中医万问

常识篇

- 中医怎样辨证施治
- 中药为什么能治病
- 中医历史文化典故和传说有哪些

- 中医理论科普，中医诊断常识
- 中药及服用常识
- 中医历史文化、故事传说

北京市中医管理局
北京中医协会
主编

中国轻工业出版社

中医万问

常识篇

北京市中医管理局
北京中医协会
主编

中国轻工业出版社

图书在版编目（CIP）数据

中医万问·常识篇 / 北京市中医管理局，北京中医协会主编. —北京：中国轻工业出版社，2011.5
ISBN 978-7-5019-8057-4

Ⅰ.①中… Ⅱ.①北…②北… Ⅲ.①中医学–普及读物 Ⅳ.①R22-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第056590号

责任编辑：付 佳 李 梅
策划编辑：王立平 李 梅 责任终审：张乃柬 责任监印：马金路
装帧设计：北京水长流文化 责任校对：晋 洁

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街 6 号，邮编：100740）
印 刷：河北高碑店市德裕顺印刷有限责任公司
经 销：各地新华书店
版 次：2011年5月第1版第1次印刷
开 本：720×1000 1/16 印张：22
字 数：400千字
书 号：ISBN 978-7-5019-8057-4 定价：44.00元
邮购电话：010-65241695 传真：65128352
发行电话：010-85119835 85119793 传真：85113293
网 址：http：//www.chlip.com.cn
Email： club@chlip.com.cn
如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换
100870S2X101ZBW

目录

第一章　中医理论

（一）阴阳理论……12
（二）五行理论……18
（三）气血津液……23
（四）脏腑……39
- 五脏……40
- 六腑……46
- 奇恒之腑……52
- 五脏六腑的相互关系……53

（五）经络……55
（六）治未病理论……59

第二章　中医诊断常识

（一）望闻问切……66
- 问诊……66
- 望诊……76
- 闻诊……103
- 脉诊……107

（二）辨证论治……115
（三）病因病机……128
（四）病证临床表现……161
（五）施治原则……186

第三章　中药常识

（一）基础知识……194
（二）常用中药……205
- 单品中药……205
- 中成药……236

（三）中药煎、服常识……261
（四）用药禁忌……270

第四章　中医文化

（一）中医文化历史……274
（二）中医经典……283
（三）中医典故趣闻……290

索引……301

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

中医万问

常识篇

北京市中医管理局
北京中医协会
主编

中国轻工业出版社

图书在版编目（CIP）数据

中医万问·常识篇 / 北京市中医管理局，北京中医协会主编. —北京：中国轻工业出版社，2011.5
ISBN 978-7-5019-8057-4

Ⅰ.①中… Ⅱ.①北…②北… Ⅲ.①中医学–普及读物 Ⅳ.①R22-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2011）第056590号

责任编辑：付 佳 李 梅
策划编辑：王立平 李 梅 责任终审：张乃柬 责任监印：马金路
装帧设计：北京水长流文化 责任校对：晋 洁

出版发行：中国轻工业出版社（北京东长安街 6 号，邮编：100740）
印 刷：河北高碑店市德裕顺印刷有限责任公司
经 销：各地新华书店
版 次：2011年5月第1版第1次印刷
开 本：720×1000 1/16 印张：22
字 数：400千字
书 号：ISBN 978-7-5019-8057-4 定价：44.00元
邮购电话：010-65241695 传真：65128352
发行电话：010-85119835 85119793 传真：85113293
网 址：http：//www.chlip.com.cn
Email： club@chlip.com.cn
如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换
100870S2X101ZBW

编 委 会 名 单

名誉主编　王永炎

主　　编　谢阳谷　赵　静

副 主 编　姜良铎　屠志涛　朱桂荣　程治馨　王燕平

编　　委　（以姓氏笔画为序）

王克成　王国玮　王　欣　马建迎　尹　丹

张晓梅　杨晓晖　连爱武　赵建宏　衷敬柏

钱　明　景录先　鲍图娅　魏军平

参编人员　刘晓辉　孙宏峰　李　健　张　力　周　涛

杨怡坤　梁　元　郭玉红　葛小星

编写单位　北京市中医管理局

北京中医协会

中国中医科学院

中国中医科学院中医临床基础医学研究所

中国中医科学院广安门医院

中国中医科学院西苑医院

中国中医科学院望京医院

北京中医药大学

北京中医药大学东方医院

北京中医药大学东直门医院

首都医科大学附属北京中医医院

序言

世界卫生组织在《迎接21世纪的挑战》报告中指出：21世纪的医学不应该继续以疾病为主要的研究领域，应当以人类和人群的健康作为主要的研究方向。中医药学是中国具有原创思维的学科，重视天人相应、形神一体，以辨证论治为主体，倡导治未病的理念，古往今来，在医疗卫生保健中发挥着重大作用。

回顾20世纪初期，西学东渐，西方工业文明给人类的精神和物质生活都创造了良好的条件，功不可没。然而国学国医历经坎坷，发展滞后，我们的前辈为中医的生存而奋争，当今进入西学东渐与东学西渐并行的新世纪，全球已有上千所孔子学院，开始传播优秀的中华民族文化。中国长期的农耕文明、象形文字造就了中国人的形象思维，形象思维是中医药学的原创思维，形象思维决定着我们重视观察和体悟。我们重视以整体论为指导的中医药学，将综合与分析、宏观与微观、实体本体论与关系本体论链接，遵循中医药自身规律，弘扬中医药临床医学的优势。从现代理念上认识中医学，中医学是自然哲学引领下的整体健康医学，其天地人相参、精气神一体体现了自适

应、自组织、自调节、自稳态的目标动力系统，其生长发育、维护健康与防治疾病均顺应自然，其学科团队建设体现了薪尽火传的高境界。

中医药在中国，乃至全世界的华人社会中具有广泛而深厚的群众基础。中医药学常识、养生保健、调理经验等早已渗透到每一个中国人的日常生活中。对于广大民众的迫切要求，想了解更多的中医中药理念和技能，我们必须重视文化宣教，借助于各种科普读物通俗易懂、深入浅出地宣讲中医药学，进而实现自身和家庭成员日常保健或疾病的调摄护理。所以认真编写与推介中医药学科普读物对所有希望了解中医药学的人都十分重要。

北京市中医管理局与北京中医协会组织在京中医临床医学专家编写的“中医万问”系列丛书以万余问答形式成书，所设问题贴近生活，内容通俗易懂，包括饮食、起居、运动、疾病防护、各年龄段的保健养生、性情的修养，以及中医药学基础知识等，关注人们的身体健康，更无时无刻不在字里行间突出“调养身心、怡情明志”的重要性。

该丛书内容丰富，能较好地把中医保健养生知识和中华民族传统文化传播给有需求的民众，让全社会潜移默化、客观地认知中医药学知识，使中国传统而优秀的

中医药文化得以传承和发展，使中医药学更好地为改善国人的健康状况而服务。

希望有更多的类似“中医万问”这样的书籍出版，以深入细致的科普工作，为更多的国民解除身体的病痛，并从中医情志养生理论中获得助益，自我修养、自我完善，从而体现人与自然、人与社会的和谐，推动中华民族健康进步，使中华民族智慧和现代科技手段相融合，共同强健华夏儿女的体魄。

值此“中医万问”系列丛书付梓之际，谨志数语，爱为之序。

王永炎

2010年11月

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

目录

第一章　中医理论

（一）阴阳理论……12
（二）五行理论……18
（三）气血津液……23
（四）脏腑……39
- 五脏……40
- 六腑……46
- 奇恒之腑……52
- 五脏六腑的相互关系……53

（五）经络……55
（六）治未病理论……59

第二章　中医诊断常识

（一）望闻问切……66
- 问诊……66
- 望诊……76
- 闻诊……103
- 脉诊……107

（二）辨证论治……115
（三）病因病机……128
（四）病证临床表现……161
（五）施治原则……186

第三章　中药常识

（一）基础知识……194
（二）常用中药……205
- 单品中药……205
- 中成药……236

（三）中药煎、服常识……261
（四）用药禁忌……270

第四章　中医文化

（一）中医文化历史……274
（二）中医经典……283
（三）中医典故趣闻……290

索引……301

第一章

中医理论

1. 中医基础理论包括哪些?

中医基础理论主要包括以下四部分：①中医学的哲学基础。对中医理论体系形成影响较大的哲学思想主要有气一元论、阴阳学说、五行学说。②中医学关于正常生命现象的理论知识。主要有气血津液、藏象（脏象）、经络、形体官窍等内容。③中医学关于疾病的理论知识。主要包括病因、发病以及病机等。④中医养生和治病原则。

2. 中医理论体系中的哲学思想主要有哪些?

对中医理论体系形成影响较大的哲学思想主要有气一元论、阴阳学说、五行学说。

气一元论讨论的是，气为构成世界的本原，即世界源于气。气是运动不息、变化不止的，其基本形式是升、降、出、入。

阴阳学说主要讨论阴阳的基本概念及基本内容，阴阳既是对立的，又是统一的，相互间有着交感、制约、互根、消长、转化等关系。

五行学说则认为世界上一切事物都可按其基本属性分为木、火、土、金、水五类，五者之间存在着生克关系。

3. 中医学关于正常生命现象的理论知识主要包括哪些?

中医学关于正常生命现象的理论知识主要有气血津液、藏象、经络、形体官窍等内容。

气血津液主要阐述气、血、津、液这些人体生命活动所需的基本物质的生成、作用及其相互关系。

藏象则以五脏为中心阐述五脏、六腑、奇恒之腑，以及相关的形体、官窍、情志、液体的作用及其相互关系。

经络主要阐述经络的概念和基本生理功能；十二正经的概念、分布、走向与交接规律、循经路线、流注次序以及与脏腑的关系；奇经八脉的循行路线、功能；别络、经别、经筋、皮部等内容。

形体官窍主要讨论了皮、肉、筋、骨、脉、眼、鼻、耳、口、舌的功能及与脏腑、经络的关系。

4. 中医学关于疾病的理论包括哪些具体内容?

中医学关于疾病的理论主要包括病因、发病以及病机等内容。

中医的病因主要有：外感、内伤；病理产物性病因，如淤血、水湿痰饮、结石；以及过劳、过逸、饮食失宜、外伤、用药不当等。

中医发病学认为，疾病的发生是由于阴阳失去平衡；发病的两要素是正气和邪气；发病途径主要是外感和内伤；发病类型则包括新感即发、伏而后发、徐发、继发、复发等。

中医病机是阐述疾病发生、发展、变化的一般规律，主要有邪正盛衰、阴阳失调、气血津液代谢失常和内生五邪等。

5. 中医养生和治病原则分别包括哪些具体内容?

养生即保养生命，包括强身、防病、延寿三项内容。主要在于适应自然规律、重视精神调摄、加强体能锻炼、调和寒热五味、防止病邪侵害等。

治病原则主要讨论治疗疾病的基本原则和一些具体的治疗方法，如治病求本、扶正祛邪、调整阴阳、调理气血、调理脏腑以及因时、因地、因人制宜等内容。

6. 什么是中医“男八女七”的生命周期?

男性和女性的生命周期是不一样的，男性以阳气为主，在男性的整个生命过程中他的成长周期是偶数8，即8年一个阶段。而女性以阴血为主，她的成长周期是奇数7，即每7年有一次变化。

《黄帝内经》上讲：女子七岁，肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子；三七，肾气平均，故真牙生而长极；四七，筋骨坚，发长极，身体盛壮；五七，阳明脉衰，面始焦，发始堕；六七，三阳脉衰于上，面皆焦，发始白；七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。丈夫八岁，肾气实，发长齿更；二八，肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子；三八，肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极；四八，筋骨隆盛，肌肉满壮；五八，肾气衰，发堕齿槁；六八，阳气衰竭于上，面焦，发鬓斑白；七八，肝气衰，筋不能动；八八，天癸竭，精少，肾藏衰，形体皆极，则齿发去。

（一）阴阳理论

7. 中医理论中的阴阳是什么？

阴阳学说认为，自然界的任何事物都包含阴、阳两个方面，双方既相互对立，又相互统一。阴阳的对立统一运动，是自然界一切事物发生、发展、变化及消亡的根本原因。正如《黄帝内经·素问·阴阳应象大论》所说："阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始。"所以说，阴阳的对立统一运动规律是自然界一切事物运动变化固有的规律，世界本身就是阴阳二气对立统一运动的结果。中医的阴阳学说内容丰富，包括阴阳对立、阴阳互根、阴阳消长、阴阳转化等方面。

8. 什么是"阳"和"阳证"？

阳主动，主升而热，凡是向光的、明亮的、上升的、温热的、运动的，都属于阳。阳证多表现面部红、身多热、易烦、声音大，口渴喜欢冷饮，小便黄、大便干等。

9. 什么是"阴"和"阴证"？

阴主静，主降而寒，凡是背光的、晦暗的、内向的、下降的、寒冷的、相对静止的，都属于阴。阴证表现多面色暗淡，精神不振，身体怕冷，不喜欢说话，口多不渴，小便清长，大便稀等。

10. 什么是阴阳的对立？

阴阳的对立指阴阳相互对立的两个方面，如：上与下、天与地、动与静、升与降等，其中上属阳，下属阴；天为阳，地为阴；动为阳，静为阴；升属阳，降属阴。

11. 什么是"阴阳互根"？

阳依存于阴，阴依存于阳，每一方都以其相对立的另一方的存在为自己存在的条件。任何一方都不能脱离另一方而单独存在。如上为阳，下为阴，没有上也就无所谓下。

12. 什么是"阴阳消长"？

指阴阳存在着始终不断的增减盛衰的运动变化。从子夜到中午，阳气渐盛，人体的生理功能逐渐由抑制转向兴奋，即阴消阳长；而从中午到子夜，阳气渐衰，则人体的生理功能由兴奋渐变为抑制，这就是阴阳消长。

13. 什么是"阴阳格拒"？

主要由于某些原因引起阴、阳的一方盛极，因而壅盛于内，将另一方排斥格拒于外，迫使阴阳之间不相维系，从而形成真寒假热或真热假寒等的表现。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com