煨猪肝　生藕汁飲
治小兒諸病四米湯
牡丹粥　扁豆粥
猪子肝　雞子餌
牛乳飲　甘草豆方

壽親養老新書目録

壽親養老新書卷之一

敬直老人鄒　鉉　編次
玉　牕　黄　應紫　點校

養老奉親書　承奉郎泰州興化縣令陳　直　撰

飲食調治第一
形證脉候第二
醫藥扶持第三
性氣好嗜第四
宴處起居第五
貧富分限第六

東京圖書館藏

戒忌保護第七
四時養老總序第八
春時攝養第九
夏時攝養第十
秋時攝養第十一
冬時攝養第十二
食治養老序第十三
食治老人諸疾方第十四
簡妙老人備急方第十五
飲食調治第一

主身者神養氣者精益精者氣資氣者食食者生民之天活人之本也故飲食進則穀氣充穀氣充則氣血盛氣血盛則筋力強故脾胃者五臟之宗也四臟之氣皆禀於脾故四時皆以胃氣爲本生氣通天論云氣味辛甘發散爲陽酸苦涌泄爲陰是以一身之中陰陽運用五行相生莫不由於飲食也若少年之人具元氣壯或失於飢飽食於生冷以根本強盛未易爲患其高年之人眞氣耗竭五臟衰弱全仰飲食以資

氣血若生冷無節飢飽失宜調停無度動
成疾患凡人疾病未有不因八邪而感所
謂八邪者風寒暑濕飢飽勞逸也爲人子
者得不慎之若有疾患且先詳食醫之法審
其疾狀以食療之食療未愈然後命藥責
不傷其臟府也凡百飲食必在人子躬親調
治無縱婢使慢其所食老人之食大抵宜其
温熱熟軟忌其粘硬生冷每日晨朝宜以
醇酒先進平補下元藥一服女人則平補
血海藥一服無燥熱者良尋以猪羊腎粟米

粥一盃壓之五味葱薤鶉脅等粥皆可至辰
時服人參平胃散一服然後次第以順四時
軟熟飲食進之食後引行一二百步令運
動消散臨卧時進化痰利膈人參半夏丸
一服尊年之人不可頓飽但頻頻與食使
脾胃易化穀氣長存若頓令飽食則多傷
蒲緣衰老人腸胃虛薄不能消納故成疾
患爲人子者深宜體悉此養老人之大要
也日止可進前藥三服不可多餌如無疾患
亦不須服藥但只調停飲食自然無恙矣

形證脉候第二

上古天眞論曰女子之數七丈夫之數八女子七七四十九任脉虛衝脉衰天癸竭地道不通丈夫八八六十四五藏皆衰筋骨解墮天癸盡脉弱形枯女子過六十之期丈夫逾七十之年越天常數上壽之人若衣食豐備子孫勤養承順慈親恭行孝禮能調其飲食適其寒温上合神靈下契人理此順天之道也高年之人形羸氣弱理自當然其有丈夫女子年踰七十面色紅潤形氣康強飲食不退尚多秘熱者此理何哉且年老之人痿痒爲常今反此者非眞陽血海氣壯也但胗左右手脉須大緊數此老人延永之兆也老人眞氣已衰此得虛陽氣盛充於肌體則兩手脉大飲食倍進雙臉常紅精神強健此皆虛陽氣所助也須時有煩渴萬熱大府秘結但隨時以常平湯藥微微消解三五日間自然平復常得虛陽氣存自然飲食得進此天假其壽也切不得爲有小熱頻用轉瀉之

常平一作平常

藥通利若冷之藥疎解若虛陽氣退復歸
眞體則形氣尫羸藏府衰弱多生冷疾無
由補復若是從來無虛陽之氣一向憊乏
之人全在斟量湯劑常加温補調停饘粥
以爲養治此養老之先也

醫藥扶持第三

常見世人治高年之人疾患將同年少亂
投湯藥妄行針灸以攻其疾務欲速愈殊
不知上壽之人血氣已衰精神減耗危若
風燭百疾易攻至於視聽不至聰明手足
舉動不隨其身體勞倦頭目昏眩風氣不
順宿疾時發或秘或泄或冷或熱此皆老
人之常態也不順治之緊用針藥務求痊
瘥往往因此別致危殆且攻病之藥或吐
或汗或解或利緣衰老之人不同年少眞
氣壯盛雖汗吐轉利未至危困其老弱之
人若汗之則陽氣泄吐之則胃氣逆瀉之
則元氣脫立致不虞此養老之大忌也大
體老人藥餌止是扶持之法只可用温平
順氣進食補虛中和之藥治之不可用市

肆贖買它人惠送不知方味及狼虎之藥與之服餌切宜審詳若身有宿疾或時發動則隨其疾狀用中和湯藥調順三朝五日自然無事然後調停飲食依醫之法隨食性變饌治之此最爲良也

性氣好嗜第四

眉壽之人形氣雖衰心亦自壯但不能隨時人事遂其所欲雖居溫給亦常不足故多咨煎背執等閑喜怒性氣不定止如小兒全在承奉顏色隨其所欲嚴戒婢使子孫不令違背若憤怒一作血氣虛弱中氣不順因而飲食便成疾患深宜體悉常令人隨侍左右不可令孤坐獨寢緣老人孤僻易於傷感纔覺孤寂便生鬱悶養老之法凡人平生爲性各有好嗜之事見即喜之有好書畫者有好琴碁者有好賭撲者有好珍奇者有好藥餌者有好禽鳥者有好古物者有好佛事者有好丹竈者人之僻好不能備舉但以其平生偏嗜之物時爲尋求擇其精絶者布於左右使其喜愛

玩悅不已老人衰倦無所用心若只令守家孤坐自成滯悶今見所好之物自然用心於物上日自看承戲玩自以爲樂雖有勞倦咨煎性氣自然減可

宴處起居第五

凡人衰晚之年心力倦怠精神耗短百事懶於施爲盍氣血筋力之使然也全藉子孫孝養竭力將護以免非横之虞凡行住坐卧宴處起居皆須巧立制度以助娛樂棲息之室必常潔雅夏則虛敞冬則溫密其寢寐床榻不須高廣比常之制三分減一低則易於升降狹則不容漫風裀褥厚藉務在軟平三面設屏以防風冷其枕宜用夾熟色帛爲之實以菊花制在低長低則寢無罅風長則轉不落枕其所坐椅儭宜作矮禪床樣坐可垂足履地易於興居左右置欄面前設几緣老人多困坐則成眠有所欄圍免閃側之傷其衣服制度不須寬長長則多有蹴絆寬則衣服不着身緣老人骨肉踈冷風寒易中若窄衣貼身

暖氣着體自然氣血流利四肢和暢雖遇盛夏亦不可令袒露其頸後連項常用紫軟夾帛自頸後巾幘中垂下着肉入衣領中至背甲間以護膝理尊年人肌肉瘦怯膝理開踈若風傷膝中便成大患深宜慎之

貧富禍福第六

經曰自天子至於庶人孝無終始而患不及者未之有也人子以純孝之心竭力事親無終始不及之理惟供養之有厚薄由貧富之有分限人居富貴有奉於已而薄於親者人所不録天所不容雖處富貴而即貧賤也人雖居貧賤能約於已而豐於親者人所推仰天所助與雖處貧賤而即富貴也作善降之百祥作不善降之百殃善莫大於孝孝感於天故天與之福所以雖貧賤而即富貴也罪莫大於不孝不孝感於天故天與之禍所以雖富貴而即貧賤也善惡之報其猶影響爲人子者可不信乎奉親之道亦不在日用三牲但能承順

是書筆畫訛舛甚夥其貧富禍福一条序目作貧富分限能篇中所言並不及禍福似當以分限為正書中丸字或作元又作圓薄荷作薄苛疴癢作苛癢叔作叔匙作匙蚄作蚄豈作豈如斯之類理應改正能原本為是姑仍其舊猶不失廬山真面目云

貧富禍福第六

經曰自天子至於庶人孝無終始而患不及者未之有也人子以純孝之心竭力事親無終始不及之理惟供養之有厚薄由貧富之有分限人居富貴有奉於已而薄於親者人所不録天所不容雖處富貴而即貧賤也人雖居貧賤能約於已而豐於親者人所推仰天所助與雖處貧賤而即富貴也作善降之百祥作不善降之百殃善莫大於孝孝感於天故天與之福所以雖貧賤而即富貴也罪莫大於不孝不孝感於天故天與之禍所以雖富貴而即貧賤也善惡之報其猶影響為人子者可不信乎奉親之道亦不在日用三牲但能承順

父母顔色盡其孝心隨其所有此順天之理也其温厚之家不可慢於老者盡依養老之方勵力行之其貧下闕乏之家養老之法雖有奉行之心而無奉行之力者但隨家豐儉竭力於親約禮設具使老者知其罄力事奉而止將見孝心感格陰靈默佑如姜詩之躍鯉孟宗之泣笋無非孝感所致此行孝之明驗也慮孝子順孫有窘乏不能依此法者意有不足故立此貧富禍福之說以齊之

戒忌保護第七

人萬物中一物也不能逃天地之數若天癸數窮則精血耗竭神氣浮弱返同小兒全假將護以助衰晚若遇水火兵寇非横驚怖之事必先扶侍老人於安穩處避之不可喧忙驚動尊年之人一遭大驚便致冒昧因生餘疾凡喪葬凶禍不可令吊疾病危困不可令驚悲哀憂愁不可令人預報穢惡臭敗不可令食粘硬毒物不可令飡弊漏卑濕不可令居卒風暴寒不可令

冒煩暑燠熱不可令中動作行步不可令
勞暮夜之食不可令飽陰霧晦暝不可令
飢假借鞍馬不可令乘偏僻藥餌不可令
服廢宅欹宇不可令入墳園塚墓不可令
遊危險之地不可令行淵淵之水不可令
渡闇昧之室不可令孤凶禍遠報不可令
知輕薄婢使不可令親家緣冗事不可令
管若此事類頗多不克備舉但人子悉意
深慮過爲之防稍不便於老人者皆宜忌
之以保長年常宜遊息精藍崇尚佛事使
神識趣向一歸善道此養老之奇術也

四時養老總序第八

四氣調神論曰陰陽四時者萬物終始死
生之本也逆之則災害生從之則苛疾不
起是謂得道春溫以生之夏熱以長之秋
涼以收之冬寒以藏之若氣反於時則皆
爲疾癘此天之常道也順之則生逆之則
病經曰觀天之道執天之行盡矣人能執
天道生殺之理法四時運用而行自然疾
病不生長年可保其黃髮之人五藏氣虛

婦一本作老

精神耗竭若稍失節宣即動成危瘵盖老人勸惰不能自調在人資養以延遐筭爲人子者深宜察其寒温審其饘藥依四時攝養之方順五行休王之氣恭恪奉親慎無懈怠今集老人四時通用備疾藥法具陳于左此方多用寒藥盖北人所宜凡用藥者宜參處之

四時通用男女婦人方

治老人風熱上攻頭旋運悶喜卧怔悸起即欲倒背急身強旋覆花散女人通用

旋覆化半兩 前胡一兩 麥門冬一兩去心

黄字上舊本亦缺

浴原本浸

蔓荊子半兩 白朮三分 枳殼三分去穰麩炒

甘菊花三分 半夏半兩薑汁煑 防風半兩

人者石膏 獨活半兩 甘草半兩

右爲末每服三錢水一中盞入薑半分同煎至六分去滓温服不計時候

老人補壯筋骨治風走疰疼痛并風氣上攻下疰羌活元

羌活 牛膝酒浴過焙乾 川練子 白附子

舶上茴香 黄耆去皮剉 青塩 巴戟去心

黑附子炮裂去皮臍 沙苑白蒺藜

婦一本作老

精神耗竭若稍失節宣即動成危瘵盖老人勸惰不能自調在人資養以延遐筭爲人子者深宜察其寒温審其饘藥依四時攝養之方順五行休王之氣恭恪奉親慎無懈怠今集老人四時通用備疾藥法具陳于左此方多用寒藥盖北人所宜凡用藥者宜參處之

四時通用男女婦人方

治老人風熱上攻頭旋運悶喜卧怔悸起即欲倒背急身強旋覆花散女人通用

旋覆化半兩 前胡一兩 麥門冬一兩去心

浴原本浸

蔓荊子半兩 白朮三分 枳殼三分去穰麩炒

甘菊花三分 半夏半兩薑汁煑 防風半兩

黃虛人者用石膏 獨活半兩 甘草半兩

右爲末每服三錢水一中盞入薑半分同煎至六分去滓温服不計時候

老人補壯筋骨治風走疰疼痛并風氣上攻下疰羌活元

羌活 牛膝酒蕩過焙乾 川練子 白附子

舶上茴香 黃耆去皮剉 青塩 巴戟去心

黑附子炮裂去皮臍 沙苑白蒺藜

右件等分一處擣羅爲末酒煮麪糊爲
丸如梧桐子大每服十丸空心臨卧鹽
湯下看老少加減服
老人和脾胃氣進飲食止痰逆療腹痛氣
調中木香人參散男子女人通用方
木香半兩 人參去蘆頭半兩 茯苓去黑皮一分
白术半兩微炒 肉豆蔻去皮一分 枇杷葉去毛一分
厚朴去麄皮用姜汁製 丁香半兩 藿香葉一分
甘草半兩炙 乾薑半兩炮 陳皮半兩湯浸去穰
右件一十二味修事了秤分兩擣羅爲
末每服二錢水一盞入生薑錢一片棗
二枚同煎至六分去滓温服此藥老人
常服合喫
老人和脾胃氣治胷膈痞悶心腹刺痛不
思飲食枳殼木香散男子女人通用此方
木香一兩 神麯杵末炒四兩 京三稜炮四兩
青橘皮去穰三兩 甘草炮三兩 益智去皮三兩
白芷一兩 桂心三兩 莪术炮三兩 白术微炒二兩
枳殼麩炮炒
右件藥擣羅爲末每服二錢水一盞入

生薑塩各少許同煎至七分併滓熱服

解老人四時傷寒四順散男子女人通用此方

麻黃去節 杏仁去皮 甘草炙 荊芥穗已上

各等分

右同杵爲末每服壹錢入塩湯點熱服

治老人心脾積熱或流疰脚膝疼痛黃耆散男子女人通用

黃耆 赤芍藥 牡丹皮 香白芷

沙參 甘草炙 肉桂去皮 柴胡去苗

當歸洗後炙

右件等分擣羅爲末每服二錢水一盞薑三片煎至五分日進二服春冬每煎時入蜜蒸瓜蔞煎半匙忌粘食炙煿等物

橘皮煮散益元氣和脾胃治傷寒此名不換金散但心腹諸疾並用療之男子女人通用

橘皮去穰秤一兩用 人參 茯苓 白朮各一兩

木香一分 乾姜炮 官桂半兩去皮秤 檳榔一兩

雞心者用 草豆蔻二箇去皮 半夏一分麩炒 厚朴半兩入姜

一分同秤碎炒乾 枳殼半兩去穰麩炒 訶梨勒五箇煨熟去核

甘草半兩炮

右件擣羅爲末每服一大錢水一盞薑
棗同煎至七分熱嚥不問食前食後並
宜服忌如常

治老人藏府冷熱不調裏急後重關門不
和香白芷散男女通用

當歸三錢洗　香白芷三錢洗　茯苓三錢去皮
枳殼三錢麩炒　木香一錢

右件爲末每服一錢水半盞生薑少許
同煎至四分溫服
老人大小便不通勻氣散通用

生薑半兩　葱一莖和根葉泥用　塩一捻
豉三十粒

右件四味擣爛安臍中良久便通

治老人小便不通地龍膏

白項地龍　茴香用時看多少

右件杵汁傾於臍內自然便通

治老人脚膝疼痛不能履地七聖散

杜仲續斷　萆薢　防風　獨活
牛膝酒浸一宿　甘草已上各一兩

右件爲末每服二錢酒調下

治老人脾胃一切病温白圓兼治脾不承受吐逆瀉痢及宿食不消方通用

半夏二兩湯洗薑汁浸　白朮一兩炮　丁香一分

右件爲末用生薑自然汁和飛麪爲糊搜和前藥末爲丸如梧桐子大濃煎生薑湯下十丸空心服如腹疼并嘔逆食後服

藁本散治婦人血氣丈夫筋骨風四肢軟弱及卒中急風并寸白蟲但常服並皆攻治或要出汗解傷寒湯使如後此方是孟相公進過

藁本　牛膝酒浸一宿焙乾　當歸　麻黃去節　已上各壹兩　羌活　獨活　防風　肉桂去麄皮秤　芍藥　菊花　續斷　五加皮　芎藭　甘草　赤箭　枳殼麩炒去穰已上各半兩　黑附子大者一箇炮製去皮臍　細辛一分去葉秤

用

右件藥一十八味並須州土好者使水先過細剉焙乾搗羅爲末空心温酒下

苛舊本如是疑即荷字後同

薄苛湯下發汗解傷寒熱葱白酒下二錢併服三五服爲妙

治老人風冷展筋骨續斷散方

治老人脾胃一切病温白圓兼治脾不承受吐逆瀉痢及宿食不消方通用

半夏二兩湯洗薑汁浸　白朮一兩炮　丁香一分

右件爲末用生薑自然汁和飛麪爲糊搜和前藥末爲丸如梧桐子大濃煎生薑湯下十丸空心服如腹疼并嘔逆食後服

藁本散治婦人血氣丈夫筋骨風四肢軟弱及卒中急風并寸白蟲但常服並皆攻治或要出汗解傷寒湯使如後此方是孟相公進過

藁本　牛膝酒浸一宿焙乾　當歸　麻黃去節已上各壹兩　羌活　獨活　防風　肉桂去麄皮秤　芍藥　菊花　續斷　五加皮　芎藭　甘草　赤箭　枳殼麩炒去穰已上各半兩　黑附子大者一箇炮製去皮臍　細辛一分去葉秤

用

右件藥一十八味並須州土好者使水洗過細剉焙乾搗羅爲末空心温酒下二錢如不飲酒薄苛湯下發汗解傷寒熱葱白酒下二錢併服三五服爲妙

治老人風冷展筋骨續斷散方

芎上一本有川字

續斷一兩 牛膝二兩 芎一兩 木瓜二兩

右爲細末空心時温酒調下一大錢

墜痰化涎和脾胃人參半夏元

半夏一兩生姜四兩取汁先以湯洗半夏七遍浸三日後於日内煎乾切作餅子焙乾 白礬一兩 人參壹兩 茯苓壹兩去皮

右爲末以蒸餅水浸過却用紙裹煨熟

爲圓如菉豆大每日空心夜卧用淡生

薑湯下十五圓開胃口薑棗湯下風涎

用皂角一條薑三片蘿蔔三片同煎湯下

治老人暖食藥丁香圓消食治一切氣悶

止醋心腹脹利肖膈逐積滯方男子婦人通用

大烏梅壹箇須是有裙欄者 巴豆壹箇新肥者和皮用 胡椒五粒須是

香墨半錢末抄 揀丁香五箇須是新者用

黑者乾漆末抄半錢先炒爲末 桂花末抄半錢 香墨三味

研入右爲末用馬尾羅子羅過用醋麪糊

爲劑臼中杵令勻如菉豆大温酒下五

圓至七圓茶下亦得或入蠟茶末抄三

錢更妙

香草散治婦人氣羸腸寒便白食傷積滯

冷結腸不成温脾肺活榮生肌進食益衝

任二經

藺茹　桔梗　白芷　當歸　地榆

芍藥　檳榔　白荳蔻各半兩　麝香秤壹錢

右爲末每服二錢水一盞薑棗同煎至

數沸通口食前日進三服

香枳湯治老人大腸秘澁調風順氣男子婦人通用

枳殼去穰麩炒　防風各壹兩　甘草半兩炙

右爲末每服二錢百沸湯點服空心食

前各一服

治婦人男子久積虛敗壯元補血健胃暖

脾止痰逆消飲食北亭圓

硇一本硇作後同

致北亭乃硇砂之別名而硇字係元刊本之脫誤致有別本相沿誤硇作硇之訛

北亭貳兩去除砂石　阿魏半兩同硇砂研令細醋化去沙石

川當歸淨洗去苗梢用　厚朴去皮薑汁炙令黃色　陳橘皮

去穰用紅　官桂去皮秤　乾薑炮　甘草炙　川芎

胡椒揀好者　縮砂去皮用　大附子炮去皮臍已上各秤

四兩　茯苓貳兩　青塩貳兩與硇砂阿魏同醋研去沙土　白朮

米泔水浸一宿切作片子焙乾　五味子壹兩半去沙土用之

右件依法修事爲末將硇砂阿魏醋入

麪看多少同煎稀糊下藥更煉好蜜同

搜和拌勻再入臼中杵千百下圓如酸

棗大每服一圓空心塩湯茶酒任下嚼
破女人一切病患並宜服此

治老人一切風烏犀圓

天麻貳兩 地榆壹兩 玄參壹兩 川烏頭壹兩炮製去皮
龍腦薄荷四兩 藿香葉壹兩 皂角三挺不蛀者燒紅入
水中浸之 龍腦少許 麝香少許

右爲末煉蜜爲膏如皂子大每服壹圓
嚼喫小兒半圓已下薄荷茶酒調下

鎮心元養老人心氣令不健忘聰耳明目
方

辰砂壹兩 桂壹兩 遠志去心 人參已上各壹兩 茯苓
貳兩 麥門冬去心 石菖蒲 乾地黃各壹兩半
已上除辰砂並為末合勻
右煉蜜為丸如桐子大空心薄荷酒下十
丸至十五丸留少朱砂為衣益心氣養
神宜常服

治老人脾肺客熱上焦滯痰涼心潤肺消
壅枇杷葉散王昉進男子女人通用
枇杷葉炙去毛 人參 茯苓 白朮
羌活 黃耆已上各壹兩 甘草炙 半夏湯洗去滑

切破焙乾各半兩

右為末每服二錢水一盞入生薑薄荷煎至七分食後臨臥温服

羌活散治老人耳聾眼暗頭項腰背疼痛渾身瘡癬此乃腎臟風所攻也

羌活　枳殼麩炒去穰　半夏湯浸七遍　甘草炙　大腹子洗　防風　桑白皮各分等

右為粗末每服二錢水一盞生薑煎至七分温服早辰日午時臨臥各一服

搜風順氣治老人百疾七聖丸男子女人通用

檳榔　木香　川芎　羌活　桂心各壹兩　郁李仁壹兩去皮尖炒令黃色　大黃壹兩壹分炒

右為末煉蜜為丸桐子大不計時候温酒下七丸要利動即加七丸淡薑湯下亦得

春時攝養第九

肝當是甘之訛

春屬木主發生宜戒殺茂於恩惠以順生氣

春肝氣王肝屬木其味酸木能勝土土屬脾脾主肝當春之時其飲食之味宜減酸益甘以養脾氣肝氣盛者調噓氣以利之

生一本作主

順一本作須

順之則安逆之則少陽不生肝氣內變春時陽氣初昇萬物萌發正二月間乍寒乍熱高年之人多有宿疾春氣所攻則精神昏倦宿患發動又復經冬已來擁爐熏衾啗炙飲熱至春成積多所發泄致體熱頭昏膈壅涎嗽四肢勞倦腰脚不任皆冬所發之疾也常宜體候若稍利恐傷臟腑別生和氣涼膈化痰之藥消解或只選食治方中性稍涼利飲食調停與進自然通暢若別無疾狀不順服藥常擇和暖日引侍尊親於園亭樓閣虛敞之處使放意登眺用攄滯懷以暢生氣時尋花木遊賞以快其意不令孤坐獨眠自生鬱悶春時若親朋請召老人意欲從歡任自遨遊常令嫡親侍從惟酒不可過飲春時人家多造冷饌米食等不令下與如團兼粽粘冷肥僻之物多傷脾胃難得消化大不益老人切宜看承春時遇天氣煖暖不可頓減綿衣緣老人氣弱骨疎怯風冷易傷肌體但多穿夾衣遇暖之時一重漸減一重即不致暴傷也

今具春時湯藥如後

春時用諸藥方

治老人春時多昏倦細辛散明目和脾胃除風氣去痰涎男子通用女用

細辛二兩去土 川芎二兩 甘草半兩炙

右爲末每服一大錢以水一盞煎至六分熱呷可常服

治老人春時熱毒風攻頸項頭痛面腫及風毒眼澁菊花散

菊花 前胡 旋覆花 芍藥 玄參 苦參 防風各等分

右爲末食後臨卧用温酒調下三錢不飲酒用米飲調下亦得

治老人春時頭目不利昏昏如醉壯熱頭疼有似傷寒惺惺圓通用

桔梗 細辛 人參 甘草 茯苓 瓜蔞根 白术各壹兩

右爲末煉蜜爲圓如彈子大每服壹圓温水化破治頭痛腰痛藥入口當下便惺惺

治老人春時多偏正頭疼神効方通用

旋覆花壹兩焙　白僵蠶壹兩炒　石膏壹分細研

右件爲末以葱煨熟和根同杵爲圓桐子大急痛用葱茶下二圓慢痛不過二服

治老人春時胷膈不利或時滿悶墜痰飲子

半夏不計多少用湯洗十遍爲末　生姜壹大塊　棗七枚

右三味以水二盞藥末二錢慢火煎至七分臨卧時去生姜頻服

老人春時宜喫延年草進食順氣御藥院常合進通用

青橘皮四兩浸洗去穰　甘草貳兩爲細末　塩貳兩半炒

右三味先洗浸橘皮去苦水微焙入甘草同焙乾後入塩每早辰嚼三兩葉子通滯氣大好

治老人春時諸般眼疾發動黃耆散兼治口鼻生瘡

黃耆　川芎　防風　甘草　白蒺藜

畧炒杵去尖出火毒已上各壹兩　甘菊花叁分不得用新菊

右淨洗曬乾勿更近火搗爲末每服二

錢早辰空心日午臨卧各一服乾嚥或
米飲調下暴赤風毒淚昏澁痛痒等眼
只三服三兩日永效内外障爛服方退
忌房室毒物火上食凡患眼切不得頭
上針出血及服皂角牽牛等藥取一時之
快並大損眼

治老人春時肓膈不利痰壅氣噎及咽喉
諸疾黍粘湯方

黍粘子（叁兩炒令香熟）　甘草（半兩炙）
右爲末搗羅細末每服壹錢食後臨卧
如常點之

夏時攝養第十

夏屬火主於長養夏心氣旺心主火味屬
苦火能尅金金屬肺肺主辛其飲食之味
當夏之時宜減苦增辛以養肺氣心氣盛
者調呵氣以疎之順之則安逆之則太陽
不長心氣内洞盛夏之月最難治攝陰氣
内伏暑毒外蒸縱意當風任性食冷故人
多暴泄之患惟是老人尤宜保護若簷下
過道穿隙破牕皆不可納涼此爲賊風中

人暴毒宜居虛堂淨室水次木陰潔淨之處自有清涼每日凌晨進溫平順氣湯散一服飲食溫軟不令太飽畏日長永但時復進之渴宜飲粟米溫飲豆蔻熟水生冷肥膩尤宜減之緣老人氣弱當夏之時納陰在內以陰弱之腹當冷肥之物則多成滑泄一傷正氣卒難補復切宜慎之若須要食瓜菓之類量虛實少爲進之緣老人思食之物若有違阻意便不樂但隨意與之纔食之際以方便之言解之往往知味便休不逆其意自無所損若是氣弱老人夏至已後宜服不燥熱平補腎氣暖藥三二十服以助元氣若從容圓八味圓之類宜往潔雅寺院中擇虛敞處以其所好之物悅之若要寢息但任其意不可令久眠但時時令歇久則神昏宜召年高相協之人日陪閑話論往昔之事自然喜悅忘其暑毒細湯各茶時爲進之晚涼方歸謹選夏時湯藥如後

夏時用藥諸方

可一本作不

治老人夏多冷氣發動胷膈氣滯噎塞脾胃不和可思飲食豆蔻散

草豆蔻四兩以姜四兩炒香黃爲度和姜用 大麥蘖子十兩炒黃 神麴四兩炒黃 杏仁四兩去尖炒熟 甘草四兩炙 乾姜貳兩炮製

右爲末每服壹錢如茶點之不計時候服

治老人夏月宜服平補下元明目蓯蓉圓

蓯蓉四兩 巴戟貳兩 菊花貳兩 枸杞子貳兩

右爲末煉蜜爲元桐子大每服塩湯下二十元

治老人夏月暴發腹痛及泄瀉木香元

輕好全乾蝎貳拾箇每箇擘三兩段子於慢火上炒令黃熟 揀好胡椒三伯粒生 木香壹分

右件藥同搗爲末濕紙裹燒粟米飯爲圓如菉豆大如患腹痛每服十五元煎燈心陳橘皮生姜湯下大便不調及泄瀉每服十五圓煎陳橘皮湯下

治老人夏月脾胃忽生冷氣心腹脹滿疼悶泄瀉不止訶子散

訶子皮伍箇 大腹伍箇去皮 甘草半兩炙 白朮半兩

微炒草荳蔻拾肆箇用麪裹燒令麪熟黃去麪并皮用人參去芦頭半兩

右爲末每服二錢水一盞入生薑少許棗二箇同煎至六分去滓溫服

治老人夏月因食冷氣積滯或心腹疼痛等宜常服

京三稜叁兩溫紙裹煨熟透別杵蓬莪朮貳兩同上烏藥貳兩益智去皮貳兩甘草叁兩炙陳橘皮貳兩如烏藥用厚朴亦得

右爲末每服入塩點之不計時候一錢

治老人夏月宜服三聖元祛逐風冷氣進食和胃去痰滯腰膝冷痛

葳靈仙淨洗去土揀擇焙乾秤伍兩乾薑貳兩炮製烏頭貳兩炮製去皮臍秤

右件爲末煮棗肉爲元如梧子大每服十五元至二十元溫姜湯下

治老人夏月宜服平補楮實元方駐顏壯筋骨補益元藏療積冷虛乏一切氣疾暖胃進酒食久服令人輕健此神効方

楮實半斤輕杵去白及膜揀擇淨微微炒鹿茸肆兩茄子茸爲上其

次亦得淨瓦上炙令黃色如無則鹿角屑代之亦妙大附子四兩炮去皮臍出火毒懷州牛膝肆兩酒浸去芦頭二宿焙紫巴戟肆兩洗去心金釵石斛四兩去根揀淨細〻切之川乾薑二兩炮製急於新水內淨過肉桂貳兩去麄皮

右件八味爲末楮實子一味用砂盆別研二日令爛細後旋入前藥末同研拌令細勻入煮棗肉同研拌得所方入鐵臼杵二千下元如桐子大每服三十元溫酒下忌牛肉豉汁

治老人百疾常服四順湯

神麴四兩入生姜四兩去皮一處作餅子焙乾　甘草壹兩半炙黃

草豆蔻一兩半先炮熟去皮細剉用　大麥蘖子貳兩炒香熟

右件爲末塩點之一錢

婦人年老夏月平補血海活血去風五倍元

五倍子二兩　川芎二兩剉細　菊花貳兩

荊芥穗二兩　旋覆花二兩

右爲末蜜爲元如桐子大每日空心五更晚食後塩湯酒下十五元喫至半月

日覺見漸安手足有力眼目鮮明進得飲食大王血海請每一日三服若見大段安樂一日只喫一服尤佳

治老人脾胃弱不思飲食吐瀉霍亂理中圓

人參　甘草　乾薑　白朮各等分

右爲末煉蜜爲元桐子大每服十五元食前服

夏月消食和氣橘紅散

陳橘皮壹斤半湯浸洗五七度用淨巾拭乾後用生薑五兩取自然汁拌橘皮令勻淹一宿焙乾秤一斤　肉荳蔻半兩　甘草五兩

右先將甘草寸截用白塩五兩一處同炒候塩紅色甘草赤色爲度一處爲末如茶點之

夏月平胃補老人元藏虛弱腑氣不順壯筋骨益顏容固精髓八仙圓

澤瀉叁兩　茯苓貳兩去麄皮　牡丹叁兩　官桂貳兩

附子叁兩炮去皮臍　生乾地黃八兩洗乾杵　山茱萸四兩　乾薯藥四兩微炒炙

右事持了焙乾惟桂不焙爲末煉蜜爲

元如桐子大每日空心温酒或塩湯下
三十元

秋時攝養第十一

秋屬金主於肅殺秋肺氣王肺屬金味屬辛金能尅木木屬肝肝主酸當秋之時其飲食之味宜減辛增酸以養肝臟氣盛者調呬氣以洩之順之則安逆之則太陰不收肺氣焦滿秋時淒風慘雨草木黃落高年之人身雖老弱心亦如壯秋時思念往昔親朋動多傷感季秋之後水冷草枯多發宿患此時人子最宜承奉晨昏體悉舉止看詳若顏色不樂便須多方誘說使役其心神則忘其秋思其新登五穀不宜與食動人宿疾若素知宿患秋終多發或痰涎喘嗽或風眩痺癖或秘泄勞倦或寒熱進退計其所發之疾預於未發已前擇其中和應病之藥預與服食止其欲發今布秋時湯藥如后

秋時用諸藥方

治老人一切瀉痢七寶丹此藥如久患瀉

痢諸藥療不差者服此藥無不差　若老
人反脾洩滑大宜服此藥
附子炮　當歸　陳橘皮　乾薑已上各壹兩
吳茱萸　厚朴以姜汁炙　南椒已上三味各半兩
舶上硫黃壹兩
右件七味細剉以慢火焙過搗羅爲末
與硫黃末同拌勻一處煎米醋和作兩
劑却以白麪半斤和令得所亦令分作
兩劑用裹藥如燒餅法用文武火煨令
麪熟爲度去却麪於臼中搗三伯下圓
如桐子大如患諸般瀉痢以米湯下二
十元空心日午服如患氣痛及宿食不
消以薑鹽湯下二十元空心日午服如
患氣痛及宿冷並無忌此方如神如聖
其効無及
治老人乘秋藏府虛冷滑泄不定攝脾元
木香　呵子炮去核　厚朴生姜汁炙　五倍子
白朮各等分
右爲末用燒粟米飯爲元桐子大每服
十元米飲送下

呵一本作訶

治老人秋肺壅滯涎嗽間作胃脘痰滯塞悶不快威靈仙圓　乾薄荷取末一兩

皂角壹斤不蛀肥者以河水浸洗去黑皮用銀石器內用河水軟揉去滓絹濾去粗熬成膏　威靈仙洗擇去土焙乾爲末四兩

右入前膏搜圓如桐子大每服三十元臨卧生薑湯吞下

治老人脾藏泄瀉中心氣不和精神倦怠不思飲食神授高青圓

高良薑　青木香各壹兩

右二味爲末煮棗肉爲丸桐子大乾薑湯下十五元至二十元

治老人秋後多發嗽遠年一切嗽疾并勞嗽痰壅保救丹

蛤蚧壹箇如是丈夫患取腰前一截雄者用之女人患取雌者腰後一截用之不蛀皂角貳挺塗酥炙去黑皮并子　乾地黃壹分熟蒸如餳　五味子壹分　杏仁壹分去皮尖用童子小便浸一伏時入蜜炒黃色　半夏壹分漿水煮三七遍　丁香少許

右爲末煉蜜爲元如桐子大每日食前一服五元薑湯下

治老人膈滯肺疾痰嗽生薑湯

杏仁四兩去皮尖 生薑陸兩去皮細橫切之 甘草叁分
桃仁半兩去皮尖 塩花叁兩
右以杏仁桃仁薑濕紙同裹煨沙盆內
研極細後入甘草塩再研潔器貯之湯
點服
治諸般腹瀉不止及年高久瀉健脾散
川烏頭炮去皮臍叁分 厚朴去皮姜汁製 甘草炙
乾薑炮各壹兩
右爲末每服一錢水三合生薑二片煎
至二合熱服併進二服立止

冬時攝養第十二

冬屬水主於斂藏冬腎氣旺腎屬水味屬
鹹水尅火火屬心心主苦當冬之時其飲
食之味宜減鹹而增苦以養心氣腎氣盛者
調吹氣以平之順之則安逆之則少陰不
藏腎之水獨沉三冬之月最宜居處密室
温暖衾服調其飲食適其寒温大寒之日
山藥酒肉酒時進一盃以扶衰弱以禦寒
氣不可輕出觸冒寒風緣老人血氣虛怯
眞陽氣少若感寒邪便成疾患多為嗽吐逆麻痺

昏眩之疾炙煿煎爐之物尤宜少食冬月
陽氣在內陰氣在外池沼之中冰堅如石
地裂橫壘寒從下起人亦如是故盛冬月
人多患膈氣滿急之疾老人多有上熱下
冷之患如冬月陽氣在內虛陽上攻若食
炙煿燥熱之物故多有壅噎痰嗽眼目之
疾亦不宜澡沐陽氣內蘊之時若加湯火
所逼須出大汗高年人陽氣發泄骨肉踈
薄易於傷動多感外疾惟早眠晚起以避
霜威晨朝宜飲少醇酒然後進粥臨卧宜
服微涼膈化痰藥一服今列冬時湯藥如後

冬時用藥諸方

治老人大腸風燥氣秘 陳橘圓 霍大使與馮尚藥

同定此方

陳橘皮去穰壹兩 檳榔細剉半兩 木香一分 羌活去蘆頭半兩 防風去蘆頭半兩 青皮子去穰半兩 枳殼麩炒去穰半兩 不蛀皂角兩挺去黑皮酥炙黃 郁李仁壹兩去皮尖炒黃 牽牛微炒杵細一羅取末二兩

右爲末郁李仁牽牛同研拌勻煉蜜爲
元桐子大每服二十元食前用姜湯下

未利漸加三十元以利爲度
老人有熱壅滯不快大腸時秘結諸熱毒
生瘡搜風順氣牽牛圓
牽牛貳兩甑蒸過 木通壹兩 青橘壹兩去穰 桑白皮
壹兩 赤芍藥壹兩 木香半兩
右爲末煉蜜爲元如桐子大每服十五
元至二十元丈夫酒下婦人血氣醋湯
下
解老人熱秘方
大附子壹箇燒留性 研爲末每服一錢

置本作治

熱酒調下

食治養老序第十三

昔聖人詮置藥石療諸疾病者以其五藏
本於五行五行有相生勝之理也榮衛本
於陰陽陰陽有逆順之理也故萬物皆禀
陰陽五行而生有五色焉有五味焉有寒
熱焉有良毒焉人取其色味冷熱良毒之
性歸之五行處以爲藥以治諸疾順五行
之氣者以相生之物爲藥以養之逆五行
之氣者以相勝之物爲藥以攻之或瀉母

以利子或益子以補母此用藥之奇法也
經曰天地萬物之盜人萬物之盜人所以
盜萬物爲資養之法其水陸之物爲飲食
者不啻千品其五色五味冷熱補瀉之性
亦皆禀於陰陽五行與藥無殊大體用藥
之法以冷治熱以熱治冷實則瀉之虛則
補之此用藥之大要也人若能知其食性
調而用之則倍勝於藥也緣老人之性皆
厭於藥而喜於食以食治疾勝於用藥況
是老人之疾慎於吐利尤宜用食以治之

凡老人有患宜先以食治食治未愈然後
命藥此養老人之大法也是以善治病者
不如善慎疾善治藥者不如善治食今以
食醫心鏡食療本草詮食要法諸家治饌
洎太平聖惠方食治諸法類成養老食治
方各開門目用治諸疾具列於左爲人子
者宜留意焉

食治老人諸疾方第十四

食治養老益氣方　食治眼目方
食治耳聾耳鳴方　食治五勞七傷方

食治虛損羸瘦方　食治脾胃氣弱方
食治瀉痢方　食治渴熱方
食治水氣方　食治喘嗽方
食治脚氣方　食治腰脚疼痛方
食治諸淋方　食治噎塞方
食治冷氣方　食治諸痔方
食治諸風方

食治養老益氣方

食治老人補虛益氣牛乳方

牛乳五升　蓽茇末壹兩

右件藥入銀器內以水三升和乳合煎取三升後入瓷合中每於食前煖一小盞服之

食治老人補虛羸乏氣力法製猪肚方

獖猪肚壹枚洗如食法　人參半兩去芦頭　乾姜貳分炮製剉　椒貳分去目不開口者微炒去汗　葱白柒莖去鬚切　糯米三合

右件搗爲末入米合和相得入猪肚內縫合勿令洩氣以水五升於鐺內微火煮令爛熟空心服放温服之次煖酒一

中盞飲之

老人益氣牛乳方

牛乳最宜老人平補血脉益心長肌肉令人身體康強潤澤面目光悅志不衰故爲人子者常須供之以爲常食或爲乳餅或作斷乳等恒使恣意充足爲度此物勝肉遠矣

食治老人養老以藥水飲牛取乳服食方

鍾乳壹斤上好者細研 人參三兩去芦頭 甘草五兩炙微赤剉 乾地黃三兩 黃耆三兩剉 杜仲三兩去皮用

肉蓯蓉六兩 白茯苓五兩 麥門冬四兩去心 薯蕷六兩 石斛貳兩去根剉

右藥爲末以水三斗先煑粟米七升爲粥放盆內用藥一兩攪令勻少和冷水與渴牛飲之令足不足更飲之一日飲時患渴不飲清水平旦取牛乳服之生熟任意牛須三歲以上七歲以下純黃色者爲上餘色爲下其乳常令犢子飲之若犢子不飲者其乳動氣不堪服也愼蒜猪魚生冷陳臭其乳牛清絜養之洗刷

蒜一本作禁

飲飼須如法用心看之

食治老人頻遭重病虛羸不可平復宜服

此枸杞煎方

生枸杞根細剉壹斗以水五斗白羊脊骨壹具剉碎

右件藥以微火煎取伍升去滓取入瓷合中每服一合與酒一小盞合煖每於食前溫服

食治老人補五勞七傷虛損法煮羊頭方

白羊頭蹄壹副胡椒肆兩蓽茇肆兩乾姜半兩葱白切半升豉半斤頭蹄須用草火燒令黃色刮去灰塵

右件藥先以水煮頭蹄半熟內藥更煮令爛去骨空腹適性食之日食一具滿七具即止禁生冷醋滑五辛陳臭猪雞等七日

治老人大虛羸困極宜服煎猪肪方

猪肪都肆斤水

右入葱白一莖於銚內煎令葱黃即止候冷暖如身體空腹頻服之令盡暖盞覆卧至日晡後乃白粥調糜過三日後

宜服羊肝羹

羊肝羹方

羊肝壹具去筋膜細切 羊脊膩肉貳條細切 麴末半兩

枸杞根伍斤剉以水壹斗伍升煑取四升去滓

右用枸杞汁煑前羊肝等令爛入豉一小盞葱白七莖切以五味調和作羹空腹食之後三日慎食如上法

食治老人補虛勞油麪餺飥方

生胡麻油壹斤 浙粳米泔清一斤

右二味以微火煎盡泔清乃止出貯之取合塩湯二合將和麪作餺飥煑令熟入五味食之

食治眼目方

食治老人肝藏虛弱遠視無力補肝猪肝羹方

猪肝壹具細切去筋膜 葱白壹握去鬚切 雞子貳枚

右以豉汁中煑作羹臨熟打破雞子投在內食之

又方

青羊肝壹具細切水煑熟漉乾

右以塩醬醋和食之立効

又方

葱子 半斤炒熟

右爲末每服一匙以水二大盞煎取一盞去滓入米煮粥食之

食治老人青白翳明目除邪氣利大腸去寒熱馬齒實拌葱豉粥方

馬齒實 壹升

右爲末每服一匙煮葱豉粥和攪食之 馬齒菜作羹粥喫並明目極佳

食治老人肝藏風虛眼暗烏雞肝粥方

烏雞肝 壹具細切

右以豉和米作羹粥食之

食治老人目暗不明蒼耳子粥方

蒼耳子 半兩 粳米 叁合

右件擣蒼耳子爛用布絞濾以水壹升取汁和米煮粥食之或作散煎服亦佳

食治老人熱發眼赤澁痛梔子仁粥方

梔子仁 壹兩

右爲末分爲四服每服用米三合煮粥

臨熟時下梔子末壹分攪令勻食之
食治老人益精氣強志意聰利耳目雞頭
實粥方
雞頭實叁合
右煑令熟去殼研如膏入粳米一合煑
粥空腹食
治老人補中明目利小便蔓菁粥方
蔓菁子貳合 粳米三合
右擣碎入水二大盞絞濾取汁着米煑
粥空心食之

食治老人益耳目聰明補中強志蓮實粥
方
蓮實半兩去皮細切 糯米三合
右先以煑蓮實令熟次入糯米作粥候
熟入蓮實攪令勻熱食之
食治老人膈上風熱頭目赤痛目赤眩眩
竹葉粥方
竹葉五十片淨洗 石膏三兩 沙糖一兩 淅粳米三合
右以水三大盞煎石膏等二味取二盞
去滓澄清用煑粥熟入沙糖食之
食治耳聾耳鳴諸方

食治老人久患耳聾養腎藏強骨氣磁石
猪腎羹方
磁石一斤杵碎水淘去赤用綿裹 猪腎一對去脂膜細切
右以水五升煑磁石取二升去磁石投
腎調和以葱豉薑椒作羹空腹食之作
粥及入酒並得磁石常留起依前法用之
食治老人腎氣虛損耳聾鹿腎粥方
鹿腎一對去脂膜切 粳米三合
右於豉汁中相和煑作粥入五味如法
調和空腹食之作羹及作酒並得

食治老人五藏氣壅耳聾烏雞膏粥方
烏雞脂壹兩 粳米三合
右相和煑粥入五味調和空腹食之烏
雞脂和酒飲亦佳
食治老人耳聾不差鯉魚腦髓粥方
鯉魚腦髓貳兩 粳米三合
右煑粥以五味調和空腹食之
食治老人腎臟氣憊耳聾猪腎粥方
猪腎壹兩去膜細切 葱白貳莖去鬚切 人參壹分去芦頭
防風壹分去芦 粳米貳合 薤白去莖去鬚

兩字疑作對字

右件藥末并米葱雞白着水下鍋中煑
候粥臨熟撥開中心下腎莫攪動慢火
更煑良久入五味空腹服之

食治五勞七傷諸方

食治老人五勞七傷下焦虛冷小便遺精
宜食暖腰壯陽道餅子方
附子壹兩炮製去皮臍 神麯三兩 乾姜壹兩炮製
剉 桂心壹兩 五味子壹兩 肉蓯蓉壹兩半酒浸一宿刮
去皺皮炙乾 兎絲子壹兩酒浸三日曝乾爲末 羊髓貳兩
大棗貳拾枚煑去皮核 酥貳兩 蜜四兩 白麪壹斤
黃牛乳壹斤半 漢椒半兩去目及閉者微炒去汗
右爲末入麪以酥蜜髓乳相和入棗瓤
熟搜於盆中蓋覆勿令通風半日久即
將出更搜令熟捍作糊餅大面上以筯
挑之即入爐燉中上下以火煿令熟每
日空腹食五枚一方入酵和更佳

食治老人五勞七傷益下元壯氣海服經
月餘肌肉充盛老成少年宜服食雌雞方粥
黃雌雞壹隻去毛藏腹 肉蓯蓉酒浸壹宿壹兩刮去皺皮切
生薯蕷壹兩切 阿魏少許煉過 粳米貳合淘入

右以上先將雞爛煑擘骨取汁下米及雞肉蓯蓉等都煑粥入五味空心食之

食治五勞七傷陽氣衰弱腰脚無力宜食羊腎蓯蓉羹方

羊腎壹對去筋膜脂細切 肉蓯蓉壹兩酒浸一宿刮去皺皮細切

右件藥和作羹着葱白塩五味末等一如常法空腹服之

食治老人五勞七傷陽氣衰弱強益氣力鹿腎粥方

鹿腎壹對去脂膜細切 肉蓯蓉貳兩酒浸一宿刮去皮切

粳米貳合

右件藥先以水二盞煑米作粥欲熟下鹿腎蓯蓉葱

食治老人虛損羸瘦諸方

食治老人臟府虛損羸瘦陽氣乏弱雀兒粥方

雀兒伍隻治如食法細切 粟米壹合 葱白叁莖切

右先將雀兒炒肉次入酒一合煑少時入水二大盞半下米煑作粥欲熟下葱白五味等候熟空心服之

食治老人虛損羸瘦下焦久冷眼昏耳聾耳
骨汁煑餅方
大羊尾骨壹條以水五大盞煑取汁二大盞五分葱白五莖
去鬚切麪叁兩陳橘皮壹兩湯浸去白穰焙羊肉四兩細切
荊芥壹握
右件藥都用骨汁煑五七沸去滓用汁
少許後搜麪作索餅却於汁中與羊肉
煑入五味空腹服之
食治老人虛損羸瘦助陽壯筋骨羊肉粥方
羊肉貳斤黃耆壹兩生剉人參壹兩去芦頭白茯苓
壹兩棗伍枚粳米叁合
右件藥先將肉去脂皮取精膂肉留四
兩細切餘一斤十二兩以水五大盞并
黃耆等煎取汁三盞去滓入米煑粥臨
熟下切了生肉更煑入五味調和空心
食之
食治老人虛損羸瘦令人肥白光澤雞子
索餅方
白麪四兩雞子四兩白羊肉四兩炒作臛
右件以雞子清搜麵作索餅於豉汁中

煑令熟入五味和臛空腹食之

食治老人腎氣損陰萎固痺風濕肢節中痛不可持物石英水煑粥方

白石英貳拾兩 磁石叁拾兩搥碎

右件藥以水二斗器中浸於露地安置夜即揭盖令得星月氣每日取水作羹粥及煎茶湯喫皆用之用却一升即添一升如此經年諸風並差氣力強盛顏如童子

食治老人脾胃氣弱方

食治老人脾胃氣弱不多食四肢困乏無力黃瘦羊肉索餅方

白羊肉四兩 白麪六兩 生姜汁貳合

右以姜汁搜麪肉切作臛頭下五味椒葱煑熟空心食之日一服如常作益佳

食治老人脾胃氣弱食飲不下虛劣羸瘦及氣力衰微行履不得鯽魚熟鱠方

鯽魚肉半斤細作鱠

右投豉汁中煑令熟下胡椒蒔蘿并姜橘皮等末及五味空腹食常服尤佳

食治老人脾胃氣弱飲食不多羸乏藿菜羹方

藿菜四兩切之　鯽魚肉兩

右煮作羹下五味椒姜并調少麪空心食之常以三五日服極補益

食治老人脾胃氣弱不能飲食多困無力方

猪肚壹箇肥者人參末半兩　橘皮末半兩

猪脾貳具細切　飯半椀　葱白半握

右總內猪肚中相和入椒醬五味訖縫口合蒸之令爛熟空心漸食之能作三兩劑兼補勞

食治老人脾胃氣弱不多進食行步無力黃瘦氣微見食即欲吐雞子餺飥方

雞子叁枚　白麪兩　白羊肉壹兩作臛頭

右件以雞子白搜麪如常法作之以五味煮熟空心食之日一服常作極補虛

食治老人脾胃氣弱食不消化羸瘦舉動無力多卧麴末索餅子方

麴末貳兩為麪　搗貳兩作臛頭　白麪兩　生姜汁叁兩　白羊肉

右以姜汁搜麪末和麪作之加羊肉臛
頭及下醬椒五味煮熟空心食之日一
服常服尤益
食治老人脾胃氣弱勞損不下食羊脊粥
大羊脊骨壹具肥碎 青粱米四合淨淘
右以水伍升煎取二升汁下米煮作粥
空心食之可下五味常服其功難及甚効
食治老人脾胃氣弱乾嘔不能下食羊血
羊血壹斤鮮者麪漿作片 葱白握 白麪肆兩捍切
右煮血令熟漸食之三五服極有驗能

補益藏府
食治老人脾胃氣弱虛嘔吐不下食漸加
羸瘦粟米粥方
粟米四合淨淘 白麪四兩
右以粟米拌麪令勻煮作粥空心食之
一日一服極養腎氣和胃
食治老人飲食不下或嘔逆虛弱生姜湯方
生姜貳兩去皮細切 漿水壹升
右和少塩煎取七合空心常作開胃進
食

食治老人脾胃虛弱惡心不欲飲食常嘔吐虎肉炙方

虎肉半斤切作臠　葱白半握細切

右件以椒醬五味調炙之空心食冷爲佳不可熱食損齒

食治老人脾胃氣弱不多食瘦黃雌雞餛飩方

黃雌雞肉伍兩　白麵柒兩　葱白貳合切細

右以切肉作餛飩下椒醬五味調和煑熟空心食之日一服皆益藏府悅澤顏色

食治老人瀉痢諸方

食治老人脾胃氣冷痢白膿涕腰脊疼痛瘦弱無力鯽魚熟鱠

鯽魚肉九兩作鱠切　豉汁七合　乾姜半兩　橘皮末半兩

右以椒醬五味調和豉汁沸即下鱠魚煑熟下二味空心食之日一服其効尤益

食治老人腸胃冷氣痢下不止赤石脂餺飥方

赤石脂五兩篩如麪碎白麪七兩
右以赤石脂末和麵搜作之煑熟下葱
醬五味臛頭空心食之三四服皆愈
食治老人脾胃氣冷腸數痢黃雌雞炙方
黃雌雞壹隻常法如
右以五味椒醬刷炙之令熟空心漸食
之亦甚補益臟腑
食治老人脾胃虛氣頻頻下痢瘦乏無力
猪肝煎
獖猪肝壹具作片去膜切洗去血好醋壹升
右以醋煎肝微火令泣盡乾即空心常
服之亦明目溫中除冷氣
食治老人脾胃虛弱冷痛泄痢無常不下
食椒麵粥方
蜀椒壹兩熬搗爲末白麵四兩
右和椒拌之令勻即煑空心食之日一
服尤佳
食治老人冷熱不調下痢赤白腹痛不止
甘草湯方
甘草壹兩切熬生姜壹兩刮去皮切烏豆壹合

右以水壹升煎取柒合去滓空心服之
不過三日服愈

食治老人赤白痢刺痛不多食瘦瘦鯽魚
粥方

鯽魚肉七兩 青粱米四兩 橘皮末壹分
右相和煮作粥下五味椒醬葱調和空
心食之二服亦治勞和臟腑

食治老人腸胃虛冷泄痢水穀不分薤白
粥方

薤白壹握細切 粳米四合 葱白三合細切
右相和作羹下五味椒醬豉空心食常
作取效

食治老人脾虛氣弱食不消化泄痢無定
麴末粥方

神麴二兩炙擣羅爲末 青粱米四合淨淘
右相和煮粥空心食之常三五服立愈

食治老人赤白痢日夜無度煩熱不止車
前子飲

車前子五合綿裹 水二升半煎取一升半汁 青粱米三合
右取煎汁煮作飲空心食之日三服最

一字疑作日字

除熱毒

食治老人痢不止日漸黄瘦無力不多食

黍米粥方

黍米四合淨淘 阿膠一兩炙爲末

右煮粥臨熟下膠末調和空心食之一

服尤効

食治老人下痢赤白及水穀不度腹痛馬

齒菜方

馬齒菜一斤淨洗

右煮令熟及熱以五味或薑醋漸食之

其功無比

食治老人煩渴熱諸方

食治老人煩渴口乾骨節煩熱枸杞飲方

枸杞根白皮一升 小麥一升淨淘 粳米三合研

右以水一斗煮三味取七升汁下米作

飲渴即漸服之

食治老人煩渴不止飲水不定轉渴舌捲

乾焦大麥湯方

大麥二升 赤餳二合

右以水七升煎取五升去滓下餳調之

渴即服愈

食治老人煩渴小便黄色無度黄雌雞煑方

黄雌雞一隻如常法　粳米二合淘淅　葱白一握

右切雞和煑作羹下五味少着塩空心

食之漸進當効

食治老人消渴熱中飲水不止小便無度

煩熱猪肚方

猪肚一具肥者淨洗之　葱白一握　豉五合綿裹

右煑爛熟下五味調和空心切漸食之

渴即飲汁亦治勞熱皆差

食治老人煩渴藏府乾枯渴不止野雞臛方

野雞一隻如常法　葱白一握　粳米二合細研

右切作相和羹作臛下五味椒醬空心

食之常作服佳妙

食治老人煩渴飲水不足日漸羸瘦困弱

兎頭飲方

兎頭一枚淨洗之　豉心綿裹五合

右以水七升煑取伍升汁渴即漸飲之

最効

食治老人消渴煩悶常熱身體枯燥黄瘦

牛乳方

牛乳一升眞者微熬

右空心分爲二服極補益五藏令人強健光悅

食治老人消渴壯熱燥不安兼無力青粱米飲方

青粱米一升淨洗淘令細研之

右以水三升和煑之渴即漸飲服之極治熱燥並除

食治老人消渴熱中飲水無度常若不足

青豆方

青豆二升淨淘

右煑令爛熟空心飢即食之渴即飲汁或作粥食之任性亦佳

食治老人消渴煩熱心神狂亂躁悶不安

冬瓜羹方

冬瓜半斤去皮二合綿裹葱白半握

右以和煑作羹下五味調和空心食之常作粥佳

食治老人消渴消中飲水不足五藏乾枯

蘆根飲子

蘆根切一升水一斗煎取七升半 青粱米五合

右以煎煮飲空心食之漸進爲度益効

忌鹹食炙肉熟麪等

食治老人消渴諸藥不差黃瘦力弱鹿頭方

鹿頭一枚毛淨洗去

右煮令爛熟空心日以五味食之并服

汁極効

食治老人水氣諸方

食治老人水氣病身體腫悶滿氣急不能食皮膚欲裂四肢常疼不可屈伸鯉魚臛方

鯉魚肉十兩葱白壹握麻子壹升熬細研

右以水濾麻子汁和煮作臛下五味椒薑調和空心時漸食之常服尤佳

食治老人水氣病四肢腫悶沉重喘息不安水牛肉方

水牛肉壹斤鮮

右蒸令爛熟空心切以五味薑醋漸食

之任性爲佳

食治老人水氣浮腫身皮膚燥痒氣急不能下食心腹脹滿氣欲絶貒肉羹方

貒肉壹細斫葱白半握切粳米三合淅

右和煑作羹下五味椒薑空心常食之最驗

食治老人水氣腫滿身體疼痛不能食麻子粥方

冬麻子壹升研取汁鯉魚肉七兩切

右取麻子汁下米四合和魚煑作粥以五味葱椒空心食日二服頻作皆愈

食治老人水氣脹悶手足浮腫氣急煩滿赤豆方

赤小豆三升淘淨樟柳根好者切一升

右和豆煑爛熟空心常食豆渴即飲汁勿別雜食服三二服立効

食治老人水氣面腫腹脹喘乏不安轉動不得手足不仁身體重困或疼痛郁李仁粥方

郁李仁二兩研以水濾取汁薏苡仁五合淘

右以煎汁作粥空心食之日二服常立効

食治老人水氣面目手足浮腫腹脹風急

桑白皮飲

桑白皮四兩切 青粱米四合研

右以桑汁煮作飲空心漸食常服尤雖益

食治老人水氣疾心腹脹滿四肢煩疼無

力白煮鯉魚方

鯉魚一頭重二斤如常法煮 橘皮二兩

右和煮令爛熟空心以二味少着塩食

之常服并飲少許汁將理爲驗

食治水氣脹滿手足俱腫心煩悶無力大

豆方

大豆二升 白术二兩 鯉魚一斤

右以水和煮令豆爛熟空心常食之魚

豆飲其汁尤佳

食治老人水氣身體虛腫面目虛脹水牛

皮方

水牛皮二斤刮去毛淨洗 橘皮一兩

右相和煮令爛熟切以生薑醋五味漸

食之常作尤益

食治喘嗽諸方

食治老人上氣急喘息不得坐卧不安猪

頤酒方

猪頤三具細切青州棗三十枚

右以酒三升浸之若秋冬三五日春夏

一二日密封頭以布絞去滓空心温任

性漸服之極驗切忌鹹熱

食治老人上氣咳嗽胷中妨滿急喘桃仁

粥方

桃仁三兩去皮尖研青粱米二合淨淘

右調桃仁和米煮作粥空心食之日一

服尤益

食治老人上氣咳嗽煩熱乾燥不能食餳

煎方

寒食餳四兩乾地黄生者汁一升白蜜三合

右相和微火煎之令稠即空心每日含

半匙細咽汁食後亦服除熱最効

食治老人上喘咳嗽身體壯熱口乾渴燥

猪脂方

猪肪脂一斤切作臠內

右於沸湯中投煑之空心以五味漸食之其効不可比補勞治百病

食治老人上喘咳嗽氣急面目浮腫坐卧不得蘇煎方

土蘇四兩 鹿髓三合 生地黃汁一升

右相和微火煎之如餳即止空心及食後常含半匙細咽汁三兩日即差

食治老人氣急胷脇逆滿食飲不下棗煎方

青州棗三十枚大者去核 土蘇三兩 餳二合

右相和微火温令消即下棗攪之相和以微火煎令蘇餳泣盡即止每食止即噉一二枚漸漸咽汁爲佳忌鹹熱炙肉

食治老人咳嗽胷脇引痛即多出唾涕燠藜方

黃藜壹大顆刺作五十升 蜀椒伍拾粒 麵貳兩

右以蜀椒每孔内一顆軟麵軟裹放於塘灰火中候煨令熟去麪冷空心切食用三二服尤佳不當及熱食之益甚須羊肚肝羹治之

升一本作孔

塘本作糖

樓糖亦疑作糠字方切

嶽按製法當作溏爲是

食治老人上氣咳嗽喘急煩熱不下食食
即吐逆腹脹滿薑糖煎方
生薑汁伍合 沙糖四兩
右相和微火温之一二十沸即止每度
含半匙漸漸下汁
食治老人咳嗽虚熱口舌乾燥涕唾濃粘
甘蔗粥方
甘蔗汁一升半 青粱米四合淨淘
右以蔗汁煑粥空心漸食之日一二服
極潤心肺

食治老人上氣熱咳嗽引心腹痛滿悶桃
仁煎方
桃仁貳兩去皮尖熱末 赤餳四合
右相和微煎三五沸即止空心每度含
少許漸漸咽汁尤益
食治老人咳嗽煩熱或唾血氣急不能食
地黄飲方
生地黄半斤研如水取汁
右以地黄汁煎作膏空心漸食之日一
服極効

食治脚氣諸方

食治老人脚氣煩熱流腫入膝蒲悶猪肚生方

猪肚壹具肥者細切作生

右以水洗布絞令乾好蒜醋椒醬五味空心常食之亦治熱勞補益効

食治老人脚氣毒悶身體不任行履不能紫蘇粥方

紫蘇子五合熬研以水投取汁粳米四合淨淘

右煑作粥臨熟下蘇汁調之空心而食之日一服亦温中

食治老人脚氣逆悶嘔吐衝心不能下食猪腎生方

猪腎貳隻去膜細切作生

右以蒜醋五味空心食之日一服佳極

食治老人脚氣衝逆身腫脚腫大小便秘澁不通氣息喘急飲食不下郁李仁飲方

郁李仁貳兩細研以水濾取汁薏苡仁四合淨淘

右以相和煑飲空心食之一二服極驗

食治老人脚氣逆心悶煩燥心神狂誤鯉

淨本作破

魚臛方

鯉魚壹斤取肉 蓴菜四兩 粳米三合研

右切以葱白一握相和煑臛下五味椒姜調和空心食之常服亦治水氣

食治老人脚氣煩悶或吐逆不下食痺弱

麻子粥方

麻子壹斤熬研水濾取汁 粳米四合淨淘

右以麻子汁作粥空心食之日一服尤益亦中治冷氣

食治老人脚氣煩燥或逆心間憒嘔逆水

牛頭方

水牛頭壹枚炮去毛洗之

右煑頭令爛熟切以姜醋五味空心漸漸食之皆効

空格一本作頭

食治老人脚氣毒衝心身面浮腫氣急熊肉

腌方

熊肉貳斤肥者切作塊

右切以五味作腌脂空心日炙食之亦可作羹粥任性食之極効

脂一本作腊

食治老人脚氣攻心煩悶胷腹脹滿烏雞

羹方

烏雞壹隻治如常法葱白壹握細切米貳合研

右煑令熟空心切以五味作羹常食之

爲佳

食治老人脚氣腎虛氣損脚膝無力困乏

生栗方

生栗壹斤以蒸熟透風處懸令乾

右以每日空心常食十顆極治脚氣不

測有功

食治老人脚氣煩痺緩弱不隨行履不能

猪腎粥方

猪腎二隻去膜切細粳米四合淘葱白半握

右和煑作粥下五味椒薑空心食之日一

服最驗

食治老人脚氣痺弱五緩六急煩燥不安

豉心酒方

豉心三升九蒸九曝為佳酒瓶

右以酒浸一二日空心任意温服三盞

極効

食治諸淋方

食治老人五淋小便澁痛常頻不利煩熱

麻子粥方

麻子五合熬研水濾取汁 青粱米四合淘之

右以麻子汁煮作粥空心漸食之一日

二服常益佳

食治老人淋病小便不通利秘澀少痛榆

皮索餅方

榆皮二兩切用水三升煮取一升半汁 白麪六兩

右搜麪作之於榆汁拌煮下五味葱椒

空心食之常三五服極利水道

食治老人五淋病身體煩熱小便痛不利

漿水飲

漿水三升酸美者 青粱米三合研

右煮作飲空心漸飲之日二三服亦宣

利効

食治老人淋小便秘澁煩熱燥痛四肢寒

慄葵菜羹方

葵菜四兩切 青粱米三合研 葱白壹握

右煮作羹下五味椒醬空心食之極治

小便不通

食治老人淋煩熱小便涩中痛澁少不快
利青豆方
青豆二升 橘皮二兩 麻子汁一升
右煑豆臨熟即下麻子汁空心漸食之
併服其汁皆驗
食治老人五淋久不止身體壯熱小便滿
悶小麥湯方
小麥一升 通草二兩
右以水煑取三升去滓漸漸食之須臾當差悶之極
食治老人淋病小便長澁不利 蘇蜜煎方
藕汁五合 白蜜五合 生地黄汁一升
右相和微火煎之令如餳空心含半匙
漸漸下飲食了亦服忌熱食炙肉
蘇粥方
土蘇二兩 青粱米泔淅漿水二升
右煑作粥臨熟下蘇攪之空心食之日
一服尤佳
食治老人淋病小便下血身體熱盛車前
子飲

車前子五合綿裹水煑取汁青粱米四合淘研
右煑煎汁作飲空心食之常服亦明目
去熱毒
食治老人五淋秘澀小便禁痛臍悶不利
蒲桃漿方
蒲桃汁一升白蜜三合藕汁一升
右相和微火温三沸即止空心服伍合
食後服伍合常以服之殊効
食治噎塞諸方
食治老人胷膈妨塞食飲不下漸黄瘦行
履無氣軟弱羊肉索餅方
羊肉白者四兩切作臛頭白麪六兩橘皮末一分
右擣薑汁搜麪作之如常肉下五味葱
椒橘皮末等炒熟煑空心食之日一服
極肥健温藏府
食治老人噎病心痛悶臍氣結飲食不下
桂心粥方
桂心末一兩粳米四合淘研
右以煑作粥半熟次下桂末調和空心
日一服亦破冷氣殊効

食治老人噎病食不通胷脇滿悶黄雌雞
餺飥方
黄雌雞四兩切作臛頭　白麪六兩　茯苓末二兩
右和茯苓末搜麪作豉汁中煑空心食
之常作三五服極除冷氣噎
食治老人噎病食飲不下氣塞不通蜜漿
方
白蜜一兩　熟湯一升
右湯令熱即下蜜調之分二服皆愈
食治老人噎病氣塞食不通吐逆蘇蜜煎
方
土蘇貳兩　白蜜五合　生薑汁五合
右相和微火煎之令沸空心服半起細
細下汁尤効
食治老人噎病胷滿塞悶飲食不下薑橘
湯方
生薑切　兩　陳橘皮一兩
右以水二升煎取一升去滓空心漸服
之常益
食治老人噎藏府虛弱胷脇逆滿飲食不

下椒麪粥方

蜀椒一兩杵令碎 白麪五兩

右以苦酒浸椒一宿明旦取出以拌麪中令勻煑熟空心食之日二服常驗

食治老人噎冷氣擁塞虛弱食不下蘇煎餅子

土蘇二兩 白麪六兩以生姜汁五合調之

右如常法作之空心常食潤藏府和中

食治老人咽食入口即塞澀不下氣壅白米飲方

白米四合研 舂頭糠末壹兩

右煑飲熟下糠米調之空心服食尤益

食治老人噎塞水食不通黃瘦羸弱餛飩方

雌雞肉五兩細 白麪六兩 葱白半握

右如常法下五味椒薑向雞汁中煑熟空心食之日一服極補益

食治冷氣諸方

食治老人冷氣心痛無時往往發動不能食桃仁粥方

桃仁貳兩去皮尖研水淘取

右以桃仁汁煑作粥空心食之常服除冷温中

食治老人冷氣心痛不止腹脇脹滿坐卧不得茱萸飲方

茱萸末貳分 青粱米貳合研細

右以水二升煎茱萸末取一升便下米煑作飲空心食之一二服尤佳

食治老人冷氣心痛繳結氣悶桂心酒方

桂心末壹兩 清酒六合

右温酒令熱即下桂心末調之頻服一二服効

紫蘇粥方

紫蘇子三合研細 青粱米四合淘

右煑作粥臨熟下蘇子末調之空心服為佳

食治老人冷氣卒心痛悶澁氣粉手足冷

鹽湯方

鹽末壹合 沸湯壹升

右以塩末內湯中調頻令服盡須臾當吐吐即差

食治老人冷氣心痛嘔不多下食煩悶椒麪餺飥方

蜀椒壹兩去目及閉口者焙乾爲末篩　白麪伍兩　葱白叁莖切

右以椒末和麪搜作之水煑下五味調和食之常三五服極効尤佳

食治老人冷氣心痛薑橘皮湯方

生姜壹兩切　陳橘皮壹兩炙爲末

右以水一升煎取七合去滓空心食之日三兩服尤益

食治老人冷氣心痛鬱結兩脇脹滿高良姜粥方

高良薑貳兩切以水貳升煎取壹升半汁　青粱米四合研淘

右以薑汁煑粥空心食之日一服極益効

食治老人冷氣心痛發動時遇冷風即痛蓽茇粥方

蓽茇末貳合　胡椒末壹分　青粱米四合淘

右以煑作粥熟下二味調之空心食常

服尤効

食治老人冷氣逆心痛結舉動不得乾薑酒方

乾薑末半兩 清酒陸合

右温酒熱即下薑末投酒中頓服之立愈

食治諸痔方

食治老人痔病下血不止肛門腫豺狸羹方

豺貍壹兩法如常治

法如常治本作如常法治

右下本不空或云脫件字

右細切以麪及葱椒五味拌作片炙熟空心漸食之亦可作羹粥任性尤佳

食治老人痔下血久不差漸加黃瘦無力鯉魚鱠方

鯉魚肉拾兩切作鱠如常法

右以蒜醋五味空心常食之日一服差忌鮓甜食

食治老人痔常下血身躰壯熱不多食蒼耳粥方

蒼耳子伍合熟拃水二升煎取一升半汁粳米四合淘

拃本作拌

原本作杵

右以前件煑作粥空心食之日常服亦
可煎湯服之極効破氣明目
食治老人痔病久不愈肛門腫痛鰻鱺魚
臛方
鰻鱺魚肉一斤作臛切葱白半握細切
右煑作臛下五味椒薑空心漸食之殺
蟲尤佳
食治老人痔病下血不止日加羸瘦無力
鴝鵒散方
鴝鵒五隻治洗令淨曝令乾
右擣為散空心以白粥飲服二方寸
七日二服最驗亦可炙食任性
食治老人五痔泄血不絶四肢羸弱不能
下食杏仁飲方
杏仁二兩研以水浸去皮尖細粳米四合淘之
右以杏仁汁相和煑作飲空心食之日
一服効
食治老人五痔久不愈生瘡疼痛野猪肉
羹方
野猪肉一斤細切葱白一握米二合研

右煑作羹五味調和椒薑空心漸食之
常作極効
食治老人五痔下血常煩熱羸瘦桑耳粥
方
桑耳二兩煎取二升水三升粳米四合淘之
右以桑耳汁煑作粥空心食之日一二
服皆効
食治老人五痔泄血不止積日困劣無氣
鴛鴦法灸方
鴛鴦一枚如常法
右以五味椒醬臘火炙之令熟空心漸
食之亦療久瘻瘡絶驗
食治老人五痔血下不差肛門腫痛漸瘦
鮎魚方
鮎魚肉壹斤葱白半把
右以白煑令熟空心以蒜醋五味漸漸
食之常作尤佳
食治諸風方
食治老人中風言語蹇澀精神昏憒手足
不仁緩弱不遂方

葛粉五兩 荊芥壹握 豉五合
右以搜葛粉如常作之煎二味取汁煑
之下葱椒五味臛頭空心食之一二服
將息爲効忌猪肉喬麪
食治老人中風口面喎偏大小便秘澀煩熱
荊芥粥方
荊芥壹把切 青粱米四合淘 薄荷葉半握切
豉五合綿裹
右以水煑取荊芥汁下米及諸味煑作
粥入少塩醋空心食之常服佳

食治老人中風緩弱不仁四肢搖動無氣
力炙熊肉方
熊肉壹斤切 葱白半握切 醬椒等
右以五味腌之炙熟空心冷食之恒服
爲佳亦可作羹粥任性食之尤佳
食治老人中風汗出四肢頑痺言語不利
麻子飲方
麻子五合熬細研水淹取汁 粳米四合淨淘研之
右以麻子煑作飲空心漸食之頻作極
補益

食治老人中風口目瞤動煩悶不安牛蒡
餺飥方
牛蒡根切壹升去皮曝乾杵爲麪白米四合淨淘研之
右以牛蒡粉和麪作之向豉汁中煑加
葱椒五味臛頭空心食之恒服極効
食治老人卒中風口噤身體反張不語大
豆酒方
大豆弍升熬之清酒弍升
右熬豆令聲絶即下酒投之煑一二沸
去滓頓服之覆卧汗差口禁拗灌之

食治老人中風頭旋目眩身體厥強筋骨
疼痛手足煩熱心神不安烏驢頭方
烏驢頭壹枚炮去毛淨治之
右以煑令爛熟細切空心以薑醋五味
食之漸進爲佳極除風熱其汁如釅酒
亦醫前患尤効
食治老人中風四肢不仁筋骨頑強蒼耳
葉羹方
蒼耳葉五兩切好嫩者豉心弍合別煎
右和煑作羹下五味椒薑調和空心食

之尤佳

食治老人中風熱毒心悶氣壅惛倒甘草豆方

甘草壹兩 烏豆三合 生薑半兩切

右以水貳升煎取壹升去滓冷漸食服之極治熱毒

食治老人中風煩熱言語澁悶手足熱烏雞臛方

烏雞半細 斫麻子汁五合 葱白壹把

右煑作臛次下麻子汁五味姜椒令熟空心漸食之補益

食治老人中風心神惛昧行即欲倒嘔吐白羊頭方

白羊頭壹具治如常法

右以空心用薑醋漸食之爲佳

食治老人中風邪毒藏府壅塞手足緩弱蒜煎

煎下本有方字

大蒜壹升去皮細切 大豆黃炒弍升

右以水壹升和二味微火煎之似稠即止空心每服食噉三二匙亦補腎氣

食治老人久風濕痺筋攣骨痛潤皮毛益
氣力補虛止毒除面皯宜服補腎地黃酒
生地黃壺升 大豆熬之升 生牛蒡根壺升
右以絹袋盛之以酒一斗浸之五六日
任性空心温服三二盞恒作之尤佳
食治老人風熱煩毒頑痺不仁 緩急馳脂
酒方
野馳脂五兩煉之爲上
右空心温酒五合下半匙已上脂調令
消頻服之日二服極効
食治老人風攣拘急偏枯不通利鴈脂酒
方
鴈脂伍兩消令散
右每日空心温酒一盞下脂半合許調
頻服之
食治老人風虛羸弱四肢無力腰膝疼痛
巨勝酒方
巨勝酒貳升 薏苡仁貳升 乾地黃斛斤
右以絹袋貯無灰酒一斗漬之勿令洩
氣滿五六日任性空心温服一二盞尤

益

食治老人風冷痺筋脉緩急蒼耳茶方

蒼耳子貳升熱杵爲末

右每日煎服之代茶常服極治風熱明目

食治老人熱風下血明目益氣除邪治齒疼利藏府順氣槐茶方

槐葉嫩者五斤蒸令熟爲片曝乾作茶擣羅爲末

右每日煎如茶法服之恒益除風尤佳

簡妙老人備急方第十五

治一切傷損血出消腫毒秦王背指散

宣連　檳榔各等分

右爲末傷撲乾貼消腫冷水調雞翎掃妙

治失音迴聲飲子

皂角壹挺刮去黑皮并子　蘿蔔三箇切作片

右以水二椀同煎至半碗以下服之不過三服便語喫却蘿蔔更妙

治鼻衄醍醐酒

右以蘿蔔自然汁半盞熱酒半盞相和

令匀再用湯溫過服之立驗

補下元烏髭鬚壯脚膝進食悅顏色治腰

疼杜仲圓

杜仲壹兩爲度炙令黃　補骨脂壹兩炒令香熟爲末

胡桃仁壹兩湯浸去皮細研

右件三味研令匀煉蜜爲圓如梧桐子

大空心溫酒下三十元

治一切眼洗眼藥

膽礬壹兩煅令去火毒用　白滑石壹兩研　秦皮半兩

膩粉貳錢匕

右每用一字湯泡候溫閉目洗兩眥頭

以冷爲度

補益療眼有黑花明目川椒圓

川椒壹斤每用鹽壹斤拌淹一宿三度換鹽淹三夜取出黏乾去鹽用

黑參半斤

右二味爲末煉蜜爲元如梧桐子大每

日鹽湯下三十元食後臨卧服之

治腎藏虛冷肝膈浮熱上衝兩目生翳黑

花風毒久不治者

青鹽壹兩研　蒼朮壹兩先用米泔水浸三日焙乾切

入一本作食

木賊草壹兩小便浸三日焙乾

右爲末空心熟水調下壹錢如大段青白不見物者不過十服小可只三二服

治眼有冷淚木賊散

木賊壹兩爲末 木耳壹兩燒爲黑灰

右件二味同研令勻每用二錢以清米泔煎熟放温調下食後臨卧各一服

治腸風瀉血當日止方

附子壹兩炮去皮臍爲末 綠礬四兩用瓶子盛之火煆食頃候冷取入鹽壹合硫黃壹兩同礬研依前入瓶子內燒食久候冷取出研細用之

右二味一處研令勻粟米粥爲元如桐子大空心用生地黃汁下三十元當日止一月除根亦可久服助下元除風氣補益藏府

治瀉痢乳香散和氣止藏毒瀉血腹內疞痛等

乳香沙訶子皮壹分當歸半兩木香半分

右細剉與乳香微炒候當歸乾爲度杵爲末每服二錢用陳米第三度泔六分一盞煎至五分空心午前服此方最妙患

及百餘日者服之皆愈

芸香圓治風血留滯下成腸風痔疾

鹿角壹兩燒令紅候冷研 芸薹子半兩微炒

右二味爲末醋煮麪糊爲元如桐子大每服十元飯飲下温酒下亦得空心食前服

白香散治一切惡瘡疼痛不可忍者

楓香壹分紙襯於地上食頃令脆細研 膩粉壹分

右二味同細研令勻每有患者先用口內含漿水令暖吐出洗瘡令淨後以藥末乾傅之疼痛立止貼至差爲度

治金瘡水毒及木簽刺癰疽熱毒等刻聖散方金瘡此藥最妙

糯米三升揀去粳米入甆盆內於端午日前四十九日以冷水浸之以一日兩度換水時輕以手掏轉碎去水勿令攪碎浸至端午日取出用乾生絹裹掛於通風處收之

右旋取少許炒令燋黑碾爲末冷水調如膏藥大小裹定瘡口外以絹帛包定更不要動著候瘡愈若金瘡誤犯生水瘡作膿烘漸甚者急以藥膏裹定三食

久腫處已消更不作膿直至瘡合若癰
疽毒瘡初發纔覺焮腫赤熱急以膏藥
貼之一宿便消候閉及咽喉腫痛吒腮
並用藥貼項下及腫處若竹木簽刺入
肉者臨臥貼之明日揭看其刺出在藥
內若貼腫毒乾即換之常令溼為妙惟
金瘡水毒不可換恐傷瘡口

候閉疑當作喉閉

治手臂疼痛冷重無力虎骨散

虎骨為粗末炒黃二錢 羚羊角屑貳兩 芍藥貳兩

右一處酒浸一宿焙杵為末每服二錢
食前暖酒調下

治上焦風熱毒瘡腫黃耆散并治發背熱毒

黃耆貳兩 防風壹兩半 甘草壹兩炙

右為末如茶點服一錢

治風氣神白散

白芷貳兩 甘草壹兩

右剉成骰子大慢火一處炒令深紫色
勿令燋黑放地上出火毒杵為末每服
一錢半水八分一盞姜二片棗二箇同
煎至六分通口服如 傷寒時疾去棗

如下一本有患字
如下本不空

姜却入葱白三寸豉五十粒依前服如人行五七里已來更服汗出爲妙

治一切心腹刺痛應痛圓

乳香壹兩 五靈脂壹兩 没藥壹兩

川烏頭貳兩去皮臍

右爲末麪糊爲圓如桐子大每服熟水吞下二十圓

治赤白痢方

黃連半兩 漢椒壹兩

右同炒令黃色去火毒爲末以多年水梅肉圓如菉豆大每服二十元塩湯下小兒加減用之

續添

一年老豐肥之人承暑冒熱腹内火燒遍身汗流心中焦渴忽遇氷雪冷漿盡力而飲承涼而睡久而停滯秋來不瘧則痢

一年老豐肥之人不可騎馬恐有墜墮宜別置乘座器具穩當無失

一老人目暗耳聾腎水衰而心火盛也若

甚一本作宜

峻補之則腎水彌涸心火彌茂

一老人腎虛無力夜多小溲腎主足腎水虛而火不下故足痿心火上乘肺而不入脬囊故夜多小溲若峻補之則火益上行脬囊亦寒矣

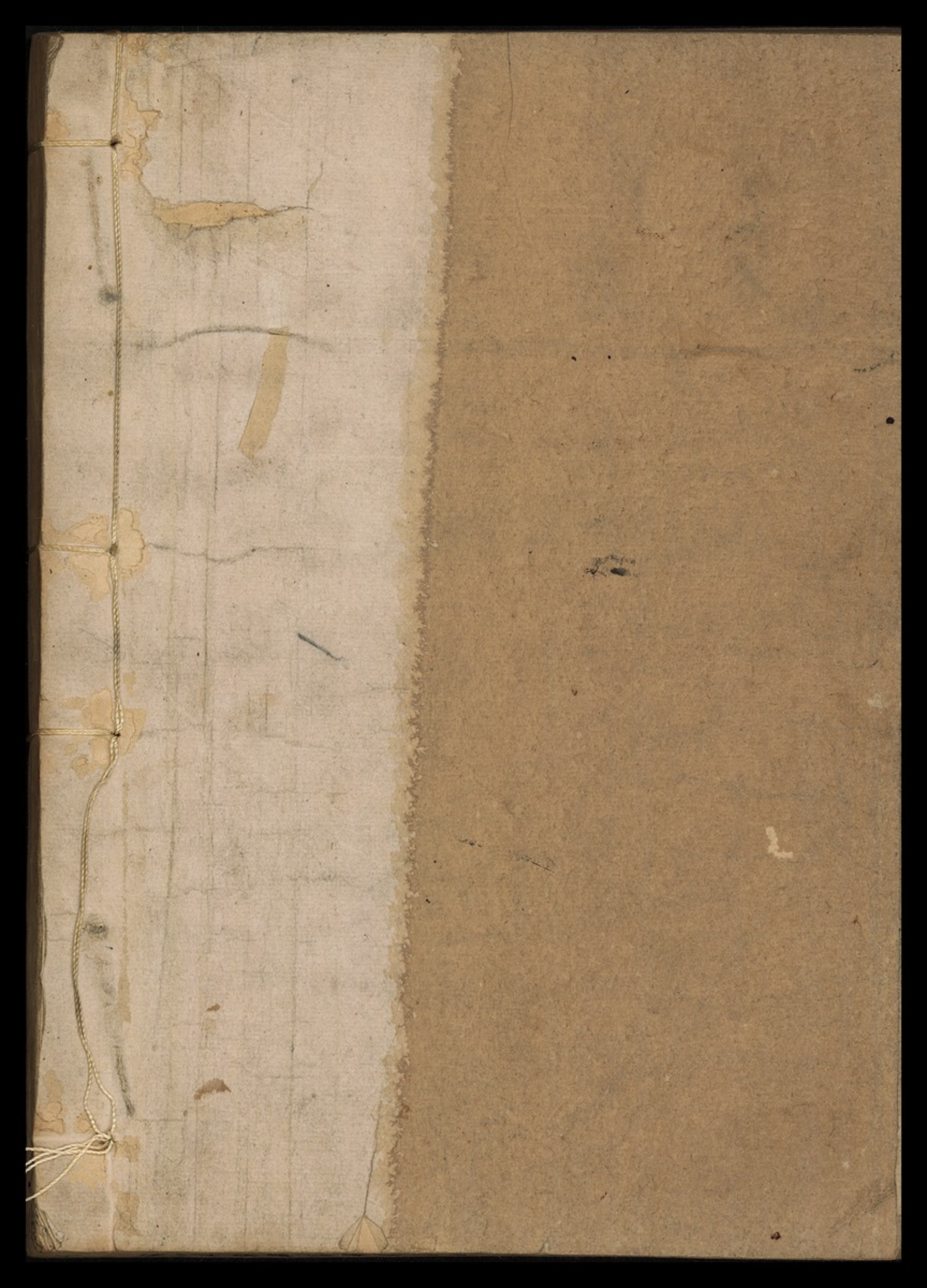
一老人喘嗽火乘肺也若溫補之則甚峻補之則危

一老人臟腑結燥大便秘澁可頻服猪羊血或葵菜血臟羹皆能疎利

一老人可常服杏湯杏仁板兒炒熟麻子芝麻作湯服之亦能通利

右第一卷備拔陳令尹元編養老奉親書

解語花詩話卷之八

[illegible]

[illegible]