

中国古典文化精华

本草纲目

◆〔明〕李时珍 原著



时代文艺出版社

中国古典文化精华

本草纲目

(上)

[明]李时珍 原著

时代文艺出版社

中国古典文化精华

本草纲目

(下)

[明]李时珍 原著

时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

本草纲目/(明)李时珍 原著. — 长春:时代文艺出版社, 2001.

10

(中国古典文化精华/吴兆基,武春华主编)

ISBN 7-5387-1596-7

I. 本… II. 李… III. 本草纲目 IV. R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 078669 号

本草纲目

作 者:李时珍

责任编辑:刘德来

出 版:时代文艺出版社

(长春市人民大街 124 号 邮编:130021 电话:5638648)

发 行:时代文艺出版社

印 刷:北京昌平环球印刷厂

开 本:850×1168 毫米 32 开

字 数:3400 千字

印 张:445 印张

版 次:2001 年 11 月第 1 版

印 次:2001 年 11 月第 1 次印刷

印 数:1-5000 册

书 号:ISBN 7-5387-1596-7/I·1530

定 价:450.00 元(全套)

前 言

《本草纲目》由明代杰出的医药学家李时珍，用了近 30 年的时间完成的，是神奇的中国古代医学文化中的一部不朽巨著。

李时珍（1518—1593），字东璧，号濒湖，蕲州（今湖北蕲春）人，出身医药世家。他继承家学，更着重研究药物，重视临床实践，主张革新。在群众的协助下，经常上山采药，深入民间，向农民、渔民、樵夫、药农等请教，同时参考历代医药有关书籍 800 余种，对药物加以鉴别考证，纠正了古代本草书籍中药名、品种、产地等某些错误，并收集整理宋元以来民间发现的很多药物，充实了内容，经过近 30 余年的艰苦劳动，著成《本草纲目》一书。

《本草纲目》全书共 52 卷，分为 16 部、60 类。收录原有诸家《本草》所载药物共 374 种，新增药物 374 种。对每种药物，以“释名”确定名称；“集解”叙述产地、形态、栽培及采集方法等，“辩疑”、“正误”考订药物品种真伪和纠正历史文献记载的错误；“修治”说明炮炙方法；“气味”、“主治”、“发明”分析药物的性味与功用；“附方”搜集古代医家和民间流传的方剂共 11000 余首。并附有 1100 余幅药物形态图。书成于万历六年（1578 年），刊于万历十六年（1590 年），复刻甚多，并有多种外文译本在国外流传。其所述的内容实用、涉及的知识广博，不仅对中国古人的饮食养疗产生了很大影响，而且对现代医学、现代饮食学、现代养生学、现代保健品的开发，也发挥着重大的作用。

本书参考了多种版本的《本草纲目》，以面向大众，经济实用为目的，以尽可能展示原著的全貌和完整为前提，按照原书的

编写体例进行了白话精译，并适当地删去了一些怪异难得的品物和一些缺乏科学性的医方，以利于读者更好地掌握日常饮食养疗的知识。由于我们的业务水平有限，在编辑过程中一定会存在一些缺点和错误，敬请广大读者指正。

编 者

2001 年 11 月

上册目录

第一卷 序 例

饮食禁忌	(1)	加工食物的方法	(5)
服药忌食	(3)	孙真人逐月调养事宜	(5)
妊娠禁忌	(3)	五味宜忌	(6)
各种有毒的兽	(4)	五味偏胜	(7)
各种有毒的鸟	(4)	相反诸药	(7)
各种有毒的鱼	(4)	李东垣随证用药凡例	(7)
各种有毒的果	(5)	陈藏器诸虚用药凡例	(8)

第二卷 水 部

一、天 水 类	屋漏水.....	(14)
半天河	二、地 水 类	
立春雨水	流 水.....	(14)
梅雨水	池沼水.....	(15)
液雨水.....	井泉水.....	(16)
潦 水.....	玉井水.....	(17)
雹.....	醴 泉.....	(17)
夏 冰.....	山岩泉水.....	(17)
露 水.....	寒泉水.....	(17)
冬 霜.....	温汤水.....	(18)
冬冰水.....	碧海水.....	(18)
腊 雪.....	乳穴水.....	(18)
腊雪水.....	节气水.....	(19)
甘 露.....	盐胆水.....	(19)
明 水.....	卤 水.....	(20)

热 汤·····	(20)	浆 水·····	(21)
生熟汤·····	(21)		

第三卷 火 部

燧 火·····	(22)	艾 火·····	(24)
桑柴火·····	(22)	灯 火·····	(24)
芦火、竹火·····	(23)	火 针·····	(24)
炭 火·····	(23)	烛 烬·····	(25)

第四卷 金石部

一、金玉类		玻 璃·····	(40)
金·····	(26)	水 晶·····	(40)
银·····	(27)	琉 璃·····	(40)
赤 铜·····	(28)	白石英·····	(40)
青 铜·····	(29)	紫石英·····	(41)
铅·····	(29)	二、石 类	
锡·····	(30)	丹 砂·····	(42)
古 镜·····	(31)	雄 黄·····	(43)
铁·····	(32)	石 膏·····	(43)
铁 锈·····	(32)	理 石·····	(44)
玉·····	(33)	长 石·····	(44)
白玉髓·····	(35)	方解石·····	(45)
青 玉·····	(35)	石钟乳·····	(45)
青琅玕·····	(36)	石 脑·····	(46)
云 母·····	(37)	石 髓·····	(46)
珊 瑚·····	(38)	石脑油·····	(46)
玛 瑙·····	(39)	石 炭·····	(47)
宝 石·····	(39)	石 灰·····	(47)

第五卷 草 部

一、山草类

- 人 参…………… (48) 恶 实…………… (70)
 黄 精…………… (50) 泉 耳…………… (71)
 黄 耆…………… (51) 何首乌…………… (74)
 白 术…………… (53) 土茯苓…………… (76)
 芥 苳…………… (53) 番红花…………… (78)
 桔 梗…………… (54) 大蓟、小蓟…………… (78)
 长 松…………… (55) 通 草…………… (79)
 地 榆…………… (56) 通脱木…………… (79)
 菱 菱…………… (57) 白 英…………… (80)
 肉苁蓉…………… (57) 萝 摩…………… (80)
 天 麻…………… (58) 木 莲…………… (81)
 白 茅…………… (59) 甘 蕉…………… (82)
 石 蒜…………… (61) 车前草…………… (84)
 白 鲜…………… (61) 金盏草…………… (85)
 柴 胡…………… (62) 火炭母草…………… (85)
 前 胡…………… (63) 益母草…………… (86)
 防 风…………… (63) 艾…………… (87)
 二、隰草类 鸡 冠…………… (88)

苳 麻…………… (89)

- 白 蒿…………… (64) 菊…………… (90)
 茵陈蒿…………… (65) 地 黄…………… (92)
 青 蒿…………… (66) 天名精…………… (94)
 牡 蒿…………… (67) 牛 膝…………… (96)
 夏枯草…………… (67) 紫 菀…………… (97)
 青 葙…………… (68) 淡竹叶…………… (97)
 红蓝花…………… (69) 葵…………… (98)
 苦 苳…………… (70) 菟 葵…………… (98)

- | | | | |
|--------------|-------|--------------|-------|
| 龙葵····· | (99) | 马兰····· | (119) |
| 龙珠····· | (100) | 香薷····· | (120) |
| 酸浆····· | (100) | 四、蔓草类 | |
| 败酱····· | (101) | 葛····· | (120) |
| 迎春花····· | (102) | 寒莓····· | (122) |
| 款冬花····· | (102) | 覆盆子····· | (123) |
| 紫花地丁····· | (103) | 悬钩子····· | (124) |
| 水蓼····· | (103) | 牵牛子····· | (124) |
| 荭草····· | (104) | 五、水草类 | |
| 海根····· | (104) | 水萍····· | (125) |
| 甘藤····· | (105) | 苹····· | (126) |
| 木贼····· | (105) | 萍蓬草····· | (126) |
| 灯心草····· | (106) | 荇菜····· | (127) |
| 三、芳草类 | | 莼····· | (127) |
| 川芎····· | (106) | 水藻····· | (127) |
| 当归····· | (108) | 海藻····· | (128) |
| 豆蔻····· | (108) | 昆布····· | (128) |
| 假苏····· | (110) | 海带····· | (128) |
| 薄荷····· | (112) | 越王余算····· | (129) |
| 积雪草····· | (113) | 水松····· | (129) |
| 苏荇····· | (113) | 六、苔草类 | |
| 水苏····· | (115) | 陟厘····· | (129) |
| 芥苳····· | (115) | 干苔····· | (129) |
| 瑞香····· | (116) | 石蕊····· | (130) |
| 茉莉····· | (116) | 七、石草类 | |
| 郁金香····· | (117) | 石韦····· | (130) |
| 薰草····· | (117) | 景天····· | (131) |
| 兰草····· | (118) | 酢浆草····· | (131) |
| 泽兰····· | (118) | 仙人草····· | (132) |

石 斛	(132)	大 戟	(134)
八、毒 草 类		甘 遂	(135)
鬼 芋	(133)	附 子	(136)
凤 仙	(133)	半 夏	(137)

第六卷 谷 部

一、稻 类		四、麻 类	
梗	(139)	胡 麻	(162)
稻	(141)	大 麻	(164)
粳	(143)	五、菽 豆 类	
二、稷 粟 类		大 豆	(166)
稷	(144)	黄大豆	(168)
黍	(145)	赤 豆	(168)
蜀 黍	(146)	绿 豆	(169)
玉蜀黍	(147)	白 豆	(172)
粱	(148)	豌 豆	(172)
粟	(149)	蚕 豆	(172)
稗	(151)	豇 豆	(173)
狼尾草	(151)	扁 豆	(173)
菰 米	(152)	毛 豆	(174)
蓬草子	(152)	刀 豆	(174)
薏 苡	(153)	黎 豆	(175)
罌子粟	(154)	六、腌 造 类	
三、麦 类		陈粟米	(175)
小 麦	(156)	蘖 米	(176)
大 麦	(159)	稻 蘖	(176)
雀 麦	(160)	粟 蘖	(176)
莽 麦	(161)	麦 蘖	(176)
苦莽麦	(162)	酒 曲	(176)

七、炊蒸类	馒头	(186)
饭	油堆	(186)
粥	蜂糕	(186)
糕	豆腐	(186)
粽	麻腐	(187)
寒具	索粉	(187)
蒸饼	豆炙	(188)

第七卷 菜 部

一、葷辛类	马蕪	(212)
韭	罗勒	(212)
山韭	白花菜	(213)
葱	辣米菜	(214)
茗葱	生姜	(214)
葫葱	同蒿	(215)
薤	邪蒿	(216)
蒜	二、柔滑类	
山蒜	苜蓿	(216)
葫	苋	(216)
芸苔	马齿苋	(217)
菘	苦菜	(218)
芥	白苣	(220)
白芥	莴苣	(220)
芜菁	水苦卖	(220)
莱菔	菁菜	(221)
胡荽	地瓜儿	(221)
胡萝卜	睡菜	(221)
芹菜	藏菜	(222)
藟	芥	(222)

繁 缕	(223)	藕丝菜	(236)
鸡肠草	(223)	金针菜	(236)
翻白草	(224)	菰 笋	(236)
蒲公英	(224)	竹 笋	(236)
黄瓜菜	(225)	油 菜	(237)
生瓜菜	(226)	白 菜	(238)
落 葵	(226)	黄芽菜	(238)
蕨	(227)	莫 菜	(238)
水 蕨	(227)	三、瓜 菜 类	
茅膏菜	(227)	茄	(238)
鸡侯菜	(228)	壶 卢	(241)
孟娘菜	(228)	瓠和子	(242)
薇	(228)	冬 瓜	(243)
翘 摇	(228)	南 瓜	(245)
鹿 藿	(228)	越 瓜	(246)
灰涤菜	(229)	胡 瓜	(246)
藜	(229)	丝 瓜	(247)
秦荻藜	(230)	苦 瓜	(250)
醍醐菜	(230)	四、水 菜 类	
芋	(230)	紫 菜	(251)
土 芋	(231)	石 莼	(251)
薯 蕷	(231)	石花菜	(251)
零余子	(232)	鹿角菜	(251)
甘 薯	(232)	龙须菜	(252)
百 合	(233)	海 藻	(252)
山 丹	(234)	五、芝 栢 类	
草石蚕	(234)	灵 芝	(252)
豆芽菜	(235)	木 耳	(254)
萱 草	(235)	杉 菌	(256)

蘑菰蕈	(256)	土 菌	(257)
香 蕈	(256)	竹 蓐	(257)
葛花菜	(256)	地 耳	(258)
鸡 菌	(257)	石 耳	(258)

第八卷 果 部

一、五果类		君迁子	(279)
李	(259)	安石榴	(279)
杏	(261)	橘	(280)
巴旦杏	(263)	柑	(282)
梅	(263)	橙	(282)
桃	(264)	柚	(283)
桃 杲	(265)	枸 橼	(284)
栗	(266)	金 橘	(284)
枣	(268)	枇 杷	(284)
仙 枣	(270)	杨 梅	(285)
红 枣	(270)	樱 桃	(286)
二、山果类		银 杏	(287)
梨	(271)	核 桃	(287)
鹿 梨	(272)	榛	(289)
棠 梨	(272)	阿月浑子	(289)
海 红	(273)	橡 实	(290)
木 瓜	(273)	三、夷果类	
山 楂	(274)	荔 枝	(290)
庵罗果	(275)	龙 眼	(292)
柰	(275)	橄 榄	(292)
林 檎	(276)	木威子	(293)
柿	(276)	庵摩勒	(293)
棐 柿	(278)	毗梨勒	(293)

五剑子	(294)	枳 椇	(300)
五子实	(294)	四、瓜 果 类	
榧 实	(294)	甜 瓜	(300)
海松子	(295)	西 瓜	(302)
槟 榔	(295)	葡 萄	(303)
大腹子	(296)	猕猴桃	(304)
椰 子	(296)	甘 蔗	(305)
无漏子	(297)	五、水 果 类	
桃椰子	(298)	莲 藕	(306)
莎木面	(298)	芡 实	(308)
菠萝蜜	(298)	芡 实	(308)
无花果	(299)	乌 芋	(309)
韶 子	(299)	慈 姑	(310)
马槟榔	(299)		

下册目录

第九卷 木 部

一、香木类	榉	(328)
柏	柳	(328)
松	棕 榈	(330)
杉	三、灌木类	
桂	桑	(330)
木 兰	枳	(333)
沉 香	酸 枣	(333)
丁 香	金樱子	(334)
檀 香	冬 青	(335)
楠	南 烛	(335)
二、乔木类	五加皮	(335)
椿 樗	黄 檗	(336)
梧 桐	巴 豆	(337)
白 杨	没 药	(337)
榆	阿 魏	(338)
槐	芦 荟	(338)
檀	枸 杞	(338)
杜 仲	石 南	(340)
合 欢	山 茶	(340)
皂 荚	四、寓木类	
无患子	茯 苓	(341)
无食子	琥 珀	(342)
河黎勒		

第十卷 虫 部

蟾 蜍	(344)	蚕	(350)
蛤 蟆	(345)	雪 蚕	(351)
蛙	(346)	海 参	(351)
石鳞鱼	(346)	青 蚨	(352)
蚯 蚓	(346)	蛱 蝶	(352)
蜗 牛	(347)	蜻 蛉	(352)
蜜 蜂	(348)	蜚 蠊	(353)
土 蜂	(349)	鼠 蚤	(353)
大黄蜂	(349)		

第十一卷 鳞 部

一、蛇 类		青 鱼	(364)
蟒 蛇	(354)	竹 鱼	(365)
鳞 蛇	(356)	鲇 鱼	(365)
白花蛇	(356)	白 鱼	(365)
乌 蛇	(357)	石首鱼	(366)
金 蛇	(358)	鲚 鱼	(366)
水 蛇	(358)	鲢 鱼	(367)
黄颌蛇	(359)	嘉 鱼	(367)
蝮 蛇	(360)	鲳 鱼	(367)
二、鱼 类		鲫 鱼	(367)
鲤 鱼	(361)	鲂 鱼	(368)
鲢 鱼	(363)	鲈 针	(369)
鳊 鱼	(363)	鳊 鱼	(369)
鲮 鱼	(363)	鲟 鱼	(369)
鲩 鱼	(364)	鲟 鱼	(371)