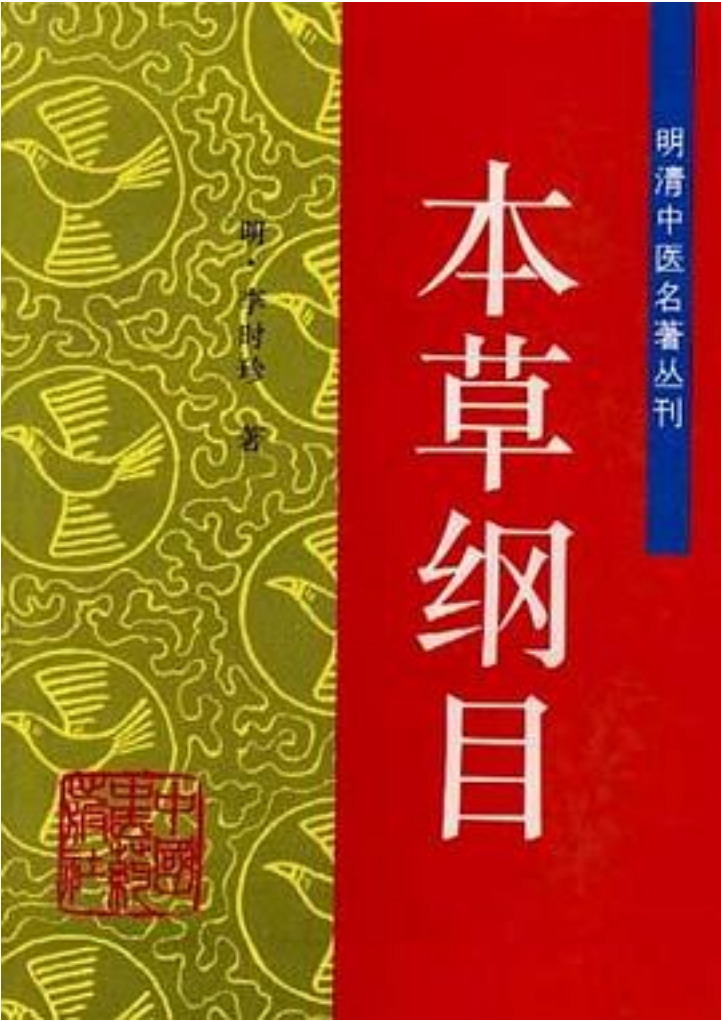


本草纲目



[本草纲目_下载链接1](#)

著者: (明) 李时珍

出版者: 重庆大学出版社

出版时间:

装帧: 平装

isbn: 9787562410119

《本草纲目白话全图珍藏本》是中华医库家用养生藏本。

《本草纲目》是中华医库一部宏大巨著，集几千年食物、药物、植物、动物、矿物等学科之大成，对后世食物养疗学、饮食烹饪学、医药学、动物学、植物学及人们对日常食物品味的选择都构成了深远影响，是天下生民最切于实用的一部生活大典。

《本草纲目》原著，篇幅太过宏大，而且所录的一些物种今世已难以访求，因此我们进行了切于实用的编译，将今人常用和尚能访求的物种加以全部收录，以使该译本更利于天下生民在家居日用饮食时加以披览，使日常所食之物真正发挥养生、疗疾的功效。

作者介绍:

目录: 本草纲目自话精译目录（节录）

前言

李时珍·序

总论

第一卷

本草纲目序例

古代圣医、圣人都认为，日常饮食对身体素质各异的每一个人而言，都有其宜忌，妊娠中的妇女更是如此。人们不可不深察之。

饮食禁忌

服药忌食

妊娠禁忌

各种有毒的兽

各种有毒的鸟

各种有毒的鱼

各种有毒的果

整治食物的方法

孙真人逐月调养事宜

第二卷水部

李时珍说；水为万化之源，土为万物之母。人的饮食均资于水土，而饮食又是人生的命脉，所以水的性味，即流止寒温，浓淡甘苦等，慎疾的人应当潜心了解。

天水美

半天河

立春雨水

梅雨水

液雨水

潦水

雹

夏冰

露水

繁露水

冬霜

冬冰水

腊雪

甘露

明水

屋漏水

地水类

流水

池沼水

井泉水

玉井水

醴泉

山岩泉水
寒泉水
温汤水
碧海水
乳穴水
节气水
古家井中水
粮罌中水
盐胆水
热汤
生熟汤
甑气水
浆水
齏水
车辙中水
地浆
铜壶滴漏水
三家洗碗水
磨刀水
浸蓝水
猪槽中水
市门溺坑水
阴地流泉水
泽中停水
洗儿汤

第三卷火部

人均依赖于水火而生存，而柴火、炭火及其它各物所燃烧的大，火力又各不相同，其作用也有所异。古人很早就开始掌火的政令，于四季中变国人以救时疾。古圣贤对火的政令也用之呈切。

燧火
桑柴火
芦火、竹火
炭火

第四卷金石部

金石不仅可以济民，而且可以去病，古往今来的良医都十分注意它。身家攸赖，财剂卫养，金石虽然叫死瑶，但它的利用却是无穷的。

金玉类

金
银
赤铜
青铜
铅
铅丹
锡
古镜
附：诸铜器
铁
铁锈
附：诸铁器
玉
白玉髓
青玉
附：壁玉、合玉石
青琅（石珠）

云母
珊瑚
玛瑙
宝石
玻璃
水晶（水精）
琉璃（火齐）
白石英
紫石英
石美
丹砂（朱砂）
灵砂
雄黄
石膏
石钟乳
石脑
石髓
石脑油
石炭（煤炭）
石灰
石芝
第五卷草部
草与人饮食、病疾的关系十分密切，中国药学即沿此而产生。草的五味、五性、五用，古代的研究颇深今人难道可以不察其精微，审其善恶，而为生活所用？
山草类
人参
黄精（野生姜）
黄耆
白术
荠（杏参）
桔梗
长松
地榆
萎蕤（玉竹）
肉苁蓉
天麻
白茅
石蒜
白鲜
柴胡
前胡
防风
隰草类
白蒿
茵陈蒿
青蒿
牡蒿（齐头蒿）
夏枯草（铁色草）
青箱（草意或野鸡冠）
红蓝花（红花）
苦（苦板）
恶实
耳（苍耳）
何首乌

土茯苓
番红花
大蓟、小蓟（野红花）
通草（木通）
通脱木
白英（排风子）
萝摩（羊婆奶）
木莲

荷
箬
甘蕉（芭蕉）
车前草
鼠曲草
瞿麦
天门冬
百部（野天门冬）
虎杖
蓄（扁竹）
蒺藜
蜀葵
金盏草（长春花）
火炭母草
益母草
蓍
艾
鸡冠
苎麻
蠡实（铁扫帚）
菊
地黄
天名精
牛膝（山苋菜）
紫苑（夜牵牛）
淡竹叶
鸭跖草（竹叶菜）
葵
菟葵
龙葵（苦葵）
龙珠
酸浆（灯笼草）
败酱（苦菜）
迎春花
款冬花
决明
地肤（地麦）
甘蓝（蓝菜）
寥
水寥
荭草
海根
甘藤
芳草类
川芎（芎）

当归／乾归)
豆蔻
假苏 (荆芥)
薄荷
积雪草 (胡薄荷)
苏 (紫苏)
水苏 (香苏)
芥 (臭苏)
瑞香
茉莉
郁金香
薰草
附：零陵香
兰草
泽兰 (龙枣)
马兰 (紫菊)
香薷 (香菜)
蔓草类
葛 (鹿藿)
寒莓
覆盆子 (大麦莓)
悬钩子 (山莓)
使君子
旋花 (豨子花)
木鳖子 (木蟹)
牵牛子 (狗耳草)
水草类
水萍 (水苏)
苹 (四叶菜)
萍蓬草
荇菜 (水葵)
纯 (马蹄草)
水藻
羊蹄 (水黄芹)
酸模 (山大黄)
菖蒲 (水剑草)
香蒲
海藻
昆布
海带
越王余算
水松
苔草类
陟厘 (水苔)
干苔
石蕊 (蒙顶茶)
石草类
石韦 (石兰)
景天
配浆草 (崔林草)
仙人草
附：树衣
毒草类
(鬼芋)

凤仙（夹竹桃）
水堇（胡椒菜）
商陆
大黄
泽漆（猫儿眼睛草）
毛茛（猴蒜）
荨麻
格注草
海芋（观音莲）
附录；透山根
羊躑躅（羊不食草）
钩吻（断肠草）

第九卷本部

木是植物。其根叶花实，坚脆美恶，都各具太极。可以作为果蔬而食，也可作为药材。
其寒温良毒。古人早有汇考。

香木类

柏
松
杉
桂
月桂
木兰
沉香
丁香
檀香

乔木类

椿
梧
桐
白杨
榆
槐
檀
杜仲（木绵）
合欢
皂荚（皂角）
无患子（菩提子）
无食子
诃黎勒

梓

柳

芫荽

棕榈

灌木类

桑

楮

枳

酸枣

蕤核（白）

胡桃子

金樱子

冬青

南烛

五加皮

枸杞
石南
山茶
寓木类

茯苓
琥珀
附：苞木类

竹实
第十卷虫部

虫是生物中较小的一类，饮食和入药都用它。因此可见，虫虽微小，但物理与别物相同，不可不去察其良毒。

蟾蜍（癞蛤蟆）

蛤蟆

蛙（田鸡）

石鳞鱼

蚯蚓

蜗牛

蜜蜂

土蜂（马蜂）

大黄蜂

蚕

石蚕

雪蚕

海参

青蚨

蛱蝶（蝴蝶）

蜻蛉（蜻蜓）

蜚蠊

蠹（蛀虫）

第十一卷鳞部

蛇、鱼都有鳞，所以共为鳞部。此都为日常所用者，其性味良毒与对身体的补益，及其药用方法，古人早有备考。

蛇类

蚺蛇（埋头蛇）

鳞蛇

白花蛇（蕲蛇）

乌蛇（乌梢蛇）

金蛇

水蛇

黄颌蛇（黄喉蛇）

腹蛇（反鼻蛇）

鱼类

鲤鱼

鱼（鲢鱼）

鳙鱼（皂鲢）

蹲鱼（赤眼鱼）

鲢鱼（草鱼）

青鱼

竹鱼

鲩鱼（子鱼）

白鱼

石首鱼（黄花鱼）

鲚鱼

鲥鱼

嘉鱼
鲟鱼
鲫鱼
鲂鱼
鲈鱼（四鳃鱼）
鳊鱼（石桂鱼）
鲨鱼
石斑鱼
鲮鱼（白鲮）
鳊鱼（王余鱼）
金鱼
无鳞鱼类
鳊鱼（文鱼）
鳊鱼（白鳊）
鳊鱼（黄鳊）
鱼（泥鳅）
鱼（黄鱼）
鳊鱼（碧鱼）
牛鱼
鱼
鱼（人鱼）
鳊鱼（另一种人鱼）
河豚
海豚鱼
比目鱼
鱼
鲛鱼（沙鱼）
乌贼鱼（墨鱼）
章鱼
海鳊鱼（邵阳鱼）
文鳊鱼（飞鱼）
海蛇（水母）
虾
海虾
鲍鱼
鱼脍
鱼
· · · · · (收起)

[本草纲目_下载链接1](#)

标签

药学

经典

神话

知识

崔某人藏书

喜欢

古籍

中国传统

评论

看过，有些说法当然是迷信，有些还是值得看看的

床头读物之一

[本草纲目_下载链接1](#)

书评

[本草纲目_下载链接1](#)