 2 枚。用法：用川芎和鸡蛋同煮，至蛋熟，去渣壳取汁，调入黄酒，汤蛋同服，每日服 1 剂，连服 7 日。

（2）黑豆米酒鸡蛋方（《开卷有益》）：黑豆 60g，鸡蛋 2 枚，米酒 120ml。用法：将黑豆与鸡蛋同煮，至蛋熟，去蛋壳后再煮至豆熟，加入米酒。豆、蛋、汤同服食。

（3）北芪乌骨鸡方（经验方）：乌骨鸡（1000—1500g），去皮及肠杂，洗净，黄芪 100g，洗净，切段，置鸡腹中。用法：将鸡放入砂锅内，加水 1000ml，煮沸后，改用文火，待鸡烂熟后，调味服食。每料为 5 天量。月经前三天即可服用。

（4）姜枣红糖方（经验方）：生姜 69，红枣 10 枚，红糖 60g。用法：加水适量煎汤饮。月经前，每天 1 次，连服 3—5 天。

（四）药酒疗法

1.气滞血淤型

（1）当归元胡酒（《儒门事亲》）：当归 15g，元胡 15g，制没药 15g，红花 15g。用法：上药共捣碎，白纱布包，用酒 1 公斤浸泡于净器中，一周后取用。每日早、晚各空腹温饮 1 杯。

（2）红蓝花酒（《金匮要略》）：红蓝花 30g，酒 0.5 公斤。用法：将药入酒内，煎至减半。顿服一半，未止再服。

（3）大黄酒（经验方）：大黄 3g。用法：将上药研为细末以白酒调服。

2.寒凝血淤型

（1）调经酒（经验方）：当归、川芎、吴茱萸各 120g，炒白芍、白茯苓、陈皮、元胡、丹皮各 30g，熟地、醋香附各 180g，小茴香、砂仁各 60g，烧酒 15 公斤，黄酒 10 公斤，用法：将上药用绢袋盛之，浸人酒中，容器封闭，隔水加热 1.5 小时后，放凉，再浸数日即可饮用。适量饮用，每天 2 次。

（2）红花酒（经验方）：红花 100g，60 度白酒 400g。用法：把洁净的红花放入细口瓶内，加白酒浸泡一周，每日振摇一次。每次服用 10ml，也可兑凉白开水 10ml 或加红糖适量饮用。

3.气血不足型

（1）当归酒（《本草纲目》）：当归 2509。用法：将当归煎汁与糯米 5 公斤、曲 250g 同酿成酒，或单以当归浸 1 公斤酒中 3—5 日，每次温服 10—20ml，每日 3 次。

（2）田七酒（《全国医药产品大全》）：田七须 500g，白酒 2500g。用法：市售成药，每日早晚各服 1 小杯。

（3）归芪酒（经验方）：当归、黄芪各 150g。用法：将上药洗净、切片，加红枣 100g，置绢袋内，投入盛酒容器（酒 500ml），加盖密封。每次 10ml，日二次，7 天为一疗程，行经前五天始服。每料可用三个疗程。（此方宜供能饮酒妇女服用）

（五）茶疗法

1.气滞血淤型

（1）调经茶（《河南省秘验单方集锦》）：制香附 150g，当归 30g，川芎 30g，莪木 30g，藿香 30g，枳壳 30g，白芍 30g，五灵脂 30g，元胡 30g，吴茱萸 30g，边桂 30g，丹皮 30g，茯苓 30g，砂仁 30g，小茴香 30g，苏叶 30g。

用法：先将小茴香研末，过粗罗；再将另 15 味研为末，过药筛与小茴香末共拌匀。然后另取熟地 1509，加水煎成膏状，再将上药末加黄酒 60ml 搅拌，晒干即成。用洁净纱布袋分装，每袋 9g。每日 1—2 次，每次 1 袋，开水冲泡代茶饮服。

（2）川芎调经茶（《简便单方》）：川芎 3g，茶叶 6g。用法：上二味加水一盅（300—400ml），煎 1 半汤汁（150—200ml）即可。每日 1—2 剂，于饭前热服。

（3）花调经茶（经验方）：玫瑰花 9g，月季花 9g（鲜品均用 18g），红花 3g。用法：上三味制粗末，以沸水冲泡闷 10 分钟，即可。每日 1 剂，不拘时温服，连服数天，在经行前几天服为宜。

2.寒凝血淤型

（1）姜枣花椒饮（经验方）：生姜 24g，大枣 30g，花椒 90g 。用法：将姜、枣洗净，生姜切薄片同花椒一起加水煎成 1 碗（只用小火煎）即成。每日 2 次，趁热服。

（2）姜枣红糖茶（经验方）：干姜、大枣、红糖各 30g。用法：将大枣去核洗净，干姜洗净切片，加红糖同煎汤服。每日 2 次，温热服。

（3）艾叶糖茶（经验方）：艾叶 20g，红糖 15g。用法：将上二味，加水同煎代茶饮。

3.气血不足型

（1）当归饮（经验方）：当归 lg。用法：将当归切片，以水煎代茶饮。

（2）山楂籽菜（经验方）：山楂 50g，葵花籽仁 50g，红糖 100g。用法：上 3 味加水适量炖汤即成。每次分 2 次饮，行经前三天饮效果好。

（3）茶树根、凌霄花和小茴香各 15g。于月经来时，将前两味药同适量黄酒隔水炖 3 小时，去渣加红糖服。月经干净后的第二天，将凌霄花炖老母鸡，加少许米酒和食盐拌食，每月 1 次，连服 3 个月。（经验方）

二、 闭 经

（一）临床表现

凡女性年满 18 周岁从未行经者，或月经周期已建立，但又发生三个月以上无月经者为闭经。前者为原发性闭经，后者为继发性闭经。病人除了月经闭止之外，尚有面色苍白或萎黄，心悸气短，神疲乏力；或有消瘦，午后低热，失眠多梦，心烦易怒；亦或胸胁胀痛，精神抑郁，性情急躁；或者小腹

冷痛，四肢不温；或是身体肥胖，白带增多，胃纳不振等。

（二）辨证分型

1.气血不足型月经逐渐减少，以至完全停止。面色苍白或萎黄，精神疲倦，头晕目眩，心悸少气，虚烦不寐，四肢无力。舌淡苔薄白，脉沉细无力等。常见于产后出血，哺乳过多，营养不良等患者。治宜气血兼补，养血通经。

2. 肝肾阴虚型月经闭止日久，消瘦；头晕、眼干涩，手足心热，四肢麻木，腰酸疼，腿酸软；夜寐梦多，阴道无分泌物；舌红少苔，脉细弦。治宜填精益髓，滋补肝肾为主。

3.气滞血淤型大怒之后，或忧思不解，月经骤停或月经数月不行。小腹胀痛，胸胁隐痛，乳房胀痛，面色萎黄，带有青紫，头痛，烦躁易怒；或精神抑郁，睡眠不深，噫气，食欲不振。舌淡有紫斑，边有瘀点，脉细弦涩滞等。常见于精神刺激引起的闭经。治宜疏肝理气，活血化淤为主。

（三）食物疗法

1.气血不足型

（1）鸡血藤鸡蛋方（《饮食疗法》）：鸡血藤 30g，白砂糖 20g，鸡蛋 2 枚。用法：将鸡血藤与鸡蛋同煮，至蛋熟。去渣及鸡蛋壳，加入白糖溶化即成。每日服 1 次，1 次 1 剂。

（2）姜黄鸡蛋（《常见病验方研究参考资料》）:鲜姜黄 21g，黄酒 50m1，鸡蛋 2 枚。用法：将鸡蛋煮熟去皮壳，加入姜黄同煮 20 分钟即成。不食药汤，以黄酒送服鸡蛋。每日 1 次，服食 4—5 日。

（3）乌鸡乌贼当归汤（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：乌骨鸡 1000g，水发乌贼鱼 500g，当归身 30g，黄精 60g，鸡血藤 1209，葱、姜、料酒、食盐各适量。

用法：将乌雌鸡宰杀后，去毛和内脏，再将当归身、黄精、鸡血藤放鸡腹内，置砂锅中，加清水适量。用武火烧沸，打去浮沫，然后将水发乌贼鱼肉、生姜、料酒、葱白、食盐加入；改用文火煨炖，至鸡肉熟烂为度。分餐食用，吃肉喝汤，隔 3 日 1 次。

2．肝肾阴虚型

（1）鳖甲炖白鸽（经验方）：甲鱼 50g，白鸽 1 只，葱、姜、黄酒、盐、味精各适量。用法：将白鸽用水憋死，除去羽毛、内脏；甲鱼洗净捶成碎块，放入白鸽腹内。将白鸽放入碗内，加姜、葱、盐、黄酒、清水适量，隔水炖熟。空腹食用，每日 1 次。

（2）生地黄粥（《臞仙神隐书》）：鲜生地 15—30g，粳米 3060g，白蜜（或冰糖）适量。用法：鲜生地黄洗净切块，煮浓汁滤出，粳米粥加白蜜（或冰糖）适量，入地黄汁 100ml，调匀。每日服 2—3 次，每次 1 小碗，约 300ml。

3.气滞血淤型

（1）木槿花鸡蛋汤（《偏方大全》）：木槿花 30g，鸡蛋 2 个。用法：以花煮汤，汤沸打入鸡蛋。吃蛋饮汤。

（2）丹参鸡蛋方（《家庭厨房百科知识》）：丹参 30g，鸡蛋 2 枚。用法：丹参与鸡蛋加适量水共煮，2 小时后，饮汤吃蛋。

（3）益母蛋方（《草药手册》）：鸡蛋 110g，鲜益母草 30g。用法：将鲜母草切碎后与鸡蛋同煎，待鸡蛋熟后，去渣取汁，加红糖 50g 即可食用。

剥壳食蛋饮汤，连服 3—4 天。

（四）药酒疗法

1.气血不足型

牛膝参归酒（《四川中草药通讯》）：牛膝 30g，党参 15g，当归 15g，香附 15g，红花 9g，肉桂 9g，白酒 0.5 公斤。用法：将上药切碎，浸入酒中，容器密封 7 天即成。早、晚各服 1 次，早 5—10ml，晚 10—20ml，服至月经来潮为止。如果身体强壮，能够耐受，也可适度增饮 10—30ml，有利于缩短疗程。

2.肝肾阴虚型

常春酒（《百病中医药酒疗法》）：常春果、枸杞子各 200g，好酒 1.5 公斤。用法：将上药捣破裂，盛于瓶中，注酒浸泡 7 日后即可饮用。每次空腹饮 1—2 杯，每日 3 次。

3.气滞血淤型

当归生姜羊肉酒（经验方）：当归 30g，生姜 15g，羊肉 2509。用法：上三味放瓦锅内共煮汤，熟烂后调味服食。每天 1 次，每月连服 4—5 天。

1.气血不足型

（1）红糖姜枣茶（《食物与治病》）：红糖 100g，红枣 100g，生姜 15g。用法：上三味加水适量，煎汤代茶。每日 1 剂，不拘时，代茶温饮，连续服用至月经来潮为止。

（2）红花砂糖茶（经验方）：绿茶 1—1.5g，红花 1g，红糖 25g。用法：用醋喷洒红花后，文火炒红花至干燥，备用。将三味加水至 600m1，浸泡 10 分钟，分 4 次饮，4 小时饮 1 次。每日 1 剂。

2.肝肾阴虚型

（1）丹参糖茶（《家庭巧用茶酒治百病》）：丹参 60g，红糖 60g。用法：将上二味同以水煎，每日早、晚各服 1 次。

（2）茜草饮（经验方）：茜草根 60g。用法：将上药以水煎服，日服 2 次。

3.气滞血淤型

（1）调经茶（《偏方大全》）：绿茶 25g，白砂糖 100g。用法：用沸水将上二味浸泡一夜，次日饮服。每日 1 剂，温热顿服。

（2）绿茶白糖饮（经验方）：绿茶 25g，白糖 100g。用法：用开水将上二味冲泡，泡一夜，次日 1 次饮下。

三、月经过多

（一）临床表现

月经周期基本正常，而持续时间及经量超过正常范围，即为“月经过多”。患者除月经过多之外，尚有口渴心烦，夜寐不安；亦或气短懒言，肢软无力；或有头晕耳鸣，手足心热等。

（二）辨证分型

1.血热型月经过多，色红质稠，有紫血块；面红唇干，口渴心烦，夜寐不安；腰腹胀痛，大便干结，小便短黄；舌红苔黄，脉滑而数。治宜清热凉血和止血为主。

2.气虚型月经量多，过期不止，经色淡红，经质消稀，小腹空坠；神疲乏力，面色苍白，心悸怔忡，气短懒言；舌淡红，苔薄白，脉软弱无力等。治宜补气摄血，健脾宁心。

3.肾阴虚型头晕耳鸣，手足心热，腰膝酸软；或午后低热，颧红口干，心烦失眠，时有盗汗，小便赤短，血色深红；舌红少津，脉细滑数。治宜滋阴补肾，酌加止血。

（三）食物疗法

1.血热型

（1）卷柏芹菜鸡蛋方（《饮食疗法》）：鲜卷柏 30g，鲜芹菜 30g，鸡蛋 2 枚。用法：先将鸡蛋煮熟，去皮壳，再与卷柏、芹菜同煮 10 分钟左右，去渣，汤蛋同服。每日服 1 剂，连服 2—3 日。

（2）柿饼散（《饮食疗法》）：柿饼 60—120g，黄酒适量。用法：柿饼焙干，研细面，黄酒为引，冲服。

（3）白鸡冠花方（经验方）：白鸡冠花 30g，鸡蛋 2 枚。用法：将鸡冠花加水煎汤，鸡蛋去壳后入沸汤煮熟，食用。

（4）马齿苋鸡蛋方（经验方）：马齿苋 250g，鸡蛋 2 个。用法：将马齿苋洗净，捣烂取汁；鸡蛋去壳，加水煮熟；兑入马齿苋汁，一天分 2 次服完。月经期连服数天。

2.气虚型

（1）小麦鸡血粥（经验方）：小麦 150g，鲜鸡血 1 碗，米酒 100g。用法：用小麦加水适量煮粥，鸡血用酒拌匀，放入小麦粥内煮熟，1 天分 2 次食。

（2）苎麻粥（《寿亲养者新书》）：生苎麻根 30g，白糯米 100g，大麦面 5Dg，陈皮 5g。用法：同煮为稀稠粥，熟后入盐少许，平分作二服，空腹热食之。

（3）白果乌骨鸡（经验方）：乌骨鸡 1 只，白果肉、莲子肉、糯米各 15g，胡椒适量。用法：将乌骨鸡宰杀后，去毛和内脏，洗净。将白果、莲子、糯米、胡椒装入鸡腹内，加水适量，武火至沸，文火炖至熟烂，空腹食之，隔日 1 次。

3.肾阴虚型

（1）糯木阿胶粥（《食医心鉴》）：阿胶 30g，糯米 60g，红糖少许。用法：先用糯米煮粥，待粥将熟时，放入捣碎的阿胶，边煮边搅匀，稍煮二三沸时再放入红糖即可。每日服 1—2 次，3 天为 1 疗程，间断服用。

（2）益母草汁粥（《家用药粥治病小窍门》）：鲜益母草汁 10ml，鲜生地黄汁 40ml，鲜藕汁 40ml，生姜汁 2ml，蜂蜜 10ml，粳米 100g。用法：先以粳米煮粥，待米熟时，加入上诸药汁及蜂蜜，煮成稀粥即成。每日 2 次温服。病愈即停，不宜久食。

（3）猪皮冻胶方（经验方）：猪皮 1000g，黄酒 250ml，红糖 250g。用法：猪皮切成小块，放在大铝锅内，加水适量，以小火煨炖至肉皮烂透，汁液稠粘时加黄酒、红糖，调匀即可停火，倒入瓷盆内冷藏备用，经常随量佐餐食用。

（4）旱莲草 9g，白茅根 9g，粳米 60g。用法：将前二味加水 5 碗煎成 3 碗，再入粳米煮粥食。月经期每天 1 剂。

（四）药酒疗法

1.血热型

（1）薢根酒（《千金翼方》）：大小薢根各 200g。用法：上二味，用酒 600ml 浸于瓶中，经 5 日开取。每次 20ml、每日 2 次。

（2）地榆酒（《祖国医学采风录》）：地榆 62g，甜酒适量。用法：将地榆研成细末，用甜酒煎服，每次 6g。

2.气虚型

（1）芍药黄芪酒（《家庭巧用茶酒治百病》）；白芍药 100g，黄芪 100g，生地黄 100g，艾叶 30g。用法：将艾叶炒后，上药共捣碎如麻豆大，以白夏布盛贮，置净器中，以酒 1 公斤浸泡，密封，经 1 宿后可取用。每日饭前，随量温饮。

（2）地榆菖蒲酒（经验方）：菖蒲 20g，地榆 50g，当归 40g。用法：上药捣为细末以黄酒 500ml，同煎，取 1 杯，去渣备用。食前分三次温饮。

3.肾阴虚型

滋阴养血酒（《本草纲目》）：生地黄 20 斤。用法：上药用木臼捣取自然汁，绞去渣，用米酒 1.5 公斤和匀，放于瓷器中，蒸熟为度，瓷瓶盛贮。不拘时候，每次温饮 1—2 小杯。以瘥为度。

（五）茶疗法

1.血热型

四炭止血茶（《中草药制剂选编》）：乌梅炭、棕榈炭、地榆炭各 500g，干姜炭 750g。用法：先将前三味共研粗粉，过 60 目筛；再将干姜炭加水煎沸 30 分钟，过滤；再加水煎沸 20 分钟过滤，并将药渣压榨取汁，与两次滤液合并，浓缩成 1：1 姜液，加适量粘合剂，拌合上药粉，压制成块状，晒干或烘干备用。每块重 9g，相当于生药 14g，制成 160 块。每日 2 次，每次 1 块，开水冲泡 2—3 次，代茶饮。

2.气虚型

红糖茶（经验方）：绿茶和红糖各适量。茶叶加水适量煮浓茶一碗，去渣，放红糖溶化饮。

3.肾阴虚型

（1）莲花甘草茶（经验方）：绿茶 2—39，莲花 15—25g，甘草 5g，采收含苞待放的莲花蕾，与甘草加水 300m1，煮沸即加入绿茶，冷却后，分 3 次服。每日一剂。

（2）天冬红糖茶（经验方）：天门冬（连皮）50g（鲜品 150g），再加入适量红糖煮一沸。温服每日 1 次，连用 3—5 次可显效。

（3）莲花茶（经验方）：莲花 6g（阴干），绿茶 3g。用法：上药共研细末。每日 1 次，白开水冲泡。

四、月经过少

（一）临床表现

月经量少是指月经周期正常，而月经量过少（30ml 以下）。或经期时间仅一二天即净，甚或点滴即净。病人除了月经过少之外，还有面色无华，头晕目眩；或者面色黄滞，胸胁胀痛；亦或肢凉怕冷，腰背酸痛等。

（二）辨证分型

1.血虚型月经量少，不日即净，或点滴即止，月经色淡红；面色无华，皮肤干糙，头晕目眩，心悸不寐，小腹空痛，手足不温；舌淡，苔淡黄，脉虚细等。治宜补气养血为主。

2.血淤型月经过少，色紫或有血块；面色黄滞，下腹作痛拒按，行经尤甚，或有胸胁胀痛；舌边黄紫或有淤点，脉沉迟等。治宜活血行气为主。

3.肾阳虚型肢凉怕冷，腰背酸痛，尿少浮肿，食少便溏，面色苍白。舌胖有齿印，脉沉细。治宜温补肾阳、活血调经为主。

（三）食物疗法

1.血虚型

（1）归地生姜羊肉汤（经验方）：羊肉 500g，生姜 10g，当归 15g，生地 15g。用法：将羊肉洗净入砂锅中，加入洗净的药材及适量的酱油、食盐、糖、黄酒、清水红烧至肉烂即可食用。

（2）木耳蛋枣汤（经验方）：木耳 20g，大枣 20 枚，鸡蛋 1 枚，红糖少许。用法：将前三味加水同煮，蛋熟去壳再煮，加入红糖待溶化，作 1 次食用，日 2 次。

2.血淤型

（1）醋艾香附散（经验方）：香附 250g，艾叶 125g，醋适量。用法：前二味洗净，用醋炒黄，研为细末，每次 9g，1 日 3 次，以醋冲服。

（2）川芎鸡蛋汤（《偏方大全》）：鸡蛋 2 个，川芎 10g。用法：鸡蛋洗干净，同川芎加水共煮，待鸡蛋熟后，去壳，再煮 20 分钟，吃蛋饮汤。

3.肾阳虚型

（1）鸡蛋黑豆汤（经验方）：黑豆 60g，鸡蛋 2 枚，米酒 120㎖。用法：将前二味同煮，蛋熟去壳再煮，待鸡蛋熟后，去壳，再煮 20 分钟，吃蛋饮汤。

（2）胎盘冲剂（经验方）：胎盘 1 个。用法：将胎盘洗净后于瓦上焙干研末。每次服 10g，每天服 2 次，用开水或米酒冲服，连服 2—3 个胎盘。

（四）药酒疗法

1.血虚型

（1）刘寄奴 25g，猪肉 100g，炖 1 小时，加黄酒 1 小杯冲服。（经验方）

（2）益母草 25g，泽兰 15g，砂糖 50g，水酒各半煎服。（经验方）

2.血淤型

（1）红花山楂酒（《百病饮食自疗》）：红花 15g，山楂 30g，白酒 250g。用法：将上药入酒中浸泡 1 周。每次饮 15—30g，每日 2 次，视酒量大小，不醉为度。

（2）月季花酒（《常见病验方研究参考资料》）：月季花 12 朵，黄酒适量。用法：将月季花烧灰存性、黄酒送服。

（五）茶疗法

1.血虚型

红糖姜枣茶（《食物与治疗》）：红糖 100g，生姜 15g，大枣 5 枚。用法：上三味加水适量，煎汤代茶。每日 1 剂，不拘时，代茶饮。

2.肾阳虚型

（1）红糖艾叶茶（经验方）：绿茶 2g，艾叶 20g，红糖 15g。用法：将上三味加水煎，每日 1 剂，徐徐饮之。

（2）益母草茶（经验方）：益母草 12g，红糖 15g。用法：上二味，加入水煎代茶饮。

五、功能性子宫出血

（一）临床表现

功能性子宫出血简称“功血”，是一种常见的妇科病，主要由于内分泌失调引起月经不正常、属中医学“崩漏”范畴。临床主要表现为不规律的子宫出血，月经周期紊乱，出血情况变化不一。如月经周期的间隔可长可短，短的几天流血 1 次，长的可间隔几个月；月经来潮以后，经期有的绵延不停，有的时间缩短，或者停停来来；经量可多可少，多时如水冲，甚至出现严重贫血，病人卧床不起等。

（二）辨证分型

1.血热妄行型出血量多，经色鲜红，经质胶粘或结块，或时多时少，淋漓不停。伴有头痛，口苦，烦躁易怒，唇红面赤，小便灼热，大便干结：舌红，苔黄或中剥无苔，脉洪滑数或沉细涩滞等。治宜清热泻火，滋阴凉血为主。

2.气不摄血型出血量多，或先多后少，持续不断；经色初鲜后淡，经质稀薄；面色苍白，头晕目眩，精神疲乏，四肢无力；心悸气短，容易出汗，食欲不振，大便溏泻，或面目浮肿；舌淡苔白，脉沉细无力等。治宜补中益气，固本止血为主。

3.气滞血淤型经漏淋漓不休，或突然凝结成块，血块排出以后腹胀痛缓解。面色晦滞，表情痛苦；舌暗红、边有紫点，脉沉弦涩滞等。治宜疏肝调气、活血化淤为主。

4.肝肾阴虚型经期提前，经量不多，出血时间延长，经色或淡或紫。头晕耳鸣，眼花多梦，睡眠不深；口干，自觉燥热，腰酸脚软跟痛；舌红绛于瘦，脉细数等。治宜滋阴降火、益精养血为主。

（三）食物疗法

1.血热妄行型

（1）芹菜藕片汤（经验方）：鲜芹菜 150g，洗净切段，鲜藕 150g，洗净切片，将生油 25g，倒入炒锅内熬熟，复将芹菜、藕片倒入锅内煸炒片刻，并加调味适量，再加水 500m1，煮熟后分 2—3 次服用，日一剂，7 天为一疗程。

（2）鸡冠花鸡蛋汤（经验方）：白鸡冠花 30g，洗净，加清水 400ml 煮至 300m1，去渣，再将鸡蛋 2 个去壳倒入沸汁中煮熟，分二次服，日一料，5 天为一疗程。

（3）卷柏菜蛋方（经验方）：鲜卷柏 30g，鲜芹菜 30g，鸡蛋 2 枚。用法：先将鸡蛋煮熟去壳，再与卷柏、芹菜二味同煮 10 分钟，去渣吃蛋喝汤。每日 1 剂，连服 2—3 日。

2.气不摄血型

（1）乌鸡汤（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：雄乌鸡 1 只，陈皮 3g，良姜 3g，荫椒 6g，草果 2 枚，葱、豆鼓、酱适量。用法：先将陈皮、良姜、草果、胡椒洗净，用纱布包扎好。雄乌鸡去毛桩、内脏，洗净后切成小块，

与装药的纱布袋同放锅内炖熟，再放入葱、酱等熬成汤。分数次食之。

（2）桂圆红枣汤：桂圆肉 30g，红枣 15g，洗净，置入锅内加水 500ml，煮沸后投入砂糖 50g，文火煮熟，分 2—3 次服用，日一料，7 天为一疗程。

3.气滞血淤型

（1）益母草 50—60g，香附子 15g，鸡蛋 2 个。加水适量同煮，熟后剥去蛋壳，取蛋再煮片刻，去药渣，吃蛋饮汤。每天 1 次，连服 4—5 天。（经验方）

（2）鲜益母草 30g，洗净切断，养菜 100g，洗净，将生油倒入炒锅内熬熟，即将益母草、养菜倒入锅内煸炒至熟，调味后进食，日一料，5 天为 1 疗程。（经验方）

4.肝肾阴虚型

（1）阿胶糯米粥（经验方）：糯米 1009，淘净置锅内，加水 1000m1，煮沸后投入阿胶末 30g，文火熬粥。日 1 剂，7 天为一疗程。

（2）天门冬（连皮）15—30g，益母草 9g，红糖 50g。用法：将天门冬、益母草洗净，用清水两大碗煎成 1 碗，加入红糖再煮开，温服。每天 1 次，连服 4—5 次。（经验方）

（四）药酒疗法

1.血热妄行型

（1）千金翼薊根酒方（《外台秘要》）：大小薊根各 500g。用法：将上药以酒 5 公斤浸 5 日。饮服之，饮用适量。

（2）槐花酒（经验方）：槐花 15g。用法：将槐花焙焦研为细末，以酒送服。

2.气不摄血型

（1）五灵脂酒（经验方）：五灵脂 9g，神曲 6g。用法：将上二味共研末，温酒送服。

（2）老母鸡 1 只，艾叶 15g，米酒 60m1。用法：将鸡去毛及内脏，用酒、艾叶、水共炖汤服。隔天 1 剂，连服 5—6 剂。（经验方）

3.气滞血淤型

（7）蚕茧酒（经验方）：蚕茧 3g。用法：将上药烘焙研细为末，以热酒调服。

（2）鸡蛋 1 只，藕汁 1 小杯，三七末 3g，陈黄酒半小杯。用法：将蛋打散，与三七末、藕汁、陈酒调匀，隔水炖熟。食之。每日 1—2 次。

4.肝肾阴型

滋阴养血酒（《本草纲目》）：生地黄 10 公斤。用法：上药用木臼捣取自然汁，绞去渣，用米酒 1.5 公斤和匀，放于瓷器中，蒸熟为度，瓷瓶盛贮。不拘时候，每次温饮 1—2 小杯。以瘥为度。

（五）茶疗法

1.血热妄行型

乌梅红糖饮（民间验方）：乌梅 9g，红糖适量。用法：乌梅、红糖加清水 1 大碗，煎至半碗，去渣饮用。每日 2 次，温热饮服。

2.气不摄血型

葡萄蜜枣茶（经验方）：红茶 1—1． 5g，葡萄干果 30g，蜜枣 25g。加水 400m1，煮沸 3 分钟后分 3 次服。每日 1 剂。

3.气滞血淤型

益母草茶（经验方）：绿茶 1g，益母草（干品）20g。用法：将益母草、绿茶放入杯中，沸水冲泡大半杯，加盖，5 分钟后可饮。常做饮料。头汁不能饮完，留有余汁，再泡再饮，直至冲淡为止。

4.肝肾阴虚型

豆浆韭汁饮（民间验方）：豆浆 1 碗，韭菜 250g。用法：韭菜洗净，捣汁取汁。空腹时一次饮下。

六、带下症

（一）临床表现

带下是成年妇女从阴道流出的少量带有粘性的液体，多半是白色、无气味，能拖长如带状，故称白带。这是成年妇女常有的生理现象，一般无须治疗。但由于生殖道发生了炎症，如滴虫、霉菌及各种细菌引起的炎症；生殖器肿瘤、药物影响等引起的白带增多，中医称之为带下症。病人除了白带增多外，有的尚有外阴瘙痒、头痛口苦，亦或精神疲倦，食欲不振，大便溏泻，或者腰痛如折，腿软无力，小腹冷痛等。

（二）辩证分型

1.脾虚型带下色白或淡黄，质粘稠，无臭气，绵绵不绝。面色苍白或淡黄、萎黄、四肢不温，精神疲惫，纳少便溏，或伴面浮足肿，舌淡苔白或腻，脉缓弱。治宜健脾益气、燥湿为主。

2.肾虚型白带清冷，质稀薄，量多绵绵不绝。腰酸腹冷，小便频数清长，夜间尤甚，大便搪泄。舌质淡，苔薄白，脉沉迟。治宜温肾益气固涩为主。

3.湿毒型带下量多，色黄绿如脓，气秽，或夹血液，或浑浊如米泔；阴中瘙痒，或小腹痛，小便短赤，口苦咽干；舌质红，苔黄；脉数或滑数。治宜清利湿热为主。

（三）食物疗法

1.脾虚型

（1）白扁豆粥（《延年秘旨》）：白扁豆 60g（鲜品加倍），粳米 100g。用法：上二味同煮为粥，随意食之。

（2）薯蓣拨粥（《神巧万金方》）：生薯蓣 120g（或用于山药磨粉，每次用白面粉 60—90g），葱、姜适量，红糖少许。用法：先将生薯蓣洗净，刮去外皮，捣烂，同小麦面调入冷水中煮作粥糊，将熟时加入葱、姜、红糖，稍煮一二沸即成。

（3）山药薏米粥（《新中医》）：山药 60g，薏米 30g。用法：上二味共煮粥食，每日服 2 次。

（4）扁豆山药糯米粥（民间验方）：扁豆 15g，淮山药 30g，糯米 60g，洗净后下锅，加水 700ml，煮熟后文火熬粥。每一料分服，7 天为一疗程。

2.肾虚型

（1）白果乌骨鸡（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：乌骨鸡 1 只，白果肉、莲子肉、糯米各 15g，胡椒适量。用法：将乌骨鸡宰杀后，去毛和内脏，洗净。将白果、莲子、懦米、胡椒装入鸡腹内，加水适量，武火至沸，文火炖至熟烂，空腹食之，隔日 1 次。

（2）莲子枸杞酿猪肠（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：莲子、枸杞各

30g，猪小肠 2 小段，鸡蛋 2 个。用法：先将猪小肠洗净，然后将浸过的莲子、枸杞和鸡蛋混合后放入猪肠内，两端用线扎紧，加清水 500g 煮，待猪小肠煮熟后切片服用，每日 2 次，一般服用 7—10 次即可有效。

（3）胡椒鸡蛋方（《饮食疗法》）：胡椒 10 粒，鸡蛋 1 个。用法：胡椒研末，先把鸡蛋开一小孔，将胡椒粉装鸡蛋内，以纸封固煨熟食之。

3.湿毒型

（1）冰糖冬瓜子饮（《家庭巧用茶酒治百病》）：冰糖、冬瓜子 30g。用法：将冬爪子洗净捣末，加冰糖，冲开水 1 碗放在陶瓷罐里，用文火隔水炖，每日 2 次，连服 1—5 日。

（2）芹菜汤（民间验方）：将芹菜 250g 洗净切断，放锅中加水 700ml 烧煮，不宜久煎，沸后即可，酌加少量调味。日一料，分 2—3 次服食。 10 天为一疗程。

（3）茯苓车前子粥（民间验方）：茯苓粉、车前子各 30g（纱布包），粳米 60g，白糖适量。用法：先将车前子加水 300m1，煎半小时取出。加粳米和茯苓共煮粥，粥成加白糖，每日服 2 次。

（四）药酒疗法

1.脾虚型

（1）芍药浸酒方（《圣济总录》）：芍药、黄芪、生地各 90g，艾叶 30g。用法：上四味，碾成如麻豆大，以绢袋盛，浸酒 5 公斤经宿后用之。每食前随量温饮之。

（2）用鸡蛋一只加艾叶，以酒煮熟吃。（经验方）

2.肾虚型

鳖甲酒（民间验方）：鳖甲 9g。用法：将鳖甲焙黄后研末，以酒送服。

3.湿毒型

（1）地骨皮酒（《圣济总录》）：萆薢 50g，地骨皮 90g，杜仲 50g。用法：分别将萆薢、地骨皮杜仲炙后，上三味，捣细，用好酒 1 公斤于净器中浸之，密封，煮 1 小时许，取出候冷，不拘时饮之，常令微醉。

（2）芹菜籽 30g，水煎，黄酒为引送服，分 2 次服完。（民间验方）

（五）茶疗法

1.脾虚型

（1）向日葵茎茶（《全国中草药汇编》）：向日葵茎 30g。用法：将上药去皮，切片，水煎，加适量白糖。代茶饮用。

（2）扁豆山药茶（《常见病验方选编》）：白扁豆、山药各 20g，白糖适量。用法：先将扁豆炒至黄色，捣碎；山药切片，煎汤，取汁，加糖令溶。代茶频饮。

2.肾虚型

（1）石榴茶（民间验方）：石榴皮 30g。用法：将上药以水煎代茶饮。

（2）肉苁蓉饮（民间验方）：肉苁蓉 20g。用法：将上药以水煎，每日早、晚各服 1 次。

3.湿毒型

（1）马兰茶（《常见病验方研究参考资料》）：马兰根 20g，红枣 10g。用法：将马兰根洗净，切碎，与红枣煎水，取汁。代茶饮。

（2）鸡冠花藕汁速溶饮（《家庭巧用茶酒治百病》）：鲜鸡冠花 500g，鲜藕汁 500m1，白糖粉 500g。用法：将鸡冠花洗净，加水适量，煎煮，每 20

分钟取煎液 1 次，加水再煎，共煎 3 次，合并煎液，再继续以小火煎煮浓缩，将要干锅时，加入鲜藕汁，再加热至稠粘时，停火，待温，拌入干燥的白糖粉把煎液吸净，混匀，晒干，压碎。装瓶备用。每次 10g 以沸水冲化，顿服，每日 3 次。

七、妊娠呕吐

（一）临床表现

妊娠早期，多有厌食、流涎、恶心、呕吐等反应，临床上称之为“妊娠呕吐”，中医称之为“妊娠恶阻”。按其不同程度，一般分为轻度、中度和重度之类。

轻度呕吐：呕吐只限于清晨，常在饭后加重，经常恶心，厌食，并伴有失眠，便秘和嗜睡，精神疲倦，软弱无力，但一般健康状况尚能维持。

中度呕吐：呕吐频繁，甚至整日呕吐。唾液增多，出现脱水和营养不良现象，体重减轻，口渴，皮肤干燥，脉弱，尿少，眼眶下陷，尿中可检出酮体。

重度呕吐：呕吐频繁，不能进食和进水，吐出物除食物、粘液，甚者可有胆汁或咖啡色血水，并感全身乏力，明显消瘦，小便少，酮体阳性。同时还可发现患者全身皮肤粘膜干燥，眼球凹陷，脉细弱而速（100—120/分）等脱水、电解质紊乱和酸中毒的症象。严重时可出现肝肾功能损害、血压降低、体温升高、黄疸、嗜睡和昏迷，还可出现视神经炎和视网膜出血。

（二）辨证分型

1.脾胃虚弱型受孕以后，纳呆不食，恶心呕吐，每呕清涎，神疲思睡；舌淡苔白，脉缓弱而滑。治宜益气健脾，和胃降逆。

2.肝胃不和型妊娠早期，呕吐频作，每吐酸水或苦水。胸胁胀痛，嗳气叹息，头胀眩晕，烦渴口苦；舌淡红，苔微黄或剥；脉弦滑。

（三）食物疗法

1.食疗原则

和中安胃，降逆止呕是治疗妊娠呕吐的基本法则。临症时应按孕妇食性好恶及其症型分类，选择有此类功效的食品。所选食品，尚须富于营养，易于消化。进食以少量多餐为宜。以流汁和半流汁为佳，忌膏粱厚味。同时，须注意患妇的精神状态，了解思想情绪，解除其顾虑，适当地鼓励进食。在食疗过程中，对患者须仔细观察其精神和津液变化。若病情不见好转，反出现精气耗散，伤津脱液之症时，则需会同中西医一起治疗。如果病情仍无好转或见体温升高，脉象细数，甚或出现黄疸时，应及时考虑中止妊娠。

2.食疗方法

（1）脾胃虚弱型

①糯米汤（《巧治百病》）：糯米 30g（1 次量）。用法：按常法熬汤饮，每日 4 次。

②甘蔗生姜汁（民间验方）：甘蔗汁、鲜生姜汁各 10g。用法：将甘蔗汁、生姜汁两者冲和即可。每隔片刻呷服少许。

③姜奶止呕汁（经验方）：鲜牛奶 200m1，生姜汁 10m1，白糖 20g。用法：将上三味煮沸后温服，每日 2 次。

④姜汁砂仁粥（《老老恒言》）：砂仁 10g，粳米 30g，生姜自然汁 10m1。

用法：砂仁、粳米加水煮成粥后，每小碗加生姜汁 10m1，顿服。

⑤薯蓣半夏粥（《医学衷中参西录》）：清半夏 30g，山药细末 50g，白砂糖适量。用法：用温水淘去清半夏矾味，以砂锅煎取清汤 200ml，去渣入山药细末，煎二三沸，粥成后加白沙糖，每日作早晚点心服。

（2）肝胃不和型

①韭菜姜汁汤（经验方）：韭菜 200g，鲜姜 200g，白糖适量。用法：将韭菜、生姜切碎，捣烂取汁，用白糖调匀饮汁。

②绿豆粥（《普济方》）：绿豆 10g，粳米 100g。用法：绿豆先以温水浸泡 2 小时，粳米加水后同绿豆同煮，豆烂米汤稠时即可。每日服 2—3 次。

③醋蛋白糖饮（经验方）：米醋 60m1，白糖 30g，鸡蛋 1 个。用法：先将米醋煮沸，加入白糖使之溶解，打入鸡蛋，待蛋半熟后，全部食之，每日 2 次。

（四）茶疗法

1.脾胃虚弱型

（1）苏叶生姜茶（《常见病验方研究参考资料》）：紫苏叶 4.5g，生姜汁数滴。用法：将苏叶揉碎，与姜汁用沸水冲泡。代茶频饮。

（2）苏姜陈皮茶（经验方）：苏梗 6g，陈皮 3g，生姜 2 片，红茶 1g。用法：将前三味剪碎与红茶共以沸水冲泡闷 10 分钟，或加水煎 10 分钟，即可。每日 1 剂，可冲泡 2—3 次，代茶不拘时温服。

（3）建兰茶（《常见病验方研究参考资料》）：建兰茶 3—4 叶。用法：将叶切碎，佛水冲泡，代茶饮。

2.肝胃不和型

（1）胡桃茶（《家用药膳手册》）：胡桃 10 只。用法：将胡桃打碎，连壳加水适量煎汤，去渣即可。每日 1—2 剂，不拘时，代茶饮。

（2）桑菊茶（经验方）：冬桑叶，菊花、老茶叶各 39。用法：将上药汾净，用鲜开水泡浸 15 分钟即可饮用。不拘时，当茶饮。

（3）紫苏姜橘茶（《百病饮食自疗》）：苏梗 9g，生姜 6g，大枣 10 枚，陈皮 6g，红糖 15g。用法：上药用煎汤，取汁，代茶饮。

（4）橘皮竹茹茶（《常见病验方研究参考资料》：橘皮 5g，竹茹 10g。用法：将橘皮撕碎，竹茹切碎，用沸水冲泡，代茶频饮。

八、先兆流产

（一）临床表现

先兆流产中医称之为胎漏或胎动不安。妇女怀孕三个月以内，阴道有少量出血，时有时止或淋漓不断，常伴有腰疼，小腹坠胀，严重时可引起坠胎。

（二）辨证分型

1.脾虚血热型平素体健身热，喜冷饮，妊娠后食少，尿黄，便干，小腹坠胀疼；阴道出血，色鲜红；舌质红，脉弦滑稍数。治宜健脾清热，止血安胎。

2.脾肾不足型妊娠后纳少，腰酸疼，下腹坠胀；阴道继续出血，血色淡红；舌质淡，苔白，脉滑。治宜健脾益肾，养血安胎。

（三）食物疗法

1.脾虚血热型

（1）苎麻根糯米粥（《常见病验方》）：鲜苎麻根 100g，红枣 10 枚，糯米 100g。用法：先将苎麻根加水 1000ml 煎汁 500m1，加糯米、红枣共煮成粥。每日 2 次，随意食之。

（2）桃奴鸡蛋（《家用便方》）：桃奴 7 枚，鸡蛋 7 枚。用法：将上方二味同煮，至蛋熟，去壳再煮 5 分钟左右，去渣取汁，一次汤蛋同服。每月服 1 次。

（3）荷叶白矾鸡蛋（《常见病验方研究参考资料》）：白矾 1.5g，荷叶 15g，鸡蛋 3 枚。用法：将白矾、荷叶两味浓煎取汁，以极沸之药汁冲鸡蛋，1 次服下。

（4）阿胶鸡蛋（《圣济总录》）：阿胶珠 30g，鸡蛋 3 枚，米酒 60m1。用法：以米酒煮阿胶至烊化，再将鸡蛋打入，稍煮片刻，加食盐少许调匀，将煮好之药分为 3 份，每日 3 次，1 次 1 份，饭前空腹服食。

2.脾肾不足型

（1）芡实粉粥（《本草纲目》）：芡实粉 60g，粳米 100g。用法：先将粳米煮稀粥，芡实粉加水调成糊，入粳米粥中搅拌煮二三沸即成。顿服。

（2）糯米粉鸡蛋（《备急千金要方》）：糯米粉 40g，鸡蛋 2 枚。用法：将糯米粉、鸡蛋搅匀，入锅蒸熟，顿服，每日 1 次。

（3）莲子桂圆山药粥（经验方）：莲子（去芯），桂圆肉各 50g，山药粉 100g。用法：将莲子、桂圆肉文火煲汤，加山药粉煮粥，每日食 1—2 次。

（4）苎麻鸡蛋汤（《偏方大全》）：苎麻 50g，鸡蛋 4 个。用法：将苎麻用凉水洗净，再用热水烫去其胶质，然后放入锅内加水煮，同时把鸡蛋打破，下入锅，约半小时，可饮汤食蛋。

（5）艾叶鸡蛋（经验方）：生艾叶 15g，鸡蛋 1 枚。用法：将艾叶浓煎取汁，打入鸡蛋煮汤，空腹服食。每日 1 次，连服 30 日。

（四）药酒疗法

1.脾虚血热型

（1）胶艾酒（《千金方》）：阿胶 30g，艾叶 20g，川芎 20g，芍药 20g，甘草 20g，当归 30g，生地 30g。用法：将上药入黄酒、水各 300ml 中，煮取 300ml，分 3 份。每日早、晚各饮 1 份。

（2）竹茹酒（《太平圣惠方》）：青竹茹 60g，阿胶 20g，好酒 400ml。用法：上药同酒煮数十沸，待阿胶烂化，去渣候冷备用。分作三服，早、午、晚各饮 1 服，即安。

（3）地黄酒方（《圣济总录》）：生地黄（切、炒）15g，蒲黄（炒）、生姜（切、炒）各二份。用法：上三味，以白酒 1.5 公斤，同煎至 1 公斤，去滓。每次服 10—20ml，每日 2 次。

（4）蒲黄酒方（《圣济总录》）：蒲黄（炒）30g，槐子（为末）14 枚。用法：上二味，以酒 1.5 公斤，煎至 1 公斤。去滓。每次服 10—20ml，每日 2 次。

（5）安中汤酒方（《妇人良方》）：甘草（炙）、芍药各 90g，当归、人参、生地黄、川芎各 60g，五味子 15g，麦门冬（去心）300g，大枣 35 枚，生姜 180g，大麻仁 15g，黄芩 30g。

用法：上药以水 2100ml，清酒 1500ml，煮取 1000ml。每次 10—20ml，

日 3 次，夜 1 次服。

（6）黄酒煮鸡蛋（《药膳食谱集锦》）：黄酒 500ml，鸡蛋黄 14 枚。用法：上药放在铝锅中，以小火炖煮，至稠粘时即可，侍冷，存瓶罐中备用，频频适量内服。

2.脾肾不足型

（1）白术酒（《千金方》）：白术 60g。用法：上药为细末。每次用 6g，黄酒 500ml 同煮数沸，候温顿服。每日早、午、晚各 1 次。

（2）紫酒（《本草纲目》）：大黑豆 30g，川断 20g。用法：将黑豆炒香熟，同川断、黄酒 1 大杯，共煮取 7 份，去渣、空腹时顿饮，不愈如法再制。

（3）菊花安胎酒（《妇人良方》）：菊花（如鸡子大）一枚，麦门冬（去心）300g，麻黄（去节）、阿胶（炙）各 90g，生姜 150g，甘草（炙）、当归、半夏（洗）各 60g，人参 45g，大枣 12 枚。

用法：上药用水 2400ml，煮至 1 半，内入清酒 900ml，并阿胶，煎取 900ml。每次服 10—20ml。

（4）小品当归酒（《外台秘要》）：当归、阿胶（炙）、川芎、人参各 30g，大枣 l2 枚，艾一把。用法：上药以酒水各 900ml.煮至 900ml。去药渣，放入阿胶。每次 10—20ml。每日 1—2 次。

（5）乌雌鸡酒（《千金要方》）：乌雌鸡（治如食法）一只，茯苓 60g，吴茱萸 30g，芍药、白术各 90g，麦门冬 15g，人参 90g，阿胶 60g，甘草 30g，生姜 30g。

用法：上药切细，先用水 3600ml，煮鸡取汁 1800ml，去鸡下药后再煮至 600ml，然后入白酒 900ml，再入阿胶，烊尽，放温，每服 30ml，每日 3 次。

（五）茶疗法一

1.脾虚血热型

（1）胡桃茶（民间验方）：胡桃（核桃）10 只。用法：将胡桃打破连壳加水适量煮汤，去渣即可，代茶饮。

（2）糯米黄芪饮（《太平圣惠方》）：糯米 30g，黄芪 15g，川芎 5g。用法：上 3 味加水 1000g，煎至 500g，去渣即成。每日 2 次，温热服。

（3）南瓜蒂茶（《陕甘宁青中草药选》）：南瓜蒂 3 个。用法：将南瓜蒂切片，煎汤。宜在自受孕月开始，每月中服 1 次，连服 5 个月。疗效可靠。

2.脾肾不足型

（1）莲子葡萄干茶（《民间验方》）：莲子 90g，葡萄干 30g。用法：将莲子去皮、芯、洗净与葡萄干同装入陶瓷罐里，加水 700—800ml，用旺火隔水炖至莲子熟透即可。每日 1 次，一般 5—10 次见效。

（2）玉米外衣茶（民间验方）：玉米外衣（即络子）一个，甘草 3g，炒白术 9g。用法：水煎，代茶饮。每日 1 剂。

（3）红茶 1g，葡萄干 30g，蜜枣 25g，加水 400ml，煮沸 3 分钟后分 3 次服。每日 1 剂。（经验方）

九、更年期综合症

（一）临床表现

妇女通常在 48 岁左右，卵巢功能开始减退，相应发生月经紊乱，直至月

经闭止。在月经将绝未绝的 1—2 年间，称为“ 更年期 ”。在此期间，可出现一些植物神经紊乱症状，如情绪不稳定，思想不集中，容易烦躁激动、忧郁、疲倦、头痛、失眠、出汗、面部阵发性潮红、忽冷忽热，以及心律不齐、血压波动和月经不调等症状，总称为“ 更年期综合症 ”，中医称其为“ 绝经 ”或“ 断经 ”前后诸症。

（二）辩证分型

1.肾阴虚型 头目晕眩耳鸣，头部面颊阵发性烘热，汗出，五心烦热，腰膝酸疼；或月经先期或先后不定，经色鲜红，量或多或少；或皮肤干燥、瘙痒，口干；大便干结，尿少色黄，舌红少苔，脉细数。治宜滋养肾阴，佐以潜阳。

2．肾阳虚 面色晦黯，精神萎靡，形寒肢冷，腰膝酸冷，纳呆腹胀，大便溏薄；或经行量多，或崩中暴下，色淡或黯，有块，面浮肢冷，夜尿多或尿频失禁；或带下清稀，舌淡，或胖嫩边有齿印，苔薄白，脉沉细无力。治宜温肾扶阳，佐以温中健脾。

（三）食物疗法

1.肾阴虚型

（1）首乌大米方（民间验方）：首乌 10—30g（布包），大米（或小米）100g。用法：放砂锅内共煮粥。每天 1 剂，供早、晚餐服食。

（2）莲子粥（《饮膳正要》）：莲子肉 50g（去皮心），糯米 50g 至 100g，冰糖适量。用水同煮莲子、糯米成粥，加冰糖水。每日晨起吃一小碗，或不拘时作点心食之。

2.肾阳虚型

（1）枸杞栗子羊肉汤（民间验方）：枸杞子 15g，栗子 18g，羊肉 60g，粳米 60g。用法：以上诸味煮粥，常食。

（2）芡实粉粥（《本草纲目》）：芡实粉 30g，核桃肉 15g（打碎）、红枣 5 个（去核），白糖适量。用法：先将芡实粉用凉开水打糊，放入滚开水中搅拌，再入核桃肉、红枣肉，煮熟成糊粥，加糖，不拘时食之（一次量）。

（3）金樱子粥（《饮食辨录》）：金樱子 30g，粳米 50g。用法：先用水煮金樱子取汁去滓，用汁煮米做粥，睡前作夜宵食之（食时亦可放入盐少许）。

（四）药酒疗法

1.肾阴虚型

地黄煮酒（《太平圣惠方》）：黄酒 200ml，生地黄 6g，益母草 10g。用法：黄酒倒入瓷杯中，再加后二药，把瓷杯放在有水的蒸锅中加热蒸炖 20 分钟。每次温饮 50ml，每日 2 次。

2.肾阳虚型

宁杞杜仲酒（《百病饮食自疗》）：宁杞 30—60g，杜仲 30g，白酒 250g。用法：将上药浸于酒中 3—5 天，即可取用。每次饮用 15—30ml，每日 2 次。

（五）茶疗法

1.肾阴虚型

玉米芯茶（《江苏省中医验方交流汇集》）：玉米芯不拘量（或 30g）。用法：将玉米芯切碎，加水煎汤，入糖适量即可。每日 1—2 剂，代茶频饮。

2.肾阳虚型

花生叶茶（《百病饮食自疗》）：花生叶 50g，冰糖适量。用法：将花

生叶洗净，煎水，调入冰唐令溶化即得。当茶频频饮之。

十、产后身痛

（一）临床表现

妇女产后皮肤汗腺功能旺盛，借以排泄孕期体内所积贮的水分，所以产褥期前数日出汗较多，尤其是在睡眠和初醒时更甚。产妇产后由于身本抵抗力下降，受凉后很容易感冒。部分妇女在产后，出现遍身关节疼痛，肢体麻木不仁；甚至发生身热头痛，腰膝活　　动不灵等症状。中医称之为“产后身痛”或“遍身痛”。

（二）辩证分型

1. 血虚型遍身关节疼痛，肢体酸楚、麻木、头晕、心悸、舌淡红，少苔，脉细无力。治宜养血益气，温经通络。

2.风寒型周身关节疼痛，屈伸不利，或痛无定处，或疼痛剧烈，宛如锥刺，或肢体肿胀，麻木重着，步履艰难，得热则舒；舌淡、苔薄白，脉细缓。治宜养血祛风，散寒除湿。

3.肾虚型产后腰脊酸痛，腿脚乏力，或足跟痛；舌淡红苔薄，脉沉细。治宜补肾，强腰，壮筋骨。

（三）食物疗法

1.血虚型

（1）生姜归芪羊肉汤（民间验方）：当归 30g，黄芪 30g，生姜 15g，羊肉 250g。用法：将羊肉洗净切块，当归、黄芪用布包好，同放砂锅内加水适量，炖至烂熟，去药渣，调味服食，每天 1 次，连服 4—5 天。

（2）薏米大枣红糖方（民间验方）：薏米 30g，大枣 15g，红糖、米酒各适量，同煮粥食。每天 1 剂，连服数天。

2.风寒型

（1）姜艾木瓜肉桂汤（民间验方）：艾叶 15g，生姜 9g，木瓜 9g，肉桂 2g。用法：上药加水煎服，每天 1 剂，连服数天。

（2）葱白苏叶红糖方（民间验方）：葱白 100g，紫苏叶 9g，红糖 50g。用法：先用水煎葱白、紫苏叶，再冲红糖温服。每天 1 次，连服 3—5 天。

3.肾虚型

姜参鲤鱼补虚方（民间验方）：鲤鱼约 500g，生姜 20g，党参 15g，白术 25g，茯苓 25g，当归 15g。用法：将鱼去鳞内脏，药物用布包好，同放瓦锅内加水 1000ml，文火炖至烂熟，去药渣，用葱、蒜、无盐酱油调味，食鱼肉喝汤。

（四）药酒疗法

1.血虚型

（1）独活人参酒（《太平圣惠方》）：独活 45g，白藓皮 15g，羌活 30g，人参 20g。用法：将独活、羌活分别去芦头：上四味，捣为粗末，每次用 10g 药末，同水 7 份，酒 3 份，煎至 7 份，去渣温服，不拘时候。

（2）当归独活酒（民间验方）：独活 60g，大豆 500g，当归 10g。用法：将独活去芦头后，上三味药中先将独活、当归捣碎细，置干净器中，以酒 2 斤浸之 1 宿后，将大豆炒令其青烟出，投入酒中密封，候冷，去渣备用。每日 3 次，每次温饮 1 杯。

2.风寒型

（1）黄芪防风酒（《普济方》）：黄芪 60g，蜀椒 60g，白术 60g，牛膝 60g，葛根 60g，防风 90g，炙甘草 30g，山萸肉 30g，制附子 30g，独活 10g，肉桂 3g。

用法：上药共为粗末，用生白布袋盛，置干净器中，用酒 1.5 公斤浸，封口。春夏 3 日，秋冬 5 日后开封，去渣备用。每次温服 1 杯，不拘时。

（2）僵蚕豆淋酒（民间验方）：黑豆 250g，僵蚕 250g，酒 1000g。用法：将黑豆炒焦，以酒淋之，绞去渣，贮于净器中，将僵蚕投入酒中，经 5 日后取用。每日 2 次，夜 1 次，每次温饮 50ml。

3.肾虚型

（1）乌鸡酒（《全国医药产品大全》）：乌鸡 2000g，当归 800g，桑寄生 500g，红枣 2000g，益母草浸膏 500g，黄精 800g。用法：以适量酒浸泡上药，口服 1 次 30ml，1 日 2 次。

（2）杜仲寄生酒（《太平圣惠方》）：杜仲（去粗皮，炙微黄，剉）60g，桂心、丹参、当归、菴茼子、川芎、牛膝（去苗）、桑寄生、附子（炮裂、去皮、脐）、熟干地黄（剉）各 30g，川椒（去闭口及目，微炒）15g。

用法：上药细剉，用生绢袋盛，用好酒 1000ml，瓷瓶中浸 7 日，密封后开取。每日空腹及午食前，温饮 50ml。（注：阴虚火旺者忌）

（3）毛鸡药酒（《治疗与保健药酒》）：干毛鸡 160g（或鲜毛鸡 320g，均除去毛、内脏），当归 160g，红花 160g，赤芍 15g，桃仁 15g，白芷 160g，茯苓 20g，川芎 160g，千年健 160g。

用法：以上九味药，干毛鸡（鲜毛鸡不蒸）用蒸气蒸 15 分钟，放凉，用白酒适量浸泡 25 天后，与当归等八味置容器内，加白酒（前后两次共 17000ml）密闭泡 45—55 天，滤过即得。口服每日 3 次，一次 15—30ml。

十一、产后出血

（一）临床表现

产妇把胎盘娩出后 24 小时内阴道出血达 400ml 者，称为产后出血，属中医“产后血晕”的范畴，主要因子宫收缩无力所致。产后出血的主要临床表现是：产道出血急而量多，或持续小量出血；血液积存产道，严重者可发生休克。产后出血所伴随的症候，可有头晕、乏力、嗜睡、食欲不振、腹泻、浮肿、乳汁分泌缺乏、脱发、畏寒等。

（二）辨证分型

1.血虚气脱型产后出血过多，突然头晕眼花，心悸胸闷，烦躁欲吐，不能坐起；渐至昏迷不知人事，甚则眼闭口开，手撒肢凉，冷汗淋漓，面色苍白；舌淡少苔，脉微欲绝或浮大而虚等。治宜补气固脱为主。

2. 血淤气逆型 恶露不下，或下而不爽，小腹疼痛拒按；甚至心下满急，气粗喘促，神昏口噤，不省人事，两手握固，牙关紧闭，面色紫暗；唇舌赤紫，脉弦或涩等。治宜行血逐淤为主。

产后出血的治疗除采用止血、输血、输液抗休克、抗感染和必要时手术治疗外，可及时选用食疗、酒疗、茶疗等，可以达到更佳的治疗效果。

（三）食物疗法

1.血虚气脱型（1）桂圆红枣粥（经验方）：桂圆肉 10—15g（用温水浸

泡片刻），红枣肉 10 枚，粳米 30g，红糖适量。

用法：上几味放入砂锅内，加水 400ml，采用文火至微滚到沸腾后 10 分钟，见粥稠，表面有粥油形成可停火焖 5—10 分钟即成，晨起空腹与睡前各服食 1 次。

（2）醋酒蟹爪饮（经验方）：蟹爪 100g，米醋和黄酒适量。用法：上三味加水适量共煎服。

（3）鸡蛋三七方（经验方）：鸡蛋 1 枚，汉三七末 5g。用法：将鸡蛋开 1 小孔，装入汉三七末，糊口蒸熟。食之。

（4）鸡蛋黄酒方（经验方）：鸡蛋黄 5 枚，黄酒 50ml。用法：将上二味加水少许调匀，酌加盐少许，蒸 30 分钟。每日食 1—2 次。

（5）大米人参姜汁粥（经验方）：大米 50g，人参末、姜汁各 10g。用法：大米煮粥，加入人参末、姜汁搅拌均匀。供早晚餐服食。

2.血淤气逆型

（1）韭菜方（《傅青主女科》）：韭菜适量，醋适量。用法：韭菜（切）入瓶内，注热醋，以瓶口对鼻。

（2）黑豆红花煎（经验方）：黑豆 30g，红花 6g，红糖 60g。用法：黑豆、红花水煎，加红糖 60g，温服。

（3）木耳冰糖饮（民间验方）：黑木耳、冰糖各适量。用法：上二味炖烂，每服 1 匙，每日 2 次。

（4）良姜米醋鸡蛋方（民间验方）：良姜 10g，鸡蛋 2 枚，米醋 15ml。用法：把良姜研制成粉，打入鸡蛋并调匀，入锅干炒，将熟时以米醋炙之。顿服。

（四）药酒疗法

1.血虚气脱型

（1）当归地黄酒（经验方）：生地黄、当归尾各 50g，黄酒 500g。用法：将上药共细碎，用酒煎数百沸，去渣备用。每温饮 20ml，每日 3 次。

（2）地榆菖蒲酒（《药酒验方选》）：菖蒲 20g，地榆 50g，当归 40g。用法：上三味药捣为细末，黄酒 500ml，同煎取一杯，去药渣。饭前分三次温服。

（3）地黄煮酒（《太平圣惠方》）：黄酒 200ml，生地黄 6g，益母草 10g。用法：黄酒倒入瓷杯中，再加后二药，把瓷杯放在有水的蒸锅中加蒸炖 20 分钟。每次温饮 50ml，每日二次。

2.血淤气逆型

（1）红蓝花酒（《普济方》）：红蓝花 60g，用法：上药为末，分二服，每服温酒二盏。

（2）没药酒（《圣济总录》）：没药 15g。用法：上一味，用酒三盏，将没药磨尽，每服一盏，煎沸。温服，每次服一盏。

（3）菖蒲酒（《妇人大全良方》）：菖蒲 45g。用法：上细剉，以酒二盏，煮取一盏，去渣。分温三服，食煎。

（五）茶疗法

1.血虚气脱型

（1）红糖茶方（民间验方）：红糖适量，和茶饮。日饮 3 次，一般不超过 10 天。

（2）益母草茶方（民间验方）；绿茶 2g，益母草 200g（鲜品 400g），

红糖 25g，甘草 3g。用法：上四味加水 600ml，煮沸 5 分钟即可。分 3 次温饮，每日 1 剂。

2.血淤气逆型

蒲黄茶（民间验方）：蒲黄 100g。用法：将上药用水煎代茶饮。

十二、产后腹痛

（一）临床表现

产后以小腹疼痛为主症者，被称为“产后腹痛”。临床主要表现是在新产后，痛在下腹部，多为阵发性，不伴有寒热等症。病人除有腹痛之外，尚有头晕耳鸣，腰部坠胀；或有面色苍白，四肢不温等症状。

（二）辩证分型

1．血虚型 产后小腹隐隐作痛，喜按，恶露，量少色淡，头晕耳鸣，便燥，舌质淡红，苔薄，脉虚细。治宜补血益气。

2.血淤型产后小腹疼痛，拒按，或得热稍减，恶露量少，涩滞不畅，色紫暗有块，或胸胁胀痛，面色青白，四肢不温，舌质暗、苔白滑，脉沉紧或弦涩。治宜活血祛淤，散寒止痛。

（三）食物疗法

1.血虚型

（1）姜归益母汤（经验方）：益母草 50g，生姜 30g，红糖 15g，当归 15g。用法：上药水煎服，每天 1—2 次，可连服数天。

（2）当归羊肉汤（民间验方）：羊肉 500g，当归、党参、山药各 25g，佛手 15g。用法：将羊肉洗净切块，当归、党参、佛手用纱布包好，一同放于砂锅内加水适量；武火煮沸后改微火煮 2 小时，去药渣，调味服食。每天 1 次，连服 7—8 天。

2.血淤型

（1）炮姜活血饮（经验方）：当归 10g，炮姜 3g，川芎 3g，桃仁 3g，炙甘草 3g。用法：上药水煎服，每日 1 剂，早晚各 1 次。

（2）红鸡冠花鸡蛋方（民间验方）：红鸡冠花 3g，鸡蛋 2 枚。用法：以红鸡冠花浓煎取汁，乘沸冲生鸡蛋，再置火上微沸，待温时顿服。

（3）桂皮红糖方（民间验方）：桂皮 6g，红糖 12g。用法：上方加水适量煎服。每天 2—3 次，连服 4—5 天。

（四）药酒疗法

1．血虚型

（1）大补中当归酒（《千金方》）：当归 40g，续断 40g，肉桂 40g，川芎 40g，干姜 40g，麦冬 40g，芍药 60g，吴茱萸 100g，干地黄 100g，甘草 30g，白芷 30g，黄芪 40g，大枣 20 个。

用法：上药共碎细，布包，置干净器中，用酒 2 公斤浸之，经一宿，加水 1 公斤，煮取 1.5 公斤，备用。每日 3 次，每次饭前温饮 15—20ml。

（2）羌活酒（《普济方》）：羌活 120g。用法：将羌活加入 2000ml 白酒中，煮取 1000ml。每次 20—30ml，每日 2 次。

（3）桂心酒（《备急千金要方》）：桂心 90g，白酒 3000ml。用法：将桂心入酒中煮取 2000ml，去渣。每次 30ml，每日 3 次服。

2.血淤型

（1）生牛膝酒（《备急千金要方》）：生牛膝 150g。白酒 2.5 公斤。用法：将生牛膝入酒中，煮取 2 公斤，去渣。若用于牛膝根，以酒渍之一宿，然后可煮。每次服 30ml，每日 2 次。

（2）泽兰酒（《百病饮食自疗》）：泽兰 30g，米酒 300g。用法：将上药共煎，饮时再加少量米酒。视酒量大小，以不醉为度。

（3）玄胡酒（《百病饮食自疗》）：玄胡 10g，白酒 300g。制法：将玄胡入酒中浸泡 3 天，即可饮用。每次饮用 15—30 克，每日 2 次。

（4）红蓝花酒（《金匮要略》）：红蓝花 30g。用法：用白酒 200ml，煎减至半，去渣候温。每次服 50ml，不止再服。

（五）茶疗法

1.血虚型

（1）菊花根茶（《常见病验方研究参考资料》）：白菊花根 3 枚。用法：上药洗净，切碎，放入茶杯中，沸水冲泡，代茶频饮。

（2）红糖胡椒茶（《常见病验方研究参考资料》）：红糖 15g，胡椒 1.5g，茶叶 3g。用法：红糖炒焦，胡椒研末，与茶叶共用沸水冲泡。随意饮之。

2.血淤型

（1）益母糖茶（《百病饮食自疗》）：益母草 6g，红糖 15g，茶叶 3g。用法：上三味用开水泡 15 分钟即可。代茶饮。

（2）山楂茶（经验方）：绿茶 2g，山楂片 25g。用法：上二味加水 400ml，煮沸 5 分钟后分 3 次温饮（加开水复泡可续饮）。每日 1 剂。

（3）红糖 10g，茶叶末少许，热黄酒适量冲服。（经验方）

十三、恶露不绝

（一）临床表现

恶露是指分娩或流产后阴道的排出物，包括宫腔内积血、坏死的胎膜组织和宫颈粘液等。妇女分娩或流产后，由于子宫肌肉收缩和细胞自体分解作用，阴道可陆续排出少量暗红色的液体。正常恶露有血腥味，产后 3—4 天内为红色，量多，含有较多的血液、血块及坏死的胎膜等；以后逐渐变为淡红色，产后 2 周左右变为黄色，一般 3—4 周后恶露才净。如果产后超过 3—4 周以上，这种紫暗色液体仍未停止，或因此而引起较多的出血，叫做恶露不绝。另外，还有腰痛、小腹下坠胀急等症状。有时可引起出血过多，或者产后感染等。

（二）辨证分型

1.气虚型 产后恶露过期不止，量多，或淋漓不断，色淡红、质稀薄、无臭气；小腹空坠，神倦懒言，面色苍白；舌淡，脉缓弱。治宜补气摄血。

2．血热型 恶露过期不止，量较多，色深红，质稠粘，有臭秽气；面色潮红，口燥咽干；舌质红，脉虚细而数。治宜养阴、清热、止血。

3.血淤型 产后恶露淋漓涩滞不爽，量少，色紫黯有块；小腹疼痛拒按，舌紫黯或边有紫点，脉弦涩或沉而有力。治宜活血化淤。

（三）食物疗法

1.气虚型

（1）党参白术黄芪粳米汤（民间验方）：党参 9g，白术 18g，黄芪 15g。用法：先把前三味布包煎汤，再入粳米煮粥吃。每天 1 剂，连服 6—7 天。

（2）鸡蛋三七方（民间验方）：鸡蛋 1 枚，汉三七末 5g，用法：将鸡蛋开一小孔，装入汉三七末，糊口蒸熟。食之。

（3）鸭蛋苏木藕节方（民间验方）：鸭蛋 1 个，苏木 6g，藕节 30g。用法：将后两味煎汤去渣，然后加入去壳熟鸡蛋再煮片刻，吃蛋喝汤。每天 1 剂，连服 3—5 剂。

2.血热型

益母草木耳红糖方（民间验方）：益母草 50g，黑木耳 10g，白糖 50g。用法：上三味，水煎服。或益母草膏每天 3 次，每次 1 汤匙，水冲服。

3.血淤型

益母草鸡蛋红糖方（民间验方）：益母草 30—60g，鸡蛋 2 个，红糖适量。加水同煮，蛋熟后去壳再煮片刻，去药渣加红糖调味，吃蛋饮汤。每天 1 剂，这服 5—6 次。

（四）药酒疗法

1.血虚型

（1）黑豆酒（《普济方》）：净黑豆（炒令甚热）1000g，羌活 30g，无灰酒 5000g。用法：用黑豆炒令甚热，以无灰酒淋之，入羌活同浸。适量饮服。

（2）鸡蛋醋酒大枣方（民间验方）：鸡蛋 3 个，醋 1 杯，酒 1 杯，大枣 20 枚。用法：把鸡蛋生壳，与醋、酒搅匀，再加大枣及水适量煎服。每天 1 剂，连服数天。

（3）猪肾酒（《普济方》）：牵牛 30g，猪肾 1 个。用法：用牵牛碾细去皮，取末入猪肾中，以线扎青竹叶包，用慢火煨热。空腹温酒嚼下。

2．血热型

地黄酒（《普济方》）：生地黄汁 1000g，生姜汁 100g，清酒 2000g。用法：上药先煎地黄汁 3—5 沸，次入生姜汁，并酒再煎一两沸。每次温服一小盏，每日 3 次。

3.血淤型

（1）牛膝酒（《普济方》）：牛膝（去苗）45g。用法：以酒一大盏半，煎至一盏，去滓。不计时候，分温三服。

（2）归芍姜桂酒（《外台秘要》）：当归 60g，生姜 90g，桂心 90g，芍药 60g。用法：上四味药切细，以水酒各 3500ml，煮取 2000ml，每， 次 30ml，每日 2 次服。

（3）红糖茶叶黄酒方（民间验方）：红糖 100g，茶叶 3g，黄酒适量。用法：先把前两味加水煎汤，去茶叶后用热黄酒冲服。每天 1—2 次，连服 3—5 天。

（五）茶疗法

1.血虚型

红糖茶（《陕西中医》）：红糖适量。用法：和茶饮，每日 3 次，一般不超过 10 天。

2.血热型

赤豆茶（《常见病验方研究参考资料》）：赤豆 50—100g，红糖适量。用法：上药煮汤，入红糖令溶。代茶饮。

3.血淤型

蒲黄茶（经验方）：蒲黄 100g。用法：将上药用水煎代茶饮。

十四、产后缺乳

（一）临床表现

产后乳汁甚少，或全无，称为“缺乳”，亦称“乳汁不足”，或“浮汁不行”。产妇除了缺乳之外，尚有面色苍白，食少、便溏；或者有乳房胀满，神志抑郁，胸闷纳差等症状。

（二）辨证分型

1．气血虚弱型 产后乳少，甚或全无，乳汁清稀，乳房柔软，无胀感；面色少华，神疲食少，舌淡少苔，脉虚细。治宜补气养血，佐以通乳。

2.肝郁气滞型 产后乳汁分泌少，甚或全无；胸胁胀闷，情志抑郁不乐，或有微热，食欲减退；舌正常，苔薄黄，脉弦细或数。治宜疏肝解郁，通络下乳。

（三）食物疗法

1.气血虚弱型

（1）黑芝麻饮（民间验方）：黑芝麻适量。用法：黑芝麻炒老研末，冲服。如加猪蹄汤冲服更好。亦可用芝麻炒研后加盐少许食之。

（2）猪肉黄花饼（民间验方）：黄花菜（水泼发后）250g，猪肉末 500g，葱、盐各少许，白面粉适量。用法：将黄花菜、肉末及佐料调成肉馅，再用和好的白面做成馅饼，或烙或油煎， 1 次或分数次食用。

（3）鲶鱼鸡蛋（《药膳食谱集锦》）：鲶鱼 1 条，鸡蛋 2 枚。用法：选用重约 250g 之鲶鱼，去内脏及杂物，洗净切碎与鸡蛋共煮成汤，当点心服食，服 3—5 剂即可奏效。

（4）荞麦花饮（《偏方大全》）：荞麦花 50g，鸡蛋 1 个。用法：荞麦花煎煮成浓汁，打入鸡蛋再煮。吃蛋饮汤，每日 1 次。

2．肝郁气滞型

（1）莴苣炒蛋（《鸡蛋养生食谱》）：莴苣 300g，鸡蛋 3 枚，绍酒 5g，姜末少许，精油 4g，素油 50g，清汤 50g。

用法：将莴苣去叶除根再去皮，留茎洗净，用刀顺长剖为两片，再斜切为薄片，入碗，用少许盐拌匀，腌渍片刻，捞出挤出汁，待用。鸡蛋磕入碗中，放入绍酒、精盐打匀，将炒锅上火，放油 30g 烧热，倒入蛋液炒熟后装起。再放油 20g，下姜末炒香，放入莴苣片炒片刻，倒入清汤，加少许精盐烧沸，再倒鸡蛋，炒匀后装盘即可。顿服。

（2）催乳肉醋饮（民间验方）：醋 500ml，肥猪肉 250g， 生姜 100g，番木瓜 2 只，红糖适量。用法：将番木瓜去皮核，切成块，同猪肉、姜、醋加适量水煮熟，加红糖分次食之。

（3）赤小豆粥（《长寿粥谱》）：赤小豆 50g，粳米 100g，红糖少许。用法：先将赤小豆煮开花，再下粳米共煮为粥，服时酌加红糖，每日 2 次，早晚服用。

（四）药酒疗法

1.气血虚弱型

（1）吴茱萸根浸酒（《圣济总录》）：吴茱萸根（粗者）l 尺，麻子 50g，陈皮 70g，酒 1 公斤。用法：将吴茱萸根切碎，捣陈皮、麻子为泥，然后拌入吴茱萸根，用酒浸 1 宿后，慢火上微煎，去渣，贮瓶。分作 5 份，空腹温

服。

（2）鱼灰酒（民间验方）：鲤鱼头（瓦上烧灰）5 枚，黄酒 500ml。用法：将上 1 味细研为散，用酒同煎数沸，去渣备用。早、午、晚各温饮 15—20ml。

（3）虾米酒（《本草纲目》）：虾米、黄酒各 500g。用法：将净肉捣烂为膏，每用 2 勺，调黄酒 1 杯。每日温饮 2 次。

2.肝郁气滞型

（1）栝蒌酒（《圣济总录》）：栝蒌（黄大者捣碎）1 枚，好酒 5 杯。用法：将上药，熟捣令烂，用酒煎去 3 杯，剩 2 杯，去渣。每温服 1 杯，不拘时候。

（2）涌泉酒（《验方新编》）：王不留行、天花粉各 10g，当归 7g，穿山甲（炙黄）5g，甘草 10g。用法：将上药，共为细末，每取 7g，同黄酒 2 杯，煎取 1 杯，候温备用。温饮，每日 2 次。

（3）催乳酒（《千金要方》）：猪蹄（熟炙捶碎）2 枚，通草（细切）240g。用法：上二味，用清酒 1000ml 浸之，再加水 1000ml，煮取 800ml。适量饮酒食肉。

第十四章 眼、耳、鼻、喉、口腔科疾病

一、老年性白内障

（一）临床表现

老年性白内障是眼球晶状体随着年龄的增大而发生部分或全部混浊而引起的视力障碍。中医学称之为“圆翳内障”或“如银内障”等。初期视力减低，眼前似有烟雾，视物昏花。检查瞳孔，色呈隐隐淡白，或边缘如枣花，或如油点浮在水面。一般病程漫长，视物昏矇日甚，日久瞳孔色变为白色，有的导致双目失明。

（二）辩证分型

1.肾阴亏损型 病程漫长，双目视物昏矇日甚，甚至失明；兼有头昏、耳鸣；身倦无力：腰背酸痛；舌苔薄白，脉搏细弱。治宜益精养血为主。

2.肝脾两虚型 双目或明或暗，视力日渐下降；头昏面黄，精神萎靡，肢体乏力；口苦咽干，舌苔薄白，脉弦细弱，治宜和肝健脾为主。

（三）食物疗法

1.肾阴亏损型

（1）黄精枸杞方（民间验方）：黄精 15g，枸杞子 9g，菊花 3g，珍珠母 18g，陈皮 9g，红糖适量。水煎服。每天一剂，连服 10—15 天。

（2）黑芝麻炒研细末，冲豆浆或豆乳，加蜂蜜周服。（民间验方）

（3）河车粉日吞 3g。（民间验方）

（4）白参 2g，桂元肉 10 枚煮服。（经验方）

2.肝肾两虚型

（1）明砂山药方（民间验方）：夜明砂 9g，淮山药 30g，菟丝子 9g，粳米 60g，红糖适量。用法：将夜明砂、淮山药、菟丝子用布包好，加水 5 碗煎成 3 碗；去渣后入粳米，红糖煮粥食。每天 1 剂，连服 15—20 剂。

（2）乌鸡肝或兔肝一具，细切，用豆汁煮作粥，空腹食之。（经验方）

（3）嫩莲实 15g，去皮、心，细切，粳米 50g，先煮莲实令熟，次以粳米作粥，候热，入莲实搅令匀，热食之。（民间验方）

（4）决明子，每晨吞一匙或泡茶服。（经验方）

（四）药酒疗法

1.肾阴亏损型

（1）枸杞生地酒（《名医验方类编》）：枸杞子 250g，生地 300g。用法：上二味共捣碎，置干净瓶中，用好酒 1.5 公斤浸泡，密封，经 15 日开封，去渣备用。每日早晚各 1 次，每次空腹温饮 10—20ml。

（2）明目酒（《审视瑶函》）：枸杞子 80g，用法：上药捣碎，置于净瓶中，用醇酒 300g 浸之，密封口，经 7 宿开封，去渣备用。用猪肝煮熟切片，蘸花椒盐同食。每日饮酒 1—2 盅。

2.肝肾两虚型

（1）还睛神明酒（《圣济总录》）：黄莲 18g，石决明 10g，草决明 10g，生姜 10g，石膏 10g，黄硝石 10g，苡仁 10g，秦皮 10g，当归 10g，山芋肉 10g，车前子 10g，黄芩 10g，沙参 10g，朴硝 10g，炙甘草 10g，车前 10g，淡竹叶 10g，柏子仁 10g，防风 10g，制乌头 10g，辛荑 10g，人参 10g，川芎 10g，白芷 10g，瞿麦穗 10g，桃仁 10g，细辛 10g，地肤子 10g，龙脑 1.5g，

白芍 10g，泽泻 10g，真珠 3 颗，肉桂 10g，芥子 10g，丁香 10g。

用法：上 35 味，切细共捣碎，用纱布包贮，置干净器中，醇酒 2.5 公斤浸之，封口，春夏 7 日，秋冬 14 日后开取，去渣备用。每日饭后，温饮 1—2 小酒杯，可渐渐增加，勿使醉吐。

（2）地黄年青酒（《药酒验方选》）：熟地黄 100g，万年青 150g，黑桑椹 120g，黑芝麻 60g，淮山药 200g，南烛子 30g，花椒 30g，白果 15g，巨胜子 45g。用法：上九味药，共捣细，用夏白布包贮，置干净器中，用好酒 2 公斤浸 7 日后开取，去渣。每日早晚各服一次，每次空服温饮 1—2 杯。

（五）茶疗法

1.肾阴亏损型

（1）杞菊茶（民间验方）：枸杞子 10g，白菊花 10g，优质绿茶 3g，用法：上三味用沸水冲泡 10 分钟，即可饮服。每日 1 剂，不拘时频频饮之。

（2）枸杞茶（《常见病验方研究参考资料》）：枸杞子 20g。用法：沸水泡茶频饮。

2.肝脾两虚型

（1）枳壳茶（《医部全录》）：枳壳（麸炒）64g。用法：将枳壳炒后为末，点汤代茶饮之。

（2）枸菊茶（《瀚海颐生十二茶》）：枸杞子 12g，菊花、霜桑叶各 6g，谷精草 3g。用法：上药共为粗末，煎汤，取汁。代茶饮。

二、耳　　鸣

（一）临床表现

耳鸣是单侧或双侧耳内鸣响，其声如蝉噪，或如水激，或如钟鼓之声等。病人除了耳鸣之外，尚有头痛、面赤，心烦易怒；或者胸闷脘满，呕吐痰涎；或有头晕目眩，腰膝酸软等症状。

（二）辨证分型

1.肝胆火气上逆型 突然耳中鸣响，兼有头痛、面赤，或者两耳闭塞如聋，心烦易怒，目红、口苦，大便干结。舌质红，苔薄黄，脉弦数。治宜清肝泻火。

2.脾胃痰火上升型两耳时有鸣响，兼有胸闷脘满，呕吐痰涎，口中苦腻；或耳音阳塞如聋，二便不畅。舌苔黄腻。脉象滑数。治宜化痰消火。

3.肾虚不能充耳型耳内鸣响，午后及夜间为甚，反复不愈；兼有头晕，巨眩，或两耳重听如聋，腰酸，遗精（男性）；舌淡红，脉沉细，尺脉弱。治宜衬肾益精。

（三）食物疗法

1.肝胆火气上逆型

（1）柴乱桅子汤（民间验方）：柴胡 9g，桅子 9g，天花粉 18g，马蹄粉 30g，白糖适量。用法：前三味煎汤，去渣后，加马蹄粉、白糖煮服。每天 1 剂。

（2）菊花粳米方（民间验方）：菊花末 10—15g，粳米 60g。用法：共同煮粥食。每天 1 剂，连服数剂。

2.脾冒痰火上升型

（1）石菖蒲猪肾粥（《圣济总录》）：石菖蒲 30g，猪肾 1 个，葱白 30g，

粳米 60g。用法：先煎菖蒲取汁，去渣；再入其余三味煮粥，空腹食。

（2）芹菜粳米粥（《常见病饮食疗法》）：芹菜连根 120g，粳米 250g。用法：上二味同煮食，每天 1 剂，连服数剂。

3.肾虚不能充耳型

（1）胡桃肉方（经验方）：胡桃肉适量。用法：每天早晨细细嚼食 5 枚，久服有效。

（2）磁石粥（《寿亲养老新书》）：磁石 30—60g，粳米 60g，猪肾 1 只。用法：先将磁石打碎，置砂锅加水猛火煎 1 小时，滤去渣；猪肾去膜洗净切细，用粳米入磁石汁中煮粥，适量服用。

（3）枸杞叶煲猪肾（民间验方）：猪肾 1 枚，枸杞叶 100—150g　用法：将猪肾洗净后，切去脂膜，切成小块，放入枸杞叶，加水煲汤，调味服食。

（四）药酒疗法

1.肝胆火气上逆型

磁石酒方《圣济总录》：磁石（捣碎绵裹）15g，木通 250g，菖蒲（米泔浸一两日切焙）250g。用法：上三味研碎，用纱布包，用酒 5 公斤浸，冬天浸七日，夏天浸 3 天。每次饮 30ml，每日 1 次。

2.脾胃痰火上升型

栝篓根酒（《千金方》）：栝篓根 15 公斤。用法：上药切细，水煮，用平常酿酒法酿酒或栝蒌根 1 公斤，酒 4 公斤，煮三沸，去渣，每次服 30ml，每日 1 次。

3.肾虚不能充耳型

（1）桑葚酒（《大众药膳》）：桑葚 5000g，大米 3000g，酒曲适量。用法：将桑葚捣汁煮过，将米煮半熟晒干，与桑葚汁拌合均匀，蒸煮后下适量酒曲搅匀，装瓶坛内，把瓦坛置箱内，周围用棉花或稻草保温，待发酵后，味甜可口即可服用。每日服 30—40ml，用开水冲服或置锅上加水适量煮热服之。

（2）泡酒方（《药酒验方选》）：鲜石菖蒲 20g，鲜木瓜 20g，桑寄生 30g，小茴香 10g，九日菊 20g。用法：上五味，用纱袋贮，悬于净器中，用烧酒 1.5 公斤，浸之，经七日取用。每日早晨温饮一小盅。

（五）茶疗法

1.肝胆火气上逆型

（1）桑竹茶（《防治心血管病的饮食》）：嫩桑叶、白菊花各 5g，苦竹叶 20g。用法：将上药放入茶壶，开水浸泡 2 分钟后即可代茶饮用。

（2）海蜇马蹄茶（《食物与治病》）：海蜇头、生马蹄（即荸荠）各 60g。用法：先将海蜇头漂洗去咸味，再与马蹄同煮，取汁。不拘时饮之，亦可将海蜇头、马蹄取出蘸酱油食之。

2.脾胃痰火上升型

（1）参须京菖茶（经验方）：参须、京菖、茶叶各 3g。用法：沸水冲泡。代茶饮，每日 1 剂，以味淡为度。

（2）槐菊茶（《百病中医自我疗养丛书》）：槐花、菊花、绿茶各 3g。用法：上药共用沸水冲泡。代茶频饮。

三、鼻出血

（一）临床表现

鼻出血是指鼻腔出血，又称鼻衄。病人除有鼻出血之外，常有鼻中气热，口干咳嗽；或有鼻燥，口臭，口渴欲饮；亦或头痛眩晕，心烦易怒；亦有头晕耳鸣，腰膝酸软等症状。

（二）辨证分型

1.肺热上蒸型鼻孔出血，血量或多或少，反复发作；兼有鼻中热气，微寒恶风，或者发热，咳嗽咽干；舌光红，苔薄黄，脉浮数或滑数。治宜清泄肺热，安络止血为主。

2.胃热上冲型鼻孔出血，血量较多，兼有鼻燥，口臭；口渴欲饮，烦躁不安；舌质红，苔黄粗，脉洪数。治宜清胃泻热、凉血止血为主。

3.肝火上扰型鼻孔出血，常随情志变化改变；并有头痛，眩晕，口干，目赤，心烦，易怒；舌边红，苔薄黄，脉弦数。治宜清肝泻火，宁络止血为主。

4.肾阴不足型鼻孔出血，反复发作；兼有头晕耳鸣，鼻中干燥灼热，腰膝酸软；舌光红，脉细数。治宜滋补肾阴，清热止血为主。

（三）食物疗法

1.肺热上蒸型

（1）荸荠萝卜莲藕方（《湖南药物》杂志）：荸荠、萝卜、莲藕各 500g。用法：上三味分别洗净切片，水煎服，每天 1 剂，连服 3—4 剂。

（2）桑叶菊花方（民间验方）：桑叶 9g，菊花 6g，白茅根 15g，白糖适量。用法：水煎服。每天 1 剂，连服数剂。

2.胃热上蒸型

（1）荸荠萝卜莲藕方（《常见病饮食疗法》）：荸荠、萝卜、莲藕各 500g。用法：上 3 味分别洗净切片，水煎服，每天 1 剂，连服 3—4 剂。

（2）白萝卜饮（《常见病饮食疗法》）：白萝卜数个，白糖少许。用法：将萝卜洗净切碎绞汁，白糖调服。每次 50ml，每天 3 次，连服数剂。

3.肝火上扰型

（1）蕹菜白糖饮（民间验方）：蕹菜 250g，白糖适量。用法：将蕹菜洗净，和糖捣烂，冲入沸水饮用。

（2）白鸡冠花鸡蛋方（民间验方）：白鸡冠花 15—30g，鸡蛋 1 只。用法：将鸡蛋、白鸡冠花加清水 2 碗煎至 1 碗，鸡蛋去壳放入再煮，去渣吃蛋。每日 1 剂，分数次服食，连服 3 日。

4.肾阴不足型

旱莲草猪肝方（民间验方）：旱莲草 60g，猪肝 250g。调料适量。加水煎汤饮服。每天 1 剂，连服数剂。

（四）药酒疗法

1.肺热上蒸型

莱菔酒（《普济方》）：莱服适量。用法：将莱菔研细，每次 30g。酒 100g。先煎酒沸后再下莱菔，再蒸一二沸，稍温滤去渣顿服。

2.胃热上冲型

葫芦酒（《药酒验方选》）：苦葫芦子（捣碎）30g。用法：将上药置于净瓶中，用白酒 150ml 浸之，经七日后开口，去渣备用。少少纳鼻中，每日 3—4 次。

（五）茶疗法

1.肺热上蒸型

（1）白茅花茶（民间验方）：白茅花 15g。用法：将上药用水煎代茶饮。

（2）墨茶饮（民间验方）：陈墨 1 块，茶叶 1 撮。用法：用沸水将茶叶冲泡 1 杯后，以茶水研墨，再用茶水送服。

2.胃热上冲型。

仙鹤草茶（民间验方）：仙鹤草 15g，用法：将上药以水煮代茶饮。

3.肝火上扰型

青蒿茶（民间验方）：青蒿 30g。用法：将上药捣汁，以温开水冲之，代茶饮。

4.肾阴不足型

萱草姜茶（民间验方）：萱草根 30g，生姜一块。用法：将上二味，同煎水，代茶饮。

四、鼻窦炎

（一）临床表现

本病以流脓性鼻涕为主症，属于中医的“鼻渊”范围，俗称“脑漏”。病人除有流脓鼻涕之外，时有恶寒发热，头痛鼻塞；亦或眉额胀痛，嗅觉减退等症状。

（二）辩证分型

1.风火型鼻塞不通，时流黄涕，头疼、头昏、脑胀；嗅觉不灵，甚而流脓涕，有恶臭；或伴有全身不适等症状。治宜清热解毒疏风。

2.风寒型交替性鼻塞不通，时流浊涕或脓涕，有腥臭味，伴有头昏脑胀，记忆力减退，精神疲乏等症状。治宜辛温疏解，佐以解毒。

（三）食物疗法

1.风火型

（1）米醋鸡蛋清（《本草纲目》）：鸡蛋清 1 枚，米醋适量。用法：将鸡蛋去黄，蛋清留于壳内，加入米醋，放在铁丝架上，置火上煮沸，取下，再置火上微沸、取下。如此反复三次即成。乘热服食，每日 1 次，每次 1 剂。

（2）大蓟根鸡蛋（《全国中草药新医疗法展览会技术资料选编》）：鲜大蓟根 60g，鸡蛋 3 枚。用法：以鲜大蓟根煮鸡蛋至蛋熟，食蛋，每日 1 次。连服 7 日。忌食辛辣。

（3）大蒜蜂蜜方（民间验方）：大蒜、蜂蜜各适量。用法：大蒜捣烂取汁，加蜂蜜 2 倍，用盐水洗鼻后擦于，以棉球沾药液塞于鼻内，每天 3—4 次。连用 7—8 天。

（4）辛荑花鸡蛋（《饮食疗法》）：辛荑花 12g，鸡蛋 2 枚。用法：将辛荑花以布包之，与鸡蛋加适量清水同煮至蛋熟，去蛋壳后，再入药汁煮片刻。汤蛋同服。每日 1 次，5 次为 1 疗程。

2.风寒型

（1）花生仁熏鼻方（《饮食疗法》）：花生仁 7 粒。用法：花生仁 7 粒，放白铁罐内，上糊纸密闭，纸上开一小孔，将罐放火炉上，待胃烟，用烟熏鼻孔，每日 1 次，30 日即可愈。

（2）西瓜藤冲服法（《常见病饮食疗法》）：西瓜藤 30g。用法：西瓜藤焙于研末，开水冲服，分 2—4 次服完，每天 1 剂，连服数剂。

（四）药酒疗法

1.风火型

葫芦酒（《奇效良方》）：苦葫芦子 60g，酒 500g。用法：将上药捣碎并置于净瓶中，以酒浸泡，经 7 日后开口，去渣备用。少少地纳入鼻中，每日 2—4 次。

2.风寒型

老刀豆黄酒方（民间验方）：老刀豆适量，黄酒一杯。将刀豆带壳焙焦，研为细末。每次 6g，黄酒冲服，每天 1 次，连服数天。

（五）茶疗法

1.风火型

（1）嗅茶柏散（民间验方）：龙井茶 30g，黄柏 6g。用法：上二味共研细末，以少许药粉嗅入鼻内两侧，每日多次。

（2）儿茶散（民间验方）：孩儿茶适量。用法：将儿茶研为细末，吹鼻，每日 2—3 次。

2.风寒型

（1）辛荑花茶（《全国中草药汇编》）：辛荑花子 2g，苏叶 6g。用法：选用春季未开放的辛荑花蕾，晒至半干，堆起，内部发热后晒至全干，苏叶切碎。1 日 1 剂，开水泡饮。

（2）苍耳子茶（民间验方）：苍耳子 12g，辛荑 9g，白芷 9g，薄荷 4.5g，葱白 3 根，茶叶 2g。用法：将上药共为粗末。1 日 1 剂，开水泡饮。

五、咽　　炎

（一）临床表现

临床上分急性、慢性两种。急性咽炎，由于咽广泛红肿，故属“喉痹”的范围；慢性咽炎，由于咽部异物感明显，故称“梅核气”；咽部有淋巴滤泡的，称“气子”。患者有咽部充血、疼痛、多痰之外，常有恶寒发热，头痛等外感症状；或者咽部异物感明显，多痰且粘，咽壁充血等。

（二）辩证分型

1.风热侵咽型起初有恶寒发热，头痛脑胀；咽部红肿，口干灼热，明显疼痛，分泌物增多；舌红苔黄，脉滑数。多见于急性期。治宜疏风情热为主。

2.肺热伤阴型咽部干燥不适，稍有疼痛；有明显异物感，痰多且稠；咽后壁颜色暗红，并有淋巴滤泡突起；舌红绛，脉弦数。多见于慢性期。治宜清肺养阴，化痰散结为主。

（三）食物疗法

1.风热侵咽型

（1）牙皂鸡蛋清（《山西中医验方秘方汇集》）：猪牙皂角 1.5g，鸡蛋清 1 枚。用法：将皂角研为细末，与鸡蛋清调匀，噙口内或以开水送服。使口水流出为度。

（2）苦酒鸡蛋清（《伤寒论》）：半夏 14 枚，鸡蛋 1 枚，米醋适量。用法：将半夏洗净，破如枣核大，鸡蛋打一小孔，去黄留白，放入半夏，注入米醋以壳满为度。再把鸡蛋放置在铁丝架上，在火上烤之，沸三沸，去渣，取汁少许含咽之。不愈再用 3 剂。

（3）生地螃蟹汤（《家用鱼肉禽蛋治病小窍门》）：生地 50g，鲜蟹 1 只。用法：上 2 味加清水适量，煎成 1 碗，去药渣，除蟹壳，饮汤，1 次顿服，连用 3 日。

2.肺热伤阴型

（1）鸡蛋白糖方（《偏方大全》）：鲜鸡蛋 2 个，白糖 15g，香油数滴。用法：将鸡蛋打破，三味共搅匀，空心服食，一次食尽。

（2）米醋蛋清汤（《家庭药膳手册》）：鸡蛋 2 只，制半夏 5g，米醋 5 匙。用法：鸡蛋除壳去蛋黄，半夏研成细粉。将蛋清、半夏粉、米醋拌匀，煮沸含服。每日 2 次。

（3）蜂蜜鸡蛋方（《鸡蛋食疗法》）：生蜂蜜 20g，鸡蛋 1 枚，香油数滴。用法：将鸡蛋打入碗内，搅匀，以极沸水冲熟，滴入香油及蜂蜜，调匀，顿服。1 日 2 次，早晚空腹服食。忌烟酒及辛辣。

（4）海带白糖方（经验方）：海带 300g，白糖适量。用法：海带洗净切丝，放开水中烫一下捞出，用白糖腌 3 日食用。每天 1 次，每次 30g。

（四）药酒疗法

1.风热侵咽型（1）牛蒡蝉蜕酒（《药酒验方选》）：牛蒡根 500g，蝉蜕 30g，黄酒 1500g。用法：将牛蒡根切片（小者打碎）同蝉蜕浸酒于瓶中，经 3—5 日开封，去渣。每次饮 1—2 杯。

（2）紫苏子酒（《太平圣惠方》）：紫苏子 1000g，清酒 30009。用法：上药捣碎，用纱布盛，放入酒中，浸二宿即得。少量饮服。

2.肺热伤阴型

（1）蘘荷根酒（《肘后方》）：蘘荷根（研绞取汁）60g，白酒 5009。用法：将蘘荷根浸酒中，适量温服。

（2）青果酒（《中国药膳》）：白酒 1000g，干青果 50g，青黛 5g。用法：将于青果洗净，晾干水气，逐个拍破，同青黛入白酒，浸泡 15 灭，每隔五天摇动一次。适量饮服。

（3）人乳酒（《普济方》）：酒 50g，人乳汁 500g。用法：上药和合。分二次服。

（五）茶疗法

1.风热侵咽型

（1）喉症方（民间验方）：细茶叶 9g（清明前者佳），薄荷 9g，黄柏 qg.硼砂（锻）6g。用法：上药研极细末，取净末和匀，加冰片 0.9g，食之。

（2）罗汉果速溶饮（《广西中药志》）：罗汉果 250g，白糖 100g。用法：罗汉果洗净，打碎，加水适量，煎煮。每 30 分钟取煎液 1 次，加水再煎，共煎三次，最后去渣，合并煎液，再继续以小火煎煮浓缩到梢稠粘将要于锅时，停火，待冷后，拌入干燥白糖把药液吸净，混匀，晒干，压碎，装瓶备用。每次 10g，以沸水冲化饮用，次数不限。（3）消炎茶（《吉林省中草药栽培与制剂》）：蒲公英 400g，金银花 400g，薄荷 200g，甘草 100g，胖大海 50g，淀粉 30g。用法：先取薄荷、金银花、蒲公英各 200g，甘草、胖大海、五味共研为细末，过筛，再将剩下的蒲公英、金银花加水煎 2 次，合并药液过滤，浓缩至糖浆状，与淀粉浆（淀粉加适量水制成）混合一起，煮成糊状。再与上述备用药粉和匀，使之成块，过筛制成粒，烘干。1 次 10g，1 日 3 次，开水泡饮。

（4）咸橄榄芦根茶（《饮食疗法》）：于芦根 30g（若为鲜品用 90g）、咸橄榄 4 枚。用法：将芦根切碎，橄榄去核，加清水 2 碗半，煮至 1 碗，去渣代茶饮。l 日 1 剂。

（5）千里光茶（《福建中草药》）：千里光 5009。用法：将上药干燥

全草。切为细末，1 次 15g，开水泡饮。

2.肺热伤阴型

（1）胖大海饮（民间验方）：胖大海 3 个，蜂蜜 15g。用法：将胖大海洗净，放入茶杯内，加入蜂蜜，以开水冲之，加盖，3—4 分钟后，开盖，用勺拌匀即成。以之代茶饮。

（2）清咽茶（经验方）：乌悔肉、生甘草、沙参、麦冬、桔梗、玄参各等分。用法：将上药捣碎混匀。每用 15g，放入保温杯中，以沸水冲泡，盖严温浸 1 小时。代茶频饮，每日三次。

（3）清咽茶（《百病中医自我疗养丛书》）：银花、玄参、青果各 9g。用法：上药加水，煎汤，取汁。代茶颁饮。

（4）榄海蜜茶（《饮食疗法 100 例》）：绿茶、橄榄各 3g，胖大海 3 枚，蜂蜜 1 匙。用法：先将橄榄放入清水中煎沸片刻，然后冲泡绿茶及胖大海，闷盖片刻、入蜂蜜调匀。徐徐饮汁。

（5）诃玉茶（《常见病验方研究参考资料》）：诃子、玉竹、桔梗各 10g.木蝴蝶 6g。用法：上药共为粗末，沸水冲泡，代茶频饮。

（6）清热茶（《慈嘻太后医方选议》）：鲜青果（去该）Z0 个，鲜芦根（切碎）4 枝。用法：将上二味同加水共煎，取汁，代茶饮。

（7）利咽茶（《光绪皇帝代茶饮方》）：元参 25g，山豆根、苦栀、麦冬、僵蚕（炒）各 10g，青果（压扁）6 枚。用法：将上几味加水同煎，取汁，代茶饮。

六、口腔溃疡

（一）临床表现

口腔溃疡又叫复发性口疮，中医属“口疮”的范围。其发生原因可能因胃肠功能紊乱、维生素缺乏、精神因素，内分泌改变及口腔粘膜损伤等。病人除口腔溃疡之外，尚兼有局部肿痛，口臭便结；或者心悸失眠，反复发作，头晕心烦等症状。

（二）辨证分型

1.心火上炎型溃疡周围粘膜红赤，灼热，疼痛明显，口干心烦，舌质红，脉数。治宜清泻心火为主。

2.阴虚火旺型溃疡周围粘膜淡红，疼痛轻微，反复发作，伴有心悸、失眠等；舌光，少苔，脉细数。治宜滋阴降火为主。

（三）食物疗法

1.心火上炎型

（1）黄连蛋黄油（《中医验方秘方汇集》）：川黄连末 6g，蛋黄油适量。用法：将若干枚熟鸡蛋去白取黄入钢精锅内，置火上熬，不时以筷子搅炒，使蛋黄由黄变焦，由焦变黑，炼出蛋黄油。以蛋黄油同川黄连末调匀，涂在患处。

（2）生地黄芥竹叶白糖方（《常见病饮食疗法》）：生地 15g，黄芩 9g，淡竹叶 15g，白糖适量。用法：前三味煎汤，冲白糖饮服，每天 1 剂，连服 4—5 剂。

（3）五倍子枯矾白糖方（《民间偏方秘方精选》）：五倍子 36g，枯矾 24g，白糖 2g。用法：先将五倍子炒黄，加入白糖炒片刻，待糖溶化完为度，

倒出晾干，然后与枯矾共研细末，用香油将药末调成稀糊状，抹于患处，每日 2—3 次。

2.阴虚火旺型

（1）生地莲子甘草汤（《常见病饮食疗法》）：生地 9g，莲子芯 6g，甘草 6g。用法：水煎服，每日 1 剂，连服数剂。

（2）五倍子、白糖各 3g，研末吹之即愈。（经验方）

（3）鸡内金烧灰，敷之立效。（经验方）

（4）鲜羊乳 100ml，一日 2 次分服。（经验方）

（四）药酒疗法

1.心火上炎型

竹叶酒（《百病中医药酒疗法》）：淡竹叶 250g，曲、米适量。用法：将淡竹叶煎汁，同曲、米如常法酿酒，酒熟压去糟渣。不拘时候，徐徐饮之，以愈为度。

2.阴虚火旺型

金花酒（《景岳全书》）：黄柏 90g，黄连 15g，栀子 30g，江米酒 500ml。用法：将上药用酒煎数百沸，去渣，候凉备用。每空腹饮 20ml，不拘时候，以愈为止。

（五）茶疗法

1.心火上炎型

（1）马兰茶（《中草药单验方选编》）：海金沙（鲜品）、马兰（鲜品）各 30g（干品各 15g）。用法：上二味洗净，加水煎汤代茶，每日 1—2 剂，不拘时，代茶饮。

（2）茶树根饮（民间验方）：茶树根 30g。用法：以水煎汤，代茶饮。

2.阴虚火旺型

香茶丸（《家庭巧用茶酒治百病》）：芽茶 60g，麝香 0.3g，硼砂 1.5g，儿茶末 30g，诃子肉 69。用法：共研细未，以甘草汤和上五味为丸或片，每服 6g，每日 2 次。

主要参考书目

1.蒋茶茶：《酒海大观》，山西人民出版社 1988 年版。

2.许青峰：《治疗与保健药酒》，中国食品出版社 1988 年版。

3.钱伯文等：《中国食疗学》，上海科学技术出版社 1987 年版。

4.程丽等：《茶酒治百病》，上海科学技术出版社 1991 年版。

5. 杨思澍等：《百病中医药茶疗法》，学苑出版社 1991 年版。

6.孙文奇、朱君波：《药酒验方选》，山西科学教育出版社 1985 年版。

7.王仁兴：《中匡饮食谈古》，轻工业出版社 1985 年版。

8.陈熠：《中国药酒大全》，上海科学技术出版社 1991 年版。

9.郑庆良：《民间偏方秘方精选》，人民军医出版社 1990 年版。

10.曹武君、刘展羽：《常见病饮食疗法》，金盾出版社 1985 年版。