

疥疮

高新区宋女士：我的朋友前不久回了一趟老家，回来后发现染上了疥疮，她很难受。我希望有读者朋友能提供治疗的偏方。

小腿困冷

西工区王先生：只要一到冬天，我双腿膝盖以下就会觉得发冷、发困，已有三四年了。我去医院检查过，一直没有治好。不知谁有治疗腿冷、腿困的偏方？

小孩上火

老城区赵女士：我儿子今年3岁，从小体质就不太好，尤其是入冬以来，他总是喉咙发炎，经常上火，医生给开了抗生素，可我不太想让孩子用过多的西药。我想问问谁有好的小偏方能防治小孩上火。

口腔三叉神经痛

涧西区李先生：我患有口腔三叉神经痛，每到天冷时就疼痛难忍，希望能寻找治疗的小偏方。

湿疹

西工区林女士：我女儿今年20岁，在外地上大学，两三个月前得了湿疹，症状主要出现在腿上和胳膊上。我带她去医院看过，效果不明显。我想趁女儿放寒假在家，尽快找到合适的偏方治愈她的病。

小儿湿疹

市民齐先生：我儿子现在1岁多了，近八九个月来，他全身上下包括头部，一直出湿疹，到很多医院看过，都没有治好。我希望寻找到有效的偏方。

嘴苦

老城区周先生：我嘴里发苦、吃东西没味儿，已经有四五个月了，早晨起来时症状最为严重。医生说这是因为胆囊上有炎症，但是吃了几次药都不管用。谁知道该怎么办？

指节垫

涧西区符先生：我儿子今年11岁，双手10个手指的指关节上，不知何时出了很多“硬茧”，不疼也不痒，但很影响美观，经医生诊断为指节垫，他曾涂抹过一些外用膏，可是效果不明显。谁有办法消除指节垫？

耳鸣

涧西区张女士：晚上睡觉或白天比较安静时，我的耳朵里就嗡嗡地响，已有半年了。谁知道这是咋回事？该怎么治疗？
(记者 李永高 整理)

《生命周刊》采编人员郑重提醒您：我们归纳整理的单方，仅为提供者个人经验，未经记者验证，如需使用，还应得到医生的指导。

如果您需要我们帮助，可通过以下方式与我们联系：信寄《洛阳晚报·生命周刊》的《健康热线》版，登录洛阳网点击“文字投稿”系统投稿，发E-mail至健康信箱lywb5678@sina.com.cn，拨打健康热线18903886990或百姓一线通66778866。

互动话题

椒花茎叶，“联手”防冻

对付每年都出现的顽固性冻疮，可以试试用尖辣椒和牵牛花的茎叶熬水来泡手。伊川县的万女士就是用这个方法告别了多年来双手生冻疮的烦恼。

万女士今年21岁，从她六七岁起，双手一到冬天，就跟红萝卜似的又肿又红。虽然没有干裂，但经常发胀发痒，非常难受，她用过很多治疗冻疮的药，效果都不明显。2009年秋季，她听朋友说，用尖辣椒和牵牛花茎叶熬水泡手能防手冻，她就马上试了试，效果还真不错。

她先找来尖辣椒和牵牛花的茎叶，因为已经到了晚秋，



有的是已经干枯的，有的是带有少量嫩叶子正在生长中的，将两种植物的茎叶各取一半，在水里面洗一下除去尘土，放在锅里，总量大致占普通饭锅的1/3就行了。然后添入半锅水，等水开了，再煮10分钟左右就可以了。用熬煮好的热水泡手，水凉了再添热的，直到把所有的水用凉了为止，她当时每次能泡十几分钟。

这个方法她只用过一次，后来因为工作忙就没用过，但今年冬天，她的手也没再冻。万女士建议有相似情况的朋友试试此法，最好多泡几次，可能效果会更好。

(记者 吴彬 实习生 张静静)

食醋马蜂窝，可以驱脚癣

被脚癣困扰的朋友，不妨试试西工区鲁女士的办法，用食醋和马蜂窝为原料，熬制后涂擦患处。

鲁女士今年38岁，几年前患上了脚癣。她的脚底和脚后跟以及脚趾缝间，总起很多干皮，脱落后发红发痒，有时还有点疼。

2008年秋天，一个偶然的会，一个曾经养过蜂的朋友告诉她，用马蜂窝和食醋，可以治疗脚癣，对方还送给她一块马蜂窝。

鲁女士回家后，将约60克马蜂窝和约500克食醋一起放入锅内，大火加热。待醋液开始冒热气后，用小火继续熬制。当

锅内醋液熬至原来一半左右，即可关火。将醋液稍微凉一会儿，用它涂擦脚部有癣的部位，每天一两次，每次使用前适当将醋液加热。这样坚持了三四天，鲁女士的脚部皮肤逐渐变得光滑，脚癣明显减轻。鲁女士没有继续使用，大概半个月后，脚癣就

几乎消失了。

记者查询资料得知，马蜂窝学名蜂房，也叫蜂巢、百穿之巢，有杀虫、止痛、抗过敏的作用，对皮肤顽症有一定疗效。但蜂房有轻微毒性，如果皮肤出现溃烂，最好不要使用。

(记者 吴彬 实习生 张静静)

萝卜姜梨水能祛痰

咳嗽不止且带痰，不妨试试西工区马先生的办法，其原料就是萝卜、生姜、梨。

马先生今年61岁，2009年12月初，他因感冒引起咳嗽，一周后感冒症状逐渐消退，咳嗽却有加重的趋势，而且经常有黏稠的黄痰，吃药效果也不明显，症状持续了半个多

月。后来，一个70多岁的老邻居告诉他，喝用萝卜、生姜和梨熬的水，专治他这种带黄痰的咳嗽。

于是，马先生每天取约10公分长的白萝卜段、一个梨、半块生姜，将三者洗净后切成片，加入一锅凉水放火上煮。待水开后再用小火炖5分钟

左右，即可将水舀出，当茶频频饮之。基本上一锅水能喝一整天，睡觉前将萝卜、梨和生姜吃下。马先生这样坚持了一周左右，咳嗽就痊愈了。

马先生说，没过多久，这个方法又被他一个远房表弟使用过，据说效果也不错。

(记者 吴彬 实习生 张静静)



我试我说

陈醋泡走脚跟疼

求助回放 21日，涧西区70多岁的杜先生通过本刊寻求治疗脚后跟疼痛的偏方。

读者支招 市民袁先生看到杜先生的求助后，推荐了他老伴用陈醋泡脚治好脚后跟疼痛的偏方。

杜先生的求助见报当天，家住谷水的袁先生就马上同记者取得了联系。袁先生说，他老伴以前也被严重的脚后跟疼痛困扰着。

在用了不少办法，仍不见明显效果后，他们决定试试别人介绍的偏方：从市场上买回一些山西陈醋，取适量（多少以恰好浸泡疼痛的脚后跟为宜）加热到自己所能承受的温度后，然后开始泡脚，醋凉了可以再次加热后继续泡。这样，每天反复泡一个半小时左右。另外，晚上睡觉前，取一些面粉，在里面放入部分研碎的花椒面，然后用陈醋调和成糊状，再用塑料布把调好的面糊裹到疼痛的脚后跟上。就这样，他们很快看到了效果，老伴的脚后跟不疼了。

袁先生强调，他们是把陈醋盛在搪瓷盆里，放在电磁炉上加热的，泡脚时一定要防止烫伤。

(记者 李永高)



土豆“围攻”甲沟炎

求助回放 7日，西工区冯女士通过本刊为16岁的孩子寻找治疗手指和脚趾甲沟炎的办法。

读者支招 近日，涧西区何先生向本刊提供了他和别人用土豆治好甲沟炎的办法。

何先生是一位退休职工，他曾经患过甲沟炎，用了不少药，效果都不是很理想。后来他用小刀将一个生土豆的中间挖出了一个洞，这个洞的直径要略大于患甲沟炎手指的粗细，然后将患病指头放进洞里，大概一天一夜病症就会减轻。他还把这个方法介绍给一位患甲沟炎的老太太，第二天，那位老太太就告诉他“土豆真治事儿”。

何先生说，他年轻时就常见别人用土豆片治输液后起的“小包”以及皮肤红肿、发炎等症状。

这个偏方简便易行，只是冯女士的孩子是手指、脚趾都患有甲沟炎，用起来可能会稍微麻烦点儿，他建议冯女士让孩子试试看。

(记者 李永高)

