

# 醋

## 的保健功能 与药用便方

醋 苦 温 无 毒

消 痲 肿 散 水 气

杀 邪 毒 理 诸 药

《本草纲目》



生活百科知识  
青苹果电子图书系列

# 醋的保健功能与 药用便方

刘 强 编著

# 内 容 提 要

本书概括地介绍了醋的源流、酿制、品种及医疗保健功能，向读者推荐防治 100 多种病症的醋疗便方 500 余首。适于广大群众及基层医务人员阅读。

# 前 言

醋是深受群众喜爱的调味品。用食醋作佐料烹调食品,在我国已有悠久的历史。二千多年来,我国劳动人民在酿醋、食用醋、用醋防病治病等方面积累了丰富的经验,以醋为“药”,用于防病治病的简便验方在民间广为流传,功效显著,深受使用者欢迎。

近年来,随着人民大众生活水平的提高,保健意识不断增强,醋的保健功能亦日益受到重视。现代研究发现,醋含有丰富的营养物质,并可防治多种疾病。经常食用醋可以软化血管,降低血压,预防动脉硬化,治疗糖尿病;醋还有减肥、美容、杀菌、抗癌等独特作用。目前,食醋已成为风靡世界的保健佳品。据调查,在日本,百岁以上的老人都喜欢食用醋或吃放有醋的菜肴。日本人还把“少盐多醋”作为“长寿十训”的重要内容。由此可见,食醋确实是人们日常生活中必不可少的保健食品。

为了使广大群众更好地了解食醋的保健作用,笔者收集了有关醋的大量科技资料,结合临床实践经验,写成《醋的保健功能与药用便方》一书,以飨读者。本书对醋的源流与发展,醋的酿制,醋的医疗功效,醋的药用便方等方面作了通俗的介绍。读者可从中得到实用的科学知识,并根据个人的实际情况,用醋来进行防病保健。

由于笔者学识有限，书中可能有缺漏和不妥之处，望广大读者指正。

刘 强

1998 年 1 月

# 目 录

## 第一部分 醋的酿制与医疗保健功能简介

### 一、醋的酿造与使用

- (一) 醋的类别及其酿造方法 ..... (3)
- (二) 我国的名醋 ..... (5)
- (三) 食醋的选择与保管 ..... (7)
- (四) 醋的食用及注意事项 ..... (9)

### 二、醋的医疗保健功能

- (一) 炮制中药材 ..... (12)
- (二) 抗菌作用 ..... (15)
- (三) 防治感冒 ..... (16)
- (四) 健胃与防治腹泻下痢 ..... (17)
- (五) 降胆固醇 ..... (19)
- (六) 降高血压 ..... (20)
- (七) 防治肝病 ..... (21)
- (八) 治疗糖尿病 ..... (22)
- (九) 抗癌 ..... (23)
- (十) 减肥 ..... (24)
- (十一) 美容、延缓衰老 ..... (25)
- (十二) 解酒 ..... (25)

(十三) 食醋的其它功效 ..... (26)

(十四) 醋蛋疗法 ..... (28)

## 第二部分 醋疗便方

### 一、内科疾病

(一) 感冒 ..... (30)

(二) 咳喘 ..... (32)

(三) 肺脓肿 ..... (35)

(四) 肺结核 ..... (36)

(五) 呕血 ..... (38)

(六) 消化不良 ..... (39)

(七) 呕吐 ..... (40)

(八) 胃痛 ..... (42)

(九) 泄泻 ..... (45)

(十) 痢疾 ..... (49)

(十一) 霍乱 ..... (54)

(十二) 便秘 ..... (55)

(十三) 呃逆 ..... (56)

(十四) 腹痛 ..... (58)

(十五) 肝炎 ..... (60)

(十六) 肝硬变 ..... (63)

(十七) 疟疾 ..... (65)

(十八) 冠心病 ..... (67)

(十九) 高血压 ..... (68)

(二十) 中风 ..... (71)

(二十一) 头痛 ..... (73)

(二十二) 癫痫 .....	(74)
(二十三) 失眠 .....	(74)
(二十四) 糖尿病 .....	(76)
(二十五) 肥胖症 .....	(77)
(二十六) 甲状腺肿大 .....	(78)
(二十七) 尿路感染 .....	(79)
(二十八) 肾炎 .....	(80)
(二十九) 阳痿 .....	(81)

## 二、解毒醋方

(一) 轻度煤气中毒 .....	(81)
(二) 半夏、南星、砒霜中毒 .....	(82)
(三) 酒精中毒 .....	(82)
(四) 误服碱性毒物中毒(烧碱、碳酸钠等) .....	(82)

## 三、外科疾病

(一) 肋间神经痛 .....	(83)
(二) 关节痛 .....	(83)
(三) 腰腿疼痛 .....	(85)
(四) 坐骨神经痛 .....	(86)
(五) 疖肿 .....	(87)
(六) 痈肿 .....	(88)
(七) 疮疡 .....	(92)
(八) 丹毒 .....	(94)
(九) 瘰疬 .....	(95)
(十) 急性乳腺炎 .....	(97)
(十一) 急性阑尾炎 .....	(99)

(十二) 疝气 .....	(99)
(十三) 痔疮 .....	(101)
(十四) 脱肛 .....	(102)
(十五) 烫伤 .....	(103)
(十六) 冻伤 .....	(105)
(十七) 蛇、虫咬蜇伤 .....	(106)

#### 四、骨伤科疾病

(一) 颈肩痛 .....	(107)
(二) 骨结核 .....	(108)
(三) 骨髓炎 .....	(109)
(四) 腰肌劳损 .....	(109)
(五) 腰椎间盘突出症 .....	(110)
(六) 骨质增生 .....	(110)
(七) 跌打损伤 .....	(113)
(八) 骨折 .....	(115)

#### 五、皮肤科疾病

(一) 皮炎 .....	(117)
(二) 湿疹 .....	(118)
(三) 荨麻疹 .....	(120)
(四) 带状疱疹 .....	(121)
(五) 手足癣 .....	(122)
(六) 鹅掌风 .....	(124)
(七) 甲癣 .....	(126)
(八) 牛皮癣 .....	(127)
(九) 疣 .....	(129)

- (十) 脱发、白发 ..... (131)
- (十一) 狐臭 ..... (132)

## 六、妇科疾病

- (一) 痛经 ..... (133)
- (二) 闭经 ..... (135)
- (三) 月经不调 ..... (136)
- (四) 崩漏 ..... (137)
- (五) 带下 ..... (139)
- (六) 滴虫性阴道炎 ..... (141)
- (七) 妊娠呕吐 ..... (142)
- (八) 滑胎 ..... (143)
- (九) 难产 ..... (143)
- (十) 胎死腹中不下 ..... (144)
- (十一) 胞衣不下 ..... (144)
- (十二) 产后血晕 ..... (146)
- (十三) 产后痢疾 ..... (148)
- (十四) 产后调养 ..... (148)

## 七、儿科疾病

- (一) 小儿高热 ..... (149)
- (二) 小儿咳嗽 ..... (149)
- (三) 小儿哮喘 ..... (150)
- (四) 百日咳 ..... (150)
- (五) 小儿白喉 ..... (151)
- (六) 腮腺炎 ..... (152)
- (七) 麻疹 ..... (153)

(八) 小儿疳积 .....	(154)
(九) 小儿腹泻 .....	(155)
(十) 小儿虫症 .....	(156)
(十一) 小儿口疮 .....	(158)
(十二) 小儿流涎 .....	(159)
(十三) 小儿惊风 .....	(160)
(十四) 小儿脱肛 .....	(161)
(十五) 小儿疝气 .....	(161)

### 八、五官科疾病

(一) 麦粒肿 .....	(162)
(二) 视物昏花 .....	(163)
(三) 昆虫入耳 .....	(164)
(四) 鼻疮 .....	(164)
(五) 鼻出血 .....	(164)
(六) 咽喉肿痛 .....	(165)
(七) 鱼骨鲠喉 .....	(167)
(八) 口臭 .....	(168)
(九) 牙痛 .....	(168)
(十) 牙龈出血 .....	(170)
(十一) 口腔溃疡 .....	(171)

### 九、癌 症

(一) 唇癌 .....	(172)
(二) 肺癌 .....	(172)
(三) 肝癌 .....	(172)
(四) 食管癌 .....	(173)

(五) 胃癌 .....	(174)
(六) 肠癌 .....	(174)
(七) 乳腺癌 .....	(175)
(八) 子宫颈癌 .....	(176)
(九) 膀胱癌 .....	(176)
(十) 白血病 .....	(176)

## 十、美 容

(一) 皮肤粗糙 .....	(177)
(二) 面部黑斑 .....	(178)
(三) 粉刺 .....	(179)
(四) 护发 .....	(180)

## 附录：醋在生活中的妙用

# 第一部分 醋的酿制与医疗保健功能简介

醋是日常生活中不可缺少的调味品。它是用米、麦、高粱、玉米等酿制而成的含有醋酸的液体，古代称之为醯、酢、苦酒、米醋等。食醋的使用在我国有悠久的历史，中国是世界上用谷物酿醋最早的国家。醋的酿造稍晚于酒，在公元前3世纪已经有了醋的文字记载，到春秋战国时就有专门酿醋的作坊了。据《史记》记载：“通邑大都，醯酱千甗。”在2400多年前的《论语》里也有关于醋的记载。但那时的醋还是比较贵重的调料，直到汉代才开始普遍生产。据东汉时期的著作《四民月令》中记载：“四月四日可作酢，五月五日也可作酢。”这时的醋已成了人民生活“开门七件事”之一了。

南北朝时期醋的生产有了很大的发展，酿造工艺更趋完善，食醋的产量和销量都很大，进一步推动了酿醋技术的不断发展。北魏时贾思勰所著的《齐民要术》一书中，系统地介绍了我国古代劳动人民制醋的经验和技术成就。书中收录了22种制醋方法，其中有些方法一直沿用至今，并传至国外。

有关食醋的药用，在我国古代医书中已有论述。最早的记载是于1973年湖南长沙马王堆3号墓出土的医学帛书，其中具有很高历史价值的《五十二病方》，是迄今已发现的最古

医方。据考证，此书大约抄于公元前 3 世纪秦汉之际。书中记述治疗癫痫、尿闭、疝气、痔疮、痢、癣、白癜风、烧伤、狗咬、疯狗咬伤等疾病的处方中有的用了醋。说明当时医家已认识到醋有清热、解毒、疗疮、利尿等功效了。

东汉张仲景在《伤寒论》、《金匱要略》等著作中，就有“少阴病，咽喉生疮，不能言语，声不出者，苦酒汤主之”的记述；其用醋浸泡一宿的乌梅制作的乌梅丸，经过 1800 多年历史的考验，至今还被用来治疗蛔虫病。这些都对后来以醋作药用的发展过程起了推动作用。继而在晋、隋、唐、宋、元、明、清各朝代的医药学著作中，都有关于以醋作药用的记载，推崇用醋治疗气劳黄肿、鼓胀、便秘、尿血、痔漏、胎死腹中、心绞痛及狐臭、痈疽、恶疮脓血、疥癣、鼻塞诸症。这对现代醋的药用研究，提供了较丰富的历史资料。

在国外酿醋也有悠久的历史。中外人民都对食醋的保健功能有所认识。西方医学的奠基人、希腊的希波克拉底医师（公元前 460~377 年）赞赏食醋的医疗作用，并对呼吸器官的疾病、疹癣、狂犬咬伤等疾病使用醋治疗。在比希波克拉底还早的医书上，曾记载使用醋治疗耳朵疾病、用木炭和醋混合治疗皮肤病的方法。说明西方人很早就将醋用于治疗疾病了。《圣经》中还有食醋能减轻疾病的记载。

在美国有一个佛蒙特地区，是美国比较有名的长寿区。史学家为了了解长寿的秘密，都纷纷以长寿区的饮食生活为中心，进行各种科学调查。在该地区的加比斯医生所著《佛蒙特的民间疗法》一书中提出的食用以蜂蜜、海藻和苹果醋混合制成的饮料的保健方法，被誉为佛蒙特健康法，迅速普及

美国。当地人因充分地摄取这种混合饮料，故得以长寿。

18~19世纪时，欧洲出现一种习惯，旅行中必备醋，饮水之前必先滴醋，以醋为杀菌剂进行消毒，然后才饮用。有时为了预防传染病，甚至把面包也浸在醋中然后再吃，或是以此面包作揩口鼻之用。

食醋在日本亦有悠久的历史。日本人对食醋的保健功能十分重视，而且对食醋的研究也十分深入。据日本学者泷野吉雄报道，醋和食盐一样都是自古即被采用的调味品。在日本作为寿司和醋拌菜的材料醋，和每个人的关系极为密切，而且不断扩大其在保健方面的应用。

## 一、醋的酿造与使用

### （一）醋的类别及其酿造方法

我国食醋的品种较多。由于酿制原料和工艺的不同，醋的风味各异，迄今尚无统一的分类方法。若按制醋的工艺流程来分，可分为酿造醋和人工合成醋两大类。

酿造醋又可分为米醋（用粮食原料制成）、糖醋（用饴糖渣类等原料制成）、酒醋（以白酒、米酒或酒糟渣类等原料制成）。米醋又因加工方法不同可再分为熏醋、香醋、麸醋等。酿造醋品种因选料和制法的不同，其性质特点略有差异，而总的来说，以酸味纯正、香味浓郁、色泽鲜明者为佳。

酿造醋若按原料处理方法来分类，粮食原料不经过蒸煮

糊化处理，直接用来制醋，称之为生料醋；经过蒸煮糊化处理后酿制的醋称为熟料醋。若按制醋用糖化曲分类，则有麸曲醋、老法醋之分。若按醋酸发酵方式分类，则有固态发酵醋、液态发酵醋和固稀发酵醋。若按食醋的颜色分类，则有浓色醋、淡色醋和白（米）醋。若按风味来分，则有陈醋、熏醋、甜醋。此外，有些风味醋中还添加有中药材、植物性香料等。

人工合成醋也称醋精、白醋，是用可食用的冰醋酸稀释而成。其酸味大，无香味。冰醋酸对人体有一定的腐蚀作用，使用时应进行稀释，一般规定冰醋酸含量不得超过 3%~4%。这种醋不含有食醋的各种营养素，没有营养价值，只能起到调味作用，不容易发霉变质。所以若无特殊需要，还是食用酿造醋为好。

我国历史上制醋的方法很多，大致有如下三类：

1. 酿陈醋：先将曲和软化后的高粱、小米拌和，发酵制成醋糟，然后移至淋缸，用开水反复过淋，再将成品新醋放在室外进行“夏于日晒夜露”或“冬天捞冰陈酿”的后发酵，使水分越来越少，醋的浓度越来越大，最后密封于瓮中陈放，时间越久，醋味越好。

2. 酿米醋：米醋是以糯米为原料，其头道工序是糖化、酒化。为了使发酵微生物繁殖得更好，温度不得超过 30℃。饭粒要熟透，不能太软或太硬，在酿造过程中，为了提供足够的氧气，促进醋酸菌的繁殖，多采用中途多次添加酒化液和“中途加糟”的办法。我国的镇江香醋就是一种典型的米醋。

3. 酿药醋：以麸皮、中草药及少量的大米或小麦等为原

料，经过制曲、酒化、醋化、淋醋和熬煎而制成药醋。在众多的配药醋中，四川保宁醋以其独特的清香醇厚之味而蜚声海内外。

我国酿醋工业随着酿造技术的不断发展，酿造出了一批名优产品。如山西老陈醋、镇江香醋、浙江玫瑰醋、四川保宁麸醋、天津独留老醋等。其历史长的逾千年，短的亦有数百年。食醋发展到现代，已从主要用于调味、佐餐，转变为保健和作饮料了。近年新开发的品种有保健醋、礼品醋、鲜醋、饮料醋、花粉醋、麦饭石醋、特效生发醋、高浓度泡蛋醋、抗癌醋等。当今，国外特别是欧、美、日各地刮起了一阵“喝醋风”，形形色色的醋饮料充塞市场，具有防病治病作用的药醋及其饮料，受到各国消费者的普遍欢迎。

## （二）我国的名醋

在我国众多的食醋品种中，以山西老陈醋、镇江香醋最有名。这里介绍一下我国影响较大的几种名醋。

1. 山西老陈醋：是我国北方著名食醋。它以高粱为主要原料，经蒸煮、糖化、酒化等工艺过程，然后再经过高温快速醋化、文火焙烤醋醅和伏晒抽水陈酿而制成。山西老陈醋色泽黑紫、液体清亮、酸香浓郁，食之绵柔，醇厚不涩，夏天不会发霉，冬天不能结冰，越放越香，久放不腐。

2. 镇江香醋：以优质糯米为原料，采用独特加工技术，经过酿酒、制醋、淋醋等工艺流程，约 40 多道工序，前后需要 50 多天才能酿造出来。

3. 浙江玫瑰米醋：以优质糯米为原料酿制。在江浙一带

生产最为普遍，其特点是颜色呈鲜艳透明的玫瑰红色，具有浓郁、能促进食欲的特殊清香，醋酸的含量在 4% 左右，酸味不烈，较为适口

4. 四川保宁麸醋：以麸皮、小麦、糯米为主要原料，配以砂仁、杜仲、花丁香、白蔻、母丁香等多种健脾养胃中药材制曲发酵而成。其陈酿过程长达一年之久，醋中的酯类较多，具有特殊的芳香味，色泽黑褐，酸味浓厚。

5. 福建红曲老醋：用优质糯米、红曲、芝麻为原料，采用分次添加、液体发酵工艺，经 3 年以上陈酿后精制而成。其特点是色泽棕黑，酸而不涩，酸中带甜，具有一种令人愉快的香气。

6. 天津独留老醋：精选优质大米、红高粱、豌豆、小麦等为原料，采用特殊发酵工艺和配方，固体发酵，两次成熟，经天然翻晒 3 年而成。独留老醋色泽酱红，香味纯正，酸而回甜，久存不霉。

7. 河南彰德陈醋：以优质高粱为原料，经精酿日晒而成。色泽紫红鲜亮，醋香浓郁纯净，酸味醇厚微甜，浓稠适中，风味独特。它不但是调味佳品，还能健胃消食、防治心脑血管疾病。

8. 凤梨醋：台湾生产的名醋。以台湾产的凤梨为原料酿制而成。特点是醋色澄清，酸而不烈，酸中显甜，用其烹调的菜肴，气味清香诱人。

以上几种名醋，具有独特的制作方法和特殊风味，不但国人喜爱，还畅销于世界各国，深受各国消费者的欢迎。

### （三）食醋的选择与保管

在选择食醋时，首先要辨别质量和真伪。鉴别质量要看颜色、闻香味、尝味道。①颜色。食醋有红、白两种。优质红醋呈琥珀色、红棕色、黑紫色；白米醋清亮、透明、无杂质。②香味。优质醋酸味芳香，没有杂味。③味道。优质醋酸味虽高却无刺激感，酸味柔和，稍有甜味，不涩，无异味。此外，优质醋清澈透亮，浓度适中，无悬浮物和沉淀物，无霉花浮膜。瓶装醋出厂3个月内不得有霉花浮膜等变质现象；散装的出厂1个月内不应有霉花浮膜。劣质醋没有上述特点。

假米醋是用工业冰醋酸直接对水而成，颜色浅淡发乌，开瓶酸气冲鼻刺眼，无香味，有苦涩味，有沉淀物和悬浮物。只要稍加观察，不难辨别真假。

购入食醋可根据个人口味及烹饪需要，选择适用类型。食醋的类型有如下几种：

1. 烹调型食醋：酸度为5%左右，味浓醇香，具有解腥去膻助鲜的作用，适于烹调鱼、肉类及海味等。若用酿造的白米醋，不会影响菜肴的原有色调。

2. 佐餐型食醋：酸度为4%左右，味较甜，适合拌凉菜、蘸吃。如凉拌黄瓜及做点心、油炸食品等，有较强的助鲜作用。这类醋有玫瑰米醋、纯粮米醋与佐餐醋等。

3. 保健型食醋：酸度较低，一般为3%左右。口味较好，以每天早、晚或饭后服1匙（10毫升）为佳，可起到防治疾病的作用。这类醋有康乐醋、99龄醋、独留保健醋、红果醋、红糖醋等。制醋蛋液的醋也属保健型食醋的一种，酸度较浓，

为 9% 左右，其保健作用更为明显。

4. 饮料型食醋：酸度只有 1% 左右，在发酵过程中加入了蔗糖、水果等，形成新型的、被称为第四代饮料的醋酸饮料（第一代为柠檬酸饮料，第二代为可乐饮料，第三代为乳酸饮料）。具有清凉祛暑、生津止渴、增进食欲和消除疲劳的作用。此型米醋具有甜酸适中，爽口不粘等特点，为消费者所喜爱。这类饮料醋中含有山楂、苹果、蜜梨、刺梨等浓汁，在冲入冰水后就可成为口感更佳的饮料。

食醋放置一段时间后，有时会长出一层俗称“醭”的霉花。开始时只有稀疏的小白点，渐渐连成一片，在整个液面形成一层被膜。被膜由薄变厚，出现褶皱，颜色也由白变黄，至黄褐或灰褐色。经震动或摇晃后，被膜下沉，这时表面又会重新出现白膜，长此下去醋即完全变质，丧失食用价值。

食醋长醭是产膜酵母菌和其它真菌作怪的结果。因为真菌和酵母菌能在酸性和含盐分较高的环境中生活，因而能使醋发生霉变。

食醋除含有大量适于细菌生长的水分外，还有较丰富的营养素。酵母菌和其它真菌在适宜温度下，借助醋中的糖、蛋白质、氨基酸、有机酸等营养物质大量繁殖，形成了菌膜，破坏食醋的固有营养和风味。

轻度长醭的醋，只要及时撇去霉花，再经加热杀菌（80℃ 左右持续 5 分钟）处理仍可食用；严重发霉的醋，气味变苦、发臭，已有毒素产生，就不能再食用了。

防止食醋长醭的方法之一，是在瓶子装醋前先用开水冲一下，把菌清洗出去；在醋中加点盐，也能增强防腐能力。产

膜菌是好气性细菌，只能在醋的表面生长，如果在醋里加少许香油或烧熟的花生油，使醋上形成油面，也可防止产膜菌生长。若在醋瓶中放入几瓣大蒜或一段葱白，亦可起到防霉作用。为避免醋保存过久发生霉变，最好不要一次买得太多，买回后应放置于阴凉通风处。

#### （四）醋的食用及注意事项

食醋在烹饪中的应用很广，能调和菜肴滋味，增加香味，去除不良气味，减少原料中维生素 C 的损失，促进原料中钙、磷、铁等物质的溶解，提高菜肴的营养价值。食醋还能增进食欲，促进消化液分泌，有助于食物的消化吸收。食醋可以调制多种风味菜肴，如糖醋味、荔枝味、鱼香味、酸辣味及复合味等。在炸、烤类食品外层抹上醋和饴糖等，能增加酥脆度。食醋作为主要佐料的菜肴很多，如北京醋椒鱼、江苏醋熘桂鱼、浙江西湖醋鱼、上海醋熘鲨鱼、山东酸辣汤、福建蒜甜竹节肉、四川醋烧鲶鱼、河北金毛狮子鱼、河南糖醋黄河鲤鱼、云南酸辣螺黄、湖南糖醋排骨等。此外，还可供许多菜肴作为蘸食用。

醋具有一定的抑菌和杀菌作用，可用于食物和原料的保鲜防腐。在原料加工中，食醋可防止果蔬类原料出现“锈色”。例如，将去皮的马铃薯浸在水中，加入 10 毫升醋，就能保持原有的颜色而不会变成锈色；藕等容易变色的蔬菜，加点醋烹调能使其洁白，刚切好的藕放入醋水中暂时贮存，也不会褐变而成锈色。

醋还和使肉类软化，煮牛肉或炒羊肉时加点醋，可使肉

纤维软化、肉质鲜嫩。对那些韧、硬的肉类或野味禽类，醋也是一种较好的软化剂。

烹调鱼时加一点醋，可除去鱼腥味。烧羊肉时，洗净切块入锅，加醋少许煮开后，羊肉膻味即可去掉。用醋洗猪肠、猪肚，还可消除臭味。

食醋如使用不当也会产生一些副作用。日常使用醋时应注意以下几点：

1. 使用铁锅烹饪：烹制菜肴应使用铁锅，不能用铝锅、铜锅。用铁锅烹饪时，铁元素可随之进入食品和汤料中，如再加醋为佐料，铁元素的浸出量将会增加。食用在铁锅中烹制的菜肴，有利于防治缺铁性贫血。用铝锅烹饪，则不可加醋。因为醋会破坏铝锅表面的氧化铝薄膜，使铝的浸出量增加，吃入过多的铝会抑制肠道对磷的吸收，影响骨骼里的磷代谢，使骨中磷的含量下降，易导致骨质疏松、骨折等病症；过多的铝蓄积在脑中，可引起大脑神经细胞退化，使人出现特有的神经元纤维缠结病变，引起记忆力损害、智力减退和性格改变等；铝还能降低胃蛋白酶的活性，使胃液和胃酸的分泌量减少，出现腹胀、消化不良、食欲减退，甚至厌食等现象。

此外，要加醋的菜肴也不能放在铜锅、铜勺内烹调，醋也能溶解铜。过多的铜被人体吸收，会引起铜中毒。因此，为了人体健康，还是用铁锅做菜为好。

2. 用量要适宜：醋的功用很多，日常饮食习惯中有人嗜好食用醋。醋吃得太多并无益处。一般地说，在正常情况下食醋的食用量，成人每天摄入 20 毫升~40 毫升为宜，最多不

要超过 100 毫升。老弱妇孺、病人则应根据体质情况，减少食醋用量。为了治病，每天大量饮醋或醋蛋液，是不可取的。用醋治病应持科学态度，食醋的摄入量要适度，不要急于求成。最初应该少量试服，不适应者可减少食醋用量或停止服食。此外，食用醋后应随时漱口，以免损伤牙齿。

3. 有些人不宜食用醋：食醋有多种保健功能，但对一部分人来讲，则不宜食用。例如，对醋过敏者、胃病患者和低血压者，则不要食用醋和醋蛋液，以免引起其它疾病或加重病情。

对醋过敏者食醋时，有可能引起过敏症状；胃溃疡患者和胃酸过多的人，食醋过多会使胃溃疡加重。食用醋和醋蛋液虽有降压作用，但低血压者则要慎食，尤其是患有低血压的老年病人，在用醋蛋液时不要强饮，以免引起不适。肾炎病人在发病期间，胆囊切除手术的病人在手术后半年内，肝硬变患者，均应慎用食醋。

骨伤患者不宜过多食用醋。《本草纲目》中记载，食醋“多食损筋骨，亦损胃”。现代医学研究证明，醋酸有软化骨骼和脱钙的作用。骨伤病人吃醋后会使得伤处感觉酸软，使疼痛加剧，影响骨折愈合。

胆石症患者宜少食醋，过多地食用醋会诱发胆绞痛。酸度过高的食糜进入十二指肠后，可刺激其分泌肠激素，引起胆囊收缩，进而引发胆绞痛。

服用一些药物后也不宜食醋。磺胺类药物在酸性环境中容易形成结晶，从而会损害肾脏。服用碳酸氢钠、氧化镁、胃舒平、氢氧化铝等碱性药物时，若食用醋会使药物作用被抵

消。服用庆大霉素、红霉素等抗生素时，也最好不要食用醋，以免降低药效。

## 二、醋的医疗保健功能

研究表明，酿造醋含有丰富的营养成分，具独特的药理作用。据分析，醋含有5%~20%的醋酸，pH值为1.5~2.0，与人胃酸的pH值1.3~1.8相近。酿造醋含有乙酸、琥珀酸、柠檬酸、苹果酸、草酸、乳酸等多种有机酸，还含有蛋白质、氨基酸、脂肪、糖类、钙、磷、铁、维生素B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、尼克酸及芳香性物质醋酸乙酯。以大米酿造的米醋有机酸和氨基酸含量较高，被称为醋中佳品。

从传统医药学和现代医学临床实践和科学研究的成果来看，醋主要有如下医疗保健作用。

### （一）炮制中药材

中药的炮制方法很多，醋制是其中的一种方法。醋制，系将净药材或药物生片与定量的醋混合，经一段时间的闷润，使醋渗透入药物的组织内，再行炒制、煮制、蒸制或醋淬制等加热处理药物的一种炮制方法。醋易溶入水和酒精中，有良好的渗透性，与生物碱发生化学反应生成生物碱盐，可增加其溶解度，提高药物疗效，尚可分解钙盐和磷酸盐。因醋具有这些功能，故常用其炮制一些药物。用醋炮制中药的具体作用如下：

1. 消减药物的毒副作用：中药芫花、甘遂、大戟等峻下逐水药，经醋制后可消减毒性，缓和其毒性和峻下作用。如芫花，有毒，泻水力强，可刺激肠粘膜引起剧烈的水泻和腹痛。而经醋制后可降低一半毒性，且可将对肠的抑制作用变为轻度兴奋蠕动作用。醋制品的醇提取液及羟基芫花素，具有止咳、祛痰作用，从而降低了毒性，扩大了该药的使用范围。商陆为峻下逐水药，有毒，能引起中枢神经麻痹、呼吸和运动障碍、语言不清、躁动、肌肉抽搐，轻者可出现发热、呼吸频数、血压升高、头痛眩晕、剧泻，严重者可引起心脏麻痹。商陆经醋制后，可减低毒性，并有缓和通便行水的作用。甘遂、狼毒等，经醋制后均能减低毒性，提高临床用药的安全度。

2. 增强药效作用：醋能与生物碱、氧化物、无机成分起化学反应，生成各种盐。因其具有良好的渗透性，故矿物药物如紫石英、磁石、代赭石等，动物药材如龟甲、鳖甲等，质地坚硬、不易粉碎，经醋制、醋淬后，可使其质地酥脆，便于粉碎和煎出有效成分。如延胡索，其镇痛的有效成分为延胡索乙素，这是一种生物碱，难溶于水，用醋炮制后，醋酸与生物碱结合生成醋酸盐，醋酸盐能溶于水，从而加大了溶解度，其镇痛功效亦可大为提高。磁石，主要含四氧化三铁、三氧化二铁等，难溶于水，煅后用醋淬，磁石所含的铁化合物可与醋酸结合，其中一部分生成可溶性醋酸铁。醋酸铁很容易被人体吸收而发挥药效。代赭石含有三氧化二铁，火煅醋淬后还原为亚铁化合物，易被胃酸溶液溶解，因而易于吸收。铁进入体内，能促进红细胞及血红蛋白新生，从而增强

了代赭石的补血及镇静中枢神经作用，亦可减少高价铁对胃肠道的刺激作用。又如禹粮石，主要含三氧化二铁，另含有铝、镁、钾、钠、磷等，经醋煅制后质地变疏松，其固涩止泻作用增强。

3. 增强药物的独特效应：如五味子，主要成分是挥发油、五味子素、柠檬酸、苹果酸、维生素C等，用醋蒸制后，使其与钾、钙等金属离子从结合成盐的柠檬酸、苹果酸、酒石酸中游离出来，从而发挥了五味子独特的收涩敛肝的功效。

4. 增强药物活血、散瘀、止痛作用：米醋味酸，性微温，药物经醋制后，可引药归肝经，增强入血收敛、散瘀止痛作用。香附为理气药，具有理气解郁、调经止痛功效，经醋制后其行气止痛作用增强。青皮为理气药，具有疏肝理气、消积止痛的功效，经醋制后，可增强理气止痛的作用，并减低油分，利于调理气机。艾叶为理血药，具有散寒除湿、温经止痛的功效，经醋制后可增强温经止痛作用。三棱为活血化瘀药，具有破血行气、消积止痛的功能，经醋制后，可增强其消瘀止痛的作用。乳香、没药，为活血祛瘀药，具有活血舒筋、消肿止痛的功效，经醋制后，可除去部分油质，利于发挥其消肿止痛的作用。

5. 矫臭、矫味作用：五灵脂、穿山甲、电甲、鸡内金等有臭气或令人不快之味。经醋制后，一部分异味由于高热升华消失；因醋的良好渗透性，使药物膨胀疏松，空隙变大，一部分异味在醋挥发时被带走，从而达到去除臭气或消减不快之味的目的。醋入煎，服用时可免除不良气味引起的恶性刺激。

6. 扩大药物的作用范围：如当归、白芍等补血药物，经醋制后，变成具有止血的作用，因为醋能入血分，有收敛气血之故。乌梅生用敛肺固肠，醋制后，可增加其安蛔效果，因为蛔虫见酸则静。

7. 有利于提纯药物、减少杂质、降低刺激性：如硃砂为外用药，有毒，经用两倍沸水搅拌溶化、沉淀，取上层清液，加入定量的醋，置锅中隔水蒸，所得结晶为纯品，因除去大量杂质，毒性与刺激性可降低。

此外，醋还可作为汤剂内服，外用作涂敷剂，治诸般肿毒之未化脓病症等。

## （二）抗菌作用

食醋具有一定的杀菌、抑菌能力。日本山本等人曾以 10 种有机酸同盐酸作对比抑菌试验，结果对 16 种常见食物腐败菌和肠道致病菌的抗菌力，醋酸能在较低酸浓度下发挥效力，食醋在低盐度中，发挥其抑菌作用。

对芽胞杆菌属菌、微球菌属菌（是最为常见、分布也十分广泛的食物腐败菌）、荧光假单胞菌和亨氏片球菌（乳品、鱼贝等多种食品的低温腐败菌）、金黄色葡萄球菌（细菌性食物中毒最主要病菌之一）、鼠伤寒沙门菌和病原性大肠菌（重要的肠道传染病菌）等食醋都能完全抑制其繁殖。醋酸浓度在 122.5 毫克/升，只要半分钟就能完全杀灭葡萄球菌、格特内杆菌、宋内—志贺菌、副溶血性弧菌；对于病原大肠菌，也仅需半分钟就能全部予以杀灭。俗话说“病从口入”，很多传染病菌都是通过口腔进入人体的，而食醋却不愧是一名把

好这第一道关口的忠诚卫士。

中国医学科学院流行病学研究所的研究还表明，食醋对甲种链球菌、卡他球菌、肺炎双球菌、白色葡萄球菌和流感病毒等呼吸道致病微生物，在室内熏后 30 分钟，除甲链球菌有个别菌落外，其余全被杀灭。试验还证明，食醋有杀灭白喉杆菌和流行性脑脊髓膜炎、麻疹、腮腺炎病毒的效力。

对于绿脓杆菌、发癣菌等多种细菌、真菌，食醋也有很强的杀灭效力。在中医临床上和民间验方中，都将醋广泛地用于防治外科、皮肤科的多种疾病，并取得了较好的效果。

### （三）防治感冒

在酿造食醋的工厂里，工人们很少患感冒，甚至工作 20 几年也未患过感冒。每当感冒流行时，酿醋厂工人未见有人被感染。这一奇异的现象，学者认为这与他们长期接触食醋有很大关系。食醋果真能预防和治疗感冒吗？这引起了学者的重视。我们知道，有许多病毒能引起感冒，仅鼻病毒一种，就有 100 多个型，感冒病毒易于变异。因此，很难找到一种有效地对付如此多的病原体的药物。

几年来，中医研究院中药研究所的科研人员，从大量文献研究中得到启发，认为引起感冒的病毒没有细胞膜，酸碱度的改变易影响其生长。再则，感冒病毒的生长，主要靠核糖核酸酶等酶内系统的催化作用，而核糖核酸酶等又受酸碱度、温度、微量金属离子的控制。一般病毒生长环境的 pH 值为 6.5~7.9，应用 5%~6% 的碳酸氢钠溶液或 5%~6% 的食醋液，其氢离子或氢氧离子浓度足以控制所有感冒病毒的

生长 (5%食醋的 pH 值为 3, 5%碳酸氢钠溶液的 pH 值为 8.5)。该所与有关单位协作, 单用以上浓度的食醋或碳酸氢钠溶液, 每日滴食 6 次 (预防 2 次), 临床观察 186 例, 有效率为 92%~97%。

研究结果证明, 酿醋厂工人不感冒, 是与其长期接触食醋有关; 加之酿醋厂空气中的醋酸浓度使感冒病毒难以生存, 故醋厂工人不易感冒。醋能预防和治疗感冒是有科学依据的。因此, 在日常生活中, 如遇感冒流行, 不妨用食醋熏蒸。其方法是取醋适量 (每立方米空间 2 毫升~10 毫升), 用 1~2 倍水稀释, 以文火加热熏蒸。

#### (四) 健胃与防治腹泻下痢

自古以来, 都认为醋具有增加食欲、促进消化的作用。这在我国历代医学文献中多有记载, 如唐代陈藏器著《本草拾遗》, 清代王士雄著《随息居饮食谱》等, 都称醋能“开胃、消食”。而我民间亦有用“醋茶”治消化不良的。这足以说明醋是一种能帮助消化的饮料。食醋对消化系统的作用, 主要是促进胃液的分泌。我们在日常生活中, 只要想起盐渍梅或酸的食物, 口里就会生出唾液, 并引起胃的蠕动, 产生食欲。这是因为醋中的挥发物质及氨基酸等, 能刺激人的大脑神经中枢, 使消化器官分泌大量的消化液, 从而使消化功能增强。

唾液中含有能消化淀粉的淀粉酶。如果唾液和胃液的分泌量多, 不仅能增进食欲, 也能促进食物的消化。说明在烹调时加些醋, 在做凉拌菜时也加些醋, 对促进食欲、帮助消

化是有益的。

醋还可防治腹泻、下痢。腹泻、痢疾是在日常生活中误食了经病菌污染的食物而引起的，在民间多用“喝醋”治疗。这在我国已有很久的历史，如服食“姜蒜醋”治腹泻，还有用火烧砖，然后将食醋喷在热砖上，或将醋撒于毛巾上盖在热砖上，趁热坐在上面，以治疗腹泻等。其实，在我国的古医籍中对用醋治疗腹泻、下痢早有记载。如《罗氏会约医镜》说，醋能治“肠滑泻痢”。《本草纲目》载，治疗霍乱吐泻用盐醋煎服。而在《严氏济生方》中，凡治腹泻、下痢方，均以药醋糊为丸。

食醋中的主要成分是醋酸。醋酸具有极强的抗菌作用，它对多种细菌有杀灭作用。金黄色葡萄球菌是发生急性胃肠炎的细菌性食物中毒最主要的病原菌之一，鼠伤寒沙门菌和病原性大肠杆菌，也都是重要的肠道传染病病菌。实验研究表明，以上病菌和宋内—志贺菌，在醋酸浓度为 122.5 毫克/升时，只要半分钟就能将其杀死。此外，食醋中还含有多种营养成分，能增强机体的调节功能，当腹泻、下痢导致身体虚弱时，食醋还可补体疗虚，增强抗病能力。

近年来，常有报道用食醋治疗腹泻、痢疾的，并取得了极好的疗效。用醋治疗腹泻、痢疾的方法很多，如以红茶（或花茶）10 克，用沸水冲泡，然后加食醋少许，每日 1 次，热服，有涩肠止泻的作用。又如以盐水梅 1 枚，茶叶 10 克，用沸水冲泡，加醋适量，热服，用于治疗痢疾。以上事例说明，醋疗是治疗腹泻、痢疾的良好方法。

## （五）降胆固醇

胆固醇是组成人体细胞的营养物质。它大部分是由人体自身合成的，也有一部分是通过饮食摄取。一个健康的成年人，体内胆固醇总量约 50 克~80 克。这些胆固醇的去路有两条：一条是通过肠道排出体外；另一条是通过肝脏用于全身的新陈代谢。在正常情况下，人体合成胆固醇量能自动调节。食物中的胆固醇摄入多了，体内合成的数量就会自动减少；摄入少了，合成就多些。因此，一个代谢正常的人摄入胆固醇多少关系不大。有些中年以上的人，由于内分泌和血脂代谢的失调，自动调节的功能发生紊乱，增加的血胆固醇就会逐渐沉积在血管壁上，使血管管腔变狭，并向外扩大至管壁中层，破坏管壁的纤维，引起结缔组织增生，从而使血管肥厚而硬化。这种情况发生在冠状动脉就称为冠状动脉粥样硬化性心脏病，简称冠心病；若发生在脑动脉就称为脑动脉硬化。此外，体内胆固醇增高，还是胆囊结石形成的主要原因。因此，要避免胆固醇过多，除了注意饮食外，长期食用醋是降低胆固醇的一种有效方法。

日本健康丛书出版社编辑部曾做过一个实验，把老鼠分为 5 组：①给水组。②给米醋组（每公斤体重 5 毫升）。③给米醋组（每公斤体重 1.25 毫升）。④给醋酸溶液组（4%醋酸溶液，每公斤体重 5 毫升）。⑤给醋酸溶液组（4%醋酸溶液，每公斤体重 1.25 毫升）。饲养 5 天后，检查各组老鼠血清中的胆固醇含量，发现②~⑤组的胆固醇含量较①组为少，②~④组降低了 20%，显示醋能够降低血胆固醇。现代研究

证明，食醋之所以能降低血胆固醇含量，是因为食醋中含有尼克酸和维生素 C 的缘故，它们均是胆固醇的克星。因为食醋中的尼克酸能促使胆固醇经肠道随粪便排泄，使血浆和组织中胆固醇含量减少；食醋中的维生素 C 也具有促进胆固醇排出的效果。据报道，给予高胆固醇的人服用维生素 C，不久即可看到血液中胆固醇及中性脂肪降低。食醋还能保护食物中的维生素 C 不被破坏，长期食用醋使体内维生素 C 不断增加，从而促使人体内胆固醇含量降低。因此，可以说，为防病治病，天天应食醋。

## （六）降高血压

高血压病是严重威胁人类健康的常见病，是引起心脏病、脑溢血的重要因素。全世界每年心、脑血管病大约吞噬 1200 万人的生命。血压上升的原因甚多，因此，迄今尚无理想的预防对策，一旦患上高血压就很难恢复正常。高血压的主要病因是人体内积聚过剩的钠。在内分泌功能失调的情况下，它会增加血管对各种升压物质的敏感性，从而引起小动脉痉挛，使血压升高。另外，钠盐能吸附水分，较多的钠进入体内时，肾脏不能充分排泄，导致钠潴留，水分蓄积增多，全身血容量增加，从而加重心脏负担，诱发高血压。

近年来，日本学者曾作了一次试验，他们挑选了 9 个人，每天午后 3 点吃 5 粒醋泡黄豆，持续 3 个月，其间每周测量血压 1 次，每月验血 1 次，结果血压明显趋于正常。我国民间，很早就用醋泡花生米防治高血压了。选用饱满带衣的花生米半碗，倒入上等食醋至满，浸泡 7 日，从第 8 日起每

日早、晚各服 10 粒，可降低高血压。食醋之所以能降低高血压，是因食醋中含有维生素 C 和尼克酸，能扩张血管，促进胆固醇的排泄，并增强血管的弹性和渗透能力。血胆固醇降低，对防治心脏病、高血压均有良好的作用。此外，食醋还能增强肾脏功能，有利尿作用，通过利尿使钠排出，间接引起降压。因此，高血压患者可少吃些盐多吃些醋；坚持每日食用醋，或食用醋浸黄豆、花生米，或食用醋蛋液，都能预防和治疗高血压。

## （七）防治肝病

肝脏是人体最大的消化腺，它对糖类、脂类、蛋白质、维生素、激素等物质代谢起重要的作用，并有分泌胆汁、解毒及吞噬细菌的作用。肝脏一旦有病，机体消化功能及营养物质的代谢必然受到影响。患肝脏疾病时，营养供给量是否合理，不仅直接影响肝脏本身，而且会影响全身营养状况，所以肝脏有病时，增加营养具有重要意义。近年来研究发现，食醋具有保护肝脏的良好作用，并能促进消化液的分泌，增加肝病患者的食欲。食醋中含有丰富的氨基酸、醋酸、乳酸、苹果酸、琥珀酸、维生素等多种肝脏所需要的营养物质。食用醋后，其营养物质被充分吸收转化，其转化合成的蛋白质对肝脏组织损伤有修复作用，并可提高肝脏解毒功能及促进新陈代谢。醋本身还能杀灭肝炎病毒，从而能防治肝病。

以醋治疗肝病很早便在民间广泛流传，而中医书籍也有关于用食醋治疗黄疸的记载。如《本草纲目》说，醋“散瘀血、治黄疸、黄汗”，还认为能“开胃，养肝”。民间常用食

醋、红糖合服治疗肝病。湖北宜昌人民医院，用米醋和复合维生素 B 治疗急性黄疸型肝炎 51 例，全部获愈。对食欲不振症状的改善效果尤为满意。另据《中药大辞典》记载，治疗急、慢性传染性肝炎，取米醋 500 毫升，鲜猪骨 500 克，红、白糖各 200 克，置锅内共煮（不加水），至沸后 30 分钟取出过滤取汁，成人每次服 30 毫升~40 毫升，小儿（5~10 岁）服 10 毫升~15 毫升，每日 3 次，饭后服，1 个月为 1 个疗程，慢性者可服 2~3 个疗程。据对 3 例病人的观察，服药 40~60 日后均获痊愈。

## （八）治疗糖尿病

糖尿病中医学称为“消渴病”、“三消症”，是由于人体绝对或相对胰岛素分泌不足所引起糖、蛋白质、脂肪及水、电解质代谢紊乱。其特征为血糖过高，尿糖阳性，葡萄糖耐量减低及胰岛释放试验异常。病人常表现为多饮、多食、多尿、疲乏、消瘦等。醋能治疗糖尿病是近年来国内外学者的新发现。长期服用食醋能使血糖降低，并能增强体质。在民间流传用醋蒸鸡治疗糖尿病的方法有明显的效果。鸡肉含有丰富的营养物质，醋鸡同蒸其营养更为丰富，是糖尿病患者理想的食疗方法。其制备与食用方法是，男性患者用 1 只 2 年以上的白毛母鸡，女性患者用 1 只 2 年以上的白毛公鸡（皆菜鸡），宰杀洗净，往鸡肚内倒入 250 毫升好米醋（不放盐），开口朝上置于陶瓷盆内，入锅蒸熟，早晨空腹食用，1 次吃不完，次晨加热空腹再吃，1~3 次吃完。轻症者食 1 只，重症者食 2 只，尿糖即可转阴，血糖即能降至正常。在日本，

曾有人对 17 名糖尿病和疑似糖尿病患者，作了为时 1 个月以上饮用醋蛋的临床实验，结果是糖尿病患者中，有 11 名在饮用醋蛋 2~3 周后，血糖下降和尿糖减少或消失。其中有个别患者因受饮食过量的影响，使尿糖恢复原来的数值，但其血糖仍下降。醋蛋能治疗糖尿病的原因，据推测是由于其营养几近完全食品，把被醋溶化的蛋壳（醋酸钙）和蛋白、蛋黄一同食用，既能摄取钙质，又加上醋本身的效用，种种因素集合起来，就发挥了几倍的功效。目前我国一些醋厂相继研制生产了多种保健食醋，糖尿病患者服用均有一定的降糖作用，可作为糖尿病患者的保健饮品。

## （九）抗 癌

有人发现对位于四川西北部癌高发区的无癌点——保宁醋总厂，建厂 50 多年来无一人死于癌症。虽有一名癌症职工，但手术后存活已 10 年以上，至今仍正常上班。人们盛赞保宁醋的神力。食醋果真有抗癌作用吗？中国科学院成都分院和中国科技大学，曾对保宁醋及其主、辅原料用原子吸收光谱等方法进行微量元素测定，并加以分析研究，证明醋本身所具有的杀菌作用能直接抵抗传染性病毒，从而使癌、真菌难以生长，还可抵消黄曲霉毒素的致癌作用。保宁醋中含有一种酶，可以抑制镉和真菌的协同致癌、促癌作用；保宁醋用的麸皮和井水等原料，具有的富铜低镉特征，与 60 多种中草药制成特异药曲的化学组成和生物学作用，使铜、锌、锰、钼、钴等微量元素高度富集，因而具有抑癌的效用。由此可以推测，该厂职工是由于长期接触这些抑癌的物质和产品，所以

长期未出现癌症患者。最近日本有人以薏米和玉米作为原料，用蒸煮法发酵制成的两种醋中，发现有抗肿瘤的活性物质。他们把这种抗肿瘤的的物质注入腹腔内移植有 S<sub>-160</sub> 肿瘤的 6 只麝鼠体内进行试验，结果有 2 只鼠的肿瘤消失，其它 4 只鼠与未注入抗肿瘤物质的鼠相比，寿命延长了 4.5 倍。

目前，国内一些酿醋厂相继推出各种“抗癌保健醋”，日本开发一种由米醋、蜂蜜和矿泉水组成的抗胃癌的饮料配方。食醋抗癌的观点已为不少人所接受。

## （十）减 肥

用食醋浸泡黄豆治疗便秘，是我国自古即有的民间验方，最近科学家发现，醋豆还有其它的健身作用。其实食醋的本身就可以降脂、降压、减肥。因食醋中所含的氨基酸除了可以促使人体内过多的脂肪转变为体能消耗外，还可使摄入的糖与蛋白质等的代谢顺利进行，因而具有良好的减肥作用。如用醋豆减肥更能增加其作用。研究发现，给老鼠喂一定量的醋豆，老鼠的血压下降了 10%~20%，豆子中的皂素能排除贴在血管壁上称作 ATET—OOM 的脂肪，并能减少血液中的胆固醇含量，所以有助于减肥。醋豆还能预防动脉硬化和脑血栓。这是因为豆子中的不饱和脂肪酸有减少胆固醇的作用。醋豆的制备方法是，用好黄豆洗净晒干，于沙锅内炒熟，然后放入空瓶中，约占瓶 1/3。在倒入食醋后，加盖，放阴凉处，1 周后即可食用。如不喜欢吃酸，可加蜂蜜或红糖。醋豆以每天吃 1 匙为宜，如发生腹泻，可暂停食；如未见不适，可连续食用。此外，醋豆还能助消化。

## （十一）美容、延缓衰老

随着年龄的增长，人体中过氧化脂质（亦称人体的锈）会不断地增加，而致使细胞的功能无法正常发挥。当体内过氧化脂质过多时，会和体内的物质结合，生成具有毒性的过氧化物。如果这种现象出现在皮肤上，会使皮肤的新陈代谢能力减退，而易使废物（如色素类物质）积聚在皮肤表面，形成乌斑（老年斑），也会使皮肤的张力减弱或弹性降低，增加皮肤的皱纹并变得松弛；而分泌油脂的皮脂腺和出汗的汗腺功能若衰退，皮肤就会失去滋润的成分，提前显示衰老。有一种叫做恶性淋巴腺肿的物质，能够增加心肌中的过氧化脂质。实验显示，恶性淋巴腺肿物质给老鼠服用，能使老鼠体内的过氧化脂质增加。若在服这种物质的同时给老鼠吃些米醋，就能减少老鼠体内过氧化脂质的生成，并且其效果会因摄入米醋量的不同而有差异。由此可见，米醋对过氧化脂质的活性不仅有抑制作用，而且还有减少其生成的功能。因此，长期服用食醋不仅能减少皮肤色素沉着，而且具有延缓衰老的作用。此外，食醋中的醋酸、乳酸、氨基酸、甘油和醛类等化合物，对人的皮肤有柔和的刺激作用，能使血管扩张，增加皮肤血液循环，使皮肤光润。在民间有用食醋浸泡鸡蛋，以蛋清涂抹皮肤或食用以治疗皮肤黑褐斑、牛皮癣、神经性皮炎等皮肤病。上述说明长期食用醋具有美容和延缓衰老作用。

## （十二）解 酒

用醋解酒，是人们较为熟悉的常识。这在医学文献中早

有记载。如王士雄在《随息居饮食谱》中说，食醋可“醒酒，消食”。日本资料亦介绍说，食醋能避免大醉失态（解酒作用）。饮酒过多，会使血液中酒精浓度增加，浓度愈高，醉的程度也愈重。一般说来，当100毫升血液中酒精含量达50毫克~100毫克时，就会达到微醉状态，超越此界限之后，随着酒精浓度的增加，醉的程度也随之加重。有资料指出，单独饮酒与随酒同时饮用食醋，血液中的酒精浓度会有差异，也就是说，如果在饮酒的同时饮用食醋，就能降低血液中的酒精的浓度，从而减轻或延缓大醉状态的出现。

我们知道，醋中含有多种成分，这些成分相互配合，使食醋成为一种天然的“醒酒剂”。食醋能对抗和缓解酒精的抑制作用，增加胃液分泌，扩张血管，利于血液循环，提高肝脏的代谢能力，增强肾脏功能，加快利尿，促进酒精从体内迅速排出。食醋能解酒，是有科学依据的。

### （十三）食醋的其它功效

因为食醋的内服、外用具有上述多种医疗效能，所以古代医家及近代药理研究均对其药用价值给予充分的肯定。食醋除上述功效外，还有利尿，治疗结石、骨质增生、坐骨神经痛、腰腿扭伤、血肿、骨折、肠道寄生虫及外科的一般炎症等。

现代研究发现，食醋有利尿、溶石、排石的作用。它不仅能防治便秘、尿潴留，而且能防治肾结石、膀胱结石、尿路结石及胆结石。结石中所含的成分多为钙，其中大部分为草酸钙和磷酸钙。食醋能增强肾脏功能，有利尿作用，而食

醋中的柠檬酸、醋酸，能显著地增加对草酸钙的溶解度，还能防止尿中草酸钙结晶的形成。因此，食醋可利尿、防治结石病。

食醋外用，有软化局部骨骼和脱钙的作用。临床常用醋治疗骨质增生，如用食醋炒麸皮热敷治足跟骨刺，或加入中药煎煮取汁进行离子透入治疗各部位的骨质增生。中医学认为，食醋外敷有活血、消肿、止痛的作用，常用醋调中药外敷治疗腰腿扭伤、骨折、软组织损伤，能迅速消肿止痛。如将中药川乌、草乌、白芷、马钱子、土鳖虫、透骨草、威灵仙等中药研末，加醋调成膏状外敷，可治疗腰椎间盘突出、坐骨神经痛、骨折等。醋调中成药七厘散、跌打丸，治疗跌打损伤、筋骨疼痛，有明显的散瘀、消肿、止痛作用。

中医认为，食醋味酸，有安虫、缓急止痛作用。据报道，饮用食醋可治疗胆道蛔虫症。此外，将食醋稀释后（每30毫升醋加凉水至100毫升），于睡觉前灌肠，可治疗蛲虫症。

中医认为，食醋具有消痈解毒的作用。《名医别录》说，醋可“消痈肿，杀邪毒”。《本草汇言》也说：“醋，解热毒、消痈肿。”因此，食醋常用于治疗外科的一般炎症。如取食醋250毫升，置搪瓷碗中加热，沸后加入乳香、没药末各6克，边搅拌边加入淀粉60克，待成糊状后即将其涂于牛皮纸上（面积应大于病变范围，厚约1厘米~1.5厘米），等温度降至50℃左右时敷于患处，外加3~4层纱布包扎。如有伤口，按常规处理，必须在敷以凡士林纱布后再敷醋膏（勿直接涂于伤口）。凡疔、痈、蜂窝织炎、丹毒、脓肿、腮腺炎、乳腺炎等急性炎症皆可应用，但对于结核性炎症及骨髓炎等则不

适宜。

所以说，食醋的药用价值非常广泛，临床用治上百种疾病，并且是一种非常理想的保健食品。

#### （十四）醋蛋疗法

醋蛋疗法是以醋和鸡蛋为配方主要成分，用来防治疾病的一种民间方法。世界上很多国家和民族，都在用醋和鸡蛋来防治疾病，我国是最早使用醋蛋疗法的国家。民间验方常用醋蛋治疗腮腺炎、体癣、灰趾（指）甲、胆道蛔虫症、毒虫叮咬、腰腿痛等症。近年来，醋蛋成为中国和日本等国的流行保健食品。据报道，食用醋蛋可降血压、降血脂、软化血管、治疗糖尿病，对防治各种老年病症均有效，对风湿病、失眠、便秘等症也有良好的效果。

醋蛋制作和服用较方便。取 9 度米醋 180 毫升，装进大口瓶中，将一个新鲜的生鸡蛋洗净，浸泡在米醋中，经过 36～48 小时后，蛋壳被软化，仅剩一层薄膜包着已经胀大的鸡蛋，用筷子将蛋膜挑破，再将鸡蛋清和鸡蛋黄与醋液搅匀，即制成醋蛋液。每日清晨空腹食用，1 只醋蛋分 5 次食完，每次对水 2～3 倍，再加点蜂蜜调匀服下，软蛋膜可一次服完。现代研究表明，食醋与鸡蛋配制成醋蛋液后，不仅综合了食醋和鸡蛋的营养成分和食疗作用，且能防止细菌污染。醋化后的鸡蛋黄其分子发生断裂，大分子物质变成小分子，释放出的卵磷脂、胆碱、生物素等物质易为人体吸收，从而可充分发挥其作用。

食醋浸鸡蛋清，可使巨大的蛋白分子裂解为微小的分子，

释放出大量的溶菌酶等物质，使其食疗作用增强。被醋软化、溶解的蛋壳变成醋酸钙，它的特性是易溶解于水，钙可全部被小肠吸收，这是一种难得的无机盐，不仅有利于人体骨骼的生长发育，还可防治高血压等疾病。

醋蛋液制成后，喜欢饮醋的人可直接饮服。有些人可根据个人喜好，饮用前加适量的蜂蜜，对入 2~3 倍 40℃ 左右的温开水，冷开水也可以，切忌用生水或滚开水，以免破坏醋蛋液及蜂蜜中酶类物质。在饮用醋蛋液初期胃有不适感者，可酌量加温开水稀释之；也可减量试服，并在饮后多喝些水，也可于早饭后饮用。但如长期不适者，则不必勉强饮用。服醋蛋液后均应用清水漱口，以防伤牙。

醋蛋液要注意保存，在夏季要防止发酵发霉。醋蛋液制好后应放在冰箱里冷藏。如家中无冰箱，也可把醋蛋液倒入瓶内浸泡在冷水中，且每天要换几次水。如发现醋蛋液发酵出现泡沫，变质改味，应禁止饮用。

醋蛋液是一种保健食品，它和日常各种饮食及任何中西药都不发生相互作用，所以服醋蛋液不用忌口。只要按规定方法制作和服用，就不会出现副作用。

## 第二部分 醋疗便方

### 一、内科疾病

#### (一) 感 冒

##### 神仙粥方

〔处 方〕 糯米 50 克，生姜 10 克，连须葱白 7~8 根，食醋 10 毫升。

〔用 法〕 先将葱、姜洗净捣碎，与淘洗干净的糯米同置锅中，加水 1000 毫升，煮至米烂，加醋和匀即成。趁热食粥，或只喝粥汤。吃完粥后盖被入睡，以微微出汗为佳。日服 2 次。

〔功 效〕 解表散寒，扶正祛邪，开胃养肝。用于治疗感冒初起，头痛发热，怕冷，周身酸痛，鼻塞流涕，也用于年老体虚感冒。

##### 醋浸萝卜方

〔处 方〕 生青萝卜 250 克，米醋适量。

〔用 法〕 将生青萝卜洗净，切成薄片，放入米醋中浸泡 2 小时。食萝卜或饮醋 20 毫升。每日食 2~3 次。

〔功 效〕 抗病毒、杀菌。适用于流行性感冒，普通感

冒亦可使用。

### 姜蒜醋方

〔处 方〕 食醋 500 毫升，生姜、大蒜各 100 克。

〔用 法〕 将姜、蒜洗净，切片，同浸于食醋中，加盖密封 30 日以上。在流感期间取出，食用姜、蒜，亦可于饭后饮醋 10 毫升左右，每日 2 次。

〔功 效〕 温中散寒、止痛、杀菌、抗病毒。用于预防流行性感冒及其它呼吸道传染病。

### 醋萤退热方

〔处 方〕 萤火虫、米醋各适量。

〔用 法〕 将萤火虫置于瓶中，再入米醋浸泡，加盖密封，埋于土中备用。凡感冒发热时取出，每服 1 匙。

〔功 效〕 解表退热。用于感冒发热。

### 姜茶醋方

〔处 方〕 生姜 3 克，红糖 10 克，茶叶 3 克，食醋 3 毫升。

〔用 法〕 以上四味，放入茶杯中，用沸水冲泡，加盖闷 5 分钟。代茶饮用，每日 3 次。

〔功 效〕 辛温解表。适用于风寒感冒初起，头痛、鼻塞，流清涕。

### 熏醋方（1）

〔处 方〕 食醋适量。

〔用 法〕 在流行性感冒发病季节，关好门窗，每立方米的空间用醋 5 毫升，加水 10 毫升，用文火加热熏蒸，使空

气中有较浓的酸味。每晚熏蒸 1 次，每次 30 分钟，连用 3~5 个晚上。

〔功效〕 杀菌、抗病毒。适用于预防流行性感冒和其它呼吸道传染病，如流脑、流行性腮腺炎等。

### 熏醋方（2）

〔处方〕 米醋适量。

〔用法〕 先将瓦片用火烧红，取出置于室内，将醋洒于瓦片上，让醋气蒸发，用鼻嗅闻热气，数分钟后再往瓦片上洒醋，反复多次。

〔功效〕 杀菌、抗病毒。适用于流行性感冒，症见鼻塞、咳嗽。

### 醋液滴鼻方

〔处方〕 10%醋溶液、香料、糖精各适量。

〔用法〕 将香料、糖精放入醋液中，调匀即成。于流感季节或感冒后，用醋液滴鼻，每次每侧鼻孔滴 2~3 滴，每日滴 2~3 次，连滴 3 日。

〔功效〕 杀菌、抗病毒。预防感冒。

## （二）咳 喘

### 大蒜糖醋方

〔处方〕 大蒜适量，红糖 150 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将红糖放入醋中搅溶，再将大蒜浸泡在糖醋汁中，浸泡 15 日即成。每日早晨空腹吃糖醋大蒜 1~2 瓣，并喝一些糖醋汁，连服 10~15 日。

〔功效〕 止咳平喘，解毒散瘀，降压降脂，延年益寿。适用于慢性支气管炎、支气管哮喘，亦可用于高血压病、动脉硬化等，还可预防老年人感染性疾病和肿瘤的发生。

### 甘草蜜醋饮方

〔处方〕 甘草 6 克，食醋 10 毫升，蜂蜜 30 克。

〔用法〕 上三味放入杯中，用沸水冲泡，每日早、晚代茶饮服。

〔功效〕 润肺止咳、化痰。用于外感引起的慢性支气管炎、咳嗽痰粘等。

### 醋炖黑母鸡方

〔处方〕 黑母鸡 1 只，食醋 1500 毫升。

〔用法〕 先将鸡宰杀洗净，切成碎块后加入醋（不加水），用文火炖蒸两小时即成。分 6 次服用，病轻者 1 剂即可，重者需 2~3 剂。

〔功效〕 温中益气，补精填髓，止咳。适用于支气管哮喘、咳嗽、身体久虚者。

### 醋煮蜂房方

〔处方〕 露蜂房 30 克，醋 60 毫升。

〔用法〕 将露蜂房加醋及适量水共煮，取汁。每日服 2 次，连服 14 日。

〔功效〕 祛风解毒，散瘀杀虫。适用于支气管哮喘。

### 冰糖萝卜醋方

〔处方〕 冰糖 500 克，青萝卜 250 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将冰糖置于锅内，再倒入醋煮沸，待冰糖全

部溶化，加入洗净切成片的萝卜，浸泡 2~3 小时。每次食萝卜 2~3 片，饮糖醋 10 毫升，每日服 2 次。

〔功效〕 润肺止咳，平喘。适用于咳嗽、痰喘。

### 降逆平喘方

〔处方〕 代赭石 60 克，醋适量。

〔用法〕 将代赭石研为极细末，每次取药末 3 克，用米醋送下，每日 2 次。

〔功效〕 降逆平喘。用于支气管哮喘不能平卧者。

### 化痰止咳丸

〔处方〕 明矾 60 克，生参末 30 克，醋 250 毫升。

〔用法〕 将前二味放入醋内，置于火上熬成膏，稍干做成丸如豌豆大。每次取 1 丸，放在舌下含化。

〔功效〕 化痰、止咳、平喘。用于慢性支气管炎咳嗽。

### 香油醋蛋方

〔处方〕 香油 50 克，鸡蛋 2 枚，醋适量。

〔用法〕 将鸡蛋打破，放入油锅内炸熟，加醋再煮。早、晚各服鸡蛋 1 个。

〔功效〕 益肺养阴，止咳。用于慢性支气管炎咳嗽、季节性哮喘。

### 米醋煮鸡蛋方

〔处方〕 鸡蛋若干个，米醋适量。

〔用法〕 用米醋煮鸡蛋，蛋熟后去壳再煮 5 分钟。只吃鸡蛋，每次 1 个，每日吃 2 次。

〔功效〕 益肺养阴。适用于季节性哮喘。

## 醋炖鸡蛋方

- 〔处 方〕 醋 60 毫升，鸡蛋 1 个。  
〔用 法〕 以醋炖蛋，作 1 次服。连服月余。  
〔功 效〕 润肺止咳。用治久咳不愈者。

## 哮喘糊方

- 〔处 方〕 金沸草 50 克，代赭石 50 克，米醋适量。  
〔用 法〕 将上二药研为细末，加醋调成糊状，取药糊分别涂在风门、定喘、膻中、上腕穴上，或将药糊敷于脐中。每日 3~5 次。  
〔功 效〕 降逆平喘。用于哮喘，喉间有痰鸣音者。

## 热喘丸方

- 〔处 方〕 麻黄、生石膏各 15 克，白芥子、甘遂、杏仁、明矾各 10 克，米醋 50 毫升。  
〔用 法〕 上药共研为细末，瓶贮密封备用。用时每次取药末适量，以米醋调如稠泥状，软硬适度，捏成如桂圆大小的药丸。取 1 丸填入患者脐孔中，按压紧，外用胶布固定。填药 4~6 小时后可除去药丸，每日换药 1 次，1 周为 1 个疗程。  
〔功 效〕 清热宣肺，化痰，降气平喘。用于支气管哮喘，属实热者。

### （三）肺脓肿

## 陈年腊八醋方

- 〔处 方〕 陈年老醋、大蒜瓣各适量。

〔用法〕 大蒜去外皮，把大蒜瓣浸泡在老陈醋中。在农历腊月初八，民间有用蒜泡“腊八醋”之习俗，用这种浸过蒜头的多年陈醋，每日佐餐或早、晚饮用 1 盅。

〔功效〕 宣窍通闭，解毒消炎。用于肺痈（肺脓肿）。

### 紫皮蒜醋煎方

〔处方〕 紫皮大蒜 50 克，醋 100 毫升。

〔用法〕 蒜去外皮，捣烂，加醋用火煎约 10 分钟，饭后服，每日 2 次。

〔功效〕 消炎、杀菌、排脓。用于肺脓肿、咳唾脓血及肺癌。

### 苦酒苡仁方

〔处方〕 薏苡仁 120 克，苦酒（醋）240 毫升。

〔用法〕 薏苡仁放入盛醋的锅内，用文火炖成浓汁备用。服时分数次服用。

〔功效〕 健脾利湿，解毒排脓。用于肺脓肿。

## （四）肺结核

### 大蒜陈醋方

〔处方〕 大蒜、冰糖、陈醋各适量。

〔用法〕 大蒜去外皮，将蒜瓣和冰糖浸于陈醋中，放置 7 日后即可食用。每日食大蒜 15 瓣，并饮糖醋汁，日服食 2 次，可连续食用。

〔功效〕 醒脾，行滞消积，解毒杀菌。用于肺结核、肺脓肿、轻度支气管炎。

## 糖醋杏仁蒜方

〔处 方〕 紫皮大蒜头 250 克，甜杏仁 50 克，白糖 100 克，细盐 10 克，醋 250 毫升。

〔用 法〕 大蒜去皮，用盐腌 24 小时；甜杏仁去衣，捣碎成泥。再将大蒜头滤去盐水，与杏仁一起浸入糖醋汁中，浸泡 15 日后即可食用。佐餐食用，每次 3~5 瓣，爱吃者可食 1 个蒜头。

〔功 效〕 杀菌，止咳。用于肺结核、咳嗽不止。

## 慈姑醋蜜方

〔处 方〕 山慈姑数个，蜂蜜适量，米醋 10 毫升。

〔用 法〕 山慈姑去皮捣碎，加蜂蜜和米醋拌匀，上锅蒸熟，趁热吃下，每日 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，消痈散结。适用于肺结核咯血、淋巴结核。

## 百合醋调方

〔处 方〕 鲜百合 2~3 个，米醋适量。

〔用 法〕 鲜百合洗净，捣汁，以米醋调水冲服。

〔功 效〕 润肺止咳、杀虫。适用于肺癆咳喘、咯血，午后低热。

## 醋蛋玄参方

〔处 方〕 玄参 20 克，鸡蛋 1 个，醋适量。

〔用 法〕 将玄参研为细末，取蛋清与醋调匀，1 次顿服。

〔功 效〕 益气，润肺止咳。适用于肺结核气阴两伤，

喘咳盗汗。

## (五) 呕 血

### 地榆醋方

〔处 方〕 地榆 30 克，米醋 100 毫升。

〔用 法〕 地榆放入醋内煮沸 10 余次，去渣，饮汁，每于饭前热服。

〔功 效〕 清热凉血，止血。用治呕血、鼻出血。

### 鸡冠花醋方

〔处 方〕 白鸡冠花 60 克，醋 200 毫升。

〔用 法〕 将鸡冠花在醋中反复煮沸 7 次，取出晾干，研为细末，每次 6 克，日服 2 次。

〔功 效〕 凉血，止血。用治呕血不止。

### 大黄醋糊方

〔处 方〕 生大黄 30 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将大黄研为细末，用醋调成糊状备用。发病时将药糊涂敷于患者脐孔和脐周围，外加纱布覆盖，再以胶布固定。如敷药后药糊干燥，可再加淡醋适量润之；待脐发痒、呕血停止时，即可去掉药糊。

〔功 效〕 泻火，凉血。用于胃热呕血，血色鲜红、口臭，大便秘结。

### 梔黄醋膏方

〔处 方〕 生梔子、生大黄各 15 克，陈米醋适量。

〔用 法〕 将梔子、大黄共研细末，调醋成膏。取药膏

摊于 1 小块纱布中间，将药膏贴于患者脐孔上，用胶布固定，每日换药 1 次。

〔功效〕 泻火，凉肝，止血，除烦。用于肝火犯胃呕血、口苦、胁痛。

### 煮醋泡足方

〔处方〕 醋 500 毫升～1000 毫升。

〔用法〕 将醋煮沸，趁热泡洗脚，少顷呕血便可止。

〔功效〕 止血。为临时急救之法，呕血严重者，血止后，应当去医院诊治。

## （六）消化不良

### 糖醋萝卜方

〔处方〕 白萝卜、白糖、醋各适量。

〔用法〕 将鲜白萝卜洗净切成丁，拍碎，加入白糖及醋腌半小时后即可食用。

〔功效〕 消积导滞。用于肉食积滞。

### 木瓜姜醋方

〔处方〕 醋 500 毫升，木瓜 500 克，生姜 30 克。

〔用法〕 将木瓜、生姜放入醋中，用瓦煲煲好后，分次服用。

〔功效〕 益胃消食。主治消化不良。

### 姜醋方

〔处方〕 生姜末 3 克，醋少许。

〔用法〕 把姜末放入水中煎煮，然后加醋少许，趁热

服下，每日服 2 次。

〔功效〕 健胃消食。用于过食鱼腥、生冷瓜果、蔬菜所致的消化不良。

### 醋茶方

〔处方〕 醋 15 毫升，细茶叶 1 克～3 克。

〔用法〕 将茶叶、醋置于杯中，加开水冲泡，浸 5 分钟，分 3 次服。

〔功效〕 健胃消食。用于食积消化不良。

## （七）呕 吐

### 醋椒丸方

〔处方〕 胡椒、醋各适量。

〔用法〕 将胡椒放在醋中浸泡，3 日后取出晒干，再浸泡晒干，反复 7 次，研为细末，加酒调糊为丸，如梧桐子大，每服 30～40 丸，每日 1 次，醋汤送下。

〔功效〕 温中散寒，止呕。用于外感风寒所致胃痛、呕吐。

### 姜汁醋蛤饮方

〔处方〕 生姜汁 50 毫升，蛤粉 6 克，醋适量。

〔用法〕 将蛤粉加入醋姜汁内调匀，顿服，每日 1 次。

〔功效〕 温胃化痰，下气止呕。用于反胃呕吐。

### 醋炙牛喉管方

〔处方〕 水牛喉管 1 根，醋 1 杯。

〔用法〕 将水牛喉管两头及筋膜脂肉去掉，煎如阿胶

黑片，等干时用米醋浸泡，取出用微火炙干，淬之再炙淬，醋尽为度。研为细末，备用。遇有呕吐，每服3克，用醋汤调服。

〔功效〕 止呕，润肠。用于反胃吐食，谷物不下及便秘。

### 葱姜醋粥方

〔处方〕 连须葱白5~7根，生姜3克~5克，糯米50克~100克，醋10毫升~15毫升。

〔用法〕 将糯米淘洗干净，然后与生姜同入沙锅内煮一二沸，加葱白，待粥将熟时再加醋稍煮。顿服，1日1剂。

〔功效〕 补中益气，和胃止呕，发表散寒。用于脾胃虚寒或体虚外感风寒之呕吐。

### 生姜醋蛋饮方

〔处方〕 生姜30克，鸡蛋1枚，白糖少许，醋适量。

〔用法〕 将生姜洗净捣烂挤汁，加入白糖、醋，对入开水顿服。

〔功效〕 健胃止呕。适用于干呕，吐逆不止。

### 鸡子百合饮方

〔处方〕 鸡蛋黄1个，百合45克，醋少许。

〔用法〕 百合洗净，用水浸泡1夜，白沫出后去其水，再用水煎，加醋及鸡子黄，搅匀再煎。温服。

〔功效〕 养阴润燥，止呕。用于胃阴不足所致反胃、呕吐。

## 呕吐糊方

〔处 方〕 金沸草、代赭石各等份，米醋适量。

〔用 法〕 前 2 味研为细末，加醋调成糊状。取药糊分别涂在中脘、胃俞穴；或将药糊敷在肚脐孔中，以纱布包扎，1 日 3~5 次。

〔功 效〕 降逆止呕。用于呕吐暖气。

## （八）胃 痛

### 盐醋煮青蒜方

〔处 方〕 青蒜连叶 7 根，盐、醋各适量。

〔用 法〕 将青蒜连叶切碎，用盐、醋煮熟，胃痛时热饮。

〔功 效〕 温中健胃，止痛。用于胃气痛。

### 姜醋茶方

〔处 方〕 生姜 30 克，红糖、食醋各适量。

〔用 法〕 将生姜洗净切片，用醋浸泡 24 小时。每服 3 克，加入红糖，沸水冲泡，加盖浸片刻，代茶频饮。

〔功 效〕 温中，健胃，止痛。用于胃脘疼痛、反胃呕吐、食欲不振。

### 鳖甲三棱醋煎膏方

〔处 方〕 鳖甲（醋炙）30 克，京三棱 15 克，桃仁（去皮、尖）40 克，米醋 500 毫升。

〔用 法〕 将前 3 味研细末，加醋煎煮，煮至如糖浆，以瓶收存。每服半匙，空腹服，用酒送下。

〔功效〕 活血止痛，软坚化癥。用于瘀血胃痛、气逆上冲、肝硬变。

### 醋胆膏方

〔处方〕 猪胆 1 个，食醋 50 毫升。

〔用法〕 将猪胆洗净，与醋共煎熬为稀膏状。每次 10 克，日服 2 次。胃酸过多者慎用。

〔功效〕 清胆和胃，止痛。用于胃脘灼痛、烦渴思饮、口燥咽干、大便干结。

### 香醋丸方

〔处方〕 面粉 500 克，香醋 500 毫升，陈石灰（旧建筑物上的石灰）250 克。

〔用法〕 将石灰研为细末，与面粉混匀，用醋调制成绿豆大的丸（如醋不足，加适量开水），晒干备用。每次 50 粒，每日 2 次，饭前用开水冲服。

〔功效〕 温中健胃止痛。用于胃脘胀痛、噎腐吞酸、大便不爽。胃酸过多者慎用。

### 姜附丸方

〔处方〕 干姜、附子、郁金各等份，醋适量。

〔用法〕 将前 3 味共研细末，加醋调糊为丸，如梧桐子大，以朱砂为衣。每服 10 丸，每日 2 次，用醋汤送下。

〔功效〕 温中健胃，理气止痛。用于虚寒胃痛。

### 良姜灵脂散方

〔处方〕 高良姜 30 克，五灵脂 20 克，醋适量。

〔用法〕 将前 2 味共研为极细末。每次 3 克，用醋汤

送服。

〔功效〕 温中活血，止痛。用于胃脘刺痛难忍。

### 雌黄醋丸方

〔处方〕 雌黄 15 克，食醋 500 毫升。

〔用法〕 将雌黄放入醋内熬成膏，加入干蒸饼（研细）和丸，如梧桐子大，每服 7 丸，姜汤送下。

〔功效〕 温中止痛。用于胃痛泛水。

### 醋淬自然铜方

〔处方〕 自然铜、醋各适量。

〔用法〕 将自然铜放入火内煨红（即烧红），然后用醋淬（即蘸醋洒上去，令红消热退）。淬后又煨，反复 9 次，最后研为细末，备用。每次取一小撮，调醋服。

〔功效〕 温中止痛。用于胃脘痛。

### 陈皮元胡醋调散方

〔处方〕 陈皮 5 克，元胡 20 克，醋适量。

〔用法〕 前 2 味用醋炒后研为细末。每取 5 克，用醋汤调服。

〔功效〕 理气止痛，降逆和胃。用于胃痛、呕吐。

### 半夏醋蛋煎方

〔处方〕 半夏 9 克，醋适量，鸡蛋 1 个。

〔用法〕 半夏加醋同煎，然后去半夏留醋，将蛋清加入热醋中。于每晚睡前服 1 次，至症状消失为止。

〔功效〕 和胃止痛。用于食管炎、剑突后烧灼样疼痛。

## 胃痛醋糊方

〔处 方〕 大黄 15 克，制乳香、制没药各 6 克，赤芍 3 克，米醋适量。

〔用 法〕 将药物混合研为细末，过筛，入瓶备用。用时取药末 10 克～15 克，加米醋调成厚膏，以药膏敷于患者脐孔中心、足三里穴上，胶布固定，每日 1 次。

〔功 效〕 清热活血止痛。适用于胃热疼痛（胃炎）、便秘。

## （九）泄 泻

### 禹粮乌头醋丸方

〔处 方〕 禹余粮 120 克，乌头 30 克，醋适量。

〔用 法〕 前 2 味共研为细末，滴醋调糊为丸，如梧桐子大，每饭前服 5 丸，以醋汤送下。

〔功 效〕 温中止泻。用于肠泄不止。

### 矾醋丸方

〔处 方〕 白矾、醋各适量。

〔用 法〕 将白矾用火煨为末，加醋调糊为丸。每服 10 丸，每日 2 次。

〔功 效〕 止泻。用于伏暑泄泻。

### 肉蔻栗壳醋丸方

〔处 方〕 肉豆蔻（煨过）、栗壳（炙）各等份，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味共研为细末，加醋调糊做成梧桐子

大的丸，每服 40~50 丸，米汤送下。

〔功效〕 温中涩肠，止泄。用于久泄不止。

### 荜草醋丸方

〔处方〕 豨荜草、醋各适量。

〔用法〕 将豨荜草研为细末，加醋调糊做成丸，如梧桐子大。每服 30 丸，白开水送下。

〔功效〕 祛风止泻。用治风寒下泻。

### 醋煮黄母鸡方

〔处方〕 黄母鸡 1 只，盐、醋各适量。

〔用法〕 将黄母鸡除毛，开膛去内脏，洗净，加入盐、醋，再加水将鸡煮熟，分 3 次食下。

〔功效〕 温中健脾止泻。用于脾虚泄泻。

### 一味米醋饮方

〔处方〕 米醋 50 毫升。

〔用法〕 将米醋倒入杯中，用开水稀释，频频服用。

〔功效〕 开胃消食，止泻。适用于食积泄泻。

### 大蒜米醋方

〔处方〕 大蒜、米醋各适量。

〔用法〕 先将大蒜去皮，浸入米醋中备用。每次吃蒜 6 瓣，每日 3 次。

〔功效〕 暖脾胃，杀虫消积。用于伤食腹泻。

### 醋豆腐方

〔处方〕 醋 50 毫升~80 毫升，豆腐 150 克。

〔用法〕 将豆腐切成 2~3 块，入锅加花生油稍炒，加

食盐少许，加醋，煮片刻，即可服食。

〔功效〕 止泻。用于肠炎反复不愈者。

### 玉米石榴皮醋方

〔处方〕 鲜玉米棒 500 克，鲜石榴皮 120 克，醋 50 毫升。

〔用法〕 先将前 2 味分别焙干，共研为细末，备用。取药末 10 克，用温醋送下，每日 3 次。

〔功效〕 健脾，涩肠，止泻。用于腹泻。

### 黄瓜叶醋蛋方

〔处方〕 黄瓜叶 30 克，鸡蛋 2 个，米醋 10 毫升。

〔用法〕 将黄瓜叶洗净切碎，把鸡蛋打碎，与黄瓜叶搅匀，下锅炒至蛋熟。冲入米醋，炙熟即成。日食 1 次，治愈为度。

〔功效〕 清热，解毒，止泻。适用于湿热泄泻，症见泻而不爽、肛门灼热者。

### 醋蛋止泻方

〔处方〕 醋 100 毫升，鸡蛋 2 个。

〔用法〕 用搪瓷锅盛醋，打入鸡蛋共煮至蛋熟，将鸡蛋同醋一起食下。若不愈可再食 1 次。

〔功效〕 健脾固脱。用于慢性腹泻。

### 生姜醋蛋方

〔处方〕 生姜 15 克，鸡蛋 3 个，米醋 15 毫升。

〔用法〕 将鸡蛋打碎，加入切碎的姜末及适量的盐、葱调味品，混合搅匀，用油煎炒至熟，再入米醋即成。当点

心食用。

〔功效〕 健脾，温中止泻。适用于受凉所致的腹泻。

### 酸醋鸭蛋方

〔处方〕 鸭蛋 1~2 个，醋 250 毫升。

〔用法〕 用醋煮鸭蛋至熟。吃蛋喝醋，每日 1 次。

〔功效〕 健脾止泻。适用于慢性肠炎。

### 寒泻敷脐膏方

〔处方〕 雄黄、五倍子各 10 克，肉桂 3 克，葱白 5 根（连须），麝香 0.3 克，食醋适量。

〔用法〕 将前 3 味共研为细粉末，加入麝香再研匀；把葱白同药末共捣烂如泥，以适量食醋调成厚膏状，备用。用时取适量药膏，置入患者脐孔中心，外以纱布覆盖，用胶布固定，每日换药 1 次，至病愈为止。

〔功效〕 温中止泻。用治寒湿泄泻、大便清稀或便泻如水、腹痛肠鸣。

### 热泻纳脐丸方

〔处方〕 大黄、木鳖仁、丁香各等量，陈醋适量。

〔用法〕 前 3 味研为细末，以陈醋调药末如泥，捏成豌豆大药丸备用。用时取 1 丸纳入患者脐孔，以指按紧，外以胶布一块粘牢。待脐孔感到灼热发痒时将药去掉。通常纳药 1 次泄泻即止。

〔功效〕 清热，利湿止泻。用于湿热泄泻、大便泻下如注、腹部灼痛。

## 硫黄朱矾散方

〔处 方〕 硫黄、肉桂各 6 克，枯矾 3 克，朱砂 1 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将前 4 味共研为细末，过筛备用。临用时取陈醋适量，与药末调为泥，做成如豌豆大的药丸，取 1 药丸纳入患者脐孔中，以手压紧，外以胶布固定。每日换药 1 次，连续用药，直到泄泻痊愈为止。

〔功 效〕 温中止泻。用于虚寒久泻不愈者。

## 久泻糊方

〔处 方〕 枯矾 50 克，面粉 20 克，米醋适量。

〔用 法〕 将枯矾研为细末，加入米醋、面粉调如糊状。取药糊分别涂在涌泉、神阙穴，上敷以纱布，用胶布固定。1 日换药 3~5 次。

〔功 效〕 固肠止泻。用治久泻不愈。

## （十）痢 疾

### 干姜醋墨丸方

〔处 方〕 干姜、好墨各 150 克，醋适量。

〔用 法〕 将干姜、墨共研为细末，加醋调匀，做成药丸如梧桐子大，每次 30~40 丸，日夜服 6~7 次。

〔功 效〕 温中止痢。主治赤血痢疾。

### 石灰醋丸方

〔处 方〕 石灰 500 克，醋、面粉各适量。

〔用 法〕 将石灰以水和成球，外包黄泥，在火里烧煨

一天一夜，去泥，研细加醋和面粉做成丸如梧桐子大。每服30丸，空腹服，用姜汤送下。

〔功效〕 用于酒积下痢。

### 绿茶醋饮方

〔处方〕 绿茶100克，醋30毫升。

〔用法〕 将绿茶加水500毫升，煎取浓汁300毫升，每取浓茶汁100毫升，加入食醋10毫升即成。每日1剂，分3次服完，连服数剂直到痊愈。

〔功效〕 清热解毒，杀菌止痢。适于急性细菌性痢疾。

### 猪血米醋方

〔处方〕 新鲜猪血200克，米醋15毫升。

〔用法〕 将猪血加水适量，煮熟，稍凉后加入米醋即成。空腹食用，每日1次。

〔功效〕 养血，止痢。适于细菌性痢疾。

### 陈石榴皮米醋方

〔处方〕 陈石榴皮、米醋各适量。

〔用法〕 将石榴皮用米醋煮，焙干研末，备用。每次取药末6克，用米汤送下，日服1次。

〔功效〕 杀菌，止痢。适于久痢不止。

### 姜艾陈醋丸方

〔处方〕 陈艾120克，干姜（炮）100克，陈醋适量。

〔用法〕 前2味共研为细末，加陈醋煮调糊成丸如梧桐子大。每服40丸，空腹服，以米汤送下。

〔功效〕 温中健脾，止痢。用于虚寒白痢。

## 止痢丸方

〔处 方〕 椿根白皮、诃子肉各 20 克，丁香 30 粒，醋适量。

〔用 法〕 将 3 味共研为细末，加醋调糊成丸如梧桐子大。每服 50 丸，日服 2 次，以米汤送下。

〔功 效〕 温中，涩肠，止泻。用于慢性痢疾、慢性结肠炎、下痢不止。

## 二黄醇醋方

〔处 方〕 黄连、黄柏各 75 克，醇醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将前 2 味研碎，放入醇醋中，煮至醇醋减半。分 3 次内服。

〔功 效〕 清热解毒，凉血止痢。用于赤痢下血日夜数十次。

## 鲜汁醋方

〔处 方〕 鲜马齿苋、鲜萝卜叶各 250 克，大蒜 7 瓣，食醋适量。

〔用 法〕 前 3 味合在一起，洗净捣烂，将汁液挤出滴在碗里，加醋即成。病轻者每日早、中、晚各服 1 次，病情重者上午、下午各增服 1 次，亦可少量顿服。

〔功 效〕 清热解毒，行气，止痢。用于细菌性痢疾。

## 薤白鸡蛋蜜醋饼方

〔处 方〕 薤白 10 克，面粉 60 克，鸡蛋 3 个，蜂蜜、醋各适量。

〔用 法〕 将鸡蛋打碎，薤白切碎，与面粉等和匀做成

饼，用蜜醋代油煎熟，空腹当主食吃，日食 2 次。

〔功效〕 补脾养阴。适用于赤白下痢、里急后重。

### 面粉米醋鸡蛋饼方

〔处方〕 面粉 150 克，鸡蛋 3 个，米醋 30 毫升。

〔用法〕 将鸡蛋与面粉混合做成饼，切碎后用米醋炒熟。每日代主食食用，日服 2 次，以愈为度。

〔功效〕 补脾，止泻。用于赤白痢疾。

### 华佗治痢丸方

〔处方〕 鸡蛋黄 55 克，血余炭、白蜡、蜂蜜各 10 克，醋 10 毫升，黄连末 15 克。

〔用法〕 将蜜、蜡、醋、鸡蛋黄搅匀后加入黄连末、血余炭，熬至能做成丸为度，取出制成绿豆大小的小丸，日服 3 次，2 日内服完。

〔功效〕 和中，凉血止痢。适用于老少下痢、食入即吐。

### 醋蛋方

〔处方〕 鸡蛋 250 克～500 克，食醋适量。

〔用法〕 用针将鸡蛋的小头端刺数个小孔，随即浸在老陈醋中（醋应高出蛋 3 厘米～5 厘米），经 7～10 日后取出鸡蛋煮熟，日服 1 个，连服 5～10 日为 1 个疗程。

〔功效〕 用于急性及慢性痢疾、结肠炎。

### 米醋煮黄母鸡蛋方

〔处方〕 黄母鸡鸡蛋若干个，醋适量。

〔用法〕 用米醋将鸡蛋煮熟，然后把蛋皮剥下再煮。

每日食蛋 1 个，连食 3~4 日。

〔功效〕 温中止痢。用于赤白痢疾。

### 蒸醋熏鼻方

〔处方〕 食醋适量。

〔用法〕 点炭炉 1 个，然后用醋喷炭火上，使产生蒸气，患者以鼻吸入蒸气。每日 1 次。

〔功效〕 开胃。适用于菌痢不思饮食者。

### 久痢丸纳脐方

〔处方〕 公丁香、母丁香各 3 粒，番木鳖 2 个，麝香 0.3 克，米醋适量。

〔用法〕 将前 3 味共研为细末，再将麝香掺入药末中研匀，以米醋调成稠泥状，做成丸如梧桐子大，备用。用时取丸 1 枚纳入脐孔，外以暖脐膏贴紧，每日换药 1 次，至愈为止。

〔功效〕 温中止痢。适用于痢疾日久，时发时作，大便带有白色粘液，或完谷不化，身倦无力，腹痛里急。

### 噤痢膏方

〔处方〕 吴茱萸 60 克，米醋适量。

〔用法〕 将药研为细末，过筛，加醋调成膏状，备用。用时取醋膏敷贴于涌泉穴，上盖以纱布，并以胶布固定，1 日换 1 次。

〔功效〕 温上止痢。用于噤口痢，日不能食，食则呕吐，下痢脓血，腹痛，里急后重。

## 胡椒绿豆醋丸敷脐方

〔处 方〕 胡椒、绿豆各 7 粒，大枣肉 1 枚，醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味捣烂，醋调为丸，敷脐，24 小时后去药。

〔功 效〕 适用于寒湿痢疾。

## 田螺醋调方

〔处 方〕 田螺肉适量，麝香、醋各少许。

〔用 法〕 将田螺肉捣烂，入麝香，以醋调为糊，纳入脐孔。

〔功 效〕 用于噤口痢，症见下痢脓血，入食则吐。

## （十一）霍 乱

### 盐 醋 方

〔处 方〕 食盐少许，醋适量。

〔用 法〕 将醋放入瓷器内，置炉上待沸时加入食盐即成。1 次服下。

〔功 效〕 杀菌，止吐，止泻。适用于霍乱，症见病起急骤、吐泻交作。

### 食 醋 方

〔处 方〕 米醋 250 毫升～1000 毫升。

〔用 法〕 将醋倒入茶杯内，醋的用量可根据病情轻重而定，饮服。

〔功 效〕 杀菌，止吐，止泻。适用于霍乱，症见病起急骤，吐泻交作。

## 醋调扁豆散方

〔处 方〕 白扁豆、好米醋各适量。

〔用 法〕 将扁豆研为细末，每取 10 克用米醋送下，日服 2 次。

〔功 效〕 杀菌，止泻，定搐。用于霍乱吐泻、手足抽搐。

## （十二）便 秘

### 马铃薯醋汤方

〔处 方〕 马铃薯、醋各适量。

〔用 法〕 将马铃薯洗净，去皮，切碎，绞汁与醋混匀共服。每日清晨或午饭前后各服半杯。

〔功 效〕 润肠通便。适用于便秘。

### 山楂萝卜醋方

〔处 方〕 生山楂 10 个，萝卜 1 个，醋少许。

〔用 法〕 将上 3 味加水共煎，每日 1 剂，分 3 次服用，可同时吃山楂。

〔功 效〕 理气宽肠，消食开胃。用于习惯性便秘。

### 柏仁醋调方

〔处 方〕 柏子仁、火麻仁各 10 克，醋适量。

〔用 法〕 将柏子仁、火麻仁微炒研细，装入纱布袋内，水煎 20 分钟，弃药袋加醋适量调匀。每日服 1 剂，便通为度。

〔功 效〕 润肠通便。用于老年性便秘及习惯性便秘。

## 蜂蜜醋蛋液方

〔处 方〕 蜂蜜适量，鸡蛋 1 个，9 度食醋 150 毫升～180 毫升。

〔用 法〕 先将鸡蛋洗净，放入广口玻璃瓶中，倒入醋，密封 48 小时，待蛋壳软化，仅剩下薄皮包着胀大的鸡蛋时，启封。将鸡蛋清、鸡蛋黄与醋搅匀，再放置 24 小时后即可食用。1 剂分 5～7 日服完，每日 1 次，每次约 30 毫升，加温开水 2～3 倍及蜂蜜调匀，于清晨空腹时服用。软蛋皮可 1 次吃完。胃溃疡、胃酸过多者慎服此液。

〔功 效〕 开胃消食，润肠通便。适用于各种便秘。

## 葱醋敷脐方

〔处 方〕 大葱白 2000 克，醋适量。

〔用 法〕 将大葱白洗净切丝，放入锅内加醋炒至很热，分 2 包，趁热敷脐上，凉则互换，不可间断，6 小时后大便可通。

〔功 效〕 消积散寒，通便。适用于宿食结于肠间，不能下行，大便多日不通，其证因饮食过度，或恣食生冷，或寒邪凝结，或呕吐既久，胃气上冲，上逆不降。

## （十三）呃 逆

### 米醋止呃方

〔处 方〕 米醋半杯。

〔用 法〕 将米醋慢慢吞服。每日 1 次。

〔功 效〕 散寒，止呃。适用于寒邪、气郁引起的呃逆。

## 川椒丸方

〔处 方〕 川椒 120 克，面粉、醋各适量。

〔用 法〕 将川椒炒焦，研细末，与面糊做丸如梧桐子大，每服 10 丸，用醋汤送下。

〔功 效〕 温中散寒，止呃。适用于因寒邪、气郁及中焦虚寒所致之呃逆。

## 米醋红糖方

〔处 方〕 米醋 100 毫升，红糖 9 克。

〔用 法〕 醋与红糖搅匀，徐徐服下。每日 1 剂，连服数日。

〔功 效〕 温中散寒，止呃。适用于受寒所致之呃逆。

## 米醋白糖方

〔处 方〕 白糖 1 匙，米醋 2 匙。

〔用 法〕 将白糖加入醋中，待糖溶解后慢慢饮下，用少许醋涂口鼻处。

〔功 效〕 清胃，消食，止呃。适用于胃酸缺乏所致消化不良及各种原因引起的呃逆，其中以胃火所致呃逆尤其有效。

## 蛋壳醋调方

〔处 方〕 鸡蛋壳 6 克，甘草 1.5 克，米醋适量。

〔用 法〕 将鸡蛋壳、甘草研为细末。每日 1 剂，分 3 次用醋调服。

〔功 效〕 降逆止呃。用于呃逆频作。

## 元胡沉香醋饮方

〔处 方〕 乌贼骨 60 克，沉香 10 克，元胡 30 克，鸡蛋壳 10 克，米醋适量。

〔用 法〕 将中药连同蛋壳研为细末，备用。用时每取 1 克用醋送服，日服 3 次。

〔功 效〕 温中理气，降逆。适用于受凉引起的呃逆。

## （十四）腹 痛

### 醋饮止痛方

〔处 方〕 醋 1 杯。

〔用 法〕 将醋加热，趁热顿服。

〔功 效〕 缓急止痛。适用于蛔虫性腹痛、胆道蛔虫症。

### 大蒜姜醋方

〔处 方〕 大蒜、生姜各 100 克，醋 500 毫升。

〔用 法〕 将生姜洗净，切片，大蒜去外皮，同姜一起浸于食醋中，密封存放 30 日以上。用时饮醋，食姜、蒜适量，每日 1 次。

〔功 效〕 温中散寒，止痛，杀菌。适用于寒性腹痛及肠炎腹泻。

### 木瓜附子丸

〔处 方〕 鲜木瓜 3 个，硃砂 60 克，附子 2 枚，食醋 300 毫升。

〔用 法〕 将木瓜切开去瓢，用醋煮过的硃砂装入瓜内，放在太阳下晒至瓜烂时，研匀，再加米醋 500 毫升，煎浓，加

蜜收膏；将附子研为细末，和入膏内，做成弹子大的药丸。用时每服 1 丸，日服 2 次。

〔功效〕 温中散寒，缓急止痛。用于脐腹疼痛。

### 木香醋调方

〔处方〕 木香 60 克，米醋适量。

〔用法〕 将木香研为细末，每取木香 6 克加入米醋中，煎一沸。温服。

〔功效〕 行气止痛。用于气滞脘腹疼痛。

### 荔枝核醋调方

〔处方〕 荔枝核 60 克，醋适量。

〔用法〕 将荔枝核研为细末。每服 6 克，用醋送服。

〔功效〕 散寒，行气，止痛。用于外感风寒所致小腹及睾丸抽痛。

### 肉桂菜子醋丸方

〔处方〕 肉桂、油菜子各 60 克，醋、面粉各适量。

〔用法〕 将油菜子用锅炒香，与肉桂共研细末，同醋煮面粉糊为丸，如龙眼大。每次 1 丸，温黄酒送下，每日 2 次，连服数日。

〔功效〕 温阳助火，散寒止痛。用于肾虚衰、黎明之前腹部作痛、肠鸣泄泻。

### 醋调鸡蛋方

〔处方〕 黄母鸡蛋 1 个，醋适量。

〔用法〕 将鸡蛋打破调入醋内，加热，1 次服下。

〔功效〕 温中止痛。适用于受寒后腹痛。

## 醋炒艾叶方

〔处 方〕 艾叶适量，醋少许。

〔用 法〕 将艾叶捣烂加醋炒热，外敷肚脐。药凉后炒热再敷。

〔功 效〕 温中散寒，止痛。适用于受寒后腹痛及妇女痛经。

## 腹痛糊方

〔处 方〕 胡椒 25 粒，丁香 20 粒，广木香、广丹各 6 克，生明矾 15 克，食盐 5 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 6 味共研为细末，加米醋调为糊。取适量药糊敷于脐孔及两劳宫穴上，盖以纱布，用胶布固定，每日 1 次。

〔功 效〕 温中散寒，止痛。用于虚寒腹痛，时痛时止，绵绵不断，喜热喜按者。

## （十五）肝 炎

### 醋枣矾糖饮方

〔处 方〕 醋 500 毫升，红枣、红糖各 500 克，明矾粉 30 克。

〔用 法〕 先将红枣放锅内，加适量水煮至汤尽，去皮、核，加入红糖、醋、明矾粉，共煎煮成浓稠汁，贮瓶内备用。每服 10 毫升，每日 3 次。

〔功 效〕 解毒，消瘀，退黄，保肝。用于黄疸型肝炎。

## 醋泡梨方

〔处 方〕 醋适量，生梨数个。

〔用 法〕 将梨洗净，削去皮，浸于醋罐中 2~3 日。每日食 1 个，直至病愈。

〔功 效〕 散热解毒，利湿退黄。适用于急性及慢性肝炎。

## 猪骨米醋汤方

〔处 方〕 米醋 1000 毫升，鲜猪骨 500 克，红糖、白糖各 200 克。

〔用 法〕 将猪骨、米醋、红糖、白糖置锅内共煮（不加水），至沸后 30 分钟取出过滤，取滤液。成人每次服 30 毫升~40 毫升，小儿（5~10 岁）10 毫升~15 毫升，每日 3 次，饭后服。1 个月为 1 个疗程。慢性者可服 2~3 个疗程。

〔功 效〕 补虚强体，散瘀，解毒。用于急性及慢性肝炎。

## 醋维生素方

〔处 方〕 醋、维生素 B<sub>2</sub> 各适量。

〔用 法〕 每次取醋 15 毫升饮用，并配服维生素 B<sub>2</sub> 2 片，每日 3 次，连服 2 周为 1 个疗程。

〔功 效〕 清热解毒，保肝。用于黄疸型肝炎。

## 黄疸醋茶方

〔处 方〕 醋 20 毫升，细茶 2.5 克。

〔用 法〕 将醋与茶叶置杯中，加开水冲泡 10 分钟，分 3 次服完，每日 1 剂。连服数剂直至痊愈。

〔功效〕 清热解毒，利湿消黄。用于黄疸型肝炎。

### 水晶菠萝方

〔处方〕 罐头菠萝、白糖各 250 克，白米醋 50 毫升，冻粉（泡好的）200 克。

〔用法〕 将菠萝切成片，分放在 10 个小茶碗内。再将糖、冻粉对醋、凉开水和罐头汁，调匀上锅蒸至溶化，稍凉分倒在小茶碗内，然后放入冰箱冷却。食时从茶碗中抠出，每日可食数次。

〔功效〕 开胃，助消化。用于慢性肝炎有一定疗效。

### 如圣丸方

〔处方〕 血竭 30 克，羊膻草、桔梗、苍术各 30 克，甘草 15 克，皂矾 120 克，面粉适量，陈醋 400 毫升。

〔用法〕 前 5 味共研为细末，先将陈醋下锅，入皂矾煎熬约 20 分钟，下药末，再入面粉，和丸如小豆大备用。每服 30~50 丸，空腹用醋送下，日服 3 次。

〔功效〕 清热解毒，凉血退黄。适用于脾劳黄疸。

### 鸡蛋米醋方

〔处方〕 米醋 60 毫升，鸡蛋 1 个。

〔用法〕 先将鸡蛋连壳烧炭存性，研末，和醋调匀，顿服，每日 1 次，连服 3 日。

〔功效〕 解毒，消黄。用于黄疸型肝炎。

### 灵仙醋蛋方

〔处方〕 威灵仙 30 克，鸡蛋 1 个，米醋 10 毫升。

〔用法〕 将威灵仙与鸡蛋加水同煮 30 分钟，去药渣、

蛋壳，调入米醋，再煮 5 分钟，吃蛋饮醋汤，每日 1 次。

〔功效〕 清热利湿，退黄。用于湿热性黄疸型肝炎。

### 梔萸苦参醋蛋方

〔处方〕 梔子 15 个，瓜萸仁 3 个，苦参 1 克，鸡蛋 2 个，米醋适量。

〔用法〕 将前 3 味共研为细末，鸡蛋用米醋浸泡 7 日，待蛋壳变软后将鸡蛋连壳捣烂，与药末调和为丸，如梧桐子大，备用。每服 10 丸，日服 5~6 次。

〔功效〕 清利湿热，用于湿热黄疸。

### 退黄糊方

〔处方〕 陈皮、苍术、厚朴各 15 克，甘草 9 克，香附、青矾、青皮、莪术、黄连、苦参、白术各 3 克，米醋适量。

〔用法〕 将诸药混合研为细末，过筛后以米醋调和成膏状备用。用时取药膏如蚕豆大小 1 块，摊于纱布中间，敷贴于患者神阙（肚脐中）穴上，以胶布固定，每日换药 1 次，10 日为 1 个疗程。

〔功效〕 清热利湿，退黄。用于黄疸型肝炎。

## （十六）肝 硬 变

### 鳖甲红枣糖醋方

〔处方〕 鳖甲 15 克，红枣 10 枚，白糖 10 克，米醋 20 毫升。

〔用法〕 将米醋加入白糖中，搅拌使白糖溶化，备用；

红枣用温水浸泡片刻，洗净；将鳖甲用小火炒热，5分钟后倒入糖醋汁，迅速翻炒几下，待糖醋汁将干时立即起锅。再将用糖处理过的鳖甲与红枣一同放入小沙锅内，加冷水500毫升，小火慢炖30~60分钟，待红枣酥烂、剩汁半小碗时离火即成。饮汤吃枣，日服1次，2个月为1个疗程。

〔功效〕 补体疗虚，软肝化坚，滋阴退热。适用于肝硬变初期，常用此方能促使病情好转，有低热症状者尤为适宜。

### 大黄醋煎丸方

〔处方〕 大黄300克，醋300毫升，蜜2匙。

〔用法〕 将大黄研为细末，加醋、蜜和匀，浓煎至膏状，待凉后做丸如梧桐子大。每服30丸，白开水送下，每日1次。

〔功效〕 软坚消痞，逐瘀化毒，通便。用于肝硬变。

### 石灰桂醋膏方

〔处方〕 风化石灰15克，肉桂9克，醋适量。

〔用法〕 前2味共研为细末，用醋调一半成膏，摊青布上，贴脐中，四周用棉纸糊固，不使透气。贴上极痒，不可移动，至翌日将所余一半，再调摊换贴如上。换下者，将药取下收贮，如已干，加醋再调，贴满10日，方可去膏。

〔功效〕 通便，行气，利水。用于肝硬变腹水。

### 圣效透肌散方

〔处方〕 秦皮、荆芥各9克，雄黄、豆蔻、炮山甲各6克，轻粉0.7克，海金沙3克，独头蒜2头，醋50毫升。

〔用法〕 前7味研为细末，和匀备用。用时取独头蒜2头，去皮，捣如泥，与药末研匀，加醋调成稀糊，根据癖积大小，摊于纸上贴患处，用敷料覆盖，纱布包紧，敷24小时。觉痛无妨，以口鼻内有蒜香为度。

〔功效〕 软坚，消癖。用于肝脾肿大，腹中包块。

## （十七） 疰 疾

### 苦参醋丸方

〔处方〕 苦参、米醋各适量。

〔用法〕 将苦参研为细末，用米醋调糊为丸，如梧桐子大。疰疾症状发作，不论三日或二日一发，待三发后，发作日五更时，以桃、柳枝各截长3.3厘米，冲开水1碗，先熏两太阳穴，少刻用此汤泡药丸30~40丸服之。

〔功效〕 祛风杀虫。治疗疰疾。

### 二味治疰方

〔处方〕 醋40毫升，小苏打3克。

〔用法〕 病发前将2味混合饮用。

〔功效〕 治疗疰疾。疰疾初起时忌食醋。

### 醋炙鳖甲散方

〔处方〕 醋、鳖甲、黄酒各适量。

〔用法〕 将生鳖甲用醋炙黄，研为细末，用黄酒调服，每次3克~9克，每日3次。连服2~3日。

〔功效〕 散结消癥。用于久疰、疰母等。

## 治疟呕吐方

〔处 方〕 绿矾 3 克，干姜、姜半夏各 15 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味共研细末，于疟疾症状发作日清晨取药末 2 克，用醋汤送下。

〔功 效〕 用于疟疾所致呕吐。

## 醋蛋疗疟方

〔处 方〕 新鲜鸡蛋 3 个，陈醋 120 毫升。

〔用 法〕 将鸡蛋打破调匀，加入陈醋，置沙锅内煎开，待稍冷顿服。

〔功 效〕 补虚损，理气血。用于疟疾。

## 截疟膏方

〔处 方〕 威灵仙 50 克，米醋 500 毫升。

〔用 法〕 将威灵仙放入锅内，加入食醋上火熬至食醋浓缩成稠膏，冷却即成。于疟疾症状发作前 2 小时取药膏摊于布上，贴在肚脐上，以胶布固定，保持 6~12 小时。每日 1 次，3~4 次为 1 个疗程。

〔功 效〕 用于各类型疟疾。

## 疟疾膏方

〔处 方〕 附子末 50 克，米醋适量。

〔用 法〕 用米醋将附子末调成稠膏，于疟疾症状发作前 2 小时，取药膏分别涂在三块胶布中间，贴于大椎、陶道、脾俞穴上，保持 24 小时，疟疾发作症状消退揭去。

〔功 效〕 用于疟疾，寒多热少或只寒不热者。

## (十八) 冠心病

### 木香米醋方

〔处 方〕 青木香 10 克，米醋 20 毫升。

〔用 法〕 用醋磨青木香，取汁顿服。

〔功 效〕 行气止痛，降血压。用于冠心痛心绞痛，亦可用于高血压病。

### 心气痛方

〔处 方〕 腊月兔血、茶叶末各 200 克，乳香末 50 克，醋适量。

〔用 法〕 将乳香、茶叶末和兔血一起捣烂制丸，如芡实大。每日用温醋化服 1 丸。

〔功 效〕 活血止痛。用于心气疼痛。

### 桂花醋泡花生米方

〔处 方〕 米醋、生花生米、桂花各适量。

〔用 法〕 把生花生米、桂花放入醋中浸泡 24 小时，每日起床后进食花生米 10~15 粒。或用米醋适量，每天晚上浸泡生花生米 10~15 粒，第二天早晨连醋一起服用。

〔功 效〕 用于治疗冠心病阴阳两虚，症见心悸气短、心胸闷痛。

### 黑木耳糖醋方

〔处 方〕 黑木耳 6 克，冰糖、食醋各适量。

〔用 法〕 将黑木耳入醋中浸泡 10 小时，再蒸 1 小时，加入冰糖即成。每晚睡前服用。

〔功效〕 补气益血。适用于冠心病气阴两虚者。

### 红糖醋蛋方

〔处方〕 鲜鸡蛋 1 个，醋 60 毫升，红糖适量。

〔用法〕 将鸡蛋打入碗中，加醋、红糖调匀饮用。每日 1~2 次，可连服数日。

〔功效〕 用于气滞血瘀型心绞痛。

## （十九）高血压

### 大蒜糖醋方

〔处方〕 大蒜适量，红糖 150 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将红糖放入醋中搅溶，再将大蒜浸泡在糖醋汁中，泡 15 日即成。每日早晨空腹吃糖醋大蒜 1~2 瓣，并喝一些糖醋汁，连服 10~15 日。

〔功效〕 降压，降脂，延年益寿。适用于高血压病、动脉硬化。

### 醋浸花生米方

〔处方〕 生花生米、醋各适量。

〔用法〕 生花生米（带衣）半碗，用好醋倒入至满碗，浸泡 7 日，每日早、晚各吃 10 粒。血压下降后，可隔数日服用 1 次。

〔功效〕 清热，活血。可治高血压病，对保护血管壁、阻止血栓形成有好处。

### 醋 蜜 方

〔处方〕 醋 500 毫升，蜂蜜 500 克。

〔用法〕 将醋倒入锅内烧开，加蜂蜜炼成糊状，每次1匙，每日3次。

〔功效〕 滋阴润燥，降压。用于高血压病及大便燥结。

### 醋豆方

〔处方〕 黄豆500克，醋1000毫升。

〔用法〕 将黄豆炒20~25分钟，不能炒焦，冷后及时装入玻璃瓶内，浸于等量的醋中，密封7~10日即可服用。每日早、晚各食5~6粒，经常食用效果好。

〔功效〕 降压，降脂。适用于Ⅰ期高血压病、高脂血症、肥胖病、糖尿病等。

### 醋糖降压饮方

〔处方〕 食醋100毫升，冰糖500克。

〔用法〕 将冰糖放入食醋中搅拌至全部溶化。每服10毫升，每日3次，饭后服。

〔功效〕 降压。用于高血压病。

### 降压醋蛋方

〔处方〕 鸡蛋1个，醋60毫升。

〔用法〕 将鸡蛋打入碗中，加醋搅匀，放火上煮熟。晨起空腹食用。7日为1个疗程，可连服数个疗程。

〔功效〕 降压。适用于高血压病。

### 芝麻蜂蜜醋蛋方

〔处方〕 芝麻、蜂蜜各30克，鸡蛋1个，醋30毫升。

〔用法〕 将芝麻研末，加醋、蜂蜜、鸡蛋清搅匀。1剂分6次服用，日服3次。常服有效。

〔功效〕 补肝肾，润五脏，降压。适用于高血压病。

### 糖醋鸡蛋方

〔处方〕 米醋 10 毫升，鸡蛋 1 个，红糖适量。

〔用法〕 将鸡蛋打入碗中，加米醋、红糖调匀饮用，每日 1~2 次，连服数日。

〔功效〕 降压。用于高血压病兼见眩晕者。

### 降压糊方

〔处方〕 槐花、珍珠母、吴茱萸各 30 克，米醋适量。

〔用法〕 将前 3 味研为细末，过筛装入瓶内，密封保存。用时取药末 20 克，调米醋如糊，分为 2 份，取 1 份贴涂患者神阙穴（肚脐），另 1 份贴涂涌泉穴（足心），上覆纱布，用胶布固定。贴药后再以艾条点燃，于穴位上悬灸 15~20 分钟，每日 1 次，10 次为 1 个疗程。

〔功效〕 清热，平肝，降压。用于高血压，症见眩晕、头痛。

### 药醋浴足方

〔处方〕 代赭石 40 克，牛膝、钩藤、桑寄生各 30 克，杜仲 20 克，醋 100 毫升。

〔用法〕 将药放入盆中，加水 2000 毫升，把药煎沸 15 分钟后，再加醋煮沸。待药汁稍温后浴足，每晚 1 次，1 剂用 3 日。

〔功效〕 平肝，降压。用于高血压病，有速效降压作用。

## 南星附子醋糊方

〔处 方〕 天南星、附子各 3 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味研为细末，再与醋调匀成糊状。将药糊敷于足心涌泉穴，用胶布固定，每晚睡前贴，次日早晨取下。连用 3~4 日。

〔功 效〕 温阳散寒，引火归原，祛痰止痉。用于高血压病。

## （二十）中 风

### 人乳陈醋方

〔处 方〕 老陈醋 100 毫升，3 年酱汁、人乳各 250 毫升。

〔用 法〕 将以上 3 味搅和，以纱布滤绞取汁，分作 6 服，1~2 日服完。

〔功 效〕 益气养血，祛风活络。用于中风口不能言、舌根涩硬。

### 祛风活络丸方

〔处 方〕 威灵仙 60 克，生川乌、五灵脂各 50 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味研为细末，用醋调糊为丸，如梧桐子大，每服 7 丸，日服 2 次。

〔功 效〕 祛风活血，通络止痛。用于中风后遗症，症见手足麻木或肢体疼痛。

## 葱姜醋方

〔处 方〕 葱 120 克，鲜姜 60 克，醋 120 毫升。

〔用 法〕 将上 3 味加水 500 毫升煎煮，先熏后洗，每日早、晚各 1 次。

〔功 效〕 温阳，祛风，通络。适用于中风半身不遂、肢体麻木。

## 石灰醋敷方

〔处 方〕 新石灰、醋各适量。

〔用 法〕 将新石灰加醋炒后，调如泥，涂口侧。口向左歪，涂右侧；向右歪，涂左侧，即可牵正。

〔功 效〕 祛风活血。用于中风口眼歪斜、面神经麻痹。

## 芥子醋方

〔处 方〕 白芥子 400 克，食醋 500 毫升。

〔用 法〕 将白芥子研末与米醋共煎，煮至药汁约 300 毫升～400 毫升，收贮即成。每取适量，连同药渣涂颌颊下。

〔功 效〕 通络活血，止痛。用于中风不能言语、面神经麻痹。

## 皂角醋方

〔处 方〕 皂角末 50 克，艾绒、米醋各适量。

〔用 法〕 将皂角末加醋调成糊状，再将艾绒捻成绿豆大小艾炷，数量不拘。用时取药糊敷于患者脐孔和颊车穴，左斜者敷左，右斜者敷右。敷药后令患者侧卧，在穴位上放艾炷点燃灸之。每穴灸 5～10 个艾炷，每日 1～2 次。

〔功 效〕 祛风化痰，活络通窍。适用于中风口眼歪斜。

## 巴豆醋糊方

〔处 方〕 巴豆 50 克，食醋适量。

〔用 法〕 将巴豆研末，取药末约 15 克与食醋拌和，调成稠糊状，备用。用时取巴豆醋糊填脐孔中，上加薄姜片，放上艾炷，点燃灸之，至患者苏醒为止。

〔功 效〕 祛风通络，开窍。适用于中风闭证，突然昏倒，不省人事，口噤不开，手足厥冷，面目昏暗，两手握固，或大小便失禁。

## 皂角地龙糊方

〔处 方〕 牙皂角、地龙、陈胆星各 15 克，五味子 10 克，淡陈醋适量。

〔用 法〕 将前 4 味研为极细末，装入瓶中密封贮存。用时取药粉适量，以醋少许调成稠糊状，敷于健侧面部（即左侧歪敷右侧，右侧歪敷左侧），外以纱布覆盖，等口眼恢复正常时，以温水洗去。1 次未能矫正者，继续用醋调药敷之。

〔功 效〕 涤痰开窍，祛风通络。用于中风口眼歪斜。

## （二十一）头 痛

### 熏头方

〔处 方〕 米醋适量。

〔用 法〕 将醋放置锅内煮沸，趁热气出时将头面伸向蒸气中，以蒸气熏头面，其痛可止。

〔功 效〕 散风止痛。用于外感头痛。

### 荞麦醋糊方

〔处 方〕 陈荞麦 30 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将荞麦放入锅内炒至老黄色，加醋再炒，然后取出用醋调成稠糊，装布袋趁热敷额上发际处。冷后炒热再敷之，至鼻子流黄鼻涕停止。

〔功 效〕 祛风，活血止痛。用于偏头痛。

### 蚕砂石膏醋调方

〔处 方〕 蚕砂 15 克，生石膏 30 克，米醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味研为细末，加醋调成糊状，敷于前额，痛止去糊。

〔功 效〕 清热，利湿，止痛。用于热盛头痛。

## （二十二）癩 痢

### 红蓖麻根醋蛋方

〔处 方〕 红秆蓖麻根 60 克，食醋 10 毫升，鸡蛋 1 个。

〔用 法〕 先将蓖麻根洗净，剪段备用；鸡蛋打入锅内，加素油煎熟，再入食醋、蓖麻根及适量水，共煎煮 30 分钟，滤渣取汁，顿服。

〔功 效〕 镇静，解痉，平肝安神。适用于癩痢。

## （二十三）失 眠

### 花生米醋粥方

〔处 方〕 嫩花生叶 50 克，花生米、粳米各 40 克，醋 20 毫升～30 毫升。

〔用法〕 将花生米和粳米捣研为末，再加入嫩花生叶共捣烂，加水 600 毫升，煮至 400 毫升，加醋调匀。每晚睡前 1 次服完。

〔功效〕 安神催眠。适用于神经官能症，症见心悸、失眠。

### 桂圆莲子枣仁醋方

〔处方〕 桂圆肉、莲子、酸枣仁各 30 克，米醋 30 毫升。

〔用法〕 将前 3 味加水 500 毫升煮熟，然后倒入米醋再煮 3~5 分钟。每晚服用 1 次，经常服用有效。

〔功效〕 安神催眠。适用于心悸、失眠。

### 醋饮方

〔处方〕 米醋 15 毫升。

〔用法〕 将米醋用温开水 1 杯调匀即成。每晚睡前温服。

〔功效〕 安神催眠。适用于失眠。

### 面粉醋蛋饼方

〔处方〕 鸡蛋 5 个，面粉适量，淡豆豉 60 克，醋 10 毫升。

〔用法〕 鸡蛋去黄取清与面粉相和，做成饼，淡豆豉取浓汤，再把蛋清面饼放入豆豉中煮熟，加醋及佐料，随意食用。

〔功效〕 清热除烦，安神。适用于羸瘦无力、失眠多梦、自汗。

## 姜面蛋清羊肉汤方

〔处 方〕 面粉、羊肉各 120 克，生姜汁、醋各 30 毫升，鸡蛋 2 个。

〔用 法〕 将羊肉切碎，调入姜、葱、醋、盐等煮汤；用鸡蛋清与姜汁、面粉做成饼，放入羊肉汤内煮熟，空腹当主食服用。

〔功 效〕 益气疗虚，安神。适用于身体羸弱、虚烦失眠等症。

## （二十四）糖 尿 病

### 醋 豆 方

〔处 方〕 生黄豆 100 克，醋 110 毫升。

〔用 法〕 将黄豆洗净晾干，然后浸于醋中，8 日后即可食用。每服 30 粒，日服 3~6 次。经常食用有效。

〔功 效〕 降脂，降血糖，降压。适用于糖尿病、高血压。

### 醋炖公鸡方

〔处 方〕 大白公鸡 1 只，醋 200 毫升。

〔用 法〕 将公鸡宰杀洗净，与醋一同炖熟，不加其它调料。1 剂分 3 日吃完，一般连吃 3 只公鸡为 1 个疗程。

〔功 效〕 补虚降糖。适用于糖尿病。

### 降糖醋蛋方

〔处 方〕 鸡蛋 5 个，醋 400 毫升。

〔用 法〕 将鲜鸡蛋打碎，置碗中，加醋 150 毫升，调

和后放置 36 小时，再加醋 250 毫升，搅匀即成。

〔功效〕 降血糖。适用于糖尿病。

## （二十五）肥胖症

### 饮醋方

〔处方〕 醋 15 毫升～40 毫升。

〔用法〕 将醋倒入杯中，每日饮用 1 次。

〔功效〕 降血脂。适用于肥胖者。

### 黄豆醋方

〔处方〕 黄豆 500 克，醋 1000 毫升。

〔用法〕 将黄豆炒 20～25 分钟，不能炒焦，冷后及时装入玻璃瓶内，加醋浸泡，密封 7～10 日后即可服用。每日早、晚各食 6 粒。

〔功效〕 降压，降血脂。适用于 I 期高血压病、高脂血症、肥胖症等。

### 糖醋黄瓜圈方

〔处方〕 黄瓜 200 克，糖 10 克，香油 2 克，醋 10 毫升。

〔用法〕 将黄瓜洗净，切成小段，挖去瓢及子，仅留皮肉，使呈圆圈形；将糖醋调好，把黄瓜圈放入浸泡约半小时，放上香油即成。佐餐食用，酸甜清脆。

〔功效〕 清热，解毒，止渴，利尿。适用于老年人和高血压、冠心病、脑血管病、肝炎、肾炎、术后恢复期病人、肿瘤病人、肥胖症、高脂血症、水肿腹胀、排尿不利等。

## （二十六）甲状腺肿大

### 海带香椽米醋方

〔处 方〕 海带 120 克，香椽皮 9 克，米醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将海带洗净，切成小块，与香椽皮一同在米醋中浸泡 7 日，备用。每日吃海带 6 克～9 克，连用 10～15 日。

〔功 效〕 理气，解郁，消瘦。适用于肝郁气滞型单纯性甲状腺肿，症见甲状腺肿大、心情不畅、胁痛腹胀。女性月经前乳房、小腹胀痛。

### 昆布醋方

〔处 方〕 昆布 75 克，米醋适量。

〔用 法〕 将昆布洗去咸味，切碎，再用米醋浸渍，取汁备用。每日取醋汁 10 毫升，含于口中，徐徐下咽。

〔功 效〕 消瘦，散结。适用于甲状腺肿大。

### 小麦海藻醋方

〔处 方〕 小麦 500 克，海藻 100 克，醋适量。

〔用 法〕 将小麦用醋浸泡 8～10 小时，晒干，与海藻共研细末，备用。用时每次取 10 克，用甜酒或黄酒送下，每日 3 次。

〔功 效〕 消瘦。适用于甲状腺肿大，属阴虚者。

### 樱桃核醋糊方

〔处 方〕 樱桃核 60 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将樱桃核研为细末，用醋调成糊状。涂擦患

部，每日2次。

〔功效〕 软坚，消癭，散结。适用于甲状腺肿大。

### 鲜鱼醋糊方

〔处方〕 急性子30克，山慈姑20克，鲜鲫鱼3尾（6厘米~8厘米长），醋适量。

〔用法〕 将前2味研为细末，再将鲜鲫鱼（不去内脏）与药粉共捣烂为泥，加醋调为糊状，敷患处，外用纱布包扎。每日1次。

〔功效〕 软坚，散结，消癭。适用于甲状腺肿大。

## （二十七）尿路感染

### 盐醋方

〔处方〕 精盐、醋各适量。

〔用法〕 将精盐与醋混合调匀。每日口服，不拘次数。

〔功效〕 清热凉血，活血散瘀。适用于血淋、热淋及劳淋，症见尿积急满、欲解而不出或点滴而出者。

### 葎草醋方

〔处方〕 葎草60克，醋适量。

〔用法〕 将葎草洗净切碎，绞汁，用好醋适量相和。空腹顿服，每日3次。

〔功效〕 清热利湿，活血散瘀。适用于膏淋，症见尿色如脂膏、尿道涩痛。

## (二十八) 肾 炎

### 鲤鱼茶醋方

〔处 方〕 鲜活鲤鱼 1 尾，茶叶 5 克，醋适量。

〔用 法〕 将鲤鱼剖杀洗净，加茶叶、醋和水将鱼煮熟。  
每日顿服。

〔功 效〕 清热解毒，利水消肿。适用于慢性肾炎。

### 醋煮甘薯方

〔处 方〕 甘薯 250 克~500 克，米醋 30 毫升。

〔用 法〕 将甘薯洗净切块，加米醋和水适量煮熟，每  
日食用 1 次。

〔功 效〕 利水消肿。适用于急、慢性肾炎之全身性水  
肿。

### 醋煮鲤鱼方

〔处 方〕 大鲤鱼 1 尾，醋 200 毫升。

〔用 法〕 先将鲤鱼剖杀洗净，加醋煮干即可。每日食  
用 1 次。

〔功 效〕 健脾利水，活血消肿。适用于各类水肿，尤  
以急、慢性肾炎和肾病综合征之水肿更佳。

### 醋煮海带方

〔处 方〕 鲜海带 120 克（干品 60 克），醋适量。

〔用 法〕 将海带切成细丝，加醋煮熟，1 次食完。

〔功 效〕 清热利水。治疗各种类型水肿。

## （二十九）阳 痿

### 枸杞羊肾醋汤方

〔处 方〕 鲜枸杞叶 250 克，羊肾 1 副，葱白 15 茎，生姜 3 片，食醋适量。

〔用 法〕 将羊肾洗净，剖开，去脂膜，切片，与其它 4 味一同煮成汤。经常食用。

〔功 效〕 补肾气，益精髓。适用于腰酸、阳痿。

### 鲜虾韭菜醋方

〔处 方〕 鲜虾 250 克，鲜嫩韭菜 100 克，植物油、黄酒、酱油、生姜丝、醋各适量。

〔用 法〕 将鲜虾洗净剥虾仁；韭菜拣好洗净，切成小段。炒锅上火，加油煸炒虾仁，入黄酒、酱油、醋、姜丝等，稍烹即好。再将韭菜煸炒至嫩熟为度，烩入虾仁即成。经常食用。

〔功 效〕 补虚助阳。适用于阳痿、不育症及不孕症的辅助治疗。

## 二、解毒醋方

### （一）轻度煤气中毒

#### 方 1

醋 30 毫升～40 毫升，白精盐 30 克，加入冷开水 300 毫

升，1次饮下。如服后呕吐效果更佳。

### 方 2

醋 50 毫升，加入等量凉开水，缓缓饮服。

### 方 3

浓茶和醋各 1 杯，1 日分 3 次饮服。

## (二) 半夏、南星、砒霜中毒

### 方 1

醋 30 毫升~60 毫升，加姜汁少许内服。用于半夏、南星中毒。

### 方 2

醋 250 毫升，灌服。用于砒霜中毒。

## (三) 酒精中毒

### 方 1

急饮醋 1 小杯。

### 方 2

醋 30 毫升，白糖 15 克，加入少量开水，使白糖溶解，1 次饮服。

## (四) 误服碱性毒物中毒(烧碱、碳酸钠等)

### 方 1

醋 30 毫升~60 毫升(或更大量，视中毒程度而定)内服。有中和碱的作用，用于碱中毒。

## 方 2

醋 60 毫升，灌服。用于盐卤中毒。

# 三、外科疾病

## (一) 肋间神经痛

### 烟叶醋方

〔处 方〕 烤烟叶 10 克，醋 250 毫升。

〔用 法〕 将醋煮沸，加入烤烟叶，再煮约 10 分钟，用毛巾或纱布浸醋液，热敷或洗擦患处。

〔功 效〕 止痛。适用于肋间神经痛。

### 谷粒醋方

〔处 方〕 谷粒 50 克，醋 250 毫升。

〔用 法〕 将醋煮沸，放入谷粒，再煮约 10 分钟，用毛巾或纱布浸醋液，热敷或洗擦患部。

〔功 效〕 止痛。适用于肋间神经痛。

## (二) 关节痛

### 醋 熏 方

〔处 方〕 陈醋 300 毫升，新砖数块。

〔用 法〕 取砖放在炉内烧红，取出放在醋内浸透，趁热放在关节下熏蒸（在熏时先用纱布一块放入醋内浸湿，然

后包在关节处)，为防止散热过快，熏时可用被子包住，并根据砖的热度逐渐向砖贴近，以稍热些为好，砖凉即停止。隔日1次。

〔功效〕 散瘀消肿。用于关节炎。

### 醋葱方

〔处方〕 老陈醋1000毫升，葱白50克。

〔用法〕 先煎醋，煎至剩下一半时，加入切细的葱白，再煮两沸，过滤后以布浸醋液，并趁热裹于患处，1日2次。

〔功效〕 通窍发散。用于急性关节肿痛。

### 芥子醋敷方

〔处方〕 白芥子120克，醋适量。

〔用法〕 白芥子研为细末，用醋调成糊状，外敷关节处，用布包扎，每日更换1次。

〔功效〕 通络止痛。用于骨节疼痛。

### 辣椒粉醋敷方

〔处方〕 辣椒粉、醋各适量。

〔用法〕 将辣椒粉用醋调成糊状，敷于患处。

〔功效〕 温中散寒，散瘀止痛。适用于关节疼痛。

### 炒醋盐方

〔处方〕 醋200毫升，盐250克。

〔用法〕 将盐炒热后，以醋均匀地洒在锅内，边洒边炒，再炒约半分钟，立即装入布袋，将口扎紧，置于患处。每日1次。

〔功效〕 散寒止痛。用于关节肿痛。

## 醋炒炭灰方

〔处 方〕 炭灰 2500 克，蚯蚓粪 500 克，红花 20 克，醋 500 毫升。

〔用 法〕 将前 3 味混匀上锅炒热，加醋拌炒，取出，分装为两包，轮流熨患处。

〔功 效〕 温经散寒，活血止痛。用于风湿性关节炎。

## 热痹醋糊方

〔处 方〕 生法夏 30 克，生梔仁 60 克，生大黄、黄柏各 15 克，桃仁、红花各 10 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 6 味共研为细末，用醋调成糊状，敷于患处，于后再加醋调敷。

〔功 效〕 清热解毒，活血散瘀，消肿止痛。适用于热痹关节红肿灼热疼痛。

## 南星醋调方

〔处 方〕 南星 1 个，醋适量。

〔用 法〕 将南星去脐皮，研细末，入米醋调成膏状，摊于纱布上，烘热贴患处。

〔功 效〕 祛风止痛。用于关节疼痛。

## （三）腰腿疼痛

### 茶醋方

〔处 方〕 茶叶 5 克，食醋 50 毫升。

〔用 法〕 将茶叶加水煎汤 200 毫升，去渣取汁，加入食醋调匀，顿服。

〔功效〕 缓急止痛，活血散瘀。主治腰痛难转。

### 热醋外敷方

〔处方〕 醋 300 毫升。

〔用法〕 将醋倒入盆中，加热水半盆，再将毛巾浸上热醋水，热敷小腿、腰背。

〔功效〕 止痛。适用于两腿酸痛、腰背痛。

### 醋糟敷方

〔处方〕 醋糟 1500 克。

〔用法〕 先将醋糟炒热，以不烫皮肤为度，装入小布袋中，睡前敷患处 1~2 小时。

〔功效〕 缓急止痛。适用于腰腿疼痛。

### 小麦麸醋方

〔处方〕 小麦麸 1000 克~1500 克，醋 500 毫升~1000 毫升。

〔用法〕 将上 2 味拌和共炒，趁热装入布袋内扎口，热敷患处，凉后再炒，每日敷 2~3 小时。

〔功效〕 祛风燥湿，止痛。适用于风湿性腰腿疼痛。

## （四）坐骨神经痛

### 乌头醋方

〔处方〕 生乌头 25 克，醋适量。

〔用法〕 将生乌头加醋调成糊状，入沙锅内熬至酱色，摊于布上，贴于疼痛部位，每日换药 1 次。

〔功效〕 散寒止痛。适用于坐骨神经痛。

## (五) 疔 肿

### 赤小豆醋方

〔处 方〕 赤小豆、醋各适量。

〔用 法〕 将赤小豆用水浸软，捣烂，用醋调匀成糊状，备用。用时将醋糊敷于患处，每日 1 次，连用 3~4 次。

〔功 效〕 托毒排脓，消肿。适用于疔肿成脓期。

### 小麦醋糊方

〔处 方〕 小麦 1000 克，醋适量。

〔用 法〕 将小麦加水浸泡 3 日，捣烂过滤，去渣，静止沉淀，将沉淀物晒干，继以文火煨炒，使之成焦黄色，再研为细末，以醋调成糊状。取麦糊外敷患处，中央留空，每日换药 1 次。

〔功 效〕 解毒，消肿，止痛。适用于疔肿破溃者。

### 芙蓉醋蜜膏方

〔处 方〕 芙蓉叶粉、醋、蜂蜜各等份。

〔用 法〕 将上 3 味调成糊状，敷于患处，每日 2 次。

〔功 效〕 清热解毒。适用于疔肿及脓头疔子。

### 白萝卜醋汁方

〔处 方〕 白萝卜 100 克，醋 20 毫升。

〔用 法〕 将白萝卜洗净，捣烂取汁，和醋调匀，涂抹患处，每日 3~4 次。

〔功 效〕 清热解毒。适用于疔肿初起。

### 葱白米粉醋方

〔处 方〕 葱白 30 克，米粉 120 克，醋少许。

〔用 法〕 将葱白切细，与米粉一同炒成黑色，杵为细末。用时取药与醋少许，调匀成糊状，摊于纸上，贴于患处。

〔功 效〕 解毒散瘀。适用于疔肿。

### 马兰醋糊方

〔处 方〕 鲜马兰头 100 克，盐少许，醋适量。

〔用 法〕 将鲜马兰头洗净，加盐少许，同捣烂，用醋调成糊状，敷患处，每日 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，消肿。适用于疔肿初起。

### 二豆醋方

〔处 方〕 赤小豆、绿豆各 15 克，醋适量。

〔用 法〕 将赤小豆、绿豆共研为细末，用醋调成糊状，敷于患处，每日 1 次。

〔功 效〕 托毒排脓，消肿。适用于疔肿成脓者。

### 五倍子醋膏方

〔处 方〕 五倍子 10 克，醋适量。

〔用 法〕 将五倍子研粉，用醋调成膏状。敷于患处，每日换药 2 次。

〔功 效〕 散瘀消肿。用于拔除疔子脓栓。

## （六） 疔 肿

### 醋蛋赤豆方

〔处 方〕 赤小豆 20 克，鸡蛋 1 个，醋适量。

〔用法〕 将赤小豆研为细末，将鸡蛋打碎取蛋清，与醋和赤小豆末调匀如糊状。外用，涂于患处。

〔功效〕 解毒，消肿，止痛。适用于痈毒红肿热痛。

### 大黄蛋清醋方

〔处方〕 大黄末 25 克，鸡蛋清、醋各适量。

〔用法〕 将大黄研末，用鸡蛋清和醋调匀。外用，敷于患处。

〔功效〕 泻实热，行瘀滞，解毒，消肿。适用于痈肿。

### 鹅蛋壳米醋方

〔处方〕 新生鹅蛋壳 1 个，米醋适量。

〔用法〕 将鹅蛋壳烧灰存性为末，用醋调匀。外用，敷于患处。

〔功效〕 消肿，止痛。适用于痈肿。

### 乌头浸醋方

〔处方〕 乌头 5 枚，醋 600 毫升。

〔用法〕 用醋浸泡乌头 3 日，弃乌头取醋液。涂洗患处，每日 3~4 次。

〔功效〕 祛风除湿，解毒散瘀。适用于痈疽。

### 醋墨汁方

〔处方〕 墨 1 块，醋适量。

〔用法〕 以醋研墨，至极浓，用毛笔蘸墨汁，涂于痈肿周围，干了再涂，一夜可肿消。

〔功效〕 清热解毒，疗痈止痛。适用于痈肿初起及背痈症。

### 三七磨醋方

〔处 方〕 三七根 1 枝，米醋适量。

〔用 法〕 三七根在醋中研磨后，取醋汁调涂患处，每日 3~4 次。

〔功 效〕 活血散瘀，消肿。适用于痈肿疼痛不止。

### 紫薇花醋方

〔处 方〕 紫薇花、醋各适量。

〔用 法〕 将紫薇花研为细末，与醋调匀成糊状。外用，敷于患处。

〔功 效〕 活血止血，解毒消肿。适用于痈疽肿毒、头面疮疖、手脚生疮等。

### 赤小豆栝蒌醋方

〔处 方〕 赤小豆、栝蒌根各等份，醋适量。

〔用 法〕 将赤小豆和栝蒌根研为细末，与醋调匀如糊状。外用，涂于患处。

〔功 效〕 清热生津，降火润燥，排脓消肿。适用于痈毒红肿热痛。

### 蒜硝醋黄膏方

〔处 方〕 大蒜头 12 头，芒硝、大黄末各 2 克，醋适量。

〔用 法〕 将大蒜去皮洗净，与芒硝一同捣成糊状；将大黄末与醋调成膏。用凡士林擦患处，敷以蒜糊（范围要稍大于患处，约 3 毫米厚），用纱布包扎固定。1 小时后去掉敷药，用温水洗净，再敷以醋调大黄膏，6~8 小时后去药。一

般 1 次即愈，必要时可再敷 1 次。

〔功效〕 散瘀，解毒，消肿。适用于痈疽、脓肿。

### 蛇蜕醋方

〔处方〕 蛇蜕、醋各适量。

〔用法〕 将蛇蜕烧灰研细，用醋调匀涂敷患处，干即换药。

〔功效〕 清热解毒。适用于痈肿。

### 干姜醋方

〔处方〕 干姜 30 克，醋适量。

〔用法〕 将干姜炒焦，研为细末，再用醋调成糊状，敷于患部四周，留出痛头。

〔功效〕 温中散寒，燥湿化痰。适用于痈疽初起。

### 蛤粉醋调方

〔处方〕 蛤粉 30 克，醋适量。

〔用法〕 将蛤粉用醋调匀，涂搽患处，药干即换。

〔功效〕 清热解毒，消肿散结。适用于痈疽赤肿。

### 土茯苓醋糊方

〔处方〕 土茯苓、醋各适量。

〔用法〕 将土茯苓研为细末，醋调为糊，敷于患处，药干即换。

〔功效〕 除湿解毒。用于疮痍红肿。

### 大黄醋糊方

〔处方〕 大黄、醋各适量。

〔用法〕 将大黄研为细末，用醋调成糊状，敷贴患处，

药干即换。

〔功效〕 清热解毒，疗痈消肿。用于痈肿。

## （七）疮 疡

### 浮石没药醋丸方

〔处 方〕 海浮石 30 克，没药 10 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味研为细末，加醋调糊，做成药丸，如梧桐子大，每服 6~7 丸，临卧服。

〔功 效〕 清热化痰，活血祛瘀。用于背疮。

### 蛋清醋围方

〔处 方〕 鸡蛋 1 个，白芷粉 60 克，陈醋 6 毫升。

〔用 法〕 鸡蛋去黄取清，与后 2 味搅匀，捏成长条，围于患处周围，将疮孔留出。每日 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，消肿散结，排脓。用于疮、痈初起，毒势尚未蔓延。

### 雄黄醋蛋方

〔处 方〕 雄黄粉、醋各适量，鸡蛋 1 个。

〔用 法〕 将雄黄、醋和蛋黄调匀，涂搽疮上，每日 3 次。

〔功 效〕 解毒，杀虫，疗疮。用治癩疮。

### 赤豆醋围方

〔处 方〕 赤小豆粉、花粉末各 60 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将 3 味混合调匀，捏成长条，围于疮疡四周，留出疮孔，每日 1 次。

〔功效〕 清热解毒，疗疮消肿，排脓。用于疗疮初起。

### 蒺藜醋膏方

〔处方〕 蒺藜 500 克，陈醋 250 毫升。

〔用法〕 将蒺藜捣烂，用醋熬成膏。取膏敷疮上，拔根即愈。

〔功效〕 消肿解毒。用于疗疮肿痛。

### 蝉僵醋调方

〔处方〕 蝉蜕、僵蚕各等份，陈醋适量。

〔用法〕 将前 2 味共研细末，用醋调匀，涂疮四周，深部脓栓拔去后再涂，至愈。

〔功效〕 解毒消肿。适于疗疮肿痛。

### 米醋南星方

〔处方〕 生天南星 1 枚，醋适量。

〔用法〕 将醋放入粗糙的瓷碗底部，天南星在醋中磨汁，外搽患处，一般 4~5 日内红肿痒痛等症状消失。

〔功效〕 祛风解毒，化痰散结。适用于发际疮。

### 白芷醋敷方

〔处方〕 白芷 20 克，醋适量。

〔用法〕 将白芷研为细末，备用。视患部大小酌取药末，用醋调匀成糊状，敷于患处，未愈再敷。

〔功效〕 止痛活血，消肿排脓。适用于疗疮热痛。

### 马勃醋方

〔处方〕 马勃 30 克，米醋 100 毫升。

〔用法〕 取马勃研成粉，用米醋调匀，敷于患处。

〔功效〕 清热，止血，散瘀。适用于疮肿、痈疽。

## （八）丹 毒

### 龙葵醋方

〔处 方〕 龙葵叶、醋各适量。

〔用 法〕 龙葵叶加醋细研，敷于患处。

〔功 效〕 清热解毒，活血消肿。适用于丹毒。

### 鲜苔醋泥方

〔处 方〕 鲜青苔、陈醋各适量。

〔用 法〕 将醋倒入盛鲜青苔碗内，搅拌，将苔醋捣烂如泥，敷于患处。

〔功 效〕 清热解毒，凉血散瘀。用于流火丹毒。

### 荞麦醋糊方

〔处 方〕 荞麦粉、醋各适量。

〔用 法〕 将荞麦粉与醋调成糊状，敷于患处，早、晚各更换 1 次。

〔功 效〕 清热解毒。用于丹毒、火疔子。

### 寒水石石膏醋方

〔处 方〕 寒水石 12 克，石膏 100 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味共研细末，与醋调匀，敷于患处。

〔功 效〕 解毒消肿。适用于丹毒。

### 五倍子蜜醋膏方

〔处 方〕 五倍子粉 150 克，蜂蜜 60 克，醋 300 毫升，梅片适量。

〔用法〕 先用沙锅将醋、蜂蜜煮沸，徐徐加入五倍子粉，搅拌，熬成药膏，再入梅片调匀，收贮备用。用时外敷患处。

〔功效〕 散瘀消肿。适用于丹毒。

## （九）瘰 疬

### 醋带消结方

〔处方〕 海带 250 克，陈醋 100 毫升。

〔用法〕 将海带加醋一同煮汤服用。隔日 1 次，经常服用有效。

〔功效〕 清热解暑，散结消肿。适用于颈淋巴结结核。

### 乌头木鳖子醋方

〔处方〕 草乌头 1 个，木鳖子 2 个，葱头 1 个，蚯蚓粪少许，米醋适量。

〔用法〕 将草乌头、木鳖子用米醋磨细，再捣入葱头、蚯蚓粪，调匀敷患处，外贴纸条，留通气孔。

〔功效〕 温阳散寒，散结消肿。适用于瘰疬初起（未破发寒热者）。

### 芥子醋糊方

〔处方〕 小芥子、醋各适量。

〔用法〕 将小芥子研为细末，用醋调成糊状，外敷患处。

〔功效〕 解毒，祛痰，散结。适用于热毒瘰疬。

## 文蛤蜈蚣醋调方

〔处 方〕 整文蛤 1 个，金头蜈蚣 1 条，麝香少许，醋适量。

〔用 法〕 将文蛤钻一孔，蜈蚣研为粗末，装入文蛤内，纸糊封口，外再用纸糊 7 层，用晒干麦麸拌炒，以纸黑焦为度，去纸，研极细末，加麝香再研，用陈醋调稠，温敷坚硬核处，外用薄纸盖之，1 日 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，软坚散结。适用于瘰疬坚硬、难消难溃。

## 醋调神功散方

〔处 方〕 制乌头、嫩黄芪各等份，米醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味研为细末，用米醋调稠，温敷肿处，1 日 1 次。

〔功 效〕 益气温阳，消肿散结。适用于湿毒瘰疬，症见肿胀、疼痛、皮色如常，日久将溃时皮色透红、微热、甚痛。

## 慈姑醋磨方

〔处 方〕 山慈姑 20 克，醋适量。

〔用 法〕 将山慈姑用醋磨细，调涂患处，1 日 2~3 次。

〔功 效〕 散肿消结，化痰解毒。用于颈部淋巴结结核。

## 猪胆汁陈醋膏方

〔处 方〕 猪苦胆 10 个，陈醋 500 毫升，花椒 10 克。

〔用 法〕 将猪胆汁与陈醋调匀，用文火熬成膏状。用时先用花椒熬水洗净患处，然后将药膏抹在纱布上敷于患处，

每日换药 1 次。

〔功效〕 清热解毒，消肿散结。用于颈部淋巴结结核。

## （十）急性乳腺炎

### 赤虻醋方

〔处方〕 赤虻尾刺、米醋各适量。

〔用法〕 将赤虻尾刺焙干研末，每取 1.5 克，用米醋冲服，1~2 次可见效。

〔功效〕 清热解毒，消肿散结。用于乳腺炎。

### 鹿角霜醋方

〔处方〕 鹿角霜、醋各适量。

〔用法〕 将鹿角霜磨水，用醋调，外敷患处。

〔功效〕 散热行血，消肿解毒。用于急性乳腺炎。

### 明胶醋调方

〔处方〕 黄明胶、醋各适量。

〔用法〕 将黄明胶以浓醋溶化，调匀，外涂患处，至肿消痛减。

〔功效〕 消肿止痛。适用于乳腺炎初起。

### 蚯蚓粪葱子醋糊方

〔处方〕 韭菜地中蚯蚓粪 6 克，葱子 3 克，醋适量。

〔用法〕 将蚯蚓粪、葱子共研细末，用醋调匀，涂抹患处，干即再涂。

〔功效〕 清热解毒，消肿散结。用于急性乳腺炎未溃者。

### 威灵仙醋敷方

〔处 方〕 威灵仙、米醋各适量。

〔用 法〕 将威灵仙研末，用米醋调成糊状，外敷患处，随干随换。

〔功 效〕 通络止痛，消炎解毒。适用于乳腺炎。

### 元明粉醋调方

〔处 方〕 元明粉、醋各适量。

〔用 法〕 将元明粉用适量的醋和水调成糊状，备用。用时将药糊敷于患处，再用消毒纱布固定，每日更换2~3次。

〔功 效〕 清热解暑。适用于急性乳腺炎，症见红肿热痛。

### 马兰醋方

〔处 方〕 马兰头、精盐、醋各适量。

〔用 法〕 将马兰头洗净，与精盐一同捣烂，用醋调成糊状，外敷于患处，用纱布包好固定，每日换药2次。

〔功 效〕 清热解毒。适用于乳腺炎。

### 荞麦面醋糊方

〔处 方〕 荞麦面、醋各适量。

〔用 法〕 将荞麦面炒黄，用醋调成糊状，敷于患处，每日早、晚各换药1次。

〔功 效〕 清热解毒。适用于乳腺炎。

### 榧子韭菜醋膏

〔处 方〕 榧子仁、韭菜叶、米醋各适量。

〔用 法〕 将榧子仁捣碎研细，用米醋调成糊状；韭菜

叶捣烂为泥，掺入稀糊内，调匀即成。敷于患处，纱布包好固定，1日1次。

〔功效〕 清热解毒。适用于乳腺炎。

## （十一）急性阑尾炎

### 蒜硝大黄醋方

〔处方〕 大蒜 12 头，芒硝、大黄末各 2 克，醋适量。

〔用法〕 将大蒜去皮，洗净，与芒硝一同捣成糊状，用醋在患处涂擦，再将大蒜、芒硝糊敷上，周围以纱布围成圈，以防药液流失；2 小时后去掉，以温水洗净腹部压痛点的皮肤，再用醋调大黄末敷 12 小时，1 日 1 次。

〔功效〕 泻实热，破积滞，行瘀血，健胃止痢。适用于急性阑尾炎。

## （十二）疝 气

### 青皮茴香米醋方

〔处方〕 青皮、小茴香各 15 克，米醋 300 毫升。

〔用法〕 用米醋煎煮青皮、小茴香，直至米醋煮干，再加水 500 毫升煎至约 400 毫升。温服。

〔功效〕 破气散结，舒肝止痛。适用于小肠疝气。

### 醋煅赭石方

〔处方〕 代赭石、醋各适量。

〔用法〕 将生代赭石置于火中煅红，将醋喷洒于代赭石上，待凉后研为细末。每次服 6 克，白开水送下。

〔功效〕 镇肝，止痛。用于小肠疝气。

### 吴茱萸丸方

〔处方〕 吴茱萸 300 克，泽泻 60 克，白酒、醋、白开水、童便各 120 毫升。

〔用法〕 将吴茱萸分为 4 份，分别泡入酒、醋、水、童便中，浸泡一夜后，分别取出焙干，同泽泻共研为细末，用醋调糊为丸，如梧桐子大，每服 50 丸，空心用盐汤送下。

〔功效〕 温经止痛。用于小肠疝气。

### 疗疝醋蛋方

〔处方〕 鸡蛋 2 个，醋 250 毫升。

〔用法〕 将鸡蛋用醋浸 1 日，将醋煮至减半。趁热吃蛋喝醋，每日 1 次。食后汗出效果更佳。

〔功效〕 滋阴养血，散瘀解毒。适用于小肠疝气、辜丸坠痛。

### 木鳖黄柏醋方

〔处方〕 木鳖子 1 个，黄柏末、芙蓉末、醋各适量。

〔用法〕 用醋磨木鳖子，取汁与黄柏末、芙蓉末调匀，敷于患处。

〔功效〕 散结消肿，解毒生肌。适用于阴疝偏坠甚痛者。

### 艾绒醋方

〔处方〕 艾绒、醋各适量。

〔用法〕 将艾绒用醋浸透，患者仰卧硬板上，暴露脐部，将突出的脐疝手法复位后，再将饱含醋液的艾绒填入脐

孔，以满为度，用胶布固定，不能脱落。每日换药 1 次，20 日为 1 个疗程。

〔功效〕 散寒除湿。适用于脐疝。

### （十三）痔 疮

#### 米醋煮羊血方

〔处 方〕 羊血 250 克，米醋 300 毫升，盐少许。

〔用 法〕 羊血凝固后用开水烫一下，将血倒出，切成小方块，加米醋煮熟，入少许细盐调味，只吃羊血，不饮汤。

〔功 效〕 据《随息居饮食谱》载，羊血“熟食但止血，患肠风痔血者宜之”。米醋功能散瘀止血，解毒杀虫，治大便下血。此方可用于内痔出血，疗效较为理想。

#### 醋煮赤小豆方

〔处 方〕 赤小豆 500 克，醋、酒各适量。

〔用 法〕 将赤小豆洗净，用醋煮熟晒干，再用白酒浸至酒尽为止，晾干，研为细末。每次用白酒送服 5 克，日服 3 次。

〔功 效〕 活血散瘀，止血。用于内痔出血。

#### 无名异醋洗方

〔处 方〕 无名异、醋各适量。

〔用 法〕 将无名异用炭火煨红后，以米醋淬 7 次，研为细末，化在温水中洗患处；另用棉花裹此药填入疮口中，数次可愈。

〔功 效〕 疗疮解毒，止痛生肌。用于痔漏。

### 马齿苋醋熏方

〔处 方〕 鲜马齿苋 1 把，米醋适量。

〔用 法〕 将马齿苋和米醋共煎汤，以药汤的热气熏肛门，1 日 1 次，每次 30 分钟，3 日为 1 个疗程。

〔功 效〕 消肿止痛，止血。用于痔疮出血。

### 甲鱼头骨磨醋方

〔处 方〕 甲鱼头骨 1 个，陈醋适量。

〔用 法〕 用甲鱼头骨磨醋，取汁抹于肛门患处，等痒极至不痒为止。1~2 次即愈。

〔功 效〕 消肿止痛。用治痔疮肿痛。

### 马钱子醋方

〔处 方〕 生马钱子数枚，醋适量。

〔用 法〕 将生马钱子去皮放在瓦上用醋磨成汁，敷于患处，1 日 1~3 次。

〔功 效〕 散结消肿，通络止痛。适用于外痔。

## （十四）脱 肛

### 醋淬磁石方

〔处 方〕 磁石 60 克，醋适量。

〔用 法〕 将磁石用火煨红，用醋淬 7 次，待凉，研细，每服 3 克，空心用米汤送服。

〔功 效〕 纳气固脱。用于脱肛。

### 陈醋煮枣方

〔处 方〕 大枣 120 克，陈醋 250 毫升。

〔用法〕 用醋煮枣，1日1剂，分2次服；或用醋煮枣至醋干，分2次或3次将枣食完。

〔功效〕 益气，散瘀，解毒。用于久治不愈的脱肛。

### 香菜醋方

〔处方〕 香菜、香菜子、醋各适量。

〔用法〕 用香菜煮汤熏洗患部；同时用醋煮香菜子，用布蘸湿后趁热覆盖患部。

〔功效〕 消肿化瘀。适用于痔疮肿痛、肛门脱垂。

### 乌梅醋洗方

〔处方〕 乌梅30克，米醋20毫升。

〔用法〕 将乌梅加水煎煮，取汁放入米醋，趁热熏洗患处，用毛巾将直肠托回肛门内。

〔功效〕 敛肺涩肠，解毒散瘀。适用于脱肛。

### 缩肛糊涂脐方

〔处方〕 黄芪、升麻、枳壳、五倍子各等量，陈醋适量。

〔用法〕 将前4味混合，研为细末。临用时取药末30克，以米醋适量调成薄糊，把药摊于纱布中间，敷于脐窝，以胶布固定。药干后再换药敷之。每日3~5次，频换频敷。

〔功效〕 益气固脱，缩肛。用于肛脱不能回缩，日久不愈。

## （十五）烫 伤

### 蛋清醋调方

〔处方〕 鸡蛋3个，醋适量。

〔用法〕 发生烫伤后，鸡蛋去黄取清，放入碗内与醋调匀，敷于患部。

〔功效〕 清热解毒，止痛。适用于烫伤并有水疱发生者。

### 绿豆蛋清醋糊方

〔处方〕 绿豆粉 60 克，鸡蛋 3 个，米醋 60 毫升。

〔用法〕 将绿豆粉与蛋清、醋调成糊状，涂患处，1 日多次。

〔功效〕 清热解毒，散瘀止痛。用于开水烫伤、轻度烧伤。有预防起疱的作用。

### 冰片醋方

〔处方〕 冰片 3 克，米醋 250 毫升。

〔用法〕 将冰片放入醋瓶内，使冰片溶化。用时摇匀，涂搽患处，1 日数次。

〔功效〕 解毒止痛。用于烫伤水疱未破者。

### 醋调大黄窝泥方

〔处方〕 大黄 50 克，燕子窝泥 20 克，冰片 4.5 克，米醋适量。

〔用法〕 将前 3 味研为细末，用米醋调匀，涂敷患处，1 日 2 次。

〔功效〕 清热解毒，散瘀止痛。用于烫伤、烧伤。

### 丝瓜叶糖醋方

〔处方〕 鲜丝瓜叶适量，食醋、白糖各等份。

〔用法〕 将鲜丝瓜叶捣成绒，浸于糖、醋中，取适量

敷于伤处，1日2次。

〔功效〕 清热解毒。适用于烧烫伤。

### 五倍子蜈蚣蜜醋方

〔处方〕 五倍子30克，蜈蚣1条，蜂蜜、黑醋各适量。

〔用法〕 将五倍子、蜈蚣研为细末，与蜜、醋调匀，外涂患处，1日数次。

〔功效〕 散瘀解毒。适用于烧伤瘢痕。

## （十六）冻 伤

### 解冻热醋方

〔处方〕 陈醋250毫升。

〔用法〕 将醋置火上加热，用纱布一块蘸热醋，趁温湿敷，1日1~2次。

〔功效〕 散瘀止痛。适用于冻疮初起未破溃者。

### 花生衣醋方

〔处方〕 花生衣60克，樟脑1克，酒精少许，醋100毫升。

〔用法〕 将花生衣炒黄，研碎，过筛取粉末，加入醋调成糊状，放入樟脑粉，用酒精少许调匀，将药糊敷于患处，然后用纱布固定，一般轻症2~3日即可治愈。

〔功效〕 活血散瘀，消肿止痛。适用于冻疮初期，红肿发痒而未溃烂者。

## (十七) 蛇、虫咬蜇伤

### 醋 茶 方

〔处 方〕 醋 1 碗。

〔用 法〕 当茶饮。

〔功 效〕 清热解毒。用于毒蛇咬伤。在内服的基础上可配合外用方。

### 蛇伤四味方

〔处 方〕 好醋 1~2 碗，五灵脂 4.5 克，雄黄 1.5 克，酒少许。

〔用 法〕 将五灵脂、雄黄研末，用醋、酒调服，1 日 1 次。

〔功 效〕 活血化瘀，解毒。用于毒蛇咬伤。

### 浓醋湿敷方

〔处 方〕 好醋适量。

〔用 法〕 用布蘸浓醋湿敷患处，随时加醋湿敷。

〔功 效〕 清热解毒，消肿止痒。用于黄蜂蜇伤。

### 雄黄醋调方

〔处 方〕 雄黄、醋各适量。

〔用 法〕 将雄黄用醋调匀，涂敷于患处。

〔功 效〕 散瘀解毒，适用于蜂、蝎蜇伤。

### 生铁磨醋方

〔处 方〕 生铁块 1 块，醋适量。

〔用 法〕 用醋磨生铁块，取汁涂于患处。

〔功效〕 清热解毒，散瘀止痛。用于蜈蚣咬伤。

### 鸡屎醋调方

〔处方〕 乌骨白毛鸡屎、白米醋各适量。

〔用法〕 用白米醋将鸡屎调成稀糊状，涂于患处。

〔功效〕 解毒消肿，止痛。用于蜈蚣咬伤。

### 附子磨醋方

〔处方〕 附子 1 枚，浓醋适量，清醋 2 碗。

〔用法〕 如遇蝎蜚、虫咬时，急饮清醋 1~2 碗，使蝎毒不扩散，然后用浓醋磨附子，取汁涂于患处。

〔功效〕 解毒止痛。用于蝎蜚、虫咬伤。

## 四、骨伤科疾病

### （一）颈肩痛

#### 水果醋蛋方

〔处方〕 香蕉 1 只，胡萝卜 150 克，苹果 200 克，鸡蛋 1 个，牛奶、醋各 100 毫升，蜂蜜适量。

〔用法〕 香蕉去皮切成 2 段，胡萝卜与苹果切成碎片，放入果汁机内，加蛋黄、牛奶、醋，搅成汁，加入蜂蜜即成。常服有效。

〔功效〕 主治肩背酸痛。

### 葱白醋敷方

〔处 方〕 葱白 30 克，食醋少许。

〔用 法〕 将葱白捣烂如泥，加入食醋调匀成糊状，敷于患处。

〔功 效〕 通络止痛。适用于肩周炎。

### 红外线醋方

〔处 方〕 醋适量。

〔用 法〕 将纱布在醋中浸湿，以不下滴为度，敷于患处，用红外线照射 30~40 分钟。治疗时纱布干了可加温热醋 1 次，1 日 1 次，15 日为 1 个疗程。

〔功 效〕 止痛。适用于颈椎病。

### 肩痛膏方

〔处 方〕 葱、姜、蒜各取汁 300 毫升，米醋 300 毫升，飞罗面 60 克，牛皮胶 120 克，凤仙花汁 100 毫升。

〔用 法〕 将葱、姜、蒜汁及凤仙花汁与醋混合，放在锅内加热，熬至极浓时，加入牛皮胶溶化，再入飞罗面搅匀，略熬成膏。取 8 厘米见方的胶布数块，将膏摊于每块的中间，分别贴于肩髃、肩髃、曲池穴，1 日 1 换。止痛甚速。

〔功 效〕 散寒止痛。用于肩关节疼痛、臂不能举。

## （二）骨结核

### 蜈蚣香粉醋方

〔处 方〕 蜈蚣、香粉各等量，醋适量。

〔用 法〕 将蜈蚣研成细粉，与香粉混合，用醋调成糊

状，取糊敷于患处。涂后烂肉、烂骨随脓血排出，将愈时有奇痒。

〔功效〕 清热解毒，散瘀消肿。适用于骨结核溃不收口。

### （三）骨髓炎

#### 推车虫大麦醋方

〔处方〕 推车虫 7 个，大麦 50 克，醋适量。

〔用法〕 将前 2 味共研细末，再用醋调匀，敷于患处。

〔功效〕 清热解毒，散瘀消肿。适用于骨髓炎。

#### 葱白大蒜醋敷方

〔处方〕 葱白 200 克，大蒜 300 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将上 3 味一同煎熬，用布包敷患处。

〔功效〕 清热解毒，活血止痛，温经通络。适用于骨髓炎。

### （四）腰肌劳损

#### 活血止痛方

〔处方〕 当归 50 克，红花 30 克，乳香、没药各 20 克，牛膝 15 克，醋 30 毫升。

〔用法〕 将前 5 味浸入醋内，泡 4 小时，再加热煮沸 5~10 分钟，用纱布浸药汁，趁热熏洗腰眼穴，冷则再换，1 次熏洗 4~6 小时，1 日 1 次，7~10 次为 1 个疗程。

〔功效〕 活血止痛。适用于腰肌劳损。

## （五）腰椎间盘突出症

### 乌七马钱子醋方

〔处 方〕 生草乌、生川乌各 10 克，三七 20 克，马钱子 12 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 4 味研为细末，用醋调匀，敷于患处。治疗过程中应卧床休息，不宜过分活动。

〔功 效〕 舒筋活络，止痛。适用于腰椎间盘突出症。

## （六）骨质增生

### 增生灵方

〔处 方〕 当归、红花、土鳖虫、防风、透骨草、骨碎补、伸筋草、川乌各 12 克，花椒、艾叶各 10 克，甘草 9 克，食醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将前 11 味和醋以文火煎煮，至醋液剩下约 600 毫升时，趁热外洗患部，1 日 1 剂，分 2 次外洗。每次外洗 10 分钟，10 次为 1 个疗程。

〔功 效〕 活血化瘀，通络止痛。适用于骨质增生。

### 洗 药 方

〔处 方〕 当归、川芎、川续断、川木瓜、川牛膝、艾叶、透骨草、赤芍、红花、大黄、五加皮、防风、白芷、威灵仙各 15 克，制乳香、伸筋草、鸡血藤、没药、芒硝各 30 克，醋 250 毫升。

〔用 法〕 将前 18 味用纱布包好，加水约 3000 毫升，

煎沸约半小时后取出药包，把药液倒入盆内，加芒硝、食醋搅匀。先以热气熏蒸患处，并用毛巾蘸药液交替热敷痛处。待水温降至 50℃~60℃时，将患肢浸入盆内浸泡，若水温下降可加温再洗。每次熏洗约 1 小时，每日 1~2 次。次日仍以原药液加热后再用。

〔功效〕 活血化瘀，通络止痛。适用于增生性膝关节炎。

### 灵仙醋洗方

〔处方〕 威灵仙粉 150 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将上 2 味共煎煮，沸后盛于小盆中，以布盖脚熏至不烫时，再浸泡脚，拭干后用拇指按摩患处 1 分钟。每日数次，1 周为 1 个疗程。

〔功效〕 散瘀止痛。适用于足跟部骨质增生。

### 夏枯草醋方

〔处方〕 夏枯草 50 克，食醋 1000 毫升。

〔用法〕 将夏枯草放入食醋中浸泡 2~4 小时，然后煮沸 15 分钟，趁热熏洗患处 20 分钟。每日 1~3 次，每剂可使用 2 日。

〔功效〕 清热散结，止痛。适用于骨刺。

### 川芎陈醋膏方

〔处方〕 川芎末 6 克~9 克，陈醋适量。

〔用法〕 将川芎研末，用陈醋调成糊状，加少许凡士林调匀成膏。取药膏敷于患处，外贴塑料纸，用纱布包扎，每 2 日换药 1 次，10 日为 1 个疗程。若觉有刺痒或起密集丘疹，

则应及时揭去。

〔功效〕 散结止痛。适用于骨质增生。

### 骨刺浸剂方

〔处方〕 土鳖虫 40 克，五灵脂、白芥子、制草乌、三棱各 30 克，威灵仙、楮实子、马鞭草、苏木、海带、皂刺、蒲黄、延胡索、汉防己各 60 克，鲜葱 100 克，食醋 100 毫升。

〔用法〕 将前 14 味加水 2 倍于药量，用旺火煎沸后再煎 3~5 分钟，取出热药液和渣，与鲜葱、食醋同倒入盆中，趁温热时浸洗患足跟，每次大约 30 分钟，1 日 2 次，每剂药用 2 日。

〔功效〕 活血散瘀，软坚止痛。适用于跟骨骨刺、跟部筋膜炎、跟腱炎及其它骨质增生症。

### 足跟痛愈液方

〔处方〕 炮山甲 30 克，炙鳖甲 40 克，威灵仙 50 克，陈米醋 1000 毫升。

〔用法〕 将前 3 味与陈米醋放沙锅内煎熬半小时后离火，熏洗患足。患足跟部要浸泡在药液内 30~40 分钟，每日 1~2 次。再次使用时将药煮沸即可。1 剂可用 7 日。7 日后换药不换醋，醋若减少，可随时添加。一般用 1 剂药即可痊愈；重者连用两剂，即可见明显好转。

〔功效〕 散结止痛。适用于足跟骨刺。

### 热醋外浸方

〔处方〕 醋 1000 毫升。

〔用法〕 将醋加热至热烫适宜时泡脚。每日浸泡 30~

60 分钟，如温度下降，可再次加温，连用 10~15 日后足跟疼痛开始减轻，可连用 1~2 个月。

〔功效〕 止痛。适用于足跟骨刺。

## （七）跌打损伤

### 跌打芥末醋方

〔处方〕 芥末 50 克，醋适量。

〔用法〕 将芥末用少量开水湿润，与醋调成糊状，敷于患处，用布包扎。每 3~5 日换药 1 次。

〔功效〕 活血散瘀。适用于扭挫伤。

### 锯末熏醋方

〔处方〕 松木锯末 500 克，陈醋 500 毫升。

〔用法〕 将锯末入醋中，再加水 400 毫升，煮沸后将患足置于药盆上，约距 20 厘米，再覆盖上宽大毛巾，熏蒸 20~40 分钟，1 日 1~2 次，5~7 次为 1 个疗程。

〔功效〕 活血止痛。适用于踝关节扭伤。

### 绿豆醋调方

〔处方〕 绿豆、醋各适量。

〔用法〕 将绿豆研为细粉，用醋调成糊状，敷于患处。

〔功效〕 散瘀解毒。适用于跌打损伤瘀肿。

### 冻豆腐醋方

〔处方〕 冻豆腐、醋各适量。

〔用法〕 将醋煮沸，冻豆腐切成 2 厘米见方的块，用纱布包好，放进醋里煮 5 分钟，取出敷患处，冷却后重新加

热再敷，越烫越好，以不烫伤皮肤为度。1日1次，连用10日为1个疗程。病仍未痊愈，休息几日再进行第2个疗程。

〔功效〕 散瘀止痛。适用于脚底部外伤及趾腱膜损伤。

### 铁落醋方

〔处方〕 铁落500克，醋20毫升。

〔用法〕 将铁落过竹筛，选取直径约2毫米~3毫米且外表发亮者，然后将铁落加醋拌匀，按治疗部位大小，取不同分量的铁落装入布袋中，外加两层毛巾包好，待温度升至60℃时，置于患处。1日1次，每次敷40~50分钟。

〔功效〕 活血散瘀。适用于扭伤、挫伤。

### 筋骨外伤醋方

〔处方〕 千年健、钻地风、续断、五加皮、当归、淫羊藿、

狗脊各10克，鸡血藤15克，自然铜30克，红花6克，白酒、醋各50毫升。

〔用法〕 将前10味加水4000毫升，煮沸5分钟，再加入酒和醋，熏洗外伤部位，每次1小时，每日洗2次。1剂可用2日。

〔功效〕 祛风湿，壮筋骨，活血止痛。适用于筋骨外伤后期肌肉活动无力。

### 透骨草醋熨方

〔处方〕 透骨草60克，当归、香附、独活各30克，草乌15克，青盐500克，陈醋100毫升。

〔用法〕 将前5味共研为末，先将青盐爆炒，再拌炒

以上 5 味药末，最后将陈醋均匀地洒入，略炒一会，急速装入纱布袋中，热熨患处，1 日 1~2 次。1 剂可用 3 日。

〔功效〕 散瘀解毒。适用于软组织损伤局部肿胀者。

## （八）骨 折

### 醋制接骨膏方

〔处 方〕 生丝绸 100 平方厘米，西瓜子、血余各 10 克，葱须 5 克，淀粉 120 克，老陈醋 50 毫升。

〔用 法〕 血余、葱须用生丝绸包好，用柴火烧成丝灰；淀粉用铁锅炒焦黄，后下西瓜子以炒黄为度。将烧好丝灰与炒淀粉、瓜子放在一起，共研为细粉。取 120 克药面，放入小盆内，加老陈醋搅拌均匀成膏。将膏摊在白布上，敷于骨折部位，3 周后可生成骨痂。不论何种骨折，一经敷上药膏，疼痛便逐渐减轻。

〔功 效〕 消肿止痛，散瘀活血，续筋接骨。用于骨折。

### 骨折熏洗方

〔处 方〕 红花、三棱各 6 克，伸筋草、透骨草、刘寄奴、川芎、络石藤、丝瓜络、海桐皮、香樟木各 10 克，白酒、陈醋各 50 毫升（骨折在上肢加桂枝、桑枝；在下肢加川牛膝、木瓜、茄根）。

〔用 法〕 将各味置于锅内，加水 4000 毫升~5000 毫升，煎沸 5 分钟，加入白酒及陈醋，即可熏蒸。为聚热保温，可在伤处周围用毛巾遮盖。待水温适宜，可将患肢放入药液中泡洗，直至水凉为止。1 日 2 次，每次 1 小时。1 剂药可用 2 日。

〔功效〕 舒筋活络，活血止痛。适用于骨折脱位和伤筋后期、关节僵硬。

### 五灵脂茴香醋方

〔处方〕 五灵脂 30 克，茴香 3 克，醋适量。

〔用法〕 将前 2 味研细，用醋调匀，敷于患处，以布包扎。

〔功效〕 活血散瘀。适用于骨折。

### 牛蹄甲乳香没药醋方

〔处方〕 牛蹄甲 1 个，乳香、没药各 6 克，醋适量。

〔用法〕 将乳香、没药置于牛蹄甲内，烧成灰，再用醋调匀，敷于患处。

〔功效〕 活血散瘀。适用于骨折。

### 狗头热醋方

〔处方〕 狗头 1 个，醋适量。

〔用法〕 将狗头烧存性为末，热醋调匀，敷于患处。

〔功效〕 活血散瘀。适用于骨折。

### 接骨妙方

〔处方〕 桑白皮、鹿角霜各 12 克，荞麦面 120 克，土鳖虫 30 个，好醋 750 毫升。

〔用法〕 将前 4 味研成细末，用生铁锅加入醋熬药，不可加水，熬时用鲜桑枝搅之。等到熬成稀粥状，摊于黑布上，趁其温热时贴在患处。此膏现用现熬。

〔功效〕 活血散瘀，强筋壮骨。适用于骨折。

## 五、皮肤科疾病

### (一) 皮 炎

#### 外用醋蛋液方

〔处 方〕 鸡蛋 3~5 个，米醋适量。

〔用 法〕 将鸡蛋浸于醋罐内密封，半月后取出，将鸡蛋打破，把蛋清、蛋黄搅匀，贮于瓶内备用。用时以棉球蘸醋蛋液涂于患处皮肤上，待 3~5 分钟稍干后再涂 1 次。每日涂抹数次。

〔功 效〕 清营凉血，杀虫止痒。适用于皮炎、湿疹。

#### 蒜 醋 方

〔处 方〕 鲜蒜瓣、米醋各适量。

〔用 法〕 将鲜蒜瓣洗净捣烂，用纱布包扎，浸于醋内。2~3 小时后取出。以蒜包蘸醋液擦洗患处，1 日 2 次，每次 10~20 分钟。

〔功 效〕 散瘀，解毒，杀虫。用于神经性皮炎。

#### 密陀僧醋方

〔处 方〕 密陀僧 60 克，醋适量。

〔用 法〕 将密陀僧研为细末，再与醋调成糊状，备用。用时洗净患部皮肤，再搽上药糊，1 日 1~2 次。

〔功 效〕 解毒，除湿，止痒。用于稻田性皮炎、汗斑

等。

### 甘油醋方

- 〔处 方〕 甘油 1 份，醋 5 份。  
〔用 法〕 将 2 味混匀，涂搽患处。  
〔功 效〕 消炎止痒。适用于脂溢性皮炎。

### 陈醋外搽方

- 〔处 方〕 陈醋适量。  
〔用 法〕 用陈醋搽患处。  
〔功 效〕 养血祛风。适用于神经性皮炎。

### 巴豆醋方

- 〔处 方〕 巴豆、醋各适量。  
〔用 法〕 将醋倒入粗瓷碗中，用去壳的巴豆磨浆，以稠为度。用时患处先用 1% 的盐水或凉开水洗净揩干，再用巴豆醋汁涂搽患处。每周用药 1 次。  
〔功 效〕 止痒。适用于神经性皮炎。

## （二）湿 疹

### 诃醋液方

- 〔处 方〕 诃子 100 克，米醋 500 毫升。  
〔用 法〕 将诃子粉碎，加水 1500 毫升，以文火煎至 500 毫升，再入米醋煮沸即可。用时取药液浸洗患处，每日 3 次（均煮沸后用），每次 30 分钟，1 日 1 剂。一般 3~5 日显效。

- 〔功 效〕 敛湿止痒。适用于急、慢性湿疹。

## 羊蹄根醋方

〔处 方〕 羊蹄根、醋各适量。

〔用 法〕 将羊蹄根捣烂，加醋调匀，涂搽患处，稍过一阵，用冷水洗去，1日1次。如用新采得的羊蹄根磨醋涂搽，效果更好。

〔功 效〕 除湿止痒。用于湿疹。

## 绿豆蜂蜜醋方

〔处 方〕 绿豆粉30克，蜂蜜9克，冰片、薄荷各3克，醋30毫升。

〔用 法〕 将绿豆粉在锅中炒成黑色，再与蜂蜜、薄荷、冰片和醋共调和成胶状，摊在油纸上，当中留孔，敷于患处。

〔功 效〕 清热解毒。适用于湿疹。

## 黄柏苍术醋方

〔处 方〕 黄柏、苍术各100克，盐3克~5克，醋250毫升。

〔用 法〕 将黄柏和苍术研成细末，与精盐混匀，再与醋调成糊状，敷于患处。

〔功 效〕 清热解毒，泻火燥湿。适用于阴囊湿疹。

## 防风醋洗方

〔处 方〕 鲜防风草、盐、醋各适量。

〔用 法〕 将鲜防风草加水煎汤，去渣，调入盐和醋，洗患处。

〔功 效〕 祛风，除湿，解毒。适用于皮肤湿疹。

### （三） 荨 麻 疹

#### 乌梅膏贴脐方

〔处 方〕 乌梅 10 个，扑尔敏 30 克，甘草末、陈醋各适量。

〔用 法〕 将乌梅去核，研为细末；扑尔敏和甘草末混合研为细末。两类药末拌和调匀。用时取药末调入米醋，制成膏，贴于脐孔上，上用纱布覆盖，以胶布固定。每日换药 1~2 次，10 日为 1 个疗程。连续贴药至痊愈为止。

〔功 效〕 脱敏止痒。用于荨麻疹反复不愈。

#### 糖醋姜汤方

〔处 方〕 红糖 100 克，姜 50 克，醋半碗。

〔用 法〕 将生姜洗净切成丝，与糖、醋同放入沙锅内煮沸 2 次，去渣。每取 1 小杯，加适量开水温服，每日服 2~3 次。

〔功 效〕 温中健运，疏散风邪。适用于荨麻疹及食用鱼、蟹等引起的周身痒疹。

#### 搽 醋 方

〔处 方〕 陈醋适量。

〔用 法〕 用醋反复涂搽患处。

〔功 效〕 消肿，止痛，止痒。用于因接触农药引起的荨麻疹及虫咬伤。

#### 木瓜生姜醋方

〔处 方〕 木瓜 60 克，生姜 9 克，醋 100 毫升。

〔用法〕 将上 3 味入沙锅煎煮，待醋干后取出木瓜、生姜食用。日服 1 剂，分早、晚 2 次食完，连食 7~10 剂。

〔功效〕 疏散风寒，去湿。用于风湿外袭型荨麻疹。

## （四）带状疱疹

### 雄黄醋方

〔处方〕 雄黄、醋各适量。

〔用法〕 将雄黄加醋调成糊状，敷于患处。

〔功效〕 祛风散湿，解毒。适用于带状疱疹。

### 蚤休醋方

〔处方〕 蚤休根茎 30 克~60 克，米醋适量。

〔用法〕 用蚤休根茎磨米醋，取汁敷于患处。每日涂药醋 2~3 次。

〔功效〕 祛风散湿，解毒。用于带状疱疹。

### 地锦草醋方

〔处方〕 鲜地锦草、醋各适量。

〔用法〕 将鲜地锦草洗净，加入醋少许，捣烂敷于患处。

〔功效〕 清热解毒，凉血止血。适用于带状疱疹。

### 海螵蛸醋方

〔处方〕 海螵蛸、醋各适量。

〔用法〕 将海螵蛸研为细末，与醋调匀，敷于患处。

〔功效〕 解毒收敛。适用于带状疱疹。

## （五）手 足 癣

### 辣椒米醋蛋黄膏方

〔处 方〕 红辣椒粉 50 克，鸡蛋黄 10 克，米醋 50 毫升。

〔用 法〕 将 3 味混合调制成药膏，涂抹患处，1 日 2 次。

〔功 效〕 祛风活血，杀虫止痒。适用于手足癣、体癣、头癣、甲癣。

### 侧柏叶醋方

〔处 方〕 鲜侧柏叶 250 克，醋 500 毫升。

〔用 法〕 将鲜侧柏叶用醋煮沸，冷却即成。取其敷于患处，1 日 1 次，每次 20 分钟，1 周为 1 个疗程。

〔功 效〕 凉血解毒。适用于手足癣。

### 皂刺花椒醋方

〔处 方〕 皂角刺 30 克，花椒 25 克，食醋 250 毫升。

〔用 法〕 将前 2 味放入食醋内，浸泡 24 小时即成。外用泡手脚，每晚临睡前泡 10~20 分钟。

〔功 效〕 清热解毒，止痒。适用于手足癣。

### 米醋浸泡方

〔处 方〕 米醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将醋倒入盆内，加水 500 毫升混匀，用以浸泡或浸洗手足，1 日 2 次，每次 1 小时。

〔功 效〕 消炎杀菌。主治脚气、手足癣、湿疹。

## 凤仙花明矾醋方

〔处 方〕 白凤仙花全草两株，明矾 120 克，醋 400 毫升。

〔用 法〕 将前 2 味捣烂入醋成药液。取液涂擦患处，每日临睡前擦 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，燥湿止痒。适用于手足癣、体癣。

## 土槿皮苦参百部醋方

〔处 方〕 土槿皮 30 克，苦参、百部各 15 克，雄黄 3 克，米醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将前 4 味浸入醋中，浸泡 1 日即成。用时稍加热后泡洗患处，1 日 1 次，每次 20~30 分钟，连用 10 日。

〔功 效〕 祛湿解毒，止痒。适用于手足癣、甲癣。

## 复合洗湿液方

〔处 方〕 醋 1500 毫升，食盐 30 克，白矾 60 克，阿司匹林 10 克，石碳酸 20 毫升。

〔用 法〕 将上药加水 1000 毫升，煎煮沸后待稍温泡足。1 日 2 次，每次 30~40 分钟。

〔功 效〕 杀菌，燥湿止痒。适用于湿性足癣。

## 复方食盐液方

〔处 方〕 黄精、大葱头（捣）各 60 克，百部、明矾各 45 克，黄柏、白鲜皮、苦参、藿香、地肤子、蛇床子各 30 克，花椒 15 克，醋 1500 毫升。

〔用 法〕 前 11 味入醋中浸泡，2 日即可使用，药渣不必去掉。患处浸于药液中，每次浸洗 30 分钟，每日 3 次。10

日为 1 个疗程。

〔功效〕 清热解毒，燥湿止痒。适用于手足癣。

### 大枫子明矾醋方

〔处方〕 大枫子仁、明矾、红花、荆芥、皂角、防风各 15 克，醋 1000 毫升。

〔用法〕 前 6 味加入醋中，浸泡 3 日，滤去药渣取液备用。先用水洗净患处，揩干，再浸入上述药液中，泡洗半小时，1 日泡洗 1 次。

〔功效〕 祛风燥湿，活血止痒。适用于手足癣。

## （六）鹅 掌 风

### 花椒大枫子醋方

〔处方〕 花椒、大枫子、明矾、雄黄各 10 克，土桂皮 30 克，皂荚 15 克，信石 1.5 克，鲜凤仙花一撮，食醋 500 毫升~1000 毫升。

〔用法〕 将前 8 味入醋中，放在沙锅内浸泡，次日煮沸将药汁倒入瓷盆内，待温将患手浸入，每日浸洗 6 小时，第二至第四日浸洗 2~3 小时。每剂使用 2 日，重症者，每日 1 剂。

〔功效〕 清热解毒，燥湿止痒。适用于鹅掌风。

### 斑蝥蜈蚣醋方

〔处方〕 斑蝥 0.9 克，蜈蚣 3 条，白信石 6 克，樟脑、白矾、土桂皮、大黄、马钱子各 9 克，米醋 1000 毫升。

〔用法〕 将前 8 味共研细末，入米醋中，浸泡 24 小

时后即可。用时将患手浸入药液中，初始日洗5~10分钟，2~3日后逐渐延长至1~2小时。

〔功效〕 散瘀解毒，活血止痒。适用于鹅掌风。

### 黄柏樟脑水杨酸醋方

〔处方〕 黄柏50克，樟脑5克，水杨酸粉45克，食醋250毫升~400毫升。

〔用法〕 将前3味研末过筛，分装入袋，每袋22克。用时取1袋放入食醋中，将患手浸泡于内，于手腕处将袋口扎好，浸5小时即可；泡患足用上药36克，加食醋350毫升~400毫升，浸洗6小时。

〔功效〕 清热燥湿，止痒。适用于鹅掌风。

注：洗后局部轻度肿胀，请不要用其它药物消肿，待3日后自行消退，开始脱皮。

### 荆防醋方

〔处方〕 荆芥、防风、红花、地骨皮、明矾各18克，皂角、大枫子各30克，米醋1500毫升。

〔用法〕 将前7味放入醋中，浸泡3~5日即可。每晚将手或脚浸入药液内泡半小时，每剂可连续泡2周。使用2周为1个疗程，有效可继续泡2~3个疗程。

〔功效〕 祛风除湿，止痒。适用于鹅掌风及干脚癣。

### 鹅掌风浸洗方

〔处方〕 大枫子肉（研碎）、花椒、烟膏（研碎）、五加皮各9克，明矾12克，皂荚、土槿皮各15克，凤仙花5朵，米醋250毫升~500毫升。

〔用法〕 将前 8 味放入醋中，置沙锅内浸 1 夜，次日煮沸后将药汁倒入搪瓷面盆内，待温将患手浸入，第一日浸洗 8 小时左右，第二日浸洗 2 小时左右。

〔功效〕 祛风利湿，解毒止痒。适用于鹅掌风、灰指甲。

注：自开始浸泡日起，7 日内不能用碱水洗手，若手部有裂口，暂缓使用。

### 复方黄精醋浸液方

〔处方〕 黄精、苦参各 60 克，浮萍、明矾、金银花各 20 克，白鲜皮、贯众各 30 克，川楝子 40 克（碾碎），食醋 200 毫升。

〔用法〕 将各药同醋煮沸，盛于瓶内，浸泡 1 日即可应用，擦洗浸泡均可。每日 2 次，14 日为 1 个疗程。

〔功效〕 清热解毒，燥湿止痒。适用于鹅掌风。

## （七）甲 癣

### 蒜 醋 方

〔处方〕 大蒜瓣 10 个，醋 100 毫升。

〔用法〕 将蒜打烂，放在醋中加盖浸泡 2 小时，将患指（趾）插入醋蒜液中，每次泡 10 分钟左右，每日泡 3~5 次（醋液用后盖好，放在阴凉处，以备下次再用）。

〔功效〕 解毒杀菌。适用于甲癣、手足癣。

### 烟丝醋浸方

〔处方〕 香烟 2 支，醋 60 毫升。

〔用法〕 将香烟撕破取出烟丝，放入醋中，浸泡 2 日。用时将指（趾）插入醋液中浸泡，每次 10 分钟，每日泡 2 次。

〔功效〕 杀菌解毒。适用于灰指（趾）甲。

### 白芷醋浸方

〔处方〕 白芷 90 克，醋 500 毫升。

〔用法〕 将上药同煎取浓汁，将灰指（趾）甲放在白芷醋汁中，浸泡 30 分钟，每日早、晚各 1 次，连用 10 日。

〔功效〕 解毒杀菌。适用于灰指（趾）甲。

### 白醋浸泡方

〔处方〕 白醋适量。

〔用法〕 用热水将灰指（趾）甲泡软，削薄，以不出血为度，再将灰指（趾）甲浸入白醋中，浸泡 30 分钟，每日 1 次。

〔功效〕 解毒杀菌。适用于灰指（趾）甲。

### 灰指（趾）甲醋浸方

〔处方〕 醋适量。

〔用法〕 用塑料袋盛醋，将灰指（趾）甲浸泡在醋中过夜，1 日 1 次，连用数日可愈。

〔功效〕 解毒杀菌。适用于灰指（趾）甲。

## （八）牛 皮 癣

### 醋浸鸡蛋方

〔处方〕 鲜鸡蛋 10 个，陈醋适量。

〔用法〕 将鸡蛋用醋浸泡 7~10 日，取出，去蛋壳，将蛋黄、蛋清调匀贮于瓶内。用时以棉花球蘸蛋液涂患处，每日涂抹数次，每次 2 分钟。

〔功效〕 散瘀，解毒，生肌。用于牛皮癣、神经性皮炎。

### 蛋黄油木鳖醋方

〔处方〕 鸡蛋 2 个，木鳖子 5 枚，陈醋少许。

〔用法〕 将鸡蛋黄熬油，木鳖子去皮，用醋磨汁。将患处用温开水洗净，再用蛋黄油调木鳖子醋汁涂上，1 日 2 次，连用 7 日。

〔功效〕 散瘀，解毒，生肌。适用于牛皮癣。

### 牛皮癣醋方

〔处方〕 白砒 0.1 克，樟脑、铅粉、硫黄各 0.3 克，五倍子 5 克，松针、老柑树皮各 30 克，密陀僧 3 克，醋 250 毫升。

〔用法〕 将前 8 味研为细末，以米醋浸泡 3 日，外涂患处。1 日 3 次，至愈为止。

〔功效〕 散瘀，杀菌，止痒。适用于牛皮癣。

注：本方药有毒，禁内服。

### 荸荠陈醋方

〔处方〕 鲜荸荠 10 枚，陈醋 75 毫升。

〔用法〕 荸荠去皮，切片浸醋中，放锅内用文火煎 10 余分钟，待醋干后，将荸荠捣成糊状备用。用时取药糊少许涂患处，用纱布摩擦，当局部发红时，再敷药糊，贴以干净

纸，再包扎好，1日1次，至愈为止。

〔功效〕 清热，散瘀解毒。适用于牛皮癣、体癣。

### 地胆透骨草醋方

〔处方〕 地胆7只，透骨草、艾叶、防风各15克，醋适量。

〔用法〕 先将前4味共研细末，与醋调成糊，敷于患处，干后即换，1日2次。

〔功效〕 散风祛湿，清热解毒。适用于牛皮癣。

### 木鳖子磨醋方

〔处方〕 木鳖子3克，醋10毫升。

〔用法〕 将木鳖子去外壳，蘸醋在粗瓷碗底磨取药汁。临睡前用盐水洗净患处，再用棉花或毛笔蘸药汁涂患处，每日或隔日1次。

〔功效〕 散结消肿，解毒生肌。适用于牛皮癣、体癣、头疮等。

### 斑蝥甘遂醋方

〔处方〕 斑蝥1个，甘遂5克，醋适量。

〔用法〕 将前2味共研细末，再用醋调和，外涂患处，每日数次。

〔功效〕 破血散结，攻毒。适用于牛皮癣。

## （九）疣

### 治疣醋蛋方（1）

〔处方〕 鸡蛋6个，食醋60毫升。

〔用法〕 将鸡蛋煮熟，剥去蛋壳，每个蛋用竹筷刺若干个小孔，再切成4等份，装入杯中，加入食醋，拌匀，加盖放置6小时即成。每日服用醋蛋2个，饮醋2匙，连服2周。

〔功效〕 散瘀除疣。适用于寻常疣、扁平疣。

注：服用时忌用食盐、酱油调味。用药前后忌食碱性食物和碱性药物。

### 治疣醋蛋方（2）

〔处方〕 鸡蛋7只，醋100毫升~150毫升。

〔用法〕 将鸡蛋放在醋中浸7日，每日煮食鸡蛋1个。可服用1~2周。

〔功效〕 散瘀除疣。适用于寻常疣、扁平疣、瘰子。

### 外涂热醋方

〔处方〕 醋200毫升。

〔用法〕 将醋加热浓缩至100毫升，待醋冷却后涂患处，每日3次。

〔功效〕 除疣。适用于扁平疣，疣体脱落不留瘢痕。

### 乌梅醋方

〔处方〕 乌梅30克，醋250毫升。

〔用法〕 将乌梅压碎，置醋中浸泡7~10日。治疣时先将患部用热水浸洗，削去病变处角化组织，以渗血为度。取胶布1块，中间挖一小洞，贴在患部，暴露病损部位，再将乌梅肉敷于病变组织上，外用一层胶布盖严。每3日换药1次，对鸡眼可取浸液摩擦患处，每日2~3次，连用7日使其脱落。

〔功效〕 去死肌，除疣。适用于鸡眼、皮肤疣等。

## （十）脱发、白皮

### 陈醋洗头方

〔处方〕 陈醋 200 毫升。

〔用法〕 陈醋加水 500 毫升，烧热洗头，每早 1 次，宜常洗。

〔功效〕 主治头发脱落、头皮痒、头屑多。

### 毛姜醋方

〔处方〕 毛姜、醋各适量。

〔用法〕 用毛姜蘸醋磨汁，频搽患处。

〔功效〕 杀虫止痒，生发。用治斑秃。

### 醋 墨 方

〔处方〕 醋 50 毫升，墨 1 锭。

〔用法〕 用醋磨墨呈稀糊状。取其搽患处，每日 3 次。

〔功效〕 散瘀活血，生发。用于斑秃。

### 醋浸车前草炭方

〔处方〕 车前草 50 克，米醋适量。

〔用法〕 将车前草焙成炭，放入米醋中浸泡 1 周。用该药外涂患处，每日 2~3 次。

〔功效〕 散瘀生发。用于斑秃。

### 醋煮黑豆方

〔处方〕 黑豆 120 克，米醋 500 毫升。

〔用法〕 以醋煮黑豆（不加水），至如稀糊状，过滤

去渣。用牙刷蘸醋豆液刷毛发，1日1次。

〔功效〕 补肾乌发。用于各种非遗传性白发。

## （十一）狐 臭

### 石灰陈醋方

〔处 方〕 石灰、陈醋各适量。

〔用 法〕 用陈醋调石灰成乳状备用。用时洗净腋窝，拭干后涂之，1日2次。

〔功 效〕 杀菌除臭。适用于狐臭。

### 茴香粉醋方

〔处 方〕 茴香粉5克，醋50毫升。

〔用 法〕 将2者调匀，备用。用时洗净腋窝，拭干后涂之，1日2次。

〔功 效〕 杀菌除臭。适用于狐臭。

### 醋泡铜末方

〔处 方〕 细铜末12克，好醋适量。

〔用 法〕 用醋泡铜末一夜，取汁搽之，1日2~3次，4日即愈。

〔功 效〕 杀菌除臭。适用于狐臭。

### 石绿轻粉醋调方

〔处 方〕 石绿9克，轻粉3克，醋适量。

〔用 法〕 将前2味研细，以浓醋调匀，涂搽腋下至愈。

〔功 效〕 杀菌除臭。用于狐臭。

注：本方药有毒，禁止入口。

## 蜘蛛黄泥醋敷方

〔处 方〕 大蜘蛛 1 个，黄泥、赤石脂、盐、轻粉、醋各少许。

〔用 法〕 以黄泥、赤石脂、盐和匀裹蜘蛛，用火煨存性，再研为细末，加轻粉、醋调成稀糊状，临卧时洗净腋窝，将稀糊敷于腋下，次早看见出数个墨点即愈。

〔功 效〕 解毒，杀菌，除臭。适用于狐臭。

# 六、妇科疾病

## （一）痛 经

### 硃砂皂角醋丸方

〔处 方〕 硃砂 30 克，皂角 5 个（去皮、子），陈皮末 90 克，醋一大碗。

〔用 法〕 将前 3 味研为细末，用醋熬膏，放入陈皮末，捣细做成丸如梧桐子大。每次服 5 丸，温酒送下。

〔功 效〕 温经，理气止痛。适用于月经不调、脐腹积聚疼痛。

### 止痛丸方

〔处 方〕 延胡索（醋炒）、当归（酒浸炒）各 30 克，橘红 60 克。

〔用 法〕 将上药共研细末，以酒煮米糊拌匀做成丸如

梧桐子大，每次服 100 丸，空心服，用艾醋汤送下。

〔功效〕 舒肝理气，活血止痛。适用于痛经。

### 香附艾叶醋方

〔处方〕 香附、艾叶各 15 克，醋适量。

〔用法〕 先将香附、艾叶和醋拌匀炒至醋尽发黄，再加入适量水煎汤，去渣取汁，然后加醋 10 毫升，再煮两沸。每日 1 剂，分早、晚 2 次温服。

〔功效〕 理气舒肝，调经止痛。适用于气滞血瘀所致痛经。症见行经腹痛、经量少、色紫暗有瘀块、经净痛消。

### 益母草砂仁醋方

〔处方〕 益母草 15 克，砂仁 10 克，红糖 30 克，醋 15 毫升。

〔用法〕 将 4 味加入清水适量，一同煎煮，去渣取汁。每日 1 剂，分早、晚 2 次温服。

〔功效〕 行气宽中，调经活血。适用于气滞血瘀所致的痛经。症见行经腹痛、经量少、色紫暗有瘀块、经净痛消。

### 元胡香附醋方

〔处方〕 元胡 10 克，香附 6 克，醋适量。

〔用法〕 将前 2 味和醋拌匀，炒至醋尽，共为细末。每日 1 剂，用黄酒送服。

〔功效〕 活血散瘀，理气止痛。适用于气滞血瘀所致痛经。症见行经腹痛、经量少、暗紫色有瘀块或伴有胸胁、乳房作胀。

## 元胡止痛散方

〔处 方〕 元胡 20 克，当归 12 克，红花 10 克，胡椒、蚕砂各 6 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 5 味研碎，放锅中加醋炒热，趁热外敷少腹部，用布保温固定。

〔功 效〕 温经活血，止痛。适用于痛经。

## 痛经盐醋方

〔处 方〕 粗盐或粗砂 250 克，陈醋 50 毫升。

〔用 法〕 将粗盐或粗砂爆炒，再将陈醋慢慢地洒入，边洒边炒，洒完后再炒片刻，装入布袋，热熨腰和腰骶部。

〔功 效〕 温经，理气止痛。适用于经期小腹痛和腰痛者。

## （二）闭 经

### 无极丸方

〔处 方〕 锦纹大黄 500 克，食盐 6 克，巴豆 35 粒，红花、当归各 120 克，童便、醇酒、陈醋各 200 毫升。

〔用 法〕 将大黄分为 4 份，1 份用童便和食盐浸 1 日，切片晒干；1 份用醇酒浸 1 日，切片晒干，再与巴豆仁同炒，加水煮汁，去巴豆不用；1 份与红花一同加水 200 毫升同浸 1 日，切片晒干；1 份与当归、陈醋同浸 1 日，去当归，切片晒干。以上各份混匀研末，炼蜜为丸，如梧桐子大，每次服 50 丸，空腹温酒送下。

〔功 效〕 泻热通肠，凉血解毒，逐瘀通经。适用于妇

人经血不通、赤白带下。

### 川芎益母草醋方

〔处 方〕 川芎 9 克，益母草 30 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味药加水煎取汁液，加入米醋 3~4 匙，趁热空腹服用。

〔功 效〕 活血调经，散风止痛。适用于闭经。

### 蚕砂陈醋方

〔处 方〕 蚕砂 500 克，陈醋 200 毫升。

〔用 法〕 将蚕砂炒热，加入陈醋，然后烤干研细末。每次服用药末 9 克，用糯米酒送服，日服 3 次。

〔功 效〕 活血调经。适用于闭经。

## （三）月经不调

### 米醋豆腐方

〔处 方〕 米醋 2000 毫升，豆腐 250 克。

〔用 法〕 将豆腐切成小块用醋煮，以文火煨炖至熟。饭前吃，1 次吃完。

〔功 效〕 活血调经。用治月经不调，症见经期过短，血色深红量多。

### 地榆炭醋方

〔处 方〕 地榆炭 30 克，米醋 90 毫升。

〔用 法〕 将 2 味加水 90 毫升，一同煎煮，去渣取汁，顿服。

〔功 效〕 凉血止血。适用于月经过多、经色鲜红或淡

红。

### 香附醋丸方

〔处 方〕 香附 250 克，醋适量。

〔用 法〕 将香附研为细末，用醋调制成丸。每日空腹服药丸 9 克，用白酒送下。

〔功 效〕 理气疏肝，调经止痛。适用于月经周期先后不定、经量或多或少，经行不畅，或有胸胁、乳房、少腹胀痛；或于月经过后小腹胀痛。

### 贯众米醋方

〔处 方〕 鲜贯众 150 克，米醋适量。

〔用 法〕 将贯众去毛和根须，以清水洗净，用适量的米醋浸 12 小时，至米醋吸透为度，阴干，焙焦研末。每次服用药末 6 克，早、晚各 1 次，空腹用米汤送服。

〔功 效〕 理气舒肝，调经止痛。用于月经不调。

### 艾叶醋蛋方

〔处 方〕 生艾叶 15 克，鸡蛋黄 2 个，食醋 15 毫升。

〔用 法〕 将艾叶用醋炒，再加水煎汤，饭前冲鸡蛋黄服，日服 2 次。

〔功 效〕 暖宫散寒，活血行瘀。适用于虚寒性月经后期、经量少。

## （四）崩 漏

### 醋墨散方

〔处 方〕 墨 100 克，没药 30 克，醋适量。

〔用法〕 先将墨用火烧，用醋渍，烧渍反复 3 次，再加入没药共研细末。每服 6 克，用醋汤送下。

〔功效〕 活血止血。适用于崩漏不止及流产后血流不止。

### 百草霜散方

〔处方〕 百草霜 30 克，白芷 15 克，童便、醋各适量。

〔用法〕 将前 2 味研细末，用童便、醋各少许将药调匀，做丸，每服 6 克。

〔功效〕 凉血止血。适用于月经过多、崩漏不止。

### 地榆醋汤方

〔处方〕 地榆 30 克，醋 100 毫升。

〔用法〕 用醋煎地榆，取汁露一宿，次早温服。

〔功效〕 凉血止血。适用于崩血不止。

### 牡蛎艾叶醋丸方

〔处方〕 牡蛎、艾叶、醋各适量。

〔用法〕 将牡蛎用火煨后研末，加米醋调捏成团，再煨研末，以醋调艾叶末熬膏和牡蛎末共为丸，如梧桐子大。每日服 40~50 丸，以醋送服。

〔功效〕 散寒除湿，温经止血。适用于崩漏下血。

### 陈醋煮豆腐方

〔处方〕 豆腐 250 克，陈醋 120 毫升。

〔用法〕 将豆腐切成小块，加陈醋用文火煮 30 分钟。每日 2 次，饭前吃。

〔功效〕 活血止血。用于子宫出血。

注：服此方忌辛辣刺激性食物。

### 酒醋鸡蛋方

〔处 方〕 米醋、黄酒各 100 毫升，鸡蛋 3 个。

〔用 法〕 将鸡蛋打碎，与醋、黄酒搅匀，放火上煮至 100 毫升，早、晚分两次空腹服下。

〔功 效〕 益气止血。适用于崩漏下血及产后出血。

## （五）带 下

### 鹿茸狗脊醋丸方

〔处 方〕 鹿茸（酒蒸后，稍焙）60 克，金毛狗脊、白藜各 30 克，艾叶 10 克，醋适量。

〔用 法〕 前 3 味共研细末，将艾叶与醋同煎，取汁调药末及糯米糊，做成丸如梧桐子大。每次服 50 丸，用艾醋汤送下。

〔功 效〕 补肾壮阳，健脾止带。用于妇人白带。

### 糯米花椒醋丸方

〔处 方〕 糯米、花椒各等份，醋适量。

〔用 法〕 糯米、花椒入锅炒黄，取出共研细末，用米醋调糊，做成药丸如梧桐子大。每次服 30~40 丸，饭前用醋汤送下。

〔功 效〕 温阳健脾，止带。用于脾虚带下，色白如涕。

### 羊胰醋方

〔处 方〕 白羊胰 1 具，醋适量。

〔用 法〕 用醋洗净羊胰，再加水煮汤食用。

〔功效〕 益肺，润燥，祛痰。适用于白带症。

### 韭菜子酒醋方

〔处方〕 韭菜子、酒、醋各适量。

〔用法〕 用醋煮韭菜子，焙干研末，炼蜜为丸如赤豆大。每次服 30 丸，空腹用酒送服，日服 2 次，连服 7~8 日。

〔功效〕 补肝肾，暖腰膝，壮阳固精。适用于肾气不足的带下症，症见带下清稀、色白如涕。

注：阴虚火旺者不宜服用。

### 艾叶当归姜醋方

〔处方〕 艾叶（炒）120 克，当归（切、焙）、炮干姜各 30 克，米醋 1000 毫升。

〔用法〕 将前 3 味研末，取一半加醋煎浓，再加入另一半，调制做成丸如梧桐子大。每次服 30 丸，空腹温粥送服。

〔功效〕 散寒除湿，温经止血。适用于寒性带下。

### 醋矾辰砂鸡蛋方

〔处方〕 鸡蛋 1 个，白矾末 4.5 克，辰砂 1.5 克，麝香 0.15 克，醋适量。

〔用法〕 将鸡蛋开一小孔，取白矾末、辰砂末装入蛋内，用纸包裹，浸入醋中 1 日，然后用火将蛋煨透，带微烟存性去纸，将鸡蛋连壳研末，加入麝香混匀。每早用热黄酒送服。

〔功效〕 温中止带。适用于白带症。

### 椿树皮矾醋方

〔处方〕 鲜椿树皮 100 克，白矾 60 克，食醋 250 毫

升。

〔用法〕 将鲜椿树皮放入锅中，加水适量，煮沸约半小时，滤去药渣，再入白矾、食醋，继续煮沸 2~3 分钟。将药液倒入盆中，趁热熏洗阴部，然后坐浴，每日 2 次。

〔功效〕 燥湿清热，止泻止血。适用于湿热下注之黄带。

### 盐艾炒醋熨脐方

〔处方〕 食盐、艾叶各等量，米醋适量。

〔用法〕 将食盐、艾叶碾为粗末，加入米醋，炒热后装入白布袋中，置于患者脐部熨之；待温后将药敷于脐孔上，外用纱布扎紧固定。每日熨敷 1 次，直至病愈。

〔功效〕 暖宫散寒，止带。适用于妇女白带过多。

## （六）滴虫性阴道炎

### 木鳖子甘油醋方

〔处方〕 木鳖子 10 克，甘油 20 克，冰片少许，0.1% 高锰酸钾溶液少许，醋 80 毫升。

〔用法〕 在粗制研钵中加醋 10 毫升，将木鳖子研磨溶化，直至磨完为止，将药液倒入有色玻璃瓶内，加醋、甘油及冰片，密封，隔水加热，使成溶液。用时以 0.1% 高锰酸钾溶液洗涤外阴及阴道，拭净子宫颈外口和阴道壁残存的液体，用长钳夹饱浸药液的棉球，从宫颈外口、穹隆部至阴道壁周围细致地涂药，然后仰卧 10 分钟左右，以免药液外流。也可用棉球蘸药液塞入阴道内，6~12 小时后取出。每日 1 次，2~4 日为 1 个疗程。

〔功效〕 解毒杀虫，消肿止痛。适用于滴虫性阴道炎。

### 萝卜汁醋方

〔处方〕 白萝卜汁、醋各适量。

〔用法〕 用醋冲洗阴道，再用白萝卜汁擦洗及填塞阴道。一般 10 次为 1 个疗程。

〔功效〕 清热解毒，杀虫。适用于滴虫性阴道炎。

### 阴痒醋洗方

〔处方〕 醋适量。

〔用法〕 将醋与等量的水混合，用醋水混合液冲洗阴道，再用消毒棉球蘸 70% 的醋塞入阴道。每日 1 次，3 日为 1 个疗程。

〔功效〕 杀虫止痒。适用于滴虫性阴道炎白带多、阴痒者。

## （七）妊娠呕吐

### 妊娠恶阻醋饮方

〔处方〕 米醋适量。

〔用法〕 取米醋适量，放入杯中，每日口服 3~4 次。

〔功效〕 开胃消食，止呕吐。适用于妊娠恶心、呕吐。

### 白糖醋蛋方

〔处方〕 白糖 30 克，鸡蛋 1 个，米醋 60 毫升。

〔用法〕 将米醋煮沸，加入白糖使其溶解，打入鸡蛋，待蛋半熟即成。日食 2 次。

〔功效〕 健胃消食，滋阴补虚。适用于脾胃不和之妊

娠呕吐。

### 止呕敷脐方

〔处 方〕 鲜生姜汁 1 小杯，刀豆壳（烧灰存性）10 克，米醋适量。

〔用 法〕 先取生姜捣烂绞汁 1 小杯，再取刀豆壳烧灰研为细末，将姜汁加入刀豆壳灰中调和，掺入米醋适量制成膏备用。用时取药膏如红枣大 1 块，贴于患者脐孔内，盖以纱布，用胶布固定。每日贴膏 1~3 次。

〔功 效〕 和胃降逆止呕。适用于妊娠呕吐。

## （八）滑 胎

### 保胎敷脐散方

〔处 方〕 益母草（烧存性）、莲蓬壳（烧存性）、艾叶各 15 克，食醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味共研为细末，以食醋调如泥状。取药泥 30 克，敷贴于脐孔里，上覆盖纱布，用胶布固定，每日换药 1 次。

〔功 效〕 止血安胎。适用于习惯性流产。

## （九）难 产

### 蟹爪酒醋方

〔处 方〕 蟹爪 100 克，黄酒、米醋各适量。

〔用 法〕 将 3 药加水适量，一同煎煮，去渣取汁，顿服。

〔功效〕 补气益血，行瘀催产。适用于难产及产后胞衣不下。

### 米醋鸡蛋黄方

〔处方〕 鲜鸡蛋 3 个，米醋 50 毫升。

〔用法〕 将鸡蛋打破取蛋黄，将蛋黄与醋调匀，1 次服完。

〔功效〕 补虚催产。适用于二三日不产，或胎衣不下及产后血痢。

## （十）胎死腹中不下

### 下胎醋煮豆方

〔处方〕 黑豆或赤小豆 300 克，醋适量。

〔用法〕 用醋煮豆，取汁顿服。

〔功效〕 催产，下死胎。适用于死胎不下。

### 珍珠醋调方

〔处方〕 珍珠末 15 克，醋适量。

〔用法〕 用醋调服珍珠末，若不下再服。

〔功效〕 催产，下死胎。适用于死胎不下。

## （十一）胞衣不下

### 醋煎地黄汁方

〔处方〕 生地黄汁 100 毫升，醋 30 毫升。

〔用法〕 将鲜生地黄捣烂取汁，与醋调匀煮沸，待温后顿服。

〔功效〕 活血祛瘀。适用于胞衣不下。

### 燕麦甜醋方

〔处方〕 燕麦全草 90 克~120 克，甜醋 100 毫升。

〔用法〕 先将燕麦加水煎汤去渣，入醋再煎沸。温热顿服。

〔功效〕 活血化瘀，温经散寒。适用于寒凝血瘀型胞衣不下。

### 干姜艾叶醋方

〔处方〕 干姜、艾叶各 9 克，红糖适量，醋 100 毫升。

〔用法〕 将干姜和艾叶加水煎汤去渣，加入米醋、红糖，再煮片刻。温热顿服。

〔功效〕 活血化瘀，温经散寒。适用于寒凝血瘀型胞衣不下。

### 人参鹌鹑蛋醋方

〔处方〕 人参 6 克，鹌鹑蛋 2 个，米醋 100 毫升。

〔用法〕 将人参加水煎取药汁，将汤汁与醋一起煮沸，冲入打开搅匀的鹌鹑蛋中，使呈蛋花，顿服。

〔功效〕 补气益血，行瘀。适用于气滞血滞型胞衣不下。

### 米醋鸡蛋黄方

〔处方〕 生鸡蛋黄 3 个，米醋 50 毫升。

〔用法〕 将鸡蛋黄打入醋中，调匀，顿服。

〔功效〕 补虚催产。适用于胞衣不下。

## 伏龙肝醋调方

〔处 方〕 伏龙肝、醋各适量。

〔用 法〕 将伏龙肝研为细末，加醋调成小团，塞入产妇脐孔，外用胶布固定。内服甘草汤。

〔功 效〕 益气行滞。适用于胞衣不下。

## 催衣膏方

〔处 方〕 附子 15 克，丹皮、干漆、大黄各 30 克，食醋 250 毫升。

〔用 法〕 将前 4 味研为细末，加醋煮成膏。取药膏少许，贴于关元穴。

〔功 效〕 温经，行气化瘀。适用于胎盘滞留。

## （十二）产后血晕

### 草莓醋方

〔处 方〕 白草莓、冰糖（或白糖）各 1000 克，食醋 900 毫升。

〔用 法〕 将白草莓洗净沥干，除去蒂及破损果粒，放入大口瓶中，加入醋和糖腌渍，每日搅拌 1 次，6 日后即可饮用，再经 6 日去草莓渣。经常代茶饮用。

〔功 效〕 祛风散寒，清热解毒。适用于产后血晕及低血压、贫血、便秘等。

### 良姜米醋鸡蛋方

〔处 方〕 良姜 15 克，鸡蛋 2 个，米醋 150 毫升。

〔用 法〕 将良姜研粉，鸡蛋打入调匀，于炒之将熟时

用米醋炙之。顿服。

〔功效〕 温养气血，生津醒神。适用于产后血晕。

### 血晕醋蛋方

〔处方〕 醋 1 小碗，鸡蛋 2 个，良姜 15 克。

〔用法〕 将良姜打烂，打入鸡蛋，搅匀，加醋煮熟服用。

〔功效〕 温养气血，生津醒神。适用于产后血晕。

### 烧秤锤醋方

〔处方〕 醋适量，秤锤 1 个。

〔用法〕 将秤锤用火烧红，用醋淬之，趁热气熏产妇鼻孔，可苏醒。

〔功效〕 醒神开窍，散血解毒。适用于产后血晕。

### 瓦石淬醋方

〔处方〕 醋 1 杯，瓦石数块。

〔用法〕 将醋倒入茶壶中，再将瓦石用火烧红放入醋壶中，将壶嘴放在产妇鼻下熏之，即醒。

〔功效〕 醒神开窍，散血解毒。适用于产后血晕。

### 韭菜热醋方

〔处方〕 韭菜 100 克，醋适量。

〔用法〕 将韭菜洗净切碎，放入壶中，再将醋加热后倒入壶中，盖严壶口，将壶嘴对着产妇鼻孔熏之。

〔功效〕 温中行气，散血解毒。适用于产后血晕。

## （十三）产后痢疾

### 醋艾白头翁方

〔处 方〕 米醋 600 毫升，艾叶（微炒）70 克，白头翁 20 克。

〔用 法〕 将后 2 味研为细末，先入药一半同醋熬成膏，再入另一半，做成丸如梧桐子大。每服 30 丸，空心食，用米汤送下。

〔功 效〕 温中止带，止痢。适用于产后带下及泄痢。

### 醋 蛋 方

〔处 方〕 醋 50 毫升，鲜鸡蛋 3 个。

〔用 法〕 将鸡蛋黄与醋调匀，1 次服完。

〔功 效〕 益气温中，止痢。适用于产后虚滑泄痢。

## （十四）产后调养

### 醋煮猪蹄方

〔处 方〕 甜醋 10 份，猪蹄 3 份，生姜 3 份，鸡蛋 2 份，红糖适量。

〔用 法〕 将生姜刮去外皮，切成 6 毫米~7 毫米厚的片，置于匾上晾至外表干。在铁锅内放入油盐，加入生姜用文火炒至五成干。另将鸡蛋连壳煮熟后去壳备用。猪蹄去净毛煮熟，切成块备用。将甜醋置于沙锅内煮沸，加入生姜片、鸡蛋，煮 15 分钟，加红糖至酸甜适口为度，然后浸渍 15~30 日。将醋煮沸，放入猪蹄块煮 15 分钟，再浸渍 5~6 日即可

食用。猪蹄不宜过早加入，否则醋会把肉皮溶化。

〔功效〕 补虚活血，祛风散寒。用于产后血虚诸症、素体虚弱、月经不调、动风抽搐。

## 七、儿科疾病

### （一）小儿高热

#### 萸矾面醋方

〔处方〕 吴茱萸 10 克，白矾 3 克，面粉 6 克，醋适量。

〔用法〕 将前 2 味研为细末，与面粉混匀，再用醋调成糊状，敷于患儿两足心涌泉穴。

〔功效〕 退热。适用于小儿高热不退而两足厥冷者。

### （二）小儿咳嗽

#### 胆矾醋方

〔处方〕 生胆矾 30 克，醋适量。

〔用法〕 将生胆矾研末，用醋调匀，贴于足心，每日换药 1 次。

〔功效〕 止咳。适用于小儿咳嗽。

#### 雄梔辛药醋敷方

〔处方〕 雄黄 10 克，细辛 6 克，梔子、没药各 12 克，醋适量。

〔用法〕 将前 4 味共研为细末，与醋调糊，敷于胸、背部。

〔功效〕 止咳。适用于小儿咳嗽。

### （三）小儿哮喘

#### 白矾面粉醋方

〔处方〕 生白矾 30 克，面粉适量，米醋 50 毫升。

〔用法〕 将生白矾研为细末，与米醋调成糊，取药糊敷于两足心涌泉穴，用布包过夜。

〔功效〕 平喘，消食化积。适用于小儿痰嗽喘息、小儿疳积。

#### 吴茱萸醋敷方

〔处方〕 吴茱萸 30 克，米醋适量。

〔用法〕 将吴茱萸研为细末，用醋调成糊状，每晚取药糊贴敷于两足心涌泉穴上，保持 12 小时，次日早晨洗去，每日换药 1 次，连用 4~5 日。

〔功效〕 温中散寒，燥湿疏肝，解毒散瘀，止呕平喘。适用于小儿支气管炎哮喘、小儿呕吐。

### （四）百日咳

#### 大蒜白糖醋方

〔处方〕 紫皮大蒜 3 瓣，白糖适量，醋 10 毫升。

〔用法〕 将大蒜切片，用白开水 200 毫升泡 15 分钟左右，将大蒜取出，加入白糖、醋。频饮，日服 1 剂。

〔功效〕 行气血，暖脾胃，解毒杀虫。适用于百日咳。

### 甘遂大戟芫花醋方

〔处方〕 甘遂、大戟、芫花各 30 克，面粉 60 克，醋适量。

〔用法〕 将前 3 味分别用醋炒至焦黄，共研为末，面粉炒黄，加水煮成糊，调入药末，制成丸如梧桐子大。1~2 岁每次服 1 丸，每增 2 岁加 1 丸，清晨 1 次服下，重症可口服 2 次。

〔功效〕 泻水逐痰，解毒。适用于百日咳。

## （五）小儿白喉

### 万年青醋露方

〔处方〕 万年青根状块茎 40 克，醋 100 毫升。

〔用法〕 将万年青根状块茎洗净切碎，加入食醋，浸泡 48 小时，去渣取汁。口服，第一日剂量按每千克体重 70 毫克计算，次日服首日剂量的 2/3，第三日起则服用首日剂量的 1/2，共服 5 日。

〔功效〕 清热解毒，强心利尿。适用于白喉、心肌炎。

### 野菊醋方

〔处方〕 野菊茎叶适量，醋 10 毫升。

〔用法〕 将 2 味一同捣烂，涂于喉部，每 1~2 小时涂 1 次。

〔功效〕 清热解毒，杀虫。适用于小儿白喉。

## 万年青百草霜醋方

〔处 方〕 万年青根 10 克，西草霜 2 克，冰片少许，醋 15 毫升。

〔用 法〕 将醋置粗瓷碗中，鲜万年青根在醋碗中磨碎，磨至药汁粘稠为度。将百草霜和冰片研细末，装瓶备用。用时先以压舌板暴露咽喉，用筷子缚上消毒纱布，蘸磨好的药汁将咽喉假膜拭擦至全部脱去并吐出，再用小竹筒将药末吹至咽喉，闭口 2 分钟，每 30~60 分钟用药 1 次，直至痊愈。

〔功 效〕 清热解毒。适用于白喉，配合其它治疗。

## （六）腮 腺 炎

### 陈醋大蒜糊方

〔处 方〕 陈醋、大蒜（去皮）各等量。

〔用 法〕 将醋与大蒜共捣成糊，敷于患处。每日敷 1~3 次，现捣现敷，直至炎症消退为止。

〔功 效〕 消积解毒。用于腮腺炎及一般痈肿。

### 黄柏石膏糊方

〔处 方〕 黄柏粉 7 份，生石膏粉 3 份，醋适量。

〔用 法〕 将前 2 味混匀。用时取适量药粉，以醋调成糊状，敷于患处，用纱布覆盖。每日 1 次，一般连用 2~3 日。

〔功 效〕 清热解毒。适用于流行性腮腺炎。

### 吴茱萸大黄酒糊方

〔处 方〕 吴茱萸 4.5 克，生大黄 3 克，制胆星 1.5 克，醋适量。

〔用法〕 将前3味共研为细末，用醋调匀，敷脚底涌泉穴。敷药前用酒精棉球擦净局部，敷药包扎24小时后取下，再换新药，连用3~4日。

〔功效〕 泻火解毒。适用于流行性腮腺炎。

### 马铃薯醋方

〔处方〕 马铃薯、醋各适量。

〔用法〕 将马铃薯加醋磨汁，外涂于患处，干后再涂，1日数次。

〔功效〕 补气健脾，消炎解毒。适用于流行性腮腺炎。

### 赤小豆粉醋方

〔处方〕 赤小豆粉、醋各适量。

〔用法〕 用醋调赤小豆粉，外涂敷患处。

〔功效〕 清热解暑，散瘀消肿。适用于流行性腮腺炎。

### 蒲公英醋方

〔处方〕 鲜蒲公英1把，醋20毫升。

〔用法〕 将鲜蒲公英整棵洗净，捣烂，加醋调匀，外敷患处，干后换药再敷。

〔功效〕 清热解暑，消肿散瘀。适用于流行性腮腺炎。

## （七）麻 疹

### 麻疹糊敷脐方

〔处方〕 黑丑、白丑各50克，白矾15克，面粉、米醋各适量。

〔用法〕 将黑丑、白丑和白矾分别研碎为细末，加入

面粉调拌均匀，再掺入米醋适量调成糊状。取药糊适量分别敷于肚脐和两足心处，用纱布包扎固定，每日换药1次，连敷2~5日，至疹出透彻。

〔功效〕 透疹解毒。适用于小儿麻疹，疹发不透、患儿发热气促。

## （八）小儿疳积

### 乳积复合方

〔处方〕 米醋500毫升，巴豆10粒，胡椒、丁香各20粒，青皮20枚。

〔用法〕 巴豆去皮，分作20片，青皮汤浸去白，每枚入巴豆1片，胡椒、丁香各1粒，用棉绒缠之。再用醋煮，醋干后取出巴豆，焙干研末，用烂饭制成丸如粟米大。每服2粒，米汤送下，可据小儿大小加减。

〔功效〕 温中健脾，理气消积。适用于小儿乳食不化，腹急气逆。

### 食积复合方

〔处方〕 米醋500毫升，阿魏、黄连（炒）各15克，花碱（即石碱，研如泥）9克，山楂肉35克，连翘45克，半夏（皂角水浸1宿）30克，神曲50克。

〔用法〕 将阿魏以醋浸1宿，研如泥；后6味研为细末，共捣成糊，制丸如萝卜子大。每次服20丸，空腹以米汤送服。

〔功效〕 消消化积，消食。治疗小儿食积、腹如蜘蛛状、腹痛、尿色白浊。

## 醋莱槟枳方

〔处 方〕 槟榔 12 克，枳实、莱菔子各 10 克，醋适量。

〔用 法〕 前 3 味共研为细末，用醋调匀，敷脐腹部。

〔功 效〕 理气消食，除胀，通便。适用于小儿疳积食滞引起的腹痛。

## 食积饼贴脐方

〔处 方〕 苍术 25 克，荞麦粉 60 克，米醋适量。

〔用 法〕 将苍术研为细末，过筛，与荞麦粉拌匀，掺入米醋适量，炒热，捏成圆形如 5 分硬币大的药饼。将药饼敷在患儿的脐窝上，盖以纱布，用胶布固定，2~3 日换药 1 次。

〔功 效〕 健脾开胃，消食。适用于小儿食积、消化不良。

## （九）小儿腹泻

### 陈醋三辛方

〔处 方〕 丁香 2 克，吴茱萸、胡椒各 30 克，陈醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味研末和匀，每次用药末 1.5 克，用陈醋调成糊状，敷于患儿脐部，外以纱布固定，每日换药 1 次。

〔功 效〕 温中止泻。适用于伤食、风寒和脾虚泄泻。

### 炮姜散醋敷方

〔处 方〕 炮姜 3 克，吴茱萸、炒艾叶、砂仁、肉豆蔻霜各 5 克，醋适量。

〔用法〕 先将前 5 味共研细末，用醋调成糊状，敷于患儿脐部，每日 1 次。

〔功效〕 温中，散寒，止泻。适用于小儿腹泻。

### 葱盐饼贴脐方

〔处方〕 葱白 2~3 根，食盐 1 小撮，食醋 3 汤匙

〔用法〕 将葱白切碎，与食盐、食醋混合一起，放入沙锅内炒热，取出捣烂如泥，捏成圆形药饼 1 个。将药饼烘热，贴在患儿脐孔，热敷 20~30 分钟，每晚 1 次。

〔功效〕 温中散寒，止泻。适用于小儿腹泻、排便次数多，每日排便十余次，甚至数十次，大便呈绿色、水样或蛋花样。

### 久泻涂脐方

〔处方〕 枯矾 25 克，面粉 10 克，米醋适量。

〔用法〕 将枯矾研为细末，加米醋和面粉，调如糊状。取药糊 10 克~15 克，涂布于患儿脐窝上，外加纱布覆盖，再用胶布固定。每日换药 1~2 次。

〔功效〕 燥湿止泻。适用于小儿久泻不止。

## （十）小儿虫症

### 米醋安蛔方

〔处方〕 米醋适量。

〔用法〕 米醋倒入杯中，顿服。3~6 岁每次服 10 毫升~20 毫升；7~9 岁每次服 20 毫升~40 毫升；10 岁以上每次服 30 毫升~60 毫升。

〔功效〕 安蛔止痛。适用于缓解蛔虫引起的剧烈腹痛。

### 马齿苋米醋方

〔处方〕 鲜马齿苋 100 克，食盐、米醋各少许。

〔用法〕 将鲜马齿苋洗净，切碎，入锅加水 400 毫升，煮沸 20 分钟，去渣取汁，加入米醋和盐，调匀。每日早晨空腹 1 次服下，连用 7 日为 1 个疗程。

〔功效〕 清热利湿，凉血解毒，驱虫。适用于小儿钩虫病。

### 花椒醋方

〔处方〕 花椒 10 粒，醋 50 毫升。

〔用法〕 将 2 味同煮沸，放凉后去渣取汁，顿服。

〔功效〕 安蛔驱虫。适用于胆道蛔虫引起的腹痛。

### 驱寸白虫方

〔处方〕 食醋 100 毫升，白茺萸 55 克，白藜 18 克，狼牙草 37 克。

〔用法〕 将后 3 味研为细末，每服 2 克，空腹用食醋 100 毫升送下。

〔功效〕 驱虫。适用于小儿寸白虫。

### 蛲虫涂醋方

〔处方〕 食醋适量。

〔用法〕 将食醋加温开水两倍，每晚睡前外擦肛门周围。连用数周，并烫洗衣服。

〔功效〕 驱蛲虫。适用于小儿蛲虫症。

## （十一）小儿口疮

### 口疮糊敷脐方

〔处 方〕 细辛 30 克，米醋适量。

〔用 法〕 将细辛研为细末，加米醋调成糊状，涂敷于患儿的脐窝，以胶布固定。每日换药 1 次，至病愈为止。

〔功 效〕 通阳祛风，止痛。适用于小儿口颊、舌边、上腭发生白色溃烂小疮，红肿疼痛。

### 口疮膏敷脐方

〔处 方〕 大黄、硝石、白矾各等量，米醋、面粉各少量。

〔用 法〕 将前 3 味共研为细末，加入米醋、面粉，调成膏。取药膏 3 小团，分别敷于患儿脐孔中央和足心（涌泉穴）处，盖以纱布扎牢，加胶布固定，每日 1 次。敷 3~4 次可见效。

〔功 效〕 泻火解毒。适用于小儿口疮、口糜烂。

### 吴茱萸醋敷方

〔处 方〕 吴茱萸 25 克，醋适量。

〔用 法〕 将吴茱萸研为细末，用醋调成糊，敷于患儿的足心，夜敷晨取。

〔功 效〕 理气开郁。适用于小儿口疮、口糜烂经久不愈。

### 黄柏米醋方

〔处 方〕 黄柏 20 克，醋适量。

〔用法〕 将黄柏浸入米醋中 7 日。取汁涂于患处，每日数次，连涂 4~5 日。

〔功效〕 清热燥湿，泻火解毒，退虚热。适用于脾虚湿热型鹅口疮。

## （十二）小儿流涎

### 石燕子红曲醋方

〔处方〕 石燕子 1 对，红曲 25 克，陈醋 50 毫升。

〔用法〕 将石燕子反复烧红用陈醋淬，再与红曲共研细末。1~2 岁小儿每次服 0.5 克~1 克；3~4 岁小儿每次服 1.5 克；5~7 岁儿童每次服 2 克~2.5 克。日服 2 次。

〔功效〕 健脾止涎。适用于小儿流涎。

### 天南星醋方

〔处方〕 天南星 30 克，醋适量。

〔用法〕 将天南星研为细末，与醋调成糊，敷于涌泉穴（男左女右），用胶布固定，12 小时后除去。

〔功效〕 祛风定惊，化痰散结。适用于小儿流涎和呕吐。

### 肉桂醋饼方

〔处方〕 肉桂 10 克，醋适量。

〔用法〕 将肉桂研为细末，与醋调成糊饼状。在小儿睡前将药饼贴在两足心处，用纱布固定，次晨取下，连敷 3~5 日。

〔功效〕 温中补阳，散寒止痛。适用于小儿流涎。

### (十三) 小儿惊风

#### 胡椒木鳖子醋丸方

〔处 方〕 胡椒、木鳖子仁各等份，黑豆、醋各适量。

〔用 法〕 将前 3 味研为细末，加醋调糊为丸如绿豆大。  
每服 10 丸。

〔功 效〕 定惊。适用于小儿惊风，眼珠内钩。

#### 连萸附子醋敷方

〔处 方〕 黄连 6 克，吴茱萸 10 克，附子 3 克，陈醋  
适量。

〔用 法〕 将前 3 味研为细末，用陈醋调成糊状，贴两  
足心。

〔功 效〕 调阴阳，定惊风。适用于小儿高热、四肢抽  
搐。

#### 代赭醋方

〔处 方〕 代赭石 12 克，醋适量。

〔用 法〕 将代赭石研极细末，用醋调匀，敷于涌泉穴。

〔功 效〕 平肝降逆，凉血止血。适用于小儿抽搐。

#### 镇惊膏贴脐方

〔处 方〕 活蚯蚓 1 条，生吴茱萸 7 克，白芥子 3 克，  
米醋适量。

〔用 法〕 将吴茱萸、白芥子混合研为细末，与蚯蚓共  
捣烂，再加米醋调成膏状。取药膏贴于患儿脐中及足心（涌  
泉穴）上，外盖纱布，用胶布固定，每日换药 1~2 次。

〔功效〕 熄风化痰，镇惊。适用于小儿惊厥、四肢抽搐、牙关紧闭、高热神昏。

## （十四）小儿脱肛

### 木鳖子丸方

〔处方〕 木鳖子、枳壳（麸炒去瓢）、五灵脂（微炒）各 15 克，沉香 6 克，面粉、醋各适量。

〔用法〕 先将沉香、枳壳、五灵脂一同研为细末，再将木鳖子去壳，加入上药，一同研细，再用醋煮面糊为丸，如黍米大。3 岁小儿每次服 30 丸，醋调清茶送下，饭前服用。

〔功效〕 散结消肿，解毒生肌。适用于小儿痢疾、肠滑脱肛。

### 举肛糊涂脐方

〔处方〕 鳖头 1 个（焙干），五倍子、升麻各 5 克，枳壳 10 克，米醋适量。

〔用法〕 将前 4 味混合研为细末，以米醋调拌成糊状。将药糊涂满患儿脐孔，外盖纱布，用胶布固定。2 日换药 1 次，10 次为 1 个疗程。

〔功效〕 益气举肛。适用于小儿脱肛。

## （十五）小儿疝气

### 黑胡椒醋方

〔处方〕 黑胡椒 7 粒，面粉、醋各适量。

〔用法〕 将黑胡椒捣烂，加醋和面粉调成糊状，置于

无菌纱布上，贴于会阴部，用胶布固定，隔日换药 1 次，连用 2~3 次。

〔功效〕 温中下气，散瘀解毒。适用于小儿疝气。

### 五核吴茱萸醋方

〔处方〕 小茴香、川楝子、橘核、荔枝核、黄皮核、吴茱萸各等量，面粉、米醋各适量。

〔用法〕 将前 6 味共研细末，再与面粉和米醋调匀成膏状。贴敷于患儿脐孔，外用胶布固定，每日换药 1 次，贴至病愈为止。

〔功效〕 温中散寒，理气止痛。适用于小儿疝气。

### 疝气鞞丸偏坠方

〔处方〕 黄皮果树寄生叶、打额泡（灯笼草）、荔枝核各 10 克，米醋适量。

〔用法〕 将前 3 味烘干研为细末，以米醋调成药团，塞入患儿脐孔，用胶布固定。每日换药 1 次，敷至病愈为止。

〔功效〕 疏肝理气，止痛。适用于小儿疝气鞞丸偏坠。

## 八、五官科疾病

### （一）麦粒肿

#### 生地醋方

〔处方〕 鲜生地 20 克，醋适量。

〔用法〕 将鲜生地捣烂取汁，与等量醋调匀，搽涂患处，每日3~4次。

〔功效〕 凉血，解毒，止痛。适用于麦粒肿，对红肿较重，并有明显睑肿者特别有效。

### 蛇蜕浸醋方

〔处方〕 蛇蜕、醋各适量。

〔用法〕 将蛇蜕浸入醋中，随即捞出，贴于外眼睑患部，1日2~3次。

〔功效〕 清热解毒，消肿止痛。适用于麦粒肿。

### 玉枢丹醋方

〔处方〕 玉枢丹10克，醋适量。

〔用法〕 将玉枢丹研为细末，与醋调匀，涂于患处。

〔功效〕 清热解毒，散瘀止痛。适用于麦粒肿。

## （二）视物昏花

### 苍术椒目丸

〔处方〕 椒目（炒）、苍术（炒）各30克，米醋适量。

〔用法〕 将前2味共研细末，加醋调糊为丸如梧桐子大。每次服20丸，醋汤送下。

〔功效〕 温阳化饮。适用于眼生黑花、视物不清、年久不治。

### 珍珠地榆点眼方

〔处方〕 珍珠30克，地榆60克，醋适量。

〔用法〕 将珍珠、地榆放入醋中浸5日，取出以热水

淘去醋气，研为细末。每次少许点眼，至愈为止。

〔功效〕 明目除翳。适用于目生顽翳，视物不清。

### （三）昆虫入耳

#### 胡椒粉米醋方

〔处方〕 胡椒粉 10 克，米醋 100 毫升。

〔用法〕 将 2 味调匀，取药液滴入耳内，虫即出。

〔功效〕 驱虫。适用于昆虫入耳。

### （四）鼻 疮

#### 米醋蛋清方

〔处方〕 鸡蛋 1 个，米醋适量。

〔用法〕 将鸡蛋打碎，去黄留蛋清在壳内，注入米醋，放在铁丝架上，置火上烤至微沸取下，再置火上烤至微沸取下，如此 3 次，趁热服。

〔功效〕 散瘀消肿，润燥生津。适用于肺经郁热引起的咽痛、鼻疮、干呕、头痛。

### （五）鼻 出 血

#### 盐水醋方

〔处方〕 精盐 5 克，醋 100 毫升～150 毫升。

〔用法〕 将精盐用凉开水 300 毫升溶化，先饮凉盐开水，间隔 2～3 分钟再饮醋。早、晚各服 1 次，连服 3 日。

〔功效〕 止血。适用于鼻出血。

注：凡有胃肠疾患者会有轻度上腹部不适或恶心感，胃酸过多者不宜服用。

### 醋棉塞鼻方

〔处 方〕 药棉、醋各适量。

〔用 法〕 用药棉蘸醋，塞入出血的鼻孔内。

〔功 效〕 止血。适用于鼻出血。

### （六）咽喉肿痛

#### 绿矾醋散方

〔处 方〕 绿矾 500 克，良姜末少许，醋 1500 毫升。

〔用 法〕 将绿矾放入醋中，晒干，取出研为细末。用时取少许药末吹喉部，待痰涎流出后，以良姜末少许，放入茶水内漱口，然后咽下。

〔功 效〕 解毒消肿。适用于腭扁桃体炎、咽喉肿痛。

#### 牛膝根醋方

〔处 方〕 新鲜牛膝根 1 把，陈醋适量。

〔用 法〕 将新鲜牛膝根洗净，捣烂取汁，与陈醋调匀饮服。

〔功 效〕 降火解毒，消肿止痛。适用于急性腭扁桃体炎、咽喉肿痛。

#### 山豆根磨醋方

〔处 方〕 山豆根、醋各适量。

〔用 法〕 用山豆根磨醋取汁，噙口中，病重不能言语者，不断地用鸡毛扫药汁入喉，引出涎水即可言语。

〔功效〕 清热，利咽，解毒。适用于化脓性腭扁桃体炎、咽喉肿痛、失声。

### 稻草醋调方

〔处方〕 稻草 1 把，醋适量。

〔用法〕 将稻草烧成黑灰，研细用醋调，吹入鼻中或灌入喉中，吐出痰涎即愈。

〔功效〕 解毒利咽。适用于喉炎、咽炎、咽喉肿痛、失声。

### 咽痛灵方

〔处方〕 倒钩刺根、醋各适量。

〔用法〕 将倒钩刺根洗净，入少量好米醋同研，取汁滴喉中。

〔功效〕 利咽解毒。适用于咽喉炎、腭扁桃体炎。

### 万年青叶醋方

〔处方〕 鲜万年青叶 3~5 片，醋 50 毫升。

〔用法〕 将鲜万年青叶捣汁，加醋混匀，入口频频含咽。

〔功效〕 清热解毒，化痰止血。适用于咽喉肿痛。

### 银花桔梗醋蛋方

〔处方〕 金银花 5 克，桔梗 2 克，生鸡蛋 1 个，米醋 15 毫升。

〔用法〕 将醋加入 30 毫升水中，放入小瓷杯中加热至沸，再加入前 2 味药，煎 3~4 分钟，滤去药渣；将鸡蛋打破，倒出蛋清与药醋汁搅匀，放在火上熬成膏状。每次取药

膏 1 块放入口中含化，慢慢咽下，每隔 20 分钟左右含 1 次。

〔功效〕 清热解毒，润喉。适用于慢性咽炎。

### 半夏醋蛋方

〔处方〕 半夏 14 枚，鸡蛋 1 个，醋适量。

〔用法〕 将半夏洗净，切如枣核大，鸡蛋去蛋黄，将醋加半夏纳入鸡蛋壳内，放火上烧 3 沸，去渣。少量含咽之。

〔功效〕 清热解毒。适用于急性咽炎、咽中生疮属痰热伤咽者。

### 薤白醋敷方

〔处方〕 薤白 50 克~100 克，米醋 60 毫升。

〔用法〕 将薤白洗净切碎，放入钵中捣烂，加入经加温过的米醋，调匀成糊状，敷于患处，冷即更换。

〔功效〕 理气宽胸，清热解毒。适用于咽喉肿痛。

### 酸浆草醋敷方

〔处方〕 酸浆草、米醋各适量。

〔用法〕 将酸浆草研末，用醋调糊，敷于喉外。

〔功效〕 清热解毒，消肿止痛。适用于咽喉肿痛。

## （七）鱼骨鲠喉

### 鱼骨卡喉醋方

〔处方〕 醋 120 毫升。

〔用法〕 将醋缓缓咽下，再将馒头大口嚼咽下；或将醋含于口中，慢慢咽下。

〔功效〕 化骨润喉。适用于鱼骨卡喉及粘糕梗喉。

## 威灵仙醋方

〔处 方〕 威灵仙 30 克，醋 250 毫升。

〔用 法〕 用醋 150 毫升加水 300 毫升煎煮威灵仙，煎煮液减半后再加入余醋。取煎液慢慢咽下。

〔功 效〕 化骨润喉。适用于鱼骨鲠喉。

## （八）口 臭

### 除口臭醋方

〔处 方〕 醋适量。

〔用 法〕 将适量的醋倒入茶杯，徐徐含咽。

〔功 效〕 除口臭。适用于口臭，尤其是大蒜引起的口臭，牙周炎亦可用。

### 漱 口 方

〔处 方〕 密陀僧末 3 克，醋适量。

〔用 法〕 将密陀僧末调入醋中，每日漱口。

〔功 效〕 除口臭。适用于口臭及牙周炎。

## （九）牙 痛

### 木鳖醋磨方

〔处 方〕 木鳖子 1 个，醋适量。

〔用 法〕 将木鳖子去壳取仁磨醋，取汁涂擦患处。

〔功 效〕 消肿止痛。适用于风牙肿痛。

### 花椒醋漱方

〔处 方〕 花椒 15 克，醋 60 毫升。

〔用法〕 将2味共煎10分钟，去渣取汁，待温含漱。

〔功效〕 活血止痛。适用于牙痛。

### 皂角醋方

〔处方〕 皂角子、醋各适量。

〔用法〕 将皂角子研为细末，分2份，用棉花裹药末如弹子大，用醋煮热，交替熨患处，每日熨3~5次。

〔功效〕 杀虫止痛。适用于风火牙痛。

### 蕹菜根醋方

〔处方〕 蕹菜根200克，醋、水各250毫升。

〔用法〕 将蕹菜根用醋、水煎汤，取汁。待煎液凉后频频含漱，可用多次。

〔功效〕 清热，止痛。用于龋齿牙痛。

### 荷叶蒂醋膏方

〔处方〕 荷叶蒂7个，浓醋1碗。

〔用法〕 用浓醋煎煮荷叶蒂，煎至半碗，去渣。再熬成膏，用膏时时搽牙。

〔功效〕 消肿止痛。适用于牙痛。

### 枸杞根白皮醋方

〔处方〕 枸杞根白皮30克，醋60毫升。

〔用法〕 将上2味煮至减半，去渣取汁，含漱。

〔功效〕 清热凉血，止痛。适用于龋齿疼痛。

## (十) 牙龈出血

### 玉竹旱莲草醋方

〔处 方〕 玉竹 15 克，旱莲草 9 克，食醋适量。

〔用 法〕 将玉竹、旱莲草加水煎汤，去渣取汁，加入食醋调匀。日服 1 剂，连服数日。

〔功 效〕 滋阴清胃。适用于虚火型牙龈出血。

### 天胡荽醋方

〔处 方〕 鲜天胡荽 60 克，醋适量。

〔用 法〕 将天胡荽用冷开水洗净，捣烂醋浸。将醋液含在口中，5 分钟后吐出，日含 3~4 次。

〔功 效〕 清热利尿，消肿解毒。适用于牙龈出血。

### 磨盘草醋方

〔处 方〕 鲜磨盘草根、醋各适量。

〔用 法〕 将鲜磨盘草根洗净，切细，浸入醋内 1 小时，布包含在嘴里。

〔功 效〕 解毒祛风，散瘀止血。适用于牙龈出血。

### 青松果醋方

〔处 方〕 青松果 7 个，好醋 200 毫升。

〔用 法〕 用醋煎青松果数滚。待煎液凉后漱口，每次漱约 10 分钟，连漱 3~5 次。

〔功 效〕 清热凉血，止血。适用于牙龈出血。

## (十一) 口腔溃疡

### 吴茱萸醋敷方

〔处 方〕 吴茱萸 30 克，米醋适量。

〔用 法〕 将吴茱萸研为细末，用醋调成糊状。每晚取药糊敷于两足涌泉穴，保持 12 小时，次日早晨洗去，每日换药 1 次，连用 4~5 日。

〔功 效〕 温中散寒，燥湿疏肝，解毒散瘀，止呕平喘。适用于复发性口腔炎、高血压、小儿支气管炎哮喘、小儿呕吐。

### 吴茱萸连栀醋方

〔处 方〕 吴茱萸 6 克，黄连、栀子各 10 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味研末，分 2 次用醋调成糊状，做成饼，贴在两足心，每剂用 2 次，每次贴药 6 小时。

〔功 效〕 解毒散瘀。适用于口疮。

### 地龙吴茱萸醋方

〔处 方〕 干地龙 10 条，吴茱萸 1.8 克，面粉少许，醋适量。

〔用 法〕 将干地龙、吴茱萸共研为细末，与面粉和醋调成糊状。将药糊敷于两足心，用布包扎，每日 1~2 次。

〔功 效〕 清热解毒，散瘀止痛。适用于阴虚火旺之口疮。

## 九、癌 症

### (一) 唇 癌

#### 蟾酥饼方

〔处 方〕 蟾酥、乳香、没药、雄黄、巴豆霜、樟脑、朱砂、轻粉、麝香、陈醋各适量。

〔用 法〕 将前 9 味药研为细末，用陈醋调成糊状，敷于唇癌处。

〔功 效〕 解毒开窍，止痛消肿。适用于唇癌。

### (二) 肺 癌

#### 抗癌糖醋方

〔处 方〕 大蒜适量，红糖 250 克，醋 500 毫升。

〔用 法〕 将醋与红糖混匀，煮沸冷却后放入大口瓶内，把洗净晾干的大蒜瓣放入糖醋液中，10 日后即可取食。日服 2~3 次。

〔功 效〕 抗癌。适用于肺癌等呼吸系统癌及泌尿系统癌。

### (三) 肝 癌

#### 胡萝卜洋葱醋方

〔处 方〕 胡萝卜、洋葱、猪油、醋各适量。

〔用法〕 将胡萝卜、洋葱洗净切成条，用猪油煎炒至7成熟，加醋及其它调料。每日佐餐食用。

〔功效〕 防癌抗癌。适用于肝癌等癌症的早期和恢复期，作为辅助食疗，并可防癌复发。

### 火硝止痛醋方

〔处方〕 火硝、白矾各9克，黄丹、麝香各3克，胡椒18克，醋适量。

〔用法〕 将前5味共研为细末，用醋调匀成糊状。外敷于两足涌泉穴。

〔功效〕 止痛。适用于肝癌及各种癌疼痛。

## （四）食管癌

### 疗癌醋蒜方

〔处方〕 大蒜头100克，醋200毫升。

〔用法〕 大蒜放入醋中煮熟，食蒜饮醋，每日1次。

〔功效〕 散瘀，解毒，抗癌。适用于食道癌。

### 威灵仙蜜醋方

〔处方〕 威灵仙100克，蜂蜜30克，醋30毫升。

〔用法〕 将3味共煎5分钟，去渣取汁。顿服，若吐出宿痰效佳。

〔功效〕 抗癌。适用于食管癌。

### 紫硃砂醋散方

〔处方〕 紫硃砂30克，醋适量。

〔用法〕 将紫硃砂研细末，加水1500毫升，煎煮过

滤取汁，加入等量的食醋，再煮至干，成灰黄色结晶粉末，备用。每次服 1.5 克，1 日服 3 次。

〔功效〕 利咽宽中，化癌。适用于食管癌吞咽困难。

## （五）胃 癌

### 矿泉水蜜醋方

〔处 方〕 矿泉水 50 毫升，蜂蜜 20 克，醋 30 毫升～40 毫升。

〔用 法〕 将 3 味按比例配制成饮料，每日饮用。

〔功 效〕 抗癌。适用于胃癌。

### 黄豆芽醋方

〔处 方〕 黄豆芽 50 克，醋适量。

〔用 法〕 将黄豆芽洗净，用醋焗至熟。佐餐食用。

〔功 效〕 解毒散瘀。适用于胃癌患者化疗期间有反应。

## （六）肠 癌

### 大蒜浸醋方

〔处 方〕 大蒜、米醋各适量。

〔用 法〕 将大蒜头去皮，放入米醋中，浸泡 15 日以上。日服 1 次，每次吃大蒜 2～3 瓣。健康人长期食用，有防肠癌作用。

〔功 效〕 散瘀，解毒，抗癌。适用于晚期肠癌有包块，伴有腹痛、腹泻、粘液血便。

## 马钱子醋敷方

- 〔处 方〕 马钱子、醋各适量。
- 〔用 法〕 将马钱子研细末，用醋调匀，敷于患处。
- 〔功 效〕 抗癌。适用于肛门癌。

## (七) 乳 腺 癌

### 乳痛丸方

〔处 方〕 蒲公英、全蝎各 60 克，大蜈蚣 1 条，血余 15 克，雄黄 20 克，白屈菜 90 克，醋适量。

〔用 法〕 将前 6 味研为细末，醋泛为丸，如梧桐子大。每服 10 克，以黄酒送下。

〔功 效〕 活血散瘀，解毒止痛。适用于乳腺癌。

### 蛤蟆膏方

〔处 方〕 癞蛤蟆 1 只，花椒 200 克，醋 1000 毫升。

〔用 法〕 将 3 味共熬成膏，取膏敷于患处，中间留出乳头。

〔功 效〕 止痛消肿，解毒开窍。适用于乳腺癌。

### 乳癌敷脐方

〔处 方〕 山慈姑、蚤休（七叶一枝花）各 15 克，蟾酥 5 克，陈米醋适量。

〔用 法〕 将前 3 味混合，研为细末，用米醋调成膏。取膏分别敷于患者脐孔和乳部，贴药后以胶布固定，每日 1 次。

〔功 效〕 清热解毒，消肿散瘀。适用于乳腺癌。

## (八) 子宫颈癌

### 莪术三棱醋方

〔处 方〕 醋制莪术、醋制三棱各 15 克。

〔用 法〕 将 2 味加水 300 毫升，煎成 200 毫升，去渣取汁。每日服 1 剂，早饭前、晚饭后各服 100 毫升。

〔功 效〕 抗癌。适用于子宫颈癌。

### 乌头醋方

〔处 方〕 乌头 30 克，醋适量。

〔用 法〕 将乌头研为细末，用醋调成糊状，敷于两足涌泉穴。

〔功 效〕 温经止痛。适用于子宫颈癌腹痛者。

## (九) 膀 胱 癌

### 地榆炭抗癌方

〔处 方〕 地榆炭 100 克，醋 500 毫升。

〔用 法〕 将地榆炭放入锅中，加入食醋，共煎至 30 毫升，去渣取汁。每日服 1 剂，分次服用。经过滤及高压消毒灭菌后，亦可进行膀胱灌注，每次 20 毫升～30 毫升。

〔功 效〕 凉血止血，解毒抗癌。适用于膀胱癌。

## (十) 白 血 病

### 鳗鱼酒醋方

〔处 方〕 鳗鱼 500 克，黄酒 500 毫升，食醋适量。

〔用法〕 将鳗鱼剖腹去内脏，洗净置锅中，加入黄酒和醋，用文火炖至熟烂，加盐少许，每日食用。

〔功效〕 补虚损，活血止血。适用于白血病便血兼消瘦、低热等。

## 十、美容

### （一）皮肤粗糙

#### 蜂蜜醋方

〔处方〕 蜂蜜 20 克，醋 20 毫升。

〔用法〕 将上 2 味加温开水冲服。日服 2~3 次，久服效佳。

〔功效〕 养颜嫩肤。适用于皮肤粗糙、黝黑。

#### 洗面醋方

〔处方〕 米醋适量。

〔用法〕 先用香皂洗脸，再用加醋的温水洗脸，然后用清水洗干净。常洗有效。洗脸时要紧闭双眼，以免伤害眼睛。

〔功效〕 养颜嫩肤。适用于皮肤粗糙、黝黑。

#### 甘油醋方

〔处方〕 甘油 1 份，米醋 5 份。

〔用法〕 先将以上 2 味混合，涂擦皮肤。每日 2~3 次，

久涂有效。

〔功效〕 养颜嫩肤。适用于皮肤粗糙、黝黑。

### 涂面醋方

〔处方〕 米醋适量。

〔用法〕 用棉球蘸醋涂抹面部皮肤，每日2~3次，可连用2~6个月。

〔功效〕 养颜除皱。适用于老年斑、面部皱纹，皮肤粗糙。

## (二) 面部黑斑

### 薏苡仁浸醋方

〔处方〕 薏苡仁300克，醋400毫升。

〔用法〕 先将薏苡仁浸于米醋中，密封10日后即成。每日服醋液15毫升。

〔功效〕 祛斑增白。适用于面部皮肤色素沉着。

### 五菜醋方

〔处方〕 胡萝卜、白菜、卷心菜、南瓜、黄瓜各等量，醋适量。

〔用法〕 先将以上5种新鲜蔬菜洗净，放在盆内加少许盐压实，6小时后加醋凉拌。经常食用。

〔功效〕 祛斑增白。适用于面部皮肤色素沉着。

### 消斑醋蛋饮方

〔处方〕 鸡蛋1个，优质醋500毫升。

〔用法〕 先将鸡蛋洗净，浸入醋中，24小时后硬壳开

始溶解在醋液中，经过 30 日后蛋壳全部消失，只剩下薄皮浮在溶液中。每日取醋蛋液 10 毫升，加凉开水 1 杯，混匀服用。

〔功效〕 润肤祛斑，减肥。适用于面部黑斑。

### 陈醋蛋清膜方

〔处方〕 鸡蛋 1 个，陈醋适量。

〔用法〕 先将鸡蛋浸于陈醋中 72 小时，待蛋壳变软后取出鸡蛋，取蛋清备用。每晚睡觉前用软毛刷将蛋清均匀涂于面部，次日早晨用温水洗净。

〔功效〕 润肤增白，除皱。适用于面部黑斑、消除粉刺。

### 白术浸醋方

〔处方〕 白术、米醋各适量。

〔用法〕 用米醋浸白术 7 日后，滤取药醋汁，备用。每日取药醋汁擦面部斑点处，日久可退斑点。

〔功效〕 消斑洁面。适用于面部雀斑、黑斑。

## （三）粉 刺

### 皂角刺醋方

〔处方〕 嫩皂角刺 30 克，米醋 100 毫升。

〔用法〕 先将嫩皂角刺与米醋同煎，去渣取浓汁，白天涂擦患部。

〔功效〕 清热解毒，杀虫。适用于消除脓疱型粉刺、疱疹。

## 白芷芦荟醋方

〔处 方〕 白芷 10 克，芦荟 10 克，白凡士林 100 克，醋 10 毫升。

〔用 法〕 先将白芷水煎 2 次，浓缩取汁 10 毫升，加醋和白凡士林，再将芦荟研成细粉，加入拌匀即可。用时先用温水洗净患处，再涂药，一般 1~2 周即愈。

〔功 效〕 清热解毒。适用于消除粉刺。

## （四）护 发

### 洗发醋方

〔处 方〕 米醋 200 毫升。

〔用 法〕 将醋倒入盆内加水 300 毫升，加温后洗头。隔日 1 次。

〔功 效〕 美发，护发。可防止头发脱落、头皮发痒，而且能使头发柔软有光泽。

### 擦 醋 方

〔处 方〕 醋适量。

〔用 法〕 于每晚睡前，用醋揉擦头发根处。

〔功 效〕 止痒，除头屑。用于头屑过多。

### 洗发醋蛋液方

〔处 方〕 洗发液、鸡蛋清各适量，食醋少许。

〔用 法〕 在洗发液中加入少量的鸡蛋清，混匀后蘸取轻轻地按摩头发，用水洗净头发；再用蛋黄调入少量食醋，慢慢地按摩头发，用毛巾包 1 小时后用水冲洗干净。每周或隔

周 1 次。

〔功效〕 美发，护发。适用于干性头发和发质较硬者美发。

## 附 录：醋在生活中的妙用

1. 在烧鱼时放点醋，不仅可以去腥，增鲜，还可以使鱼刺软化释放出钙，利于人体对钙的吸收。
2. 烹制牛、羊肉时加点醋，能使肉烂得快，还能减少腥味。
3. 在炖排骨时，加醋能使排骨中的钙更容易游离出来，使人吃排骨时更好地吸收钙质。
4. 烤鱼、烤肉时，在烤网上涂些醋利于预防烤焦。
5. 炒菜时加点醋，可减少维生素 C 的破坏，使菜肴脆嫩爽口。
6. 炒豆芽菜时加点醋，能使豆芽菜鲜脆可口。
7. 茄子下热油锅前加些醋，能使炒出的茄子保持原色。
8. 烹调咖喱类食物时，在熄火前加少许醋，可产生独特的美味。
9. 煮海带时放几滴醋，可加快海带软化，吃起来鲜嫩味美。
10. 煮土豆时在水里加几滴醋，可使其不变黑且松软适口。
11. 煮好的芋头放久发粘后，以含有少量醋的热水煮 10

分钟，粘性即会消失。

12. 在煮甜粥时加点醋，能使粥更甜。

13. 在煮沸的豆浆中加点醋，豆浆更加美味可口。

14. 在过咸的食物中加点醋，可减低咸味。

15. 油腻的食物蘸醋吃，可减少口腻感。

16. 吃松花蛋时加点醋，能消除蛋中涩味，又能杀菌解毒、助消化。

17. 吃包子、饺子等面食时，蘸点醋，味甘开胃，可促进食欲，并能助消化。

18. 醋拌凉菜，既能调味助消化，又能预防肠道传染病。

19. 不爱吃辣味的人，遇到辣口菜肴时，放点醋就能使辣味减轻。

20. 喝点醋可解除饮酒过量而产生的不适。

21. 晕车、船者出发前先饮 1 小杯醋（温开水冲服），能消除或减轻晕车、船症状。

22. 生肉用浸过醋的湿布包起来，一昼夜内可保持新鲜。

23. 将蔬菜泡在醋里做成酸菜，既易保存，又美味可口。

24. 腌渍青菜后发现苦涩时，滴些醋苦味即可消除。

25. 黄瓜若有涩味，将其浸于醋水中片刻即可去除涩味。

26. 芥末中放少许醋，可延长存放时间。

27. 以含有少量醋的热水煮花菜，可使其变得洁白晶莹。

28. 鸡、鸭杀前往它嘴里灌点醋，褪毛既快又干净。处理细鳞鱼类时，在剖杀前 2 小时往养鱼水中加几汤匙醋，很容易去鳞。

29. 洗猪肚、猪肠时加点醋，容易洗净，而且可消除膻

臭味。

30. 宰鱼之后，用醋擦手，能消除腥味。

31. 手上沾有洋葱味时，以醋洗涤即可除去。

32. 厨房出现异味时，在锅里放些食醋并加热，随着食醋的蒸发，异味就会逐渐消失。

33. 将热醋灌入热水瓶内数小时，倒出用清水洗几次，即可清除热水瓶中的水垢。

34. 用醋擦洗铜、银等金属器具上的污垢，可使其光亮如新。把有黑斑的铝制品泡在醋水混合液中，10分钟后取出清洗，便会光洁如新。

35. 用拖把拖厨房地面时，在拖把上倒一些醋，有助于去掉地面上的油垢。

36. 木器具在未油漆之前，先用醋擦拭，漆后光泽鲜艳。

37. 玻璃沾染油漆污点后，涂些醋就容易擦干净。

38. 钢笔头内渣滓，可用醋来代替水洗。将笔尖浸在醋内，吸足再喷出，来回数次，然后用清水再吸喷数次，即可洗净。

39. 洗餐巾时加适量的醋和碱，可使餐巾洁白如新。

40. 洗衣服上的果汁斑迹时，先在斑迹处加几滴醋轻揉几次，再用清水冲洗，即可洗净。

41. 深色毛料衣服的经常摩擦部位发亮时，涂上醋水（醋、水等份），干后再涂1次，然后上面覆一块干布进行熨烫，即可除去发亮现象。

42. 用醋水冲洗丝棉织物，可增加光泽。

43. 要使丝袜耐用，将袜子洗净后放入含少量醋的温水

里，浸泡片刻再捞起晾干。经过醋洗过的尼龙丝袜纤维会变得坚韧些，而且能除去袜子的臭味。

44. 饭馆就餐时可用醋擦拭碗筷，再食点醋，可增进食欲，预防肠道传染病。

45. 写字用的墨块用到很短时，把它浸泡于醋中，加热后可成浓墨汁，用于写字又黑又亮，不退色。

46. 要揩清眼镜玻璃不留擦痕，可在镜片上先滴一滴醋。

47. 在工作或运动后，如感到疲乏，可在洗澡水中放些醋，洗浴后会觉得身体舒适，有利于解除疲劳。