

· 专家为基层服务之角 ·

农村常用经验小方简介

北京协和医院中医科教授 祝湛予

农村医疗条件不如城市，看一次病要跑很多路，而且有些小病，远路就医也不值得。据我数十年经验，总结出一些治疗小病的小方，临床屡试不爽，特推荐给基层的同道们。

一、桑叶、薄荷：各适量，开水代茶饮，治疗轻度感冒，鼻塞、咽干、咳嗽。我老师施今墨先生认为，感冒之因，多因内热导致人体阴阳平衡失调，“邪之所凑，其气必虚”，外寒才易犯入。此二味药辛开苦降，寒凉清热，肺得宣降，内热得清，平衡得复，外寒即逐，感冒亦愈。而且饮后口中感觉清凉凉爽。

二、白果(银杏)：适量，炒熟透(未熟有毒)。每晚服七粒，治七岁左右小儿夜尿床。白果形似膀胱，入肺经，中医认为形似而相通，如核桃仁似脑即能补脑，白果能补膀胱。肺为水之上源，主通调水道，下输膀胱，入肺经即能调节膀胱气化功能。故可治遗尿。尚可治妇女带下。我在临床中，单用或者在方中配伍应用，皆获满意效果。

三、葱根、萝卜根、白菜根(三根汤)：各取三个，洗净，水煎汤适量，1次服完，盖被取汗。治风寒感冒，无汗身疼。儿童贪玩，不顾寒热，最易感冒，病后又不愿服药，此三根汤无特殊药味，适于儿童服用。治成人风寒感冒，用量加倍即可。

四、芦根、茅根、葛根(亦名三根汤)：芦根30g 茅根20g 葛根10g，煎水一茶壶。治乳婴感冒发烧(37.5℃左右)。小儿为纯阳之体，里热素盛，又常见襁褓乳婴，因是独生子女，过分溺爱，包裹甚严，每易感冒发烧，且可见面部有一两个红点，哭闹异常，父母往往手足无措。用此方煎水一壶，装于奶瓶之中，加糖少许，令频频服之，无须饮水，渴即饮之，往往一天一夜小儿即可退烧，玩耍如常。如食欲不佳，还可于方中加生山楂10g同煎，其效更著。

五、苕蕒：鲜苕蕒一大把(二尺左右长，不要根)，将嫩尖嫩叶摘下洗净，趁湿撒上面粉二两，拌匀，上屉蒸糕，代饭食之。剩下老梗老叶，洗净煮水，供一天饮用。每日一次，连用一周。治老年人眼目昏花，视物不清。据患者用后反映，对老年青光眼、白内障也有效。

六、车前草：鲜车前草一把(可带根)洗净，煮水，一次饮完，一日两次。治妇女黄带、治小便时尿道热痛。车前草走下焦，长于清热利湿解毒，故治疗湿热下注，作用斐然。

七、黄芩叶：初秋采摘黄芩叶适量，晒干留用。每用一撮泡茶代水频服，可治口疮。黄芩入肺、胆、胃、大肠经，性苦寒，含黄芩甙，对动物过敏性浮肿及炎症有治疗作用，故于口疮有效。

八、鲜茅根、鲜益母草：各1两，煎水喝汤，日2次。治疗小儿急性肾炎，有退烧、消肿、使尿常规恢复正常之功效。茅根入肺、肾、膀胱经，性甘寒，对尿血、热淋、水肿、烦渴皆有作用。益母草入心、肝、膀胱经，性辛苦微寒。所含益母草碱有显著利尿作用，亦有抑菌作用。两药鲜用，起凉血、解毒、利尿之功，故能治疗小儿急性肾炎。

九、老黄瓜、黑矾：秋后打籽的老黄瓜数个，挤水1斤，兑入黑矾1两(黑矾药铺可买到)。灌入瓶中密封，置于阴凉处，一个月后启用，时久愈佳。外用治牛皮癣。这是我老师施会墨先生所传之方。在老师家，常配有备用，往往外搽半个月即效，自“文革”后久不配矣！

古之走方郎中，常用小方小药治病，特点：简、便、廉。为中医药百花园中之一枝，但多是经验之方，缺乏理论指导。如纳入辨证论治，且以科学药理分析指导运用，必将发扬光大，小方小药也可以治大病。

(祝肇刚整理)