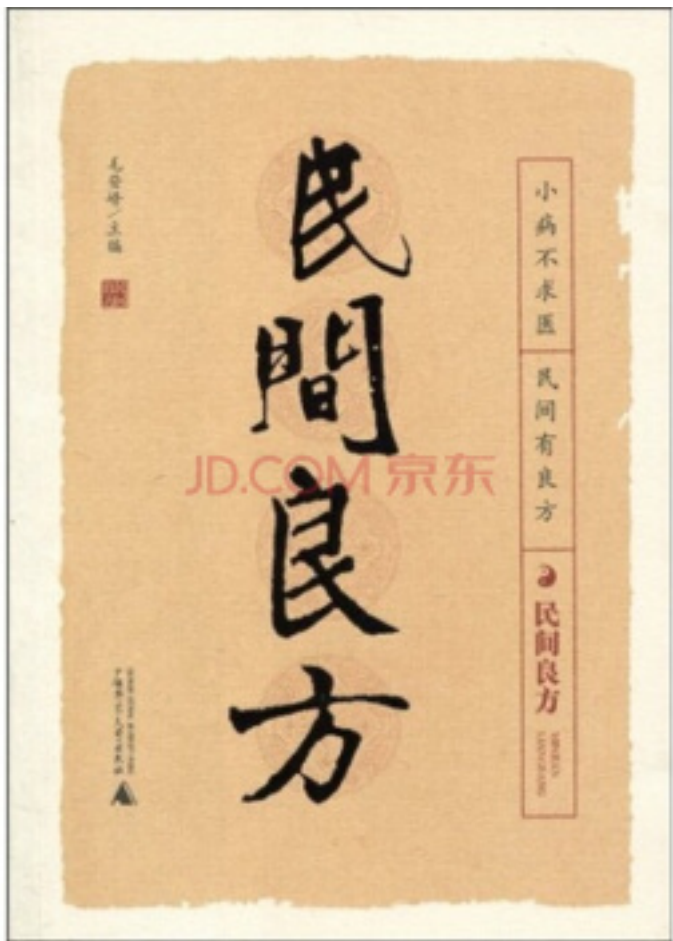


民间良方



[民间良方_下载链接1](#)

著者:毛登峰 著

[民间良方_下载链接1](#)

标签

评论

包装精致、通俗易懂、内容全面、值得拥有、是本好书。

通俗易懂的书，生活中很实用，家庭必备

东西不错，快递给力，赞

居然就是我们地区出版社的书，给力。

都买了三本了，买完就不知道放哪了，呵呵

很好非常好

个人感觉内容一般般，干货少，有点失望

不错，京东信的过 不错，京东信的过

里面的方子还是很有用处的，特别是小孩子。而且书的质量也很好

书内容肯定不错，印刷看上去不错

书很好，包装差，库房人员早点下岗

没太多要说的 反正是本好书

不错的东东，有很好的用处

内容还不错，有些小知识以前就知道，还有些不敢试，下次要给医生看看再试！

京东还是不错的，喜欢支持哦

很好的一本书，质量也不错

买了好多书，还没有看……

质量很好、速度很快，下次还在京东买

很喜欢，浅显易懂，但是具体的方子还有待考证

不少方子简单实用、用药少

好书，很喜欢，质量不错！

中医临证参考用书，非常有价值。

很实用，让人对祖国传统医药充满了敬意。

比较实用的书，以后要验证

平时自己可以多积累点相关知识

不错哦，没有推荐错！

不错，很喜欢不错，很喜欢

很好，不错哦、、、

重内容，重质量！！！

集民间之智慧，解百姓之疾苦

听同事说不错，买来看看

送给朋友的，感觉还好

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

快递送货快，书也很好

送朋友的 他很喜欢 呵呵

全新正版 书的品相很好 快递也很快

慢慢研究，不知道管用不。。。

设计经典包装完美;内容齐全

民间良方是一本很好的药书

非常满意，五星

好~~非常的棒~！！~

"[ZZ]写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]"

包装看上去很普通，就是一个袋子，但是京东的快递运输比较小心，所以到手时还是没有问题，全新，正版。

这个书很不错，纸张很好，手感也不错，比较清晰，总体比较满意

虽然正版有点贵，但是看着有感觉，舒服呀，慢慢看咯。

能一直传承下来的东西应该有其合理之处。

书的质量很满意，应该是正版的。寄过来的书也是新新的`~快递速度还算满意

不错，桂林晚报收集的民方！

老百姓智慧的结晶，方便实用，民间良方，药到病除。

g our清C热E解J毒P “T石Z打e穿”

书很不错，纸质量好，书很新，内容没具体看，但封面和纸质都很好，字体也很清晰，很不错的！

便宜，还支持正版，返券限制品种使用不给力

帮别人买的，包装真的不错

这本书不错，值得推荐。

蛮好的

翻阅了一下下，有点作用吧

一本值得一读的好书，京东价格给力！！！！

OK

好评

不错

不好，特别脏，第一次怀疑京东质量

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。
打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。
作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味
无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让你感觉你知书答礼，颇有风度。
多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不

断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就可以知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处,就等有心人去慢慢发现.

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快,包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

【民间良方】内容很，[]的书都很，耐看，过几天还来买另外一套，内容详细，主要讲了[]，送货倒是很快的，快递的人跟我都好熟的，早上下单，晚上就到了，真的是很不错的服务，比其他商家，特别是的的速度服务都好很多。京东满给力的，一直喜欢并支持京东，祝京东越做越好，主要内容为第十节高血压、高血脂、低血压、痛风、中风一、高血压(一)高血压初起(食疗)【方一】将海带切丝一小碗，与草决明同煎，吃海带、喝汤，每日一次。【方二】胡芹半斤，取汁，加白糖服。每三日服一次。以上二方，对初期高血压疗效很好。提供人叶子【方三】鲜芹菜(选粗大的)适量，洗净切碎，榨取汁液，煮沸。待温凉加适量蜂蜜。日服3次，每次40毫升。【方四】食醋500克，生花生米250克洗净晾干，一起放人大口瓶中，浸泡15天，每晚临睡前嚼服20粒。【方五】食用菌(如香菇、草菇、蘑菇等)适量，煮汤。食用，对降血脂，防治高血压、脑出血、脑血栓等有一定效果。【方六】胡萝卜适量，洗净切碎，捣烂榨汁，兑蜂蜜少许。每日早晚服一次，每次一杯。【方七】黑木耳适量，洗净清水泡胀，用油盐炒熟，或煮汤食用。【方八】鲜山楂适量，温开水洗净，去核切碎，捣烂如泥，每日早晚服一次，每次2汤匙或干山楂适量，洗净水煎成一杯，冲少许白糖服用。【方九】海带适量水泡胀，切丝，加粳米适量煮粥，放少许麻油、食盐，味精调味，每日早晚食用。【方十】鲜荷叶和粳米适量煮粥，每日早晚食用。来源诸方均来自民间。提供人徐桂英【方十一】荸荠、海蜇头各100克煮汤，每日吃两三次。本方亦可治咳嗽吐浓痰。来源本人实用验方。提供人秦俭【(二)高血压初起(药疗)】【方一】方法生黄芪15克，归尾10克，赤芍、川芎各8克、地龙、桃仁、红花各5克。加水三碗煎至一碗。注意此方曾救治高血压患者多人。唯需连服20—30剂血压方可平复，恢复健康。另外，高血压患者平时宜多吃紫菜、干贝、海带等海味。也可将海带根20克浸在水里，次日早餐前半小时饮用。或每天早晨空腹吃糖醋大蒜一两粒，连带喝些糖醋汁，连吃10~15天，能使血压较持久地下降。提供人甘露【方二】绿豆打成粉降压方法绿豆15粒打成粉，每天早上空腹或开水送，连服一月，重者三个月可使血压降下稳定。提供人廖德银(苗医)【方三】向日葵降压方法向日葵叶30克，煎浓服之，饮一月后见效。提供人刘志辉,大家都看看，我很喜欢这段，[]。京东不愧是大商家，不愧是值得信赖的商家，各种服务，价格感觉都不错，过几天我想去京东开店了，不知道那边怎么加盟京东的。编辑推荐
果酱是保留水果风味的最佳方式，但要怎样做出不含防腐剂、口感滋味佳，却又能具有一定保存期的顶级果酱可不是

民间良方和描述的一样，好评！上周周六，闲来无事，上午上了一个上午网，想起好久没买书了，似乎我买书有点上瘾，一段时间不逛书店就周身不爽，难道男人逛书店就象女人逛商场似的上瘾于是下楼吃了碗面，这段时间非常冷，还下这雨，到书店主要目的是买一大堆书，上次专程去买却被告知缺货，这次应该可以买到了吧。可是到一楼的查询处问，小姐却说昨天刚到的一批又卖完了！晕！为什么不多进点货，于是上京东挑选书。好了，废话不说。好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具不这么说，不这么写，就会别扭工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是器，有时候又是事，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对腔调本身的赞美。|发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！了解京东2013年3月30日晚间，京东商城正式将原域名360更换为，并同步推出名为的吉祥物形象，其首页也进行了一定程度改版。此外，用户在输入域名后，网页也自动跳转至。对于更换域名，京东方面表示，相对于原域名360，新切换的域名更符合中国用户语言习惯，简洁明了，使全球消费者都可以方便快捷地访问京东。同时，作为京东二字的拼音首字母拼写，也更易于和京东品牌产生联想，有利于京东品牌形象的传播和提升。京东在进步，京东越做越大。|||好了，现在给大家介绍两本本好书谢谢你离开我是张小娴在想念后时隔两年推出的新散文集。从拿到文稿到把它送到读者面前，几个月的时间，欣喜与不舍交杂。这是张小娴最美的散文。美在每个充满灵性的文字，美在细细道来的倾诉话语。美在作者书写时真实饱满的情绪，更美在打动人心的厚重情感。从装帧到设计前所未有的突破，每个精致跳动的文字，不再只是黑白配，而是有了鲜艳的色彩，首次全彩印刷，法国著名唯美派插画大师，亲绘插图。|两年的等待加最美的文字，就是你面前这本最值得期待的新作。洗脑术怎样有逻辑地说服他人全球最高端隐秘的心理学课程，彻底改变你思维逻辑的头脑风暴。白宫智囊团、美国、全球十大上市公司总裁都在秘密学习！当今世界最高明的思想控制与精神绑架，政治、宗教、信仰给我们的终极启示。全球最高端隐秘的

good service

宝贝非常不错，和图片上描述的完全吻合，丝毫不差，无论色泽还是哪些方面，都十分让我觉得应该称赞较好，完美！

书是正品，很不错！速度也快，绝对的好评，下次还来京东，因为看到一句话

女人可以不买漂亮衣服不买奢侈的化妆品但不能不看书，买了几本书都很好

值得看。在商店里我们可以看看新出现的商品，不一定要买但可以了解他的用处，可以增加我们的知识广度，扩宽我们的视野，同时随着社会的发展，科技不断更新，新出现的东西越来越多，日益满足社会发展的需要，使我们的生活越来越精彩，而我们购物要根据自己的情况分析，不要买些外表华丽而无实际用处的东西，特别是我们青少年爱对新生的事物好奇，会不惜代价去买，这是我们要注意的！京东商城的东西太多了，比淘上的东西还要多，而且都是正品，我经过朋友的介绍来过一次，就再也没有去过别的购物网站了。好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。现在，京东域名正式更换为JDCOM。其中的“JD”是京东汉语拼音（JING

DON|G）首字母组合。从此，您不用再特意记忆京东的域名，也无需先搜索再点击，只要在浏览器输入JD.COM，即可方便快捷地访问京东，实现轻松购物。名为“Joy”的京

东吉祥物我很喜欢，TA承载着京东对我们的承诺和努力。狗以对主人忠诚而著称，同时也拥有正直的品行，和快捷的奔跑速度。太喜爱京东了。|给大家介绍本好书《我们如何走到这一步》自序：这些年，你过得怎么样我曾经想过，如果能时光穿梭，遇见从前的自己，是否可以和她做朋友。但我审慎地不敢发表意见。因为从前的自己是多么无知，这件事是很清楚的。就算怀着再复杂的爱去回望，没准儿也能气个半死，看着她在那条傻乎乎的路上跌跌撞撞前行，忍不住开口相劝，搞不好还会被她厌弃。你看天下的事情往往都是一厢情愿。当然我也忍住了各种吐槽，人总是要给自己留余地的，因为还有一种可能是，未来的自己回望现在，看见的还是一个人。好在现在不敢轻易放狠话了，所以总算显得比年轻的时候还有一分从容。但不管什么时候的你，都是你。这时间轴上反复上演的就是打怪兽的过程。过去困扰你的事情，现在已可轻易解决，但往往还有更大的boss在前面等你。“人怎么可能没有烦恼呢”——无论是你初中毕业的那个午后，或者多年后功成名就那一天，总有不同忧伤涌上心头：有些烦恼是钱可以解决的，而更伤悲的是有些烦恼是钱解决不了的。我们曾经在年少时想象的“等到什么什么的时候就一切都好起来了”根本就是个谬论。所以，只能咬着牙继续朝前走吧。

(93%好评) 乙脑、流脑(五)尿道感染

食用菌(如香菇、草菇、蘑菇等)适量，煮汤。食用，对降血脂，防治高血压、脑出血、脑血栓等有一定效果。 ¥17.50(5.9折) ¥8.70(5.6折) 一、预防乙脑

(一)神经衰弱(j食疗) 第k五类：五k官科 提供人：甘露 ¥12.60(8折)

(二)肺气肿及支气管炎引起久咳 二、偏头痛m (三)慢性前列腺炎

胡萝卜适量，洗净切碎，捣烂榨汁，兑蜂蜜少许。每日早晚服一次，n每次一杯。o

(96%o好评) 医o宗金鉴(中o) (三)q感冒引起久咳不愈，痰白、痰多(食疗)

三、失眠多梦 二、急性膀胱炎

胡萝卜适量，洗净切碎，捣烂榨汁，兑蜂蜜少许。每日早晚服一次，每次一杯。

¥15.30(5.2折) 182条 (四)久咳气喘 t二、解暑热t、消烦渴 第九节 【方四】

“伏”姜治咳嗽 孙子兵法：三十六计(大全集)(珍藏本)(超值白金版)

咳嗽、支气管炎及肺气肿 (一)泄泻(拉肚子) 肾、尿道 w 【方二】 提供人：廖德银(苗医)

(94%好评) 二、治疗 一、胃病(药疗、食y疗) 一y、肝炎、黄疸 第二类：妇科 z

提供人：徐桂英(93%好评) ¥30.90(8折) A(七)肺虚A寒咳 经B衰弱 一、高血压 【方五】

全本黄帝内经(大全集)(珍藏本)(超值白金版)(92%好D评)(一D)久咳 第D五节

(五)尿道感染 提供人：叶子 提供人：刘志辉 626条 (三)热咳 (二)胃炎及溃疡 二、尿道

第五类：五官科 G 提供人：甘露 ¥12.60(8折) 第一节 二、防治流脑 (二)神经衰弱失眠

(二)I高血压初起(药疗) 【方十】 ¥15.30(5.2折) ¥27.00(8折) (J二)慢性支K气管炎

三、失眠多梦 第十节 【方七】 红芽芋止血 182条 (四)久咳气喘 L第六节 前M列腺、膀胱

【方四】 “伏”姜治咳嗽 3109条 一、初咳 (一)泄泻(拉肚子)O 肾、尿O道 【O方二】 O

【方一】 O ¥12.60(8折) 二、治疗 一、胃病(药疗、食疗)(一)肝炎 血压、痛风、中风

方法：生黄芪15克，归尾R10克，赤芍、川芎各8克、地龙、桃仁、红花各5克。加水三

碗煎至一碗。《黄帝内经》现学现T用 (二)风热咳嗽 (三)痢疾(药疗、食疗) (一)肾结石

以上二方，对初期高血压疗效很好。

方法：向日葵叶30克，煎浓服之，饮一月后见效。 ¥14.6W0(4.9W折) (一)久咳 第五节

(六)尿道炎 提供人：叶子 提供人：刘志辉

四书·五Y经(大全集Z)(珍藏本)(超值白金版) (三)热咳 中暑 (七)小便不通

【方三】 《民间a良方》小病b不求医，民b间有良方。 20

现在这本《民间验方》，是把《桂林晚报》在2010年征集到的在民间流传的方子，收集、分类、整理出书，其中也有部分验方是我个人多年从民间收集，实践证明是有效的，没有来得及在《桂林晚报》刊登，也收进书中，以便及时服务读者。

《民间良方》和《民间验方》的出版，我觉得这是我们对社会对人类应尽的责任。为什

么要出书才算尽责呢？因为书面语言可以精准地传播和传承。野生动物在大自然中自己治病疗伤是一种本能，否则这些物种早就被大自然淘汰了。如黑猴、猕猴，当它们出现嗜睡、食欲不振、大便不畅的症状时，就会找到一种向日葵属植物的叶子吃下。因向日葵属植物的叶子里含有一种红色的油状物质，能杀死动物肠道内的寄生虫和真菌。地球上绝大多数动物，都有自我治疗的本能。但由于动物没有书面语言，很多生存的经验无法传播和传承，每一代动物的生存能力只能靠父辈手把手地教，每一代动物都是从零开始，没有间接经验的积累。从这个意义上说，书面语言是人类与动物的最本质区别之一。我们出版《民间良方》和《民间验方》的目的和意义.一是使这些方子不至于失传，为我们的后人多积累一些间接经验；二是使这些方子能供更多的人使用，特别是无钱看病的人；三是更方便大家查阅、使用；四是只要人类还存在，这《民间验方》就有它存在的价值！

高血压（一） 【辨证】肝郁化火上炎。
【治法】清肝泻火，行血通经，缓急解痉。 【方名】三草汤。
【组成】夏枯草10克，龙胆草3克，益母草10克，白芍10克，甘草6克。
【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。 【出处】刘渡舟方。（二）
【辨证】阴虚阳亢。 【治法】滋阴平肝。 【方名】玄参钩藤汤。
【组成】元参21克，生地15克，白芍12克，麦冬10克，夏枯草15克，钩藤15克，菊花10克，丹参15克，泽泻10克，生山楂10克，木香10克。
【用法】水煎服，每日1剂，日服2次，30天为1疗程。 【出处】傅云江方。（三）
【辨证】瘀热。 【治法】化瘀清热。 【方名】化瘀清散汤。
【组成】柴胡10克，葛根15克，丹参15克，杭菊15克，桑枝15克，丹皮12克，赤芍10克，红花12克，地龙12克，薄荷6克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。
【出处】李润民方。（四） 【辨证】气虚痰浊阻滞。 【治法】益气化痰。
【方名】赭决九味汤。
【组成】黄芪30克，代赭石30克（先煎），草决明24克，党参15克，茯苓15克，法半夏12克，陈皮6克，白术9克，甘草2克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。
【出处】邓铁涛方。（五） 【辨证】肝火上扰清空。 【治法】平肝清热，通络止痛。
【方名】清肝汤。
【组成】川芎15克，川牛膝15克，地骨皮15克，菊花20克，地龙10克，夏枯草30克，玉米须30克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。 【出处】龚志贤方。（六）
【辨证】肝肾阴虚，阴虚阳亢。 【治法】滋阴补肾，平肝潜阳。 【方名】莲椹汤。
【组成】莲须12克，桑椹子12克，女贞子12克，旱莲草12克，山药15克，牛膝15克，龟板30克（先煎），生牡蛎30克（先煎）。 【用法】每日1剂，水煎分2次服。
【出处】邓铁涛方。（七） 【辨证】肾阴阳两虚。 【治法】平肝滋肾潜阳。
【方名】脾肾双补汤。
【组成】桑寄生30克，玉米须30克，生龙骨30克（先煎），磁石30克（先煎），首乌24克，川芎9克，淫羊藿9克，杜仲9克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。
【出处】邓铁涛方。（八） 【辨证】阴阳两虚，虚阳上亢。 【治法】滋阴潜阳。
【方名】附子龟板汤。
【组成】附块6克，龟板9克，女贞子9克，旱莲草9克，何首乌15克，丹参15克，磁石30克，石决明24克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。 【出处】姜春华方。
（九） 【辨证】脾肾阳虚，痰湿内盛，水气上逆。 【治法】温阳利水，健脾化痰。
【方名】龙牡真武汤。
【组成】茯苓9克，清半夏9克，白术6克，白芍6克，附片6克，生龙骨12克，生牡蛎12克，生姜4.5克。 【用法】水煎服，每日1剂，日服2次。 【出处】蒲辅周方。（十）
【辨证】肝阳上亢。 【治法】清肝，平肝，潜阳，镇痉熄风。 【方名】红龙夏海汤。
【组成】红牛膝12克，地龙12克，海藻30克（另包水洗），夏枯草30克。

书评

[民间良方_下载链接1](#)