

新编实用

本草纲目

张英 张全 编著

国学经典之珍藏版

《本草纲目》集中体现了中国古代医学所取得的最高成就，是取之不尽的中华医药学知识宝库，素享『医学之渊海』、『格物之通典』之美誉。



北京图书馆出版社



新编实用 本草纲目

张英 张全 编著

北京图书馆出版社



图书在版编目(CIP)数据

新编实用本草纲目 / 张英, 张全编著. — 北京: 北京图书馆出版社, 2008.5

ISBN 978-7-5013-3630-2

I.新… II.①张…②张… III.本草纲目 IV.R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 059240 号

书名 新编实用本草纲目

著者 张英 张全 编著

出版 北京图书馆出版社(100034 北京市西城区文津街7号)

发行 010-66139745, 66175620, 66126153

66174391(传真), 66126156(门市部)

E-mail cbs@nlc.gov.cn(投稿) btsfxb@nlc.gov.cn(邮购)

Website www.nlcpress.com

经销 新华书店

印刷 北京四季青印刷厂

开本 787×1092(毫米) 1/16

印张 24

版次 2008年6月第1版 2008年6月第1次印刷

字数 550千字

书号 ISBN 978-7-5013-3630-2/R·33

定价 48.00元

子曰舍魚而取熊掌良有以也食者
節焉

味類

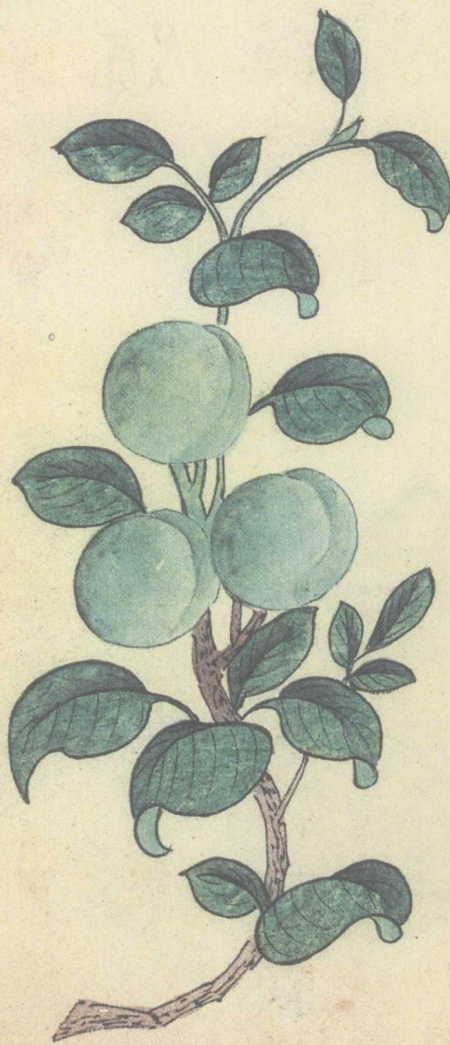
鹽



鹽味鹹氣寒無毒主殺鬼蠱邪疰毒氣下

杏仁味甘苦有小毒主下氣潤心肺散風
寒咳嗽消心下急痛散結潤燥通大腸
秘雙仁半生熟者勿食忌粟米

梅



梅仁味酸無毒能除煩熱

酒杞枸

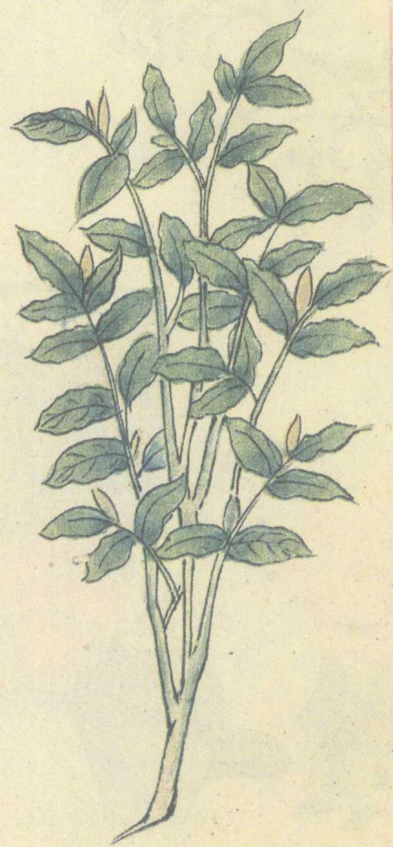


酒楷桑



調臟腑

茶





前 言

《本草纲目》是我国古代最著名的本草学、博物学巨著。明李时珍撰写于1578年，初刊于1593年。全书载药1892种，其中植物药1094种，动物药443种，矿物药161种，其他类药物194种，由李时珍新增入的药物就有374种。书中附有药物图1109幅，方剂11096首，其中约有8000多首是李氏自己收集或拟定的。每种药物分列释名、集解、修治、气味、主治、发明、正误、附方等项。书中不仅考正了过去本草学中的若干错误，综合了大量的科学资料，也提出了相当科学的药物分类方法，特别是书中将动物药按“从贱到贵”的顺序排列，记载了动物对生活环境适应的重要资料，说明李时珍具备生物学进化思想。

《本草纲目》这种“从贱至贵”的排列顺序，蕴含生物从简单到复杂，从低等到高等的进化论思想，是当时世界上最先进的分类法。此书曾先后刻印数十次，在中国促进了本草学、生物学研究，在世界上也产生了很大影响，出现英、法、德、日等多种文字的节译本或全译本。其中的一些资料，直接影响达尔文进化论的形成。达尔文在自己的著作中提到的《中国古代百科全书》，据所引的材料分析，指的就是《本草纲目》。

《本草纲目》集中体现了中国古代医学所取得的最高成就，是取之不尽的中华医药学知识宝库，素享“医学之渊海”、“格物之通典”之美誉。其涉及内容极为广泛，如在生物、化学、天文、地理、地质、采矿，以及历史学等方面都有一定的成就，所以可以说是一部有着世界性影响的博物学著作。自问世以来，一直以其前无古人、后无来者之雄姿独占中国古代药学之鳌头，成为中国古代药学史上部头最大、内容最丰富的巨著，曾被英国生物学家达尔文誉为“中国的百科全书”，成为历代医者和读书人孜孜以求的必修书。

但是，原《本草纲目》的不足点在于其文言文字艰涩难懂，或因篇幅过长，或因在形式上条理不清、过分专业等诸多方面，严重影响了《本草纲目》的权威性和实用性，这便是它的美中不足。

鉴于此，我们这次编写的《本草纲目》新编实用版，以诸版本中最完整的明万历二十一年(1593年)由金陵(今南京)胡承龙刊刻，世称“金陵本”为蓝本，严格选择目前生活中最常见最实用的药物加以介绍，以实用的角度讲解，以期受到大众的喜悦，并作为生活中必备的浓缩精华读物。



本书有五大特点：

第一，在文字上，尽量避免或舍弃艰涩难懂的古文，而将其翻译成通俗易懂的文字。

第二，在内容上，选取的都是生活中较为常见的，贴近生活、实用性强的内容，如人们日常生活中不可或缺和熟知的五谷杂粮、蔬菜水果、鸡鸭鱼肉和一些常见药材等，并详细注解其性能、医用价值及实用药方，并且在编写的过程中，我们发现书中存在着一些普通读者不易理解的中药炮制名词，为了方便读者，我们添加了一些注解。

第三，在形式上，本书遵循原《本草纲目》顺序，使其次序清晰，便于查询。

第四，在选材上，我们考虑到尽量展示《本草纲目》原著的全貌及其实用性，并剔除那些生活中不常见的或怪异难得（疑已绝种）的品物和一些没有科学性的医方。

第五，考虑到《本草纲目》其自身特点局限，因此，在内容上，为了更加实用和贴近人民生活，我们在原著的“性能、医用价值及实用药方”基础上增加了“本草今用”这一版块，为读者以及广大医学工作者提供更加详实的实用资料。

因此，本书的总体思路是：植根于“本草”，又“超越”于“本草”。

本书在编写过程中得到了王志艳、王振华、潘勇的大力支持，对于他们严谨的医学态度以及求实创新的工作热情，在此一并表示感谢。

编者于北京

2008年1月6日

目 录

前言 1

第一篇 本草序例

服药食忌 1
饮食禁忌 1
妊娠禁忌 3
五味宜忌 3
相反诸药 4
各种有毒的兽 4
各种有毒的鸟 4
各种有毒的鱼 4
各种有毒的果 4

第二篇 本草百病诸治

诸风 5
痉风 5
项强 5
癫痫 5
伤寒热病 6
瘟疫 6
暑 6
湿 6
火热 6
诸气 7
痰饮 7
脾胃 7
反酸 7
噎膈 8

反胃 8
呕吐 8
泄泻 8
痢 8
疰 9
心下痞满 9
胀满 9
黄疸 9
脚气 10
痿 10
转筋 10
咳逆 10
咳嗽 10
虚损 10
寒热 11
吐血、鼻出血 11
牙齿出血 11
咳血 11
诸汗 11
健忘 11
丹毒 12
瘰疬疣痣 12
瘰疬 12
痈疽 12
诸疮 12
跌仆折伤 12
妇女经水 12
崩中漏下 12



胎前 13
 产难 13
 产后 13
 阴病 13
 小儿初生诸病 13
 惊悸 13
 烦躁 13
 失眠 13
 多眠 13
 消渴 13
 遗精梦泄 14
 赤白浊 14
 溲数遗尿 14
 小便血 14
 阳痿 15
 强中 15
 囊痒 15
 大便燥结 15
 脱肛 15
 痔漏 15
 下血 15
 瘀血 16
 肠鸣 16
 腰痛 16
 痛风 16
 头痛 16
 眩晕 16
 眼目 17
 耳 17
 面 17
 鼻 17
 唇 17
 口舌 18
 咽喉 18
 声音 18
 牙齿 18

须发 18
 狐臭 18

第三篇 水部

天水类 19
 半天河 19
 雨水 19
 液雨水 19
 潦水 20
 夏冰 20
 露水 20
 甘露 21
 冬霜 21
 腊雪 21
 明水 21
 地水类 22
 流水 22
 井泉水 22
 玉井水 22
 醴泉 23
 山岩泉水 23
 温汤 23
 碧海水 23
 乳穴水 23
 盐胆水 24
 热汤 24
 生熟汤 24
 浆水 24

第四篇 火部

燧火 26
 桑柴火 26
 炭火 26
 艾火 27
 灯火 27
 火针 27

烛烬 28

第五篇 金石部

金玉类 29

金 29

金屑 29

金浆 29

银 30

赤铜 31

铜青 31

铅 32

黑锡灰 32

铅丹 32

锡 33

铁 33

玉 34

白玉髓 35

青玉 36

青琅玕 36

云母 36

珊瑚 37

玛瑙 38

宝石 38

玻璃 38

水晶 39

琉璃 39

白石英 39

紫石英 39

石类 40

丹砂 40

雄黄 41

石膏 41

石钟乳 43

石脑 44

石髓 44

石灰 44

第六篇 草部

山草类 46

人参 46

黄精 48

黄芪 49

白术 50

芥菴 51

桔梗 52

长松 53

地榆 54

萎蕤 55

肉苁蓉 56

天麻 56

白茅 57

石蒜 59

白鲜 59

柴胡 60

前胡 61

防风 62

隔草类 63

白蒿 63

茵陈蒿 64

青蒿 64

牡蒿 66

夏枯草 66

青葙 67

红花 68

番红花 69

苦芙 69

恶实 69

泉耳 71

大蓟、小蓟 72

甘蕉 73



- | | | | |
|------|-----|-----|-----|
| 车前草 | 75 | 兰草 | 106 |
| 金盏草 | 76 | 泽兰 | 106 |
| 益母草 | 76 | 马兰 | 107 |
| 艾 | 77 | 香薷 | 108 |
| 鸡冠 | 79 | 蔓草类 | 109 |
| 苎麻 | 79 | 葛 | 109 |
| 菊 | 80 | 覆盆子 | 110 |
| 地黄 | 82 | 悬钩子 | 111 |
| 天名精 | 83 | 牵牛子 | 112 |
| 牛膝 | 84 | 菟丝子 | 113 |
| 紫菀 | 86 | 五味子 | 113 |
| 淡竹叶 | 87 | 使君子 | 114 |
| 葵 | 87 | 木鳖子 | 115 |
| 菟葵 | 88 | 天门冬 | 116 |
| 龙葵 | 88 | 何首乌 | 117 |
| 龙珠 | 89 | 土茯苓 | 118 |
| 酸浆 | 89 | 通草 | 119 |
| 败酱 | 90 | 通脱木 | 120 |
| 迎春花 | 91 | 白英 | 120 |
| 款冬花 | 92 | 木莲 | 121 |
| 紫花地丁 | 92 | 萝摩 | 122 |
| 水蓼 | 93 | 甘藤 | 122 |
| 荳草 | 94 | 络石 | 122 |
| 木贼 | 94 | 忍冬 | 123 |
| 芳草类 | 95 | 茜草 | 124 |
| 川芎 | 95 | 防己 | 125 |
| 当归 | 96 | 水草类 | 126 |
| 豆寇 | 97 | 水萍 | 126 |
| 假苏 | 98 | 苻菜 | 127 |
| 薄荷 | 100 | 海藻 | 127 |
| 积雪草 | 101 | 昆布 | 128 |
| 苏 | 102 | 海带 | 128 |
| 水苏 | 103 | 泽泻 | 129 |
| 芥苧 | 104 | 菖蒲 | 130 |
| 瑞香 | 104 | 苔草类 | 130 |
| 茉莉 | 104 | 陟厘 | 130 |
| 薰草 | 105 | 干苔 | 131 |



卷柏	131
石蕊	132
石草类	132
石韦	132
景天	133
酢浆草	133
仙人草	134
石斛	134
毒草类	135
凤仙	135
大戟	136
甘遂	137
附子	138
半夏	138
大黄	139
商陆	140

第七篇 谷部

麻麦稻类	142
胡麻	142
大麻	143
小麦	145
大麦	147
雀麦	148
荞麦	148
粳	149
稻	150
籼	151
稷粟类	152
稷	152
黍	152
蜀黍	153
玉蜀黍	154
粱	154
粟	155
稗	156
狼尾草	156

菰米	157
薏苡	157
罌子粟	158
菽豆类	160
大豆	160
黄大豆	161
赤豆	161
绿豆	162
白豆	164
蚕豆	164
豇豆	165
豌豆	165
扁豆	166
刀豆	167
造酿类	167
陈稟米	167
酒曲	168
酒	168
葡萄酒	173
醋	173
酱	174
饴糖	174
沙糖	174
石蜜	175
豆豉	176

第八篇 菜部

葷辛类	177
韭	177
葱	178
薤	180
蒜	181
葫	182
芸苔	183
菘	184
芥	185
白芥	186



- 芜菁 187
- 莱菔 187
- 胡萝卜 189
- 芹菜 190
- 胡荽 191
- 生姜 191
- 同蒿 193
- 柔滑类 193
- 苜蓿 193
- 苋 194
- 马齿苋 194
- 苦菜 195
- 白苣 196
- 莴苣 197
- 芥 198
- 繁缕 199
- 翻白草 199
- 蒲公英 200
- 落葵 200
- 蕨 201
- 芋 201
- 薯蕷 202
- 百合 203
- 萱草 204
- 竹笋 204
- 瓜菜类 205
- 茄 205
- 壶卢 206
- 瓠和子 207
- 冬瓜 208
- 南瓜 209
- 越瓜 210
- 胡瓜 210
- 丝瓜 211
- 苦瓜 212
- 水菜类 213
- 紫菜 213

- 石莼 213
- 石花菜 214
- 鹿角菜 214
- 龙须菜 214
- 芝栢类 215
- 灵芝 215
- 木耳 216
- 蘑菰蕈 217
- 香蕈 218
- 鸡菌 218
- 土菌 218
- 竹荪 218
- 地耳 219
- 石耳 219

第九篇 果部

- 五果类 220
- 李 220
- 杏 221
- 梅 222
- 桃 223
- 栗 225
- 枣 226
- 山果类 227
- 梨 227
- 棠梨 228
- 木瓜 229
- 山楂 229
- 庵罗果 230
- 柿 231
- 安石榴 232
- 橘 233
- 柑 234
- 橙 235
- 柚 235
- 枸橼 236
- 枇杷 236



- 杨梅 237
- 樱桃 238
- 银杏 239
- 核桃 239
- 榛 240
- 橡实 241
- 夷果类 242
- 荔枝 242
- 龙眼 243
- 橄榄 243
- 榧实 244
- 海松子 245
- 槟榔 245
- 椰子 246
- 菠萝蜜 247
- 无花果 247
- 瓜果类 248
- 甜瓜 248
- 西瓜 249
- 葡萄 250
- 猕猴桃 251
- 甘蔗 251

第十篇 木部

- 香木类 253
- 柏 253
- 松 254
- 杉 255
- 桂 256
- 沉香 257
- 丁香 258
- 檀香 259
- 楠 259
- 乔木类 260
- 椿樗 260
- 梧桐 260

- 白杨 261
- 榆 261
- 槐 262
- 杜仲 263
- 合欢 263
- 皂荚 264
- 无患子 265
- 诃黎勒 265
- 榉 266
- 柳 266
- 棕榈 267
- 灌木类 268
- 桑 268
- 枳 268
- 酸枣 269
- 金樱子 270
- 冬青 271
- 南烛 271
- 五加 272
- 黄檗 273
- 巴豆 274
- 没药 275
- 阿魏 275
- 芦荟 276
- 枸杞 277
- 石南 278
- 山茶 278
- 寓木类 279
- 茯苓 279
- 琥珀 280

第十一篇 虫部

- 卵生类 281
- 蟾蜍 281
- 蛤蟆 282
- 蛙 283



- 蚯蚓 283
- 蜗牛 284
- 蜜蜂 285
- 土蜂 285
- 大黄蜂 286
- 蚕 286
- 雪蚕 287
- 化生类 287
- 青蚨 287
- 蛱蝶 287
- 蜻蛉 288
- 皇螽 288

第十二篇 鳞部

- 龙类 289
- 守宫 289
- 蛇类 289
- 蚺蛇 289
- 白花蛇 290
- 乌蛇 291
- 水蛇 291
- 黄颌蛇 292
- 蝮蛇 292
- 鱼类 293
- 鲤鱼 293
- 鲢鱼 293
- 鳙鱼 293
- 鳊鱼 294
- 鲩鱼 294
- 青鱼 294
- 竹鱼 295
- 鲮鱼 295
- 白鱼 295
- 石首鱼 295
- 鲚鱼 296
- 鲥鱼 296
- 嘉鱼 296

- 鲟鱼 296
- 鲫鱼 297
- 鲂鱼 297
- 鲈鱼 298
- 鳊鱼 298
- 鲨鱼 298
- 鲦鱼 299
- 金鱼 299
- 无鳞鱼类 299
- 鳢鱼 299
- 鳗鲡鱼 300
- 鳝鱼 300
- 泥鳅 301
- 鲉鱼 301
- 河豚 302
- 比目鱼 302
- 鲛鱼 302
- 乌贼鱼 302
- 章鱼 303
- 海鹈鱼 303
- 文鳐鱼 304
- 虾 304
- 海虾 304
- 鲍鱼 304

第十三篇 介部

- 龟鳖类 306
- 水龟 306
- 绿毛龟 307
- 鳖 307
- 能鳖 308
- 蟹 308
- 鲎鱼 309
- 蚌蛤类 309
- 牡蛎 309
- 蚌 310
- 马刀 311