

食物本草卷之五目錄

穀部 七類

稻類 三種

粳米

糯米

籼米

稷粟類 十七種

稷米

黍米

蜀黍

玉蜀黍

梁

粟

三才圖會  
卷之五  
目錄

秬

稗子

東廩

蓬草子

篩米

罌子粟

麥類

七種

小麥

穰麥

餒麥

苦蕎麥

麻類

三種

胡麻

苧麻

菽豆類

十四種

黑大豆

赤豆

白豆

糝子

狼尾米

菰米

苧米

薏苡仁

粟米

大麥

雀麥

蕎麥

大麻

蠶豆

黃大豆

綠豆

稽豆

豌豆

豇豆

毛豆

黎豆

黃豆

陳廩米

藥米

苦炊蒸類

飯

蠶豆

藟豆

刀豆

蟹眼豆

紅麴

酒麴

青精乾石

石

粥

麩

饊

糗

寒具

蒸餅

饅頭

餛飩

飴餠

油堆

巧果

蜂糕

豆腐

麻腐

粉皮

索粉

豆炙

本草綱目

食物本草卷之五目錄

食物本草卷之五

元 東垣李杲 編輯

明 瀕湖李時珍 叅訂

穀部

稻類

粳米

一名秈，與粳同，粳乃稻穀之總名也。有早中晚三收，粘者為糯，不粘者為粳。糯者柔

糯也，粳者剛硬也。粳米即今人常食之米，雖有赤日小大幾種，同類也。淮泗之間最

多，襄洛土粳米亦堅實而香，南方多收，火積

最補益人，諸處雖多，粳米恒能充饑而無滋

養之功。

...

養之功。○李時珍曰：粳有白粳、赤粳、南方土下塗泥多，宜水稻，北方地平，惟澤土宜早稻。西南夷亦有燒山地為畝田，種早稻者，謂之火米，古者惟平種成畦，故祭祀謂稻為嘉蔬。今人皆拔秧栽插矣，其種近有各各不同，俱隨土地所宜也。其穀之先若長短、大細、百不同也。其米之赤白、紫烏、堅鬆、香否，不同也。其性之溫涼、寒熱，亦因土產形色而異也。真臘有水稻，高丈許，隨水而長，南方有一歲再熟之稻，蘇頌之香粳，長白如玉，可充御貢。皆粳之稍異者也。○粳稻六七月收者為早粳，得土氣多，止可充食，赤者益脾而白者益胃。八九月收者為遲粳，十月收者為晚粳，得金氣多，其色白，入腫而解熱，故張仲景自虎湯中用之，以味甘為陽明之經，色白為西方之象，而氣寒入手太陰也。少陰、瘧、桃花湯用之，以補正氣。竹葉石膏湯用之，以益不足。

粳米味甘平。無毒。主益氣，止煩，止渴，止洩，痢，溫中和

胃氣，長肌肉，壯筋骨，益腸胃，通血脈，和五臟，益精

強志，聰耳明目。合芡實煮粥食之更佳。小兒初生

煮粥汁如乳。量與食，開胃助穀神。常食乾粳飯，令

人不噎。新米乍食，動風氣，陳者下氣。病人尤宜。不

可和蒼耳食，令人卒心痛。急燒倉米灰，和蜜漿服

之，不爾即死。○粳有早中晚三收。以晚白米為第

一。各處所產種類甚多，氣味不能無少異，而亦不

大相遠也。天生五穀，所以養人，得之則生，不得則

死惟此穀得天地中和之氣同造化生育之功故非他物可比。入藥之功在所略耳。**光粳米**甘平其粒粗大性堅助胃益精。**白粳米**甘微寒性稍軟。收成偏晚。米中推為第一。**黃堇秬**甘平氣香。收成稍歉。養榮衛。健脾和中。煎湯可以止痢。**天落黃**甘平性軟。收成頗豐。益胃與上同功。陳者養胃不滯。**紅蓮米**色赤甘平氣香性軟。健胃和脾。大益人元氣。米中佳品。**浙二泔**淘米第二次水清而可用故曰浙二泔味甘寒無毒。清熱止煩渴。利小便。涼血。**炒米湯**益胃除溼。不去火毒。令人作湯。**粳穀奴**穀穗煨黑者治走馬喉痺。燒研酒服。方寸七立效。**禾稈**解砒毒。燒灰新汲水淋汁。濾清冷服一椀。毒當下出。

○附方

治米瘕。嗜噉生米。久亦斃。人用白米五合。雞屎一升。同炒焦為末。水一升。頓服。少時吐出瘕。如研米汁。或白沫淡水。乃愈也。○自汗不止。粳米粉絹包。頻頻撲之。○小兒初生無皮。色赤。但有紅筋。乃受胎未足也。用早白米粉撲之。肌膚自生。○吐血。芻

血不止。俱以陳米泔溫服一鍾。日三次。仍以真麻油。或蘿蔔汁。滴入鼻孔。○赤鼻酒風臉。米泔水每

日食後飲之。外以硫黃入大菜頭內煨研塗之。

糯米

一名稻米。又名秣米。其性溫。故可為酒。酒為陽。故多熟。西域天竺土。湧熱。糯米四熟。

亦可驗矣。○糯米南方水田多種之。其性粘。可以釀酒。可以為粢。可以蒸糕。可以熬餛。可以炒食。其類亦多。其穀殼有紅白二色。或有毛。或無毛。其米亦有赤白二色。赤者酒多。糲少。古人釀酒多用秣。秣乃糯米。見本條。

糯米味甘溫。無毒。上溫中。令人多熱。大便堅。行榮衛

中血積。解荒青斑。蠶毒。益氣止洩。止霍亂後吐逆

不止。以一合研水服之。以駱駝脂作煎餅食。主痔

疾。作糜一斗食。主消渴。李時珍又謂之煖脾胃。止

虛寒洩痢。縮小便。救自汗。發痘瘡。○久食令人身

軟。緩入筋也。小貓犬食之。亦脚屈不能行。馬食之

足重。孕婦雜肉食之。令子不利。合酒食之。醉難醒。

糯米性粘滯難化。小兒病人不宜食。○糯米性溫。釀

酒則熱。熬餛尤甚。故脾肺虛者宜之。若素有痰熱

風病。及脾病不能轉輸。食之最能發病成積。或謂

其性寒。糯米造酒最宜。豈得寒乎。農家於冬月用

作糲喂牛免凍傷是則糯米之性熱而不寒明矣。  
糯米泔味甘涼無毒主益氣止煩渴霍亂解毒食  
鴨肉不消者頓飲一盞卽消。糯米花陰乾入擦牙  
烏鬚方用糯米稈味辛甘熱無毒治黃疸如金煮  
汁浸之仍以穀芒炒黃爲末酒服燒灰治墜撲傷  
損燒灰浸水飲止消渴淋汁浸腸痔投穰藉鞋鞋  
煖足去寒溼氣湖南李從事墜馬傷損用糯米稈  
燒灰以新熟酒連糟入鹽和淋取汁淋痛處立瘥  
也。一人鼈虱入耳頭痛不可忍百藥不效用稻稈  
灰煎汁灌入卽死而出也。糯米穀芒治黃病爲末酒  
服又解蠱毒煎汁飲糯米糠主齒黃燒取白灰旦  
旦擦之。

○附方

治鼻衄不止服藥不應用糯米微炒黃爲末新汲  
水調下二錢仍吹少許入鼻中。○治禁口痢用糯  
穀一升爆出白花去殼用薑汁拌溼再炒爲末每  
服白湯下一匙三服卽止。○竹刺入肉用糯米三  
升於端五前四十九日以冷水浸之一日兩換水



輕輕淘轉勿令攪碎。至端午日取出陰乾。絹袋盛掛通風處。每用旋取炒黑爲末。冷水調如膏藥貼一夜。刺出在藥內也。木刺入肉亦同。一切癰腫金瘡。貼之俱效。○治邪狗咬糯米一合。斑毛七個。同炒。斑毛黃去之。再入七個。再炒黃去之。又入七個。待米出烟。去斑毛爲末。油調傅之。小便利下惡物爲愈。

**秈米**

音仙。種自占城國來。又名占米。似粳而粒小。始自閩人得種於占城國。宋真宗遣使就聞取三萬斛分結諸道爲種。故今各處皆有之。高仰處俱可種。其熟最早。六七月可收。

品類亦多有赤白二色。與粳米大同小異。

秈米味甘溫。無毒。主溫中益氣。養胃和脾。除溼止洩。

**粳米**

即細糠

味甘平。無毒。主通腸開胃。下氣磨積塊。作糗食不飢。充滑膚體。可以頤養。春杵頭細糠味

辛甘熱。主卒噎。刮取含之。燒研水服方寸匕。令婦

人易產。

**稷粟類**

**稷米**

一名稷。音祭。一名粢。音咨。稷米出粟處。皆能種之。今人不甚珍此。惟祠事用之。農家惟以備他穀之不熟。則爲糧耳。○稷與黍。一類二種也。結者爲黍。不結者爲稷。稷可作飯。

黍可釀酒。猶稻之有梗與糯也。

稷米味甘寒無毒。主益氣補不足。治熱。壓丹石毒。解苦瓠毒。作飯食。安中利胃。宜脾。涼血解暑。泥勝之云。燒黍稷則瓠死。此物性相制也。淮南萬畢術云。祀塚之黍。啖兒令不思母。此亦有所厭耶。根主心氣痛難產。○稷熟最早。作飯疎爽香美。為五穀之長而屬土。故祠穀神者以稷配社。五穀不可遍祭。祭其長以該之也。上古以厲山氏之子為稷。至成湯始易。以后稷皆有功於農事者云。

○附方

治癰疽發背。染米粉。焚黑。以雞子白和塗絹帛上。剪孔貼之。乾則易。神效。

辟除瘟疫。令不相染。以稷米粉服之。

黍米

黍乃稷之粘者。汴洛河陝間皆種之。亦有赤白黃黑數種。白者亞於糯。赤者最粘。可蒸食。俱可作餚。菰葉裹成饅食。今人謂之角黍。

黍米味甘溫。無毒。主益氣補中。久食令人多熱。煩發。故疾昏五臟。令人多睡。緩人筋骨。小兒不宜多食。令久不能行。小貓犬食之。其脚跼屈。合葵菜牛肉。

食生蟲成病燒灰和油塗杖瘡止痛嚼濃汁塗小  
兒鵝口瘡丹黍米卽赤黍米也味甘微寒無毒北  
人以之釀酒作糕治欬逆上氣霍亂止洩利除熱  
止煩渴治鼈痕以新丹黍米淘泔汁生服一升不  
過二三度愈不可合蜜及葵菜同食丹黍穰莖并  
根味辛熱有小毒煮汁飲之解苦瓠毒浴身去浮  
腫和小豆煮汁服下小便燒灰酒服方寸匕治妊  
娠尿血人家取其莖穗作提拂掃地用敗者煮湯  
浴身去浮腫

○附方

治男子陰易黍米二兩煮薄粥和酒飲發汗至足  
卽愈

治心痛久不愈黍米淘汁服之

治閃挫脫臼用黍米粉鐵漿粉各半斤葱一斤同  
炒存性研末以醋調服三次後水調入少醋貼之  
大效

治小兒鵝口口瘡不乳者丹黍米嚼汁塗之

解酒不醉取赤黍漬以狐血陰乾酒飲時取一丸

置舌下含之。令人不醉。

令女人不妬。赤黍同米仁為丸服之。

### 蜀黍

一名蜀秫。一名蘆粟。種始自蜀。故謂之蜀黍。北地種之。以備缺糧。餘及牛馬穀之最長者。南人呼為蘆稔。○蜀黍宜下地。春月布種。秋月收之。莖高丈許。狀似蘆荻。而內實。葉亦似蘆。穗大如帚。粒大如椒。紅黑色。未性堅實。粘者可和糯。秫釀酒作餌。不粘者。可以作糕。煮粥。可以濟荒。可以養蓄。稍可作帚。莖可織箔席。編籬供爨。最有利於民者。今人祭祀。用以代稷者。誤也。其穀殼浸水。色紅。可。以紅酒。博物志云。地種蜀黍。年久多蛇。

蜀黍米味甘澀。溫無毒。主溫中。澀腸胃。止霍亂。粘者

與黍米功同。根煮汁服。利小便。止喘滿。燒灰酒服。

治難產有效。

### 玉蜀黍

一名玉高粱。種出西土。其苗葉俱似蜀黍。而肥矮。亦似薏苡。苗高三四尺。六七月開花。成穗如批麥狀。苗心別出一苞。如櫻魚形。苞上出白鬚。鬚垂垂。久則苞拆。子出。顆顆攢簇。子亦大如櫻子。黃白色。可煨炒食之。炒拆白花。如炒拆糯穀之狀。

玉蜀黍米味甘平。無毒。主調中開胃。根葉治小便淋。

瀝砂石。痛不可忍。煎湯頻飲。

### 梁

梁者良也。穀之良者也。梁即粟也。考之周禮。九穀六穀之名。有梁。無粟。自漢以後。始以大而毛長者為梁。細而毛短者為粟。今則通呼為粟。而梁之名反隱矣。今世俗稱粟中之大穗長芒。如粒而有紅毛。白毛。黃毛之品者。即梁也。黃白青赤亦隨色命名耳。○梁雖粟類。

細論則別黃粱出蜀漢商浙間穗大毛長穀米俱粗於白粱而收子少不耐水旱食之香美勝於諸粱白粱穗大毛多且長而穀細扁長不似粟圓也米亦白而大食之香美亞於黃粱青粱穀穗有毛而粒青米亦微青而細於黃白粱其粒似青稞而少粗早熟而收薄夏月食之極爲清涼但味短色惡不如黃白粱故人少種之作餉清白勝於餘米今汴洛河陝間多種白粱而青黃稀

有因其損地力而收穫少也

黃粱米味甘平無毒益氣和中止洩痢去客風頑痺止霍亂利小便除煩熱青白二色性皆微涼惟此甘平豈非得中和之正氣多耶

白粱米味甘微寒無毒主除熱益氣緩筋骨凡患胃虛并嘔吐食及水者以米汁二合薑汁一合和服之佳炊飯食之和中止煩渴

青粱米味甘微寒無毒主胃痺熱中消渴止洩痢利小便益氣補中輕身長年煮粥食之健脾治洩精今粟中有大而青黑色者是也其穀芒多米少粟受金水之氣其性最涼而宜病人又可辟穀以純苦酒浸三日百蒸百晒藏之遠行日一殮之可度

十日

○附方

治霍亂大渴不止。多飲則殺人。黃粱米五升。水一斗。煮清三升。稍稍飲之。

治小兒鼻乾無涕。腦熱也。用黃米粉生礬末。每以一錢。水調貼額上。日二次。

治小兒赤瘡丹毒。用土番黃米粉和雞子白傅之。即瘥。

治小兒遍身生瘡。面如火燒。以黃粱米研粉同蜜水調之。以瘥爲度。

治霍亂不止。用白粱米五合。水一升。和煮粥食。

治手足生疣。取白粱米粉鐵銚炒赤研末。以衆人唾和之。厚一寸塗上。即消。

治脾虛泄痢。用青粱米半升。神麩一合。日日煮粥食。即愈。

治老人血淋。用車前子五合。綿裹煮汁。入青粱米四合。煮汁常食。

治中一切毒藥及鳩毒。煩懣不止。用甘草三兩。水五升。煮二升。去滓。入青粱粉一兩。白蜜三兩。煎食。

粟

一名秬粟。粘者爲秬。不粘者爲粟。故呼此爲秬粟。以別秬而配秬。非人謂之小米。○粟即

梁也。穗大而毛長。粒粗者為梁。穗小而毛短。粒細者為粟。成熟有早晚。大抵早粟皮薄米實。晚粟皮厚米少。

粟米。味鹹。微寒。無毒。主養腎氣。去脾胃中熱。益氣。陳者苦寒。治胃熱消渴。利小便。止痢。壓丹石毒。水煮服。治熱腹痛及鼻衄。為粉和水濾汁。解諸毒。治霍亂及轉筋入腹。又治卒被鬼打。解小麥毒發熱。治反胃熱痢。煮粥食。益丹田。補虛損。開腸胃。不可與杏仁同食。令人吐瀉。雁食粟。足重不能飛。粟泔汁。治霍亂卒熱。心煩渴。飲之立瘥。臭泔止消渴。尤良。

**酸泔**及**澱**。洗皮膚癢疥。殺蟲。飲之主五痔和臭禿。

皮煎服。治小兒疳痢。粟糠主痔漏脫肛。和諸藥煎。

**之粟奴**即粟苗成穗時生黑煤者。主利小腸。除煩懣。

○附方

治雜物眯目不出。用生粟米七粒。嚼爛取汁洗之。即出。

治湯火灼傷。用粟米炒焦。投水澄取汁。煎稠如糖。頻傅之。能止痛。滅癩痕。

治熊虎爪傷。嚼粟塗之。

治鼻衄不止。粟米粉水煮服之。

治小兒丹毒。嚼粟米傳之。

治反胃吐食。脾胃氣弱。食不消化。湯飲不下。用粟米半升。杵粉水。九梧子大七枚。煮熟入少鹽。空心  
和汁吞下。或云納醋吞之。得下便已。

治胃熱消渴。以陳粟米。炊飯乾食之良。

秫

音朮。一名糯粟。似黍米而粒小。可作酒。即梁  
木粟米之粘者。有赤白黃三色。皆可釀酒。熬  
糖。作饘  
糕食之。

秫米味甘。微寒。無毒。主寒熱。利大腸。療漆瘡。治筋骨

攣急。殺瘡疥毒熱。生搗和雞子白。傳毒腫良。犬咬

及凍瘡。竝嚼傳之。又治陽盛陰虛。夜不得眠。及食

鷓鴣成癥。宋元嘉中。有人食鴨成癥。醫以秫米粉

調水服之。須臾煩躁。吐出一鴨。雖而瘥也。秫米性

太粘滯。易成黃積病。小兒不宜多食。根煮湯洗風。

○附方

治赤痢不止。秫米一把。鯽魚一個。煮粥食之。

治筋骨攣急。用秫米一石。麴三斗。地黃一斤。茵陳

蒿炙黃半斤。一依釀酒法服之良。



治肺癰寒熱痰聚胸中。病至令人心寒寒甚乃熱。善驚如有所見。常山三錢。甘草五分。穠米三十五粒。水煎。未發時分作三次服。

治妊娠下水。黃色如膠。或如豆汁。穠米黃芪各一兩。水七升。煎三升。分三服。

### 穠子

音衫。又音慘。不粘之稱也。一名龍瓜粟。一名鴨脚穠。象其岐穗之形也。生水田中。及下溼地。葉似稻。但莖短。梢頭結穗。彷彿穠子。穗其子如黍粒大。茶褐色。搗米煮粥。炊飯磨粉皆宜。○李時珍曰。穠子。山東河南亦五月種之。苗如麥。黍。八九月抽莖。有三稜。如水中草之莖。開細花。簇簇結穗。如粟穗。而分數畝。如鷹爪之狀。內有細子。如黍粒。而細。赤色。

其稈甚薄。其味粗澀。

穠子米。味甘澀。無毒。主補中益氣。厚腸胃。濟飢。

### 稗子

音敗。稗子處處野生。最能亂苗。其莖葉穗粒。竝如黍稷。一斗可得米三升。故曰五穀不熟。不如稗。稗。稗苗似稗。而穗如粟。有紫毛。即鳥禾也。稗有旱二種。水稗生田中。旱稗苗葉似穠子。色深綠。根下葉帶紫色。梢頭出扁穗。結子如黍粒。茶褐色。味微苦。性溫。以煮粥。炊飯。磨麩。食之皆可。

稗子米。味辛甘苦。微寒。無毒。作飯食。益氣宜脾。故曹

植有芳菰。精稗之稱。根苗治金瘡。及傷損血出不

已。搗傅。或研末。糝之。即止。

狼尾米

狼尾，其穗象形，生澤地，莖葉穗粒，並如粟，而穗色紫黃，有毛，荒年亦可采食。

狼尾米味甘平，無毒，作飯食之，令人不飢。又一種名

刺草，苗似茅，可以織席，可以絞索，子亦堪食，如粳米。

東廩

音牆，生河西，苗似蓬，子似葵，九月十月熟，可為飯食，河西人語曰：貸我東廩，償爾田。梁又一種，梁禾，夏生，其子如葵子，其木粉白，如麩，可作醴粥，六月種，九月收，牛食之尤肥，此亦一穀，似東廩者也。

東廩米味甘平，無毒，主益氣輕身，久服不飢，堅筋骨。

能步行

菰米

一名茭米，即今茭白，生湖泊，結子如米，或有一之，又名彫菰，菰，茭草也，其中生苗，如瓜形，可食，故謂之菰，其木須霜彫時采之，故謂之彫菰。○菰生水中，葉如蒲葦，其苗有莖，梗者謂之菰蔣草，至秋結實，乃彫菰米也，古人以為美饌，今饑歲人猶采以當糧。○李時珍曰：彫菰九月抽莖，開花如葦葦，結實長寸許，霜後采之，大如茅針，皮黑褐，色其米甚白，而滑膩，作飯香脆，杜甫詩：波漂菰米沉雲黑，者此也。又曹子建七啓云：芳菰精稗，謂二草之實，可以為飯也，故收采入此，其莖節菰根，別見菜部。

菰米味甘寒，無毒，止渴，解煩熱，調腸胃。

蓬草子

有黃蓬，有黍蓬，黍蓬，即青科，黃蓬，蓬草，生湖澤中，葉如菰蒲，秋月結實，成穗，子細，如菰米，飢年人采食之，須浸洗，曝乾，乃不苦澀，青科，西南夷人種之，葉如茭，黍，秋月結實。

成德有子如赤黍而細其稃甚薄應春炊食  
又粟類有七稜青科人稜青科麥類有青稜  
黃稜皆非此類乃物異名同也其飛蓬乃藜  
蒿之類未大本小風易拔之故號飛蓬子如  
灰翟菜子亦可濟荒又魏略云鮑出遇饑歲  
米蓬實日得數斗為母作食西京雜記云宮  
中正月辰出池邊盥濯食蓬餌以祓邪氣  
此皆不知所采乃何蓬也大抵三種蓬子亦  
不甚相遠

蓬草子米味酸澀平無毒作飯食之益飢無異粳米

乃儉年物也

苧草米

苧音網苧草生水田中而似小麥而小四月成熟可以作飯克飢

苧草米味甘寒無毒作飯去熱利腸胃益氣力久食

篩草米

一名自然穀東海洲上有草名曰篩有實食之如大麥七月熟民斂獲至冬乃

說篩實如毯子八月收之彼民常食中國  
未曾見也按方孝孺集有海米行益亦篩草  
之類也其詩云海邊有草名海米大非蓬蒿  
小非蕪婦女携籃晝作羣采摘仍於海中洗  
歸來滌釜燒松枝煮米為飯克朝飢  
莫辭苦澀咽不下性命聯假須臾時

篩草米味甘平無毒食之不飢輕身補虛羸損之溫

腸胃止嘔逆久食健人

意苡仁

意苡各處種之二三月宿根自生葉如  
初生芭蕉五六月抽莖開花結實有二

種一種粘牙者尖而殼薄即意苡也其米白  
色如糯米可作粥飯及磨麩食亦可司米釀  
酒一種圓而殼厚堅硬者即菩提子也其米  
少即糠也但可穿作念經數珠其根竝白

色大如匙柄。結而味甘也。

薏苡仁味甘寒無毒。主筋急拘攣。不可屈伸。久風溼痺。下氣。久服輕身益氣。除筋骨中邪氣。不仁。利腸胃。消水腫。令人能食。炊飯作麪食。主不飢。煮飲止消渴。殺虵蟲。治肺痿。肺氣積膿。血欬嗽。涕唾上氣。煎服破毒腫。治脚氣。健脾胃。補肺清熱。○辛條軒患痲重墜。大如升。一道人教以薏苡仁。用東壁黃土炒過。水煮爲膏。服數服。卽消。程沙隨病此。程軒授之。亦效。濟生方治肺損咯血。以猪肺煮熟切片。蘸薏苡仁末。空心食之。薏苡補肺。猪肺引經也。趙君猷言。屢用有效。根味甘。微寒。無毒。下三蟲。煮汁。糜甚香。去虵蟲大效。又能墮胎。及治卒心腹煩滿。胸脇痛。剉煮濃汁。服三升。乃定。搗汁和酒服。治黃疸。葉作飲。氣香。益中空。膈暑。月煎飲。暖胃益氣。血初生。小兒浴之。無病。

○附方

治久患風攣痺痛。補正氣。利腸胃。消水腫。除胸中邪氣。治筋急拘攣。薏苡仁爲末。同粳米煮粥食之。

治砂石熱淋。痛不可忍。用薏苡仁子葉根皆可用。水煎熱飲。夏月冷飲。以通爲度。

治消渴飲水。用薏苡仁作粥食之。

治風溼身疼。日晡劇者。麻黃三兩。杏仁二十枚。甘草薏苡仁各一兩。水四升。煮二升。分三次服。

治水腫喘急。用郁李仁二兩。研以水濾汁。煮薏苡

仁飯。日日食之。

治肺痿欬唾膿血。薏苡仁子兩杵粉。水三升。煎一

升。酒少許服之。

肺癰欬唾。心胸甲錯者。以淳酒煮薏苡仁令濃微

溫頓服。肺有血。當吐出愈。

治肺癰咯血。米仁三合。搗爛。水二大盞。煎一盞。入

酒少許。分二服。

治癰疽不潰。薏苡仁一枚。吞之大效。

治喉腫作疼。米仁一二枚良。

罌子粟 一名御米。其實狀如罌子。其米如粟。可

以供御。故有諸名。罌粟花有四葉。紅白

色。土有淺紅暈子。其囊形如箭頭。箭中有細

米。○罌粟處處有之。人多藉以爲飾。花有紅

白二種。微腥氣。其實形如瓶。有米粒極細。隔

大隔年糞地。九月布子。涉冬至春。始生。黃極

繁茂不爾則不生。生亦不茂。俟瓶焦黃乃采之。其花亦有千葉者。一罌凡數千萬粒。大小如葶藶子而色白。李時珍曰。罌粟秋種冬生。嫩苗作蔬食甚佳。葉如白苣。三四月抽臺。結青苞。花開則苞脫。花凡四瓣。大如仰蓋。罌頭長一二寸。大如馬兜鈴。上有蓋。下有蒂。宛然如酒罌。中有白米極細。可煮粥和飯。食水研濾漿。同綠豆粉作腐食。尤佳。亦可取油。其殼入藥甚多。江東人呼千葉者為麗春花。或謂是罌粟別種。蓋亦不然。其花變態。本自不常。有白者。紅者。紫者。粉紅者。杏黃者。半紅者。半紫者。半白者。艷麗可愛。故曰麗春。曰賽牡丹。曰錦被花。入罌一罌人

罌粟米味甘平。無毒。行風氣。逐邪熱。療反胃。胸中痰滯。丹石發動。不下食。和竹瀝煮粥。食極佳。治瀉利。

潤燥。不可多食。能動膀胱。氣穀。味酸澀。微寒。無毒。

止瀉痢。固脫肛。治遺精。久欬。斂肺。澀腸。甘心腹筋。

骨諸痛。東垣曰。收斂固氣。能入腎。故治骨病尤宜。

丹溪曰。今人虛勞欬嗽。多用粟殼止劫。及溼熱洩。

痢者。用之止澀。其治病之功。雖急殺人。如劍宜深。

戒之。又曰。治嗽多用粟殼。不必宜。但要先去病根。

此乃收後藥也。治痢亦同。凡痢須先散邪行滯。豈。

可遠投粟殼龍骨之藥。以閉塞腸胃。邪氣得補而。

愈甚。所以變症作而淹延不已也。嫩苗味甘平。無。

毒作蔬食。除熱潤燥。開胃厚腸。阿芙蓉一名鴉片

之津液也。罌粟結青苞時。午後以大針刺其外面。青皮勿損裏面硬皮。或三五處。次早津出。以竹刀刮收入磁器。陰乾用之。故味酸澀澀。微毒。治瀉痢。

今市者。猶有苞片在內。

脫肛不止。能澀丈夫精氣。

○附方

罌粟粥。治反胃吐食。白罌粟米三合。人參末三錢。

生山藥五寸。細切。研三物以水二升三合。煮取六

合。入生薑汁。及鹽花少許。和勻分服。

治久痢不止。罌粟殼醋炙為末。蜜丸。彈子大。每服

一丸。水一盞。薑三片。煎八分。溫服。○又方。粟殼十

兩。去膜。分作三分。一分醋炒。一分蜜炒。一分生用。

並為末。蜜丸。茨子大。每服三十丸。米湯下。

治久嗽不止。穀氣素壯。人用之。即效。粟殼去筋。蜜

炙為末。每服五分。蜜湯下。

治久痢。阿芙蓉小豆許。空心溫水化下。若渴。飲為

水。解之。

小麥類

大小麥。秋種冬長。春秀夏實。具四時中和之氣。故為五穀之貴。地煖處。亦可春種。至夏便收。然比秋種者。四氣不足。故有毒。李時珍曰。此入種麥。漫撒。南人種麥。撮撒。北麥皮

薄麩多，南麥反此，收麥以蠶沙和之，辟蟲，或立秋前，以蒼耳剉碎，日曬，收亦不蛀，秋後則蟲已生矣，蓋麥性惡濕，故久雨水漬，即多不熟也。

小麥味甘微寒無毒新麥性熱陳麥平和除客熱止煩渴咽燥利小便養肝氣止漏血唾血令女人易孕養心氣心病宜食之煎湯飲治暴淋熬末服殺腸中蛇蟲陳者煎湯飲止虛汗燒存性油調塗諸瘡湯火傷灼浮麥即水淘浮起者焙用味甘鹹寒無毒主益氣除熱止自汗盜汗治大人小兒骨蒸虛熱婦人勞熱麩味甘溫有微毒不能消熱止煩主補虛久

食實人膚體厚腸胃強氣力養氣補不足助五臟水調服治人中暑馬病肺熱傳癰腫損傷散血止痛東南卑溼麥受其氣有毒吞漢椒食蘿蔔可解江南麥花夜放故發病江北麥花晝發故宜人麥麩主時疾熱瘡湯火瘡爛撲損傷折瘀血醋炒罍貼之醋蒸熨手足風溼痺痛寒溼脚氣互易至汗出竝良末服止虛汗○凡人身體疼痛及瘡瘍腫爛沾漬或小兒暑月出痘瘡潰爛不能着席睡臥者並用夾褥盛麩縫合藉臥性涼而軟誠妙法也

本草綱目卷之五 穀部



麥粉乃麩皮洗筋澄出漿粉。今大漿衣多用之。味甘涼無毒。主補中益氣。脉和五臟。調經絡。炒一合湯服。斷下痢。醋熬成膏。消一切癰腫。湯火傷。麩筋味甘涼無毒。主解熱和中。勞熱人宜煮食之。寬中益氣。乃是麩皮水中揉洗而成者。爲素食要物。煮食甚涼。今人多以油炒。則性熱矣。麥麩卽糗也。以麥蒸磨成屑。味甘微寒無毒。主消渴止煩。麥苗味辛寒無毒。主消酒毒。暴熱酒疸。目黃。並搗爛絞汁日飲之。又解蠱毒。煮汁服。除煩悶。解時疾。狂熱。退

胸膈熱。利小腸。作葷食。甚益顏色。麥奴麥穗將熟時上有黑

微者也主天行熱毒。解丹石毒。治陽毒溫毒。熱極發

狂大渴。麥稈燒灰。入去疣痣。蝕惡肉。膏中用。

○附方

治消渴。小麥作飯及粥食。量其如麻。消渴。附方

治老人小便五淋。小麥一升。通草二兩。水三升。煮

一升。飲之卽愈。

治項下癭氣。用小麥一升。醋一升。漬之。晒乾爲末。

以海藻磨末。五兩和勻。酒服方寸匕。日三。

治白癩風用小麥攤石上燒鐵物壓出油搽之甚效。

治小便尿血用麩皮炒香以肥猪肉蘸食之。

治中暈卒死井水和麩一夫抄服之。

治吐血用飛麩略炒以京墨汁或藕節汁調服二

錢。

治衄血口耳鼻皆出者白麩入鹽少許冷水調服

三錢

治咽喉腫痛卒不下食白麩和醋塗喉外腫處。

治婦人乳癰白麩半斤炒黃醋煮為糊塗之。

治折傷白麩梔子仁同搗水調傅之即散。

治小兒口瘡寒食麩硝石水調塗足心男左女右。

大麥

麥之苗粒比他麥皆大故名與小麥主治不甚相遠大麥亦有粘者名糯麥可以釀

酒作糖

大麥味鹹甘溫微寒無毒主消渴除熱益氣調中補

虛劣壯血脈益顏色實五臟化穀食止洩不動風

氣久食令人肥白滑肌膚麩勝於小麥麩無燥熱

平胃止渴消食療脹滿久食頭髮不白和針砂沒

石子等染髮黑色。又能寬胸下氣涼血消積進食。大麥性平涼滑膩。有人患纏喉風。食不能下。用此

麩作稀糊令咽。以助胃氣而平。三伏中朝廷作麩

大以賜臣下。亦取其性涼清暑熱而益脾胃也。麩以麥蒸

磨成粉。大麥作飯食甚有益。煮粥食甚滑磨。麩作醬

極甘美。沈石田詩。有葱湯麥飯兩相宜。葱養丹田

麥養脾之句。蓋指大麥而言也。丹溪曰。初熟時人

因缺穀多炒而食之。有火能生熱病。一云久食多

食能消腎。戒之。大麥苗治諸黃利小便。杵汁日服

之。冬月手足皴瘃。皴音侵。皮裂也。瘃音祝。凍瘡也。煮汁洗之。大麥

奴解熱疾。消藥毒。

○附方

治刀鎗砍戳腹破腸出。用小麥五升。水九升。煮取

四升。綿濾取汁。待極冷。令患人臥席上。含汁噴之。

腸漸入。噫其背。勿令病人知。及多人見。傍人語。即

腸不入也。乃擡席四角。輕搖。使腸自入。十日內但

略食美物。慎勿驚動。動即殺人。

治麥芒偶入目中。大麥煮汁洗之。即出。

穉麥

音礦。西川人種食之。山東河北人正月種之名春穉。形狀與大麥相似。

穉麥味甘。微寒。無毒。主輕身除熱。久服令人多力健

行。作蘖。溫中消食。補中不動風氣。作餅食良。

雀麥

一名燕麥。處處有之。生故墟野林下。苗葉似小麥而弱。其實似穉麥而細。苗與麥同。但穗細長而疎。唐劉夢得所謂菟葵燕麥。動搖春風者也。○雀麥春去皮。作麩蒸食。及作餅食。皆可救荒。今人于正二月間以初生青葉。榨汁和米粉作餅蒸食。色青翠。味香美。其佳。

雀麥味甘平。無毒。主克饑滑腸。苗味甘平。無毒。主女

入產不出。煮汁飲之。

○附方

治胎死腹中。及胞衣不下。用雀麥一把。水五升。煮

二升。溫服。神效。

餒麥

俗呼累麥。先小麥而熟。鄉人炒熟磨粉。湯拌食之。味甘。氣甚香美。磨至無茹。未可存。

故名  
累麥

餒麥味甘平。無毒。主益氣健胃。克饑。

蕎麥

南北皆有。立秋前後下種。八九月收刈。性最畏霜。苗高一二尺。赤莖綠葉。開小白花。

繁密。聚聚結實。繫繫。北方多種。磨而為麩。作煎餅。配蒜食。或作湯餅。謂之河漏。以供常食。滑細如粉。亞於麥麩。南方一種。但作粉餌食。乃農家。居冬穀也。

蕎麥味甘平。無毒。主實腸胃。益氣力。續精神。能鍊五臟滓穢。作飯食。壓丹石毒甚良。以醋調粉。塗小兒丹毒赤腫熱瘡。降氣寬腸。磨積滯。消熱腫風痛。除白濁白帶。脾積洩瀉。以砂糖水調炒麩二錢服。治痢疾。炒焦熱水衝服。治絞腸痧痛。久食動風。令人頭眩。和猪肉食。令人患熱風。鬚眉脫落。**葉**作茹食。下氣利耳目。多食即微洩。**稽**燒灰淋汁。取鹼熬乾。同石灰等分蜜收。能爛癰疽蝕惡肉。去腐瘰最良。**穰**作薦辟鼈虱。

○附方

治水腫喘滿。生大戟一錢。蕎麥麩二錢。水和作餅。炙熟爲末。空心茶服。以大小便利爲度。

治男子白濁。女人帶下。用蕎麥炒焦爲末。雞子白和丸。梧桐子大。每服五十九。鹽湯下。日三。

治禁口痢疾。蕎麥麩每服二錢。砂糖水調下。

治癰疽發背。及一切腫毒。蕎麥麩硫黃各二兩。爲末。井花水和作餅晒收。每用一餅磨水傅之。痛則令不痛。不痛則令痛。即愈。

治湯火傷。用蕎麥麩炒黃研末。水和傅之。

治蛇盤瘰癧。圍接項上。用蕎麥炒去殼。海藻白僵

蠶炒去絲。等分爲末。白梅浸湯。取肉減半。和丸菜

豆大。每服六七十丸。食後臨臥米飲下。日五服。其

毒當從大便泄去。若與淡菜連服尤妙。忌豆腐雞

羊肉酒麩。

治痘瘡潰爛。蕎麥粉頻傅之。

治痘黑凹陷不起。蕎麥麩煮食之。卽發。

治絞腸痧。蕎麥麩一撮炒水烹服。

### 苦蕎麥

苦蕎出南方。春社前後種之。莖青多枝。葉似蕎麥而尖。開花帶綠色。結實亦似蕎麥。稍尖而稜角不峭。其味苦惡。農家磨搗爲粉。蒸使氣饒。滴去黃汁。乃可作爲糕餌食之。穀之下者。野濟荒爾。

苦蕎麥味甘苦溫。有小毒。多食傷胃。發風動氣。能發諸病。黃疾尤當禁之。

### 麻類

#### 胡麻

一名巨勝。古者中國正有大麻。其實爲菁。漢使張騫始自大宛得油麻種來。故名胡麻。以別大麻也。昔在胡地甚大。自入中國漸小。其莖方者名巨勝。圓者名胡麻。又云結實作角入稜者名巨勝。六稜四稜者爲胡麻。或云。本生胡中。形體類麻。故名胡麻。入穀之中。

最爲大勝。故名巨勝。○胡麻卽脂麻也。有遲  
早二種。黑白赤三色。其莖皆方。秋開白花。亦  
有帶紫艷者。節節結角。長者寸許。有四稜六  
稜者。房小而子少。七稜八稜者。房大而子多。  
胡麻夫婦同種。卽生而茂盛。本事詩云。胡麻  
好種無入種。正是歸時君不歸。○漢明帝永  
平十五年。中刻縣有劉晨阮肇二人入天台  
山採藥。迷失道路。忽逢一溪。過之。偶遇二女。  
以劉阮姓名呼之。故唐詩有  
云。御羹和不髓。香飯有胡麻。

胡麻味甘平。無毒。主傷中虛羸。補五內。益氣力。長肌  
肉。填髓腦。久服輕身不老。堅筋骨。明耳目。耐飢渴。  
延年。療金瘡止痛。及傷寒溫瘧。大吐後虛熱。羸困。  
潤養五臟。補肺氣。止心驚。利大小腸。耐寒暑。逐風

溼氣。遊風頭風。催生落胎。產後羸困。細研塗髮。令  
長。白蜜蒸餌。治百病。炒食不生風病。風人久食。則  
步履端正。語言不蹇。生嚼塗小兒頭瘡。煎湯浴。惡  
瘡。婦人陰瘡。白油麻卽脂麻味甘寒。無毒。治虛勞。滑

腸胃。行風氣。通血脉。去頭上浮風。潤肌肉。食後生  
噉。一合。終身勿輟。又與乳母服之。孩子永不生病。  
客熱可作飲汁服之。生嚼傅小兒頭上。諸瘡。良仙

方蒸以辟穀。脂麻云卽胡麻。本生大宛。五穀之長  
也。服之不息。可以知萬物。通神明。與世常存。參同

契亦云。巨勝可延年。還丹入口。按蘇東坡與程正輔書云。凡痔疾宜斷酒肉與鹽酪醬菜厚味。及粳米飯。唯宜食淡麪一味。及以丸蒸胡麻。卽黑脂麻。同去皮茯苓。入少白蜜爲麪食之。日久氣力不衰。百病自去。而痔漸退。此乃長生要訣。但易知而難行爾。據此說。則胡麻爲脂麻。尤可憑矣。近人以脂麻搗爛去滓。入綠豆粉作腐食。其性平潤。最益老人。**麻枯餅**此乃榨去油麻滓也。荒歲人亦食之。可以養魚。

**肥田青蘘**

卽胡麻葉也。

味甘寒。無毒。主五臟邪氣。風寒

溼痺。益氣補腦髓。堅筋骨。久服耳目聰明。不飢不老。延年作湯沐頭。去風潤滑皮膚。益血色。治崩中血凝注者。生搗一升。熱湯絞汁半升服。立愈。胡麻花生。禿髮潤大腸。人身上肉丁擦之。卽愈。七月採最上標頭者。取汁溲麪食。至鞣滑。

○附方

服食胡麻法。用胡麻三斗。淘淨。甑蒸令氣過。日乾。以水淘去沫。再蒸。如此九度。以湯脫去皮。簸淨。炒香爲末。白蜜或棗膏丸。彈子大。每溫酒化下一丸。



日三服。忌毒魚狗肉生菜。服至百日。能除一切痼疾。一年身面光澤不飢。二年白髮返黑。三年齒落更生。四年水火不能害。五年行及奔馬。久服成仙。

治腰脚疼痛。用新胡麻一升。炒香杵末。溫酒蜜湯皆可下。日服一合。服至一斗永瘥。

治風寒中人。用脂麻炒焦。乘熱搗酒飲之。煖卧取汗良。

治中暑卒死。用炒黑脂麻攤冷爲末。新汲水調服三錢。

治入水肢節腫痛。生胡麻搗塗之。

解下小兒胎毒。初生時嚼生脂麻綿包。與兒吮啞。其毒自下。

治疔腫惡瘡。用胡麻燒灰。針砂等分爲末。醋和傅之日三。

治小兒瘰癧。脂麻連翹等分爲末。頻頻食之。

治小便尿血。胡麻三升。杵末。以東流水二升。浸一宿。平旦絞汁頓熱服。

治乳瘡腫痛。用脂麻炒焦研末。以燈窩油塗調。

治湯火傷胡麻生研如泥塗之。

治婦人陰戶生瘡作痒。胡麻嚼爛傅之良。

治牙齒痛腫。胡麻木煮汁含漱吐之。

大麻

一名火麻。一名黃麻。花名麻勃。子名麻黃。大麻處處種之。剝麻收子。有雌有雄。雄者

為象。雌者為首。大科如脂麻。葉狹而長。狀如

益母草葉。一枝七葉。或九葉。五六月開。細黃

花成穗。隨即結實。大如胡荽子。可取油。剝其

皮績以為布。其體白而有稜。輕虛。可為蠟。心

麻子放勃時。拔去雄者。若未

放勃。先拔之。則不成子也。

見鬼狂走。利五臟。下血破積。止痺散膿。久服通神。

明。輕身。要見鬼者。取生麻子。菖蒲。鬼臼。等分。杵丸。

彈子大。每朝向日服一丸。滿百日。即見鬼也。麻仁。

麻子去殼。日仁。味甘平無毒。主補中益氣。久服肥健。不老。

神仙。治中風汗出。逐水氣。利小便。破積血。復血脉。

乳。婦產後餘疾。沐髮長潤。炒香浸小便。絞汁服之。

令人心歡。婦人倒產。吞二十七枚。即正。潤五臟。利大。

腸熱結燥。男子多食。滑精氣。痿陽氣。婦人多食。即

發帶疾。麻勃。味辛溫。無毒。治一百二十種惡

風。黑色。適身。苦瘞。逐諸風。惡血。治女人經候不通。

術家合人參服之。逆知未來事。麻葉味辛有毒。搗汁服五合。下蛇蟲。搗爛傅蝎毒。俱效。浸湯沐髮長潤。令白髮不生。

○附方

服食麻仁法。麻子仁一升。白羊脂七兩。蜜臘五兩。白蜜一合。和杵蒸食之。不飢耐老。

大麻仁酒。治骨髓風毒疼痛。不可運動。用大麻仁水浸取沈者一升。曝乾於銀鍋中。旋旋慢炒香熟。入木臼中搗至萬杵。待細如白粉。即止。分爲十貼。

每用一貼。取家釀無灰酒一大椀。同麻粉用柳棍蘸入砂盆中。搗之。濾去殼。煎至減半。空腹溫服一貼。輕者四五貼見效。重者不出十貼必失所苦。效不可言。

麻仁粥。治風水腹大。腰膺重痛。不可轉動。用麻子半升。研碎水濾取汁。入粳米二合。煮稀粥。下葱椒鹽豉空心食。又可治老人風痺。及五淋澀痛。大便不通俱用此方。

治產後秘澀。許學士云。產後汗多。則大便秘。難於

用藥。惟麻仁粥最穩。不惟產後可服。凡老人諸虛風痺。皆得力也。用大麻子仁紫蘇子各二合洗淨。

以水研細。濾取汁。分二次煮粥。吸之。

苧麻

苧音頊。又作絲。卽今之白麻也。多生甲澤處。人亦種。以打繩績布作履。苗高五六尺。

葉大似桐。葉團而有尖。六七月開黃花。結實如半磨形。有齒。嫩青老黑。中子扁黑。狀如秋

葵子。其莖輕虛潔白。可蘸硫黃作燄燈。引火甚速。其嫩子小兒亦食之。今人製筆。中雜以

麻。卽苧麻也。

苧麻實。味苦平。無毒。治赤白冷熱痢。炒研爲末。蜜湯

服一錢。癰腫無頭者。吞一枚。治眼腎瘀血。及倒睫。

拳毛

菽豆類

大豆

一名菽。今處處種之。宜於高阜之地。有黑

白黃褐青斑數色。黑者名烏豆。可入藥。及充食作豉。黃者可作腐。榨油造醬。餘但可作

腐。及炒食而已。皆以夏至前後下種。苗高三

黑大豆。味甘平。無毒。生研塗癰腫。煮汁飲。殺鬼毒。止

癰。逐水脹。除胃中熱痺。傷中淋露。止瘀血。散五臟

結積。內寒。殺烏頭毒。炒爲屑。止腹脹。消穀。煎濃汁。

解礬石。砒石。甘遂。天雄。附子。射罔。巴豆。羌青。斑蝥。

百藥之毒炒黑熱投酒中飲之治風痺癱緩口禁  
產後頭風食罷生吞半兩明目鎮心溫補久服好  
顏色變白不老总與猪肉同食小兒以炒豆猪肉  
同食必壅氣致死十歲小兒便不畏也仙方服之  
可以辟穀度飢每食後磨拭吞三十粒令人長生  
初服時似身重一年以後便覺身輕○黑豆入鹽  
煮常時食之能補腎蓋豆乃腎之穀其形類腎而  
又黑色通腎引之以鹽所以妙也李時珍謂黑豆  
古方稱大解百藥毒每試之大不然又加甘草其  
驗乃奇如此之事不可不知大豆皮生用療痘瘡  
目翳嚼爛傅小兒尿灰瘡大豆花主目盲翳膜大  
豆葉治蛇咬搗傅之頻易取瘥○昔相國張文蔚  
莊內有鼠狼穴養四子爲蛇所吞鼠狼牝牡情切  
乃於穴外扒土壅穴俟蛇出頭度其回轉不便當  
腰咬斷而繫腹銜出四子尚有氣置於穴外銜豆  
葉嚼而傅之皆活後人以豆葉治蛇咬蓋本於此

○附方

治目翳內障視物不見用黑豆每月初一以淡鹽

湯下一粒。初二初三。逐日增一粒。至十五日。十五粒。十六日。亦十五粒。十七日。十四粒。十八十九。逐日減一粒。至月晦。仍歸一粒。若月小。十六日便服十四粒。十七十三粒。連服三月。反警還明。其應如響。

黃山谷救荒法。黑豆貫衆各一升。煮熟去衆。曬乾。每日空心啖五七粒。食百木救葉。皆有味甘可飽也。王氏農書云。辟穀之方。見於石刻。水旱蟲荒。國有代有。甚則懷金立鵠。易子炊骸。爲民父母者。不可

不知。此法也。昔晉惠帝永寧二年。黃門侍郎劉景先表奏。臣遇太白山隱氏傳。濟飢辟穀仙方。臣家大小七十餘口。更不食別物。若不如斯。臣一家甘受刑戮。其方用大豆五斗。淘淨蒸三遍。去皮。用大麻子三斗。浸一宿。亦蒸三遍。冷口開取仁。各搗爲末。和搗作團如拳。入甑內蒸。從戌至子時止。實時出甑。午時曬乾。爲末。乾服之。以飽爲度。不得食一切物。第一頓得七日不飢。第二頓得四十九日不飢。第三頓。三百日不飢。第四頓得二千四百日不

日三服。忌毒魚狗肉生菜。服至百日。能除一切痼疾。一年身面光澤不飢。二年白髮返黑。三年齒落更生。四年水火不能害。五年行及奔馬。久服成仙。

治腰脚疼痛。用新胡麻一升。炒香。杵末。溫酒蜜湯皆可下。日服一合。服至一斗永瘥。

治風寒中人。用脂麻炒焦。乘熱。搗酒飲之。煖時取汗良。

治中暑卒死。用炒黑脂麻攤冷爲末。新汲水調服三錢。

治入水肢節腫痛。生胡麻搗塗之。

解下小兒胎毒。初生時嚼生脂麻綿包。與兒吮。其毒自下。

治疥腫惡瘡。用胡麻燒灰。針砂等分爲末。醋和傅之日三。

治小兒瘰癧。脂麻連翹等分爲末。頻頻食之。

治小便尿血。胡麻三升。杵末。以東流水二升。浸一宿。平旦絞汁。頓熱服。

治乳癆腫痛。用脂麻炒焦研末。以燈窩油塗調。

治湯火傷胡麻生研如泥塗之。

治婦人陰戶生瘡作痒。胡麻嚼爛傅之良。

治牙齒痛腫。胡麻木煮汁含漱吐之。

大麻

一名火麻。一名黃麻。花名麻勃。子名麻黃。大麻處處種之。剝麻收子。有雌有雄。雄者

為臬。雌者為苜。大麻科如脂麻。葉狹而長。狀如益母草葉。一枝七葉。或九葉。五六月開。細黃

花成穗。隨即結實。大如胡荽子。可取油。剝其皮。績以為布。其穢白而有稜。輕虛。可為燭心。

麻子放剝時。拔去雄者。若未放剝。先拔之。則不灰子也。

麻黃

即大麻子。味辛平。有毒。主五勞七傷。多服令人

見鬼狂走。利五臟。下血破積。止痺散膿。久服通神。

明。輕身。要見鬼者。取生麻子。苜蒲。鬼臼等分。杵光

彈子大。每朝向日服一丸。滿百日即見鬼也。麻仁

麻子去殼。日仁。

味甘平。無毒。主補中益氣。久服肥健。不老。

神仙。治中風汗出。逐水氣。利小便。破積血。復血脈。

乳婦產後餘疾。沐髮長潤。炒香浸小便。絞汁服之。

令人心歡。婦人倒產。吞二七枚。即正。潤五臟。利大

腸熱。結燥。男子多食。滑精氣。痿陽氣。婦人多食。即

發帶疾。

麻勃

即麻花。

味辛溫。無毒。治一百二十種惡

風。黑色。遍身苦癢。逐諸風惡血。治女人經候不通。



術家令人參服之。逆知未來事。麻葉味辛有毒。搗汁服五合。下虵蟲。搗爛。傅蝮毒。俱效。浸湯沐髮長潤。令白髮不生。

○附方

服食麻仁法。麻子仁一升。白羊脂七兩。蜜臘五兩。白蜜一合。和杵蒸食之。不飢耐老。

大麻仁酒。治骨髓風毒疼痛。不可運動。用大麻仁水浸取泥者一升。曝乾於銀鍋中。旋旋慢炒香熟。入木臼中搗至萬杵。待細如白粉。卽止。分爲十貼。

每用一貼。取家釀無灰酒一大椀。同麻粉用柳棍蘸入砂盆中。搗之。濾去殼。煎至減半。空腹溫服一貼。輕者四五貼見效。重者不出十貼。必失所苦。效不可言。

麻仁粥。治風水腹大。腰臍重痛。不可轉動。用麻子半升。研碎。水濾取汁。入粳米二合。煮稀粥。下蔥椒鹽豉空心食。又可治老人風痺。及五淋澀痛。大便不通。俱用此方。

治產後秘澀。許學士云。產後汗多。則大便秘。難於

用藥惟麻仁粥最穩不惟產後可服凡老人諸虛風痺皆得力也。用大麻子仁紫蘇子各二合洗淨

以水研細濾取汁分二次煮粥啜之。

苧麻 苧音頂又作絲即今之白麻也多生卑溼處人亦種以打繩績布作履苗高五六尺

葉大似桐葉團而有尖六七月開黃花結實如半磨形有齒嫩青老黑中子扁黑狀如秋

葵子其莖輕虛潔白可蘸硫黃作焯燈引火甚速其嫩子小兒亦食之今人製筆中雜以

麻即苧麻也

苧麻實味苦平無毒治赤白冷熱痢炒研為末蜜湯

服一錢癰腫無頭者吞一枚治眼腎瘀血及倒睫

拳毛

菽豆類

大豆 一名菽今處處種之宜於高阜之地有黑

白黃褐青斑數色黑者名烏豆可入藥及充食作豉黃者可作腐榨油造醬餘但可作

腐及炒食而已皆以夏至前後下種苗高三四尺葉團有尖秋開小白花

黑大豆味甘平無毒生研塗癰腫煮汁飲殺鬼毒止

痛逐水脹除胃中熱痺傷中淋露止瘀血散五臟

結積內寒殺烏頭毒炒為屑止腹脹消穀煎濃汁

解礬石砒石甘遂天雄附子射罔巴豆羌青斑蝥

百藥之毒炒黑熱投酒中飲之。治風痺癱緩口禁  
產後頭風食罷生吞半兩明目鎮心溫補久服好  
顏色變白不老忌與豬肉同食小兒以炒豆豬肉  
同食必壅氣致死十歲小兒便不畏也。仙方服之  
可以辟穀度飢每食後磨拭吞三十粒令人長生  
初服時似身重一年以後便覺身輕。○黑豆入鹽  
煮常時食之能補腎蓋豆乃腎之穀其形類腎而  
又黑色通腎引之以鹽所以妙也。李時珍謂黑豆  
古方稱大解百藥毒每試之。大不然。又加甘草其

驗乃奇。如此之事不可不知。**大豆皮**生用療痘瘡  
**目翳**嚼爛傳小兒尿灰瘡。**大豆花**主目盲翳膜。**大**  
**豆葉**治地咬搗傳之。頻易取瘥。○昔相國張文蔚  
莊內有鼠狼穴。養四子。爲蛇所吞。鼠狼北牡情切  
乃於穴外扒土壅穴。俟蛇出頭度其回轉。不便當  
腰咬斷而劈腹。銜出四子。尚有氣。置於穴外。銜豆  
葉嚼而傳之。皆活。後人以豆葉治蛇咬。蓋本於此。

○附方日本十五卷十八日  
治目翳內障。視物不見。用黑豆。每月初一。以淡鹽

湯下一粒。初二初三。逐日增一粒。至十五日。十五粒。十六日。亦十五粒。十七日。十四粒。十八十九。逐日減一粒。至月晦。仍歸一粒。若月小。十六日。便服十四粒。十七十三粒。連服三月。反瞽。還明。其應如響。等次。後。所。土。聖。公。諸。地。出。而。其。其。同。傳。不。可。言。

黃山谷救荒法。黑豆貫衆各一升。煮熟去衆。晒乾。每日空心啖五七粒。食百木枝葉。皆有味可飽也。王氏農書云。辟穀之法。見於石刻。水旱蟲荒。國有代有。甚則懷金立鵠。易子炊骸。爲民父母者。不可不知。此法也。昔晉惠帝永寧二年。黃門侍郎劉景先表奏。臣遇太白山隱氏傳濟飢辟穀仙方。臣家大小七十餘口。更不食別物。若不如斯。臣一家甘受刑戮。其方用大豆五斗。淘淨蒸三遍。去皮。用大麻子三斗。浸一宿。亦蒸三遍。令口開取仁。各搗爲末。和搗作團如拳。入甑內蒸。從戌至于時止。寅時出甑。午時晒乾。爲末乾服之。以飽爲度。不得食一切物。第一頓得七日不飢。第二頓得四十九日不飢。第三頓。三百日不飢。第四頓。得二千四百日不

飢。第三頓。三百日不飢。第四頓。得二千四百日不

飢更不必服。永不飢也。不問老少。但依法服食。令人強壯。容貌紅白。永不憔悴。口渴。卽研大麻子湯飲之。轉更滋潤臟腑。若欲仍用飲食。以葵子三合研末。煎湯冷服。取下藥如金色。任喫諸物。竝無所損。前知隨州朱頌教民用之。有驗。序其首尾。勒石於漢陽大別山太平興國寺。

服食大豆。令人長肌膚。益顏色。填骨髓。加氣力。補虛能食。不過兩劑。大豆五升。如作醬法。取豆黃搗末。以豬肪鍊膏。和九梧子大。每服五十丸。至百丸。

溫酒下。神驗秘方也。

豆淋酒法。治產後百病。或血熱。產後餘血水氣。或中風困篤。或背強口禁。或但煩熱痺癢。口渴。或身頭皆腫。或身痒嘔逆。直視。或手足頑痺。頭旋眼眩。此皆虛熱。中風也。用大豆三升。熬熟。至微烟出。入瓶中。以酒五升沃之。經一日以上。服酒一升。溫覆令少汗出。身潤卽愈。口噤者。加獨活半斤。微微槌破。同沃之。產後宜常服。以防風邪。又治男子中風。口眼喎斜。亦用此方。

治卒暴中風。四肢攣急不能行。取大豆三升。淘淨  
濕蒸。以醋二升。傾入瓶中。鋪於地上。設席豆上。令  
病人臥之。仍重蓋五六層衣。豆冷漸漸却衣。仍令  
一人於被內。引挽攣急處。更蒸豆。再作。併飲荆瀝  
湯。如此三日夜。卽瘥。

治中風入臟。以大豆一斗。水五斗。煮取一斗二升。  
去滓。入美酒一斗五升。煎至九升。旦服。以汗出爲  
愈。

治中風不語。及喉痺失音。用大豆煮汁煎稠如飴。  
含之。并飲其汁。

治陰毒傷寒。危篤者。用黑豆炒乾。投酒熱飲。或灌  
之。性則復飲。汗出爲度。

解巴豆毒。下痢不止。大豆一升。煮汁飲之。又可解  
砒石毒。河鮑毒。

治腰脇卒痛。大豆炒二升。酒三升。煮二升。頓服。

治卒然腰痛。大豆六升。水拌溼。炒熱布裏熨之。冷  
卽易。乃張文仲所處方也。

治身面浮腫。用黑豆一升。水五升。煮汁三升。入酒。

五升更煮三升分三次溫服又方用黑豆炒乾爲末每二錢米飲下建炎初吳內翰女孫忽發腫凸得此方服之立效

治水腫用大豆一斗水一斗煮取八升去豆入薄酒八升再煎取八升服之水當從小便中出經效方也

### 黃大豆

大豆有黑青黃斑數色惟黑者入藥而黃白豆炒食作腐造醬榨油盛爲時用不可不知別其性味也。黃豆苗高二三尺葉似黑豆葉而大結角比黑豆角稍肥大其葉嫩時可食

黃大豆味甘溫無毒主寬中下氣利大腸消水脹腫毒研末熟水調塗痘後癰豆箕燒灰入點痣去惡

### 肉藥

#### 赤豆

處處有之於夏至後下種苗科高尺許枝葉似豇豆葉微圓峭而小至秋開花似豇豆花而小淡銀褐色有腐氣結莢長二三寸比綠豆莢稍夫皮色微白帶紅三青二黃時即收之可同米粉作糲蒸餅及團子餛飩餛飩並良也

赤豆味甘平無毒主下水腫排癰腫膿血消熱毒止洩利小便去脹滿除消渴下乳汁久食虛人令枯瘦解小麥毒和鯉魚煮食愈脚氣水腫痢後氣滿

不能食者宜煮食之不可同魚鮮食。○共工氏有不才子以冬至死為疫鬼而畏赤豆故於是日作

赤豆粥以厭之。[葉]去煩熱止小便數。[腐婢] 即赤豆花狀似

梔子氣作臭腐故名味辛平無毒主痰癰寒熱邪氣止消渴

病酒頭痛

○附方

治水腫用赤豆半升大蒜一顆生薑五錢商陸根

一條並研碎同水煮爛去藥空心食豆旋旋啜汁

令盡腫立消也。○又方治水腫從脚起入腹則殺

人赤豆二斗煮極爛取汁五升溫漬足膝若已入

腹但食赤豆勿雜食他物亦愈。○又方治水腫以

東行花桑枝燒灰一升淋汁煮赤豆一升以代飯

食之甚效。○又方治水鼓腹大動搖有聲皮膚黑

者用赤豆三升白茅根一握水煮食以消盡腹

中水為度

辟禳瘟疫元旦及元宵以赤豆二七枚麻子七枚

投井中辟瘟疫甚效。○又方正月七日新布囊盛

赤豆置井中三日取出男吞七枚女吞十四枚竟



年無病也。○又於正旦面東以盞水吞赤豆三七枚。一年無諸疾。○又七月立秋日面西以井華水吞赤豆七枚。一秋不犯痢疾。

治下部卒痛如鳥啄之狀。用赤豆大豆各一升。蒸熟。作二囊更互坐之。卽止。

治熱毒下血或因食熱物發作。赤豆末水服方寸匕。

治痔疾血出。赤豆二升。苦酒五升。煮熟。日中晒至酒盡乃止。爲末。酒服一錢。日三。

治舌上出血如簪孔。赤豆一升。杵碎。水三升。和絞汁服。

治熱淋血淋。用赤豆三合。炒爲末。煨葱一莖。搗酒調服二錢。

治小兒鵝口重舌。赤豆末醋和塗之。

治丹毒如火。赤豆末和雞子白。時時塗之。

治腮頰熱腫。赤豆末和蜜塗之。一夜卽消。或加芙蓉葉末尤妙。

治風癢癰疹。赤豆荆芥穗等分爲末。雞子白調塗。

治胞衣不下赤豆男七粒女十四粒東流水下  
治乳汁不行赤豆煮汁飲之

治妊娠經水時來名曰漏胎或因房室名曰傷胎  
用赤豆芽爲末溫酒服方寸匕日三得效乃止

治小兒遺尿赤豆葉搗汁服之

綠豆

處處種之三四月下種苗高尺許葉小而  
有毛至秋開小花莢如赤豆莢粒粗而色  
鮮者爲官綠皮薄而粉多粒小而色深者爲  
油綠早種者呼爲摘綠可煩摘也蓮種呼爲  
拔綠一拔而已非人用之甚廣可作豆粥豆  
飯豆酒燭食麩食磨而爲麩澄瀝取粉可以  
作餌頭餅盪皮搓索爲食中佳品以水浸淫  
生白芽又爲菜中清潔之味牛馬之食亦多

賴之真濟世  
之良穀也

綠豆味甘寒無毒煮食消腫下氣壓熱解毒生研絞

汁服治丹毒煩熱風疹藥石發動熱氣奔弛厚腸

胃作枕明目治頭風頭痛除吐逆常食之補益元

氣和調五藏安精神行十二經脈去浮風潤皮膚

煮汁止消渴解一切藥草牛馬金石諸毒不可與

鯉魚同食令人肝黃成渴病李時珍曰綠豆肉平

皮寒解金石砒霜草木一切諸毒宜連皮生研水

服一人服附子酒多頭腫如斗唇裂血流急求綠

豆黑豆各數合嚼食并煎湯飲之乃解也綠豆粉

俗稱真粉味甘涼平無毒解諸熱益氣解酒食諸毒治

發背癰疽瘡腫及湯火傷灼痘瘡不結痂濕爛腥

臭者乾撲之良治霍亂轉筋解菰菌砒毒及諸藥

毒死心頭尚溫者俱用新汲水調灌卽活李時珍

曰綠豆消腫治痘之功雖同赤豆而壓熱解毒之

力過之且益氣厚腸胃通經脈無久服枯人之患

但以作涼粉造豆酒或偏於冷或偏於熱能致人

病皆人所爲非豆之咎也豆粉須以綠色粘膩者

爲真外科治癰疽有內托護心散極言其神效須

一日至三日進十數服可免毒氣內攻臟腑綠豆

磨末用之盥滌去頭面手指垢膩勝於皂莢諸物

綠豆皮味甘寒無毒解熱毒退目翳綠豆莢治赤

痢經年不愈蒸食之良綠豆花解酒毒綠豆芽味

甘平無毒解酒毒熱毒利三焦受溼鬱而生頗發

瘡動氣與綠豆之性稍有不同綠豆葉治霍亂吐

下絞汁和醋少許溫服

○附方

本草綱目卷之五 穀部

防痘入目。用綠豆七粒。令兒自投井中。頻視七遍。乃還。

飲燒酒太過欲死。用真粉盪皮食之。卽解。

護心散。凡有疽疾。一日至三日之內。宜連進十餘服。方免變症。使毒氣出外。服之稍遲。毒氣內攻。漸生嘔吐。或鼻生瘡。菌不食。卽危矣。四五日後。亦宜間服之。用真綠豆粉一兩。乳香五錢。燈心同研。和勻。以生甘草濃煎湯調下。一錢。時時呷之。若毒氣冲心有嘔逆之症。大宜服此。蓋綠豆壓熱下氣。消

腫解毒。服至一兩。則香徹瘡孔中。真聖藥也。

解鳩酒毒。綠豆粉三合。水調服。

白解砒石毒。綠豆粉寒水石等燒。以藍根汁調服。三五錢。

解諸藥毒已死。但心頭溫者。用綠豆粉水調服。

治官刑打傷。綠豆粉炒研。以雞子白和塗之。

治外腎生瘡。綠豆粉。曲蟾屎和塗之。

治打撲傷。用綠豆粉炒紫色。新汲水調。傅傷處。外以杉木皮縛定。其効如神。此汀州陳氏夢傳之方。

治一切腫毒初起用綠豆粉炒黑醋調傅之。

治痘目翳綠豆皮白菊花殼精草等末每一錢以

乾柿餅一枚粟米泔一盞同煮乾食柿日三服半

白豆一名飯豆其苗嫩者可作菜食生食亦妙

浙東一種味甚勝用以作醬作腐極佳此

方水白豆相似而不及也○白豆即飯豆也

白豆味甘平無毒補五臟調中助十二經脈煖腸胃

殺鬼氣腎之穀腎病宜食之葉煮食利五臟下氣

穉豆音呂、穉豆生田野小而黑小

穉豆味甘溫無毒去賊風風痺婦人產後冷血炒令

焦黑極熱投酒中漸漸飲之

豌豆一名胡豆其苗柔弱宛宛故得豌豆名種出

胡戎嫩時青色老則斑斑麻故又有胡戎青

斑麻累諸名今北土甚多八九月下種苗生

柔弱如蔓有鬚葉似蒺藜葉兩兩對生嫩時

可食三四月開小花如蛾形淡紫色結莢長

寸許子圓如藥丸亦似甘草子出胡地者大

如杏仁煮炒皆佳磨粉麩甚白細膩百穀之

中最高為先登又有野豌豆粒小不堪其苗可

茹名搖翹

見菜部

豌豆味甘平無毒淡煮食之治消渴除吐逆止泄痢

澀下利調榮衛益中平氣下乳汁煮飲殺鬼毒心

病解乳石毒發研末塗癰腫痘瘡作漂豆去黥黥  
令人面光澤李時珍曰豌豆屬土故其所生病多  
係脾胃元時飲膳每用此豆擣去皮同羊肉治食  
云補中益氣令為日用之物

蠶豆

豆莢狀如老蠶故名又謂其蠶時始熟故名張騫使外國得此種來今南土多種之蜀中尤多八月下種冬生嫩苗可茹方莖中空葉狀如匙頭本國末尖面綠背白柔厚一枝三葉二月開花如蛾狀紫白色又如豇豆花結角連綴如大豆頗似蠶形蜀人收其子以備荒歉

蠶豆味甘鹹辛平無毒主快胃和臟腑炒食煮食用

以點茶無不宜者一女子誤吞針入腹諸醫不能治一人教令煮蠶豆同韭菜食之針自大便同出此亦可驗其性之利臟腑也莢殼燒灰塗天泡瘡神效苗味苦微甘温主酒醉不醒油鹽炒熟煮湯灌之良

豇豆

處處三四月種之一種蔓長丈餘一種蔓短其葉俱本大末尖嫩時可茹其花有紅白二色莢有白紅紫赤斑駁數色長者至二尺如帶名裙帶豆嫩時克蔬菜老則收子短者不及尺名截豇莢殼不可食其子更香美和飯中極佳此豆可菜可果可穀備用最久乃豆中之上品也

豇豆味甘鹹平無毒。主理中益氣補腎健胃和五臟。調榮衛生精髓。止消渴吐逆泄痢小便數。解鼠莽毒。李時珍曰。豇豆開花結莢。必兩兩竝垂。有習坎之義。豆子微曲。如人腎形。所謂豆爲腎穀者。宜以此當之。昔盧廉夫教人補腎氣。每日空心煮豇豆入少鹽食之。蓋得此理。與諸疾無禁。但水腫忌補腎。不宜食耳。袖珍方云。中鼠莽毒者。以豇豆煮汁飲。卽解。欲試者。先刈鼠莽苗。以汁澆之。便根爛不生。此則物理自然也。

菹豆

人家種之。于籬垣。又名沿籬豆。二月下種。蔓生。延纏。葉大如盃。圓而有尖。其花狀如小蛾。有翅尾形。其莢凡十餘樣。或長或圓。或如衫袖。或如龍瓜。虎瓜。或如猪耳。刀鎌。種種不同。皆纍纍成枝。白露后。實更繁衍。嫩時可充蔬食。茶料。老則收子煮食。味極香美。子有黑白赤斑四色。一種莢硬不堪食。其豆子粗圓而色白者可入藥。

菹豆味甘微溫無毒。主補五臟。止嘔逆。久服頭不白。解一切草木毒。生嚼及煮汁飲。取效。行風氣。治女子帶下。解酒毒。河豚魚毒。止泄痢。消暑。煖脾胃。除溼熱。止消渴。研末和醋服之。療霍亂吐痢不止。李時珍曰。硬殼白扁豆。其子充實。其性溫平。得乎中。

和。脾之穀也。入太陰氣分。通利三焦。能化清降濁。故專治中宮之病。消暑除溼而解毒也。其軟殼及黑鵲色者。其性微涼。但可供食。亦調脾胃。**花乾末**米飲服之。治女子赤白帶下。作餛飩食。治泄痢。搗水飲解中一切藥毒垂死。功同扁豆。**葉**主霍亂吐痢不止。吐痢後轉筋生搗一把。入少醋絞汁服。立瘥。醋炙研服。治瘕疾。杵傳蛇咬。**藤**治霍亂。同蘆籬。即蘆柴外。落下老殼。人參倉米等分煎服。

**毛豆**

南人多種之。亦黃大豆之屬。夏初便可食。莢尚稚。秋深子綻實多。煮食作果。油鹽燉。

酒炙之。作蔬更佳。或剝子加鹽水焯滾。起鋪。鑊篩肉。下以炭火炙乾。名青豆。因其色青翠可愛。點茶。入果盒俱佳。

**毛豆味甘平。無毒。殺鬼氣。止痛逐水。除胃熱。下瘀血。**

**解藥毒。多食滑脾。**

以莢殼上有毛故名毛豆。

**刀豆**

一名挾劍豆。以莢形命名也。西陽雜俎云。樂浪有挾劍豆。莢生而橫斜。如人挾劍。卽

**此豆**

也。今人多種之。三月下種。蔓生。一二丈。葉如豇豆葉而稍長大。五六月開紫花。如

**豆干**

蛾形。結莢長者近尺。微似皂莢。扁而劍脊。三稜宛然。嫩時煮食。醬食蜜煎皆佳。老則收子。

**子大**

如椀指。淡紅色。同猪雞等肉煮食尤美。

**刀豆味甘平。無毒。主溫中下氣。利腸胃。其瓠逆。益腎。**



補元。刀豆舊本失載。惟近時小書載其煖而補元

陽也。又有人病後嘔逆不止。聲聞鄰家。或令取刀

豆子燒存性。白湯調服二錢即止。此亦取其下氣

歸元而逆自止也。刀豆皮弦燒存性。治噤口痢如

神。

黎豆。一名狸豆。一名虎豆。生於原野。山人亦有

種之者。三月不種。生蔓。其葉如豇豆葉。但

文理偏斜。六七月開花。成簇紫色。狀如扁豆

花。一枝結莢十餘。長三四寸。大如拇指。有白

茸毛。老則黑而露筋。宛如乾熊指爪之狀。其

子大如刀豆子。淡紫色。有斑點。如狸文。煮去

黑汁。同猪雞肉。入火煮。其味不佳。

黎豆味甘微苦溫。有小毒。主溫中益氣。多食令人悶

蟹眼豆。楚中多種之。粒小。宛如蟹眼。故名。

蟹眼豆味甘平。無毒。益脾胃。和臟腑。拌米中作飯。克

飢備荒之物也。

禽造類

陳廩米。即粳米。久入倉。厥陳赤者。以廩軍人。故

粳米也。廩米。吳人以粟為良。漢地以粳為

善。亦猶吳紵。鄭縞。賁近賤遠之意。確論其功

栗當居前。廩米。北人多用粟。南人多用粳。及

入倉。陳久。皆氣過色變。故古人謂之紅粟。紅腐。陳陳相因也。

陳廩米。味鹹酸溫。無毒。主下氣除煩渴。調胃止洩。補五臟。澀腸胃。煖脾去憊氣。宜作湯食。炊飯食止痢。補中益氣。堅筋骨。通血脈。起陽道。以飯和酢搗封。毒腫惡瘡。立瘥。北人以飯置甕中。水浸令酸。食之。煖五臟六腑之氣。研米服。去卒心痛。寬中消食。多食易飢。陳廩米煮汁不渾。初時氣味俱盡。故冲澹。可以養胃。古人多以煮汁煎藥。亦取其調腸胃利小便。去溼熱之功也。千金方治洞注下利。炒此米研末飲服者。亦取此義。不可同馬肉食。發痼疾。

紅麴

紅麴本草不載。法出近世。亦奇術也。其法白粳米一石五斗。水淘浸一宿。作飯分作十五處。入麴母三斤。搗揉令勻。併作一處。以帛密覆。熟即去帛攤開。覺溫急堆起。又密覆。次日日中。又作三堆。過一時。分作五堆。再一時。合作一堆。又過一時。分作十五堆。稍溫。又作一堆。如此數次。第三日。用大桶盛新汲水。以竹籬盛麴。作五六分。漚淨完。又作一堆。如前法。作一次。第四日。如前。又漚。若麴半沉半浮。再依前法。作一次。又漚。若盡浮。則成矣。取出。日乾。收之。其米過心者。謂之生黃。入酒及鮮醢中。鮮紅可愛。末過心者。不甚佳美也。

紅麴味甘溫。無毒。主消食活血。健脾燥胃。治赤白痢。下水穀。釀酒。破血行藥勢。殺山嵐瘴氣。治打撲傷損。女人血氣痛。及產後惡血不盡。搗酒飲之。良。李

時珍曰。人之水穀入於胃。受中焦溼熱。薰蒸游溢。精氣日化爲紅。散布臟腑經絡。是爲榮血。此造化自然之微妙也。造紅麴者。以白米飯受溼熱鬱蒸。變而爲紅。卽成真色。久亦不渝。此乃人窺造化之巧者也。故紅麴有治脾胃榮血之功。得同氣相求之理。

**蘖米**

此是以米作蘖。非別米名也。凡穀皆可生者。是矣。有粟黍穀麥豆諸蘖。皆水浸脹。候生。乘曝乾。去鬚。取其中米磨粉。食之。味愈甘美。功主消導。

**稻蘖**

一名穀芽。今人每於初夏作穀芽餅食。甚佳。味甘溫無毒。主快脾開

胃。下氣和中。消食化積。

**粟蘖**

一名粟芽。味苦溫無毒。主

寒中。下氣除熱。除煩消宿食。開胃爲末和脂。傅面

令皮膚悅澤。

**麥蘖**

一名麥芽。味鹹溫無毒。主消食和中。

破冷氣。去心腹脹滿。開胃止霍亂。除煩悶。消痰飲。破癥結。能催生落胎。補脾胃。虛寬腸。下氣腹鳴者。用之。消化一切米麪諸果食積。已上諸蘖。雖有消導之能。多食不免尅伐之患。觀造錫者。用之。可以類推矣。但有積者。能消化無積而久服。則消人元氣也。不可不知。若久服者。須同白朮諸藥兼消。則

無害也矣。

酒麴

一名酒母。有麥麴米造者不一。皆酒醋所須。俱能消導。功不甚遠。造大小麥麴法。用

大麥或小麥連皮。并水淘淨。晒乾。六月六日磨碎。以淘麥小和作塊。楮葉包紮。懸風處。七  
十日可用矣。造麴法。三伏時用白麴五斤。綠豆五升。以蓼汁煮爛。辣蓼末五兩。杏仁泥十兩。和踏成餅。楮葉裹懸風處。候生黃。收之。造白麴法。用麴五斤。糯米粉一斗。水拌微。坐篩過。踏餅。楮葉包掛風處。五日成矣。造米麴法。用糯米粉一斗。自然蓼汁和作餅。九楮葉包掛風處。七七。日。晒收。已上諸麴。造酒性醇和。而養脾胃。各地有人毒草。而成者。不及焉。

小麥麴味甘溫無毒消穀止痢平胃氣消食痔治亦

兒食癩霍亂心膈氣痰逆除煩破癥結除腸胃中

塞不下食落胎并下鬼胎止河魚之疾大麥麴味

之溫無毒消食和中下生胎破血取五升以水一

斗煮三沸分五服其子如糜令母肥盛麴麴米麴

味甘溫無毒消食積酒積糯米積研末酒服立愈

餘功同小麥麴。

炊蒸類

飯 飯食諸穀皆可為之。各隨米性。詳見本條。然更有諸飯可以治疾。不可類從者。應當別出。

大抵皆取粳  
籼粟米者。備

新炊飯治人尿床以熱飯一盞傾尿床處拌與食之

勿令病者知又乘熱傳臃毒良寒食飯清明節前二日謂之

寒食祀先餘飯主滅癩痕及雜瘡研末傅之燒灰酒服治

食本米成積黃瘦用此飯燒研治傷寒食復米飲

服二三錢效祀竈飯主卒噎取一粒食之即下燒

研搽鼻中瘡盆邊零飯主鼻中生瘡燒研傅之齒

中殘飯主蝎咬毒痛傅之即止殮飯殮音孫即熱水飯也

食解渴除煩荷葉燒飯主厚脾胃通三焦資助生

發之氣枳朮丸用荷葉裹燒飯為丸蓋荷之為物

色青中空象乎震卦風木在人為足少陽膽同手

少陽三焦為生化萬物之根蒂用此物以成其化

胃氣何由不上升乎更以燒飯和藥與白朮協力

滋養穀氣令胃厚不致再傷其利廣矣大矣荷葉燒飯

乃用新荷葉煮湯入梗木造飯氣味俱全也

青精乾石餽飯餽音信餽之為言殮也謂以酒蜜藥草輩漉而曝之也亦作祀

凡內外諸書並無此字惟施於此飯之名耳

又名烏飯其法取南燭莖葉搗碎漬汁浸粳米九浸九蒸九曝不粒緊小黑如堅珠袋盛

可以適遠方也此飯乃仙家服食之法而今之釋家多於四月八日造之以供佛耳

青精乾石餽飯味甘平無毒日進一合不飢益顏色

堅筋骨能行益腸胃補髓滅三蟲久服變白却老

粥

一名糜煮米為糜使糜爛也厚曰饋薄曰餼諸穀作粥詳見本條更有藥物果品作粥能治諸病略具於後

小麥粥止消渴煩熱寒食粥

用杏仁和諸花作之

主咳嗽下血

氣調中糯米秫米黍米粥味甘溫無毒主益氣治

脾胃虛寒洩痢吐逆小兒痘瘡白色粳米和米粟

米梁米粥味甘溫平無毒主利小便止煩渴養脾

胃。按羅天益寶鑑云粳粟米粥氣薄味淡陽中

之陰也所以淡滲下行能利小便一人病淋素不

服藥醫令專啖粟米粥絕去他味旬餘滅月餘痊

此五穀治病之理也。又張來粥記云每晨起食粥

一大椀空腹胃虛穀氣便作所補不細又極柔膩

與腸胃相得最為飲食之妙訣齊和尚說山中僧

每將旦一粥甚繫利害如不食則終日臟腑燥潤

蓋粥能暢胃氣生津液也大抵養生求安樂亦無

深遠難知之事不過寢食之間爾故作此勸人每

日食粥勿大笑也。又蘇軾帖云夜飢甚吳子野勸

食白粥云能推陳致新利膈益胃粥既快美粥後一覺妙不可言也此皆著粥之有益如此赤豆粥

利小便消水腫腳氣辟邪厲綠豆粥解熱毒止煩

渴御米粥即粟粥治反胃利大腸薏苡仁粥除溼熱

利腸胃蓮子粉粥健脾胃止洩痢芡實粉粥固精

氣明耳目菱實粉粥益腸胃解內熱栗子粥益腸

胃補腎氣益腰腳薯蕷粥即山藥粥補腎精固腸胃

粥寬腸胃令人不飢百合粥潤肺調中蓮藕粥消

食利膈波菜粥和中潤燥茯苓粉粥清上實下松

子仁粥潤心肺調大腸胡麻粥麻仁粥並潤腸治

痺蘇子粥下氣利膈竹葉湯粥止渴清心

麩尺沼切一名模河東人以麥為之北人以粟為之東人以粳米為之炒乾飯磨成也粗者

模糧為乾

米麥麩味甘苦微寒無毒主寒中除熱渴消石氣和

水服解煩熱止洩實夫腸炒米湯止煩渴

糕一名粢糕以黍糯合粳米粉蒸成狀如凝膏也單糯粉作者曰粢米粉合豆末糖蜜蒸成

者曰餌

糕味甘溫無毒粳糕養胃厚腸益氣和中粢糕益氣

煖中。縮小便。堅大便。粳米糕。易消導。粢饊。最難化。損脾。或成積。小兒尤宜禁之。

**糴**

一名角黍。俗作粽。古人以菰蘆葉裹黍米煮成。尖角如糴。糴葉。故曰糴。曰角黍。近世多用糯米矣。今俗五月五日以為節物。相餽送。或言為祭屈原。作此投江。以飼蛟龍也。

糴味甘溫無毒。五月五日取糴尖。和截瘡藥良。

**寒具**

一名環餅。一名餛。冬春可留數月。及寒食禁烟用之。故名寒具。環餅。象環釧形也。餛。易消散也。吳俗釋道修齋。用麪作環狀。油內煎熟。名曰餛子。供養上真。或以糯粉和麪。入少鹽。牽索紐捻。成環釧之形。油煎食之。劉禹錫寒具詩云。纖手搓成玉數尋。碧油煎出嫩黃深。夜來春睡無輕壓。福佳人纏臂金。

寒具味甘鹹無毒。利大小便。潤腸。溫中益氣。

**蒸餅**

餅者。并也。漉麪使合并也。有蒸餅。湯胡餅。索餅。酥餅之屬。皆隨形命名也。○小麥麪脩治食品甚多。惟蒸餅其來最古。是醱糟發成。單麪所造。中納以果菜糖蜜諸物。為日用供啖佳品。

蒸餅味甘平無毒。消食養脾胃。溫中化滯。益氣和血。

止汗利三焦。通水道。○按愛竹談藪云。宋寧宗為

郡王時。病淋。日夜凡三百起。國醫罔措。或舉孫琳

治之。琳用蒸餅大蒜淡豆豉三物。搗丸。令以溫水

下三十丸。日今日進三服。病當減三之一。明日亦



然三日病除。已而果然。賜以千緡。或問其說。琳曰。小兒何緣有淋。只是水道不利。三物皆能通利。故爾。若琳者。其可與語醫矣。

饅頭

諸葛武侯任孟獲。或曰蠻方多邪術。禱神假陰兵以助之。故彼俗殺人以其頭祭神。而武侯絲此。惟用羊豕炙裹麩。以象人頭。祀神。故謂之饅頭。自此始。○小麥麩和以村醪。澄底濃厚者為之。謂之籠炊。輕鬆適口。今世賓筵所不可缺。

饅頭味甘辛。主益脾胃。和臟腑。燒灰存性。消麩積。

餛飩

以水和麩作皮。包菜肉。糖蜜等餡。湯炊煮。熟。象混沌。不亞之義。今俗祀先者多用之。

餛飩味甘。五月五日吞五枚。壓鬼邪。六月六日以茄

作餡食之。療百疾。

餛飩

以麩團者煮熟食之。曰麩餛飩。

餛飩味甘。食之養胃。克飢。易於消化。多食不傷。

油堆

上元日以糯米粉捻成餅。餡以糖果諸物。沸油煎熟食之。甚美。

油堆味甘。燈夕食之。令人一歲無病。家道寬舒。

巧果

民間於七夕日。以白麩水浸糖拌。各成一。片。然後相合捲束。薄切。柳葉形。沸油煎熟。紋理間黃白。縷縷相錯。或成花朵。醜獻延賓。奇巧可愛。

巧果味甘。七夕與茶葉置器中。露一宿。以邀牛女。次

蚤食之。破人昏蒙。益人巧慧。

蜂糕

民俗於重九日，以麥麩和以酒醱，雜以豆果，籠飪蒸炊，切開蜂窠，宛然食之，以明登

高之

蜂糕味甘辛。九月九日取糕角半兩，陰乾。寒食飯二

百粒，豆豉一百粒，獨蒜一枚，恆山一兩，水二盞，浸

一夜，五更煎至一盞服下。治山嵐瘴癘，當下利為

愈

豆腐

其法始於漢淮南王劉安，凡黑豆黃豆及

碎，濾去滓，煎成以鹽鹵汁，或山藥葉或酸漿

醋，灑就釜收之，又有入缸內以石膏末收者，

豆腐味甘鹹寒。有小毒。主寬中益氣，和脾胃消脹滿。

下大腸濁氣，清熱散血。有人好食豆腐，中毒醫不

能治。作腐字言。菜蔬入湯中，則腐不成。遂以菜蔬

湯下藥而愈。大抵暑月，恐有人汗，尤宜慎之。凡人

客寓或宦邸，初到地方，水土不服，先食豆腐，則漸

漸調妥。

○附方

燒酒過多，遍身紅紫欲死，心頭尚溫，用熱豆腐切

片滿身貼之，貼冷即換，甦省乃止。

杖瘡青腫。以豆腐切片貼之。頻易。一法以燒酒煮貼之。看豆腐色紅即易。不紅乃已。

麻腐

以芝麻搗爛去滓。入綠豆真粉煮熟。入瓦缶中。俟冷凝結如膏。油鹽椒薑蔬菜同煮。為素品中佳饌。

麻腐味甘平。利腸胃。解熱毒。滋益精髓。最利老人。

粉皮

以綠豆真粉。水調稀薄得所。每用少許。入錫罐內。隔沸湯旋轉少頃。便成。以供素饌。或同青菜薑筍醬油共煮。極為妙品。

粉皮味甘滑。清熱解毒。調和五臟。安美神。潤澤肌

膚。性稍寒。涼脾泄者勿食。

索粉

以綠豆粉搓線。下湯煮熟。味美而滑。

索粉味甘涼。無毒。滋臟腑。益腸胃。涼血解諸毒。涼大

腸。止下血。

豆象

以綠豆水浸去殼。和水磨細。煎成餅。緝以鹽海炒食之。

豆象味甘平。無毒。主益元氣。利三焦。和脾胃。解利謂

熱通小便。

食物本草卷之五