

蘇
沈
良
方

3285
205

宋 蘇軾 沈括 著

蘇 沈 良 方

人民衛生出版社影印

苏 沈 良 方

开本：850×1168/32

印张：3 $\frac{1}{4}$

宋 苏轼 沈括 著

人 民 卫 生 出 版 社 影 印

(北京书刊出版业营业许可证出字第0046号)

·北京崇文区禄米胡同三十六号·

公私合营京華膠印厂印刷·新華書店發行

统一书号：14048·0900

1956年6月第1版—第1次印刷

定

价：0.48元

(北京版) 印数：1—13,000

內 容 簡 介

「苏沈良方」是採集沈括（存中）的医方和苏軾（东坡）的医藥雜說而成的。由於本書書目已見載於「宋史藝文志」，故一般多認為是宋末時的人所集的。

本書体裁近乎医藥隨筆。全書共分十卷，論述範圍很廣，总的說來，有「本草學」和疾病治療學兩方面的問題。關於「本草學」的記載，有許多可作為研究藥物的考據資料；關於疾病治療的記載，有內科、外科、眼科、婦科、小兒科等各科簡效的療法，所載方藥，大多附以驗案，所以更能說明療效。其中所列灸法一項，詳論主治病症及取穴方法，不但切實可行，而且又是我國古典醫學中對某些慢性病患的一種特殊療法，值得我們深入研究的。所以本書是一部很實用的書，可供中西醫師的參考。

出版者的話

我國固有醫學文獻極為豐富，它是祖國寶貴文化遺產的一個重要組成部分，是我們祖先以卓越的智慧將歷代積累的經驗總結出來的成果，直到現在它還有很大的實用價值。我們必須繼承和發揚這份文化遺產，認真學習和研究它的學理和實踐經驗，用科學方法加以整理總結，以提高它的學術水平，不僅有助於我國人民保健醫療事業的發展，並且能豐富現代世界醫學的內容。

爲了配合學習和研究祖國醫學的需要，本社特選印一部分古典醫學原著，其內容均係依據古本原樣未加改動。由於著者在寫作當時受歷史條件的限制，缺乏系統的科學論證，而且由於長期的封建社會和近百年來半封建半殖民地社會的束縛，因而也就限制了它的發展和提高。這類文獻如能全面加以整理，使之成爲更好的科學讀物，當然是最理想的。但這些工作還不是短時期內所能做到的。因此希望讀者以正確對待文化遺產的態度，來學習和研究祖國醫學，吸取其合理部分，去掉其不合理部分，並加以繼續改進和提高，則我們祖國這一寶貴的文化遺產定可發揚光大，定可更有效地爲人民服務。

人民衛生出版社

原序

予嘗論治病有五難。辨疾。治疾。飲藥。處方。別藥。此五也。今之視疾者。惟候氣口六脈而已。古之人視疾。必審其聲音。顏色。舉動。膚理。性情。嗜好。問其所爲。考其所行。已得其大半。而又徧診人迎氣口。十二動脈。疾發于五臟。則五色爲之應。五聲爲之變。五味爲之偏。十二脈爲之動求之如此其詳。然而猶懼失之。此辨疾之難一也。今之治疾者。以一二藥書。其服餌之節。授之而已。古以治疾者。先知陰陽運歷之變。故山林川澤之竅發。而又視其人老少肥瘠。貴賤居養。性術好惡。憂喜勞逸。順其所宜。違其所不宜。或藥或火。或刺或砭。或湯或液。矯易其故常。裨摩其性理。擣而索之。投幾順變。問不容髮。而又調其衣服。理其飲食。異其居處。因其情變。或治以天。或治以人。五運六氣。冬寒夏暑。暘雨電雹。鬼靈魘蠱。甘苦寒溫之節。後先勝負之用。此天

理也。盛衰強弱。五臟異稟。循其所同。審其所偏。不以此形彼。亦不以一人例衆人。此人事也。言不能傳之於書。亦不能喻之乎口。其精過于承蜩。其察甚于刻棘。目不捨色。耳不捨聲。手不釋脈。猶懼其差也。授藥遂去。而希其十全。不亦難哉。此治疾之難二也。古之飲藥者。煮煉有節。飲啜有宜。藥有可以久煮者。不可以久煮者。有宜熾火者。有宜溫火者。此煮煉之節也。宜溫宜寒。或緩或速。或乘飲食喜怒。而飲食喜怒爲用者。有違飲食喜怒。而飲食喜怒爲敵者。此飲啜之宜也。而水泉有美惡。操藥之人有勤惰。如此而責藥之不效者。非藥之罪也。此服藥之難三也。藥之單用爲易。知藥之複用爲難。知世之處方者。以一藥爲不足。又以衆藥益之。殊不知藥之有相使者。相反者。有相合而性易者。方書雖有使佐畏惡之性。而古人所未言人情所不測者。庸可盡哉。如酒于人。有飲之踰石而不亂者。

有濡吻則顛眩者漆之于人有終日博澁而無害者有觸之則瘡爛者焉知藥之于人無如此之異者此稟賦之異也。南人食猪魚以生。北人食猪魚以病。此風氣之異也。水銀得硫黃而赤如丹。得礬石而白如雪。人之欲酸者無過于醋矣。以醋爲未足。又益之以橙。二酸相濟。宜其甚酸。而反甘。巴豆善利也。以巴豆之利爲未足。而又益之以大黃。則其利反折。蟹與柿。嘗食之而無害也。二物相遇。不旋踵而嘔。此色爲易見。味爲易知。而嘔利爲大變。故人人知之。至于相合而知他藏致他疾者。庸可易知耶。如乳石之忌參朮。觸者多死。至于五石散。則皆用參朮。此古人處方之妙。而世或未喻也。此處方之難四也。醫誠藝也。方誠善也。用之中節也。而藥或非良。奈何哉。橘過江而爲枳。麥得濕而爲蛾。鷄踰嶺而黑。鸛鵒踰嶺而白。月虧而蚌蛤消。露下而蚊喙圻。此形器之易知者也。性豈獨不然乎。

予觀越人藝茶畦稻一溝一隴之異。遠不能數步。則色味頓殊。況藥之所生。秦越燕楚之相遠。而有山澤膏瘠燥濕之異。稟豈能物物盡其所宜。又素問說陽明在天則花實。賤氣少陽在泉則金石失理。如此之論。採掇者固未嘗晰也。抑又取之有早晚。藏之有焙炙。風雨燥濕。動有槁暴。今之處藥。或有惡火者。必日之而後咀。然安知採藏之家。不常烘煜哉。又不能必此辨藥之難五也。此五者大。概而已。其微至于言不能宣。其詳至于書不能載。豈庸庸之人。而可以易言醫哉。予治方最久。有方之良者。輒爲疏之。世之爲方者。稱其治效。嘗喜過實。千金肘後之類。猶多溢言。使人不敢復信。予所謂良方者。必目睹其驗。始著于篇。聞不預也。然人之疾。如向所謂五難者。方豈能必良哉。一賭其驗。卽謂之良。殆不異乎刻舟以求遺劍者。予所以詳著其狀于方尾。疾有相似者。庶幾偶值。云爾。篇無

次序。隨得隨註。隨以與人。極道貴速。故不暇待完也。沈括序

蘇沈內翰良方序

沈公內翰。字存中。博古通今。古君子也。留心醫書。非所好也。實有補於後世爾。公凡所至之處。莫不詢究。或醫師。或里巷。或小人。以至士大夫之家。山林隱者。無不求訪。及一藥一術。皆至誠懇切而得之。終不以權勢財貨逼而得之。可見其愛物好生之理也。公集而目之曰良方。如古之良醫者。若孫真人。未嘗不以慈悲方便救護爲念也。近世有人。或得一方。小小有効。則其真得之。此亦爲衣食故也。若夫腰金佩玉。出權貴之門。又安敢望其面目乎。余得此方十有餘年。恨篋無金帛。而能成就一板。使流傳天下後世。療夫久疾痼痾纏綿之苦者。也。豈自言微功有所利也。然此方經驗有據。始敢鏤行。永嘉金門羽客林靈素序。

蘇沈內翰良方序

雅曰慕蘇沈之書晚晏方獲錄冊不知誰之絳寫憶自宋梓來也觀其論草物疏骨蒸其高出羣哲之見者矣醫家以本草爲指南而記藥品者雖源於神農然漸遠漸訛未必無未盡之說苟不詳覈而誤用之幾何不益夫病勢而賊夫元真哉所以辯其方種著其形味使不容於毫末亂之而餌物者如乘皇舟以渡安流必無傷生害性之具也夫真陽之管人身赫然鬱然其氣之熱匪邪也受疾者必有邪奸其間隨臟腑以作難屬經分而爲隱然其所以可深虞而退慮之者緩緩遲遲煎陰沸液不患不底於其斃故曰某蒸曰某蒸因而灸藥如捕盜者密搜其所在以繫獲之則良民妥綏矣今之醫者不廣索其藥味之正而因其便近者承乏代無則對病之功罔奏徒爲偽市消物者之利焉觀諸此亦知警於其心者又醫以脉察病統云

勞瘁內熱不斟酌其五內之重輕不窺測其表裏之先後經使弗施君劑弗立何以療其含茹蓄積之一症耶觀諸此則亦知悟於其心者其餘執論立方席卷婦人小兒之諸病而剴裁之又時採延年地仙之方而補益之可謂竭矣哉蓋坡老仕宋頻得言譴而放逐危難者屢焉其以剛亮銳直之資動裏省躬之際乃正其所也陸贄不用閹門脩方書之意猶乎此蓋古人上不得致君於唐虞則薄其賦役織其刑罰爲之視而不傷於跣爲之聽而不折於震布利益生民之政以挽回酷雪之風亦其次也若醫術一事滯者使之通臥者使之起瘠者使之充昏者使之爽秘者使之開憂子者泰父母反側之心痛夫者開妻妾嚮感之思鬼門轉其足生宅復其魂推廣仁民之道端在於是此抄老之隱抱而沈括則博聞精見格物遊藝旁通醫藥尤所以足成一家之書也夫

沈氏良方。後人益以蘇氏之說。遂名之曰蘇
沈良方。非當時合著之書也。余藏舊刻印本
書十卷。不列存中氏原序。而載有林靈素一
敘。亦止論沈。未及蘇。其卷首一敘。兼及蘇沈。
文頗拙蹇。不著作者姓名。蓋俗筆也。按永樂

大典中有蘇沈良方名目。蓋從宋史藝文志
來者。則知合蘇沈而傳於今日之本。約畧宋
末人爲之耳。又攷宋史沈氏良方十卷。蘇沈
良方十五卷。以藏本卷數較之。雖合沈氏。却
雜以蘇說。若從蘇沈良方。則少五卷矣。豈在
當時已散佚不全耶。其中誤字甚多。幾至不
可讀爲之訂正。然內症外症。婦人小兒。以至
雜說。依稀畧備。似非不全之本。蓋古人以醫
卜爲賤術。作史者志方書。未必詳加攷訂。卽
如劉涓子之鬼遺方論。宋史作鬼論。脫去遺
方二字。則其他之疎畧可知也。此書卷帙未

符宋志。其間分合多寡。不可攷矣。內中諸方。
間已見之博濟靈苑諸書。卽其餘亦莫不應
病神驗異常。至有不可以理測者。豈非龍宮
之所授耶。今爲授梓。併補刻沈氏原敘一篇。
熟讀五難。大有裨益。

瘦樵程永培跋



蘇沈內翰良方總目

第一卷

脉說

蒼耳說

記菊

記海漆

記益智花

記食芋

記王屋山異草

記元脩菜

記蒼朮

記流水止水

論臟腑

論君臣

論湯散丸

論採藥

論橘柚

論鹿茸麋茸

論雞舌香

論金罌子

論地骨皮

論淡竹

論細辛

論甘草

論胡麻

論赤箭

論地菰

論南燭草木

論太陰元精

論稷米

論苦舛

論蘇合香

論薰陸香

論山豆根

論青蒿

論文蛤海蛤魁蛤

論漏蘆

論豬鬃

論龍芮

論麻子

灸二十二種骨蒸法

唐中書侍郎崔悌序

取穴法

用尺寸取穴法

艾炷大小法

取艾法

用火法

具方

第二卷

論風病

治風氣四神丹

四味天麻煎

治偏風木香散

治筋骨左經丸

治三十六種風燒肝散

治鶴膝風伊祁丸

治風烏荊丸

治風氣不順天麻丸

服威靈仙法

治肝痿脚弱煮肝散

治風毒攻眼內外障烏頭丸煎

又一方

治諸風傷寒通關散

治風邪諸痢辰砂散

治諸風上攻頭痛方

治筋脉抽掣疼痛側子散

治腎臟風四生散

第三卷

論聖散子

聖散子啟

聖散子方

解傷寒小柴胡湯

治傷寒及一切風麻黃丸

治暑暈巡閱絕 治暑傷肌膚瘡爛

治瘴木香丸 治傷寒痞氣枳殼湯

治胃痺切痛梔子湯

五積散

順元散

紫金丹

治脾寒瘧疾七棗散

治氣虛陽脫體冷葱熨法

金液丹

第四卷

服茯苓說

服茯苓賦并序

治臟腑冷極木香散

治一切積滯化氣礪砂丸

養血去積滯桂丸方

黑神丸

神保丸

治腹中切痛小建中湯

治胃氣小腹切痛進食散

止逆定喘壓氣散 消食化氣訶子丸

治脾胃虛冷椒朴丸

治喘手足腫無礙丸

治脾胃虛弱并婦人脾血久冷桂香散

治胃虛泄瀉健脾散

治久患脾泄瀉香薑散

治一切滯氣引氣丹

急下涎半夏湯

治一切氣痛沉麝丸

治痰壅胸膈脹痛白雪丸

治諸氣礞石丸 消食化氣止瀉疾疴丸

解暴熱化痰龍膽丸

治胃虛氣霍亂吐瀉香茸散

第六卷

治腹中氣塊方 暴下方

問養生 論修養寄子由

治瀉痢方 茶方

養生說 續養生說

第五卷

與翟東玉求地黃 治肺痿客忤蘇合香丸

養生說 上張安道養生訣

治勞明月丹 治久嗽勞嗽火角法

神仙補益 穀子煎法

治積年肺氣九寶散

書辟穀說 陽丹訣

治脚氣流注頭昏何首烏散

陰丹訣 秋石方

治消渴方 經效阿膠丸

陰煉法 陽煉法

灸咳逆法 止欬逆羌活散

金丹訣 龍虎鉛汞說

治肺喘 鎮心安神硃砂膏

記丹砂 記松丹砂

鎮心空膈去邪及治婦人血攻藥珠丹

第七卷

至寶丹 治血氣心腹痛四神丹

治眼齒 治內障眼

療痢血方

水瀉裏急後重檮根散

藥散

治腸痔下血如注水

治小便不通

治小便數并治渴

治夢中遺泄茯苓散

療寸白虫

第九卷

瘡瘍久不合

小還丹治背疽癰癤

治發疽柞葉湯

治腫毒癰疽

登州孫醫白膏尤善消腫

雲母膏

治癰疹久不散小硃散

治發瘡疹不透畜伏危困

治癰癰柴胡湯

又用貼瘡藥

治癰癰方

治風毒癰癰

治惡瘡地骨皮散

治癰方

治年久裏外癰瘡不瘥者

治下疳脚瘡火府丹

還精神明酒

治諸目疾

點眼龍膽膏

治眼癢實散

治內障青盲一切眼疾狸鳩丸

治偏頭疼方

治頭痛硫黃方

治氣攻頭痛胡蘆巴散

治鼻衄方

治鼻衄不可止欲絕者

治鼻衄刺薊散

治熱吐槐花散

治吐紫粉丸

治止吐軟紅丸

治吐逆粥藥不下者酒磨丸

治口瘡綠雲膏

灸牙疼法

服松脂法烏髭

第八卷

治水氣腫滿法

治水氣逐氣散

治小腸氣二薑散

治小腸氣閉塞

治小腸氣倉卒散

治小腸氣斷弓弦散

治痢芍藥散

治痢四神散

療久瘡

治瘡疥甚者

治陰瘡痒痛出水不瘥 又方

治癬方

繫瘤法

治甲疽努肉裹甲膿血

續骨丸

治傷折內外損神授散

治骨鯁或竹木簦刺

治諸鯁

第十卷

治婦人產乳百疾澤蘭散

治婦人血風勞朱黃琥珀散

治少男室女骨蒸麥煎散

治婦人妊娠傷寒白朮散

治產後敗疾肉桂散

治產後血暈血癥大黃散

治小兒急慢驚風黑神丸

治祿中小兒臍風撮口法

治小兒諸風諸疳痢青金丹

治小兒風熱時氣瘡疹發熱桔梗散

治小兒傷寒風痢小黑膏

治豌豆瘡無癢

治瘡疹欲發已發而陷伏者

治小兒驚熱辰砂丸

治小兒豌豆瘡入目方

治小兒走馬疳牙磨香散

治小兒走馬疳牙磨爛

治小兒諸疳諸痢食傷牛黃煎

治久患翻胃及小兒驚吐諸吐方

治久患翻胃烏頭散

治膈氣翻胃茱萸丸

治小兒疳瀉吳婆散

治小兒驚氣鬱生涎寒水石散

治小兒驚積小硃砂圓

治小兒虛中積潮熱妙香丸

治小兒臍久不乾赤腫出膿及清水

治小兒熱嗽

治小兒疳肥瘡生頭上

雜錄

蘇沈內翰良方目錄終

