

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	恶 实..... (70)
人 参..... (48)	泉 耳..... (71)
黄 精..... (50)	何首乌..... (74)
黄 耆..... (51)	土茯苓..... (76)
白 术..... (53)	番红花..... (78)
芥 苳..... (53)	大蓟、小蓟..... (78)
桔 梗..... (54)	通 草..... (79)
长 松..... (55)	通脱木..... (79)
地 榆..... (56)	白 英..... (80)
菱 菱..... (57)	萝 摩..... (80)
肉苁蓉..... (57)	木 莲..... (81)
天 麻..... (58)	甘 蕉..... (82)
白 茅..... (59)	车前草..... (84)
石 蒜..... (61)	金盏草..... (85)
白 鲜..... (61)	火炭母草..... (85)
柴 胡..... (62)	益母草..... (86)
前 胡..... (63)	艾..... (87)
防 风..... (63)	鸡 冠..... (88)
二、隰草类	苧 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)
苏桂·····	(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)
蕒苡	(153)	黎豆	(175)
罌子粟	(154)	六、腌造类	
三、麦 类		陈粟米	(175)
小麦	(156)	糜米	(176)
大麦	(159)	稻糜	(176)
雀麦	(160)	粟糜	(176)
莽麦	(161)	麦糜	(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 棗	(265)	枸 橰	(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)
棣 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 榑	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)