

本草綱目

名方精選

主編 ◎ 孫孝忠



海峽出版發行集團
福建科學技術出版社

氣升爲雲天氣降爲
雨地之雨名之

本草綱目原序

一書撰自軒皇種別三十

六分爲三品與內經素問諸書

並爲世寶梁陶通明增藥一倍

夜時有子

水其性
不足清

佛 慈女 朱 氏妙靜 謹捐淨財命工印造
大藥妙法蓮華經不說部數逐年散施所祈
楚福預備津梁增崇善果向康泰嗣嗣昌隆一切有情
俱獲 利樂者普至壬子辰七月吉日謹題

選六淫用藥式 五臟六腑用藥氣味補湯
臘五味補瀉 臟腑虛實標本用藥式
經報使

本草綱目序例第一卷上
蕪陽李時珍東壁及編輯

蘇郡張鶴翁雲中較訂
弟修翼青萬全恭

序例上

歷代諸家本草

神農本草經 作而不經見漢書藝文志亦無錄焉
漢平帝紀云元始五年舉天下通知方術本草者
所在輒傳遺諸京師樓閣傳稱漢少誦醫經本草
方術數十萬言本草之各蓋見于此唐李時珍等
以梁七錄載神農本草三卷推以爲始又疑其載
郡縣有後漢地名

本草纲目

名方精选

主编：孙孝忠

编委：钱林超 孟宪军 朱红梅 杨定亚



海峡出版发行集团
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP

福建科学技术出版社
FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

本草纲目名方精选/孙孝忠主编. —福州: 福建
科学技术出版社, 2012. 6
ISBN 978-7-5335-4014-2

I. ①本… II. ①孙… III. ①本草纲目—验方—汇编
IV. ①R281.3②R289.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 028047 号

书 名	本草纲目名方精选
主 编	孙孝忠
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路 76 号 (邮编 350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行 (集团) 有限责任公司
排 版	福建科学技术出版社排版室
印 刷	福建省金盾彩色印刷有限公司
开 本	700 毫米×1000 毫米 1/16
印 张	18
字 数	309 千字
版 次	2012 年 6 月第 1 版
印 次	2012 年 6 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-4014-2
定 价	29.00 元

书中如有印装质量问题, 可直接向本社调换

前言

《本草纲目》是中国古代最伟大的药学著作，乃明代杰出的中医药学家李时珍所撰。该书集古代本草学之大成，分类科学，内容丰富，在世界科技史上具有重要的地位。自明代问世以来，在国内已经辗转翻刻七十多次，并且被译成英、汉、德、日及拉丁语等多国文字流传于世界各地，被誉为“东方药学巨典”。

《本草纲目》共收载 1892 种中药，记述这些药物的名称、产地、品种、形态、炮制、性味、功效、主治等，是我国十六世纪以前用药经验的总结，现在的中医药工作者仍将其作为案头必备的工具书。为了说明药物的功效主治，李时珍在每味药的下面设了一个“附方”栏，逐一列出含有该药的方剂。《本草纲目》的附方多达 11000 多个，是李时珍精选前人、时贤和自己的效方组成，具有多、精、验的特点。但由于附方是附于每味药之后，不便于临床上按病检索使用，所以将《本草纲目》的附方重新按病编排，一直是临床医生和广大中医爱好者的的心愿。

《本草纲目名方精选》正是为了满足广大读者的愿望而编写的。本书精选了《本草纲目》中有效、实用、简便、价廉、无毒的附方，按照目前大学本科教材通行的分类法重新编排，分为内、外、妇、儿、五官科五大类。对原书中的古剂量，都一一换算注明现代通行的剂量（克或毫升）；对于古奥难解的字词，亦直接译成更为易懂之词，必要之处加以注释。为便于读者进一步深入研究，附方后都注明《本草纲目》原引书的

出处。

本书是厦门大学医学院中医系的老师们在授课之余整理编写而成，编写过程中得到中国中医科学院王致谱研究员的支持和帮助，在此表示感谢。

编 者

2012年1月15日

编写说明

一、选录方法

本书精选《本草纲目》中药后的附方编辑成书。精选后的附方，药物容易置办，大部分都可以在中药店或中药房购得，少部分可在野外采得或家中制备。原书附方众多，我们剔除一些于今不适用的方剂，主要有：①含有大毒药物的药方，如口服之砒霜、水银、马钱子、鸦片、轻粉、硫磺、雄黄、灵砂（硫化汞）、胡粉（铅粉）、绿矾（青矾）、芫花、消石、皂矾、商陆、射罔等。如系外用的有毒药，即使有毒但效果良好，未予删除。②制法复杂的药方，如朱砂喂鸡取粪作药等。③含昂贵或难以备办的药物，如麝香、虎骨、犀角、罂粟壳、金银汤、虎睛、象骨、蛇含、蛤蟆、古钱、人乳汁、珍珠等。④组成复杂、药味太多的药方。⑤显然不科学的，如鬼击之病、蛟龙瘕病等。⑥病种罕见的，如天花、麻风、疟疾等。⑦含有污秽之药的，如鸡矢白（鸡粪）等。

二、原方处理

因附方在《本草纲目》中是附在每味药物之后，以药领方，不利于检阅。本书将各方按各病种进行归类，以病领方，同时在每病种之方前，简要介绍该病基本知识，便于读者阅读参考。

每个附方的标题基本按原书中的标题，不予更改；若原书附方无标题者，则将附方中最主要的症状归纳为4个字的标题，以统一全书。方中原文内容尽量保留，于古词古义处，径直换用易懂之词，如“未知”换成“未愈”，“搜”或“洩”换成“拌和”，“暴干”换成“晒干”等。书中药名有与现今通行之名用字不同者，为方便当代读者使用，一般改用通行文字，如“栝楼”改为“瓜蒌”，“黄耆”改为“黄芪”，“黄檗”改为“黄柏”等；对现今不常用的药物或材料名称，用括号加注其现行通用名，如“土朱”后标注“（即代赭石）”，“真火酒”后标注“（即烧酒）”等。部分艰涩难懂之处另作注释，以忠实于原义。

每方之末标明药方在《本草纲目》的卷次，以方便读者深入研究。

附方的最初出处也尽量查明，并标注原书作者及成书年代，以方便换算现代剂量。

所有剂量后加注现在通行的剂量，容量一律换成毫升，重量一律换成克，长度一律换成厘米。长度单位：1尺=10寸，1寸=10分。容量单位：1斗=10升，1升=10合。重量单位：1斤=16两，1两=10钱，1分=1/10钱（宋以后），1分=2.5钱（唐以前）。

鉴于各代度量衡虽然名称相同，但实际含量有别。为便于读者对照，现将历代度量衡折合标准列于下：

时代	一尺合厘米数	一升合毫升数	一斤合克数	一两合克数
东汉	23.8	200	220	13.8
三国	24.2	204.5	220	13.8
西晋	24.2	204.5	220	13.8
东晋	24.5	204.5	220	13.8
南朝	24.5	南齐 300	南齐 330	南齐 20.6
		梁陈 200	梁陈 220	梁陈 13.8
北朝	29.6	北周 600	北魏 440	北魏 27.5
			北齐 440	北齐 27.5
			北周 660	北周 41.3
隋	29.6	开皇大升 600 大业小升 200	开皇大斤 661 大业小斤 220	开皇大两 41.3 大业小两 13.8
唐	大尺 36- 小尺 30	大升 600 小升 200	661	41.3
宋	31.2	670	633	40
元	31.2	950	633	40
明	裁衣尺 34 量地尺 32.7 营造尺 32	1000	590	36.9
清	裁衣尺 35.5 量地尺 34.5 营造尺 32	1000	590.8	37.3

（表中数据录自《医古文》教材，中国中医药出版社，2007年）

以上折合数据基本准确，本书为方便读者使用，特将每味方药的计量换算折合（进行适当的四舍五入）成现代计量，并用括号注在其后。

此外，《本草纲目》中频繁使用一些特殊的计量单位，现列举如下：

(1) 方寸匕：古代盛药量器，犹今之药匙。1方寸匕约等于现代的2.74毫升。折算成重量，1方寸匕 $\approx$ 2克金石药末，1方寸匕 $\approx$ 1克草木药末。

(2) 一秤：15斤。

(3) 一字：古以唐“开元通宝”钱币抄取药末，将药末填满钱面四字中一字之量，即称一字，1字=0.4克。

(4) 梧桐子大：原文多作“梧子大”，编者改成“梧桐子大”。药丸的比拟大小，即如梧桐子大小，约合1.1个大豆大小，0.25毫升。

(5) 鸡蛋黄大：原文作“鸡子黄大”，药丸的比拟容量，约合42枚梧桐子大小，10.6毫升。

(6) 弹子大：药丸的比拟容量，约合16枚梧桐子大小。

(7) 芡子大：药丸的比拟容量，如芡实大小。

(8) 绿豆大：药丸的比拟容量，如绿豆大小。

(9) 豌豆大：药丸的比拟容量，如豌豆大小。

(10) 麻子大：药丸的比拟容量，如大麻子大小。

(11) 片：约略计数单位，如生姜一片，约以一钱（3克）为准。

(12) 枚：果实的记数单位。随品种不同，亦各有其标准，如大枣12枚，则可选较大者为1枚的标准。

(13) 大盏、小盏、盏：一大盏约670毫升，一小盏约200毫升，一盏约335毫升。宋《太平圣惠方·论合和》：“凡煮汤，云用水一大盏者，约一升（670毫升）也；一中盏者，约五合（335毫升）也；一小盏者，约三合（200毫升）也。”

(14) 杯、碗、钟、盅：液体（药液、水、酒等）的约略计量单位，合今之150~300毫升。

(15) 一握、一虎口：即手抓一把。

三、炮制方法

本书附方用法众多，主要包括以下剂型：汤剂、散剂、丸剂、药酒、药膏等。

汤剂，就是平常中药煎汤的方法，一般用冷水浸泡半小时，然后用火煎取药汁。火力有文火（指微火）、武火（指大火）之分，煎药一般

先武后文，水沸后文火再煎一会儿。

散剂，就是将药物研成末冲服，一般剂量较小。一般中药房或中药店都有打粉的设备。

丸剂，就是将药物先研成粉后，再与液体（水、生姜汁、各种药汁等）混合搓成药丸。

目 录

第一部分 内科	(01)
第一章 肺系病证	(01)
一、感冒	(01)
二、咳嗽	(03)
三、哮喘	(08)
四、喘证	(09)
五、肺痿	(12)
六、肺痛	(13)
七、肺癆	(13)
第二章 心系病证	(15)
一、心悸	(15)
二、不寐	(16)
三、胸痹	(17)
四、癰狂	(18)
五、痛证	(19)
六、厥证	(21)
第三章 脾胃系病证	(23)
一、胃痛 (附: 吐酸)	(23)
二、呕吐	(26)
三、噎膈 (附: 反胃)	(28)
四、呃逆	(31)
五、腹痛	(31)
六、泄泻	(33)
七、痢疾	(35)
八、便秘	(42)
九、健脾开胃方	(46)
第四章 肝胆系病证	(49)
一、胁痛	(49)
二、黄疸	(50)

三、积聚	(52)
四、鼓胀	(54)
五、头痛	(55)
六、眩晕	(60)
七、中风	(61)
八、癰病	(64)
第五章 肾系病证	(66)
一、水肿	(66)
二、淋证 (附: 尿浊、尿频)	(70)
三、癃闭	(76)
四、阳痿 (附: 阳强、阴冷)	(79)
五、遗精	(81)
六、遗尿	(83)
第六章 气血津液病证	(86)
一、吐血、咳血、咯血、唾血	(86)
二、便血	(92)
三、尿血	(97)
四、消渴	(99)
五、汗证	(103)
六、内伤发热	(106)
七、虚劳 (附: 阳强、阴冷)	(107)
第七章 肢体经络病证	(112)
一、痹证	(112)
二、腰痛	(115)
第八章 内科杂病	(119)
一、中毒	(119)
二、酒疾	(120)
三、虫疾	(121)
第二部分 外科	(124)
第一章 疮疡	(124)
一、疖	(124)
二、疔	(125)
三、痈	(128)
四、疽	(129)
五、脓疮	(134)

六、瘰癧	(135)
七、头疮 面疮	(139)
八、诸疮	(140)
第二章 皮肤病	(143)
一、风疹	(143)
二、天泡疮	(144)
三、丹毒	(145)
四、汗斑	(147)
五、秃疮	(148)
六、鹅掌风 脚湿气	(150)
七、疥疮	(151)
八、白癜风	(152)
九、疣	(153)
十、鸡眼	(153)
十一、湿疹	(154)
十二、其他皮肤病	(156)
第三章 阴部肛肠病	(160)
一、杨梅疮	(160)
二、阴疮	(163)
三、阴肿 阴痛 阴痒	(165)
四、痔	(167)
五、脱肛	(171)
第四章 其他外科病	(174)
一、跌打损伤	(174)
二、骨折 脱臼	(177)
三、金疮	(179)
四、烧伤	(182)
五、冻疮	(185)
六、咬螫伤	(185)
七、破伤风	(191)
第五章 护发美容	(193)
一、乌发去屑	(193)
二、增白灭斑	(195)
第三部分 妇科	(199)
第一章 月经病	(199)

一、月经不调	(199)
二、崩漏	(202)
第二章 带下病	(206)
第三章 妊娠病	(209)
一、妊娠恶阻	(209)
二、胎漏	(209)
三、胎动不安 (附: 堕胎、小产)	(210)
四、妊娠肿胀	(213)
五、其他妊娠病	(214)
第四章 产后病	(217)
一、缺乳 (附: 回乳)	(217)
二、乳痈	(218)
三、产后血晕	(220)
四、恶露不绝	(221)
五、产后血崩	(222)
六、产后诸病	(222)
第五章 妇科杂病	(226)
第四部分 儿科	(229)
第一章 新生儿疾病	(229)
第二章 肺系病证	(233)
第三章 脾胃系病证	(235)
第四章 心肝系病证	(240)
第五章 肾系病证	(242)
第六章 其他疾病	(244)
第五部分 五官科	(250)
第一章 眼科疾病	(250)
第二章 耳科疾病	(255)
第三章 鼻科疾病	(258)
第四章 咽喉科疾病	(263)
第五章 口腔科疾病	(268)
一、口唇舌疾病	(268)
二、牙齿疾病	(271)

第一部分 内科

第一章 肺系病证

一、感冒

感冒是感触风邪或时行之气而导致的常见外感疾病。临床常见鼻塞、流鼻涕、打喷嚏、头痛、恶寒、发热、全身不适、脉浮等症状。普通感冒，也叫伤风，多触冒风邪所致，一般会夹杂寒邪、热邪、暑湿，但以风寒为多。流行性感冒，简称流感，中医称时行感冒，病情重，有传染性，易流行。

现代医学的普通感冒、流行性感冒及其他上呼吸道感染而表现感冒特征者，可参选本节方药。

1. 初感风寒

初感风寒，头痛恶寒者。用水七碗，锅烧红即倒入水，取出锅中水，再烧红锅后再倒入，如此七次，名沸汤，乘热饮一碗，以衣被覆头取汗，神效。（卷五热汤条引〔明〕吴绶《伤寒蕴要》）

2. 偶感风寒

脂麻（即黑芝麻）炒焦，乘热加酒研磨饮之，暖卧取微汗出，良。（卷二十二胡麻条）

3. 感冒风寒

感冒风寒初起。即用葱白一握，淡豆豉半合（50毫升），开水泡服，取汗。（卷二十六葱条引〔明〕李时珍《濒湖集简方》）

4. 风寒流涕

香白芷一两（40克），荆芥穗一钱（4克），研末，用蜡茶（即腊茶）冲服二钱（8克）。如不用荆芥，薄荷一钱（4克）亦佳。（卷十四白芷条引〔南宋〕王璆《百一选方》）

5. 风寒头痛

伤风伤寒，头痛发热，初觉者。马蹄香（即杜衡）研末，每次服一钱（4克），热酒调下，片刻饮热茶一碗，催之出汗即愈。名香汗散。（卷十三杜衡条引王英《杏林摘要》）

6. 风寒无汗

风寒无汗，发热头痛。核桃肉、葱白、细茶（即茶叶）、生姜等量，捣烂，水一钟，煎至七分量，热服。覆衣取汗。（卷三十胡桃条引《谈野翁方》）

7. 感寒无汗

水调芥子末填脐内，以热物隔衣熨之，取汗出妙。（卷二十六芥条引〔明〕杨起《简便单方》）

8. 感寒上气^{〔1〕}

苏叶三两（41克），橘皮四两（55克），酒四升（800毫升），煮成一升半（300毫升），分两次服。（卷十四苏条引〔晋〕葛洪《肘后方》）

9. 冬月感寒

吴茱萸五钱（14克），煎汤服之，取汗。（卷三十二吴茱萸条）

10. 发散寒邪

胡椒、丁香各七粒，碾碎，以葱白捣膏和，涂两手心，合掌握定，夹于大腿内侧，温覆取汗则愈。（卷三十二胡椒条引〔明〕吴绶《伤寒蕴要》）

11. 一切风邪

神白散，又名圣僧散。治时行一切伤寒，不问阴阳轻重、老少男女孕妇，皆可服之。用白芷一两（40克），生甘草半两（20克），生

姜三片，葱白三寸，大枣一枚，淡豆豉五十粒，水二碗，煎服取汗。不汗再服。病至十余日未得汗者，皆可服之。（卷十四白芷条引〔南宋〕朱端章《卫生家宝方》）

12. 四时伤寒^{〔2〕}

四时伤寒，不正之气。用水香薷研末，热酒调服一二钱（4~8克），取汗。（卷十四香薷条引〔明〕胡濙《卫生易简方》）

13. 伤寒初起

取热汤饮之，等到呕吐时则止。（卷五热汤条引〔唐〕陈藏器《本草拾遗》）

14. 伤寒初得

伤寒初得，不问阴阳。以皂角一挺（肥者），烧赤研末，以水五合（100毫升）和，一顿服之。阴病极效。（卷三十五皂角条引〔唐〕孙思邈《千金方》）

15. 急伤寒病

半夏四钱（6克），生姜七片，酒一盞，煎服。（卷十七半夏条引〔南朝宋〕胡洽居士《百病方》）

16. 伤寒无汗

代赭石、干姜等量研末，热醋调涂两手心，合掌握定，夹于大腿内侧，温覆汗出乃愈。（卷十代赭石

〔1〕 上气：即肺气上逆，表现为呼多吸少，气息急促。

〔2〕 伤寒：中医指外感寒邪的病证，非西医的伤寒病。下皆同。

条引〔明〕吴绶《伤寒蕴要》)

17. 伤寒发汗

(1) 初觉头痛身热，脉洪，一二日，便以葱豉汤治之。用葱白一虎口（即一把），淡豆豉一升（200毫升），布包，水三升（600毫升），煮一升（200毫升），一顿服之。不出汗再做，加葛根三两（40克）；仍不出汗，加麻黄三两（40克）。（卷二十五大豆豉条引〔宋〕苏颂曰）

(2) 用葱汤煮米粥，入盐豉食之，取汗。（卷二十五大豆豉条引〔晋〕葛洪《肘后方》）

二、咳嗽

咳嗽是呼吸系统疾病的主要证候之一。本节涉及以咳嗽为主要表现的一类疾病，现代医学中的急性支气管炎、部分支气管扩张、慢性咽炎等可参考本节用药。其他疾病如肺癰、肺痿、肺癆等兼见咳嗽者，另参相关章节。

临床选方当须辨别咳之新久、虚实、有无痰。古人认为“咳”、“嗽”有别，咳为有声无痰，嗽为有痰无声。凡言“卒”、“暴”者，均是指急性病症。

1. 一切咳嗽

百部酒：治一切久近咳嗽。百部根切炒，袋盛浸酒，频频饮之。（卷二十五附诸药酒条）

2. 卒得咳嗽

(1) 桃仁三升（600毫升）去皮捣，置于容器中密封，蒸熟晒干，绢袋盛，浸二斗（2000毫升）酒中，七日可饮，每日饮四五合（80~100毫升）。（卷二十九桃条引《肘后方》）

(2) 用好梨去核，捣汁一碗，放入椒（即胡椒）四十粒，煎一沸去滓，放入黑飴（即饴糖）一大两（41克），溶化后，细细含咽，立止。（卷三十梨条引〔唐〕崔元亮《海上集验方》）

(3) 猪肾二枚细切，干姜末三两（41克），水七升（1400毫升），煮成二升（400毫升），稍服取汗。（卷十五豕条引〔晋〕葛洪《肘后方》）

(4) 白鸡一只，苦酒（即醋）一斗（2000毫升），煮取三升（600毫升），分三次服，并淡食鸡。（卷四十八鸡条引〔晋〕葛洪《肘后方》）

3. 卒寒咳嗽

皂荚烧研，淡豆豉汤服二钱（8克）。（卷三十五皂荚条引〔唐〕孙思邈《千金方》）

4. 卒暴咳嗽

(1) 用百部、生姜各捣汁，等量，煎服二合（40毫升）。（卷十八百部条引〔晋〕葛洪方）

(2) 用百部根浸泡酒。每次温服一升（200毫升），每日服三次。（卷十八百部条引〔唐〕张文仲《随身备急方》）

5. 卒嗽不止

用白蚬壳捣为细末。以熟米汤调，每次服一钱（4克），每日服三次，甚效。（卷四十六蚬条引〔宋〕《圣惠方》）

6. 寒热痰嗽

寒热痰嗽，初起者。烧姜一块，含咽之。（卷二十六生姜条引《本草衍义》）

7. 风痰咳嗽

大天南星一枚，炮裂研末。每次服一钱（4克），水一盏，姜三片，煎至五分量，温服。每日早、午、晚各服一次。（卷十七虎掌、天南星条引〔宋〕刘甫《十全博救方》）

8. 寒痰咳嗽

烧酒四两（148克），猪脂（即熟猪油）、蜜、香油、茶末各四两（148克），同浸酒内，煮在一起。每日挑食，以茶服之，取效。（卷二十五烧酒条）

9. 老小咳嗽

玄胡索一两（40克），枯矾二钱半（10克），研末。每次服二钱（8克），软饴（即饴糖）一块和，含之。（卷十三延胡索条引孙氏《仁存堂经验方》）

10. 痰气咳嗽

用香栳（即柚）去核切，砂瓶内浸酒，封固一夜，煮烂，蜜拌匀，常常含咽。（卷三十柚条）

11. 气痰咳嗽

玉粉丸：南星曲、半夏曲、陈橘皮各一两（40克），研末，自然生姜汁打糊丸如梧桐子大。每次服四十丸，用姜汤服。寒痰，去橘皮，加官桂。（卷十七虎掌、天南星条引〔金〕李东垣《兰室秘藏》）

12. 肺痰咳嗽

莱菔子（即萝卜子）半升（300毫升）淘净焙干，炒黄研末，以糖和，制丸如芡子大。布包含之，咽汁甚妙。（卷二十六莱菔条引《胜金方》）

13. 气热咳嗽

石韦去毛并用猪油炒黄色、槟榔锉等量，研末。用姜汤服二钱（8克）。（卷二十石韦条引〔宋〕《圣济总录》）

14. 虚热咳嗽

（1）天花粉一两（37克），人参三钱（11克），研末。每次服一钱（3.7克），米汤服。（卷十八栝楼条引〔明〕李时珍《濒湖集简方》）

（2）虚热咳嗽，口干涕唾。用甘蔗汁一升半（1500毫升），青粱米四合（400毫升），煮粥。日食二次，极润心肺。（卷三十三甘蔗条引〔明〕董炳《集验方》）

15. 肺热咳嗽

沙参半两（19克），水煎服之。（卷十二沙参条引〔明〕胡濙《卫生易简方》）