

藝術典第三百三十四卷

醫部彙考三百十四

飲食門一

黃帝素問 生氣通天論

陰之所生本在五味陰之五宮傷在五味是故味過於酸肝氣以津脾氣乃絕味過於鹹大骨氣勞
短肌心氣抑味過於甘心氣喘滿色黑腎氣不衡味過於苦脾氣不濡胃氣乃厚味過於辛筋脉沮
弛精神乃央是故謹和五味骨正筋柔氣血以流腠理以密如是則骨氣以精謹道如法長有天命

注五臟之精生於五味五味各歸其所喜如酸入肝鹹入腎甘入脾苦入心辛入肝太過則傷而

病矣能謹和之則骨正筋柔陰陽和平而天命長

平人氣象論

人以水穀爲本故人絕水穀則死脉無胃氣亦死所謂無胃氣者但得真臟脉不得胃氣也

注五

臟元真之氣皆胃腑水穀之所生也

陰陽應象大論

水穀之寒熱感則害於六腑

注水穀入胃寒溫不適飲食不節則病生腸胃

形不足者溫之以氣精不足者補之以味

注形歸氣氣生形溫熱氣勝者補陽氣故形不足者溫

之以氣五臟主藏精五味各歸所喜故五味補精

靈蘭秘典論

脾胃者倉廩之官五味出焉

注運納五穀故爲倉廩之官五味入胃脾爲轉輸以養五臟氣故五

味出焉

六節臟象論

天食人以五氣地食人以五味五氣入鼻藏於心肺上使五色修明音聲能彰五味入口藏於腸胃

味有所藏以養五氣氣和而生津液相成神乃自生

注在天爲氣故食人以五氣在地爲化化生

五味故食人以五味五氣從外竅而入心肺心榮色而華肺主聲故使五色修明五臟之氣得五

味以滋養則陰陽和而相生氣和津成而五臟之神生矣

五臟生成篇

多食鹹則脉凝泣而色變多食苦則皮槁而毛拔多食辛則筋縮而爪枯多食酸則肉胝腸而脅揭多食甘則骨痛而髮落此五味之所傷也

注

五味所以養五臟者也太過則臟有偏勝所不勝之

臟受傷而各見其病焉

五臟別論

胃者水穀之海六腑之大源也五味入口藏於胃以養五臟氣

注

水穀入胃脾爲轉輸以灌溉四

臟者也

經脉別論

食氣入胃散精於肝淫氣於筋

注

肝乃土之勝制則生化故散精於肝肝者筋其應故淫氣於筋

食氣入胃濁氣歸心淫精於脉脉氣流經經氣歸於肺肺朝百脉輪精於皮毛脉合精行氣於腑腑精神明留於四臟氣歸於權衡權衡以平氣口成寸以決死生

注

食氣曰濁氣入胃之食氣歸

於心子令母實也心通脉故淫精於脉入胃之穀氣先淫氣於脉百脉之經氣總歸於大經經氣

歸肺百脉皆朝會於肺也肺合皮毛故輸精焉毛脉合精者血氣相合也肺爲陽故先受氣腑精神明者六腑之津液相成神乃自生也五臟六腑受氣於穀淫精於脉變見於氣口以決其死生飲入於胃遊溢精氣上輸於脾脾氣散精上歸於肺通調水道下輸膀胱水精四布五經並行合於四時五臟陰陽揆度以爲常也

注脾主爲胃行其津液者也肺應天而主氣故能通調水道下輸膀胱也氣化則水行故四布於皮毛通灌於五臟之經脉而合於四時五行陰陽之揆度以爲經脉之經常也

臟氣法時論

肝苦急急食甘以緩之心苦緩急食酸以收之脾苦濕急食苦以燥之肺苦氣上逆急食苦以泄之腎苦燥急食辛以潤之

注此論五臟之本氣而合於四時五行五味也

肝欲散急食辛以散之心欲栗急食鹹以栗之脾欲緩急食甘以緩之肺欲收急食酸以收之腎欲堅急食苦以堅之

注此論五臟之病宜於藥食者五味各有所宜也

宣明五氣篇

辛走氣氣病無多食辛鹹走血血病無多食鹹苦走骨骨病無多食苦甘走肉肉病無多食甘酸走筋筋病無多食酸是謂五禁無令多食注五味所以養五臟之氣者也病則氣虛故無令多食蓋少則補多則反損其氣

太陰陽明篇

飲食不節起居不時者陰受之陰受之則入五臟注飲食勞倦則傷脾故陰受之入五臟從其類也

瘵論

飲食自倍腸胃乃傷

注

居處失宜則邪中其俞又不能調其飲食邪即循俞而入會於腑矣

病能論

食入於陰長氣於陽

注

食氣入胃散精於肝濁氣歸心淫精於脉毛脉合精行氣於腑此食入於

陰而長氣於陽也

刺志論

穀盛氣盛穀虛氣虛此其常也反此者病穀入多而氣少此謂反也穀不入而氣多此謂反也穀入多而氣少者得之有所脫血濕居下也穀入少而氣多者邪在胃及與肺也

注常謂穀之多少與

氣之盛衰相應反謂穀入多而氣少穀不入而氣多爲邪病之所致也

脉解篇

少陰所謂惡聞食臭者胃無氣故惡聞食臭也

注秋深之時陽盡而陰盛故胃無氣惡聞食臭也

刺法論

欲令脾實氣無滯飽無久坐食無太酸無食一切生物宜甘宜淡

氣交變大論

歲木太過風氣流行脾土受邪民病飧泄食減

注此脾土之病

歲土太過雨濕流行腎水受邪民病食減

注土虛而不能主化也

歲火之復民病驚漉腹滿食飲不下

注水寒太甚而濕土復之故爲此諸病

歲土之復民病食少失味

注此水勝之病蓋土弱木亢金乃復而子亦隨之也

五常政大論

太陽司天濕氣變物水飲內穢中滿不食

注凡此皆水濕之爲病也

厥陰司天風氣下臨脾氣上從食減口爽

注土受木化則受其勝制而脾病也

太陰司天濕氣下臨腎氣上從少腹痛時害於食

注少腹痛者腎病也時害於食者水上乘土也

至真要大論

歲厥陰在泉風淫所勝民病飲食不下鬲咽不通食則嘔腹脹善噫得後與氣則快然如衰

注凡

此皆木淫而土病也

厥陰司天風淫所勝民病胃脘當心而痛上支兩脅鬲咽不通飲食不下舌本強食則嘔

注凡此

皆脾經之病蓋風木淫勝故也

少陰之勝心下熱善饑

注外淫之火交於內也

太陽之勝腹滿食減

注水氣乘脾也

厥陰之復嘔吐飲食不下入而復出甚則入脾食痹而吐

注嘔吐飲食不下木淫而土敗也痹者

閉而痛也

太陽之復厥氣上行心胃生寒脅膈不利食減

注厥氣上行者鬱寒之氣上行而欲復歲半以前

之氣也食減水乘土也

太陰司天主勝則胃腹滿食已而噎

注胃腹滿者初氣之木勝傷土也食已而噎乃二氣三氣之

火上炎而爲肺病也

太陰在泉主勝則寒氣逆滿食飲不下

注水淫而上乘土故逆滿四之主氣乃太陰濕土客氣乃

厥陰風木故食飲不下

五味入胃各歸所喜攻酸先入肝苦先入心甘先入脾辛先入肺鹹先入腎久而增氣物化之常也

氣增而久天之由也

注此言氣味之不可偏用者也

靈樞經 邪氣臟腑病形篇

形寒飲冷則傷肺以其兩寒相感中外皆傷故氣逆而上行

注此內外俱傷也

腎脉微緩爲洞洞者食不化下咽還出

注戊癸合而化生火土以消入胃之飲食腎氣緩故食不

化而運出

榮氣篇

榮氣之道內穀爲寶穀入於胃乃傳之肺流溢於中布散於外精專者行於經隧常榮無已終而復始是謂天地之紀注榮血者中焦受氣取汁化而爲血以奉生身莫貴於此故獨行於經隧常榮無已終而復始以應天地運行之紀

榮衛生會篇

人受氣於穀穀入於胃以傳於肺五臟六腑皆以受氣其清者爲榮濁者爲衛榮在脉中衛在脉外注人賴水穀之氣以生此榮衛而榮臟腑經脉也

口問篇

穀入於胃胃氣上注於肺注人之所受穀氣由胃海之布散於天下也

平人絕穀篇

腸胃之中常留穀二斗水一斗五升故平人日再後後二升半一日中五升七日五七三斗五升而

留水穀盡矣故平人不食飲七日而死者水穀精氣津液皆盡故也 注此論人之臟腑形骸精神
氣血皆藉水穀之所資生水穀絕則形與氣俱絕矣

五味篇

胃者五臟六腑之海也水穀皆入於胃五臟六腑皆稟氣於胃五味各走其所喜穀味酸先走肝穀
味苦先走心穀味甘先走脾穀味辛先走肺穀味鹹先走腎穀氣津液已行榮衛大通乃化糟粕以
次傳下 注此論五臟六腑津液榮衛皆稟氣於胃腑水穀之所生養

天地之精氣其大數常出三入一故穀不入半日則氣衰一日則氣少矣 注大數出三入一蓋所
入者穀而所出者乃化糟粕以次傳下其津液溉五臟而生榮衛其宗氣積於膻中以司呼吸其
所出有三者之隧道故穀不入半日則氣衰一日則氣少矣

脾病者宜食粳米飯牛肉棗葵心病者宜食麥羊肉杏薤腎病者宜食大豆黃卷豬肉栗藿肝病者
宜食麻犬肉李韭肺病者宜食黃黍雞肉桃葱 注五色五味各有所宜也

肝病禁辛心病禁鹹脾病禁酸腎病禁甘肺病禁苦 注凡五臟禁服勝剋之味

肝色青宜食甘粳米飯牛肉棗葵皆甘心色赤宜食酸犬肉麻李韭皆酸脾色黃宜食鹹大豆豕肉
栗薥皆鹹肺色白宜食苦麥羊肉杏薤皆苦腎色黑宜食辛黃黍雞肉桃葱皆辛

注緩急燥濕臟

氣之不和也五臟有五氣之苦故宜五味以調之用陰而和陽也

五味論

酸走筋多食之令人癢鹹走血多食之令人渴辛走氣多食之令人洞心苦走骨多食之令人變嘔
甘走肉多食之令人悅心

注五臟本五味之所生而生外合之筋骨血肉也

刺節真邪篇

真氣者所受於天與穀氣并而充身者也

注真氣即先天之氣精穀氣乃後天水穀之精氣相合

并而充身者

九鍼篇

病在筋無食酸病在氣無食辛病在骨無食鹹病在血無食苦病在肉無食甘口嗜而欲食之不可
多也必自裁也命曰五裁

注五味內養五臟外濡形身雖所嗜亦宜裁之

大惑論

黃帝曰人之善饑而不嗜食者何氣使然岐伯曰精氣并於脾熱氣留於胃胃熱則消穀穀消故善饑胃氣逆上則胃脘寒故不嗜食也

注

脾主爲胃行其津液者也精氣并於脾則脾實而不能爲

胃轉輸則熱氣留於胃而消穀善饑矣

扁鵲難經 受盛多少

胃者水穀之海主稟四時皆以胃氣爲本

胃重二斤一兩紆曲屈伸長二尺六寸大一尺五寸徑五寸盛穀二斗水一斗五升小腸重二斤十
四兩長三丈二尺廣二寸半徑八分分之少半左廻疊積十六曲盛穀二斗四升水六升三合合之
大半大腸重二斤十二兩長二丈一尺廣四寸徑一寸當臍右廻十六曲盛穀一斗水七升半

口能知味

脾氣通於口口和則知穀味矣心氣通於舌舌和則知五味矣

內傷

何以知飲食勞倦得之然當喜苦味也虛爲不欲食實爲欲食何以言之脾主味入肝爲酸入心爲苦入肺爲辛入腎爲鹹自入爲甘故知脾邪入心爲喜苦味也其病身熱而體重嗜臥四肢不收其脈浮大而緩 飲食勞倦得之爲實熱

漢張機傷寒論 宿食

人病有宿食何以別之曰脈浮而大按之反濇尺中亦微而濇故知有宿食用大承氣湯下之脈數而滑者實也此有宿食下之愈宜大承氣湯 下利不飲食者宿食也亦宜大承氣湯下之脈緊如轉索無常者有宿食也 宿食在上脘者當吐之凡血虛者不可吐

王叔和脈訣 脈法

脾脈歌曰濇卽非多食食不作肌膚若弦肝氣盛妨食被譏謀 右手第二指連脾四十五動無諸疑急動名爲脾熱極食不能消定若斯 滑脈歌曰關滑胃寒不下食 實脈歌曰實脈尋

之舉有餘伏陽蒸內致脾虛食少只緣生胃蘊溫和湯藥乃痊除 伏脈歌曰尺部見伏食不消坐臥非安還破腹 短脈歌曰短脈陰中有伏陽氣蘊三焦不得昌臟中宿食生寒氣大瀉通腸

必得康 死候歌曰脣青體冷及遺尿背面飲食四日期

宋巖用和濟生方 論治

難經云脾氣通於口口和則知穀味矣心氣通於舌舌和則知五味矣是知穀味五味莫不經由口舌而入於胃也善攝生者謹於和調使一飲一食入於胃中隨消隨化則無滯留之患若稟受怯弱饑飽失時或過餐五味魚腥乳酪強食生冷果菜停畜胃脘遂成宿滯輕則吞酸嘔惡胃滿噫噎或泄或痢久則積結爲癥瘕面黃羸瘦此皆宿滯不消而生病焉大率纔有停滯當量人虛實速宜剋化之不可後時養成沉疴也

金劉完素六書 內傷論

人之生也由五穀之精化五味之備故能生形經曰味歸形若傷於味亦能損形今飲食反過其節腸胃不能勝氣不及化故傷焉經曰壯火食氣氣食少火壯火散氣少火生氣痺論曰飲食自倍腸胃乃傷或失四時之調養故能爲人之病也經曰氣口緊盛傷於食心胃滿而口無味與氣口同氣口者乃脾之外候故脾胃傷則氣口緊盛夫傷者有多少有輕重如氣口一盛脉得六至則傷於厥

陰乃傷之輕也橫橫丸主之氣口二盛脉得七至則傷於少陰乃傷之重也煮黃丸厚朴丸主之氣口三盛脉得八至則傷於太陰腹塞悶亂甚則心胃大痛兀兀欲吐得吐則已俗呼食迷風是也經曰上部有脉下部無脉其人當吐不吐卽死宜吐之以瓜蒂散如不能則無治也經曰高者因而越之下者引而竭之是也

元張從政儒門事親 內傷

夫一切冷食不消宿酒不散亦同傷寒身熱惡寒戰慄頭項痛腰脊強及兩手脉沉不可用雙解止可用導飲丸五六十丸量虛實加減利五七行所傷冷食宿酒若推盡則頭痛等病自愈也次以五苓散生薑棗長流水煎服五六服不可服酒癥進食丸此藥皆犯巴豆有熱毒之故也 夫膏粱

之人起居閒逸奉養過度酒食所傷以致中脘留飲脹悶痞膈酢心可服木香導飲丸以治之夫薊蕘之人飲食粗糲衣服寒薄勞役動作一切酒食所傷以致心腹滿悶時嘔酸水可用進食丸治之

張潔古活法機要 內傷

人之生也由五穀之精化五味之備故能生形經曰味歸形若傷於味亦能損形今飲食過節以致

腸胃不能勝氣不及化故傷焉經云壯火食氣氣食少火壯火散氣少火生氣又云飲食自倍腸胃乃傷以失四時之調節故能成病脉在氣口經曰氣口脉盛傷於食心胃滿而口無味口與氣口同口曰坤者口乃脾之候故胃傷而氣口緊盛夫傷有多少有輕重如氣口一盛得脉六至則傷於厥陰乃傷之輕也枳朮丸之類主之氣口二盛脉得七至則傷於少陰乃傷之重也雄黃聖餅子木香檳榔丸枳殼丸之類主之氣口三盛脉得八至九至則傷太陰填塞悶亂則心胃大痛備急丸神保丸消積丸之類主之兀兀欲吐不已俗呼食迷風是也經曰上部有脉下部無脉其人當吐不吐者死瓜蒂散主之如不能吐是無治也經曰其高者因而越之此之謂也備急下之亦可 既有三

陰可下之法亦必有三陰可補之法予故云內傷三陰可用溫劑若飲冷內傷雖云損胃未知色脉各在何經若面色青黑脉浮沉不一弦而弱者傷在厥陰若面色紅赤脉浮沉不一細而微者傷在少陰若面色黃潔脉浮沉不一緩而遲者傷在太陰也如傷在厥陰肝之經當歸四逆湯加吳萸茱生薑湯之類主之傷在少陰腎之經宜服通脉四逆湯傷在太陰脾之經理中丸湯主之大便軟者宜湯結者宜丸