

【完全实用版】

本草纲目

崔述生 张 浩 / 主编

— 药学巨著 —

— 实用性、临床性、科研性于一体 —

— 再现药学精华 —

— 家庭生活必备书 —



bencanaomu

中医古籍出版社

本草纲目

主编:崔述生 张浩
编委:金丽杰 史青
王桂平 李翔

中医古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

本草纲目/崔述生主编. —北京:中医古籍出版社

1999.11

ISBN 7-80013-844-5

I. 本… II. 崔… III. ①本草纲目—普及读物 IV. R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 60424 号

本草纲目

中医古籍出版社

(北京东直门内北新仓 18 号 邮编:100700)

新华书店经销

北京金马印刷厂印刷

2004 年 4 月第 2 版 2004 年 4 月第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:18.875

字数:500 千字

印数:0001—5000 册

ISBN 7-80013-844-5/R·840

定价:26.80 元

前 言

《本草纲目》是我国明代医学家李时珍以毕生精力编著的一部不朽巨著，从它面世之日起，就一直为人们所珍爱，它的光彩没有因时光的流逝而暗淡。

今我们收集《本草纲目》的各种版本，选择编辑了离我们的生活比较近的、实用性强的疗方，并且对其顺序做了比较大的调整，把我们的主要食品菜部、果部、谷部放在前面，并做为重点。本书详细地介绍了它们的食用价值和加工方法及疗病方。我们都知道每种食物对人的补益作用都不同，但我们如果了解了它对人的作用，不是就能更好地利用它了吗？

我们在编辑的过程中，对现今已不常用的，例如：水部、人部、石部也选其一小部分，作为点缀，以保持书的基本完整。

本书的特点是把原来的文言改成“白话”文，使之通俗易懂，接近大众，实用性强。

由于我们业务水平有限，在编辑过程中一定会存在一些缺点和错误，请读者指正。

目 录

第一篇 菜 部

葶 辛 类	(1)
菰	(1)
芥	(2)
白 芥	(3)
芜 菁	(4)
莱 服	(5)
香 葵	(8)
韭	(9)
山 韭	(10)
葱	(11)
山 葱	(14)
葫 葱	(14)
薤	(15)
蒜	(16)
山 蒜	(17)
葫	(17)
芸 苔	(19)
胡 萝 卜	(21)
芹 菜	(21)
堇	(22)
紫 堇	(23)
马 薺	(23)
罗 勒	(23)

白花菜	(24)
辣米菜	(25)
生 姜	(25)
同 蒿	(27)
邪 蒿	(27)
柔滑类	(27)
苜 蓿	(27)
苋	(28)
马齿苋	(29)
苦 菜	(30)
白 苣	(31)
莴 苣	(32)
水苦葵	(32)
菠 菜	(33)
薤 菜	(33)
东风菜	(34)
菁 菜	(34)
地瓜儿	(34)
睡 菜	(35)
藏 菜	(35)
芥	(35)
繁 缕	(36)
鸡肠草	(37)
翻白草	(37)

蒲公英.....	(38)	金針菜.....	(52)
黃瓜菜.....	(39)	菰 筍.....	(52)
生瓜菜.....	(39)	竹 筍.....	(52)
落 葵.....	(40)	桃竹筍.....	(53)
蕺 菜.....	(41)	油 菜.....	(53)
蕨.....	(41)	白 菜.....	(54)
水 蕨.....	(42)	黃芽菜.....	(54)
茅膏菜.....	(42)	莫 菜.....	(54)
雞侯菜.....	(42)	瓜菜類	(54)
孟娘菜.....	(43)	冬 瓜.....	(54)
薇.....	(43)	南 瓜.....	(56)
翹 搖.....	(43)	越 瓜.....	(57)
鹿 藿.....	(44)	胡 瓜.....	(57)
灰滌菜.....	(44)	絲 瓜.....	(58)
藜.....	(44)	苦 瓜.....	(61)
秦艽藜.....	(45)	茄.....	(61)
醍醐菜.....	(45)	壺 盧.....	(63)
芋.....	(45)	瓠和子.....	(64)
土 芋.....	(47)	水菜類	(65)
薯 蕷.....	(47)	紫 菜.....	(65)
零余子.....	(48)	石 莖.....	(66)
甘 薯.....	(48)	石花菜.....	(66)
百 合.....	(48)	鹿角菜.....	(66)
山 丹.....	(49)	龍須菜.....	(67)
草石蚕.....	(50)	海 藻.....	(67)
豆芽菜.....	(51)	芝 類	(67)
萱 草.....	(51)	靈 芝.....	(67)
藕絲菜.....	(51)	青 芝.....	(68)

赤 芝..... (68)	枣..... (86)
黄 芝..... (68)	仙 枣..... (88)
白 芝..... (68)	红 枣..... (88)
黑 芝..... (68)	山果类 (89)
紫 芝..... (69)	梨..... (89)
木 耳..... (69)	鹿 梨..... (90)
杉 菌..... (71)	棠 梨..... (90)
香 蕈..... (71)	海 红..... (91)
葛花菜..... (72)	木 瓜..... (91)
天花蕈..... (72)	楂 子..... (92)
蘑菇蕈..... (72)	山 楂 (92)
鸡 菌..... (72)	庵罗果..... (93)
舵 菜..... (73)	柰..... (94)
土 菌..... (73)	木 橘..... (94)
竹 蓐..... (73)	柿..... (95)
地 耳..... (74)	烘 柿..... (95)
石 耳..... (74)	卑 柿..... (97)
	君迁子..... (98)

第二篇 果 部

五果类 (75)	安石榴..... (98)
李..... (75)	橘..... (99)
杏..... (77)	柑 (100)
巴旦杏..... (79)	橙 (101)
梅..... (79)	柚 (102)
白 梅..... (80)	枸 橼 (103)
榔 梅..... (81)	金 橘 (103)
桃..... (82)	枇 杷 (104)
桃 泉..... (82)	杨 梅 (104)
栗..... (84)	樱 桃 (105)

银 杏	(106)
核 桃	(107)
榛	(108)
阿月浑子	(108)
橡 实	(109)
夷果类	(110)
荔 枝	(110)
龙 眼	(111)
龙 荔	(112)
橄 榄	(112)
木威子	(113)
庵摩勒	(113)
毗梨勒	(114)
五敛子	(114)
五子实	(114)
榧 实	(114)
海松子	(115)
槟 榔	(116)
大腹子	(116)
椰 子	(117)
严树酒	(118)
无漏子	(118)
桃椰子	(118)
莎木面	(119)
菠萝蜜	(119)
无花果	(119)
古度子	(120)
韶 子	(120)

马槟榔	(120)
枳 具	(121)
瓜果类	(121)
甜 瓜	(121)
西 瓜	(123)
葡 萄	(124)
婴 奥	(124)
猕猴桃	(124)
甘 蔗	(125)
水果类	(126)
莲 藕	(126)
芡 实	(128)
芡 实	(129)
乌 芋	(129)
慈 姑	(130)

第三篇 谷 部

稻 类	(131)
粳	(131)
浙二泔	(132)
稻	(133)
粳	(135)
稷粟类	(135)
稷	(135)
黍	(136)
蜀 黍	(137)
玉蜀黍	(138)
粱	(138)
粟	(139)

稗	(141)	白 豆	(162)
狼尾草	(142)	豌豆	(162)
菰 米	(142)	蚕 豆	(163)
蓬草子	(142)	豇 豆	(163)
薏 苡	(143)	扁 豆	(164)
罌子粟	(144)	毛 豆	(165)
阿芙蓉	(145)	刀 豆	(165)
麦 类	(146)	黎 豆	(166)
小 麦	(146)	腌造类	(166)
麦 粉	(147)	陈廩米	(166)
麦	(147)	藁 米	(167)
麦 奴	(148)	稻 藁	(167)
大 麦	(148)	粟 藁	(167)
雀 麦	(149)	麦 藁	(167)
莽 麦	(150)	酒 曲	(168)
苦莽麦	(151)	炊蒸类	(169)
麻 类	(151)	饭	(169)
胡 麻	(151)	煊 饭	(170)
白油麻	(152)	粥	(170)
青 蓂	(153)	寒食粥	(170)
大 麻	(154)	糕	(171)
麻 仁	(154)	粽	(171)
麻 勃	(154)	寒 具	(171)
菽豆类	(155)	蒸 饼	(172)
大 豆	(155)	馒头	(172)
黄大豆	(158)	馄饨	(173)
赤 豆	(158)	油 堆	(173)
绿 豆	(160)	蜂 糕	(173)

豆腐	(173)
麻腐	(174)
粉皮	(174)
索粉	(174)
豆炙	(175)

第四篇 人 部

爪 甲	(176)
牙 齿	(177)
乳 汁	(178)
妇女月水	(179)
人 血	(179)
人 精	(180)
口津唾	(180)
人 汗	(181)
眼 泪	(181)
人 气	(181)
人 胞	(182)
胞衣水	(183)

第五篇 兽 部

畜 类	(184)
豕	(184)
狗	(192)
猫	(196)
羊	(198)
黄 羊	(205)
牛	(206)
牛 黄	(209)
马	(213)

驴	(217)
骡	(221)
驼	(221)
兽 类	(223)
狮	(223)
虎	(223)
豹	(226)
象	(227)
犀	(229)
牦 牛	(230)
野 马	(231)
野 猪	(231)
豪 猪	(232)
熊	(233)
羚 羊	(235)
山 羊	(236)
鹿	(236)
麝	(239)
灵 猫	(240)
狸	(241)
风 狸	(242)
狐	(242)
貉	(244)
猪 獾	(244)
狗 獾	(245)
木 狗	(246)
豺	(246)
狼	(246)

兔	(248)	雀	(269)
水 獭	(249)	蒿 雀	(270)
鼠 类	(251)	伏 翼	(272)
鼠	(251)	水禽类	(273)
鼯 鼠	(253)	鹤	(273)
硕 鼠	(254)	鹳	(273)
拔 鼠	(254)	鹅	(274)
貂 鼠	(254)	雁	(275)
黄 鼠	(255)	鸽	(276)
鼯 鼠	(255)	鸪	(276)
猬	(256)	鹭	(277)
禽 类	(257)	鳧	(278)
猕 猴	(257)	鸳 鸯	(279)
玃	(258)	鹭	(279)
果 然	(258)	鸥	(280)
猩 猩	(258)	鸬 鹚	(280)
狒 狒	(259)	鱼 狗	(281)
		翡 翠	(281)
第六篇 禽 部		林禽类	(281)
原禽类	(260)	斑 鸠	(281)
鸡	(260)	布 谷	(282)
雉	(265)	青 雀	(282)
山鸡雉	(266)	鸽	(283)
锦 鸡	(267)	百 舌	(283)
鹧 胡	(267)	莺	(284)
竹 鸡	(268)	啄木鸟	(284)
秧 鸡	(268)	慈 乌	(285)
晏 鸟	(268)	乌 鸦	(285)
鸽	(268)		

鵲	(286)
山 鵲	(286)
杜 鵲	(286)
鸚母鳥	(287)
山禽類	(287)
孔 雀	(287)
火 鸡	(288)
鷹	(288)
雕	(289)
鸞	(290)

第七篇 介 部

龟鳖类	(291)
水 龟	(291)
秦 龟	(292)
灵 龟	(293)
绿毛龟	(293)
鳖	(294)
纳 鳖	(295)
能 鳖	(296)
鼈	(296)
鳖	(297)
蚌蛤类	(298)
牡 蛎	(298)
蚌	(299)
马 刀	(300)
蜆	(300)
真 珠	(301)
蛤 蜊	(301)

车 螯	(302)
紫 贝	(303)
淡 菜	(303)
海 螺	(303)
甲 香	(304)
田 螺	(304)
蜗 贏	(305)
海 蛎	(306)
海 月	(306)

第八篇 鳞 部

蛇 类	(307)
蚺 蛇	(307)
鳞 蛇	(308)
白花蛇	(308)
乌 蛇	(309)
金 蛇	(310)
水 蛇	(310)
黄颌蛇	(311)
蝮 蛇	(312)
鱼 类	(313)
鲤 鱼	(313)
鲢 鱼	(315)
鳊 鱼	(315)
鳙 鱼	(316)
鲩 鱼	(316)
青 鱼	(316)
竹 鱼	(317)
鱖 鱼	(317)

白 鱼	(318)	章 鱼	(333)
石首鱼	(318)	海鵑鱼	(333)
鲚 鱼	(319)	文鳐鱼	(334)
鲋 鱼	(319)	水 母	(334)
嘉 鱼	(320)	虾	(334)
鳐 鱼	(320)	海 虾	(335)
鲫 鱼	(320)	鲍 鱼	(335)
魴 鱼	(322)	第九篇 虫 部	
鲈 鱼	(323)	蟾 蜍	(336)
鳊 鱼	(323)	蟾 酥	(336)
鲨 鱼	(324)	蛤 蟆	(337)
石斑鱼	(324)	蛙	(337)
鲛 鱼	(324)	蚯 蚓	(338)
鲈残鱼	(324)	蜗 牛	(339)
金 鱼	(325)	蜜 蜂	(339)
无鳞鱼类	(325)	土 蜂	(340)
鳢 鱼	(325)	大黄蜂	(340)
鳊鳊鱼	(326)	蚕	(341)
鳙 鱼	(327)	雪 蚕	(342)
泥 鳅	(328)	海 参	(342)
黄 鱼	(329)	青 蛱	(343)
人 鱼	(329)	夹 蝶	(343)
鲩 鱼	(329)	蜻 蛉	(343)
河 豚	(330)	蜚 螳	(343)
海豚鱼	(331)	炸 蟻	(344)
比目鱼	(331)	第十篇 水 部	
蛟 鱼	(331)	天水类	(345)
乌贼鱼	(332)	半天河	(345)

立春雨水	(345)
梅雨水	(346)
液雨水	(346)
潦水	(346)
雹	(347)
夏冰	(347)
露水	(347)
繁露水	(348)
冬霜	(348)
冬冰水	(349)
腊雪	(349)
腊雪水	(349)
甘露	(349)
明水	(350)
屋漏水	(350)
地水类	(350)
流水	(350)
千里水	(350)
东流水	(351)
甘烂水	(351)
顺流水	(351)
逆流水	(351)
倒流水	(351)
池沼水	(352)
井泉水	(352)
玉井水	(353)
醴泉	(353)
山岩泉水	(354)

寒泉水	(354)
温汤水	(354)
碧海水	(355)
乳穴水	(355)
节气水	(355)
盐胆水	(356)
卤水	(356)
热汤	(356)

第十一篇 火部

阳火、阴火	(358)
炭火	(359)
火针	(360)
烛烬	(361)

第十二篇 草部

山草类	(362)
人参	(362)
甘草	(363)
黄精	(364)
黄耆	(365)
白术	(366)
黄连	(367)
胡黄连	(368)
芥尼	(368)
桔梗	(369)
黄芩	(370)
长松	(371)
秦艽	(372)
地榆	(373)

萎 蕤	(374)	鸡 冠	(398)
肉苁蓉	(374)	苈 麻	(398)
独 活	(374)	菊	(399)
天 麻	(375)	地 黄	(401)
龙 胆	(376)	天名精	(403)
柴 胡	(377)	牛 膝	(404)
前 胡	(378)	紫 菀	(406)
防 风	(378)	淡竹叶	(406)
升 麻	(380)	葵	(407)
知 母	(380)	菟 葵	(407)
远志	(381)	龙 葵	(408)
丹 参	(382)	龙 珠	(409)
三 七	(383)	酸 浆	(409)
隰草类	(384)	败 酱	(410)
白 蒿	(384)	迎春花	(411)
恶 实	(384)	款冬花	(411)
苍 耳	(386)	紫花地丁	(412)
何首乌	(389)	水 蓼	(413)
土茯苓	(390)	荭 草	(413)
木 莲	(391)	海 根	(414)
葎	(392)	甘 藤	(415)
甘 蕉	(392)	木 贼	(415)
蕉 油	(393)	灯心草	(416)
车前草	(394)	芳草类	(416)
金盏草	(395)	川 芎	(416)
火炭母草	(395)	当 归	(418)
益母草	(395)	豆 蔻	(418)
艾	(397)	假 苏	(419)

薄荷	(421)	昆布	(438)
积雪草	(422)	海带	(439)
苏	(422)	越王余算	(439)
水苏	(424)	水松	(439)
芥苎	(424)	苔草类	(440)
瑞香	(424)	陟厘	(440)
茉莉	(425)	干苔	(440)
郁金香	(425)	石蕊	(441)
薰草	(425)	石草类	(441)
兰草	(426)	石韦	(441)
泽兰	(426)	景天	(442)
马兰	(427)	酢浆草	(442)
白芷	(428)	仙人草	(443)
芍药	(429)	石斛	(443)
郁金	(430)	毒草类	(444)
五味子	(430)	鬼芋	(444)
蔓草类	(432)	凤仙	(445)
葛	(432)	大戟	(445)
寒莓	(433)	甘遂	(446)
覆盆子	(434)	附子	(447)
水草类	(435)	半夏	(448)
水萍	(435)	常用草药治疗毒症方	(450)
苹	(436)		(450)
萍蓬草	(437)	一、胃癌草药方	(451)
苕菜	(437)	二、肝癌草药方	(451)
莼	(437)	三、肺癌草药方	(452)
水藻	(438)	四、食道癌草药方	(453)
海藻	(438)	五、直肠癌草药方	(453)

六、子宫癌草药方…… (454)

七、乳癌草药方…… (454)

第十三篇 木 部

香木类…… (456)

柏 …… (456)

松 …… (457)

杉 …… (459)

桂 …… (460)

木 兰 …… (461)

沉 香 …… (461)

丁 香 …… (462)

檀 香 …… (463)

楠 …… (464)

乔木类…… (465)

椿 樗 …… (465)

梧 桐 …… (466)

白 杨 …… (466)

榆 …… (467)

槐 …… (468)

檀 …… (470)

杜 仲 …… (470)

合 欢 …… (470)

皂 荚 …… (471)

无患子 …… (472)

无食子 …… (473)

诃黎勒 …… (473)

榉 …… (474)

柳 …… (475)

柳 花 …… (475)

芜 荑 …… (476)

棕 榈 …… (477)

灌木类…… (477)

桑 …… (477)

枳 …… (480)

酸 枣 …… (480)

金樱子 …… (481)

冬 青 …… (482)

南 烛 …… (482)

五加皮 …… (483)

苦楝子 …… (484)

黄 檗 …… (484)

巴 豆 …… (485)

没 药 …… (485)

阿 魏 …… (485)

芦 荟 …… (486)

枸 杞 …… (486)

石 南 …… (488)

山 茶 …… (489)

灌木类…… (489)

茯 苓 …… (489)

琥 珀 …… (491)

第十四篇 金石部

金玉类…… (492)

金 …… (492)

银 …… (493)

水 银 …… (493)