BEN CAO GANG MU CAI SE TU JI

第五篇 果部

水果是人们生活中不可缺的辅助食品。它含有丰富的维生素和矿物质，味道鲜美，深受人们的喜爱。此外，大部分果类干后，可做成果脯，亦可作为药用，以疗疾苦。所以，我们要了解它的特性，更好地利用它。

五果类

李

【别名】嘉庆子。

【释义】李时珍说：李，绿叶白花，树能生长数年，有近百个品种。京口有麦李，小而肥甜，核不入药。姑苏有南居李，还有绿李、黄李、紫李、干李、水李都甘美好吃。山上的野李味道苦，但它的核仁能作药用。在水中不下沉的李有毒，食之害人，不能吃。

【性味】味苦、酸，性温，无毒。

【功能主治】去骨节间劳热。肝有病的人宜于食用。晒干后吃，去痼热，调中。不能经常吃，会使人发热。喝水前吃李会使人发痰疟。不能与麻雀肉同时吃。合蜜吃，会损五脏。

核仁

【性味】味苦，性平，无毒。

【功能主治】治摔跌引起的筋折骨伤，骨痛瘀血。使人颜色好。治女子小腹肿胀，利小肠，下水气，除浮肿，治面上黑斑。

【附方】

治女子面黑斑：李核去皮研细，用鸡蛋白调整和如糖稀涂面。次日，用浆水洗净之后涂上胡粉。五六天即可有效。忌风吹。

根白皮

【性味】性大寒，无毒。

【功能主治】治糖尿病和尿崩症引起的消渴，止腹气上冲引起的头昏目眩。治小儿高热，解丹毒。煎水含漱，治牙痛。煎汤饮服，治赤白痢。烤黄后煎汤，次日再饮，治女人突然带下赤白。

【附方】

治咽喉阻塞肿痛：以皂角末吹鼻取嚏，再用李树近根之皮，磨水涂咽喉外面，效果很好。

治小儿丹毒，从双腿长到阴头：用李根烧成末，以田中的流水调和后涂。

花

【性味】味苦、香，无毒。

【功能主治】将它制成末洗脸，使人面色富有光泽，去粉刺黑斑。

【附方】

治女人面黑粉刺：用李花、梨花、樱桃花、白葵花、白莲花、红莲花、旋复花、川椒各六钱。桃花、木瓜花、丁香、沉香、青木香、钟乳粉各三钱，玉屑二钱，珍珠五分，黄豆七合，一同研成细末用瓶装起来。每日用它盥洗手脸，百日后便洁白如玉。

叶

【性味】味甜，酸，性平，无毒。

【功能主治】小儿壮热，疟疾引起的惊痫，则煎汤洗身，效果良好。

杏

【别名】甜梅。

【释义】杏很多地方都有生长。叶子是圆形而有尖，二月开红花。有很多种：甘而有沙者为沙杏；大如梨、黄如橘的为金杏，青而带黄者为柰杏等。生吃太多，则伤筋骨。在杏类中像梅的味酸，像桃的味甜。



【性味】味酸，性热，有小毒。

【功能主治】凡杏的性都多热，多吃致疮疖膈热，动旧疾，使人眼盲、须眉脱落。生痰热，精神昏乏。产妇尤其要忌食。晒干作果脯吃，去冷热毒。



核仁

【性味】味甘、苦，性温、冷利，有小毒。

【功能主治】治咳嗽，气逆，咽喉肿痛，产乳金疮，寒心如奔豚。治惊悸，心下烦热，风气往来，时令性头痛，解除肌劳，消除心口胀痛，杀狗毒，解锡毒，加天门冬煎，润心肺。加酪作汤，润声音。除肺热，治上焦风燥，润大肠治便秘。能消肿，杀寄生虫和各种疮疥，去除头脸各种风气引起的水泡样小疙瘩。

【附方】

治咽喉肿痛和突然声哑：杏仁去皮熬黄三分，和桂末一分，研成泥，口含，咽汁。

治狗咬伤不愈：捣烂杏涂在伤口上。

治面生黑痣：杏仁烧黑研成膏，将黑痣擦破，每日用膏涂。

治白癜风：每日早上嚼烂十四枚杏仁，用来擦患处，使其变红。晚上睡觉前再擦一次。

治瘫痪，半身不遂，失音不语：生吞杏仁七枚，不去皮尖，逐日加到四十九枚，周而复始。每次吃后，再喝竹叶上的露水。直到病愈。

治头面伤风，眼皮跳和歪嘴：杏仁研碎，加水煮后沐头，效果良好。

治破伤风，身体反张抽搐：杏仁杵碎，蒸令气溜，绞成汁服一大盏，同时擦些在疮上，效果良好。

治小便不通：杏仁十四枚，去皮尖，炒黄研细，和米饭吃。

治吃咸肉太多，心速过快，口干发热乱语：杏仁一升去皮尖，和二升水煮沸，去渣取汁分二次服，直至排出肉为止。

治五劳七伤，一切虚损、咳嗽气逆等症：取杏仁一斗二升，和童子尿煮七次，加蜜四两拌匀，再加童子尿五升，放入碗内再蒸，取出杏仁后，日晒夜露数日，随时嚼食即愈。

治血崩不止诸药不效时，服此方立止：用杏仁上的黄皮，烧存性，研成粉末。每次服三钱，空腹用酒送服。

治肠道有虫生疮，痛痒不一：杏仁杵成膏，常常敷搽。

治女人外阴生疮：杏仁半升，用面包好煨熟，去面后研烂，去油，每次服少许。加铜绿少许，研匀点在患处。



花

【性味】味甘，性温，无毒。

【功能主治】补气血不足，女子伤中，关节肢体酸痛，逆气。

【附方】

治妇女不孕：二月的丁亥日，取杏花、桃花阴干捣成末，然后在戊子日调井华水服方寸匕，每日服三次。

治粉刺黑斑：将杏花、桃花各一升，用江河水浸七天后，用来洗脸二十一次，极巧妙。

叶

【功能主治】治人全身浮肿，急性肿胀。把叶煮成浓汤浸洗肿处，亦可口服少汗。

枝

【功能主治】摔伤，取一把加一升水，煮至水减半，加酒三合和匀，分次口服大效。

根

【功能主治】吃杏仁太多，以致迷乱将死，则将根切碎煎汤服，即解。



巴旦杏

【别名】八担杏。

【释义】树像杏树但叶比杏树小，果肉很薄。它的核如同梅核，壳薄而且仁的味道甘美。用它来泡茶，像榛子的味道。

【性味】味甘，性平、温，无毒。

【功能主治】止咳下气，消胸腹逆闷。

梅

【释义】李时珍说，梅花开于冬而实在夏季成熟，得木之全气，结得果最酸，又叫它酸梅。梅和杏属同类。树、叶都很像，比其他果树先开花。乌梅、白梅既可食用，又可以药用。



梅

【性味】味酸，性平，无毒。

【功能主治】生吃能止渴。经常吃，损齿伤筋，蚀脾胃，使人发膈上痰热。服黄精的人忌食。吃梅后牙酸痛的人，可嚼胡桃肉止痛。

乌梅

【释义】装青梅于篮内，置于灶头上熏黑，如再用稻草灰水淋湿润后蒸过，则饱满而不被虫蛀。

【性味】味酸、干涩，性温，无毒。

【功能主治】下气，除热、安心，治肢体痛，偏枯不灵，死肌，去青黑痣，蚀恶肉，去痹，利筋脉，止下痢，好唾口干。泡水喝，治伤寒烦热，止渴调中，去痰，治疟瘴，止吐泻，除冷热引起的下痢。治肺痨病，消酒毒，安神得睡。与建茶、干姜一起制成丸服，止休息痢最好。敛肺涩肠，止久嗽，反胃噎膈，蛔厥吐痢，消肿涌痰。杀虫，解鱼毒、马汗毒、硫磺毒。

【附方】

治消渴烦闷：乌梅肉二两、稍微炒焙研为末。每服二钱，水二盏，煎至一盏水，滤去滓子，加入豉二百粒，煎到水剩半盏时，趁温服下。

治产后痢渴：乌梅肉二十个，麦门冬十二分，加水一升，煮七合，缓缓饮下。

治久痢不止：用乌梅二十个，加水一盏，煎至六分，食前分二次服下。

治大便不通：气阻欲死者，用乌梅十颗，用汤水浸泡去核，制丸如枣大，塞入肛门处，少刻即通。

治心胆腹痛：气短欲绝者。取乌梅十四枚，水五升，煮一沸，纳大钱十四枚，煮水至二升半，分顿服下。

治伤寒头痛：凡壮热，胸中烦痛，四五日不解。乌梅十四枚，盐五合，水一升，煎至半升，温服含吐，吐后避风，效果甚好。

治小儿头疮：乌梅烧末，生油调涂。

白梅

【释义】就是霜梅，又叫盐梅。

【性味】味酸、咸，性平，无毒。

【功能主治】和药点痣，蚀恶肉。有刺在肉中时，嚼烂敷上即出。治刀箭伤，止血，则研烂后敷搽。乳痈肿毒，则杵烂贴敷。治中风惊痫，喉痹痰厥僵仆。牙关紧闭的人，拿梅肉揩擦牙龈，口水出来牙便打开。又治泻痢烦渴，霍乱吐下，下血血崩，功效与乌梅相同。

【附方】

治毒疮肿胀：盐梅烧存性研为末，加入精面粉少许，香油调和，涂在毒疮四周，无论溃破与否，皆可用。

治霍乱吐痢：取盐梅加水煎为汤，慢慢饮下。

核仁

【性味】味酸，性平，无毒。

【功能主治】聪耳明目、轻身，使人肌肤润泽，精力旺盛，不易衰老，益气，不饥。除烦热。治手指忽然肿痛，则捣烂和醋浸泡。

花

【性味】味酸、涩，无毒。

【功能主治】可理思绪，清神思。有梅花汤、梅花粥怡神安心。

【附方】

梅花汤：用半开的花，用溶蜡封住花口，投入蜜罐中，过段时间后，取一两朵加上一匙蜜用沸水快速服下。

梅花粥：将飘落的梅花瓣放入米粥中煮来吃。

叶

【性味】味酸，性平，无毒。

【功能主治】痢疾及霍乱，煮梅叶取浓汁喝。李时珍说，夏衣生霉点，梅叶煎汤洗之即去，很验。

【附方】

治中水毒：初起头痛恶寒，意烦心急，清晨易醒，晚上症状加剧。梅叶捣汁三升，喝下即好。

治女子阴蚀：梅叶、桃叶一斛，捣烂蒸极热，纳小容器内，蒙一块布，患者隔坐其上蒸之，则寄生虫尽死。

根



【功能主治】治肢体酸痛，痛而游来没有定处。刚生下来的小孩，用梅根和桃、李的根煮水洗身，以后便不会有疮热之患。煎汤喝，治霍乱，止休息痢。长在地面上的梅根毒人。

桃

【释义】桃树很容易栽种，开花较早，结果众多。一般三年成树可结果。桃字中含一个“兆”字，一兆十亿，言桃之多。桃花有红、紫、白、粉之分；它的果子有绯桃、白桃、红桃、乌桃、脂脂桃、金桃、银桃等，都是以颜色命名的；而绵桃、油桃、方桃、匾桃、偏核桃等，皆以果形来命名。还有以时令来命名的，如：秋桃、冬桃、霜桃等。桃树栽种五年后应用刀割树皮，让树脂流出，就可多活数年。

【性味】味辣、酸、甜，性热，微毒。

【功能主治】作果脯食，益于养颜。它是补肺的果食，得肺病的人宜吃。桃吃得太多后立即洗浴，易使人患寒热病。多吃生桃，会发热膨胀，发丹石毒，以及长痈疖，有损没有益，桃被列为五果中的下品就是根据此而来的。桃与鳖同食，患心痛。



桃

冬桃

【功能主治】解痨热。

核仁

【性味】味苦、甘，性平，无毒。

【功能主治】治瘀血血闭，腹内积块，杀小虫，止咳逆上气，消心下坚硬，除卒暴出血，通月经，止心腹痛，治血结、血秘、血燥，通润大便，破瘀血。每夜嚼一枚和蜜，涂手和脸，效果良好。主治血滞，肢体游移性酸痛，肺痨病，肝疟寒热，产后血病。

【附方】

延年去风：用桃仁五合去皮，用粳米饭浆同研，绞汁会尽，又温之悦面，效果好。

治风劳毒肿：挛痛，或牵引小腹或腰痛。桃仁一升去尖皮，焙令黑烟出，热研如脂膏，用三升酒搅匀服下，卧床保暖出汗不过三次即可。

治产后百病：桃仁一千二百枚，去掉皮尖和双仁的，熬捣至极细后，加井水三斗，曲六升，米六斗，煮熟。用常规方法酿酒，每天空腹时任意喝。

治风虫牙痛：针刺桃仁，在油灯上烧得冒烟时拿开吹灭，放置在痛牙上咬住。不过五六次即愈。

花



【性味】味苦，性平，无毒。

【功能主治】杀疰，使人面色润泽，除水气，破尿路结石，利大小便，下三虫，消肿胀，下恶气。治心腹痛及秃疮。利宿水痰饮积滞，治风狂。研成末，敷头上的肥疮、手脚疮。

【附方】

治大肠痞结，粪干不出：以桃花研为细末，水服方寸匕，即通，或用一两鲜毛桃花和二两面做馄饨空腹吃之，即可排出干结之大便。

治脚气肿痛：桃花一升，阴干为末。用性温和之酒饮下，一夜即消。

治面生粉刺：用等份的桃花、丹砂制成末。每次服一钱，井水送服，每日三次。二十天后小便当是呈黑色，但面色却莹白了。将三月三日收的桃花和七月七日取的鸡血，和涂在面上。二三天后剥下，则会使人面色光滑。

叶

【性味】味苦，性平，无毒。

【功能主治】除尸虫，驱疮中小虫。治恶气，小儿寒热以及突受外界惊吓引起的惊悸、喘息、腹痛等。疗伤寒，湿气，治头风，通大小便，止霍乱腹痛。

【附方】

治黄疸：晴天的清晨，取朝东长的，大如筷子像钗股的桃根一把，切细。用一大盏水，煎至八分，空腹服。三至五天后，全身黄色自退，百天后完全恢复。

治女子阴痒：将桃叶捣烂，再用布裹好放入。一日换三四次。

治疠肠痔：桃叶加水煎服。

治鼻内生疮：桃叶的嫩心捣烂塞鼻内。无叶取枝亦可。

茎及白皮

【性味】味苦，性平，无毒。

【功能主治】除腹痛，去胃中热，治心腹痛，解蛊毒，避疫疠，疗黄疸身目如金，杀各种疮毒。

【附方】

治卒得恶疮：凡没有人识别的毒疮，取桃皮作屑敷患处。

治狂犬咬伤：桃白皮一握，水三升，煎至一升服下。

桃胶

【释义】桃旺长时，用刀割树皮，久了胶液则溢出。采收下来用桑灰汤浸泡，晒干后用。

【性味】味苦，性平，无毒。

【功能主治】炼制后服，保中不饥，忍风寒，下尿道结石，破血，治中恶疰忤，和益气，治下痢，止痛。

【附方】

治虚热作渴：制桃胶如弹丸大小，口含服，效果很好。

治产后下痢，妇人赤白，里急后重，腹痛：用焙干的桃胶、沉香、炒过的蒲黄各等份，研细为末。每服二钱，饭前米汤饮下。

栗

【释义】栗树高二三丈，树叶极像栎树叶。四月开青黄色的花，长条状如胡桃花，每枝至少有四五个，苞生刺如猬毛，有青、黄、赤三种。子生时壳黄，熟时壳变紫，壳内有膜裹住，到九月降霜时才熟。只有苞自己裂开掉出来的子才能久藏，否则容易腐坏。

【性味】味咸，性温，无毒。

【功能主治】益气，厚肠胃，补肾气，令人耐饥。生吃可治腰脚不遂。疗筋骨断碎，肿痛瘀血，生嚼后涂上，立刻见效。栗生吃会发气，晒干后吃则下气补益。小儿不可多吃，生的不易消化，熟的则胀气，生虫致病。蒸炒熟后吃也会胀气。栗粉喂养小儿，会使小儿不长牙齿。

栗



【附方】

治马咬成疮：用一完整的独颗栗子烧过研细敷患处。此法亦可用于野兽抓伤。

治小儿疳疮：嚼生栗子敷上。也可用以治疔芦刺入内。

治骨鲠在咽：将栗子内的薄皮烧灰存性，研末，吹入咽喉中，骨鲠即下。

钓鲠丸：用栗子肉上的皮半两，制成末，与一个鲇鱼肝和二钱半乳香同捣，做成梧子大小的丸。视鲠的远近，用线将丸子系紧，喝少许水吞下，提线即可钓出鲠。

治栗子颈：用栗苞内隔断薄膜嚼烂敷。

治膈气：用煅烧过的栗子黑壳与等份的春米槌上的糠，制成桐子大小的蜜丸。每次空腹服三十丸。

治小儿口中生疮：大栗煮熟，天天吃，甚效。

治鼻出血不止：宣州大栗七颗刺破，连皮烧灰存性，出火毒，加少许麝香研匀。每次服二钱，温水送下。或者用栗子壳炭研成末，做粥吃。

治刀伤：大栗子捣烂敷。

治老人肾虚腰痛：栗子同公狗腰子、葱、盐煮吃，一月即愈。

治小儿脚弱无力，三四岁仍不能行走：每天给生栗子他吃。

治跌打斗殴伤：生嚼栗子涂搽，效良。

治眼红疼痛，火气上升，眼球上血丝：用栗子七个，同黑鱼煮成羹吃。

栗楔

【释义】一个苞内长有三颗栗子，其中扁的一颗叫栗楔。

【功能主治】筋骨风痛，活血尤为有效。每天生吃七颗，破胸胁和腹中结块。将它生嚼，还可拔恶刺，出箭头，敷颈淋巴结结核肿痛。

栗壳

【释义】栗的黑壳。

【性味】气味同栗。

【功能主治】煮汤喝治反胃消渴，止泻血。

毛球

【释义】栗外面的刺苞。

【功能主治】煮汤，洗火丹毒肿。

花

【功能主治】治颈淋巴结结核。采栗花同壳一起制成末，每日用酒送服一钱。

树皮

【功能主治】治丹毒五色无常。

树根

【功能主治】用酒煎服，治偏坠疝气。

枣

【释义】枣树各地都有种植，以山东、山西的枣肥大甘美。枣树的木头呈红色，长着小刺，四月里长叶，五月开白中透青的花，秋季果熟，晒干即可入药，又可作食物用。煮熟压出的汁叫枣膏。蒸熟的叫胶枣，加糖蜜拌蒸则更甜。胶枣捣烂后晒干则成了枣油，具体方法为：选红软的干枣放入锅中，加水至刚好淹平，煮沸后捞出，在砂盆中研细，用棉布包住绞取汁，涂在盘上晒干，它的形如油，刮摩成末后收取。每次用一匙放入汤碗中即成美浆，酸甜味足，用来和米粉，最止饥渴、益脾胃。



【性味】生枣味甘、辛，性热，无毒。

【功能主治】多食令人寒热，腹胀滑肠。体质羸弱的人尤其不能吃。

大枣

【别名】干枣、良枣。

【释义】八月采，曝晒至干即可。味良美，易入药。

【性味】味甘，性平，无毒。

【功能主治】祛心腹邪气，安中，养脾气平胃气，通九窍，助十二经，补少气、少津液、身体虚弱，大惊，四肢重，和百药。长期服食能轻身延年。但有齿病、疳病、蛔虫的人不宜吃，腹中胀满的人不宜吃，小儿不宜多吃。忌与葱同食，否则令人五脏不和。与鱼同食，令人腰腹痛，多吃使人牙黄，多产生虫牙。

【附方】

治卒急心痛：把一个乌梅、二个枣、七个杏仁一起捣烂。男子用酒，女子用醋服下，以后一直到年老都不再发生心痛。

治耳聋鼻塞：不能听到声音，不能闻到香臭者，取大枣十五枚去皮核，蓖麻子三百枚去皮，放一起捣烂。绵布包裹后塞耳、鼻，每月一换。三十多天，就可听到声响，能闻到香臭。先治耳，后治鼻，耳鼻不可同时塞住。

治伤寒热病：口干咽痛，取大枣二十枚，乌梅十枚，研烂，捣入蜜丸，含口中，咽汁。效果良好。

治反胃吐食：大枣一枚去核，用斑蝥一枚去掉头翅，放入枣内，煨熟去蝥，空腹食之，白开水送下更好。

叶

【性味】味甘，性温，微毒。

【功能主治】覆盖麻黄，能令发汗。和葛粉，擦痱子疮，效果好。

根

【功能主治】治小儿赤丹从脚背发起。煎水勤洗浴。

木心

【性味】味甘、涩，性温，有小毒。

【功能主治】治寄生虫引起的腹痛，面目青黄，淋露骨立。锉取木心一斛，加水淹过三寸，煮至二斗水时澄清，再煎至五升。每日晨服五合，呕吐即愈。另外煎红水服，能通经脉。

皮

【释义】枣树皮与等量的老桑树皮烧研。

【功能主治】每次用一合，以井水煎后，澄清，洗目。一月三次，眼昏的人会复明。但须忌荤、酒、房事。

仲思枣

【别名】仙枣。

【释义】北齐时有位仙人仲思得到了这种枣种下，因此得名。它的形状如大枣，长二寸，纯紫色，纹细核小，味道甘美，现已不多见。

【性味】味甘，性温，无毒。

【功能主治】补虚益气，润五脏，美容颜。久食令人肥健。

苦枣

【别名】蹶泄。

【释义】苦枣多处都有生长，色青而小，味道很苦很少有人食用。

【性味】味苦，大寒，无毒。

【功能主治】治脏腑伤寒，狂荡烦满，大小便闭涩。取枣肉煮研细，用蜜调和为丸服。

红枣

【释义】产自北方。比黑枣小些，枣皮是红色，肉也有些微红，肉质酥松，放在水中多漂在水面，味也甜美。

【性味】味甘，性平，无毒。

【功能主治】补脾胃，益元气，生津液，令人不饱。小儿出痘后，宜多吃。

山果类

梨

【别名】快果、果宗、玉乳、蜜父。

【释义】梨树到处都有，树高二三丈，尖叶光滑且有细齿，二月开白色的花，梨的品种很多，有青、黄、红、紫四种颜色。

实

【性味】味甘、微酸，性寒，无毒。

【功能主治】治热嗽，止渴。治咳热，中风不语，伤寒发热，解丹石热气，惊邪。利大小便，除贼风，止心烦气喘热狂。润肺凉心，消痰降火，解疮毒、酒毒。

【附方】

治眼红肿痛：鹅梨一个捣汁。黄连末半两，腻粉一两，和匀后用布裹好浸入梨汁中，用此梨汁每天点眼睛。

治中风失音：喝一盏生梨捣的汁，次日再喝。

治痰火咳嗽：将好梨去核后捣成一碗汁，放入椒四十粒，煎沸后去滓，放黑糖一两，细细含咽即愈。又方，梨切成片，煎酥吃。

治消渴饮水：用香水梨，或鹅梨，或江南雪梨都可以，取它的汁加蜜水熬成后，用瓶收藏。随时可用白开水调服。

治反胃吐食，药物不下：取一个大雪梨，将十五粒丁香刺入梨内，再用湿纸包四五层，煨熟吃。

棠梨

【别名】甘棠。

【释义】棠梨树比梨树小，叶边都有锯齿。二月开白花，结实霜后可吃。棠梨树与梨嫁接最好。有甜、酸，红、白两种。李时珍说：棠梨，是一种野梨，处处山林都有。它的嫩叶、花均可烘熟充饥。

【性味】味酸、甘、涩，性寒，无毒。

【功能主治】烧来吃，止滑痢。

海红

【别名】海棠梨。

【释义】其性多类梨，生长较慢，数十年乃开花，根黄而盘劲，木质坚硬而多节，外面呈白色而中间是红色，枝叶繁茂。二月开红花，果子到八月才熟。它的形状如梨，和樱桃大小，味道酸甜，到八、九月可吃。

子

【性味】味酸、甘，性平，无毒。

【功能主治】止泄痢。

木瓜

【别名】杼木。

【释义】木瓜处处都有，尤以宣城为佳。树木的形状像柰，叶子光且厚。春末开深红色花，果实如小瓜而有鼻，鼻悬花脱实落之处，瓜皮呈黄色。

实

【性味】味酸，性温，无毒。

【功能主治】治肌肤麻木，关节肿痛，脚气，霍乱大吐，转筋不止。治脚气剧痒难忍，用嫩木瓜一个，去子煎服。另外作饮烊喝，可以止呕逆，心膈痰唾，消食，止水痢后口渴不止。止水肿冷热痢，心腹痛。



【附方】

治脚筋挛痛：用木瓜数枚，以酒水各半，煮烂捣膏，趁热贴于痛处。再用布绵浸水裹脚，凉后即损，一日三至五次。

治脐下腹痛：用木瓜五钱，柔叶三枚，枣肉一枚，水煎服。

治肾脏虚冷：气攻腹胁，胀满疼痛。用大木瓜三十枚，去皮，核剜空，用甘菊花末、青盐末各一斤填满，置笼内蒸熟，捣成膏，加入新艾草二斤调和，制入梧子大的丸。每次用米汤饮服下三十丸，一日二次。

木瓜核

【功能主治】治霍乱烦躁气急，每次嚼七粒，温水咽下。



枝、叶、皮、根

【性味】味酸、涩，性温，无毒。

【功能主治】煮水喝，都止霍乱吐下转筋，疗脚气。枝作拐杖，利筋脉。根叶煮水洗足胫，可以防止脚软跌倒。木材做桶洗脚，很益人。

花

【功能主治】治面黑粉刺。

山楂

【别名】楂、赤瓜子、茅楂。

【释义】李时珍说：它的味道像楂子，所以也叫楂。山楂树很高，叶有五尖，丫间有刺。三月开五瓣小白花。果实有红、黄二种，像花红果，小的如指头，到九月熟后，果较酸涩，经霜可食。

【性味】味酸，性冷，无毒。

【功能主治】能消食积，补脾，治小肠疝气，发小儿疮疹。健胃，通结气。治妇女产后枕痛，恶露不尽，可煎水加砂糖服，立即见效。

【附方】

治老人腰及腿痛：用山楂、鹿茸(炙)各等份为末，制蜜丸如梧子大。每服一百丸，空腹白开水送服。

治食肉不消：山楂肉四两，水煮吃下，并把汤汁喝下。



山楂

核

【功能主治】核吞下，化食磨积，治睾丸肿硬，坠胀麻木和妇女小腹肿大。

【附方】

治妇女难产：取山楂核四十九粒，用百草霜为胞衣，酒服下。

赤瓜木

【性味】味苦，性寒，无毒。

【功能主治】治水痢和头风身痒。

根

【功能主治】消积，治反胃。

茎叶

【功能主治】煮水，洗漆疮。



庵罗果

【别名】香盖。

【释义】庵罗果树长得极大，似花林树。叶子像茶叶，果实像梨，比梨早熟，五、六月可摘，多食无害。

【性味】味甘，性温，无毒。

【功能主治】止渴。又可治妇女经脉不通，男人血脉不行。经常食，令人不饥。凡时疫流行病和吃饱后，都不能吃。和大蒜、辛物一同食用，会使人患黄病。

叶

【功能主治】煎水服，止渴疾。

柰

【别名】频婆。

【释义】频婆，是其梵音。江南也有，北方最多。它可以栽种亦可嫁接。树果都像花红比花红大，有白、红、青三种颜色。白的叫素柰，红的叫丹柰，青的叫绿柰，都在六、七月成熟。

实

【性味】味甘，性寒，无毒。

【功能主治】补脏腑气不足，和脾。捣成汁服，治暴食引起的饱胀和气壅不通。益心气，耐饥，生津止渴。常吃令人肺胀，有病的人更甚。

林檎

【别名】来禽、文林郎果。

【释义】林檎的树似柰树，都在二月开粉红花，果实小而圆，六、七月成熟。其中味道甘酸的是揪子。其他还有金林檎、红林檎、水林檎、蜜林檎、黑林檎，都是用其具有的色和味来命名的。另有颜色像紫柰，到冬季才结果的。林檎味道甘美，能吸引众多禽类于林中，故有林禽、来禽之名。

【性味】味酸、甘，性温，无毒。

【功能主治】下气消痰，治霍乱腹痛。患消渴的人宜吃。疗水谷痢、泄精、小儿闪癖。经常吃会发热和生疮疖，闭百脉。

柿

【释义】李时珍说：柿树较高，叶大而圆且富有光泽。世传柿有七绝：一多寿，二多阴，三无鸟巢，四无虫，五霜叶可玩，六果实可待宾朋，七落叶厚且滑，用以临书。四月开黄白色小花。结的果实为青绿色，八、九月才成熟。生柿收藏后自行变红的，叫烘柿；晒干的叫白柿，用火熏干的叫乌柿；水泡储藏的叫酸柿。有的柿子呈青色，无涩味，可生吃。柿有核呈扁状，像木鳖子仁而坚硬。柿根很牢固，叫做柿盘。



柿

烘柿

【释义】把青绿色的柿子放置在容器中，使自然变红熟，像火烘出来的一样，而且涩味尽去，味甜如蜜。

【性味】味甘、涩，性寒，无毒。