

【中医学习丛书】

主编 刘炎

# 中医基础入门

执行主编

俞雪如 朱抗美 朱新华

世界图书出版公司

【中国中医药出版社】

中国中医药出版社

# 中医基础入门

张其成 主编 中国中医药出版社 2010年1月

中国中医药出版社

【中医学习丛书】

主编 刘炎 副主编 许建敏

# 中医基础入门

执行主编 俞雪如 朱抗美 朱新华

世界图书出版公司  
上海·西安·北京·广州



## 图书在版编目(CIP)数据

中医基础入门/俞雪如,朱抗美,朱新华主编. —上海:  
上海世界图书出版公司,2008.5

(中医学习丛书)

ISBN 978-7-5062-8568-1

I. 中… II. ①俞…②朱…③朱… III. 中医医学基础 IV. R22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 053710 号

## 中医基础入门

俞雪如 朱抗美 朱新华 主编

---

上海世界图书出版公司 出版发行

上海市尚文路 185 号 B 楼

邮政编码 200010

上海市印刷七厂有限公司印刷

如发现印装质量问题,请与印刷厂联系

(质检科电话 021-59110729)

各地新华书店经销

---

开本: 787×960 1/16 印张: 20.25 字数: 240 000

2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5062-8568-1/R·160

定价: 26.00 元

<http://www.wpcsh.com.cn>

# 编写人员

主 编 刘 炎

副 主 编 许建敏

参编人员 (以姓氏笔画为序)

王维平 朱抗美 朱新华 刘 炎

刘俭暄 汝丽娟 许建敏 汪文娟

沈丽君 张 帆 郑荣华 俞雪如

诸福度 章国英

# 前言

中医学是吾中华民族伟大宝库之一，有着悠久的历史 and 优良的疗效。它经历了漫长岁月的生息发展，始终与人们的生存斗争相结合，为吾中华民族之繁衍昌盛作出了宝贵而重要的贡献。

随着社会的进步、人类寿命的延长以及疾病谱的改变，现代人对自然而简便的传统医学治疗法越来越感兴趣。因此，中医药走向世界已成了历史的必然结果。近年来由于国际交流的日趋频繁和扩大，中医学颇为世人所瞩目。如今，学习中医的热潮方兴未艾。为此，人们也常希望有一本以中医理论为指导并密切结合临床实践的、简洁扼要、通俗易懂而又全面实用的综合性中医书籍，以供学习参考。基于此，也为弘扬国粹、满足西医和中医初学者的需求，特邀上海中医药大学刘炎教授任主编，组织本校及附属医院各科正副教授编写了这套“中医学习丛书”。全书共有六个分册，第一分册《中医基础入门》，主要介绍脏腑、气血津液、阴阳五行、病因病机、诊治、辨证、防治法则等方面的中医基础理论；第二分册《中医药方食技》，主要介绍中药、方剂、中成药、食疗药膳以及针灸、推拿的基本知识和技术操作；第三分册至第六分册，分别介绍中医内科、男科、妇科、儿科、外科、皮肤科、伤骨科、眼耳鼻咽喉科和急症美容等方面 250 余种常见病、多发病的治疗和保健方法。全书既有辨证用药之正方，也有民间验方、针灸推拿与药膳食疗之法，还有预防保健之措施，学者可根据需要选择而参考之。

## 中医基础入门

本书也是学习祖国医学入门的向导,有志者可选而学之,如能由入“门”进而入“室”,就算是学而有成了。

由于本丛书是在吸纳了中医界专家们经验的基础上编写而成的,内容中引用了名家的理论知识和经验方,鉴于无法联系征询意见,在此特别声明并致歉。

对于本书不足之处,敬请同道赐教指正。

刘 炎

2008年2月

# 目 录

## 第一章 中医学概论

- 一、中医学的基本特点 ..... 1
  - (一) 整体观念 ..... 1
  - (二) 辨证论治 ..... 4
- 二、中医治病的三大原则 ..... 5
  - (一) 审察内外 ..... 5
  - (二) 辨证求因 ..... 6
  - (三) 四诊合参 ..... 6

## 第二章 脏象

- 一、五脏 ..... 10
  - (一) 心 ..... 11
  - (二) 肺 ..... 15
  - (三) 脾 ..... 19
  - (四) 肝 ..... 22
  - (五) 肾 ..... 26
- 二、六腑 ..... 32
  - (一) 胆 ..... 33
  - (二) 胃 ..... 34
  - (三) 小肠 ..... 35



(四) 大肠 .....	36
(五) 膀胱 .....	36
(六) 三焦 .....	37
三、奇恒之府 .....	38
(一) 脑 .....	38
(二) 骨与髓 .....	39
(三) 脉 .....	40
(四) 女子胞 .....	40
四、脏腑之间的关系 .....	41
(一) 脏与脏之间的关系 .....	42
(二) 六腑之间的关系 .....	47
(三) 五脏与六腑 之间的关系 .....	48

### 第三章 气血津液

一、气 .....	51
(一) 气的生成 .....	51
(二) 气的分类与分布 .....	52
(三) 气的功能 .....	55
(四) 气的运动与运动形式 .....	56
(五) 气与脏象学说的关联 .....	58
二、血 .....	58
(一) 血的生成 .....	59
(二) 血的功能 .....	61
(三) 血的循环 .....	61
(四) 血与脏象学说的关联 .....	62
(五) 血与奇经八脉的关系 .....	63

三、津液 .....	64
(一) 津液的生成 .....	64
(二) 津液分类 .....	64
(三) 津液的功能 .....	66
(四) 津液的输布与排泄 .....	66
(五) 津液与脏象学说的关联 .....	68
(六) 津液与阴液的关联 .....	69
四、气、血、津液间的关系 .....	70
(一) 气与血的关系 .....	70
(二) 气与津液的关系 .....	72
(三) 津液与血的关系 .....	72
(四) 气、血、津液相互 的病理关系 .....	73

## 第四章 阴阳五行

一、阴阳学说 .....	75
(一) 阴阳学说的基本内容 .....	76
(二) 阴阳学说在 中医学中的应用 .....	79
二、五行学说 .....	80
(一) 五行学说的基本内容 .....	80
(二) 五行学说在 中医学中的应用 .....	83
三、阴阳学说与五行学说的关系 .....	86

## 第五章 病因与病机

一、病因 .....	89
------------	----

(一) 六淫 .....	89
(二) 疠气 .....	96
(三) 七情 .....	98
(四) 饮食所伤 .....	101
(五) 劳逸损伤 .....	103
(六) 外伤 .....	104
(七) 寄生虫 .....	105
(八) 痰饮、瘀血 .....	106
二、病机 .....	109
(一) 邪正盛衰 .....	109
(二) 阴阳失调 .....	111
(三) 升降失常 .....	113

## 第六章 诊法

一、望诊 .....	116
(一) 大体望诊 .....	117
(二) 局部望诊 .....	131
(三) 望皮肤 .....	140
(四) 望小儿示指络脉 .....	141
(五) 望排泄物与分泌物 .....	142
二、闻诊 .....	150
(一) 听声音 .....	150
(二) 嗅气味 .....	153
三、问诊 .....	154
(一) 问寒热 .....	157
(二) 问汗 .....	160
(三) 问疼痛 .....	162

(四) 问饮食口味 .....	167
(五) 问二便 .....	169
(六) 问经、带、胎、产 .....	172
(七) 问睡眠 .....	174
(八) 问小儿 .....	175
(九) 问常见其他不适 .....	175
四、切诊 .....	177
(一) 脉诊 .....	177
(二) 按诊 .....	188
五、舌诊 .....	189
(一) 舌诊的原理与方法 .....	189
(二) 舌诊的内容 .....	192
(三) 舌色与苔色的 综合观察及意义 .....	200

## 第七章 辨证防治法则

一、脏腑辨证 .....	203
(一) 心与小肠病辨证 .....	205
(二) 肺与大肠病辨证 .....	213
(三) 脾与胃病辨证 .....	223
(四) 肝与胆病辨证 .....	230
(五) 肾与膀胱病辨证 .....	239
(六) 脏腑兼病辨证 .....	245
二、气血津液辨证 .....	256
(一) 气病辨证 .....	257
(二) 血病辨证 .....	261
(三) 津液病辨证 .....	269

三、八纲辨证 .....	277
(一) 表里 .....	278
(二) 寒热 .....	283
(三) 虚实 .....	288
(四) 阴阳 .....	291
四、辨证方法与纲领的选择 .....	294
(一) 辨外感与内伤 .....	294
(二) 定病位与病性 .....	295
(三) 辨体质之虚实 .....	295
(四) 察病势而知传变 .....	295

## 第八章 防治法则

一、未病先防 .....	297
(一) 锻炼身体,提高正气的抗病能力 .....	297
(二) 调摄精神,提高对情绪刺激的适应性 .....	298
(三) 起居有常,注意生活的正常规律 .....	298
(四) 药物预防,增强抵御外邪的能力 .....	298
二、既病防变 .....	298
(一) 早期诊断和早期治疗 .....	299
(二) 务应先安未受邪之地 .....	299
三、治病求本 .....	299
四、标本缓急 .....	301
(一) 急则治其标 .....	301

(二) 缓则治其本 .....	302
(三) 标本兼治 .....	302
五、三因制宜 .....	304
(一) 因时制宜 .....	304
(二) 因地制宜 .....	304
(三) 因人制宜 .....	305
六、布阵用药 .....	305
(一) 汗法 .....	305
(二) 吐法 .....	306
(三) 下法 .....	306
(四) 和法 .....	307
(五) 温法 .....	307
(六) 清法 .....	308
(七) 消法 .....	308
(八) 补法 .....	309

# 第一章

## 中医学概论

### 一、中医学的基本特点

中医学的理论体系是经过两千年来哲学与自然科学的渗入及长期临床实践而形成的。它是在唯物论和辩证法思想指导下,源于实践,形成理论,又指导实践,修正理论,在无数次修正、重复后,达到了螺旋形升华。这世界上屈指可数的传统医学理论体系,有两个基本特点,一是整体观念,二是辨证论治。

#### (一) 整体观念

整体就是统一性和完整性。中医学说的“人与天地相应,体表与内脏相应”,就是这个整体观念的具体反映。中医学非常重视人体自身的器官与器官、器官与体表等的统一与完整性,也重视人体与自然界的相互关系。所谓:“天地之间是一个大宇宙,人体之中有一个小宇宙。大小宇宙是相统一与适应。”这就是用现代的语言诠释中医学的整体观。

人体是一个有机的整体,构成人体的各个组成部分之间,在结构上是不可分割的,在功能上是相互协调、相互为用的,在病理上

是相互影响着的。人体在能动地适应自然和改造自然的斗争中，维持着机体的正常生命活动。这种内外环境的统一性、机体自身整体性的思想，就是中医学的整体观念。整体观念是古代唯物论和辨证法思想在中医学中的体现，它贯穿于中医生理、病理、诊法、辨证、治方等各个方面。整体观念亦是中医学有别于现代医学的特殊的观念，正越来越被现代医学界的有识之士所认识与发掘，并引入到现代医学研究中去。

整体观念主要包含了两个内容，一是人体是一个有机的整体，二是人体与自然界的统一性。

1. 人体是一个有机的整体 中医学理论体系主要形成于春秋战国时期，吸取了当时哲学中阴阳、五行学说的方法论，使整体观念得到了完整、系统的解释。

中医学的理论核心主要是脏象学说，是以五脏为中心，配以六腑，通过经络系统“内属于腑脏，外络于肢节”的作用而实现的。五脏代表着整个人体的五个系统，与五行相配合，人体所有器官都可包括在这五个系统之中。人体以五脏为中心，通过经络等系统，使六腑、五体、五官、九窍、四肢百骸等全身组织器官联系成一个有机的整体，并通过精、气、血、津液的作用，来完成机体统一的功能活动。这种五脏一体观反映出人体内部器官是相互关联而并非自成体系、单独活动、孤军作战的，所以人体是以五脏为中心的统一的整体。

人体的正常生理活动一方面要靠各脏腑组织发挥其自身的功能，另一方面要依靠脏腑间相辅相成的协同作用，遵循阴阳学说原理和五行学说相生、相克、乘侮的规律，以维持生理平衡，从而达到人体局部与整体的统一、形体与功能的统一，使机体处于“阴平阳秘，阴阳调和”的状态。正是由于人体阴阳的互相制约、消长、转



化,才维持了相对动态平衡,进行着有序、有律的生克不已的生命活动。

不仅从人体的构成、生理活动上贯穿了整体观念,而且在分析病证病理机制时,也遵照整体观念剖析。如着眼于局部病变的观察,但从此表象则探根穷源到与之相关的脏腑、经络。诊断上也基于整体观念形成了审察内外、辨证求因、四诊合参的三大特点。

2. 人与自然界的统一性 《内经》中说:“人与天地相参也,与日月相应也。”说的就是人与自然界存在着既对立又相统一的关系。自然界存在着人类赖以生存的必要条件,同时自然界的运动变化又直接或间接地影响着人体,人体受其影响发生相应的生理和病理变化,如四季、昼夜晨昏、地区方域等。

四季:自然界的气候有四季,即春、夏、秋、冬。四季之气为风、热、燥、寒(长夏主暑湿),在这种变化中生物的生长规律相应是生、长、化(长夏)、收、藏。与自然界的气候、四气、生长规律相适应,人之脉象也有四季之变化:《内经》中说:“春日浮,如鱼之游在波;夏日在肤,泛泛乎万物有余;秋日下肤,蛰虫将去;冬日在骨,蛰虫周密。”在气血运行方面也表现为适应性调节,《内经》中为此说:“天温日明,则人血淖液而卫气浮,故血易泻,气易行;天寒日阴,则人血凝泣而卫气沉。”故而冬天无汗而夏令汗出,冬令面色白、夏令面色赤等,都是人体对自然界四时变化而作出的适应性调节。

昼夜晨昏:《内经》中说:“故阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”是说人体阳气白天多趋于表,夜晚多趋于里的现象,因此,在症状的发生、脉象的变化都要与之合参。比如,白天出汗属自汗,为卫气气虚;夜晚出汗属盗汗,乃阴血不足。与现代医学内分泌的分泌有时间节律之说是何等地相似。这反映了中医的整体观念也体现了生物全息论