**清热解毒防流感**

**1、清热祛湿茶一：**

木棉花15 土茯苓20 菊花15 茵陈20 夏枯草15 淡竹15 芦根10 白茅根15 栀子10 金银花10 薏苡仁20 葛根 15 甘草5

**2、清热祛湿茶二：**

广藿香10 佩兰10 紫苏梗10 木棉花15 鸡蛋花10 扁豆15 苍术5 白术10 厚朴花10 茯苓25 北沙参10 玉竹6 甘草5 罗汉果0.33

**3、清热解毒茶**

金银花30，野菊花20，蒲公英20，地丁20，黄连10。

**4、湿气重周身骨痛**

柴胡10，透骨草20，荆芥15，鸡血藤20，桔梗10，伸筋草20，薏仁10，红花10，白术20，川芎15，川朴20，当归10，土茯苓30，牛七30。

**5、清热通便(小儿用量)**

桃仁5，灯心草3，淡竹叶5，钩藤3，菊花5，山楂3，枝子3，麦芽3，蝉蜕3。

**6、红眼病方**

金银花10，菊花15，连翘15，竹叶15，夏枯草15，桑叶15（配合消炎眼药水）

**7、防疫茶（流感茶）**

板兰根30，土茯苓30，金银花30，贯众20，大青叶30，野菊花30。

**8、利咽茶**

蝉蜕10，北杏15，山豆根10，百合30，板兰根30，玉蝴蝶15，射干15，桔梗20克，沙参30。

**10、五花茶**

金银花20，槐花15，野菊花15，葛花15，木棉花20，甘草8

**11、祛湿茶**

香薷30，薏米20，苍术15，泽泻10，茵陈30，霍香20，佩兰30

**12、主治：清热祛湿，益气生津。**

适应：四肢疲倦，食欲不振，身热口干。

野菊花15，岗梅根20，党参20，黄芪15，茵陈20，苍术20，陈皮8。

**13、功效：祛湿、下火**

夏枯草20，天冬20，金银花20，苦瓜干15，菊花20，桑叶15，麦冬20，鱼腥草15，甘草10

**14、适应：清热泻火，凉血解毒，用于肺胃热感，口舌生疮，牙龄肿痛目赤眩晕，咽喉肿痛，大便秘结。**

枝子15大黄12黄柏15，天花粉15，知母15，黄芩12，金银花15，黄连5，甘草10。

**15、热毒痤疮**

银花15半枝连10连翘10薏米10地丁15绵茵陈15蒲公英10玄参1，栀子10甘草5

**16、痤疮**

生地30，川芎10，熟地30，红花6，白芍20，黄芩15，三棱15，川断15，莪术15，丹参15，甘草6，丹皮10，薄荷6，元胡10，桂枝15。

**17、猪流感**

桑叶12，枇杷叶12，菊花12，葛根15，北杏仁10，苡仁15，芦根15，桔梗12，连翘12，银花12，大青叶15，甘草6。

（感冒咳嗽时可加杏仁10，桔梗12，枇杷叶15）

**18、猪流感**

桑叶12，枇杷叶12，菊花12，桔梗12，杏仁10，大青叶15，金银花12，连翘12，甘草6。

**19、祛湿茶**

附子15，前胡6，细辛6，荆芥6，麻黄10，桂枝10，桑叶30，炙甘草6，杏仁6，生姜2片。

**儿科类**

**20、小儿清热清心火口臭**

生熟薏米各20克，玉米心10克，山楂5克，鸡内金5克，麦芽8克，羚羊角丝3克，灯心草1扎，钩藤5克，蝉蜕5克，白芍8克。

**21、主治小儿经常流鼻血**

柴胡20，大枣3枚，黄芩12，桔梗15，半夏10，党参10，生姜3片，甘草8。

**22、小儿七星茶**

山楂8，麦芽6，钩藤6，淡竹叶5，薏米5，甘草3，灯心草2扎，蝉蜕3-4只。

**23、小儿七星茶**

钩藤10，蝉蜕3-4只，山楂10，谷芽10，苡米10，淡竹叶10，灯心草5，甘草5。

**24、小儿清热茶**

色藤10克，淡竹叶10克，蝉蜕5克，山楂15在，枝子10克，麦芽10克，菊花10克，灯心草半扎，桃仁10克

**25、中医防治**[手足口病](http://www.cnkang.com/jibing/shouzukou/)**配方**

**预防方**

[金银花](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/jinyinhua/)6g，大青叶6g，绵茵陈15g，生苡仁10g，生[甘草](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/gancao/)3g。水煎服，一日分两次服用，连续5~7天。本方剂具有清热解毒，健脾化湿之功能，适用于易感人群预防。

以上为3～6岁剂量，3岁以内婴幼儿可减量服用，6岁以上者可加量服用。

**治疗方**

对付皮肤疱疹：[苦参](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/kushen/)、野[菊花](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/juhua/)、紫草、地肤子各30g，加水3000ml，煎至2000ml，凉至35℃~38℃，泡洗手足臀部10~15分钟。

对付口咽部疱疹：西瓜霜吹敷口腔患处，或口腔炎喷剂喷患处，每日2次。

对付口疼牙龈肿：可用[板蓝根](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/banlangen/)10克，[黄芩](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/huangqin/)、白藓皮各6克，双花3克，竹叶、[薄荷](http://www.cnkang.com/zyzy/zhuanti/bohe/)各2克，煎水含漱。

**感冒咳嗽咽炎**

**26、风寒感冒茶（疏风散寒）**

姜活30克，荆芥10克，紫苏叶20克，黄芩15克，白芷10克，生姜10克

**27、风热感冒茶（疏散风热）**

桑叶30克，葛花30克，葛根20克，连召20克，银花15克，薄荷10克（后下）

**28、风热感冒**

主治：疏风散热，利咽解毒，用风热感冒，发热有汗，鼻塞头痛，咽痛，咳嗽，多痰。

桔梗12克，北杏10克，桑叶10克，薄荷8克，牛蒡子10克，桑叶10克，菊花10克，连翘12克，芦根10克，神曲10克。

**29、（风寒感冒 散热）**

主治：疏风散热、解表清热、用于风寒感冒，头痛发热，恶寒身痛，鼻流清涕，咳嗽口干。

荆芥12克，葛根15克，桔梗15克，防风12克，白芷5克，柴胡12克，紫苏叶8克，芦根10克，薄荷10克，苦杏仁10克，地丁10克。

**30、风寒咳嗽**

主治：止咳祛痰，用于风寒咳嗽，痰多气逆

半夏12克，瓜蒌皮10克，麻黄5克，瓜蒌仁10克，北杏10克，陈皮5克，紫菀10克，甘草8克，冬花10克，桔红10克。

**31、风寒咳嗽**

柴胡10克，款冬花15克，白芍20克，法夏（半夏）10克，郁金15克，桑白皮20克，黄芩15克，苏子6克，麻黄12克，北杏15克，枳壳10克，甘草10克，五味子12克（另加少许姜、陈皮）

**33、咽喉炎**

石斛15，茯芩15克，胖大海10克，知母15克，地骨皮15克，乌梅5克，黄柏15克，甘草10克，石膏20克，生地20克，沙参20克，柯子15克，丹皮15克，桔梗15克。

**32、风热咳嗽**

清热润肺，止咳平喘，理气化痰，适用理肺燥咳嗽，痰多胸闷，咽喉痛痒，声音沙哑，清肺热。

川贝10克，五味子8克，杷枇10克，冬花10克，桔梗10克，北杏10克，陈皮5克，甘草8克，沙参12克，远志10克，桔红10克，茯苓15克，瓜蒌仁10克。

**34、咽喉炎**

蝉蜕2克，射子3克，蒲公英3克，板兰根10克，地丁3克，胖大海3克，甘草10克，诃子3克，大青叶3克，银花藤5克，银花5克，杏仁5克，川芎3克。

**35、咽喉炎、清热泻火**

桑叶10，柴胡10，茯苓30，菊花15，鸡内金10，竹叶10，川贝10，连翘15，石菖蒲10，土牛七10，麦冬10，金银花20，白芍20，白术20，杏仁10。

**36、鼻炎**

细辛6克，川芎6克，辛夷6克，青蒿9克，升麻6克，木通6克，甘草6克，桑叶12克，茅根12克，白芷6克，防风6克，生地15克，侧柏叶12克。

**37、鼻咽炎**

枝子10，菊花30，龙胆草16，桑叶10，鱼腥草30，连翘20，黄芩10，苍耳子16，川芎8，辛夷14，薄荷6，生石膏30，白花蛇舌草8，鹅不食草10，银花30。

**38、淋巴结炎**

风栗壳10克，板蓝根10克，猫瓜草10 克，牡蛎6克，夏枯草10克。

**39、湿热下注汤**

山药15克，蜜枣2克，太子参3克，川太10克，云苓15克，扁豆10克，土茯苓15克，赤小豆5克，苡米5克，陈皮1块，姜2片。

**40、阴虚内热型，咽干，咽痛，咽痒，咳嗽，少痰，大便干结，舌苔红，脉搏较弱**

玄参12麦冬12，甘草6，枇杷叶12，生地20，川贝9，杏仁12，薄荷6，白芍12

**41、扁桃体发炎、发烧**

元参30克，生地20克，银花20克，人、蒲公英20克，山豆根10克，柴胡10克，板蓝根30克，连翘12克，桑螵蛸12克，甘草6克，黄连6克，青黛4克

**健脾消脂降血压**

**42、健脾、补气、祛湿茶**

北芪20，党参5，茯苓20，苍术15，猪苓15，白术12，泽泻20，陈皮5。

**43、消脂保健茶（减肥茶）**

山楂15，泽泻15克，丹皮15克，女贞子10克，荷叶10克，冬瓜皮15克。

**44、降血压、失眠、安神**

青葙子10克，木香12克，牛七12克，天麻12克，龙齿10克，寄生10克，石决明10克，黄芩10克，杜仲10克，生地12克，枝子10克，珍珠母10克。

**45、降血压**

黄芪12 当归12 田七12 海藻12 牡蛎12 别甲12 党参12

**46、降压茶**

罗布麻50克，绞股兰50克，决明子20克，杭菊花30克，车前草30克，钩藤30克。

**47、降脂茶（减肥茶）**

绞股兰50，山楂50，荷叶50，罗汉果2个，普洱茶50，大黄10，莱菔子30。

**48、活血降压、中风**

野木瓜20北氏15茯苓20地龙15姜活10防风10白芍15丹参15，炙甘草6，当归10。

**清肝利肝明目**

**49、肝炎引起，清肝明目，眼痛，眼屎多**

谷精子10克，木贱10克，桑叶15克，夏枯草15克，菊花10克。

**50、肝炎**

别甲12，元参6，辣慈菇12，大青叶12，丹参6，重楼10，黄柏8，连翘8，蒲公英10，绵茵陈12，穿山甲10，鸡骨草15，金银花5，蛇舌草12，野菊花10，甘草6。

**51、清肝胆，利湿热**

龙胆20克，柴胡10克，木通15克，枝子10克，泽泻20克，生地黄20克，车前子10克，当归5克，炙甘草5克，黄芩15克。

**52、眼痛、流眼水**

柴胡10，石决明30，黄芩10，草决明20，双白皮10，木贼15，桔梗10，白芍10，川莲10，青箱子15，防风10，京芥10，蝉蜕10，赤芍10。珍珠末2克

**53、清肝明目茶**

羚羊角5，杭菊花30，夏枯草30，草决明30，青箱子20，刺疾藜20，枸杞子20。

**54、消炎利胆茶（排石茶）**

茵陈50，蒲公英30，玉米须30，生山枝20，败酱草30，金钱草5，车前草50克。

**皮肤外洗**

**55、外洗（皮肤痒、祛湿毒）**

白帆20克，冰片20克，白头翁20克，银花藤30克。

**56、皮肤痒（外用成人份量增加）**

金银花10克（30克），白帆5克（20克），白鲜皮10克（30克），冰片5克（20克），白头翁10克（30克）

**57、皮肤痒、祛湿毒（外洗**）

苍术10克，地肤子15克，黄柏10克，蛇床子15克，土茯苓30克，苡米15克，白鲜皮15克，甘草5克

**58、皮肤痒、祛湿毒（外洗）**

蛇床子30克，川椒6克，黄柏15克，土茯苓50克，地肤子30克，苦参15克。

**59、痔疮外洗**

生地25克，大腹皮25克，银花25克，苦参25克，血蝎25克，地肤子25克，荆芥25克，黄柏25克，五倍子20克，薄荷15克（后下）

用法：放清水平1盆，煮沸30分钟后倒入桶内，先用热气薰，待水温适宜后入水内40分钟即可。

**妇科**

**60、戒奶**

①麦芽50克，山楂20克，淡豆豉20克

②谷芽60 麦芽60 桔核15 大腹皮15 山楂15

**61、通乳**

①通草，王不留行，穿山甲

②黄芪15 党参15 炒白术10 当归10 生地15 熟地15 通草10 山甲8 王不留行10

**62、四物汤（补血、月经有淤）**

熟地12克，川芎9克，白芍12克，当归9克（可加红花、香附、桃仁）

**63、四君汤（脾胃虚弱可用）**

党参20克（可换人参），云茯（茯苓）10克，白术20克，炙甘草10克。

**64、八珍汤**

党参15，当归10，川芎10，云苓20，白术12，甘草6，熟地20，白芍15。

**65、丰胸四物汤**

黄芪12克，党参10克，川芎10克，当归10克 枸杞10阿胶10（烊化服）

**66、乳线炎、止痛、散疼**

炒山甲10克，川芎30克，全虫（全蝎）10克，柏子仁40克，玉京（郁金）15克，京下10克，红花10克，金银花30克，地丁20克，桔梗20克，远志15克，地龙20克，甘草5克，天麻20克。

**67、痛经方**

五灵脂6克，蒲黄6克，研末用醋浓醋30毫升，水150毫升，煎至100毫升（用酒洗去沙尘）

**68、活血化淤（落胎扶肋用药）**

益母草15克，艾叶15克，当归10克，川芎6克，茯苓15克，蒲黄6克，红花6克，白术15克，甘草10克。

**69、撞红方**

银花10克，木通15克，苏木20克，泽泻15克，赤芍10克，滑石20克，苦参20克，莲房15克，瞿麦15克，桃仁10克，红花10克。

**70、活血、盆腔炎（少量积液）**

泽兰7克，莪术8克，党参30克，莪术7克，川芎5克，甘草5克，当归6克，桃仁10克。

**71、妇科、盆腔炎**

元胡12克，香付12克，枳壳12克，白芍18克，当归12克，川芎12克，生地12克，元参12克，柴胡12克，枝子15克，赤芍15克，黄芩15克，红花12克，鸡血藤20克，甘草10克。

**72、卵巢保养**

女贞子15 早莲草15 生地15 元参12 葛根30 丹参15 益母草20 山药12 山茱萸12 莲子12 百合12 仙灵脾15

注：大火煲开，小火煲1小时，饭前服用，一天2次；在月经干净后连服两周，到下个月经完再服，连服3个月经周期

**73、妇科外洗**

百部30，败酱草20，仙鹤草20，苍耳子15，苦参30，苍术20，地肤子30，功劳木30，艾叶15，黄柏30，花椒15，蛇床子30，重楼20

**74、产后体虚大补酒**

大枣150克，黄芪150克，元肉100克，党参150克，首乌100克，熟地150克，杞子150克，川芎50克，当归60克，白芷50克，可另加红参

**风湿滋补类**

**75、十二全大补（40斤酒分量）**

大枣100克，杞子100克，党参100克，元肉50克，当归50克，熟地100克，首乌100克，黄芪100克，杜仲80克，肉丛蓉60克，巴戟50克，山茱萸50克

**76、舒筋活络酒**

木瓜25，当归25，防风25，桑寄生25，川芎15，白术15，玉竹25，红花25克，蚕沙25克，续断25克，独活25克，甘草10克，川牛膝25克，羌活25克，枸杞25克。

**77、风湿痛药酒**

石楠藤25，黄精25，山药15，麻黄15，陈皮10，苍术20，枳壳25，厚朴20，牡丹皮25，桂枝20，苦杏仁20，川芎10，蚕砂20，泽泻20，白术10，白芷15，木香10，羌活15，小茴香15，补骨脂25，香附10，菟丝子10，没药10，当归20，乳香20。

**78、补肾、腰痛**

菟丝子10克，茯苓15克，枸杞10克，当归10克，杜仲10克，肉桂8克，熟地15克，益智仁10克，芋肉15克，补骨脂10克，山药10克，砂仁10克。

**79、活血去风，行气固肾，养颜**

首乌15克，杜仲15克，柏子仁10克，茯神15克，陈皮7克，防风10克，枣仁10克，桃仁15克，知母15克，鸡血藤15克，党参10克，巴戟15克，白术15克，姜活7克，红枣6粒，当归9克，黄苓15克，角刺35克，白芍10克，葛干15克，生地10克，红花7克，（另姜三片）

**80、风湿骨刺**

赤芍5克，泽兰15克，乳香5克，五灵脂10克，没药5克，鹿角箱30克（后下），车前子10克，全虫10克，天冬10克，桑叶15克，桂枝10克，柴胡10克，甘草5克。

**81、主治骨质增生（外用）**

姜黄30克，木瓜20克，秦艽30克，川加皮20克，细辛25在克，骨碎补20克，防己30克，八角20克，威灵仙30克，桂枝30克，田七30克。

**82、轻微中风后、用于通血管，肢体手足麻木**

党参30克，元肉20克，大枣20克，云苓30克，山药30克，酸枣仁20克，白术20克，当归10克，远志10克，天花粉30克，干姜20克。

**83、腰椎间盆突出**

田七10克，寄生15克，独活15克，双枝15克，秦艽15在克泽泻12克 霍香15克，木香15克，川芎10克，牛大力15克，千斤拔15克，细辛15克，甘草10克，牛膝15克

**其他**

**84、牙痛**

生地15 熟地15 麦冬10 石膏15 牡丹皮10 黄芩10 甘草6 知母12 怀牛膝10 细辛6 升麻6

**85、肠痉挛**

香附30 郁金15 生地15 百合15 白芍30 甘草15 枳实15 白术15 黄莲6肉桂3

**86、睡觉磨牙**

生地50 灵磁石50 炙甘草10 乌梅10 泽泻10 牡丹皮10 五味子10 远志10 香附10 山茱萸12 山药12 灯心草6（小儿减量）

**87、中药驱蚊香包（打粉）**

苏叶10 丁香10 金银花10 白芷10 艾叶10 石菖蒲10 藿香10 薄荷10

**88、胃酸过多**

核桃肉25克，北芪10克，玉竹10克，甘草10克，党参10克，枳实8克，沉香10克，陈皮5克，没药10克，枳壳8克，川芎8克。

**89、肾结石**

地龙10，鸡内金10，金钱草20，党参10，小茴香10，淡豆豉10，北芪10，败酱草10，升麻10，牡丹皮10，郁金10，附子10，桔梗10。

**90、失眠多梦神经衰弱**

熟枣仁10克，白术15克，桑椹10克，知母10克，炙甘草8克，茯神12克，丹参10克，人参8克，夜交藤12克，远志10克，麦冬15克，合欢皮12克，柏子仁12克，五味子15克，首乌15克。

**91、皮肤痒湿疹**

荆芥15克，大黄20克，黄芩20克，知母15克，白芷15克，泽兰15克，连翘15克，牛七15克，桑枝25克，苦参25克，白鲜皮25克。

**煲汤**

**92、清补凉**

山药15克，沙参10克，连子5克，召实5克，玉竹15克，红枣8只。

**93、祛湿汤方**

薏仁15，连子10，扁豆15，蜜枣2枚，召实10，山药15，赤小豆10。

**94、清热祛湿汤**

木棉花15，银花10，黄芩10，车前草15，茵陈15，火炭母10，川太15，甘草8。

**95、补血**

北芪15克，党参15克，杞子10克，花旗参3克，红枣10个，熟地5克，元肉5粒

**96、狗肉火锅**

八角，草果，枸杞，小茴香，桂皮

**97、煲狗肉**

花椒，桂皮，八角，小茴香，草果，丁香

**98、煲羊肉**

当归，党参，红枣，枸杞，甘蔗

**99、炖羊肉**

八角，花椒，小茴香，枸杞，甘蔗

**100，煲水鱼汤**

生地，北芪，山药，熟地，党参，云苓，肉苁蓉，元肉，苡米，杜仲，红枣，玉竹，淫羊藿，枸杞

**101、炖鸡乳鸽**

花旗参10克，红枣5只，枸杞10克，玉竹15克，元肉10克。

**102、煲鸡、乳鸽**

党参10克，玉竹10克，红枣10克，山药10克，杞子5克，茨实10克。

**103、煲猪骨汤**

沙参10克，雪耳5克，杞子5克，玉竹10克，连子5克，山药10克，蜜枣1只。

**104、祛湿汤方**

薏米15克，召实10克，连子10克，山药15克，赤小豆10克，蜜枣2只。

**105、清补汤**

山药15克，召实5克，薏 米10克，沙参10克，玉竹15克，连子5克，红枣5只。

**106、滋补鸡汤**

党参15克，北芪10克，枸杞10克，熟地15克，当归8克，红枣5只。

**107、强筋骨汤方**

牛大力10，杜仲10，巴戟10，扁豆10，牛膝10，山药10，红枣10。

**109、狗肉**

八角10克，肉桂5克，香叶3片，丁香5颗，小茴15克，沙姜15克，草果1只。如果想滋补肝肾脏，则酌情加入[杜仲](https://www.baidu.com/s?wd=%E6%9D%9C%E4%BB%B2&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1d9PH6knjK9nW9bn10LmWbY0ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EPjcdPjDkP1mdPjfsrjmLrHTz)、天麻、当归、[红枣](https://www.baidu.com/s?wd=%E7%BA%A2%E6%9E%A3&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1d9PH6knjK9nW9bn10LmWbY0ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EPjcdPjDkP1mdPjfsrjmLrHTz)、北芪、[党参](https://www.baidu.com/s?wd=%E5%85%9A%E5%8F%82&tn=44039180_cpr&fenlei=mv6quAkxTZn0IZRqIHckPjm4nH00T1d9PH6knjK9nW9bn10LmWbY0ZwV5Hcvrjm3rH6sPfKWUMw85HfYnjn4nH6sgvPsT6KdThsqpZwYTjCEQLGCpyw9Uz4Bmy-bIi4WUvYETgN-TLwGUv3EPjcdPjDkP1mdPjfsrjmLrHTz)、杞子等。对固肾培本，升发阳气最为有效，是中老年男女的滋补佳

**110、鱼头汤**

天麻15克，川芎10克，白芷10克，元肉15克，枸子15克，红枣5只。

**111、清补凉**

沙参20 玉竹15 莲子10 龙眼肉10 薏苡仁10 山药15 枸杞10 百合10 红枣20 麦冬10

**112、煲冬瓜汤**

莲房20 木棉花30 扁豆10 薏苡仁20 赤小豆15 土茯苓20 蝉蜕5 灯心草3