

敦煌古本草
石室

蔡元培題

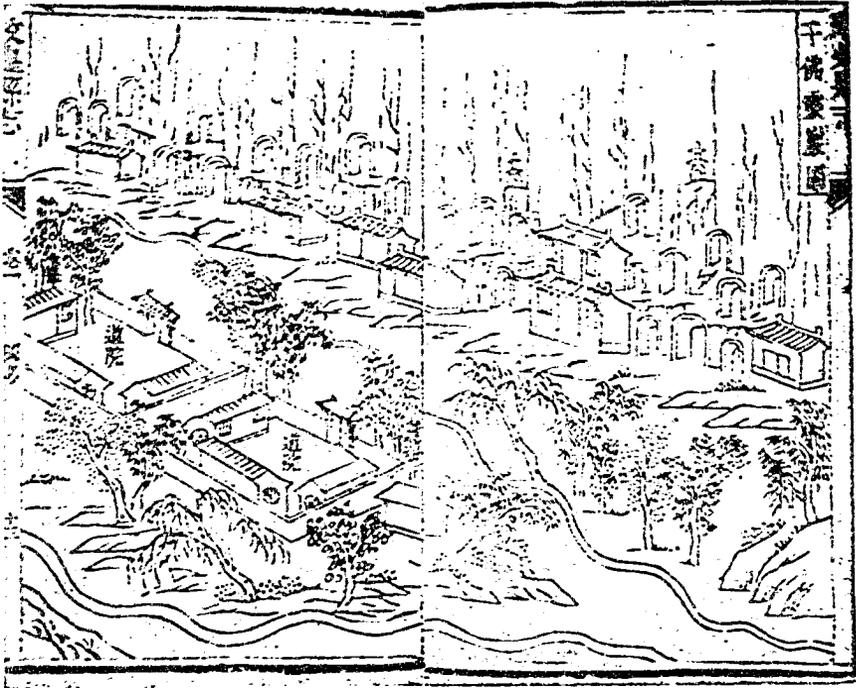


千佛洞(莫高窟)

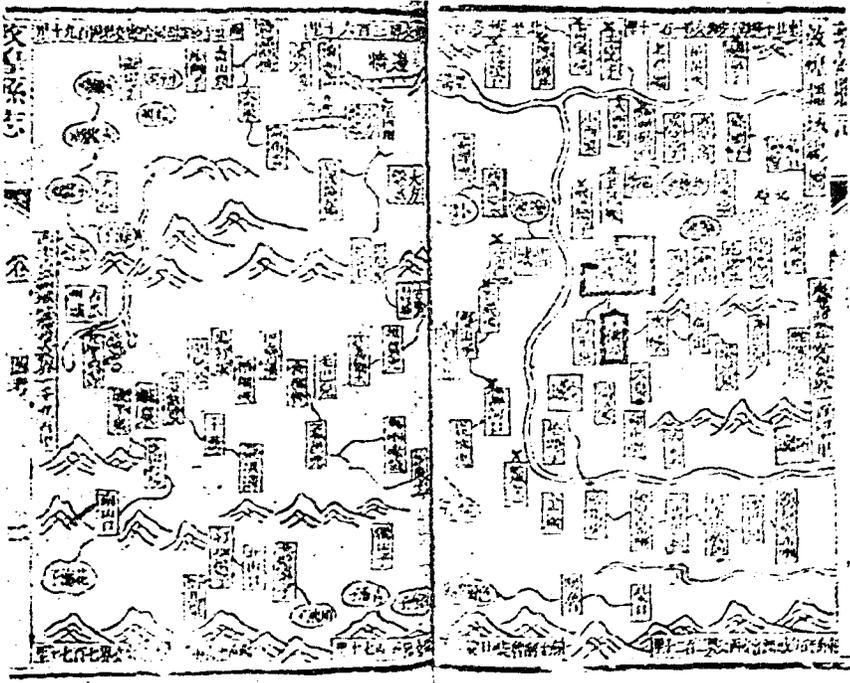
姚培和

亂山叢嶺隱流泉	四顧靈岩有洞天
熊館陰岑連佛屋	禪關春嶽起蛟淵
千秋石碣知誰讀	一代琳宮尙記年
億萬法身歸冥漠	如何人世說桑田

千佛洞



Literature 33



五季紛爭擾戰塵
 河湟州境半沉淪
 沙陀競說軍威壯
 歸義猶傳勅使頻
 羌笛夜吹蒲海月
 氈廬寒阻玉關春
 宋元邊土成荒裔
 無復編氓萬里臣

注瀼

趙序

吾國歷代諸家本艸，據李時珍本艸綱目序例所載品目，計四十一種。雖皆有撰人姓氏，僭里年月，及卷帙數目等簡明考略；然至今徒有其書籍之名稱，而不能得見其原書之片紙隻字者甚多。即能在去古未遠之本艸中，得見所引原書之本文，然又往往與其本文之字句，不甚符合，以致訛以傳訛者，亦復不少。即如唐同州刺史孟詵撰，張鼎增補之食療本艸，固爲綱目序例中所引古本艸之一。然其原書，早已散佚。僅見其文字，引用於宋唐慎微之證類本草中。餘則零星散見於李氏綱目集解及修治條下。雖搜盡四庫全書，名山祕笈，恐亦難得孟張原箸之舊觀也。有清之季，甘肅敦煌縣，啟發石窟，探得吾國千百年前一萬數千卷文獻，其中有古本艸殘卷，所謂食療本艸者，古色古

香，儼然尙存唐代卷軸之舊。雖不能獲原書之完璧，然僅就其斷編殘簡而論，當已見孟張原箸之一部分考。此種發見，不僅能引起中外考古學家無限之興味，即在吾國醫藥過去史上，及食物衛生上，可供科學的研究者，關係尤爲切要。此固無煩鄙人之嘖嘖也。嘗考甘肅敦煌縣。爲漢代與西域交通之要道。其地有千佛洞（莫高窟）者富於古代文物之寶藏。據一時學者在歷史上之推察，當宋初西夏勃興之時，其地恰當用兵之重鎮，因欲保全當時一切文化遺物，不至散失起見，悉數藏入千佛洞石室中，而以泥土固封洞口。代遠年湮，無人過問。至西紀一九〇〇年，因修繕寺觀，爲王道士破封口之一端，發掘古卷軸纍纍，存於寺中。一九〇七年，英人史太因博士。在第二期西域探險途次，聞此消息，追跡而至，蒐羅漢文西藏文之古物。滿載三百餘件而歸。此即今日英國博物館中收藏之一部分也。一九〇八年，法人曾

理亞博士，在中央亞細亞探險途次，至烏魯木齊，聞史太因氏在千佛洞得寶，遂亦接踵而至。費時三週，閱一萬數千卷之遺文。并選擇其全數大約三分之一。即購得古文獻五千餘卷。其中包含漢，蒙，西楚，西夏，等各種文字。此即今日法國國立圖書館收藏之一部分也。上海自然科學研究所彙報，第一卷第三號。題爲食療本艸之考察。蓋其原文，即本於英國博物館所藏，敦煌文物中古本艸殘卷。經日本中尾萬三博士，詳細之考據，復校補其遺文（原本稱校合食療本艸遺文）而發表之。其在法國圖書館之一部分有關於藥方及醫書等之文獻者，中尾博士，亦擬繼續考察，次第發表云云。夫食療本艸一書，當時本周禮食醫之義而作。乃張鼎根據孟詵補養方原著，增補品物而改稱之名也。孟詵雖爲孫思邈弟子，然其補養方，並不拾孫氏千金食治之牙慧，而有獨出之心裁。此種著述，大可證明古人講究保命養身之道，

注重食物衛生。置之今日飲食衛生化學中，大有參證研究之價值。范君鳳源，採取其原文而付梓，以廣其傳。希望海內留心斯道者，以本國人之眼光及見解而考察之。與中尾博士之說，互相比較。其議論當爲何如耶？

中華民國二十年六月十一日趙燭黃序於中央研究院國藥研究室

自序

衛生之道多端，而食居其首。舉凡吾身之滋養衰亡，莫不視食物而定。適則健壯剛虬，生機盎然。否則疾病作矣。故諺有曰；病從口入，實深示食物與疾病之關切也。良以食物之成分各異，組合不同，因之性質亦各有專屬，孰而足資榮身，孰而可以滋血，孰而健骨，孰而益力，孰而相殺，孰而互補，其差雖毫厘，而影響於吾身者至鉅。善爲醫者，必先鑒定食物，查其病源，而後針砭其失，或去其不當食者，或增其所應食者，俾身體之榮養得宜，自能不藥而愈。我國名醫扁鵲所謂『爲醫者當須洞視病源，知其所犯，以食治之。食療不愈，然後命藥。藥性剛烈，猶如御兵。兵之猛暴，豈容妄發！發用乖儀，損傷更衆』洵至言也。是以近世各國率亟亟於食物之化驗而醫學遂得長足

突進。我國科學，雖不足以抗歐美，然食物之考核，豈真付之闕如耶？特其散見醫書，爲研藥性之專技，而未能普及於常人耳。試觀素問食經等，莫不詳析食物之性質，諄示食忌之所從，如素問藏氣發時論中有云：

『肝色青，宜食甘，粳米牛肉棗葵皆甘；心色赤，宜食酸，小豆犬肉李韭皆酸；肺色白，宜食苦，麥羊肉杏薤皆苦；脾色黃，宜食鹹，大豆豕肉栗藿皆鹹；腎色黑，宜食辛，黃黍雞肉桃蔥皆辛。辛散，酸收，甘緩，苦堅，鹹軟。毒藥攻邪，五穀爲養，五菓爲助，五畜爲益，五菜爲充，氣味合而服之，以補養益氣，此五者有辛酸甘苦鹹，各有所利，或散或收或緩或急或堅或軟，四時五臟病，隨五味所宜也。』

又如靈樞經五味論中；

『黃帝曰：穀之五味，可得聞乎？伯高曰：請盡言之。五穀：秬米甘，麻酸，大豆鹹，麥苦，黃黍辛；五果：棗甘，李酸，栗鹹，杏苦，桃辛；五畜：牛甘，犬酸，豬鹹，羊苦，雞辛；五菜：葵甘，韭酸，藿鹹，蕤苦，蔥辛』。

『五禁：肝病禁辛，心病禁鹹，脾病禁酸，腎病禁甘，肺病禁苦。』

此五味之辨，證之今世外科瘍醫所云亦然：『凡藥以酸養骨，以辛養筋，以鹹養脉，以苦養氣，以甘養肉，以滑養竅』。足見我國古醫所示，非不合於科學。而其所論禁忌亦多與今日衛生之旨相合，如膳夫經中所舉：

『凡臨食不用大喜大怒。皆變成百病』。『春勿食肝，須增酸苦，禁食脾肺及辛甘；夏勿食心，須增酸甘，得食肝脾，禁食腎肺及苦鹹』。

；秋勿食肺，須增酸甘，得食脾腎，禁食肝心及苦酸；冬勿食腎，須增辛酸，禁食心脾及甘苦；四季勿食脾，須增苦酸，得食心肺，禁肝腎酸鹹。』『凡食不用以茗飲送之，令人氣上咳逆。』『凡肉久置合器中，食之煞人。又云；肉脯魚臘，逕夏入秋，不可食，令人得病。』『鳥死目不合，食之煞人。又云諸卵有文如八字，食煞人；又云凡鳥卵有文，食之煞人。』『凡食魚頭不得並乙骨食之，不利人；又云魚腹中正白連珠在齊（按卽臍字）上，食之破心煞人。』『豕自死，甘，目青，食之煞人；又云豕燔而死；食其肝煞人；又云猪白蹄青爪斑斑，不可食；又云白猪青蹄，食之煞人。』

若此類者，不勝枚舉，雖其所指，未能盡如近世科學詳述食物成分及其變異之原因，然察形示戒，頗符實驗。故飲食失慎，乃疾病之主因也。維其如斯，是以扁鵲唱食療之說。而我國因有食療之專著行世矣。

。雖然，食療之法雖善，然疾病猶未可盡除，即醫學終爲人世所不能缺者。考醫學之發展，有中西之分，西藥取材尙礦物，而中藥則以動植爲主。礦質之反應速，故其藥性猛烈而功易見。動植之成分複雜，故藥性溫平而功緩，利弊互見，未可遽斷其孰優孰劣也，誠以人身之構造，非若機械之單鈍，其所需求之養素，亦非一物所具備，况一部遠和，動牽全體，則藥性似不能純尙單純者矣。矧藥材雖有動植礦之分，而求其能已病者，要不外斟酌損益吾身所必需之基本數要素而已。此諸要素據近世研求之結果則爲水，蛋白，脂肪，灰水化物，糖及維他命六者，中以維他命尤爲不可缺。而此六者，動植礦皆各有所備，未可軒輊於其間。若夫以日用食物言，自以中醫所研求者爲便於實用。蓋吾人主要之食物爲動植，至礦物乃其副品耳。動植諸物，各異其性，有相濟以益人者，亦有相殺以中利者。我國醫書，即依此相濟

相殺之理以爲治療之標準也。惟我國醫療雖發源甚早，但至唐始大備。蓋素問食經等，於治療之法粗具，而藥性之研求猶未精也，及夫唐世，上有二千餘年治療之經驗，中有名醫若扁鵲華佗等輩之讜言明論可爲法。是以鑒定多精當之詣境，尤以孟詵之食療本草爲最著。以孟氏不僅繼往古之遺蹟，且復師事名醫孫思邈，身侍宮闈，故經驗學識，冠於當時，其所著食療本草，復經數十人之註訂，其價值之卓著可知，乃以年久世亂，原本散佚無存，此殊爲吾國醫學之一劫，兼亦使我國文化少一光明而坐視外人傲語其醫術之高深也。不意清末敦煌石室遺書發現，此書亦留其殘迹，又復輾轉於英法博物院，我國人士反莫得一睹，良足恥憾！近日本藥學博士中尾万三不憚重洋之遊，遠赴彼邦，躬親瀏覽，並以科學方法，加以校核。歸而著食療本草之考察。其已由近世科學證明者則旁加黑點以顯之，瀾足增輝。今展殘卷而

閱之，覺其所言，生殺之理，益信中醫所云非無據者，如其舉魏武帝噉野葛尺餘而無恙者，當係先食雍菜之故，蓋野葛性毒殺人，惟雍菜能中和之耳。不但此也，卽其鑒定之食物，亦暗合於科學之分析，如其謂白蒿（卽蒿芫）之葉，生按醋淹爲俎，則甚益人云云。近世科學分析白蒿成分，則謂其含維他命最多，可見其甄別物性之精詣一斑矣。外此若食物配合調治之法，使吾人感此書亦可爲日用飲食之常識者，猶其餘事。吾鑒其價值之高，而恥以吾國原著反不流傳於本國。用特採譯中尾万三之所校核本，而略有出入之，蓋以吾國文字代有衍變，故於其奇形異字而不易解者，易以今文，以便閱讀也。至於中尾万三博士校核增註之處，本書仍以黑點書之，以示博士之勞，且以顯此殘卷之可珍。書成之時，欲揭示此殘卷本之價值，爰名之爲敦煌石室古本草。並願國人繼起發揮，以證明孟氏所言之科學化也。是爲序。

敦煌石室古本草 自序

八

民國二十年九月范鳳源序於上海市市立理科實驗室。

敦煌石室古本草目錄

一	食鹽	一
二	石礬	一
三	黃精	二
四	菊花	二
五	天門冬	三
六	地黃	三
七	薯蕷	三
八	白藟	三
九	決明子	四
一〇	生薑	四

一一	蒼耳	五
一二	葛根	六
一三	栝樓	六
一四	通草 殘卷	六
一五	百合	七
一六	艾葉	八
一七	惡實	八
一八	小薊	九
一九	海藻 昆布	〇
二〇	船底苔	一一
二一	乾苔	一一
二二	藿香	一一

二二	齊尾	一一
二四	薊醬	一一
二五	草蒿	一一
二六	蘿藦	一一
二七	牽牛子	一一
二八	羊蹄	一一
二九	菰根	一一
三〇	篇竹	一一
三一	甘蕉根	一四
三二	蛇莓	一五
三三	苦美	一五
三四	槐實	一五

三五	枸杞	一五			
三六	榆皮	殘卷	一六		
三七	酸棗	一七			
三八	桑白皮	一七			
三九	竹葉	一八			
四〇	吳茱萸	殘卷	一九		
四一	檳榔	二一			
四二	梔子	二二			
四三	蕪荑	殘卷	二三		
四四	茗	二三			
四五	秦椒	蜀椒	蔓椒	紅椒	二四
四六	楮木	二五			

四七	郁李仁	一五
四八	胡椒	一六
四九	楝實	一六
五〇	鼠李	一六
五一	枳椇	一六
五二	樾殘卷	一七
五三	麝香	一七
五四	熊脂	一八
五五	白膠	一八
五六	羊乳	一九
五七	牛乳	一九
五八	酥	一九

五九 酪.....三〇

六〇 醍醐.....三〇

六一 白馬莖.....三〇

六二 鹿角.....三三

六三 牛髓.....三四

六四 羖羊角.....三五

六五 狗膽.....三八

六六 羚羊角.....三九

六七 犀角.....三九

六八 虎.....四〇

六九 兔.....四一

七〇 狸骨.....四二

七一	麋骨	四二
七二	豹肉	四三
七三	豚卵	四三
七四	麋	四四
七五	驢	四五
七六	狐	四六
七七	獺	四七
七八	獾	四七
七九	野猪	四八
八〇	豹皮	四九
八一	鷄	四九
八二	白鵝膏	五二

八三	鶖肪	五二
八四	鷓鴣	五三
八五	雁肪	五三
八六	雀	五四
八七	燕屎	五四
八八	雉	五五
八九	鶉	五五
九〇	白鴿	五六
九一	鷓	五七
九二	鷓鴣	五七
九三	鷓鴣	五七
九四	鷓鴣	五八

九五	石蜜(蜂蜜)	石蜜(砂糖)	殘卷	五八
九六	牡蠣			五九
九七	地甲			六〇
九八	魁蛤			六一
九九	蠶魚			六一
一〇〇	鱧魚			六一
一〇一	鯽魚			六二
一〇二	鰱魚			六三
一〇三	鯉魚			六三
一〇四	鱒魚			六五
一〇五	狷皮			六五
一〇六	鼈			六六

一〇七	蟹	六六
一〇八	烏賊	六七
一〇九	鰻魚	六八
一一〇	蛇魚甲	六九
一一一	鮫魚皮	六九
一一二	白魚	七〇
一一三	鰕魚	七〇
一一四	青魚	七一
一一五	石首魚	七一
一一六	嘉魚	七一
一一七	鱸魚	七一
一一八	鮓魚	七二

一一九	時魚	七二
一二〇	黃賴魚	七二
一二一	比目魚	七一
一二二	鱗魚	七一
一二三	鰻鯪魚	七三
一二四	鯨魚	七三
一二五	黃魚	七三
一二六	魴魚	七三
一二七	牡鼠	七四
一二八	蚌蛤	七四
一二九	車螯	七四
一三〇	蚶	七五

一三一	鱧	七五
一三二	淡菜	七五
一三三	蝦	七六
一三四	蝓蛇	七七
一三五	蛇蛻	七七
一三六	蝮蛇	七七
一三七	田中螺	七八
一三八	海月	七八
一三九	藕殘卷	七八
一四〇	蓮子殘卷	七九
一四一	橘	八一
一四二	大蠶	八一

一四三	軟棗	殘卷	八三
一四四	蒲桃	殘卷	八三
一四五	栗		八四
一四六	覆盆子	殘卷	八五
一四七	芡實	殘卷	八六
一四八	鷄頭實	殘卷	八七
一四九	梅實		八七
一五〇	木瓜	(檀子) 殘卷	八八
一五一	柿		八九
一五二	芋	殘卷	九〇
一五三	烏芋		九一
一五四	枇杷葉		九二

一五五	荔枝	九二二
一五六	乳柑子	九二二
一五七	甘蔗 (砂糖) 殘卷	九三三
一五八	桃	九四四
一五九	杏	九五五
一六〇	安石榴 殘卷	九六六
一六一	梨	九七七
一六二	林檎	九九九
一六三	李	九九九
一六四	楊梅 羊梅 殘卷	一〇〇〇
一六五	胡桃 殘卷	一〇〇一
一六六	獼猴桃 藤梨 殘卷	一〇〇二

一六七	柰	一〇三
一六八	橄欖	一〇三
一六九	胡麻 青蕪 油	一〇三
一七〇	麻廣	一〇四
一七一	飴糖	一〇五
一七二	大豆 (大豆黃卷)	一〇五
一七三	赤小豆	一〇六
一七四	酒	一〇八
一七五	粟米	一〇九
一七六	穞米	一〇九
一七七	粳米(陳廩米)	一一〇
一七八	青粱米(白粱米)	一一一

一七九	黍米	一三
一八〇	稷米	一三
一八一	小麥	一四
一八二	大麥	一五
一八三	麩	一五
一八四	穞麥	一六
一八五	蕎麥	一六
一八六	藎豆	一七
一八七	豉	一七
一八八	泉豆	一八
一八九	白豆	一八
一九〇	醋	一九

一九一	稻米	一一〇
一九二	醬	一一〇
一九三	冬葵子	一一〇
一九四	莧	一一二
一九五	胡葵	一一三
一九六	蕪菁	一一三
一九七	白瓜(白瓜子) 殘卷	一一四
一九八	甜瓜(瓜醬) 殘卷	一一六
一九九	胡瓜 殘卷	一一七
二〇〇	越瓜 殘卷	一一八
二〇一	芥	一一九
二〇二	萊菔	一二九

二〇三	菘菜	一三〇〇
二〇四	桂子	一三〇〇
二〇五	龍葵	一三一
二〇六	苜蓿	一三一
二〇七	薺	一三二
二〇八	蕨	一三二
二〇九	翹搖	一三三
二一〇	蓼實	一三三
二一一	葱	一三三
二一二	韭	一三四
二一三	薤	一三五
二一四	菘菜	一三六

二二五	假蘇	一三六
二二六	蘇	一三七
二二七	水蘇	一三七
二二八	香薷	一三七
二二九	薄荷	一三八
二三〇	秦艽梨	一三八
三三一	苦瓠	殘卷.....	一三八
三三二	胡	一三九
三三三	蒜	一三九
三三四	胡葱	一四〇
三三五	蓴	一四〇
三三六	水蘄	一四一

二二七	馬齒莧	一四一
二二八	茄	一四二
二二九	繁縷	一四二
二三〇	雞腸草	一四三
二三一	白苣	一四三
二三二	落葵	一四四
二三三	蕓	一四四
二三四	蕓	一四五
二三五	馬芹	一四五
二三六	芸苔	一四五
二三七	雍菜	一四五
二三八	菠薐	一四六

二三九	苦蕒	一四六
二四〇	鹿角菜	一四七
二四一	菘藟	一四七

敦煌石室古本草 目錄

敦煌石室古本草

一 食鹽

食療云：蠟燭尿瘡，鹽三升，水一斗，煮取六升，以綿浸湯，使瘡乾。又治一切氣及脚氣，取鹽三升，蒸候熱，分裹，近壁脚踏之，令脚心熱。又和槐白皮，蒸用，亦治脚氣，夜夜與之良。又以皂筴兩挺，鹽半兩，同燒，令通赤，細研，夜夜用刷齒，一月後，有動者齒及血。蜜齒均愈，其齒牢固。

二 石燕

食療云：在乳穴石洞中者冬月採之，堪食。餘月採者只堪治病，不堪食也。又治法：取石燕二七枚，和五味，炒令熟，以酒一斗，浸三日，即每夜臥時飲一兩盞，隨性也，甚能補益，能喫食，使人健力也。



臣禹錫等謹按孟詵云：石燕在乳穴石洞中者冬月採之，堪食，餘者不中，只可治病，食如常法，都二十枚，投酒一升，漬之三日後，取飲，每服一二盞，隨性多少，甚益氣力。

三 黃精

食療云：餌黃精，能老不飢。其法，可取魏子，去底，釜上安置，令得所盛黃精，令滿，密蓋，蒸之，令汽溜，卽曝之第一遍，蒸之亦如此，九蒸九曝。凡生用時有一石，熟有三四斗。蒸之，若生則刺人咽喉，曝使乾，不爾朽壞。其生者若初服，只可一寸半；漸漸增之，十日不食；能長服之，止三尺五寸。（服三百日後，盡見鬼神，則必昇天。）根，葉，花，實皆可食，但相對者是，不對者名偏精。

四 菊花

食療云：甘菊，平。其葉正月採，可作羹。莖五月五日採，花九月九

日採，並主頭風，目眩，淚出，去煩熱，利五臟。野生苦菊，不堪用。

五 天門冬

食療云：補虛癆，治肺癆，止渴，去熱風。可去皮心，入蜜，煑之，食後服之。若爆乾，入蜜丸尤佳。亦用洗面，甚佳。

六 地黃

食療云：地黃，微寒。以少蜜煎或浸食之。或煎湯，或入酒飲，並妙。生則寒。主治齒痛，唾血，折傷，葉可以作羹。

七 薯蕷

食療云：治頭疼，利丈夫，助陰力。和麵，作餛飩則惟動氣，爲不能餛飩毒也。熟煮和蜜，或爲湯煎，或爲粉，並佳。乾之，入藥更妙。

八 白蒿

孟詵云：白蒿，寒。春初，此蒿前諸草生。搗汁，去熱黃及心痛。其葉生按，醋淹之爲菹，甚益人。又葉乾爲末，夏日曝，水痢以米飲，和一匙，空腹服之。子主鬼氣，末和酒，服之良。又燒淋灰，煮治淋瀝疾。

圖經曰：唐孟詵亦云，生按，醋食，今人但食蘘蒿，不復食此，或疑此蒿，卽蘘蒿，而孟詵別著蘘蒿條，所說不同。

九 決明子

食療云：平。葉主明目，利五臟，食之甚良。子主肝中熱毒氣，風眼赤淚，每日取一匙，按去塵埃，空腹，水吞之，百日後夜見物光也。

一〇 生薑

孟詵云：生薑，溫。去痰，下氣，多食，少心智。八九月食，傷神。又冷痢，取椒，焙之爲末，共乾薑末等分，以醋和麵，作小餛飩子。

服二七枚，先以水煮，一更稀；湯中重煮出，停冷，吞之，以粥飲下，空腹日一度，行之良。謹按，止逆，散煩悶，開胃氣。又薑屑末，和酒，服之，除偏風，汁作煎食，下一切結實，衝胃膈惡氣，神驗。食療云：生薑，溫。去痰，下氣，除壯熱，治轉筋心滿，去胸中臭氣，通神明，又胃氣虛，風熱不能食，薑汁拌鷄子殼，生地黃汁，少許，蜜一匙頭，和水三合，頓服，立愈。又皮寒，性溫。作屑末，和酒服，治偏風。又薑汁和杏仁汁，煎成膏，酒調服，或水調亦善，下一切結實衝胸膈。

醫心方第三十卷。孟銑云：食之，除鼻塞，去胸中氣。

一一 藁耳

孟銑云：藁耳，溫。主中風，傷寒，頭痛，又疔腫困重，生搗藁耳根葉，和小兒尿。絞取汁，冷服一升，日三度，甚驗。

食療云：拔疔腫根脚。又治一切風，取嫩葉一石，切搗，和五升麥蘖，團作塊，於蒿艾中盛二十日，狀成麪，取米一斗，炊作飯，入蒼耳麥蘖作三大升，釀之，封一十四日，成熟，取此酒，空心暖服之，神驗。封此酒，可兩重布不得全密，密則溢出。又不可和馬肉食。

一二 葛根

食療云：葛根，蒸食之，消酒毒，其粉亦甚妙。

一三 栝樓

食療云：子，可下乳汁。又治癰腫，其根於苦酒中熬燥，搗篩之，和以苦酒，塗紙上，攤瘥。

一四 通草

孟詵云：燕覆子，平。厚腹胃，令人能食。下三焦，除惡氣，利子食之，更好。江北人多不識，江南人多食。又主續五臟絕斷氣，使語氣。

聲足，通十二經脉。其莖名通草，食之，通利諸經脉所擁不通之氣。北人但識通草，不知子之功。其皮不堪食。

食療云：煮飲之，通婦人血氣；濃煎三五盞，卽通。又除寒熱不通之氣，消鼠瘦金瘡陵折；煮汁釀酒妙。

藏卷本：燕覆子，平。右主利腹胃，令人能食，下三焦，除惡氣，和子食，更良。江北人多不識此物，僅南方人食之。又主續五藏音聲不足氣，使人足氣力。又取枝葉煮飲服之，治卒氣，氣奔絕，亦通十二經脉。其莖爲通草，利關節，通擁塞不通之氣，今北人只識通草，而不委子功。

一五 百合

食療云：平。主心急黃，蒸過和蜜，作粉食之尤佳。紅花者名山丹，不甚良。

一六 艾葉

孟詵云：艾實與乾薑爲末，蜜丸，消一切冷氣，田野人尤爲相當。

食療云：乾者並煎者，治金瘡，崩中，霍亂，止胎漏。春初採，爲乾餅子，入生薑，煎服止瀉痢。三月三日可採作煎，甚治冷。若患冷氣，取熟艾，麵裹作餛飩，可大如彈許。又治百惡氣，取其子，和乾薑，搗作末，蜜丸，如梧子大，空心服三十丸，再以飯三五匙壓之，日再服，立愈。頗消一切冷血，田野之人，與此方相宜也。又產後瀉血不止，收乾艾葉半兩，灸廳，老生薑半兩，濃煎爲湯，一服便止，妙。

一七 惡實

食療云：根作脯，食之良。熱毒腫，搗根及葉，封之。枝瘡金瘡取葉，貼之，永不畏風。又患癰及丹石，風毒，石熱發毒，及欲明耳目，

利腰膝，則取其子，末之，投酒中，浸經三日，每日飲三兩盞，隨意多少。欲散支節筋骨煩熱毒，則食前，取子三七粒，熟煮吞之，十服後甚良；細切根如小豆大，拌麵作麵，煮食尤良。又皮毛間習習如虫行，煮根汁浴之，夏浴慎風侵入。其子，炒過，末之，如茶煎，三匙，通利小便。

一八 大小薊根

食療云：小薊根，主養氣。取生根葉，搗取自然汁，服一盞，立佳。又取菜羹食之，除風熱。根主崩中。又女子月候過多，搗汁半升，服之；金瘡血不止，採葉，封之；夏月熱，煩悶不止，搗葉，取汁半升，服之，立愈。

醫心方第三十卷。孟銑云：葉唯堪煮羹食，甚除熱風氣。又金創血不止，採葉封之即止。

延壽類要。食療云：煮之除風熱。

一九 海藻

孟銚云：海藻，主起男子陰氣；常食之，消男子瘕疾，南方人多食之。傳於北人，北人食之倍生諸病，更不宜矣。

（同）昆布

食療云：下氣。久服瘦人，無此疾者，不可食。海島之人愛食，爲無好菜，只食此物，服久，病亦不生，遂傳說其功於北人，北人食之，病皆生，是水土不宜爾。又云紫菜，下熱氣，多食損人。若熱氣塞咽喉。可煮汁飲。此是海中之物，味猶有毒性，凡是海中菜，皆能損人。

孟銚曰，食之，起男子陰；恆食，消男子癩。膳玄子張云，瘦人不可食之。

二〇 船底苔

新補見孟銑陳藏器曰華子。船底台，冷。無毒。治鼻洪，吐血，淋疾，以炙甘草并豉汁濃煎湯，飲之。又主五淋，取一團，約鴨子大，煮服之。又水中細苔，主治天行病心悶，搗絞汁服。

二一 乾苔

新補見孟銑陳藏器曰華子。味鹹寒。（一云溫）。治痔，殺虫，及霍亂嘔吐不止，煮汁服之。又心腹煩悶者，冷水研如泥，飲之即止。但發諸瘡疥，下一切丹石，殺諸藥毒，不可多食。多食，令人痿黃，少血色，蓋凡海族之流，皆下丹石。又納木孔中，殺木蠹虫。

二二 藜香

食療云：國人重之，云有助陽道，但用之，未得其方法也。生搗莖葉汁一合，投熱酒一合，服之，治卒腎氣衝脇，如刀刺癢，喘息不得，

亦甚理小腸氣。

醫心方九卷。孟銑食經，惡心方，取懷香花葉，煮服之。

二三 薺芎

食療云：丹石發動，取根，食之尤良。

二四 薺醬

食療云：溫。散結氣，治心腹中冷氣，亦名土華撥。嶺南華撥亦治胃氣疾，巴蜀亦有之。

二五 草薺

食療云：青薺，寒。益氣，長髮，能輕身，補中，不老，明目，煞風毒，搗傅瘡上，止血，生肉。最早春，便生色。用之，白者是自然香，醋淹爲菹，甚益人，再以骨蒸，以小便漬兩日，一宿乾，研末爲丸，甚去勢勞。又疫氣，取子爲末，酒服之，稍刻即愈。燒灰淋汁，和

石灰煎，治惡瘡疔毒。

二六 藜蘆

食療云：藜蘆，發五臟風，壅經絡，動疔病，令人昏，多睡，首膈四肢無力。又藜蘆有數種，槐樹上生者良。田中者恐有毒，殺人，又發冷氣。

二七 牽牛子

食療云：多食稍涼。和山茱萸服之，去水病。

二八 羊蹄

食療云：主痒，不宜多食。

二九 菰根

孟詵云：菰菜，利五臟邪氣，酒釀，面赤，白癩，癰瘍，目赤等效。然滑中，不可多食。熱毒，風氣，卒心痛可鹽醋煮食之。

又云：菱首，寒。治心胸中浮熱風，食之，發冷氣，滋人齒，傷陽道，令下焦冷滑，不食甚好。

食療云：若丹石熱發，取菰根和鯽魚，煮作羹，食三兩頓，便愈耳。

三〇 菰竹

食療云：蚘虫心痛，面青，口中沫出，狀若死，取葉十斤，細切，以水煎至石三斗，煮如飴，去滓，空心服一升，虫卽下，至重者，再服，隔宿勿食，來日平明服之。若常患是疾，取菰竹葉，煮汁澄清，常用以作飯。又患熱黃五痔，搗汁，頓服一升，重者再服。丹石發，衝眼目腫痛，取根一握，洗搗，以少水，絞取汁，服之。若熱腫處，搗根莖傅之。

三一 甘蕉根

食療云：治黃疸。子生食。大寒。止渴，潤肺，發冷病。蒸熟，暴之

，令口開，舂取仁，食之性寒，通血脈，填骨髓。

三二 蛇莓

食療云：去胸胃熱氣。有蛇殘不得食。若孩子口禁，以汁含口中，死亦再活。

三三 苦菜

食療云：苦菜，微寒。生食，治漆瘡。五月五日採，曝乾，作灰，可傅面目通身漆瘡，唯不堪多食爾。

三四 槐實

食療云：主邪氣，難產，絕傷。春初嫩葉亦可食，主癩疹牙齒諸風疾。

三五 枸杞

食療云：寒。無毒。葉及子，堅筋骨，能耐老，除風，去虛勞，甚益。

人，根主去骨熱消渴，葉和羊肉，作羹，尤善益人。用以代茶，煮汁飲之，益陽事，能去眼中風痒赤膜，搗葉汁，點之良。又取之，洗去泥，和麪，拌作飯，煮熟，吞之，下腎氣，尤良，兼益精氣。

三六 榆皮

孟銑云：生皮，治暴患赤腫，以皮三兩，搗和三年醋滓，封之，日六七易；亦治女人妬乳腫；服丹石人，採葉，生服一兩頓，佳。子醬食，能助肺，殺諸虫，下氣，令人能食，消心腹間惡氣，卒心痛食之，良。

食療云：生榆皮，利小便，主石淋，又取葉煑食之，時復食一頓，尤良。高昌人，多搗白皮，爲末，和菜菔，食之，甚美，令人能食。仙家長服，丹石人亦食之，取利關節故也。又榆仁，可作醬食之，亦香美，有少辛味，能助肺氣，殺諸虫，下氣，令人能食。又消心腹間惡

氣，陳者尤良。塗諸瘡癬亦妙。又卒患冷氣，心痛，食之愈。并治小兒痢，小便不利。

殘卷本。榆莢，平，右療小兒痢疾。又方患石淋莖，又暴赤腫者，榆皮三兩，熟搗，和三年米醋滓，封莖上，日六七遍易。又方治女人，石癰，妬乳腫：（案經宜服丹石人）取葉煮食，時食一頓亦好。高昌人，多搗白皮，爲末，和菜菔，食之甚美，消食，利關節。又其子可作醬，食之，甚香，然稍辛辣，能助肺氣，殺諸虫，下心腹間惡氣，內消之，陳滓者久服尤良。又塗諸瘡癬妙。又卒冷氣，心痛，食之良。

三七 酸棗

食療云：酸棗，平。治寒熱結氣，安五臟，療不得眠。

三八 桑根白皮

孟詵云：桑根白皮，煮汁飲，利五臟。又入散用，下一切風氣水氣。

又云：桑葉灸煎飲之，止渴，一如茶法。

又云：桑皮煮汁，可染褐色，久不落。葉燒灰，淋汁，鍊五金家用之。

醫心方三十卷。孟詵云：桑椹性微寒。食之，補五臟，使耳目聰明，利關節，利經脈，通血氣，益精神。

三九 竹葉

孟詵云：筍，寒。治逆氣，除煩熱；但動氣，發冷瘕，不可多食。越有蘆及箭筍，新者稍可食，陳者不可食，其淡竹及中竹筍，雖美，然發背，悶腳氣。

又云：慈竹瀝，療熱風，利食飲，服之良。

食療云：淡竹上，甘竹次，治欬逆，消渴，痰飲，喉痺，鬼疰，惡氣。

殺小蟲，除煩熱。苦竹葉治口瘡，目熱，瘧啞。苦竹茄，治下熱瘰。苦竹根細剉一斤，水五升，煮取汁一升，分三服，大下心肺及五臟熱毒氣。苦笋不發痰。淡竹瀝，大寒。治中風，大熱，煩悶，勞復。淡竹筍，治噎膈脾。竹實，通神明，輕身，益氣。竹篋，苦甘。其餘皆不堪入藥，不宜入。

四〇 吳茱萸，

孟詵云：茱萸，主心痛下氣，除嘔逆，臟冷。又皮，止齒痛。又患風痿痺痛者，取茱萸一升，清酒五升，和茱至一升半，去滓，以汁煖洗。中風賊風，口偏，不能語者，取茱萸一升，清酒一升，和煮四五沸，冷服之半升，日三服，得少汗即愈。謹按殺鬼瘴氣。但開目者不堪食。又魚骨在人腹中刺痛，煮一盞汁，服之止。又骨在肉中不出者，嚼封之，骨當爛出。腳氣衝心，可和生薑汁飲之，甚良。

食療云：微溫。治痢，止瀉，厚腸胃，肥健人，不宜多食。

殘卷本。吳茱萸，溫。右主治心痛，下氣，除咳逆，去臟中冷，能溫脾氣，消食。又方，生樹皮，上牙疼痛痒等，立止。又取茱萸一升，清酒五升，二味和，煮取半升，去滓，以汁微煖洗。如中風，賊風，口偏不能語者，取茱萸一升，美酒四升，和煮四五沸，冷服之，半升日二服，得小汗爲瘥。案經，殺鬼毒，尤良。又方夫人衝冷氣，欲行房，陰縮不怒者，可取二七粒，含之良久，咽下津液。（並用唾塗玉莖頭，卽怒）。又閉目，名樞子，不宜食。又方食魚骨，在腹中痛，煮汁一盞，服之卽止。又魚骨刻在肉中，不出及蝨骨者，以封其上，骨卽爛出。又奔豚氣衝心，兼脚氣上者，可和生薑汁，飲之甚良。

食療云：吳茱萸，溫。主心腹冷氣，痛中惡，除飲逆，去臟腑冷，能溫中，堪食良，又齒痛，酒煎含之。又殺鬼毒，中風賊風，口偏不語

者，取子二升，美豉三升，以好酒五升，和羹四五沸，冷服半升，日三四服，得汗便愈，又皮肉痒痛，酒二升，水五升，菜萸子半升，煎取三升，去滓，微煖洗之，立止，又魚骨在腹中，刺痛，羹汁一盞，服之，其骨軟出。又脚氣衝心，和生薑羹汁飲之，又魚骨刺入肉不出者，搗封之，其骨自爛而出，又閉目者名櫛子，不堪食。

曆玄子張食經：治魚骨在腹中痛方。煮吳菜服一盞汁。又骨在肉中不出方。搗吳菜萸，封上即爛出。

孟銑食經：魚骨哽方。取荻去皮，塞鼻中，少時愈。

四一 檳榔

檳榔。多食發熱，南人生食，閩中名橄欖子，所來此者煮熟熏乾運來。

四二 梔子

食療云：主瘡啞，紫癩風，黃疸，積熱，心躁。

四三 燕莢

孟詵云：主五臟皮膚肢節邪氣。又熱瘡，搗和豬脂塗愈。又和白蜜治濕癬。和沙牛酪，療一切瘡。陳者良，可少食之，過多發熱心痛，爲辛故也，秋天食之尤宜人。長食，治五痔，諸病不生。

食療云：散腹中氣痛。又和馬酪可治癬。作醬甚香美，功尤勝於榆仁。陳者良。又殺中惡虫毒。

殘卷本。燕莢，平。右主治五內邪氣，散皮膚肢節間風氣，能化食，去三垂，逐寸白，散腹中冷氣。又患熱瘡，爲末，和豬脂塗瘡。又方和白沙蜜，治濕癬。又方和馬酪，治乾癬。和沙牛酪，療一切瘡。案經：作醬食之甚香，其功尤勝於榆仁，唯陳久者更良，可少喫，多食發熱心痛，爲其味辛之故。秋天食之宜人，長喫治五種痔病。又殺腸

惡虫。

四四 茗

食療云：茗葉，利大腸，去熱，解痰。糞取汁，用糞粥良。又茶，主下氣，除暴腫，消宿食。當日成者良。蒸搗經宿用。陳故者卽動風發氣。市人有用槐柳初生枝芽葉雜之。

四五 秦椒

孟銑云：秦椒，溫，滅癥，長毛，去血。若齒痛，醋煎含之，又損瘡中風者，以麪作餛飩，灰中燒之使熱，斷使口開，封其瘡上，冷卽易之。又法久患口瘡，去閉口者，水洗，麪拌，糞作粥，空腹吞之，以飯壓之，重者可再服，以愈爲度。

蜀椒

食療云：溫，粒大者主上氣，咳嗽，久風濕痺。又患齒痛，醋煎含之。

。又傷損成瘡，中風，以麵裹作餛飩，灰中炮之使熟，熟斷開口，封其瘡上，冷易，熱者三五度易之，下治傷損成邪風。又久患口瘡，去閉口者，以水洗之，以麪拌煑作粥，空心吞之三五匙，飯壓之，再服愈。又椒溫辛，有毒，主風邪、腹痛，脾寒，溫中。去齒痛，堅齒髮，明目，止嘔逆滅癥，生毛髮，出汗，下氣，通神，去老，益血，利五臟，治生產後諸疾；下乳汁，久服令人氣喘促。十月勿食，及閉口者大忌，子細黑者是。秦椒白色也。

醫心方三十卷。孟銑云：除客熱，不可久食，鈍人性靈。

薑椒

食療云：主賊風攀急。

紅椒

孟銑曰：五月食椒，損氣傷心，令人多忘。

孫真人云：十月勿食椒，食之損氣傷心，令人多忘。

四六 椿木

孟詵云：椿，溫，動風，熏十二經脈五臟六腑，多食令人神昏，血氣微。又女子血崩及產後血不止，月信來多，可取東引細根一大握，洗淨，以水一大升，煮汁分服，便斷，亦止赤帶下。又椿，俗名猪椿，療小兒疳痢，可多煮汁後灌之。又取白皮一握，倉粳米五十粒，葱白一握，甘藷三寸炙，豉兩合，以水一升，煮取半升，頓服之。小兒以意服之。枝葉與皮，功用皆同。

食療云：主疳痢，殺蛔虫。又名臭椿，若和猪肉熱麵，頻食則中滿，蓋壅經脉也。

四七 郁李仁

食療云：氣結者，酒服仁四十九粒。致瀉，尤良。又破癖氣，能下四

肢水。

四八 胡椒

食療云：治五臟風冷，冷氣心腹痛，用清水酒，服之佳。亦宜湯服。
若治冷氣，吞三七枚。

四九 橡實

食療云：主止痢，不宜多食。

五〇 鼠李

食療云：微寒，治腹脹滿。其根有毒，煮濃汁含之，治齧齒。并疽虫蝕人脊骨者，可煮濃汁灌之良。其肉主腹滿穀脹，和麵作餅子，空心食之，少時當瀉。其煮根汁，亦空心服一盞，治脊骨痛。

五一 枳椇

食療云：多食，發蛔虫。昔有南人，修舍用此，悞有一片落在酒甕中。

，其酒化爲水味。

五二 樾

孟詵云：平。多食一二升佳，不發病；令人能食，消穀，助筋骨，行榮衛，明目，輕身。

食療云：治寸白虫，日食七顆，七日滿，其虫皆化爲水。

殘養本。棐子，平。右主治五種瘧，去三虫，殺鬼毒惡瘧。又患寸白虫人，日食七顆，經七日滿，其虫盡消作水，卽瘥。按經，多食三升二升佳，不發病，令人消食，助筋骨，安衛，補中，益氣，明目，輕身。

五三 麝香

食療云：作末服之，碎諸毒熱，煞蛇毒，除驚怖恍惚。蠻人常食，似麋肉而腥氣。蠻人云，食之不畏蛇毒故也。臍中有香，除百病，治一

切惡氣注病，研了，以水服之。

五四 熊脂

食療云：熊脂，微寒，甘滑。冬中凝白時取之。脂入白髮膏中，用極良。脂與豬脂相和，燃燈，煙入人目中，令失光明，緣熊脂煙損人眼光。肉，平，味甘，無毒，主風痺，筋骨不仁。若腹中有積聚寒熱者，食熊肉，永不能愈。其骨煮湯浴之，主歷節風，亦主小兒客忤。膽寒，主時氣盛熱，疳蠱，小兒驚癇。十月勿食，傷神。小兒驚癇，癩癧，熊膽兩大豆許，和乳汁及竹瀝服，並得去心中涎，良。

五五 白膠

食療云：傅腫四邊，中心留一孔子，其腫即頭自開也。治咳嗽不愈者，黃明膠炙令半焦，爲末，每服一錢七，人參末二錢七，用薄豉湯二盞八分，葱少許，入銚子，煎一兩沸後，傾入盞，遇咳嗽時，呷三五

口，後依前溫暖取呷，准前咳嗽時喫之也。

又止吐血咯血，黃明膠一兩，切作小片子，炙令黃，新綿一兩，燒作灰，細研，每服一錢七，新米飲調下，不計年歲深遠，並宜食後臥時服。

五六 羊乳

食療云：補肺腎氣，和小腸，亦主消渴，治虛勞，益精氣。合脂，作羹食，補腎虛，亦主女子與男子中風。蚰蜒入耳，以羊乳灌耳中，卽成水。又主小兒口中爛瘡，取羯羊生乳，含五六日愈。

五七 牛乳

食療云：患冷氣人，不宜服之。烏牛乳酪，寒，主熱毒，止渴，除胸中熱。

五八 酥

孟銑云：寒，主胸中熱，補五臟，利腸胃。

食療云：寒，除胸中熱，補五臟，利腸胃。水牛酥功同。寒，與羊酪同功。羊酥真者，勝牛酥。

五九 酪

食療云：寒，主熱毒，止渴，除胃中熱，患冷人勿食羊乳酪。

六〇 醍醐

食療云：平，主風邪，通潤骨髓，性冷利。乃酥之本，精液也。

六一 白馬莖

孟銑云：白莖，益丈夫陰氣。陰乾者末，和菴磬，蜜丸，空心酒下，四十丸，日再，百日見效。

孟銑云：懸蹄，主驚癩。

孟銑云：赤馬蹄，辟溫瘡。

心

孟詵云：患痢人，不得食。

肉

孟詵云：肉有小毒。不與倉米同食。必卒得惡病，十有九死。不與薑同食。生氣嗽。其肉多著浸洗，方糞得爛熟，兼去血盡，始可煮炙，肥者亦然。不爾，毒不出。

屎

孟詵云：患疔腫，中風，疼痛者，燭驢馬糞，熨人瘡，滿五十遍極効。男子患時行病，起合陰陽，垂至死，取自馬糞五升，絞取汁，貯器中，盛停一宿，一服三合，日夜二服。

溺

孟詵云：惡刺瘡取黑馬尿，熱浸，當愈，數洗之。

食療云：白馬黑頭，食，令人癩。白馬自死，食之害人。肉，冷，有小毒，主腸中熱，除下氣，長筋骨。赤馬蹄碎，溫。又食諸馬肉，心悶；飲清酒，卽解，濁酒卽加。又刺瘡，取黑馱馬尿熱浸，蟲當出。患杖瘡，並打損瘡，中風疼痛者，炒馬騾濕糞，分取，半，替換熱熨之，冷則易之，滿五十遍，極効。又小兒患頭瘡，燒馬骨，作灰，和醋傅，亦治身上瘡。白禿瘡以馱馬不乏者尿，敷敷煖洗之，十遍愈。又白馬脂五兩，封瘡上，稍稍封之，白禿老，髮卽生。又馬汗入人瘡，毒氣攻，作膿心瀝欲絕者，燒粟擗草，作灰，濃淋；作濃灰汁，熱煮，蘸瘡於灰汁中，須臾，白汁出盡，卽瘥。白沫者是毒氣也。此方嶺南新有人用之，曾得力。凡生馬血入人肉中，多只三兩日便腫，達心則死。有人剝馬皮，骨傷手指，血入肉中，一夜致死。蹄無夜眼者勿食。又黑脊而斑，不可食。患瘡疥人切不可食，加增難愈，赤馬皮

臨產鋪之，令產母坐上，催生。

六二 鹿茸

臣禹錫等謹按癰疽通用藥之條，孟銑云：角錯爲屑，白蜜五升淹之，微火熬令小變，曝乾，更搗篩服之，令人輕身益氣，強骨髓，補絕傷。又婦人夢與鬼交者，鹿角末三指一撮，和服清酒，卽出鬼精。又女子胞中餘血不盡欲死者，以清酒和鹿角灰，服方寸匕，日三，夜一，甚效。又小兒以煮小豆汁和鹿角灰，安重舌下，日三度。

孟銑云：鹿頭肉主消渴，夜夢見物。又蹄肉主腳膝疼痛。肉主補中益氣力。又生肉主中風，口偏不正；以生椒同搗之，專看正卽速除之。九月以後，正月以前，堪食之也。

食療云：謹按肉九月後正月前食之，則補虛羸瘦弱，利五臟調血脉。此外皆不食，發冷痛。角主癰疽瘡腫，除惡血。若腰脊痛，打傷多取

鹿角，併截取尖，錯爲屑，以白蜜淹浸之，微火熬，令小變色，曝乾，搗篩令細，以酒服之，輕身益力，強骨髓，補陽道。角燒，飛爲丹，服之至妙；但寸截於瓷器中，用泥裹，文火燒之一日，如玉粉。亦可炙令黃，末細篩，酒服之，益人。若欲作膠者，細破，寸截，以饋水浸七日，令軟，方糞也。骨，溫，主安胎，下氣，殺鬼精，可用浸酒。凡鹿白臆者不可也。

醫心方三十卷。孟銑云：鹿頭主消渴，多夢，夢見物。蹄肉主脚膝骨髓中疼痛。生肉主中風口偏不正。

六三 牛髓

孟銑云：黑牛髓，和地黃汁，白蜜等分，作煎服，治瘦病。

屎

孟銑云：烏牛糞爲上。又小兒夜啼，取乾牛糞，如手大，安臥席下，

勿令母知，子母俱吉。

孟銑云：牛者稼穡之資，不多屠殺。自死者血脉已絕，骨髓已竭。不堪食。黃牛發藥動病。黑牛尤不可食。黑牛屎反。屎，只入藥。又頭蹄，下熱風。患冷人不可食。其肝醋煮食之，治瘦。

食療云：肚主消渴，風眩，補五臟，以醋煮食之。肝治痢。腎主補腎髓，安五臟，平三焦，溫中，久服增年，以酒送之。和地黃汁，白蜜作煎服之，治瘦病，恐是牛脂也。糞主霍亂，煮飲之。又婦人無乳汁取牛鼻作羹，空心食之，不過三兩日有汁下無限。若中年壯盛者食之良。又自死者，其牛肉取三斤，爛切將啖。解槽咬人惡馬只兩啖後頗甚馴良，若三五頓後，其馬獐狔不堪騎。十二月勿食傷神。

六四 羖羊角

孟銑云：羊肉，溫。主風眩，瘦病，小兒驚癇，丈夫五勞七傷，賊氣

虛寒。河西羊最佳。河東羊亦好，縱有驅至南方，筋力自勞損，安能補益人。肚，主補胃。小便數，以肥肚作羹，食三五度瘥。

又云：羊肉，愚天行及瘵人，食令發熱，困頓致死。

孟詵云：羊毛，醋炙裹腳，治轉筋。角灰，主疫氣，下血。

食療云：角，主驚邪，明目，辟瘟安心，益氣，燒角作灰，治疫氣，並漏下，惡血。羊肉，妊娠人勿多食。頭肉，平。主緩中，汗出虛勞，安心，止宿驚。有冷病人勿多食。主熱風眩，疫疾，小兒痢，兼補胃虛損，及大夫五勞骨熱，熱病後宜食羊頭肉。肚，主補胃病虛損，小便數，止虛汗。肝性冷，治肝風虛熱，目赤暗痛。熱病後失明者，以青羊肝或子肝簿切水浸，傅之，極効，生子肝吞之尤妙。主目失明，取殺羊肝一斤，去脂膜，切薄，以未著水新瓦盆一口，揩令淨，鋪肝於盆中，置於炭火上，炸令脂汁盡，候極乾，取決明子半升，蓼子

一合。炒爲末，和肝，杵之爲末，以白蜜漿，下方寸匕，食後服之，日二，如至三七止，不過三劑，目極明。一年服之，妙，夜見文字並諸物。其殺羊卽骨歷羊是也。常患眼痛，澁不能視物及看日光，並燈火光不得者，取熟羊頭，眼睛中白球子二枚，於細石上，和棗汁研之，如小麻子大，安眼睛中仰臥，日二，夜三，不過三四度瘥。羊心補心。肺從三月至五月，其中有虫如馬尾長，長二三寸。須割去之，不去，令人癩。又取皮，去毛，煑，補虛勞。煑作臠，食之。去一切風，治脚中虛風。羊骨熟，主治虛勞。患宿熱人，勿食。髓，酒服之，補血，主女人血虛風悶。頭中髓，發風，若和酒服則迷人心，使成中風也。羊屎，黑人毛髮，主筋鏃不出。糞和雁膏，傅毛髮，各三宿生。白羊黑頭者勿食之，令人腸癰。一角羊不可食。六月勿食羊，傷神。謹按南方羊都不與食，食之多在山中，喫野草，或食毒草；若北

羊一二年間亦不可食，食必病生，爲其來南地食毒草故也。若南地人食之，卽不憂也。今將北羊於南地食，三年之後猶亦不中食，何況於南羊，能堪食乎？蓋土地各各然也。

六五 狗膽

孟詵云：膽去腸中膿水。青犬尤妙。

肉

孟詵云：犬血，益陽事，補血脉，厚腸胃，實下焦，填精髓，不可炙食，恐成消渴；但和五味煮，空腹食之。不與蒜同食，必頗損人。若去血，則力少，不益人。瘦者多是病，不堪食。

食療云：牡狗陰莖，補髓。肉溫。主暖五臟，補七傷五勞，填骨髓，大補益氣力。空腹食之。黃色牡者上，白黑色者次，女人妊娠勿食。又上伏日，採膽以酒調服之，明目，去眼中膿水。又主惡瘡癩瘁，以

膽汁傳之。止膽傳惡瘡，能破血。有中傷因損者，熱酒調半箇，服，瘀血盡下。又犬傷人，杵生杏仁封之瘡。去血食之，却不益人也。肥者血亦香美，卽何要去血，去血之後，都無効矣。犬自死舌不出者，食之，害人。九月勿食犬肉，傷神。

六六 羚羊角

孟銑云：羸羊北人多食。南人食之，免爲蛇蟲所傷。和五味子，炒之投酒中，經宿飲之，治筋骨急強中風。又角，主中風，筋攣，附骨疼痛。生磨利水，塗腫上及惡瘡，良。又卒熱悶，屑作末，研和蜜服，亦治熱毒痢及血痢。

食療云：傷寒，熱血，下血，末食之卽瘥。又療疝氣。

延壽類要孟銑云：羚羊北人恆食。南人食之，免爲蛇蟲所傷。

六七 犀角

食療云：此只是山犀牛，未曾見人得水犀，取其角。此兩種者功亦同也。其生角，寒，可熟成灰，治赤痢，研爲末，利水服之。又主卒中惡心痛，諸飲食中毒，及藥毒，熱毒，筋骨中風，心風煩悶，皆瘥。又以水磨取汁，與小兒服，治驚熱。鼻上角，尤佳。肉，微溫，味甘，無毒。主瘴氣，百毒，蟲疰，邪疫。食之入山林，不迷失其路。除客熱，頭痛，及五痔諸血痢。若食過多，令人煩，卽取麝香少許，利水服之，卽散也。

六八 虎

孟銑云：肉。食之入山，虎見有畏，辟三十六種神魅。眼睛，主瘡病，辟惡，小兒熱驚悸。膽，主小兒疳痢，驚神不安，研水服之。骨，煮湯浴，去骨節風毒。膏，納下部，治五痔下血。

食療云：又主腰膝急痛，煮作湯浴之，或和醋浸亦良。主筋骨風急痛

，脛骨尤妙。又小兒初生，取骨煎湯浴，其孩子長大無病。又和通草，煮汁空腹服半升，蓋覆臥，少時汗即出，治筋骨節急痛，切忌熱食，損齒。小兒齒生未足，不可與食，恐齒不生。又正月勿食虎肉。

六九 兔

孟詵云：肝，主明目，和決明子，作丸服之。又主丹石毒上衝，眼暗不見物，可生服之，一如服羊子肝法。

肉

孟詵云：八月至十一月可食。服丹石人相宜。大都損陽事，絕血脉。食療云：兔頭骨並同肉，味酸。謹按。八月至十月，其肉酒炙喫，與丹石人，甚相宜，以性冷故也。大都絕人血脉，損房事，令人痿黃。肉，不宜與葷橘同食之，令人卒患心痛，不可治也。又兔死而眼合者，食之殺人。二月食之傷神，又兔與生薑同食，成霍亂。

七〇 狸骨

孟銑云：骨主痔病，作羹臠食之，不與酒同食。其頭，燒作灰，和酒服二錢匕，主痔。又食野烏肉，中毒，燒骨灰，服之瘥。炙骨和麝香雄黃，爲丸服，治痔及瘻瘡。糞燒灰主鬼瘡。

食療云：尸疰，腹痛，痔瘻，炙之令成香末，酒服二錢，十服後見驗。頭骨最妙。治尸疰邪氣，燒爲灰，酒服二錢。亦主食野烏肉物中毒腫也，再服之卽瘥。五月生者，糞極神妙，正月勿食，傷神。

七一 麋骨

孟銑云：肉同藥肉良。醱酒，道家名爲白脯。惟麋鹿是也，餘者不入。又其中往往得香，粟子大，不能全香，亦治惡病。其肉自八月至十一月食之，勝羊肉。自十二月至七月，食動氣也。又苦瘦惡者，食之，發痼疾也。

食療云：道家用供養星辰者。蓋爲不屬十二辰，不是腥膩禁忌物也。

七二 豹肉

孟銑云：肉食之，令人志性粗麤。令人耐寒暑。脂，可合生髮膏。胡塗蒜生。頭骨燒灰，淋汁，去白屑。

食療云：補益人。食令人強筋骨，志性麤疎，食之即覺也，少時消。即定久食之，終令人意氣籠豪，唯令筋健，能耐寒暑。正月食之傷神。

七三 豚卵

孟銑云：腎，主人腎虛，不可久食。

孟銑云：肚，主暴痢虛弱。

孟銑云：犬豬頭主補虛乏氣力，去驚癩五疔，下丹石。又腸，主虛渴，小便數，補下焦虛竭。

又云：東行母猪糞一升，宿浸，去滓，頓服，治毒黃熱病。

食療云：肉，味苦，微寒。壓丹石，療熱閉血脈。虛人，動風，不可久食，令人少子。精，發宿療，主療人腎虛。肉，發痰，若患瘧疾人，切忌食，必再發。又云：江猪，平。肉，酸多，食令人體重，今補人作脯，但少有腥氣。又舌，和五味，煮取汁飲，能健脾，補不足之氣，令人能食。

七四 麋

孟詵云：麋肉，益氣補中，治腰脚，不與雉肉同食。謹按：肉多無功用。所益亦微，補五臟不足氣，多食令人羸房，發脚氣。骨，除虛勞，至良。可煮骨作汁，釀酒，飲之令人肥白美顏色。

孟詵云：其角，補虛勞，填髓。理角法。可五寸截之，中破，炙令黃香，後末，和酒，空腹服三錢七。若卒心痛，一服立瘥。常服之令人

赤白如花，益陽道，不知何因。與肉功不同爾。亦可煎作膠，與鹿角膠同功。葺菴勝鹿葺，仙方甚重。又丈夫冷氣及風，筋骨疼痛，作粉長服。又於漿水中研爲泥塗面，令不皺，光華可愛。又常見俗人以皮作靴，熏脚氣。

七五 驢

孟銑云：肉，主風狂憂愁不樂，能安心氣。又頭燻去毛，煮汁，以漬麴醞酒，去大風。又生脂和生椒，熟搗，綿裹，塞耳中，治積年耳聾。狂癩不能語，不識人者，和酒服三升良。皮覆患瘡人，良。又和毛煎，令作膠，治一切風毒，骨節痛，呻吟不止，和酒服更良。又骨煮作湯，浴漬身，治歷節風。又煮頭汁，令服三二升，治多年消渴，無不瘥者。又脂和烏梅爲丸，治多年瘧，未發時服三十九。又頭中一切風，以毛一斤，炒令黃，投一斗酒中，積三日，空心細細飲，便醉。

表覆臥，取汗，明日更依前服，忌陳倉米麥麩等。

食療云：卒心痛，絞結，連腰臍者，取驢乳三升，熱服之瘥。

七六 狐

孟詵云：狐，補虛，煮炙，食之。又主五臟邪氣，患虫毒寒熱，煮，宜多服之。

孟詵云：肉，溫，有小毒，主瘡疥，補虛損，及女子陰痒，絕產，小兒瘡，卵腫，煮炙，任食之良。五臟邪氣，服之，便瘥，空心服之佳。腸肚，微寒。患瘡疥，久不瘥，作癰腫，服之，小兒驚癇及大人見鬼，亦作癰腫，服之良。其狐魅伏候，或叉手有禮見人，或於靜處獨語，或裸形見人，或祇揖無度，或多語，或緊含口。叉手坐禮度過，常屎尿亂放，此之謂也。如馬瘦，亦同，灌鼻中，便瘥。頭燒，辟邪。

延壽類要。孟銑云：補虛，煮炙，食之。又主五臟邪氣。

七七 獺

孟銑云：獺肝，主疫病相染。一門悉患者，以肝一貝，火炙末，以水和方寸匕，服之，日再服。謹按服之，下水脹，但熱毒，風水，虛脹，食之，卽瘥。若是冷氣虛脹，食益虛腫甚也。只治熱，不治冷，不可一概爾。

食療云：患咳嗽者，燒爲灰，酒服之。肉，性寒，無毒，煮汁，治時疫及牛馬疫，皆煮汁，停冷，灌之。又若患熱毒，風水，虛脹，卽取水獺一頭，剝去皮，和五臟，骨，頭，尾等，炙令乾，杵末，水下方寸匕，日二服，十日瘥。

七八 獾

孟銑云：獾，主服丹石勞熱。患赤白痢，多時不瘥者，可煮肉，經宿

露中，明日空腹，和醬，食之。一頓卽瘥。又瘦人可和五味煮食，令人長脂肉，肥白。曾服丹石，可時時服之，丹石毒發熱，服之妙。

食療云：肉，平，味酸。骨主上氣，咳嗽，炙末酒和，三合服之，日二，其嗽必瘥。

延壽類要。孟銑云：瘦人可和五味煮食，令人長脂肉，肥白。

七九 野豬

孟銑云：野豬，主補肌膚，令人虛肥。膽中有黃，研和水服之，治瘦病。其肉尙勝家豬。雌者肉美。其冬月在林中，食櫟子，肉色赤，補五臟風氣。其膏，煉令精細，以一匙，和一盞酒服，日三服，令婦人多乳，服十日，可供三四孩子。齒，作灰服，主蛇毒。膽，治惡熱毒氣。

孟銑云：三歲膽中有黃，研末和水，服之，治鬼症，癩病。又其肉，

主癩痢，補肌膚，令人虛肥。雌者肉美，肉色赤者，補人五臟，不發風虛氣也。其肉勝家猪也。又膽，治惡熱毒氣，邪氣。與家猪不同。脂，主婦人無乳者，服之即乳下。本來無乳者，服之。亦有。青蹄者，不可食。

八〇 豹皮

孟銑云：主疔痢，腹中諸瘡。煮汁飲之，或燒灰，和酒服之，其灰傅蟹齒瘡。肉，酸，不可食，消人脂肪，損人精神。

孟銑云：寒。頭骨燒灰，和酒灌解槽，牛馬使馴良，即更附人也。

八一 丹雄鷄

孟銑云：主患白虎風痛，可鋪飯於患處，使雞食之良。又取熱糞，封之，取熱，使伏於患人牀下。其肝，入補腎方中，用冠血，和天雄四分，桂心二分，太陽粉四分，丸服之，益陽氣。

孟銑云：烏雄雞，主心痛，除心腹惡氣。又虛弱人，取一隻，治如食法。五味和肉，封一器中，在重湯中煮之，使骨肉相去，卽食之，甚補益，仍須空腹飽食之。肉須爛。生卽反損。亦可五味醃，經宿炙食之，分作兩頓。又目淚出不止者，以三年冠血，點目睛上，日三度。

孟銑云：產後血不止，以雞子三枚，醋半升，好酒二升，煎取一升，分爲四服，微煖，進之。又新產婦可取一隻，理如食法，和五味，炒熟香，卽和二升酒中，封口，經宿取飲之，令人肥白；又和烏油麻二升，熬令黃香，末之入酒，酒盡極效。

孟銑云：黃雌雞，主腹中水癖水腫，以一隻，理如食法，和赤小豆一升，同煮，候豆爛，卽出食之，其汁日二，夜一，每服四合，補丈夫陽氣，治冷氣，疾着牀者，漸漸食之良。又先患骨熱者，不可食之。雞子動風氣，不可多食。又光粉諸石，爲末，和飯，與雞食之，後取

雞，食之，甚補益。又子醋煮熟，空腹食之，治久赤白痢。又人熱毒發，可取二顆雞子白，和蜜一合，服之瘥。

孟詵云：治大人及小兒發熱，取卵三顆，白蜜一合，相和，服之，立瘥。卵並不得和蒜食，令人短氣。又胞衣不出，生吞雞子清一枚。治目赤痛，除心下伏熱，煩滿，咳逆，動心氣，不宜多食。烏雌雞，溫，味酸，無毒。主除風寒，濕痺；治反胃，安胎；及腹痛，踠折，骨疼，乳癰。月蝕瘡邊耳根，以烏雌雞膽汁，傅之，日三，以烏油麻二升，熬之令香，末和酒，食之，卽飽熱能食。雞具五色者，食之致狂。肉和魚肉汁，食之，成心癆。六指玄雞，白頭家雞，及雞死，足爪不伸者，食並害人。雞子和葱，食之，氣短。雞子白共蟹同食，損人。雞子共獺肉同食，成遁尸症，藥不能治。雞兔同食，成洩痢。小兒五歲以下，未斷乳者，勿與雞肉食。

八二 白餓膏

孟詵云：脂可合面脂。肉，性冷，不可多食，令人易霍亂，卽與服丹石人相宜，然亦發痼疾。

食療云：卵溫，補五臟，亦補中益氣。多食，發痼疾。

八三 鷺肪

孟詵云：野鴨，主補中益氣消食，九月以後，立春以前，卽中食。其勝家鴨者，雖寒不動氣，消十二種蟲，平胃氣，調中，輕身，又身上小熱瘡多年不愈者，但多食之，卽瘥。又云：白鴨肉，補虛，消熱毒，利水道，及小兒熱，驚癩，頭生瘡腫。又和葱豉，作汁飲之，去卒煩熱。又糞，主熱毒毒痢。又取和雞子白，封熱腫毒，立消。又黑鴨，滑中，發冷痢，下脚氣，不可食之。子，微寒。少食之，亦發氣，令背腹悶。

食療云：項中熱血，解野葛毒，飲之瘥。卵，小兒食之，脚軟不行，愛倒。鹽淹食之，卽宜人。亦可塗蚯蚓咬瘡。

醫心方三十卷。孟銑云：寒。補中益氣消食。

延壽類要。孟銑云：補虛，消熱毒，利水道。又黑鴨，滑中，發冷痢，下脚氣，不可多食。

八四 鷓鴣

孟銑云：鷓鴣，能補五臟，益心力，聰明。此鳥出南方，不可與竹筍同食，令人小腹脹。自死者，不可食。一言此鳥天地之神，每月取一隻，饗至尊，所以自死者，不可食也。

八五 鴈肪

孟銑云：通膏可合生髮膏，以綿裹塞耳，治耳聾者。灰和泔洗頭，長髮。

八六 雀

孟銑云：其肉十月以後，正月以前，食之，續五臟不足氣，助陰道，益精髓，不可停息。糞和天雄，乾薑，爲丸，令陰強。腦塗凍瘡。

食療云：卵白和天雄末，菟系子末，爲丸，空心酒下五丸，主男子陰痿不起，女子帶下，便溺不利，除疝瘕，決癰腫，續五臟氣。

八七 燕屎

孟銑云：石燕在乳石穴洞中者，冬月採之，堪食。餘者不中，只可治病。食如常法，都二十枚，投酒汁中，漬之三日，後取飲，每服一二盞，隨性多少，甚益氣力。

食療云：在乳石穴洞中者，冬月採之，堪食。餘月採者，只堪治病，不堪食也。又治法：取石燕二七枚。和五味，炒令熟，以酒一斗，浸三日。卽每夜臥時，飲一兩盞，隨性也，甚能補益，能喫食，令人健

力也。

八八 雉

孟銑云：山雞，主五臟氣喘不得息者。食之發五痔。和蕎麥麪食之，生肥虫。卵不與葱同食，生寸白虫。又野雞久食，令人瘦。又九月至十一月，食之，稍有補。他月即發五痔及諸瘡疥，不與胡桃同食，齒子木耳同食，發五痔，立下血。

食療云：不與胡桃同食，即令人發頭風。如在船艙內，兼發心痛。亦不與豉同食。自死，足爪不伸，食之殺人。

延壽類要。**孟銑**云：和蕎麥麪，食之，生肥虫。又山雞，主五臟氣喘不得息者。食之，發五痔。又野雞久食，令人瘦。又九月至十一月，食之，稍有補，他月則發五痔及諸瘡疥。

八九 鵝

證類本草：補五臟，益中，續氣，實筋骨，耐寒溫，消結熱。小豆和生薑，煮食之，止洩痢。酥煎，令人下焦肥。與猪肉同食之，令人生小黑子瘡。又不可和菌子食之，令人發痔。四月以前未堪食，是蝦蟆化爲也。

醫心方三十卷。孟銑云：鶉，溫。補五臟，益中，續氣，實筋骨，耐寒暑，消結氣。又云，不可共猪肉食之，令人多生瘡。又云，患痢人，和生薑煮食之。

孟銑食經云：四月以後，及八月以前，鶉肉不可食。

九〇 白鴿

證類本草：浙補云：味鹹。平。無毒。肉主解諸藥毒，及人馬久患疥。屎主馬疥（一云鳥疥）。鳩類也，鴿鳩類翔集屋間，人患疥，食之立愈。馬患疥入鬃尾者，取屎，炒令黃，搗爲末，和草飼之。又云鴿

鴿。暖。無毒。調精益氣，治惡瘡疥並風搔，解一切藥毒。病者食之，雖益人，緣恐食多，減藥力。白癩，癩瘍風，炒酒服。傳驢馬疥瘡，亦可。

九一 鴿

食療云：頭燒灰，主頭風目眩，以湯飲服之。肉食之，治癩痢疾。

九二 鴿

食療云：寒。主五痔止血。又食法：臘日採之，五味灸之，治老嗽，或作羹食之，亦得。或搗爲散，白蜜和丸，並得治上述諸病。取臘月臘日得者良，有効。非臘日得者，不堪用。

九三 慈鴉

食療云：主瘦病，咳嗽。骨蒸者，可和五味，淹炙食之良。其大鴉不中食。肉澁，只能治病，不宜常食也。

九四 鴛鴦

證類本草。鴛鴦，其肉主瘦瘡，以清酒，炙食之。食之，則令人美麗。又主夫婦不和，作羹臠，私與食之，卽立相憐愛也。

九五 石蜜

食療云：蜂蜜，微溫。主心腹邪氣，諸驚癇，補五臟不足氣，益中，止痛，解毒，能除衆病，和百藥，養脾氣，除心煩悶，不能飲食。治心肚痛，面刺腹痛，及赤白痢，則生搗地黃汁，和蜜，一大匙服，卽下。又長服之，面如花色。仙方中甚貴此物。若覺熱，四肢不利，卽服蜜漿一碗，甚良。又能止腸澼，除口瘡，明耳目，久服不飢。又點目中熱膜，家養白蜜爲上。木蜜次之。崖蜜更次。又治癩，可取白蜜一斤，生薑二斤，搗取汁，先秤銅鑑，令知斤兩，卽下蜜於鑑中，消之。又秤知斤兩，下薑汁於蜜中，微火煎，令薑汁盡，秤蜜斤兩在，

卽休。藥已成矣。三十年癩者，平旦，服棗許大，一丸，一日三服。酒飲，任下。忌生冷醋滑臭物。功用甚多，世人衆知，不能一一具之。

孟詵云：石蜜（指乳糖）治目中熱膜，明目。蜀中波斯者良。東吳亦有，但不如兩處者。此皆煎甘蔗汁及生乳汁，則易細白耳。和棗肉及巨勝末，丸。每食後含一兩丸，潤肺氣，助五臟津。

殘卷本。石蜜。寒。右主心腹脹熱口乾。波斯者良。注少許於目中，除去熱膜，明目。蜀川者爲次。今東吳亦有，並不如波斯。此皆煎甘蔗汁及生乳汁，煎細白耳。又和棗肉及巨勝仁，作末，爲丸，每食後含一丸如李核大，咽之，津潤肺氣，助五臟津。

九六 牡蠣

孟詵云：牡蠣。火上炙，令沸，去殼，食之甚美，令人細肌膚，美顏

色。又藥家北來取左觀者，若食之，卽不揀左右也。可長服之。海族之中，惟此物最貴。北人不識，不能表其味爾。

醫心方三十卷。孟銑云。火上令沸，去殼，食，甚美。令人細潤肌膚，美顏色。

延壽類要。孟銑云：牡蠣。火上炙，令沸，去殼食之，甚美，令入細肌膚美顏色。

九七 地甲

食療云：溫。味酸。主除瘟，瘴氣，風痺，身腫，痿折。又骨。帶入山林中，令人不迷路。其食之法，一如鼈法也。其中黑色者常噉蛇，不中食之。其殼亦不堪用，其甲能主女人漏下，赤白崩中，小兒顛不合，破癥瘕，瘡癰，療五痔，陰蝕，濕痺，女子陰隱瘡，及骨節中寒熱。煮汁浴，潰之良。又以前都用水中龜，不用噉蛇龜，五月五日取

頭，乾末，服之，亦令人長遠，入山不迷。又方：十師處鑽子者，塗酥炙，細羅酒下二錢，療風疾。

九八 魁蛤

食療云：寒。潤五臟，治消渴，開關節。服丹石人，食之，使人免有瘡腫，及熱毒所生也。

九九 蠶魚

孟詵云：鱧魚。下大小便癰塞氣。又作鱠，與脚氣風氣人，食之效。又以大者，洗去泥，開肚，以胡椒末半兩，切大蒜三兩顆，納魚腹中，縱合並和小豆一升，煮之。臨熟，下蘿蔔三顆，顆如指大，切葱一握，煮熟，空腹服之。並豆等強飽盡食之，至夜卽洩氣無限。三五日更一頓。下一切惡氣。又十二月作醬良也。

一〇〇 鮫魚

食療云：鮎魚。鱧。大約相似，主諸補益，無鱗有毒。勿多食，赤目赤鬚者，並殺人也。

一〇一 鯽魚

孟詵云：鯽魚，平胃氣，調中，益五臟。和葷，作羹，食良。又鯽魚與鱖其狀頗同。味則有殊。鱖是鱖化，鯽是稷米化之，其魚腹上，尙有米色，寬大者，是鯽，背高腹狹少者，是鱖。其功不及鯽魚。子調中益肝氣爾。

食療云：食之，平胃氣，調中，益五臟。和葷，作羹良。作膾食之，斷暴下痢。和蒜食之，有少熱。和薑醬食之，有少冷。又夏月熱痢可食之。多益，冬月中則不治也。骨燒爲灰，傅蟹瘡上。三五度瘥。謹案：其子調中，益肝氣。凡魚生子，皆粘在草上及土中。寒冬月，水過後，亦不腐壞。每到五月三伏時雨中，便化爲魚。食鯽魚不得食沙

糖，令人生疔蟲。丹石熱毒發者，取菱首，和鱒魚，作醃，食一兩頓
卽瘥

醫心方三十卷。孟銑云：作膾食之，斷暴痢，其子，調中，益肝氣。
延壽類要。孟銑云。鯽魚。平胃氣，潤中，益五臟。食療云：夏月熱
痢，可食之，多益。冬月不治也。

一〇二 鱒魚

孟詵曰：鱒魚，補五臟，逐十二風邪，患惡氣人，常作醃，空腹飽食
，便以衣蓋身，少頃，當汗出如白膠，汗從腰脚中出，候汗盡，煖五
木湯浴，須慎風，一日更三五，日一服，並治濕風。

一〇三 鯉魚

孟詵曰：鯉魚，白羹食之，療水腫，脚滿，下氣。腹有宿癥，不可食
。又修理，可去背上兩筋及黑血，以毒故也。又天行病後，不可食，

再發卽死。其在沙石中者，毒多在腦中，不得食頭。

食療云。膽，主除目中赤及熱毒痛，點之良。肉，白煮食之，療水腫，脚滿，下氣。腹中有宿瘕，不可食，害人。久服天門冬人亦不可食。刺在肉中，中風，水腫者，燒鱸魚眼睛，作灰，納瘡中，汁出卽可。謹按：魚血，主小兒丹毒，塗之卽瘥。魚鱗燒，煙絕，研酒，下一方寸匕，破產婦滯血。脂主諸癩，熱之良。腸主小兒腹中瘡。鯉魚鮓不得和豆藿葉食之，成痰。其魚子亦不得合猪肝食之，凡修理，可去脊上兩筋及黑血，毒故也。炙鯉魚，切忌煙，不得令燼，着眼損人眼光，三兩日內必見驗也。又天行病後不可食，再發卽死。其在砂石中者，有毒，多在腦中，不得食頭。

醫心方三十卷。孟詵云：天行病後不可食，再發卽死，又砂石中者，毒多在腦髓中，不可食其頭，又每食應斷去脊上兩筋及脊內黑血，此

是毒故也。

延壽類要。孟詵云：天行病後不可食。

一〇四 鱗魚

食療云：有毒。主血淋，可煮汁飲之，其味雖美，而發諸藥毒。鮓，世人雖重之，尤不益人。服丹石人，不可食。令人少氣，發一切瘡疥，動風氣。不與乾笋同食，發癱瘓風。小兒不與食，因結癥癩及嗽。大人久食，令人卒心痛，並使人卒患腰痛。

一〇五 獬皮

孟詵云：獬食之，肥下焦，理胃氣。其脂，可煮五金八石。皮燒灰，酒服，治胃逆。又煮汁服，止反胃。又可五味淹炙食之，不得食骨，令人瘦小。

食療云：蝟肉可食，以五味汁，淹炙之良。不得食其骨也。其骨能瘦

人，使人縮小也。謹按：主下焦弱，理胃氣，令人能食；其皮可燒灰，和酒服；及炙令黃，煮汁飲之，主胃逆。又細剉，炒令黑，入丸中，治腸風、瀉痢痔效。脂主腸風痔瘻；又可煮五金八石，與桔梗麥門冬反惡。又有一種，村人謂之豪猪，取其肚，燒乾，和肚屎，用之，搗米，細篩，每朝空心，溫酒調，二錢匕，有患水病鼓脹者，服此豪猪肚一箇，便消瘥，此猪多食苦參，不理冷脹，只理熱風水脹，形狀類似蝟鼠。

一〇六 鼈

孟詵云：鼈，主婦人漏下羸瘦。中春食之，味美。夏月有少腥氣，其甲，以岳州昌江者，爲上。赤足不可食，殺人。

本草綱目。孟詵云：婦人漏下五色羸疲，宜常食之。

一〇七 蟹

孟詵云：蟹主散諸熱，治胃氣，理經脈，消食。八月輸芒後食，好。未輸芒時，生長未成，就醋食之。利關節，去五臟中煩悶氣。其物雖形狀惡，食甚宜人。

食療云：蟹足斑，目赤，不可食，殺人。又治胃氣，消食。又八月前，每箇蟹腹內，有稻穀一顆，用輸海神。輸芒後，過八月，方食，即好，經霜更美。未經霜時，有毒。又鹽淹之，作腥，有氣味，利酢，食之，利肢節，去五臟中煩悶氣，其物形容雄惡，食之甚益人。爪能安胎。

醫心方三十卷。孟詵云：蟹脚中髓及膽，能續斷筋骨。人取蟹腦髓，微熬之，令納瘡中，筋即連續。

一〇八 烏賊

孟詵云：烏賊骨，主目中一切浮翳。可細研，和蜜，點之。又骨末，

治眼中熱淚。

食療云：骨主小兒大人下痢，炙令黃，去皮，細研成粉，粥中調服之良。其骨能銷目中一切浮翳，細研，和蜜，點之妙。又點馬眼熱淚，甚良。久食之，治絕嗣無子，益精。其魚腹中有墨一片，堪用書字。
醫心方三十卷。孟詵云：食之，少有益髓。

一〇九 鰻魚

孟詵云：殺諸虫毒，乾末，空腹食之，三五度瘥。又熏下部痔虫，盡死。患諸瘡癩，及癰瘍風者，長食之，甚驗。腰腎間濕風痺，常如水洗者，可取五味米煮，空腹食之，甚補益。濕脚氣人，服之良。又諸草石藥毒食之，諸毒不能爲害。五色者其功最勝。兼治女人帶下，百病，一切風。玉色者，出欽州，頭似蝮蛇，背有五色文者是也。
食療云：殺虫毒，乾燒灸之，令香食之，三五度卽瘥。長食尤良。又

壓諸草石藥毒，不能損傷人。又五色者，其功最勝也。又療婦人帶下，百病，一切風痺如虫行。其江海中難得。玉色者出歙州溪澤中，頭似蝮蛇，背有五色文者是也。又燒之熏毘中，斷蛙蟲，置其骨於箱衣中，斷白魚諸蟲咬衣服。又燒之熏舍屋，免木生蛀蟲。

延壽類要。孟詵云：患諸瘡癩及歷癆風，長食菘鱸。又云：脚氣人食之良。

一一〇 蛇魚甲

孟詵云：慄，療驚恐及小腹氣疼。

食療云：微溫。主五臟邪氣，殺百蟲虫毒，消百藥毒，續筋。又膏塗鐵，摩之，便明。淮南王方術用之。

一一一 鮫魚皮

食療云：平。補五臟。作鱸食之，亞於鯽魚。作鮓鱸食之，並同。又

如有患喉閉，取膽汁，和白礬灰，丸之。如豆顆，綿裹，內喉中良久，吐惡涎沫，喉嚨卽開。臘月取之。

一一二 白魚

孟詵云：白魚，治肝氣不足。不堪多食。泥人心。雖不發病，終養蠶。所食，新者好。久食，令人心生諸病。可煮灸於葱醋中一兩沸食，猶少調五臟氣，理經脉。

食療云：和豉，作羹，一兩頓而已。新鮮者，可食。若經宿者，不堪食，令人腹冷生諸疾。或醃或糟藏，猶可食。又可灸子於好醋中，重煮食之，調五臟，助脾氣，能消食，理十二經絡，舒展不相及氣。時人好作餅，炙食之，少動氣，但不損人也。

一一三 鱖魚

食療云：平。補癆，益脾胃。少有毒。

一一四 青魚

食療云：治脚氣煩悶。又和韭，白煮食之，治脚氣，脚弱，煩悶，益心力也。又頭中有枕骨，取之，蒸令氣通，曝乾，狀如琥珀。此物療卒心痛，平水氣。以水研，服之良。又膽及眼睛，益人眼，取汁注目中，主翳開。亦塗熱瘡。

一一五 石首魚

食療云：作乾鮓，消宿食，主中惡。不堪鮮食。

一一六 嘉魚

食療云：微溫。常於崖石下孔中，嗅乳石沫。甚補益。微有毒。其味甚珍美。

一一七 鱸魚

食療云：平。主安胎補中。作鱠尤佳。

一一八 麤

平。微毒。治痔殺蟲。多食發嗽並瘡癬。殺入香，發衆香氣。尾燒焦，治腸風，瀉血，並帶中，帶下，及產後痢。脂燒集鼠。（以上二種新補見孟銑日華子）

一一九 時魚

八種食療餘。平。補虛勞，稍發疔瘡。

一二〇 黃賴魚

八種食療餘。一名魃魘。醒酒。無鱗不益人也。

一二一 比目魚

八種食療餘。平。補虛，益氣力，多食稍動氣。

一二二 鱗魚

八種食療餘。發疥，不可多食。

一三三 鱧鮪魚

八種食療餘。有毒，不可食之。其肝，毒殺人，緣腹中無膽，頭中無
鰓，故知害人。若中此毒及鱧魚毒者，便剉蘆根，煮汁飲，解之。又
此魚行水之次，或自觸物，卽自怒氣脹，浮於水上，爲鷓鴣所食。

一二四 鯨魚

八種食療餘。平。補五臟，益筋骨，和脾胃。多食宜人，作鮓尤佳。
曝乾，甚香。羹不毒，亦不發病。

一二五 黃魚

八種食療餘。平。有毒。發諸氣病，不可多食。亦發瘡疥，動風，不
宜和蕎麥同食，令人失音也。

一二六 魴魚

八種食療餘。調胃氣，利五臟。和芥子醬食之，助肺氣，去胃氣風。

消穀不化者，作膾食，助脾氣，令人能食。患疔痢者，不得食。作美臠，食宜人。其功與鱒魚同。

一二七 牡鼠

孟詵云：牡鼠，主小兒痢疾，腹大食食者，可以黃泥裹，燒之細揀，去骨取肉，和五味汁，作羹，與食之。勿令食著骨，甚瘦人。又取臘月新死者一枚，油一大升，煎之使爛，絞去滓，重煎成膏，塗凍瘡及折破瘡。

一二八 蚌蛤

食療云：蚌，大寒。主大熱，解酒毒，止渴，去眼赤，動冷熱氣。
延壽類要。食療云：蚌。大寒。主大熱，解酒毒，止渴，去眼赤，動冷熱氣。

一二九 車螯（車螯即蜃大蛤也）

食療云。車螯，蝨螯類。並不可多食之。

一三〇 蚶

溫。主心腹冷氣，腰脊冷風，利五臟，健胃，令人能食。每食畢，以飯壓之，不爾，令人口乾。又云：溫中。消食。日出時最重。出海中，殼如瓦屋。又云：無毒。益血色，燒殼，以米醋三度淬後，埋令懷醋，膏丸，治一切血氣，冷氣，癥癖。（新補見陳藏器蕭炳孟銑日華子）

一三一 蛭

味甘。溫。無毒。補虛。主冷利。煮食之，主婦人產後虛損。生海泥中，長二三寸，大如指，兩頭開。主胸中邪熱，煩悶氣，與服丹石人相宜。天行病後不可食，切忌之。（新補見陳藏器蕭炳孟銑）

一三二 淡菜

救急石室古本草

溫。補五臟，理腰脚氣，益陽事，能消食，除腹中冷氣，消痰癖氣，亦可燒，令汁沸出食之。多食令頭悶目暗，可微利卽止。北人多不識，雖形狀不雅，而甚益人。又云：溫。無毒。補虛勞，產後損，血結，腹內冷痛，治癥癖，腰痛，潤毛髮。腹中帶下，燒一頓令飽大效。又名穀菜，常時頻燒食卽苦，不宜人。與少米先煮，熟後，除肉內兩邊鏤及毛，再入蘿蔔或紫蘇或冬瓜皮，同煮，卽更妙。（新補見孟銑

日華子）

一三三 蝦

無鬚及煮白者，不可食。謹按：小者生水田及溝渠中，有小毒。小兒患赤白遊腫，搗碎傅之，鮓內者甚有毒爾。（新見孟銑）

食療云：平。動風發瘡疥。

延壽類要：食療云。蝦魚。平。動風發瘡疥，勿作鮓食之。

一三四 蝮蛇

孟詵云：蝮蛇膏，主皮肉間毒氣，肉作膾食之，除疔瘡。小兒腦熱，水漬注鼻中。齒根宜露，和麝香末，傅之。其膽難識，多將諸膽，代之，可細切於水中走者真也，又猪及大蟲膽亦走，但遲於此膽。

食療云：膽主醫瘡癩，目腫痛疔蟹。肉主溫疫氣，可作膾食之，如無此疾，及四月勿食之。膏，主皮膚間毒氣。小兒疔痢，以膽灌鼻中及下部。

一三五 蛇蛻

食療云：蛇蛻皮。主去邪，明目，治小兒一百二十種驚癇，寒熱，腸痔，虫毒，諸蟹，惡瘡。安胎。熱用之。

一三六 蝮蛇

食療云：主諸蟹。肉療癩，諸瘻；下結氣，除虫毒。如無此疾者，卽

不宜食也。

一三七 田中螺汁

食療云：大寒。汁飲，療熱，醒酒，壓丹石，不可常食。

一三八 海月

食療云：平，主消痰，辟邪鬼毒，以生椒醬調和，食之良。能消諸食，使人易飢。又其物是水沫所化，煮時猶是水。以服之後，便令人下小便，故知益人也。又食之人亦不見所損，亦名以下魚。

延壽類要。食療云：消痰。

一三九 藕

孟銑云：藕。生食之，主霍亂後虛渴，煩悶，不能食。其產後忌生冷物，惟藕不同。生冷爲能破血故也。又蒸食，甚補五臟，實下焦，與蜜同食，令人腹臟肥，不生諸虫。亦可代糧，仙家有貯石蓮子及乾藕

經千年者，食之至妙矣。

藕。寒。右主補中焦，養神氣，益氣力，除百疾，久服輕身耐寒不肌，延年。生食，則主治霍亂後虛渴，煩悶，不能食，長服生肌肉，令人心喜悅。案經：神仙家重之，功不可說。其子能益氣，即神仙之食不可具說。凡產後諸忌生冷物不食，唯藕不同；生類也，爲能散血之故。可以代糧。蒸食，甚補益下焦，令腸胃肥厚，益氣力，與蜜食相宜，令腹中不生虫。仙家有貯石蓮子及乾藕經千年者，食之不飢，輕身，能飛，至妙。世人何可得之。（凡男子食之，須蒸熟服之，生喫損血。）

一四〇 蓮子

孟詵云：蓮子性寒。主五臟不足，傷中氣絕。利益十二經脉血氣。生食微動氣，蒸食之良。又熟，去心爲末；蠟蜜和丸，日服三十丸，令

人不飢，此方仙家用爾。又雁服，得其腹中者，空服食十枚，身輕，能登高陟遠。鷹食，糞於田野中，經年尙生，又或於山巖之中止息，不逢陰雨，經久不壞。又諸鳥猿不食，藏之石室內，經三百餘年者得此食之，永不老矣。其房荷葉皆破血。

殘卷本。蓮子，寒。右主治五臟不足，腹中氣絕。利益十二經脉廿五絡血氣。生喫動氣，蒸熟爲上。又方：去心曝乾爲末，着蠟及蜜等分爲丸，能令不飢。學仙人最爲宜。若鴈服，得其腹中者，空腹服七枚，身輕，能登高陟遠。鷹食後，或糞於野田中，經年猶生。又或於山巖石下，息糞中者，不逢陰雨，數年不壞。又諸飛鳥及猿猴藏之於石室之內，其糞鳥死後經數百年者，取得服之，永世不老也。其子房及葉皆破血。又根，停久者卽有紫色，葉亦有褐色，多採食之，令人能變黑如璧。

醫心方三十卷。孟銑云：蓮子寒。主五臟不足。利益十二經脉廿五絡。

一四一 橘柚

孟銑云：橘，止泄痢，食之下食，開胃膈痰。實結氣，下氣不如皮穰，不可多食，止氣。性雖溫，止渴。又乾皮二斤搗爲末，蜜爲丸，每食前，飲下三十丸，治下焦冷氣。又取陳皮一斤，和杏仁五兩，去皮，火熬，加少蜜爲丸，每日食前，飲下三十丸，下腹臟間虛冷氣，脚氣衝心，心下結硬，悉主之。

醫心方三十卷。孟銑云：皮，主胸中瘴氣熱逆。又云：下氣不如皮也。性雖溫，甚能止渴。

醫心方三十卷。孟誅云：柚，味酸。不能食可以起病。

一四二 大棗

孟詵云：乾棗。溫，主補津液，強志。一年陳者核中仁，治惡氣卒病忤。又療耳聾鼻塞，不聞音聲香臭者，取大棗十五枚，去皮核，葶麻子三百顆去皮，二味和搗，綿裹，塞耳鼻，日一度，易三十餘日，聞聲及香臭，先治耳，後治鼻，不可並塞之。又方：巴豆十粒，去殼生用，松脂同搗，綿裹，塞耳。又云：洗心腹邪氣，和百藥毒，通九竅，補不足氣。生者食之過多，令人腹痛，蒸煮食，補胃腸，肥中，益氣。第一青州，次蒲州者好，他處不堪入藥，小兒患秋痢，與虫棗食良。

食療云：棗和桂心，白瓜仁，松樹皮，爲丸，久服，香身，并衣亦香。軟棗，濕。多食動風，發冷風并欬嗽。

醫心方三十卷。孟詵云：乾棗。養脾氣強志。

醫心方三十卷。孟詵云：生棗。食之過多。令人腹痛。蒸煮食之，補

腸胃肥中益氣。

延壽類要。孟詵云：乾棗。溫。補津液強志。

一四三 軟棗

食療云：軟棗。多溫。食，動風。發冷風并欬嗽。

殘卷本。軟棗，平。多食，動風。令人病冷，嗽發咳。嗽。

延壽類要。棗。溫。多食。動風。發冷并咳嗽。

一四四 葡萄

孟詵云：葡萄不問土地，但收之，釀酒，皆得美好。或云：子。不堪多食，令人卒煩悶眼暗。根濃煮汁，細細飲之，止嘔心及霍亂後惡心。妊孕人，子上衝心，飲之，即下其胎，安。

殘卷本。蒲桃。平。右益臟氣，強志，療腸間宿水，調中。按經：不問土地。但取藤收之。釀酒，皆得美好。其子，不宜多食，令人心卒

煩冷，猶如火燎，亦發黃病。凡熱疾後，不可食之，眼闇，骨熱，久成麻癩病。又方：其根可煮取濃汁，飲之，止嘔及霍亂後惡心。又方：女人有娠，往往子上衝心，細細飲之，卽止其子，便下胎安好。

醫心方三十卷。孟詵云：食之治腸間水，調中。其子，不堪多食，令人卒煩悶。

延壽類要。孟詵云：不堪多食。令人卒煩悶，眼闇。

一四五 栗

孟詵云：栗子生食，治腰脚，蒸炒食之，令氣擁。患風水氣，不宜食。又樹皮，主癰瘡毒。謹按：宜日中暴乾食，卽下氣補益；不爾，猶有木氣，不補益。就中吳栗大無味，不如北栗也。其上薄皮，研和蜜，塗面展皺。又殼，煮汁飲之，止反胃消渴。今所食生栗，可於熱灰火中，煨令汗出食之良。不得通熱，熱則擁氣。生卽發氣，故火煨殺

其木氣耳。

醫心方三十卷。孟詵云：今有所噉生粟。可於熱灰中煨之令汗出。卽噉之。甚破木氣也。氣不得使通熱，熱卽擁氣。

延壽類要。孟銑云：粟子生食。治腰脚，蒸炒食之，令氣擁，患風水氣，不宜食。今所食生粟，可熱灰火中煨令汗出，食之良。不得通熱。熱卽擁氣。生卽發氣，故火煨殺其木氣耳。

一四六 覆盆子

孟詵云：覆盆子，味酸。五月於麥田中得之良。採得，卽烈日晒乾，免爛不堪。江東亦有名懸鈎子，大小形異，氣味功力同。北土無懸鈎，南地無覆盆，是土地有前後生。非兩種物耳。

藏卷本。覆盆子。平。右主益氣輕身，令人髮不白。其味甜酸。五月麥田中得者良。採其子，於烈日中，曬之，若天雨卽爛，不堪收之。

江東十月有懸鈎子，稍小異形，氣味一同。然北地無懸鈎子，南方無覆盆子，蓋土地殊也。雖殊名，但非兩種之物。其功用亦相似。

一四七 芡實

孟詵云：芡實，仙家蒸作粉，蜜和食之，可代糧。水族之中，此物最不能治病。又云，令人臍冷，損陽氣，痿莖，可少食，多食令人腹脹，脹滿者可煖酒和薑飲，一兩盞卽消矣。

食療云：神仙家用。發冷氣。但含吳茱萸，嚙其津液，消其腹脹矣。
藏書本。芡實。平。右主治安中焦，補臟腑氣。令人不飢，仙方蒸熟，曝乾，作末，和米，食之代糧。凡水中之果，此物最發冷氣，不能治衆疾，損陰，令玉莖消衰。令人或腹脹者，以薑酒一盞飲卽消。（含吳茱萸子，咽其液亦消）。

醫心方三十卷。孟詵云：神仙食之。此物尤發冷，不能治衆病。

一四八 雞頭實

孟詵云：雞頭作粉，食之，甚妙，是長生之藥，與小兒食，不能長大，故駐年耳。生食動風冷氣，蒸之，於烈日晒之，其皮卽開，亦可春作粉。

殘卷本。雞頭子。寒。主溫。治風痺，腰脊強直，膝痛，補中焦，益精，強志意，耳目聰明，作粉，食之，甚好。此是長生之藥，與蓮實同食，令小兒不長大，故知長服當亦駐年。生食，動冷氣。可取蒸之，於烈日中曝之，其皮殼自開，按去皮，取仁，食甚美。亦可候皮開於臼中春取末。

醫心方三十卷。孟詵云：作粉食之，甚好，此是長生之藥，與蓮實合餌，令小兒不能長大。故知長食當駐其年耳。生食，少動冷氣。

一四九 梅實

孟詵云：烏梅。多食損齒。又刺在肉中，嚼白梅，封之，刺卽出。又大便秘通，氣奔欲死，以烏梅十顆置湯中，須臾揆去核，杵爲丸，如棗大，納下部，少時卽通。謹按：擘破，水漬，以少蜜相和，止渴，霍亂心腹不安，及痢赤，治疔方，多用之。

醫心方三十卷。孟詵云：食之除悶安神。

一五〇 木瓜

孟詵云：木瓜。謹按。枝葉煮之飲，亦治霍亂，不可多食，損齒及骨。又臍下絞痛，木瓜一兩片，桑葉七片，大棗三枚，碎之，以水二升煮取半升，頓服之瘥。

又云：櫛子。平。損齒及筋，不可食，亦主霍亂轉筋，煮汁食之，與木瓜功稍等，餘無有益人處，江外常爲果食。

食療云：主嘔吐風氣。又吐後轉筋，煮汁飲之甚良。脚膝筋急痛，煮

木瓜，令爛，研作漿粥狀，用裹痛處，冷卽易，一宿三五度，熱裹其瘰。煮木瓜時，入一半酒同煮之。

殘卷本。榼子。平。多食損齒，及損筋。唯治霍亂轉筋，煮汁飲之，與木瓜功相似，而小者不如也。昔孔安國不識，而謂之不藏。今驗其形，小況相似，江南將爲果子，頓食之。其酸澁也，又無所益，俗呼爲榼梨也。

一五一 柿

孟詵云：柿，寒。主補虛勞不足。謹按：乾柿厚腸胃，溫中，健脾胃氣，消宿血。又紅柿補氣，續經脈氣。又醋柿澁下焦，健胃氣，消宿血，作餅及饅，與小兒食，治秋痢。又研生柿，煮粥，欲熟，卽下柿，更三兩沸，與小兒飽食，并爛母喫，尤良。又乾柿一斤，酥一斤，蜜半升，先和酥蜜鑊中，消之，下柿煎十數沸，於不生津器貯之，每

日空腹服三五枚，療男子女人脾虛，腹肚薄，食不消化，面上黑點。久服甚良。

醫心方三十卷。孟詵云：柿，主通鼻耳氣，補虛勞。又乾柿，厚腸胃，溫中，消宿血。

一五二 芋

孟詵云：芋白色者，無味。紫色者，破氣，煮汁，飲之，止渴，十月後曬乾，收之。冬月食，不發病，他時月不可食。又和鯽魚鱧魚，作臠良。久食令人虛勞無力。又煮洗膩衣，白如玉，亦可浴去身上浮氣，但慎風半日。

食療云：煮汁浴之，去身上浮氣，浴了，慎風半日許。

殘卷本。芋。平。右主寬緩腹胃，去死肌，令脂肉悅澤。白淨者，無味。紫色者良，破氣。煮汁飲之，止渴。十月以後收之，曝乾，冬蒸

服，則不發病，餘外不可服。又和魚，煮爲羹，甚下氣，補中焦，令人虛無氣力。此物但令肥而已。又煮生芋汁，可使垢膩衣，能潔白。

醫心方三十卷。孟詵云：主寬腸胃，去死肌，令脂肉悅澤。

一五三 烏芋

孟詵云：茨菰，不可多食。喫人常食之。令人患脚。又發脚氣癱瘓風，損齒，令人失顏色。皮肉乾燥。卒食之，令人嘔水。

又云：蕤茨。冷。下丹石。消風毒。除胸中實熱氣。可作粉食。明耳目，止渴，消痘黃。若先有冷氣，不可食，令人腹脹氣滿。小兒秋食，臍下常痛。

醫心方三十卷。止消渴，下石淋。喫人好噉之。發脚氣，攤瘓風，損齒。紫黑色，令人失顏色。

延壽類要。按孟詵云：茨菰，不可多食。喫人常食之。患脚。又損齒

。令人失顏色，皮肉乾燥。卒食食之，令人嘔吐。小兒秋食腹痛。

一五四 枇杷葉

孟詵云：枇杷。溫。利五臟，久食亦發熱黃。子，食之，潤肺熱，上焦苦，和熱炙肉及熱麵，食之，令人患熱毒黃病。

食療云：卒嘔吐不止，不欲食，可煮汁飲之。止渴，理肺及肺風瘡，胸面上瘡。

醫心方三十卷。孟詵云：溫。利五臟。久食發熱黃。

延壽類要，孟詵云：菓子食之。潤肺熱上焦苦，和熱炙肉及熱麵，食之，令人患熱毒黃疽。

一五五 荔枝

食療云：微溫。食之通神，益智，健氣及顏色，多食，則發熱。

一五六 乳柑子

食療云：寒。堪食之，其皮不任藥用，食多，令人肺燥，冷中，發瘧癘。

醫心方三十卷。孟詵云：柑子。性寒。堪食之。皮不任藥用，初未霜時，亦酸。及得霜後，方甜美。故名之曰柑子，和腸胃氣毒。下丹石渴。食多，令人肺燥，冷中，發流癘病也（和名加牟之）。

一五七 甘蔗

食療云：主補氣，兼下氣。不可共酒食，發痰。

砂糖

孟詵云：砂糖多食令人心痛。不與鱒魚同食，成疽蟲。又不與葵同食，生流癘。又不與筍同食，使筍不消，成癥身重，不能行履耳。

食療云：主心熱口乾。多食生長蟲，消肌肉，損齒，發疽蠱，不可長食之。

饑養本。沙糖。寒。右功體與石蜜同也。多食令人心痛。養三蟲，消肌肉。損牙齒，發疽瘰，不可多服之。又不可與鯽魚同食，成疽蟲。又不可共筍食之，筍不消，成癥病，心腹痛重不能行履。

延壽類要。按孟詵云：沙糖多食令人心痛。不與鯽魚同食，成疽蟲。又不與筍同食，使筍不消。成癥。身重不能行履耳。

食療云：主心熱口乾。多食生長蟲。消肌肉。損齒，發疽蟲。不可長食之。小兒多食則損齒，及生蟻蟲。

一五八 桃

孟詵云：桃仁。溫。殺三蟲，止心痛。又女人陰中生瘡，如蟲齧疼痛者，可生搗葉棉裹納陰中，日三四易，瘡。又三月三日採花，搗乾，杵末，以水服二錢匕，小兒半錢，治心腹積痛。又禿瘡，收未開花，陰乾，與桑椹赤者等分，作末，和以豬脂，先取灰汁，洗去痂，即塗

藥。又云：桃能發丹石毒，不可食之。生者尤損人。又白毛，主惡鬼，邪氣。膠亦然。又桃符及奴，主精魅邪氣。符煮汁飲之。奴者丸散服之。桃仁每夜嚼一顆，和蜜塗手面良。

醫心方二十一卷。孟詵食經：治婦人陰癢方。搗生桃葉綿裹內陰中。日三四易。亦煮汁洗之。今案煮皮洗之良。

醫心方三十卷。孟詵云：桃實，溫。桃能發諸丹石。不可食之。生食尤損人。

一五九 杏

孟詵云：杏，熱。面皴者，取仁去皮，搗和雞子白，夜臥塗面，明早以煖清酒洗之。人患卒瘕，取杏仁三分，去皮灸熬，別杵桂一分和之，如泥，取李核大，綿裹含，細細咽之，日五夜三。謹按，心腹中結伏氣，杏仁，橘皮，桂心，訶梨搗去皮爲丸，空心服三十丸，無忌。

又燒令煙盡，研如泥，綿裏內女子陰中，治蟲疽。

食療云：主熱風頭痛。又燒令煙盡，去皮以亂髮裹之，咬於所患齒下，其痛便止。熏諸蟲出，并去風皮，便瘥，重者不過再服。

醫心方三卷。孟詵食經治失音方。杏仁三分，去皮熬搗作脂。桂心末一分。和如泥。如李核大。懸裏。少咽之。日五夜一。又方搗梨一合，頓服之。

醫心方三十卷。孟詵云：杏。熱。止欬逆，上氣，金創，驚癇，心下煩，熱風，頭痛。

一六〇 安石榴

孟詵云：石榴。溫。多食損齒令黑。皮灸令黃，杵末，以棗肉爲丸，空腹三丸，日二服，治赤白痢腹痛者。或取酸者一枚并子，搗汁頓服。

饅饅本。治疣虫，白蟲。按經：久食損齒令黑。其皮灸令黃，搗爲末，和棗肉，爲丸，日服卅丸，後以飯壓，斷赤白痢。又久患赤白痢，腸肚絞痛，以醋石榴一箇，搗令碎，以布絞取汁，空腹頓服之，立止。又其花葉，陰乾，搗爲末，和鐵丹，服之，一年白髮盡黑，益面紅色，仙家重此，不盡書其方。

醫心方三十卷。孟詵云：溫。實，主利穀泄精。又云：損齒令黑。

一六一 梨

孟詵云：梨。除客熱，止心煩，不可多食。又牽欬嗽，以一顆，刺作五十孔，每孔內以椒一粒，以麵裹，於熱火灰中煨令熟，出停冷，去椒，食之。又方：去核，內酥蜜，麵裹燒令熟，食之。又取梨肉，內酥中煎，停冷食之。又搗汁一升，酥一兩，蜜一兩，地黃汁一升，緩火煎，細細含咽，凡治嗽，皆須待冷，喘息定後，方食。熟食之，反

傷矣，令嗽更甚不可救。如此者，可作羊肉湯餅，飽食之，便臥少時。又胃中痞塞熱結者，可多食好生梨，即通。卒闇風，失音不語者，生搗汁一合頓服之，日再服止。

食療云：金瘡及產婦不可食。大忌。

醫心方三十卷。孟詵云：胸中痞寒，熱結者，可多食生梨便通。又云：主除客熱，止心煩。又云：卒瘖失音不語者，搗梨果一合，頓服之。又云：卒咳，凍梨一顆，刺作五十孔，每孔中內一粒椒，以麵裹，於熱灰中燒。令極熱，出停冷，食之。又云：去皮核，納梨酥中煎，冷食之。

醫心方九卷。治咳嗽方：孟詵食經云：梨一顆。刻作五十孔。每孔中，內一粒椒，以麵裹。於熱灰中燒，令極熱。出停冷，割食之。（今案，極要方。梨七顆，取汁，白錫一兩，酥一兩，大棗及椒七顆，合

煎。含咽之。又方：梨去核，內酥蜜，麵裹，燒令熟，食之，大佳。
又方：割梨肉於酥中，煎之，停冷食之。今按朱思簡食經云：凡用梨
治咳，皆須待冷食之，熟食反成嗽。

一六二 林檎

孟詵云：林檎。溫。止消渴。

食療云：溫。主穀痢洩精。東行根。治白虫，蚘虫，消渴，好睡。不
可多食。又林檎，味苦澁。平。無毒。食之閉百脈。

延壽類要。食療云，食之閉百病。

一六三 李

孟詵云：李，治女人卒赤白下，取李樹東面皮，去皺皮，灸令黃香，
以水三升，煮汁去滓，服之，日再，有驗。謹按：生子，亦去骨節間
勞熱，不可多食，臨水食，令人發痰癥。又牛李，有毒，煮汁使濃含

之。治蠶齒，春骨有疳虫，可灌此汁，更空服一盞。其子中仁，主鼓脹，研和麵，作餅子，空腹食之，少頃當瀉矣。

醫心方三十卷。孟詵云：。李。平。治卒赤白下。赤李，亦去關節間勞熱。不可多食之。

一六四 楊梅

孟詵云：楊梅，和五臟，能滌腸胃，除煩憤惡氣，切不可多食，能損齒及筋，亦能治痢，燒灰服之。

食療云：溫。和五臟腹胃，除煩憤惡氣，去痰實。亦不可久食，損齒及筋也。甚能斷下痢。又燒爲灰，亦斷下痢。甚酸美，少有勝白梅。又白梅未乾者，常含一枚，嚙其液，亦通利五臟，下少氣，若多食之，損人筋骨。其酸醋之物，是土地使然，若南方人北居，杏亦不食，北地人南住，梅乃多噉，豈地氣鬱蒸，令人煩憤好食斯物也。

殘卷本。羊梅。溫。右主和臟腑，調腹胃，除煩憤，消惡氣，去痰實。不可多食，損人筋，然斷下痢。又燒爲灰，亦斷下痢，其味酸美，少有勝白梅。又取乾者，常含一枚，咽其液，亦通利五臟，下少氣，若多食損人筋骨。甚酸之物，是土地使然，若南人北居，亦不食，北人南住，梅乃多噉。皆是地氣鬱蒸，令人煩憤好食斯物也。

一六五 胡桃

孟詵云：胡桃不可多食，動痰飲。除風，令人能食，不得驟多食之。漸漸食之，通經脈，潤血脈，黑鬢髮。又服法初日一顆，五日加一顆，至十二顆止。常服，骨肉細膩，光潤，能養一切老康疾。

殘卷本。胡桃。平。右不可多食，動痰。案經。除去風，潤脂肉，令人能食，不得多食之。計日月，漸漸服食，通經絡氣血脈，黑人鬢髮。毛落再生也。又燒至煙盡，研爲泥，和胡粉，爲膏，拔去白髮。傳

之，卽黑毛髮生。又仙家壓油，和麝香，塗黃髮，使黑如漆光潤，初服日一顆，後隨日加一顆，至廿顆，定得骨細潤。又方：主一切痔病。案經。動風益氣，發痼疾，多喫不宜。

醫心方四卷。治白髮令黑方。孟詵食經。胡桃。燒令烟盡，研爲泥，和胡粉，拔白毛。傅之，卽生毛。

醫心方三十卷。孟詵云：不可驟多食，動痰飲。計日月漸服食，通經絡，黑人鬢髮，能瘥一切痔。

延壽類要。按孟詵云：胡桃，不可多食，動痰飲，除煩，令人能食。漸漸食之，通經絡，潤血，黑鬢髮。

一六六 獼猴桃

食療云：候熟收之，取瓢和蜜煎，作漿，去人煩熱。久食，亦得令人冷。能止消渴。

殘卷本。藤梨。寒。右主下丹石，利五臟。其熟時收瓢和蜜煎，作煎，服之。去煩熱，止消渴。久食發冷氣，損脾胃。

一六七 柰

孟詵云：柰。主補中焦諸不足氣，和脾，卒患食後氣不通，生搗汁服之。

醫心方三十卷。孟詵云：益心氣。唐玄子張云：補中焦諸不足。

一六八 橄欖

孟詵云：橄欖。主脫魚毒，汁服之。中此魚肝子毒，人立死。惟此木能解。生嶺南山谷，樹大數圍，實長寸許，其子先生者向下，後生者漸高，八月熟。蜜藏橄甜。

一六九 胡麻

食療云：潤五臟，主火灼。山田種爲四稜，土地有異，功力同。休糧

人重之。填骨髓，補虛氣。青囊，同上。

食療云：生杵汁，沐頭髮良。牛傷熱，灌之，立愈。胡麻油功同上。

食療云：主瘡癩。塗之生毛髮。

一七〇 麻慶

食療云：微寒。治大小便不通，髮落，破血，不飢，耐寒。取汁煮粥，去五臟風，潤肺，治關節不通，髮落，通血脈，治氣。青葉菘長髮，研麻子，沐髮，卽生長。麻子一升，白羊脂七兩，蠟五兩，白蜜一合，和杵，蒸食之，不飢。按經：治腹中蟲病，取大麻末三升，東行菜莢根剉八升漬水，平旦服二升，至夜中，下。要見鬼者，取生麻子，萹蒲，鬼臼等分，杵爲丸，彈子大，每朝向日服一丸，服滿百日，卽見鬼也。

醫心方第十二卷。孟詵食經：「消渴方」。麻子一升，水三升，煮三

四沸，去滓，冷服半升，日三，五日即愈。

一七一 飴糖

孟詵云：飴糖，補虛，止渴，健脾胃氣，去留血，補中。白者以蔓菁汁煮，頓服之。

食療云：主吐血，健脾。麪强者爲良，主打損瘀血，熬令焦，和酒服之，能下惡血。又傷寒大毒嗽，於蔓菁薤汁中，煮一沸，頓服之。

一七二 大豆

孟詵云：大豆，寒。和飯搗塗一切毒腫，療男女陰腫，以綿裹納之，殺諸藥毒。謹按：煮飲服之，去一切毒氣，除胃中熱痺，腸中淋露，下淋血，散五臟結積，內寒。和桑柴灰汁，煮之，下水鼓腹脹。其豆黃，主濕痺，膝痛，五臟不足氣，胃氣結積。益氣，潤肌膚。研末，收之，煉猪膏，爲丸，服之，能肥健人。又卒失音，生大豆一升，青竹

算子四十九枚，長四寸闊一分，和水煮熟，日夜二服。又每食後，以豆淨磨拭，吞雞子大，令人長大。初服時，似身重，一年以後，便覺身輕。又益陽道。

食療云：微寒。主中風，脚弱，產後諸疾，若和甘草，煮湯飲之，去一切熱毒氣，善治風毒脚氣。煮食之，主心痛，筋攣，膝痛，脹滿，殺烏頭附子毒；大豆黃屑，忌猪肉，小兒不得予之。炒豆食之，若食畢，忽食猪肉，必擁氣，致死。年有八，九，十歲以上者，不畏。

醫心方三十卷。孟詵云：平。主霍亂吐逆。

孟詵云：大豆初服時，似身重。一年之後，便身輕。益陽事。（交接事也）。又煮飲服之，去一切毒氣。又生搗塗服。療一切毒服。

食療云：大豆黃卷，卷藥五分者，破婦人惡血，良。

食療云：和鯉，煮爛食之，甚治脚氣及大腹水腫。別有諸治，具在豆條中。散氣，去關節煩熱，令人心孔開。止小便數。菘赤者，並可食。暴痢後氣滿不能食，煮一頓，服之即愈。

醫心方三卷。孟詵食經：風搔隱疹方。煮赤小豆取汁，停冷，洗之。

醫心方十一卷。治下痢方：用赤小豆服（孟詵云止痢）。

醫心方疹瘡方第十九。煮赤小豆，取汁，停冷，洗，不過三四次即愈。

醫心方三十五卷。孟詵云：青小豆。寒。療熱中，消渴。止痢下脹滿。

醫心方三卷。治中風隱疹瘡方第十九。孟詵食經云：杼莖，單煮，洗浴之。又方茺蔚，可作浴湯。又方煮赤小豆取汁停洗不過三四。又：搗蘘蓂封上。

一七四 酒

孟詵云：酒，味苦。主百邪毒，行百藥。當酒臥，以扇扇，或中惡風，久飲傷神，損壽。謹按，中惡疫忤熱，煖薑酒一碗服，卽止。又通脉，養脾氣，扶肝。陶隱居云：大寒凝海，惟酒不冰，諒其熱性故。久服之，厚腸胃化筋，初服之時，甚動氣痢。與百藥相宜。祇服丹砂人飲之，卽頭痛，吐熱。又服丹石人，胸背急悶熱者，可以大豆一升熬令汁出，簸去灰塵，投二升於酒中，久時頓服之，少頃卽汗出瘥。朝朝服之，甚去一切風。婦人產後諸風，亦可服之。又熬雞屎，如豆淋酒法，名白紫酒；卒不語，口偏者，服之，甚效。昔有人，常服薑酒，令人肥白矣。

食療云：紫酒，治角弓風。薑酒主偏風中惡。桑椹酒補五臟，明耳目。葱豉酒解煩熱，補虛癆。蜜酒療風疹。地黃，牛膝，虎骨，仙靈脾

通草，大豆，牛蒡，枸杞等，皆可和釀作酒。蒲桃子釀酒，益氣調中，耐飢強志。取藤汁釀酒亦佳。狗肉汁釀酒大補。

一七五 粟米

孟詵云：粟米陳者，止痢。甚壓丹石熱。顆粒小者是，今人多不識耳。其梁米粒，蝥大隨色別之。南方多於畚田種之，極易舂。粒細香美，少虛怯。祇於灰中種之，又不鋤治故也。得北田種之，若不鋤之，卽草鬻死，若鋤之，卽難舂，都由土地使然耳。但取好地施肥，熟後又細鋤，卽得佳實。

一七六 秫米

孟詵云：秫米，其性平。能殺瘡疥毒熱，擁五臟氣，動風，不可常食。北人往往有種者，代米作酒耳。又生搗和雞子白，傅毒腫，良。根煮作湯，洗風。又米一石，麴三斗，和地黃二斤，茵陳蒿一斤，炙令

黃，一依釀酒法，服之，治筋骨攣急。

延壽類要。**孟詵**云：性平。能殺瘡疥毒熱，不可常食，動風，擁五臟之氣。

一七七 粳米

孟詵云：粳米，平。主益氣，止煩洩。其赤，則粒大而香，不禁水瀉。其黃綠，卽實中。又水漬有味，益人。粒大新熟者，動氣。經再年者，亦發病，江南貯倉，人皆多收火稻。其火稻宜人，溫中，益氣，補下元。燒之去芒，舂舂米食之，卽不發病耳。又云：倉粳米，炊作乾飯，食之，止痢，又補中，益氣，堅筋，通血脉，起陽道。北人炊之於甕中，水浸，令酸，食之，煖五臟六腑氣。久陳者，蒸作飯，和醋封毒腫，立瘥。又研服之，去卒心痛。白粳米汁，主心痛，止渴，斷熱毒痢。若常食乾飯，令人熱中，唇口乾，不可和倉耳食之，令人

卒心痛。若食之，卽急燒倉米灰，和蜜漿服之。不爾卽死。不可與馬肉同食，食之發痼疾。

食療云：淮酒之間，粳米多，京師，襄州，上粳米亦香堅實。又諸處雖多，但充飢而已。

醫心方卅五卷，唐玄子張云：性寒，擁諸經絡氣，使人四肢不收，昏昏饒睡，發風，動風，不可多食。

陳廩米

食療云：炊作乾餅，食之，止痢，補中，益氣，堅筋骨，通血脈，起陽道。又毒腫，惡瘡，久陳者，蒸作餅，和酢封腫上，立瘳。卒心痛，研取汁服之。北人炊之於甕中，水浸令酸食之，煖五臟六腑之氣。

一七八 青粱米

孟詵云：青粱米，以純苦酒一斗，漬之三日，出，百蒸百曝。好裹藏

之，遠行一餐，十日不飢，重餐，四百九十日不飢。又方：以米一斗，赤石脂二斤，以水漬之，令足相淹，置暖處二三日，上有清白衣，搗爲丸，如李子大，日服三丸，不飢。謹按靈寤五符經中，白鮮米九蒸九曝，作辟穀糧，此文，用青梁米，未見有別出處。其米，微寒，常作餅食之，溫於黃白米，體性相似。

白梁米

孟詵云：白梁米，患胃虛，並嘔吐食及水者，用米汁二合，生薑汁一合服之。性微寒。除胃膈中客熱，移五臟氣，續筋骨，此北人長食者是，亦堪作粉。

醫心方三十卷。孟詵云：白梁米，患胃虛，併嘔吐食水者，用米汁二合，生薑汁一合和服之。

晤玄子張云：除胸膈中客熱，移易五臟氣，續筋骨。

一七九 黍米

孟詵云：黍米，性寒，患鼈瘕者，以新熟赤黍米，淘取泔汁，生服一升，不過三兩度愈。謹按性寒，有少毒，不堪久服，昏五臟，令人好睡，仙家重此，作酒最勝餘糧。又燒爲灰和油塗杖瘡，不作癩，止痛。不得與小兒食之，令不能行。若與小猫犬，食之，其脚便躡曲，行不正；緩人筋骨，絕血脈。

食療云：合葵菜食之，成痼疾；於黍米中，入乾脯，通氣。食禁云：不得和牛肉食之；黍米白酒同食，必生寸白虫。

醫心方二十五卷。孟詵食經云：黍不可與小兒食之，令不能行。

醫心方卅五卷，唐玄子張云：性寒。擁諸經絡氣。使人四肢不振，昏昏饒睡。發風動風，不可多食。

一八〇 稷米

孟詵云：稷。益諸不足，山東多食。服丹石人，發熱，食之熱消也。發三十六種冷病氣。八穀之中，最爲下苗。黍乃作酒，此乃作飯，用之殊途。不與瓠子同食，令冷病發，發，以黍醱汁飲之，卽瘥。

食療云：黍之蒸穗，人家用作提拂，以將掃地。食苦瓠毒，煮汁飲之，卽止。又破提掃取汁，浴之，去浮腫。又和小豆，煮汁服之，下小便。

醫心方三十卷。孟詵云：益氣。治諸熱。補不足。

傳云：本草有稷不載。稷卽稌也。今楚人謂之稷。關中謂之稌。冀豫謂之緊。

一八一 小麥

孟詵云：小麥，平。服之止渴。又作麪，有熱毒，多是陳麪之色。作粉，補中，益氣，和五臟，調脉。又炒粉一合服，斷下痢。又性主傷

折，和醋蒸之，裹所傷處，便止；重者，再蒸裹之，甚良。

食療云：平。養肝氣，煮飲服之良。又云麪有熱毒者，爲多是陳黯之色。又爲磨中石末在內，所以有毒。但粹食之卽良。又宜作粉食之，補中，益氣，和五臟，調經絡，續氣脉。

一八二 大麥

孟詵云：大麥，久食之，頭髮不白，和針沙，沒石子等，染髮，黑色。曝食之，稍令脚弱，爲下氣及腰腎故也。久服甚宜人。熟卽益人，帶生卽冷損人。

醫心方三十卷。孟詵云：曝食之令脚弱，爲腰腎間氣下故也。久服卽好，甚宜人。

一八三 麪

新補見陳藏器孟詵齋炳陳士良日華子。麪，味甘。大暖。療臟腑中風

氣，調中，下氣，開胃，消宿食，主霍亂，心膈氣，痰逆，除煩，破癥結，及補虛，去冷氣，除腸胃中塞不下食。令人有顏色。六月作者良。陳久者，入藥用之，當炒令香。六畜食米，脹欲死者，煮麩汁，灌之，立消。落胎並下鬼胎。又神麩，使無毒。能化水穀，宿食，癥氣，健脾，暖胃。

一八四 穞麥

孟詵云：穞麥。主輕身，補中，不動疾。

一八五 蕎麥

新補見陳藏器孟詵蕭炳陳士良日華子。蕎麥，味甘平。寒。無毒。實腸胃，益氣力，久食動風，令人頭眩。和猪肉食之，患熱風，脫人眉鬚。雖動諸病，猶挫丹石，能鍊五臟滓穢，續精神。作飯與丹石人，食之良。其作飯法，可蒸使氣溜，於烈日中曝，令口開，便春取仁，

作飯。葉，作茄菜食之，下氣，利耳目。多食卽微洩。燒其穢作灰，淋洗六畜瘡，並驢馬躁蹄。

醫心方三十卷。孟詵云：寒。難消。動熱風，不宜多食。唐玄子張云：蕎麥，雖動諸病，猶壓丹石。能鍊五臟滓，續精神。其葉可煮作菜食，甚利耳目，下氣。其莖爲灰，洗六畜瘡疥及馬掃蹄，至神。

一八六 藟豆

孟詵云：藟豆，療霍亂吐痢不止。末和醋服之，下氣。又吐痢後轉筋，生搗葉一把，以少酢浸，汁服之，立瘥。其豆如菉豆，餅食亦可。食療云：微寒。主嘔逆。久食，頭不白。患冷氣人，勿食。其葉，治癩。和醋煮，理轉筋，葉汁醋，服効。

一八七 豉

孟詵云：豉。能治久盜汗患者，以一升微炒，令香，清酒三升漬，滿

三日，取汁，冷暖，任人服之，不瘥，更作三兩劑，卽止。

食療云：陝府豉汁，甚勝於常豉，以大豆爲黃蒸，每一斗豆加鹽四升，椒四兩，春三日，夏兩日，冬五日，卽成半熟，加生薑五兩，旣蒸且精，藏埋於馬糞中黃蒸，以好豉心代之。

一八八 菘豆

孟詵云：菘豆。平。諸食法，作餅灸食之佳。謹按。補益利五臟，安精神，行十二經脈，此最爲良，今人食皆撻去皮，卽有少擁氣，若愈病，須利皮，故不可去。又研汁，煮飲服之，治消渴。又去浮風，益氣力，潤皮肉，可長食之。

一八九 白豆

新補見孟詵及日華子。平。無毒。補五臟，發中，助十二經脈，調中，暖腸胃。葉，利五臟，下氣。嫩者可作菜食，生食之亦佳。可常食。

一九〇 醋

孟詵云：醋多食，損人胃，消諸毒氣。能治婦人產後血運，取美清醋，熱煎，稍稍含之，卽愈。又人口有瘡，以黃蘗皮、醋漬，含之，卽愈。又牛馬疫病，灌之。服諸藥時，不可多食。不可與蛤肉同食，因相反。又江外人，多爲米醋，北人多爲糟醋，發諸藥，不可同食。研青木香服之，止卒心痛血氣等。又大黃塗腫。米醋飛丹用之。

食療云：治痲癖，醋煎大黃生者，甚效。用米醋佳。小麥醋，不及糟醋，多妨忌。大麥醋，微寒，餘如小麥也。氣滯風壅，手臂脚膝痛，炒醋糟，裹之三兩易，常擦。多食損腰胃臟。

醫心方三十卷。孟詵云：多食損人胃。消諸毒氣，殺邪毒。婦人產後血運，含之，卽愈。

延壽類要，孟詵云。醋。多食損人胃。消諸毒氣。服諸藥，不可多食。

一九一 稻米

孟詵云：糯米，寒。使人多睡，發風，動氣，不可多食。又霍亂後吐逆不止，清水研一碗，飲之即止。

一九二 醬

食療云：主火毒，殺百藥力，發小兒無辜疖。小麥醬不如豆，又榆仁蕪莢醬，功力強於榆仁醬。多食落髮，饜雄兔及鱧魚醬，皆不可多食，爲陳久故也。

一九三 冬葵子

孟詵云：葵，冷。主疔瘡生身面上汗黃者，可取根，作灰，和豬脂，塗之。其性冷。若熱食之，令人熱悶甚，動風氣。久服丹石人，時喫

一頓佳也。冬月葵，菹汁，服丹石人，發動，舌乾，欬嗽，每食後飲一盞，便臥少時。其子，患瘡者，吞一百粒，便作頭；女人產時，可煮頓服之，佳。若生時困悶，以子一合，水二升，煮取半升，去滓，頓服之，少時便產。

食療云：主患腫，未得頭破者，三日後，取葵子一百粒，吞之，三日瘡頭開。又凡有難產，若生水未得者，取一合，搗破，以水三升，煮取一升，已下，只可半升，去滓，頓服之，則小便與兒，便出。切須在意，勿上廁。昔有人如此，立撲兒入廁中。又細剉以水煎，服一盞，食之，能滑小腸。女人產時，煮一頓食，令兒易生。天行病後，食一頓，便失目。吞錢不出，煮汁，冷，飲之，卽出。無蒜勿食。四月食生葵，令飲食不消化，發宿疾。又霜葵生食，動五種留飲。黃葵尤忌。

一九四 莧

孟詵云：莧，補氣，除熱。其子明目。九月霜後採之。葉亦動氣，令人煩悶，冷中，損腹。

食療云：葉，動氣，令人煩悶，冷中，損腹。不可與鼈肉同食，生鼈瘕。又取鼈甲如豆片大者，以莧菜，封裹之，置於土穴內，上以土蓋之，一宿，盡變成鼈兒也，又五月五日採莧菜，和馬齒莧，爲末，等分調，與妊娠，服之，易產。

一九五 胡萎

食療云：平。利五臟，補筋脉。主消穀能食，若食多，則令人多忘。又食諸毒肉，吐下血不止，頓瘡黃者，取淨胡萎子一升，煮令腹破，取汁，停冷，服半升，一日一夜，二服卽止。又狐臭鬣齒病人，不可食，疾更加。久冷人，食之，脚弱患氣，彌不得食。又不得與斜蒿同

食，食之令人汗臭難產。不得久食，此是薰菜，損人精神。秋冬搗子醋煮，熨腸頭出，甚効。可和生菜食，治腸氣，熱餅裹食甚良。

醫心方三十卷。孟詵云：食之。消穀。久食之，多忘。

唐玄子張云：利五臟不足。不可多食，損神。

一九六 蕪菁 (蔓菁)

孟詵云：蔓菁，消食下氣。其子九蒸九曝，搗爲粉，服之長生。壓油塗頭，祇能變蒜髮。又研子，入面脂，極去皴。又搗子，水和服，治熱黃結實不通，少須，當瀉一切惡物，沙石草髮並出。又利小便。又女子妬乳腫，取其根，生搗後，和鹽醋漿水，煮取汁，洗之，五六度瘥。又搗和鷄子白，封之亦妙。

食療云：溫，下氣，治黃疸，利小便。根主消渴，治熱毒風腫。食，令人氣脹滿。

一九七 白瓜

孟詵云：冬瓜，益氣，耐老，除心胸氣滿，去頭面熱風。熱者食之佳，冷者食之瘦人。

食療云：益氣，能耐老，除心胸氣滿。取瓜子七升，下同白瓜子條（見後），壓丹石。又取瓜一顆，和桐葉，與猪肉食之，一冬更不要諸物食，自然不飢，長二四倍矣。又煮食之，鍊五臟，爲下氣故也。欲得瘦輕健者，則可長食之，若要肥則勿食。

孟詵云：肺熱消渴，取濮瓜去皮，每食後嚼喫三二兩，五七度良。

白瓜子

孟詵云：取冬瓜仁七升，以絹袋盛之，投三沸湯中，須臾出，曝乾，如此二度止。又與清苦酒，經一宿，曝乾，爲末，日服之方寸匕，令人肥悅，明目，延年，不老。又取子三五升，退去皮，搗爲丸，空腹

服三十丸，令人白淨如玉。

殘卷本。冬瓜。寒。右主治小腹水鼓脹。又利小便，止消渴。又其子，主益氣，耐老，除心胃氣滿，消痰止煩。又冬瓜子七升，絹袋盛，投三沸湯中，須臾曝乾，又納湯中，如此三度乃止，曝乾，與滑苦酒浸之一宿，曝乾，爲末，服之方寸匕，日二服。令人肥悅，又明目，延年不老。案經：壓丹石，去頭面熱風。又熱發者，服之良。患冷人，勿食之，令人益瘦。取冬瓜一顆，和桐葉，與豬食之，能鍊五臟精細，欲得肥者，勿食之，爲下氣；欲瘦小輕健者，食之甚健。又冬瓜仁三升，退去皮殼，搗爲丸，空腹及食後，各服廿丸。令人面滑淨如玉，可入面脂中用。

醫心方三十卷。孟詵云：寒。多食發瘡黃，動宿冷病。又患癢癬人，不可多食之。

醫心方三十卷。唐玄子張云：冬瓜，食之，壓丹石，去頭面熱風。

一九八 甜瓜

食療云：瓜蒂，主身面四肢浮腫，殺虫，去鼻中瘰肉，癘黃，黃疸及暴急黃，取瓜蒂，丁香，各七枚，小豆七粒，爲末，吹黑豆許於鼻中，少時黃出瘰。其子熱，補中宜人。瓜，有毒，止渴益氣，除煩熱，利小便，通三焦壅塞氣，多食令人陰下濕痒，生瘡，動宿冷。病癘癖人，不可食之。若食之，飽脹，入水自消。多食，令人憊憊虛弱，脚手無力。葉，生搗汁，生髮。又補中，打損折傷，研末和酒服，去瘀血，治小兒疳。**龍魚河圖云：**瓜有兩鼻者殺人，沈水者殺人，食多腹脹，可食鹽花，成水。

殘卷本。甜瓜。寒。右止渴，除煩熱，多食，令人陰下痒濕（濕痒）生瘡。又發痺黃，動宿冷，病患癘癖人，不可食瓜。其瓜葉，主治身

面四肢浮腫，殺虫，去鼻中息肉，陰癰黃及急黃。又生瓜葉，搗取汁，治人頭不生毛髮者，塗之卽生。案經：多食，令人羸憊虛弱，脚手少力。其子，熟，補中焦，宜人。其肉，止渴，利小便，通三焦間擁塞氣。又方：瓜蒂七枚，丁香七枚，搗爲末，吹鼻中，少時治擁氣，黃汁卽出瘰。新補見千金方及孟詵陳藏器日華子。

一九九 胡瓜

胡瓜葉，味苦。平。小毒。主小兒閃癩。一歲服一葉，以上斟酌與之。生按絞汁服，得吐下。（以上殘卷本未記，本草綱目陳藏器記之。）
根搗傅胡刺毒腫。其實，味甘。寒。有毒。不可多食，動寒熱，多瘡病，積痰熱，發炷氣，令人虛熱上逆氣，發百病及瘡疥，損陰血脈氣，發脚氣。天行後，不可食。小兒切忌。滑中生疔蟲。不與醋同食。北人亦呼爲黃瓜，爲石勒諱，因而不改。

隣卷本，胡瓜。寒。不可多食，動風及寒熱。又發瘡病，兼積瘀血。案多食令人虛熱上氣，生百病消人陰血，發諸瘡疥，及發疔氣及脚氣，損血脉。天行後，不可食。小兒切忌食，發痢，滑中，生疳虫。又不可和酪食之，必再發。又搗根傅胡刺毒腫甚良。

醫心方三十卷。膳玄子張云：發疔氣。生百病。消人陰。發諸瘡疥。發脚氣。天行後，不可食。食之必再發。

二〇〇 越瓜

食療云：小兒夏月不可與食。又發諸瘡，令人虛弱。冷中，常令人臍下爲癢痛不止。又天行病後，不可食。

藥卷本。越瓜。寒。主治利陰陽，益腸胃，止煩渴。不可久食，發痢。案：此物動風，雖止渴，能發諸瘡，令人虛，脚弱虛，不能行。小兒夏月不可與食，成痢，發虫。令人腰脚冷，臍下痛。患時疾後，不

可食。不得和牛乳及酪食之。又不可空腹和醋食之，令人心痛。
醫心方三十卷。孟詵云；寒。利陽。益腸胃。止渴。不可久食，動氣。
雖止渴，仍發諸瘡，令虛脚不能行立。

二〇一 芥

孟詵云：芥煮食之，亦動氣。生食，發丹石，不可多食。

食療云：主欬逆，下氣，明目，去頭面風。大葉者良。煮食之，動氣猶勝諸菜。生食發丹石。其子，微熬，研之，作醬，香美，有辛氣。能通利五臟。其葉，不可多食。又細葉有毛者，殺人。

醫心方三十卷。孟詵云：生食發丹石。不可多食。

二〇二 菜菔

孟詵云：蘿蔔。性冷。利五臟，輕身。根服之，令人白淨肌細。

醫心方三十卷。孟詵云：蘿蔔。冷。利五臟關節。除五臟中風。輕身。

益氣。根，消食下氣。又云：甚利關節。除五臟中風。練五臟中惡氣。令人白淨。

二〇三 菘菜

食療云：溫。治消渴。又發諸風冷。有熱人食之，亦不發病。卽明其性冷。本草云。溫。未解。又消食，亦少下氣。九美菘出河西，葉及大根亦蠶長，和羊肉甚美。常食之，都不見發病。其冬月作菹，煮作羹，食之，能消宿食，下氣治嗽。諸家商略，性冷，非溫，恐誤也。又北無菘菜，南無蕪菁，其蕪菁子細，菜子蠶也。

醫心方三十卷。孟詵云：腹中冷病者。不服。有熱者服之。亦不發病。其菜性冷。

二〇四 桂子

孟詵云：桂子，其葉。性溫。用時搗之。治男子陰腫，生搗和醋封之。

。女人懸裹內，三四易。

食療云：主欬逆，下氣。其葉搗之，治男子陰腫。謹按。子。壓作油用，亦少破氣，多食發心悶。溫。補中益氣，通血脉，填精髓，可蒸令熟，烈日乾之，當口開，舂取米食之，亦可依糧。生食止渴潤肺。

二〇五 龍葵

孟詵云：其味苦，皆按去汁食之。

食療云：主疔腫患。又丹瘡和土搗傅之尤良。

醫心方三十卷。孟詵云：其子療甚妙。其赤球者，名龍珠。久服變髮長黑。令人不老。

二〇六 苜蓿

孟詵云：患疽黃人，取根生搗，絞汁服之良。又利五臟，輕身，洗去脾胃間邪氣諸惡熱毒，少食好。多食當冷氣入筋中，卽瘦人。亦能輕

身健人，更無諸益。

食療云：彼處人，探根作土黃者也。又安中，利五臟，煮和醬食之，作羹亦得。

二〇七 薺

孟詵云：薺子入治眼方中。用不與麪同食，令人背悶。服丹石人不可食。

醫心方三十卷。孟詵云；補五臟不足。葉動氣。

二〇八 蕨

食療云：寒。補五臟不足氣，壅經絡筋骨間毒氣。令人脚弱不能行，消陽事，令眼暗，鼻中塞，髮落，不可食。又冷氣人食之多腹脹。醫心方三十卷。令人脚弱不能行。消陽事。縮玉莖。多食令人髮落，鼻塞，目闇。小兒不可食之。立行不得也。

二〇九 翹搖

食療云：療五種黃病。生搗汁服一升，日二，瘥。甚益人，利五臟。明耳目，去熱風，令人輕健，長食不厭，煮熟喫佳。若生喫，令人吐水。

二一〇 蓼實

孟詵云：蓼子多食，令人吐水，亦通五臟擁氣，損陽氣。

延壽類要云：蓼實，多食，令人吐水。蓼。性冷。無毒。蛇咬，搗用根莖並傅。

二一一 葱

孟詵云：葱。溫。根主瘡中有風水腫疼痛者，冬葱最善。宜冬月食，不宜多，虛人。患氣者，多食發氣，上衝人，五臟閉絕。虛人胃，開骨節，出汗，故溫爾。

食療云：葉。溫。白。平。主傷寒壯熱，出汗中風，面目浮腫，骨節頭疼。損髮鬢。蔥白及鬚。平。通氣，主傷寒頭痛。又治瘡中有風水腫疼，取青葉，乾薑，黃蘗，相和，煮作湯，浸洗之，立愈。冬月食不宜多，只可和五味用之，上衝人，五臟閉絕，虛人。患氣者多食發氣，爲通和關節出汗之故也。少食則得，可作湯飲。不得多食，恐撥氣，上衝人，五臟閉絕。切不得與蜜相和食之，促人氣，殺人。又止血痢，利小便。

延壽類要，食療云：葉，溫。白。平。

二二二 韭

孟詵云：熱病後十日，不可食熱韭，食之卽發困。又胸脾心中急痛，如錐刺，不得俛仰，白汗出，或痛徹背上，不治或至死，可取生韭或根五斤，洗搗汁，灌少許，卽吐胸中惡血。

食療云：亦可作菹空心食之。甚驗。此物炸熟，以鹽醋，空心喫一葉，可十頭以上，甚治胸膈咽氣，利胸膈甚驗。初生孩子，可搗根汁灌之，卽吐出胸中惡血，永無諸病。五月勿食韭。若值時饑之年，可與米同地種之。一畝可供十日食。

醫心方。孟詵云：冷氣人。可煮長服之。

二二三 菹

孟詵云：菹。療諸瘡中風水腫，生搗，熱塗上。或煮之。白色者，最好。雖有辛，不葷五臟，學道人長服之。可通神，安魂魄，益氣，續筋力。

食療云：輕身耐老。療金瘡，生肌肉，生搗菹白，以火封之，更以火就灸，令熱氣散，瘡中乾則湯之。白色者最好。雖有辛氣，不葷人五臟。又發熱病，不宜多食，三月勿食生者，又治寒熱，去水氣，溫中

，散結氣，可作藥。又治女人赤白帶下。學道人長服之，可通神，安魂魄，益氣，續筋力。骨骸在咽不去者，食之卽下。

醫心方六卷。孟詵食經云：蕓，可作宿蕓，空腹食之。

醫心方三十卷。孟詵云：長服之，可通神靈，甚安魂魄，續筋力。

二二四 萆菜

孟詵云：萆菜生搗之，與時疾人，服瘥。子煮半生，搗取汁含，治小兒熱。

二二五 假蘇

孟詵云：荊芥多食，熏人五臟神。

食療云：性溫。辟邪氣，除癆，傳送五臟不足氣，助脾胃。多食熏五臟神。通利血脈，發汗，動渴疾。又杵爲末，和醋封風毒腫上。患疔腫，荊芥一把，水五升，煮取三升，冷，分二服。

陳藏器按張鼎食療云。荆芥一名析莫。本經既有荆芥，又有析莫，如此二種，定非一物。析莫是大薺。大薺是葶藶子。陶蘇大誤。與假蘇又不同，張鼎亦誤爾。

二一六 蘇

孟詵云：紫蘇，除寒熱，治冷氣。

二一七 水蘇

孟詵云：雞蘇一名水蘇。熱。搗生葉綿裹塞耳，療聾。又頭風目眩者，以清酒煮汁，一升服。產後中風服之，彌佳。可燒作灰汁，煮汁洗頭，令髮香，白屑不生。又收乾釀酒，及漬酒常服之佳。

二一八 香薷

孟詵云：香薷。溫，又云：香戎，去熱風。生菜中食。不可多食。卒轉筋，可煮汁頓服半升止。又乾末，止鼻衄。以水服之。

二一九 薄荷

食療云：平。解勞，與薤相宜。發汗通利關節。搗汁服。去心臟風熱。

二二〇 秦荻梨

孟詵云：秦荻梨，於生菜中，最香美。破血氣甚良。又末之和酒服，療心痛，悒悒，塞滿氣。又子末，和大醋，封腫氣，日三易。

二二一 苦瓠

孟詵云：瓠。冷。主有消渴惡瘡。又患脚氣及虛脹冷氣人，不可食之，食之尤甚。又壓熱。服丹石人，方可食；餘人不可多食。

殘卷本。瓠子。冷。右主治消渴，患惡瘡。患脚氣虛腫者，不得食，食之加甚。案經。治熱風。及服丹石人，始可食之，除此一切人，不可食也，患冷氣人，食之加甚，又發痼疾。

延壽類要，孟詵云：患脚氣，虛脹，冷氣人，不可食之。

二二三 葫（大蒜）

孟詵云：蒜久服，損眼傷肝。治蛇咬瘡，取蒜去皮，一升搗，以小便一升煮三四沸，潰損處，從夕至暮。初被咬未腫，速嚼蒜，封之，六七易。又蒜一升去皮，以乳二升煮，使用空腹頓服之，隨後飯壓之，明日依前進服，下一切冷毒風氣。又獨頭者一枚，和雄黃杏仁，研爲丸，空腹飲下三丸，靜坐少時，患鬼氣者，當汗出卽瘥。

食療云：除風殺虫。

醫心方三十卷。孟詵云：大蒜。熱。除風，殺虫毒氣。

二二三 蒜

孟詵云：小蒜亦主諸虫毒，疔腫甚良。不可常食。

食療云：主霍亂消渴，治胃，溫中，除邪氣。五月五日採者上。又去

諸虫毒，疔腫毒瘡甚良。不可常食。

延壽類要，孟詵云：不可常食。

二三四 胡葱

食療云：胡葱。平。主消穀，能食。久食之，令人多忘。根發痼疾。又食中諸毒肉，吐血不止，痿黃悴者，取子一升，洗煮使破，取汁停冷，服半升，日一服，夜一服，血定止。又患胡臭蠶齒人，不可食，轉極甚。謹按。利五臟不足氣，亦傷絕血脈氣，多食損神，此是熏物耳。

延壽類要，食療云：胡臭蠶齒人不可食。

二三五 蓴

孟詵云：蓴菜，和鮮鯽魚作羹，下氣止嘔。多食發痔。雖冷而補熱。食之亦擁氣不下，甚損人胃及齒，不可多食，令人顏色惡。又不宜和

醋食之，令人骨痿。少食補大小腸，虛氣。久食損毛髮。

醫心方三十卷。孟詵云：多食，動痔。

二二六 水蘄

孟詵云：水芹。寒。養神。益力，殺藥毒。置酒醬中香美。又利醋食之，損齒。生黑滑地，名曰水芹。食之不如高田者宜人。餘田中皆諸蟲子在其葉下，視之不見。食之與人爲患。高田者名白芹。

食療云：寒。養神，益力，令人肥健，殺藥石毒。

醫心方三十卷。孟詵云：食之，養神，益力，殺藥石毒。晤玄子張云：於醋中食之，損人齒。黑色，若食之時，不如高田者宜人。其水生者有虫，生子。食之與人患。

二二七 馬齒莧

孟詵云：馬齒莧，又名馬毒莧。以水煮，冷服一升，並塗瘡上。濕癬

白禿，以馬齒莧和灰，塗效。治疔痢及一切風，傅杖瘡良。及煮一碗，和鹽醋等，空腹食之，少時當出盡白蟲矣。

食療云：延年，益壽，明目。患濕癬白禿，取馬齒莧膏塗之。若燒灰，傅之亦良。竹膏主三十六種風，可取馬齒莧一石，水可三石，蠟二兩，煎之成膏，亦治疔痢一切風。又可細切煮粥，止痢治腹痛。

二二八 茄

孟詵云：落蘇。平。主寒熱五臟癆。不可多食，熟者少食無畏。又醋摩之，傅腫毒。

食療云：平。主寒熱五臟癆。不可多食，動氣亦發痼疾。熟者少食之無畏，患冷人不可食。又根，主凍脚瘡，煮湯浸之。

二二九 繁蕒

食療云：不用。令人長食之，恐血盡。或云燻蕒卽藤也。又恐白軟草

是。

膳玄子張云：煮作羹，食之，甚益人。

二二〇 雞腸草

食療云：溫。作菜食之，益人。治一切惡瘡，搗汁傅之。五月五日者驗。

二二一 白苣

新補見孟詵陳藏器蕭炳。白苣。味苦寒。（一云平）。主補筋骨，利五臟，開胸膈擁氣，通經脈，止脾氣。令人齒白，聰明少睡。可常食之，患冷氣人，食卽腹冷，不至苦損人。產後不可食，令人寒中，小腸痛。

醫心方三十卷。孟詵云：寒。主補筋力。

膳玄子張云：利五臟。開胸膈擁塞氣，通經脈，養筋骨，令人齒白淨。

，聰明少睡。可常食之。有小冷氣人食之，雖亦覺腹冷，終不損人。又產後不可食之。令人寒中，小腹小腸痛。

二二三二 落葵

孟詵云：其子。悅澤人面，藥中可用之。取蒸曝乾，和白蜜塗面，鮮華立見。

食療云：其子令人面鮮華可愛。取蒸烈日中，曝乾，去皮，取仁細研，和白蜜傅之，甚驗。食此菜後，被狗咬，卽瘡不癢也。

二二三三 堇

孟詵云：堇。久食除心煩熱，令人身體重鮮墮。又令人多睡，只可一兩頓而已。又搗傅熱腫良。又殺鬼毒，生取汁半升，服卽吐出。

食療云：堇菜。味苦。主寒熱，鼠癩，癩癧，生瘡，結核，聚氣。下瘀血。葉。主霍亂，與香莪同功。蛇咬，生杵傅之，毒卽出矣。又乾

末和油煎成膏，摩結核上，三五度，便瘥。

二三四 菘

孟詵云：菘菜。溫。小兒食之，三歲不行。久食之，發虛弱，損陽氣，消精髓，不可食。

二三五 馬芹

孟詵云：和醬食諸味食。根及葉，不堪食，卒心痛。子作末，醋服。

二三六 芸薹

孟詵云：若先患腰脚，不可多食，必加極。又損陽氣，發瘡及口齒痛。又能生腹中諸虫，道家特忌。

二三七 雍菜

新補見孟詵陳藏器陳士良日華子。雍菜。味甘。平。無毒。主解野葛毒，煮食之，亦生搗服之。嶺南種之。蔓生，花白，堪爲菜云。南人

先食雍菜，後食野葛，二物相伏，自然無苦。又取汁滴野葛苗，當時苗死，其相殺如此。張司空云：魏武帝噉野葛至一尺，應是先食此菜也。

二三八 菠薐

新補見孟詵陳藏器陳士良日華子。菠薐。冷。微毒。利五臟，通腸胃熱，解酒毒，服丹石人，食之佳。北人食肉麪，卽平。南人食魚鱉水米卽冷。不可多食，冷大小腸。久食令人脚弱不能行，發腰痛。不與蛆魚同食，發霍亂吐瀉。

二三九 苦蕒

新補見孟詵陳藏器陳士良日華子。苦蕒。冷。無毒。治面目黃，強力止困。傅蛇虫咬。又汁傅疔腫，卽根出。蠶蛾出時，切不可取，拗令蛾子青爛，蠶婦亦忌。

二四〇 鹿角菜

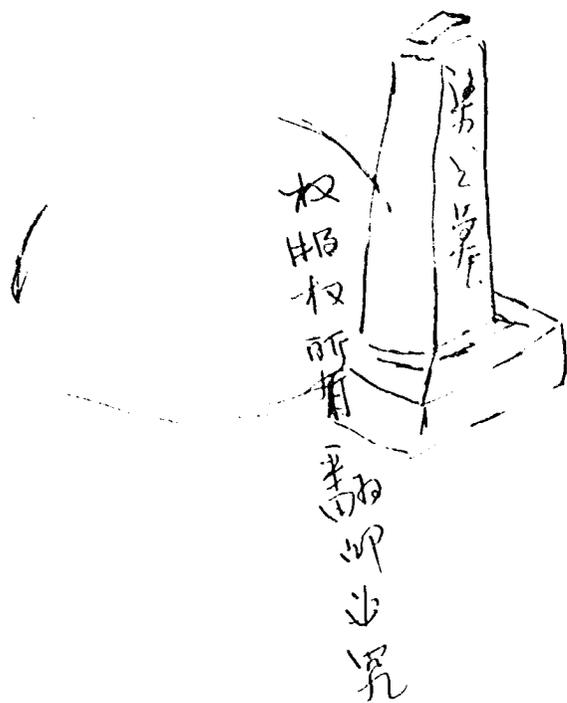
新補見孟詵陳藏器陳士良日華子。鹿角菜。大寒。無毒，微毒。下熱風氣，療小兒骨蒸熱癆。丈夫不可久食，發痼疾，損經絡血氣，令人脚冷痺，損腰腎少顏色。服丹石人食之，下石力也。出海州登萊沂密州，並有生海中，又能解麵熱。

二四一 著蓮

新補見孟詵陳藏器陳士良日華子。著蓮。平。微毒。補中下氣，理脾氣，去頭風，利五臟。冷氣人不可多食，動氣。先患腹冷，食必破腹。莖灰淋汁，洗衣白如玉色。

(完)

敦煌石室古本草



本草

中華民國二十年九月初版

敦煌石室古本草

(實價大洋一元)

(外埠酌加郵費匯費)

版權所有 翻印必究

原著者 孟 詵

校核者 日本藥學博士中尾万三

訂正者 范 鳳 源

發行者 張 鴻 溟

印刷者 大東書局

寄售處

上海各四馬路

大東書局

1471
2000

1471
2000