

攝生眾妙方



攝生眾妙方卷之七

明四明張時徹維靜集

淋濁門

治白濁方

川草薺去皮川黃柏酒炒麥門冬去心兔絲子酒炒北五味

酒遠志去心各等分

右加竹葉三片燈心七莖大黃少許水鍾半煎一

鍾空心溫服

又方



車前子 燈草 側柏葉 梔子 黃芩 滑石

烏梅水浸 竹葉水浸 大黃 蒲黃 豬苓 茯苓

甘草 石膏各等分

右咬咀水一鍾半煎服一二服卽愈便血亦可治之

又方 名桑螵蛸散

桑螵蛸鹽水炙 遠志甘草湯炙 菖蒲鹽炒 龍骨煨 人參

去蘆 茯神去木 當歸酒洗 龜甲醋炙各一兩

右爲末每服二錢臨睡時人參湯下



治五淋方

豬苓 澤瀉 白茯苓 白朮 車前子 滑石

黃芩

酒炒

木通

龍齒

黃柏

酒炒

知母

酒炒各等分

右各如法製過為劑每貼用水一鍾半燈草一團

煎空心服

又方 治老人氣虛而淋

人參 白朮 木通 山梔子

右各等分水煎服

又方 治腎氣不足膀胱有熱水道不通淋漓不出



攝生要方

或如膏如砂石如豆汁竝皆治之

赤茯苓六兩赤芍藥 山梔仁各十兩當歸去蘆甘草生用

各五兩條芩三兩

右咬咀每服四服水一鍾煎八分空心服

又方

車前子生用半兩淡竹葉 赤茯苓 燈草 荊芥穗

各二錢

右作二服水煎

又方 治心虛蘊熱小便赤澀或成淋痛



生熟地黃 甘草 木通

各等分

右咬咀每服三錢水一鍾竹葉十片煎六分溫服

石葦丸 治腎氣不足膀胱有熱水道不通淋漓不出

臍腹急痛畜作有時或尿如豆汁或出砂石竝治

如神

芍藥 白朮 滑石 冬葵子 當歸 石葦

瞿麥 木通 甘草 王不留行

各二兩

右爲細末麵糊爲丸如菉豆大每服一百丸空心

小麥湯下



又方 治男婦諸淋

杜牛膝

一名苦杖根
一名鼓槌草

洗淨搥碎一握水五碗煎至

一碗去渣入麝香乳香末各少許空心調服小便

內當下沙石剝剝有聲是其驗也 一方止以酒

煎服治血淋痛甚者

又方 治血淋 亂髮不拘多少燒灰入麝香少許

用米醋泡湯調下 一方以葵子末等分米飲空

心調下最治婦人胞轉不尿

又方 用真琥珀不拘多少研爲末入淡竹葉心同

煎水滾幾次溫服之即愈

遺精門

玉瑣丹 治精氣虛滑遺泄不禁

龍骨 蓮花蕊 雞頭實 烏梅肉 各等分

右爲末用熟山藥去皮爲膏和丸如小豆大每服三十丸空心米飲下

金櫻丸 治精滑夢遺及小便後遺瀝

金櫻子 雞頭實 各一兩 白蓮花蕊 龍骨 煅各半兩

右爲末糊丸如梧桐子大每服七八十丸空心鹽



酒下

祕元丹 治精不禁危急者

龍骨酒煮焙乾為末 靈砂水飛各一兩 砂仁半兩 訶子小者熱灰煨取肉半兩

右為末糯米糊丸如菉豆大每服三十丸空心溫

酒下臨睡白湯下

又方

靈砂一兩 陽起石火煨通紅 砂仁 訶子肉 白茯苓各一兩

牡礪雌雄各半兩 麥門冬去心二錢半



右爲末糯米飯丸空心酒下一十九要通飲蔥茶
半鍾卽行如無陽起石以龍骨代之

豬肚丸 止夢遺泄精思飲食健肢體甚有效

白朮

去蘆炒
五兩

苦參

色白者
三兩

牡礪粉

左顧者煨用
另研四兩

右三味爲末用雄豬肚一具洗淨盛罐內煮極爛
石臼或木臼內搗如泥和藥再加肚汁搗半日丸
如小豆大每服四十九日進三次或四次米湯送
下久服自覺身肥而夢遺立止

五味膏



北五味子一斤洗淨水浸一宿以手拔去核再用
溫水將核洗取餘味通置砂鍋內用布濾過入好
冬蜜二斤炭火慢熬成膏待數日後略去火性每
服一二茶匙空心白滾湯調服火候難於適中先
將砂鍋秤定斤兩然後秤五味汁并蜜大約煮至
二斤四兩爲度

既濟方

夜半子時分陽正興時仰臥瞑目閉口舌頂上腭
將腰拱起左手用中指頂住尾閭穴

在腎囊囊右門之間



手用大指頂住無名指根拳著又將兩腿俱伸兩
腳十指俱握提起一口氣心中存想脊背腦後上
貫至頂門慢慢直下至丹田方將腰腿腳手從容
放下再照前行陽卽衰矣如陽未衰再行兩三遍
如初行時陽未興勉強興之方可行夫人之所以
有虛疾者因年少慾心太盛房事過多水火不能
相濟以致此疾能行此法不惟速去泄精之病久
而腎水上升心火下降則水火既濟永無疾病矣

樗樹根丸



良姜

三錢燒灰

黃柏

芍藥

各二錢燒灰存性

檮樹根皮

一兩五錢

右爲末麴糊丸如梧桐子大每服三十九空心茶

湯下

小兒絲子丸

治腎氣虛損目眩耳鳴四肢倦怠夜夢

遺精

石蓮肉二兩兔絲子

酒焙五兩

白茯苓

焙二兩

山藥

二兩內將分半

打糊

右爲末用山藥糊搜和爲丸如梧桐子大每服五

十丸空心溫酒鹽湯任下如腳膝無力木瓜湯下



芡實丸 治思慮傷心疲勞傷腎心腎不交精元不固

面少顏色驚悸健忘小便赤澁遺精白濁足脛酸

疼耳聾目暗

芡實

蒸去皮

蓮花鬚

二兩

茯神

去木

山茱萸肉

龍骨

生用

五味子

枸杞子

熟地黃

酒蒸

韭子

炒

肉蓯蓉

酒浸

川牛膝

去蘆酒浸

紫石英

煅七次

各一兩

右爲末酒煮山藥糊爲丸如梧桐子大每服七十

丸空心鹽湯送下

大小便不通門



治大小便不通方

用蜂蜜一酒盞入皮硝二錢滾湯一茶鍾空心調

下

又方 用火燒鹽填於臍內切蒜一片蓋鹽上艾灸

二三炷即通

又方 用皂莢燒研末粥飲下三錢

黃連芍藥方 治臟肛門內燥結

黃連 芍藥 黃芩 當歸 檳榔 大黃 枳

殼 川芎 梔子 連翹

各二錢半 甘草 五分

右用水一鍾半煎至八分溫服

大便秘通方

大黃

皮硝

另研

厚朴

枳實

各等分

右用水一鍾半煎至七分方投入皮硝一大撮去

渣溫服

又方

大黃

皮硝

車前子

黃芩

黃柏

黃連

梔子

各等分

右爲細末麵糊丸如彈子大每服一二丸涼水送



下

又方

細茶

撮一

生芝蔴

撮一

桃仁

七枚

甘草

五分

大黃

一錢

或二三錢

右藥用水生搗碎服立效

又方

治大腸有風大便秘結

皂角

去子炙

枳殼

去穰麤炒

右等分爲末蜜丸梧桐子大空心米飲下七十丸

又方

治大腸虛秘而熱

白芍藥

一兩半

陳皮

生地黃

歸身

各一兩

條芩

