

# 第一卷 序例

## 饮食禁忌

- 猪肉 忌生姜、荞麦、葵菜、胡荽、梅子、炒豆、牛肉、羊肝、龟鳖、鹌鹑等。
- 猪肝 忌腌鱼、鹌鹑、鲤鱼肠子等。
- 猪心肺 忌饴糖、白花菜、吴茱萸等。
- 羊肉 忌梅子、小豆、豆酱、荞麦、鱼干、猪肉、醋、酪和酸物。
- 羊心肝 忌梅、小豆、生椒、苦笋等。
- 犬肉 忌菱角、蒜、牛肠、鲤鱼、鳝鱼等。
- 白狗血 忌羊、鸡等。
- 牛肉 忌黍米、韭薤、生姜、猪肉、狗肉、栗子等。
- 牛肝 忌鲇鱼。
- 牛奶 忌生鱼和一切酸物。
- 兔肉 忌生姜、橘皮、芥末、鸡肉、鹿肉、獭肉等。
- 獐肉 忌梅、李、生菜、虾等。
- 鸡肉 忌胡蒜、芥末、生葱、糯米、李子、鱼汁、狗肉、鲤鱼、兔肉、鳖肉、野鸡等。
- 鸡蛋 忌鸡。
- 野鸭 忌胡桃、木耳。
- 雀肉 忌李子、酱和各种动物的肝。
- 鹌鹑 忌菌子和木耳。
- 鲤鱼 忌猪肝、葵菜、狗肉、鸡肉等。
- 鲫鱼 忌芥菜、蒜、糖、猪肝、鸡和野鸡等。
- 青鱼 忌豆藿。
- 鱼干 忌豆藿、酱、蒜、葵和绿豆等。
- 黄鱼 忌荞麦。
- 鲈鱼 忌乳酪。

鲟 鱼 忌干笋。  
鳅、鳝 忌狗肉和桑柴火煮。  
鳖 肉 忌苋菜、薄荷、芥菜、桃子、鸡蛋、鸭肉、猪肉、兔肉等。  
螃 蟹 忌荆芥、柿子、橘子、软枣等。  
虾 子 忌猪肉、鸡肉。  
李 子 忌蜜、浆水、鸭、雀肉、鸡、獐等。  
枣 子 忌葱、鱼。  
桃 子 忌鳖肉。  
橙 橘 忌槟榔、獭肉。  
枇 杷 忌热面。  
杨 梅 忌生葱。  
银 杏 忌鲤鲮。  
各种瓜 忌油饼。  
沙 糖 忌鲫鱼、笋、葵菜。  
荞 麦 忌猪肉、羊肉、野鸡肉、黄鱼。  
黍 米 忌葵菜、蜜、牛肉。  
绿 豆 忌榧子、鲤鱼鲈。  
炒 豆 忌猪肉。  
胡 荽 忌猪肉。  
非 薤 忌蜜和牛肉。  
苋 菜 忌蕨和鳖。  
白花菜 忌猪心肺。  
胡 蒜 忌腌鱼、鲫鱼、狗肉、鸡。  
梅 子 忌猪肉、羊肉、獐肉。  
生 葱 忌蜜、鸡、枣、狗肉、杨梅等。  
生 姜 忌猪肉、牛肉、兔肉、马肉。  
芥 末 忌鲤鱼、兔肉、鸡肉、鳖等。  
干 笋 忌沙糖、鲟鱼、羊心肝。  
木 耳 忌野鸡肉、野鸭、鹌鹑。  
核 桃 忌野鸭、酒、野鸡。

栗子 忌牛肉。

同是饮食也不适宜错杂 物性相反的很多，一旦触犯 轻则致病 重则丧命，不可不谨慎。只有知道的人才会注意避让。

## 服药忌食

白术、苍术 忌吃桃、李及雀肉、苋菜、青鱼。

巴豆 忌吃芦笋、酱、豆豉、冷水及野猪肉。

黄莲、胡黄连 忌吃猪肉和冷水。

半夏、菖蒲忌吃饴糖、羊肉和羊血。

空青、丹砂和轻粉 忌吃一切血。

天门冬、紫苏、丹砂和龙骨 忌吃鲤鱼。

土茯苓和威灵仙 忌吃面汤和菜

牡丹 忌吃胡荽和蒜。

鳖甲 忌吃苋菜。

常山 忌吃生葱和生菜。

商陆 忌吃狗肉。

藜芦和细辛 忌吃猪肉和生菜。

地黄和何首乌 忌吃葱、蒜、萝卜、一切血。

甘草 忌吃苋菜、猪肉和海菜。

凡是服用一切药 不可多吃生蒜、胡荽、生葱、各种水果 还不可多吃肥猪肉、狗肉、油腻、鱼腥的东西。

## 妊娠禁忌

吃姜会使孩子多指、得眼病。豆酱合藿吃了会堕胎。

吃桑椹、鸭蛋 会使孩子倒生 且会生心寒。

吃山羊肉，会使孩子多病，肝更是不能吃。

吃鲤鱼脍及鸡蛋会使孩子成疖、多疮。

吃狗肉，会使孩子无声音。  
吃兔肉 会使孩子缺唇。  
吃骡、驴、马肉 会延月难产。  
鸡肉合糯米吃了，会使孩子长寸白虫。  
鸡蛋合干姜吃了，会使孩子多长疮。  
吃雀肉又饮酒，会使孩子心性淫乱。  
豆酱合雀肉同吃，会使孩子脸上生斑。  
吃了茨菰 会消胎气。  
吃了麋脂及梅李，会使孩子得青光眼。  
鳝同白鸡吃了 会使孩子喑哑。  
吃了鳖 会使孩子颈子短 并且会损胎。  
吃了蟹 会使孩子横生。  
吃浆水粥，会使孩子骨瘦而难以成人。

## 各种有毒的兽

兽尾有叉。鹿长豹的花纹。羊独角及多角。羊心有孔。白羊黑头。黑羊白头。白马黑头。暴晒的肉不干燥。肉不沾土。马蹄夜目。犬悬蹄肉。米瓮中肉。肝有黑色。肉中多有黑星。

## 各种有毒的鸟

眼睛是白色的鸭。爪后面突出像脚趾的部分有四个的鸡。白鸟黑头。黑鸟白头。鸟脚不伸展。腹有八字纹。爪后面突出像脚趾的部分有四个或六个的鸟。

## 各种有毒的鱼

眼睛上长有睫毛的鱼。眼睛能开合的鱼。脑中连珠的鱼。无腮的鱼。两个眼睛不同的鱼。腹下有红字的鱼。眼睛为白色的鳖。颌下有骨的鳖。煮不弯的虾。长白胡须的虾。腹下有毛的蟹。两眼睛相向的蟹。

## 各种有毒的果

有两个核仁的桃及果中没有长核的都有毒。五月吃未长成核的果 会使人发疮疖用寒热。秋冬时节果落地上被恶虫啄蚀的 吃了使人患久漏。

## 加工食物的方法

洗猪肚用面 洗猪脏用砂糖就不会有怪气味。煮笋放薄荷 并加少量盐就不会有硬荎。洗鱼滴人生油一二滴就无涎。煮鱼下木香没有腥味。煮鹅下樱桃叶数片容易熟透。陈年腊肉煮到将熟时，取烧红的生炭投入锅中就没有油荎气。煮各种肉封住锅口，用楮实子一二粒同煮，容易煮烂而且香。夏天的肉，单用醋煮，可保留十天。凡是煮肉都适宜用桑柴火，烧肉却不适宜用。酒酸了，用赤小豆一升炒焦 用袋子盛装好 再放酒坛中 味立即就会变得香美。

## 孙真人逐月调养事宜

正 月 肾气受病，肺气微弱。宜减少咸酸，增加辛辣，助肾补肺 安养胃气。

二 月 肾气微弱，肝气旺盛。宜戒酸而增加辛味，以助肾补肝。宜清膈 去痰 出微汗 以散冬季蕴伏之气。

三 月 肾气已息，心气渐临，木气正旺。宜减少甘味而增加辛味 补精益气 懒散形骸 意趣安泰 以顺应天时。

四 月 肝气已病 心火渐壮。宜增加酸味而减少苦味 以补肾助肝 调养胃气。

五 月 肝气休，心火旺。宜减少酸味而增加苦味，益肝补肾，以固精气。

六 月 肝气微弱而脾气旺盛。宜节制饮食疏远女色。此时阴气内伏 暑毒外蒸 注意当风食冷 便多有暴泄疾患。须饮食温软 不要太饱 时常饮粟米温汤 豆熟水 最妙。

七月 肝心二脏少气 肺金初旺。宜性情安静 增加咸味而减少辛味 以助气补筋 养脾胃。

八月 心藏气微，肺金正旺。宜减少苦味食物而增加辛味食物 以助筋补血 养心肝脾胃。不要触犯邪风 便不会有疮疡疫痢。

九月 阳气衰 阴气盛。暴风时起 忌孔隙贼风伤人 不宜恣欲饱醉。宜减食苦物而增加甘物 以补肝益肾 助脾胃 养元气。

十月 心肺气弱 肾气强盛。宜减食辛物而增加苦物 以养肾气 助筋力。

十一月 肾气正旺 心肺衰微。宜增食苦物而杜绝咸物 静养以迎初阳。

十二月 土气旺相 水气不行。宜减少甜食而增加苦食 调理肾脏。

凡此之道，都是五行生克的道理。平则安宁，互相济养；乱则失度，祸患累生。

## 五味宜忌

五欲 肝欲酸、心欲苦 脾欲甘 肺欲辛 肾欲咸 此五味合五脏之气也。

五宜 青色宜酸 肝病宜食麻、犬、李、韭。赤色宜苦 心病宜食麦、羊、杏、薤。黄色宜甘 脾病宜食粳、牛、枣、葵。白色宜辛 肺病宜食黄黍、鸡、桃、葱。黑色宜咸 肾病宜食大豆黄豆、猪、栗、藿。

五禁 肝病禁辛宜食甘 粳、牛、枣、葵。心病禁咸 宜食酸：麻、犬、李、韭。脾病禁酸 宜食咸 大豆、豕、栗、藿。肺病禁苦 宜食辛 麦、羊、杏、薤。肾病禁甘 宜食辛 黄黍、鸡、桃、葱。

五走 酸走筋 筋病毋多食酸 多食令人癢。酸气涩收 胞得酸而缩卷，故水道不通也。苦走骨，骨病毋多食苦，多食令人变呕。苦入下院 三焦皆闭 故变呕也。甘走肉 肉病毋多食甘 多食令人免心。甘气柔润 胃柔则缓 缓则虫动 故免心也。辛走气 气病多食辛 多食令人洞心。辛走上焦 与气俱行 久留心下 故洞心也。咸走

血 血病毋多食咸 多食令人渴。血与咸相得则凝 凝则胃汁注之 故咽路焦而舌本干。九针论作咸走骨 骨病多食咸。苦走血 血病毋多食苦。

五 伤 酸伤筋，辛胜酸。苦伤气，咸胜苦。甘伤肉，酸胜甘。辛伤皮毛 苦胜辛。咸伤血 甘胜咸。

五 过 味过于酸 肝气以津 脾气乃绝 肉胝胗而唇揭。味过于苦 脾气不濡 胃气乃厚 皮槁而毛拔。味过于甘 心气喘满 色黑，肾气不平 骨痛而发落。味过于辛 筋脉沮绝 精神乃失 筋急而爪枯。味过于咸 大骨气劳 短肌 心气抑 脉凝涩而变色。

## 五味偏胜

歧伯曰 五味入胃 各归所喜。酸先入肝 苦先入心 甘先入脾，辛先入肺 咸先入肾。久而增气 物化之常 气增而久 夭之由也。

## 相反诸药

甘 草 反大戟、芫花、甘遂、海藻。

大 戟 反芫花、海藻。

乌 头 反贝母、栝楼、半夏、白敛、白及。

藜 芦 反人参、沙参、丹参、玄参、苦参、细辛、芍药、狸肉。

河 豚 反煤台、荆芥、防风、菊花、桔梗、甘草、乌头、附子。

蜜 反生葱。

柿 反蟹。

## 李东垣随证用药凡例

风中六腑 手足不遂 先发其表 羌活、防风为君 随证加药。然后行经养血 当归、秦艽、独活之类 随经用之。

胃脘寒痛 须加草豆蔻、吴茱萸。

茎中刺痛 生甘草梢。

诸咳嗽痛 五味为君，痰用半夏，喘加阿胶佐之。不拘有热无

热 少加黄芩。春加川芎、芍药 夏加梔子、知母 秋加防风 冬加麻黄、桂枝之类。

虚热有汗 须用黄芪、地骨皮、知母。

虚热无汗 用牡丹皮、地骨皮。

一切血痛 活血补血 当归、阿胶、川芎、甘草。凉血 生地黄。

破血 桃仁、红花、苏木、茜根、玄胡索、郁李仁。止血 发灰、棕灰。

下部痔漏 苍术、防风为君 甘草、芍药佐之 随证加减。

产后诸病 忌柴胡、黄连、芍药。渴去半夏加白茯苓，喘嗽去人参 腹胀加甘草 血痛加当归、桃仁。

心 热 摇头咬牙 额黄 黄连、甘草、导赤散。

肝 热 目眩 柴胡、防风、甘草、泻青丸。

脾 热 鼻上红 泻黄散。

肺 热 右腮红 泻白散。

肾 热 额上红 知母、黄檗、甘草。

## 陈藏器诸虚用药凡例

虚而多气兼微咳 加五味子、大母。

肺气不足 加天门冬、麦门冬、五味子。

心气不足 加上党参、茯神、菖蒲。

肝气不足 加天麻、川芎。

脾气不足 加白术、白芍药、益智。

胆气不足 加细辛、酸枣仁、地榆。

## 第二卷 水部

水是万物之源，水分为天水地水，古人认为好多水有药的作用。

### 一、天水类

#### 半天河

[释名] 又名上池水，即从天上降下的雨水，洒积在竹篱头和树穴中的水。又说，因为这种水降自银河，所以叫作天河水。

[性味] 味甘 性寒 无毒。

[功效主治] 可治心病、癫狂、外邪、剧毒和不适应气候、环境所致的病。槐树间的积水，可以治各种风毒、恶疮、风瘙、疥痒等症。灾荒时，饮天河水可以预防发生流行性疾病。患白癜风，皮肤出现乳白色斑块，取树孔中的水洗患部，再将肉桂捣细为末，用唾液调和后敷涂，第二天再敷一次，即愈。

#### 立春雨水

[释名] 李时珍说：地气上升后成为云，天气使其下降便是雨，所以人出的汗，便以天地间的雨命名。

[性味] 味咸 性平 无毒。

[功效主治] 宜用来煎发汗和补脾益气的药。古人说，夫妻同时各饮一杯后，同房，就会怀孕。这样做是为了从立春雨水中得到自然界春始生发万物之气。饮后会生子，是取这种雨水始资发育万物之义。

#### 梅雨水

[释名] 芒种以后逢壬叫入梅，夏至后逢庚叫出梅。又说 3月迎

接梅雨 5月送别梅雨，这期间下的雨都叫做梅雨水。梅雨一般都很长，可连下几天。

[性味]味甘 性平 无毒。

[功效主治]洗癣和疥疮后可以使其愈后没有瘢痕 加到酱中会使其易熟。确与其他月份的雨水不同。这都是湿热气被熏蒸后酿成的霏雨或大雨。梅雨水一般都时作时止，天空也阴晴不定。这雨气侵入体内就会生病，浸到谷物等就会生霉。所以梅雨季的雨水不能用来酿造酒和醋，但用它来煎药，服食后可以涤清肠胃的积垢，使人饮食有滋味，精神也爽朗。

## 液雨水

[释名]李时珍说 立冬后 10 日叫入液 到小雪时叫出液 这之间所下的雨叫液雨，也叫药雨。

[功效主治] 主杀各种昆虫，可用来煎杀虫药和消除胸腹胀闷的药。

## 潦水

[释名]李时珍说：天上降注的雨水叫潦水。

[性味]味甘 性平 无毒。

[功效主治]宜用来煎补脾胃和去湿热的药。

[发明与传说]李时珍说：过去张仲景治疗受了寒邪后体内瘀血郁积日久而致的瘀热、肤色发黄，常用潦水煎煮麻黄连翘赤小豆汤，是取潦水味薄而不会助长湿气发热的特点。

## 雹

[释名]雹是天地阴阳之气相搏而形成的 是不平和的气汇聚的结果 即从天空飞坠的冰块 小的如弹丸 大的像斗升。

[性味]味咸 性冷 有毒。

## 夏冰

[释名]冰是太阴之精。水性很像土 能变柔为刚 这就是所说的

物极必反。

[性味]味甘 性寒 无毒。

[功效主治]可以消除心烦闷热，还可用来熨贴人乳石发热肿。暑天吃 则与气候相反 进入胃肠后 会使冷热相激 是不适的。只可以取它的冷气来使饮食变凉。如果放纵地吃夏冰 暂时会得到爽快 久了却会使人生病。因恶寒、发热昏迷的人 用一块冰 放在膻中穴 就会醒来 用这种方法也可以醒酒。

[发明与传说]李时珍说 宋徽宗吃冰太多 伤了脾胃 御医治疗没有效果，便召杨介去诊治，杨介用大理中丸。徽宗知道后说：服了多次了。杨介说：皇上的病，因吃冰太多而得，臣因此用冰来煎此药，是为治致病的原因。徽宗服后，果然痊愈。

## 露 水

[释名]李时珍说 露是阴气积聚而成的水液 是润泽的夜气 在道旁万物上沾濡而成的。

[性味]味甘 性平 无毒。

[功效主治]秋露水禀承夜晚的肃杀之气 宜用来煎润肺的药 调和治疥、癣、虫癞的各种散剂。

### 各种草尖上的秋露

[功效主治]天亮前收取 可治愈各种病 止糖尿病、尿崩症等引起的消渴 饮后使人身体轻灵 不饥饿 肌肤健康有光泽。8月的朔日收入 取来磨墨 点太阳穴 可止头痛 点膏肓穴 则治痲病 这种方法被称作“天灸”。

### 各种花朵上的露

[功效主治]搽脸 使人容颜健康美丽。

### 柏树叶上的露和菖蒲上的露

[ 功效主治 ]每天早晨用来洗眼，能明目。

## 韭叶上的露

[ 功效主治 ]每天早晨取来涂白癜风 可治愈。

## 凌霄花上的露

[ 功效主治 ]进入眼中会损目。

[ 发明与传说 ]李时珍说 秋露造酒最香冽。陈藏器说 凡是秋露和落在草上的春雨 平素有疮和皮肉损伤的人 接触了 疮和伤口立即就会不痒不痛。疮伤感染后 身体反张如角弓的 立即用盐豆豉和面 装在碗碟里 用火在碗底烧后 灸疮 100次 疮出恶水数升 便开始知道痛痒而愈合。

## 繁露水

[ 释名 ]是秋露浓而多时的水。

[ 采集加工 ]用盘子收取。

[ 功效主治 ]煎至浓稠后，吃了使人延年不饥。用来酿酒，叫“秋露白”这种酒的味道最香冽。

## 冬 霜

[ 释名 ]露能滋养植物。气温下降形成露，寒冷的清风细细地吹拂后就会变成霜。霜能损杀植物。

[ 采集加工 ]凡是收取霜 都用鸡翅或尾上的长羽毛扫进瓶中 密封后放在阴凉处，很久也不会坏。

[ 性味 ]味甘 性寒 无毒。

[ 功效主治 ]解酒热、解风寒感冒引起的鼻塞和酒后脸红。

[ 附方 ]与蚌粉混和后敷暑天的痱子疮与腋下红肿，立愈。取秋后的霜一钱半 用热酒服食 治寒热疟疾。

## 冬冰水

[ 释名 ] 冬天的天气因严寒而凝结，使水结成冰。

[ 性味 ] 味甘，性寒。

[ 功效主治 ] 用来煎治肠风赤带和清热消烦的药。

## 腊雪

[ 释名 ] 凡是花都是五瓣，雪花却是六瓣，六是阴数。腊前的雪，很宜于菜麦生长，又可以冻死蝗虫卵。

[ 采集加工 ] 腊雪，瓶装密封后放在阴凉处，数十年也不会坏。

[ 功效主治 ] 用腊雪水浸过的五谷和种子，则耐旱而不生虫。洒在桌几、席上，则苍蝇蚊子自己就飞走了。浸泡过的各种果实，不蛀虫，也能用它除蝗虫。

## 腊雪水

[ 性味 ] 味甘，性冷，无毒。

[ 功效主治 ] 能解各种毒。

[ 发明与传说 ] 主治因气候而起的各种瘟疫及小儿热痢狂啼，大人丹石发动，酒后湿热内生所致的黄疸，都可以温热后服。洗眼，可以去目红。煎茶或煮粥，都可以解热止渴。宜用来煎治伤寒、中暑的药，用来抹痲子效果也良好。

[ 附方 ] 小儿牙根溃烂，满口发白如粉，就是“雪口”，用腊雪水搽抹，每日三四次，立愈。

## 甘 露

[ 释名 ] 它白如雪，甜如糖，所以叫甘露。

[ 性味 ] 味甘，性大寒，无毒。

[ 功效主治 ] 主治胸膈的各种热毒，能聪耳明目、轻身，使人肌肤润泽，精力旺盛，不易衰老，止渴。

[发明与传说]传说它出产在川西人烟罕至的地方 就像糖稀 不易获得。

## 明 水

[释名]明水就是大蚌中清明干净的水。

[采集加工]用掌摩擦使大蚌热，对着月亮取水。能得到二三小合，也如朝露。

[性味]味甘 性寒 无毒。

[功效主治]主治耳聪明目、轻身 使人肌肤润泽 精力旺盛 不易衰老 去小儿心烦闷热 平小儿惊厥、抽搐。用来调护惊药极好。

## 屋漏水

[释名]下雨后从屋顶上流下的水 就是屋檐水。

[性味]味苦 性温 有毒。

[功效主治]被犬咬伤后 可将屋漏水洗伤口 再用水浇到屋檐上，用滴水浸泡过的泥土敷伤口 不过二三次 即愈。还可用来涂搽疣 敷丹毒。

## 二、地水类

### 流 水

[释名]它是流动的水 俗称活水。与湖泽池塘的死水不同。

#### 千里水

[释名]千里水就是从远地流来的水。

[性味]味甘 性平 无毒。

[功效主治]主治病后虚弱和荡涤肠胃的污秽物。

## 东流水

[释名] 从西流来的水叫东流水。

[性味] 与千里水大致相同。

[功效主治] 性顺而下流疾速 可用于制泻下的药 饮了 能荡涤胃肠的邪秽。

## 甘烂水

[释名] 用木盆盛长川水，用勺子从水中扬过，无数次，水面生出数千颗水珠子，即叫甘烂水。

[性味] 味甘 性平 无毒。

[功效主治] 主治上吐下泻和膀胱奔豚气 阳盛阴虚 目不能瞑 用甘烂水有特效。这是甘烂水不逆气而能益养脾胃的特性。确实与各种水不同。

## 顺流水

[释名] 顺流水性而能向下流。

[功效主治] 通利大小便的药和治风痹 肢体酸痛、痛处游走不定) 的药都用它煎制。

## 逆流水

[释名] 波澜中向上的水 它是逆性上流的。

[功效主治] 使人发吐和治痰饮的药可以用它煎制。

## 倒流水

[释名] 洄水 回旋流止 上而不下之性。

## 池沼水

[释名] 池沼水 种植花果树木的园子中水塘的水。

[性味] 味甘 性平 无毒。

[功效主治] 静止而不流利，可用来煎治泄泻的药。止的含意是塞，所以用与泄泻相反的池沼水可治。

## 井泉水

[释名]井字像“#”形，泉字像水充到穴中的样子。所以叫井泉水。

不管何时只要初汲的叫“新汲”，每天早晨第一次汲的水叫“井华”，反酌而倾倒的叫“倒流”，打水的吊桶滴下的水叫“无根”。

[性味]味甘 性平 无毒。

## 井华水

[功效主治] 主治酒后热邪迫于大肠而引起的泄泻，治眼球上的白膜。受到大惊而九窍出血，可用井泉水喷脸。用井泉水调朱砂服后：使人容颜健康光润，心神镇静安详。治口臭，可在早晨太阳刚出时含井华水在口中，然后吐到厕所里面，数次即愈。可以炼各种药石。倒少量至酒、醋中，可以让酒、醋不败味。用来煎制补阴、痰火和补血气的药，功效可提高许多倍。

## 无根水

[功效主治] 调制解痛肿毒的敷药 治疗效果非常好。

## 新汲水

[功效主治] 主治糖尿病、尿崩症等引起的消渴、反胃、热邪迫于大肠而引起的泄泻、尿道疼痛、下腹胀痛、小便赤涩 却邪调中 下热气 都宜饮它。洗痲子疮。治坠损肠出，用冷水喷面，则肠会自己收入。又可解椒毒所致的口不能开，鱼骨鲠喉和马刀毒。还可解砒石、乌喙、烧酒、煤炭毒。治闷热错乱和烦渴。

[附方] 鼻出血不止 用新汲水 左鼻出血则洗右脚 右鼻出血洗左脚，或同时洗左右脚，即止。或者用冷水喷脸，或者用冷水浸过的纸贴

在囟门上 用熨斗熨 立即就会止血。

犬咬出血 以水洗 至血止 缠裹即愈。

心闷汗出 不能识人 新汲水和蜜饮 很有效。

婴儿初生不啼 取冷水灌之 外用葱白茎轻轻地鞭打 即啼。

## 玉井水

[ 释名 ] 出产玉石的山谷中的水泉中的水都叫玉井水。

[ 性味 ] 味甘 性平 无毒。

[ 功效主治 ] 使人体肤润泽 毛发不白。

[ 发明与传说 ] 传说玉是贵重的宝物。水又是有生机而长流的，所以能延年。现在的人，住在靠近山的地方的，大多能长寿。

## 醴泉

[ 释名 ] 醴就是薄酒。泉水的味道像薄酒的，叫醴泉水，又叫甘泉。

[ 性味 ] 味甘 性平 无毒。

[ 功效主治 ] 主治心腹痛和不能适应邪恶的气候和环境而得的各种病，都适宜在泉边饮水。又可以治愈消渴和反胃吐泻。

## 山岩泉水

[ 释名 ] 山岩土石中所流出的泉水 流出溪涧的就是。

[ 性味 ] 味甘 性平 无毒。

[ 功效主治 ] 主治霍乱烦闷呕吐 腹空抽筋 宜多饮服 不要让腹空，空了则再饮服。

## 寒泉水

[ 释名 ] 就是高山顶上的泉水。水十分清澈。

[ 性味 ] 味甘 性平 无毒。

[ 功效主治 ] 主治糖尿和尿崩症引起的消渴反胃，去热淋和暑热伤