



李杲，号东垣老人。著名的金元四大医家之一，其“脾胃学说”对后世医家影响巨大，尤为温补学派所承袭。

终生致力于脾胃研究的国医大家谈养胃

胃弱则全身失养、体虚受病

病从脾胃生

脾胃是养生根本



全面解读李东垣《脾胃论》脾胃调理之道

解读国医养生经典 书丛

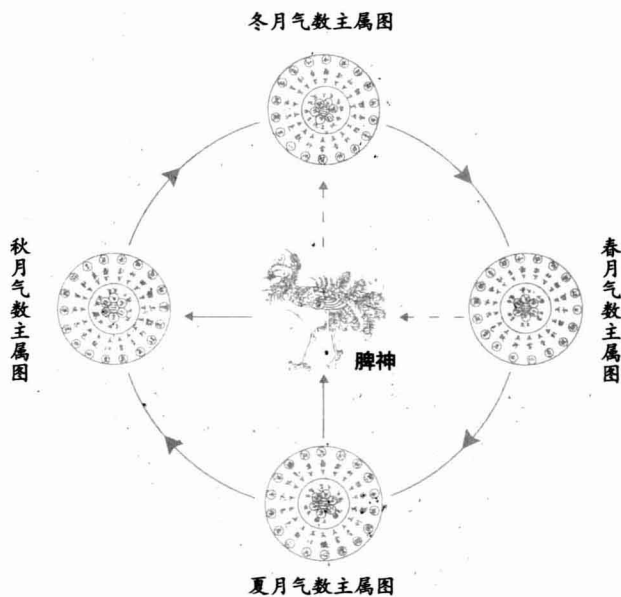
全面解读李东垣《脾胃论》脾胃调理之道

病从脾胃生

脾胃是养生的根本

胃弱则全身失养、体虚受病

吴曦 倪祥惠 罗云波 解读



重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目(CIP)数据

病从脾胃生 / 吴曦 倪祥惠 罗云波 解读. — 重庆:
重庆出版社, 2009.8
ISBN 978-7-229-00969-4

I. 病… II. ①吴… ②倪… ③罗… III. 消化系统疾病—中医治疗法
IV.R259.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第124910号

病从脾胃生

BINGCONGPWEISHENG

吴曦 倪祥惠 罗云波 解读

出版人: 罗小卫
策划: 刘太亨 刘嘉
责任编辑: 陈慧 罗玉平 曾令玲
责任校对: 刘向东
技术设计: 日日新



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆长江二路205号 邮编: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆海阔特彩色数码分色有限公司制版

重庆市白合印刷厂印刷

(重庆市九龙坡区白桃路10号 邮编: 400039)

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 19.5 字数: 350千

2009年8月第1版 2009年8月第1次印刷

印数: 1—12 000

ISBN 978-7-229-00969-4

定价: 38.00元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68706683

版权所有, 侵权必究



李东垣 终生致力于脾胃研究的国医大家

名李杲，是金元时代最为著名的大医家。他一生研究脾胃，精习《黄帝内经》和《难经》，并结合自己一生行医所得，提出了“脾胃内伤，百病由生”的中医核心思想，极大地发挥了《黄帝内经·平人气象论》“人以水谷为本，故人绝水谷则死，脉无胃气亦死”的基本论断，从而详细阐发了脾胃功能在人体的中心地位，以及调理脾胃、培补元气、扶正祛邪的诸多养治之方。后世众多医家，如朱丹溪、张景岳、龚廷贤、叶天世都深受其影响，被誉为中医发展的划时代大家。

蘇東坡



01 脾胃损伤

【释名】 有劳倦内伤，饮食内伤，湿热，或者虚寒。

【劳倦】 1. 甘草，补脾胃，除邪热，益三焦元气，养阴血，水煎服。2. 人参，劳倦内伤，补中气，泻邪火。煎膏和姜、蜜服。3. 黄芪，益脾胃，实皮毛，去肌热，止自汗。4. 黄精、葳蕤，补中益气。5. 白术，熬膏服，效果佳。6. 柴胡，平肝，引清气自左而上。7. 升麻，入胃，引清气自右而上。8. 芍药，泻肝，安脾肺，收胃气。9. 石斛，厚脾胃，长肌肉。10. 使君子，健脾胃，除虚热。11. 连翘，除脾胃湿热。12. 木香、甘松香、藿香、砂仁、白豆蔻、紫苏等，可益脾胃。13. 茼蒿、荠菜、苜蓿、甜菜、芋头、山药、胡萝卜、胡麻、大麦、小麦、雀麦、糯米、粳米、籼米、稷米、黍米、薏苡、罌粟、黑大豆、赤小豆、绿豆、白豆、豌豆、蚕豆、豇豆、扁豆、刀豆、豆豉、豆腐、陈仓米、各种米粥、饴糖等都可壮气益肌，宜经常食用。14. 大枣、木瓜、柿饼、橘皮、栗子、橡子、榛子、龙眼、橄榄、槟榔、菠萝蜜、无花果、芡实、莲实、藕、甘蔗、砂糖、诃子、厚朴、茯苓等，都能补益脾胃，宜经常食用。15. 蜂蜜、鱈鱼、鳊鱼、鲫鱼、鲂鱼、鲤鱼、鲈鱼、鳊鱼、白鲢、淡菜、虾、鳖、鸡、雀、猪脾舌、狗肉、羊肉、牛肉、兔肉，均补胃脾。

枣



叶 【性味】味甘，性温，微毒。
【主治】覆盖麻黄，能令发汗。和葛粉，敷痱子疮，效果好。

花 【性味】味甘涩，性温。
【主治】久咳，气喘。

枣树皮 【性味】味苦、涩，性温，无毒。
【主治】枣树皮与等量北向的老桑树皮烧研，每次用40克，以井水煎后，澄清，洗目。一月三次，眼昏的人会复明。但须忌荤、酒、房事。

干枣 【性味】味甘，性平，无毒。
【主治】主安中，养脾气，平胃气，通九窍，补少气、少津液、身体虚弱、四肢重。长期服食能轻身延年。补中益气，除烦闷、肠癖，润心肺，止咳，补五脏，治虚损。



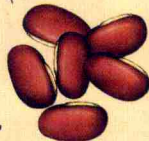
赤小豆

叶 【性味】味甘、酸、涩，性平。
【主治】去烦热，止尿频。煮食，可明目。

芽 【性味】味甘，性微凉。
【主治】主漏胎和房事伤胎，用芽为末，温酒服一汤匙，每日三次。

花 【性味】味辛，性微凉。
【主治】主疔疮丹毒，肝热目赤、昏花，饮酒过量，腹胀，进食减少，水肿。

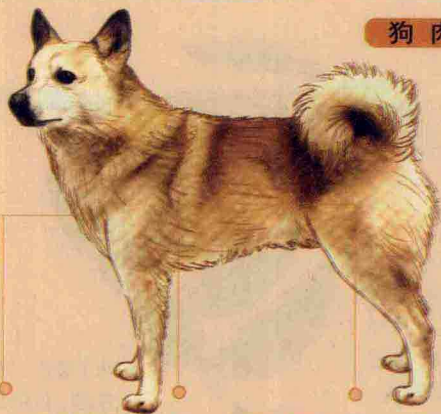
果实 【性味】味甘、酸，性平，无毒。
【主治】主下水肿，排除痈肿和脓血。消热毒，止腹泄，利小便，除胀满、吐逆，除烦闷，通气，健脾胃。捣末和蛋清，涂上除一切热毒痈肿。煮汁，洗小儿黄烂疮，不过三度。痢后，气满不能食者，煮一顿即愈。和鲤鱼煮食，治脚气。煮汁，解酒病。和鲤鱼、蠹鱼、鲫鱼、黄雌鸡煮食，利水消肿。



【**虚寒**】 附子、草豆蔻、高良姜、山姜、廉姜、益智子、茱萸、肉豆蔻、干姜、生姜、蒜、韭、薤、芥、芫荽、糯米、秫、烧酒、胡椒、毕澄茄、秦椒、蜀椒、吴茱萸、食茱萸、丁香、桂，水煎服，或食用。

【**食滞**】 1. 大黄，荡涤宿食，推陈致新。2. 地黄，去胃中宿食。3. 香附、三棱、莪术、木香、柴胡，消谷。4. 荆芥、薄荷、苏荇、水苏，水煎服。5. 荞麦、酒曲、神曲、红曲、槩米、麦槩、饴糖、酱、醋、酒、糟、蒜、葱、胡葱、胡荽、莱菔、白菜、芫荽、姜、杏仁，消停食，用巴豆炒过，研末服。6. 黄橘皮，研末，煎水代茶饮用。7. 柑皮、橙皮、柚皮、木瓜、山楂、柰子、杨梅、银杏、槟榔，生食。8. 茶，饮服。9. 食盐，擦牙漱口，治酒肉过多，胀闷。10. 食用鳖甲、淡菜和鳝头。

【**酒毒**】 1. 饮用葛根汁、白茅根汁。2. 菊花，研为末，酒服。3. 黑豆、赤小豆、绿豆、蚕豆苗煮食。4. 豆腐，切片贴身，治烧酒醉死。5. 豆豉，同葱白煎汁服。6. 水芹、白苣、甜瓜、橘皮、柑皮、橄榄、槟榔、菠萝蜜、甘蔗、砂糖，水煎服。7. 蜜、藕、菱、西瓜，食用。8. 鸡内金，同豆粉制成丸服，消酒积。9. 猪肾加入葛粉烧烤食用。



狗肉

肉 【性味】味咸、酸，性温，无毒。【主治】养肾，补胃气，壮阳，暖腰膝，益气力。补五劳七伤，补血脉，增加肠胃运化能力和肾、膀胱的功能，填补精髓，其方法为：和五味烹煮，空腹食用。凡是吃狗肉，不可去血，去血则力少不益人。

骨 【性味】味甘，性平，无毒。【主治】烧成灰，主生肌。可疗各种疮痍和妒乳肿痛。煎汁，同米煮成粥，可以补妇人，令其有子。用米汤每日一服，可治休息久痢。用猪脂调后，可敷鼻疮。

肝 【性味】味甘、苦、咸，性温。【主治】同心、肾一道捣烂，涂狂犬咬伤。治脚气攻心，方法是生切，用姜、醋拌后食，取泄。

莲花 【性味】味苦、甘，性温，无毒。【主治】主镇心安神，养颜轻身。

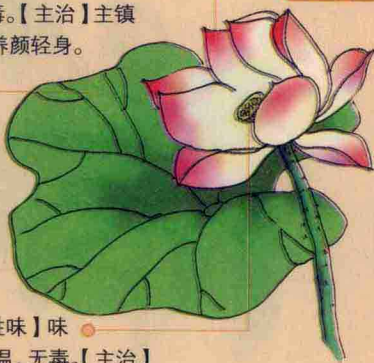
荷叶 【性味】味苦，性平，无毒。【主治】止渴，治产后烦躁口干。

莲房 【性味】味苦、涩，性温，无毒。【主治】以酒煮服，破淤血，治血胀腹痛。水煮服，则可解菌毒，止各种出血病症。



藕 【性味】味甘，性平，无毒。【主治】散淤血，生肌。久食可消食，解酒毒及病后干渴。捣汁服，能解胸闷心烦，开胃，治腹泻。捣膏敷治骨折。蒸食开胃口。藕汁可解蟹毒。

莲藕



莲子 【性味】味甘、涩，性平，无毒。【主治】补中养神，补益十二经脉血气，益心肾，厚肠胃，固精气，强筋骨，补虚损，利耳目，并除寒湿，止脾泄久痢。捣碎和米煮粥饭食，令人强健。

02 吞酸嘈杂

【释名】 有痰食热证，或阳气下陷虚证。

【痰食】 1. 苍术、香附、黄连、蓬莪术、砂仁、半夏、鸡苏，生食，去肠间酸水。2. 莽苳，生食，去肠间酸水。3. 萝卜，生食，止食物作酸。4. 米醋，饮服，破结气，止心中酸水痰饮。5. 神曲、麦槩、橘皮、木瓜、山楂，煎水服。6. 核桃，与干姜同嚼，咽下，立止醋心。7. 槟榔，同橘皮末同服，止醋心吐水。8. 厚朴，以姜汁炙焦后，研末。每服二匙，陈米汤送下，一日三服。9. 皂荚子心，嚼食，治膈痰吞酸。10. 蚬壳，烧至外部焦黑，里面焦黄，研末冲服。

【阳陷】 1. 人参，同干姜制成丸服，消胸中痰变酸水，妊娠吐水，心酸痛，不能饮食。2. 草豆蔻、益智仁、高良姜、吴茱萸，煎水服，治醋心严重者。3. 食鱼，止心下酸水。

【验方】 1. 妊妇腹痛吐酸，不能饮食。用人参、炮干姜，等分为末。加生地黄汁，做成丸子，如梧子大。每服五十九，米汤送下。

2. 口吐酸水。用槟榔 120 克、橘皮 30 克，共研为末，每服一匙，空心服，生蜜汤

山楂



茎叶 【性味】味酸，性平。【主治】煮水，洗漆疮。

核 【性味】味苦，性平，无毒。【主治】吞下，化食磨积，治辜丸肿硬、坠胀麻木和妇女小腹肿大。

枝（即赤瓜木） 【性味】味苦，性寒，无毒。【主治】治水痢和头风身痒。

果实 【性味】味酸，性冷，无毒。【主治】煮水吃，止水痢。洗头浴身，治疮痒。洗漆疮，多愈。治腰痛有效。能消食积，补脾，健胃，通结气，活血。

核桃

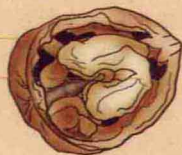


叶 【性味】味苦、涩，性凉。【主治】皮肤癣证，脚趾湿痒。

树皮 【性味】味苦、涩，性凉。【主治】主水痢。春季研皮为汁洗头，可黑发。

核桃仁 【性味】味甘，性平、温，无毒。【主治】吃了使人健壮，润肌，黑须发。多吃利小便，去五痔。将捣碎的核桃肉和胡粉擦在头皮上毛孔中，会长出黑色毛发。吃核桃使人开胃，通润血脉，骨肉细腻。补气养血，润燥化痰。

壳 【性味】味苦、涩，性凉。【主治】将壳烧至外部焦黑，里面焦黄，可入下血、崩中的药。



调下。

3. 胎气不安，气不升降，呕吐酸水。香附、藿香、甘草各6克，研为末，每服6克，入盐少许，白开水调服。

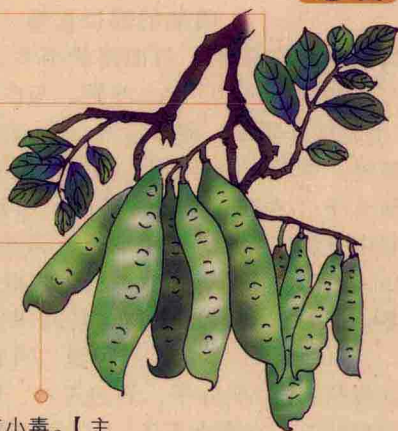
4. 咳痰呕逆，饮食不下。用厚朴30克、姜汁炙黄，研为末，每服二匙，米汤调下。

叶 【性味】味辛，性温。【主治】风热疮癣，毛发不生。

皂角刺 【性味】味辛，性温。【主治】主拔毒，消肿，排脓，治疮毒、癣疮、痈肿。

子 【性味】味辛，性温，无毒。【主治】炒后，春去赤皮，用水泡软，再把它煮熟，糖渍而吃，可疏导五脏热气淤积。嚼食，可治痰膈吐酸，又有活血润肠的作用。

皂荚 【性味】味辛、咸，性温，有小毒。【主治】通关节，散淤积疮块，止腹痛。治疗风痹引起的活动不便和肌肉坏死，头风侵目泪出，不思饮食，化痰杀虫，治咽喉痹塞，痰气喘咳，风疔癣疥。把它浸泡在酒中，取其精华，再煎成膏涂在帛上，能敷贴一切肿痛。在潮湿久雨时，和苍术一起烧烟，可以祛瘟疫和邪湿气。若单独烧烟，可以治久痢脱肛。

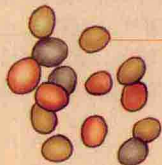


皂荚



叶 【性味】味辛、甜，性温，无毒。【主治】散服及炮制后煮服，大下气，消食和中，去痰癖，使人健壮；生萝卜捣烂后取汁喝，清凉解渴。萝卜和羊肉、银鱼煮食，治劳瘦咳嗽。

和猪肉一起吃，益人。萝卜生吃，止渴宽中；煮熟来吃，化痰消胃肠积滞。萝卜还能除鱼腥味，治豆腐积。把萝卜研成末服，治各种淋证；制成药丸服，治小便白浊；煎水洗脚，治脚气；饮萝卜汁能治痢疾和失音，还可治被烟熏得将要死的人；生萝卜捣烂涂抹在跌打损伤和烧伤、烫伤处，也很有效。



子 【性味】味辛、甘，性平，无毒。【主治】研汁服，治因风邪而引起的风痰证发作。同醋研细后服，可以消除肿毒。

萝卜

花 【性味】味甘、微苦，性凉。【主治】头昏乏力，胸闷气短等。

叶 【性味】味苦微甘，性寒。【主治】暑热口渴，热病伤津，肺燥干咳，胃阴不足，虚火牙痛等。

须 【性味】味甘而苦，性平。【主治】呕吐、呃逆，咳嗽、咯血，口渴思饮等。

根 【性味】味甘，性微寒。【主治】主补五脏，安精神，定魂魄，止惊悸，除邪气，明目开心益智。止烦躁，消食开胃，调中治气。治肺脾元气不足，短气少气，补中缓中，泻心、肺、脾、胃中火邪，止渴生津。治男女一切虚证，发热自汗，眩晕头痛，疟疾，滑泻久痢，小便频数淋漓，劳倦内伤，中风、中暑，吐血、咳血、下血，血崩等。



人参

03 噎膈

【释名】 噎病的部位在咽，与气机郁滞有关，致病的因素有痰阻、有食积。膈病的部位在膈膜，与血络受损有关，致病的因素有食积、痰饮、淤血及虫积。

【利气化痰】 1. 半夏，与白面、轻粉制成丸，煮食，主噎膈反胃，大便郁结。2. 山豆根，研末，橘皮汤下。3. 昆布（海带），气噎，咽中如有物，吞吐不出，以小麦煮过，含咽。4. 芦根，煎服，主五噎吐逆。5. 天南星、前胡、桔梗、贝母、香附子、紫苏子、木香、藿香、泽泻、缩砂、茴香、高良姜、红豆蔻、草果、白豆蔻、生姜，咽中有物，吞吐不出，含之一月愈。噎气，姜漂晒研末，入甘草末服。6. 黄橘皮，去白，焙干，研末，加水煎服，主突然气噎。7. 槟榔，与杏仁煎服，主五膈五噎。8. 茯苓、沉香、青橘皮，加木香或枳壳研成末，盐汤送服。

【开结消积】 1. 阿魏，同五灵脂丸服，主五噎膈气。2. 威灵仙，同蜜煎服，主噎膈气。3. 凤仙子，酒浸三夜，晒干，研末，加酒调成丸子，如绿豆大。每服八粒，温酒送下，主噎食不下。4. 马蹄香，研为末，酒熬膏服，主噎食膈气。5. 板蓝汁，频饮，治噎膈、杀虫。6. 红花，浸酒服，主噎膈拒食。7. 莼花、甘遂、梅核，同木香末服，主哽噎气。8. 大黄，同甘草煎服，主食已即吐，大便难结。9. 韭汁，加点盐、姜

韭菜

韭子 【性味】味辛、甘，性温，无毒。【主治】主梦中遗精，便血。可暖腰膝，补肝脏及命门，治小便频繁、遗尿，治妇女白带过多。将其研成末，拌入白糖可治腹泻；拌入红糖则可治腹泻便血。用陈米煮汤服下，有神效。

韭根 【性味】味辛，性温，无毒。【主治】腹痛、腹胀，胸部憋闷、疼痛，甚至胸痛彻背，呼吸短促，不得安眠，衄血，疮癣，跌打损伤。



茎叶 【性味】味辛、微酸涩，性温，无毒。【主治】主归心，安抚五脏六腑，除胃中烦热。和鲫鱼一同煮食，可治急性痢疾。根叶煮食，可使肺气充沛，补虚益阳，调和脏腑，令人能食，止腹中冷痛。捣烂后，局部外敷，可解毒蛇、蝎子、毒虫的毒性。煮食，补肾壮阳，止泄精，温暖腰部膝部。炸熟，以盐、醋调，空腹服十顿，可治胸膈噎气。捣汁服，治胸痹刺痛，吐出胸中恶血。将韭菜捣汁澄清，能消散胃内的淤血。

茴香



小茴香 多年生草本植物，三四月长苗，花黄色，样子像蛇床花但是簇生，果实是长圆形，叶辛香，子褐色。

苗 【性味】味辛，性温，无毒。【主治】下气利膈。



子 【性味】味辛，性温，无毒。【主治】能消食，健脾开胃，温肠，杀鱼、肉毒。补水脏，治肾气，壮筋骨。也可治小儿气胀，霍乱呕吐，腹部受凉不能吃东西，两肋胀痛。

汁和牛奶饮服，治反胃。
10. 鲫鱼，与酿大蒜，泥包煨焦，和平胃散，丸服，主膈气。
11. 鸡嗉，烧后研末，入木香、沉香、丁香、红枣制成丸服，主噎气不通。

黄雌鸡肉 【性味】味甘、酸、

咸，性平，无毒。【主治】治疗饮食伤中，消渴。治五脏虚损、肢体乏力，且能填精补髓，助阳。用光粉、诸石末和饭喂鸡，这样的鸡煮来吃更补人。煮汤煎服治产后虚羸。

鸡冠血 【性味】味咸，性平，无毒。【主治】乌鸡的鸡冠血，可治疗乳汁不通，又可用于眼睛见风流泪以及天行赤眼。红鸡的鸡冠血，可治白癜风，祛除经络间风热，涂在面颊可治口眼歪斜。内服，可用于小儿急惊风，解蜈蚣、蜘蛛毒。



鸡 肉

尾毛 【主治】解蜀椒毒，将尾毛烧烟，吸入，并且用水调灰口服。治小儿痘疮后化脓，则烧灰和水敷搽。

鸡血 【气味】味咸，性平，无毒。【主治】治疗骨折及肢体痿弱不用、腹痛、乳汁不下。热的血服用，可治疗小儿便血及惊风，安神定志。治白癜风、疡疡风，取公鸡翅下的血涂搽。

肝 【性味】味甘、苦，性温，无毒。【主治】补肾壮阳，治疗心腹疼痛，安胎止漏，则用一具鸡肝，切碎和550毫升酒服。还能治疗肝虚、视物昏花。

鲫 鱼

骨 【性味】味咸，性温。【主治】治疗虫咬引起的烂疮，烧成灰敷于患处。

子 【性味】味甘，性平。【主治】调中，益肝气。



头 【性味】味甘，性温。【主治】治疗头疮、口疮、重舌和眼睛视物不清。烧成灰研末冲服，治疗咳嗽及下痢。烧灰和酱汁涂抹，治疗面部黄水疮。

肉 【性味】味甘，性温，无毒。【主治】与五味煮食，能温中下气，补虚羸，止下痢肠痔。和纯菜一起做汤饮用，治疗脾胃虚弱、饮食不下，调理中焦，补益五脏。生捣，涂治恶疮。

凤仙花



叶 【性味】味苦、甘、辛，有小毒。【主治】主鸡鱼骨刺卡在喉咙里，误吞铜铁，跌打肿痛。有散血通经、软坚透骨的作用。

花 【性味】味甘、滑，性温，无毒。【主治】主治毒蛇咬伤，研为细末，用酒送下，即解。另治腰肋疼痛难忍，晒干研成粉末，每服取9克，空腹用酒送下，活血消积。

子 【性味】味微苦，性温，有小毒。【主治】主难产，骨刺卡喉，散积块，透骨通窍。烹调硬肉时，投入几粒，肉便容易煮烂。

04 反胃

【释名】 反胃以正气虚弱为本，夹有气滞、血淤、虚火、寒凝、痰浊、食（虫）积等标实之证。病在中、下二焦，关键在胃，又与脾、肝、肾密切相关。进食时，饮食不能顺利下咽的，是虚火上炎，津枯血燥，食道失养而干涩所致；食入即吐的，是命门火衰，气虚阳微，胃失下行之职所致。

【温中开结】 1. 附子，以石灰泡热姜汁淬三次，同丁香、粟米煎服，或研末舔，或制丸噙，或包丁香，以姜汁煮焙丸服，可温中破积，治反胃不下食。2. 白豆蔻，同丁香、缩砂、陈廩米，姜汁制丸服，治脾虚反胃。3. 白芷，与猪血蘸食，治血风反胃。4. 木香，同丁香煎服，治反胃关格。5. 荜茇、草豆蔻、红豆蔻、高良姜、肉豆蔻、藿香、抚芎、苏子、前胡、香附、半夏，并温中消食止吐。6. 三棱，同丁香末服，治反胃。7. 韭菜，炸熟加盐、醋，吃十顿，治噎膈反胃。8. 生姜汁煮粥食用，或用麻油煎研，以软柿蘸食。9. 白芥子，酒服6克。10. 苜蓿、茴香、萝卜，蜂蜜煎后细细嚼服。11. 槟榔、青皮、橘皮，以西壁土炒后，加姜、枣煎服。12. 栗子壳，水煎服。13. 枇杷叶，与人参、丁香煎服。14. 丁香，研为末，与姜汁、甘蔗汁糊成丸服，或者与木香一同煎服。

【和胃润燥】 1. 人参，煎饮或煮粥食，或同半夏、生姜、蜜煎服，止反胃吐食。

梨



叶 【性味】味苦、涩，性凉，无毒。【主治】捣汁服，解菌毒。治小儿疝气。煮汁服，治霍乱吐痢。煎服，治风。

果实 【性味】味甘、微酸，性寒，无毒。【主治】治热咳、止渴。切成片贴烫伤，可止痛不烂。治咳热、中风不语、伤寒发热，利大小便，除贼风，止心烦、气喘、热狂。做成浆，可吐风痰。急性伤风失音，则可用生梨捣成汁频服。阻塞不舒，痞寒热结的人宜多吃。润肺凉心，消痰降火，解疮毒、酒毒。

梨皮 【性味】味甘、涩，性凉，无毒。【主治】痢疾，疥癣，疔疮，暑热烦渴，肺燥咳嗽。

茅根



花 【性味】味甘，性温，无毒。【主治】主出血和鼻塞。灸疮不合，刀箭金疮，敷上茅花，可止血止痛。

茅针（即刚长出来的苗） 【性味】味甘，性平，无毒。【主治】主腹泻渴饮多尿，能祛淤，通小肠。鼻出血及泻血，则水煮后服用。恶疮还未溃烂者，以酒煮服，一针一孔，二针二孔。生的揉烂，敷金疮，可止血。

茅根 【性味】味甘，性寒，无毒。【主治】治劳伤虚羸，补中益气，除淤血血闭寒热，下五淋，除肠胃热邪，止渴。主女人月经不调，通小便赤涩如血，止吐血和各种出血。治肺热喘急、水肿黄疸，解酒毒。

2. 白术、芍药、芦根，煮汁服，止反胃五噎吐逆，去膈间客热。
3. 马齿苋，捣汁饮服。
4. 干柿子，连蒂一起捣烂，用酒调服。
5. 乌雄鸡，加入胡荽子煮食，治虚冷反胃，两只即愈。
6. 茅根，与芦根煎汁饮服，可止反胃上气，除客热在胃。
7. 山药、粟米，制成丸，醋煮吞服。
8. 罌粟，与人参、山药煮食。
9. 陈廩米，加水煎服，或焙研为末，再入沉香末服。
10. 梨，插入丁香十五粒煨食，可止反胃。
11. 干枣叶，与丁香、藿香煎服，可止反胃。
12. 石莲，加入炒肉豆蔻末，用蜜汤服下，止反胃。
13. 蚕茧，煎汁煮鸡蛋食用，可止反胃吐食。
14. 牛羊乳，时时咽之，治反胃燥结。
15. 羊肉，入蒜、薤，生食。
16. 羊胃，做羹服食。

【验方】 1. 反胃（饮食入口即吐，病人衰弱无力）。用人参90克，切片，加水一升，煮成160毫升，热服。同时用人参汁加鸡蛋白、薤白煮粟米粥吃。

2. 反胃上气。用白芥子末一二钱，酒冲服。

3. 反胃吐食，脾胃气弱，消化不良，汤饮不下。用粟米半升磨成粉，加水调成梧子大的丸七枚煮熟，放点盐，空腹和汁吞下。有的认为放入糖、醋吞更好。

4. 胃冷呕逆。用丁香三个、陈橘皮一块（去白，焙干），水煎，热服。

5. 朝食暮吐。用丁香十五个，研为末，加甘蔗汁、姜汁调成丸子，如莲子大，口中噙咽。

6. 反胃，气噎不通。用丁香、木香各30克，每取12克，水煎服。



枇杷

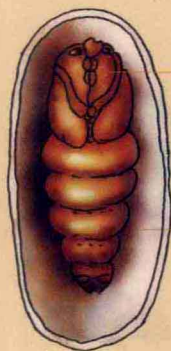
果实 【性味】味甘、酸，性平，无毒。【主治】止渴下气，利肺气，止吐逆，退上焦热，润五肺。

叶 【性味】味苦，性平，无毒。【主治】能和胃降气，清热解暑毒，疗脚气。煮水喝，主治突然打嗝不止，下气。嚼叶咽下，也可治呕吐不止、妇人产后口干，还可治肺气热咳以及肺风疮、胸面上疮。

木白皮 【性味】味苦，性平，无毒。【主治】生嚼咽汁，止吐逆而不下食，煮汁冷服更好。



花 【性味】味淡，性平，无毒。【主治】治头风，鼻流清涕。枇杷花和辛夷等分，研末，用酒送服6克，每天二次。



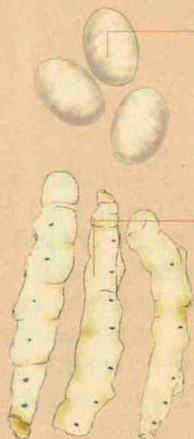
蚕

蚕蛹 【性味】味甘、咸，性平，无毒。【主治】炒食，治风及劳瘦。研成末饮服，治小儿疳瘦，长肌退热，除蛔虫。煎汁饮服，止消渴。

蚕连 【性味】味甘，性平，无毒。【主治】治吐血、鼻出血、肠风泻血、崩中带下、赤白痢。治妇人难产、小儿吹乳疼痛。

蚕茧 【性味】味甘，性温，无毒。【主治】烧灰酒服，治痈肿无头，次日即破。还可疗诸疔疮，及下血、血淋、血崩。煮汁饮服，止消渴反胃，除蛔虫。

白僵蚕 【性味】味咸、辛，性平，无毒。【主治】研成末，封疗肿，拔根，极效。治口噤发汗，以七枚为末，酒服。治中风失音，并一切风疾。焙研，以姜汁调灌，治喉痹。散风痰结核，风虫齿痛，皮肤风疮。



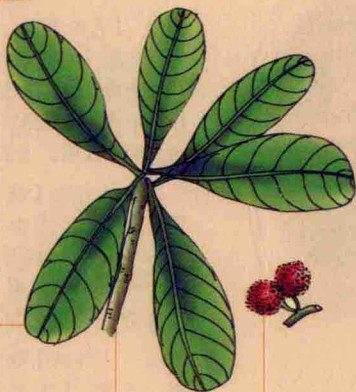
05 呕 吐

【释名】 有痰热，虚寒，或积滞。

【痰热】 1. 泽泻，行水止吐。2. 香附，同藿香、甘草煎服，止妊娠恶阻。3. 黄连、苦耽，劳乏呕逆。4. 麦门冬，止呕吐燥渴。5. 前胡，化痰止吐。6. 芦根，水煮服，主呕逆不食，除膈间客热。7. 葛根，捣末服，治大热呕吐，小儿呕吐。8. 赤小豆、豌豆煎汤服，止呕逆。9. 蝉蜕，加滑石粉末，水煎服，止胃热吐食。10. 干苔（海苔），煮汁。11. 杨梅，生食，止呕吐，除烦。12. 枇杷，止吐下气。13. 石膏，止胃火吐逆。14. 牛乳，入葱、姜煎服，治小儿吐乳。15. 人乳，入盐少许，煎汁，入牛黄服，止小儿初生吐乳。

【虚寒】 1. 细辛，同丁香末服，主虚寒呕吐。2. 苍术，暖胃消谷，止呕吐。3. 白术，主胃虚呕逆，及产后呕吐。4. 人参，煎汁入姜汁、竹沥服，止呕吐，胃虚有痰。胃寒，则同丁香、藿香、橘皮煎服。妊娠吐水，同干姜丸服。5. 艾叶，煎服，止口吐清水。6. 半夏，同面做弹丸，煮食，治呕逆厥冷，内有寒痰。妊娠呕吐，同人参、干姜丸服。小儿痰吐，用面包丁香煨熟制成丸服。7. 南星，除痰、下气、止呕。8. 旋覆花，止呕逆不下食，消痰下气。9. 糯米，煎粥食用，止虚寒吐逆。10. 烧酒、豇豆、干姜，加醋煎后饮服。11. 蜀椒、胡椒，煎汤服。12. 香薷，治伤暑呕吐。13. 藿香，止脾胃吐逆。14. 木香、当归，温中止呕。15. 茅香，温胃止吐。

杨 梅

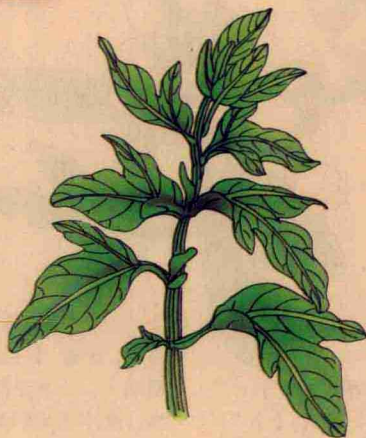


叶 【性味】
味苦、微辛，
性温。【主治】
皮肤湿疹。

树皮及根 【性味】
味苦、辛、微涩，性
温。【主治】煎汤，洗
恶疮疥癣。煎水漱，
治牙痛。烧成灰调
油，涂烫伤、烧伤。

果实 【性味】味酸、甘，
性温，无毒。【主治】止
渴，和五脏，能涤肠胃，
除烦愤恶气。烧成灰服，
断下痢。盐藏而食，祛痰
止呕吐，消食下酒。常含
一枚咽汁，利五脏下气。
干后制成屑，喝酒前服
一匙，止吐酒。

艾



叶 【性味】味苦，性微温，无毒。【主治】灸
百病。也可煎服。主吐血腹泻、阴部生疮、妇女
阴道出血，生肌肉，辟风寒。煎时不要见风。捣
汁服，止伤血，杀蛔虫。主鼻血下血、脓血痢，
可水煮，也可制丸、散。止崩血、肠痔血、金疮，
止腹痛。苦酒作煎，治癰极有效。捣汁饮，治心
腹一切冷气。止霍乱转筋，痢后寒热，腹胀腰疼。
春季采嫩艾做菜食，或者和面粉做成弹子大小
的馄饨，每次吞三五枚，然后再吃饭，治一切恶
气。长期服用可止寒痢。又可将嫩艾做成干饼，
用生姜煎服，止泻痢及产后泻血，非常有效。

16. 白豆蔻，嚼数枚，以酒送下，止吐逆，散冷气，治胃冷突然恶心。小儿胃寒吐乳，则同砂仁、甘草末饮服。17. 生附子，同半夏、生姜煎服，治胃寒有痰。18. 高良姜，含咽，能温中下气消食，止忽然呕出清水。19. 橘皮，去白研末，时时舐之，止嘈杂，口吐清水。20. 槟榔，同橘皮煎服，止吐水。21. 丁香，同陈皮煎服，或者同半夏制成丸服，可止吐。22. 厚朴，以姜汁炙研，米汤服下，可治痰壅呕逆，饮食不下。23. 诃子，炒后研为末，糊丸服下，可止呕吐不食，消痰下气。

【积滞】 1. 大黄，水煎服。2. 神曲，水煎服。3. 五灵脂、狗胆，制丸服。4. 香附子，止呕，下气消食。5. 砂仁，温中消食止吐。

【验方】 1. 干呕不息。蔗汁温服半升，每日三次。加姜汁更好。

2. 产后咳逆，呕吐，心忡目昏。用莲子45克、白茯苓30克、丁香15克，共研为末。每服6克，米汤送下。

3. 小儿吐泻。用巴豆一粒烧至外部焦黑，里面焦黄，黄蜡豆大一块，滴水中，一起捣匀做成丸子，如黍米大。每服五至七丸，莲子灯心汤送下。

4. 暑天吐泻（头晕，渴饮，小便不利）。用泽泻、白术，白茯苓各9克，加水一碗，姜五片，灯心十根，煎至八成，温服。

糯米



谷芒 【主治】主黄疸。制成粉末，和酒服用。煎成汁饮用，又可解虫毒。

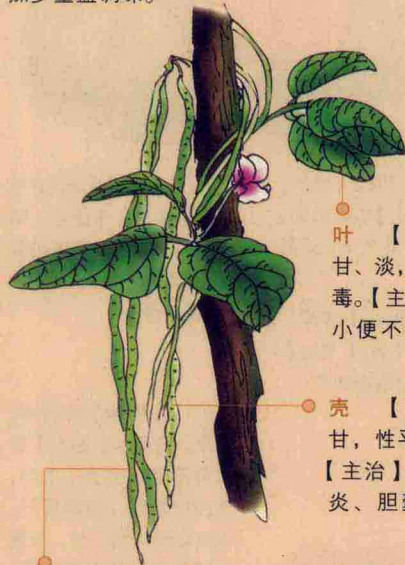
稻秆 【性味】味辛、甘，性热，无毒。【主治】主黄疸，将它煮成汁，浸洗，接着又将谷芒炒黄，研为末，和酒服用。将它烧成灰，可以医治跌打损伤。烧成灰，浸水喝，可以止消渴。将稻秆垫在鞋内，可以暖脚，去寒湿气。

糯米 【性味】味甘，性温，无毒。【主治】主温中，使人发热，大便干结。使人气血充足、通畅。有益气止泄的功能，把一碗糯米碾碎后和水服用，可以止霍乱后呕吐不止。把它与骆驼脂调和后做成煎饼服食，可以治痔疮。把它做成粥服食，可以止渴。



豇豆

豇豆开花结荚，一定是两两一起下垂。豇豆果实微微弯曲，像人肾的形状。豇豆是肾的粮食。昔日卢廉夫教人补充肾气，即每天空腹吃煮熟的豇豆，加少量盐调味。



叶 【性味】味甘、淡，性平，无毒。【主治】淋证、小便不顺利。

壳 【性味】味甘，性平，无毒。【主治】腰痛、肾炎、胆囊炎。

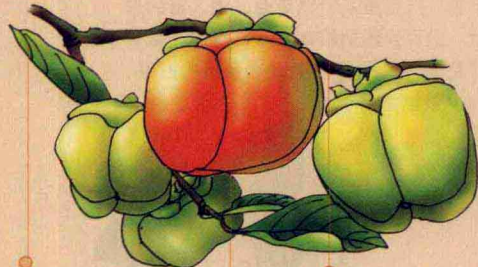
果实 【性味】味甘、咸，性平，无毒。【主治】主理中益气，补肾健胃，和五脏，调颜养身，生精髓，止消渴。治呕吐、痢疾、止尿频。

06 呃逆

【释名】 呃，古音噫，不平之意。呃逆有寒有热，有虚有实。其气自脐下冲上，作呃声，是冲脉之病。也称咳逆。

【虚寒】 1. 半夏30克，与生姜煎服，治伤寒呃逆。2. 紫苏，同人参煎服，治呃逆短气。3. 乌头，同干姜等分，研炒至色变，煎服，止阴毒呃逆。4. 缩砂，与姜皮研为末，酒冲服。5. 麻黄，烧烟嗅，呃逆立止。6. 细辛，同桂心含口中，治呃逆，口不能言。7. 旋覆花，同代赭石服，治呃逆不止。8. 高良姜、茺菔、苏子、荏子、紫菀、女菀、肉豆蔻、刀豆，连壳烧服，治病后呃逆。9. 姜汁，和蜜煎服，治久患呃逆，连至四五十声，三次立效。也擦背。10. 蜀椒，炒研糊丸，醋汤下，止呃逆。11. 沉香，同紫苏、白豆蔻研末，开水送下，治胃冷久呃。12. 香菜叶60克，同生姜120克捣为末，再加入120克白面，与花椒、盐做烧饼，煨熟食，治呃逆。13. 橘皮60克，去白煎服，或加入丁香煎服。14. 荔枝七个，烧后研末，开水送下，呃逆立止。15. 胡椒，加入麝香，煎酒服食，止寒气攻胃，伤寒咳逆，日夜不止。16. 毕澄茄，同高良姜末煎汁，入少量醋服下。17. 吴茱萸，同橘皮、附子制成丸服下，止咳逆。18. 石莲子，炒末，开水服下，治胃虚呃逆。19. 丁香，同柿蒂末，以人参汤送下，治伤寒

柿

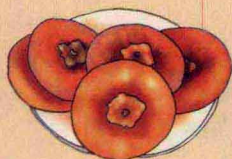


叶 【性味】味苦，性寒，无毒。【主治】咳嗽吐血，止渴生津，止气喘，消肺气胀。

柿蒂 【性味】味苦、涩，性平，无毒。【主治】煮水服，治咳逆啜气。

木皮 【性味】味涩，性平。【主治】主便血。晒焙后，研成末，吃饭时服6克。烧成灰，和油调敷，治烫火烧伤。

柿饼 【性味】味甘涩，性平，无毒。【主治】补虚劳不足，消腹中淤血，治涩中厚肠，健脾胃气。化痰止渴，润心肺，疗慢性肺疾引起的心热咳嗽，润喉，杀虫，温补。经常吃可去斑。治反胃咯血，肛门闭急并便血，痔漏出血。



生姜



叶 【性味】味辛，性温，无毒。【主治】主吃鱼导致的结石，捣汁饮用，即消。

姜皮 【性味】味辛，性凉，无毒。【主治】消浮肿、腹胀、腹腔内的痞块，调和脾胃，去眼球上的白膜。

生姜 【性味】味辛，性微温，无毒。【主治】开胃健脾，散风寒，除风邪寒热、伤寒头痛鼻塞、咳逆气喘，止呕吐，去痰下气，去水肿气胀，治时令外感咳嗽。和半夏能治胃脘部急痛。加入杏仁作煎，治急痛气实。捣烂取汁和蜜服，治中暑呕吐不能下食。散烦闷，开胃。把生姜汁煎服，下一切结实，冲胸膈恶气，特效，还能破血调中，去冷气。姜生用时能发散，熟用和中。和黄明胶熬，贴风湿疼痛，效果很好。