

样 本 库

庫 存 書  
不 外 借

目 录

绪言 ..... 1

上 篇

第一章 阴阳五行 ..... 4

一、 阴阳 ..... 4

    (一) 阴阳的相对性 ..... 4      (三) 阴阳的消长转变  
        与协调 ..... 6

    (二) 阴阳的互根关系 ..... 5

二、 五行 ..... 7

    (一) 五行的归类法则 ..... 7      (二) 五行生克规律及其  
        变化 ..... 8

三、 阴阳和五行的关系 ..... 10

第二章 人与自然 ..... 11

一、 气候变化对人体的影响 ..... 12

二、 地域风土对人体的影响 ..... 13

三、 人体对自然环境的适应机能 ..... 14



第三章 脏腑的功能及其相互关系 ..... 15

一、 五脏功能 ..... 16

二、 六腑功能 ..... 20

三、 脏腑的相互关系 ..... 23

第四章 营、卫、气、血与津液 ..... 25

一、 营和卫 ..... 25

二、 气和血 ..... 26

三、 津液 ..... 28

四、 营、卫、气、血、津液的相互关系 ..... 29

第五章 经络 ..... 30

一、 经络的含义与内容 ..... 30

二、經脉的命名与分布	33
三、經絡的功能与作用	35
四、經脉的循行与病候	37
(一) 手太阴肺經脉	37
(二) 手阳明大腸經脉	37
(三) 足阳明胃經脉	37
(四) 足太阴脾經脉	40
(五) 手少阴心經脉	40
(六) 手太阳小腸經脉	40
(七) 足太阳膀胱經脉	45
(八) 足少阴腎經脉	45
(九) 手厥阴心包絡經脉	45
(十) 手少阳三焦經脉	49
(十一) 足少阳胆經脉	49
(十二) 足厥阴肝經脉	49
(十三) 督脉	53
(十四) 任脉	53
(十五) 冲脉	53
(十六) 带脉	53
(十七) 阴跷脉	53
(十八) 阳跷脉	59
(十九) 阴維脉	59
(二十) 阳維脉	59

## 中 篇

第一章 病因	60
一、六淫	60
二、疫气	62
三、七情	63
四、饮食不节和起居失常	63
五、中毒	64
六、寄生虫	65
七、創伤及虫兽伤	65
第二章 辨証	66
一、辨証綱領	67
(一) 八綱	67
(二) 八綱的相互关系	69
二、外感病的辨証法則	70
(一) 六經分証法	70
(二) 三焦分証法	72
(三) 卫、气、营、血分証法	73
三、内伤杂病的辨証法則——脏腑分証法	74
(一) 心病的一般証候	74
(二) 肺病的一般証候	74

(三) 脾病的一般証候·····75	候·····77
(四) 肝病的一般証候·····75	(九) 大腸病的一般証候·····77
(五) 腎病的一般証候·····76	(十) 膀胱病的一般証候·····78
(六) 胆病的一般証候·····76	
(七) 胃病的一般証候·····77	
(八) 小腸病的一般証候·····78	
<b>第三章 四診</b> ·····78	
一、望診·····78	
(一) 整体望診·····78	(二) 局部望診·····79
二、聞診·····82	
(一) 听音声·····82	(二) 嗅气味·····83
三、問診·····84	
(一) 一般問診·····84	(四) 既往病史·····86
(二) 发病經過·····84	(五) 家属健康状况·····86
(三) 現有症状·····84	
四、切診·····86	
(一) 脉診·····86	(二) 触診·····88
<b>第四章 药物的运用</b> ·····90	
一、药物的性能·····90	
二、药物的归經·····92	
三、药物的配伍·····92	
四、药物的炮制·····93	
五、药物的剂型·····94	
六、药物的服用法·····95	
七、常用藥物·····96	
(一) 解表藥·····97	(七) 清熱藥·····103
(二) 涌吐藥·····98	(八) 祛暑藥·····104
(三) 瀉下藥·····99	(九) 治咳化痰藥·····105
(四) 滲濕逐水藥·····100	(十) 理氣藥·····107
(五) 祛風濕藥·····101	(十一) 理血藥·····108
(六) 祛寒藥·····102	(十二) 補養藥·····110

(十三) 芳香开窍药	112	(十六) 消导药	115
(十四) 安神镇惊药	113	(十七) 驱虫药	116
(十五) 固涩药	114	(十八) 外用药	117

## 第五章 治疗和方剂 118

一、治疗方面	118
二、方剂方面	119
三、治疗方法与方剂的运用	120
(一) 解表法	120
(二) 催吐法	121
(三) 泻下法	121
(四) 和解法	122
(五) 消导法	123
(六) 理气法	124
(七) 理血法	124
(八) 渗利法	125
(九) 清热法	126
(十) 温运法	127
(十一) 镇静法	128
(十二) 芳香开窍法	128
(十三) 补益法	129
(十四) 固涩法	131
(十五) 驱虫法	132

## 第六章 预防与护理 134

一、预防	135
(一) 保养精神	135
(二) 适应四时气候	135
(三) 注意饮食起居	136
(四) 体格锻炼	136
(五) 防止传染	137
(六) 妇婴卫生	137
二、护理	138
(一) 精神方面	138
(二) 气候方面	139
(三) 饮食方面	140
(四) 起居方面	141
(五) 给药	141

## 下 篇

## 第一章 内科 143

感冒	143	秋燥	148
春温(附: 风温)	144	冬温	149
暑温	146	瘧疾	149
湿温	147	痢疾	150

泄泻	151	胃痛	157
肺癆	152	呕吐	158
吐血、咳血	153	眩晕	159
哮喘	154	失眠	160
水肿	155	钩虫病	161
黄疸	156		
<b>第二章 外科</b>	<b>162</b>		
一、外科诊断的特点	163		
二、外科治疗的特点	165		
三、常见疾病	167		
疔	167	瘰疬	168
疽	167	痔	169
疖	167	肛瘘	169
疔	168	癰疽	170
流注	168	疔瘡	171
丹毒	168		
<b>第三章 妇科</b>	<b>172</b>		
一、妇女生理特点	172		
二、妇女病理特点	172		
三、妇科诊断特点	173		
四、妇科治疗特点	175		
五、常见疾病	176		
月經不調	176	子肿	182
痛經	178	胎动不安、墮胎、小产	183
經閉	179	子癇	184
崩漏	179	产后腹痛	184
帶下	180	产后恶露不絕	185
妊娠恶阻	181		
<b>第四章 儿科</b>	<b>185</b>		
一、儿科诊断特点	186		



二、儿科治法特点 .....	188		
三、常見疾病 .....	188		
麻疹 .....	188	小儿吐乳 .....	193
白喉 .....	190	小儿腹泻 .....	193
惊风 .....	190	积滞 .....	194
疳积 .....	192	蛔虫病 .....	195
百日咳 .....	192		
第五章 针灸疗法 .....	196		
一、經絡 .....	196		
二、腧穴 .....	196		
(一) 腧穴的分类 .....	196	用腧穴 .....	205
(二) 腧穴的作用 .....	197	8. 足少阴腎經常用	
(三) 取穴方法 .....	197	腧穴 .....	209
(四) 常用腧穴 .....	199	9. 手厥阴心包絡經	
1. 手太阴肺經常用		常用腧穴 .....	209
腧穴 .....	199	10. 手少阳三焦經常	
2. 手阳明大腸經常		用腧穴 .....	212
用腧穴 .....	201	11. 足少阳胆經常用	
3. 足阳明胃經常用		腧穴 .....	212
腧穴 .....	201	12. 足厥阴肝經常用	
4. 足太阴脾經常用		腧穴 .....	214
腧穴 .....	203	13. 督脉經常用腧	
5. 手少阴心經常用		穴 .....	214
腧穴 .....	203	14. 任脉經常用腧	
6. 手太阳小腸經常		穴 .....	218
用腧穴 .....	205	15. 常用經外奇穴 .....	218
7. 足太阳膀胱經常			
三、針术 .....	219		
(一) 針术的意义 .....	219	(四) 体位 .....	220
(二) 現代常用的針 .....	219	(五) 消毒 .....	220
(三) 如何练习扎針 .....	220	(六) 針刺的程序和角	



度 .....	220	(十) 行針候气 .....	225
(七) 針刺的淺深 .....	223	(十一) 留針与出針 .....	225
(八) 押手法 .....	223	(十二) 异常現象的处	
(九) 常用扎針手法 .....	224	理 .....	225
四、灸术 .....			226
(一) 灸术的意义 .....	226	(四) 施灸程序与标	
(二) 灸治的材料 .....	226	准 .....	228
(三) 灸术的种类与运		(五) 施灸注意事項 .....	229
用 .....	227		
附: 火罐气 .....			229
五、治疗 .....			230
(一) 治疗原則 .....	230	12. 遺尿 .....	236
(二) 經穴主治綱要 .....	231	13. 癩症 .....	236
(三) 处方規律 .....	232	14. 顛狂癲 .....	236
(四) 常見疾病的治疗 .....	232	15. 急惊风 .....	237
1. 中风 .....	232	16. 慢惊风 .....	237
2. 感冒 .....	233	17. 疳疾 .....	237
3. 呕吐 .....	233	18. 痛經 .....	238
4. 泄瀉 .....	234	19. 子宮下墜 .....	238
5. 瘧疾 .....	234	20. 破伤风 .....	238
6. 腹痛 .....	234	21. 撮伤 .....	239
7. 胃痛 .....	234	22. 落枕 .....	239
8. 头痛 .....	235	23. 耳鳴、耳聾 .....	239
9. 腰痛 .....	235	24. 聾哑 .....	240
10. 失眠 .....	235	25. 喉蛾 .....	240
11. 尿閉 .....	235	26. 牙痛 .....	240
附: 耳針疗法 .....			240
附: 面針疗法 .....			244
第六章 气功疗法 .....			248
一、气功疗法的原理 .....			248
二、气功疗法的种类和法式 .....			249

三、练功时间的规定和顺序 .....	255
四、适应症和禁忌症 .....	256
五、治疗时的注意事项 .....	256
第七章 按摩疗法 .....	257
一、基本手法 .....	257
(一) 按摩成人的手法 .....	258
1. 推法 .....	258
2. 拿法 .....	259
3. 按法 .....	259
4. 摩法 .....	259
5. 揉法 .....	259
6. 捏法 .....	260
7. 搓法 .....	260
8. 拍法 .....	260
(二) 按摩小儿的手法 .....	260
1. 按法 .....	260
2. 摩法 .....	260
3. 推法 .....	261
4. 运法 .....	261
5. 揉法 .....	261
6. 掐法 .....	261
7. 搓法 .....	261
8. 搖法 .....	261
二、部位分类、操作及主治作用 .....	262
(一) 成人的按摩部位及主治作用 .....	262
1. 局部按摩 .....	262
2. 全身按摩 .....	262
(二) 小儿的按摩操作法及主治作用 .....	262
1. 推坎宫法 .....	262
2. 推印堂法 .....	262
3. 运太阳法 .....	263
4. 分阴阳法 .....	264
5. 运八卦法 .....	264
6. 推三关法 .....	265
7. 退六腑法 .....	265
8. 虎口三关法 .....	266
9. 搖斗肘法 .....	266
10. 推五经纹法 .....	266
11. 飞经走气 .....	268
12. 清天河水法 .....	268
13. 运水入土法 .....	268
14. 推、揉腹阴阳法 .....	269
15. 揉龟尾法 .....	270
16. 揉摩丹田法 .....	270
17. 按神阙法 .....	271
18. 搖两足法 .....	271
19. 推承山法 .....	272
20. 掐委中法 .....	272
21. 掐昆仑法 .....	272
附方 .....	273



## 緒 言

祖国医学是一个伟大的宝库，是我国人民几千年来同疾病作斗争的经验总结。它具有独特的理论体系和丰富多彩的医疗方法，深受广大人民的欢迎。党一再教导我们要很好地继承和发扬祖国医学遗产，为人民健康事业服务，为社会主义建设服务。解放以来，特别是最近几年中，在党的正确领导下，继承和发扬祖国医学，已经获得很大的成绩，并正在不断取得新的成就。

在整体观念指导下的辨证施治，是中医学的基本特点。

中医的理论体系，是在整体观念的基础上建立起来的。一方面认识到人体的生命现象，是一个复杂的活动过程，内而消化循环，外而视听言行都是不可分割、互有联系的整体活动；另一方面还认为外界环境与人体之间有着密切的关系，因为人类不能离开自然，天时、地理、气候以至人事环境等等变化时刻影响着人体。祖国医学既强调人体内在的整体性，同时也重视与外界环境的统一性。这在祖国医学整个理论体系中，由基础到临床，由生理到病理，无不贯串着这个精神，它是中医治病的基本观念。因此，在临证之时，无论是观察症状，分析病情，判断问题以及处方用药等等都必须全面考虑，从整体出发。既要注意到外界环境与人体之间的影响关系，又要考虑到人体内部的整体协调情况，不能孤立地看人、看病和对待任何一个症候。如果机械地、孤立地、简单地对待和处理疾病，忽视了整体观念这一精神，就会犯片面性的错误。例如同样一个外感病，由于发生的季节不同，而立法、处方、用药往往可以完全不同，又因体质不同，临床处理也常不一致。

辨证施治，就是在上述整体观念的指导下，通过全面的、细致的分析鉴别(辨)各种症状和现象(证)，从而进一步探讨考虑(施)

治疗方针和施用方药(治)。任何疾病都会随着环境的不断变化而表现出错综复杂的症状,概括地说,辨证施治,就是从错综复杂的现象中进行多方面的了解,从而掌握它的各种演变发展规律,即使是各种特殊的变化,亦能通过辨证而找出它的根源。总之,辨证施治是在于从不同的变化中,求出主要癥结所在,按不同的情况,施以不同的防治方法。例如同头痛,有外感内伤之分;同一烦躁,有属阴属阳之别;同一厥逆,有寒热真假之辨,如果不掌握辨证施治的规律,那就容易造成治疗上的错误而贻误于病人。

其次,构成中医理论体系的基本内容:属于生理方面的有藏象、经络;属于病因方面的有六淫、七情、饮食起居;谈辨证的有八纲、三焦、六经、卫气营血;谈诊断的有望、闻、问、切四诊;谈治法的有病必求其本、标本缓急以及汗、吐、和……等多种方法;谈药物性能的有四气五味、升降浮沉;谈方剂配伍和作用的有君、臣、佐、使,七方、十剂等,而阴阳五行学说又是上述内容的基础,具有联系各个方面的作用,成为理论体系中的重要部分。

这里着重地说明一个问题:经络是祖国医学中重要的理论部分,一般认为它与针灸学的关系较为密切,这个认识是不够全面的。实际上从基础理论到临床各科,无一不与这一基础理论知识有关,因为人体五脏六腑、头身肢节各组织器官之间的关联,往往是通过经络来表现的,它是人体生理的一个重要部分,没有它就不能具体认识人体的内在联系,因而也不可能从整体出发去认清疾病,病理的反映通常是基于生理异常的改变。

祖国医学的内容是丰富多彩的,现在为了便于学习起见,我们按照中医的理论体系,系统简明扼要地编写了这本“中医学概要”。全书在内容的安排上,分列为上、中、下三篇来叙述:上篇是中医的基本理论知识,内容讨论了阴阳五行、人与自然、脏腑、经络、营卫气血与津液等基本问题;中篇所讨论的是临床的基础知识,主要包括了病因、辨证法则、四诊、药物的运用、治疗和方剂、预

防和护理的知识；下篇是临床部分，简要地介绍了针灸、内科、外科、儿科、妇科的临床常见疾病，以及针灸、气功、按摩等疗法。本书对祖国医学的面貌仅仅作了概括的叙述，只能说作为学习中医的一个阶梯，因此还希望读者在学习本书的基础上，宜再作进一步的钻研与探讨。

## 上 篇

### 第一章 阴阳五行

阴阳五行学说是中医学学术的基础理论，它贯串在整个中医学的思想体系中。中医的自然观和对人体生理病理的认识，以及对诊断、治疗、药物的运用等等，都以阴阳五行学说来加以说明和阐述。因此，要想学习或研究中医，就必须首先掌握阴阳五行学说的基本规律及其运用方法，然后才能进一步探讨中医的理、法、方、药。

#### 一、阴 阳

阴阳学说最初是古人用以解释自然现象的一种思想方法，认为宇宙间的事物普遍地存在着一种相对的现象，而这相对的两个方面，既保持着相互资生、相互依存的关系，又保持着相互消长转变和协调的关系，这便成为促进事物的发展变化的根本因素。因此，把阴阳作为这些自然现象的抽象和概括。

关于阴阳的基本概念，主要有下列几方面：

（一）阴阳的相对性：阴阳是代表一切事物对立的两个方面，并在相对的情况下，表示了两个不同的属性。如以自然界来说，天空轻清在上为阳，大地重浊在下为阴。太阳光明为阳，月亮比较晦暗为阴。火性向上而发热为阳，水性趋下而寒冷为阴。春夏气候温暖为阳，秋冬气候寒冷为阴。白昼光明为阳，夜间黑暗为阴……等等。以人体来说，躯壳在外为阳，内脏居里为阴。气是无形的为阳，血是有形的为阴……等等。据此，大凡向上的、在外的、躁动的、发热的、光亮的、升发的、生长的、强壮的、兴奋的……都可归纳

于属阳的方面；反之，向下的、在内的、静止的、寒冷的、晦暗的、沉降的、衰退的、虚弱的、抑制的……都可归纳于属阴的方面。掌握了这些基本概念，则大而至于天地宇宙，小以至于人体各部，都可以运用阴阳为代表来说明。

阴阳相对的两个方面，如果再进一步分析，其本身都还包含着无数的阴阳。如以白昼为阳，黑夜为阴为例，白昼又可分为上午和下午，上午为阳中之阳，下午为阳中之阴。同样，上半夜为阴中之阴，下半夜为阴中之阳。以人体来讲，体表属阳，内脏属阴。而体表又可分上部为阳，下部为阴。外侧为阳，内侧为阴。六腑为阳，五脏为阴。五脏中则以心、肝为阳，肺、脾、肾为阴等等。这种“阴中有阴，阳中有阳，阴阳之中复有阴阳”的理论，指导着事物的分析和推演，可以由简而繁，愈分愈细；也可以从博返约，提纲挈领。这样就更深入细致地表达了事物内部的复杂关系。同时亦说明了用阴阳来代表各种事物的属性，是相对的、灵活的。

(二) 阴阳的互根关系：阴阳的互根，是指阴阳对立的两个方面，具有相互资生、相互依存的关系。具体的说，就是阴能生阳、阳能生阴，两者是相互为用、相辅相成的。正是由于这种关系，阴阳互根有着互为因果的作用，是推动事物变化发展的基础。以人体生理来说，实质脏器为阴，功能活动为阳。饮食物进入人体，必定要通过内脏(肠胃等)的消化活动(阳)，才能转变为营养物质(阴)，而内脏的消化机能(阳)，又必须依赖营养物质(阴)的不断供给。因此，“营养物质是产生机能活动的资源，而机能活动又是制造营养物质的原动力。又如人体的气血，同样有着阴阳互根关系。血液的生成来源于水谷，依赖于气的化生，血液的循环不息滋养全体，是由于气的推动的结果。因此有“气为血之帅”的说法。另一方面，血虽由气而生、随气而行，然而气又必须以血为依附。如果气血失调，发生偏胜，即将产生疾病。由此可见，人体的一切器官组织之间阴阳互根关系，是非常明显的。

(三) 阴阳的消长转变与协调: 阴阳的消长转变与协调是事物的运动规律, 任何事物都是在不断发展和变化着的。自然界昼夜的更换, 四时气候的转移, 都是阴阳消长转变的体现。人体也同样, 正常的人精神饱满, 体力充沛, 这是由于机体的功能旺盛, 这主要是由于源源不断地摄取营养物质的结果。机体功能属阳, 营养物质属阴, 因而可以说机体功能旺盛的体现, 便是阳长阴消的过程。另一方面, 人体营养物质的产生, 是由饮食物转化而来, 这种转化又必须借助于内脏的活动, 这种转变, 即是阴长阳消的过程。当然无论是阴长阳消或阳长阴消, 都不能截然划分, 它们是一个彼此转变、互相渗透的过程, 同时是相对的而不是绝对的。人体就是通过这种阴阳的消长转变而维持着阴阳的协调, 它是推动人体不断发展变化——生长发育, 保持健康的重要条件。

人体的健康与否, 取决于阴阳的协调, 人体的任何一方面如果阴阳之间失去了协调, 那就会出现病理的现象。阴阳失调的具体表现, 有太过或不及两个方面。凡是一面发生了太过, 就会损害其对立的一面; 反之, 发生了不及, 同样也会影响其对立的一面。阴阳失调最明显的反映, 是寒热症状, 所以素问阴阳应象大论说: “阴胜则阳病, 阳胜则阴病, 阳盛则热, 阴盛则寒。”如果阴阳失调, 发展到极点, 还可出现反常的病理现象, 导致“重阴必阳, 重阳必阴”, 亦即“重寒则热, 重热则寒”的寒热真假的病症。如果阴阳的关系完全破坏, 那就必致“阴阳离决”而产生死亡的后果。

形成疾病的根源, 既然是阴阳的失调, 所以临床诊断疾病, 也就必须从错综复杂的症状中去推求阴阳的盛衰, 辨别疾病症候的阴阳, 以认识其本质和现象, 从而根据疾病的癥结所在, 采取适当的治疗方法, 使阴阳复归于协调。如阴寒太盛而损及阳气的, 当用温热的药物以逐阴寒; 如阳气不足而致浊阴不化的, 则应扶阳以化阴; 如阳热太过而伤及阴液的, 又当用寒凉的药物以损其有余之阳; 阴液不足而阳气虚亢的, 则当益阴斂阳。总之, 以“调和阴阳”,

使之“阴平阳秘”归于协调为原则。

## 二、五行

五行，即指木、火、土、金、水而言。五行学说是古人根据这五种物质的属性及其内在的联系所抽象出来的一种概念，并以此作为事物的分类和说明事物的发展变化及其相互联系的说理工具。关于五行学说的基本概念和在医学中的具体运用，叙述如下：

(一) 五行的归类法则：自然界的一切事物，其发生发展的规律，一般可以概括为生、长、化、收、藏五个互为联系的阶段，而五行正是这种说理的工具。如木性升发，象征着春天风和日暖(风)的气候和万物萌芽生发的现象，故主发生(生)。火性炎上，象征着夏季暑热(暑)的气候和万物生长茂盛的现象，故主发展(长)。土能生万物，象征着长夏(六月)湿润(湿)的气候和万物化生繁殖的现象，故主变化(化)。金性肃杀，象征着秋天干燥凉爽(燥)的气候，和万物萧条的现象，故主衰退(收)。水性润下，象征着冬天寒冷(寒)的气候和万物潜伏隐藏的现象，故主闭藏(藏)。这样便把五行的木、火、土、金、水与万物发展过程的生、长、化、收、藏，四季的春、夏、长夏、秋、冬以及气候的风、暑(热)、湿、燥、寒互相联系起来，在此基础上更进一步广泛地联系五色的青、赤、黄、白、黑，五味的酸、苦、甘、辛、咸等等。

人和自然界有着同样的情况，因此联系到人体，是以肝、心、脾、肺、肾五脏为基础。根据其生理特点，以取类比象的方法配合五行，并且广泛地联系到六腑的胆、小肠、胃、大肠、膀胱，五体的筋、脉、肌肉、皮毛、骨，五官的目、舌、口、鼻、耳，以及五志的怒、喜、忧、悲、恐等。例如：肝脏主升发之气，性喜条达，象征着春天生发之气和风动木摇的现象，故属木行而应于春天，主生、主风；在生理上肝与胆有表里关系，肝又主筋，开窍于目；肝气亢旺者多善怒，而大怒又易伤肝，所以五志中肝主怒。这样便把人体的肝、胆、筋、目

和情志变动的怒,通过五行中的“木行”的关系,与自然界现象春、生、风、青、酸联结成为一大类属。其余四脏也同样地通过五行的关系与自然界的各种现象联结而成为类属。这样不仅可以有系统地说明事物之间的从属关系,而且可以从各方面来分析与联系,作为观察事物变化发展的依据,这就是五行的归类法则。它不仅可以用来解释人与自然界的整体统一性和彼此之间的复杂关系,而在实际应用上,它对说明人体生理、病理和诊断、治疗等也都有一定的作用。兹根据上述内容,列表如下:

五味	五色	五气	发过展程	时令	五行	脏	腑	五官	五体	五志
(酸)	青	风	生)	春	木	肝	(胆	目	筋	怒)
(苦)	赤	暑	长)	夏	火	心	(小腸	舌	脉	喜)
(甘)	黄	湿	化)	长夏	土	脾	(胃	口	肌肉	忧)
(辛)	白	燥	收)	秋	金	肺	(大腸	鼻	皮毛	悲)
(咸)	黑	寒	藏)	冬	水	肾	(膀胱	耳	骨	恐)
自然方面						人体方面				

(二) 五行生克规律及其变化: 五行的归类法则,说明了事物之间的从属关系。而五行的生克规律则又进一步说明事物之间的相互促进、相互制约的内在联系。

五行的相生规律是: 木生火, 火生土, 土生金, 金生水, 水生木。所谓生, 即助长的意思, 所以相生又意味着推动事物的发展, 说明五行之间的相互促进、相互依存的关系。五行相生也就是母子关系, 任何一行都有生我、我生两个方面。生我的是母, 我生的是子。以水为例: 生我的是金, 金是水之母; 我生的是木, 木是水之子。余可类推。

五行的相克规律是: 木克土, 土克水, 水克火, 火克金, 金克木。所谓克, 即制约的意思, 所以相克又意味着维持平衡, 说明五



行之间的相互抑制、相互排斥的关系。五行相克也就是所胜和所不胜的关系。任何一行都有克我、我克两个方面。克我的，称为所不胜；我克的，称为所胜。如以木为例：克我的是金，金是木的所不胜；我克的是土，土是木的所胜。余可类推。

五行的相生相克，是事物内在联系的两个方面，并不是单独存在的，而是有机地结合并存的，相生之中寓有相克，相克之中也寓有相生。因此，相生相克是一切事物维持相对平衡的二个不可缺少的条件。这种既有相生、又有相克的协同关系，称为“制化”。这也就是说，只有在生克互相作用的情况下，才能保持正常的相互的协调，保证事物的生化不息。以五脏来说，肝生心、心生脾、脾生肺、肺生肾、肾生肝，肝克脾、脾克肾、肾克心、心克肺、肺克肝等，可以看出五脏之间，具有相互资生和相互制约的关系，彼此维持着相对的均势。如心火亢旺，则有肾水上济，就不会引起偏盛现象，这是水能克火的作用。肝木不足，则有肾水的滋养，就不会产生偏衰现象，这是水能生木的作用。无论是相生或相克，都是正常的生理活动。通过这种生克制化的活动，五脏的机能活动才得以生生不息，而保持着协调平衡的状态。

相生或相克的任何一方面，发生了太过或不及之后，不能及时地或有效地纠正就会扰乱这个正常平衡关系，出现反常的变化而发生疾病，在相生方面则有“子母相累”的病理变化；在相克方面则有“相乘相侮”的病理变化(图2、3)。

所谓“子母相累”，就是母子之间在病变上的互相影响。如思虑太过伤及脾土而致食欲不振；脾土虚弱，则影响心脏，致使心气不



图1 相生相克示意图