

中医学习  
快易通丛书

丛书主编 陈仁寿

# 中医入门

# 100讲

南京中医药大学 陈仁寿 主编

Zhongyirumen100jiang

凤凰出版传媒集团  
江苏科学技术出版社

中国中医药出版社

# 中医入门

## 100讲

Z

中国中医药出版社

ISBN 7-302-04111-1

中国中医药出版社

中医学习  
快易通丛书

丛书主编 陈仁寿

# 中医入门100讲

主 编 陈仁寿

副主编 钱 峻 沈 劼 蔡 京

凤凰出版传媒集团  
江苏科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

中医入门 100 讲/陈仁寿主编. —南京:江苏科学技术出版社, 2005. 8

(中医学习快易通丛书)

ISBN 7-5345-4579-X

I. 中… II. 陈… III. 中医学—基本知识  
IV. R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 059846 号

## 中医入门 100 讲

---

主 编 陈仁寿  
责任编辑 周 骋  
责任校对 苏 科  
责任监制 徐晨岷

---

出版发行 江苏科学技术出版社  
(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)  
网 址 <http://www.jskpub.com>  
集团地址 凤凰出版传媒集团  
(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)  
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>  
经 销 江苏省新华发行集团有限公司  
照 排 南京玄武湖印刷实业有限公司  
印 刷 江苏科技情报所印刷厂

---

开 本 850 mm×1168 mm 1/32  
印 张 9.875  
字 数 240 000  
版 次 2005 年 8 月第 1 版  
印 次 2006 年 2 月第 2 次印刷

---

标准书号 ISBN 7-5345-4579-X/R·887  
定 价 18.00 元

---

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

# 前 言

中医学是我国传统科技文化的重要组成部分,数千年来对中华民族的生存和繁衍作出了巨大贡献。她是一门古老而神奇的学问,同时也是伟大的文化遗产。随着世界性的回归自然热潮的到来,中医学这门古老东方医术也受到世人越来越多的重视,人们寄希望通过利用中医药技术达到医疗和保健的目的。

中医学在其长期的发展过程中,形成了自己独特的理论体系和优势,要理解并掌握中医药理论和技术,必须认真学习中医药理论基础知识。眼下人们的生活水平日益提高,如何认识自身,加强保健意识,已成为日常生活中的重要组成部分,并且越来越多的人渴望了解医学知识,特别是中医药知识,希望通过对中医药的充分认识来提高自我的保健意识。

本书是一本将中医基础理论、中医诊断学、中药学、方剂学四门学科合而为一的综合性著作,以讲座的形式,分100讲介绍中医学的基础知识。全书分上下两编,上编为基础理论编,介绍中医的基本理论和诊断方法;下编为药物处方编,介绍中医常用中药和处方,全书几乎包括了中医基础方面的全部知识点。

本书尽量做到语言通俗易懂,内容简明扼要,以适合于中医初学者及中医爱好者使用,也可作为非中医专业学生学习中医的教材和参考资料。

陈仁寿

2005年5月

# 目 录

## 上编 基础理论

### 第一章 绪 论

一讲	中医药学的起源与形成	1
二讲	中医学发展简况	3
三讲	古代著名医家及其学术成就	6
四讲	中医学的基本特点	10

### 第二章 阴阳五行

五讲	阴阳学说的基本内容	14
六讲	阴阳学说与中医学	16
七讲	五行学说的基本内容	19
八讲	五行学说与中医学	22

### 第三章 藏象学说

九讲	藏象	26
十讲	心(附:心包络)	28
十一讲	肝	31
十二讲	脾	35
十三讲	肺	38
十四讲	肾(附:命门)	40
十五讲	六腑(附:奇恒之腑)	43
十六讲	脏与脏之间的关系	47
十七讲	腑与腑、脏与腑之间的关系	50

## 第四章 气血精津

十八讲	气的生成与生理功能 .....	53
十九讲	气的分布与分类 .....	55
二十讲	血的生成与功能 .....	57
二十一讲	精的生成与功能 .....	59
二十二讲	津液的生成与功能 .....	61
二十三讲	气血精津液之间的关系 .....	63

## 第五章 经络学说

二十四讲	经络的概念与组成 .....	67
二十五讲	十二经脉 .....	68
二十六讲	十二经脉的循行部位 .....	70
二十七讲	奇经八脉 .....	73
二十八讲	经别、别络、经筋、皮部 .....	76
二十九讲	经络的生理功能与应用 .....	78

## 第六章 病因与发病

三十讲	外感病因 .....	81
三十一讲	内伤病因 .....	85
三十二讲	其他病因 .....	88
三十三讲	发病机理 .....	91

## 第七章 病 机

三十四讲	邪正盛衰 .....	95
三十五讲	阴阳失调 .....	98
三十六讲	气血失常 .....	102
三十七讲	津液代谢失常 .....	106
三十八讲	内生五邪 .....	108
三十九讲	疾病转归 .....	111

- 四十讲 五脏病机…………… 113  
四十一讲 六腑和奇恒之腑病机…………… 116

### 第八章 四诊(望、闻、问、切)

- 四十二讲 望诊——望神色形态…………… 119  
四十三讲 望诊——望头部、肢体和排泄物 …… 123  
四十四讲 舌诊——望舌质…………… 127  
四十五讲 舌诊——望舌苔…………… 130  
四十六讲 闻诊…………… 133  
四十七讲 问诊——问寒热…………… 137  
四十八讲 问诊——问汗出和饮食口味…………… 140  
四十九讲 问诊——问疼痛、睡眠 …… 144  
五十讲 问诊——问二便和经带…………… 147  
五十一讲 切诊——按诊、脉诊 …… 151  
五十二讲 切诊——脉象…………… 154

### 第九章 八纲辨证

- 五十三讲 表里、寒热辨证 …… 160  
五十四讲 虚实、阴阳辨证 …… 163

### 第十章 气血津液辨证

- 五十五讲 气、血病辨证 …… 168  
五十六讲 气血同病和津液病辨证…………… 171

### 第十一章 脏腑辨证

- 五十七讲 心病辨证…………… 175  
五十八讲 肺病辨证…………… 178  
五十九讲 脾病辨证…………… 182  
六十讲 胃肠病辨证…………… 184  
六十一讲 肝胆病辨证…………… 188

- 六十二讲 肾和膀胱病辨证····· 192  
六十三讲 脏腑兼病辨证····· 195

## 第十二章 外感病辨证

- 六十四讲 六经辨证····· 199  
六十五讲 卫气营血和三焦辨证····· 201

## 第十三章 防治原则

- 六十六讲 治病求本与扶正祛邪····· 205  
六十七讲 调整阴阳、脏腑与气血····· 208  
六十八讲 正治、反治及治疗“八法”····· 210  
六十九讲 预防和护理原则····· 213

## 下编 药物处方

### 第十四章 中 药

- 七十讲 中药的药性····· 217  
七十一讲 中药配伍与禁忌····· 220  
七十二讲 用药剂量与用法····· 222  
七十三讲 解表药····· 225  
七十四讲 清热药(1)——清热泻火药与清热燥湿药····· 227  
七十五讲 清热药(2)——清热凉血药、清热解毒药与清  
虚热药····· 229  
七十六讲 祛风湿药与化湿药····· 231  
七十七讲 利水渗湿药····· 235  
七十八讲 泻下药与温里药····· 237  
七十九讲 消食药与驱虫药····· 240  
八十讲 理气药····· 242  
八十一讲 活血药····· 244

八十二讲	止血药	247
八十三讲	化痰止咳平喘药	249
八十四讲	平肝息风药	252
八十五讲	安神药与开窍药	254
八十六讲	补虚药(1)——补气药、补阳药	257
八十七讲	补虚药(2)——补血药、补阴药	260
八十八讲	收涩药与外用药	263

### 第十五章 方 剂

八十九讲	方剂的组成规律	268
九十讲	解表剂与和解剂	270
九十一讲	清热剂	274
九十二讲	泻下剂与消食剂	278
九十三讲	温里剂与固涩剂	281
九十四讲	理气剂	284
九十五讲	理血剂	286
九十六讲	补益剂	288
九十七讲	祛湿剂	292
九十八讲	治风剂与治燥剂	296
九十九讲	祛痰剂	300
一百讲	安神剂与开窍剂	302

# 上编 基础理论

## 第一章 绪 论

### 一讲 中医药学的起源与形成

#### 1. 中医药学的起源

中医药学有数千年的历史,是中国人民长期同疾病作斗争的经验总结,是我国传统科技文化中的重要组成部分。中医药知识来源于实践,早在远古时代,我们的祖先在与大自然作斗争中就创造了原始医学。如人们在寻找食物的过程中,发现某些植物对人体有益,能减轻或消除某些病症,而有些植物对人体有害,这就是发现和应用中药的起源。因而有“伏羲氏尝百药而制九针”和“神农尝百草,一日而遇七十毒”的传说,中药学也在此基础上发展起来。

人们为了保护自己不受风雨的侵袭,在烘火取暖的基础上,发现用兽皮、树皮包上烧热的石块或沙土作局部取暖,可消除某些病痛,通过反复实践和改进渐而产生了热熨法和灸法;在使用石器作为生产工具的过程中,发现人体某一部位受到刺伤后,反能解除另一部位的病痛,从而创造了运用砭石、骨针治疗方法,并在此基础上逐渐发展为针刺疗法,进而形成了经络学说。

关于中医药的起源一直存在着唯物论和唯心论、辩证法和形而上学两种世界观的根本分歧和争论。医药的起源离不开人类的生产和生活的实践,所谓“医源于圣人”、“医源于巫”、“医源于动物本能”等观点,不仅是对历史的歪曲和颠倒,而且抹杀了医药的实践性和科学性,因而是完全错误的。

## 2. 中医学理论体系的形成

中医学是研究人体生理、病理以及疾病的诊断和防治的一门科学,它有独特的理论体系和丰富的临床医疗经验。中医学的理论体系是受到古代的唯物论和辩证法思想——阴阳五行学说的深刻影响,以整体观念为主导思想,以脏腑经络的生理和病理为基础,以辨证论治为诊疗特点的医学理论体系。

中医理论体系来源于实践,并在实践中不断得到充实和发展。早在两千多年前的春秋战国时期,社会急剧变化,政治、经济、文化都有显著的发展,学术思想也日趋活跃。在这种形势下,出现了我国现存最早的中医理论专著——《黄帝内经》。该书系统总结了春秋战国以前的医学成就,并结合当时的天文、历法、气象、数学、生物、地理、哲学等多种学科的重要科学成果,运用朴素的唯物论和辩证法思想,对人体的解剖、生理、病理以及疾病的诊断、治疗与预防,做了比较全面的阐述。在形态学方面,关于人体骨骼、血脉长度,内脏器官的大小和容量等的记载,基本上符合实际情况,如食管与肠的比例是 1:35,现解剖是 1:37,两者基本相近。在血液循环方面,提出“心主身之血脉”(《素问·痿论》),认识到血液在脉管内“流行不止,环周不休”(《素问·举痛论》),书中内容初步奠定了中医学的理论基础。

《难经》是一部可与《黄帝内经》相媲美的古典医籍,成书于汉之前,相传系秦越人所著。其内容十分丰富,包括生理、病理、诊断、治疗等各方面,补充了《黄帝内经》之不足,既解释了《黄帝内经》中较为疑难的问题,并在理论上有新的发展。如书中提出的“独取寸口”这一诊断方法,至今仍为临床所沿用;在治疗上提出了“虚则补其母,实则泻其子”等治则,为临床立法制方提供了理论基础。由于书中丰富的理论知识,使其和《黄帝内经》一样,成为后世指导临床实践的理论基础。

秦汉以来,内外交通日渐发达,少数民族地区的犀角、琥珀、羚羊角、麝香,以及南海的龙眼、荔枝核等,渐为内地医家所采用。东南亚等地的药材也不断进入中国,从而丰富了人们的药材知识。

《神农本草经》就是当时流传下来的、中国现存最早、集东汉以前药理学大成的药理学专著。它总结了汉以前人们的药物知识,载药 365 种,并记述了君、臣、佐、使,七情和合,四气五味等药理学理论。后人长期的临床实践和现代的科学证明,该书所载药效大多是正确的,如麻黄治喘、黄连治痢、海藻治瘰等。

公元 3 世纪,东汉著名医家张仲景在深入钻研《素问》、《针经》、《难经》等古典医籍的基础上,广泛采集众人的有效药方,并结合自己的临床经验,著成《伤寒杂病论》,即后世的《伤寒论》和《金匱要略》。《伤寒论》在《素问·热论》的基础上,确立了六经辨证论治的纲领,提出了六经(太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴)的证型和分经辨证治疗的原则,所以说《伤寒论》是中医学中成功地运用辨证论治的第一部专书,为辨证论治奠定了基础。《金匱要略》以脏腑的病机理论进行证候分析,记载了 40 多种疾病,262 首方剂。二书以六经辨伤寒,以脏腑辨杂病,确立了中医学辨证论治的理论体系,为临床医学的发展奠定了基础。

在《内经》、《伤寒杂病论》的基础上,历代医家从不同角度发展了祖国医学理论,如隋代巢元方等编著的《诸病源候论》是中医学第一部病因病机证候学专书;宋代陈无择《三因极一病证方论》在病因学说方面提出了著名的“三因学说”;金元时期出现了各具特色的医学流派,其中有代表性的是刘完素、张从正、李杲、朱丹溪,后人称之为“金元四大家”。

温病学理论源于《内经》、《难经》、《伤寒杂病论》等书,经过历代医家的不断研究、补充和发展,至清代日趋完善,叶天士创立了以卫气营血、三焦为核心的温病辨证论治理论和方法,从而使温病在因、证、脉、治方面形成了完整的理论体系。

## 二讲 中医学发展简况

西晋医家皇甫谧(215~282)将《素问》、《针经》、《明堂孔穴针灸治要》三书的基本内容,进行重新归类编排,撰成《针灸甲乙经》

12卷,128篇。该书为中国现存最早的一种针灸专书,其内容包括脏腑、经络、腧穴、病机、诊断、针刺手法、刺禁、穴主治等。书中经过考查确定了当时的腧穴总数和穴位349个(包括单穴49个,双穴300个),论述了各部穴位的适应证与禁忌,总结了操作手法等,对世界针灸医学影响很大。701年,日本政府制定医药职令时规定,本书为医学士必修书。

610年,巢元方等人集体编写的《诸病源候论》,是中国现存最早的病因证候学专著。全书共50卷,分67门,载列证候1700余条,分别论述了内、外、妇、儿、五官等各科疾病的病因病理和症状。其中对一些疾病的病因及发病原理已描述得比较详尽而科学。例如:对某些寄生虫的感染,已明确指出与饮食有关;认为绦虫病系吃不熟的肉类所致。书中还记载了肠吻合术、人工流产、拔牙等手术,说明当时的外科手术已达到较高水平。

隋唐时期,由于政治统一,经济文化繁荣,交通发达,外来药物日益增多,用药经验不断丰富,对药物学成就进一步总结已成为当时的客观需要。657年唐政府组织苏敬等20人集体编修本草,于659年完稿,名为《唐·新修本草》(又名《唐本草》)。这是中国古代由政府颁行的第一部药典,也是世界上最早的国家药典。它比欧洲1542年颁行的《纽伦堡药典》早883年。该书共54卷,包括本草、药图、图经三部分,载药850种,在国外影响较大。713年,日本官方就将此书的传抄本规定为学医的必读课本。

唐代医家孙思邈(581~682)集毕生之精力,著成《备急千金要方》、《千金翼方》。其中《千金要方》分为30卷,合方论5300首;《千金翼方》亦30卷,载方2571首。二书还对临床各科、针灸、食疗、预防、养生等均有论述,尤其在营养缺乏性疾病防治方面,成就突出。如认为瘰疬(指甲状腺肿类疾病)是因人们久居山区,长期饮用一种不好的水所致,劝告人们不要久居这些地方;对夜盲病人,采用动物肝脏治疗等。752年,王焘著成《外台秘要》,全书共40卷,1104门(据今核实为1048门),载方6000余首,可谓集唐以前方书之大成。

宋代对中医教育比较重视。宋政府设立“太医局”，作为培养中医人材的最高机构。学生所学课程包括《素问》、《难经》、《伤寒论》和《诸病源候论》等。教学方法也有很大改进，如针灸医官王惟一设计铸造铜人两具(1026年)，精细刻制了十二经脉和354个穴位，作为针灸教学和考试医师之用。考试时，试官将铜人穴位注水，外用蜡封。受试者如取穴正确，可针进水出。这是中国医学教育事业的创举。1057年，宋政府专设“校正医书局”，有计划地对历代重要医籍进行了搜集、整理、考证和校勘，历时十余年，在1068~1077年陆续进行。目前我们所能读到的《素问》、《伤寒论》、《金匱要略》、《针灸甲乙经》、《诸病源候论》、《千金要方》、《千金翼方》和《外台秘要》等重要医籍，都是经过此次校订、刊行后流传下来的。

12~14世纪的金元时代，中医学出现了许多各具特色的医学流派。其中有代表性的是四大家，即：刘完素(1120~1200)认为伤寒(泛指发热性疾病)的各种症状多与“火热”有关，因而在治疗上多用寒凉药物，被后世称之为“寒凉派”；张从正(约1156~1228)认为，病由外邪侵入人体所生，一经致病，就应祛邪，故治疗多用汗、吐、下三法以攻邪，被后世称之为“攻下派”；李杲(1180~1251)提出，“内伤脾胃，百病由生”，治疗时重在温补脾胃，因脾在五行学说中属“土”，故被后世称之为“补土派”；朱震亨(1281~1358)认为，人体“阳常有余，阴常不足”(即认为人体常常阳气过盛，阴气不足)，治疗疾病应以养阴降火为主，被后世称之为“养阴派”。

明代医药学家李时珍(1518~1593)亲自上山采药，广泛地到各地调查，搞清了许多药用植物的生长形态，并对某些动物药进行解剖或追踪观察，对药用矿物进行比较和炼制，参考文献800余种，历时27年之久，写成了《本草纲目》，收载药物1892种，附方一万多个，对中国和世界药物学的发展做出了杰出的贡献。

大约在11世纪，中医即开始应用“人痘接种法”预防天花，成为世界医学免疫学的先驱。17~19世纪，由于传染病的不断流行，人们在同传染病作斗争的过程中，形成并发展了温病学派。如

明代吴有性认为传染病的发生,“非风非寒,非暑非湿,乃天地间别有一种异气所感”,他称之为“戾气”。他指出“戾气”的传染途径是自口鼻而入,无论体质强弱,触之皆病。这就突破了中医学历来认为的病邪是由体表进入人体的传统理论,在细菌学尚未出现的 17 世纪中叶,这无疑是一伟大创举。到了清代,中医在治疗温病(包括传染性和非传染性发热性疾病)方面最有成就的代表著作有叶桂的《温热论》、薛雪的《湿热条辨》、吴瑭的《温病条辨》及王士雄的《温热经纬》等。

清代医家王清任(1768~1831)根据尸体解剖和临床经验写成《医林改错》,改正了古代医书在人体解剖方面的一些错误,强调了解剖知识对医生的重要性,并发展了瘀血致病理论与治疗方法。

中医学是中华民族灿烂文化的重要组成部分。几千年来为中华民族的繁衍昌盛做出了卓越的贡献,并以显著的疗效、浓郁的民族特色、独特的诊疗方法、系统的理论体系、浩瀚的文献史料,屹立于世界医学之林,成为人类医学宝库的宝贵财富。中医学学历数千年而不衰,显示了自身强大的生命力,它与现代医药共同为我国卫生事业作出贡献,是我国医药卫生事业所具有的特色和优势。

### 三讲 古代著名医家及其学术成就

在中医学发展的历史上出现过许多著名的医家,他们为中华民族的健康和人口繁衍做出了极大的贡献,认真阅读他们为后人留下的著作,研究他们的学说思想和观点,对于更好地掌握中医药知识,发展中医药理论具有重要的意义。

#### 1. 扁鹊

扁鹊,本名秦越人,勃海郡人,约生活于春秋战国时期。“扁鹊”一词原本为古代传说中能为人解除病痛的一种鸟,秦越人医术高超,百姓敬他为神医,尊称其为“扁鹊”。

据《史记》所载,扁鹊曾望诊过蔡桓侯的脸色,认为其有病,“不

治将深”，多次提醒，蔡桓侯始终不听，拒绝及时医治，最后抱病死去。扁鹊路过虢国，听说虢太子暴死，便向太子的属官中庶子询问病情，问明了详细情况后他断定虢太子没死，而是患了一种假死的“尸厥”症，他亲去察看诊治，使太子完全康复，从此，天下人传言扁鹊能“起死回生”。对于扁鹊在中医史上的历史地位，司马迁很明确地说：“扁鹊言医，守数精明，为方者宗，后世循序，弗能易也。”中医经典著作《难经》，相传为秦越人所作，但从内容看当为托名，非其亲著。

## 2. 张仲景

张仲景，名机，河南省南阳县人，约生于东汉和平元年(150)，卒于建安二十四年(219)，因曾担任过长沙太守，故有“张长沙”之别称。

他“勤求古训，博采众方”，广泛搜集古今治病的有效方药，经过几十年的奋斗，收集了大量的资料，包括他个人在临床实践中的经验，于公元 205 年左右写出了《伤寒杂病论》(即后世的《伤寒论》和《金匱要略》)。

《伤寒杂病论》是我国最早的理论联系实际的临床诊疗专著，它系统分析了伤寒病的原因、症状、发展阶段和处理方法，创造性地确立了对伤寒病的“六经分类”的辨证施治原则，奠定了理、法、方、药的理论基础。书中收录了 300 多首经方，这些方剂药物配伍精练，主治明确，如麻黄汤、桂枝汤、柴胡汤、白虎汤、青龙汤、麻杏石甘汤等，经过千百年临床实践的检验，被证实有较高的疗效，并为中医方剂学提供了发展的依据。后世的不少药方都是从它发展变化而来，因而有“众方之宗，群方之祖”之称。

## 3. 华佗

华佗，字元化，沛国谯(今安徽亳县)人，约生于 145 年，卒于 208 年。他是东汉末年一位杰出的医学家，后世每以“华佗再世”、“元化重生”称誉他，足见其影响之深远。

华佗行医，并无师传，主要是精研前代医学典籍，在实践中不断钻研、进取。他精通内、外、妇、儿、针灸各科，尤以外科著称，他