

实用

中医禁忌学

主编◇王辉武



人民卫生出版社
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE

SHIYONG ZHONGYI JINJI XUE

序



中国传统文化包罗万象，博大精深，其中浅显者妇孺皆知，奥秘者高深莫测。如几千年来，种种“禁忌”观念广传于民间，但有时杂有一些神秘色彩而真假难辨。因此，如何找准源头，理清思路，“取其精华，去其糟粕”，讲清道理，是当代有识者值得去做的事。

对此，还须从中国古代哲学“气一元论”说起。“通下一气耳”是《庄子·知北游》中的一句哲理名言。天下万物，包括日月星辰、山川木石、虫鱼鸟兽以及芸芸众生，均为一气，别无他物。“天地玄黄，宇宙洪荒”，开天辟地之后，混沌之气经历了不断演化。《周易》“易有太极，是生两仪”这八个字，是我们祖先高度智慧的集中体现。一旦有了两仪，同时便有了阴阳，便有了“对峙”，如天地、生死、男女、内外、上下、黑白、善恶、利害、凶吉、冷热、干湿、宜忌……等等。天下万物之内部都存在着两个相互对立、相互依存，又相互转化的东西。然后，如《老子》所说的“道生一，一生二，二生三，三生万物”，以至无穷。

有了阴阳，即有阴阳之道，“一阴一阳之谓道”，此为至理，概莫能外。整套中医学基础理论均由此演化而来。阴阳既成，即有了“类”。根据自然界“类同则召，气同则合，声比则应”的原理，便形成了“物以类聚，人以群分”的规律。有了类与群，则在类与类之间、群与群之间便产生了相互关系，或互为利，或互为害。趋利避害是一切生物的原始本能，不用学习，自然而然。凡有利于生命之形成、存在与发展的因素即为适宜；凡不利于生命之形成、存在与发展的因素即为禁忌。自觉地回避和不为是忌，是自律行为；不让他人去为是禁，是外力强止。当然，人类社会演化越来越复杂，单靠本能就不够了，需要研究、学习与传授。

《黄帝内经》根据中国古代“天人合一”的哲理提出了“天食人以五气，地食人以五味”及“人以天地之气生，四时之法成”的人类生成原理。易传《文言》提出了“夫大人者，与天地合其德，与日月合其明，与四时合其序，与鬼神合其凶吉，先天而天勿违，后天而奉天时”的“天人和谐”论，既注重人与天地相应的客观规律，又不否认人的主观能动作用。我在 2002 年提出了“天地人三才医学



模式”，并强调这个模式的核心是整体的人。凡符合人的生理需要及其体质类型的事物是宜；凡违反人的生理需要及其体质类型的事物则当忌。人生在世而不知宜忌是无法合理生存下去的，难免有病损夭亡的危险。换句话说，谁要想健康长寿，活得更好，谁就该深明人生宜忌之理及宜忌之事。

南怀瑾先生称《黄帝内经》是“经”，应与四书五经同级，我深表赞同。同时，我体会《黄帝内经》主要讲了三件事：①天地的自然，如五运六气与食物药性等；②人的自然，如藏象、经络与体质等；③人与天地之间的宜忌关系，如养生之道与治未病等。是否如此，愿与大家一起探讨。

今王辉武教授带头组织同道们撰写此《实用中医禁忌学》，就探讨了《黄帝内经》教导后人应注意的第三件事。此书洋洋洒洒七十万言，是他继《病家百忌》、《疾病禁忌》与《饮食与药物禁忌》后的又一次飞跃，为中医药学创立了一门自成体系的新学科——中医禁忌学。这是与西医毒理学之类非常不同的、颇具中国特色的新学科，发前人之未发，为振兴中医学做出了贡献。

王辉武教授是20世纪70年代我在重庆医学院附属第二医院中医科应诊时的同事，先后共事达7年之久，深知他好学敏思，才识过人，且热爱中华文化，故我们颇多共同语言而视为知音。30余年来他著作等身，且多有创见，我亦颇为高兴，喜为之序。

上海中医药大学 匡调元

2008年4月4日

前言



禁忌，一个似乎神秘、陌生的话题。

其实，我们每个人、每一种行业都避不开禁忌，人们的健康就是靠禁忌来维持的。禁忌是经验的升华、教训的结晶、人类文明的智慧，禁忌让我们少犯前人犯过的错误，实现人与自然、人与社会、人与人之间的和谐相处。有人说：“禁忌是法规之母。”

“医生，我这病啥东西不能吃？”这句话也许你说过，或曾听过，这就是禁忌。就是这一句话，激发了我对“禁忌”研究的兴趣。

中医禁忌这一选题，自1980年构思，1987年《病家百忌》出版，1997年《疾病禁忌》和《饮食与药物禁忌》在台湾出版，到今天《中医禁忌学》的脱稿，“禁忌”在我脑海里盘旋了近30年。也正是这样一个让患者与医者都难以回避的议题，古往今来，却没有人做过专题研究。究其原因是多方面的，其中最主要的是，禁忌的复杂与艰难，让人望而却步。

是什么力量让我在“禁忌”问题上矢志不渝呢？原因只有一个，那就是“民众对禁忌知识的渴求”。据观察，医生所接诊的患者中，约有1/2都会问及与禁忌有关的问题，而且，医生们多数只能敷衍作答，因为有许多禁忌问题，没有研究，说不清楚，欲答也难。对于这种情况，我是学中医专业的，该何去何从？

《易经·系辞》有言：“举而措诸天下之民，谓之事业”，意指为多数人之需求做点事，当是人生的最高追求。中医禁忌，历经千年不衰，临床确有价值，且少有人去研究，这种事业，任重道远，吾辈当仁不让！

就这样，我们开始啃这块“硬骨头”。在这个过程中，最让我为难的除了“书到用时方恨少”的困惑外，还有人们对禁忌的误解。如认为禁忌是迷信，是无稽之谈……当我们申报有关禁忌的科研课题时，常因评审专家不知道禁忌是啥东西而遭“枪毙”。这种尴尬，说来也不奇怪，因为国内学术界对禁忌的研究还很落后，正如北京师范大学人类学家钟敬文教授所说：“目前，我国学界对禁忌的探索，主要是借助国外相关的理论与观点。”（《禁忌与中国文化·序》）对于中医禁忌的研究来说，显得更加薄弱。



然而,当翻阅经史百家和中医典籍时,我们惊奇地发现,古老而文明的中国竟是禁忌资源大国,内容十分丰富。单就中医学而言,从《黄帝内经》、《伤寒论》到后世各家本草、方书及民间杂记,到处都有中医禁忌存在,而且还在不断地传承与发展之中。

“一阴一阳之谓道”,宇宙间任何事物都具有阴与阳的相对的规律。我们现在的中医学,只热衷于宜,而不屑于“忌”,这显然不合于“道”,必须弥补之,况且研究“忌”实际上更能保证“宜”的实施。

有鉴于此,我们认为,“中医禁忌”这一古老的议题,有理论,有实践,是实现“治未病”的重要方法,有广泛的应用价值和前景,研究禁忌应是中医学发展的必然。通过对中医禁忌的社会文化理论基础、沿革、发展和应用前景的研究,展示中医禁忌的遗产资源、实践经验和研究成果,实现对中医理论与临床的发展与创新。构建中医禁忌学这一新兴学科,对推进中医药学的研究与发展,赋予中医学养生、预防、诊疗新内容,培养提高医家与病家“禁忌思维与实践”的品质,提高临床疗效,具有深远的理论与实践意义。

必须指出的是,中医禁忌的研究是一项系统工程。我们的工作才刚刚起步,有一些文献记载的禁忌,目前还难辨是非,仅能供读者讨论、研究。有些问题是首次提出,大部分内容只是临床实践中的经验与体会,谬误难免,诚望读者教正。本书《中医禁忌学》为一抛砖引玉之作,期待这块“和氏之璧”能被打磨成“奇珍异宝”,让更多的贤达之士关注她、研究她,进而促成其发展。有道是“智山慧海传真火,愿随前薪作后薪”(冯友兰语)。人类文明是一把真火,对代代相传的中医禁忌遗产,我们要虔诚地尊重,认真地研究,小心地求证。我们更应该有信心、有决心,将这星星真火传承光大,使之发出不可估量的光和热,更好地为人类服务!

王辉武

于山城临江门

2008年8月25日

目录

总论篇

第一章 中医禁忌与中医禁忌学	3
第一节 中医禁忌学的定义	4
第二节 中医禁忌学的理论基础	4
一、天人合一论	4
二、阴阳两仪论	5
第三节 中医禁忌的意义与价值	6
第四节 建立中医禁忌学的必要性	7
第二章 禁忌与相关字词的文献表述	8
第三章 中医禁忌与社会禁忌的关系	10
第一节 社会禁忌的起源	11
一、欲望产生禁忌	11
二、忧患产生禁忌	12
三、敬畏神灵产生禁忌	12
四、教训产生禁忌	12
五、仪式产生禁忌	13
第二节 社会禁忌的传变趋势	13
一、禁忌的传承变化	13
二、禁忌的发展趋势	14
三、禁忌的消极作用	14
四、正确对待禁忌遗产	15
第四章 中医禁忌学的地位与作用	16
第一节 中医禁忌学的地位	16
第二节 中医禁忌学的作用	18
一、丰富中医病因理论	18
二、促进中医临床医学的发展	18

三、促进中医养生学的发展	18
四、赋予中医预防医学新内容	19
五、促进中医药学与其他学科之间的交流	19
第五章 中医禁忌学的形成与发展	20
第一节 中医禁忌学的易学原理	21
一、“一动生吉凶”	22
二、“一阴一阳之谓道”	22
三、“日月运行，一寒一暑”	23
四、“化而裁之谓之变”	24
第二节 《内经》奠定中医禁忌学思想基础	24
一、《内经》奠定中医禁忌学的思想基础	25
(一) 生气通天的生命观	25
(二) 阴阳盛衰的疾病观	25
(三) 以平为期的防治观	26
(四) 以直觉思维为主的方法	26
二、《内经》对摄生禁忌的论述	26
三、《内经》对饮食禁忌的论述	26
四、《内经》对疾病治疗禁忌的论述	27
第三节 《伤寒杂病论》开创中医禁忌理论应用先河	27
一、禁忌在确定病证治疗法则方面的应用	27
二、禁忌在体质防治方面的运用	28
三、禁忌在方药服法方面的应用	28
四、禁忌在饮食营养方面的应用	28
五、禁忌在针灸临床方面的应用	28
第四节 历代医家对中医禁忌学的实践与发展	29
一、唐宋时期	29
二、金元时期	30
三、明清时期	31
第五节 中医禁忌学的现代研究概况	35
一、病证禁忌	35
二、体质禁忌	35
三、饮食禁忌	36
四、针灸禁忌	37
五、药物禁忌	38
第六章 中医禁忌学的任务和前景	40

53	一、中医禁忌学发展中存在的问题	40
58	二、中医禁忌学学科建设面临的任务	41
66	(一) 加快机构建设	41
73	(二) 重视学术交流	41
83	(三) 开展深入的文献研究	41
97	(四) 规范临床研究	41
117	(五) 提高实验研究水平	42
127	(六) 抓紧人才培养	42
127	三、中医禁忌学的发展前景	42
127	(一) 学科自身的系统完善	42
167	(二) 促进中医诊疗水平的提高	42
177	(三) 促进养生保健的发展	42
187	(四) 借助先进手段,促进深入研究	43
198	(五) 为发挥“治未病”优势创造切实可行的技术与方法	43

各论篇

112	第一章 中医药物禁忌	45
118	第一节 中药性(气)味的禁忌	46
118	一、药性(气)的禁忌	46
178	(一) 寒性药物	46
188	(二) 热性药物	47
188	(三) 温性药物	47
199	(四) 凉性药物	48
110	二、药味的禁忌	48
122	(一) 酸味药物	48
133	(二) 苦味药物	49
140	(三) 甘味药物	49
160	(四) 辛味药物	50
180	(五) 咸味药物	50
199	第二节 妊娠药物禁忌	51
101	第三节 服药食忌	56
103	第四节 配伍禁忌	58
101	一、十八反	58
101	二、十九畏	60
101	第五节 单味药物禁忌	62



一、丁香	62
二、人参	63
三、三七	66
四、大黄	67
五、女贞子	69
六、山茱萸	70
七、川贝母	71
八、川芎	73
九、干姜	75
十、广藿香	75
十一、丹参	76
十二、五灵脂	77
十三、五味子	78
十四、天花粉	80
十五、天南星	81
十六、天麻	82
十七、巴豆	83
十八、巴戟天	84
十九、木香	86
二十、木通	87
二十一、牛蒡子	88
二十二、牛膝	89
二十三、仙茅	90
二十四、半夏	91
二十五、玄参	93
二十六、瓜蒌	93
二十七、甘草	94
二十八、甘遂	96
二十九、白及	98
三十、白术	99
三十一、白芍	101
三十二、白芷	103
三十三、石菖蒲	103
三十四、石膏	104
三十五、地骨皮	106

141	三十六、地黄	106
151	三十七、延胡索	109
161	三十八、当归	110
171	三十九、红花	112
181	四十、肉苁蓉	113
191	四十一、肉豆蔻	114
201	四十二、肉桂	116
211	四十三、防己	117
221	四十四、防风	118
231	四十五、何首乌	119
241	四十六、吴茱萸	120
251	四十七、苦杏仁	122
261	四十八、杜仲	122
271	四十九、牡蛎	123
281	五十、羌活	124
291	五十一、芦根	125
301	五十二、苍耳子	125
311	五十三、补骨脂	126
321	五十四、诃子	128
331	五十五、辛夷	129
341	五十六、连翘	130
351	五十七、阿胶	131
361	五十八、附子	132
371	五十九、麦冬	135
381	六十、龟甲	136
391	六十一、枇杷叶	137
401	六十二、泽泻	138
411	六十三、知母	139
421	六十四、细辛	141
431	六十五、青蒿	143
441	六十六、前胡	144
451	六十七、厚朴	145
461	六十八、威灵仙	146
471	六十九、枸杞子	147
481	七十、独活	149

701	七十一、茯苓	149
701	七十二、茵陈	151
110	七十三、荆芥	151
111	七十四、钩藤	152
111	七十五、香附	152
111	七十六、香薷	154
111	七十七、骨碎补	155
111	七十八、党参	156
111	七十九、柴胡	157
111	八十、桂枝	159
120	八十一、桃仁	160
121	八十二、桔梗	161
121	八十三、益母草	163
121	八十四、莪术	164
121	八十五、猪苓	164
121	八十六、续断	165
121	八十七、蛇床子	166
121	八十八、鹿茸	166
121	八十九、麻黄	168
121	九十、黄芩	170
121	九十一、黄芪	172
121	九十二、黄连	175
121	九十三、黄柏	177
121	九十四、滑石	178
121	九十五、紫苏	180
121	九十六、紫菀	181
121	九十七、葛根	182
121	九十八、蒲黄	183
121	九十九、槟榔	184
121	一〇〇、蔓荆子	186
121	一〇一、酸枣仁	186
121	一〇二、薏苡仁	187
121	一〇三、薄荷	188
121	一〇四、鳖甲	189
121	一〇五、麝香	190

第二章 中医方剂禁忌	192
一、一贯煎	192
二、九仙散	193
三、九味羌活汤	194
四、二妙散	195
五、八正散	196
六、三仁汤	197
七、大承气汤	197
八、小青龙汤	199
九、小柴胡汤	200
十、川芎茶调散	201
十一、乌梅丸	202
十二、五皮饮	203
十三、五味消毒饮	203
十四、五苓散	204
十五、六味地黄丸	205
十六、天王补心丹	206
十七、天麻钩藤饮	207
十八、止嗽散	208
十九、仙方活命饮	209
二十、半夏白术天麻汤	210
二十一、半夏泻心汤	210
二十二、右归丸	211
二十三、四君子汤	212
二十四、四物汤	213
二十五、四神丸	215
二十六、四逆散	216
二十七、平胃散	216
二十八、归脾汤	217
二十九、玉女煎	219
三十、玉屏风散	219
三十一、甘露消毒丹	220
三十二、生脉散	221
三十三、白虎加人参汤	222
三十四、白虎汤	223



三十五、龙胆泻肝汤	224
三十六、当归六黄汤	224
三十七、当归四逆汤	225
三十八、百合固金汤	226
三十九、竹叶石膏汤	227
四十、血府逐瘀汤	227
四十一、防风通圣散	228
四十二、杏苏散	229
四十三、补中益气汤	230
四十四、补阳还五汤	232
四十五、参苓白术散	233
四十六、炙甘草汤	234
四十七、金锁固精丸	236
四十八、青蒿鳖甲汤	236
四十九、保和丸	237
五十、枳实导滞丸	238
五十一、独活寄生汤	239
五十二、茵陈蒿汤	239
五十三、荆防败毒散	240
五十四、桂枝汤	241
五十五、桂枝茯苓丸	243
五十六、桑菊饮	244
五十七、真武汤	244
五十八、逍遥散	245
五十九、清胃散	246
六十、理中丸	247
六十一、银翘散	248
六十二、麻仁丸	249
六十三、麻杏石甘汤	250
六十四、麻黄汤	251
六十五、黄芪建中汤	252
六十六、黄连解毒汤	253
六十七、普济消毒饮	254
六十八、温经汤	255
六十九、温胆汤	256

182	七十、清热地黄汤(原犀角地黄汤)	256
182	七十一、痛泻要方	257
882	七十二、镇肝熄风汤	258
882	七十三、藿香正气散	259
	第三章 中医病证禁忌	261
272	第一节 内科病证	261
272	一、感冒	261
872	二、湿温	265
882	三、秋燥	268
782	四、咳嗽	270
782	五、喘证	274
882	六、肺胀	279
882	七、肺癆	282
882	八、呕吐	285
882	九、痞满	287
100	十、胃痛	289
104	十一、腹痛	291
104	十二、泄泻	294
808	十三、便秘	296
808	十四、口疮	298
010	十五、心痛	300
814	十六、不寐	305
814	十七、癫痫	308
814	十八、黄疸	313
814	十九、臌胀	319
814	二十、眩晕	324
814	二十一、中风	328
814	二十二、郁病	338
914	二十三、水肿	341
914	二十四、消渴	344
914	二十五、虚劳	347
954	二十六、血证	351
924	(一) 鼻衄	351
124	(二) 咳血	354
124	(三) 尿血	358



二十七、阳痿	361
二十八、遗精	364
二十九、癃闭	366
三十、淋证	369
三十一、痹证	371
三十二、癌症	375
(一) 肺癌	375
(二) 肝癌	379
(三) 大肠癌	383
第二节 妇科病证	387
一、崩漏	387
二、痛经	390
三、围绝经期综合征	393
四、带下病	396
五、子宫脱垂	399
六、乳癖	400
第三节 儿科病证	401
一、风疹	401
二、流行性腮腺炎	403
三、婴幼儿腹泻	406
四、厌食	410
第四节 其他病证	413
一、颈椎病	413
二、腰椎间盘突出症	415
第四章 针灸推拿禁忌	418
第一节 针刺禁忌	418
一、古代禁针穴位的产生	418
二、古代针灸禁忌的演变	418
三、针刺禁忌的应用	419
(一) 部位的禁忌	419
(二) 腧穴的禁忌	419
(三) 特殊病情的禁忌	420
(四) 特殊状况下的禁忌	420
(五) 针刺操作的禁忌	421
(六) 针刺后的生活禁忌	421

四、针刺禁忌的意义	422
第二节 灸法禁忌	423
一、部位禁忌	423
二、禁灸穴位	423
三、病情禁忌	424
四、身体特殊状态禁忌	424
五、各种灸法禁忌	424
六、关于热病施灸问题	424
第三节 推拿禁忌	425
一、体位禁忌	425
二、手法禁忌	426
三、疾病禁忌	426
四、身体特殊状况禁忌	427
五、关节活动幅度禁忌	427
第四节 腧穴禁忌	427
一、云门	427
二、太渊	428
三、鱼际	428
四、合谷	429
五、扶突	429
六、承泣	430
七、人迎	431
八、缺盆	431
九、三阴交	432
十、腹哀	432
十一、极泉	433
十二、神门	433
十三、小海	433
十四、听宫	434
十五、睛明	434
十六、肺俞	435
十七、心俞	436
十八、肝俞	436
十九、委中	437
二十、膏肓俞	437

二十一、涌泉	438
二十二、横骨	438
二十三、俞府	439
二十四、内关	439
二十五、外关	440
二十六、翳风	440
二十七、风池	441
二十八、日月	441
二十九、环跳	442
三十、太冲	442
三十一、期门	442
三十二、石门	443
三十三、天突	443
三十四、哑门	444
三十五、脑户	445
三十六、囟会	445
第五章 中医养生禁忌	447
第一节 饮食养生禁忌	447
一、饮酒的禁忌	451
(一) 白酒	453
(二) 黄酒	454
(三) 葡萄酒	454
(四) 啤酒	455
二、饮茶的禁忌	456
(一) 绿茶(龙井,碧螺春)	457
(二) 黑茶(普洱茶,沱茶)	457
(三) 青茶(乌龙茶)	458
(四) 红茶(滇红)	459
(五) 花茶(茉莉花茶)	459
三、动物食品的禁忌	460
(一) 猪肉	460
(二) 牛肉	460
(三) 牛奶	461
(四) 羊肉	461
(五) 狗肉	461