

食物本草卷之六目錄



菜部一類

蕪荳

蕪荳辛類二十九種

蕪荳

韭

山韭

葱

荅葱

胡葱

薤

蒜

山蒜

葫

五辛菜

薑

菘菜

芥菜

白芥

蕪菁

萊菔

生薑

同蒿

邪蒿

胡葵

胡蘿蔔

水蘄

薑

紫薑

馬靳

羅勒

菜白花菜

蔞菜

食心草豉菜之六月種

柔滑類 六月二十三種

菠薐菜

薤菜

茶菜

甜菜

塌菜

東風菜

藏菜

薺菜

芥蕒

繁縷

雞腸菜

苜蓿菜

莧菜

馬齒莧

苦菜

白苣

高苣

水苦蕒

翻白草

仙人杖草

蒲公英

黃瓜菜

生瓜菜

食物本草卷之六目錄

食物本草卷之六

元 東垣李 杲 編輯

明 瀕湖李時珍 叅訂

菜部

葷辛類

韭 韭字象葉出地上形，一種而久生，故謂之韭。一歲三四割，其根不傷，至冬壅培之，先春復生，信乎久生者也。韭叢生，豐本長葉，青翠可食，根分可以十種，葉高三寸，便剪收，子者只可一剪，八月開花成叢，收取醃藏供饌，謂之長生韭，言剪而復生，久而不乏也。九月收子。

韭 韭字象葉出地上形，一種而久生，故謂之韭。一歲三四割，其根不傷，至冬壅培之，先春復生，信乎久生者也。韭叢生，豐本長葉，青翠可食，根分可以十種，葉高三寸，便剪收，子者只可一剪，八月開花成叢，收取醃藏供饌，謂之長生韭，言剪而復生，久而不乏也。九月收子。

其子黑色而扁。須風處陰乾，勿令泥。北人至冬移根於土窖中，培以馬屎，煖則即長，高可尺許，不見風日，其葉黃嫩，謂之韭黃，豪貴皆珍之。韭之爲菜，可生可熟，可菹可久，乃菜中最有益者也。鄭玄言政道得利，陰物變爲陽，故葱變爲韭，可驗葱冷而韭溫也。

非味辛。微酸，溫，澀，無毒。主歸心安五臟六腑，除胃中熱，利病人，可久食，歸腎壯陽，止泄精，煖腰膝，治吐血唾血，衄血，尿血，婦人經脈逆行，打撲損傷，及隔噎病，搗汁澄清和童便飲之，能消散胃脘瘀血。煮鱈魚食，斷卒下痢，生搗汁服，治胸中胃痛，不可觸者，煮食充肺氣，除心腹痼冷，痲痺，肥人中風失

音，又解藥毒，療狂犬咬人，亦塗諸蛇虺蠍蝮惡蟲。

毒，煖熟以鹽醋空心喫十頓，治胸膈噎氣。春食香夏食臭，冬食動宿飲，五月食昏人乏力，不可與牛

肉同食。○昔人正月節食五辛，以辟厲氣，謂韭、薤、

葱、蒜、薑也。春日獻韭，元日薦辛，以其助發生而辟

邪穢也。花食之動風，根治諸癰子，治夢中洩精，溺

血，煖腰膝，祛鬼交，補肝及命門，治以頻數遺尿。

女人白淫，白帶，研末治白痢，白糖拌，赤痢黑糖拌。

陳米飲下，神效。

○附方

有一貧叟病噎膈。食入即吐。胸中刺痛。或令取韭汁入鹽梅鹵汁少許細呷。得入漸加。忽吐稠涎數升而愈。

治產後血暈。用韭菜切入瓶中。沃以沸醋。令氣入鼻中即甦。

治衄血不止。韭根葱根同搗棗大塞入鼻中。頻易兩三度即止。

治人被鬼夢中魘死。勿以火照之。但痛嚙大拇指甲際而唾其面則活。取韭搗汁吹入鼻中。冬月則用韭根。

山韭

山中往往有之。而人多不識。性亦與家韭相類。但根自葉如燈心苗耳。金切攷北征錄云。北邊雲臺戎地多野韭。沙葱。人家采而食之。即此也。又有野生水涯。葉如韭而細長可食。觀此則知野韭又有山水二種。氣味或不相遠也。

山韭味鹹寒澀無毒。治小便數去煩熱。治毛髮腎之

菜也。腎病宜食之。陳直奉親養老書有葎菜羹。音葎

青即山韭也。其方治老人脾胃氣弱。飲食不強。用葎菜

四兩。鯽魚肉五兩。煮羹下五味并少麩食每三五

日一作之云大補益孝文韭味辛溫無毒主腹內
冷脹滿洩痢溫中補虛令人能行生塞北山
谷狀如韭人多食之云是後魏孝文帝所種又有
諸葛韭孔明所種此韭更長彼人食之李時珍曰
此亦山韭也但因人命名耳

葱凡四種冬葱即東葱也夏衰冬盛莖葉俱
軟美山南江左有之漢葱莖實硬而味薄冬

即葉枯胡葱莖葉粗硬根若金燈茗葱生於
山谷又有一種樓葱亦冬葱類即龍瓜葱每
莖上出岐如龍爪狀冬葱又名太官葱謂其
莖柔細而香可以經冬太官上供宜之漢葱
又名本葱以其形粗硬也冬葱無子漢葱春
末開花成叢青白色其子味辛色黑有皺文

作三瓣狀收取除
勿令泄鬱可栽可種

葱薑白味辛平無毒作湯治傷寒寒熱中風面目浮

腫入手太陰肺經能出汗又入足陽胃經治傷

寒骨肉疼痛喉痺不通安胎歸目益目睛除肝中

邪氣安中利五臟殺百藥毒通大小腸療霍亂轉

筋奔脈氣脚氣心腹痛目眩心迷悶通關節止衄

血利二便治陽明下痢下血達表和裏除風溼身

麻痺蟲積心痛止大人陽脫陰毒腹痛小兒盤

腸內釣婦人妊娠瀉血通乳汁散乳癰利耳鳴塗

獾犬咬傷。制蝨。蝨毒。殺一切魚肉毒。生葱不可與
蜜同食。能殺人。多食昏神。只調和食品可也。葱菜

煨研。傅金瘡。水入較腫。鹽研。傅蛇蟲傷。及中射工
溪毒。又主水病足腫。利五臟。益目精。發黃疸。葱汁
味辛溫滑無毒。主溺血。飲之。解藜蘆及桂毒。散瘀
血。止衄。止痛。治頭痛耳聾。消痔漏。能消玉爲水。化
五石。仙方所用。葱鬚主通氣。療飽食房勞所傷血
滲入大腸便血。腸癖成痔。研末。每服二錢。溫酒下。
蔥花主心脾痛如刀刺。同吳茱萸水煎服。效。葱膏

味辛。大溫無毒。主明目。補中氣不足。溫中益精。宜
肺歸頭。古法出。出。出。

附方。附方。附方。附方。附方。附方。附方。附方。附方。附方。

張氏經驗方。金瘡折傷血出。用葱白連葉煨熟。搗
爛。傅之。冷卽再易。石城尉戴堯臣試。馬損大指血
出淋漓。余用此方。再易而痛止。翌日洗面。不見痕
跡。宋推官鮑縣尹。皆得此方。每有殺傷。氣未絕者。
亟用之。活人甚衆。○煨葱治打撲損。見劉禹錫傳
信方。其法以葱入灰。煨熱。剝皮。其間有滓。便將

醫指處仍多煨續續頻易熱者。昔李抱真作判官時。其軍將以毬杖相格。因傷抱真拇指。并爪甲劈裂。遽索金釧藥裹之。強索酒飲。而面色愈忍。愈青。痛苦不勝。有軍吏言此方。遂用之。三易。面色紅活。須臾云已不痛。凡十數度。用熟葱并涕纏裹其指。遂畢。席笑語。○凡人頭目重悶疼。痛用葱插入鼻內。并耳內。氣通即便河爽也。○自縊死者。葱心刺耳鼻中。有血出即甦。

治傷寒頭痛如破者。連翹葱白半斤。生薑二兩。水

煮溫服。治傷寒因交接勞復。腹痛卵腫。用葱白搗爛。苦酒一盞和服之。

治妊娠傷寒。赤斑變黑。尿血者。以葱白一把。水三升。煮熟。服汁。食葱令盡。取汗。

治妊娠五六月胎動。因篤難救者。葱白一握。水三升。煎一升。去滓頓服。四十日。其日血出。即安。

治胎動下血。病痛搶心。用葱白煮濃汁飲之。未死即安。已死即出。未效再服。一方加川芎。一方用銀

器同米煮粥及羹食

治卒中邪惡及寢臥奄忽而死急取葱心黃刺入

鼻孔中男左女右入三四寸鼻目血出即活或刺

入耳中五寸以鼻中血出為驗如無血出死也

治小兒無故卒死取葱白納入下部及兩鼻孔中

氣通噴嚏即活

治小兒盤腸內釣腹痛用葱湯洗兒腹仍以炒葱

搗貼臍上良久尿出痛止

治陰毒腹痛厥逆唇青身縮六脉欲絕者用葱一

束去根及青留白二寸烘熱安臍上以熨半大匙

之葱壞則易良久熱氣透入手足溫有汗即瘥乃

服四逆湯若熨而手足不溫不可治

治脫陽危症凡人大吐大瀉之後四肢厥冷不省

人事或與女子交後小腹腎痛外腎搐縮冷汗出

厥逆須臾不救先以葱白炒熱熨臍後以葱白三

七莖搗爛用酒煮灌之陽氣即回此華佗方也

治急心痛牙關緊欲絕以老葱白五莖去皮鬚搗

膏以匙送入咽中灌以麻油四兩但得下咽即甦

少項蟲積皆化黃水而蒸氣散

治小腹閉脹水道不利不急治殺人用葱白三升

劉炒帕盛二个更互熨之小腹氣透即通也

治乳癰初起葱汁一升頓服即散

治疔腫惡瘡刺破以老葱生蜜杵貼兩時疔出以

醋湯洗之神效人大如大

治人身忽肉出如錐痛痒不止名血壅不治必死

以葱燒灰淋洗飲鼓湯數盞自安

荅葱

荅音格荅葱生山谷細莖大葉食之香美於菘葱○荅葱野葱也山原平地皆有之

生沙地者名沙葱生水澤者名水葱野人皆食之開白花結子如小葱頭世俗不察胡葱

即蒜葱誤指此為胡葱詳見胡葱○佛家以荅葱為五葷之一

荅葱味辛微溫無毒除瘴氣惡毒久食強志益膽氣

主諸惡毒狐尿刺毒山溪中沙蝨射工等毒者汁

浸或搗傅大效子治洩精

胡葱

其種來自胡地故名狀似大蒜乃人種時不比荅葱野生八月至種五月收取葉似

葱而根似蒜其味如蒜不甚臭江

胡葱味辛溫無毒主溫中下氣消穀能食殺蟲利五

臟不足氣癆腫毒久食傷神損性令人多忘昏目

絕血脈發痼疾。患胡臭器齒人食之轉甚。孫真人曰。四月勿食葫葱。令人氣喘多驚。子治中諸毒肉吐血不止。萎黃瘁者。以一斤水煮半升。冷服。

薤

音械。八月栽根。正月分蘖。宜肥壤。數株一本。則茂而根大。葉狀似韭。非葉中實而扁。有細脊。薤葉中空。以細葱葉而有稜。氣亦如葱。二月開紫白細花。根如小蒜。一本數顆相依而生。五月葉青則蒸之。否則肉不滿也。其根煮食。糟藏醋浸皆宜。故內則云。切葱薤實諸醢以蒸之。白樂天詩云。斷煖薤白酒。謂以酢炒薤白投酒中也。一種水晶葱。葱葉蒜根與薤相似不臭。亦其類也。又有一種野薤。俗名天薤。生麥原中。葉似薤而小。味益辛。亦可供食。但不多有。即爾雅山薤是也。

薤白。味辛。苦溫。無毒。入手陽明經。主金瘡瘡敗。輕身。

不飢耐老。歸骨除寒熱。去水氣。溫中散結。氣利痰。

人。諸瘡中風寒水氣腫痛。搗塗之。煮食耐寒。謔中。

補不足。止久痢。冷瀉。肥健人。治洩痢下重。能泄下。

焦陽明氣滯。治少陰病厥逆洩痢。及胸痺刺痛。散。

血下氣安胎。利產婦。治女人帶下赤白。骨鯁在咽。

不去者。食之即下。有赤白二種。白者補益。赤者療。

金瘡。與蜜同搗塗。湯火傷。效甚速。不可與牛肉同。

食。令人作癥瘕。安陸郭坦兒得天行病。後遂能大。

餐每日食至一斛。五年家貧行乞。一日大飢。至一園。食薤一畦。大蒜一畦。便悶極臥地。吐一物如籠。漸漸縮小。有人撮飯於上。卽消成水。而病尋瘳也。按此亦薤散結。蒜消癥之驗也。○薤葉光滑。露亦難竚。千金治肺氣喘急。方中用之。亦取其滑泄之義。

○附方

治卒中邪惡奄忽而死。或平居寢臥。魘死。以薤汁灌入鼻中。便甦。

治霍亂乾嘔。腹中大痛欲死。取薤一把。水三升。煎取一半服之。不過三次卽已。

治奔豚氣痛。薤白搗汁飲之。大效。

治赤痢不止。薤同黃檗煮汁服之。卽愈。

治赤白痢下。薤白一握。同米煮粥。日食之。

治小兒疳痢。薤白生搗如泥。以粳米粉和蜜作餅。炙熟與食。

治產後諸痢。多煮薤白食。仍以羊脂同炒食之。

治胎動不安。腹內冷痛。薤白一升。當歸四兩。水五

升。煮二升分三服。

治諸魚骨鯁。薤白嚼柔以繩繫中。吞到鯁處引之。

即出。

治虎大咬傷。薤白搗汁飲之。并塗之。日三次。瘡乃

止。

治小兒誤吞錢物。薤白煮熟食之。即出。

蒜

一名小蒜。中國初惟有此。後因漢大得胡蒜。於西域。遂呼此為小蒜。以別之。蒜為五葷之一。五葷即五辛。謂其辛臭昏神伐性也。練形家以小蒜、大蒜、韭、薤、胡荽為五葷。道家以韭、薤、蒜、雲薑、胡荽為五葷。佛家以大蒜、小蒜、典、韭、慈葱、荅葱為五葷。與渠即阿羅也。雖各

蒜

不同。然皆辛熏之物。生食增毒。熟食發瘴。有損性靈。故絕之也。○李時珍曰。家蒜有二種。根莖俱小而瓣少。辣甚者。蒜也。小蒜也。根莖俱大而瓣多。辛而帶甘者。葫也。大蒜也。按爾雅正義云。帝登蕩山。遭蒼羊毒。將死。得蒜。啗食乃解。遂收植之。能殺腥羶蟲魚之毒。

蒜味辛溫。有小毒。歸脾腎。止霍亂。腹中不安。消穀理

胃溫中。除邪痺毒氣。主溪毒。下氣治蠱毒。傳蛇蟲

沙虱瘡。塗疔腫甚良。蒜葉主心煩痛。解諸毒。小兒

丹疹。李道念病七五年。丞相褚澄診之曰。非冷非

熱。當是食雞子過多也。取蒜一升煮食。吐出一物

涎。裏視之。乃雞雛翅足俱全。澄曰。未盡也。更吐之。

凡十二枚而愈。華佗見一人病噎，食不得下，令取餅店家蒜齏汁二升飲之，立吐一蛇，病者懸蛇於車，造佗家，見壁北懸蛇數十，乃知其奇。又奇疾方云：人頭面上有光，他人手近之，如火熾者，此中蠱也。用蒜汁半兩，和酒服之，當吐出如蛇狀。觀此，則蒜乃吐蠱要藥，而後人鮮有知者。

山蒜

山蒜，澤蒜，石蒜，同一物也，但分主於山澤石間不同耳。人開栽時，小蒜始自三種移收，故猶有澤蒜之稱。今京口有蒜，山產蒜是也，處處有之，不獨江南。

山蒜味辛溫，無毒，治積塊及婦人血瘕，用苦醋磨傅。

大效澤蒜石蒜竝溫補下氣滑水源

葫

一名大蒜，今人謂葫為大蒜，蒜為小蒜，以其氣類相似也。張騫使西域，始得大蒜，胡姜則小蒜，乃中土舊有，而大蒜出胡地，故有胡名。大小二蒜，皆八月種，春食苗，夏初食莖，五月食根，秋、月收種，北人不可一日無者也。

葫味辛溫，有毒，主歸五臟，散癰腫，蠱瘡，除風邪，殺毒氣，下氣，消穀，化肉，去水，惡痒氣，除風濕，破冷氣，爛痲痺，伏邪惡，宣通溫補，療瘡癰，殺鬼去痛，健脾胃，治腎氣，止霍亂，轉筋，腹痛，除邪祟，解溫疫，療勞瘵，冷風，傳風，損冷痛，惡瘡，蛇蟲，蠱毒，溪毒，沙虱，竝搗。

貼之。熱醋浸經年者長。溫水搗爛服。治中暑不醒。
搗貼足心。治鼻衄不止。和豆豉丸服。治暴下血。通
水道。搗汁飲。治吐血心痛。煮汁飲。治角弓反張。同
鯽魚丸。治膈氣。同蛤粉丸。治水腫。同黃疸丸。治痢
瘡。孕痢。同乳香丸。治腹痛。搗膏敷臍。能達下焦。消
水。利大小便。貼足心。能引熱下行。治洩瀉暴痢。及
乾溼霍亂。止衄血。納肛中。能通幽門。治關膈不通。
多食損人。日李時珍曰。葫蒜之氣薰烈。能通五臟。
達諸竅。去寒溼。辟邪惡。消癰腫。化癥積肉食。此其

功也。故王禎稱之云。味久不變。可以資生。可以致
遠。化臭腐爲神奇。調鼎俎代醢醬。携之旅塗。則炎
風瘴雨不能加。食餲腊毒不能害。夏月食之解暑
氣。非方食肉麪。尤不可無。乃食經之上品。日用之
多助者也。蓋不知其辛能散氣。熱能助火。傷肺損
目。昏神伐性之害。荏苒受之而不悟也。嘗有一婦
衄血一晝夜不止。諸治不效。時珍令以蒜傅足心。
卽時血止。真奇方也。又葉石林避暑錄云。一僕暑
月馳馬。怒仆地欲絕。同食王相教用大蒜。及道上

熱土各一握研爛以新汲水一盞和取汁決齒灌之少頃卽甦相傳徐州市門忽有版書此方咸以爲神仙救人云。○昔有患痿痺者夢神教每日食大蒜三顆初服遂至瞑眩吐逆下部如火後有人教取數片合皮截却兩頭吞之名曰內灸果獲大效也。○李絳兵部手集方云毒瘡腫毒號叫臥眠不得人不能別者取獨頭蒜兩顆搗爛麻油和厚傅瘡上乾卽易之屢用救人無不神效盧坦侍郎肩上瘡作連心痛悶用此便瘥又李僕射患腦癰久不瘥盧與此方亦瘥又葛洪肘後方云凡背膈取獨顆蒜橫截一分安腫頭上炷艾如梧桐子大灸蒜百壯不覺漸消多灸爲善勿令太熱若覺痛卽擎起蒜蒜焦更換新者勿令損皮肉洪嘗苦小腹下患一大腫灸之亦瘥數用灸人無不應效又江寧府紫極宮刻石記其事云但是發背及癰疽惡瘡腫核初起皆可灸之不計壯數惟要痛者灸至不痛不痛者灸至痛極而止疣贅之類灸之亦便成痂自脫其效如神乃知方書無空言者但人

不能以意詳慎。則不能盡應耳。按李迅論蒜錢灸法。云癰疽之法。着灸勝于用藥。緣熱毒中隔。上下不通。必得毒氣發洩。然後解散。凡初發一日之內。使用大獨頭蒜。切小如錢。厚貼頂上灸之。三壯一易。大槩以百壯爲率。一使瘡不開。大二使內肉不壞。三使瘡口易合。一舉而三得之。但頭及項以上。切不可用此。恐引氣上。更生大禍也。又史源記蒜灸之功。云母氏背脾作癢。有赤暈半寸。白粒如黍。灸二十七壯。其赤隨消。信宿有赤流下。長二寸。舉家歸咎於灸。外醫用膏護之。日增一暈。二十二日橫斜約六七寸。痛楚不勝。或言一尼病此。得灸而愈。予奔問之。尼云。劇時昏不知人。但聞范奉議坐守。灸八百餘壯。方甦。約艾一篩。予亟歸。以炷如銀杏。大灸十數。殊不覺。乃灸四旁。赤處皆痛。每一壯。燼則赤。隨縮入。三十餘壯。赤暈收退。蓋灸遲則初發處肉已壞。故不痛。直待灸到好肉。方痛也。至夜則火燼滿背。瘡高阜而熱。夜得安寢矣。至曉如覆一甕。高三四寸。上有百數小窠。色正黑。調理而安。蓋

高阜者毒外出也。小竅多毒不聚也。色正黑皮肉壞也。非艾火出其毒于壞肉之裏則內逼五臟而危矣。庸醫傳貼涼冷消散之劑何可信哉。

○附方

治鼓脹用大蒜入自死黑魚肚內濕紙包火內煨熟同食之。忌用椒鹽蔥醬多食自愈。此方試過非浪謬也。

灸法治發背凡覺背上腫硬疼痛用溼紙貼尋瘡頭用大蒜十顆淡豉半合乳香一錢細研隨瘡頭大小用竹片作圈圍定填藥於內二分厚着艾灸之。痛灸至痒痒灸至痛以百壯為率與蒜錢灸法同功。

治疔腫惡毒用日門灰一撮羅細以獨蒜或折蒜臺染灰擦瘡口候瘡自然出少汗再擦少頃即消散也。雖發背癰腫亦可擦之。

治關格脹滿大小便不通獨蒜燒熟去皮綿裹納谷道氣立通也。

治乾濕霍亂轉筋大蒜搗塗足心立愈。

治水氣腫滿大蒜田螺車前子等分熬膏攤貼臍中水從便漩而下數日即愈象山民人患水腫一卜士傳此用之得效

治禁口痢用大蒜搗貼兩足心可又罨臍內

治婦人陰腫作痒蒜湯洗之效乃止

治閉口椒毒氣閉欲絕者煮蒜食之即愈

治魚骨鯁獨蒜塞鼻中自出

五辛菜

元旦及立春以葱蒜韭蓼蒿芥辛嫩之菜雜和食之取迎新之義謂之五辛盤杜甫詩所謂春日春盤細生菜是矣

五辛菜味辛溫無毒歲朝食之助發五臟氣常食溫中去惡氣消食下氣熱病後食多損目

芸薹

一名寒菜一名油菜俗名塌棵菜收子於油其用頗廣九十月下種生菜形色微似白菜冬春採薹心為茹三月則老不可食開小黃花四瓣如芥花結莢收子亦如芥子灰赤色炒過榨油黃色燃燈甚明食之不及麻油近人因有油利權者亦廣云

芸薹味辛溫無毒治風遊丹腫乳癰破癥瘕結血治

產後血風及瘀血煮食治腰脚痺擣葉傅女人吹

奶治癰疽豌豆瘡散血消腫伏蓬砂芸薹破血產

婦宜食之孫思邈曰貞觀七年三月子在內江縣

飲多，至夜覺四體骨肉疼痛，至曉頭痛額角有丹，如彈丸腫痛，至午通腫，目不能開，經日幾斃，予思本草薹菜治風遊丹腫，遂取葉搗傅，隨手卽消，其驗如神也。亦可搗汁服之。子味辛溫無毒，主夢中洩精與鬼交，取油傅頭令髮長黑，行滯血，破冷氣，消腫散結，治產難，產後心腹諸疾，赤丹熱腫，金瘡血痔，婦人方。治產難歌曰：黃金花結粟米實，細研洒下十五粒。靈丹功效妙如神，難產之時能救急。

○附方

治手足癱疽。此疽喜着手足，肩背累累如赤豆，剝之汁出，用薹菜煮汁服一升，并食乾熟菜數頓，少與鹽醬。冬月用子研水服。

治血痢腹痛，日夜不止，以薹菜搗汁二合，入蜜一合溫服。

薹菜散。治產後惡露不下，血結衝心，用薹菜子炒當歸桂心赤芍藥等分，每酒服二錢，逐下惡物。

治產後血暈，薹菜子生地黃等分，每三錢，薑七片酒木各半盞，童便半盞，煎七分溫服卽愈。

治腸風臟毒下血。萹薹子生用，甘草炙爲末。每服三錢。水煎飲。

治偏頭痛。萹薹子一分，大黃三分。爲末，吹入鼻中，卽愈。

治折傷骨節。用萹薹子一兩，黃米炒二合，龍骨少許爲末，醋調成膏，攤紙上貼之。

治小兒天釣。萹薹子生，烏頭去皮尖，各一錢爲末，每用一錢。水調塗頂上。

菘菜

菘卽今人呼爲白菜者，有二種，一種莖圓厚微青，一種莖扁薄而白，其葉皆淡青白。

色，燕趙遼陽揚州所種者，最肥大而厚，一本有重十餘斤者。南方之菘，畦內過冬，北方者多入窖內，燕京圃人又以馬糞入窖壅培，不見風日，長出苗葉皆嫩黃色，脆美無滓，謂之黃芽菜，豪貴以爲嘉品，蓋亦倣韭黃之法也。菘子如萹薹子而色灰黑，八月以後種之，二月開黃花，如芥花四瓣，三月結角，亦如芥，其菜作蔬食尤良，不宜蒸晒。

菘菜味甘溫，有小毒。又云無毒。主通利腸胃，除胸中

煩，解酒渴，消食下氣，治瘴氣，止熱氣嗽。冬汁尤佳。

和中利大小便。子味甘平無毒，作油塗頭，長髮，塗

刀劍不鏽。

芥菜

氣味辛烈，菜中之分然者，食之有剛介之象，故字從介。李時珍曰：芥有數種，青芥，又

名刺芥似白菘有柔毛有大芥亦名嫩葉芥
大葉皺紋色尤深綠味更辛辣有馬芥葉如
青芥有花芥葉多缺刻如蘿蔔英有紫芥莖
葉皆紫如蘇有石芥莖幹低小皆以八九月
下種冬月食者俗呼臘菜春月食者俗呼春
菜四月食者謂之夏芥芥心嫩莖謂之芥藍
滷食脆美其花三月開黃色四出結莢一二
寸子大如蘇子而色紫味辛研末泡過爲芥
醬以侑肉食辛香可愛劉翰嶺南異物志云
南土芥高五六尺子大如雞子此又芥之異
者

芥菜味辛溫無毒主歸鼻除腎經邪氣利九竅明耳
目安中久食溫中止欬嗽上氣除冷氣去頭面風
通肺豁痰利膈開胃大葉者良細葉有毛者害人

同兔肉食成惡病同鯽魚食發水腫有瘡瘍痔疾
便血者忌之○芥性辛熱而散故能通肺開胃利

氣豁痰久食則積溫成熟辛散太盛耗人真元肝
木受病昏人眼目發人瘡痔而別錄謂其明耳目
者蓋知暫時之快而不知積久之害也素問云辛
走氣氣病無多食辛多則肉胝而唇寒此類是矣
陸佃云望梅生津食芥墮淚五液之自外至也慕

而涎垂媿而汗出五液之自內生也子味辛熱無
毒主歸鼻去一切邪惡疰氣喉痺疰氣發無常處

及射工毒丸服之。或搗末醋和塗之。隨手有驗。治風毒腫及麻痺。醋研傅之。撲損瘀血。腰痛腎冷。和生薑研塗貼之。又治心痛酒調服之。研末作醬食香美。通利五藏。研末水調塗頂顙。止衄血。服之。又主溫中散寒。豁痰利竅。治胃寒吐食。肺寒欬嗽。風冷氣痛。口噤唇緊。消散癰腫瘀血。芥子功與菜同。其味辛。其氣散。故能利九竅。通經絡。治口噤耳聾。鼻衄之證。消瘀血癰腫痛痺之邪。其性熱而溫中。故又能利氣豁痰。治嗽止吐。主心腹諸痛。白芥子辛烈更甚。治病尤良。○芥菜嫩心。生切入甕。潑以滾醋醬油等料。汁過半指。封固候冷聽用。味極香烈。辣竄爽口。爲食品之一助。或以嫩茶切寸許。榨乾用椒鹽茴香拌和。入甕泥口待用。氣香味美。惟有目疾痰嗽瘡疥等症者忌之。

○附方

治傷寒無汗。水調芥子末填臍內。以熱物隔衣熨之。取汗出妙。

治身體麻木。芥菜子末醋調塗之。

治牙齦潰爛出臭水者芥菜稗燒存性研末頻傅之即愈。

治飛絲入目青芥菜汁點之如神。

治漆咬芥菜煎湯洗之。

治喉痺芥子末水和傅喉下乾即易之。○又方用

芥子研末醋調取汁點入喉內待喉內鳴起用陳

麻骨燒咽吸入立愈。

治雀目不見其紫芥菜子炒黑為末用羊肝一具

分作八服每用芥末三錢捻肝上筋籜裹定煮熟

冷食以汁送下。

治婦人經閉不行至一年者臍腹痛腰腿沉重寒

熱往來用芥子二兩為末每用二錢空心酒下。

治陰症傷寒腹痛厥逆芥子研末水調貼臍上

治瘰癧芥子末醋和貼之。

白芥

一名胡芥一名蜀芥其種來自胡戎而盛于蜀故名。○白芥處處可種但人知蒔之

者少爾以八九月下種冬生可食至春深莖高二三尺葉青白色莖易起而中空性脆最

畏狂風大雪須謹護之乃免折損三月開黃花香郁結角如芥角其子大如梁米黃白色

又有一種莖大而中實者尤高其子亦大此菜雖是芥類迥然別種也。

白芥。味辛溫無毒。主冷氣安五臟。功與芥同。子味辛溫無毒。主發汗。主胸膈痰冷上氣。面目黃赤。又醋研傅射工毒。熨惡氣。遁尸飛尸。及暴風毒腫。流四肢疼痛。燒烟及服辟邪魅。又入鎮宅方用。欬嗽胸脇支滿上氣。多唾者。每用溫酒吞下七粒。利氣豁痰。除寒煖中。散腫止痛。治喘嗽反胃。痺木脚氣。筋骨腰節諸痛。痰在脇下。及皮裏膜外。非白芥子不能達。

○附方

防痘入目中。用白芥子末。水調塗足心。引毒歸下。令瘡疹不入目。

治胸脇痰塊。皮白或腫而不紅作痛。白芥子五錢。白朮一兩爲末。棗肉和搗丸。梧子大。每白湯下五十九。

蕪菁

一名蔓菁。南北皆有。北土尤多。四時常有。春食苗。夏食心。亦謂之薑子。秋食莖。冬食根。河朔多種。以備饑歲。菜中之最有益者。惟此爾。其子夏秋熟時采之。又曰葉是蔓菁根。是蘆菔。李時珍曰。別錄以蕪菁蘆菔同條。遂致諸說猜度。或以三物爲一種。或謂二物全別。或謂在南爲萊菔。在北爲蔓菁。殊無定見。今按二物根葉花子都別。非一類也。蔓菁是

芥屬根長而白其味辛苦而短莖粗葉大而厚闊夏初起莖開黃花四出如芥其子均圓如芥子而紫赤色蘆薈是菘屬根圓亦有長者有紅白二色其味辛甘葉不甚大而糙亦有花葉者夏初起莖開淡紫花結角如蟲狀腹大尾尖子似胡盧巴不均不圓黃赤色如此分之自明白矣其蔓菁六月種者根大而葉蠹八月種者葉美而根小惟七月初種者根葉俱良今燕京人以瓶醃藏謂之閉甕菜

蕪菁根葉味苦溫無毒主利五臟輕身益氣可長食之常食通中令人肥健消食下氣治嗽止消渴去心腹冷痛及熱毒風腫乳癰如乳寒熱子味苦辛平無毒主明目療黃疸利小便水煮汁服治癥瘕積聚少少飲汁治霍亂心腹脹末服之主目暗爲油入面膏去黑黥皺文和油傅蜘蛛咬壓油塗頭能變蒜髮人丸藥服令人肥健尤宜婦人李時珍曰蔓菁子可升可降能汗能吐能下能利小便又能明日解毒其功甚偉而世罕知用之何哉夏初采子炒過榨油同麻油煉熟一色無異西人多食之點燈甚明但烟亦損目北魏吳璉囚地窖中因蕪菁子油傷明卽此也花味辛平無毒主虛勞眼暗久服長生可夜讀書三月三日采花陰乾爲末

菜部

每服二錢。空心井華水下。

附方

預防疫病。立春後遇庚子日。溫蔓菁汁合家大小
並服之。不拘多少。一年不犯瘟疫。

治鼻中出血不止。蔓菁生搗汁飲。立瘥。

治一切腫毒。生蔓菁根一把。入鹽花少許。同搗封

之。大效。

治青盲不見。蔓菁子六升蒸透。卽以釜中滾湯淋
之。乃曝乾。如是三次。杵末。每日酒下方寸匕。

治乳癰。蔓菁根并葉。去土不用水洗。以鹽和搗塗

之。熱卽換。不過三五次卽瘥。冬月只用根極效。

治疔腫如斗。蔓菁根搗封之。大效。

治遊絲入目。蔓菁菜搗爛。帕包滴汁三兩點。卽出

也。

治狗咬。用蔓菁根搗汁服之。

治黃疸如金。生蔓菁子末。服方寸匕。日三

菜蘗

卽蘿蔔。天下通有之。六月下種。秋采。前冬
掘根。春末抽高莖。開小花紫碧色。夏初結
角。其子大如大薤子。圓長不等。黃赤色。五月
亦可再種。其葉有大者如蕪菁。細者如花荵。

皆有細柔毛其根有紅白二色其狀有長圓二類大抵生沙壤者脆而甘生瘠地者堅而辣根葉皆可生可熟可菹可醬可醃可醋可糖可腊可飯乃蔬中之最有益者而古人
不深詳之豈因其賤而忽之耶抑未諳其利耶

萊菔味根辛甘葉辛苦溫無毒散服及炮煮服食大

下氣消穀和中去痰癥肥健人生搗汁服止消渴利關節理顏色練五臟惡氣制麩毒行風氣去邪熱氣利五臟輕身令人白淨肌細消痰止咳治肺痿吐血溫中補不足同羊肉銀魚煮食治勞瘦欬嗽同猪肉食益人生搗服治禁口痢又治吐血衄

血寬胸膈利大小便生食止渴寬中煮食化痰消導殺魚腥氣治豆腐積主吞酸化積滯解酒毒散瘀血甚效末服治五淋丸服治白濁煎湯洗脚氣飲汁治下痢及失音并烟熏欲死生搗塗打撲湯火傷○萊菔尤能制麩毒昔有婆羅門僧東來見食麥麩者驚云此大熱何以食之又見食中有蘿蔔乃云賴有此以解其性自此相傳食麩必啖蘿蔔搗爛制麩作餅食之最佳飽食亦不發熱酥煎食之下氣凡人飲食過度生嚼嚥之便消○江

東居民言種芋三十畝計省米三十斛種蘿蔔三十畝計益米三十斛則知蘿蔔果能消食也○服地黃何首烏人食萊菔則令人髭髮白世皆以爲此物味辛下氣速也然生薑芥子更辛何止能散而已蓋萊菔辛而又甘故能散緩而又下氣速也所以散氣用生薑下氣用萊菔○按洞微志云齊州有人病狂言夢中見紅裳女子引入宮殿中小姑令歌每日遂歌云五靈樓閣曉瓊瓏天府由來是此中惆悵悶懷言不盡一丸蘿蔔火吾宮有一

道士云此犯大麥毒也少女心神小姑脾神醫經言蘿蔔制麩毒故曰火吾宮火者毀也遂以藥并蘿蔔治之果愈又按張杲醫說云饒民李七病鼻衄甚危醫以蘿蔔自然汁和無灰酒飲之卽止蓋血隨氣運氣滯故血妄行蘿蔔下氣而酒導之故也又曰有人好食豆腐中毒醫治不效忽見賣豆腐人言其妻誤以蘿蔔湯入鍋中遂致不成其人醒悟乃以蘿蔔湯飲之而瘳物理之妙如此又延壽書載李師逃難入石窟中賊以烟熏之垂死摸

得蘿蔔菜一束嚼汁咽下。卽甦。此法備急不可不
知。多食萊菔動氣。惟生薑能制其毒。子味辛甘平。
無毒。研汁服。吐風痰。同醋研。消腫毒。下氣定喘。治
痰消食。除脹。利大小便。止氣痛。下痢後重。發瘡疹。
丹溪曰。萊菔子治痰。有推墻倒壁之功。李時珍曰。
萊菔子之功。長乎利氣。生能升。熟能降。升則吐風
痰。散風寒。發瘡疹。降則定痰喘。咳嗽。調下痢後重。
止內痛。皆是利氣之效。子曾用果有珠。續花用精
下酒藏食之。甚美明目。

○附方

治食物作酸。蘿蔔生嚼數片。或生菜嚼之。亦佳。乾
者熟者鹽醃者。皆不效。

治反胃。蘿蔔蜜煎浸。細細嚼嚥良。

治肺痿。欬血。蘿蔔和羊肉。或鯽魚煮熟。頻食。

治鼻中衄血不止。蘿蔔搗汁半盞。入酒少許。熱服。
并以汁注鼻中。皆良。或以酒煎沸。入蘿蔔再煎飲
之。

治禁口痢。蘿蔔搗汁一小盞。蜜一盞。水一盞。同煎。

早一服。午一服。如無蘿蔔。以子搗汁亦可。一方只
用蘿蔔菜煎湯。日日飲之。○又方用蘿蔔片。不拘
新舊。染蜜噙之。嚙汁。味淡再換。覺思食。以肉煮粥
與食。不可過多。

治大便下血。大蘿蔔皮燒存性。荷葉燒存性。蒲黃
生用。等分爲末。每用一錢。米飲下。又方蜜炙蘿蔔
任意食之。昔一婦人服此有效。

治傷酒下血。用蘿蔔二十枚。留青葉寸餘。以井水
入罐中煮十分爛。入淡醋。空心任意食之。

治肛門脫出。搗生蘿蔔填臍中。束之。覺有瘡卽除
大效。

治小便白濁。生菜菹。剗空留蓋。入吳茱萸填滿。蓋
定。簽住。糯米飯上蒸熟。去菜莖。止食菜菹。日日食
之以效爲度。

治眩暈。治砂石淋。痛不可忍。用菜菹切片。蜜浸少
時。炙乾。數次。不可過焦。細嚼鹽湯下。日三服。

治偏正頭疼。生菜菹汁一蜺殼。仰臥。隨左右注鼻
中。神效。王荆公病此。有道人病與之同。傳得是方。

移時遂愈也。以此治人，不可勝數。

治哮喘，遇厚味即發者，萊菔子淘淨，蒸熟，晒研，薑

汁浸，蒸餅，丸菉豆大，每服三十丸，以口津嚥下。

治年久頭風，萊菔子生薑等分，搗取汁入麝香少

許，滴入鼻中立止。

治牙齒疼痛，萊菔子十四粒，生研，以人乳和之，左

疼點右鼻，右疼點左鼻。

治小兒盤腸氣痛，用萊菔子炒黃，研末，乳香湯下

半錢。

生薑

薑宜原隰沙地，四月取母薑種之，而月生苗，如初生嫩蘆，而葉稍闊，如竹葉對生，葉亦辛香，秋社前後新芽頓長，如列指狀，采食無筋，謂之子薑，秋分後者次之，霜後則老矣，性惡濕，却而畏日，故秋熱則無薑。

生薑味辛，溫，無毒。久服去臭氣，通神明，歸五臟，除風

邪，寒熱，傷寒，頭痛，鼻塞，欬逆，上氣，止嘔吐，去痰下

氣，去水氣，滿癢，欬嗽，時疾，和半夏，主心下急痛，和

杏仁，作煎下急痛，氣實，心胸擁隔，冷熱，氣神效，搗

汁和蜜服，治中熱嘔逆，不能下食，散煩悶，開胃氣

汁作煎服，下一切結實，衝胸膈惡氣，神效，破血調

中去冷氣。汁解藥毒。除壯熱。治痰喘脹滿冷痢腹
痛轉筋心滿。去胸中臭氣。狐臭殺腹內長蟲。益脾
胃。散風寒。解菌蕈諸物毒。生用發散。熟用和中。解
食野禽中毒。成喉痺。沒汁點赤眼。搗汁和黃明膠
熬貼風溼痛甚妙。孫真人曰。八九月多食薑。至春
多患眼。損壽。減筋力。孕婦食之。令兒多指。李時珍
曰。食薑久積熱。患目。予屢試有准。凡病痔人多食
兼酒。立發。甚速。癰瘡人多食。卽生惡肉。此皆昔人
所未言者也。相感志云。糟薑瓶內入蟬蛻。雖老薑

無筋。亦物性有所伏耶。○生薑之用有四。制半夏
厚朴之毒一也。發散風寒二也。與棗同用辛溫。益
脾胃元氣。溫中去濕三也。與芍藥同用溫經散寒
四也。薑爲嘔家聖藥。蓋辛以散之。嘔乃氣逆不散。
○夜間勿食生薑。夜氣收斂。反開發之。則違天道
矣。俗言上牀蘿蔔下牀薑。薑能開胃。蘿蔔消食也。
薑辛而不葷。去邪辟惡。生啖熟食。醋醬糟鹽蜜煎。
調和無不宜之。可蔬可和。可果可藥。其利溥矣。凡
早行山行。宜含一塊。不犯霧露清濕之氣。及山嵐

不正之邪案心法附餘云凡中風中暑中氣中毒
中惡乾霍亂一切卒暴之病用薑汁與童尿服立
可解散蓋薑能開痰下氣童尿降火也崔元亮集
驗方載救賜薑茶治痢方以生薑切細和好茶一
兩盃任意呷之便瘥若是熱痢留薑皮寒痢去皮
大妙薑能助陽茶能助陰二物皆消散惡氣調和
陰陽且解濕熱及酒食暑氣之毒不問赤白通宜
用之蘇東坡治文潞公有效薑皮辛涼無毒消浮
腫腹脹痞滿和脾胃去腎薑葉味辛溫無毒治食
鱸成癥搗汁飲即消

○附方

治產後肉線一婦產後用力至出肉線長三四尺
觸之痛引心腹欲絕一道人令買老薑連皮三斤
搗爛入蒜油二斤拌勻炒乾先以熟絹五尺折作
方結令人輕輕盛起肉線使之曲作三團納入
產戶乃以絹袋盛薑就近熏之心則更換熏一日
夜縮入大半二日盡入也云此乃魏夫人秘傳怪
病方也但不可使線斷斷則不可治之矣

一人毛竅節次血出不止皮脹如鼓須臾目鼻口

被氣脹合此名脈溢生薑自然汁和水各半蓋服

即安。並夏子益奇疾方

同蒿同蒿八九月下種冬春采食肥莖花葉微似白蒿其味甘作蒿氣四月起莖高二尺餘開深黃色花狀如單瓣菊花一花結子近百成懸如地菘乃苦蕒子最易繁茂

同蒿味辛平無毒主安心氣養脾胃消痰飲利腸胃

多食動風氣薰人心令人氣滿

邪蒿根莖似青蒿而細軟三四月生苗葉似青蒿紋理帶邪色淺不臭根葉皆可茹

邪蒿味辛溫平無毒主胸膈中臭爛惡邪氣利腸胃

通血脈續不足氣煮熟和醬醋食治五臟惡邪氣

厥穀者治脾胃腸澼大渴熱中暴疾惡瘡不可與

胡荽同食令人汗氣臭

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

胡荽味辛溫無毒主消穀治五臟補不足利大小腸

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

胡荽一名香荽一名胡荽一名原荽張騫使西域始得種歸故名胡荽今俗呼為藤荽原乃莖葉布散之貌石勒諱胡故并汾人呼為香荽今處處種之八月下種晦日尤良初生柔莖圓葉葉有花岐根軟而白冬春采之香美可食亦可作葅道家五葷之一立夏後開細花成簇如片菜花淡紫色五月收子子大如藤子亦辛香玉禎農書云胡荽於蔬菜中子葉皆可用生熟俱可食甚有益於世者宜肥地種之

通小腹氣。拔四肢熱。止頭痛。療痧疹。豌豆瘡不出。作酒飲之。立出。通心竅。補筋脉。令人能食。治腸風。用熱餅裹食甚良。合諸菜食。氣香。令人口爽。辟飛尸鬼。疰蠱毒。辟魚肉毒。胡臭口臭。蠶齒及脚氣。金瘡人皆不可食。病更加甚。久食令人多忘。根發痲疾。不可與邪蒿同食。令人汗臭難產。凡服一切補藥。及藥中有白朮牡丹者。不可食此。○李時珍曰。胡荽辛溫香竅。內通心脾。外達四肢。能辟一切不正之氣。故痘瘡出不爽快者。能發之。諸瘡皆屬心

火。營血內問于脾。心脾之氣得芳香則運行。得臭惡則壅滯。故爾。按直指方云。痘疹不快。宜用胡荽酒飲之。以辟惡氣。牀帳上下左右皆宜掛之。以禦汗氣。胡臭天癸淫佚之氣。一應穢惡所不可無。若兒虛弱。及天時陰寒。用此最妙。如兒壯實。及春夏晴煖。陽氣發越之時。加以酒麴助虐。以火益火。胃中熱熾。毒血聚畜。則變成黑陷矣。不可不慎。子味辛酸平無毒。主消穀能食。蠱毒五痔。及食肉中毒。吐下血。煮汁冷服。又以油煎塗小兒禿瘡。發痘疹。

殺魚腥。

胡蘿蔔

元時始自胡地來，氣味微似蘿蔔，故名。今處處蒔之，八月下種，生苗如邪蒿，肥

莖有白毛，辛臭如蒿，不可食。冬月掘根，生熟皆可啖，兼果蔬之用。根有黃赤二種，微帶蒿

氣，長五六寸，大者盈握。三四月莖高二三尺，開碎白花，攢簇如傘狀，似蛇牀花，子亦如蛇

牀子，稍長而有毛，褐色。又如蔞蘿子，亦可調和食料。

胡蘿蔔味甘辛，微溫無毒。主下氣補中，利胸膈腸胃。

安五臟，令人健食，有益無損。子主久痢。

水蘄

一名芹菜，有水芹、旱芹、水芹。生江湖陂澤之涯，旱芹生平地，有赤白二種，二月生苗。

其葉對節而生，似芎藭，其莖有節，稜而中空。其氣芬芳，五月開細白花，如蛇牀花。楚人采

以濟饑，其利不小。詩云：「屬沸檻泉，言采其芹。」杜甫詩云：「飯煮青泥坊底芹。」又云：「香芹碧澗

羹，皆美芹之功，而列子言：「鄉豪嘗芹，蜚口慘腹，蓋未得食芹之法耳。」水芹生黑滑地，食

之不如高田者宜。人置酒醬中，香美。高田者皆有蟲子在葉間，視之不見，食之令人為患。

水蘄味甘平，無毒。主女子赤沃，止血養精，保血脈，益

氣，令人肥健嗜食，去伏熱，治石殺毒，搗汁服。飲汁

去小兒暴熱。大人酒後熱，鼻塞身熱，去頭中風熱。

利口齒，利大小腸，治煩渴，崩中帶下。五種黃病，和

醋食，損齒。赤芹害人，不可食。有鼈痕，不可食。○張

仲景曰：春秋二時，龍帶精入芹菜中，人誤食之，為

病面青手青腹滿如妊痛不可忍作蛟龍病俱服

硬飴二三升日三度吐出蜥蜴便瘥李時珍曰芹

菜生水漚蛟龍雖云變化莫測其精那得入此大

抵是蜥蜴虺蛇之類春夏之交遺精於此故爾且

蛇喜嗜芹尤為可證

董 音勤董菜野生非人所種葉似蕺菜花紫色

蒸汭食之甘滑適口李時珍曰此旱芹也其性滑利故洪舜俞賦云烈有椒桂滑有董偷一種黃花者有毒殺人即毛芹也

董菜味甘寒無毒搗汁洗馬毒瘡并服之又塗蛇蝎

毒及癰腫久食除心下煩熱主寒熱鼠瘻癰癧生

瘡結核聚氣下瘀血止霍亂又生搗汁半升服能

殺鬼毒即吐出

紫董 即赤芹生水濱葉形如赤芍藥青色長三寸許葉土黃斑味苦澀其汁可以煮雌制

禾伏硃砂槍三黃號為起貧草又上宿真君本草云赤芹生陰匿陂澤近水石間狀類赤芍藥其葉深綠而背甚赤莖葉似蕎麥花紅

可愛結實亦如藎蕎麥其根似蜘蛛嚼之極酸苦澀江淮人三四月采苗當蔬食

之南方頗少太行王屋諸山最多也

紫董味酸平微毒治大人小兒脫肛

馬蘄 音芹馬蘄與芹同類而異種處處早溼地有之三四月生苗一本叢出如蒿白毛蒙

茸嫩時可茹葉似木芹而微小似芍藥葉而色深五六月開碎花攬簇如蛇牀及時薺花

青白色，結實亦似蒔蘿子，但色黑而重爾，其根白色，長者尺許，氣亦香而堅硬難食。

馬藟味甘辛溫無毒主益脾胃利胸膈去冷氣作茹

食子味甘辛溫無毒主心腹脹滿開胃下氣消食

調味用之炒研醋服治卒心痛令人得睡溫中煖

脾治反胃。

羅勒 處處有之有三種一種似紫蘇葉一種葉

大二十步內即開香一種堪作生菜冬月

用乾者子可安入目中去翳少頃濕脹與物

俱出也。李時珍曰香菜須三月粟菜生時

種之乃生否則不生常以魚腥水米泔水泥

溝水澆之則香而茂不宜糞水懼仙神隱書

言園邊水側宜廣種之既年亦可濟用

其子大如蚤蛄色而不光七月收之

羅勒味辛溫微毒主調中消食去惡氣消水氣宜生

食療齒根爛瘡為使用之甚良嘔嘔之患者取汁

服半合冬月用乾者煮汁其根燒灰傅小兒黃爛

瘡主辟飛尸鬼疰蠱毒。○飲膳正要謂其與諸菜

同食味辛香能辟腥氣但不可多食壅關節澀管

衛令人血脉不行又動風發脚氣子治目翳及塵

物入目以三五顆安目中少頃當濕脹與物俱出

又主風赤眵淚李時珍曰按普濟方云昔廬州知

錄彭大辨在臨安暴得赤眼後生醫一僧用藟香

子洗晒每納一粒入背內閉目少頃連膜而出也
一方為末點之。子嘗取子試之水中亦脹大。蓋此
子得溼即脹故能染惹眵淚浮膜爾然目中不可
着一塵而此子可納三五顆亦不妨礙。蓋一異也

白花菜

三月種之柔莖延蔓一莖五葉葉大如
搦指秋間開小白花長莖結小角長二
三寸其子黑色而細狀如初眠蚕沙不光澤
菜氣羶臭惟宜鹽茹食之一種黃花青各黃
花菜形狀相同但黃花也

白花菜味苦辛微毒主下氣煎水洗痔。搗爛敷風溼
痺痛。搗酒飲止瘧。多食動風氣滯臟腑令人胃中

悶滿傷脾

蔞菜

音罕焯菜生南地田園間小草也冬月每
地叢生長二三寸柔梗細葉三月開細花
黃色結細角長一二分角內有細子野人連
根葉拔而食之味極辛辣呼為辣米菜沙地
生者尤伶仃故洪舜俞老圃賦云蔞有拂土
之風林洪山家清供云朱文公飲後輒以蔞
莖供蔬品蓋肝江建陽
嚴陵人皆喜食之也

蔞菜味辛溫無毒去冷氣腹內久寒飲食不消令人

能食利胸膈豁冷痰心腹痛。○蔞菜細切以生蜜

洗拌或略汨食之爽口消食多食發瘡疾生熱

草豉

生巴西諸國草似韭狀
豉出花中被人食之

草豉味辛平無毒主惡氣調中益五臟開胃令人能食

柔滑類

菠薐菜

一名菠薐其種出自西國有僧將其子來云本是頗陵國之種語訛為菠薐耳
菠薐八月九月種者可備冬食正月二月種者可備春蔬其莖柔脆中空其葉綠膩柔厚直出一尖旁出兩尖似改子花葉之狀而長大其根長數寸大如桔梗而色赤味更甘美四月起莖尺許有雄雌就莖開碎紅花叢簇不顯雌者結實有刺狀如蒺藜子種時須研開易浸脹必過月朔乃生亦一異也

菠薐菜及根味甘冷滑無毒主利五臟通腸胃熱解

酒毒服丹石人食之佳通血脈開胸膈下氣調中

止渴潤燥不可與鮓魚同食發霍亂北人食肉麩

食之即平南人食魚鼈水米食之即冷故多食冷

大小腸也凡人久病大便澀滯不通及痔漏之人

宜常食菠薐葵菜之類滑以養竅自然通利而無

枯涸之害也

薤菜

薤去聲薤與壅同此菜惟以壅成故謂之薤菜

薤出山野間北地有之南方不產今金陵及江夏人亦多蒔之性宜溼地畏霜雪九月藏入土窖中三四月取出壅以糞土即節節生芽一本可成一畦也幹柔如蔓而中空葉似菠薐及整頭形味短須同猪肉煮令肉色

紫乃佳。南人編葦為筏，作小孔浮水上，種子於水中，則如萍，根浮水面，及長成，莖葉皆出於葦筏孔中，隨水上下。南方之奇蔬也。則此菜水陸皆可生之也。能殺諸藥毒。

薤菜味甘平。無毒。主解胡蔓草毒。卽野葛毒。煮食之。亦生搗服。取汁和酒服。治產難。南人先食薤菜。後食野葛。二物相伏。自然無苦。取汁滴野葛苗。卽萎死。魏武帝噉野葛至一尺。應先是食此菜而無害也。

薤菜

薤音甜。一名薤菜。卽今以作餠蒸者。正二月下種。宿根亦自生。其葉青白色。似白菘菜葉而短。莖亦相類。但差小耳。生熟皆可食。微作土氣。四月開細白花。結實狀如茱萸。

株而輕虛。土黃色。內有細子。根白色。

薤菜味苦甘。大寒滑。無毒。主時行壯熱。解風熱毒。搗汁飲之。便瘥。夏月以菜作粥食。解熱。止熱毒痢。搗爛傅灸瘡。止痛易瘥。搗汁服。主冷熱痢。又止血生肌。及諸禽獸傷。傅之立愈。煎湯飲。開胃通心膈。宜婦人。補中下氣。理脾氣。去頭風。利五臟。能動氣。不可多食。根味甘平。無毒。主通經脈。下氣開胸膈。子煮半生。搗汁服。治小兒熱。醋浸揩面去滓。潤澤有光。莖灰淋汁洗衣。白如玉色。

甜菜

處處種之。五月六月生長。色青。菜形圓厚光滑。味不甚美。菜之下品。

甜菜味甘平。無毒。潤腸和胃。多食令人泄瀉。

蹋菜

南土有之。生於歲暮。其菜蹋地不起。味極肥美。交春氣熱。則老而無味矣。

蹋菜味甘平。無毒。滑腸疏肝利五臟。此菜生於冬。冬

季陽氣藏腹。故食之。雖寒不妨。

東風菜

此菜先春而生。故有東風之號。生嶺南。平澤莖高二三尺。葉似杏葉而長。極厚

軟。上有細毛。煮食甚美。

東風菜味甘寒。無毒。主風毒壅熱。頭痛目眩。肝熱眼

赤。堪入羹臠食。

藏菜

處處種之。長于秋末冬初。而盛于冬。仲夏

家每于冬至前後。醃藏入甕。以備冬春之需。

藏菜味甘平。無毒。和脾胃。利臟腑。煮食醃食。雖多而

不傷。以其預得陽和溫煖之氣也。或蒸作乾茹。更

良。

薺菜

一名護生草。其莖硬有毛者。名薺。莖味不

甚佳。竝以冬。至後生苗。二三月起莖。五六

寸。開細白花。整整如一。結莢如小萍。而有三角。莢內細子如葶藶子。其子名薺。四月收之。

師曠云。歲欲甘。甘草先生。薺是也。釋家取其莖作挑燈杖。可辟蚊蟻。謂之護生草。云能護衆生也。

薺菜味甘溫無毒主利肝和中利五臟根治目痛明

目益胃根葉燒灰治赤白痢極效薺實音蹇亦名薺莫子四

月八日收之良飢歲采于水調成塊煮粥作餅甚粘滑味甘平無毒主明目

目痛青盲不見物補五臟不足治腹脹去風毒邪

氣治壅去腎解熱毒久服視物鮮明花布席下辟

蟲又辟蚊蛾陰乾研末棗湯日服二錢治久痢

薺莫薺與薺莫一物也但分大小二種耳小者為薺大者為薺莫薺莫有毛其子功用相

同或言葶藶與薺莫同類但薺莫味甘花白葶藶味苦花黃為異耳

薺莫味甘平無毒主和中益氣利肝明目子味辛甘

微溫無毒主明目目痛淚出除痺補五臟益精光

久服輕身不老療心腹腰痛治肝家積聚眼目赤

腫

繁縷一名鶯腸菜一名滋草此草莖蔓甚繁中有一縷故名俗呼鶯兒腸菜象形也易于

滋長故又曰滋草繁縷五月五日日中采乾用或云即是雞腸也多生溼地坑渠之側

俗通謂雞腸雅士總名繁縷○繁縷即鶯腸非雞腸也下溼地極多正月生苗葉大如指

頭細莖引蔓斷之中空有一縷如絲作蔬甘脆三月以後漸老開細瓣白花結小實大如

稗粒中有細子如葶藶子或謂黃花者為繁縷白花者為雞腸亦不然二物蓋相似但鶯

腸味甘莖空有縷花白色雞腸味微苦咀之涎滑莖中無縷色微紫花亦紫色以此為別

繁縷味酸平。無毒。主積年惡瘡痔不愈。破血下乳汁。產婦宜食之。產後腹有塊痛。以酒炒絞汁溫服。又暴乾爲末。醋糊和丸。空腹服五十丸。取下惡血。作菜食。益人。須五月五日者。乃驗。能去惡血。不可久食。恐血盡。不可同鮭鮮食。發消渴。令人多忘。

○附方

治丈夫玉莖潰爛。痛不可忍。久不瘥者。以五月五日繁縷燒焦五分。入新出蚯蚓屎二分。入少水和。研作餅貼之。乾卽易。禁酒麪五辛及熱物甚效。

雞腸菜

人家園庭亦有此草。小兒取按汁以搗蜘蛛網。至粘可掇蟬。雞腸生下濕地。三

月生苗。葉似鷲腸而色微深。莖帶紫。中不空。無縷。四月有小莖。開五出小紫花。結小實。中有細子。其苗作蔬。不如鷲腸。生嚼涎滑。故可掇蟬。鷲腸生嚼無涎。亦自可辨。

雞腸菜。味辛苦平。無毒。主毒腫。止小便利。療蠖蝮溺

瘡。王遺溺。洗手足傷水爛。五月五日作灰和鹽。療

一切瘡及風丹。遍身癢痛。亦可搗封。日五六易之。

作菜食。益人。去脂膏毒氣。又燒傅疔。取汁和蜜

服。療小兒赤白痢甚良。研末或燒灰。揩齒去宜露。

苜蓿

如灰蓼頭而高大。長安中乃有苜蓿。北人甚重之。江南不甚食之。以無味故也。陝

西甚多，用飼牛馬，嫩時人兼食之，有宿根，刈訖復生。李時珍曰：苜蓿原出大宛，漢使張騫帶歸中國，然今處處田野有之。陝隴人亦有種者，年年自生，刈苗作蔬，一年可三刈，二月生苗，一科數十莖，莖頗似灰藿，一枝三葉，葉似決明葉而小，如指頂，綠色碧瑩，入夏及秋開細黃花，結小莢，圓扁旋轉，有刺，數莢累累，老則黑色，內有米如糶米，可為飯，亦可釀酒。

苜蓿味甘，平，瀉無毒。主安中，利人，可久食，利五臟，輕身，健人，洗去脾胃間邪熱氣，通小腸，諸惡熱毒，煮和醬食，亦可作羹，利大小腸，乾食益人，根味寒，無毒。主熱病煩滿，目黃赤，小便黃，酒疸，搗服一升，令人吐利，即愈。搗汁煎飲，治沙石淋痛，苜蓿不可同。

蜜食令人下利。

苜蓿菜

苜凡六種，赤苜、白苜、人苜、紫苜、五色苜、馬苜也。人白二苜，可入藥用，赤苜味辛，別有功用，人苜白苜俱大寒，亦謂之糠苜，又謂之胡苜，或謂之細苜，其實一也，但大者為白苜，小者為人苜耳，其子霜後方熟，細而色黑，紫苜莖葉通紫，吳人用染瓜者，諸苜中惟此無毒，不寒，赤苜亦謂之花苜，莖葉深赤，根莖亦可糟藏食之，甚美，五色苜今亦稀有，細苜俗謂之野苜，猪好食之，又名猪苜，李時珍曰：苜並三月撒種，六月以後不堪食，老則抽莖如人長，開細花成穗，穗中細子扁而光黑，與青苜子雞冠子無別，九月收之，細苜即野苜也。

苜菜味甘冷，無毒。白苜補氣除熱，通九竅。赤苜主赤

北人呼為糠苜，柔莖細葉，生即結子，味比家苜更勝，俗呼青苜苗為雞冠苜，亦可食者。

痢射工沙虱。紫莧殺蟲毒治氣痢。六莧竝利大小腸。治初痢滑胎。莧動氣令人煩悶。冷中損腹不可與鼈同食。生鼈瘕。五月五日收莧菜。和馬齒莧爲細末。等分與妊娠人常服。令易產也。莧實味甘寒無毒。主青盲明目。除邪利大小便。去寒熱。久服益氣力。不飢輕身。治白翳殺蛇蟲。益精。肝風客熱。翳日黑花根。主陰下冷痛入腸。則腫滿殺人。搗爛傅之。

馬齒莧

一名長命草。其葉似馬齒而性滑利。故名。俗呼大葉者爲狗耳草。小葉者爲鼠

齒莧。又名九頭獅子草。其性耐久難燥。故有長命之稱。馬齒莧雖名莧類。而苗葉與莧不相相似。一名五行草。以其葉青梗赤。花黃根白。子黑也。李時珍曰。馬齒莧處處園野生之。柔莖布地。葉細對生。六七月開細花。結小尖實。實中細子如葶廬子狀。人多采苗煮晒爲蔬。一種水馬齒生水中。形狀相類。亦可洵食。見王西樓菜譜。

馬齒莧味酸寒。無毒。主諸腫癭疔。搗指之。破瘰癧。

止消渴能肥腸。令人不思食。治女人赤白下。飲汁。

治反胃諸淋。金瘡流血。破血癰癥瘕。小兒尤良。用

汁治緊唇面皴。解馬汗射工毒。塗之瘥。作膏塗濕

癬。白禿杖瘡。又主三十六種風。煮粥止痢及疳痢。

治腸痛服之長年不白。治癰瘡殺諸蟲生搗汁服。當利下惡物。去白蟲。和梳垢封疔腫。又燒灰和陳醋淬先灸後封之。卽根出。散血消腫。利腸滑胎。解毒通淋。治產後虛汗。此藥感陰氣之多而生。食之宜和以蒜。馬莧節葉間有水銀者佳。子圭明目。

○附方

多年惡瘡百方不瘥。或痛熯不已者。竝搗爛馬齒莧。傅上。不過三兩遍。此方出于武元衡相國。武在西川。自苦脛瘡。熯瘡不可忍。百醫無效。及到京。有廳吏上此方。用之便瘥也。

治婦人產後血痢。小便不通。臍腹大痛。馬齒莧生杵汁三合。煎沸。入蜜一合。和服。

治疔瘡腫毒。馬莧二分。石灰三分。共爲末。雞子白和傅之。立效。

治三十六種厲風。馬齒莧一石。水二石。煮取汁。入蜜蠟三兩。重煎成膏。塗之。

釀解疫氣。六月六日。采馬齒莧晒乾。元旦煮熟。同鹽醋食之。一歲平安。

治癰子頸未穿者用馬莧同青黛搗塗良。

治臙瘡用乾馬莧研末蜜調傅瘡上三宿虫出愈。

治小便淋瀝馬莧汁服之。

治脫疰及腫痛馬莧煎湯洗之。水二升煎取八

治痔疾馬齒莧煮食之以湯薰洗一月內外孔閉

即愈矣。○青莧其二合莧其三合莧其四合莧其五

治中蠱毒欲死馬莧搗汁飲之。

治雜物昧目用東牆上馬莧燒研點內背即出也。

苦菜 一名苦苣一名茶春初生苗有赤莖白莖
二種其莖中空而脆折之有白汁叶似

花蘿蔔菜葉而色綠帶碧上葉抱莖稍菜似

鵝嘴每葉分叉攏挺如穿葉米開黃花如初

綻野菊一花結子一叢如荷蒿子及鵝虱子

花罷則收斂子上有白毛茸茸隨風飄揚落

處即生蠶蛾出時不可折取

○蛾子青爛蠶婦亦忌食之

苦菜味苦寒無毒主五藏邪氣厭穀胃痺久服安心

益氣聰察少臥輕身耐老耐饑寒豪氣不老強力

雖冷甚益人又治腸澼渴熱中疾惡瘡調十二經
脉霍亂後胃氣煩逆擣汁飲除面目及舌下黃其
白汁塗丁腫按根滴癰上立潰點瘰子自落傅蛇
咬明目主諸痢血淋痔瘻野苣不可共蜜食令人

作肉痔。脾胃虛寒人不可食。凡病痔者宜用苦苣菜。或鮮或乾。煮至熟爛。連湯置器中。橫安一板坐之。先熏後洗。冷即止。日洗數次。屢用有效。**根主赤**白痢及骨蒸。竝煮服之。治血淋利小便。**花及子味**甘平無毒。去中熱。安心神。黃疸疾。連花子研細二錢。水煎服。日二次良。

○附方

治對口惡瘡。野苦苣搗汁一鍾。入薑汁一匙。和酒服。以渣傳一二次即愈。

治喉痺腫痛。用野苦苣搗汁半盞。又用燈心以湯浸捻汁半盞。和勻服。

白苣

一名生菜。處處有之。似萵苣而葉色白。折之有白汁。正二月下種。四月開黃花。如苦苣結子亦同。八月十月可再種。故諺云。生菜不離園。白苣苦苣萵苣俱不可煮烹。皆宜生接去汁。鹽醋拌食。通可。故曰生菜。而白苣稍美。故獨得專稱也。按合璧事類云。苣有數種。色白者為白苣。色紫者為紫苣。味苦者為苦苣。

白苣菜。味苦寒。無毒。補筋骨。利五藏。開胸膈。擁氣通經脈。止脾氣。令人齒白。聰明少睡。可煮食之。解熱毒。酒毒。止消渴。利大小腸。產後不可食。令人寒中。

小腸痛患冷人食之即腹冷不可共酪食生蟲

蒿苳

蒿苳菜自周國來故名今處處有之正二月下種最宜肥地葉似白苳而尖色稍青

折之有自汁粘手四月抽莖高三四尺剝皮生食味如胡瓜糟食亦良江南人鹽晒壓實以備方物謂之蒿苳筍也亦堪點茶不使茶味變易

蒿苳菜味苦冷微毒利五藏通經脉開胸膈功同白

苳利氣堅筋骨去口氣白齒牙明眼目通乳汁利

小便殺蟲蛇毒久食昏人目患冷人不宜食蒿苳

有毒百蟲不敢近蛇虺觸之則目瞑不見物人中

其毒以薑汁解之子下乳汁通小便治陰腫痔漏

下血傷損作痛

○附方

治乳汁不通蒿苳菜煎酒服之

治小便不通及尿血俱用蒿苳菜搗傅臍上大效

治百蟲入耳蒿苳搗汁滴入自出也

治陰囊脹大如牛蒿苳子一合搗末水煎服

治閃挫腰痛用白蒿苳子炒三兩白粟米炒一撮

乳香沒藥烏梅肉各半兩為末煉蜜丸彈子大每

嚼一九熱酒下

治黃疸如金。蔞苕子一合研水煎服。

水苦蕒

一名謝婆菜，生宜州溪澗側，葉似苦蕒，厚而光澤，根似白朮而軟，二八九月采。

其根食之

水苦蕒根，味微苦辛寒，無毒。主風熱，上壅咽喉腫痛。

及項上風癱，以酒磨服。

翻白草

一名雞腿根，一名天藕，翻白以葉之形，雞腿天藕以根之味名也，高七八寸。

葉硬而厚，有鋸齒，背白似地榆，而細長，開黃

花，根如指大，長三寸許，皮赤肉白，兩頭尖峭

生食煮熟皆宜，李時珍曰：雞腿兒生近澤，地

高不盈尺，春生弱莖，一莖三葉，尖長而厚，有皺文，鋸齒面青，背白，四月開小黃花，結子如胡荽，其中有細子，其根狀如小白朮頭，剝去赤皮，其內白色如雞肉，食之有膩。

翻白草根，味甘微苦平，無毒。主吐血，下血，崩中，瘧疾。

癰瘡

○附方

治疔毒，不拘已成未成，用翻白草十科，酒煎服，出汗即愈。

治疔毒

治疔毒，不拘已成未成，用翻白草十科，酒煎服，出汗即愈。

治疔毒，不拘已成未成，用翻白草十科，酒煎服，出汗即愈。

治女子崩中下血，用雞腿根一兩搗碎，酒二盞煎。

一盞服。大效。

治吐血不止。翻白草。每用五七科。咬咀。水二鍾煎。

一鍾。空心服。即愈。

仙人杖草

仙人杖草有三物同名。一種是菜類。一種是枯死竹筍之色黑者。枸杞一

名。仙人杖是也。此仙人杖乃作菜茹者。李時珍曰。別有仙人草。生階除間。高二三寸。又有仙人掌草。生于石壁上。皆與此名同物異。不可不審。

仙人杖草味甘。小溫無毒。作茹食。去痰癥。除風冷。久服長生。堅筋骨。令人不老。

蒲公英

一名金簪草。一名黃花地丁。花如金簪頭。獨脚如下。故名。生平澤田園中。莖葉

似苦苣。斷之有白汁。堪生嚼。花如單菊而大。四月五月采之。○蒲公英處處有之。春初生。苗葉如苦苣。有細刺。中心抽一莖。莖端出一花。色黃如金錢。俗訛為僕公器是也。○蒲公英即合地丁也。四時常有花。花罷飛絮。絮中有子。落處即生。所以庭院間皆有者。因風而來。○地丁江之南北頗多。他處亦有之。嶺南絕無。小科布地。四散而生。莖葉花絮。竝似苦苣。但差小耳。嫩苗可食。

蒲公英味甘平。無毒。主婦人乳癰水腫。煮汁飲。及封

之。立消。解食毒。散滯氣。化熱毒。消惡腫。結核疔腫。

摻牙烏鬚髮。壯筋骨。白汁塗惡刺。狐尿刺瘡。即愈。

此草屬土。開黃花。味甘。解食毒。散滯氣。可入陽明。

太陰經化熱毒消腫核。有奇功。同忍冬藤煎湯。入少酒佐服。治乳癰。服罷欲睡。是其功也。睡覺微汗。病卽安矣。○治惡刺方。出孫思邈千金方。其序云。邈以貞觀五年七月十五日夜。以左手中指背觸着庭木。至曉遂患痛。不可忍。經十日。痛日深。瘡日高大。常聞長者論有此方。遂用治之。痛卽止。瘡卽瘥。未十日而平復如故。

○附方

還少丹。昔日越王曾遇異人。得此方。極能固齒牙。

壯筋骨。生腎水。凡年未及八十者。服之。鬚髮返黑。齒落更生。年少服之。至老不衰。得遇此者。夙有僂緣。當珍重之。不可輕也。用蒲公英一斤。連根帶葉洗淨。勿令見天日。陰乾。入斗內。鹽一兩。香附五錢。二味爲細末。入蒲公英內。淹一宿。分爲二十團。用皮紙三四層裹扎定。用六一泥卽蚯如法固濟。入竈內焙乾。乃以武火煨通紅爲度。冷定。取出去泥爲末。早晚擦牙漱之。吐嚙任便。久久方效。

治乳癰。用蒲公英一兩。忍冬藤二兩。搗爛。水二鍾

煎一鍾。食前服。睡覺病即去矣。

黃瓜菜

一名黃花菜。其花黃。其氣如瓜。故名。野

生田澤。形似油菜。但味少苦。取為羹。甚香美。此菜二月生苗。田野徧有小科。如菘三四五月開黃花。花與莖葉竝同地。丁。但差小耳。一科數花。結細子。不似地丁之花。成絮也。野人茹之。亦采以飼鷲兒。

黃瓜菜味甘微苦微寒無毒通結氣利腸胃。

生瓜菜

生資州平田陰畦間。春生苗。長三四寸。作叢生。葉青而圓。似白莧菜。夏開紫白

花。結細實。黑色。其味作生瓜氣。故以為名。

生瓜菜味甘微寒無毒。主走注攻頭面四肢。及陽毒

傷寒。壯熱頭痛。心神煩躁。利胸膈。搗汁飲之。又生

搗貼腫

治女人赤白帶下。孕婦亦可服。生瓜菜搗絞汁三

合。和雞子白二枚。先溫令熱。乃下莧汁。微溫頓飲

之。不過二次愈。

陰腫痛。以生瓜菜搗傳之良。

風齒腫痛。生瓜菜一把。嚼汁漬之。立效。

治纏腰火丹。兩邊相湊。即損人。用生瓜菜汁塗之。

食物本草卷之六