



中医不是慢郎中  
经穴讲究气血通

中药治病效亦速  
药膳贵在力专宏



# 名医门诊 百问百答

叩开中医祛病强身之门

编著

刁本恕 刁灿阳



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS



中医不是慢郎中  
经穴讲究气血通

中药治病效亦速  
药膳贵在力专宏



# 名医门诊 百问百答

叩开中医祛病强身之门

编著  
刁本恕 刁灿阳



人民军医出版社  
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

---

图书在版编目 (CIP) 数据

名医门诊百问百答——叩开中医祛病养生之门 / 刁本恕, 刁灿阳编著. —北京: 人民军医出版社, 2012.12

ISBN 978-7-5091-6202-6

I. ①名… II. ①刁…②刁… III. ①中医治疗学—问题解答②养生(中医)—问题解答 IV. ①R242-44 ②R212-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 270256 号

---

策划编辑: 王久红 文字编辑: 黄新安 责任审读: 谢秀英

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8206

网址: [www.pmmp.com.cn](http://www.pmmp.com.cn)

---

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010 mm 1/16

印张: 10 字数: 156千字

版、印次: 2012年12月第1版第1次印刷

印数: 0001—4500

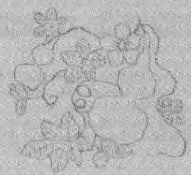
定价: 20.00元

---

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

# 前 言



中华医学作为世界发展史上的一朵奇葩，无论人们关注与否，承认与否，抨击与否，她始终以极低的姿态默然绽放。无论是1956年的流行性脑脊髓膜炎，还是2003年的SARS，抑或无数个平常日子，中华医学仍始终如一地为人类的生存和繁衍做着不懈的努力。

这棵枝繁叶茂的大树，如今已在多个国家开花结果，在被外来文化承认的同时，国内却兴起了一波又一波诋毁中医的浪潮。每一个热爱中华文化，喜爱中医的中国人，都感受到了强大的危机。然而，在危机中也孕育着难得的机遇。

在临床工作中，我们欣喜地发现，患者对中医的疑问越来越多，且有许多好学者除了希望获得治疗效果之外，还希望进一步了解中医知识。这并非是一件坏事，而是一件可喜之事，这正说明，中医与人们的生活越来越贴近，人们对中医的需求也越来越多。寻常百姓，对中医的了解只是凤毛麟角，加之某些不正当的宣传，或道听途说，或以讹传讹，使得人们对中医在认识或运用上产生了诸多误解。

因为临床工作繁忙，面对广大患者提出的诸多问题，很难用一言半语解释清楚，故萌生了撰写一本关于中医答疑小册子的想法，于是便编写了本书。

本书共分六部分：特别将纠误篇置于文首，纠正了平日里最常被误解的中医相关问题；第二部分中医中药篇，是对中医基本常识和知识运用的普及；第三部分针灸篇亦是对针灸基本常识和相关疑问的解答；第四部分养生篇为平素



大家非常关心的养生系列释疑；第五部分育儿篇对广大家长在哺育孩子过程中所遇到的常见问题和提出的疑问进行了回答；第六部分男女及老年篇则对男、女性成年后会遇到的男、女科疾病进行了解答。

撰写本书只有一个心愿：就是以个人尚不成熟、不够丰富的知识与认识，抛砖引玉，普及中医的基础知识，纠正一些错误认识，使更多的人了解中医，相信中医，支持中医，发展中医！

编者

2012年3月

# 目 录



## 纠 误 篇

1. 中医与西医是对立的 ..... 2
2. 中医是不科学的 ..... 2
3. 中医只能治疗慢性病，不能治疗危急重病 ..... 3
4. 中医的治疗效果比西医慢 ..... 5
5. 吃中药的时候，不能吃萝卜，否则会抵消药性 ..... 8
6. 药越贵治疗效果越好 ..... 10
7. 只要吃了有效，同样一剂药可以连吃数周或数月 ..... 11
8. 只要是同样的病，一个中医处方对一个人有效，对其他人也有效 ..... 12
9. 找中医看病只需要拿检验单和各种检查结果，不看人也能治好病 ..... 14
10. 中药免煎剂可以替代中药汤剂 ..... 15
11. 儿童扁桃腺经常发炎就应该将其切掉 ..... 16

## 中 医 中 药 篇

12. 中医的治疗手段有哪些 ..... 20
13. 为什么即使没有病人等候，医生也要让患者坐一会儿再看病 ..... 21



14. 有人说，是药三分毒，那么中药是不是也有毒呢 ..... 22
15. 中医有不良反应吗 ..... 23
16. 中药能不能长期服用 ..... 25
17. 中医治疗是一种心理暗示吗 ..... 26
18. 中药与草药是一样的吗？有什么区别 ..... 28
19. 什么叫道地药材？它与普通药材有何区别 ..... 29
20. 中药为什么要炮制 ..... 31
21. 应该如何熬中药？中药为什么有另包 ..... 32
22. 中医对服用中药汤剂有什么要求 ..... 33
23. 吃中药的同时能不能吃西药？该如何吃 ..... 34
24. 吃中药需要忌口吗 ..... 37
25. 为什么中医反对用抗生素治疗呢 ..... 39
26. 经常听中医说“火体质，寒湿体质……”，那么中医对体质是如何分类的 ..... 41
27. 什么是偏方？偏方能治疗疾病吗 ..... 42
28. 中医与气功有什么关系 ..... 43
29. 为什么会出现“走火入魔” ..... 44
30. 中医的血虚是不是贫血 ..... 45
31. 从中医的角度来看，人为什么会会长肿瘤 ..... 46

针 灸 篇

32. 针灸与中医是什么关系 ..... 50
33. 经络和腧穴是什么 ..... 51
34. 针灸是不是只是扎针？它包括哪些内容 ..... 51
35. 针灸可以治疗哪些疾病 ..... 53
36. 针灸有没有不良反应 ..... 54
37. 如果没扎准穴位，会不会有危险 ..... 56



|  |    |
|--|----|
| 38. 针灸可以隔着衣裤进行吗 .....                            | 56 |
| 39. 扎针后可以洗头洗澡吗.....                              | 57 |
| 40. 针灸过后可以马上吃饭喝水吗 .....                          | 58 |
| 41. 为什么扎上针后, 有的针有或酸或麻或胀或痛的感觉, 有的却<br>没有感觉呢 ..... | 58 |
| 42. 为什么针灸治疗结束以后, 扎过针的部位还有胀痛或酸麻的感觉 .....          | 59 |
| 43. 为什么针灸完要休息一下再离开 .....                         | 60 |
| 44. 什么叫放血疗法? 放血疗法适宜哪些疾病或症状 .....                 | 60 |
| 45. 针灸可以减肥吗? 针灸减肥是不是一定要节食 .....                  | 61 |
| 46. 推拿按摩有没有不良反应 .....                            | 63 |
| 47. 贴耳穴治疗只是治近视吗? 它有什么理论根据 .....                  | 64 |
| 48. 拔罐的作用是什么? 为什么拔罐后皮肤上会留下痕迹 .....               | 65 |
| 49. 火罐与气罐在治疗上有什么不同 .....                         | 67 |
| 50. 小针刀能不能治病.....                                | 68 |



|   |    |
|---|----|
| 51. 中医的预防和西医的预防有什么区别 .....                | 70 |
| 52. 什么是养生? 我们应该如何养生保健.....                | 71 |
| 53. 如何根据不同体质养生.....                       | 73 |
| 54. 可入口的保健品任何人都可以服用吗 .....                | 75 |
| 55. 什么是“春捂秋冻”? 我们应当如何“春捂秋冻” .....         | 77 |
| 56. “若要身体安, 三里长不干”是什么意思? 每个人都可以这样做吗 ..... | 79 |
| 57. “冬吃萝卜夏吃姜”的根据是什么 .....                 | 83 |
| 58. 保健药酒有没有保健作用? 应该如何选用或服用.....           | 85 |
| 59. 身体虚弱可以吃补药吗.....                       | 87 |





|  |     |
|--|-----|
| 60. 什么是食疗？什么是药膳？两者与现代营养学有什么区别？药膳吃了是不是只有好处没有坏处····· | 88  |
| 61. 药膳的运用原则是什么·····                                | 89  |
| 62. 能否介绍一些简单实用的食疗药膳处方·····                         | 90  |
| 63. 不感冒是不是说明抵抗力强·····                              | 94  |
| 64. 怎样才能增强抵抗力·····                                 | 95  |
| 65. 熬夜后睡上一整天就能把瞌睡补上这种说法正确吗·····                    | 97  |
| 66. 小病扛一扛就过去了，不用去就医这种认识正确吗·····                    | 98  |
| 67. 太极拳可以养生保健吗？它适合哪些人练习·····                       | 100 |
| 68. 如何锻炼才是正确的·····                                 | 101 |
| 69. 冬泳与中医养生是矛盾的吗？老年人是否适合冬泳呢·····                   | 103 |
| 70. 用艾叶水泡脚是一种保健养生方法吗·····                          | 105 |

育 儿 篇

|   |     |
|---|-----|
| 71. 妊娠之前都需要中医调理一段时间吗？妊娠期间能不能吃中药？中药会不会影响胎儿的发育····· | 108 |
| 72. “过奶”是什么意思？为什么小孩子的药大人也要一起服用·····               | 109 |
| 73. “若要小儿安，常带三分饥与寒”是什么意思？它的根据是什么·····             | 110 |
| 74. 为什么我们常建议给孩子喝米汤·····                           | 112 |
| 75. “冻手冻脚，当吃补药”如何理解·····                          | 113 |
| 76. 小儿口水多是不是因为长牙的原因·····                          | 114 |
| 77. 小儿头发稀疏发黄是什么原因·····                            | 115 |
| 78. 小儿营养不良是不是应该多吃补药？小儿可以吃虫草燕窝吗·····               | 116 |
| 79. 为什么儿保医生与中医医生对小儿的生长指导不一样呢？哪个才是正确的呢·····        | 117 |
| 80. 是不是小儿发热会把脑子烧坏？家长应该怎么做·····                    | 118 |

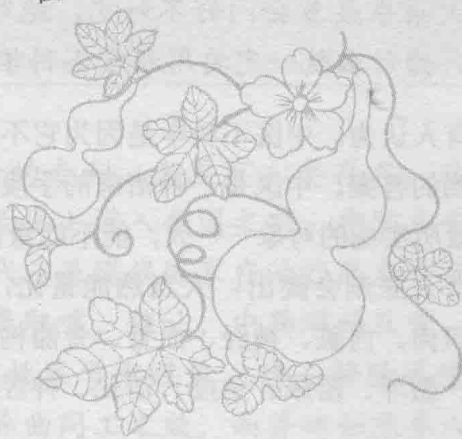
|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| 81. 孩子退热后应该注意什么 .....                 | 120 |
| 82. 小儿腹泻是不是应该先止泻? 有没有什么偏方呢 .....      | 121 |
| 83. 孩子视力下降的最佳治疗时机如何把握? 需要注意哪些问题 ..... | 122 |
| 84. 孩子咳嗽能不能吃冰糖蒸梨子 .....               | 123 |
| 85. 小儿推拿有没有治疗作用? 家长自己可以给孩子做吗 .....    | 124 |
| 86. 孩子经常说“肚子痛”是不是有虫? 什么时候打虫最合适 .....  | 125 |

男 女 及 老 年 篇

|   |     |
|---|-----|
| 87. 为什么36岁以后的女性面部容易长斑? 该如何预防? 女性应该从什么时候开始保养 ..... | 128 |
| 88. 中医能美容吗? 根据是什么 .....                           | 129 |
| 89. 有眼袋和黑眼圈是怎么一回事? 中医可以治疗吗 .....                  | 130 |
| 90. 月经期间为什么不能吃冰冻食品? 在饮食和其他方面需要注意些什么 .....         | 132 |
| 91. 月经期间能不能进行针灸治疗? 妊娠时能不能扎针? 需要注意什么 .....         | 134 |
| 92. 为什么中国人产后要坐月子? 坐月子真的有必要吗 .....                 | 135 |
| 93. 什么叫月子病? 该如何防治呢 .....                          | 137 |
| 94. 男性小便不正常就是前列腺的问题吗 .....                        | 139 |
| 95. 性功能减退就是肾虚、阳虚吗 .....                           | 140 |
| 96. 只要不喝醉, 酒对身体是没有害处的认识是正确的吗 .....                | 140 |
| 97. 便秘就是“上火”引起的吗 .....                            | 142 |
| 98. 为什么血尿酸高或者患有痛风的人忌口后还会发病 .....                  | 143 |
| 99. 关节疼痛都是风湿引起的吗 .....                            | 144 |
| 100. “千金难买老来瘦”应该如何正确地理解 .....                     | 145 |
| 101. 打麻将可以预防老年痴呆吗 .....                           | 146 |
| 参考文献 .....  | 147 |

# 纠 误 篇

- 1 中医与西医是对立的
- 2 中医是不科学的
- 3 中医只能治疗慢性病，不能治疗危急重病
- 4 中医的治疗效果比西医慢
- 5 吃中药的时候，不能吃萝卜，否则会抵消药性
- 6 药越贵治疗效果越好
- 7 只要吃了有效，同样一剂药可以连吃数周或数月
- 8 只要是同样的病，一个中医处方对一个人有效，对其他人也有效
- 9 找中医看病只需要拿检验单和各种检查结果，不看人也能治好病
- 10 中药免煎剂可以替代中药汤剂
- 11 儿童扁桃腺经常发炎就应该将其切掉





## 1. 中医与西医是对立的



**纠正：**简言之，中医与西医的关系，如同米饭和面条的关系。米饭和面条是干什么的？是用来填饱肚子的，而中医与西医都是用来治病的。如果米饭和面条不是对立的，自然，中医与西医也就不会是对立的。

之所以有人认为两者是对立的、水火不容的，是因为有一部分人始终认为中医是不科学的，而西医是科学的。由此可以看出，人们讨论得热火朝天的所谓对立，是科学与不科学，而并不是中医、西医本身。这就引出了下一个问题。



## 2. 中医是不科学的



**纠正：**举个简单的例子，问中医是科学的吗，就如同问川菜是科学的吗？事实上，两者的区别，一个是用来治病（治身体和心理的不适），一个是用来品美味（说得更通俗一点，就是治嘴馋病的）。人们对四大菜系最多会问好不好吃，绝对不会问它科学不科学，那么，对于中医，为什么就一定要用科学不科学来衡量呢？

有人认为，中医不科学是因为它不能量化和标准化。正如第一个问题中我们找到的答案，中医是一种治病的手段或者叫干预方法，那么，我们来看看这个手段所实施的对象——人，能不能量化和标准化。

有人立刻会提出，人当然能量化，从人的生理结构来看，人由毛发、皮肤、肌肉、内脏、神经、血管、骨骼构成；从功能系统来看，一个人由运动、呼吸、循环、泌尿、免疫、消化、神经、生殖、淋巴、内分泌系统构成，就算

这些能量化，那么，把它们拼凑在一起就是人吗？

我们来看看人是如何被定义的。真正要去找这个答案似乎并不容易，因为人并不如上面所说的那么简单。《现代汉语词典》对人的解释不是一句话，而是从生物、精神、文化、行为、教育五个方面，用1445个字来说明。

那么，我们恐怕也要从这几个方面来对人进行量化和标准化吧。如此请问，精神如何量化？文化如何量化？行为如何量化？教育如何量化？

如果不能对上述构成人的要素进行量化和标准化，那么，如何能说人能被简单地标准化和量化呢，又如何能要求作用于人体的中医进行量化和标准化呢？如果仅仅是因为西医以标准化和量化的方式来进行研究和治疗，就要求中医也必须这样做，那么，这与女人成家了要怀孕生子，所以，男人也要怀孕生孩子有什么区别呢？

如果一定要揪住这个问题不放，那么，我们先来了解一下什么是科学。科学，在中国古代词汇中并不存在，它是用来翻译西方词汇的。既然如此，我们当然要找到它的词汇源头，从其根本意义上来理解“科学”的含义。

Science被译为“科学”，它源于拉丁语scio（知，知识）。scio逐步演化为scientia（知识），scientia又演变为science。科学属于知识，又区别于“一般知识”，它与“一般知识”的区别便是科学是系统化了的知识。

中医与西医一样，都是一门系统化了的知识，那么，说中医是科学的，当然无可厚非。



### 3. 中医只能治疗慢性病，不能治疗 危急重病



**纠正：**危急重症并非现代社会的专利，只要有人类存在，就一定有危急重症的存在。在现代医学（西医）进入我国之前，中医几乎是治疗所有疾病的唯一选择。古代、近代以及现代医家在治疗危急重症时所采用的针刺、艾灸、推拿、药物吹鼻取嚏、催吐、中药灌肠及膏、丹、丸、散等多种方法联用，与现代急救医学中吸氧、建立静脉通道、洗胃、多药物等联合使用，取得的是异曲同工之效。而并非如很多人想象





中的“急性病如果等到药抓好了、煎好了再下肚，人已经没了”。

纵观千百年来的我国医学史，以各种形式流传、记录下来的治疗急病、危重病的医案、药物、方法比比皆是。从《史记》中记载战国时期的扁鹊治愈魏国太子的“尸蹶”病（假死），到春秋战国时期的《黄帝内经》中关于暴厥、高热、急腹痛、出血、厥心痛、真心痛等多种急重症的从概念到病因病机、转变、治疗法则以及护理的详细分析；东汉张仲景的《伤寒杂病论》中以三物备急丸救治猝死、大黄牡丹皮汤治疗“肠痈”（阑尾炎）、泻心汤治疗急症吐衄（吐血）、四逆汤治疗厥逆等，已被几百年来的医疗实践证实为抢救急危病症的有效方剂。

晋代葛洪的《肘后备急方》，可视为我国古代急救医疗手册，在70篇中收录病种百余，其中“卒中恶死”“卒心痛”“卒腹痛”“卒霍乱诸急”“卒中风诸急”“卒中诸毒”“食中诸毒”以及“卒然外伤”“虫咬”等61种急症均运用针灸治疗；隋代巢元方的《诸病源候论》分67门，列病候1720条，有关急症的病候达300条以上；唐代的孙思邈在其《备急千金要方》中除了方药外还介绍了很多运用针刺、火针、刺血、灸法等治急症的经验，其姐妹篇《千金翼方》卷第二十，特列“备急方”27首，专为抢救垂危之症而设。

明清时期吴又可、叶天士、薛生白、余师愚、吴鞠通等，创立了卫气营血和三焦辨证纲领，卓有成效地指导了高热、神昏、谵妄、痉厥、发斑、出血、亡津以及闭、厥、脱等急症的治疗。

近代医家张锡纯用急救回苏丹治霍乱吐泻、转筋、疹症等暴病；唐容川善治血证急症；丁甘仁、曹颖甫、张骧云、蒲辅周、郑钦安、吴棹仙、李斯炽等在较大范围内治疗急腹症、感染性休克、乙型流行性脑膜脑炎、流行性出血热等；再到现代从砒霜中提取的三氧化二砷治疗白血病、青蒿中提取的青蒿素治疗疟疾等；以及近年来的SARS，H1N1等大范围的疫病治疗，无数的实践经验已经证明了中医的治疗范围并不仅仅限于慢性病。相反，对于许多急性病症，中医的优势已经得到了国际公认。近代由中医专家黄星垣编著的《中医急病学》是对中医治疗急症的总结。

那么，究竟是何原因让人们的脑海中留下了“中医只能治疗慢性病”的印象呢？

其一，现代医学在急救治疗中确有一定的优势。其二，中医在急症治疗



上没有进行良好的有效传承和发展，能潜心下来研究者少之又少，能掌握中医治疗急重症技术的医生越来越少，即使一些效方和急救法流传下来，也少有人敢用，或用不适时；其三，受到多种因素影响，中医在治疗急重症上的研究和临床实践上仍未得到足够的重视和宽容，且在研究方法的选择上步入了一些误区，使得研究结果成为“假把式和花架子”。

急重症来势凶猛，多涉及数个脏腑，常寒热夹杂，虚实并见，中医对于急重症治疗的关键，在于多法联用。药王孙思邈早就提出：“若针而不灸，灸而不针，皆非良医也；针灸不药，药不针灸，尤非良医也。”（《千金要方》）因此，治疗须依据病情，综合发挥针、灸、药物等多种方法的协同作用。



#### 4. 中医的治疗效果比西医慢



**纠正：**在临床工作中，我们常听见病人说，某天我头痛或感冒，但没时间看病，于是吃西药先“压倒”，等有时间再看中医吃中药调理。事实上，人们意识中“中医治疗效果比西医慢”有三个误区。

误区一，中医就等同于吃中药，而吃中药很麻烦且费时多。

中医学博大精深，其治疗方法和手段并非只有单一口服汤药。针、灸、穴位注射、穴位敷贴、推拿、熏洗、外敷、涂搽、中药食疗以及近年逐渐兴起的中药灌肠、中药肌肉注射、中药静脉滴注等都属于中医的治疗手段。通过这些治疗手段的实施，也常常能起到立竿见影的效果。因此，看中医并不完全等同于吃中药。

而吃中药，也不仅仅是单纯的最为人熟知的“熬中药”——汤剂，中药的内服同样有多种剂型：膏、酏、丸、散、汤以及如今较为流行的免煎剂。不同剂型的中药各有其优势和不足（表1）。因此，不同剂型的中药有其各自的适应证，应根据病情的轻、重、缓、急，因时、因地、因人辨证论治，在医生指导下进行合理运用，才能适得其所。

误区二，因为中医是治本，西医是治标，所以，中医对症状的缓解不如西医来得快。



表1 不同中药剂型的特点

| 剂型  | 制法                                     | 优点                       | 缺点                        | 适宜病种或人群                       |
|-----|--|--------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| 汤剂  | 加水煎煮                                   | 随证加减、灵活组方、易于吸收、起效较快      | 耗时多，味道苦，携带、服用欠方便，常温久置易变质  | 适宜各种病症及人群                     |
| 膏剂  | 根据不同的制法分为流浸膏、浸膏、煎膏三种                   | 药物浓度高，体积小，稳定性好，便于服用，口感较好 | 吸收及显效较慢，易变质，保存期限短         | 适宜于老年人、小孩及慢性病症                |
| 酊剂  | 药材用蒸馏酒浸提制成的澄清液体制剂                      | 易于保存，服用方便                | 溶剂中含有较多乙醇，受限较多            | 儿童、孕妇、心脏病及高血压病等患者以及对酒精过敏者不宜服用 |
| 丸剂  | 药物细粉或药物提取物加适宜的黏合剂或辅料制成的球形制剂            | 作用缓和持久，服用方便，功效持久，节省药材    | 吸收慢，服药量大，用药周期长，药效受制备工艺影响  | 慢性疾病或病后调理，儿童不宜服用              |
| 散剂  | 分单一散剂和复方散剂。将药材打磨成细粉过筛，制法简便             | 易吸收，见效快                  | 挥发性成分易丢失，易受潮，对咽喉部有一定刺激    | 急性病症亦可用于慢性疾病                  |
| 丹剂  | 矿物质经过加热升华提炼而成的一种化合制剂                   | 剂量小、作用大                  | 有一定毒性                     | 多为外用                          |
| 滴丸剂 | 药物与基质加热熔化混匀后，滴入不相混溶的冷凝液中、收缩冷凝而制成的小丸状制剂 | 高效、速效、长效，用量小，毒性小，反应小     | 配方固定，吞服时易呛                | 多用于急重症                        |
| 免煎剂 | 将中药饮片中的有效成分通过现代工艺提取后，精制成的散剂或颗粒剂，定量包装   | 简单，快捷，方便，易保存             | 药物的配伍意义缺失，药理活性不稳定，易产生不良反应 | 短时间，临时性服用                     |

首先，我们需要搞清楚的是“本”不一定代表位置深，距离远，需时久；而“标”也不代表位置浅，距离近，需时短，所以，症状缓解得快的并不是治标不治本，而症状缓解得慢的也不是治本不治标。例如，临床见到有患者白细

胞增多，经抗生素治疗，白细胞不降反再升高；也有血红蛋白、红细胞、白细胞、血小板等全血细胞减少的，经输血、升白细胞治疗仍低于正常者。

再者，中医并不单纯治本，也可先治标后治本，或标本同治。而西医在某种程度上来讲也可以治本，而不是单纯治标。例如，临床常见的小儿高热80%以上与小儿脾胃功能有关，因此，在治疗上，无论是中医还是西医，只要能在消除食积，顾护脾胃的基础上，再开宣肺气、退热防惊，如此标本同治，都能收获速效。反之，若目光仅仅局限在“标”——高热上，而一味地用“抗生素”或“清热解毒”药去治标，而忽略饮食积滞或脾胃虚弱的“本”，无论中医还是西医，都不能迅速缓解症状，治愈疾病，即使缓解也常反复发作。

误区三，中医主要是用来调理的，不是治病的。

这句话所表达的意义就好像说，衣服是用来遮羞的，不是保暖的。如同衣服所起到的作用并不仅仅是保暖一样，中医的作用除了治病，当然也可以防病，而治病与防病这一目的则是通过调理身体内部阴阳、脏腑、气血、津液等来实现的。

正如前面的第3问中所回答的，中医并不是只能治疗慢性病和单纯用于防病健身，其疗效是否比西医慢，从民间的一句谚语就能知道：“吃药不投方，那怕用船装。”无论中医还是西医，药或治疗方法用得对，收效都很迅速，反之，若用药或方法错误，无论是什么医，都同样无效。

除了这三种误区之外，我们还需要正视的有两点，即部分中医师职业修养欠缺与中药品质的下降。

导致部分中医师职业修养欠缺的原因很多，其中包括中医教育思路的方向、方式和质量；部分医学生性情浮躁，急功近利，不能潜心钻研，逐渐领悟。

而之所以出现“方灵药不灵”的现象，主要是道地药材已经不再道地，很多药材的产地和品种已经发生了根本性的变化，这些药材有十几倍、甚至更高的含量差异，以至于流传几千年的经方验方不能达到它应有的疗效。据统计，我国中成药、保健品、中药提取物、中药饮片，每年消耗药材70万吨，天然植物药的需求10年翻了3番。由于野生资源逐年减少，许多地区开始大力发展人工种植药材。经过多年发展人工种植，目前我国一些传统道地产区已遭到严重破坏，导致“土地饥荒”。但需求还在扩大，随着产地不断扩充，就出现了盲目引种、扩种，南药北种，北药南移。这种情况可能导致“道地产地的药材不再道地”。这种生产布局的混乱，直接造成了新产区引种药材的性状和有效成分