

前 言

这是我们献给广大妇女儿童的一份礼物。

在保护人类健康中，妇女儿童需要特别引起重视。由于他们生理、心理和社会经济状况的种种特殊性，罹患各种疾病的可能性比别的人群要大得多；妇女们需要担负孕育新生命的重任，儿童是人类的未来，他们更需要加强医疗保健，以有个健康的体魄。

目前，我国社会医疗保健条件得到极大改善，许多严重疾病已能有效控制，妇女儿童的健康水平不断提高。但如何依靠自身条件，学习和掌握医疗保健知识，知道如何预防常见病，危急病症如何急救，身体不适时如何调理，当地哪些草木菜果可以入药等等。我们编撰了本书，努力为推广普及医疗保健知识贡献微力。

本书的内容有以下几个特点：

一是书中所选的方剂都是有效的，而且是安全可靠的。这些方剂都是从近年来各种报刊上介绍的大量方剂中遴选出来的，经过许多医生和患者使用证明有确效，凡有明显毒副作用的均不收入。有一些方剂在治疗时需要正确使用才能收

到良好的效果，在这些方剂后面，都单列出注意事项，患者在应用时，请注意严格按要求去使用和操作，不能采取随意的态度。许多化学药物的毒副作用已为大多数人所认识，所以有病以后，最好是先采用本书所介绍的方剂进行治疗，或在用其他药物治疗的同时，辅以本书所介绍的疗法（注明采用本疗法后不需再使用其他疗法的除外），以增强疗效，缩短病程。

二是书中所选方剂的药源十分广泛，许多就是我们日常所食用的菜、瓜、果、肉类。由于大多数人医药知识缺乏，所以一方面市场上药材紧张，一方面我们又将许多疗效显著的药材白白地抛弃掉，造成很大的浪费，同时也耽误了治疗。大家的医药知识多了，自己就可以根据家人的身体状况有针对性的采集、加工、保存一些药材，以备有病时用。人人都能这么做，药材紧张状况就会得到缓解。

三是书中所选方剂的药材大多不属于名贵之类，价格比较低廉，有不少是药食同功，不需另花药费。现在不少人有这么一种观念，就是贵药才是好药，才能治病。他们到了医院后，点名开贵重药、进口药。另外，还有一种现象就是保健品充斥市场，品牌越来越多，价格越来越高，更新越来越快，宣传战越来越激烈，许多渴求健康的人挡不住诱惑，都不惜花大价钱去购买。其实，真正有用的保健品就是我们平常生活中的大众食品。我国古人总结整理了许多保健方剂，你只要根据自己的身体情况进行选用，健康是并不需要花很多钱就可以得到的。有的人会说，书中的这些方剂治不了大病吧。我们说，不少大病都是由小病积累发展而成的，如果掌握了简单有效的治疗方法，有了小病能及时治愈，就不会拖成大病重病，而且，这些方剂中的一些还确是能治好一些

顽症的。你千万不要轻视它。

治病是科学，要有严格的科学态度。本书所介绍的方剂，大多是治疗轻症、慢性病的，如遇急症、危症、重病，则应及早送医院治疗，以免延误而造成不良后果。书中也有一些介绍急症治疗的方剂，凡一时不能到医院或得不到医生治疗的，可因病选方施治，然后迅速到医院治疗。治病需对症，才会有疗效。所以，有病以后，应先找医生或到医院检查确诊后，再选方治疗。由于多数非医务人员医疗知识不多，不经医院或医生确诊仅凭常识或有限的经验确定是什么病，用什么方，可能会误治，是要注意避免的。尤其是在给儿童治病时，更应采取审慎的态度。

本书共选方 2400 首，大部分是一味药的方剂，也适当选录了一些二三味药的方剂和常见的中成药及西药。为方便查找，每个病种的方剂按先食品后药品、先菜果粮类后肉禽蛋类、先普通草药后稍贵重药品的顺序排列。

希望本书能进入更多的家庭，欢迎广大读者和医务工作者在医疗实践中使用、检验并指正。

本书在编写过程中，得到许多同好和专家的热情帮助和指导，在此一并表示诚挚的感谢。

编 者

1998 年 6 月

目 录

一、妇科.....	(1)
1. 雀斑·黄褐斑·蝴蝶斑	(3)
2. 月经不调	(9)
3. 痛经	(21)
4. 闭经	(39)
5. 倒经	(45)
6. 崩漏	(47)
7. 带下	(62)
8. 老年阴道干燥症	(83)
9. 妇女性冷淡	(84)
10. 不孕症	(92)
11. 妇女手足抽搐	(95)
12. 更年期综合征	(100)
13. 妇女贫血	(106)
14. 乳头皲裂	(107)
15. 妊娠恶阻	(109)
16. 妊娠浮肿	(117)
17. 妊娠便秘	(123)

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版， ...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>