



《本草纲目》彩绘精编

——古老本草智慧依然年轻

文 / 海军军医大学/海军军医大学第一附属医院 张慧卿

关键词：《本草纲目》；李时珍；中医药；经典传承；古籍整理



张慧卿 中药学博士、教授，
国医大师金世元弟子。

海军军医大学中医系中药
方剂教研室主任，兼任中华中
医药学会科普分会常务委员、
上海市健康科普英才、上海市
中医药文化科普巡讲专家等。

书52卷、1892种药物、11096个医方，对医药专家而言是蕴藏传统智慧的宝库，但对普通读者乃至一线临床医护人员来说，却常常难以真正读懂和用好。李时珍的原著固然伟大，但明代木刻版画仅能勾勒药材大致轮廓，晦涩的文言论述也与当代用药规范、毒性认知存在明显差距。传承经典，从来不是墨守成规的复刻，而是秉持“传承不泥古，创新不离宗”的理念，为这部古老典籍“减负”与“升维”。

一、精准“减负”

要让《本草纲目》历久弥新，首要之举便是精准“减负”，让经典智慧更贴合当代人的健康需求。

我们以《本草纲目》金陵本为蓝本，结合刘衡如、刘山永两位先生的校注本，从临床应用与日常生活两个维度，精选出200味高频使用或大众熟知的中药——既有人参、黄芪等临床诊疗中的核心用药，也有生姜、山药等日常常见的药食两用之品。对于那些所用药材稀缺难觅、炮制工艺失传，或与现代用药规范相冲突的附方，我们进行了审慎删减。这并非对经典的不敬，而是

明万历二十四年（1596年），《本草纲目》正式刊行，距1578年编撰完成已隔十八载。如今，这部“430岁”的本草巨著并未因时代更迭而被尘封，反而在当代的传承与创新中焕发新生，始终与普通人的健康生活有着深厚联结。这份跨越四个多世纪的共鸣，源于我们对经典的精准解读与创新传承——让古老本草智慧适配当代健康需求，让《本草纲目》始终保持鲜活生命力。

常有读者疑问：历代学者已多次整理《本草纲目》，为何你们还要涉足其中？答案很简单：经典需要不断“翻译”，才能跨越时空壁垒，真正走进大众。全

对读者健康的负责,更是守护经典的另一种方式——让实用、安全的本草智慧真正走进当代人的日常生活。

二、创新“升维”

除了精准“减负”,要让《本草纲目》焕发新生,还需创新“升维”,让古老本草真正“活”起来,贴近大众认知。

李时珍当年编撰时绘制“原药图”,正是因为深知形态辨识是本草应用的基础,是本草的生命力所在。我们秉承这份严谨,特邀专业绘画团队,为精选的200味药物绘制精准彩绘,细致还原根茎叶纹理、花果色泽、虫鱼形貌,力求还原本草真貌。更具突破性的是,我们为70余味重点本草引入裸眼AR 3D技术,读者通过手机扫描相关标识,即可360°旋转观察药材原植物,实现“掌上看本草”的沉浸式体验,让原本静止的本草以鲜活姿态呈现在大众面前。

三、古今对话

为《本草纲目》注入当代活力,核心是打通古法与今用,实现与李时珍的跨时空“对话”,让古老药理适配现代医学。

我们秉承李时珍在《本草纲目》中首创“发明”体例的严谨态度,对每一味药物都严格参照《中华人民共和国药典》(2025年版)及最新权威研究文献,规范性味归经、功效主治等关键要点。同时,结合现代临床研究,通俗阐述临床新用、毒性管控等实用内容,把晦涩难懂的文言转化为清晰易懂的现代表达,让大众既能读懂本草的历史,又能掌握实用的知识。

何首乌的临床应用,便是古今对话的生动例证。何首乌分生、制两种,生品侧重解毒、润肠,制品则以补肝肾、益精血、乌须发为核心功效。近年来,何首乌的肝毒性问题备受关注。现代医学研究证实,何首乌可能导致的肝损伤与个体体质、用药剂量密切相关。我们结合当代药典与临床共识,梳理出使用禁忌:生何首乌应避免内服;肝胆疾病患者、自身免疫性疾病患者、老年人、儿童等不建议使用制何首乌。此外,服用期间需定期监测肝功能。古今对照,让古老本草的使用更具科学性与安全性。

四、岁月流转,经典不老

《本草纲目》生机不减,因为它始终扎根实践,更因为它兼具时代内涵,能真正融入当代人的健康生活,发挥实用价值。《本草纲目》早已超越一部医药典籍的范畴,成为承载中国传统医药智慧的珍贵宝库,生动体现了中华民族“天人合一”的健康理念。我们对它的传承与创新,本质是搭建一座跨越时空的桥梁——一头连着当年躬身实践、潜心编撰的李时珍,一头连着如今关注自身与家人健康的普通大众。

学习本草知识,并非要让人人都成为专业医生,而是建立一种正确的认知——对药物审慎,对生命敬畏。愿这份跨越四个多世纪的本草智慧,继续指引我们识本草之妙、悟医道之深、养身心之健,也愿这部古老巨著为现代人提供健康指引,在新时代续写崭新的篇章。

本文编辑:李修坤



《本草纲目》彩绘精编: 珍藏版获2025年度中华优秀科普图书(融合书目)