

連醫生都拍案叫好的秘方

《知道偏方 70，從此不用去醫院》

1、排石秘方



南瓜曼泡水喝治結石秘方，是我家祖傳秘方，可排腎結石、膀胱結石、膽結石，一般服藥後 3 至 4 日即開始排石，將結石化為粉末狀排出，也有化為顆粒狀從尿道排出，做多不超過 7 日會全部排出，被治癒的病人經醫院 CT 檢查，醫生們都拍案叫絕。

吊南瓜曼一次量 100--150 克（幹品），洗淨切碎，放入暖水瓶中，用開水浸泡。一天浸一熱水瓶，隨喝隨添水，平時當水喝，儘量多喝，每天可飲兩水瓶，喝到第四、第五天開始排石，第六天小便伴有粘稠狀尿液排出，這證明結石已經排完，經醫生檢查後確定。

服藥期間，嚴格禁忌油辣膩之物，不吸煙不喝酒，否則無效。

引自：浙江桐廬縣橫村易友文話中心洪權提供《尋找中國隱世醫術》

2、僅僅五元錢，治癒灰指甲！

經常看到、聽到一些人患了灰指甲沒有辦法醫治，電視裏也經常會有各種各樣的廣告：“得了灰指甲，一個傳染倆……”。前幾天，偶爾又看到下街似乎開了家專治灰指甲的小診所，療效怎麼樣不知道，估計痛苦是免不了。這兒告訴大家一個很好的妙方，治療效果幾乎是百分之一百。很簡單：

用老陳醋（要質量好一點的）半瓶，大蒜約半斤，搗碎，放在老陳醋裏浸泡，最好是廣口瓶，患病的手可以放入為佳，具體根據自己需要選擇分量以及器皿。每晚將患灰指甲的手或腳放入裝有大蒜的陳醋中浸泡約十五分鐘，半個月基本可見效果，待新指甲慢慢長出，即可漸漸替代灰指甲，數月之後即可痊癒，毫無痛苦，無需再用手術去除，五元錢即可解決病痛，各位有患灰指甲的人不妨一試！

（治癒原理很簡單：陳醋具有軟化指甲兼殺菌作用，佐以大蒜，使得殺菌效果加倍。可以說是屢試不爽。）

最好是每天都堅持泡一泡，十幾分鐘就夠了，每天一次，這樣療效比較持續啊！半個月堅持下來就可以看到效果了，一點都不假。（開灰指甲診所的人大概要不高興了，呵呵）灰指甲雖然算不上什麼大病，但是容易引起其他方面的感染，二來也很影響美觀，對女同志的影響尤其嚴重，早治早好啊！這個方子來自于當年絲廠的繅絲工，因為蠶繭放置的時間久了，很不乾淨，所以絲廠的繅絲工人最容易得的一個是灰指甲，二是衢州話講的“老鼠休”（長在手掌上一個釘一個釘的那種東西），自然地人家就要尋找良方了。願各位早日解除所患。：）

一般不需要更換的，感到少掉了就添上一些。無需加熱。還有，大蒜最好用刀背把它敲爛，便於大蒜裏面的汁液充分利用。

3、天冷不用愁 暖身有奇方

本方出自古籍《砂盤點精》，方名《暖身神方》。

使用本方後，就是在寒冷的冬天，穿很少的衣服也不會冷，用藥處會有一股暖流沖向全身，讓人紅光滿面，精神倍增。

一、功能與原理：

刺激神闕穴（肚臍），調動人體功能，舒筋活血，讓血液流速加快，增加人體熱量，從而達到暖身的目的。

二、適用範圍：

14 歲以上男女均可，對年老者效果稍差。

三、配方：

花椒 1g、胡椒 4g、醫用橡皮膠布一小塊。

四、製作：

1：將花椒、胡椒研末，密封備用；2：把藥末撒在膠布（麝香虎骨膏更好）上，即可使用。

五、使用方法：

將神闕穴（肚臍）周圍洗乾淨，貼上膠布即可。貼一次 7 天左右有效。

4、讓製造“腳氣藥”的外國人驚歎吧！

腳氣是人們生活中的常見病。一旦發病，病人往往感到奇癢難忍，腳趾間出現紅斑、脫屑，症狀嚴重的患者整個腳底都會發紅、脫皮。腳氣不僅嚴重影響患者日常的工作和生活，而且還極易傳染給他人。

腳氣（腳臭）是由於身體的小汗腺分泌旺盛，汗腺分泌物在細菌、黴菌分解下產生穢臭。出汗促使細菌容易繁殖，因此腳臭常與多汗症伴發。

在網上看到：外國進口藥治療腳氣，一療程 980 元，兩療程治好。本來一分不用花就可治好的病，卻要花費如此昂貴的代價，我為中國百姓的血汗錢心疼，為崇洋媚外者汗顏。

告訴大家一個特效治療腳氣的偏方，一分不用花，三、四天治好，讓外國人驚歎吧！

主治：腳氣

處方：柳樹葉 50 克

用法：鮮柳樹葉用刀剁碎，早上放在襪子裏，每天放一次，

當天見效，四天可治癒。

知道偏方 70，從此不用去醫院

1. 艾葉薰蒸治偏頭痛

將端午節採集回來的艾葉一把，放在鍋內燒開，煮 20 分鐘後端下，趁熱用布蒙住頭進行薰蒸。水涼了之後再放上火上燒，每次熏兩遍，每天熏兩次，一個星期後可痊癒。

2. 按摩牙齦消紅腫

先將雙手洗淨，用右手中指按摩左側的牙齦，用左手中指按摩右側的牙齦，力度逐漸加大，時間約兩分鐘左右。按摩之後，立即用甲硝唑藥液漱口，時間為一分鐘。藥液配製的方法是：一片甲硝唑用 400 毫升左右的涼開水溶解。另外，這種按摩方法還能有效地緩解牙齦萎縮。每天早晚各一次。

3. 按摩治前列腺炎

每天晚上上床後和第二天早晨起床前，用食指和中指按在陰莖根兩側來回按摩，一手累了可換另一手繼續進行。每次按摩 30 分鐘，每次來回按摩約 4~6 秒鐘，按摩壓力以自我感覺良好為宜。堅持按摩 3 個月，病情會明顯好轉。

4. 白菜根止咳化痰

白菜根兩棵洗淨，冰糖 30 克，共用水煮，喝湯。注意：針對咳嗽、痰多病症。

5. 白菜根治療感冒

將新鮮白菜根一個洗淨，加紅糖 30 克和老薑五片，水煎服。每日一劑一服，連服三日定見效。

6. 晨服蘋果治好膽囊炎

一老者患膽囊炎久治不愈。後聽從一老中醫指點，服用蘋果偏方，病癒至今未復發。方法是：每天清早空腹吃一個蘋果，隔半小時後再進餐。一年 365 天，天天如此。注意，千萬要連皮一起食用。

7. 吃豆腐防水土不服

到了陌生地，第一道菜應先吃水磨制的豆腐，在一定程度上可以預防和克服水土不服。豆腐對胃腸的刺激小、易吸收，能夠使腸胃慢慢適應當地的飲食，老少皆宜，是克服水土不服的理想飲食。

8. 吃葡萄治潰瘍

很多人經常患口腔潰瘍，常吃葡萄對治療和防止口腔潰瘍十分有效。每日吃數次，量不限，一般 2~3 天可痊癒。

9. 吃生蔥治鼻炎

一老者患慢性鼻炎、副鼻竇炎。半年前他得到一偏方，很簡單，即：在每天吃飯時，隨著吃菜同吃一些生大蔥。他體會到，在吃的過程中，最好在口中多嚼一會兒，有意讓大蔥的辣味從鼻孔中通過，這樣的效果會更好。

10. 吃熟蘋果治腸紊亂腹瀉

把一個蘋果（帶皮）洗淨後，切成八、九塊，放一大碗水，用小火煮，等蘋果煮爛，連果帶湯吃下，每天早晚各吃一次，十來天後大便成形，一個月後恢復如初。

11. 吃芝麻治胃反酸

每次飯前吃上幾口，堅持 5~6 天就可治好胃反酸。

12. 蔥白熱炒治扭傷

根據扭傷部位的大小，取蔥白 200 克至 300 克，用刀切碎之後再搗爛，放在鍋中炒熱到 50°C 左右的時候，取出敷在患處，並用醫用紗布蓋好。每天操作一次，七天為一個療程，一般二至三個療程就可治癒扭傷。

13. 蔥內膜除雞眼

先將腳放在熱水裏泡 15~20 分鐘，然後用剪刀將雞眼周圍的壞死白皮剪掉，再用帶漿的蔥皮擦雞眼口周圍，最後將蔥內膜貼到雞眼口上。為防止蔥掉下來，可用橡皮膏將其固定住。隔一天重複一次。

14. 醋泡黑豆治心腦血管病

將上好的黑豆洗淨，涼幹，用好醋泡一個星期後即可以吃。早、中、晚空腹吃，每次 15 粒。長年堅持必有好處，延年益壽。

15. 醋治失眠方

醋 10 毫升，加一杯水中，睡前飲服，每日一次。用於治療高血壓之失眠者，飲後片刻即可入睡。

16. 醋煮雞蛋治療啞

用搪瓷容器盛上半斤食醋，裏面加上三個生雞蛋，然後煮 10~15 分鐘，雞蛋煮熟並保持沸騰。接著去除蛋殼，再煮 10~15 分鐘，最後把雞蛋連同食醋一起服下。

17. 搓耳朵治耳鳴

每天搓耳朵至少 3 次，只要有時間就搓。先搓耳廓前部，就是靠臉近的地方 9 下，從上而下，然後是耳廓後部，也是 9 下，從上而下。搓完耳朵後，再用食指堵住耳朵孔三兩秒鐘，然後鬆開。

18. 搓腰眼療尿頻

一老者夜間小便達四五次，影響睡眠。在閱讀相關書籍時發現摩擦腎俞穴（即腰眼）可治尿頻，且療效甚佳。於是，他開始照做。半年後，效果顯著，白天小便次數減少了，夜間只小便一次，有時可整夜不解小便。方法：晚上臨睡前，坐在床上，雙腳下垂，寬衣解帶，舌抵上齶，調勻呼吸，收腹提肛，兩手對搓發熱後，緊按腰眼，用力上下搓 120 次，次數越多越好。

19. 大蔥治痢疾

大蔥兩根，去掉幹皮和鬚根，生吃一根，第二天再吃一根，痢疾即可治癒。

20. 大黃泡腳治靜脈曲張

靜脈曲張在合併淺靜脈炎的情況下，每天堅持早晚兩次用大黃泡腳 20 分鐘，半月即可有明顯效果。而完全靜脈曲張，尤其是症狀比較嚴重的時候，只使用大黃效果不佳。

21. 大蒜按摩可治感冒

取紫皮大蒜切成片狀，在百會、太陽穴、風池、迎香、合谷諸穴位按摩

五分鐘，然後在腳下湧泉穴按摩十五分鐘，可治感冒。感冒初期用此法效果佳，重感冒應配合吃藥。按摩後穴位表面皮膚形成大蒜薄膜，應保持四小時再洗淨。

22. 大蒜可治牛皮癬

把大蒜放些鹽搗爛如泥，敷在患處，用紗布蓋好並用膠布固定，每天換新蒜泥一次。一段時間後牛皮癬便可以消除，患處只留下一塊深色的斑印。

23 大蒜能治瘰子

臉上長出一顆小米大的瘰子，後漸漸長到綠豆那麼大，將蒜瓣切成小塊，用以擦抹患處，先是瘰子表面出現幹痂，最後竟至完全脫落，患處光潔如初，未留任何痕跡。

24. 大蒜治燙傷

取鮮大蒜搗漿。用時先將患處用大蒜汁液擦拭，後用蒜泥敷。較重者第一天可換藥 2~3 次，以後每天 1 次，共治療 5~7 天。此方治療輕度燙傷，療效明顯。

25. 大棗綠豆治瘙癢

取大棗 20 枚、綠豆 100 克、豬油一匙、冰糖適量，加水共煮至綠豆開花即可服用，每天服一劑，分次服下，一般服藥 3 天即可減輕瘙癢感，10 天內痊癒。

26 碘酒治好灰指甲

一人患灰指甲，指甲與肉完全脫離。醫生告訴用碘酒塗擦。先將患甲剝掉，然後用碘酒塗擦，每天 3~5 次。一個月後，有白皮的指甲慢慢變成紅色，指甲也慢慢長好了。

27. 獨活雞蛋治眩暈症

獨活 30 克，雞蛋（最好是紅皮的雞蛋）6 個，用水同煮。待雞蛋煮熟時，把雞蛋取出，把殼敲碎，再放入藥鍋（最好是呂鍋）煮 15 分鐘，去湯、去渣，吃雞蛋，一次吃兩個，每天一次，每付吃三天。輕者一付即愈，重者吃三付。

28. 風油精能治腳氣

每天睡覺前用溫水洗腳後，用棉簽蘸適量風油精塗於患處，一般連續使用 5 天，就能基本達到止痛、止癢的作用。如果伴有水皰，應先用針將水皰挑破，再用風油精。

29. 蜂蜜泡大蒜治哮喘

用春天起蒜時的嫩蒜 60~90 頭洗乾淨，用蜂蜜浸泡封好後保存 6 個月。等到秋冬時打開食用，每天吃一頭。堅持服用一段時間後，病情會緩解或好轉。

30. 蜂蜜治病五方

治高血壓眩暈：蜂蜜 10 克，溫開水化開沖服，每日 1~2 次，長期服用更佳。

治痢疾：每日每次用冷開水沖服 40 毫升蜂蜜，最好在飯前 1 小時或飯後 2~3 小時服用，成人每日 3 次，小兒用量酌減，嬰兒用量控制在 30 克，混合在稀粥、牛奶或豆漿中喂服。

治低色素性貧血、頭暈失眠：每天早晚用雞蛋 1 個，開水沖熟後，加入蜂蜜 30 克服用（最好用深色蜜，置瓷盅內隔水蒸 8-10 分鐘備用）。

治咽幹口燥、手足心熱：大梨一個挖孔，蜂蜜 50 克放入其中，蒸熟食之，一日 2 個連服數日即可。

31. 蜂蜜治高血壓

用蜂蜜 100 克，黑芝麻 75 克，先將黑芝麻蒸熟搗如泥，放蜂蜜攪拌，用溫開水沖化，每日分 2 次服用。每日早晚各一杯純蜂蜜水，會使血壓趨於正常。

32. 蜂蜜治青光眼

急性青光眼病人，可服蜂蜜 80 毫升，一日分三次服完；慢性青光眼、眼壓持續偏高者，服蜂蜜 50 毫升，一日分 3 次服完，幾天後可使症狀緩解。因蜂蜜是一種高滲劑，服後能使血液滲透壓升高，以吸收眼內水分，降低眼壓。

33. 桂圓殼炭可治血

桂圓若干，食肉後將殼、核曬乾，入鍋炒成炭，搗碎後篩之，將其粉灰裝入瓶內備用。一旦家人出現手腳外傷，敷之有奇效，愈後無痕跡。

34. 含服蜂蜜除口腔潰瘍

用勺子舀一點純淨蜂蜜，直接塗抹在患處，讓蜂蜜在口中保留一會兒，然後用白開水漱口咽下，一天兩三次。
蜂蜜含有腎上腺皮質激素樣物質和抑菌素，有較強的抗菌、消炎、收斂、止痛作用。含漱蜂蜜水有利於口腔黏膜上皮細胞的修復，促進潰瘍面癒合。蜂蜜與茶葉沖泡含漱效果也佳，一般 3 日內疼痛消失，潰瘍面縮小，3-5 日癒合。

35. 喝醋加蜂蜜水治老年斑

每天早上空腹喝一碗醋加蜂蜜水。方法：先用涼白開水將一湯勺醋加一湯勺蜂蜜攪勻再加些熱水，最少喝一小碗，多了不限。堅持半年見效。

36. 核桃黑芝麻桑葉治失眠

核桃仁、黑芝麻、桑葉各 50 克。搗爛如泥，做成丸，每丸 3 克。每次服 9 克，每日 2 次。適用於失眠較久的人。

37. 核桃仁能治療便秘

每天早飯前服用幾顆（塊）洗淨的核桃仁，或閒時隨嚼，也可用豆漿一類滋補飲料沖服，能治久治不愈的便秘頑疾。

38. 核桃仁治膽結石

香油（芝麻油）500 克，核桃仁 500 克，冰糖 500 克，裝盆，上鍋蒸（冰糖化為止）。蒸好後分九份，每天服一份。

39. 黑木耳瘦肉生薑治腦血栓腦梗塞

黑木耳 10 克，瘦肉 150 克，（豬牛羊肉均可），生薑三片，大棗 5 個，以上三味用六小碗水，放砂鍋中煮，待煮 20 分鐘後加入少許食鹽，不要再加其他調料。每日服一次吃肉喝湯。一般患者服用 4-5 天即愈。

40. 紅花治骨刺

中藥店買 50 克紅花浸泡在 500 克米醋中，一周後便可用來塗擦患部，使其軟化、消除。如果嚴重者，多製作幾次使用，效果更佳。

41. 紅薯粥可治老年便秘

用大米、小米各 2~3 兩，加紅薯 4~7 兩，熬成紅薯稀飯，晚飯前後食用，翌日早上，大便即可緩解，收效之速，勝過醫藥，且可常食，無副作用。吃一段時間的紅薯，便秘可以消失。

42. 呼氣可緩解偏頭痛

偏頭痛症通常是由於大腦供氧過量引起的，當偏頭痛症剛發作時，拿一個圓錐形的小紙袋或小塑膠袋(最好不透孔)，將袋子開口的一頭捂住鼻子和嘴，用力向袋內呼氣，以減少大腦的氧氣，反復數次後，偏頭痛症就會緩解，以致最後消失。

43. 槐花蜜治鼻竇炎

仰頭，用棉簽蘸取蜂蜜，順著鼻孔滴進去，可多滴幾滴，然後用手指輕輕按揉鼻子兩側。過一會兒，鼻子就通氣了。每天可滴兩三次，四五天就可痊癒了。

44. 黃芪治早搏

取黃芪 15 克放入杯中，加入熱開水 200 至 300 毫升浸泡，隨泡隨服用，反復沖泡至水淡為止，每日一劑，連服五日為一個療程。如能堅持服用一至二個療程，常能收到消除早搏的效果。黃芪具有益氣、固表、強心的功效。

45. 藿香正氣水治日光性皮炎

夏季紫外線強，皮膚暴曬過度會引起日光性皮炎。這時，可以用藿香正氣水塗抹患處，即可消除瘙癢。

46. 雞蛋殼治胃病

將乾淨的雞蛋殼打碎，放在鍋內炒焦(成黃黑色)，然後研成粉末吞服，每次約 3 克，早晚各一次，對治療胃痛、胃酸過多、胃及十二指腸潰瘍很有效果。

47. 雞蛋竹葉湯治氣管炎

每天早晨將一個新鮮雞蛋打入碗中，攪均後備用。先將竹葉(中藥店有售)洗淨放在水中煮，煮沸後把竹葉撈出，然後將燒開的竹葉水沖入準備好的雞蛋中，用碟子蓋好，悶上一會兒即可，每天早晨空腹服用一次。蛋中不要放任何調料，尤其是鹽。堅持服用 15~20 天，慢性支氣管炎會有效果。

48. 芥末面治前列腺肥大

將芥末面用米醋調成糊狀，攤在塑膠紙上，成為比碗口大些的圓形。一小袋芥末面，可分四次用。然後把殿部尾閭(尾骨端)上部擦拭乾淨，再將攤好芥末麵糊在尾閭往上的部位上。每日換一次即可。

49. 芥末治腳裂口

用 40°C 左右的溫水洗腳，泡 10 分鐘左右，然後擦幹，用溫水調好芥末，

漿糊狀，不要太稀，用手抹在患處，穿上襪子，以保清潔。第二天再用溫水洗腳，再抹，2~3次即愈。

50. 韭菜膏治跌打損傷

韭菜半斤，洗淨切碎搗成韭菜膏敷在患處。一般連敷三次就能痊癒。

51. 韭菜粥治尿頻

將淘洗乾淨的大米 100 克煮成粥，然後加入切段韭菜 60 克，熟油、精鹽同煮，熟後溫熱服用，每日 2~3 次，有溫補腎陽、固精之功效，可治療腎陽虛、遺尿和尿頻。

52. 捲心菜蛋殼陳皮治十二指腸潰瘍

方一：取新鮮捲心菜適量，洗淨後絞取汁 200 毫升，燉溫後，飯前飲服，每日 2 次，一般連服 7 天即有明顯效果。

方二：雞蛋殼粉 90 克，陳皮 30 克。將雞蛋殼洗淨微炒，陳皮微炒，共研成細粉，每次服 3 克，每日 3 次。

53. 咳嗽對症吃水果

氣喘、喉嚨痛、多痰，除了對症吃藥外，水果也有意想不到的功效，能幫你減緩咳嗽的症狀。

咳嗽時伴有氣喘，或幹嗽無痰時，可以吃點杏。此外，乾咳時，吃點香蕉或鳳梨，效果也不錯。

如果咳嗽時伴有喉嚨痛，就屬於炎症性咳嗽，不妨吃點橘子。

處於發病初期或久咳多痰者，可以吃點梨，加入川貝母、冰糖將梨蒸後食用，效果更佳。還可以吃點枇杷。

54. 快速除牙痛驗方

●取大蒜適量搗爛，溫熱後敷在痛點上可以緩解牙髓炎、牙周炎以及牙痛等症狀。

●把味精與溫開水按 1：50 的比例化開後，口含味精溶液一會兒再吐掉。這樣連續幾次，堅持兩天後牙痛就會消失。

●牙痛的時候可以切一片小生薑咬在痛處，必要的時候可以重複使用。

●取白酒 100 克放在杯中，再加食鹽 10 克，攪拌，等食鹽溶化後燒開。含上一口在疼痛的地方（不要咽下去），牙痛會立即止住。

55. 葵花根治尿失禁

葵花根須適量，洗淨，加水煎、熬至半小碗時，倒出加紅糖半小勺。溫服，每日 1 劑，可治療尿失禁。

56. 葵花盤治前列腺炎

取向日葵盤（幹）3 克，用涼水洗淨放入杯中，水開沏泡，隨喝隨沏。飲此水當天見效，尿頻、尿急、尿不盡、尿痛症狀消失；3 天後夜尿清澈不渾濁；連飲 5 天，就可治癒前列腺炎。

57. 老陳醋可治骨質增生

用老陳醋搽揉患處，不僅有消炎止痛的效果，還能起到軟化骨刺的作

用。對人體新生的骨刺同樣有軟化的作用，且不會使老骨頭受到影響。如果將一塊乾淨的紗布用陳醋浸濕敷於患處，再用熱水袋給局部加溫 20~30 分鐘，效果更好。在用老陳醋治療的同時，不宜與其他中藥混合使用，因大多數中藥都含有生物鹼。

58. 老醋花生降血壓

花生在我國一直是很受歡迎的食品，每天吃 10 粒老醋花生，對高血壓和冠心病有一定的輔助療效。

做法：將花生仁煮熟冷卻後，放在有蓋的玻璃器皿中，用優質食醋浸泡 8~10 天，就可以做成老醋花生。

59. 兩招治牙痛

叩——固齒。每日早晚各一次，每次 3~5 分鐘。叩時用力發出響聲。

咬——防、治牙痛。大小便時尤為重要，最好平時經常咬（即所謂咬緊牙關），也有好處。

60. 柳樹葉治慢性膽囊炎

柳樹葉可入藥，有消炎、解毒、利尿的功效。春天柳樹發芽後採集，製成茶葉，天天飲用，能治癒。

61. 柳葉能治腳氣

腳趾縫潰爛時，摘幾片最嫩的柳葉，將其搓成小丸狀，夾在腳趾縫潰爛處，晚上夾入後再穿上襪子，以防滑掉，第二天就可見效，3 天腳氣即可治癒。腳氣大面積發病時，可將嫩柳葉一把加水煎熬，然後用煎熬的溫水洗腳，也可以起到立竿見影的效果，腳氣 3~5 天即可痊癒。

62. 蘆薈白酒蜂蜜枸杞降壓

取鮮蘆薈葉 400~500 克，切碎，加入低度白酒 1500 克，蜂蜜 500 克，枸杞 25 克，泡上兩個星期飲用，每天早晚各飲一小杯，堅持一段時間，血壓便會下降。

63. 蘆薈白酒蜂蜜枸杞降壓

取鮮蘆薈葉 400~500 克，切碎，加入低度白酒 1500 克，蜂蜜 500 克，枸杞 25 克，泡上兩個星期飲用，每天早晚各飲一小杯，堅持一段時間，血壓便會下降。

64. 蘆薈解除肛門癢

蘆薈有消炎殺菌的功效。早晚洗淨肛門後，取一小段鮮蘆薈，削去兩邊的刺，從中剖開，用帶汁的部分擦肛門及周圍，連用三天就不癢了。

65. 蘆薈冰糖治咽炎

取蘆薈葉二至三片（大的二片或小的三片），用清水洗淨，切成小段，放入鍋內。加水（一至二碗）和冰糖適量（以甜為度）共煮沸後十分鐘，用紗布過濾，去渣，取其液當開水喝，兩天見效，五至七天痊癒。

66. 蘆薈可消炎用時應慎重

感冒發燒後引起咽喉發炎，紅腫疼痛，取鮮蘆薈 1 片（以種植一年以上

者最佳)，去外皮，把莖肉切成細粒，放入碗中，加入冰糖或蜂蜜。然後，放入微波爐中加熱2分鐘，取出連湯帶渣一併食用。重症者可連續服用2~3天。

專家提醒：蘆薈能瀉下通便，對於平時脾胃虛弱、食少便稀之人及孕婦忌用，故需用者，應先向當地的農業或藥用植物專家諮詢。

67. 蘆薈汁液治癢癢症

具體方法：取蘆薈葉（新葉老葉均可），切一段約3~4釐米長短，然後剖成兩瓣，用葉內流出粘液的一面擦患處，可立刻止癢。

68. 綠豆紅棗治貧血

取綠豆和紅棗各50克，加水2000毫升，放火上煮。待綠豆熬成泥狀時，加紅糖服用。每天一劑，15天為一個療程。持續服用2~3個療程有療效。

69. 馬齒莧治潰瘍性結腸炎

鮮馬齒莧30~60克煎水1碗，沖入搗爛大蒜泥10~15克，過濾得汁，酌加糖，1日2次。

70. 牛黃降火分虛實

根據不同的表現分為心火、脾火、胃火、肝火等。心火有虛實。虛火表現為低熱、盜汗、心悸、心煩、失眠、健忘等；實火表現為反復口腔潰瘍、小便短赤、心煩易怒等。胃火也有虛實之分。實火為多食善饑、上腹不適、口苦口幹、大便幹硬；虛火則為輕微咳嗽、飲食量少、便秘、腹脹、舌紅少苔。

所以，不同的火要用不同的藥。眼睛乾燥、咽疼、腰酸腿疼等，可服六味湯和六味地黃丸來滋陰降火；便秘、口幹等，可服牛黃解毒丸來清熱解毒。當小便黃、舌頭尖疼、口腔潰瘍時，服“導赤散”降心火；眼睛脹痛、兩肋脹痛、口苦、小便疼時，要選“龍膽瀉肝湯”清肝瀉火。