

- [1 牙齿变白](#)
- [2 怎么戒烟](#)
- [3 怎么醒酒](#)
- [4 怎么戒酒](#)
- [5 怎样除去口臭](#)
- [6 嗓子哑了怎么办](#)
- [7 牛皮癣](#)
- [8 牙痛绝招](#)
- [9 鼻子流血怎么办](#)
- [10 鱼刺卡喉](#)
- [11 脚气小窍门](#)
- [12 病后耳聋、耳鸣](#)
- [13 控制糖尿病新方法](#)
- [14 睡觉打呼咬牙](#)
- [15 脚臭、脚出汗](#)
- [16 癫痫\(羊角疯\)](#)
- [17 口腔炎症](#)
- [18 冠心病](#)
- [19 治偏头痛窍门](#)
- [20 治痔疮偏方](#)
- [21 急速催奶](#)
- [22 治失眠小窍门](#)
- [23 心脏病](#)
- [24 视力减弱怎么办](#)
- [25 手脚裂口](#)
- [26 皮炎小窍门](#)
- [27 鼻炎](#)
- [28 高血压](#)
- [29 肾虚](#)
- [30 脸上去斑法](#)
- [31 胃病](#)
- [32 跌打伤筋](#)
- [33 快速减肥](#)
- [34 长寿秘诀](#)
- [35 月经不调](#)
- [36 少白头](#)
- [37 粗皮肤变嫩](#)
- [38 肩周炎、腰腿痛、坐骨、腰脱](#)
- [39 肺结核偏方](#)
- [40 关节炎止痛法](#)
- [41 腋下狐臭](#)
- [42 瘙痒怎么办](#)
- [43 骨质增生](#)
- [44 误吞金属硬物](#)

- [45 手脚麻木](#)
- [46 掉头发、起头皮](#)
- [47 灰指甲怎么治](#)
- [48 怎样打掉蛔虫](#)
- [49 乳腺炎怎么治](#)
- [50 怎么治脚鸡眼](#)
- [51 前列腺炎](#)
- [52 类风湿症](#)
- [53 怎样治烫伤](#)



牙齿变白

刷牙时在牙膏上加上一点小苏达，刷三次后牙齿洁白如玉，牙锈自然脱落。

怎么戒烟

槟榔一只，钻个小孔，再往小孔里灌入一点烟代油用水泡两天取出凉干，想吸烟时，闻一下就不吸了，谁闻都可以戒烟。

怎么醒酒

醋、白糖、茶叶水各 100 克，醉酒以后，立即喝下，可达迅速醒酒，多喝醒多更快。

怎么戒酒

取生[杏仁](#)二两少量味精化成水，然后浸泡二在放在酒里两滴，一同少喝，可以戒酒。

怎样除去口臭

每天放几片[茶叶](#)在口中嚼三遍，这样可使你口中保持清香，三天后除去口臭。

嗓子哑了怎么办

[醋精](#) 50 克，白糖 50 克，用凉水 250 克搅拌均匀后，慢慢饮用，一天即可，严重患者晚上增加两次。

牛皮癬

半斤米醋浸泡一两去皮的松树籽，泡二天后，一日擦三次，效果更佳。也可用一匙桔皮粉加半匙香油调匀涂抹。

牙痛绝招

用[桃仁](#)放在火上烧热以后放在痛牙上咬，如此几次永不牙痛。

鼻子流血怎么办

当鼻子大量流血时，患者放平躺下，将鼻眼相反的手高举，穴位自动封死，血立即可止。

鱼刺卡喉

用陈醋漱喉部，然后慢慢咽下，反复几次即可治愈。

脚气小窍门

[米醋](#)一斤，将醋倒入盆内，浸泡或浸洗，每日两次，每次约一小时，消炎杀菌，可治脚化，又简单，见效又快，轻者四天根治。

病后耳聋、耳鸣

大蒜味猫鼻猫自尿。猫尿滴耳三次一次两滴可根治病后耳聋。耳鸣可将蛇皮焙成灰，吹入耳中，连吹三次可治耳鸣。

控制糖尿病新方法

新鲜玉米粒一斤。加水适量煎煮，至玉米开花后分四次，每天喝一碗，此方不能去根，只能控制病情。可以降低血糖。有浮肿尿量增多的患者服用，效果特别好。

睡觉打呼咬牙

睡觉时口含桔皮一块，含十五分钟后吐出 3-5 次可根治的呼吸。

脚臭、脚出汗

白矾研成细末，擦脚掌心 10 分钟 3-4 次脚以后不再出汗不臭。可保持七八个月。

癫痫(羊角疯)

蚯蚓一条，[白矾](#)半两放入大碗中用开白水冲开。一次一碗晨起空腹，连喝十天。

口腔炎症

每天早晚吃梨一个，慢慢咽下，保持 3-4 天，立即好转。病情严重的也可以用本方治疗。

冠心病

黄豆 50 克，煮熟加食盐适量多吃连吃 3-4 天，此方对控制冠心病不发展，特别理想，犯病以后再用此方。

治偏头痛窍门

用白色的萝卜皮贴在两面的[太阳穴](#)上，每晚贴 20 分钟，可达速效，头不痛就不用再贴了，此方主治头晕脑涨。

治痔疮偏方

尿素三两放盆中开水冲开后将毛巾放入沾湿后拧干放凳上腾。一次十分钟一天三次，边腾七天。可治内外痔，便血脱肛。

急速催奶

芝麻炒熟，加入盐少许，最好是产前 10 天就开始吃，进餐时作副食，可快速增乳汁，吃得越多奶来的越快。

治失眠小窍门

将大葱白切碎放在小盘内，临睡前把小盘摆在枕头边便可安然入睡，连续几天可根治，常年睡不着觉者，边疆治疗 5 天便可去根。

心脏病

每天早晚各吃菠萝 50 克，5-7 天效果最佳，2 年左右不会犯病，犯病以后，再接着吃一次，病重者每天吃二次，可以稳固病情。

视力减弱怎么办

杏皮晒干撕碎作个小枕头可醒目养神。对视力减弱。见风流泪近视远视等都有一定的疗效。

手脚裂口

药用风湿膏，贴在患处，一天后取下即可长好百发百中。

皮炎小窍门

将线瓜叶搓碎在患处磨擦发红为止，每七天搓一次 3 次即可，严重者连用 6 次即可治愈。

鼻炎

用棉花球沾一滴香油放在鼻内 15 分钟后取出连续 2-3 天，每天三次，严重者多用 2 次。也可用大蒜泡醋插入鼻中。

高血压

新鲜海带二两，作成一碗海带汤，不要往里放虽的青菜，清晨空腹喝下，连服十日即可，海带能快速恢复血压正常。

肾虚

新鲜江豆 100 克，加水煮烂加食盐少许，每顿饭前服用 3-5 日可恢复健康，如经常吃对强身壮力效果最佳。

脸上去斑法

杏会用水泡后去皮，捣烂如泥，加一个蛋清调匀，每晚睡前，次晨用白酒洗去，直至斑退。

胃病

民间治法取红皮鸡蛋壳二十个放在成瓦片上用火焙干研成细末，用糖水服用，饮前服一小勺，一日 2 次，服完为止，此方十分珍贵，同时对补钙和软骨病都有很好的疗效。

跌打伤筋

将[韭菜](#)捣烂，少对一点小男孩尿，贴在伤处几小时即可消肿，三日后可以恢复正常。

快速减肥

去国营茶庄买二两乌龙茶，喝一周乌龙茶能快速融化脂肪促进脂肪代谢，达到减肥，又能预防肥胖症的发生。（茶浓）

长寿秘诀

经常运动，不气不愁，年年保持多吃糖蒜，糖蒜是延长寿命的最佳良药，它可杀死体内多种有害菌。

月经不调

到乡下取苏子叶二两，用热水泡后饮用轻者四杯即可，重者多饮几日，它能速效调经安神作用，对痛经寒大经期不正常有特效。

少白头

用 500 克扇贝壳(干贝)煎水洗头，每天洗一次连洗 6-8 次，使再长出来的头发又黑又粗，如白头特别多可多洗几次。

粗皮肤变嫩

每口晚上用一个鸡蛋清擦脸，一小时后用清水洗掉，如能经常擦，皮肤越来越嫩。

肩周炎、腰腿痛、坐骨、腰脱

将土元(上憋子)七个焙成灰，黄酒七两，共放一瓶内泡七天七夜，每晚七时喝七钱黄酒，并用拳头用力调皮打患处七七四下九下，病重者多服几疗程可痊愈。

肺结核偏方

500 克活茧蛹用火焙干研成细末，每次用 3-5 克一日 2 次，服完为止，效果十分好，此方是中国中医研究院提供。

关节炎止痛法

用谷草烧成灰，装入小袋中，哪痛往哪贴，每晚贴一小时，贴 3 次治愈。此方又简单。效果又好，对腰腿痛有明显好转。

腋下狐臭

米醋 100 克，茴香粉 5 克。调和匀涂擦腋下数次狐臭立即消失。

瘙痒怎么办

取一块生姜切开擦脚心，男擦左女擦右，一次擦十分钟。

骨质增生

[羊胫骨](#)四根，用大柴火烧成焦黄色后捣碎成面，每天晚饭后用一两黄酒送服，连用数次。

误吞金属硬物

将韭菜炒熟大口下即可便出，碎玻璃片，吃肚里以后，也可以用此方。

手脚麻木

浸泡好的黑木耳、桃仁、蜂蜜各 120 克，共捣如泥，放碗内蒸热，分 4 天吃完永不麻木，孕妇禁用。

掉头发、起头皮

大白菜根去泥洗净切片放铝锅内加两久水煮开后加醋精洗头，连洗七八天，可使头发柔顺，光亮，头皮很快消失。头发一根不掉。

灰指甲怎么治

将紫皮大蒜捣烂如泥，再加少许白矾涂在灰指甲上。不要抹的太厚。然后用塑料布将指甲封好。塑料布透光封闭效果好只需七八天，觉得有涨的感觉就好了。

怎样打掉蛔虫

南瓜子(去壳留仁)50-100 个研碎加水糖适量拌成糊状，空腹服用一次可好，本方能打掉小儿多种病虫。

乳腺炎怎么治

仙人掌一小块研碎加三滴香油后患处。

怎么治脚鸡眼

用一块胶布中间剪一小眼，贴鸡眼上，小眼出现鸡眼，再撒眼上一点尿素面(化肥)再用一块胶布压住，三日换一次，换六次，鸡眼自消自灭。

前列腺炎

干枣三两，雄鸡肝三个，用火炖烂，连汤喝，连喝三次。

类风湿症

用鲜嫩的桑树枝，多少均可，切碎，拌一点酒用锅炒黄色后，加水熬水眼，早晚各服一杯，见效连服。

怎样治烫伤

生姜 找嫩生姜洗乾淨，一定要帶皮，然後把生姜搗爛，用紗布包著，把生姜捏出汁來，而後把姜汁淋在傷處，不必包紮，能使你晚上睡眠不會發燒，不會腫痛。一天一次，一周就可痊癒，且不會留下疤痕。

用大葱叶治疗烫伤，效果甚佳。方法是遇到開水、火或油的燙傷，即掐一段綠色的蔥葉，劈開成片狀，將有粘液的一面貼在燙傷處，燙傷面積大的可多貼幾片，並輕輕包紮，既可止痛，又防止起水泡，一一二天即可痊癒。也有的人吃飯喝湯不小心燙傷了口腔或食道，馬上嚼食綠蔥葉，慢慢下咽，效果也很好。

鸡蛋油治烫伤 取煮熟的雞蛋黃兩個用筷子攪碎，放入鐵鍋內，用文火熬，等蛋黃發糊的時候用小勺擠油（熬油時火不要太旺，要及時擠油，不然蛋黃就焦了），放入小瓶里待用。每天抹二次，三天以後即痊癒。