

詳校中助教 李晟
臣 紀昀 覆勘

欽定四庫全書

普濟方卷二百五十七

明 周王朱楠 撰

食治門

總論

夫天產動物地產植物陰陽稟貸氣味渾然飲和食德
節適而無過則入於口達於脾胃入於鼻藏於心肺氣
味相成神乃自生平居暇日賴以安平日蕪足於此一

有疾痰資以治藥者十去其九是以別五肉五菓五菜必先之五穀以夫生生不窮莫如五穀為種之美也辨五益為助為充必先之為養以夫五物所養皆欲其充實之美也非特如此精順五氣以為靈若食氣相惡則為傷精形受五味以成體若食味不調則為損形陰勝陽病陽勝陰病陰陽和調人乃平康故曰安身之本必資於食不知食宜不足以存生人日食有成敗百姓日用而不知苟明此道則安臟腑資血氣悅神爽志平病

去疾夫豈淺淺耶 扁鵲云人之所依者形也亂於和氣者病也理於煩毒者藥也濟命扶危者醫也安身之本心資於食救疾之速必憑於藥不知食宜者不足以存生也不明藥者不足以除病也此上二事有靈之所要也若又不學誠可悲夫是故食能排邪氣安臟腑悅神爽志以資血氣若能用食平疴釋情遣疾者可謂良工長年餌老之奇法極養生之術也夫為醫者當須先洞曉病須知其所犯以食治之食療不愈然後命藥藥

性剛烈猶若御兵兵之猛暴豈容妄發用乖其宜損傷處衆藥之投疾殃溢亦然高平生每稱食不欲雜雜則或有所犯有所犯者或有所傷或當時雖無災者若積久為人作惡又食噉鮭宥務令簡少魚肉果實取益人者而食之凡常飲食每令節儉若貪味多餐臨盤太飽食訖覺腹中膨臍短氣或致暴疾仍為霍亂又夏至以後迄至秋分必慎夫肥膩餅臠酥油之屬此物與酒漿瓜果理極相反夫在身所以多疾者皆由春夏取冷太

過飲食不節故也又魚鱠諸腥冷之物多損於人斷之益善乳酪酥等常食令人有筋力膽幹飢體潤澤卒多食之亦使臚脹洩利漸漸自己黃帝曰五味入於口也各有所走各有所病酸走筋多食酸令人癢不知所以然方俞曰酸入胃也其氣濇以收也上走兩膈兩膈氣濇之不能出入不出即流於胃中胃中和溫即下注膀胱膀胱走胞胞薄以裏得酸則縮卷約而不通水道不利故癰也陰者精筋之所中聚也故酸入胃走於筋

也 鹹走血多食鹹令人渴何也答曰鹹入胃也其氣

走中脘注於諸脉脉者血之所走也與鹹相得即血凝

凝則胃中汁溢汁溢則胃中乾渴甲乙云凝則胃中汁注之注之則胃渴

渴則咽焦故舌乾喜渴血脉者中脘之道也故鹹入

胃走於血皇甫士安云腎合三焦之脉雖屬肝心而為中脘之道故鹹入而走血也 辛走

氣多食辛令人愠心何也答曰辛入胃也其氣走於上

焦上焦者受使諸陽者也薰蕕之氣重至榮衛榮衛下

時受之却留於心下故愠愠痛也辛味與氣俱行故辛

入胃而走氣與俱出故氣盛也 苦走骨多食苦令人

變嘔何也答曰苦入胃也其氣燥而涌泄五穀之氣皆

不勝苦苦入下澆下脫者三焦之道皆閉則不通不通

故氣變嘔也齒者骨之所終也故苦入胃而走骨入而

復出齒必齟踈皇甫士安云水火相濟故骨氣通於心 甘走肉多食甘

令人惡心何也答曰甘入胃也其氣弱劣不能止進於

上焦而與穀俱留於胃中甘入則柔緩柔則緩 動虵動則

令人惡心其氣外通於肉故甘走肉則肉多粟起而脈

皇甫士安云其氣通於皮故曰甘入走皮矣皮者肉之蓋雖屬肺於肉連體故甘潤飢肉竝於皮也穀黃

帝問曰 之五味所主可得聞乎伯高對曰夫食風者則有靈而輕舉食氣者則和靜而延壽食穀者則有知而勞神食草者則愚癡而多力食肉者則勇猛而多嗔是以肝木青色宜酸心火赤色宜苦脾土黃色宜甘肺金白色宜辛腎水黑色宜鹹內為臟外主五行色配五方 肝合筋其榮爪心合脉其榮色脾合肉其榮唇肺合皮其榮毛腎合骨其榮髮 多食酸則皮槁而毛失

多食苦則筋急而爪苦多食甘則骨痛而髮落多食辛則肉胝而唇寒多食酸則脉凝溢而色變 肝病宜食麻犬肉李韭心病宜食麥羊肉杏薤脾病宜食稗米牛肉棗葵肺病宜食黃粟鷄肉桃葱腎病宜食大豆黃及豕粟藿 素問云肝色青宜食甘稗米牛羊棗葵皆甘心色赤宜食酸小豆羊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果薑皆鹹時色黑宜食辛黃黍鷄肉桃葱皆辛 酸走筋筋病勿食酸苦走骨骨病勿食苦甘走肉肉病勿食甘辛走氣氣病勿食辛鹹走血血病勿食鹹 米飯甘

素問云 稷米甘 麻酸 素問云

大豆鹹 麥苦 棗甘 李酸 栗鹹 杏苦

桃辛 黍辛 葵甘 韭酸 藿鹹 薤苦 葱辛 牛甘 犬酸 豕鹹 羊

苦 鷄辛 肝苦 急食甘以緩之 肝欲散 急食辛以散之

用酸 瀉之 禁當風 辛苦緩 急食酸以收之 心欲奠 急食

酸以奠之 用甘瀉之 禁溫食 厚衣 脾苦濕 急食苦以燥之

脾欲緩 急食甘以緩之 用苦瀉之 禁溫食 飽食 濕地 濡

衣 肺苦氣 止逆息者 急食苦以泄之 肺欲收 急食酸以

收之 用辛瀉之 禁無寒飲 無寒衣 腎苦燥 急食辛以潤

之開腠理 潤致津液 通氣也 腎欲堅 急食苦以結之用

鹹瀉之 無犯焮燥 無熱衣 溫食 是以毒藥攻邪 五穀為

養 五肉為益 五果為助 五菜為充 精以食氣 氣養精以

榮 五色形以食味 味養形以生力 此之謂也 神藏有五

五 五二十五種形 藏有四方 四時 四季 四肢 共為五九

四十五 以此輔神 可長生 久視也 精順五氣 以為靈也

若食氣相惡 則傷精也 形受味以成也 若食味不調 則

損形也 是以聖人先用禁 以存性 後治藥 以防命也 故

形不足者溫之以氣精不足者補之以味氣味溫補以存形精歧伯云陽為氣陰為味味歸形形歸氣氣歸精精歸化精食氣形食味化生精氣生形味傷形氣傷精化為氣氣傷於味陰味出下竅陽氣出上竅厚者為陰薄者為陰之陽氣厚者陽氣薄者陽之陰味厚則泄薄則通流氣薄則發泄厚則秘塞

素問作發熱

壯火之氣在衰

少火之氣壯壯火食氣氣食少火壯火散氣少火生氣辛甘發散為陽酸苦涌泄為陰陰勝則陽病陽勝則陰

病陰陽調和人則平安春七十二日省酸增甘以養脾氣夏七十二日省苦增辛以養肺氣秋七十二日省辛增酸以養脾氣冬七十二日省苦增酸以養心氣季月十八日省甘增酸以養腎氣 果實 檳榔味辛溫瀉無毒消殺逐除淡僻殺三蟲去伏尸治寸白 豆寇味甘溫瀉無毒溫中止心腹痛止嘔吐去口臭 葡萄味甘辛平無毒主筋骨溫痺益氣倍力强志令人肥健耐飢忍風寒久食輕身不老延年治腸間水調中可酒常

飲益人遂永利小便 覆盆子味甘辛平無毒益氣輕
身令髮不白 大棗味甘辛熱滑無毒止心腹邪氣安
中養胃氣助于五氣平胃氣通九竅補少氣津液身中
不足大驚四肢重可知百藥補中益氣強志除心煩下
懸治腸泄久服輕身長年不飢神仙 生棗味甘辛多
食令人熱氣脹若寒熱羸瘦者彌不可食傷人 藕實
味甘寒無毒食之令人心歡止渴去熱補心養神益食
除百病久服輕身耐老不飢延年一名水芝生根寒止

熱渴破流血 鷄頭實味甘平無毒主食脾腰脊膝疼
補中除暴疾益精氣強志意耳目聰明久服輕身不飢
耐老神仙 芡實味甘辛平無毒安中補五臟不飢輕
身一名芡黃帝云七月勿食生芡芡作蛟蟲 粟子味
鹹溫無毒益氣厚腸胃補腎氣令人耐飢生食之甚治
腰脚不遂 櫻桃味甘平澆調中益氣可多食令人好
顏色美志性 橘柚味辛溫無毒主胸中不熱逆氣利
水穀下氣止嘔欬除膀胱留熱停水破五淋利小便治

脾不能消穀却胸中吐逆霍亂止瀉利去寸白久服去
口臭下氣通神輕身長生一名橘皮陳久者良 津符
子味苦平滑多食令人口爽不知五味 梅實味酸平
瀉無毒下氣除熱煩滿安心止肢體痛偏枯不仁死肌
去青黑誌惡疾止下利唾口乾利筋脉多食壞人齒
柿味甘寒瀉無毒通和五氣主腸澼不足及火瘡金瘡
止痛 木瓜實味酸鹹溫瀉無毒主濕脾氣霍亂大吐
下後脚轉筋不止其生樹皮無毒亦可煮用 榧實味

甘平瀉無毒主五痔去三蟲殺蠱毒鬼疰惡毒 甘蔗
味甘平瀉無毒平氣和中補脾氣利大腸止渴去煩解
酒毒 更棗味苦冷瀉無毒多食動宿病益冷氣發欬
嗽 芋味辛平滑有毒寬腸胃充肌膚滑中一名土芝
不可多食動宿冷 又烏芋味苦甘微寒滑無毒主消
渴痺熱益氣一名籍姑一名水萍三月採 杏核仁味
甘苦溫冷而利有毒主欬逆上氣腸中雷鳴喉痺下氣
產乳金瘡寒心奔脫驚癇心下煩熱風寒去來時行頭

痛解肌消心下急殺狗毒五月採之其一核兩仁者害人去之杏實尚生味極酸其中核猶未度者採之曝乾以食甚止渴去冷熱毒扁鵲云杏仁不可久服之令人目盲眉髮落動一切宿病 桃核仁味甘苦辛平無毒破淤血血閉除邪氣殺小蟲治欬逆上氣消心下煩除卒暴繫血破癥瘕通目水止心痛七月採凡一切果核中有兩仁者並害人不可用其實味酸無毒多食令人有熱黃帝云飽食桃入水浴成淋病 李核仁味苦平

無毒主僵仆躄瘰血骨痛實味苦酸微溫瀆無毒除故熱調中宜心不可多食令人虛黃帝云李子不可和白蜜食蝕人五內 梨味甘微酸寒瀆有毒除客熱止心煩不可多食令人寒中全瘡產婦勿食令人萎困寒中

林檎味酸苦平瀆無毒止渴好唾不可多食令人百脉弱 李子味酸苦寒瀆無毒耐飢益人心氣不可多食令人腹脹久病人食之其病猶甚 安石榴味甘酸瀆無毒止咽噪渴不可多食損人肺 枇杷葉味苦平

無毒主惡不止下氣正爾削取生樹皮嚼之少少咽汁亦可煮汁冷服大佳 胡桃味甘冷滑有毒不可食多動痰飲令人惡心吐水吐食 菜蔬 枸杞葉味苦平清無毒補虛羸益精髓諺云去家千里勿食蘿摩枸杞此則言強陽道資陰氣速疾也 蘿摩味甘平無毒一名苦丸其葉厚大作藤生摘之有白汁出人家多種亦可茹或作生噉亦可蒸煮食之補益與枸杞葉同 瓜子味平無毒令人光澤好顏色益氣不飢久服輕身耐

老又除胸滿心不樂久食寒中可作面脂一名水芝一名白瓜子即冬瓜仁也八月採白冬瓜味甘微寒無毒除小腹水脹利小便止消渴 凡瓜味甘寒滑無毒去渴多食令陰下瘡濕生瘡發黃疸 黃帝云九月勿食被霜瓜向冬發寒熱及溫病初食時即令人欲吐也食竟心內作停水不能自消或為反胃凡瓜入水沈者食之得冷病終身不瘥 越瓜味甘平無毒不可多食損腸胃 胡瓜味甘寒有毒不可多食動寒熱多瘡病積

瘀血熱 早青瓜味甘寒無毒食之去熱煩不可久食
令人多忘 冬葵子味甘寒無毒主五臟六腑寒熱羸
瘦破五淋利小便婦人乳難血閉久服堅骨肌肉輕身
延年十二月採葉甘寒滑無毒宜脾久食利胃氣其心
傷人百藥忌食心有毒黃帝云霜瓜陳者生食之動
五腫流飲飲盛則吐水凡葵菜和鯉魚食之害人四季
之月土旺時勿食生葵菜令人飲食不化發宿病 苧
菜實味甘寒瀉無毒主青盲白翳明目除邪氣利大小

便去寒熱殺蝨蟲久服益氣力不飢輕身一名馬苧一
名莫實即馬齒莧菜也治反花瘡 小苧菜味甘寒滑
無毒可久食益氣力除熱不可共鯨肉食成鯨瘕蕨菜
亦成鯨瘕 邪蒿味甘溫瀉主胸膈中臭惡氣利腸胃
苦菜味苦大寒滑無毒主五臟邪氣厭穀胃痺腸大
渴熱中暴疾惡瘡久食安心益氣聰察少卧輕身耐老
耐飢寒一名茶草一名選一名遊冬冬不死四月上旬
採 薺菜味甘溫瀉無毒利肺氣和中殺諸毒其子主

明日日痛淚出其根主目瀉痛 蕪青及蘆服菜味苦
冷瀉無毒利五臟輕身益氣宜久服 蕪青子明目九
蒸曝療黃疸利水便久服神仙根主消風熱毒腫不可
多食令人氣脹 菘菜味甘溫瀉無毒久食通利腸胃
除胸中煩解消渴本是蔓菁也種之江南即化為菘亦
如枳橘所生土地隨變 芥菜味辛溫無毒歸鼻除腎
邪大破欬逆下氣利九竅明目聰耳安中久食溫中又
云寒中其子味辛辛亦歸鼻有毒主喉痺去一切風毒

黃帝云芥菜不可共兔肉食成惡邪病 苜蓿味苦辛
平瀉無毒安中利人四體可久食 荏子味苦辛無毒
主欬逆下氣溫中補髓其葉主調中去臭氣九月採陰
乾用之油亦可作油衣 蓼實味溫辛無毒明目溫中
解肌耐風寒下水氣面目浮腫却癰疽其菜辛歸舌治
大小腸邪氣利中益智黃帝云蓼食過多有毒發心痛
和生魚食之令人脫氣陰核頭痛求死婦人月事不用
食蓼及蒜喜為血淋帶下二月勿食傷人腎扁鵲云蓼

多食令人寒熱損骨髓殺丈夫陰氣少精 蔥實味辛
溫無毒令肺氣辛歸頭明目補中不足其莖白平滑可
作湯主傷寒寒熱骨肉辟痛能出汗治中風面目浮腫
喉痺不通安胎殺桂其青葉溫辛歸目除肺中邪氣安
中利五臟益目精發黃疸殺百藥毒其根鬚平主傷寒
頭痛蔥中涕及生蔥汁平滑止尿血解藜蘆及桂毒黃
帝云食生蔥即噉蜜變作下利食燒蔥并噉蜜擁氣而
死正月不得食生蔥令人面日起遊風 格蔥味辛微

溫無毒除瘴氣惡毒久食益膽氣強志其子主泄精

薤味苦辛溫滑無毒宜心辛歸骨主金瘡瘡敗能生肌肉
輕身不飢耐老菜芝也除寒熱去水氣溫中散結氣利
產婦病人諸瘡中風寒水腫生搗傳之骨在咽不下者
食之則去黃帝云薤不可共肉作羹食之成痼疾韭亦
然十月十一月十二月勿食薤令人多涕唾 韭味辛
酸溫滑無毒辛歸心宜肝可久食安五臟除胃中熱不
利病人其心腹有痼冷者食之必加劇其子主泄精尿

色白根煮汁以養髮黃帝云霜韭凍不可生食動宿飲
飲盛必吐水五月勿食韭損人滋味令人乏氣力二月
三月宜食韭大益人心 白蘘荷味辛微溫瀼無毒主
中蠱及瘡病搗汁服三合日二生根主諸瘡 菘菜味
苦大寒無毒主時行壯熱解風熱惡毒 紫蘇味辛微
溫無毒下氣除寒中其子猶善 鷄蘇味辛微溫瀼無
毒主吐血下毒一名水蘇 羅勒味苦辛溫平瀼無毒
消停水散毒氣不可久食瀼榮衛諸氣 蕪荑味辛平

熱滑無毒主五內邪氣散皮膚骨節中淫淫溫行毒去
三蟲能化宿食不消逐寸白散腹中溫喘急一名無姑
一名蕪蔞盛器物中甚辟水蛭其氣甚臭即北山榆子
作之凡榆葉味甘平滑無毒主小兒癩小便不利傷暑
熱困悶煮汁冷服生榆白皮味甘冷無毒利小便破五
淋花主小兒頭瘡 葫荑子味酸平無毒消穀能復食
味葉不可久食令人多忘華陀云葫荑菜患氣臭蜜齒
人食之加劇復由患利氣者彌不得食食之發宿病金

瘡猶忌 海藻味鹹寒滑無毒主瘰癧結氣散頸下韮核痛者腸內上下十二水腫利小便起男子陰氣 昆布味鹹寒滑無毒下十二水腫瘰癧結氣瘰瘡破積聚 茺蒿味辛平無毒安心氣養脾胃消痰飲 白蒿味苦辛平無毒養五臟補中益氣長老髮久食不死白兔食之仙 吳葵一名蜀葵味甘微寒滑無骨花足心氣葉除客熱利腸胃不可久食鈍人志性若食之被狗齧者瘡永不瘥 藿味鹹寒瀉無毒宜腎主大小便數去

煩熱 香菜味辛微溫主霍亂腹痛吐下散水腫煩心去熱 甜瓠味甘平滑無毒主消渴惡瘡鼻口中肉爛其葉味甘主耐飢扁鵲云患脚氣虛脹者不得食之患永不除 蓴味甘寒滑無毒主消渴熱脾多食動痔漏病 落葵味酸寒無毒滑中散熱實光澤人面一名天葵一名藜蘆 藜蘆味酸平無毒主積年惡瘡不愈者五月五日日中採之即名滋草一名鷄腸草乾之燒作焦灰用扁鵲云丈夫患惡瘡陰頭及莖作瘡膿爛疼痛

不可堪忍久不痊者以灰一分蚯蚓新出尿泥二分以少水和研緩如煎餅以塗瘡上乾則易之禁酒麪五辛并熱食等黃帝云薑姜合組鮮食之發消渴病令人多志別有一種近水渠中溫濕處冬生甚壯類葫荽一名鷄腸菜可以療痔病一名天葫荽 藪味辛微溫有小毒主蠹蚋尿瘡多食令人氣喘不利人脚多食脚痛葫荽味辛溫有毒辛歸五臟散癰疽治惡瘡除風邪殺蠱毒氣獨子者最良黃帝云生葫荽合鯖魚鮮食之令人腹

内生瘡腸中腫又成疝瘕多食生葫荽行房傷肝氣令人面無色四月八月勿食葫荽傷人神損膽氣令人喘悸脇肋氣急口味多爽 小蒜味辛溫無毒主歸脾腎主霍

亂腹中不安消穀理胃氣溫中除邪痺毒氣五月五日採曝乾葉主心煩痛解諸毒小兒丹癩不可久食損人心力黃帝云食小蒜噉生魚令人奪氣陰核痛求死三月勿食小蒜傷人志性 茗葉味苦鹹酸冷無痛可久食令人有力悅志微動氣黃帝云不可共韭食令人身

重 蕃荷菜味苦辛溫無毒可久食却腎氣令人口氣香潔主辟邪毒除勞弊形瘦疲倦者不可久食動消渴病 蒼葇子味苦甘溫葉味苦辛微寒瀆有小毒主風頭疼寒痛風濕痺四肢拘急寧痛去惡肉死肌膝痛溪毒久服益人氣耳目聰明強志輕身一名相菜一名地葵一名菘一名長思蜀人名羊負來秦名蒼葇魏名隼刺黃帝云戴甲倉葇不可共猪肉食害人食甜粥復以蒼葇甲下之成走注又患兩助立秋後忌食之 食菜

萹味辛苦大溫無毒九月採停陳久者良其子閉口者有毒不可用止痛下氣除欬逆去五臟中寒冷溫中諸冷實不消其生白皮主中惡腹痛止齒疼其根細者去三蟲寸白黃帝云六月七月勿食菜萹傷神氣令人起伏氣咽喉不通徹賊風中人口僻不能語者取菜萹一升去黑子及合口者好豉三升二物以清酒和煮四五沸取汁冷服半升日三得小汗瘥蠶蟄人嚼菜萹封上止 蜀椒味辛大熱有毒主邪氣溫中下氣留飲宿食

能使痛者癢癢者痛久食令人乏氣失明主逆逐胃中
寒冷去死肌濕痺痛心下冷氣除五臟六腑寒百滑節
中積冷溫瘧大風汗自出者止下利散風邪合口者害
人其黑子者有小毒下水仲景云燉用之黃帝云十月
勿食椒損人心腸傷血脉 乾薑味辛溫無毒主胸中
滿欬逆上氣溫中止漏血出汗逐風濕痺腸澼下利寒
冷腹中痛惡霍亂脹滿風邪諸毒皮膚間結氣止唾血
生者猶良 生薑味辛微溫無毒辛歸五臟主傷寒頭

疼去痰下氣通汗除胃中寒欬逆上氣止嘔吐去胸中
膈上臭氣通神明黃帝云八月九月勿食薑傷人神損
壽胡居士云薑殺腹內長蠱久服令人少志少志傷心
性 薑葵味苦辛平無毒久服除人心煩急動痰冷身
重多懈惰 芸薑味辛寒無毒主腰脚痺若舊患腰脚
痛者不可食必加劇又治游腫丹毒益胡臭解禁況之
輩出五明經其子主夢中泄精與鬼交者胡居士云世
人呼為寒菜甚辣胡臭人食之病加劇隴西氏菴中多

種食之 竹筍味甘微寒無毒主消渴利水道益氣力
可久食患冷人食之心痛 野苳味苦平無毒久服輕
身少睡黃帝云不可共蜜食之作痔又曰苳味苦平無
毒益筋力黃帝云不可共酪食之作蟲 茴香菜味辛
微寒瀉無毒主霍亂辟熱除口氣臭肉和水煮下少許
即無臭故曰茴香醬臭末中亦香其子主蛇咬瘡久不
瘥者搗傳之又治九種瘰 蕈菜味苦寒無毒主小兒
火丹諸毒腫去暴熱 藍菜味甘平無毒久食大益腎

填髓腦利五臟調六腑胡居士云河東隴西羗胡多種
食之漢地野有其菜太厚煮食甘美經冬不死春亦有
莢其花黃生角結子子甚治人多睡 篇竹葉味苦平
瀉無毒主侵淫疥癬疽痔殺三蟲女人陰蝕扁鵲云煮
汁與小兒冷服治蛔蟲 蕪菜味苦酸冷瀉無毒益筋
力去伏熱治五種黃病生搗絞冷服一升日二黃帝云
五月五日勿食一切菜發百病凡一切菜熟者熟食時
病瘥後一切肉并蒜食禁行房病發必死時病瘥後未

健食生青菜者手足必青腫時病瘥未健食青菜禁行
 房病更發死十月勿食被霜菜令人面上無光澤目澆
 痛又瘧發心痛腰疼或致心瘧發時手足十指爪皆青
 困痿 穀米與薏苡仁味甘溫無毒主筋拘攣不可屈
 伸久風濕痺下氣久服輕身益力其生根下三虫名醫
 云薏苡仁除筋骨中邪氣不仁利腸胃消水腫令人能
 食一名薏一名感米人多種食之 胡麻味甘平無毒
 主腸中虛羸補五內益氣力長肌肉填髓腦堅筋骨療

金瘡止痛及傷溫瘧大吐下後虛熱困乏久服輕身不
 老聰明耳目耐寒暑延年作油微寒主利大腸產腹胞
 衣不生者摩瘡痛止禿髮去頭面遊風一名巨勝一名
 狗虱一名方莖一名鴻藏葉名青蘘主傷暑熱花主生
 禿髮七月採最上標頭者陰乾用之 白麻子味甘平
 無毒宜肝補中益氣肥健不老治中風汗出逐水利小
 便破積血風毒腫復血脉產後乳餘疾能長髮可為沐
 藥久服神仙 粘味甘微無毒補虛冷益氣力止腸鳴

咽痛除唾血去卒嗽 大豆黃卷味甘平無毒主久風濕痺筋孿膝痛除五臟胃氣結積益氣止毒去黑誌面黥潤澤皮毛宜腎生大豆味甘平無毒生搗淳酢和塗之治一切毒腫并止痛煮汁冷服之殺鬼逐水脹除胃中熱却風痺腸中淋露下淤血散五臟結積內寒殺烏頭三健鮮百藥毒不可久服令人身重其熬屑味甘平無毒主胃中熱去身腫除痺消殺去腹脹九月採黃帝云服大豆屑忌猪肉炒豆不得與一歲以上十歲以下

小兒食食竟噉猪肉必擁氣而死 赤小豆味甘平冷無毒下水腫排血濃一名赤豆不可久服令人枯燥青小豆味甘鹹溫平瀆無毒主寒熱熱中消渴止泄利小便除吐逆卒澀下腹脹滿一名麻累一名胡豆黃帝云青小豆合鯉魚鮓食之令人乾黃五年成疔病 大豆豉味苦寒瀆無毒主傷寒頭痛寒熱痺脹氣惡毒焦燥滿悶虛勞喘吸兩脚疼冷殺六畜胎子諸毒 扁豆味甘微溫無毒和中下氣其葉平主霍亂吐下不止 蕎麥味酸微寒無毒

食之難消動大熱風其葉主食動刺風令人身癢黃帝云作麩和狝羊肉熟食之不過八九頓作熱風令人眉髮落又還生仍希少涇邠以此多患此病 大麥味鹹微寒滑無毒宜心主消渴除熱久服令人多力健行作尊溫消食和中熬末令赤黑搗作麩止泄利和青酢醬服之日三夜一 小麥味甘微寒無毒養肝氣去客熱止煩渴咽燥利小便止漏血令女人孕必得易作麩六月作者溫無毒主小兒癩食不消下五痔蟲平胃氣消

穀止痢作麩無毒不能消煩止熱不可多食長宿僻加客氣難治 青粱米味甘微寒無毒主胃痺熱中除消渴止泄痢小便益氣力補中輕身延年 黃粱味甘平無毒和中益氣止泄痢人呼竹根米又却當風卧濕寒中暑 白粱米味甘微寒無毒除熱益氣 粟米味鹹微寒無毒養腎氣去骨痺熱中益氣 陳粟米味苦寒無毒主胃中熱消渴利小便 丹黍米味苦微寒無毒主欬逆上氣霍亂止泄痢除熱去煩渴又白黍米味甘

辛溫無毒宜肺補中益氣不可久食多熱令人煩黃帝
云種黍米合葵食之令人成痼疾又以脯腊著五種黍
米中藏儲食之久令人閉氣 陳廩米味鹹酸微寒無
毒除煩熱下氣調胃止泄痢黃帝云久藏脯腊安米中
滿三月人不知食之害人 蘗米味苦微溫無毒主寒
中下氣除熱 秫米味甘微寒無毒主寒熱利大腸治
榛瘡 酒味苦甘辛大熱有毒行藥勢殺百邪惡氣黃
帝云暴雨後飲酒者膈上變為伏熱食生菜飲酒莫炙

腹令人腸結扁鵲云久飲酒者腐腸爛胃清髓蒸筋傷
神損壽醉當風卧以扇自扇成惡風醉以冷水洗浴成
痲痺大醉汗出當以粉粉身令其自乾發成風痺當日
未落食訖即莫飲酒終身不乾嘔飽食訖多飲水及酒
成痼病 稷米味甘平無毒益氣安神補虛和胃宜痺
粳米味辛苦平無毒主心煩斷下利平胃氣長肌肉
溫中一云生者冷燂者熱 糯米味苦溫無毒溫中令
人能食多熱大便艱 酢味酸溫清無毒消癰腫散水

氣殺邪氣毒血運扁鵲云多食酢損人骨能理諸藥消
毒熱 鹽味鹹溫無毒殺鬼蠱邪注毒氣下部置瘡傷
寒寒熱能吐胸中痰涎止心腹卒痛堅肌骨不可多食
傷肺喜欬令人色膚黑損筋力扁鵲云鹽能除一切大
風疾痛者炒熨之黃帝云食甜粥竟食鹽即吐或成霍
亂 烏獸與人乳汁味甘平無毒補五臟令人肥白悅
澤 馬乳汁味辛溫無毒止渴 牛乳汁味甘微寒無
毒補虛損止渴入生薑葱白止小兒吐乳補勞 羊肉

味甘微溫無毒補寒冷虛乏少血色令人熱中 驢乳
汁味酸寒一云大寒無毒主大熱黃疸止渴 母猪乳
汁味平無毒主小兒驚癇以飲之神妙 馬牛羊駱味
甘酸微寒無毒補肺臟利大腸黃帝云食甜駱竟即食
大酢者變作血瘕及尿血華陀云馬牛羊駱蚰蜒入耳
者灌之即出 白牛及白羊酥味甘微寒無毒除胸中
客氣利大小腸又治口瘡 牝牛酥味甘平無毒去諸
風濕痺除熱利大便去宿食 醍醐味辛平無毒補虛

去諸風痺百練乃佳甚去月蝕瘡添髓神中填骨久服
增年 熊肉味甘微寒微濕無毒主風痺不仁筋急五
緩若腹中有疾聚寒熱羸瘦者食熊肉病永不除其脂
味甘微寒治法與肉同又去頭瘍白禿皮黥躄食飲嘔
吐久服強志不飢輕身長年黃帝云一切諸肉煮法不
熟生不飲者食之成痕熊及猪二種脂不可作燈其烟
氣入人目失明不能久視 殺羊角味酸苦溫無毒微
寒脂明目殺疥蟲止寒泄心畏驚悸除百節中結氣及

風傷蠱毒吐血婦人產後餘痛燒之殺鬼魅辟虎狼久
服安心益氣輕身勿令中濕有毒髓味甘溫無毒主男
子婦人傷中陰陽不足却風熱止毒利血脉益經氣以
酒服之亦可久服不損人 青羊膽汁冷無毒能生人
身脉治青脂明目肺平補肺治瘦止渴多小便傷中止
產補腎不足去風邪肝補肝明目心主憂上志隔中逆
中氣腎補腎氣虛弱益精髓頭痛主小兒驚癇煮以浴
之蹄濕平主丈夫五勞七傷肉味甘苦大熱無毒主暖

中止痛安乳餘疾及頭腦中大風汗自出虛勞寒冷能
補中益氣力安心止驚利產不利時患病頭肉平主風
眩瘦疾小兒驚癇丈夫五勞七傷其骨熱主虛勞寒中
羸瘦其宿有熱者不可食生脂止下利脫肛去風毒婦
人產後腹中絞痛肚主胃反治虛羸小便數至虛汗黃
帝云羊肉酢食之傷人心亦不可共生魚駱和食之害
人凡一切羊蹄甲中有珠子白者名羊懸筋食之令人
癩白羊黑頭食其腦作腸癰羊肚共飯飲常食久成反

胃作噎病甜粥共吐食之令人多睡喜吐清水羊腦豬
腦男子食之損精氣少子若飲食者爛研和粉和醋食
之然終不若不食為佳青羊肝和小豆食之令人目少
明一切羊肝生共椒食之破人五臟傷心最損小兒彌
忌水中柳木及白楊木不得同器中煮殺羊肉食之丈
夫損陽女子絕陰暴雨後不可食羊肉髓及骨汁成煩
熱難解還動利凡六畜五臟著草自動搖及得鹹酢不
變色又隨地不污又與犬犬不食者皆有毒殺人六月

勿食羊肉傷人神氣 沙牛髓味甘溫無毒平胃氣通十二經脈理三焦微溫骨髓補中續絕陽益氣力止泄痢去消渴皆以清酒和暖服之肝明目膽可九百藥味苦大寒無毒除心腹熱渴止不利去口焦躁益目精主虛弱腎主濕痺補腎氣益精力主小兒驚癇肉味甘平無毒消渴止唾涎出安中益氣力養脾胃氣不可常食發宿病白死者不可食喉嚨主小兒痺 黃犍沙牛黑牯牛尿味苦辛溫微平無毒主水腫腹脚俱滿者利

小便黃帝云烏牛自死七首食其肉害人一切牛盛熱時卒死者總不堪食食之作腸癰患甲蹄牛食其蹄者誤食蹄中拒筋令人作肉刺獨肝牛肉食之殺人牛食蛇者獨汗患疥牛馬食之令人身體癢牛肉共猪肉食之必作寸白虫凡丹黍米白酒牛肉亦作寸白虫猶忌人不利者自死牛肉必加劇一切牛馬乳汁及駱共生魚食之成魚痕六畜脾人一生莫食十二月勿食牛肉傷人神氣 馬心主喜忘肺主寒熱莖葶肉味辛苦平

冷無毒主傷中除熱下氣長筋強腰脊壯健強志利意
輕身不飢黃帝云白馬自死食其肉害人白馬元頭食
其腦令人癩白馬鞮下烏色徹肉裏者食之傷人五臟
下利者食馬肉必加劇白馬青蹄肉不可食一切馬汗
氣及毛不可入食中害人諸食馬肉必煩悶者飲以姜
酒則解白酒則劇五月勿食馬肉傷人神氣 野馬陰
莖味酸鹹無毒溫主男子陰痿縮小精肉辛平無毒主
人驚癇筋肺不能自收周痺飢不仁病死者不任用

驢肉味酸平無毒主風狂愁憂不樂能安心氣病死者
不任用其頭燒却毛者取汁以浸翅釀酒甚治大風動
搖不伏者皮膠亦治大風 狗陰莖味酸平無毒主傷
中丈夫陽萎不起腦主頭風部痺下蠹瘡中息肉肉味
酸鹹溫無毒宜腎安五臟補絕傷勞虛久病大虛者服
之輕身益氣力黃帝云白犬合海鮪魚食之必得惡病
白犬自死不出舌者不可食天春月狂若鼻赤起而燥
者此欲狂不任食九月勿食犬肉傷人神氣 狔卵味

甘溫無毒除陰莖中痛驚癇鬼氣蠱毒除邪熱積豚五
陰邪氣寧縮一名狔顛陰乾勿令敗狔肉味辛平有小
毒不可久食令人遍體筋肉碎痛乏氣大猪其脚踏甲
無毒主五痔伏熱在腹中腸癰內蝕取酒浸半日炙焦
用之四蹄小寒無毒主傷捷諸敗瘡母猪蹄寒無毒煮
汁服之下乳汁甚解石藥毒大煮頭肉平無毒補虛乏
氣力去驚癇鬼毒寒熱五癘腦主風眩心平無毒主驚
邪憂患悸氣逆婦人產後中風聚血氣驚恐胃平無毒

除冷利理腎氣通膀胱肝味苦平無毒主明目猪豚微
寒無毒補中益氣止渴斷暴利虛弱腸微寒無毒主消
渴小便數補下焦虛竭其間肉脂肪肪平無毒主煎諸膏
藥破冷結散宿血解斑猫茺菁毒主洞腸挺出血多者
狔猪肉味苦酸冷無毒主狂病多日不愈凡猪肉味苦
微寒宜腎有小豆補腎氣虛竭不可久食令人少子精
發宿病益氣力閉血脉虛人肌有金瘡者食之瘡尤甚
猪血平澁無毒主卒下血不止羹酒清者和炒服又主

中風絕傷頭中風眩及諸淋露奔豚暴氣黃帝云凡猪
肝肺共魚鱠食之作癰疽肝共鯉魚腸魚子食之傷人
神朧腦損男子陽道八月勿食猪肺及粘合食之至冬
發疽十月勿食猪肉損人神氣 鹿頭肉平主消渴多
夢接見生血治癰腫莖主勞損蹄主脚膝骨中疼痛不
能踐地骨主肉虛續絕傷可作解骨酒髓味甘温主夫
夫婦人傷中脉絕筋急痛欬逆以酒和服腎平主補腎
氣肉味苦温無毒補中強五臟益氣力肉生者主中風

口僻不正細細碎剉以薄餅上華陀云和生椒搗薄使
一人專看正則去之不爾復牽向不僻處角鏘屑一升
白蜜五升泔之微火熬令小變色暴乾更搗篩服方寸
匕日三令人輕身益氣力强髓補絕傷黃帝云鹿膽白
者食其肉害人不可和蒲白作羹食發惡瘡五月勿食
鹿肉傷人神氣胡居士云鹿性驚烈多別良草恒食九
物餘者不啻羣虔必依山岡產蹄下澤饗神用其肉者
以其性烈清淨故也凡餌藥之人不可食鹿肉服藥不

得力所以然者以鹿常食解毒之草是故能治毒散諸藥故也九草者葛葉花鹿慈鹿藥水芹白蒿甘草齊頭蒿山蒼葶藶芫 麋頭微溫無毒主虛損泄精肉味甘溫無毒補益五臟髓益氣力悅澤人面麋無膽所以怯弱多驚恐黃帝云五月勿食麋肉傷人神氣 麋脂味辛溫無毒主癰腫惡瘡死肌寒熱風寒濕痺四肢拘緩不收風頭腫氣通轉理柔皮膚不可近男子陰冷痿一名宮脂十月取黃帝云麋肉共蝦肉食之令人心痛生

麋肉共雉肉食之令人作痼疾 虎肉味酸無毒主惡心欲吐益氣力止多睡不可熱食壞人齒虎頭虎肉治風邪眼睛主驚癇 豹肉味酸微無毒宜腎安五臟補絕傷輕身益氣冬食利人 狸肉溫無毒補中輕身益氣亦治諸注黃帝云正月勿食虎豹狸肉傷人神損壽兔肝主目闇肉味辛平清無毒補中益氣止渴免無脾所以能走蓋以屬二月建卯木位也木剋土故無脾馬馬無脾亦能走也黃帝云兔肉和獺肝食之三日必

成道尸共白鷄肝心食之令人面色一年成瘵黃共薑
食變成霍亂共白雞肉食之令人血氣不行二月勿食
兔肉傷人神氣 生鼠微溫無毒主踣折續筋補骨搗
薄三日一易 獺肝味甘有小毒主鬼疰蠱毒却魚鱧
止久渴皆燒作灰酒和服之獺肉味苦溫無毒主時病
疫氣牛馬時行病皆取汁停冷服之六畜灌之 狐陰
莖味甘有小毒主女子絕產陰中癢小兒陰癩卵腫肉
并五臟及腸肚味苦微寒有毒主蠱毒寒熱毒臟痼冷

小兒驚癩大人狂病見鬼黃帝云麝肉共鵠肉食之作
癘瘕 野猪青蹄不可用及獸赤足者不可食野獸自
死首伏地不可食獸有歧尾不可食家獸自死共鱸汁
食之作疽瘡十一月勿食經夏自臭脯成水病作頭眩
丈夫陰痿甲子日勿食一切獸肉大吉烏飛技人不肯
去者口中必有物口中無物拔一毛放之大吉一切禽
獸自死無處傷不可食三月三日勿食鳥獸五臟及一
切果菜五辛等物大吉 丹雄鷄肉味甘微溫無毒主

女子崩中漏下赤白沃補虛溫中能愈久傷之瘡不瘥者通神殺惡毒黃雌雞肉味酸鹹平無毒主傷中消渴小便數而不利腸澼泄利補益五臟絕傷五勞益氣力雞子黃主除熱火灼爛瘡瘡可作琥魄神物卵白汁微寒主目熱赤痛除心不伏熱止煩滿欬逆小兒泄痢婦人產難胞衣不出生吞之白雄雞肉味酸微溫無毒下氣去狂邪安五臟傷中消渴烏雄雞肉味甘溫無毒補中止心痛黑雌雞肉味甘平無毒除風寒濕痺五緩六

急安胎黃帝云一切鷄肉合魚汁食之成心瘕雞若五色者食其肉必狂若有六趾四距元雞白頭家雞及野雞烏生子有犬八字雞及野烏死不伸足爪此種食之害人雞子白共蒜食之短氣雞子共鱉肉食之害人雞肉獺肉共食之成遁尸注藥所不能治食雞子噉生葱變成短氣雞肉犬肝腎共食之害人生葱共雞犬肉食令人殺道終身流血烏雞肉和鯉魚肉食生癰疽雞兔犬肉共食必利泄野雞肉共家雞子食之成遁尸鬼

纏身四肢百節疼痛小兒五歲以下飲乳未斷者勿食
雞肉二月勿食雞子令人常惡心丙午日食雉肉丈夫
燒目首女人血死妄見四月勿食暴雞肉作肉疽在胸
腋下出痛孔丈夫少陽婦人絕孕虛勞乏氣八月勿食
雞肉傷人神氣 雉肉味酸微寒無毒補中益氣止泄
利久食令人瘦嘴主蟻螻黃帝云八月建酉日食雉肉
令人短氣八月初勿食雉肉損人神氣 白鷺脂主耳
卒聾消以灌耳毛射工水毒肉味辛平利五臟 鷺肪

味甘平無毒主風虛寒熱肉補虛乏除寒熱利臟腑及
水道黃帝云六月勿食鷺肉傷人神氣 鴛鴦肉味苦
微溫無毒主瘡瘡清酒浸之炙令熱以薄止亦炙服之
又治夢思慕者 鴈肪味甘平無毒主風摩拘急偏枯
血氣不通利肉味甘平無毒久服長髮鬢眉益氣不飢
輕身耐暑黃帝云六月勿食鴈肉傷人神氣 越燕屎
味辛平無毒主蠱殺毒鬼注逐不祥邪氣破五癰利小
便嫩香用之治口瘡肉不可食入水為蛟龍所殺 黃

帝云十一月勿食鼠肉損人神氣 石蜜味甘平無毒
主心腹邪氣驚癇瘧安五臟治不足益氣補中止腹痛
解諸藥毒除衆病和百藥養脾氣消心下煩食飲不止
腸澼去肌中疼痛治口瘡聰明耳目久服強志輕身不
飢耐老延年神仙一名石飴白如膏者良是今諸山崖
處味酸噉食之心煩其蜂黑色似蚩黃帝云七月勿食
若食生蜜令人暴下發霍亂黃蜜臘味甘微溫無毒主
下利膿血補中續絕傷除金瘡益氣力不飢耐老白臘

主久泄澼瘕後重見血者補絕傷利小兒久服輕身耐
老不飢生於窠房或木石上惡芫花百合此即今所用
蠟也 蝮蛇肉平有毒釀酒止癩疾諸凡瘰心腹痛下
結氣主益精氣強男子陽道交接不倦甚泄精不用相
連者 鱖魚味甘無毒主百病 鰻鱺魚味甘大溫有
毒主五痔漏殺諸疾 鮪魚肉味大溫黑者無毒主補
中養血治藩唇五月五日取頭骨平無毒燒服止久痢
鰾魚平無毒主少氣吸足不能立地黃帝云四月

勿食蛇肉鰓肉損神害氣 烏賊魚味鹹微溫無毒主
女子漏下赤白經汁並閉陰蝕腫痛寒熱癥瘕無子驚
氣入腹腹痛環臍丈夫陰中痛而腫令人有子肉味酸
無毒益氣強志 鯉魚肉味甘平無毒主欬逆上氣痺
黃止渴黃帝云食桂竟食鯉魚肉食害人腹中宿癥病
者食鯉魚害人 鯽魚味甘平無毒主一切瘡燒作灰
和醬汁傳之三日二又去腸癰黃帝云魚白目不可食
之魚有角食之發心驚害人魚無腸膽食之三年丈夫

陰痿不可起婦人絕孕魚身有黑點不可食魚目赤作
鱸食癥病酢食之害人一切魚共菜食之作蛔蟲一切
魚尾食之不益人多有勾骨著人咽害人魚有角白皆
不可食凡魚赤鱗不可食魚無腮不可食魚無全腮食
之發癰疽鮪鮓魚不益人其尾有毒治齒痛鰕鰻魚有
毒不可食二月庚寅日勿食魚大惡五月五日勿以鯉
魚子共豬肝食必不消化成惡病不利者食一切魚必
加劇致困難治穢飯餒肉臭魚不可合食之害人三月

勿食鮫龍肉及一切魚肉令人飲食不化發宿病傷人神氣失氣恍惚 鼈肉味甘平無毒主傷中益氣補不足瘰脚氣黃帝云五月五日以鯿子共包魚子食之作瘰黃鯿腹下成王字不可食鯿肉兔肉和芥子醬油食之損人鯿三足食之害人鯿肉共菟蕨菜食之作鯿痕傷人 蟹殼味酸寒有毒主胸中邪熱百結痛喝僻面腫散膝燒之致鼠其黃解結散血愈漆瘡養筋益氣黃帝云蟹目相向足班者食之害人十二月勿食蟹鯿損人

神氣又云龜鯿肉共猪肉食之害人秘果菜共龜肉食之令人短氣飲酒龜肉並菰白菜令人生寒熱六甲勿食龜鯿害人心神螺蚌共菜食之令人心痛三日一發蝦鱧共猪肉食之令人常惡心多唾損精色蝦無鬚腹下通黑色者食之害人大忌勿輕十一月十二月勿食蝦蚌著甲之物 凡魚頭無正白連珠至脊上不可食也 無腸膽魚不可食 魚非黑亦不可食 魚頭似有角不可食 魚無腮不可食 鯢魚赤目鬚不可食

食不可合烏雞肉食 生魚目赤不可作鱠食 魚
不可合鷓鴣食 鯉魚不可合鹿肉食之 鮒魚不可
合猪肝及猴肉食 青魚不可合小豆藿食 魚汁不
可合六畜白死肉食 青魚酢不可合胡荽及生葵麥
醬食 鯉魚酢不可合小豆藿食 鰕不可合雞肉食
蝦無鬚及腹下通黑及煮之白昏不可食 鯉魚不
可合白犬肉食 鯉魚不可合繁委菜作蒸目凹不可
食 鰲腹下有如王字不可食 鰲不可合鷄鴨子食

之 鰲肉不可合菟菜食之亦不可合龜共煮之 龜
不可合瓜共飲酒共秋果食 蟹目相向及目班目赤
者不可食之 病人不可食鯉魚鱠魚鮓魚等 妊身
不可食龜魚鱠 桂天門冬忌食鯉魚 又云人有食
蟹中毒煩亂欲死服五蠱黃凡得吐下昏瘧夫蟹未被
霜多毒熱煮乃可食之或云是水菘所為彭蜺亦有毒
蔡謨食之幾死

食治中風 附論

夫風者四時五行之氣八布八方順十二月終三百六十日各以時從其鄉來為正氣之風風在天地為五行在人為五臟之氣生長為萬物非毒厲之氣人人當觸之遇不勝之氣乃病人之身惟在血與氣故身內血氣為真身外風氣為邪邪者風也是以聖人言避風如避矢故令人中風多病死者是不避邪毒氣也宜以食治之

方

發汗豉粥方

出聖方

治中風傷寒壯熱頭痛三二日

豉一合 荊芥一握

麻黃三分

葛根一兩

梔子仁三分 石膏

三兩搗碎綿裹

蔥白七莖切

生薑半兩切

粳米三合

右以水三大盞都煎至二盞去滓內米煮作稀粥服之汗出為效如未有大汗宜再合服之

葛粉撥刀方

出聖方

治中風手足不遂言語蹇澁精神昏

憤

葛粉

四兩 荊芥

半兩 蔥白

一握 生薑

半兩切 香豉

一分 鹽花

半兩

羊腎骨髓 一兩 川椒 五十枚 去目 并閉口者

右以水五大盞先煎荊芥等取汁三盞和葛粉切作撥刀入汁中煮熟頓食之

豉粥方 出聖方 治中風手足不遂口面喎僻言語蹇澁精神昏悶

豉 半升 荊芥 一握 薄荷 一握 葱白 一握 生薑 半兩 鹽花 半兩

髓 半兩

右將藥先以水三大盞煎豉荊芥等十餘沸去滓下

薄荷等入米煎作粥食之

羊肚食方 出聖方 治中風

羊肚 淨治如食法一枚 粳米 淨淘一合 葱白 七莖 豉 合一 生薑 細切一分

蜀椒 去目并合口炒去汗三十枚

右六味將五味藥拌勻入於羊肚內爛煮熟切如常食法淡五味日食一枚十日止

蔥豉薏苡仁粥方 出聖方 治中風頭疼心煩苦不下食手足無力筋骨疼痛口面喎斜言語不止

葱白

握一合三

薄荷

握一合三

薏苡仁

合三牛蒡根切半升洗去麤皮

右藥以水五大盞煮葱白牛蒡根薄荷豉等煎去二

盞去滓入薏苡仁煮粥空腹食之

薏苡仁粥方 出聖惠方 治中風筋脉掣拘不可屈伸及風濕

等

薏苡仁

合三薄荷

握一 荆芥

握一 葱白

握一豉

合一

右以水三大盞煎薄荷等取汁二盞入薏苡仁空腹

食

荆芥粥方 出聖惠方 治中風言語蹇澁精神昏憤口面喎斜

白粟米

淨淘二合半

荆芥穗

剉薄荷

各一握三 豉

合三

右四味先將三味以水三升煮至二升去滓取汁一

升半投米煮粥空心食之一方用白梁米

冬麻子粥方 出聖惠方 治中風五臟風熱言語蹇澁手足不

隨大便壅滯

冬麻子

炒搗研用仁半升

白粟米

淨淘三合

薄荷

荆芥穗

握

右四味先以水三升煮薄荷荆芥二味去滓取汁二升以此汁研麻子仁濾過下白粟米煮粥空腹食之
一方用青梁米

惡實根粥方

出聖惠方

治中風不語

惡實根

去黑皮切一升

生薑

切三兩

陳橘皮

去白切二兩

青梁米

淨淘三合

右四味以水五升先煮三味二升去滓下米煮粥空腹食之良

葛粉索餅方

出聖惠方

治中風心痺言語蹇精神昏憤手足不隨

葛根

半斤搗取粉四兩

荆芥穗

剉一

豉

三合

右三味以水四升煮豉并荆芥穗六七沸去滓汁次將葛粉和作索餅於二味中熱煮每空服少入滋味食之

人參粥方

出聖濟總錄

治中偏風冒悶燥煩食飲不得

人參

一兩剉如粟以水四升煮至二升去滓下米

粟米

五合

雞子

一枚去黃用清

白一合

切

右先用人參汁煮粟米粥將熟下雞子清入薤白切一合候熟食之如食不盡可作兩次

葛粉飯方

一名葛粉粥 出聖惠方

治中風狂邪驚走心恍惚失志

及治手足不遂言語蹇澁嘔吐昏憤不下

葛粉

搗取粉 四兩

梁粟米飯

升

右以醬水浸飯漉出入葛粉拌勻於豉汁內急火煮熟著五味蔥白食之日三仍勿雜食

補益大棗粥方

出聖濟總錄

治中風虛恐驚悸如人將補之

四肢沉重

大棗

七枚 去核

青梁粟米

二合

右以水三升半先煮大棗取汁一升半去滓入米煮

粥食之

葛實葉道方

出聖惠方

治中風煩躁口乾手足不隨及皮膚

熱瘡

葛實葉

嫩肥者 一斤切 酥 兩

右先以湯煮芎藭實葉三五沸取出以新水淘出布絞去汁入於五味汁中畧煮點酥食之

蒼茸葉根方 出聖惠方 治中風頭痛濕痺四肢拘攣痛

蒼茸嫩苗葉 一斤一兩 酥 一斤

右先煮蒼茸三五沸流出用豉取汁一合水二大盞半煎汁取一盞半入蒼茸及五味作羹入酥食之

煮黑豆方 出聖惠方 治中風濕痺筋攣急痛胃中積熱口瘡煩悶大腸澀秘

黑豆 半升煮 酥 五兩

右相合令勻不調食前後食一兩匙

酸棗仁粥方 出聖惠方 治中風筋骨風冷頑痺或不睡

酸棗仁 半兩炒令黃研末 粳米 三合

右以粳米煮粥臨睡下酸棗仁汁更煮三五沸空心服之

天蓼粥方 出聖惠方 治中風半身不隨腰脊久漲

用天蓼木三斤細剉以水一石煮取二斗去滓取汁

內粳米一合煮粥稍熟食之一方用糯米治癰疾

烏雞酒方出聖濟總錄治中急風背強口噤舌直不能目

睛不轉煩熱苦渴或身重或身痒

用烏雌雞一支去毛嘴脚破開去腸肚以酒五升煮

取二升去滓分三溫服相繼服汗即愈不汗者用熟

生薑蔥白稀粥投之蓋服取汗又雞腸肚勿去中尿

緊急兩頭勿傷動煮汁服之作羹亦可

皂莢芽蘆方出聖濟總錄治中風

用皂莢嫩芽不限多少先煮熟絞去汁炒過入五味與紅粳米飯隨意食不可多

烏驢皮方出聖惠方治中風手足不遂骨筋煩痛心燥口乾

面目喎邪

用烏驢皮一張揉洗如法蒸令極熟條切於豉汁中

著五味調和更煮大過空腹食之

羊頭膾方出聖惠方治中風頭眩羸瘦手足無力

用白羊頭一枚治如食法蒸熟細切以五味調和作

鱸食之

熊肉羹方

出聖惠方

治中風手足不隨及風痺不仁筋急脚

氣等疾

用熊肉一斤去筋膜熟煮細切如常法調和作羹入

五味任意食之

烏驢頭肉方

出聖惠方

治中風頭眩心肺浮熱手足無力筋

骨煩痛言語蹇澁一身動搖又主風壯憂愁不樂能

安心氣

用烏驢頭一枚洗如法蒸令熟細切更於汁中煮著
葱蒜鹽等并點少許酥任性食之驢肉亦可作膾臉
或煮食之亦得及作粥並可

治中風濕痺五緩六急方

出聖惠方

用野駝脂一斤鍊熟濾去滓收於磁盒中每日空服

溫酒一中盞調下半匙

治中風寧急疼痛方

出聖惠方

用鴈脂五兩鍊熟濾過收於盒中每日空心溫酒一

中盞調下半匙

薯蕷撥刀方

出聖惠方

治心虛風眩頭痛

用生薯蕷不限多少去皮磨如稀糊加白麵作撥刀

豉汁五調和食之

薏苡仁粥方

出聖惠方

治中風拘攣四肢不得屈伸言語蹇

澁大腸壅腫筋骨疼痛

薏苡仁

三合

冬麻子

搗碎半斤

右等分以水三升研麻子取汁用煮薏苡仁粥空腹

食之

治中風濕痺五緩六急骨中疼痛不能踏地宜喫烏鷄

鷄羹方

出聖惠方

用烏雌雞一支治如食法煮令熟細擘以豉汁薑葱

蒜醬調和作羹空腹食之

治中風脚膝疼痛不能踐地宜食鹿蹄肉羹方

出聖惠方

用鹿蹄一具洗如法煮令熟擘細於五味汁中煮作

羹空腹食之

耐風寒方 出本

用熊掌得酒醋水三件煮熟則噴大如皮毬食之耐風寒

食治癩風癩 附論

夫風邪癩癩者內血氣虛風邪入於陰莖故也人有氣血榮養肺腑若氣血少則少虛而精神離散恍惚不安因為風邪所傷則發癩也又癩病者亦曰積血風熱發則仆地涎沫無所覺者是也宜以食治之

方

猪心羹方

出聖惠方

治風癩驚癩憂恚虛悸氣逆及婦人產後中風驚邪恍惚

猪心 一枚 枸杞葉 半斤 葱白 五莖切

右各細切於豉中調和作羹食之作粥及蒸炒食之亦得

石膏粥方 出聖惠方 治風邪癩癩口乾舌難心煩頭痛暴熱

悶亂

悶亂

石膏 半斤 粳米三合

右以水五大盞煮石膏取二大盞去石膏用米作粥欲熟入葱白二莖豉汁三合更同煮候熟空心食之石膏可三度用

野狐肉方 出聖惠方

治風癇驚癇精神恍惚言語錯謬歌笑

無度兼五臟疾冷蠱毒寒熱

用野狐肉一斤及五臟治如食治於豉中作羹調以五味食之或作粥臛炙蒸並得或羊肉或鯽魚汁替

汁亦得然不如豉汁病人吐出清涎為効

白雄鷄羹方 出聖惠方

治風邪癲癇不欲睡卧自能驕倨妄行不休言語無度安五臟下氣

用白雄雞一支治如食法以水煮爛熟摩開肉於汁中入葱白薑五味作羹空心食之

豬頭鱠方 出聖惠方

治風邪癲癇發渴不定

用豬頭一枚水煮熟停冷切作膾以五味食之

驢肉腌臉方 出聖惠方

治風邪癲癇及愁憂不樂安心下氣

用驢肉五斤水煮肉細切於豉汁中著葱醬作臠
食之或作羹亦得

猥猪肉膾方

出聖惠方

治風邪癩狂病經久不瘥或歌或笑

行走無時

用猥猪肉五斤水煮熱切作膾入五味取任食之

食治風熱煩悶

附論

夫風熱者由膚腠虛風熱之氣先傷皮毛而入於肺風
在心胸隔肺壅滯則令人頭面浮熱心神昏悶故謂之

風熱也宜以食治之

方

酸棗仁煎餅方

出聖惠方

治風熱心胸煩悶不得睡卧

酸棗仁

三分炒熟搗末

人參

一分末

茯神

一分末

糯米

四兩水洗細研

白麩

四兩

右藥末入米麩中水調作煎餅食之并著肉臠五味

食之可

淡竹瀝粥方

出聖惠方

治熱毒風心膈煩悶或小便赤澀

淡竹瀝

合一兩 搗碎

黃芩

合一兩 搗碎

粟米

三合 蜜半

右以水二大盞半煎石膏黃芩至一盞半去滓下米煮粥熟入竹瀝及蜜擾勻候熟任意食

豉粥方

出聖惠方

治風熱攻心煩悶不已

豉

二合 青竹葉

一兩 二合

右以水三大盞煎豉竹茹取汁一盞半去滓下米煮粥溫食

茯苓粥方

出聖惠方

治心胸結氣煩悶恐悸風熱驚邪口乾

赤茯苓

一兩 麥門冬 一兩

去心 粟米 一合

右細剉先以水二大盞半煎至一盞半下米煮粥溫食

大棗粥方

出聖惠方

治風熱煩悶心脘腸癖腹中邪氣養皮膚氣十二絡脉周通安神除恍惚

大棗

二十枚

茯苓

半兩

粟米

二合

右細剉水二大盞煮至一盞半去滓下米煮粥溫食之良

煮梨湯方

出聖惠方

治風熱攻心煩悶恍惚神思不安

梨三枚 砂糖半兩

右以水一大盞煎至六分去滓食後分二次溫服

煮天門冬方

出聖惠方

治風熱煩悶口熱多渴

天門冬二斤 蜜二合

右以水五升煮天門冬各十餘沸澆出以新汲水淘

三五遍漚乾又以水三升和蜜又煮五七沸和汁收

於不津器中逐日吃三兩飲汁一合立効

木通粥方

出聖惠方

治風多熱多睡頭痛煩悶

木通二兩 粳米二合

右以水二大盞煮木通取汁一大盞半去滓下米煮

粥溫食

竹葉粥方

出聖惠方

治風熱風癩心煩驚悸

甜竹葉二握 粟米二合

右以水二升煮竹葉取一升去滓投米作粥食或作

白粥即入粥漚二合擾勻食之亦得又方用苦竹葉

煎牛蒡方 出聖惠方 治風熱解丹石諸藥

用牛蒡嫩葉一斤洗如法好酥隨多少煉牛蒡葉熟更洗去苦味重以酥五味拌炒食之兼堪下飯秋冬用根佳春夏用葉妙

木通粥方 出聖惠方 治風癰心膈煩熱口舌乾渴

木通 三兩到 生地黄 五兩切 粳米 三合

右以水三大盞煎取二盞去滓下米煮粥食之

食治傷寒諸病

方

杏仁粥方 出聖濟總錄 治傷寒吐下發汗後虛羸喘急欬逆

不思食

杏仁 一兩湯浸去皮尖雙仁細研 大棗 七枚去核 桑根

白皮 剉 人參 各一兩 生薑 切片 粳米 淨洗三合

右先用水三升煎人參棗生薑桑白皮至二升去滓

澄清下米煮粥欲熟即下杏仁汁攪令勻空心任意

食之

地黃散方出聖濟總錄 治傷寒後脚膝無力四肢羸劣

熟地黄焙 地骨皮 五味子各一兩 桂去粗皮半兩 黃耆

劉一兩半

右搗羅為散每服五錢先用水三盞將羊腎一具去筋膜切片同煎至一盞半先取出羊腎食之次去滓服藥空心食之

枸杞粥方出聖濟總錄 治傷寒後虛羸勞熱背膊頭疼

枸杞四兩切 葱白七莖切 薤白十四莖切 豉炒一合 粳米淨洗三合

右用水三升先煎枸杞葱薤豉等取一升半去滓下米煮作粥空心食之

薤白生葱粥方出聖濟總錄 治傷寒後氣虛羸劣

薤白七莖切 生薑切三錢半 羊腎去筋膜細切一具 粳米淨洗二合

右先將米用水煮作粥候熟下羊腎生薑薤白鹽少許攪和令白空心食之

牛膝粥方出聖濟總錄 治傷寒後虛勞四肢煩頭痛口乾壯

熱

牛膝苗葉

龍葵葉

生地黃

切焙各一兩

粳米

淨洗二合

右用水二升先煎牛膝龍葵地黃取一升去滓下米

煮粥空心食

又方

出聖濟總錄

猪腎

去脂膜細切二具

生地黃

三兩研取汁

粳米

淨洗三合

豉

炒一合

右先將豉并猪腎用水二升煎至一升去滓下米及

生地黃汁煮作粥入五味和食不計時

又方

出聖濟總錄

羊腎

去脂膜細切二具

薤白

七莖切

黃耆

剉一兩

生薑

切三錢半

右先將黃耆生薑用水二升煮至一升去滓下羊腎

及薤白煮作羹入五味調和食不計時候

參苓粥方

出聖濟總錄

治傷寒胃氣不和不思食日漸虛羸

人參

剉一兩

白茯苓

去黑皮剉半兩

粳米

淨洗二合

生薑

切二錢

右先將人參茯苓生薑用水三升煎至一升去滓下

米煮作粥臨睡下雞子白一枚及鹽少許攪令勻空

心食之

薤白麵方

出聖濟總錄

治傷寒水穀利

薤白

切

生薑

切各一匙

右以醋煮薤白生薑拌勻次用水同煮令熟空腹食

小豆食方

出聖濟總錄

治傷寒水穀利

小豆

揀擇淨洗一升

黃蠟

三兩

右以水二升旋旋下水煮令極熟隨意食之不拘時

候

葱粥方

出聖濟總錄

治傷寒後小便赤澀臍下急痛

蔥白

十四莖細切

牛酥

半兩

荳蔻

一兩

良薑

半兩

麵

一兩

右以水一升煎荳蔻高良薑二合去滓并蔥薑汁和

麵作粥煮熟以羊肉臠調和空腹食之

蒸猪肚方 治脾胃氣弱不下食

猪肚

一枚淨洗去脂

人參

陳橘皮

湯浸去白焙各一兩

粟米飯

半斤

猪肺

一枚切

右搗人參橘皮為末以猪肺拌飯入二味末及鹽醬

椒薑等末三錢共納猪肚中縫合蒸熟空腹食

山芋撥刀方 治脾胃氣虛不嗜食四肢日漸羸瘦

乾山芋 末二兩 白麵 四兩 羊肉 四兩 生薑 二合

右先用生薑汁和麵并山芋末切作撥刀煮熟以羊

肉臙調空腹食之

半夏菴子粥方 治脾胃氣虛痰穢嘔吐不下飲食

半夏 二錢湯洗 乾薑 二錢 白麵 三兩 鷄子白 一枚

右搗羅為末與麵及雞子白相和溲切菴子煮熟別

用熱水淘過空腹食之

羊肉索餅方 治脾胃氣弱見食嘔逆瘦劣

白麵 四兩 雞子 二枚 生薑 一兩 羊肉 四兩

右將雞子清生薑汁和麵作餅煮熟入羊肉臙調和

空腹食之

生薑煎方 出聖惠方 治脾胃氣弱不能下食黃瘦

生薑汁 一合 蜜 二合 生地黃汁 一升

右先以微火煎如稀湯每服一匙和水一盞入燒酒

二合攪令勻空心食之

羊脊骨羹方 出聖惠方 治脾胃氣虛冷羸瘦不下食

羊脊 一具 越碎以水一斗煮取五升 合 米 二合

右取汁二大盞半著米及鹽薑蔥作粥或作羹空心

食之

高良薑粥方 出聖惠方 治脾胃冷氣虛勞羸瘦不能下食

高良薑 二兩 越碎 羊脊骨 一具 越碎

右以水二升煮二味取五升去骨等再取汁二大盞

半用米二合入蔥椒鹽作粥食之或以麩食飪託作

羹並得

硫黃粥方 出聖惠方 治脾胃氣虛久不思飲食

硫黃 一分 細研 白梁米 二合

右以水煮作粥入硫黃末及酒二合攪令勻空心食

之

訶梨勒粥方 出聖惠方 治脾胃氣不和消去宿食

訶梨勒 二枚 煨用皮 搗羅為末 粟米 二合

右以水二大盞煎取一大盞下米煮粥入少鹽空心

食之

猪肝方

出聖濟總錄

治脾胃氣虛不下食雖食米穀不化

猪肝

半斤去脂膜

野雞胸臆肉

四兩

右細切於細瓦上暴乾搗羅為末空腹粥內調一方
猪肝一味依法暴乾為末白粥調食每日五錢日再
食服之

薑汁索餅方

出聖惠方

治脾胃弱食不消化羸劣瘦弱

白麵

麵末

各二兩

右以生薑汁三合和作索餅著熟羊肉臙調和空腹
食之

雞子索餅方 治脾胃氣弱見食嘔吐瘦羸無力

雞子

五枚取清

白麵

一兩

右以雞子清和麵作索餅入豉汁中煮熟入椒薑葱
等空腹食之或以羊肉臙和之

糯米飯方

出聖濟總錄

治脾胃氣弱

糯米

三升淨洗

麴米

五合研如粉

右蒸糯米熟以麩米末拌勻盛器經宿每日空腹食

半盞

猪脾粥方

出聖濟總錄

治脾胃氣弱不下食米穀不化

猪脾

一枚

右淨洗細切入好米兩合如常法煮粥空心食之

羊肉索餅方

出聖惠方

治脾胃氣弱不下食四肢無力日漸消

瘦及治初欲有妊中憤悶嘔吐惡聞食氣頭重眼腫

四肢煩疼多卧少起寒汗出疲乏

羊肉

細切各四兩

右以生薑汁和麩作索餅以羊肉合豉汁中煮熟空

腹食之

鯽魚羹方

出聖濟總錄

治脾胃氣弱不下食四肢無力日漸羸

瘦

蓴菜

鯽魚

紙裹炮令熟研各四兩

右入橘皮生薑葱白煮羹空腹食之

虎肉方

出聖濟總錄

治脾胃氣弱常欲嘔吐

用虎肉四兩切片以竹筋貫炙熟放冷食

鯽魚熟鱠方

出聖惠方

治脾胃冷氣不能下食虛弱無力

用鯽魚一斤鮮者治如食法細切作鱠以羊肉汁入

椒乾薑一時羅葷芫橘皮醬醋等煮令熟空心食之

治脾胃氣冷喫飯嘔逆下赤白痢如麴腰臍切痛

出本草方

用猪胃一對研著五椒橘皮鹽醬末等泔麴如常法

作餛飩熟煮空服二碗立瘥

治脾胃冷氣不能下食虛弱無力宜鯽魚豉羹

出本草方

用鯽魚一斤細切作鱠沸豉汁熟之著胡椒乾薑蔞

蘿橘皮等末空心食之

治脾胃冷弱腹中積冷脹滿刺痛

出本草

用肥猪肉半斤以米鹽豉等煮粥頻喫一兩頓

普濟方卷二百五十七

欽定四庫全書

普濟方卷二百五十八

明 周王朱楠 撰

食治門

食治霍亂 附論

夫陰陽不順清濁相干氣射中焦名為霍亂也皆為飽食豚膾復啖乳酪海陸百品無所不食多飲寒漿眠卧冷蓆風冷之氣傷于脾胃中諸食結而不消陰陽二氣

壅而及戾陽氣欲昇陰氣欲降陰陽交錯變成吐利而且百脉昏亂榮衛俱虛冷搏于筋則令轉筋宜以食治之也

方

羊骨湯方 治消渴

羊脊骨一具連喉者

豉 白粟米各一升 蘗白切一

右各分作兩處煮每度用水六升煮至三升去滓湯即溫汁量意飲之

訶梨勒粥方 治霍亂不止心胸煩悶

訶梨勒皮半兩 生薑一兩切 粳米二合

右以水三大盞煎訶梨等取汁二盞去滓下米煮粥不計時候食之

高良薑粥方 治霍亂吐痢腹痛等疾

高良薑一兩 粳米二合

右以水三大盞煎訶梨等取汁二盞去滓米粥食之蠟粥方 治霍亂後氣脫虛羸或瀉不止

黃蠟兩 粳米三合
細研

右先以水煮硬米作粥臨熟次下蠟更煮臨蠟清溫服之

食治五噎 附論

夫五噎者一曰氣噎二曰憂噎三曰食噎四曰勞噎五曰思噎由陰陽不和三焦隔絕津液不利氣不調理之所致也此皆憂恚嗔恐氣結在于心胸不得通變是以成噎宜食治之也

方

烏雌雞切麵羹方 治五噎飲食不下胸中結寒瘦弱無力

烏雌雞半隻治 白麵四兩 桑根白皮三分 赤茯苓三分

如食法 桂心末一分

右二味末入麵中以水煮桑根白皮湯溶麵切入鍋中煮熟與雞肉調和一如常法食之

羊肉索餅方 治五噎胸膈妨寒飲食不下瘦弱無力

錄定四庫全書

卷二百五十八

羊肉四兩炒 白麵半斤 生薑一分 陳橘皮一分湯浸去白焙

右以橘皮末及生薑汁和麵作索餅於豉汁中煮熟

入臙食之良

黃雌雞臙索餅方 治五噎飲食不下胸膈妨寒瘦弱

無力

黃雌雞一隻去毛腸炒作臙 白麵半斤 酥三兩 生薑汁一分

右以桂心等麵和末作索餅于豉汁中煮入臙食之

治氣噎方

蜜半斤 酥三兩 生薑汁一分

右相和以微火煎如稀湯每于酒中調一匙服之或空

食亦佳

桂心粥方 治胸膈痰氣壅結食飲不下如似鯁噎

桂心三分 赤茯苓一分 桑根白皮二分

右細剉以水三大盞煎至二大盞半去滓下粳米二

合煮作粥食之

治噎病不下食方

欽定四庫全書

普濟方

四

春杵頭細糠合半白麵四兩

右相和溶作餛飩於豉中煮食之

治噎不下食方

用崖蜜每於粥中化半匙食之

又方 用老牛噉味如棗許大置稀粥中飲之終身不

噎矣勿令患人知

食治反胃嘔吐

粳米粥方 治反胃羸瘦四肢痿弱

粳米淘一合薤白七莖細切豉二十粒枳殼去麩為末一分生薑

汗半合大棗擘破二枚陳橘皮去白焙乾為末一分

右除薤白米外以水三盞先煎除藥至兩盞去渣下薤米與煮以熟為度空腹任意食之

羊肚方 治反胃食

羊肚淨洗一枚陳橘皮湯浸去白切二兩豉半斤葱白十頭切鹽少許

右將四味貯入羊肚內以繩擊頭煮熟去藥拌將羊

肚細切任意食之

猪肚羹方 治嘔吐

猪肚 淨洗去脂 腰一枚 人參 一兩 陳橘 去白細切三分 生薑 去皮細切一兩

蘆根 細切 半兩

右以水一斗煮蘆根至七升去滓次用人參等三味貯在猪肚中以線縫合再用蘆根汁煮令爛熟去藥滓將猪肚細切作羹任意食之餘汁勿棄作三五次食盡

生薑粥方 治反胃嘔吐不下食

生薑 去皮細切 研一兩 枇杷根 拭去毛炙 七片為末

右以水二升煎至一升去滓用白粳米一合煮粥更入鹽醬汁五味等空心温食之

人參粥方 治反胃吐酸水

人參 半兩 為末 生薑 取汁 半兩

右以水二升煮取一升入粟米一合煮為稀粥覺飢食之

撥粥方 治反胃羸弱身不能動氣乏醋心亦治赤白

痢及水痢

生薑

三兩 研

白麵

四兩

右以薑汁和麵作撥粥煮食之

羊肉生湯

治反胃朝食夜吐夜食朝吐諸藥不瘥

羊肉

去脂膜切
作生五兩

大蒜

去皮細
研一顆

右先將蒜入鹽醋蘸羊肉空腹任意食之

薄荷餠飩方

治反胃朝食暮吐

新薄荷

新者一握
搗取汁

麵

四兩

右和作餠飩煮熟空腹食之

羊肝方 治反胃食畢即吐出

黑羊肝

一具切
為條

礪砂

取霜
半兩

右調和令勻以竹杖穿灸空腹食之 一方無礪砂

生切羊肚五味調

又方用蝟皮一枚灸令焦為末先以水二盞菘豆煮粥

入蝟皮末一錢和服之

又方用蒼耳不限多少嫩日端午日取煮熟作菜茹

食

治反胃

用糯米半升裹流水擺取清曝乾燒為末砂糖溶色

旋吃立止

食雞子法 治反胃飲食不進

附子一個

炮去皮臍

雞子三個

右先將附子為粗末同水二碗煮雞子水進為度然後取雞子溫水洗去殼令病者旋食之

烏雞法

治結腸翻胃飲食入腹經宿則吐食粒不化

天南星

三個極大者切作三片

右以饒烏雞一隻去腸并毛納南星在內以繩縛定用紅酒三升煮乾為度去南星不用取雞食以人參末半兩調溫酒送下次用糯米壓之然後以平胃散多加薑棗煎服

食治煩熱

附論

夫心煩者由陰陽更虛陰氣偏少陽氣暴勝故也亦有

風熱相搏風毒攻心煩躁昏憤狂言失志宜食治之

生地黃粥方 治心膈虛躁煩渴不多飲食小便赤澀

生地黃 合一 生薑汁 半 蜜 一 粳米 二 淡竹瀝 二 合

右將水煮粥熟下地黃薑汁煮大熟次下蜜并竹瀝

攪轉食後良久或臨臥食

藕實羹方 治煩熱去渴補中養神益氣除百疾令人

心神娛暢

藕實 三兩新嫩者 甜瓜皮 四兩切 蓴菜 四兩切

右以豉汁相和作羔調和食之

雞子羹方 治心下煩熱止渴

雞子 三枚 蓴菜 一斤 淡竹筍 四兩去皮切

右以豉汁中相和作羹臨熟破雞子投入羹中食之

黑豆羹方 治壅毒攻心煩躁恍惚

黑豆 三 淡竹葉 五十片 枸杞莖葉 五兩切

右以水二大盞煮二味取一大盞去滓下枸杞葉煮熟入五味作羹放溫食之

寒水石粥方 治心下煩熱多渴恍惚

寒水石 二兩 搗碎 粳米 一合 牛蒡根 四兩 切

右以水四大盞煎至二盞半去滓下米煮粥食之

茯神粥方 出聖 惠方 治心胸結氣煩熱或渴狂言驚悸

茯神 一兩 羚羊角屑 半兩 粳米 二兩 合

右搗細羅為麩與米同煮為粥食之

藿葉根方 出聖 惠方 治氣壅煩熱或渴

藿葉 一斤 切 葱白 一握 切

右以豉汁中煮調和作羹食之

滑石粥方 出聖 惠方 治膈上煩熱多渴通利九竅

滑石 二兩 碎 粳米 二合

右以水三大盞煎滑石至二盞去滓下米煮粥温食

之

酸棗仁粥方 出聖 惠方 治心臟煩躁不得睡卧

酸棗仁 一兩 搗為末 粳米 二合

右煮米作粥臨熟下酸棗仁末半兩攪勻食之

玉屑飯方出聖惠方治胸中伏熱心煩躁悶口乾逆氣

梁米飯一四兩蓋菜豆研

右將飯散粉內拌令勻入湯內煮令熟用豉汁和食之

菘菜羹方出聖惠方通利腸胃除胸中煩熱解酒毒

用菘菜二觔煮作羹淡食之作薤食亦妙

葛粉粥方出聖惠方治胸中煩熱或渴心躁

葛粉四兩粟米半升

右以水浸粟米經宿來日漉出與葛粉同拌令勻煮

粥食之

食治久新咳嗽附論

夫五臟六腑皆有嗽而肺最多然肺居四臟之上外合毛
皮皮毛善受風冷故肺獨易為嗽也寒氣客于肺則寒
熱上氣喘急汗出胸滿喉鳴多痰唾面目浮腫故謂肺嗽
也肝嗽者其狀左脇下痛甚則不能轉側心嗽者其狀嗽
而心痛喉中介介如鯁狀甚則咽腫脾嗽者其狀右脇
痛瘡引于背甚者則不可轉動則嗽劇腎嗽者其狀腰背

相引痛甚則欬逆此皆由風寒冷熱所傷或飲食不節所至宜以食治之也

方

灌藕方出聖惠方益心潤肺治胸膈煩躁除欬嗽

生藕五挺生百合二兩生薯藥三兩白茯苓三兩棗七

枚去皮核生天門冬三兩去麩四兩牛乳二合升六蜜六

右將百合薯藥天門冬爛研如蜜更取細次入棗肉次入茯苓次右先以酥微炒葱入硬米二合用水依

尋常煮粥令稍稀空心服未漉更作黃牛乳亦可

豆薏粥方出聖濟總錄治傷寒後脾胃虛冷嘔吐逆不下食

肉豆薏去殼一枚粳米淨洗二合

右先將粳米如常煮作稀粥後下肉豆薏末攪勻頓

服

食治虛損羸附論

夫血氣者所以榮養身也虛損之人精液萎竭氣血虛弱不能充感肌膚故令人羸瘦宜以飲食補益也

方

灌腸方出聖惠方治虛損羸瘦精痿不能飲食宜喫

大羊腸一條雀兔胸前肉三兩肉苳蓉半兩附子細切

末一錢乾薑末一錢兔絲子末二錢胡椒末一錢漢椒末一錢

糯米二合雞子白三枚

右將肉米并藥末和拌令勻入羊腸內令實繫腸頭煮令熟稍冷切作餠子空心食之

羊腎鐔羅方出聖惠方治下焦虛損羸瘦腰膝疼重或多少

便

羊腎兩對去脂附子半兩炮製去皮乾薑一分炮肉

苳蓉一兩酒浸一宿胡椒一錢麵三兩大棗七枚煮

為膏

右將藥并棗及腎等拌和為鐔羅餹洩麵作鐔羅以

數重濕紙裹于糖火中煨令紙焦藥熟空腹食之良

久宜食三兩茶匙溫水飲壓之

藥肉粥方出聖惠方治虛損羸瘦駐顏色或女人產後虛羸

等疾

羊肉二斤當歸劉微白芍藥 熟乾地黄 黃耆各半

兩生薑一分粳米三合

右以精肉留四兩細切餘一斤十二兩先以水五升并藥煎取汁三升去滓下米煮粥欲熟入生肉更煮令熟用五味調和空心食之

雀兒藥粥方出聖惠方治下元虛損陽氣衰弱筋骨不健

雀兒十枚剝去皮毛剉碎兔絲子一兩酒浸二宿覆盆子曝乾別搗末

五味子 枸杞子各一兩 粳米 酒各二兩

右搗羅為末將雀肉先以酒燒入水二大盞次下米煮粥欲熟下藥末五錢攪轉入五味調和令勻更煮熟空心食之

耆婆湯方出聖濟方主大虛風冷羸弱無顏色

酥一斤生薑汁一合薤白三握去鬚切酒三升蜜一斤熟油一斤

椒三合去日開口者微炒胡麻仁一斤研爛橙葉二握豉一斤糖一斤

右先以酒浸一宿絞去滓納酒入銀器中次入酥蜜油

糖薑汁等煎令沸下椒橙葉胡麻慢火煎候薤白黃

赤色即濾去滓取瓷盒中每日空心燒服一合

猪肚方 出聖惠方內 補虛羸乏氣力

肥大猪肚 一枚淨洗如食法 入參 二兩去蘆頭 乾薑 一兩此製到 椒

半兩去日及閉 葱白 七莖去鬚 粳米 三合一作白梁米

右搗篩入米合和相得納猪肚中縫合勿令洩氣以水

五升入鐺內微火煮令爛熟空服食之次煖酒一中

盞飲之

白蜜煎丸 出聖惠方 補羸虛瘦弱乏氣力

白蜜 二升 臘肉猪肪 一升去膜 胡麻油 半升微熬 熟乾地黄

末一升

右合和以銀器中重湯令可丸下之丸如梧桐子大

每服以溫酒下三十九日三服稍加以知為度久服

令人肥充好顏色

煎猪肪 出聖惠方 治大虛羸困極宜服

用猪肪下中者半斤入葱白一莖於鉶子內煎令葱

黃即止候冷煖如人體空腹頓服之令盡煖卧覆蓋

至日脯後乃食白粥稀糜過三日後更宜服羊肝羹方

羊肝

一具去筋膜細切

羊脊寅肉

二條細切

麩末

一兩

枸杞根

五個

剉以水一十五升煮取四升去滓

右用枸杞根汁煎前羊肝等令爛入豉一盞葱白七

莖切以五味調和作羹服空腹飽食之後三日慎食

如上方

羊脊羹方 治下元久冷反骨蒸羸瘦不下食

白羊脊骨

一具全者槌碎

羊髓

兩具碎之

羊腎

一對

右用梁米一合水四升煎骨熟入羊腎一對再煎候

熟取去濾過將腎切入葱白五味如常羹食下米作

粥亦可

骨汁煮索餅方

出聖惠方

治虛損羸瘦下焦反冷眼昏耳聾

大羊尾骨

一條以水五大盞煮取汁二盞半

葱白

七莖去鬚切

陳橘皮

一兩湯浸去白麻

荊芥

一握

麩

三兩

羊肉

四兩細切

右都用骨汁煮五七沸去滓用汁少許泔麩作索餅

却於汁中與羊肉煮入五味空腹食之

羊肉粥方

出聖惠方

治虛損羸瘦助陽壯筋骨

羊肉

二斤

黃耆

一兩

人參

一兩去蘆頭

白茯苓

一兩棗枝

粳米

二合

右先將肉去脂皮取精者內留四兩細切餘一斤十

二兩以水五大盞并黃耆等煎取汁三盞等去滓入

米煮粥臨熟時復切生肉更煮入五味調和空心食之

黃耆粥方

出聖惠方

治虛損瘦弱益氣力除腸風

黃耆

三兩

人參

一兩去蘆頭

白茯苓

一兩

生薑

半兩

白梁米

三合

桑根白皮

一兩

右細剉和勻每用藥二兩以水三大盞入棗五枚煎

取一盞

茯苓粥方

出聖惠方

治久積虛冷陽氣衰微

白羊肉

四兩

肉茯苓

水洗切一兩

粳米

三合

鹿角膠

炒燥

三

葱白

切七

雞子

二枚

右以五味汁中煮粥臨熟下膠雞子空腹食之

羊腎粥方 出聖惠方 治虛損羸瘦

羊腎 一對去脂膜切 肉蓯蓉 一兩酒浸一宿刮去皺皮切 薤白 七莖去鬚切

粳米 一合

右先將羊腎與蓯蓉入少酒炒後入水二大盞半入米煮之欲熟次下葱白薤白煮作粥入五味調和空腹食之

腹食之

羊脊骨粥方 出聖惠方 治虛損羸瘦乏力益精氣

羊連尾脊骨 一兩酒浸一宿刮去皺皮 兔絲子 一分酒浸

三日曝乾別搗末 葱白 三莖去鬚切 粳米 三合

右剉碎脊骨水九大盞煎至三大盞去滓將骨汁入米并蓯蓉等煮粥熟入葱五味調和候熟即入兔絲子末及酒二合攪轉空腹食之

蓯蓉羊腎粥方 出聖濟總錄 治腎勞風虛面色黃黑鬢髮焦

乾

肉蓯蓉 酒洗去土一兩半 羊腎 一具去脂膜細切 羚羊角 屑二兩

磁石 燒赤醋碎搗爛 薏苡仁 各三兩

右羊腎磁石薏苡仁外剉細為三服每服水二升半煎至二升去滓下磁石薏苡仁各一兩半腎一具煮粥空心任意食之

羊腎羹方出聖惠方治瘦羸虛損陽氣衰弱腰疼無力乃令人肥健

人肥健

白羊腎

一對去脂膜切

肉蓯蓉

一兩酒浸一宿剉去皺皮切

葱白

二莖去鬚

切羊肺

三兩切

右並於豉中煮入五味作羹空腹食之

黃雌雞粥方出聖惠方治虛損益氣壯筋骨去膀胱積冷補

腎氣

黃雌雞

一隻未同年者製之如法以水一升煮取汁五升

杏仁

十枚湯浸去皮去雙

仁熟乾地黃

三兩剉碎與杏仁同研用酒三合研絞取汁

粳米

三合

右每用雞汁二大盞半和米煮粥欲熟下地黃杏仁等更煮令熟空心食之

肉蓯蓉腫方出聖濟總錄治臟腑虛損四肢之弱不欲飲食

肉蓯蓉

一兩酒浸一宿剉去皺皮

葱白

三莖去鬚切

糯米糝一兩羊肉

三兩

右將茯苓羊肉細按和米糝及葱都依尋常煮法作羹著鹽醋醎醬五味和空腹食之

猪肚麋方 出聖濟總錄 治虛損

猪肚腎 各一具 去心 人參 三 麥門冬 三分 地骨 白皮 三兩

右除肚腎外細剉用綿裹與肚腎同入水一斗煮熟棄藥取肚腎肉汁中入葱白一莖細切粳米一升用微火煮熟隨意飲汁食肉

補藥羊肝方 出聖惠方

羊肝 細切 一具 羊春膂肉 細切 一條 陳麩末 三兩 枸杞根 五兩 切以

水一斗二升煮取九升去滓

右以枸杞根汁重煎令沸次入肝肉麩末并葱豉汁調和漸煎如稠分作三分空腹食之

猪腎羹方 出聖濟總錄 治諸虛羸益氣

猪腎 一對 切 枸杞葉 一斤 切 葱白 十四 莖切 猪脊膂 一條 去脂膜切

右以五味汁作羹空腹食之

雀兒粥方 出聖惠方 治臟腑虛損羸陽氣乏弱

雀兒 五萸治如食法細切 粟米 一合 葱白 三莖切

右以炒肉次米入酒一合用水二大盞半煮作粥欲熟下葱白五味等候熟空心食之

椒腎羹方 出聖惠方 治下焦虛損久冷

漢椒 二十粒去目及閉口者酒浸一宿 白麵 三兩 羊腎 一對去脂膜細切

右取椒麵內拌勻熱水中下並羊腎煮熟入五味調和作羹空腹食之

雞子索餅方 出聖惠方 治虛損羸瘦令人肥白光澤

白麵 各四兩 雞子 四兩 羊肉 四兩 炒作臠

右以雞子青泔作索餅于豉汁中煮令熟入五味臠空腹食之

人參煮羊肉法 出聖濟總錄 治勞補益

人參 一兩 枸杞白皮 三兩 肉蓯蓉 酒洗去土三分

右細剉先以水三升浸藥經兩宿煎之去滓取汁一升細切葱白一握鹽少許同羊肉半斤豉一合於藥

汁中和勻入羊肚肉從五更初煮至平旦細切食之
至飽不盡續食之

補腎羹方

出聖濟
總錄

治勞虛損精氣絕竭

羊腎

一雙去
脂切

葱白

一分
切

生薑

一分
切

右細切羊腎入五味葱薑如常法作羹食之

食紫菊法

出聖濟
總錄

治虛勞補益

用正月已後五月已前採黃花紫莖菊葉食之九月
採花陰乾搗末酒粥羹任意食之

澤瀉羹方

出聖濟
總錄

治虛勞補益

用生澤瀉花葉切五兩以水三升煮至一升半去滓
下拌牡蔥豉等於汁中煮香熟任意食之老年肚佳

薏苡餅方

出聖濟
總錄

治虛勞補益

用薏苡仁熟水淘搗羅如作米粉法以棗肉乳汁拌
和作團如蒸餅大依法蒸熟隨性食之夏月用粉不
得留經宿恐酸壞 一方同羊肉作羹常法用葱豉
等熟食之

芑勝粥方出聖惠方治五臟虛瘦羸損益氣力堅筋骨填骨

髓

用芑勝子不限多少揀去雜蒸曝各九遍每取二合用湯浸布裏削去皮再研水濾汁煎成飲著粳米煮作粥食之或煎濃飲澆索餅食之甚佳

枸杞煎方出聖惠方有人頻遭重病虛羸不可平服

生枸杞根細剉一斗以水五升煮白羊脊骨一具碎剉

右以微火煎取五升去滓收磁盒中每取一合酒一

小蓋合煖每於食前溫服

食治五勞七傷附論

夫人有五勞七傷一曰志勞二曰思勞三曰心勞四曰憂勞五曰瘦勞蓋五勞則傷于五臟也凡人憂愁思慮則傷心髮燥而面無精光也形寒飲冷則傷肺氣促欬逆也恚怒氣逆上而不下則傷肝日暗筋骨痠痛也飲食勞倦則傷脾吐逆食少不成飢膚也久坐濕地強力入水則傷腎腰脚重疼行履不任也此則五勞証候也

七傷者是傷五臟六神故也肝臟魂肺臟心臟魄神臟脾臟意與智腎臟精與志此為七神也且五臟以七神為主主若無臟如人無室臟若無神如室無人以此比之六可知也今言七傷者一曰陰衰二曰精清裏急三曰精少四曰精消陽事不興五曰小便苦數囊下濕痺六曰胸脇苦痛也七曰陰寒兩脛厥此皆臟腑虛損表裏受敵肌虛筋骨不榮故曰五勞七傷之病也宜以食調適之

方

藥餅方

出聖惠方

治五勞七傷下焦虛冷小便遺精宜食

腰腎壯陽道

附子

一兩炮製去皮臍

神麴

三兩炒乾薑一兩炮製剉

肉苁蓉

酒浸一宿刮去皮炙乾

桂心

五味子

兔絲子

末各一兩

白麵

黃牛乳

一升半羊髓三棗二十枚煮去皮核

漢椒

半兩去目及閉口者微炒去汗

酥

二兩蜜四兩

右搗羅為散入麵與酥蜜髓乳相和入棗穰熬熟泔於

盆中蓋覆勿令通風氣半日久即將出更泔令熟幹
作餲大麵以上以筋子璫之即入爐燉中上下以火
轉令熟每日空腹食之入醇和麵更佳

釀猪肚方 出聖惠方 治五勞七傷羸瘦虛乏

猪猪肚 一枚洗淨去脂 人參 一兩去蘆頭 杏仁 一兩去皮去研 白茯苓

一 陳橘皮 半兩湯浸去白穰焙乾薑 一分炮製 蕪荑 漢椒 去目

及閉口者 微炒出汗 薄蘿 胡椒 各一分 黃牛酥 一兩糯米 五合

看肚大小 臨時加減 大棗 二十一枚 去核切

右搗羅為末每用藥一兩入酥棗杏仁米等相和令
勻入肚內以麻線縫合即于甑內蒸令熟切作片空
心漸食之

藥髓餅子方 出聖惠方 治五勞七傷腎氣虛弱腰脚疼痛小

便遺瀝

乾薑 一分炮製 漢椒 半兩去目及閉口者微炒去汗 桂心 一分 附子 一兩

炮製 訶梨勒 一分爛用皮 縮紗 半兩去皮作末 蜜 一合 棗 一百枚去

核細 羊脊骨髓 五兩 白麵 二斤 黃牛酥 三兩

右搗細羅為麵入諸物同和餽分為八分以泔麵包

裏如常作髓餅入爐上下着火烤則須徹裏過熱氣

日空腹食之若所覺腰腎及膀胱煖則止

羊腎羹方

出聖惠方

治五勞七傷髓氣竭絕

羊腎

一對去脂膜切

肉苳蓉

一兩酒浸一宿刮去皴皮

生薯蕷

一兩薤白

一握去鬚切

葱白

半兩去鬚切

粳米

合

右炒羊腎并髓等欲熟下米并豉汁中五大盞次下

苳蓉更入生薑鹽等各少許煮成羹食之

懷香角子方

出聖惠方

治五勞七傷陰虛氣乏

懷香子

木香 巴戟

附子

炮製去皮臍

山茱萸

兩

豬腎

一對去脂膜細切

漢椒

去目閉口者微炒出汗

右搗為末每對豬腎用藥末二錢入鹽泔麵像肝角

子穰修製炭內煨令熟薄茶空腹食之

羊腎羹方 治五勞七傷腎氣不足

羊腎

一具去脂膜切

羊肉

三嫩枸杞葉

細切一升

葱白

三莖去鬚切

粳米

五兩

生薑

切三分

右先炒腎及肉葱白生薑欲熟下水二大盞半入枸

杞葉次下米五味等煎作羹食之

羊髓粥方

出聖惠方

治五勞七傷補虛強志益氣

羊髓

三對去脂膜細切

葱白

三莖去鬚切

生薑

半兩切

粳

米

一合肉蓯蓉酒浸一宿刮去皴皮二兩

右以炒腎及葱薑欲熟入水二大盞半次入五味等

煮作粥食之

葱豉粥方

出聖惠方

治五勞七傷體熱喘急四肢煩疼

香豉

三合葱白切半

羊髓

一兩

鹽花

半兩

薄荷

三十莖

右以水三盞先煎葱白四物十餘沸下豉汁後更煎五七沸去豉入米二合煮為粥空腹溫服之

猪腎羹方

出聖惠方

治五勞七傷乍寒乍熱背膊煩疼羸瘦

無力

猪腎

一對去脂膜切

生地黃

四兩切

葱白

一握去鬚切

生薑

半兩切

粳米

一合

右猪腎煮及葱白欲熟者豉汁五大盞入生薑下地

黃及米煎作羹食之

缶雞方出聖惠方治五勞七傷益下元壯氣每服經月餘肌

肉充貳老成少年宜服

黃雌雞一隻去毛羽腸臟肉苳蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮切生薯蕷

一兩阿魏少許煉過粳米二合淘入

右先將雞煮爛摩去骨汁下米及雞苳蓉等都煮粥

入五味空心食之

肉苳蓉粥方出聖惠方治五勞七傷久積虛冷陽事都絕

肉苳蓉二兩酒浸一宿刮去皺細皮鹿角膠半兩搗碎炒令黃燥為末粳米

二兩羊肉四兩細切

右煮羊肉肉苳蓉粳米作粥臨熟下鹿角膠末以鹽醋

五味調和作兩頓食之

蘿摩菜粥方出聖惠方治五勞七傷陰囊下濕痒

蘿摩菜半斤羊腎一對去脂膜切粳米二合

右以細切煮粥調和如常法空腹食之

羊腎粥方出聖惠方治五勞七傷羸瘦陽氣不足心神虛煩

白羊腎

一對去
脂膜切

羊髓

二

白粳米

二

右相和煮作粥入鹽椒空腹食之

鹿腎粥方

出聖
惠方

治五勞七傷陽氣衰弱益氣力

鹿腎

一對出脂
膜細切

肉蓯蓉

二兩酒浸一宿
刮去皺皮切

粳米

二

右以水二大盞煮米作粥熟下鹿角膠蓯蓉及蔥白

鹽椒食之

枸杞粥方

出聖
惠方

治五勞七傷庶事衰弱

枸杞

半斤
切

粳米

二
合

右以豉汁相和煮作粥以五味蔥白等調和食之

雞肝粥方

出聖
惠方

治五勞七傷陰萎虛弱

雄雞冠

一具
細切

兔絲子

末半
兩

粟米

二
合

右以水二大盞半入五味及蔥煮作粥空心食之

猪腎羹方

出聖
惠方

治七傷五勞陰萎羸瘦精髓並竭四

肢少力

猪腎

一對去
脂膜切

枸杞葉

半斤
切

右用豉汁二大盞半相和煮作粥羹入鹽醋椒蔥空

腹食之

牛腎粥方 出聖惠方 治五勞七傷陰萎氣乏

牛腎 一對去脂 膜筋切 陽起石 四兩 布裏 粳米 二合

右以水五大盞煮陽起石取二盞去滓石下米及腎

五味葱白等煮作粥空腹食之

煮羊頭蹄方 出聖惠方 補五勞七傷虛損

白羊頭蹄 一具草火燒令黃色刮去灰塵 胡椒 半兩 葦炭 半兩 乾薑 半兩

葱白 切半升 豉 半升

右以水先煮頭蹄半熟入藥更煮令爛去骨空腹適

性食之日食一具滿七日具即止冷生禁醋滑五辛

陳臭猪雞等七日

治風胎瘦病五勞七傷虛驚悸

用白羊頭一枚燂如食法煮令極熟切于豉汁中五

味調和食之

食治骨蒸勞 附論

夫骨蒸之病雖多異名為療皆同一體丈夫以勞損為宗

婦人以血氣為本起于腎虛所致故云陰氣不足陽必湊之血氣不榮骨髓枯竭腎主于骨以先從骨熱故曰骨蒸又大都此病起于無端不問老小男女皆染斯病嬰孩之流傳注更甚其壯心胸煩滿骨節疼痛頰口乾或寒或熱四肢無力毛髮乾焦咳嗽頭疼精神昏悶多卧少起夢與鬼交驚悸不安時時出汗毒氣傳及五臟日漸羸瘦宜以食治之

方

杏仁粥方

出聖惠方

治骨蒸煩熱咳嗽

杏仁

半兩浸洗去皮尖雙仁水研取汁

生地黃

三兩研取汁

生薑

一分研取

汁

蜜半粳米

二升半合

右先以水煮作粥次入杏仁等藥煮令熟不計時候

食之

牛膝葉羹方

出聖惠方

治骨蒸勞背膊煩疼口乾壯熱四肢無力

肢無力

牛膝葉

四兩

龍葵菜

各四兩

地黃葉

各四兩

生薑

半兩

豉

一合半

右先以水五大盞先煎薑豉取汁二大盞半去薑豉
下午膝葉等煮作羹入少鹽醋調和食之

地黃葉猪腎羹方出聖惠方治骨蒸勞乍寒乍熱背膊煩疼

及瘦弱無力

生地黃葉四兩切猪腎二枚去脂膜切豆豉一合葱白切三莖務去鬚

生薑一分切

右先以水二大盞煎豉等取汁一大盞半去滓入
地黃葉等取汁中煮更加鹽醋米同作羹食之

枸杞葉根方出聖惠方治骨蒸勞肩背煩疼頭痛不能下食

枸杞葉五兩青蒿葉一兩葱白一握去鬚切豉一合

右先以水三大盞煎豉取汁一盞五分去豉下枸杞

葉等煮作羹調和食之

地黃粥方出聖惠方治骨蒸勞瘦日晚寒熱欬吐血

生地黃汁三合粳米一合酥半兩

右以水一大盞先煮米欲熟入地黃汁次下酥候下熟
即溫食之

葱豉粥方

出聖惠方

治骨蒸勞煩熱欬嗽四肢疼痛時發寒

熱

豉

一握去
合 鬚切

粳米二合

右以水二大盞半煮葱豉取汁一盞半絞去葱豉入米煮粥不計時候食之

酒煮餛飩魚方

出聖惠方

治骨蒸勞瘦及小腸風下蟲

用餛飩魚二斤治之如法剉作段子入鑊內以酒三大盞熟煮入鹽醋食之

酸棗仁粥方

出聖惠方

治骨蒸心煩不得眠卧

用酸棗仁二兩以水二大盞半研濾去汁以米二合煮作粥候臨熟入地黃汁一合更微煮過不計時候食之

食治補益虛損於諸內中蒸煮石英及取汁作

食治附論

夫石性甚剛猛利而能榮養陰陽逐氣祛風悅澤顏色也但服餌有法切殊常令則煮鍊取其精華調品成其

法膳可安臍腑用補虛羸者耳

方

猪肚煮石英法

出聖惠方

治虛損凡人年四十已下服二兩

四十五乃至六十已上加二兩常用四月以後服之

候接秋氣石力下温其臍補益腰腎得力終無發動

白石英

二兩以生絹袋盛都縫合

人參一兩去蘆頭

生地黃

二兩切生

薑

一兩切

葱白

七莖半

豉

半兩

羊肉

半兩切

猪肚

一枚合川椒

四十九粒去目及閉口者

右藥及石英袋並納猪肚中急繫口勿使洩氣以水

一斗煮至二升即停出藥肚著盤內使冷然後破之

去石英袋訖取肚及汁將作羹服之每年三五度服

每服石英依舊餘藥換之分數一依初法

釀猪肚方

出聖惠方

治虛損不足令人肥白悅顏色

猪肚

一枚淨洗

白石英

一兩搗碎

生地黃

切一合

饋飯

半兩紫石

英

一兩搗碎與白石英同線裏

川椒

三十粒去目及閉口者微炒去汗搗末

葱白

三莖去鹽少許

右拌和諸藥等內猪肚中以麻線縫定蒸令爛熟取
出石英細切任性食之

三石猪腎羹方 出聖惠方 治腎氣不足陽道衰弱

紫石英 白石英 磁石 各三兩 搥碎 淘去赤汁 猪腎 二對 去脂

膜切 肉蓯蓉 二兩 酒浸一宿 刮去皴皮切 枸杞 半斤 切

右搥碎布裹以水五大盞煮石取二盞半去石著猪
腎蓯蓉枸杞鹽醋醬五味末等作羹空腹食之

三石水煮粥方 出聖惠方 治陰萎囊下濕或有瘡虛乏無力

紫石英 白石英 各四兩 磁石 八兩 搥碎 淘去赤汁

右搥碎布裹以水五大盞煮取二盞去石下米三合
作粥食之其石每日煎用之經三個月即換之

服牛乳方 出聖惠方 補虛益氣

牛乳 五升 葷菜末 一兩

右入銀器中以水三升和乳合煎取三升後收瓷盒
中每于食前煖一小盞服之

羊肉中蒸石英服餌法 出聖惠方 治虛損不足

用精羊肉一斤白石英三兩肉切作兩段鑽作孔

石英著肉中還相合即用荷葉裹又將蠟紙裹又將布裹于二斗米飯中蒸之候熟即出肉去却石英後取肉細切和葱椒薑等作羂肉空心食之

石英水煮粥方 治腎氣虛損陰萎周痺風濕肢節中

疼痛不可持物

白石英

二十兩
並搥碎

右以水二斗器中浸於露地安置夜即揭蓋令得星

月氣每日取水作羹煮粥煎茶湯喫皆用之用却一

升即添一升服經一年諸風並瘥氣力強盛顏如童子

葱豉湯

出聖濟
總錄

治服乳石因食倉米臭肉發動者

葱白

一握
切合

右以水二升煎至升半去滓作常服豉湯服可五六

劑瘥

煨羊腎方

出聖
惠方

治虛損脚膝無力陽氣不盛補益

羊腎

一對 鍾乳粉

一分

右取羊腎切去脂膜分為四片摻令勻却合用濕紙裹煨令熟空腹食之效

白石英粥方

出聖濟總錄

治石發

右用白石英五斤搗篩細研三日一乳牛十歲以上方養犢而形瘦者每日秤一兩石英末拌豆與食經七日即可取乳每朝空腹熱飲一升餘者作粥任意食之百無所忌五月上旬起良如急要用亦不拘此牛糞糞地種菜供服乳人食甚佳一方研末和牛糞

糞地種枸杞牛膝豆菜等食之益人

服乳石後將慎紫餠飩方

出聖濟總錄

用好烏豆任多少煮取濃汁以代水入少鹽和麵依常法作餠飩還向此豆汁中熱煮可三七沸溢則添豆汁勿無水熟即出之任意以猪羊肉菜豆等臠澆食之或作冷淘食亦得和山芋作餠飩益佳

麵餅方

出聖濟總錄

治乳石發動

用新大麥為麵和肉汁作餅食之大涼麵作柳葉條為

羹亦得大麥和黑豆相拌熟蒸任意食春夏服良冒熱遠行將大麥作餅食之壓石堅飢

油麵餽飩方出聖惠方補虛勞

生胡麻油一升折粳米泔清一升

右以微火煎盡泔清乃止出貯之取冷鹽湯二合將和麵作餽飩煮令熟入五味食之

益腎氣強陽道出本草

用白羊肉半斤去脂膜切作片以蒜韭食之三日一

度甚妙

令人長肥肉肥白出本草

用獭肉和五味煮食之

食治心腹痛附論

夫心腹者由寒客于臟腑之間與氣血相搏隨氣上下攻擊心腹而痛臟氣虛邪氣勝停積成病故令心腹痛也宜食治之

方

葷菜粥方 出聖惠方 治心中冷氣往往刺痛腹脹氣滿

葷菜 胡椒 乾薑 炮製 檳榔 以上各一分 桂心 一分

粟米 三合

右搗羅為末以水二大盞米煮粥候熟入藥末三錢攪令勻每日空心食之

桃仁粥方 出聖惠方 治邪氣攻心腹痛

桃仁 二十一枚 去皮尖 生地黃 一分 桂心 兩 粳米 三合 細研

生薑 一分 并地黃桃仁以酒三合研絞取汁

右先用水煮米作粥次下桃仁等汁更熟調入桂心末空腹食之

高良薑粥方 出聖惠方 治心腹冷氣往往結痛或過風寒及

喫生冷即痛發動

高良薑 半兩 粳米 二合 陳橘皮 半兩 湯浸去皮

右以水三大盞煎高良薑陳橘皮取汁一盞半去滓投米煮粥空心食之

葷菜粥方 出聖濟總錄 治心腹冷氣疼痛煩脹不能食

草炭

胡椒

各一兩

桂

去粗皮三分

右搗羅為麵每服三錢鹽水一椀半入葱一握豉半合先煮葱豉熟去滓次下米三合煮粥將熟入前藥末同煮少頃空腹食之

高良薑粥方

出聖濟總錄

治心腹積冷結痛

高良薑

搗為末半兩

白米

三合

右先以水二大升煎高良薑取一升半去滓下米煮熟入五味調和空心食之

吳茱萸粥方

出聖濟總錄

治心腹冷氣衝脇肌痛

吳茱萸

水浸焙乾炒搗末半兩

右先用水二升下米八粒豉同煮熟後下茱萸末一分并鹽少許空腹食之

桃仁粥方

治冷氣心腹痛煩悶及治咳嗽氣喘

桃仁

去皮尖雙仁搗以水一升研取汁

粳米

三合

右以桃仁汁煮粥空心食之

紫蘇子粥方

治冷氣心腹痛煩脹不能下食

紫蘇子一合桂心末二錢

右搗碎紫蘇子以水二大盞絞濾去汁入米二合煮粥候熟入桂末食之

椒麵粥方 治久患冷氣心腹結痛嘔吐不能下食

蜀椒去目及閉口者一分炒出汗水浸一宿焙乾末之白麵三兩

右將椒末於麵內拌勻於豉汁中煮令熟空腹食之

食治腰脚疼痛附論

夫腰脚痛者由腎氣不足受風邪之所為也勞傷則腎

虛虛則受于風冷與真氣交爭於腰脚疼痛宜以食治之也

方

食羊蜜方 治虛勞腰痛咳嗽肺痿骨蒸

熟羊脂 熟牛髓 白蜜 熟猪脂各五兩生薑汁

五兩生地黃汁五兩

右將猪羊脂煎一沸次下牛髓又令一沸次下白蜜生薑地黃汁微火煎不住手攪膏成貯密器中每服

一匙許空腹溫酒調下羹粥中服之亦得若食素者以酥代脂髓加麥門冬汁若不能食或多風者加白朮

羊臍羊方 治虛勞腰脚痛

羊肝肚腎心肺 各一具湯洗細切 胡椒 葷菜 各一 豉 合

牛酥 一握 葱白 細切

右先以五味相和以水七升慢火煎取五升去滓和羊肝等并汁皆納羊肚中繫肚口別用絹袋盛之煮

熟乘熱出切肚食之旋服盡藥汁

羊腎餛飩方 治腎氣虛損腰脚疼痛

五味子 山茱萸 乾薑 炮 製川椒 去目及開口者微炒去汗

桂心 各一兩

右搗羅細為麵每日取羊腎一對去脂膜細切入三兩錢木臼內杵如泥作餠用和麵稔作餛飩以水煮熟和汁食之

羊脊骨羹方 治腎氣虛冷腰脚疼痛轉動不得

羊脊骨

一具搥碎以水一斗煎取五升

羊腎

一對去脂膜切

羊肉

二兩細切

葱白

五莖去鬚

粟米

二兩

右炒腎肉斷血即入薑葱五味然後添骨汁入米重

煮成羹空腹食之

豉酒方

治下焦風濕腰脚疼痛行履無力

豉

二合

薤菜白

一握切洗入滑

附子

半兩炮製去皮臍許末

川椒

五枝去

目及開口者

右相和炒至薤熟投於三升酒中更煎四五沸每取

一小盞攪粥食之

猪腎粥方

治腎虛氣勞損腰膝疼行動無力

猪腎

去脂膜切一對

米

三合

葱

薑各少許

右以豉汁一升半煮粥入五味并酒調和如常法空

腹食之

枸杞羊腎粥方

治陽氣衰弱腰脚疼痛五勞七傷

枸杞

一斤

羊腎

一對細切

米

三合

葱白

十莖

右細切加五味煮粥如常法空腹食之

羊脊骨羹方 治腎臟風冷腰脚疼痛轉動不得

羊脊骨

一具 搥碎

葱白

四莖去 鬚切

粳米

四合

右以水七大盞煎骨取汁四大盞漉去骨每取汁二

大盞入米二合及葱椒鹽醬作羹空心食之

猪肚炙法 治下焦風冷腰脚疼痛轉動不得

猪肚

一枚 湯洗

酒

一升 附子

半兩地 去皮臍杆末

右以椒葱鹽醬并酒附子末拌和煮作肉炙空腹食

之兼飲酒一兩盞勿令過度

生地黃雞方 治腰背痛骨髓虛不能久立身重氣乏

盜汗少食時復吐利

生地黃

八兩

飴糖

五兩

烏雞

一隻

右先將雞去毛皮及腸臟細切地黃與糖相和納雞腹中銅器貯之復置甑中蒸飯熟藥成取食之勿用鹽醋食肉盡即飲銅器中藥汁

桂心酒粥方 治腎臟虛冷腰脚疼痛不可忍

桂心

半兩 末

好酒

一升

右煖酒和桂心末空腹分為二度攪粥食之

梅實仁粥方 治腰脚疼痛不可轉側

梅實仁 半兩研 合細 米二合

右煮米令半熟即下梅實仁相和攪令勻候熟空腹

食之

婆羅粥方 治腎臟風冷腰脚疼痛

牛膝 一兩去苗剉碎 酒浸一兩宿 白麴 兩

右將牛膝於麴中拌作婆羅粥煮熟十沸漉出則以

熟水淘過空腹頓食之

白羊腎羹方 治久積虛損陽道衰弱腰脚無力

白羊腎 一對去 脂膜切 肉菘蓉 酒浸細切一兩

右相和入葱白鹽醬椒煮作羹如常法空腹食

食治脾胃氣弱不下食 附論

夫脾胃者位居中宮象夫土也土生萬物四臟令主其氣故云人之虛者補之以味味以行氣氣以實志言滋形潤神必歸于食莊子云納滋味百節肥焉脾養肌肉

脾胃氣弱即不能消化五穀氣弱虛則腸鳴泄痢既多則諸臟氣竭肌肉消瘦百病輻湊宜以飲食和益脾胃之氣滋潤臟腑養于經脉祛疾之甚可謂上醫故千金云凡欲治病先以食療既食療不愈後乃用藥耳

方

釀羊肚方 治脾胃氣弱不能下食宜食

羊肚

一枚治如常法

羊肉

一斤細切

食茱萸

半兩末

人參

去蘆頭一枚

兩搗末

陳橘皮

一兩湯浸去白穰焙

胡椒

一分末

肉豆蔻

一枚去湯用末

乾薑

半兩末

生薑

一兩切

蔥白

二七莖切

粳米

五合淘

鹽末

半兩

右取諸藥末拌和肉米葱鹽等納羊肚中以麤線繫合勿令洩氣蒸令極熟分三四度空腹食之和少醬醋無妨

羊肝饌方 治脾胃氣弱不能飲食四肢羸瘦

白羊肝

一具去筋膜細切

肉豆蔻

一枚去殼末

乾薑

一分炮製末

食茱萸

一分末

蕪荑仁

二分末

葶撥

一錢末

薤白

切一分合

右先炒肝薤欲熟入豆蔻等末鹽湯泲麵作饌饌爐

裏燂熟每日空腹食一兩枚極效

蓴羹方 治胃氣弱不下食四肢無力漸羸瘦

蓴菜

鯽魚 紙裏燒熟去鱗切各四兩

陳橘皮 湯浸生薑 各一兩

葱白

十四莖破 羊骨一斤煮汁去骨

右將先五味就羊骨汁中作羹空腹食之

豆蔻發表方 治脾胃氣弱食即吐嘔逆

草豆蔻仁

二枚煨

高良薑

細剉半兩

生薑汁

合

羊肉

炒臠四兩

麵

四兩

入麵揆和乾即便入黃牛乳調看稀稠得所灌入藕中逐竅滿即于甑中蒸熟每飯後或臨卧時少少食之

鹿髓煎方

出聖惠方

鹿髓

半兩

合酥

合生地黃汁

合杏仁

兩

桃仁

三兩

同者

仁各湯浸去皮去雙仁研碎以酒浸絞取汁一升

右煎地黃杏仁桃仁等汁鹿髓酥蜜煎如稀錫收瓷盒中每取一匙絞粥半盞不計時候食之

杏仁粥方

出聖惠方

治肺氣瘵虛羸喘息促急欬嗽等

杏仁

二十一枚湯浸去皮尖雙仁研碎以三合黃牛乳絞去汁

棗七枚粳米二合

桑根白皮

二兩生薑一分

右以水三大盞先煎桑根白皮棗薑等取汁二盞將

米煮粥臨熟入杏仁汁更熟五七沸不計時候食之

藥棗方

出聖惠方

治積年欬嗽不差

棗

七枚擘破酥一雞子大

葇苈一錢水淘二遍

右鑊中炒令酥盡去葇苈取棗去皮食之良日三五

服一方無葇苈

藥餅方

出聖濟總錄

治多年肺氣咳嗽

羊子肝

一具去筋膜

麝香末

二錢膩粉一錢

右和麪裏燒熟空腹食之時以冷水更換浸兩手良

久即住來日早晨轉下惡物有蟲如頭髮相似為驗

猪脰方

出聖惠方

治上氣欬嗽胸膈煩滿氣喘

猪脰

細切一具

生地黃

搗破六兩

錫

右先以炒猪脰即下地黃薑葱鹽豉候熟下湯以

瓷器盛每日喫半盞許

食猪腎方

出聖濟總錄

治久咳嗽不差

猪腎

二具每具上作十四孔

蜀椒

去目及閉口者二十八粒納腎孔中

右以濕紙裹煨勻熟去椒細嚼食之

猪脰酒方

出聖惠方

治肺氣欬嗽上氣久不瘥

猪脰

細切二具

大棗

去皮核三十枚

右以無灰酒三升同浸秋冬七日春夏三日布濾去

滓隨意溫服

杏仁餲粥方

出聖惠方

治上氣欬嗽

稀餲

三合

杏仁

二兩湯浸去皮尖雙仁熬研成膏

右相和得所每取一匙攪粥半盞不計時候食之

又方

出聖惠方

生薑汁

五合

沙糖

五兩

右煎令相和每服一匙攪粥半盞不計時候食之

醍醐方

出聖惠方

治一切肺病欬嗽唾膿血不止

用真酥不拘多少煉三次取醍醐每服一合麩中風

皮膚癢痒溫酒調服

治欬嗽久不瘥

出聖濟總錄

用猪脰一具薄切入竹筒于塘火中炮令極熟食後

喫之

治勞瘦溫中補不足咳嗽

出本草

用蘿蔔和羊肉鯽魚煮食之

食治眼痛

附論

夫目者肝之官肝藏于血榮養于目腑臟勞傷血氣俱

虛不能勞養于目故目暗也若風熱之氣在于臟腑虛實不調故上衝于目則令人痛久不能瘥變生膚翳者眼睛上有物如蠅翅是也宜以養療之

方

竹葉粥方

出聖惠方

治膈上風熱頭目赤痛目視瞶暗

竹葉

五十片洗淨

石膏

三兩

沙糖

一斤

浙粳米

二兩

右以水三大盞煎石膏等三味取二盞去滓澄清用煮粥熟入沙糖食之

猪肝羹方 出聖惠方 治肝臟虛弱遠視無力補肝

猪肝 一具細切去筋膜 葱白 一握去鬚切 雞子 三枚

右以豉汁中作羹臨熟打破雞子投在肉食之

蔓青子粥方 出聖惠方 補中明目利小便

蔓青子 二合 粳米 三合

右搗碎入水二大盞絞濾取汁著米煮粥空心食之

蓮實粥方 出聖惠方 益耳目聰明補中強志

嫩蓮實 半兩去皮細切 粳米 三合

右先煮蓮實令熟次以粳米作粥候熟入蓮實攪勻熟食之

蒼葺子粥方 出聖惠方 治目暗耳鳴

蒼葺子 半兩 粳米 半兩

右搗蒼葺子爛以水二升絞濾取汁和米煮粥食之

或作散煎服亦佳

青羊肝方 出聖惠方

用青羊肝一具細切水煮漉乾以鹽醬醋調和食之

立效

又方 出聖
惠方

用葱子半升炒熟搗細羅為散每服一匙以水二盞煎取一盞去滓下米煮粥食之

馬齒實拌葱豉粥方 出聖
惠方 治青盲白翳明目除邪氣利

大腸去寒用熟馬牙實一斤搗為末每服一匙煮葱豉粥和攪食之馬齒菜作羹粥喫並明目極佳

烏雞肝粥方 出聖
惠方 治肝臟風虛眼暗

用烏雞肝一具細切以豉汁中作粥空服食之以效為度

梔子仁粥方 出聖
惠方 治熱發眼赤濕痛

用梔子仁一兩搗為末為四分每服用米三合煮粥臨熟時下梔子末一分攪勻食之

雞頭實粥方 出聖
惠方 益精氣強志意聰利耳目

用雞頭實三合煮令熟去殼研如膏入粳米一合煮粥空腹食之

食治耳鳴聾 附論

夫耳鳴耳聾者腎為足少陰之經而藏精其氣通于耳耳宗脉之所聚若精氣調和則腎氣強盛吾音時若勞傷血氣兼受風邪損于腎藏而精氣銳則耳聾也血氣不足宗脉則虛風邪乘虛隨入耳中與氣相繫則為耳鳴也

方

猪腎粥方

出聖惠方

治腎臟氣億耳聾

猪腎 一對去脂膜切 葱白 二莖去鬚切 人參 一分去蘆頭末 防風 一分

右將藥末并葱薤白著下水鍋中煮候粥臨熟撥開

中心下腎莫攪動慢火更煮久入五味空腹食之

羊腎羹方

出聖惠方

治耳聾耳鳴

羊腎 去筋膜細切一對 生山芋 去皮四兩 葱白 一握擘破 生薑 細切一分

右作羹如常法食之空心服飲

菖蒲羹方

出聖濟總錄

治耳聾耳鳴如風水聲

菖蒲

米泔浸一宿
剉培二兩

猪腎

去脂膜筋
細切一對

葱白

一握
厚破米合

右以水三升半煮菖蒲取汁二升半去滓入猪腎葱白及五味作羹如常法空腹食之

人參粥方

出聖濟
總錄

治耳聾耳虛鳴

人參

末一分

防風

去叉為末一分

磁石

搗碎綿裹二兩

猪腎

去脂膜切一對

右先將磁石于銀器中以水一斗煮取三升入猪腎及粳米五合如常法煮粥候熟入煎二味更煮數沸空腹食之

磁石羊腎粥方

出聖濟
總錄

治耳聾養腎臟強骨氣益精髓

除煩熱

磁石

半斤搗碎淘三遍
綿裹置之器中

羊腎

一對去脂膜研爛
米三合

右用水五升先煮磁石取汁二升去磁石下羊腎及米煮粥臨熟入酒一合調和如常法空腹食之

猪腎羹方

出聖濟
總錄

治耳聾耳鳴如風水聲

猪腎

去筋膜細切一對

蜀椒

去目及合口炒出汗三十粒

陳橘皮

洗切半分

右用五味汁作羹空腹食之

鹿腎粥方 出聖惠方 治耳聾補腎氣

鹿腎 一對去脂膜研爛 米 三合

右於豉汁中五味調和煮粥如常法空腹食之

磁石腎羹方 出聖惠方 治久患耳聾養腎臟強骨氣

磁石 一斤搗碎水淘去赤汁綿裹 猪腎 一對去脂膜細切

右以水五升煮磁石取二升去磁石投腎調和以葱

豉薑椒作羹空腹服之

白鵝膏粥方 出聖惠方 治五臟氣壅耳聾

白鵝脂 二兩 粳米 三合

右和煮粥調和以五味葱空腹食之

烏雞脂粥方 出聖惠方 治耳聾久不瘥

烏雞脂 一兩 粳米 三合

右相和煮粥入五味調和空腹食之烏雞脂和酒飲

亦佳

鯉魚腦髓粥方 出聖惠方 治耳聾不瘥

鯉魚腦髓 二兩 粳米 三合

右煮粥以五味調和空腹食之

乾柿粥方

出聖惠方

治耳聾及鼻不聞香

乾柿

三枚細切

粳米

三合

右于豉汁中煮粥空腹食之

食治三消

附論

夫消渴者有三般一者消渴二者消中三者消腎若飲水多者小便又小名曰消渴若喫食多不甚渴小便數消瘦名曰消中若渴飲水不絕甚者腿膝瘦弱小便渴

者有脂液名曰消腎此蓋由積久嗜食鹹物炙肉飲酒過度皆成消渴然大寒凝海唯酒不冰明其酒性酷熱物無以喻如此之味酒徒耽嗜不離其口酣醉已後制不由已飲噉無度加以醋醬不擇酸醎積年長夜酣飲不休遂使三焦猛熱五臟乾燥木石猶且焦枯如何人能不渴治之愈不愈屬在病者若能如方節慎旬日而瘳不自保惜死不旋踵方雖效驗其如不慎者何其所慎者有三一酒二房三鹹食熱麵能慎此者雖不服藥

自可無他不知此者縱使金丹玉粒亦不可救矣良可悲夫宜深思之今以飲食調治以助藥力也

方

羊肺羹方 治三消小便數

羊肺 一具治如食 精羊肉 五兩切 粳米 半合 葱白 五莖 薑 生薑少許

鹽醋 各少許

右相和依常法作羹飽食之

治消渴飲水不止方

黃丹 三分 甜薺根 一兩 葱白 一握切 白麩 五兩 薤白 一握切

右黃丹等末水和麩泔餽先煮葱薤白令爛熟

即納餽餽煮之令熟即并汁食之

羊骨湯方 治消渴

羊脊骨 一具連喉者 豉 白粟米 各一升 薤白 一把切

右各分作兩處煮每度用水六升煮至三升去滓湯

即溫汁量意飲之以瘥為度

杏酪粥方 治三消心熱氣逆不下食

煎成濃杏酪一六升黃牛乳一六升大麥二合新

右依常法煮粥食之入餵糖沙和之更大妙也

藕實羹方 治消渴煩躁狂言目眩

藕實去皮半斤薄荷一握蓴菜半斤

右于豉汁中作羹入五味食之

煮兔方 治消渴神效

兔一枚新桑根白皮半斤細剉

右剉兔去皮及腸胃與桑白皮同煮爛熟為度盡力

食肉并飲其汁即效

麥豆方 治消渴

大麥仁 菥豆水浸退去皮各半斤

右淨淘于星月下各貯一罇中用水二升慢煮熟次

取菥豆過麥仁罇中同煮令爛并汁收在瓷瓶內渴

即飲後仍喫三兩是麥仁菥豆尤妙

藕蜜漿方 治消渴口乾心中煩熱散積血

生藕去皮節切鍊蜜各半斤

右新汲水一升半化蜜令散納藕於蜜中浸半日許
渴即量意食藕并飲汁

菰蘆根羹方 治消渴口乾心神煩燥

菰蘆根

生嫩者

冬瓜

去瓢細切
各半斤

右以水六升入鹽豉半升煎至五升去豉下煎二味
入醋作羹分三度食之

菰蘆粉方 治消渴

用菰蘆根多取削去皮於新瓦中磨訖以水淘生絹

袋擺如造米粉法曝乾熟湯時冷水調下一錢服之
大效二月三月八九月十月造佳用田螺活者一升水
一斗煮至二升不問食前後稍稍飲汁一盞用田螺
五升水一斗半浸經宿渴即飲汁每旦度易水并螺
一方用米一合煮作粥食之

鹽豉飲

出聖
惠方

治消渴

用濃煎鹽豉汁停冷渴即飲之

又方

出聖濟
總錄

用粟米炊飯頻食之佳

又方 出聖惠方

用大麥仁炊飯或煮粥食之佳小麥亦得水淘食良

又方 出聖濟總錄

用青小豆淨淘煮粥食之和飲食亦得

又方 出聖惠方

用羊乳飲一小盞馬乳亦得生飲令人利熟飲令人

渴

蒸鹿頭方 治消渴口乾

用鹿頭一具治如食法蒸熟以醬醋食之



普濟方卷二百五十八

總校官候補知府臣葉佩蓀

校對官學錄臣常循

謄錄監生臣姚永年