

精编

本草纲目

白话精译——精装版

易磊◎编著



上海科学技术文献出版社

「精编」



本草纲目

易磊◎编著

图书在版编目 (CIP) 数据

精编本草纲目/易磊 编著. -上海: 上海科学技术
文献出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5439-5820-3

I. ①精… II. ①易… III. ①《本草纲目》

IV. ①R281. 3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第075202号

责任编辑: 忻静芬 夏罗敏

精编本草纲目

易磊 编著

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路746号 邮政编码200040)

全 国 新 华 书 店 经 销
北京盛兰兄弟印刷装订有限公司印刷

*

开本 700×960 1/16 印张 30 字数 300千字

2013年5月第1版 2013年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5439-5820-3

定价: 35.00元

<http://www.sstlp.com>

目 录

第一篇 草 部

山草类

人 参	1
甘 草	2
黄 精	3
黄 耆	4
白 术	5
黄 连	6
胡黄连	7
芥 苳	8
桔 梗	9
黄 芩	10
长 松	11
秦 艽	11
地 榆	12
菱 蕤	13
肉苁蓉	14
独 活	14
天 麻	15
柴 胡	16
龙 胆	17
前 胡	18

防 风	18
升 麻	19
知 母	21
远 志	21
丹 参	22
三 七	23

芳草类

川 芎	24
当 归	25
豆 蔻	26
假 苏	27
薄 荷	28
积雪草	29
苏	30
水 苏	31
芥 苳	32
瑞 香	33
茱 莉	33
郁金香	33
薰 草	34
兰 草	35
泽 兰	35
马 兰	36
蛇 床	37

芍药	37
郁金	38
玫瑰花	39
桂花	39
缩砂密	40
益智子	40
白芷	41
山柰	42
高良姜	42
荜茇	43

隔草类

白蒿	44
恶实	44
苍耳	46
豨薟	48
甘蕉	49
车前草	50
益母草	51
艾	52
鸡冠	53
苎麻	54
菊	55
地黄	56
天名精	58
牛膝	60
紫苑	61
淡竹叶	62
葵	62
菟葵	63
龙葵	64

酸浆	65
败酱	66
迎春花	66
款冬花	67
紫花地丁	67
荭草	68

蔓草类

何首乌	69
土茯苓	70
五味子	71
木莲	72
葛	73
覆盆子	74
菟丝子	75

水草类

水萍	76
萍	77
萍蓬草	77
荇菜	78
莼	78
水藻	79
海藻	79
昆布	80
海带	80
越王余算	80
水松	81
泽泻	81
菖蒲	82

苔草类

陟 厘	83
干 苔	83
石 蕊	83
卷 柏	84

石草类

石 韦	84
景 天	85
酢浆草	86
仙人掌	86
石 斛	87

毒草类

鬼 芋	87
凤 仙	88
大 戟	89
甘 遂	90
附 子	90
半 夏	91

第二篇 谷 部

稻 类

稻	93
粳	95
籼	96

稷粟类

稷	97
黍	97
蜀 黍	99
玉蜀黍	99
粱	100
粟	101
秫	102
稗	103
菰 米	104
蓬草子	104
薏 苡	104
罌子粟	106
阿芙蓉	107

麦 类

小 麦	108
大 麦	111
雀 麦	112
荞 麦	112
苦荞麦	114

麻 类

胡 麻	114
大 麻	117

菽豆类

大 豆	119
赤小豆	121
绿 豆	123

白豆	124
豌豆	125
蚕豆	126
豇豆	126
扁豆	127
毛豆	128
刀豆	128
黎豆	128

腌造类

陈廩米	129
酒曲	131

炊蒸类

饭	132
荷叶烧饭	132
粥	132
糕	133
粽	134
寒具	134
蒸饼	135
馒头	135
馄饨	135
黄蒸	136
蜂糕	136
豆腐	136
粉皮	137
索粉	137
豆炙	137

造酿类

酒	137
米醋	144
酱	145
糟	145
饴糖	146
沙糖	147
豆豉	148

第三篇 菜部

荤辛类

菘	149
芥	150
白芥	151
芜菁	152
莱菔	153
香薷	155
韭	156
胡萝卜	157
芹菜	158
罗勒	158
白花菜	159
辣米菜	159
生姜	160
同蒿	161
邪蒿	161

柔滑类

苜 蓿	161
苋	162
马齿苋	163
苦 菜	165
白 苣	166
莴 苣	167
水苦苣	167
菠 菜	168
薤 菜	168
东风菜	168
菁 菜	169
地瓜儿	169
睡 菜	169
藏 菜	170
芥	170
繁 缕	171
翻白草	171
蒲公英	172
黄瓜菜	173
生瓜菜	173
落 葵	174
戢 菜	174
蕨	175
水 蕨	176
孟娘菜	176
鸡侯菜	176
茅膏菜	176
薇	176

翹 摇	177
鹿 藿	177
灰漆菜	177
藜	178
秦获藜	179
醍醐菜	179
芋	179
土 芋	180
薯 蕷	180
零余子	181
甘 薯	182
百 合	182
山 丹	183
草石蚕	184
豆芽菜	184
萱 草	184
藕丝菜	185
金针菜	185
菰 笋	185
竹 笋	186
桃竹笋	187
油 菜	187
白 菜	187
黄芽菜	187

瓜菜类

冬 瓜	187
南 瓜	189
胡 瓜	190
丝 瓜	190

苦 瓜	192
茄	193
壶 卢	195

水菜类

紫 菜	196
石 莼	196
石花菜	196
鹿角菜	197
龙须菜	197

水藻类

海 藻	197
青 芝	198
赤 芝	198
黄 芝	198
白 芝	198
黑 芝	198
紫 芝	199
木 耳	199
杉 菌	200
香 蕈	201
葛花菜	201
磨菰蕈	201
鸡 菌	201
舵 菜	202
土 菌	202
竹 蓐	202
地 耳	202

石 耳	203
-----------	-----

第四篇 果 部

五果类

李	204
杏	206
巴旦杏	208
梅	208
榔 梅	210
桃	210
栗	213
枣	215

山果类

梨	217
鹿 梨	218
棠 梨	219
海 红	219
木 瓜	219
楂 子	220
山 楂	220
庵罗果	221
柰	222
林 檎	222
柿	223
裨 柿	225
君迁子	225
安石榴	225
橘	227

柑	229
橙	229
柚	230
枸 橼	231
金 橘	231
枇 杷	231
杨 梅	232
樱 桃	233
银 杏	234
核 桃	235
榛	236
阿月浑子	236
橡 实	237

夷果类

荔 枝	238
龙 眼	239
橄 榄	240
木威子	240
庵摩勒	240
毗梨勒	241
五敛子	241
五子实	241
榧 实	242
海松子	242
槟 榔	243
大腹子	243
椰 子	244
无漏子	245

桃椰子	245
莎木面	245
菠萝蜜	245
无花果	246
马槟榔	246
枳 棋	247

瓜果类

甜 瓜	247
西 瓜	249
葡 萄	249
婴 奥	250
猕猴桃	250
甘 蔗	251

水果类

莲 藕	251
芡 实	255
芡 实	255
乌 芋	256
慈 菇	257

味 类

秦 椒	257
蜀 椒	258
胡 椒	260
吴茱萸	261
荜 香	262
麻 油	262

第五篇 木 部

香木类

柏	264
松	266
杉	267
桂	268
木 兰	269
沉 香	270
丁 香	271
檀 香	272
楠	273
白檀香	273

乔木类

椿 樗	274
梧 桐	275
白 杨	275
榆	276
槐	277
杜 仲	279
合 欢	280
皂 荚	280
无食子	281
榉	282
柳	283
棕 榈	284

灌木类

桑	285
---------	-----

酸 枣	287
金樱子	288
冬 青	289
南 烛	289
苦楝子	290
巴 豆	290
阿 魏	291
芦 荟	291
枸 杞	292
石 南	293
山 茶	294

寓木类

茯 苓	294
琥 珀	296

第六篇 虫 部

卵生类

蜜 蜂	297
土 蜂	298
蚕	298
雪 蚕	300
蜻 蛉	300
蜂 蜜	301

湿生类

蟾 蜍	301
蛙	303
蛤 蟆	303
蚯 蚓	304

蜗 牛 305

第七篇 鳞 部

蛇 类

蚺 蛇 306

鳞 蛇 307

白花蛇 307

乌 蛇 309

金 蛇 310

水 蛇 310

黄颌蛇 311

蝮 蛇 312

鱼 类

鲤 鱼 313

鲢 鱼 315

鳙 鱼 315

鳊 鱼 315

鲩 鱼 316

青 鱼 316

竹 鱼 317

白 鱼 317

石首鱼 317

鲚 鱼 318

鲥 鱼 318

嘉 鱼 319

鲫 鱼 319

鲂 鱼 321

鲈 鱼 321

鳊 鱼 322

鲨 鱼 323

鲛 鱼 323

鲈 鱼 323

金 鱼 324

无鳞鱼类

鳢 鱼 324

鳊 鱼 325

鳊 鱼 326

泥 鳅 327

鱖 鱼 328

鳊 鱼 328

河 豚 328

海 豚 329

比目鱼 329

鲛 鱼 329

乌贼鱼 330

章 鱼 331

海 鳗 331

文 鳗 332

海 蛇 333

虾 333

海 虾 334

海 马 334

鲍 鱼 334

第八篇 介 部

龟鳖类

水 龟 336

秦 龟 337

绿毛龟	338
鳖	338
纳 鳖	340
鼈	340
蟹	341

蚌蛤类

牡 蛎	342
蚌	343
真 珠	344
蛤 蜊	345
车 螯	346
海 螺	346
田 螺	347
蜗 螺	348
海 蛎	348
淡 菜	349

第九篇 禽 部

水禽类

鹤	350
鹳	350
鹅	351
雁	352
鹄	353
鸭	353
鸳鸯	355
鹭	355
鸥	356
鸬 鹚	356

鱼 狗	357
-----------	-----

原禽类

鸡	357
鹤 雉	365
鹇 鹄	365
鸽	366
雀	367
燕	368
伏 翼	369

林禽类

斑 鸠	371
鸚 鵡	371
莺	372
啄木鸟	372
乌 鸦	373
鹊	374
杜 鵑	374

山禽类

孔 雀	375
鹰	375
雕	376
鸢	377

第十篇 兽 部

畜 类

豕	378
狗	385

羊	389
黃羊	396
牛	397
馬	403
驢	406
騾	410
駝	410
牛黃	412
酪	412
酥	412

兽类

獅	413
虎	413
豹	415
象	416
犀	418
野馬	419
野猪	419
豪豬	420
熊	421
羚羊	422
山羊	424
鹿	424
麝	427
貓	428
狸	429
狐	430
豬獾	431
狼	432
兔	432

水獺	434
----	-----

鼠类

鼠	436
貂鼠	438
黃鼠	439
鼬鼠	439
猬	440

寓类

弥猴	441
果然	442
猩猩	442

第十一篇 人部

人尿	443
乳汁	444
人胞	444

第十二篇 水部

天水类

半天河	446
立春雨水	446
潦水	446
夏冰	447
冬霜	447
甘露	447
明水	447

地水类

井泉水	448
玉井水	449
醴泉	449
山岩泉水	449
温汤	449
乳穴水	450
磨刀水	450

第十三篇 火部

桑柴火	451
炭火	451
神针火	451

第十四篇 金石部

金玉类

金	452
银	452
赤铜	453
铜青	454

铅	454
锡	455
铁	455
铁锈	456
珊瑚	456
玛瑙	456
宝石	457
白石英	457
紫石英	458

石类

丹砂	458
雄黄	459
石膏	459
理石	460
长石	461
方解石	461
石钟乳	461
石脑	462
石髓	462
石脑油	462
石灰	463
慈石	463
食盐	464

第一篇 草部

李时珍说：天地造化才生成了草木，刚交于柔而成为根，柔交于刚则生成枝干，叶片花萼属阳，而花朵果实属阴。从而使草中有木，木中有草。百草得到气中之精华者为好的，得到气中恶毒的为有毒的。因此而有金、木、水、火、土五行，香、臭、臊、腥、膻五气，青、赤、黄、白、黑五色，酸、苦、甘、辛、咸五味，寒、热、温、凉、平五性，升、降、浮、沉、中五用。

山草类

人 参

【别名】黄参、血参、人衔、鬼盖、神草、地精等。

【释义】人参生在上党山谷及辽东。

二、四、八月上旬采根，竹刀刮暴干，不要使之见到风，根像人形者为最好。以百济、高丽、新罗（也就是今天的朝鲜），所产人参为最好。人参容易被虫蛀，要放在新容器中密封保存，可以存放很多年而不坏。



人 参

根

【性味】味甘，微寒，无毒。

【功效主治】补五脏，安精神，定魂魄，止惊悸，除邪气，能明目开心益智，久服可轻身延年。主五劳七伤，虚损痰弱，止呕秽，补五脏六腑，保中守神。消胸中痰，治肺痿及痢疾，冷气逆上，伤寒不下食，凡虚而多梦纷纭者加之。

【附方】

治开胃化痰：不思进食，不论是大人或小儿，人参焙二两，半夏姜

汁浸焙五钱，为末，飞罗面做糊，做成绿豆大小的丸，饭后用姜汤服用三五十九，每日三次。

治嗽化痰：人参末一两，明矾二两，以酃醋二升，熬矾成为膏状，入参末炼蜜和收，每以豌豆大一丸，放舌下，就不会再咳嗽。

治离魂异疾：一人睡觉，自觉身外有身，与自身一样没有区别，但不说话，其属怪诞。人睡觉时魂归于肝，这是由于肝虚邪气侵入，造成魂不归舍的原因，所以病名叫离魂。用人参、龙齿各一钱，赤茯苓八分，水一盞，煎至半盞水时，撒上朱砂末一钱，每晚睡时服。十服后，真身气爽，假身即去。

治上吐下泻：人参、黄连各一钱，水煎，细细呷服。

治口干、饮水多、小便多：将人参制成末，用鸡蛋清调服一钱，每日服三次，有效。

治产后血运：人参一两，紫苏半两，以童尿酒水三合煎服。

治产后喘急：乃血入肺窍，危症。苏木煎汤，调人参末三钱，服用有奇效。

甘 草

【别名】蜜甘、蜜草、粉草、美草、灵通等。

【释义】甘草生在陕西、山西、内蒙古，春天生发青苗，有一二尺高，叶子好像槐树的叶，七月份结紫花，果实像毕豆，根长的有三四尺，粗细不等，皮是红色的，采集后去掉芦头及红色的皮，阴干后用，以坚实断理者为上品。

【性味】味甘，性平，无毒。

【功效主治】五脏六腑寒热邪气，坚筋骨，长肌肉，倍气力，解毒，久服轻身延年。生用泻火热，熟用散表寒，去咽痛，除邪热，缓正气，养阴血，补脾胃，润肺。



甘 草