

余浩／鄭黎——著

中醫治病的 12條思路

醫問

學中醫不難，關鍵在於平衡。
作者余浩以一個醫病指南針，
釐清人體陰陽五行運作的蹺蹺板關係，
讓你掌握五臟六腑變化的關鍵點，找出疾病的源頭。



中醫治病的
12條思路

醫問

余浩／鄭黎——著

BE0002

醫問——中醫治病的12條思路

作者 余浩、鄭黎
文字編輯 王志攀
特約編輯 曾惠君
封面設計 黃聖文
版面設計 舞陽美術·張淑珍
內頁插圖 張淑珍
校對 魏秋綢

發行人 蘇拾平
總編輯 蘇拾平
副總編輯 于芝峰
主編 田哲榮
行銷 郭其彬、王綏晨、黃文慧、邱紹溢、陳詩婷、張瓊瑜
出版 橡實文化 ACORN Publishing

臺北市10544松山區復興北路333號11樓之4
電話：02-2718-2001 傳真：02-2718-1258
E-mail信箱：acorn@andbooks.com.tw

發行 大雁文化事業股份有限公司
臺北市10544松山區復興北路333號11樓之4
電話：02-2718-2001 傳真：02-2718-1258
讀者傳真服務：02-2718-1258
讀者服務信箱：andbooks@andbooks.com.tw
劃撥帳號：19983379；戶名：大雁文化事業股份有限公司

香港發行 大雁（香港）出版基地·里人文化
地址：香港荃灣橫龍街78號正好工業大廈22樓A室
電話：852-2419-2288 傳真：852-2419-1887
Email信箱：anyone@biznetvigator.com

印刷 成陽印刷股份有限公司
初版一刷 2013年4月
初版八刷 2014年11月
I S B N 978-986-6362-70-5（平裝）
定價 450元

本書由中國中醫藥出版社正式授權出版
版權所有·翻印必究（Printed in Taiwan）
缺頁或破損請寄回更換

歡迎光臨大雁出版基地官網
www.andbooks.com.tw

• 訂閱電子報並填寫回函卡 •

國家圖書館出版品預行編目資料

醫問：中醫治病的12條思路 / 余浩, 鄭黎著.
-- 初版. -- 臺北市：橡實文化出版：大雁文化發行, 2013.04
392 面；17x23 公分
ISBN 978-986-6362-70-5(平裝)

1.中醫

413

102002127

目次

圖序 醫病的道理藏在陰陽裡！ 1

• 大自然的陰陽運動 2

• 人體的陰陽運動 6

• 醫病指南針怎麼用？ 16

● 推薦序——陰陽辨證，道破千古不傳之祕 陳永昌 42

● 台灣版序——廣結天下中醫愛好人 余浩 46

● 前言——從生活中感受中醫 47

思路 1 陰陽是中醫的大根本 59

古人從天地入手，從陰陽特性、陰陽轉換入手，對陰陽進行具體描述，讓我們從天地之陰陽，看到人身之陰陽。從自然界的陰陽特性「動與靜」、「升與降」、「生與長」、「殺與藏」、「化氣與成形」推演出人體內陰陽的「寒」與「熱」、「生清」與「生濁」及陰陽顛倒後疾病的形成……

醫病不懂陰陽，如同盲人摸象 59

從大自然運轉到人體運作，都在陰陽中 60

《內經》陰陽辨證，皆是醫病口訣 62

思路 2 五行是中醫的大框架 64

如果說陰陽是基石，那麼五行則是基石上的五根柱子，它們豎立起來，支持著中醫龐大的理論體系，我們透過這五根柱子向上看，就會看到中醫這棵大樹是如何的枝繁葉茂。

五行是中醫分析身體的架構 64

醫生怎麼想？運用五行掌握治病先機 66

思路 3 每個中醫心裡都有一個醫病指南針 77

「人體臟腑陰陽氣血循環圖」反映的是人體臟腑、陰

每一味藥都來自大自然， 用對了最重要！ 90

當我們真正深入瞭解中藥，真正走進「藥」的天地，就會發現，我們身邊許多東西，信手拈來都是藥材。只要我們用對了，就能化腐朽為神奇。

什麼是好藥？ 90

要先瞭解藥性，才能用對藥 92

肝臟疾病用藥的特性 95

心臟疾病用藥的特性 98

胃疾病用藥的特性 101

陽、氣血之間的關係。在隨後的課程裡，我們將圍繞這個圖來談中藥、談藥方、談病機、談治法、談醫理、談臨床，這張圖將是我們學習中醫之旅的指南針！

人體的氣血運行就是陰陽的運動過程 77

人體內陰陽對流的實況 80

醫病指南針——人體臟腑陰陽氣血循環圖 88

看病開方就像用兵布陣

從22帖常見藥方看治病思路 127

中醫給人看病開方，就像炒一個菜。在學校學習中藥，學習了每味藥物的功效，就好比告訴你鹽是鹹的，糖是甜的，辣椒是辣的，花椒是麻的。前面一課講中藥，就好比告訴你，炒麻辣豆腐需要放鹽、辣椒、花椒等；但這些之間是什麼比例，如何配合運用，炒出來才好吃，就是中醫的「方」了。

膽疾病用藥的特性 104

小腸疾病用藥的特性 106

腎臟疾病用藥的特性 107

脾疾病用藥的特性 112

肺臟疾病用藥的特性 114

三焦疾病用藥的特性 116

膀胱疾病用藥的特性 118

吃進去的藥如何送達該去的臟腑？ 120

中藥古籍裡的用藥精髓 122

藥方 1	：二至丸	128
藥方 2	：二妙散	128
藥方 3	：澤瀉湯	129
藥方 4	：六味地黃湯	130
藥方 5	：烏梅丸	131
藥方 6	：逍遙丸	132
藥方 7	：小柴胡湯	134
藥方 8	：瓜蒌薤白白酒湯	137
藥方 9	：炙甘草湯	137
藥方 10	：丹參檳榔飲	139
藥方 11	：小半夏湯	140
藥方 12	：半夏瀉心湯	140
藥方 13	：大承氣湯	142
藥方 14	：溫膽湯	143
藥方 15	：四逆散	143
藥方 16	：附子理中丸	145
藥方 17	：麥門冬湯	146
藥方 18	：麻黃湯	147
藥方 19	：桂枝湯	150
藥方 20	：葛根湯	151

思路 6

中醫斷病也有一套精密儀器

——切、望、聞、問四診的精妙診斷 157

切診雖然不能代替其他三診，但切診的重要性不容忽視。陰陽、表裡、寒熱、虛實之八綱辨證，不明切脈是無法體會其間的妙處的……用一句話來概括脈診的重要性：脈診，就是中醫師手中的「人體透視儀」！

切脈當明部位所主	158
切脈當明切之何物	159
切脈需練習基本功	160
脈象之首脈——鬱脈	162
切脈如捉賊	163
常見脈象描述	165
八綱脈的理解	166
切脈如撫琴	167

藥方 21	：桔梗枳殼湯	152
藥方 22	：枳朮湯	153

正常脈象的理解 169

一些特定的脈象（源自《脈經》） 169

脈象的描述 171

望形體／望姿態／望面／望嘴唇／望指甲／望手紋／望

舌／望頭髮 174

聞聲音／聞氣味 181

問診 182

如何看病機，斷病源

——教你看懂25條病機的道理 185

許多醫生一輩子按教科書來開方，效果平平常常，認為中醫就這麼回事，給病人解釋時，就一句話：中藥起效慢，慢慢來。事實上中藥起效並不慢，慢是因為沒有深刻認識到病機。

- 病機1：諸風掉眩，皆屬於肝 188
- 病機2：諸寒收引，皆屬於腎 190
- 病機3：諸氣臍鬱，皆屬於肺 191
- 病機4：諸濕腫滿，皆屬於脾 192

- 病機5：諸痛癢瘡，皆屬於心（火） 193
- 病機6：諸痿喘嘔，皆屬於上 197
- 病機7：諸厥固泄，皆屬於下 198
- 病機8：諸暴強直，皆屬於風 199
- 病機9：諸病水液，澄澈清冷，皆屬於寒 201
- 病機10：諸瘧項強，皆屬於濕 202
- 病機11：諸熱瞀瘳，皆屬於火（心） 205
- 病機12：諸禁鼓栗，如喪神守，皆屬於火 206
- 病機13：諸病附腫，疼痠驚駭，皆屬於火 207
- 病機14：諸逆沖上，皆屬於火 207
- 病機15：諸躁狂越，皆屬於火 208
- 病機16：諸脹腹大，皆屬於熱 208
- 病機17：諸病有聲，鼓之如鼓，皆屬於熱 209
- 病機18：諸轉反戾，水液渾濁，皆屬於熱 209
- 病機19：諸嘔吐酸，暴注下迫，皆屬於熱 210
- 病機20：諸數乾澀，乾咳少痰，皮毛不潤，皆屬於燥 212
- 病機21：諸病濕熱，皆陽失於升 212
- 病機22：諸腑氣逆，皆氣失於降 213
- 病機23：諸症對立，陰陽錯雜，皆失於和 214
- 病機24：諸痰怪病，皆屬於脾腎 215
- 病機25：諸脈不通，痛如針刺，皆屬於瘀 218

掌握治病八法，才能守固出奇

汗、吐、下、消、和、清、溫、補 221

這一課就好比是熟悉旅行的交通工具，旅行中如果遇到江河，我們得乘船；遇到小道，我們要騎單車；遇到高速公路，那我們得開車……。

治法的運用在於守正出奇 221

治病八法 224

看不見本質，就掌握不了醫理

——醫病指南針一分析，便能一目了然 242

《醫問》，是想在醫學林海之中描繪出一條學習中醫的道路，便於同行及中醫愛好者行走，我也就算是個修路的人；同時也是想闡述中醫之道，借「道」釋「醫」。

用藥劑量大小的問題 242

人體臟腑陰陽氣血循環圖的意義 243

內傷病的治療 252

臨床18例

——18種常見疾病的治病道理 268

藥物是雙刃劍，治病就是糾偏，就是折其病勢，短期可以，長期必傷臟腑，或傷陰，或傷陽……能明白此理，則就不會做一個魯莽的醫生，就會感受到「醫術」是一種「藝術」！

外感病的傳變 254

有無相生，難易相成 261

道生一，一生二，二生三 264

人法地，地法天，天法道，道法自然 266

臨床治療1：風流眼 268

臨床治療2：藥物是雙刃劍 271

臨床治療3：五液失調 274

臨床治療4：胃病 278

臨床治療5：牙痛 281

臨床治療6：口臭 282

醫案51例

——51個疑難病例如何藥到病除

311

看醫案就好像看一場電影，一場戰爭片，電影中敵我雙方所處地勢如何？雙方兵力如何？我方是如何排兵布陣的？運用了哪些戰術？最終如何形成敵退我勝的結局？

臨床治療 **7**：咽喉炎及食道炎 283

臨床治療 **8**：膽囊炎 285

臨床治療 **9**：小腸相關疾病 290

臨床治療 **10**：疳積 294

臨床治療 **11**：肩背部疼痛 294

臨床治療 **12**：便秘 296

臨床治療 **13**：痔瘡 297

臨床治療 **14**：肝臟疏泄失常與腎結石的形成 299

臨床治療 **15**：性功能減退 302

臨床治療 **16**：小兒腹瀉 304

臨床治療 **17**：哮喘 305

臨床治療 **18**：皮膚病 307

醫案 **1**：重感冒 312

醫案 **2**：迎風流淚 313

醫案 **3**：球結膜下出血 315

醫案 **4**：腸痙攣 316

醫案 **5**：痲子 317

醫案 **6**：鼻癢 318

醫案 **7**：清晨腰痛 319

醫案 **8**：嬰幼兒腹瀉 320

醫案 **9**：腰肌勞損 321

醫案 **10**：乳腺增生症 322

醫案 **11**：閉經 324

醫案 **12**：痛經 325

醫案 **13**：崩漏 327

醫案 **14**：卵巢囊腫 328

醫案 **15**：產後缺乳 329

醫案 **16**：漏脂性脫髮 330

醫案 **17**：白癜風 331

醫案 **18**：脂肪瘤 333

醫案 **19**：瘙癢 334

醫案 **20**：黃褐斑（氣血虧虛） 336

醫案 **21**：黃褐斑（腎斑） 337

醫案 22：日曬瘡 338

醫案 23：丹毒 339

醫案 24：慢性濕疹 341

醫案 25：頸椎病 342

醫案 26：肩背痛 343

醫案 27：肩周炎 345

醫案 28：口腔潰瘍 347

醫案 29：疤痕 348

醫案 30：慢性鼻炎 349

醫案 31：慢性膀胱炎 350

醫案 32：面癱 351

醫案 33：左胸發熱 353

醫案 34：糖尿病 354

醫案 35：頭大面赤 355

醫案 36：發熱 356

醫案 37：足跟痛 358

醫案 38：乏力 359

醫案 39：紅螞蟻咬傷 360

醫案 40：性功能減退 361

醫案 41：頑固性呃逆 362

醫案 42：小兒營養不良 363

醫案 43：失音 364

醫案 44：頸汗證 366

醫案 45：水腫 367

醫案 46：肺實脾虛氣陷證 368

醫案 47：心悸 370

醫案 48：放療性肺炎 371

醫案 49：頑固性失眠 372

醫案 50：右胸疼痛 374

醫案 51：撞傷岔氣 374

思路

12 學習中醫的精神

——實踐與堅持 378

不要擔心一次付出的力量不夠，也不要擔心路還很遠，只要方向堅定，目標不變，再大的難題也是可以解決的。

●結語

課後的提醒 382

醫病的道理 藏在陰陽裡！

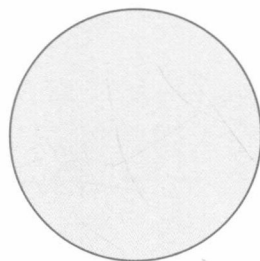


醫病指南針的形成與應用

- 大自然的陰陽運動
- 人體的陰陽運動
- 醫病指南針怎麼用？

1

萬物初生——混沌



天地萬物初生之時，為一混沌狀態，
在這裡沒有陰陽的交融，
也沒有陰陽的對立，只是一團混沌。

萬物初生一混沌，陰陽相混難分清；
貌似糊塗實難得，由無變有是初生。

2

陰陽

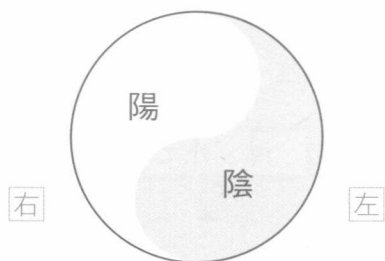


⊕：陽／天
⊖：陰／地

混沌之中，兩股力量互相作用，
陽氣聚集在上而為天，
陰氣聚集在下而為地。
陰陽兩相對，天永遠在上，地永遠在下。

清陽飄蕩上為陽，濁陰幽沈降為陰；
從此陰陽兩相對，恰似牛郎織女星。

陰陽交融



⊕：陽中濁物下降 ⊖：陰中清陽上升

陰陽兩股力量除了相互轉換，
而且一直保持在「陽升陰降」
的持續性運動狀態，
在陰中的陽氣會上升，
在陽中的濁物會下降，
形成彼此互相交融的「太極陰陽圖」。

陰中清陽上為天，陽中濁物下陰間；
陰陽交融生萬物，迴圈無息太極生。

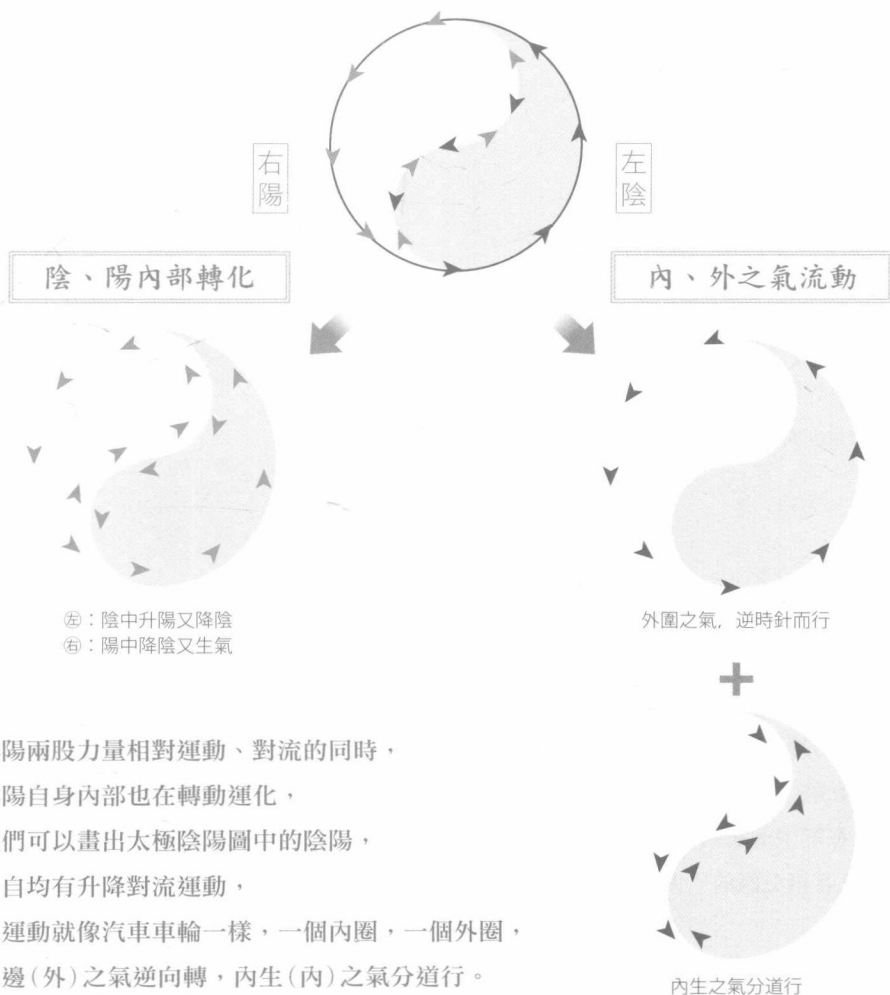
陰陽轉換



在天地的形成過程中，
陰陽的升降對流是一切萬物的本性，
有陰就有陽，有陽就有陰，
兩兩相互作用，
清陽上升，濁陰下降，
陰陽二氣的升降運動，會形成轉換。

陰陽原本同根生，兩兩相望成對影；
陽中一滴相思淚，陰中清陽上九天。

陰陽流動



陰陽兩股力量相對運動、對流的同時，
陰陽自身內部也在轉動運化，
我們可以畫出太極陰陽圖中的陰陽，
各自均有升降對流運動，
這運動就像汽車車輪一樣，一個內圈，一個外圈，
週邊（外）之氣逆向轉，內生（內）之氣分道行。

陰中升陽又降陰，好比積沙坡下傾，
陽中降陰又生氣，正如開水冒白煙；
相互交融一團氣，內外流動如雨輪；
周邊之氣逆向轉，內生之氣分道行。