

博大精深的中医之理

总主编 谭波

主编 陈士洲

國醫大師系列

啟蒙

中国医药

國醫啟蒙
系列

博大精深的中医之理

总主编 谭波
主编 陈士洲

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书简单介绍了中医学的基本理论知识,目的是使初次接触中医的小学生对中医学的“阴阳”“五行”“藏象”“气血津液”等有一个基本了解。附录列举了几个中医发展史上的大事件,以增强小学生对中医理论知识的感性认识。适合初识中医的小学生学习使用。

图书在版编目(CIP)数据

博大精深的中医之理 / 陈士洲主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2018.3

(国医启蒙系列)

ISBN 978-7-5067-9796-2

I. ①博… II. ①陈… III. ①中医学—普及读物 IV. ①R2-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 296118 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $\frac{1}{32}$

印张 3 $\frac{1}{8}$

字数 40 千字

版次 2018 年 3 月第 1 版

印次 2018 年 3 月第 1 次印刷

印刷 北京盛通印刷股份有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9796-2

定价 12.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

序

习近平总书记指出：“中医学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。”振兴中医、弘扬中华优秀传统文化，成为我们中医人义不容辞的重任。

早在1929年，中医先贤在反对废除中医时，就喊出了“提倡中医以防文化侵略”“提倡中药以防经济侵略”的先见之声，拥护中医就是保护我国的国粹。然而90年后，我们蓦然发现，西医在现代社会成为主流，并直接影响着人们的生活方式和思维模式，中医学仿佛成为了异类语言，人们无法听懂中医，必须用西医学加以解释，传统文化变成了“古董文化”。

我曾请教一位语言学家，世界上最难学的语言是何种语言，答曰：是汉语。那为什么我们3岁的小孩就能伶牙俐齿，老外在华5年却依然吐字不清呢？母语，我

顿悟。原来我们几十年来，嘴里虽然说着汉语，但思想文化、思维方式、健康认知，早已被现代科学“母语化”了。不能抢占思想认知、思维方式的母语地位，弘扬传统文化、振兴中医就是一句空话。原来这些年我们一直“把自己当客人”。

我们3年前开设了国医启蒙馆，把四年级的学生组织起来，每周末半天（2个学时）学习中医文化，两年一期。开设了《内经》《药性赋》《经典医古文》《标幽赋》《中医基础知识》《中医史简介》等课程，以教授经典原文、死记硬背为主。我们惊讶地发现孩子们记忆力惊人，对古典文化和中医知识的认知没有难易之分，有时对古文的理解达到了我们学中医几十年都无法达到的境界，这可能有点进入“母语状态”了。

为了方便教学，我们对教材进行整理，编写了这套“国医启蒙系列”丛书，包括《内经选诵》（注音版）、《注解药性赋》（注音版）、《图解标幽赋》（注音版）、《经典医古文诵读》（注音版）、《中医史上的那些人和事儿》、《博大精深的中医之理》6册。同时我们把《医学三字经诵读 濒湖脉学诵读》（注音版）、《汤头歌诀诵读》（注音版）两册，列为学生课余选读教材。

中医渴望后继有人，国医启蒙馆的学生将来如果从事中医，将有一个良好的童子功，名医可出。即便他们将来不从医，从小用传统文化培根育苗，也将使他们裨益终生，如若能将中医文化思想的种子播撒社会，或将出治国上医！

谭波

2017年6月

目录



第一章 绪论 / 1

一、中医学的概念 / 1

二、中医学的基本特点 / 2

(一) 整体观念 / 2

(二) 辨证论治 / 6

第二章 阴阳学说 / 9

一、基本概念 / 9

二、在中医学中的应用 / 10

(一) 说明人体的组织结构 / 10

(二) 说明人体的生理功能 / 10

(三) 说明人体的病理变化 / 11

(四) 用于疾病的诊断 / 13

(五) 用于疾病的治疗 / 14

第三章 五行学说 / 17

一、基本概念 / 17

(一) 五行 / 17

(二) 五行学说 / 17

二、五行的特性 / 18

三、事物五行属性归类与推演 / 19

四、五行的生克规律 / 21

五、五行的制化关系 / 22

六、在中医学中的应用 / 22

(一) 生理方面 / 22

(二) 病理方面 / 23

(三) 用于疾病的治疗 / 23

第四章 藏象学说 / 26

一、基本概念 / 26

(一) 藏象 / 26

(二) 藏象学说 / 27

二、特点 / 27

三、五脏、六腑、奇恒之府的生理功能 / 29

(一) 五脏的生理功能 / 29

(二) 五脏与形体、官窍、志、液、时的联系 / 29

(三) 六腑的生理功能 / 29

(四) 奇恒之府的生理功能 / 30

四、五脏、六腑、奇恒之府的主要区别 / 30

(一) 五脏 / 30

(二) 六腑 / 31

(三) 奇恒之府 / 32

第五章 气血津液学说 / 33

一、气 / 33

(一) 基本概念 / 33

(二) 生成来源 / 34

(三) 生理功能 / 34

(四) 气的作用之间的关系 / 38

二、血 / 38

(一) 基本概念 / 38

(二) 生成来源 / 38

(三) 生理功能 / 39

三、津液 / 40

(一) 基本概念 / 40

(二) 生理功能 / 40

第六章 病因学说 / 41

一、概述 / 41

(一) 病因的概念 / 41

(二) 病因的分类 / 42

二、六淫 / 43

(一) 基本概念 / 43

(二) 致病的特点 / 44

(三) 性质和致病特点 / 45

(四) 湿邪与寒邪的比较 / 47

三、七情 / 48

(一) 基本概念 / 48

(二) 致病原因 / 49

(三) 致病特点 / 50

四、痰饮 / 51

(一) 基本概念 / 51

(二) 痰与饮的区别 / 51

(三) 分类 / 52

(四) 形成 / 53

(五) 致病特点 / 53

(六) 常见饮证 / 54

五、瘀血 / 55

(一) 基本概念 / 55

(二) 形成 / 55

(三) 致病特点 / 56

第七章 治疗原则 / 58

一、治病求本——中医治病的主导思想 / 58

二、三因制宜 / 58

(一) 因时制宜 / 59

(二) 因地制宜 / 59

(三) 因人制宜 / 60

附录 中医发展史上的大事件 / 63

一、炎黄子孙与《黄帝内经》 / 63

二、从《神农本草经》到《本草纲目》 / 65

三、《伤寒杂病论》及其对后世的影响 / 68

四、金元四大家 / 72

第一章 绪论

一、中医学的概念

中医的起源及发展有几千年历史，中医体系形成于先秦两汉。中医别称有“岐黄”“杏林”“悬壶”“青囊”等，每个都有丰富的内涵。

中医学是中华民族的传统医学，是经数千年发展而形成的，是中医研究人体生理、病理以及疾病的诊断和防治的一门科学。其具有独特的理论体系、丰富的诊疗技术及养生方法，包括中医的基础医学、临床医学和预防康复医学等内容。

中医学是中国传统文化的重要组成部分，渗透着中国传统文化的基本精神和基本特征。中医学也是古代科学技术的重要组成部分，并融入了当时先进的科技成果，是一门以自然科学为主体，多学科知识相交

融的医学科学。

- 中医学具有自然科学和社会科学的交叉性
- 中医学具有基础学科和应用学科的双重性
- 中医学具有科学、仁术和技艺的融合性

中医学是中华民族繁衍昌盛的重要保障，正如习近平主席所言：“中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。”

总之，中医学理论体系是受到古代的唯物主义和辩证法思想——阴阳、五行学说的深刻影响，以整体观念为主导思想，以脏腑、经络、精气血津液神的生理、病理为基础，以辨证论治为诊疗特点的医学理论体系。

二、中医学的基本特点

（一）整体观念

“整体”是指完整的个体。中医学的整体观念是指机体自身的完整性和人与外界环境的统一性。

钱学森曾说：“中医的特点在于从整体、从系统来看问题。”（《论人体科学》人民军医出版社，1988.12）

1. 人体是一个有机的整体（五脏一体，形神一体）

（1）组织结构——不可分割

人体以五脏为中心，以心为主导，通过经络内联脏腑、外络肢节的作用，构成了心、肺、脾、肝、肾五大生理功能系统。

（2）生命物质的同一性

精、气、血、津液是构成人体和维持人体生命活动的基本物质，它们相互转化，分布于各脏腑器官，保证了各脏腑器官功能活动的统一性。

（3）功能活动——协调为用

①任何一个脏腑的生理功能都是在其他脏器的密切配合下完成的。

②任何一个体表组织、器官的功能活动都与内脏的活动密切相关。

③五脏与精神活动密切相关，形与神相互依存，不可分离。

(4) 病理方面——相互影响

- 体表组织器官与内脏的病变相互影响
- 脏腑之间的病变相互影响
- 形神病变相互影响

(5) 诊断方面——为临床上从外测内提供了依据。

《内经》：“视其外应以知其内脏，则知所病矣。”

朱丹溪曰：“欲知其内，当以观乎外。”

(6) 治疗方面——局部病变从整体治疗。

《灵枢·终始》：“病在上者，下取之；病在下者，高取之。”

2. 人与外环境的统一性

(1) 人与自然环境的统一性——“天人相应”

①人禀天地之气而生存。

②四时气候变化对人体生理、病理的影响。

③昼夜晨昏对人体生理、病理的影响——旦慧、昼安、夕加、夜甚。

④地理环境对人体生理、病理的影响。

病理	{	东方——多痈疡
		南方——多挛痹
		西方——多内伤
		北方——多脏寒生满病

⑤自然环境与治疗的关系。

因时	{	制宜
因地		

(2) 人与社会环境的关系

①社会的治与乱对人体的影响。

{	社会安定，有益健康——太平之世多长寿人
	社会动乱，有害健康——大兵之后必有大荒， 大荒之后必有大疫

②人的社会地位改变影响身心健康。

《素问·疏五过论》：“尝贵后贱，虽不中邪，病从内生。”

中医学在讨论人体生命、健康、疾病等重大医学问题时，不仅着眼于人体自身，而且重视自然环境和
社会环境对人体的各种影响，因此在防治疾病的过程中，要求医生既要顺应自然法则，因时、因地制宜，还要注意调整病人因社会因素导致的生理功能失常，

以提高其适应社会的能力。

（二）辨证论治

1. 症、证、病的含义

（1）症

即症状、体征，是机体在疾病过程中主观感觉到的和能被客观发现的单个症状或体征，是病、证本质的客观反映。如：头痛、发热、浮肿、脉浮、舌淡苔白。

（2）证

即证候，是机体在疾病过程中某一阶段的病理概括。包括了疾病的原因、性质、部位及邪正之间的关系。反映了疾病在现阶段的本质，可作为治疗疾病的依据。

风寒表实证	{	病因——	风寒
		病性——	寒
		病位——	表
		邪正关系——	实

（3）病

即疾病，疾病是指致病邪气作用于人体后，正邪斗争而引起的阴阳失调所出现的具有一定发展规