

王者悦
主编



中国药膳 大辞典

(修订版)

大连出版社

中国 药膳 大辞典



食药同源



ISBN 7-80555-529-X



9 787805 555294 >

ISBN 7-80555-529-X/R·16

定价: 80.00元

中国药膳大辞典

(修订版)

春湖养生研究所 编纂

王 者 悦 主编

大连出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国药膳大辞典/王者悦主编. —大连:大连出版社,2002.1

ISBN 7-80555-529-X

I. 中… II. 王… III. 食物疗法—词典

IV. R247.1-61

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 075958 号

大连出版社出版

(大连市西岗区长白街 12 号 邮政编码 116011)

沈阳新华印刷厂印刷

新华书店经销

开本:787 毫米×1092 毫米 1/16 字数:1670 千字 印张:55½

印数:9001-14000 册

1992 年 6 月第 1 版

2002 年 1 月第 2 版

2002 年 1 月第 3 次印刷

责任编辑:徐承本 张绪蒲

责任校对:王恒田

封面设计:曹 艺

版式设计:孙德彦

定价:80.00 元

《中国药膳大辞典》编纂委员会

主 编:王者悦

特邀主编:夏洪生 杨思澍 邓继山 王耀廷 李廷和 庄树藩

常务副主编:陈广路 于沧江 徐承本 肖永林 段奇玉 孙洪洋

副 主 编:逢春风 戴秀敏 郝亚臣 白风学 姜敏杰 刘亚柱

文斗光 梁玉山 朴志贤

编 委:(以姓氏笔画为序)

于庆香 于爱芬 才 捷 马金凯 马新铃 王 丹

王 抒 王 迪 王大为 王克勤 王国林 王学敏

王淑范 云正华 邓 鸿 石志超 朱学顺 庄 严

刘 春 刘广文 刘联声 孙 宏 孙秀珠 杨雪峰

李有才 李立民 吴婉君 位 鸿 邹华娟 张 晔

张士良 张春霞 张智基 武跃进 武银久 项 颢

赵士英 赵凤艳 姜显肃 袁淑芳 原小凤 倪佳奎

徐志霞 徐国宪 黄锦英 崔 为 崔 巍 崔勿娇

阎桂银 阎德凤 梁 升 韩 捷 谭 智 谭培军

特邀顾问:彭铭泉 翁维健 吴 枫 周一谋 隋志仁 方维忠

高贵清 张万选

顾 问:鲁安平 汪 为 迟达明 沈萃远 刘庆欣 邓明鲁

苗洪范 阎洪臣 任继学 胡永盛 刘冠军 高士贤

杨慧滋 胡丁一 邓继海 于中兴 高世魁 陈学永

再版前言

我国首部大型药膳工具书《中国药膳大辞典》自 1992 年问世,与读者见面以来,以它近万首药膳方、丰富的文献、人物、术语内容和很强的科学性、实用性、资料性,体现了它在总结传统食疗与当代药膳方面的权威性,从而引起了国内外广大专家、学者的关注和众多读者的欢迎。

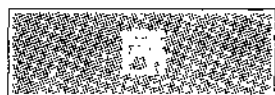
1993 年本书获辽宁省新闻出版局颁发的优秀图书二等奖、全国城市出版社优秀图书评委会颁发的优秀图书一等奖。并于 1997 年由日本 M·E·K 株式会社出版了日文翻译版。

本书在获得高度评价的同时,一些同仁和读者也对本书的内容和编辑工作提出了不少很有价值的建议和意见,帮助我们发现了需要进一步改进和完善的地方。因此,在本书初版发行十年之际,我们顺利地完成了本书的修订工作。借此机会,向关心本书的所有人士表示诚挚的谢意。

本次修订,主要是对部分内容加以补充,对少数分类加以调整,对错误不当之处加以修正,并全部更新了全书的版式装帧设计,力求以全新的面目与广大读者见面。

本次修订还是局部和调整性的,难免仍存在不尽如人意的地方,诚望广大读者海涵,并请提出宝贵意见。

编 者



医药知识的发生和发展离不开人类的生产和生活实践。应用食物和其他天然营养品来营养身体、保健养生、防治疾病的食事活动,是在人类同大自然斗争中产生和发展起来的。中华民族的饮食养生活活动历史悠久,并逐渐成为中医学的组成部分,也是我国古代文明的重要内容之一。

在漫长的原始社会中,我们的祖先逐渐把一些天然物产区分为食物、药物和毒物。到了奴隶社会,随着生产力的发展,烹饪技术逐渐形成,出现了羹和汤液,发明了汤药和酒,并进而制进了药用酒。制酒技术推衍而产生的醋、酱、豆豉、饴等,丰富了医药内容。周代已经有了世界最早的专职营养师——食医;《周礼》有“以五味、五谷、五药养其病”的记载;《山海经》载有食鱼、乌治病的内容。战国时代出现了我国第一部医学理论专著——《黄帝内经》,不仅奠定了食疗的理论基础,而且收有食疗方剂。汉代的《神农本草经》是我国第一部药物专著,收有许多药用食物;张仲景的《伤寒论》、《金匱要略》载有“猪肤汤”、“当归生姜羊肉汤”等著名食疗方剂。唐代是我国食疗学发展的重要阶段。孙思邈的《备急千金要方》中专辟“食治”篇,是现存最早的中医食疗专论,第一次全面而系统地阐述了食疗、食药结合的现论。宋、金、元时期,食疗理论与应用有较大发展。宋代《太平圣惠方》的“食治论”,记载了28种疾病的食疗方;《养老奉亲书》记述了老人饮食保健与治疗。元代饮膳大臣忽思慧的《饮膳正要》,是一部完整的营养学专著。明清时期,有关饮食保健的著作大量涌现,还出现了一些野菜类著作,扩大了食物来源。李时珍的《本草纲目》也收有200余种药用食物。

中医食疗学不仅为中华民族作出巨大贡献,而且对世界也有很大的影响。据考证,现在仍流行在欧美的一些保健食品,是700多年前意大利人马可·波罗由我国带去的。法国的“哈姆茶”就是中药紫苏叶沏的茶,原方载于晋代《肘后方》;流行于意大利的“大黄酒”,源于孙思邈

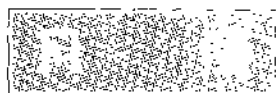
的《千金方》；流行于欧美的“杜松子酒”，出于元代《世医得效方》，所谓“松子”，其实是中药柏子仁。现在，天津风味十足的绿豆煎饼，在罗马和巴黎被称为“保健热狗”；菊花酒、五加皮酒、橘皮茶、茯苓饼等，已摆上国外的柜台；日本、新加坡等国家已出现了以中国传统保健膳食为主的餐馆。

我国素有“食药同源”之说。传统中医学认为食即是药，或者说相当于药。因为它们同源、同用、同效。食物的性能与药物的性能一致，包括“气”、“味”、“升浮沉降”、“归经”、“补泻”等内容，并在阴阳、五行、脏腑、经络、病因、病机、治则、治法等中医基础理论指导下应用。其补益作用计有聪耳、明目、乌发、生发、增力、善走、增智、安神、健肤、美容、轻身、固齿、肥人、强筋、壮阳、种子、益寿等 20 余项；其治疗作用计有解表、清热、止咳、化痰、平喘、利水、泻下、行气、活血、止血、化瘀、消食、驱虫、收敛、补益等 20 余项。传统中医食与药并没有明确界限，因此药疗中有食，食疗中有药。当代学者在传统中医食疗学基础上，提出了“药膳”的新概念，并很快被普遍使用。

近几年来，随着人民生活水平的提高，群众对养生保健的要求日益迫切。在这种社会需求的刺激下，传统食疗与当代药膳的书籍大量涌现，有的地方甚至建立了药膳餐馆，这不仅对提高中华民族的健康水平大有益处，而且对中国药膳学的发展起了极大的促进作用。在这种情况下，大连出版社与春湖养生研究所共同推出《中国药膳大辞典》，是一件值得庆贺的大事。这是我国第一部有关中国药膳的大型工具书，自然有填补空白的意义。不仅如此，这部辞典也是对传统食疗和当代药膳的总结，具有很强的实用性、科学性、资料性和权威性。它以近万首药膳方以及文献、人物、术语的丰富内容，展示了中国药膳的巨大成就和鲜明的民族特色，它对我国乃至世界的医药卫生事业必将产生深远影响。

北京中医学院中医
营养学教研室主任 教授 翁维健

1991 年 9 月



一、本辞典是一部专门解释中国药膳范畴内各类词语的大型工具书。共收词目 9110 条。其中文献类 168 条,人物类 71 条,名词术语类 273 条,药膳原料类 1230 条,药膳方类 7368 条。约 200 万言。

二、收词原则。上起先秦,下迄当代,凡与中国药膳有关的词语均在所收之列。以收集古代典籍中的词汇为主,对近代、当代文献中的词汇也尽可能地网罗收集。其中药膳方类所收词目,原则上源自各类文献,对民间验方也酌情收入。

三、人物和文献,均以其本名立目,人物的字、号、别号、自号,文献的又名、异名或简称,一般不再立目,个别的另立参见条。

四、一词多义的,以①②③……分项叙述,例:“黄精酒①黄精(去皮)3000 克……②黄精 2400 克……③黄精、苍术各 2400 克……④黄精、苍术各 2000 克……”

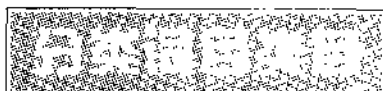
五、本辞典以公制克和毫升为计量单位。历代文献中的计量单位斤、两、钱、分、石、斗升合等,均依据“古今度量衡对照标准”换算成克或毫升。由于古代药膳方中各种药膳原料的用量和现代习惯用量有较大差异所以读者在使用古代药膳方时,应以现代习惯用量为主要依据,以古方中各成分的用量比例为参考。所用中药剂量以《中华人民共和国药典》为标准。所收古代药膳方之酒方,由于古今酒的浓度差异较大,所以在服量上做了适当调整。

六、本辞典按内容分类编排。其中药膳方按功能主治分为益气健脾、补血养营等 18 类。正文前列有词目表。

七、本辞书所用简化字,以中国文字改革委员会《简化字总表》为依据,并重点参考《辞海》等工具书。

总 目 录

凡例	1
分类词目类目	2
分类词目目录	3
正文	4



文献	1
人物	19
名词术语	27
一般术语	29
炮炙术语	31
烹调术语	35
药膳原料	49
药膳方	179
益气健脾类	181
补血养营类	246
气血双补类	273
滋阴生津类	325
助阳健身类	386
安神益智类	436
开胃消食类	464
温里散寒类	482
理气止痛类	505
活血化瘀类	519
平肝熄风类	539
解表散邪类	552
祛痰止咳类	566
清热解毒类	595
祛风除湿类	680
利水退肿类	736
润肠通便类	754
其他类	763

分类词目目录



神农黄帝食经	3	食物辑要	5	夷白堂主人食物本草	8
太清神仙服食经	3	食物本草	5	太官食法	8
神仙服食药方	3	食品集	5	太官食经	8
服食方	3	食史	5	古方饮食疗法	8
刘氏食方	3	茹草编	5	中国食疗学	8
神仙药食经	3	饮饌服食谱	5	中医食疗营养学	8
诸葛氏淮南王食经并目	3	饮饌服食笺	6	中医谈食物保健	8
崔氏食经	3	饮食集	6	山家清供	8
马氏食经	3	新食经	6	药膳食谱集锦	9
膳馐养疗	3	粥谱	6	食补与食疗	9
养生服食禁忌	3	释氏施食心法	6	传统膳食宜忌	9
四时御食经	3	随息居饮食谱	6	食事疗法(日文版)	9
千金·食治	3	调疾饮食辨	6	中国药膳食谱(第一辑)	9
食疗本草	3	养生食鉴	6	药膳	9
食性本草	3	脉药联珠食物考	6	中国药膳	9
食医心鉴	3	食物本草会纂	6	中国药膳学	9
服食精义论	3	食宪鸿秘	6	中国药膳大全	9
服气口食诀	3	食物秘书	7	大众药膳	10
四时食法	4	食物小录	7	药粥疗法	10
蔬食谱	4	食忌撮要	7	药茶与药露	10
黄帝杂饮食忌	4	食物辨	7	神农本草经	10
调膳调生图	4	食物考	7	名医别录	10
神农食忌	4	食单	7	本草经集注	10
养身食法	4	费氏食养三种	7	新修本草	10
食治通说	4	居常饮饌录	7	日华子诸家本草	10
食鉴	4	服食撮要	7	开宝新详定本草	10
本心斋蔬食谱	4	饮食考	7	本草图经	11
食疗方	4	饮食书	7	经史证类备急本草	11
饮膳正要	4	老人食谱	7	汤液本草	11
饮食须知	4	随园食单	7	救荒本草	11
日用本草	4	本草医旨食物类	7	本草纲目	11
新刻养生食忌	5	本草饮食谱	7	本草约言	11
野菜博录	5	勿药单方	7	上医本草	11
野菜谱	5	食法杂酒食要方白酒并作物 法	7	二如亭群芳谱·药谱	11
养生食忌	5	食鉴本草	8	本草述钩元	12
食物辨真总释	5	食法	8	本草逢原	12
		食经	8	玉楸药解	12
				养老奉亲书	12

养生月览	12	气功药饵疗法与救治偏差手	22
保生要录	12	术	16
寿亲养老新书	12	黄帝内经	16
东坡养生集	12	金匱要略方论	16
多能鄙事	12	外台秘要	16
山居四要	13	太平圣惠方	16
遵生八笺	13	圣济总录	16
厚生训纂	13	儒门事亲	16
居家宜忌	13	脾胃论	17
养生四要	13	温疫论	17
枕中秘	13	普济方	17
扶寿精方	13	景岳全书	17
安老怀幼书	13	济阳纲目	17
全生四要	13	潜斋医话	17
老老余编	13	中国传统老年医学文献	
引年录	13	精华	17
太上玉轴气诀	14	中国药酒	17
援生四书	14	吕氏春秋	17
格物须知	14	人 物	
洗心篇	14	伊尹	21
养生揽要	14	孔子	21
养生至论	14	张仲景	21
服食须知	14	王熙	21
陆地仙经	14	葛洪	21
寿世秘典	14	虞棕	21
寿世青编	14	刘休	21
寿世传真	14	陶弘景	21
寿世编	14	崔浩	21
延年各术	15	诸葛颖	21
老老恒言	15	马琬	21
节饮集说	15	孙思邈	21
勿药须知	15	韦巨源	21
修真秘录	15	崔禹锡	21
四气摄生图	15	咎殷	21
仁寿景	15	孟诜	22
养生保健集	15	陈士良	22
养生与长寿	15	卢仁宗	22
中医长寿之道	15	日华子	22
中华养生大辞典	15	李珣	22
中国古代延年益寿术	15	苏頌	22
中国古代养生长寿秘诀	15	刘元宾	22
		通真子	22
		唐慎微	22
		陈直	22
		郑樵	22
		黄克明	22
		郭晏封	22
		娄居中	22
		林洪	22
		陈达叟	22
		王怀隐	22
		刘宗素	23
		张从正	23
		王好古	23
		朱震亨	23
		忽思慧	23
		邹铉	23
		吴瑞	23
		陶宗仪	23
		刘基	23
		朱橚	23
		李时珍	24
		宁原	24
		陈继儒	24
		王象晋	24
		王康宇	24
		徐光启	24
		高濂	24
		鲍山	24
		穆世锡	24
		赵南星	24
		陈恩	24
		吴祿	24
		卢和	24
		曹庭栋	25
		费伯雄	25
		章穆	25
		石成金	25
		宋公玉	25
		沈李龙	25
		何克諫	25

朱本中 25
 叶盛 25
 文晟 25
 尤乘 25
 王世雄 25
 黄云鹤 26
 叶橘泉 26
 翁维健 26
 彭铭泉 26

共同作业

一般术语

药膳 29
 药膳学 29
 食疗 29
 食疗学 29
 益气健脾药膳 29
 补血养营药膳 29
 气血双补药膳 29
 滋阴生津药膳 29
 助阳健身药膳 29
 安神益智药膳 30
 开胃消食药膳 30
 温里散寒药膳 30
 理气止痛药膳 30
 活血化瘀药膳 30
 平肝熄风药膳 30
 解表散邪药膳 30
 祛痰止咳药膳 30
 清热解毒药膳 30
 祛风除湿药膳 30
 利水消肿药膳 30
 润肠通便药膳 30
 见药药膳 31
 不见药药膳 31
 药食共烹 31
 药食分制 31

炮炙术语

炮制 31

炮炙 31
 药材初加工 31
 药材细加工 31
 净选 31
 挑选 31
 去壳 31
 刮 31
 碾 31
 浸润 31
 清水浸润 31
 药汁浸润 31
 碱水浸润 31
 奶汁浸润 32
 酒浸润 32
 米汁浸润 32
 米泔水浸润 32
 洗 32
 泡 32
 软化 32
 漂 32
 润 32
 锉 32
 切制 32
 煮制 32
 炒制 32
 炒香 32
 炒黄 32
 炒焦 32
 米炒法 32
 砂炒法 32
 盐炒法 32
 麸炒法 32
 炙制 33
 蜜炙法 33
 盐炙法 33
 酒炙法 33
 醋炙 33
 油炙 33
 药汁炙 33
 火燎 33
 煨制法 33

煨 33
 焯 33
 提取原则 33
 提取方法 33
 煎煮法 34
 直火提取 34
 蒸气提取 34
 回流法 34
 蒸馏法 34
 渗漉法 34
 精制 34
 乙醇提取液水沉淀法 34
 水提取液乙醇沉淀法 34
 过滤 35
 助滤法 35
 常压过滤法 35
 自然减压过滤法 35
 减压过滤法 35
 瓷质漏斗抽滤法 35
 浓缩 35
 蒸馏浓缩法 35
 蒸发浓缩法 35

烹调术语

药膳烹调 35
 食物初加工 35
 食物细加工 35
 冷水发干货法 35
 油发干货法 36
 盐发干货法 36
 热水发干货法 36
 碱水发干货法 36
 百合胀发 36
 发菜胀发 36
 冬菇胀发 36
 白果胀发 36
 龙须菜胀发 36
 石花菜胀发 36
 玉兰片胀发 36
 木耳胀发 36
 口蘑胀发 36

干贝胀发	36	拉切刀法	39	烧	42
羊肚菌胀发	37	刮刀法	39	烩	42
鱼皮胀发	37	削刀法	39	熬	42
鱼肚胀发	37	刮刀法	39	涮	42
鱼翅胀发	37	剔刀法	39	焖	42
草菇胀发	37	剃刀法	39	炖	42
莲子胀发	37	铡切刀法	39	清炖	43
海米胀发	37	敲砸刀法	40	煮	43
海参胀发	37	滚刀切法	40	炒	43
海螺干胀发	37	锯切刀法	40	干炒	43
鹿鞭胀发	37	旋刀法	40	生炒	43
鹿筋胀发	38	多十字花刀	40	滑炒	43
哈什蚂胀发	38	牡丹花刀	40	熟炒	43
银耳胀发	38	波浪花刀	40	蒸	43
黄花菜胀发	38	柳叶花刀	40	扣蒸	43
猴头蘑胀发	38	斜双十字花刀	40	包蒸	43
鱿鱼胀发	38	麦穗块	40	汽锅蒸	43
鲍鱼胀发	38	荔枝块	40	封蒸	43
燕窝胀发	38	核桃块	40	粉蒸	43
熊掌胀发	38	药膳配菜	40	煲	44
勾芡	38	文火	40	煎	44
芡汁	38	武火	40	溜	44
薄芡	38	微火	40	爆	44
浓芡	38	出水	40	酥	44
水粉浆	38	卧汁	40	过油	44
水粉糊	38	沸水锅	41	急重油	44
挂糊与上浆	38	冷水锅	41	走红	44
拖蛋糊	38	炸	41	蜜汁	44
蛋清粉浆	39	酥炸	41	浇汁	44
全蛋粉浆	39	清炸	41	烹汁	44
全蛋糊	39	软炸	41	定型调味	44
蛋清糊	39	干炸	41	辅助调味	44
蛋泡糊	39	焗	41	基本味	45
吊汤	39	扒	41	主味	45
山药盒子	39	氽	41	复合味	45
刀工	39	冻	41	辅味	45
刀切	39	卤	41	香味	45
刀剝法	39	拔丝	41	咸味	45
刀劈法	39	拌	42	咸甜味	45
直切刀法	39	炆	42	咸鲜味	45
拍刀法	39	烤	42	涩味	45

- | | | | | | | |
|--------|----|----------------|----|--------|------|----|
| 姜汁味 | 45 | 面点烙制法 | 48 | 大豆黄卷 | 55 | |
| 甜味 | 45 | 面点煮制法 | 48 | 大透骨消 | 55 | |
| 糖醋味 | 45 | 面点蒸制法 | 48 | 大麻哈鱼 | 55 | |
| 辣味 | 45 | 药 膳 原 料 | | | 大鹌子雕 | 55 |
| 鲜味 | 46 | 一枝黄花 | 51 | 大毛桐子根 | 55 | |
| 酸味 | 46 | 十大功劳叶 | 51 | 大叶千斤拔根 | 55 | |
| 酸辣味 | 46 | 丁香 | 51 | 山鸡 | 55 | |
| 蒜泥味 | 46 | 人参 | 51 | 山药 | 55 | |
| 苦味 | 46 | 人乳汁 | 51 | 山韭 | 55 | |
| 芥末味 | 46 | 八月札 | 51 | 山鸮 | 56 | |
| 味的突出 | 46 | 八月纓 | 51 | 山楂 | 56 | |
| 味的对比 | 46 | 八角枫花 | 52 | 山羊肉 | 56 | |
| 味的互相抵消 | 46 | 八角枫根 | 52 | 山羊血 | 56 | |
| 无药味 | 46 | 八角茴香 | 52 | 山羊角 | 56 | |
| 色泽搭配 | 46 | 九香虫 | 52 | 山茱萸 | 56 | |
| 口味搭配 | 46 | 刁海龙 | 52 | 山稔子 | 56 | |
| 形状搭配 | 47 | 刀豆 | 52 | 山稔根 | 56 | |
| 质地搭配 | 47 | 刀豆壳 | 52 | 山溪鲩 | 56 | |
| 营养搭配 | 47 | 刀豆根 | 52 | 千斤拔 | 57 | |
| 盛器搭配 | 47 | 三七 | 52 | 川芎 | 57 | |
| 嵌人法 | 47 | 三索锦蛇 | 53 | 川贝母 | 57 | |
| 码拼法 | 47 | 三线闭壳龟 | 53 | 川乌头 | 57 | |
| 装盘 | 47 | 干姜 | 53 | 川黄柏 | 57 | |
| 盛入装盘法 | 47 | 土瓜 | 53 | 川楝子 | 57 | |
| 倒人装盘法 | 47 | 土附 | 53 | 女贞子 | 57 | |
| 拖人装盘法 | 47 | 土燕 | 53 | 女贞皮 | 58 | |
| 捞人装盘法 | 47 | 土附子 | 53 | 女贞根 | 58 | |
| 覆盖装盘法 | 47 | 土茯苓 | 53 | 小麦 | 58 | |
| 扣人装盘法 | 47 | 土燕窝 | 53 | 小蒜 | 58 | |
| 散块装盘法 | 47 | 大麦 | 53 | 小薊 | 58 | |
| 药膳面点 | 47 | 大枣 | 54 | 小麦苗 | 58 | |
| 合面 | 47 | 大戟 | 54 | 小麦麸 | 58 | |
| 面团 | 47 | 大蒜 | 54 | 马心 | 58 | |
| 验碱五法 | 48 | 大鲩 | 54 | 马兰 | 58 | |
| 对碱 | 48 | 大飞扬 | 54 | 马肉 | 58 | |
| 油酥面团 | 48 | 大沙叶 | 54 | 马乳 | 58 | |
| 蛋合面团 | 48 | 大驳骨 | 54 | 马刀肉 | 58 | |
| 大包酥 | 48 | 大明虾 | 54 | 马齿苋 | 59 | |
| 铺酥 | 48 | 大乌泡根 | 55 | 马面鲩 | 59 | |
| 面点炸制法 | 48 | 大母猪藤 | 55 | 马鞭草 | 59 | |
| 面点烤制法 | 48 | | | 王瓜 | 59 | |

王不留行	59	牛肚	64	水蛇	68
天麻	59	牛肾	64	水蛭	68
天雄	59	牛乳	64	水晶鱼	69
天门冬	59	牛黄	64	水鹤鹑	69
天仙藤	60	牛筋	64	玉米须	69
天花粉	60	牛脾	65	玉蜀黍	69
无灰酒	60	牛鼻	65	玉叶金花藤	69
无花果	60	牛膝	65	甘蔗	69
无患树蝨	60	牛髓	65	石斛	69
无患子中仁	60	牛蒡子	65	石膏	69
云母	60	牛蒡根	65	石鲫	69
云雀	60	毛笋	65	石决明	70
木瓜	60	毛冬青	65	石南叶	70
木耳	61	升麻	65	石首鱼	70
木香	61	长蛇鲩	66	石菖蒲	70
木贼	61	分心木	66	石鲃鱼	70
木通	61	公鱼	66	石榴皮	70
木天蓼	61	月见草	66	石榴根	70
木棉花	61	月季花	66	石首鱼鲞	70
木槿花	61	月季花叶	66	布谷鸟	70
木槿根	61	月季花根	66	龙齿	70
木馒头	62	丹参	66	龙虱	71
木蝴蝶	62	凤尾草	66	龙骨	71
木芙蓉叶	62	凤凰衣	67	龙胆	71
木芙蓉花	62	乌龟	67	龙葵	71
五加叶	62	乌药	67	龙须菜	71
五加皮	62	乌贼	67	龙眼叶	71
五加芽	62	乌梅	67	龙眼肉	71
五味子	62	乌蛇	67	龙眼花	71
五倍子	63	乌龟血	67	龙眼根	71
不灰木	63	乌饭子	67	平胸龟	72
太子参	63	乌鱼蛋	67	田螺	72
太白花	63	乌骨鸡	67	叩头虫	72
车前	63	乌蛇卵	68	叫姑姑	72
车前子	63	乌贼鱼腹中墨	68	生姜	72
牙鲆	63	方解石	68	代赭石	72
瓦松	63	火腿	68	仙人杖	72
瓦楞子	64	火麻仁	68	白芨	72
生肉	64	巴戟天	68	白术	72
牛血	64	孔雀尾	68	白芷	73
牛肝	64	水芹	68	白芥	73