大众中医药

四川人民广播电台科教部编

中国广播电视出版社

大众中医药

DAZHONG ZHONGYIYAO

四川人民广播电台科教部 编

主编 何道文 马有度

中国广播电视出版社

大 众 中 医 药

四川人民广播电台科教部编

*

中国广播电视出版社出版

国防科工委部队印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

*

787×1092 毫米 32 开 13.375 印张 298(千)字

1986年12月第1版 1986年12月第1次印刷

印数：1—22,000册

统一书号：14236·009 定价：2.55元

目　录

养　生　篇

药　物　篇

针　灸　篇

病　症　篇

医　理　篇

前　言

中医中药源远流长，它象长青的千年古树，植根于广袤的中华大地，服务于亿万人民的健康和民族繁衍的伟大事业；它是东方文化的瑰宝，正以其奇香异秀，使西方医务界神往，成为许多学者正在采掘的“金矿”。

当前，传染病减少，慢性病增多，尤其是中老年人慢性病多。中医中药不仅对许多慢性疾病和多种急症、重症有特殊疗效，而且还可以避免单用西药的某些副作用和局限性。因此，世界上已有一些国家掀起了“中医热”。

中医中药简便易行，历来为我国人民所喜爱，一直是广大城乡人民防病治病不可缺少的重要手段，有着发展普及、更放异彩的肥沃土壤。

为了振兴中医事业，普及中医中药的基本知识与方法，四川人民广播电台《知识厅》节目，在一九八四年里举办了“大众中医药”专题广播。采用广播知识小品、广播对话、广播剧、广播通信、广播评书、广播问答、广播说唱、广播小故事等群众喜闻乐听的形式，把中医中药的科学性、思想性、通俗性、实用性和趣味性结合起来，使大家在轻松愉快的节目中，增长中医中药常识，并获得一些实用的方法。

“大众中医药”专题广播，受到了广大听众的热忱欢迎。索要稿件、问医问药者甚多。为此，我们将广播稿充实整理，编辑成《大众中医药》一书。不求全，不求系统，只图对人

民大众日常所见、学而可用的一些基本知识和方法，作一概要的介绍；只愿它化作振兴中医的一朵小花、一片微波、一丝春风，为人民健康和四化建设贡献绵薄的力量。

由于水平有限，时间紧迫，本书在内容与文字上定有不少错误与不妥之处，敬请读者惠予指正。

编　　者

把中医药送还大众

我们的祖国，有五千年文明史。在漫长的历史长河中，创造了光辉灿烂的文化，积累了极为丰富的遗产，中国医药学就是其中的一个宝库。

中国医药学究竟是怎么产生的？按照古代的传说，是从远古时期的神农氏开始的。神农氏亲自尝过各种野草野果的滋味，有甜的，有苦的，甚至一天碰到七十二种有毒的。他不但发现了许多可以吃的食物，而且发现了许多可以治病的药物，据说这就是中华民族的医药之源。我国第一部介绍药物的经典著作，即取名为《神农本草经》。其实众多的药物，单靠"神农氏"一个人来发现，实际上是不可能的。至于汉代成书的《本草经》，与远古时期的神农氏更是风马牛不相及，只因古人相信这个大人物神通广大，所以特地托名于他。一些学者，也以为各种知识，一定出自圣贤，草药的发明应用，同样和民众无缘，只能由古圣一手包办，所以自然就是神农首创了，《本草经》这样的药物专著，当然是出自神农之手。实际情形是，成千上万的古人，为了求得生存，在品尝野草野果的过程中，逐渐发现了各种药物。正如鲁迅在《南腔北调集·经验》中所说的："古人一有病，最初只好这样尝一点，那样尝一点。吃了毒药就死，吃了不相干的就无效，有的竟吃到了对症的就好起来，于是知道这是对某一种病痛的药。"如果要说是谁发明了药物，那就是千

千万万的无名氏，正如耕种、渔猎、烹饪、建筑的发明那样。还是鲁迅说得好："一切文物，都是历来的无名氏所逐渐的造成。建筑，烹饪，渔猎，耕种，无不如此；医药也如此。"当然，中药专著的编成，还要靠对医药学有专长的人来编撰，但其基础仍然是经验的积累。所以鲁迅又说："这样积累下去，乃有草创的记录，后来渐成为庞大的书。"

《神农本草经》记载的药物只有三百六十五种。梁代陶弘景搜集和整理历代使用药物的经验，写成《神农本草经集注》，所载药已是《神农本草经》的两倍，其中许多药物就是从民间搜集的。例如，发现藕皮能起散血作用的是厨师，发现牵牛能逐水泻下的是老农，所以他在书中写道："藕皮散血起自庖人，牵牛逐水近出野老。"明代李时珍不仅整理了历代本草所录的全部药物一千五百十八种，增添了三百七十四种新药，而且纠正了历代中药书籍中的许多错误。如果他不进行实地调查，不虚心向农民、猎人、樵夫、药农请教，要取得这些成就是不可能的。他从群众智慧的海洋里，获得了许多真知灼见，例如，五倍子这味中药，历代中药书中，有的以为是草的种子，有的以为是树木的果实。李时珍为了彻底弄清这个问题，就向采集五倍子出售的山里人请教，并跟随他们去实地观察，事情终于豁然明白了。原来五倍子既不是草的种子，也不是树木的果实，而是寄生在盐肤木上的一种小虫所作的"虫球"，所以他在《本草纲目》中指出，五倍子"乃虫所造也"。李时珍对笔记杂谈之类书中记载的民间用药经验也很重视。例如，在研究白芨的功能时，他就从《夷坚志》中收录了民间用白芨敛肺止血的宝贵经验。该书记载，有个囚犯经六次严刑拷问，以致肺部受到严重损伤而吐血，

但如此重病居然痊愈。原来这个囚犯得到一个秘方，就是用米汤冲服白芨粉末，长期服用，其效如神。

利用食物和汤液治病，也是民间创造的。相传在公元前十六世纪的商朝，商汤的妻子在陪嫁时带来一个奴隶，名叫伊尹，非常聪明，很善于烹调，又熟悉药物性能。他经常将一些可供食用的药物与其他食物巧妙地加以配合，制成美味可口的菜肴，以供商汤食用和强身治病。伊尹还是中药汤剂的发明者。有一次，伊尹的伙伴患病，发冷发热，头身疼痛，时时出汗，数天病症不愈。伊尹便在厨房抓了些姜、枣、桂等调料，加水煎煮成汤，让病人趁热喝下，并盖上被子，使他微微出汗，病就好了。所以后人就将伊尹发明汤液传为佳话。

我们的先辈，许多人都了解一些望、闻、问、切的诊病知识，都懂得一些寒、热、虚、实的医学道理，而且会使用一些简单的治疗方法，直到现代，民间还蕴藏着不少防治疾病的经验，有的还掌握一些绝招和秘方。

事实说明，中国医药学植根于群众之中，可以说是根深叶茂。来自人民群众的中医药，不应仅仅掌握在中医药工作者手里，还应把它送回到群众手中，使群众懂得它，并在可能范围内使用它，使中医药真正成为人民大众的中医药，在十亿人的卫生保健事业中发挥更大的效益，这便是我们开辟“大众中医药”专题广播的目的。

为了切合实用，除了介绍一般基础知识之外，我们着重介绍常用药物、常见疾病以及养生防病的知识。为了便于大众接受，我们尽量介绍得通俗些，并采用群众喜闻乐见的各种形式，以便大家获得中医药的知识。

（马有度）

养 生 篇

长寿与短命

帝王有享不尽的荣华富贵，妄想长生不死，于是求神拜佛，遍寻仙草。贡献金丹的方士也蜂涌而来。他们说什么黄金入火，百炼不消，而丹砂烧之愈久，变化愈妙。服此二物，可使“发白更生黑，齿落出旧所，老翁复丁壮，耆妪成姹女”，令人返老还童，长生不死。此说原本荒谬绝伦，但不少帝王却对金丹垂涎三尺，争相服食。结果，不但没有获得“永生”，反而加速了死亡的到来。战国荆王、秦始皇、汉武帝，都因“享此口福”而一命归天；唐代的太宗、宪宗、穆宗、敬宗、武宗和宣宗，无一不是吞食金丹而沉入九泉。我国明代伟大的医药学家李时珍说得好：本意想长生，结果反丧生，也实在太愚昧了。

人有生长老死，就象自然界有春夏秋冬和生长收藏一样，是新陈代谢的必然规律。正如古代学者所说：“生之有长，长之有老，老之有死，若四时之代谢矣。”哪能不老？岂能不死？就连曹操也懂得这个道理。他认为，有始必有终，有盛必有衰，有兴必有亡，有生必有死。即使是“千年神龟”、“万载螣蛇”，最终也要死亡，化为灰烬。所以他在《龟虽寿》中有这样的诗句：“神龟虽寿，犹有竟时；螣蛇乘雾，终为土灰。”

古代一些大臣，也不相信人能“永生”。相传战国时期