

人身中本有四病，一者地，二者水，三者火，四者風。風增氣地，火增熱起，水增寒起，土增力盛。本從四病，起四百病。土屬身，水屬口，火屬眼，風屬耳，火少寒多目冥。

春正月二月三月寒多；夏四月五月六月風多；秋七月八月九月熱多；冬十月十一月十二月，有風有寒。

何以故春寒多，以萬物皆生，為寒出故寒多。何以故夏風多，以萬物榮華陰陽合聚故風多。何以故秋熱多，以萬物成熟故熱多。何以故冬有風有寒，以萬物終亡熱去故有風寒。

三月四月五月六月七月得臥，何以故，風多故身放。八月九月十月十一月十二月正月二月不得臥，何以故，寒多故身縮。春三月有寒，不得食麥豆，宜食粳米醞酏諸熱物；夏三月有風，不得食芋豆麥，宜食粳米乳酪；秋三月有熱，不得食粳米醞酏，宜食細米 蜜稻黍；冬三月有風寒，陽興陰合，宜食粳米胡豆羹醞酏。

有時臥風起有時滅，有時臥火起有時滅，有寒起有時滅。

人得病有十因緣，一者久坐不飯；二者食無貸；三者憂愁；四者疲極；五者姪洩；六者瞋恚；七者忍大便；八者忍小便；九者制上風；十者制下風。從是十因緣生病。