# 經史證類大全本草卷之二十七

## 菜部上品

冬葵

冬葵子味甘寒無毒主五藏六腑寒熱羸瘦五疝利小便療婦人乳難內閉久服堅骨長肌肉輕身延年生少室山十二月採之黃芩為之使

葵根味甘寒無毒主惡瘡療淋利小便解蜀椒毒葉為百菜主其心傷人陶隱居云以秋種葵覆養經冬至春作子謂之冬葵多入藥用至滑利能下石春葵子亦滑不堪餘藥用根故是常葵爾葉尤冷利不可多食術家取此葵子微炒令燀音畢炁音咤散著濕地遍踏之朝種暮生遠不過宿又云取羊角馬蹄燒作灰散著於濕地遍踏之即生羅勒俗呼為王母菜食之益人生菜中又有胡荽芸臺白苣邪蒿並不可多食大都服藥通忌生菜爾佛家齋忌食薰渠不的知是何菜多言今芸臺憎其臭矣唐本注云羅勒北人謂之蘭香避石勒諱故也又薰渠者婆羅門云阿魏是言此草苗根似白並取根汁暴之如膠或截根日乾並極臭西國特呪人禁食之常食中用之云去臭氣戎人重此猶俗中貴胡椒巴人重負蠶音樊等非芸臺也臣禹錫等謹按藥性論云冬葵子臣滑平能治五淋主妳腫能下乳汁根治惡瘡小兒吞錢不出煮飲之即出神妙若患天行病後食之頓喪明又葉燒灰及鴆乾葉未治金瘡煮汁能滑小腸單煮汁上治時行黃病孟詵云葵冷主疳瘡生身面上汁黃者可取根作灰和猪脂塗之其性冷若熱食之亦令人熱悶甚動風氣久服丹石人時喫一頓佳也冬月葵葅汁服丹石人發動舌乾欬嗽每食後飲一盞便卧少時其子患瘡者吞一粒便作頭女人產時可煮頓服之佳若生時困悶以子一合水二升煮取半升去滓頓服之少時便產日華子云冬葵久服堅筋骨秋葵即是種早者俗呼為葵菜

圖經曰冬葵子生少室山今處處有之其子是秋種葵覆養經冬至春作子者謂之冬葵子古方入藥用最多苗葉作菜茹更甘美大抵性滑利能宣導積壅服丹石人尤相宜煮汁單飲亦佳仍利小腸孕婦臨產煮葉食之則胎滑易產暴乾葉及燒灰同作末主金瘡根主惡瘡小兒吞錢煮汁飲之立出凡葵有數種有蜀葵爾雅所謂菺「古田切」戎葵者是也郭璞云似葵華如槿葉戎蜀蓋其所自出因以名之花有五色白者主痎瘧及邪熱陰乾末服之午日取花桵手亦去瘧黃者主瘡癰乾末水調塗之立愈小花者名錦葵功用更強黃葵子主淋澀又令婦人易產又有終葵大莖小葉紫黃色吳人呼為繁露即下品落葵爾雅所謂終葵繁露者是也一名承露俗呼曰胡燕脂子可婦人塗面及作口脂又有菟葵似葵而葉小狀若葱有毛汋而啖之甚滑爾雅所謂莃菟葵是也亦名天葵葉主淋瀝熱結皆有功效故并載之

唐本注此即常食者葵根也左傳能衛其足者是也據此有數種多不入藥用

食療主患腫未有頭破者三日後取葵子二百粒吞之當日瘡頭開又凡有難產若生未得者取一合擣破以水二升煮取一升已下日可半

升去滓頓服之則小便與兒便出切須在意勿上厠昔有人如此立撲兒入厠中又細剉以水煎服一盞食之能滑小腸女人產時煑一頓食令兒易生天行病後食一頓便失目吞錢不出煑汁冷飲之即出無蒜勿食四季月食生葵令飲食不消化發宿疾又霜葵生食動三種留飲黃葵尤忌

**聖惠方** 小兒發班散惡毒氣用生葵菜葉絞取汁少少與服之

**外臺秘要** 天行班瘡須臾遍身皆戴白漿此惡毒氣永徽四年此瘡自西域東流于海內但煑葵菜葉以蒜虀啖之則止也

**又方** 治消渴利葵根五大斤切以水五升煑取三升宿不食平旦一服三升

**又方** 治口吻瘡掘經年葵根燒灰傅之

**千金方** 小兒死腹中葵子末酒服方寸匕若口噤不開格口灌之藥下即活肘後方同

**又方** 治妊娠卒下血葵子一升水五升煑取三升分二服差

**又方** 妊娠患淋葵子一升水三升煑取二升分為二服無葵子用葵根一把

**肘後方** 大便不通十日至一月葵子三升水四升煑取一升去滓服不差更作

**又方** 治卒關格大小便不通支滿欲死葵子二升水四升煑取一升頓服內猪脂如雞子一丸則彌佳

**經驗後方** 治一切癰腫無頭以葵菜子一粒新汲水吞下須臾即破如要兩處破服兩粒要破處逐粒加之驗

**孫真人食忌** 葵能充脾氣又霜葵多食吐水葵合鯉魚食害人

**必効方** 治諸瘻先以泔清溫洗以綿拭水取葵菜微火煖貼之瘡引膿不過三三百葉膿盡即肉生忌諸雜魚蒜房室等

**子母秘錄** 小兒蓐瘡燒葵根末傅之

**產寶** 治妬乳及癰葵莖及子為末酒服方寸匕愈

**產書** 治產生手足冷口噤以菜子炒令黃搗末酒服二錢上則順

# 蕪菁

## 蕪菁及蘆菔味苦溫無毒主利五藏輕身益氣可長食之蕪菁子葶苈

陶隱居云蘆菔是今溫菘其根可食葉不中取蕪菁根乃細於溫菘而葉似菘好食西川惟僅此而其子與溫菘甚相似小細爾俗方無用服食家亦鍊餌之而不云蘆菔子恐不用也俗人蒸其根及作菹皆好但小薰臭爾又有華根細而遲辛不宜服也唐本注云蕪菁北人又名蔓菁根葉及子乃是菘類與蘆菔全別至於體用亦殊今言蕪菁子似蘆菔或謂蘆菔葉不堪食兼言小薰體足江表不產二物斷酌注銘理喪其真爾其蔓菁子療寒疝利小便水煮二升取濃汁服主霍亂心腹脹未服主目暗其蘆菔別顯後條今按陳藏器本草云蕪菁主急黃黃疸及肉黃腹結不通搗為末水絞汁服當得瀉鼻中出黃水及下痢仙經云長服可斷穀長生和油傅蜘蛛咬恐毒入肉亦搗為末酒服蔓菁園中無蜘蛛是其相畏也為油入面膏令人去黑點今并沿河朔間燒食其根呼為蕪根猶是蕪菁之號蕪菁南北之通稱也塞北出者名九英蔓菁根大并將為軍粮菘菜南土所種多是也臣禹錫等謹按爾雅云須葑蕪釋曰詩谷風云采葑采菲毛云葑須也先儒即以須葑從當之孫炎云須一名葑從郭注云蔓蕪似羊蹄葉細味酢可食禮坊記注云葑蔓菁也陳宋之間謂之葑陸機云葑蕪菁幽州人謂之芥方言云蘴蕘蕪菁也陳楚謂之蘴關西謂之蕪菁趙魏之郊謂之大芥蘴葑音同然則葑也須也蕪菁也蔓菁也蕪也蕪也芥也七者一物也



孟詵云蔓菁消食下氣其子九蒸九暴搗為粉服之長生屋上油塗頭能令髮蔚又研子入面脂極去皺又搗子水和服治熱黃結實不通少頃當瀉一切惡物沙石草髮並出又利小便又女子妬乳腫取其根生擣後和鹽醋漿水煮取汁洗之五六度差又搗和雞子白封之亦妙蘇恭云蔓菁子別入丸藥用令人肥健尤宜婦人圖經曰錫嘉話錄云諸葛亮所止令兵士獨種蔓菁者取其纔出早可生啖一也葉舒可煮食二也久居則隨以滋長三也葉不令惜四也回則易尋而採五也久有根可斸而食六也比諸蔬屬其利不亦博乎劉禹錫曰信矣三蜀江陵之人今呼蔓菁為諸葛菜是也其實夏秋熟時採之仙方亦單服用水煮三過令苦味盡暴乾搗為末服二錢七日三久增服可以辟穀發黃下小腸藥用之又主青盲崔元亮海上方云但瞳子不壞者療十得

圖經曰蕪菁及蘆菔舊不著所出州土今南北皆通有之蕪菁即蔓菁也蘆菔即萊菔音蔔今俗呼蘿蔔是也此二菜北土種之尤多蕪菁四時仍有春食苗夏食心亦謂之薹子秋食莖冬食根河朔尤多種亦可以備飢歲菜中之最有益者惟此耳常食之通中益氣令人肥健嘉話錄云諸葛亮所止令兵士獨種蔓菁者取其纔出早可生啖一也葉舒可煮食二也久居則隨以滋長三也葉不令惜四也回則易尋而採五舒可煮食二也久居則隨以滋長三也葉不令惜四也回則易尋而採之五也冬有根可斸食六也比諸蔬屬其利不亦博乎劉禹錫曰信矣三蜀江陵之人今呼蔓菁為諸葛菜是也其實夏秋熟時採之仙方亦單服用水煮三過令苦味盡暴乾搗為末服二錢七日三久增服可以辟穀發黃下小腸藥用之又主青盲崔元亮海上方云但瞳子不壞者療十得

九愈蔓菁子六升一物蒸之看氣遍令甑下釜中熱湯淋之
乃暴令乾還淋如是三遍即取杵節為末食上清酒服二寸
匕日再塗面膏亦有用者又療乳癰痛寒熱者取蔓菁根并
葉淨擇去土不用水洗以鹽擣傅乳上熱即換不過三五易
之即差冬月無葉但空用根亦可切須避風耳南人取北種種
初年相類至二三歲則變為崧矣菜服功用亦同然力猛
更出其右斷下方亦用其根燒熟入藥尤能製麪毒昔有婆
羅門僧東來見食麥麪者云此大熱何以食之又見食中有
蘆菔云頻有此以解其性自此相傳食麪必啖蘆菔凡人飲
食過度飽宜生嚼之佳子研水服吐風延甚効此有大小二
種大者肉堅宜蒸食小者白而脆宜生啖爾雅所謂葖蘆肥
郭璞云紫花崧也俗呼溫崧似蕪菁大根一名葖俗呼雹葖
然則紫花崧溫崧皆南人所呼也吳人呼焚崧廣南人呼秦
崧河朔蘆菔極有大者其說舊矣而江南有國時有得安州
洪州信陽者甚大重至五六斤或近一秤亦一時種蒔之力
也又今醫以治消渴其方出了子蘿蔔三枚淨洗薄切暴乾
一味擣羅為散每服二錢煎豬肉湯澄清
調下食後臨卧日三服漸增至三錢差

## 食療

溫下氣治黃疸利小便根主消渴治熟毒風腫食令人氣脹滿

## 聖惠方

治風麻入腹身躰強舌乾燥硬用蔓菁子三兩為末每服溫酒下一錢匕

## 外臺秘要

治心腹脹蔓菁子一升更和搗淨搗熟研水一升更和研濾取汁可得一盞頓服之少頃自得轉利或自吐腹中自寬或得汗愈

## 又方

陰黃汗染衣黃唾黃取蔓菁子搗末平旦以井花水服一匙日再加至兩匙以知為度每夜小便重浸少許帛子各書記日色漸退白則差不過服五升已來

## 又方

輕身益氣明目無蕪菁子一升水九升煮令汁盡日乾如此三度擣求水服方寸匕日三

## 千金方

治頭禿無蕪菁子末酢和傅之勿止

## 又方

治瘭疽肩背累累如米起色白刮之出復發熟無蕪菁子熟擣帛裹傅之日三

## 又方

研入常用面脂中良

## 又方

常服明目洞視肥腸無蕪菁子三升以苦酒三升煮令熟日乾末下節以井花水服方寸匕加至三匕日三無所忌

## 肘後方

治疏豆瘡蔓菁根擣汁挑瘡破傅上三食頃根出

## 又方

犬咬人重發治之服蔓菁汁佳

## 葛氏方

卒腫毒起急痛無蕪菁根大如泥煮三沸急欖之出傅腫帛裹上日再三易者削去上皮熟擣苦酒和

## 經驗後方

治虛勞眼暗採三月蔓菁花陰乾為末以井花水每空心調下二錢匕久服長生可夜讀書

## 孫真人食忌

治黃疸皮膚眼睛如金色小便赤生蔓菁子末熟水調下方寸匕日三

## 又方

主一切熱腫毒取生蔓菁根一握如斗大絞痛人所不能治者無蕪菁根擣傅之

## 兵部手集

治妳癰疼痛寒熱傳敕十士不用洗以鹽擣傅乳上熱即深不過三五度冬無葉即用根切須避風

## 傷寒類要

神仙教子法立春後有庚子日溫無蕪菁汁合家大小並服不限多少可理時疾

## 又方

急黃服蔓菁子油一盞頓服之臨時無油則蔓菁子研汁

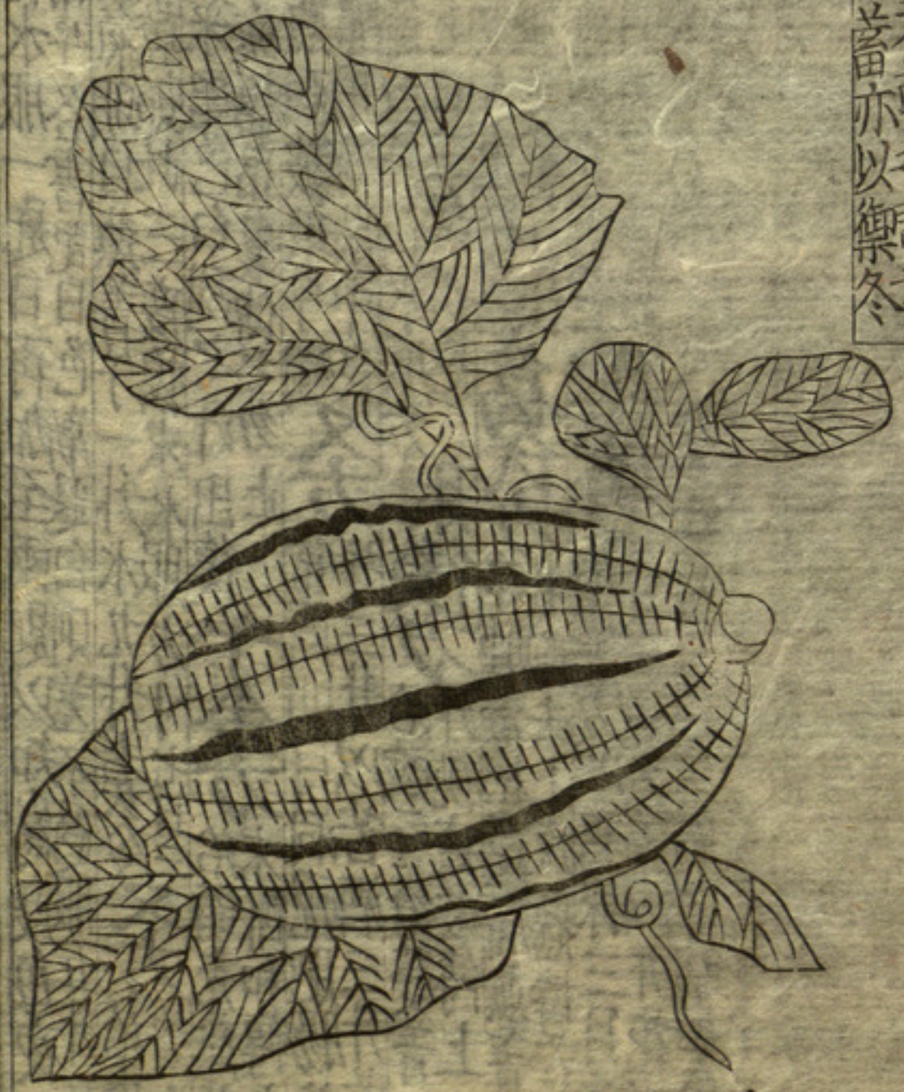
水和之服亦得候顏色黃或精神急用之有効

子母秘錄治姙娠小便不利蕪菁子末水服方寸匕日二楊氏產乳同

抱朴子大醋煮蕪菁子令熟日乾爲末并花水服方寸匕日三盡一斗能夜視有所見

荊楚歲時記採經霜者乾之詩云我有旨蓄亦以禦冬

## 瓜蔕



瓜蔕味苦寒有毒生大水身面四肢浮腫下水殺蠱毒欬逆上氣及食諸果病在胷腹中皆吐下之去鼻中息肉療黃疸

花主心痛欬逆生嵩高平澤七月七日採陰乾

陶隱居云瓜蔕多用早青蔕此云七月採便是甜瓜蔕也人亦有用熟瓜蔕者取吐乃無異此止於論其蔕所主爾今瓜例皆冷利早青者尤甚熟瓜乃有數種除酇食之不害人若竟多即入水自漬便即消永嘉有寒瓜甚大今每取藏經年食之亦有再熟瓜又有越瓜人作葅食之亦冷並非藥用爾

今注甜瓜有青白二種入藥當用青瓜蔕前條白瓜子唐注云甘瓜子主腹肉結聚破潰膿血最爲腸胃脾內壅要藥正是此甜瓜子之功前條便以白瓜子爲甘瓜子非也

豆禹錫等謹按藥性論云瓜蔕使莖主鼻中息肉齆鼻和小豆丁香吹鼻治黃

日華子云無毒治惱塞熱齆服昏吐痰

圖經曰瓜蔕即甜瓜蔕也生嵩高平澤今處處有之亦園園所蒔舊說瓜有青白二種入藥當用青瓜蔕七月採陰乾方書所用多入吹鼻及吐膈散中莖亦主鼻中息肉齆鼻等葉主無髮搗汁塗之即生花主心痛欬逆肉主煩渴除熱多食則動痼疾又有越瓜色正白生越中胡瓜黃色亦謂之黃瓜別無功用食之亦不益人故可畧之

**雷公** 凡使勿用白瓜蔕要採取青綠色瓜待瓜氣足其瓜蔕自然落在蔓莖上採得未用時使椰椰葉裹於東墻有風處掛令吹乾用瓜子凡使勿用瓜子實恐誤採得便於日中曝令內外乾便杵用馬尾篩篩過成粉末了用其藥不出油其効力短若要出油生杵作膏用三重紙裹用重物覆壓之取無油用

**食療** 瓜蔕去身面四肢浮腫殺蟲去鼻中瘜肉癊黃黃疸及暴急黃取瓜蔕丁香各七枚小豆七粒為末吹黑豆許於鼻中少時黃水出差其子熱補中宜人瓜有毒止渴益氣除煩熱利小便通三焦壅寒氣多食令人陰下濕痒生瘡動宿冷病癥癖人不可食之若食之飽脹入水自消多食令人惙惙虛弱脚手無力葉生擣汁生髮又補中打損折碾末酒服去瘀血治小兒疳龍魚河圖云瓜有兩鼻者殺人沉水者殺人食多腹脹可食鹽化成水

**聖惠方** 治時氣三日外忽覺心滿堅硬脚手心熱變黃不治殺人以瓜蔕七枚杵末如大豆許吹兩鼻中令黃水出殘末水調服之得吐黃水一二升差

**又方** 治鼻中瘜肉陳瓜蔕一分為末羊脂和少許傅瘜肉上日三

**經驗方** 治遍身如金色瓜蔕四十九箇須是六月六日取者丁香四十九箇用甘鍋子燒煙盡為度細研為末小兒用半字吹鼻內及揩牙大人只用一字火鼻內立差

**經驗後方** 治大人小兒久患風癇纏喉風喉嗽遍身風瘮急中涎潮等此藥不大吐逆只出涎水小兒服一字瓜蔕不限多少細碾為末壯年一字十五已下老怯半字早晨井華水下一食須含沙糖一塊良久涎如水出年深涎盡有一塊如涎布水上如鹽矣涎盡食粥一兩日如吐多困甚即嚥麝香湯一盞即止矣麝細研溫水調下昔天平尚書竟昏眩即服之取涎有效

**傷寒類要** 治急黃心上堅硬渴欲得水喫氣息喘麄眼黃但有一候相當則以瓜蔕二小合敖赤小豆二合為末煖漿水五合服方寸匕一炊久當吐不吐再服五分匕亦減之若吹鼻中兩三黑豆許黃水出歇

**又方** 治黃疸目黃不除瓜丁散瓜丁細末如大豆許內鼻中令病深吸取鼻中黃水出

**白冬瓜味甘微寒主除小腹水脹利小便止渴** 陶隱居云被霜後合取置經年破取核水洗燥乃擂取仁用之冬瓜性冷利解毒消渴止煩悶直搗絞汁服之 今注 此物經霜後皮上白如粉塗故云白冬瓜也前條即冬瓜子之功此乃說皮肉之效爾陶注為子仁非也 豆禹錫等謹按藥性論 冬瓜練亦可單用味甘平汁止煩燥熱煉壓丹石毒止熱渴利小腸能除消渴差五淋 孟詵 云冬瓜益氣耐老除胷心滿去頭面熱熱者食之佳冷者食之瘦人 日華子 云冬瓜冷無毒除煩治胷膈熱消熱毒癰腫切摩痱子甚良葉殺蜂可修事蜂兒并煬腫毒及蜂丁藤燒灰可出繡點黯洗黑皯并洗瘡疥濕穰亦可漱練白縑

**食療** 益氣能老除心胷滿取瓜子七升下同白瓜條壓丹石又取瓜一顆和桐葉與猪肉食之一冬更不要與諸物食自然不飢長三四倍矣又煮食之練五藏為下氣故也欲得瘦輕健者則可長食之若要肥則勿食孟詵說脉熱

# 白瓜子

消渴取濮瓜去皮每食後嚼喫三二兩五七度良 **千金方** 治小兒渴痢單擣冬瓜汁飲之 **肘後方** 發背欲死方取冬瓜截去頭合瘡上瓜當爛截去更合之瓜未盡瘡已斂小矣即用膏養之 **小品方** 食魚中毒冬瓜汁最驗 **孫真人** 九月勿食被霜瓜食之令人成反胃病 **古今錄驗** 治後痢日久羣液枯竭四肢浮腫口乾冬瓜一枚黃土泥厚裹五寸煨令爛熟去土絞汁服之 **兵部手集** 治水病初得危急冬瓜不限多少任喫神效無比 **子母秘錄** 小兒生一月至五箇月乍寒乍熱炮冬瓜絞汁服 **楊氏產乳** 療渴不止燒冬瓜絞取汁細細飲之盡更作 **丹房鏡源** 冬瓜蔓灰煮汞及丹砂淬銅錫

**白瓜子味甘平寒無毒主令人悅澤好顏色益氣不飢久服輕身耐老** 主除煩滿不樂久服寒中可作面脂令面悅澤一名水芝一名白瓜 側絞切 **子生嵩高平澤冬瓜仁也八月採** 唐本

注云經云冬瓜仁也八月採之已下為冬瓜仁說非謂冬瓜別名據經及下條瓜蔕並生嵩高平澤此即一物但以甘字似白字後人誤以為白也若其不是甘瓜何因一名白瓜此即甘瓜不惑且朱書論白瓜之効墨書說冬瓜之功功異條同陶為深誤按廣雅冬瓜一名地芝與甘瓜全別墨書宜附冬瓜科下瓜蔕與甘瓜共條別錄云甘瓜子主腹內結聚破潰膿血最為腸胃脾內壅要藥本草以為冬瓜但用蔕不云子也今腸壅湯中用之俗人或用冬瓜子也又按諸本草云瓜子或云甘瓜子今此本誤作白字當改從甘也 今按此即冬瓜子也唐注稱是甘瓜子謂甘字似白字後人誤以為白此之所言何孟浪之甚耶且本經云主令人悅澤別錄云可作面脂令人悅澤而又面脂方中多用冬瓜仁不見用甘瓜子按此即是冬瓜子明矣故陶於後條注中云取核承洗燥乃擂取仁用之且此物與甘瓜全別其甘瓜有青白二種子色皆黃主療與白瓜子有異而冬瓜皮雖青經霜亦有白衣其中子白白瓜子之號因斯而得況陶隱居以別錄瓜字側絞切今亦讀作瓜字唐注謬誤都不可憑 臣禹錫等謹按蜀本注蘇云是甘瓜子也圖經云別有胡瓜黃赤無味今據此兩

說俱不可憑矣本經云即冬瓜仁也蘇注蓋以冬瓜色青乃云是甘瓜者且甘瓜自有青白二種只合云白甘瓜也今據本經云白瓜子即冬瓜仁無疑也按冬瓜雖色青而其中子甚白謂如白瓜子者猶如蟲部有白龍骨馬人但看骨之白而不知龍之色也若以甘瓜子爲之則甘瓜青白二種其子並黃色而千金面藥方只用冬瓜仁信蘇注爲妄圖經難憑矣

**孟詵**云取冬瓜仁七升以絹袋盛之投三沸湯中須臾出暴乾如此三度止又與清苦酒漬經一宿暴乾爲末日服之方寸匕令人肥悅明目延年不老又取子三五升退去皮擣爲丸空腹三十丸令人白淨如玉

**日華子**云冬瓜仁去皮膚風剝黑黯潤飢膚

**圖經曰**白瓜子即冬瓜仁也生嵩高平澤今處處有之皆園圃所蒔其實生苗蔓下大者如朴而更長皮厚而有毛初生正青綠經霜則白如塗粉其中肉子亦白故謂之白瓜人家多藏蓄弥年作菜果入藥須霜後合取置之經年破出核洗燥乃擂取仁用之亦堪單作服餌又有末作湯飲又作面藥並令人顏色光澤宗懍荊楚歲時記云七月採瓜犀以爲面脂犀辨也瓤亦堪作澡豆其肉主三消渴疾解積熱利大小腸壓用石毒廣雅一名地芝是也皮可作丸服亦入面脂中功用與上等

**外臺秘要**補肝散治男子五勞七傷明目白瓜子七升絹袋盛絞沸湯中三遍訖以酢五升漬一宿暴乾搗下篩酒服方寸匕日三久服差

**孫眞人**治多年損傷不差熬瓜子末溫酒服之

紅莧

紫莧

莧實味甘寒大寒無毒主青盲白臀明目除邪利大小便去寒熱殺蛇蟲久服益氣力不飢輕身一名馬莧一名莫實紅

莧亦同生淮陽川澤及田中葉如藍十一月採【陶隱居】云李云即莧葉也今馬莧別一種布地生實至微細俗呼為馬齒莧亦可食小酸恐非今莧實其莧實當是白莧所以云細莧亦同葉如藍也細莧即是糠莧食之乃勝而並冷利被霜乃熟故云十一月採又有赤莧莖純紫能療赤下而不堪食藥方用莧實甚稀斷穀方中時用之【唐本注】赤莧一名蕢【音隨】今莧實一名莫實疑莫字誤矣赤莧味辛寒無毒主赤痢又主射江沙蟲此是赤葉莧也馬莧一名馬齒草味酸寒無毒主諸腫瘻疣目搗措之飲汁主反胃諸淋金瘡血流破血癥癖小兒尤良用汁洗緊脣面炮馬汗射工毒塗之差【今按】陳藏器本草云忌與鼈同食今以鼈細剉和莧於近水濕處置之則變為生鼈紫莧殺出毒【臣禹錫等謹按蜀本】注云圖經說有赤莧白莧人莧馬莧紫莧五色莧凡六種惟人白二莧實入藥用按人莧小白莧大馬莧如馬齒赤莧味辛俱別有功紫及五色二莧不入藥【孟詵】云莧補氣除熱其子明目九月霜後採之葉亦動氣令人煩悶冷中損腹【日華子】云莧菜通九竅子益精

【圖經曰】莧實生淮陽川澤及田中今處處有之即人莧也經云細莧亦同葉如藍是也謹按莧有六種有人莧赤莧白莧紫莧馬莧五色莧馬莧即馬齒莧也自見後條入藥者人白二莧俱大寒亦謂之糠莧亦謂之胡莧亦謂之細莧其實一也但人莧小而白莧大耳其子霜後方熟實細而黑主臀目黑花肝風各熟等紫莧莖葉通紫只人用染菜瓜者諸莧中此無毒不寒兼主氣痢赤莧亦謂之花莧莖葉深赤爾雅所謂蕢赤莧是也根莖亦可糟藏食之甚美然性微寒故主血痢五色莧今亦稀有細莧俗謂之野莧猪好食之又名猪莧集驗方治眾蛇螫人取紫莧搗絞汁飲一升滓以水和塗瘡上又射工毒中人令寒熱發瘡偏在一處有異於常者取赤莧合莖葉搗絞汁飲一升日再差

陳藏器云陶以馬齒與莧同類蘇亦於莧條出馬齒功用按此二物厥類既殊合從別品

食療葉食動氣令人煩悶冷中損腹不可與鼈肉同食生鼈癥又取鼈甲如豆片大者以莧菜封裹之置於土坑內上以土蓋之一宿盡變成鼈兒也又五月五日採莧菜和馬齒莧為末等分調與妊娠服之易產

胡荽味辛溫一云微寒微毒消穀治五藏補不足利大小腸通小腹氣拔四肢熱止頭痛療沙瘮豌豆瘡不出作酒歕之立出通心竅久食令人多忘發腋臭脚氣根發痼疾子主小兒禿瘡油煎傅之亦主蠱五痔及食肉中毒下血煮冷取汁服并州人呼香荽入藥炒用

陳藏器胡荽防風注蘇云防風子似胡荽味辛溫消穀久食令人多忘發腋臭根發痼疾子主小兒禿瘡油

前傳之亦主蠱毒五野雞病及食肉中毒下血者煮令子抑服汁石勒諱胡并汾人呼爲香菱也**食療**平利五藏補筋脉主消穀能食若食多則令人多忘又食着言毒肉吐下血不止頓瘕黃者取淨胡荽子一升煮令一日一夜二服即止又似臭蠶齒病人不可食疾更加久令人食之脚弱患氣彌不得食又不得與熱蒿同食食令人汗昏難產不得久食此是薰菜損人精神秋冬擣子醋者火熱陽頭出患效可和生菜食治腸風熱解畏食甚良**外臺秘要**主齒疼胡荽子五升應是胡荽子也以水五升煮取一升含之**經驗後方**治小兒膀胱欲令速出宜用胡荽三二兩切以酒二大盞煎令沸入胡荽便以物合定不令洩氣候冷去滓微微從項已下漬一身令遍除面不漬**孫真人**食之令人多忘發痼疾胡臭蠹齒口氣臭金瘡方同**必効方**主蠱毒神驗以根絞汁半升和酒服之立下又治熱氣結滯經年數發以半斤五月五日採陰乾水七升煮取一升半去滓分服未差更服春夏葉秋及冬根並用亦可頭痛以煙薰肛助入**兵部手集**治孩子赤丹不止以汁傳之差譚氏**子母秘録**治肛帶出切一升燒

邪蒿味辛溫平無毒堅胃蒿細歉主胃腸中臭爛惡邪氣利腸胃通血脉續不定氣生食微動風氣作羹食良不與胡荽同食令人汗臭氣

○食醫心鏡治五藏邪氣敗穀者治脾胃腸癖大渴熱中暴疾惡瘡以煮令熟和醬醋食之

同蒿平主安心氣養脾胃消水飲又動風氣熏人心令人氣滿不可多食

羅勒味辛溫微毒調中消食去惡氣消水氣宜生食又療齒根爛瘡爲佳用甚良不可過多食雞關節滯令血脉不行又動風發脚氣患喉取汁服半合定冬月用乾者煮之子主目翳及物入目三五顆致目中少頃當濕脹與物俱出又療風赤眵淚根主小兒黃爛瘡燒灰傅之佳北人呼爲蘭香爲石勒諱也此有三種一種堪作生菜一種葉大二十步內間香一種似紫蘇葉

陶隱居術家取羊角焦蹄燒作灰撒於濕地遍踏之即生羅勒俗呼爲西王母菜食之益人**外臺秘要**治面上瘢痕方木蘭香一斤以三歲米醋漫令沒百日出暴乾爲末以傳之用醋漿清百日出月乾末服方寸匕

石胡荽寒無毒通鼻氣利九竅吐風痰不任食亦去臀熟按內鼻中醫自落俗名鵝不食草已上五種新補見孟詵陳藏器蕭炳陳士良日華子

# 菘菜

菘音嵩味甘溫無毒主通利腸胃除胷中煩解酒渴陶隱居云菜中有菘最為常食性和利人無餘逆忤今人多食如似小冷而交耐霜雪其子可作油傳頭長髮塗刀劍令不鏽音秀其有數種猶是一類正論其美與不美爾服藥有甘草而食菘即令病不除唐本注云菘菜不生比土有人將子北種初一年半為蕪菁二年菘種都絕將蕪菁子南種亦二年都變土地所宜頗有此例其子亦隨色變但麤細無異爾菘子黑蔓菁子紫赤大小相似惟蘆菔子黃赤色大數倍復不圓也其菘有三種有牛肚菘葉最大厚味甘紫菘葉薄細味少苦白菘似蔓菁也臣禹錫等謹按陳藏器云去魚腥動氣發病薑能制其毒葉大多毛者是蕭炳云比人居南方不勝地土之宜逐病足尤宜忌菘菜又云消食下氣治瘴氣止熱氣欬冬汁尤佳日華子云涼微毒多食發皮膚風瘙痒梗長葉瘦高者為菘葉闊厚短肥而痺又梗細者為蕪菁菜也陳士良云紫花菘平無毒行風氣去邪熱氣花可以糟下酒藏甚美爾雅云苞葖菜吳人呼楚菘廣南人呼秦菘此菘薹不毒宜食之

圖經曰菘舊不載所出州土今南北皆有之與蕪菁相類梗長葉不光者為蕪菁梗短葉闊厚而肥痺者為菘舊說菘不生北土人有將子北土種之初一年半為蕪菁二年菘種都絕猶南人之種蕪菁而今京都種菘都類南種但肥厚差不及耳楊州一種菘菜圓而大或若箑取之無滓絕勝他土者此所謂白菘也又有牛肚菘葉最大厚味甘疑今楊州

菘近之紫菘葉薄細味小苦此土無有菘比蕪菁有小毒不宜多食然能殺魚腥最相宜也多食過度惟生薑可解其性

**食療** 溫治消渴又發諸風冷有熱人食之亦不發病即明其性令本草云溫末解又消食亦少下氣九英菘出河西葉及大根亦麤長和羊肉甚美常食之都不見發病其冬月作葅煮作羹食之能消宿食下氣治敕諸家商略性冷非溫恐誤也又北無菘菜南無蕪菁其蔓菁子細菜子麤也

**聖惠方** 治酒醉不醒用菘菜子二合細研井花水一盞調爲二服

**食醫心鏡** 主通利腸胃除胷中煩熱解酒渴菘菜二斤煮作羹啜之止渴作虀葅食亦得

**傷寒類要** 辟溫病菘菜如粟米酒服方寸匕日三辟五年溫

**又方** 治發背杵地菘汁一升日再服以差止

**子母秘錄** 主小兒赤遊行於上下至心即死杵菘菜傳上

**苦菜味苦寒無毒主五藏邪氣厭** 於協切伏也 **穀胃痺腸澼渴熱中疾惡瘡久服安心益氣聰察少卧輕身耐老耐飢寒高氣不老一名荼草一名選一名游冬生益州川谷山陵道傍凌冬不死三月三日採陰乾** 陶隱居云疑此即是今茗茗一名荼又令人不眠亦凌冬不凋而嫌其止生益州乃有苦菜正是苦蘵 晉武爾上卷上品白英下已注之桐君錄云苦菜三月生扶疎六月華從葉出莖直黃八月實黑實落根復生冬不枯今茗極似此西陽武昌及廬江晉熙皆好東人正作青茗茗皆有孛飲之宜人凡所飲物有茗及木葉天門冬苗并菝葜皆益人餘物並令利又巴東間別有真茶火煏作卷結爲飲亦令人不眠恐或是此俗中多煮檀葉及大皂李作茶飲並令又南方有瓜蘆木亦似茗苦澀取其葉作屑煮飲汁即通夜不睡煮鹽人惟資此飲而交廣最所重客來先設乃加以香芼陪達輩 唐本注云苦菜詩云誰謂荼苦又云堇荼如飴皆苦菜異名也陶謂之茗茗乃木類殊非菜流茗春採爲苦荼音遲遐反非途音也按爾雅釋草云荼苦菜釋木云檟苦荼二物全別不得爲例又顏氏家訓按易通卦驗玄圖曰苦菜生於寒秋經冬歷春得夏乃成一名游冬葉似苦苣而細斷之有白汁花黃似菊此則與桐君畧同今所在有之苦蘵乃龍葵爾俗亦名苦菜非荼也 臣禹錫等謹按蜀本圖經云春花夏實至秋復生花而不實經冬不周 陳藏器云苦蘵味苦寒有小毒擣葉傅小兒閃癖煮汁服去暴熱自黃秘塞葉極似龍葵但龍葵子無殼苦蘵子有殼蘇云是龍葵誤也人亦呼爲小苦耽崔豹古今注云苦蘵一名蘵子有實形如皮弁子圓如珠

**月令** 王瓜生苦菜秀

# 蜀州芥

芥味辛溫無毒歸臯主除腎邪氣利九竅明耳目安中久食溫中 陶隱居云似菘而有毛味粹好作菹亦生食其子可藏冬瓜又有莨以作菹甚美粹快 唐本注云此芥有三種葉大麤者葉堪食子入藥用熨惡疰至良葉小子細者葉不堪食其子徂堪爲虀爾又有白芥子麤大白色如白粱米甚辛美從戎中來別錄云子主射工及疰氣發無常煑丸服之或擣爲末醋和塗之隨手有驗 蘇禹錫等謹按蜀本圖經云一種葉大子白且麤名曰胡芥散之及藥用最佳而人間未多用之 孟詵云芥煮食之亦動氣土食發丹石不可多食 圖經云除邪氣止欬歇上氣冷氣疾子治風毒腫及麻痺醋研傅之撲損瘀血腰痛腎冷和生薑研微煖塗貼心痛酒醋服之

圖經曰芥舊不著所出州土今處處有之似菘而有毛味極辛辣此所謂青芥也芥之種亦多有紫芥莖葉純紫多作虀者食之最美有白芥如粱米此入藥者最佳舊云從西戎采又云生河東今近處亦有其餘南芥旋芥花芥石芥之類皆菜茹之美者非藥品所須不復悉錄大抵南土多芥亦如菘類相使變作芥言地氣暖使然耳續傳信方主腹冷夜起以白芥子一升炒熟勿令焦細研以湯浸蒸餅丸如赤小豆薑湯吞十丸甚效

食療主咳逆下氣明目去頭面風大葉者良煮食之動氣猶勝諸菜生食發丹石其子微熬研之依醬香美有辛氣能通利五藏其菜不可多食又細葉有毛者殺人

聖惠方治走注風毒疼痛用小芥子末和雞子白調傅之

又方婦人中風口噤舌本縮用芥子一升細研以醋三升煎取一升用傅頷頰下立効

外臺秘要治聾芥子擣碎以人乳調和綿裹塞耳差

孫眞人芥菜合兔肉食成惡瘡

廣濟方治瘻有九種不過此方取芥子擣碎以水及蜜和滓傅喉上下乾易之

子母秘録小兒緊脣搗馬芥子汁令先楷脣血出傅之日七遍馬芥即刺芥也

左傳季氏與郈氏鬬雞季氏金其距郈氏芥其羽注云施芥於羽令辛

萊菔音蔔根味辛甘溫無毒散服及炮煮服食大下氣消穀去痰癖肥健人生擣汁服主消渴試大有驗唐本注云陶謂溫菘是也其嫩葉爲生菜食之大葉熟噉消食和中根效在蕪菁之右今注俗呼爲蘿蔔唐本先附臣禹錫等謹按蜀本圖經云名蘆蔔生江北秦晉最多爾雅云葖蘆葩釋曰紫花菘也俗呼溫菘似蕪菁大根一名葖俗呼雹葖一名蘆菔今謂之蘿蔔是也蕭炳云蘿蔔根消食利關節理顏色練五藏惡氣制麪毒凡人飲食過度生爵蕪之便消研如泥和麪作餺飥佳飽食亦不發熱亦主肺嗽吐血酥煎食下氣孟詵云蘿蔔性冷利五藏輕身根服之令人白淨肌細日華子云蘿蔔平能消痰止欬治肺痿吐血溫中補不足治勞瘦欬嗽和羊肉鯽魚煮食之子水研服吐風痰醋研消腫毒不可以地黃同食也

圖經曰文具蕪菁條下

孫眞人次服澀榮衛令人髮早白

食醫心鏡治消渴口乾蘿蔔絞汁一升飲之則定

又方主積年上氣咳嗽多痰喘促唾膿血以子二合研煎湯食上服之

又方下氣消穀去痰癖肥健作羹食之生絞汁服理消渴

簡要濟衆治消渴獨勝散出子了蘿蔔三枚淨洗薄切月乾爲末每服二錢煎猪肉汁澄清調下食後并夜卧日三服

勝金方治風痰以蘿蔔子爲末溫水調一匙頭良久吐出延沫如是攤緩風以此吐後用緊疎藥服疎後服和氣散差

又方治肺疾咳嗽以子半升淘擇淨焙乾於銚子內炒令黃熟爲末以沙糖丸如彈綿裹含之

洞微志蘿蔔解麪毒

楊文公談苑江東居民歲課種藝初年種芋三十畝計省米三十斛次年種蘿蔔三十畝計益米三十斛可知蘿蔔消食也爾雅突蘆葩郭璞注葩爲菔蕪菁屬紫花大根俗呼雹突更始敗掖庭中宮女數百人幽閉殿門內掘庭中蘆菔根食之今蘿蔔也

徧頭疼用生蘿蔔汁一蜆殼仰卧注之左痛注左右痛注右左右俱注亦得神效

荏子味辛溫無毒主欬逆下氣溫中補體

葉主調中去臭氣九月採陰乾陶隱居云荏狀如蘇高大白色不甚香其子研之雜米作

糜甚肥美下氣補益東人呼爲蕉音魚以其似蘇字但除禾邊故也笮其子作油日煎之即今油帛及和漆所用者服食斷穀亦用之名爲重油唐本注云別錄荏葉人常生食其子故不及蘇也今按陳藏器本草云荏葉搗傅蟲咬及男子陰腫江東以荏子爲油比上以大麻爲油此二油俱堪油物荏其和桼荏者爲強爾臣禹錫等謹按孟詵云荏子其葉性溫用時擣之治男子陰腫生擣和醋封之女人綿裹內三四易蕭炳云又有大荏形似野荏高大葉大小荏一倍不堪食人杈其子以充油絹帛與大麻子同其小荏子欲熟人採其角食之甚香美大荏葉不堪食日華子云荏調氣潤心肺長肌膚益顏色消宿食止上氣欬嗽去狐臭傅蛇咬子下氣止敕補中填精髓

食療主欬逆下氣其葉杵之治男子陰腫謹按子壯作泊用亦少破氣多食發心悶溫補中益氣通血脉填精髓可蒸令熟烈日乾之當口開椿取米食之亦可休粮生食止渴潤肺

梅師方治虺中人以荏葉爛杵猪脂和薄傅

黃蜀葵花治小便淋及催生又主諸惡瘡膿水久不差者作末傅之即愈近道處處有之春生苗葉與蜀葵頗相似葉尖狹多刻缺夏末開花淺黃色六七月採之陰乾用新定

圖經文具冬葵條下

經驗後方治臨產催產以黃蜀葵子焙乾爲末井花水下二錢匕如無子以根細切煎汁令濃滑待冷服

蜀葵味甘寒無毒久食鈍人性靈根及莖並主客熱利小便散膿血惡汁葉燒爲末傅金瘡煮食主丹石發熱結擣碎傅火瘡又葉炙煮與小兒食治熱毒下痢及大人丹痢擣汁服亦可恐腹痛即煖飲之

花冷無毒治小兒風癧子冷無毒治淋澀通小腸催生落胎療水腫治一切瘡疥并癧疵土靨花有五色白者療痎瘧去邪氣陰乾末食之小花者名錦葵一名戎葵功用更強爾雅云葍戎葵釋曰葍一名戎葵郭曰蜀葵也似葵華如槿華戎蜀蓋其所自也因以名之新補見陳藏器日華子

圖經文具冬葵條下

聖惠方治婦人白帶下臍腹冷痛面色痿黃日漸虛困以白葵花一兩陰乾爲末空心溫酒下二錢匕如赤帶卜用赤花

千金方治橫生倒產未葵花酒服方寸匕

經驗後方治癰毒無頭杵蜀葵末傅之

孫眞人食之狗咬瘡不差又能鈍情性

甜瓜寒有毒止渴除煩熱多食令人陰下濕痒生瘡動宿冷病發虛熱破腹又令人惙惙弱脚手無力少食即止渴利小便通三膲間擁塞氣兼主口鼻瘡臣禹錫等謹按日華子云無毒葉治人無髮擣汁塗之即生

圖經文具瓜蒂條下

陳藏器序云甘瓜子止月經大過爲末去油水調服千金方治口臭杵乾甜瓜子作末蜜和丸每旦洗淨漱含一丸如棗核大亦用傅齒孫眞人食忌患脚氣人勿食甜瓜其患水不除又五月甜瓜沉水者殺人又多食發黃疸病動冷疾令人虛羸鮮藥力兩蒂者殺人食醫心鏡治熱去煩渴取食後喫之煑皮甜瓜去皮作羹亦佳

胡瓜葉味苦平小毒主小兒閃癖一歲服一葉已上斟酌與之生挼絞汁服得吐下根擣傅胡刺毒腫其實味甘寒有毒不可多食動寒熱多瘧病積瘀熱發疰氣令人虛熱上逆少氣發百病及瘡疥損陰血脉氣發脚氣天行後不可食小兒切忌滑中生疳蟲不與醋同食北人亦呼爲黃瓜爲石勒諱因而不改已上二種新補見千金方又孟詵陳藏器日華子

圖經文具瓜蒂條下

千金髓水病肚脹至四肢腫胡瓜一个破作兩片不出子以醋煑一半水煑一半俱爛空心頓服須臾下水孫眞人主蛇咬取胡瓜傅之數易良

越瓜味甘寒利腸胃止煩渴不可多食動氣發諸瘡令人虛弱不能行不益小兒天行病後不可食又不得與牛乳酪及鮓同食及空心食令人心痛今附臣禹錫等謹按陳藏器云越瓜人者色正白越人當果食之利小便去煩熱解酒毒宣洩熱氣小者糟藏之爲灰傅口吻瘡及陰莖熱瘡

圖經文具瓜蒂條下

食療 小兒夏月不可與食又發諸瘡令人虛弱冷中常令人臍下爲癥痛不止又天行病後不可食

心鏡 越瓜鮓久食益腸胃和飯作鮓并虀菹之並得

白芥味辛溫無毒主冷氣色白甚辛美從西戎來子主射土反疰氣上氣發汗胷膈痰冷面黃生河東 今附臣禹錫等謹按陳藏器云白芥生太原如芥而葉白爲茹食之甚美 日華子云白芥能安五藏功用與芥頗同子燒及服可辟邪

圖經 文具芥條下

陳藏器云 主冷氣子主上氣發汗胷膈痰冷面目黃赤亦入鎮宅用之 外臺秘要 治氣小芥子一升擣碎以絹袋盛好酒二升浸七日空心溫服三合日二服 千金方 治反胃可食上氣小芥子日乾爲末酒服方寸匕 又方 二種射工即水弩子以芥子杵令熟苦酒和厚傅上半日痛即便止 又方 治好腫諸癰以芥子末猪膽和如泥傅上日三易之 肘後方 治中風卒不得語以苦酒者芥子傅頸一周以帛苞之一日一夕度



龍葵

龍葵味苦寒無毒食之解勞少睡去虛熱腫其子療丁腫所在有之 唐本注云即關河間謂之苦菜者葉圓花白子若牛李子生青熟黑但堪煮食不任生噉唐本先附 臣禹

錫等謹按藥性論云龍葵臣能明目輕身子甚良其赤珠者名龍珠服之變白令黑耐老若能生食得苦者不食佗菜十日後則有靈異不與葱薤同啖

孟詵云其味苦皆挼去汁食之

圖經曰龍葵舊云所在有之今近處亦稀惟北方有之北人謂之苦葵葉圓似排風而無毛花白實若牛李子生青熟黑亦似排風子但堪煮食不任生啖其實赤者名赤珠服之變白令黑不與葱薤同食根亦入藥用今醫以治發背癰疽成倉者其方龍葵根一兩剉麝香一分研先擣龍葵根羅為末入麝香研令勻塗於瘡上甚善

食療主丁腫患火丹瘡和土杵傅之尤良經驗方治癰無頭搗龍葵傅之食醫心鏡主解勞少睡去熱腫龍葵菜煮作羹粥食之並得

苦耽黃子味苦寒小毒主傅尸伏連鬼氣疰忤邪氣腹內熱結目黃不下令大小便澀骨熱欬嗽多睡勞乏嘔逆痰壅痃癖痞滿小兒無辜瘰癧子寒熱大腹殺蟲落胎去蠱毒並煮汁服亦生擣絞汁服亦研傅小兒閃癖生故墟垣塹間高二三尺子作角如撮口袋中有子如珠熟則赤色人有骨蒸多服之關中人謂之洛神珠一名王母珠一名反弁草又有一種小者名苦識新補

苦苣味苦平一云寒主面目及舌下黃強力不睡折取莖中白汁傅丁腫出根又取汁滴癰上立潰碎莖葉傅蛇咬根主赤白痢及骨蒸並煮服之今人種為菜生食之久食輕身少睡調十二經脉利五藏霍亂後胃氣逆煩生擣汁飲之雖冷甚益人不可同血食一本作蜜食作痔疾苦苣即野苣也野生者又名褊苣今人家常食為白苣江外嶺南吳人無白苣嘗植野苣以供厨饌新補

首蓿味苦平無毒主安中利人可久食陶隱居云長安中乃有首蓿園此人甚重此江南人不甚食之以無味故也外國復別有首蓿草以療目非此類也唐本注云首蓿莖葉平根寒主熱病煩滿目黃赤小便黃酒疸擣取汁服一升令人吐利即愈臣禹錫等謹按孟詵云患疸黃人取根生擣絞汁服之良又利五藏輕身

洗去脾胃間邪氣諸惡熱毒少食好多食當冷氣入筋中即瘦人亦能輕身健人更無諸益【日華子】云京去腹藏邪氣脾胃間熱氣通小腸

○食療 彼處人採根作土黃耆也又安中利五藏煑和醬食之作羹亦得

薺味甘溫無毒主利肝氣和中其實主明目目痛【陶隱居】云薺類又多此是今人可食者葉作葅羹亦佳詩云誰謂荼苦其甘如薺是也【臣禹錫等謹按藥性論】云薺子味甘平患氣人食之動冷疾主目青眥病不見物補五藏不足其根葉曉夜能治赤白痢極效【孟詵】云薺子入治服方中用不與麪同食令人背悶服丹石人不可食【陳士良】云實亦呼菥蓂子主壅去風毒邪氣明目去障翳解熱毒久食悅物鮮明四月八日收實良其花將去席下辟虫【日華子】云薺菜利五藏根治目疼

○聖惠方 治暴赤眼疼痛磣澁薺菜根汁點目中

三種陳藏器餘

蕨葉似老蕨根如紫草按蕨味甘寒滑去暴熱利水道令人睡弱陽小兒食之脚弱不行生山間人作茹食之四皓食之而壽夷齊食蕨而夭固非艮物搜神記曰郗鑒鎮丹徒二月出獵有甲士折一枝食之覺心中淡淡成疾後吐一小蛇懸屋前漸乾成蕨遂明此物不可生食之也

○食療 寒補五藏不足氣壅經絡筋骨間毒氣令人脚弱不能行消陽事令眼暗鼻中塞髮落不可食又冷氣人食之多腹脹

毛詩 陟彼南山言采其蕨又曰言采其薇是蕨薇俱可食

伯夷叔齊 採薇而食恐蕨非薇也今永康道江居民多以醋淹而食之

翹搖味辛平無毒主破血止血生肌亦充生菜食之又主五種黃病絞汁服之生平澤紫花蔓生如勞豆詩義疏云苕饒幽州人謂之翹饒爾雅云柱夫搖車也

○食療 療五種黃庸生擣汁服一升日二差甚益人和五藏明耳目去熱風令人輕健長食不厭煑熟喫佳若生喫令人吐水

甘藍平補骨髓利五臟六腑利關節通經絡中結氣明耳目