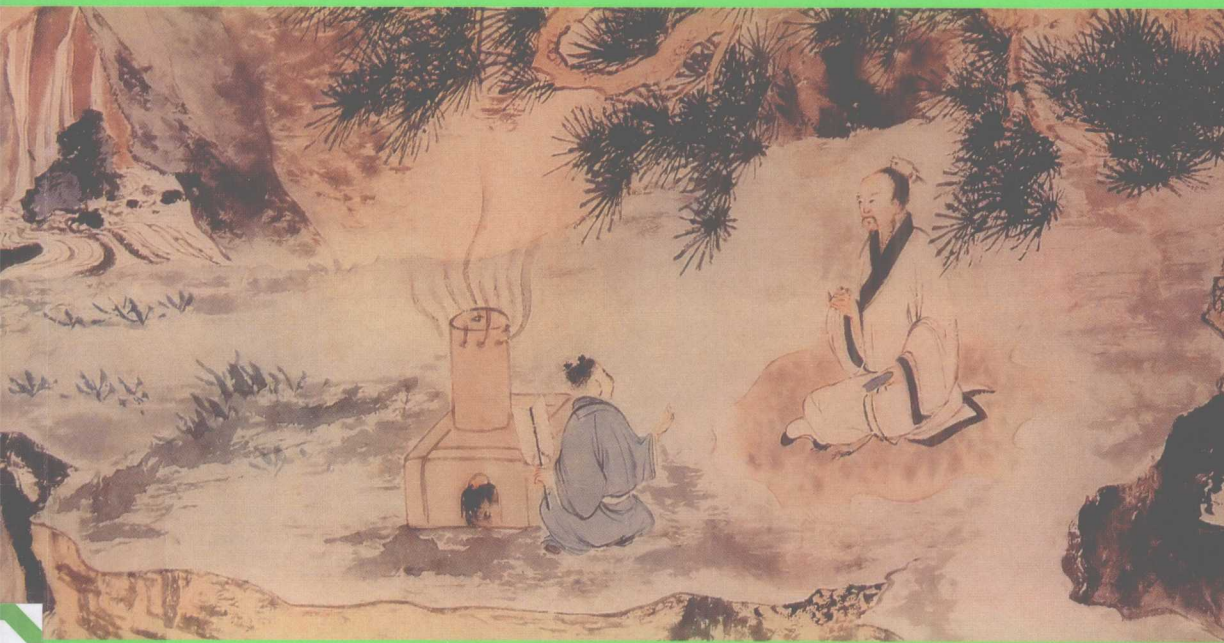


图说经典

图说中国文化

图说中医



何 燕 著

通过文字、图片、版式设计多种视觉要素的有机结合
立体展现中医文化的历史和内涵
文化的力量和图片的色彩一起流淌
用“图说”理念带您走进魅力无穷的中国文化

华 文 出 版 社

图说中医



华文出版社

图书在版编目(CIP)数据

图说中医 / 何燕著. —北京: 华文出版社,
2009.6

ISBN 978-7-5075-2278-5

I. 图… II. 何… III. 中医学—图解 IV. R2-64
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 097201 号

书 名: 图说中医

标准书号: ISBN 978-7-5075-2278-5

作 者: 何 燕 著

责任编辑: 杜海泓

封面设计: 王明贵

文字编辑: 于海娣

美术编辑: 王静波

图片提供: www.ICpress.cn & www.quanjing.com

出版发行: 华文出版社

地 址: 北京市宣武区广外大街 305 号 8 区 2 号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwcbs.com.cn>

电子信箱: hwcbs@263.net

电 话: 总编室 010-58336255 发行部 010-58815874

经 销: 新华书店

开本印刷: 三河市华新科达彩色印刷有限公司

720mm × 1010mm 1/16 开本 12 印张 177 千字

2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

定 价: 19.80 元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与发行部联系调换

前言

P R E F A C E

中国文化源远流长，博大精深。作为炎黄子孙，学习和继承中华民族的文化遗产是每个中国人义不容辞的责任。然而面对中国文化庞杂的知识体系，大多数的人都明显会感到力不从心，很难在短时间内掌握其底蕴及脉络。

如何才能在较短的时间内获得较多的信息，从而有效地掌握中国文化知识呢？为了帮助读者提高人文素养，增强对传统文化的认知，快速了解中国文化的精髓，编者选取了具有中国文化代表性的主题，推出了这套“图说中国文化”系列丛书。整套丛书包括茶、道教、佛教、中医、养生、饮食、文学、音乐、戏剧、舞蹈等分册，以图释文、深入浅出地介绍中国文化的各个侧面，力求将中国文化的精神及内涵立体地呈现出来，为读者提供一个深入了解中国文化的平台。

作为华夏文明发展中自然科学的一部分，中医的产生与发展有着一定的客观规律。同时，中医也不仅是一门单纯的医学，其在发展过程中不断吸取传统文化的精髓与智慧，从而逐渐成为中华民族防病、治病、养生、健身的一种文化。从《易经》、《道德经》到《黄帝内经》，中医理论和实践中无不凝聚着中国的古代哲学思维，渗透着天道与人道统一的认识，而道家、佛家、儒家等各个思想流派也对中医药学的形成与发展有着

深刻的影响。可以说，没有中国传统文化做根基，中医就会成为无源之水；而谈到中国的传统文化，中医也是不能不提及的话题。

本书以全新的“图说”方式，结合编写体例、图片和艺术设计等多种要素，对中医进行了细致入微的全方位展示。内容涉及中医的起源和发展、中医理论和诊断方法、中药及其方剂、中医各学派、中华名医、中医养生等，同时，增设了“中医小词典”等辅助栏目，功能全面，方便实用，为读者了解中医药文化提供不同的角度和更为广阔的视野。深入浅出的文字配以近 200 幅包含多种文化元素的精美图片，使读者对中医药文化有更加全面系统的认识，并从中体味到中国文化的博大精深。

全新的视角、精练简洁的文字、科学的体例和创新的版式设计等多种元素有机结合，引领读者从一个崭新的层面去领略中国文化的精髓，从而对中国文化有更深入、更透彻、更全面的认识。



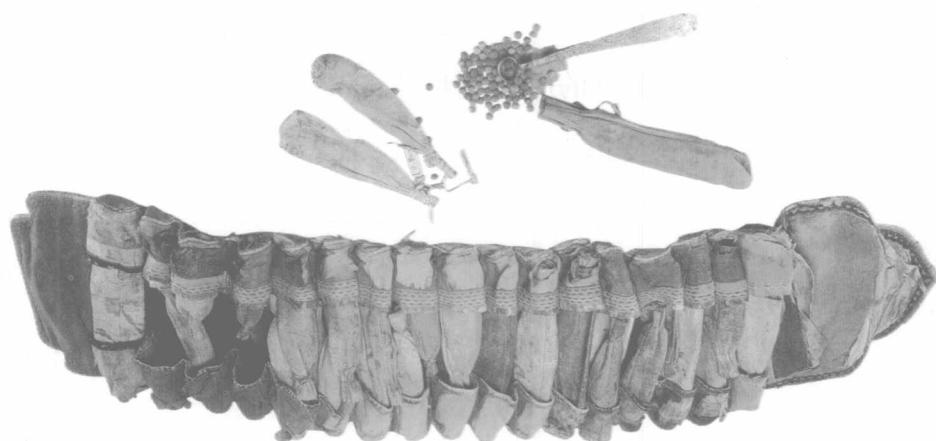
目 录

C O N T E N T S



中医起源和发展	001
辨证施治	007
与传统哲学密切相关的医学思想	010
中医对生理机制和病理变化的独特认识	016
看不见的人体经络网	023
邪从外来，病由内起	026
望闻问切的诊察法	030
奇特的辨证与辨病方式	035
未病先防、有病防变的预防观念	039
扶正祛邪的施治理法	041
中药及其方剂	047
神奇的针灸疗法	056
不拘一格的外治法	061
妙用无穷的其他治疗方法	067
中医各科特色与成就	074
历代中医学派的发展与流变	085

中华名医	092
中医四大经典著作	098
中药巨著	102
中医的教育与传承	106
神秘的中医气功	111
中药与养生美容	118
历代医疗机构和行业管理	126
行医中的门道	132
杏林自古多趣话	139
以现代医学观念看传统医学	148
瑰丽多彩的少数民族医药学	155
中西医的交流和相互借鉴	162
食疗	167



中医起源和发展



时间：200 万年前至今
人物：黄帝、华佗、李时珍等
事件：中医简史
医学典籍：《黄帝内经》、《难经》、《神农本草经》等

中华民族具有悠久的历史，它创造了光辉灿烂的古代文明，中医药是其中璀璨夺目的一颗明珠。

早在200万年前我们的祖先就开始劳动、生息、繁衍、发展着，但那时条件恶劣，他们经常受到猛兽的攻击、自然灾害的侵袭、饥饿的威胁和病痛的折磨。在与大自然的长期斗争中，人体本身结构（如脑容量增大）、生理机能（如思维能力加强）不断进化和完善及原始知识得到同步发展，在寻找食物的过程中，他们逐渐发现某些植物的果、叶、花、茎能减轻或消除一些病症；在烤火取暖的同时，发现用兽皮、树皮包上烧热的石块或沙土放在局部身体可减轻疼痛；在使用石器的过程中，发现身体某一部位受到刺伤后反能解除另一部位的病

石器

图为河北省阳原县虎头梁出土的旧石器时代晚期的石器。为石英岩质地，以楔形、圆形为多数。石器不仅是当时的生产工具，在某种情况下，它们还可以用做原始医疗器材。如灸熨就可以用石头、楔形砭石。

痛等；约20~30万年前随着知识的积累，开始出现医事活动的萌芽；约4~5万年前我们的祖先对医学知识已处于思考、记忆和口头传授阶段。1万年前伴随农牧猎渔、采集业的发展，人们渐渐认识了一些药物，制作了原始的治病工具，并会有意识地主动利用火（灸熨）、水（洗浴）、砭石与骨（针刺）等外治方法来疗伤止痛。至奴隶社会早期（距今4000多年）已初步形成了针灸、按摩、熨烫、药物等治疗方法，有了医学的雏形。夏朝人们学会了酿酒，俗话说“酒是百药之长”，医与酒有着不解之缘。商朝（3000多年前）的厨师伊尹发明了汤液，促进了方剂的诞生，为内治学的发展创造了条件；从殷墟出土的十



关键词 医学雏形 六气致病说 灸熨 药物治疗



东汉时期所绘“五禽戏”动作示意图

“五禽戏”是东汉名医华佗在前人的基础上创编而成的。它模仿虎、熊、鹿、猿、鸟五种动物的行为活动，将动物的行为人格化，帮助人们锻炼身体、养生长寿。

六余万片刻有文字的甲骨中，有323片与疾病有关，里面出现了十余种按人体部位确定的病名，中医理论的源头似可追溯到此。西周采用粗略的四诊法看病，是中医诊断的开端，此时有了专职医师，具体分为疾医（内科）、疡医（外科）、食医（营养）、兽医，并建立了医政管理、医师考核和死亡报告制度，有了草、木、虫、石、谷五类约100种药。

春秋以迄秦汉时期：春秋战国时期哲学思维活跃，是中医理论发展的黄金时期，也是中医理论的奠基阶段。公元前5世纪医和最早提出了“阴、阳、风、雨、晦、明”六气致病学说，加之天人感应思想，医学理论开始萌芽。春秋战国之际，中国现存最早的完整中医

专著《黄帝内经》问世。该书系统总结了在此之前的治疗经验和医学理论，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，初步奠定了中医学的理论基础。《难经》是一部可以与之相媲美的古典医籍，最早的灸法专著是马王堆出土的《足臂十一脉灸经》、《阴阳十一脉灸经》，同时出



骨锥、骨针、骨网坠

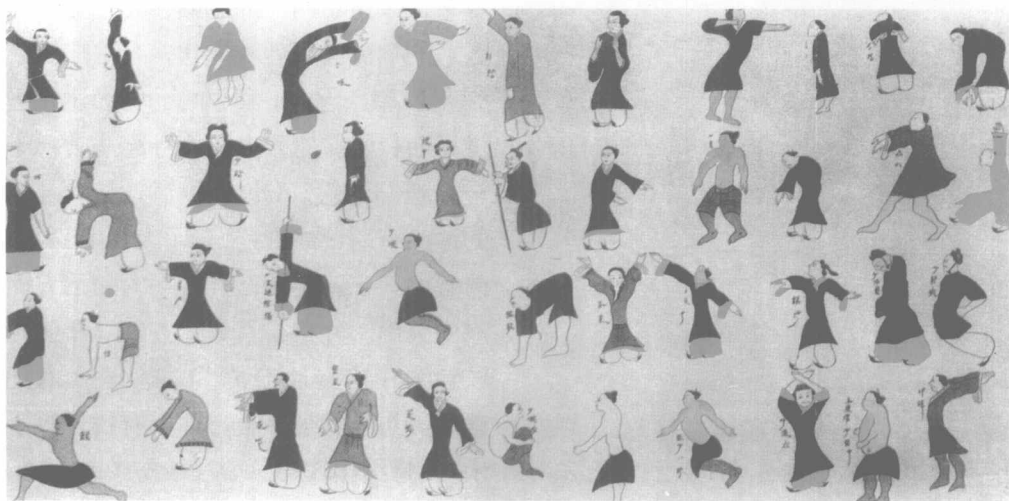
图为1978年西藏自治区昌都县卡若村出土的新石器时代的骨制工具。这些磨制精细的骨针、骨锥、骨网坠很有特色。其中，骨针除了用来缝制衣服外，还有可能被当做针刺工具用于疗伤止痛。



土的还有《五十二病方》等。东汉初年的《神农本草经》是中国现存最早的药理学专著，记载了365种药的性能和主治。虽有神农尝百草、伏羲制九针、黄帝论医事的传说，但事实上，中医药并不单纯是由黄帝、神农发明的，作为炎黄子孙，为了表达对祖先的崇敬和尊奉，后世将中医药里的医理奠基通过《黄帝内经》归功于黄帝，将药物起源通过《神农本草经》献给了炎帝。战国时扁鹊会用望、闻、问、切法诊断，会用灸熨、按摩、药物治疗，成为医巫分业第一人。东汉华佗可用麻沸散全麻进行剖腹术，并首创保健操“五禽戏”；杰出的医学家张仲景博采众长，著成《伤寒杂病论》，确立了中医学辨证施治的理论体系与治疗原



神农像



《导引图》帛画复原图

《导引图》长100厘米、宽50厘米。1973年在长沙市马王堆三号墓出土。在这幅棕色绢上，用红、蓝、褐、黑色绘有44个不同姿式的男女，他们正在做导引术式，旁边写有该术式名称。这幅导引图形象反映了古人与衰老、疾病作斗争的情景。

古代治病三法指的是灸熨、针刺和汤药。

则，为临床医学的发展奠定了基础，备受后代医家推崇。

魏晋隋唐时期：实践医学进入全面发展阶段，临床各科渐趋繁荣，对疾病的认识更深入、广泛、详细、准确，诊治经验更丰富，药品更多，功效更明确，制方更繁多、合理、有效，各种论著颇多。如内科：晋王叔和所著《脉经》



行气铭玉杖首 战国

高5.2厘米，底径3.4厘米。作十二面棱柱体，中空。在十二面中，每面竖刻三字，并有重文符号八个，共四十五字铭，扼要讲述了行气的要领、过程和作用，是目前我们所见到的较早的关于行气理论的叙述。



孙思邈像

是中国第一部脉学专著，归纳整理了二十四种脉象。隋巢元方等编写的《诸病源候论》是中国现存最早的病因症候学专著，分述了内、外、妇、儿、五官等各病的病因、病理和症状，光是症候就列有1729条之多，其中的一些描述相当详尽而科学。唐著名医家孙思邈著《千金方》、王焘著《外台秘要》，均对各病的诊治有所论述，并搜集了大量的验方，前者尤其在营养缺乏性疾病的防治方面成就突出。外科：隋巢元方的《诸病源候论》中有肠吻合术和血管缝合术记载；孙思邈的《千金方》中有拔牙等手术；9世纪出现的《仙授理伤续断秘方》是中国最早的治疗骨折、脱臼的专书。传染病科：晋葛洪的《肘后方》对天花、恙虫病有所描述，并载有用狂犬脑敷伤口治狂犬病的方法；唐代对麻风病和结核



病已有认识。唐代已形成妇儿专科，孙思邈著《千金方》中记录有人工流产术。西晋皇甫谧撰成《针灸甲乙经》，为中国现存最早的针灸专书，确定穴位总数349个，对针灸医学影响巨大。《唐·新修本草》(又名《唐本草》)包括本草、药图、图经三部分，载药850种，是中国古代也是世界第一部由政府颁行的药典。唐朝非常重视医学教育，积极传授中医知识，而且中外医学交流十分活跃。

宋金元时期：以《伤寒论》和运气学说被重视为发展契机，中医以多学派(尤其是金元四大家的兴起)的产生而繁荣，由于百家争鸣，各有创见，大大丰富了中医内涵，推动中医理论不断深化和发展，不断取得新的突破。宋代对中医教育比较重视，设立了“太医局”，作为培养中医人才的最高机构。专设的“校正医书局”，曾有计划地对历代重要医籍进行了搜集、整理、考证和校勘，目前我们所读到的《素问》、《伤寒论》、



配制处方时，必须平衡处方成分的性质、作用和病人的治疗需要。

《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，都是经过此次校订、刊行后流传下来的。王惟一曾铸造两具铜人作为针灸教学和考试之用，开教育模型之先河。元危亦林著《世医得效方》对伤科论述尤为精辟，如治疗脊柱骨折法与现代治则如出一辙。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。

明清时期：除对古籍进行诠释、演绎外，不少是对前人，特别是对金元理论的归纳整理、补充综合、融会贯通、



《黄帝内经·素问》书影



李时珍像

逐步统一，大型医籍不断涌现，明杨继洲的《针灸大成》、陈实功的《外科正宗》及吴有性的《温疫论》等均影响深远，这些都使中医理论更系统完善，特别是辨证论治原则的确定，使传统、朴素的理论与实践进一步结合，并发挥更大的作用。明朝还是药学集大成时期，李时珍历时30年写成的《本草纲目》，收载药物1892种，附方11096首，对中国和世界药理学的发展做出了杰出的贡献。清朝时温病学派崛起，特别是新病原说创立，对热性传染病有了进一步的认识。此期各类厚重的医学论著颇多，《医宗金鉴》、《医学心悟》、清代傅山的《傅青主女科》、陈复正的《幼幼集成》、唐容川的《血证论》等是代表。晚清王清任写的《医林改错》，纠

正了古代医书中的一些错误；此时“人痘接种”预防范围已遍及全国。中医最早的学术团体“一体堂宅仁医会”也于1568年在顺天府（北京）成立。

鸦片战争后，随着西医广泛传播，形成了中医、西医、中西医结合并存的局面，废止中医、中西汇通和坚持传统中医的论争一直没有停止；中西医汇通学派代表人物及其著作有张锡纯的《医学衷中参西录》等。与此同时，多种中医药刊物相继出版，各类学术团体纷纷成立，近代中医学校也于1885年创办，但中医发展总体处于停滞不前的状态。

新中国成立后中医获得了新生，并有了长足进步，中医院校如雨后春笋般出现，中医人才辈出，技能不断改革创新（如针刺麻醉），各种中医书籍、期刊层出不穷。改革开放以来，古老中医学进入了一个崭新的飞速发展时期，并正在不断创造奇迹，走向世界。

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荣昌盛做出了卓越的贡献，并以其系统的理论体系、独特的诊疗方法、显著的疗效、浓郁的民族特色、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共同财富。中医学历经数千年而不衰，显示了强大的生命力，是中国医药卫生事业所独具的特色和优势。



辨证施治



时间：2000 多年前至今

事件：中医哲学

中医思想：整体观念、辨证施治、恒动观念

中医药作为国粹已有几千年的历史,它是一个以朴素的唯物主义和自发的辩证法为指导思想,以阴阳五行学说为说理工具,以脏腑经络学说为理论核心,以辨证论治为临床特色的独特、完整的医学体系。

整体观念

整体观念含两层意思,即人本身是一个整体(小天地),人与自然(大天地)相统一,人天相应,天人合一。

中医始终将人作为一个整体看待,无论是病机、病理,还是诊断、治疗,时时处处着眼体现出这一观点。生理上以五脏为中心,配合六腑,通过经络,将身体各部分器官、组织紧密配合与协调一致地有机联系起来,共同完成人体

统一的机能活动。在病理上,脏腑间、脏腑与体表间病变可互相影响与传变,任何病变(除创伤、虫咬、冻烫等特殊因素所致病变外)一般都是整体生理机能失调的局部反应,如肝脏有病,可以表现为皮肤和眼睛发黄,也可表现出胃肠功能不佳;口腔溃疡可能是心火上炎。因此,通过五官、形体、色脉等外

龟咽鹤息气功纹铜镜 宋

镜为钟形,圆钮。镜背图案的近景松林中,有一只正在摇头伸颈作吐气状的龟,右上角一仙鹤正在飞翔,左侧有一位直立拱手遥望着远处仙鹤的老者正在做气功,龟在吐气象征着呼吸吐纳,鹤在飞翔象征着精神凝聚后可以自由翱翔。



关键词 整体 辩证 恒动

在表现,可以了解内脏病变。治疗上同样从整体出发,凭借这些有机联系,分清主次来指导遣方用药。

人与自然界息息相通,具有不可分割的密切联系,自然界对人体的影响无时无刻无处不在,人与自然气候、地理、环境、饮食、起居、习俗等有千丝万缕的联系,许多疾病与季节、时间、生活条件、环境、心情等有关,如春天传染病常见,夏天胃肠道疾病多发,天冷易中风,海边风湿症多,春困秋乏,大灾后易有大

疫,压力太大可诱发冠心病、癌症等。一般人体可通过内部调节机制适应外界的变化,来维持正常的生理机能,如夏天多汗,冬天脉沉等;但如变化过大,超过适应力或调节能力下降,就会生病,因此中医治病时,必须要考虑自然环境因素。

辨证施治

辨证是在整体观念指导下,将四诊收集的资料,根据阴阳、五行生克制化、经络、脏腑、多种辨证的规律全面分析,辨别疾病的症候,从而判断疾病的病因、部位、性质、邪正盛衰有病变趋势;施治就是根据辨证的结果,确定治疗的手段和方法,中医常说的理法方药就是施治的具体表现,二者不可分割,这是中医治病的基本原则和独特之处,

八卦五行相生相克图

《易经》认为,阴阳是天地、万物的总起源。八卦从人的生命(小宇宙)推演至宇宙,得出宇宙是对立统一的。人是一个整体,一个恒动的整体,人与自然是相通的。图中一人端坐于毛皮之上入定,四周云气环绕,表明其正通过凝神修炼来达到与自然的统一。人形周围的八卦象则揭示了这一点。



症与证

“症”指症状，如咳嗽、腹痛、发热、出血等，为各种不同的病象表现。“证”指症候，系疾病过程中某阶段出现的一组症状和体征的综合，可反映当时人体正气的盛衰，疾病的部位、病因、性质、变化，故症候能给治疗提供依据、指引方向。如“感冒”之初，常出现恶寒、发热、头痛的症状，提示病变部位在体表，称为表证。如患者同时有咽红、口渴、高热，喉痛等热象，脉舌象亦吻合，就可归为表热证。反之，如有流清涕、恶寒重、口不干，苔薄白等寒象，则归于表寒证。治则表热证用辛凉解表，表寒证用辛热解表。

它不同于西医的“辨病或对症治疗”。动变化是可认识的，是有规律可循的，通过认识和把握这些规律，就可以能动地改造物质世界和治病养生，使人类更加健康长寿。在各种条件都极其落后的情况下，我们的先人就能提出这样的观点，无疑是非常科学、进步和难能可贵的。

恒动观念

中医认为宇宙万物（包括人体）都是连续不断、无限永恒地运动和变化着，自然界有四季更迭、昼夜轮回、月亮圆缺、潮汐涨落，有天体右旋、大地左转，方见太阳东升西落等。人有生、长、壮、老、死，有健康—生病—康复—生病—死亡的规律。中医将物质的运动形式概括为：升降出入，即认为生理活动每时每刻都在人体内部和内外交换两方面进行，人体各部分组织、器官、脏腑、气血津液通过经络周而复始地维系在一起，相互依存、相互联络；在病理过程中相互影响、互为因果，如外伤可能逐渐自愈，也可能内传，伤及其他组织；一旦这种活动停止则生命即告终结。虽然物质及人体的运动变化极其复杂，但两千多年前中医即已明确指出：事物运

明斗彩八卦炉

八卦是中国古代哲学中的一组重要符号，它所表示的是天地万物的基本归类，通常又用以代表天之八节、八区和地之八方。这组符号也为中国古代医学所借用。



四气又称四性，就是寒热温凉四种药性。

与传统哲学密切相关的医学思想



事件：哲学影响医学

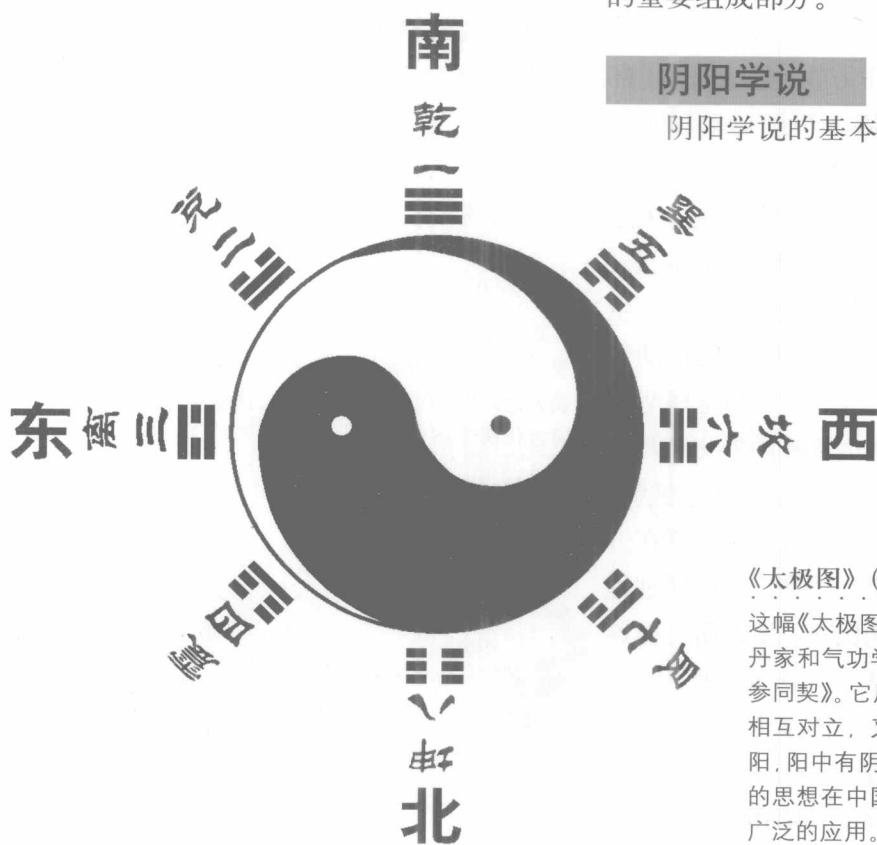
主要医学思想：阴阳学说、五行学说

中医学的发展是与中国文化的发展一脉相承的，它是在中国哲学的基础上建立起来的。阴阳五行学说本是中国古代一种哲学思想，用来认识自然、解释各种自然现象、探求自然的规律，具

有朴素的唯物主义和自发的辩证观点。古医学家将其合理部分巧妙而广泛地引入到医学中来，用它分析、归纳、解释人体的生理和病理变化，并用以指导临床诊治，使其成为中医学独特理论体系的重要组成部分。

阴阳学说

阴阳学说的基本概念是认为，阴



《太极图》（阴阳鱼）

这幅《太极图》据考始制于东汉炼丹家和气功学家魏伯阳的《周易参同契》。它反映了阴阳两方面既相互对立，又相互依存，阴中有阳，阳中有阴。这种阴阳对立互根的思想在中国古代医学中得到了广泛的应用。

