

備急千金要方

食治方-鳥獸第五

原文

人乳汁，味甘平無毒，補五臟，令人肥白悅澤。

馬乳汁，味辛溫無毒，止渴。

牛乳汁，味甘微寒無毒，補虛羸，止渴，入生薑、蔥白，止小兒吐乳，補勞。

羊乳汁，味甘微溫無毒，補寒冷虛乏少血色，令人熱中。

驢乳，味酸寒無毒，主大熱黃膽，止渴。

豬乳，味平無毒，主小兒驚癇。

馬牛羊酪，味甘酸微寒無毒，補肺臟，利大腸。黃帝云：食甜酪竟，即食大酢者，變作血瘕及尿血。華佗云：馬牛羊酪，蚰蜒入耳者，灌之即出。

沙牛及白羊酥，味甘微寒無毒，除胸中客氣，利大小腸，治口瘡。

牛酥，味甘平無毒，去諸風濕痺，除熱，利大便，去宿食。

醍醐，味甘平無毒，補虛，去諸風痺，百煉乃佳，甚去月蝕瘡，添髓補中填骨，久服增年。

熊肉，味甘微寒無毒，主風痺不仁，筋急五緩。若腹中有積聚，寒熱羸瘦者，食熊肉，病永不除。其脂治與肉同，又去頭瘍、白禿、面，食飲嘔吐。熊、豬二脂，不可作燈，其煙氣入人目失明，不能遠視。

羊角，味酸苦溫微寒無毒，主青盲，明目，殺疥蟲，止寒泄心畏驚悸，除百節中結氣，及風傷蠱毒吐血，婦人產後餘痛。燒之，殺鬼魅，辟虎野狼。久服安心益氣輕身。勿令中濕有毒。

青羊膽汁，冷無毒，主諸瘡，治青盲，明目。肺，治嗽止渴。肝，補肝明目。心，主憂恚，膈中逆氣。腎，補腎氣虛弱，益精髓。肉，味苦甘大熱無毒，主暖中止痛，補中益氣力。

生脂，止下利脫肛，去風毒，婦人產後腹中絞痛。肚，治胃反，主虛羸，小便數，止虛汗。

凡一切羊蹄甲中有珠子白者，名羊懸筋，食之令人癲。白羊黑頭，食其腦作腸癰。羊肚共飯飲常食，久之成反胃，作噎病。羊腦、豬腦，男子食之損精氣少子。青羊肝和小豆食之，令人目少明。一切生羊肝共椒食之，破人五臟，小兒彌忌。凡六畜五臟，著草自動搖，及得鹽，酢不變色，墮地

不汗，又與犬，犬不食者，皆有毒，殺人。六月勿食羊肉，傷人神氣。

沙牛髓，味甘溫無毒，安五臟，平胃氣，通十二經脈，理三焦約，溫骨髓，補中，續絕傷，益氣力，止泄利，去消渴，皆以清酒和，暖服之。肝，明目。膽，可丸百藥。肉，主消渴，止唾涎出，安中益氣力，養脾胃氣。不可常食，發宿病。自死者，不可食。

黑牯牛尿，味苦辛微溫平無毒，主水腫，腹腳俱滿者，利小便。獨肝、牛肉食之殺人。

牛肉共豬肉食之，必作寸白蟲。一切牛、馬乳汁及酪共生魚食，成魚瘕。

馬心、主喜忘，肺主寒熱莖痿。肉，味辛苦平冷無毒，主傷中除熱下氣，長筋強腰脊。

黃帝云：白馬自死，食其肉害人。白馬玄頭，食其腦令人癲，白馬鞍下烏色徹肉裡者，食之傷人五臟。下利者，食馬肉必加劇。白馬青蹄肉不可食。一切馬汗氣及毛不可入食中害人。

諸食馬肉心煩悶者，飲以美酒則解，白酒則劇。五月勿食馬肉，傷人神氣。

野馬陰莖，味酸鹹溫無毒，主男子陰痿縮少精。肉，辛平無毒，主人馬癰，筋脈不能自收，周痺肌不仁。病死者，不任用。

驢肉，味酸平無毒，主風狂，愁憂不樂，能安心氣。病死者，不任用。

狗陰莖，味酸平無毒，主傷中，丈夫陰痿不起。腦，主頭風痺，下部瘡，瘡中息肉，肉味酸鹹溫無毒，宜腎，安五臟，補絕傷勞損。犬自死不出舌者，食之害人。犬春月多狂，若鼻豚卵，味甘溫無毒，除陰莖中疼，驚癰，鬼氣蠱毒，除寒熱奔豚，五癰邪氣攣縮。一名豚顛，陰乾勿令敗。豚肉，味辛平有小毒，不可久食，令人遍體筋肉碎痛乏氣。母豬蹄煮汁服之下乳汁，甚解石藥毒。腦，主風眩。心，主驚邪憂恚，虛悸氣逆，婦人產後中風，聚血氣驚恐。腎，除冷利，理腎氣，通膀胱。肝，主明目。肺，主凍瘡痛癢。肚，補中益氣，止渴斷暴利虛弱。腸，主消渴小便數，補下焦虛竭，肉間脂肪，主煎諸膏藥，破冷結，散宿血，解斑蝥、芫青毒。豬洞腸，主洞腸挺出血多者，豬肉，主狂病多日不愈。凡豬肉，有小毒，補腎氣虛弱，不可久食，令人少子精，發宿病，弱筋骨，閉血脈，虛人肌肉，有金瘡者，食之瘡尤

甚。豬血，主卒下血不止。美酒清者和炒服之，又主中風絕傷，頭中風眩，及諸淋露奔豚暴氣。黃帝云：凡豬肝肺共魚食之作癰疽。豬肝共鯉魚腸、魚子食之，傷人神，豚腦，損男子陽道，臨房不能行事，八月勿食豬肺及飴，和食之至冬發疽。十月勿食豬肉，損人神氣。

鹿頭肉，平，主消渴，多夢妄見，生血治癰腫。莖筋，主勞損。蹄肉、平、主腳膝骨中疼痛，不能踐地。骨，主內虛，續絕傷，補骨，可作酒。髓，味甘溫，主丈夫、婦人傷中脈絕，筋急痛，咳逆，以酒和服。腎、主補腎氣。肉，味苦溫無毒，補中強五臟，益氣力。肉生者，主中風口僻不正，細細銼碎，以敷僻上。華佗云：和生椒搗敷之，使一人專看，正則急去之，不爾複牽向不僻處。角，主輕身益氣力，強骨髓，補絕傷。黃帝云：鹿膽白者，食其肉害人。白鹿肉不可和蒲白作羹食，發惡瘡。

獐骨，微溫無毒，主虛損泄精。肉，味甘溫無毒，補益五臟。髓，益氣力，悅澤人面。

獐無膽，所以怯弱多驚恐。

麋脂，味辛溫無毒，主癰腫惡瘡死肌寒熱，風寒濕痺四肢拘攣不收，風頭腫氣，通腠理 柔皮之作痼疾。

虎肉，味酸無毒，主惡心欲嘔，益氣力，止多唾，不可熱食，壞人齒。虎頭骨，治風邪，眼睛，主驚癇也。

豹肉，味酸溫無毒，宜腎，安五臟，補絕傷，輕身益氣，久食利人。

狸肉，溫無毒，補中輕身益氣，亦治諸注。黃帝云：正月勿食虎、豹、狸肉，傷人神損壽。

兔肝，主目暗。肉，味辛平溫無毒，補中益氣止渴。兔無脾，所以能走。蓋以屬二月建卯木位也，木克土，故無脾焉。馬無脾，故亦能走也。黃帝云：兔肉和獺肝食之三日必成遁尸。共白雞肝，心食之，令人面失色，一年成瘡黃。共薑食，變成霍亂。共白雞肉食之，令人血氣不行。

生鼠，微溫無毒，主折，續筋補骨，搗敷之，三日一易。

獺肝，味甘有小毒，主鬼疰蠱毒，卻魚鯁，止久嗽，皆燒作灰酒和服之。獺肉，味甘溫無毒，主時病疫氣，牛馬時行病。皆煮取汁，停冷服之，六畜灌之。

狐陰莖，味甘平有小毒，主女子絕產，陰中癢，小兒陰卵腫。肉並五臟及腸肚，味苦微寒有毒，主蠱毒寒熱，五臟痼冷，小兒驚癇，大人狂病見鬼。黃帝云：麋肉共鵠肉食之

作瘡，野豬青蹄不可食，及獸赤足者不可食。野獸自死北首伏地不可食。家獸自死共汁食之成疽瘡。一切禽獸自死無傷處不可食。

丹雄雞肉，味甘微溫無毒，主女人崩中漏下赤白帶，補虛溫中。黃雌雞肉，味酸鹹平無毒，主傷中消渴，小便數而不禁，補益五臟絕傷，五勞，益氣力。雞子黃，除熱火灼爛瘡。

卵白汁，主目熱赤痛，除心下伏熱，止煩滿咳逆。婦人產難，胞衣不出，生吞之。白雄雞肉，味酸微寒無毒，下氣去狂邪，安五臟，傷中消渴。烏雄雞肉，味甘溫無毒，補中，止心痛。

黑雌雞肉，味甘平無毒，除風寒濕痺，五緩六急，安胎。黃帝云：有六趾四距玄雞白頭及野鳥死不伸足爪，此種食之害人。雞子白共蒜食之，令人短氣。雞子共鰾肉蒸食之害人。雞肉、獺肉共食，作遁尸。注藥所不能治。食雞子啖生蔥變成短氣，雞肉、犬肝腎共食害人。生蔥共雞犬肉食，令人穀道終身流血。烏雞肉合鯉魚肉食，生癰疽。雞、兔、犬肉和食必泄利。

野雞肉共家雞子食之成遁尸，尸鬼纏身，四肢百節疼痛。

雉肉，味酸微寒無毒，補中益氣，止泄利，久食令人瘦。
嘴，主蟻。

白鵝脂，主耳卒聾，消以灌耳。毛，主射工水毒。肉，
味辛平，利五臟。

肪，味甘平無毒，主風虛寒熱。肉，補虛乏，除客熱，
利臟腑及水道。

鴛鴦肉，味苦微溫無毒，主瘡。清酒浸之，炙令熱以
敷上，亦炙服之。又治夢思慕者雁肪，味甘平無毒，主風攣
拘急偏枯，血氣不通利。

石蜜，味甘平微寒無毒，主心腹邪氣驚癇瘧，安五臟，
治諸不足，益氣補中，止腹痛，解諸蜜蠟，味甘微溫無毒，
主下利膿血，補中續絕傷，除金瘡，益氣力，不飢。白蠟，
止久泄瘥後重見血者，補絕傷，利小兒。

魚，味甘無毒，主百病。

鰻鱺魚，味甘大溫有毒，主五痔，殺諸蟲。

鱖魚肉，味甘大溫，黑者無毒，主補中養血，治沈唇，
魚（徒河反），平無毒，主少氣吸吸，足不能立地。

烏賊魚骨，味鹹微溫無毒，主女子漏下，赤白經汁，血
閉，陰蝕腫痛，寒熱瘕無子，驚氣入腹，腹痛環臍，丈夫

陰中痛而腫，令人有子。肉，味酸平無毒，益氣強志。

鯉魚肉，味甘平無毒，主咳逆上氣，疸黃止渴。黃帝云：
食桂竟食鯉魚肉，害人。腹中宿瘕病者，食鯉魚肉害人。

鯽魚，味甘平無毒，主一切瘡，燒作灰和醬汁敷之，日
二。又去腸癰。凡魚赤鱗者，不可食。魚無腮不可食。

鰲肉，味甘平無毒，主傷中益氣，補不足，療腳氣。鰲
腹下成王字，不可食，鰲肉和芥子醬食之損人。鰲三足食之
害人。鰲肉共莧、蕨菜食之作鰲瘕。

蟹黃生者，解結散血，愈漆瘡，養筋益氣。黃帝云：蟹
目相向足斑者，食之害人，十二月勿食蟹鰲，損人神氣。