



记住：睡觉是养生第一要素。睡觉的时间应当是晚 21：00--早 3：00。因为这个时光是一天的冬季，冬季主躲，冬季不躲，春夏不长，即第 2 天没精力。

520 大哲_偏方收藏大全

偏方目录

520 大哲_偏方收藏大全.....	- 1 -
湿疹.....	- 2 -
咽炎咳嗽.....	- 4 -
鼻炎.....	- 6 -
口腔溃疡.....	- 8 -
颈椎病.....	- 10 -
腰椎间盘突出.....	- 12 -
腰痛.....	- 14 -
腰肌劳损.....	- 16 -
肥胖、减肥、瘦身.....	- 18 -
痔疮.....	- 20 -
风湿性关节炎.....	- 22 -
灰指甲.....	- 24 -
跖疣、趾疣、扁平疣.....	- 26 -
瘰子、鸡眼.....	- 28 -
祛痘、排毒、祛痤疮.....	- 30 -
成人湿疹.....	- 32 -
皮炎.....	- 34 -
带状疱疹.....	- 36 -
肩周炎.....	- 38 -
坐骨神经痛.....	- 40 -
腋臭、狐臭.....	- 42 -
痛经.....	- 44 -
月经不调.....	- 46 -
宫颈糜烂.....	- 48 -
霉菌性阴道炎.....	- 50 -
妇科炎症.....	- 52 -



准确的观念远比昂贵的药物和危险的手术更能帮助患者消除疾病。有了正确的观念，你就会有正确的决定，你就会有精确的举动，你就可以预防很多疾病的发生。

湿疹

介绍:

小儿湿疹是一种变态反应性皮肤病，就是平常说的过敏性皮肤病。主要原因是对食入物、吸入物或接触物不耐受或过敏所致。患有湿疹的孩子起初皮肤发红、出现皮疹、继之皮肤发糙、脱屑，抚摩孩子的皮肤如同触摸在砂纸上一样。遇热、遇湿都可使湿疹表现显著。宜用无激素外用品治疗。

食疗:

湿热型急性湿疹(皮疹潮红、肿胀、渗液、结痂、瘙痒、小便赤、大便干结、舌红、苔黄)的“绿豆薏苡仁汤”：绿豆、薏苡仁各 30 克，煮烂后加入白糖调味，一天内分几次食完，连服 5~7 天。

脾虚型亚急性湿疹(肤色暗红、有少许液体渗出、部分干燥结痂，反复发作。面、足浮肿，舌淡、苔白)的“玉米须苡汤”：玉米须 15 克、玉米芯 30 克，先煎玉米须、玉米芯，去渣取汁，加冰糖调味，代茶饮。可连服 5~7 次。

针对血燥型慢性湿疹(皮肤干燥脱屑、色素沉着或呈苔藓状、患部剧烈瘙痒，常反复急性发作。舌淡、苔薄白或净)的“红枣扁豆粥”：红枣 10 只、扁豆 30 克加水煮烂熟，加入红糖，服食。婴幼儿减量。

网络中药土方:

1、败降草煮水给宝宝洗澡，去痱子很好，还可以去湿疹。中药店有卖，很便宜的

2、生首乌 15 克、徐长卿 6 克、蝉蜕 6 克、金银花 6 克、野菊花 6 克、苦参 6 克、生甘草 5 克、地肤子 6 克、白藓皮 6 克、生薏米 6 克、茯苓皮 6 克、苍术 3 克、茵陈 6 克、黄芩 6 克。水煎服。每日一剂，喂奶的婴儿由母亲服用，经过奶水便可得到治疗；已断奶的婴儿，可每日服 3—4 次，少量频服。治疗 7—14 天左右，可好转。

大哲推荐药方:

推荐理由:

A:特地用过来评价的 真的太神奇啦 用了两天宝宝脸上顽固性湿疹也好了很多 味道很淡 没啥刺激 唯一不足就是盒子很大 真的很小一管呢价钱有点小贵 呵



人所具有的一切智慧，尽对不是从书本里学来的，而是从自己的真恳切、清净心（就是佛家所说的菩提心），从定中生出来的。

呵不过效果真心好呢 还要再买一个备用呢

B:店主发货的速度挺快的，很贴心啊，包装很不错，卖家人很好，小礼物我也很喜欢。服务超好，物流发货也很快。非常满意，物超所值，大家可以放心购买

C:特意用了以后来评价。宝宝十个多月，从八个月开始就一直湿疹，反反复复，试了医院开的药，试了紫草油，还有加州宝宝都没有好转。这个用了第三天了，脸蛋还真光滑了，虽然没彻底好。但总算缓解了。只是自己对这个味道敏感，有点晕闻了。保佑此药纯天然无激素

D:不能肯定里面有没有激素，但是目前看效果真是棒极了！孩子脸上起了湿疹之后，每天都脸红红的，看着特别揪心，用了药之后一晚上就好了很多，真是太好了

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



人是一切生物中构造最完美的灵体，健康的身体是人生来就具足的；人的健康状况的调节是靠人体本身所具有的调节修复体系来完成的，而不是靠外部因素，外部因素只能起辅助作用。

咽炎咳嗽

介绍：

咽炎是咽部粘膜，粘膜下组织的炎症，常为上呼吸道感染的一部分。依据病程的长短和病理改变性质的不同，分为急性咽炎，慢性咽炎两大类。

食疗：

取橄榄两枚，绿茶 1g。将橄榄连核切成两半，与绿茶同放入杯中，冲入开水，加盖闷 5 分钟后饮用。适用于慢性咽炎，咽部异物感者。

胖大海 5 枚，生地 12g，冰糖 30g，茶适量。上药共置热水瓶中，沸水冲泡半瓶，盖闷 15 分钟左右，不拘次数，频频代茶饮。根据患者的饮量，每日 2～3 剂。功能清肺利咽，滋阴生津。用于慢性咽喉炎属肺阴亏虚者，如声音嘶哑，多语则喉中燥痒或干咳，喉部暗红，声带肥厚，甚则声门闭合不全，声带有小结，舌红苔少等。对于肺阴不足、虚火夹实之慢性喉炎而兼大便燥结者，用之最宜。

桑叶 10g，菊花 10g，杏仁 10g，冰糖适量。将杏仁捣碎后，与桑叶、菊花、冰糖共置保温瓶中，加沸水冲泡，约盖闷 15 分钟后，即可当茶水饮用，边饮边加开水，每天 1 剂。功能清热疏风，化痰利咽。

板蓝根 15g，山豆根 10g，甘草 10g，胖大海 5g。共置保温瓶中，用沸水冲泡，盖闷 20 分钟后即可当茶水饮用。也可加水煎煮后，倒保温瓶中慢慢饮用，每天 1 剂。有清热、解毒、利咽的作用，适用于慢性咽炎咽喉疼痛明显者。

鲜马鞭草 50g，绿豆 30g，蜂蜜 30g。将绿豆洗净沥干，新鲜马鞭草连根洗净，用线扎成 2 小捆，与绿豆一起放锅内，加水 1500 毫升用小火炖 1 小时，至绿豆酥烂时离火，捞去马鞭草，趁热加入蜂蜜搅化即可饮汤食豆。每日 1 剂，分 2 次服，连服数日。

网络中药土方：

取桔梗 6 克，甘草 3 克，葱白 2 棵，先将锅中加水 1000 毫升并烧开，然后将桔梗、甘草放入锅内煮 5 分钟，再加入葱白焖 2 分钟即可。咽炎急性发作的时候，将汤汁趁热饮用，每日早晚各一次。我连喝一个星期后，咽部不适症状即消失了。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:购物过程很愉快到位，说明卖家为买家想的周到。这个茶挺好喝，喉咙口有甜



味。看了买家的介绍资料，希望能有完美的结果！我会努力喝茶，然后追加效果。呵呵！最后谢谢老板的礼物，真没想到很好吃！无奈，看来下次又要找他买姜糖了，晕~！

B:很不错的茶，最早认识这种茶是在厦门，当时买了2两，就花了100元，其实味道是一样的，而且在厦门买的茶叶很碎，这次买的就很好，叶片很大，也不碎，真的很实惠，以后再也不去别家买茶了，就在家买，全5分，没得说！

C:这个价位，还算不错吧，毕竟便宜量又多。的确有回甘，可是和之前喝过的苦甘露还是有所不同，可能不是一个品种吧，茶叶上有小白点，看着不舒服，我都是用热水洗一遍再喝。

D:以前来买过这家的葛粉和杜仲茶，感觉很有效果，当时送了一小包莓茶，这段时间咽炎发了，泡了两次，好像有点用，所以又来买了一斤，要是效果好可以长期喝，谢谢卖家送的姜糖和杜仲茶，还有说明书，越来越专业了。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



足够的气血靠：足够的食品+胆汁+必要时间内（晚入夜后~午夜1点40）优质的睡眠（这个时候大脑完全不工作，由植物神经主导）+良好的生活习惯。

鼻炎

介绍：

鼻炎(Rhinitis)指的是鼻腔粘膜和粘膜下组织的炎症。表现为充血或者水肿，患者经常会出现鼻塞，流清水涕，鼻痒，喉部不适，咳嗽等症状。鼻腔分泌的稀薄液体样物质称为鼻涕或者鼻腔分泌物，其作用是帮助清除灰尘，细菌以保持肺部的健康。通常情况下，混合细菌和灰尘的鼻涕后吸至咽喉并最终进入胃内，因其分泌量很少，一般不会引起人们的注意。当鼻内出现炎症时，鼻腔内可以分泌大量的鼻涕，并可以因感染而变成黄色，流经咽喉时可以引起咳嗽，鼻涕量十分多时还可以经前鼻孔流出。

食疗：

大蒜牛肉粥

食材：新鲜牛肉 100 克、生大蒜瓣 50 克、香菜少许、大米 50 克，食盐适量。

做法：1.新鲜牛肉切丝；把大蒜、香菜洗净切成末，大米洗净；

2.入锅加水适量，用大火煮开后改小火煮烂，加入牛肉丝煮约 3~5 分钟，再放入蒜末、香菜末、食盐即可食。

网络中药土方：

白眉豆在火上烧，用烟熏鼻子。3.紫苏叶在水里煮，用蒸汽熏，然后喝水。以辅助。

如果鼻中有息肉，气息不得通，不闻香臭，此为肺中郁热上蒸于脑所致，用下面的处方可以治疗：辛夷，蒿本，防风，白芷，升麻，木通，川芎，辽细辛，甘草各等份，研成细末，每用清茶调服 5 克，可以治疗本玻方中辛夷，白芷，升麻，引胃中清阳上行于脑，防风，蒿本，上入巅顶以祛风燥湿而清热，细辛散热通窍，川芎散郁而助阳气上行，这些都是上行升散，清热通窍的药品，治巅顶风热湿热自是对证，但又恐辛燥太过，所以又用木通泻火下行，甘草甘缓，并借助绿茶降火的作用来调服药末，升降并用，不致发散太过。这可是治疗鼻中有息肉的好方子啊！如果您研末不方便，也可水煎服，只是煎药每日麻烦，且要多花些钱。

大哲推荐药方：



畅通的经络需要：清净心。一切七情六欲都会破坏清净心，从而破坏经络的正常运行。

推荐理由：

A:宝贝很不错,发货很快，包装完好。收到的东西不错，外用效果也不错，效果很满意。满分好评，推荐～～卖家很负责，服务很好。再说产品，这个很好用，用了三四天后，鼻涕少多了，而且也通气了，是鼻炎患者的福音哦，总之还是挺不错的宝贝。我会坚持使用下去的。

B:店主发货的速度好快丫，很贴心啊，包装很不错，卖家人很好，小礼物我也很喜欢。服务超好，物流发货也很快。非常满意，物超所值，大家可以放心购买

C:春季鼻子过敏很严重，这几天又感冒，鼻子一直是堵的，喷了一次就通了，味道很像云香精，但是味道有点甜，刚喷的时候有点刺激，过了一会就感觉很清凉很舒畅了，疗效怎样还要用完这个疗程才知道，不过很超值，买了三盒还送了一盒，还包邮

D:好评 还送了小礼物 东西这么便宜，但是效果却是好的，喷一下很快就通了，呼吸顺畅真幸福啊。不足之处就是非常刺鼻，和药房买的 30 多的一样很刺鼻，但是很快刺激的气味就消失了，还可以忍受。5 分送上

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



口腔溃疡

介绍:

又称为“口疮”，是发生在口腔粘膜上的表浅性溃疡，大小可从米粒至黄豆大小、成圆形或卵圆形，溃疡面为凹、周围充血。溃疡具有周期性、复发性及自限性等特点，好发于唇、颊、舌缘等。病因及致病机制仍不明确。诱因可能是局部创伤、精神紧张、食物、药物、激素水平改变及维生素或微量元素缺乏。系统性疾病、遗传、免疫及微生物在其发生、发展中可能起重要作用。治疗主要以局部治疗为主，严重者需全身治疗，防止得口腔癌。

食疗:

蜜汁含漱法：可用 10% 的蜜汁含漱，能消炎、止痛、促进细胞再生。

蜂蜜疗法：将口腔洗漱干净，再用消毒棉签将蜂蜜涂于溃疡面上，涂擦后暂不要饮食。15 分钟左右可用蜂蜜连口水一起咽下，再继续涂擦，一天可重复涂擦数遍。

硫酸锌疗法：服用硫酸锌片或 12% 硫酸锌糖浆，成人每次 40—80 毫克，1 日 3 次，一般连用 5—7 天即可痊愈。

木耳疗法：取白木耳、黑木耳、山楂各 10 克，水煎、喝汤吃木耳，每日 1—2 次，可治口腔溃疡。

网络中药土方:

1、维生素 E 疗法,取维生素 E 糖衣片数片研成细末，涂敷溃疡面上，每日四次，3~4 天即可痊愈。此后可每晚睡前含服 1~2 片，持续含服 1 个月以防止复发。

2、维生素 B12、维生素 C 疗法

取维生素 B12、维生素 C 各一片研成粉末拌匀，用无菌棉球蘸少许，涂于溃疡面上，咬合 5~10 分钟，使药物被直接吸收（口服显效极慢），一般 3~4 次可痊愈。其机理是：维生素 B12 能促进人体物质代谢。但人体内维生素 B12 浓度很低，很少储存。维生素 C 能降低毛细血管的通透性，减轻溃疡面水肿。两药合用，可起到局部消炎，抑菌止痛，促进溃疡面加速愈合，并使溃疡不易复发等功用。3、蒲公英煎液口服并漱口,蒲公英，味苦、甘，性寒，可清热解毒。取新鲜蒲公英 100g（干品 50g），洗净水煎，饮药液并含漱。一日数次至愈止。



大哲推荐药方：

推荐理由：

A:买了好几次了。一如既往的支持着。

B:正品牙膏，药店买二送一大只

C:不错，一如买二个大的送二个小的。

D:用了一年，好像也还好

E:用了以后，才来评价的。效果挺好的

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



适当运动可以帮助人的气血运行，但同时也在耗费人的气血。人体的微循环主要应该靠放松宁静来达到的，这也是健康必不可少的。

颈椎病

介绍:

颈椎病是指因颈椎退行性变引起颈椎管或椎间孔变形、狭窄，刺激、压迫颈部脊髓、神经根，并引起相应临床症状的疾病，此病多见于 40 岁以上患者。不过现在不是了。

食疗:

葛根五加粥: 原料葛根、薏米仁、粳米各 50 克，刺五加 15 克。制法原料洗净，葛根切碎，刺五加先煎取汁，与余料同放锅中，加水适量。武火煮沸，文火熬成粥。可加冰糖适量。功用祛风除湿止痛。适应征风寒湿痹阻型颈椎病，颈项强痛。

清炖乌蛇: 原料乌蛇 1 条，葱、姜、黄酒、清水适量。制法将乌蛇去皮、内脏，洗净，切成长 5 厘米段块，入沙锅，加葱、姜、黄酒、清水。武火煮沸后，文火炖至熟透，再加盐即成。分次服食。功用祛风通络。适应征颈椎病肢体疼痛麻木者。

山丹桃仁粥: 原料山楂 30 克，丹参 15 克，桃仁(去皮)6 克，粳米 50 克。制法原料洗净，丹参先煎，去渣取汁，再放山楂、桃仁及粳米，加水适量，武火煮沸，文火熬成粥。功用活血化瘀，通络止痛。适应征气滞血瘀型颈椎病。

穹归蚕蛹粥: 原料川穹 10 克，当归、蚕蛹各 15 克，粳米 50 克。制法原料洗净，加水适量，先煎川穹、当归，去渣取汁，再加蚕蛹、粳米，武火熬成粥。功用养血活血。适应征气滞血瘀型颈椎病，体质虚弱者。

网络中药土方:

A:颈椎病: 羊骨头(生的，煮过均可)二两，砸碎炒黄，浸白酒 1 斤，三日后擦颈部，一日三次，一般不过 15 天，可以根治。

B:【辨证】 经络阻滞，血脉不通，髓海失充，肝风内动，风火上扰。【治法】平肝定眩，舒颈醒脑。【方名】定眩汤。【组成】天麻 9 克，半夏 9 克，全蝎 9 克，僵蚕 9 克，白芍 24 克，夜交藤 24 克，钩藤 24 克(另包后下)，茯苓 15 克，丹参 30 克。【用法】水煎服，每日 1 剂，日服 2-3 次。15 天为 1 疗程。【出处】杨笃权方。

大哲推荐药方:

推荐理由:



人体中的垃圾越多，就越须要更多的血气来清除它们，但人的血气因为垃圾的增多和血脉的阻塞而减少，这就形成了恶性循环，这也正是人朽迈的机理。所以，人要想健康不老，就要：
1) 减少体内的垃圾；2) 增加血脉经络的畅通；3) 增加体内的气血。

A:卖家的态度非常好，麻烦了卖家很久，改来改去的但是卖家的一直都很热情，还送了些小礼物，只是物流出了些问题将近十多天才收到货。还没有用，期待效果

B:还没开始用，但看着不错，如果有效果还会继续用，正好双节，店家送了不少东西，挺好！

C:实用性：非常实用，很赞性价比：非常经济实惠款型：款型非常时尚、可爱
质量：质量超好,非常耐用

D:包装很好，顺丰很快，卖家很负责，东西还木有寄到，就打电话过来说要教如何使用，今天我爸爸第一天用，用几天看看效果，再来追加个评论

E:宝贝与店家描述相符，货物包装很牢实，发货速度也很快，只是第一次用还不知道效果如何，但愿有效。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



与其信任药物，信任检查的数据，不如信赖自己的觉得，信赖自己所具足的自我调节能力。但这需要在你得道(智慧开了)的条件之下，才华分辨这一切。

腰椎间盘突出

介绍:

腰椎间盘突出症是指椎间盘纤维环破裂后，其髓核连同残存的纤维环和覆盖其上的后纵韧带向椎管内突出，压迫邻近的脊神经根或脊髓所产生的症状。多发于壮年体力劳动者，男多于女，20-50岁占90%以上。约70%的病人有腰部受伤史。正常椎间盘弹性很大，可承受巨大的压力而不致破裂，随着年龄的增长和经常受到挤压、扭转等应力作用和轻微损伤的积累，在30岁以后椎间盘发生退行性变，使纤维环破裂，引起椎间盘病变。多位于腰4、腰5和腰5、骶1两间隙。

食疗:

- (1)海带 25g，荔枝 15g，小茴香 15g。加水共煮，每日饮服一次。
- (2)生韭菜（或根）500g，捣汁温服，每次 500ml，每日 2 次。
- (3)淡菜 300g。烘干研末，与黑芝麻 150g 炒熟，拌匀，早晚各服一匙。
- (4)芝麻 15g，大米 100g，将芝麻用水淘净，轻微炒黄后研成泥状，加大米煮粥。每日一剂，供早餐食用。
- (5)三七地黄瘦肉汤：三七 12 克打碎，与生地 30 克、大枣 4 个、瘦猪肉 300 克入沙锅，加适量水，大火煮沸后改小火煮 1 小时至瘦肉熟烂，放调盐适量。饮汤吃肉，隔日 1 剂。功能活血化瘀，定痛。主治气滞血瘀型急性腰椎间盘突出症。

网络中药土方:

治腰椎间盘突出症(风寒湿阻)方 处方：制附子 5 克，独活、桑寄生、炒杜仲、川牛膝、秦艽、茯苓、防风、川芎、当归、白芍、地龙各 12 克，细辛 3 克，肉桂 4 克，制乳香、制没药、甘草各 6 克。用法：水煎分 3 次服，每日 1 剂。功效主治：祛风散寒利湿，温经通络止痛。治腰椎间盘突出症(湿热郁结)方 处方：黄柏、防己、蜈蚣、滑石、革薜、秦艽、泽兰、益母草、丹参各 12 克，薏苡仁 15 克，红花、苍术各 9 克，通草、甘草各 6 克。用法：水煎分 3 次服，每日 1 剂。功效主治：清热利湿，通筋活络。

大哲推荐药方:

推荐理由:



人违背了养生法则，虽不一定会立即得病，但一旦形成习惯，就会大大增加得病的机会。这就和交通规则一样，你违背了交通规则，不一定会失事故，但其危险性是显而易见的。

A:卖家的态度非常好，麻烦了卖家很久，改来改去的但是卖家的一直都很热情，还送了些小礼物，只是物流出了些问题将近十多天才收到货。还没有用，期待效果

B:还没开始用，但看着不错，如果有效果还会继续用，正好双节，店家送了不少东西，挺好！

C:实用性：非常实用，很赞性价比：非常经济实惠款型：款型非常时尚、可爱
质量：质量超好,非常耐用

D:包装很好，顺丰很快，卖家很负责，东西还木有寄到，就打电话过来说要教如何使用，今天我爸爸第一天用，用几天看看效果，再来追加个评论

E:宝贝与店家描述相符，货物包装很牢实，发货速度也很快，只是第一次用还不知道效果如何，但愿有效。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



人为什么必须保持必定的饥渴才是对养生有利呢？实在这就是“虚”的妙用。道家讲，虚则灵。这和谦虚使人进步，自豪使人掉队一样，所以人必须经常保持“虚灵”的状况，才能时时坚持清醒，坚持健康。

腰痛

介绍：

腰痛是以腰部一侧或两侧疼痛为主要症状的一种病证。西医的肾脏疾病、风湿病、腰肌劳损、脊椎及脊髓疾病等所致腰痛，可参照该证辨证论治。缠腰疼痛多由肾阳不足，寒凝带脉，或肝经湿热侵及带脉，经行之际，阳虚气弱，以致带脉气结不通而出现疼痛；或冲任气血充盛，以致带脉壅滞，湿热滞留而疼痛。患腰痛首先要注意改变生活方式，不适宜穿带跟的鞋，有条件的可以选择负跟鞋。腰痛是一个症状，不是一个独立的疾病，引起腰痛的原因是比较复杂的，所以出现持续且不明原因的腰痛，不要掉以轻心，应尽快到医院确诊，避免某些严重疾病的发展。

食疗：

- (1)海带 25g，荔枝 15g，小茴香 15g。加水共煮，每日饮服一次。
- (2)生韭菜（或根）500g，捣汁温服，每次 500ml，每日 2 次。
- (3)淡菜 300g。烘干研末，与黑芝麻 150g 炒熟，拌匀，早晚各服一匙。
- (4)芝麻 15g，大米 100g，将芝麻用水淘净，轻微炒黄后研成泥状，加大米煮粥。每日一剂，供早餐食用。
- (5)三七地黄瘦肉汤：
三七 12 克打碎，与生地 30 克、大枣 4 个、瘦猪肉 300 克入沙锅，加适量水，大火煮沸后改小火煮 1 小时至瘦肉熟烂，放调盐适量。饮汤吃肉，隔日 1 剂。

功能活血化瘀，定痛。主治气滞血瘀型急性腰椎间盘突出症。

网络中药土方：

女贞子酒：女贞子 250 克，低度白酒 500 克。将女贞子洗净后，放入低度白酒中，浸泡 3～4 周，每日饮 1～2 次，每次 1 小盅，适用于老年腰痛偏阴虚者。桑寄生 20 克，猪骨 250 克。同煮汤。一般腰痛者均可食。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:药贴缓解疼痛的效果确实很好，老爸老妈是用了两三贴后让我再来买滴。价位也比别家实惠。赠送的小礼物都是家中最常用的，非常贴心！发货速度也很快，



实在，很多真正的发现和发明，所需要的不是所谓体系的书本知识；恰恰相反，一个没有受过任何系统教诲，但悟性极高的、具有开放思维的人，他往往真正悟到原形。

可能是气候问题导致这次快递比预期要慢些。一个药贴重复用上三次后，药味还很浓，就是重复用的药贴粘度不牢。这药贴是要长期用的，以后认准你家了！~

B:第二次购买了，宝贝包装好，上次买了10贴，用完效果很是不错，这次又拍了20贴，店家态度也是一流的好，真可称得上是百问不厌，物流也快，下次还会来，满意的一次网购，呵呵。

C:给奶奶买的，特别好用，本来还怕买的没有试用装好用，送的没有买的效果好，现在这些都不用担心，东西特别好，卖家特别耐心，说的很真实，奶奶用了很快就有效果了，而且效果很好，货真价实，性价比很高哦，一定好评，还来。。。。。

D:我已经用个三贴，膝盖真好了不少啊，还要继续用。而且我发现，如果用吹风什么的把膝盖吹热了，膏药贴的会很牢靠，效果也更好。就是剥下来的时候会有点难度。不过真的效果要至少加一半啊。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



人生最忌是个乱字，心乱了，对外可以紊事，对内可以打搅血气，使失正常。凡恼怒恐怖喜忧昏疑，都是乱，为多病短寿的根源，不但养病时不应乱，即平居时亦忌心乱

腰肌劳损

介绍：

为临床常见病，多发病，发病因素较多，主要症状是腰部酸痛，日间劳累加重，休息后可减轻，日积月累，可使肌纤维变性，甚而少量撕裂，形成疤痕或纤维索条或粘连，遗留长期慢性腰背痛。治疗上以非手术治疗为主，如各种非手术疗法无效者，可施行手术治疗。

食疗：

寒湿型：临床表现：腰痛、阴雨天受凉或劳累后加重，喜暖畏寒、乏力、不能直立、活动欠佳，苔白滑、脉弦细。

食疗药膳：1. 椒茴煮猪尾：胡椒 12 克，大茴香 10 克，猪尾 1 条(去毛洗净切段)，水适量，煮汤调味服。2. 良姜猪脊骨粥：高良姜 10 克，苡仁 30 克，生姜 10 片，杜仲 10 克，寄生 20 克，水煎去渣，再加猪脊骨 250 克，大米 120 克，煮粥调味服。3. 薏苡仁生姜羊肉汤：薏苡仁 50 克，生姜 20 克，羊肉 250 克，加水适量煲汤，调味佐膳。

肝肾两虚型：临床表现：腰痛反复发作，时轻时重，休息后减轻；喜用双手捶腰，手足麻木、耳鸣、口干咽燥，舌质红，苔白，脉弦细

食疗药膳：1. 杜仲狗脊汤：杜仲 20 克，狗脊 15 克，黄精 15 克，鸡血藤 30 克，猪骶骨 1 具，久煎，调味饮汤吃肉。每日 1 次，连服 10 天为 1 疗程。2. 当归牛尾汤：当归 30 克，杜仲 12 克，首乌 15 克，牛尾巴 1 条。将牛尾巴去毛洗净，切成小段，和上述药物加水适量，煲透熟，调味，饮汤吃牛尾。

3. 牛膝黄精猪肾汤：牛膝 20 克，黄精 15 克，川断 10 克，杜仲 10 克，猪肾 1 对。水煎调味饮汤吃肾，每日 1 次，连服 30 天。

网络中药土方：

【辨证】气血留滞，经络受阻，肝肾不足。治法】活血通络，调补肝肾。【方名】地龙散加减。【组成】地龙 9 克，苏木 9 克，桃仁 9 克，土鳖 9 克，麻黄 3 克，黄柏 3 克，元胡 10 克，制乳没各 10 克，当归 12 克，川断 12 克，乌药 12 克，甘草 6 克。【用法】水煎服，每日 1 剂，食前服。【出处】杨定明方

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:药贴缓解疼痛的效果确实很好，老爸老妈是用了两三贴后让我再来买滴。价位



多嗔伤肝，多淫伤肾，多食又伤脾胃。忧思伤脾，愤怒伤肝，劳虑伤神。

也比别家实惠。赠送的小礼物都是家中最常用的，非常贴心！发货速度也很快，可能是气候问题导致这次快递比预期要慢些。一个药贴重复用上三次后，药味还很浓，就是重复用的药贴粘度不牢。这药贴是要长期用的，以后认准你家了！~

B:第二次购买了，宝贝包装好，上次买了 10 贴，用完效果很是不错，这次又拍了 20 贴，店家态度也是一流的好，真可称得上是百问不厌，物流也快，下次还会来，满意的一次网购，呵呵。

C:给奶奶买的，特别好用，本来还怕买的没有试用装好用，送的没有买的效果好，现在这些都不用担心，东西特别好，卖家特别耐心，说的很真实，奶奶用了很快就有效果了，而且效果很好，货真价实，性价比很高哦，一定好评，还来。。。。。。

D:我已经用个三贴，膝盖真好了不少啊，还要继续用。而且我发现，如果用吹风什么的把膝盖吹热了，膏药贴的会很牢靠，效果也更好。就是剥下来的时候会有点难度。不过真的效果要至少加一半啊。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



凡人欲求长寿，应先除病。欲求除病，当明用气。欲明用气，当先养性。养性之法，当先调心。

肥胖、减肥、瘦身

介绍：

肥胖是体内脂肪，尤其是甘油三酯（三酰甘油）积聚过多而导致的一种状态。通常由于食物摄入过多或机体代谢的改变而导致体内脂肪积聚过多，造成体重过度增长，并引起人体病理生理的改变。体重指数（body mass index, BMI）为体重（Kg）除以身高（m）的平方，是评估肥胖程度的指标。在欧美，BMI ≥ 25 kg/m² 为超重，BMI ≥ 30 kg/m² 为肥胖。亚太地区人群根据 BMI 不同可分为：健康 18.5-22.9kg/m²；超重 23-24.9kg/m²；1 度肥胖 25-29.9kg/m²；2 度肥胖 30-34.9 kg/m²；3 度肥胖 >35 kg/m²。

食疗：

【冬瓜烧香菇】配方：冬瓜 250 克 水发香菇 50 克。制法 将冬瓜切成小方块 香菇浸泡后切块。锅中加油烧热 倒入冬瓜、香菇及泡香菇水 焖烧数分钟 加食盐、味精等调味 至熟即可。功效 清热健脾。用法 佐餐食用

网络中药土方：

(1)虾皮腐竹：腐竹 250 克，虾皮 20 克，蒜头一瓣，麻油、姜、精盐、味精各适量。

①虾皮加酒、水浸发并煮沸，腐竹冷水发后撕成细长条。

②油烧热后爆香蒜茸、姜末、加入腐竹及虾皮(连汁)，煮沸调味、再用小火烩 20 分钟，淋上麻油即成。可经常食用，本品为高蛋白饮食，防止低血糖和高脂血症。

【三花减肥茶】配方：玫瑰花、玳玳花、茉莉花、川芎、荷叶各等份。制法 将上药切碎 共研粗末 用滤泡纸袋分装 每袋 3 5 克。功效 宽胸理气 利湿化痰 降脂减肥。用法 每日 1 小袋 放置茶杯中 用沸水冲泡 10 分钟后 代茶饮服。

大哲推荐药方：

推荐理由：



人受五行之气而治生，故肉身以气为主。气亏则病，气滞则病。欲治其病，先治其气。28、气以行血，血以补气，二而一也。凡人久视则伤血、久卧伤气、久坐伤肉、久立伤骨、久行伤筋，七情六欲之过则伤元气、伤心肾。相火旺，真阳耗， 博弈圣首躲

A:效果真的很不错,我都已经吃了二瓶了,也推荐了家人朋友吃,现在大家都特别感谢我带给他们这么好的产品,也只有清妃阁能带给我们满意和舒心,我是这家真实的忠诚的粉丝,大家相信我,选这家准没错的,非常满意,全五分!!!

B:最近有事评价晚了 有效果。很健康的减肥哦，这款最初是有些口渴，没有任何副作用 整个人瘦了一圈哦。爱美人皆有之，想着减肥曾经用过别的产品 效果不怎么样，这款很满意啦，看来要买新衣服了

C:老顾客了，在这买了好几次了，我开 SPA 美容会所的，现在这款减肥产品成了我店里的一个重要的项目，因为它既可以瘦身，对皮肤也有好处，可以说是特别适合女性，现在有许多顾客在我店里使用这款产品，效果确实很不错，都有瘦下来，值得信赖哦，全 5 分

D:左旋肉碱 非常有效的一款减肥产品，吃了一个月瘦了 17 斤，这次我帮我帮朋友买的，还是之前的正品.

E:发货快，而且包装的很仔细，客服态度也很好，会推荐给其他朋友的
卖家有这么好的东东让我们分享，下次还会再来的！
朋友吃了效果依然好会给大大的好评的。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



治五脏之病，莫先于补气。肾犹亟焉。补气在勿动心，心动则肝旺，各脉震惊，真水消耗。心为扇，主引风。风动则火旺，火旺则水干，水干则地损。

痔疮

介绍：

人体直肠末端粘膜下和肛管皮肤下静脉丛发生扩张和屈曲所形成的柔软静脉团，称为痔，又名痔疮、痔核、痔病、痔疾等。医学所指痔疮包括内痔、外痔、混合痔，是肛门直肠底部及肛门粘膜的静脉丛发生曲张而形成的一个或多个柔软的静脉团的一种慢性疾病。

食疗：

平时要多进食含有丰富纤维的食品，例如豆类，新鲜水果和蔬菜等，男性朋友还可以适当进食点粗粮，对于增强肠胃蠕动，软化大便都有很好的效果。忌吃或者不常吃辛辣等刺激性的食物，男士还应该戒烟戒酒，避免刺激肠道，导致痔疮症状的加重。多喝水防止便秘的发生，早上喝一杯白开水有着很好的预防作用。如果有痔疮出血的症状的朋友，还可以用槐花泡水喝，这也有着一定的缓解作用，适度的参加体育锻炼，提高身体的免疫能力和抗病能力，这样有更有利于身体健康的恢复。

网络中药土方：

内服:用参芦泡茶喝。参芦即生晒参的头部,又叫参蒂,中药房有售,有助于提升内脏,治疗痔疮的功效。

体疗:一是经常做提肛动作。配合呼吸,吸气时提肛,呼气时放松,动作尽量拉长、缓慢。此法最简便,不受任何条件限制,想起就能做,每日可多做几次,每次五六遍即可。二是作“金鸡独立”:一腿直立,一腿提起作小儿斗鸡状。一、二分钟即可。两腿交替练习。

按摩:一是睡前点拨会阴穴(两阴之间)、长强穴(尾骨下端半寸),二是按揉肛窍。早晚各一次,尤其是便后。方法是:用温水洗净肛门,手指上挤少许痔疮膏(可选用马应龙麝香痔疮膏或黑宝熊胆痔灵膏)伸入肛内,可略微使点劲,按揉肛门四周。

听有经验的老人说,痔疮是很难断根的,因此我虽然现在如同正常人一般,但仍经常注意对肛门保持清洁并作些按揉,还时常做做提肛动作。



治五脏之病，莫先于补气。肾犹亟焉。补气在勿动心，心动则肝旺，各脉震惊，真水消耗。心为扇，主引风。风动则火旺，火旺则水干，水干则地损。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:用了好多天才评价的，这药真的太神奇了，本来很难受的，还以为要去做手术了呢，没想到抱着试试的态度用了几天，真的就好了好多，用了一个星期，现在都消肿了，也不经常痒了~~~~~感谢店家~~~~~

B:已经用了5天才上来评价的，宝贝使用第一天，便血的情况缓解，但第二天开始又开始便血了，不知道是否是药物无效还是病情太严重的原因，本来已经准备做手术了，抱着试试的态度买的，再加上之前用过无数的药，均未能有效止血，但看来还是没有预期的效果.....，或许病情轻一些的患者应该有效。

C:这款护理药确实很好用，已经是第二次帮朋友买啦~~~卖家的服务实在是太太周到啦，非常非常的贴心，很感动。包装很仔细，发货速度也很快，总之这又是一次很令人满意的合作哦 D:东西刚拿到，包装的很仔细啊，店家还特别送了个小药膏，很贴心，具体效果还没用，应该还不错，先用段时间再来补充吧，支持

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



中医的最高境界是养生，养生的最高境界是养心。所以，就养生而言，下士养身，中士养气，上士养心。看一个人也是一样，观相不如观气，观气不如观心。

风湿性关节炎

介绍：

风湿性关节炎（rheumatoid arthritis）是一种常见的急性或慢性结缔组织炎症。可反复发作并累及心脏。临床以关节和肌肉游走性酸楚、重著、疼痛为特征。属变态反应性疾病。是风湿热的主要表现之一，多以急性发热及关节疼痛起病。

食疗：

(1)鹿茸鸡：以当年的公鸡 1 只，鹿茸 3～6g，在锅内焖熟，不放油盐。吃肉喝汤，两天吃完。可根据情况每隔 1 周或半月吃 1 次。夏天及关节红肿疼痛者勿用。

(2)生姜鸡：用刚刚开叫的公鸡 1 只，生姜 100～250g，切成小块，在锅中爆炒焖熟，不放油盐。会饮酒者可放少量酒，1 天内吃完，可隔 1 周或半月吃 1 次。用于关节冷痛，喜暖怕寒者。

(3)苡米粥：苡米 30g、淀粉少许、砂糖、桂花适量。先煮苡米，米烂熟放入淀粉少许，再加砂糖、桂花。作早餐用，能清利湿热，健脾除痹。

(4)赤小豆粥：赤小豆 30g，白米 15g，白糖适量。先煮赤小豆至熟，再加入白米作粥加糖，能除湿热。

(5)木瓜汤：木瓜 4 个，蒸熟去皮，研烂如泥，白蜜 1kg 炼净。将两物调匀，放入净瓷器内盛之。每日晨起用开水冲调 1～2 匙饮用。能通痹止痛。

网络中药土方：

【辨证】实热痹阻。【治法】清热解毒，祛湿宣痹。【方名】退热通络汤 1 号。【组成】双花 45 克，公英 45 克，生石膏 45 克，龙胆草 30 克，土茯苓 30 克，虎杖 30 克，生地 15 克，木通 15 克，赤芍 15 克，桃仁 15 克，蝉蜕 15 克，炙水蛭 15 克，乌梅 10 克，甘草 10 克，以嫩桑枝或鲜芦根适量煮汤代水。【用法】水煎服，每日 1 剂，日服 3 次。【出处】张爱国方。

大哲推荐药方：

推荐理由：



心神不安，情性燥急，为致病致去世之总因。故安心法，为卫生第一要诀。心可以主动一切。心定则气和，气和则血顺，血顺则精足而神旺，精足神旺者，内部抵抗力强，病自除矣。故治病当以摄心为主。

A:药贴缓解疼痛的效果确实很好，老爸老妈是用了两三贴后让我再来买滴。价位也比别家实惠。赠送的小礼物都是家中最常用的，非常贴心！发货速度也很快，可能是气候问题导致这次快递比预期要慢些。一个药贴重复用上三次后，药味还很浓，就是重复用的药贴粘度不牢。这药贴是要长期用的，以后认准你家了！~

B:第二次购买了，宝贝包装好，上次买了 10 贴，用完效果很是不错，这次又拍了 20 贴，店家态度也是一流的好，真可称得上是百问不厌，物流也快，下次还会来，满意的一次网购，呵呵。

C:给奶奶买的，特别好用，本来还怕买的没有试用装好用，送的没有买的效果好，现在这些都不用担心，东西特别好，卖家特别耐心，说的很真实，奶奶用了很快就有效果了，而且效果很好，货真价实，性价比很高哦，一定好评，还来。。。。。。

D:我已经用个三贴，膝盖真好了不少啊，还要继续用。而且我发现，如果用吹风什么的把膝盖吹热了，膏药贴的会很牢靠，效果也更好。就是剥下来的时候会有点难度。不过真的效果要至少加一半啊。

>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



灰指甲

介绍:

甲真菌病又称为甲癣（*tinea unguium*）、灰指甲。是甲最常患的疾患，占甲病的半数以上。指趾甲均可发病，趾甲更易罹患。成人出现甲真菌病的比例约为 6-8%。

食疗:

补充营养素：① 蛋白质(含各种单一基酸)用量依产品标示，氨基酸是指甲的组成物，使用氨基酸较快被吸收及利用。② 维生素 A 或维生素 A 乳剂：用量每天分别为 15000IU 或每天 25000IU。体内若无维生素 A，则无法利用蛋白质，乳剂较快被吸收利用。③ 啤酒酵母：用量依产品标示。含各种必需营养素，并富含蛋白质。④ 钙及镁及维生素 D;用量依产品标示。它们是指甲生长所必需的营养元素。⑤ 明胶 ;用量依产品标示。指甲的基本构成物。⑥ 铁质;用量依产品标示。缺铁会造成汤匙指甲和纵向突脊。⑦ L 一半胱氨酸和 L-甲硫氨酸;用量依产品指示。含硫的氨基酸，是皮肤及指甲生长所必需的。⑧ 硅(燕麦杆茶及木贼);用量依产品指示。是头发、骨骼及指甲所需之物。⑨ 维生素 B 添加核黄素(B2)、B12、叶酸缺乏维生素 B，易使指甲脆弱。⑩ 维生素 C;用量每天 300 毫克。倒刺及指甲附近的组织发炎与缺乏维生素 c 有关。

网络中药土方:

- 1、醋 1 斤熬至半斤，加入去皮大蒜头一只，二日后用醋每天浸手或足二次，一次 10 分钟，浸后再用清水洗净，连用至愈；
- 2、鸦胆子(打碎)20 克、生百部 30 克、白酒 250 毫升，醋 250 毫升，将药及酒、醋一起放入大口瓶内，密闭，浸泡 10 天后备用。将患手插入瓶中浸泡(浸泡过程中要注意尽量减少药液的挥发)，每次浸泡 30 至 60 分钟，每日浸泡 2 至 3 次，约 11 至 12 天药液泡完即可；
- 3、取生大蒜 100 克，捣烂如泥，加入盛有 150 克陈醋的玻璃瓶内，浸泡一周后备用。如果患有灰指(趾)甲，可将患指(趾)浸入蒜醋液中 3 至 5 分钟，每日 4 至 6 次，连用至愈；



大哲推荐药方：

推荐理由：

A:质量很好，颜色很正，实物大小形状和图片一样，很漂亮上档次，效果非常满意，发货速度很快，全5分。我是通过【tao.66q8.cn】搜索了商品之后再点到淘宝购买的，省时，省钱，还质量保证，在淘宝买东西一直在用这个网，跟大家分享一下。

B:店家服务蛮好的，给老妈买的，买二次了，效果一如既往的不错哦！最重要的妈妈不会上网，有不明白的地方店家还给打电话告知，这样服务的我还是第一次见，真心感谢您们的服务态度，妈妈的灰指甲马上就好了，大恩不言谢了！

C:之前买过一套，妈妈的手上的灰指甲都治好了，现在再买一批，治疗脚上的。再来买一定是效果好才来的。所以呢，支持店主生意越来越好。不过新款颜色气味和原来的都不同了，不知效果怎样。但包装是好了些。

D:谢谢卖家的售后，这次快递让我自己取，他让快递送到家的，太伟大了。这个产品我用过，第一次买了一盒没有够用，指甲长出一半了，所以再次购买，卖家很贴心送了工具

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



跖疣、趾疣、扁平疣

介绍：

跖疣 zhí yóu (verruca plantaris)是发生在足底部的寻常疣。发生在足跟、跖骨头或跖间的赘生物，称跖疣多由人类乳头瘤病毒所引起，是寻常疣的一种。跖疣是发生于足底的赘生物。古医籍有称之为牛程蹇。本病西医称为跖疣。

食疗：

红花茶：取红花 9-10g，以沸水冲泡代茶饮，冲泡至色淡后弃之。每日 1 剂。
凉拌蒲公英：取鲜蒲公英 300g，洗净，用开水烫后，放入香油、味精、细盐，凉拌食用。每天 1 次。

薏苡仁粥：取新产薏苡仁 50g，择去杂质，淘洗干净，加水适量，用武火煮沸后，改文火煮熟成粥，调入白糖少许，空腹顿服。每日 1 次。

香附鸡蛋：取制香附 200g，研为细末，分装成 15 份备用。鸡蛋 1 枚，打碎，与 1 份香附搅匀；取花生油 15mL，放锅内烧热后，放入拌匀的香附鸡蛋，煎熟后，放入 10ML 米醋，趁热吃下。每天 1 次。

另外，还要多吃新鲜果蔬，保证有足够的维生素。大便也需保持畅通。跖疣患者在日常生活中要养成良好的饮食习惯

网络中药土方：

薏米 80-120g 荆芥 10g 当归 8g 白蒺藜 10g 生地 20-30g 川芎 8g 蝉衣 6-8g 凉水先下薏米生地川芎煎 40-60 分钟，再下其他药煎 2-4 分钟，清出。添开水再煎 10-20 分钟，清出。两次兑，早晚各半温服。戒鱼虾、牛羊肉及生冷刺激性饮食。主治：扁平疣，临床可辨证加减，连服 18-30 天停药，等 30-60 天可痊愈。【戒发物】

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:点了两次，今天看到小侄儿的一个小的跖疣有脱落的迹象，大的那个变黑了许多。继续用药，等待效果。



一切修身修心法门，只有两字诀：曰放下、曰回头。放下屠刀，立地成佛；苦海无边，悬崖勒马。只要一放下，一回头，病者顿愈，迷者顿觉。此真无量寿者。

B:药，收到就用了，效果非常的好！有点痛痛的感觉！建议大家白天用！昨天第二次用了，应该可以根治的！我会追加评论了！同时，也是不错的卖家！服务态度很好，很耐心！

C:到现在已经变色，可以剪下来，但比较深，还未恢复正常，继续观察。

D:这真的是我史上最慢的一次快递了，本来用了其他药，一直没反应，所以买这个试试，不知道是啥缘故，刚买下第一天，之前那个药开始起作用了，然后五天之后这个药才到，脚上的跖疣已经变黑而且不疼了，所以赶紧又试了下这个药，今天明显变小了，不知道是这个药还是之前的药的作用，总之留着，万一复发还能用~

E:包装完好，送货很快。还没用，希望管用。到时再评价

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



瘰子、鸡眼

介绍:

瘰子专业上叫做“寻常疣”(是民间对丝状疣、跖疣、指状疣、扁平疣、尖锐湿疣的统称)中医称“千日疮”俗称“刺瘰”、“瘰子”等，是由病毒感染引起的皮肤病。好发于面部及手背。初期在正常的皮肤上，出现针头大小的丘疹，逐渐发展成黄豆大小，甚至更大的刺状突起；边界清楚，表面粗糙干燥，呈乳头样增生，高低不平，强行剥离易出血；数目不定，初起时为一个，因自身，接种以后逐渐增加为数个甚至数十个之多，正常肤色质地较硬。

足部反复的机械性创伤可导致角化过度，这种对损伤的保护性反应可引起皮肤局限性增厚，产生不适感，称为鸡眼(corns)或胼胝(calluses)。

食疗:

在日本，薏仁有“去瘰”的别名，因它除了能强身健体，还可以加快疾病包括皮肤病的痊愈速度。用薏仁制成的薏仁茶容易使人摄取其中的营养成分，且具有好闻的香味，般人都能接受。坚持饮用，对消除瘰子有很好的辅助治疗作用。首先，小火炒 20 克薏仁，注意不要炒焦；然后，将炒好的薏仁和 600 毫升水放入水壶中，烧开后，用小火熬 20~30 分钟，薏仁既可用带皮的，也可用脱皮的。如果将煎茶后剩下的渣一起吃掉，能有效地去除瘰子，而且还具有很好的美容作用。脱皮后的薏仁渣放入牛奶中，就像麦片粥一样，是非常健康的早饭。需要注意的是，薏仁食用过量会有烧心的感觉，每天要控制在 50 克之内，平常可放在冰箱里或阴凉处保存。

网络中药土方:

1、鸡眼【治法】 【1】鲜茄子捣汁涂患处;每日 2-3 次。 【2】宜先用热水将患处泡软，削去表面角质层后，保护周围、露出鸡眼，然后外敷各种强角质剥脱剂，如市售鸡眼膏，15%柳酸乳酸雷锁辛软膏。0.3%维甲酸软膏，10%硝酸银液等，每隔数天重复一次，直到将尖端挖出为止。2、（去瘰子：网友经验）数月前，我的右脸庞上长出一颗小米粒大小的瘰子，后来渐渐长到绿豆那么大。我试着将蒜瓣切成小块，用以擦抹患处。先是瘰子表面出现干痂，最后竟至完全脱落。现在患处光洁如初，未留任何痕迹。

大哲推荐药方:

推荐理由:



A:脚上的鸡眼长了有近 10 年了，因为不痛不痒所以没怎样管它，难得心血来潮去药店买过鸡眼膏，用得又痛又无效。可近一年来，大鸡眼边上又长了两小鸡眼，就来淘宝找药了，看了这货的评论报着试一试的想法买了一瓶，期间也烦了卖家好久，卖家态度好，看诊十分准确!点 2 次后，修一下，再点一次后有小痛，完全可忍，过一周后修皮，里面竟已经长好新肉!太感谢卖家了!

B:右手的瘰子长了 3 年，不连续用药两周，基本都已经结痂。痂掉了以后，伤口处中心有一个红色的小点，周围一圈新肉!但是唯一不确定的是，新肉部分还是有 1mm 的凸起，不知是不是痊愈了!观察一段时间再来追加!店主人很好，无论是留言还是电话咨询态度都很热情认真。值得推荐的好产品!

C:好用!好评!!收到的朋友们不要抱怨瓶子好小，因为你会发现只用米粒大小就会有效果!我是脖子上长了丝状疣，半小时内涂了三次，过了 3 天很长的一个疣就掉了。提醒大家，1 不要涂到好皮肤上会变黑，2 丝状疣不能只涂尖端一点，掉的慢。谢谢卖家!

D:我只想说两个字：真他妈是神药啊...2 个黄豆大小的跖疣，试着抱一抱的态度我买了一瓶，第一天点了 3 次半夜真的好疼，第二天又点了 2 次，第三天患处就发白变黄就没在用药，等到第五天我就把下面的皮周开了，里面冒着黑水，我擦掉黑水，里面有嫩红色的肉，原来的跖疣掉了只留下一个大坑，这几天坑也长好了，神了...全好评，感谢店主耐心的解答太好了.....

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



祛痘、排毒、祛痤疮

介绍：

痤疮俗称青春痘，为慢性炎症性毛囊皮脂腺疾病，是皮肤科最常见的疾病之一。痤疮是一种多因素的疾病，其发病主要与性激素水平、皮脂腺大量分泌、痤疮丙酸杆菌增殖，毛囊皮脂腺导管的角化异常及炎症等因素相关。

食疗：

- 1、青春痘初起颜面皮肤潮红者，以草莓 1 碗，洗净后食用，每日一碗，连食 7 天，具有疏风清热健脾功效。
- 2、青春痘伴大便秘结者，用芹菜 500 克，如常法炒菜，每日 3 次，食用，连食 10—14 天，具清热通便作用。
- 3、青春痘伴小便黄者，用生薏苡仁 100 克，绿豆 25 克加水 3 碗，先用武火烧开，再用文火烧至粥状，加白糖适量服用。每日 1 次，连服 7 日，具有清热利湿的功效。
- 4、青春痘颜面皮肤油腻，大便秘结者，用山楂、桃仁（捣泥）各 9 克，水煎取汁，频频饮服，具有消食化滞通便功效。
- 5、女性青春痘伴有痛经或月经不调者，用丹皮、益母草、柴胡各 15 克水煎取汁，入粳米同煮为粥。每日 1 剂，分早、晚服用，连服 1 个月，具疏肝活血作用。
- 6、青春痘皮损周围发红伴疼痛者，以绿茶、金银花各 5 克用沸水冲泡当茶饮，具清热消炎功效。
- 7、青春痘药茶：金银花 30 克、甘草 5 克，加适量水熬制后，去渣，当茶饮。
- 8、青春痘食疗：绿豆 1 两，百合 1 两，同煮后食用，有一定防治效果。
- 9、青春痘药方：枇杷叶、桑白皮、荆芥、银花、连翘、黄芩、赤芍、生地、丹皮各三钱、甘草一钱，用水煎服，每日一剂。

网络中药土方：

将 60 克百合洗净，加入 30 克蜂蜜，隔水炖熟服用，临床治疗痤疮效果较好。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:刚买回来用了几次了 妈妈说的真的有变白哦 哈哈 送的眼贴也很好用 物流也挺快的 以前都是三四天才到的 这次两天就到了真是神速啊 嘿嘿 服务很贴



心 下次还会再来光顾的
化妆品容量: 140g/ml

B:用着皮肤很嫩嫩的感觉 很周到
化妆品容量: 140g/ml

C:很浓的中药味，很喜欢，同事说我脸色亮了不少，很好的面膜，配合祛斑的套装很有效果的，啦啦啦，亲们可以下手哦，一瓶快要用完了，还想再入一瓶，我隔一天用一次会不会太勤了呢

D:包装得很好。打开觉得挺好的就等着看效果咯。还有客服也很好。刚好今天又是我生日 总之很开心 赞一个声嘶力竭嘿 不错哦
化妆品容量: 140g/ml

E:不错，用完还会购买的!

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



人生一切事业，皆以精力为基础，而精神之衰旺强弱，全赖心神之静定不乱，一个乱字，足以妨碍一切工作。 博弈圣首躲

成人湿疹

介绍：

湿疹（eczema）是由多种复杂的内、外因素引起的一种具有多形性皮损和易有渗出倾向的皮肤炎症性反应。本病病因复杂多难以确定。自觉症状瘙痒剧烈。病情易反复，可迁延多年不愈。

食疗：

1. 赤豆米仁汤：赤小豆、米仁各 30 克，煮熟烂，加糖适量，日服 2 次，小儿可减量或仅吃汤，可吃一段时间。
2. 绿豆百合汤：绿豆、百合干各 30 克煮汤吃，加糖适量服食，日服 2 次，可吃一段时间。
3. 米仁苡苳汤：生米仁 5 克，苡苳 10 枚去皮切片，加水煮服，每日 1 次，连服 10 天。
4. 鲜地瓜：鲜地瓜 60 克去皮挤汁，并将渣捣烂如泥状，加醋适量调匀，敷患处，汁可饮服，连用 5~7 天。
5. 龙井茶：龙井茶 6 克，沸水泡至 50 毫升，加糖少许，对婴儿湿疹可每日分次喂服，连喂 1-2 周。

网络中药土方：

新鲜鸡蛋 10 个洗净煮熟，将蛋黄放入铁勺内于炭火上熬炼取油脂（10 个鸡蛋约取 10-15 毫升油脂），去渣后将蛋黄油直接抹患处，每天 1 次。一般用药后局部发红、渗液，瘙痒等即减轻，经 3-5 次即可痊愈。又有人用蛋黄油治疗皮癣、脚癣和头癣，亦获良效。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:实乃淘宝神药，我宝宝五个月一直受湿疹困扰，小脸就没干净过，换了好多种药都没啥效果，湿疹清实在神奇，摸了一次就有好转，连摸了两天，皮肤变很光滑，也不再出疹子了，五分好评都觉得不够。



养病治病不可求速。因性急助火，火旺损气，反而不美。另不可贪多，贪则无恒而性急，况百病由贪而起，不可再贪以重增病苦也。

B:店主发货的速度挺快的，很贴心啊，包装很不错，卖家人很好，小礼物我也很喜欢。服务超好，物流发货也很快。非常满意，物超所值，大家可以放心购买

C:之前宝宝的湿疹一用就好了，现在是婆婆的脚静脉曲张引起的痒，在用，擦了这个不痒。多次来了，好话就不说了，就是太贵了，我骗婆婆说是十块钱一支买的，要她知道是这个价肯定心疼，不舍得用了

D:给妈妈买的，之前去什么军医大都看过，开的药也擦过，针也扎过，手上的湿疹却越来越严重，做家务都只能带橡胶手套。本来想试试，结果昨天收到才刚用了2次就有效果了，晚上是擦了带手套捂着睡的，今天早上起来病症的位置的老皮开始脱落了，看来真的是有效果的。会继续关注效果

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



静养法：安坐（卧）在床上，把身心一齐放下，自己浑身如融化，不许用一毫力气，似乎没有这个身子相似。呼吸顺其自然，心也不许它用一点力，一起念便是用力了。把心安在脚底板下，此是引火向下，引水向上，自然全身气血顺畅。

皮炎

介绍：

皮炎和湿疹常作为同义词用来指一种皮肤炎症，代表皮肤对于化学制剂、蛋白、细菌与真菌等种种物质的变应性反应。湿疹一词没有特殊的含义，而皮炎则有限定的意义。若用皮炎代替湿疹作为诊断术语，则指的是真皮、表皮联合反应，它可以是急性、亚急性和慢性。这三者可以联合存在。

可分为：接触性皮炎、神经性皮炎、脂溢性皮炎、日光性皮炎等等

食疗：

1.百合汤: 百合、玉竹、天花粉各 15 克及沙参 10 克、山楂 9 克加水适量煮取汁。1 剂/日,代茶饮。 功能养阴清热,凉血解毒。主治阴虚血热型接触性皮炎。

2.山楂肉丁: 红花 10 克油炸后去渣,入瘦猪肉了 250 克煸炒,再入佐料、山楂 30 克同炒至熟。佐膳,随量食。功能活血散瘀,滋阴润燥。主治瘀血阻络型接触性皮炎。

3.马齿苋饮: 鲜马齿苋 250 克加水适量煎熬 2 次,滤汁混合,入红糖适量调味。早、晚各 1 次温服,1 剂/日。 功能祛风除湿。主治风热型接触性皮炎(注:孕妇忌服)。

4.红糖藕片: 鲜藕片 300 克入沸水中焯过,加红糖 10 克调味拌匀。佐膳,随量食。功能益气活血,散瘀通络。主治瘀血内阻型接触性皮炎。

5.国老膏: 甘草 5 千克切段,入锅加净水适量,煎 6~7 小时后过滤,取汁后再浓缩收膏 1.5 千克,然后用蜂蜜 1.5 升调匀,贮瓶。6-10 克/次,2 次/日,沸水冲服,5-7 日/疗程。功能清热解毒,祛瘀消肿,调和气血。主治气血不和,余毒未清型接触性皮炎。

6.韭菜煎: 鲜韭菜 50 克切小段入锅,加清水 600 毫升煎至取汁。1 剂/日,分 2 次温服。功能解毒,利湿,止痒。主治湿毒较盛型接触性皮炎。

7.荸荠清凉饮: 荸荠 200 克去皮,切碎搅汁。鲜薄荷叶 10 克加白糖 10 克捣烂,入荸荠汁中,加水至 200 毫升。1 剂/日,顿服。 功能凉血祛风。主治血热生风型接触性皮炎。

8.清炒雍菜: 鲜菊花、鲜金银花各 10 克加水适量,煎取汁 15~20 毫升。热油锅,将雍菜 400 克炒熟,把药汁淋菜上,调味。佐膳,随量食。功能清热凉血,祛风



静养法：安坐（卧）在床上，把身心一齐放下，自己浑身如融化，不许用一毫力气，似乎没有这个身子相似。呼吸顺其自然，心也不许它用一点力，一起念便是用力了。把心安在脚底板下，此是引火向下，引水向上，自然全身气血顺畅。

止痒。主治风热外袭型接触性皮炎。

9.花生赤豆枣蒜汤 配方：带衣花生米 90 克，赤小豆、红枣各 60 克；大蒜 30 克。 制法：以上诸物加水共煮汤。

功效：益气养血，除湿解毒。

用法：早晚分服。

网络中药土方：

暂无【关注更新】

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:买了的确好用，邮回来之前，儿子整个肚皮都红肿了，给诊断是荨麻疹，但是因为我每天都给保湿和散热做的好，邮回来见好，肚皮只给用了一次，腹股沟的窝那抹了两次，困扰了3个月的红就不见了，白白净净的了。的确非常好用。问了师傅也说不用再抹了。谢谢！

B:去年用过非常有效果，今年本以为不会再犯了但是可能多吃了几只蟹子左手臂上又起了一小块湿疹，收到货之后马上用了，到今天是第三天，湿疹处基本已经消肿没有小疙瘩的感觉了，也不痒了，按去年的经验应该再用两天就彻底好了，感谢卖家的好药！P.S 已经把药推荐给另一犯湿疹的同事了

C:宝贝看上去还不错，还没使用，不过老板很细心，在购买的过程中很详细地解释了药的用法，还有一些中医的知识。

D:之前抱着试试看的心态买过一次，的确有效果。暑假不上班，手部湿疹倒是好了很多，可惜一上班又发出来了，继续用着吧。希望这个不会有抗药性，更希望如店家所说的不含激素哦！

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



天天三更半夜还在网上的人，本身就是养生的大忌。包括一些所谓的名医也是这样。还有，他们的心量也是琐屑较量，试问这样的人连自己都保不住，还怎么医人呢？

带状疱疹

介绍：

带状疱疹(herpes zoster)是由水痘-带状疱疹病毒 (herpes varicella — zoster virus , VZV) 所引起的，以沿单侧周围神经分布的簇集性小水疱为特征，常伴有明显的神经痛。

食疗：

菱角粥：原料：粳米 100g，菱角 500g，红糖 100g。制法：将菱角煮熟去壳取肉，切碎。粳米洗净加水煮至米粒开花时，放菱角，共煮成稠粥，加红糖调味，早餐食。功效：清热祛湿。

柴胡青叶粥：原料：柴胡、大青叶各 15 克，粳米 30 克，白糖适量。制法：将柴胡、大青叶同放入锅内加水适量上火煎煮，去渣取汁，用药汁煮粳米成粥，加入白糖调味服食，每日 1 次，6 日为 1 疗程。

功效：疏肝清热。

网络中药土方：

一方:当归、丹参各 15 克,生地、赤芍、枳壳、延胡索、柴胡各 12 克,桃仁、红花、川芎、甘草各 6 克。痛甚者,加全蝎、乌蛇各 3 克;气虚体弱者,可加党参、白术各 15 克,黄芪 30 克。水煎服,每日 1 剂,连服 7 剂为 1 疗程。二方:丁香、郁金、柴胡、赤芍各 12 克,川芎、枳壳、甘草各 10 克,板蓝根 30 克。气虚加炙黄芪 30 克;口苦便干加龙胆草 10 克;胸闷加栝蒌 12 克。水煎服,每日 1 剂。中药外敷对神经痛也有一定疗效。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:老爹后遗症疼痛 3 年了，试过很多偏方。都没有什么好的效果。现在被折磨的脾气也越来越大了。无意间在贴吧里看到这个。买了一疗程。保险起见，先贴了一个地方。刚开始比较着急，天天联系店家，客服解释中药会慢一点。快要放弃



别贪那个小便宜，大便宜也别贪。一个贪字就含着祸。贪，患得患失会导致人得心脏病。贪，患得患失是不懂道法自然的表现。

的时候，老爹说管用了。疼的频率降低了。让我赶紧的再买几盒。太开心了。谢谢店家

B:好评奉上，买过他家两种膏药，都不错，这次加钱发的顺丰，谢谢工作人员，及时给我派件，本人是孕期中，给老妈用的。就怕是刺激性的，再三咨询，放心购买的，收到后打开药膏没什么刺鼻的气味，观察使用以后的效果也好，老妈用着放心，我也安心

[追加评论]不会有别家那种火辣辣受不了的感觉，对皮肤伤害小，效果还比别家的要好，买东西还是不要光看价格的还是要从整体入手，买到物有所值的才是最好的，也是省钱王道，以后再有需要还来你家，希望始终如一的重医德，讲诚信，生意兴隆！！

确认收货后 15 天追加

C:买了一盒，贴后更痛了，老板说是排毒反应。这么多买家都说有效果，我想也应该坚持用用看，今天又拍了一个疗程。老板人不错。等父亲好了，再来写一个大大的好评哈！

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



不要天天想着吃什么补阴，吃什么壮阳。记住了，运动就可以生阳；静坐就可以生阴。阴为阳之母，阳为阴之用。

肩周炎

介绍：

肩关节周围炎简称肩周炎，是由于肩周的肌肉、肌腱、韧带、滑囊和关节囊等软组织发生慢性无菌性炎症，导致关节内外粘连，阻碍肩关节活动所致，又称为粘连性肩关节炎、五十肩、凝肩等，欲称冻结肩、漏肩风。本病可因外伤、慢性劳损、较长时间不活动或固定、或局部受风寒侵袭等诱因而发作。临床表现主要为肩痛、肩关节活动障碍或僵硬、肩周肌肉萎缩。部分病人是由肱二头肌腱鞘炎、冈上肌炎、肩峰下滑囊炎等发展而来。本病好发于40岁以上中老年，女多于男（约3:1），右肩多于左肩，多数为慢性起病。本病预后良好，多能自愈（经数月至二年左右）。若积极进行锻炼及其他治疗，则病期短，恢复快。痊愈后也可再复发。

食疗：

桑枝鸡汤：老桑枝 60g，老母鸡 1 只，盐少许。将桑枝切成小段，与鸡共煮至烂熟汤浓即成，加盐调味，饮汤吃肉。具有祛风湿、通经络、补气血之效。适用于肩周炎慢性期而体虚风湿阻络者。由透骨草、络石藤、川芎、秦艽、麝香、当归、细辛、威灵仙、防风、桂枝、白芷、羌活、麦麸、红花、穿山甲等名贵药材，精细配伍，遵古法炮制而成的“舒肩贴”。舒经络、活气血、除肿痛、通关节。

川乌粥：生川乌头约 5g，粳米 50g，姜汁约 10 滴，蜂蜜适量。把川乌头捣碎，研为极细粉末。先煮粳米，粥快成时加入川乌末，改用小火慢煎，待熟后加入姜汁及蜂蜜，搅匀，稍煮即可。具有祛散寒湿、通利关节、温经止痛之效。适用于肩周炎风湿寒侵袭所致者。

白芍桃仁粥：白芍 20g，桃仁 15g，粳米 60g。先将白芍水煎取液，约 500ml；再把桃仁去皮尖，捣烂如泥，加水研汁，去渣；用二味汁液同粳米煮为稀粥，即可食用。具有养血化瘀、通络止痛之效。适用于肩周炎晚期瘀血阻络者。

网络中药土方：

- (1)长坐姿势坐好，曲右膝自左膝下穿出放于左臀旁，曲左膝跨过右膝放于右臀旁，双膝重叠指向正前方，挺直脊背，眼睛看向前方。
- (2)吸气，双手体侧平举，呼气，屈右肘向下，同时屈右肘向上，双手在背后肩胛骨之间相扣。



人在气不足的时候，不能盲目补气，否则会影响身体健康。假如是由于血不足，就需要先补血，由于血为气之母，否则就成了干烧器皿，把内脏烧坏；假如是由于淤滞不通，就可以增加气血，血气同补。这样才华达到补气的作用。

(3)右肘尖指向天花板，挺直脊背，目光平视，保持 20 秒，自然地呼吸。交换体位练习。[效果：加强背部肌肉，灵活脚踝、腕、肘、肩关节，矫正肩背的歪斜，扩展胸部]

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:药贴缓解疼痛的效果确实很好，老爸老妈是用了两三贴后让我再来买滴。价位也比别家实惠。赠送的小礼物都是家中最常用的，非常贴心！发货速度也很快，可能是气候问题导致这次快递比预期要慢些。一个药贴重复用上三次后，药味还很浓，就是重复用的药贴粘度不牢。这药贴是要长期用的，以后认准你家了！~

B:第二次购买了，宝贝包装好，上次买了 10 贴，用完效果很是不错，这次又拍了 20 贴，店家态度也是一流的好，真可称得上是百问不厌，物流也快，下次还会来，满意的一次网购，呵呵。

C:给奶奶买的，特别好用，本来还怕买的没有试用装好用，送的没有买的效果好，现在这些都不用担心，东西特别好，卖家特别耐心，说的很真实，奶奶用了很快就有效果了，而且效果很好，货真价实，性价比很高哦，一定好评，还来。。。。。。

D:我已经用个三贴，膝盖真好了不少啊，还要继续用。而且我发现，如果用吹风什么的把膝盖吹热了，膏药贴的会很牢靠，效果也更好。就是剥下来的时候会有点难度。不过真的效果要至少加一半啊。

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



人在松静的状态下，慢慢深呼吸就能懂得到人和天地精微之气的交换：在吸气时，实际除了肺在吸气，全体身体是在把体内的气向外排，即把人的气开释到天地；而肺在呼气时，实际人是在通过全身毛孔接受天地的精微之气。这大概就是老子所说的“天地之间，其犹橐籥乎”。

坐骨神经痛

介绍：

坐骨神经痛是指坐骨神经通路及其分布区的疼痛综合征。即疼痛位于臀部、大腿后侧、小腿后外侧和足外侧。按病因分为原发性和继发性坐骨神经痛，前者即坐骨神经炎，临床上少见，往往与体内感染源有关；继发性坐骨神经痛，最常见的病因是腰椎间盘突出，还有椎管狭窄，肿瘤，结核，妊娠子宫压迫，蛛网膜炎等。因此，在诊断坐骨神经痛时，应进一步寻找病因。本病是常见病，好发于青壮年男性，体力劳动者发病率高，多单侧。起病通常急骤，但也有缓慢的。该病的治疗方法和预后取决于致病的病因及医治是否及时，如椎管内髓外良性肿瘤，能及时就诊，及早手术治疗，常可治愈

食疗：

- 1、川断 25 克 杜促 30 克 与 1 条猪尾共煮 调味服用。
- 2、桑寄生 15 克与 1 个鸡蛋 煲熟服用。
- 3、老桑枝 6 克 与 500 克重的雌鸡共炖 饮汤食用。

网络中药土方：

粗盐 500 克，艾叶 50 克 制作方法：将盐放在铁锅内炒热后，放入艾叶搅匀，然后用粗布包裹。 使用方法：用盐包热敷痛处直至盐变凉，一日一次，连用 10 天。 适应症：坐骨神经痛。 禁忌：患处有外伤禁用

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:药贴缓解疼痛的效果确实很好，老爸老妈是用了两三贴后让我再来买滴。价位也比别家实惠。赠送的小礼物都是家中最常用的，非常贴心！发货速度也很快，可能是气候问题导致这次快递比预期要慢些。一个药贴重复用上三次后，药味还很浓，就是重复用的药贴粘度不牢。这药贴是要长期用的，以后认准你家了！~

B:第二次购买了，宝贝包装好，上次买了 10 贴，用完效果很是不错，这次又拍了 20 贴，店家态度也是一流的好，真可称得上是百问不厌，物流也快，下次还



活动有两点禁忌：一是不能在气血不足的时候运动；二是不能在污浊的环境中活动。

会来，满意的一次网购，呵呵。

C:给奶奶买的，特别好用，本来还怕买的没有试用装好用，送的没有买的效果好，现在这些都不用担心，东西特别好，卖家特别耐心，说的很真实，奶奶用了很快就有效果了，而且效果很好，货真价实，性价比很高哦，一定好评，还来。。。。。。

D:我已经用个三贴，膝盖真好了不少啊，还要继续用。而且我发现，如果用吹风什么的把膝盖吹热了，膏药贴的会很牢靠，效果也更好。就是剥下来的时候会有点难度。不过真的效果要至少加一半啊。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



活动的作用有二：一是增添气血的运行速度，促进体内的垃圾排出体外；二是打开皮肤的毛孔，接受天地精气。

腋臭、狐臭

介绍：

腋臭诊治有几个瓶颈，致使当今尚没有一种非常令人满意的治疗方法。第一个困难是病情轻重和疗效评判缺乏客观指标。难闻气息是一种主观症状，与患者的心理状态密切相关。为了相对客观评价患者病情的轻重和疗效，笔者建议借助旁观者进行评判。例如在判断是否有治疗适应证时要详细询问患者周围的亲人及同学、同事或朋友是否能闻到味道。一般讲，评判者与患者关系越疏远越客观。评判疗效时还要尽量将条件标准化，诸如要求患者处于相同状态下评判腋臭轻重。第二个困难是腋臭成因复杂，影响味道的关键点也比较多，这就使得每种治疗方法都存在局限性。目前认为腋臭与以下几个因素相关：①腋窝皮肤表面的金黄色葡萄球菌、表皮葡萄球菌、腐生葡萄球菌及棒状杆菌作用于无菌无味的顶泌汗腺分泌物，产生难闻气息，研究证实类白喉杆菌产生的酶在腋臭气味形成中发挥重要调控作用；②腋臭患者顶泌汗腺细胞核二氢睾酮的浓度高于睾酮，且腋臭患者顶泌汗腺细胞核内雄激素和细胞浆性激素受体水平比正常人群高；③顶泌汗腺中5 α -还原酶活性较高，顶泌汗腺是唯一表达5 α -还原酶I型mRNA的组织，而5 α -还原酶I型在雄激素的代谢中起主要作用。第三个困难是鉴于顶泌汗腺在皮肤中的分布位置，很难兼顾疗效和避免创伤。

食疗：

- 1、美人薏仁汤：材料：薏仁粉、鲜奶。做法：将鲜奶煮沸后加入薏仁粉大约5~10克，搅拌一下即可。
- 2、薏仁芝麻汤：材料：薏仁粉二匙、芝麻一匙、些许牛奶。作法：将所有材料混合后，加入200c.c.热牛奶即可。
- 3、素炒薏仁：材料：薏仁250克，玉米粒50克（水果玉米、糯玉米均可），青红椒各1个。调料：油、盐、胡椒、味精、水淀粉适量。

网络中药土方：

洗完澡后，取500毫升西红柿汁加入一盆温水中，擦洗腋窝20分钟，每周2次，可除。

大哲推荐药方：

推荐理由：



什么是悟性？什么是智慧？悟性和智慧就是用最简单的方法来处理、看待一切事物。但一些庸人自扰的人总是把简单的事情看复杂了、做庞杂了。繁和简实在是一回事，是一回事的两个方面。聪明的人看到的是简略的一面，愚笨的人看到的是庞杂的一面。

A:不错，用过了来评的，有用，不过敏。又不染色。

化妆品容量: 30ml

B:店家很好的，送了好多礼品，已经是第二次买了，冬季时的效果特别好，不知道夏天会不会依旧那么好呢

化妆品容量: 30ml 当天追加: 希望厂家的外包装能够更贴心一点，帮消费者保护隐私。

C:刚收到，卖家很贴心，还送了小礼品！

化妆品容量: 30ml

D:效果和 1 代差不多。不过还是好用

化妆品容量: 30ml

E:一般般吧 没想象的好 店家挺客气的还给了礼物 东西也不算很贵用用还可以了 味是能除 但是还有少许味道 我在用是能保持两天并且是天天洗澡的

化妆品容量: 30ml

F:非常好的卖家，合作愉快，下次一定再来。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



痛经

介绍：

痛经，或称为经期疼痛，是妇科病人最常见的症状之一。许多妇女在经期有轻度不适，不过痛经是指经期的疼痛影响了正常的活动，并且需要药物治疗。周期性的经期疼痛是常见的并且发生于大多数月经周期。痛经常为绞痛并伴有下背部痛、恶心、呕吐、头痛或腹泻。

食疗：

- 1、益母草香附汤：益母草、香附各 100 克，鸡肉 250 克，葱白 5 根。将葱白拍烂，与鸡肉、益母草、香附加水同煎。饮汤，食鸡肉。适用于痛经，并能光艳皮肤。
- 2、山楂桂枝红糖汤：山楂肉 15 克，桂枝 5 克，红糖 30～50 克。将山楂肉、桂枝装入瓦煲内，加清水 2 碗，用文火煎剩 1 碗时，加入红糖，调匀，煮沸即可。具有温经通脉，化瘀止痛功效。适用于妇女寒性痛经症及面色无华者。
- 3、姜枣红糖水：干姜、大枣、红糖各 30 克。将前两味洗净，干姜切片，大枣去核，加红糖煎。喝汤，吃大枣。具有温经散寒功效。适用于寒性痛经及黄褐斑。
- 4、姜枣花椒汤：生姜 25 克，大枣 30 克，花椒 100 克。将生姜去皮洗净切片，大枣洗净去核，与花椒一起装入瓦煲中，加水 1 碗半，用文火煎剩大半碗，去渣留汤。饮用，每日一剂。具有温中止痛功效。适用于寒性痛经，并有光洁皮肤作用。
- 5、韭汁红糖饮：鲜韭菜 300 克，红糖 100 克。将鲜韭菜洗净，沥干水分，切碎后捣烂取汁备用。红糖放铝锅内，加清水少许煮沸，至糖溶后兑入韭汁内即可饮用。具有温经、补气功效。适用于气血两虚型痛经，并可使皮肤红润光洁

网络中药土方：

红花酒：红花 200 克，低度酒 1000 毫升，红糖适量。红花洗净，晾干表面水分，与红糖同装入洁净的纱布袋内，封好袋口，放入酒坛中，加盖密封，浸泡 7 日即可饮用。用法：每日 1～2 次，每次饮服 20～30 毫升。具有养血养肤，活血通经功能。适用于妇女血虚、血瘀、痛经等症。



大哲推荐药方：

推荐理由：

A:实在不好意思，出差刚回来，因为这个宝贝是替朋友代买的，据她说，前几个月例假一直不正常，也是抱着试试看的心里，吃了两天，第三天的时候，例假来了，和正常的时候一样，第一天少量，第二天第三天多一些，她欣喜的告诉我，要我一定要在评价上写清楚，谢谢卖家这么好的宝贝，希望能帮助到更多受到月经不调而困扰的朋友。全 5 星！

B:发货快，包装也不错，买了一个疗程的，送了点小东西。准备试吃下，不知道可会有其他人的效果，很期待。味道不难吃，我觉得特别像“五香牛肉干”的味道，这是我没想到的。等一个月后再来追加评价。

C:吃了三天了,效果还没感觉.只是发现了膏体化开后有沙,希望以后制作时再注意点了.中药药丸最怕这个了.等吃完两盒,一个疗程过后再来对这个效果评价吧.卖家赠送了两样小礼品,谢谢

D:我去年闭经 6 个月，吃了 100 多付中药也没管用，从淘宝看到鹿乡人家，我抱着试试看的心里买了，吃了 3 天半就来月经了，而且颜色也很正，我非常感谢鹿乡人家。

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



根据阴阳互抱的原理来看，清与浊相互吸引。所以人食入清新之物必将与体内污浊之物相抱，从而把它们打消体外

月经不调

介绍：

月经失调，也称月经不调。这是一种常见的妇科疾病。表现为月经周期或出血量的异常，或是月经前、经期时的腹痛及全身症状。病因可能是器质性病变或是功能失常。血液病、高血压病、肝病、内分泌病、流产、宫外孕、葡萄胎、生殖道感染、肿瘤（如卵巢肿瘤、子宫肌瘤）等均可引起月经失调。

食疗：

1、乌骨鸡汤：组成：乌骨鸡 1 只，当归、黄芪、茯苓各 9 克。用法：将鸡洗净，去脏杂，把药放入鸡腹内用线缝合，放砂锅内煮熟，去药渣，加入调味品后食肉喝汤，分 2—3 次服完。月经前每天 1 剂，连服 3—5 次。

作用：健脾养心，益气养血；适用于气血不足而致月经过少，经色稀淡，头晕眼花，心悸怔忡，面色萎黄，少腹空坠，舌质淡红，脉细。

2、归地烧羊肉：组成：羊肉 500 克，当归、生地各 15 克，干姜 10 克。

用法：羊肉洗净，切块，放砂锅中，并入洗净之药及酱油、盐、糖、黄酒，清水各适量，红烧至肉烂，可常服。

作用：温中补虚，益气摄血；适用于气虚所致月经量多，色淡质虚，面色无华，神疲气短，懒言，舌质淡，脉弱无力。

3、生化蜜膏：组成：当归益母草各 30 克川芎桃仁甘草丹皮各 10 克炮姜 5 克白蜜 50 毫升

用法：前七味加水 500 毫升，煮取 300 毫升，去渣，加白蜜收膏，每服 30 毫升，日服 3 次。

作用：活血化瘀，温经调经；适用于瘀血停滞所致月经过少，色紫黑，有血块，小腹胀痛拒按，舌正常或紫黯，或有瘀点，脉细弦涩。

网络中药土方：

用料：莲藕数个 炮制方法：将莲藕切成片放烈日下晒干后放在铁锅中文火炒至微黄，研磨成细粉备用。 治疗方法：每次取 1 小勺用黄酒送服，每日早中晚各 1 次。适应症状：月经不规律。 功效：一般服用一月即愈。 禁忌：劳累、饮食辛辣刺激



根据阴阳互抱的原理来看，清与浊相互吸引。所以人食入清新之物必将与体内污浊之物相抱，从而把它们打消体外

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:实在不好意思，出差刚回来，因为这个宝贝是替朋友代买的，据她说，前几个月例假一直不正常，也是抱着试试看的心里，吃了两天，第三天的时候，例假来了，和正常的时候一样，第一天少量，第二天第三天多一些，她欣喜的告诉我，要我一定要在评价上写清楚，谢谢卖家这么好的宝贝，希望能帮助到更多受到月经不调而困扰的朋友。全 5 星！

B:发货快，包装也不错，买了一个疗程的，送了点小东西。准备试吃下，不知道可会有其他人的效果，很期待。味道不难吃，我觉得特别像“五香牛肉干”的味道，这是我没想到的。等一个月后再来追加评价。

C:吃了三天了,效果还没感觉.只是发现了膏体化开后有沙,希望以后制作时再注意点了.中药药丸最怕这个了.等吃完两盒,一个疗程过后再来对这个效果评价吧.卖家赠送了两样小礼品,谢谢

D:我去年闭经 6 个月，吃了 100 多付中药也没管用，从淘宝看到鹿乡人家，我抱着试试看的心里买了，吃了 3 天半就来月经了，而且颜色也很正，我非常感谢鹿乡人家。

>>>>>>> [查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



宫颈糜烂

介绍：

通常所说的宫颈糜烂其实是慢性宫颈炎的一种常见表现。有的患者以为宫颈糜烂真的是组织溃烂而特别担心，其实并非如此。由于慢性炎症长期不愈，宫颈表面的原有鳞状上皮脱落，被宫颈管内的柱状上皮增生所覆盖，外观呈红色颗粒状，有人就用“糜烂”来形容。另一种情况在幼女和未婚妇女，由于体内较高雌激素的刺激，使宫颈管柱状上皮外移，外观可见宫颈呈红色，细颗粒状，形似糜烂，其实并没有明显炎症，不属于病理性的宫颈糜烂。

食疗：

宫颈糜烂的食疗：

- 1、忌吃辣：辛辣温热、刺激性强的食品，会加重盆腔充血、炎症，或造成子宫肌肉过度收缩，而使症状加重。
- 2、像辣椒、胡椒、大蒜、葱、姜、韭菜、鸡汤、榴连及辛辣调味品等，应该尽量少吃或不吃。
- 3、禁食桂圆、红枣、阿胶、蜂王浆等热性、凝血性和含激素成分的食品。
- 4、多食瘦肉、鸡肉、鸡蛋、鹌鹑蛋、草鱼、甲鱼、白鱼、白菜、芦笋、芹菜、菠菜、黄瓜、冬瓜、香菇、豆腐、水果等。

网络中药土方：

医生可用一团药棉,拴一根长线,浸透 2%的碘酒后塞到子宫颈上,把线头留在外阴,一日后患者可拉线把棉团抽出。有轻症患者只一次即愈,不愈者可隔日用一次,多用几次。有人担心碘酒有腐蚀性,其实子宫颈口的黏液会使碘酒稀释,不会造成灼伤。为了预防复发,应同时涂碘甘油把患者的阴道炎、外阴炎和丈夫的龟头包皮炎症一并治愈。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主



没有怕吃亏的心，没有占别人廉价的心。换句话说，就是你能吃亏，别人就是要你命你都舍得，你都给他，而自己在任何时候都不去贪便宜，那你的心还能不定吗？众人谁能做到？但佛就做到了。

生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。感谢店主送的礼品，很好的卖家。

B:卖家的发货速度相当快，态度非常好 很专业。这个东西是买给朋友的，听朋友说效果不错，还说让我赶紧再帮她拍一些呢，说她同事也要呢！这次我想多拍几盒，老板，可以不？嘿嘿.....各位，我推荐下这个产品哈，效果好，价格实惠！

C:刚收到货，还没开始用，看着蛮好的，明晚再用吧，期待效果哦，发货速度蛮快的，卖家服务也很耐心，有问必答，很热情。如果有效果会介绍我同事来的。对了，还送了小礼物，谢了！

D:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，效果好，用来作为日常保健和预防效果非常好，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。

>>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



当人们把持了健康的方式之后，会真正享受到那种完全不用担心疾病的自信，这种觉得真好，但愿您也能和我们一样拥有这份自信。

霉菌性阴道炎

介绍：

念珠菌是单细胞真菌，在健康人皮肤、粘膜和阴道等部位均有存在。在一定条件下，念珠菌可侵犯人体组织引起炎症，其在女性生殖道的感染常常侵犯阴道，而继发引起外阴皮肤粘膜的炎症，故称之为外阴阴道念珠菌病，既往曾用过念珠菌性阴道炎、真菌性阴道炎及霉菌性阴道炎等名称。

食疗：

处方1：扁蓄、川萆解、粳米冰糖少许。先将扁蓄、川萆解以适量水煮取汁去渣，入粳米煮粥，食用时调入冰糖即成。本方具有利湿通淋，抑菌止痒之功。

处方2：椿白皮、白藓皮、黄柏。加水适量煎取。本方能清热利湿。

慢性霉菌性阴道炎，患者外阴痒痛症状可能不明显，平时白带较多，色白，此时宜选用具有健脾祛湿作用的食疗方。

处方1：白扁豆、白术、冰糖适量。白术用袋装与扁豆煎汤后去袋，入冰糖，喝汤吃豆。

处方2：扁豆花、淮山药适量。取含苞未开的扁豆花晒干，研末，用适量淮山药、每日早晚煮大米粥，粥成调入花末，煮沸即成。本方具有健脾利湿的功效。

网络中药土方：

1. 苦参、蛇床子、地肤子、百部各 50 克，紫草、雄黄、蒲公英、防风各 30 克，煎水趁热熏洗患处。每日 1 次，7 天为 1 疗程。

2. 女贞子 30 克，龙胆草 30 克，蛇床子 50 克，白藓皮 50 克，黄柏 15 克，荆芥 15 克，防风 15 克，薄荷 5 克，用纱布包好诸药，放入沙锅内，加水煎至 1000 毫升，将药汁倒入盆中，趁热熏洗患处，每次 30 分钟，早晚各 1 次，10 天为 1 疗程。

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主



学问深时意气平，心定则气平。所以对于一个得道的人来说，观察一个人，并不是一件很艰难的事，这也是相随心转的成果。

生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。感谢店主送的礼品，很好的卖家。

B:卖家的发货速度相当快，态度非常好 很专业。这个东西是买给朋友的，听朋友说效果不错，还说让我赶紧再帮她拍一些呢，说她同事也要呢！这次我想多拍几盒，老板，可以不？嘿嘿.....各位，我推荐下这个产品哈，效果好，价格实惠！

C:刚收到货，还没开始用，看着蛮好的，明晚再用吧，期待效果哦，发货速度蛮快的，卖家服务也很耐心，有问必答，很热情。如果有效果会介绍我同事来的。对了，还送了小礼物，谢了！

D:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，效果好，用来作为日常保健和预防效果非常好，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。

>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)



妇科炎症

介绍：

妇科炎症是女性的常见疾病，主要是指女性生殖器官的炎症，具体包括女性外阴炎、阴道炎、宫颈炎、盆腔炎。支原体、衣原体感染，只要没有症状，支原体阳性只是它在人体内正常寄居，这是正常的，不必担心。从病原学来说，支原体的致病能力弱于很多其它病原体，所以当真的出现炎症而且检查出支原体阳性时，首先要考虑有无其它病原体。因为往往是其它病原体导致身体炎症后，身体局部抗病能力下降，才继发支原体感染的。此时，支原体只是“过客”。

食疗：

饮食宜平淡，不食羊肉、虾、蟹、鳗鱼、咸鱼、黑鱼等发物
忌食辣椒、麻椒、生葱、生蒜、白酒等刺激性食物及饮料。
禁食桂圆、红枣、阿胶、蜂王浆等热性、凝血性和含激素成分的食品
多食瘦肉、鸡肉、鸡蛋、鹌鹑蛋、鲫鱼、团鱼、白鱼、白菜、芦笋、芹菜、菠菜、黄瓜、冬瓜、香菇、豆腐、海带、紫菜、水果等。

网络中药土方：

暂无【请关注网站更新】

大哲推荐药方：

推荐理由：

A:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。感谢店主送的礼品，很好的卖家。

B:卖家的发货速度相当快，态度非常好 很专业。这个东西是买给朋友的，听朋友说效果不错，还说让我赶紧再帮她拍一些呢，说她同事也要呢！这次我想多拍几盒，老板，可以不？嘿嘿……各位，我推荐下这个产品哈，效果好，价格实惠！



百病之始，起于风邪乘进。如体气虚弱，营卫失调，或忧思惊恐，酒色劳力，真气耗而外邪进矣。

C:刚收到货，还没开始用，看着蛮好的，明晚再用吧，期待效果哦，发货速度蛮快的，卖家服务也很耐心，有问必答，很热情。如果有效果会介绍我同事来的。对了，还送了小礼物，谢了！

D:店主发货及时，包装严密，产品性价比高，效果好，用来作为日常保健和预防效果非常好，而且店里客服的服务质量很高，购物交流起来很愉快，高效的产品加优质的服务必然会得到越来越多的顾客。祝店主生意越来越兴隆，开发出更多性价比高的新产品。

>>>>>>[查看更多评价](#) [点击进入了解](#)