

民间高效单方和验方 整理：正耀

1、龙眼壳治疗皮肤瘙痒 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：9 面

处方：龙眼壳适量，煎水外洗，可治荨麻疹、瘙痒症、夏季皮炎等。

机理：散风疏表、祛湿清热。

钟知霖论述：接下来论述一下具有散风疏表、祛湿清热之功的龙眼壳的药理作用。其之所以善清热，此前已作论述，主要是它在炎热夏季的时候结果，所以根据阴阳平衡的生命法则，很容易知道龙眼壳能够清热。其散风之能，皆因其色黄而为肤之正色，故善渗于肌表，以皮治皮，以辛味而散风也。其于夏季暑湿而龙眼果实成熟时作保护龙眼肉之用，故又可推知其必善祛湿。锡山乡间盛传以本品煎水以外洗皮肤能治多种皮肤疾病，如荨麻疹、瘙痒证、夏季皮炎等。其既善散风解表又强于祛湿清热，故善消疹止痒之理不喻自明矣。

2、龙眼核治疗金刀伤 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：9 面

处方：龙眼核适量，剥去光皮，把仁研细外敷伤口，治疗普通刀伤。

机理：止血定痛。

钟知霖论述：继续下来，我们讨论一下龙眼核的不凡功效：止血定痛。《便易经验集》载有李平西所传金刀伤一方：龙眼核剥去光皮，其仁研极细，掺疮口即定痛止血。平西氏云：“此药在西秦巴里营中，救愈多人。”初得此方时，我有一点不理解：龙眼核之皮色黑如眼珠，世有“血见黑即止”之言，为何偏剥去其皮而不用？思虑再三，方悟其意：一是其皮光滑难研成末，常成块杂在其中有碍粉用；二是其皮因受其肉汁直接影响之故，其味甘而性温，虽具黑色，但却恐其行血而不及，故弃而不用。此物作为案头常备之药，凡遇普通刀伤，俱以敷之，其止血定痛之效确非虚语，且又善收敛溃烂伤口，愈后表皮光滑如初，不留半点痕迹。如此不凡功效，愿天下人知之。

3、单味泽泻治疗湿热遗精 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：44 面

处方：泽泻 30g 煎服，连服 7 天即可，主治湿热遗精，虚证亦效，但治疗虚证宜辨证选加熟地黄、山药、枸杞子、沙苑子之类，则效验更彰。

钟知霖论述：邹孟城说：“泽泻除用以利水之外，李时珍谓其还具固精之功，可治遗泄。而肾精为肾中阴阳二气之物质基础，无论肾阴虚症或肾阳虚症，必然波用肾精，因而固护精气实为治疗肾气亏损必不可少之环节，而于全方中虽地、萸、山药皆兼此能，而无突出之效，惟有泽泻独擅其功，是以仲景用泽泻不特治水而已，自有更为重要之作用在。

余曾治一少年，遗精频作，诸药罔效，以致神思恍惚，记忆力减退，读书成绩节节下降，其母深以为虑，央余设法治疗。余嘱每日以泽泻 30 克煎服，连服七天，从此不再遗泄。一周内服用泽泻 200 余克，未见任何不适。《本草纲目》谓此物宜于湿热遗精，其实用于虚证亦效，治疗虚证宜辨证选加熟地黄、山药、枸杞子、沙苑子之类，则效验更彰。

4、桂枝泡酒方治疗发凉头痛 作者：余浩

桂枝泡酒方：桂枝 50g、白酒半斤，泡一天就可服用，每次服一两。治疗头顶发凉的头痛，一般 5 分钟就见效。

余浩论述：第二天早上离开药王殿前，我同代师傅合影，代师傅传了一个治头痛的招：桂枝 50 克，白酒半斤，泡一天就可以服用了。代师傅说，遇到头顶发凉、疼痛的患者，每次一两，5 分钟见效，很多病人一次就好了。

简、便、廉、验，四要素具备，真乃良方啊！代师傅喜欢用酒剂，他说酒走皮肤、走头部、走肝脏，起效很快，很多疾病采用酒剂，几分钟，有的半小时，就治好了……

5、截喘方治疗哮喘 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：63 面

截喘方：旋覆花 9g、鼠曲草 15g、全瓜蒌 15g、防风 9g、合欢皮 15g、老鹳草 15g、碧桃干 15g、五味子 9g、野荞麦根 15g。

钟知霖论述：紫河车一般治疗什么疾病证最是对证呢？当然是治疗因先天真元虚弱而导致的先天性疾病最为对证，因为紫河车本属人生先天之物，用以治疗如此先天性的疾病，没有其他药物可与之相比。而这类所谓的先天性疾病，最突出的莫过于哮喘了。

治疗这类比较棘手的哮喘，一般无论寒热虚实，可以先按照当代名医姜春华老师采用古今民间及日本、朝鲜的单方合成的“截喘方”（旋覆花 9g、鼠曲草 15g、全瓜蒌 15g、防风 9g、合欢皮 15g、老鹳草 15g、碧桃干 15g、五味子 9g、野荞麦根 15g）将哮喘有效控制，然后再采用培本的方法，用脐带、紫河车这类先天之物来慢慢调理。

特别提醒一下，此类药物最好是鲜品焙干研末吞服，一经水煮，那真是什么养分都被破坏了，这样就只会变成比“二两肥猪肉”好一眯的东西罢了。

更重要的是，如果母体带病，则此物就真是运载各种病毒和病原体的“河车”了，麻疹、乙肝、艾滋病之类的病毒都有可能借助这样的途径进入人体。

6、蜂蜜（或蜂王浆、蜂蜡）治疗胃炎胃痛 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：10～11 面

处方：蜂蜜（或蜂王浆、蜂蜡）一两勺，早上空腹饮用，病重者再加晚上睡前饮用，饮用时千万不要兑水。若是服用后有明显口渴感的话，就喝温开水一杯。

加减：若是胃溃疡之类，就加点鸡内金，等调养稳定后用一味蜂蜜就足够了。

钟知霖论述：按说这蜂蜜既然富含蜂之胃液，所以对人体之胃液也应能起到很好的保养作用。我从读大学的时候就开始为同学们调养脾胃，无论寒热虚实，一般都可以考虑应用蜜蜂。

但确实要注意饮用方法，一般是空腹直接服用，早上起床后，晚上临睡前，连水你也不要冲了，等服用后十分钟以上有明显口渴感的时候再喝温水一杯。注意啊，千万不要冲水送服啊，

这不但是经验之谈，道理上也是明摆着的。因为如果你冲热水，将破坏其成分不说，也会改变其药性为热，没什么好处。如果你冲凉水，则蜂蜜之阴柔加此凉水对胃阳也是坏处多多，除非你确定目前胃中实热而大便不通，则可变通使用。

如果是急性的胃炎胃痛，那么你就管空腹不空腹了，赶紧直接一两勺蜂蜜进去，往往呃点酸气出来就能见效。不过最好还是空腹喝，因为只有这个时候蜂蜜才能与你的胃黏膜有最大限度的直接接触，才能发挥最大的效用。……

总之，我用蜂蜜治疗胃炎胃痛还没碰到过不见好转的，如果真是太过离谱的胃溃疡之类就再加鸡内金，但经过调养之后就以一味蜂蜜就足够了……

7、失笑散治疗心痛腹痛 作者：李时珍 摘自《发现中药》（第二辑）P：71 面

失笑散组成：五灵脂、蒲黄各等份，研为细末，每服 6g，用黄酒或醋冲服，也可水煎作汤剂，用量酌定。

加减：产后瘀痛常加益母草、当归、川芎。

功效：活血祛瘀，散结止痛。主治：冠心病、心绞痛、胃痛、月经不调、痛经、产后腹痛、宫外孕等症。

用法用量：每次 6~10g，布包煎服，日 1~2 次。

用药禁忌：孕妇忌用，血虚者及无瘀血者也不宜应用。

李时珍论述：“五灵脂属于足厥阴肝经的药，其气味俱厚，为阴中之阴，故能入血分。肝主藏血，各种痛证都与肝木有关，各种虫证都与肝风相关，所以此药能治血分病，散血和血，以及各种疼痛，治惊痫、除疟疾，消积化痰，疗疳杀虫，治疗血痹、血眼等证，这些都是肝经的病。

失笑散（五灵脂与蒲黄等份研为细末，古人谓用本方后，病者每予不觉之中诸证悉除，犹如一笑了然，故名失笑散）不仅能够治疗妇人心痛、血痛之病，凡男女老幼，一切心腹、胁肋、少腹、疝痛，以及胎前产后血气作痛和血崩经溢，百药无效者，都能起作用，屡用屡验，真是近世的神方。”

8、益母草治疗水肿需量大 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：97 面

处方：益母草 60~120g，可治血瘀水阻之肿胀，如肝硬化腹水、急慢性肾炎等。

钟知霖论述：关于益母草利尿消肿这个功效，关键在于其用量的问题。按照朱良春的验证，当须以大剂量为宜。若每日用 30~45 克时，利尿作用尚不明显，用至 60~120 克时（儿童酌减），始见佳效。鉴于其具有活血、利水之双重作用，故对于水血同病，或血瘀水阻所致之肿胀，如肝硬化腹水、急慢性肾炎之类，堪称对证佳品。

李时珍说：“益母草的根、茎、叶、花、实均可入药，亦可同用。但若治手、足厥阴血分风热，明目益精，调妇人经脉，则单用其子为好（茺蔚子）。若治肿毒疮疡、消水行血、妇人胎产诸疾，则应并用为好。这是因为本品的根茎花叶专于行，而子则行中有补的缘故。”

李时珍的话说的很有道理，按益母草主含生物碱，而其子则又含维生素等营养物质，故谓之行中有补。但益母草之花色白或红紫，其亦含补性则又易知，非类其根茎叶之专于行也。时珍又谓其子不能用于瞳孔散大之证，那是因为目得血而能视，其子虽行中又补，但行多于补，瞳孔散大是血不足，所以禁用之。

9、单味牛膝根治梅毒和淋病 作者：钟知霖 摘自《发现中药》（第二辑）P：96～97 面

①处方：淮牛膝一大捆，洗净去水，打汁，每日喝一大碗，直到痊愈。可根治梅毒。

②处方：川牛膝一两，水二盏，煎剩一盏，温热服。治疗小便淋漓涩痛、或尿血、或小便有砂石痛。若是加入麝香、乳香则效果更好。

钟知霖论述：店主曰：“我已退休，子孙不业药，祖传秘方当行诸于世矣。”遂告之曰：“采鲜淮牛膝全草一大捆，洗净后揩去水，打取自然汁，每日饮服一大碗，直至痊愈而止。”其兄如法服之，加以善自珍摄，竟得根治焉。

新鲜淮牛膝取汁饮服，竟能根治梅毒，真是独具心得之经验秘法。邹氏最话语之间兼举确实医案，已无从存疑。按牛膝此物，确有一定的抗菌作用，但最重要的还是它那趋于下行的特性，给梅毒病邪开通在下的出路。给病邪以出路，这是仁慈的中医一贯的原则……

李时珍说：“牛膝是足厥阴、少阴的药物，酒制就能补益肝肾，生用就能祛除恶血。治疗腰膝骨痛、下肢痿弱无力、小便失禁、中气受损、久疟或气短等多种疾病，取它补肝肾的作用；治疗腹部肿块、心腹各种疼痛、痛中恶疮、跌打刀伤、损伤喉齿、淋证或尿血、月经胎产等各种疾病，取它祛恶血的作用。

根据九州守备王南强的信讲，一老年人久患淋病，各种药物均不效，用了酒煮牛膝后就病愈了。查找中药书，见《肘后方》治疗小便不利，痛得要死，用牛膝的根叶加酒煮服。我现在再将此方在这里介绍一下，以展示它的特殊功效。再根据杨士瀛《直指方》的介绍，小便淋漓涩痛，或尿血，或小便有砂石痛，用川牛膝一两，水二盏，煎剩一盏，温热服。一女子患这种病达十年，服牛膝获效，加入麝香、乳香则效果更好。”

10、生栀子为主治疗胰腺炎有特效 作者：朱良春

处方：生栀子、生大黄、蒲公英、郁金、败酱草、生苡仁、桃仁。

加减：痛甚者加延胡索、赤白芍。胀甚者加广木香、枳壳、厚朴。呕吐甚者，加半夏、生姜。

朱良春论述：生栀子为常用清热泻火解毒药，有栀子配方的名方亦甚多，如《外台秘要》黄连解毒汤，治三焦热毒壅滞、高热、烦躁、疮痍、目赤；仲景茵陈蒿汤治湿热黄疸；栀子豉

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/>