

家庭中医 宝典

JIA TIN ZHONG YI BAO DIAN



家庭中医宝典

张品俊
黄志杰
主編

一册在手

百病皆除

这是一本集知识性、科学性、实用性为一体的《家庭常见病防治全书》。当您身体出现不适症状时,无需去医院,了解自己的病情并进行自我诊治;当您患病时,可对照相关章节,进行自我保健和治疗、调养;对医院的治疗结果、诊断意见或医生的处方,也可做到心中有数;此外,还可用以指导保健、饮食起居、自我美容,进行饮食调配,以便提高身体素质和生活质量。



顾 问	李培生					
主 编	黄志杰	姚昌绶				
副主编	李家庚	熊选璞	傅沛藩	杨玉荷		
	王清华	屈松柏	俞小平	林 飞		
编 委	(以姓氏笔划为序)					
	王清华	王林珍	韦 怡	刘 莉	刘 多	
	成肇仁	伍定邦	江 燕	邱明义	肖健桥	
	吴绪荣	李家发	李家庚	沈忠源	何建北	
	余俊卿	杨玉荷	杨勤建	郑晓英	周玉萍	
	屈松柏	昌兰芳	林 飞	俞小平	胡 真	
	姚昌绶	姚 琰	聂中华	涂丽娥	傅沛藩	
	雷良蔚	熊选璞				
协 编	王 凌	匡颖文	陈世万	周 珊		

前 言

中医学历史悠久,实用性强,理论体系精湛完整,高度重视“整体观念”,强调“辨证论治”、“以病为本”、“以工为标”,且随人类社会的发展和进步不断充实和完善其基础理论与诊疗技术,故长期自立于世界传统医学之林,经久而不衰。千百年来,她不仅是医药工作者济世活人的得力武器,中老年人养生保健的良师益友,同时也像磁石引铁一般,深受自学者青睐。谈到自学,古人有“泛滥无归,终身无得;得门而入,事半功倍”的明训,说的是掌握入门途径乃自学成败之关键。这实在是深知治学甘苦之言。

编写本书的目的,正是为了适应养生保健和指导自学的需要。作者全是医学院校、综合医院的教师和医生,他们从浩如烟海的中医经典著作中精选出最核心、最实用的内容,结合中医学发展的现状,依次介绍诊治法则、药物方剂、针灸经络、推拿按摩、临床各科及养生防病的专门知识。自学者一册在手,逐一展阅便能对中医古籍的宏议奥旨、当代进展等有一个清晰而完整的了解,若锲而不舍地研读全书,细细品味,做到理论联系实际,则不仅能寻中医入门之捷径,亦不难收事半功倍之良效,臻出神入化之佳境。近可以保健,远可以疗疾。

联合国世界卫生组织从提高全人类健康水平的目标出发,提出了“2000年人人享有卫生保健”的口号。我国是一个幅员辽阔的人口大国,是一个正在发展的国家,就我国的国情而论,若不普及医药卫生知识,若不发挥传统医药学的巨大作用,要实现联合国的宏伟目标是不可能的。我们希望《家庭中医宝典》问世之后,对于“人人享有卫生保健”亦可助一臂之力。

编 者

1996年8月

第一篇 望闻问切测病术

第一章 四诊决病	(1)
第一节 望诊	(1)
一、望全身情况	(1)
二、望局部情况	(5)
三、望舌	(8)
四、望排出物	(12)
五、望小儿指纹	(13)
第二节 闻诊	(14)
一、听声音	(14)
二、嗅气味	(15)
第三节 问诊	(16)
一、问寒热	(16)
二、问汗	(18)
三、问痛	(19)
四、问睡眠	(21)
五、问饮食口味	(21)
六、问二便	(22)
七、问妇女	(23)
八、问小儿	(25)
第四节 切诊	(25)
一、脉诊	(25)

二、按 诊	(29)
第二章 症状鉴别	(31)
第一节 恶寒与发热	(32)
一、恶寒发热	(32)
二、寒热往来	(33)
三、但热不寒	(34)
四、但寒不热	(35)
第二节 五心烦热	(36)
第三节 自汗	(36)
第四节 盗汗	(37)
第五节 瘫痪	(38)
第六节 咳嗽	(39)
第七节 气喘	(41)
第八节 口渴	(42)
第九节 呕吐	(43)
第十节 腹泻	(44)
第十一节 黄疸	(45)
第十二节 腹满	(46)
第十三节 肥胖	(47)
第十四节 消瘦	(48)
第十五节 疲乏	(49)
第十六节 四肢麻木	(49)
第十七节 小便不利	(51)
第十八节 小便频数	(52)
第十九节 水肿	(52)
第二十节 鼻衄	(53)

第二十一节	咳血	(54)
第二十二节	吐血	(55)
第二十三节	便血	(56)
第二十四节	尿血	(57)
第二十五节	头痛	(58)
第二十六节	胸痛	(59)
第二十七节	腹痛	(60)
第二十八节	胁痛	(61)
第二十九节	腰痛	(62)
第三十节	四肢痛	(63)

第三篇 药方小百科

第一章 中草药 (65)

第一节 中草药的基本知识 (65)

一、中药的性能 (65)

二、中药的应用 (67)

三、中药的炮制 (70)

第二节 常用中草药 (73)

一、解表药 (73)

二、清热药 (80)

三、泻下药 (93)

四、祛风湿药 (95)

五、芳香化湿药 (97)

六、利水渗湿药 (99)

七、温里药 (103)

八、理气药 (106)

九、消食药 (109)

十、驱虫药	(110)
十一、止血药	(112)
十二、活血祛瘀药	(115)
十三、化痰止咳平喘药	(120)
十四、安神药	(125)
十五、平肝息风药	(127)
十六、开窍药	(131)
十七、补益药	(132)
十八、收涩药	(145)
十九、外用 药	(150)
二十、抗癌药	(153)

第二章 方剂学 (160)

第一节 方剂学的基本知识 (160)

一、方剂与治法	(160)
二、方剂的分类	(161)
三、方剂的组成	(161)
四、常用剂型	(162)
五、方剂 的用法	(163)

第二节 常用方剂 (164)

一、解表剂	(164)
二、泻下剂	(166)
三、和解剂	(168)
四、清热剂	(169)
五、开窍剂	(172)
六、温里剂	(173)
七、补益剂	(174)
八、固涩剂	(176)
九、安神剂	(178)

十、消导化积剂	(179)
十一、理气剂	(180)
十二、理血剂	(182)
十三、治痰剂	(184)
十四、祛湿剂	(185)
十五、治燥剂	(187)
十六、治风剂	(188)
十七、驱虫剂	(190)
十八、治痢疡剂	(190)
十九、涌吐剂	(192)
第三章 中成药	(194)
第一节 中成药的剂型	(194)
一、丸剂	(194)
二、散剂	(194)
三、片剂	(194)
四、冲剂	(194)
五、酒剂	(195)
六、膏剂	(195)
七、糖浆剂	(195)
八、胶囊剂	(195)
第二节 中成药的选用	(196)
一、正确辨证 对症选药	(196)
二、根据病情 选用剂型	(197)
三、因人制宜 选用成药	(197)
第三节 中成药的服用法	(197)
一、内服中成药的服用法	(197)
二、外用中成药的使用法	(198)
三、严格掌握用药剂量	(199)

第四节 中成药的贮存保管·····	(200)
第五节 常用中成药·····	(200)
一、解表剂·····	(200)
二、清热解毒剂·····	(202)
三、化痰止咳平喘剂·····	(207)
四、祛风除湿剂·····	(208)
五、健脾消积导滞剂·····	(210)
六、疏肝理气剂·····	(212)
七、活血化瘀剂·····	(214)
八、补益剂·····	(217)
九、养心安神镇静剂·····	(222)
十、平肝潜阳降逆剂·····	(224)
附:已淘汰的中成药·····	(225)

第三篇 针灸疗法

第一章 针灸学的基本知识·····	(227)
-------------------	-------

第一节 针灸疗法的作用·····	(227)
------------------	-------

一、对神经系统的作用·····	(227)
二、对循环系统的作用·····	(228)
三、对内分泌系统的作用·····	(228)
四、对消化系统的作用·····	(228)
五、对运动系统的作用·····	(228)
六、对生殖系统的作用·····	(228)
七、对皮肤的健美作用·····	(229)

第二节 毫针刺法·····	(229)
---------------	-------

一、毫针的构造和规格·····	(229)
二、毫针刺法的练习·····	(230)
三、术前准备·····	(230)

四、进针及出针·····	(230)
五、得气与补泻手法·····	(231)
六、异常情况的处理·····	(232)
七、针刺疗法的注意事项·····	(233)
第三节 三棱针刺法·····	(233)
一、操作方法·····	(233)
二、适应病症·····	(234)
三、注意事项·····	(234)
第四节 耳针疗法·····	(234)
一、耳廓的解剖名称·····	(234)
二、耳穴的定位及主治·····	(237)
三、耳针的操作方法·····	(237)
四、适应病症·····	(242)
五、注意事项·····	(242)
第五节 灸 法·····	(242)
一、操作方法·····	(242)
二、适应病症·····	(243)
三、注意事项·····	(243)
第六节 处方配伍的基本原则·····	(244)
一、近部取穴·····	(244)
二、远道取穴·····	(244)
三、对症取穴·····	(244)
第二章 常用腧穴 ·····	(246)
第一节 头面部常用腧穴·····	(246)
第二节 躯干部常用腧穴·····	(249)
一、胸腹部·····	(249)
二、腰背部·····	(251)
第三节 四肢部位常用腧穴·····	(253)

一、上肢部	(253)
二、下肢部	(255)
附：子午流注与灵龟八法	(258)

第四篇 中医治百病

第一章 常见传染病 (270)

一、流行性感冒	(270)
二、病毒性肝炎	(272)
三、流行性腮腺炎	(274)
四、细菌性痢疾	(276)
五、流行性脑脊髓膜炎	(278)
六、流行性乙型脑炎	(280)
七、麻疹	(282)
八、风疹	(283)
九、水痘	(284)
十、百日咳	(285)
十一、肠伤寒	(287)
十二、钩端螺旋体病	(288)

第二章 常见内科疾病 (290)

一、急性支气管炎	(290)
二、慢性支气管炎	(292)
三、支气管哮喘	(295)
四、肺炎球菌肺炎	(300)
五、肺脓肿	(303)
六、支气管扩张症	(306)
七、肺结核	(308)
八、结核性胸膜炎	(313)
九、风湿热	(316)

十、风湿性心脏病	(318)
十一、高血压病	(321)
十二、心绞痛	(324)
十三、心肌梗塞	(327)
十四、慢性肺原性心脏病	(330)
十五、病毒性心肌炎	(333)
十六、急性心包炎	(335)
十七、心律失常	(337)
十八、心神经官能症	(340)
十九、急性胃炎	(342)
二十、慢性胃炎	(345)
二十一、消化性溃疡	(347)
二十二、胃肠神经官能症	(350)
二十三、慢性胰腺炎	(352)
二十四、慢性胆囊炎	(355)
二十五、肝硬化	(357)
二十六、溃疡性结肠炎	(360)
二十七、急性肠炎	(363)
二十八、胃下垂	(365)
二十九、糖尿病	(367)
三十、急性肾小球肾炎	(369)
三十一、慢性肾小球肾炎	(371)
三十二、肾盂肾炎	(373)
三十三、下泌尿道感染	(376)
三十四、甲状腺机能亢进症	(378)
三十五、甲状腺机能减退症	(381)
三十六、缺铁性贫血	(383)
三十七、再生障碍性贫血	(385)
三十八、原发性血小板减少性紫癜	(388)

三十九、过敏性紫癜·····	(391)
四十、面神经炎·····	(393)
四十一、三叉神经痛·····	(396)
四十二、多发性神经炎·····	(399)
四十三、内耳眩晕病·····	(401)
四十四、坐骨神经痛·····	(404)
四十五、偏头痛·····	(406)
四十六、神经衰弱·····	(408)
四十七、癔病·····	(411)
四十八、抑郁性神经症·····	(414)
四十九、精神分裂症·····	(416)
五十、重症肌无力·····	(418)
五十一、癫痫·····	(420)
五十二、脑动脉硬化症·····	(423)
五十三、老年性痴呆症·····	(426)
五十四、脑出血·····	(427)
五十五、蛛网膜下腔出血·····	(431)
五十六、脑血栓形成·····	(433)
五十七、脑栓塞·····	(436)
五十八、系统性红斑狼疮·····	(439)
五十九、类风湿性关节炎·····	(441)
第三章 常见外科疾病 ·····	(444)
一、疖·····	(444)
二、痈·····	(445)
三、急性蜂窝织炎·····	(447)
四、丹毒·····	(448)
五、急性淋巴管炎和急性淋巴结炎·····	(450)
六、手指的急性化脓性感染·····	(453)
七、全身化脓性感染·····	(454)

八、颈淋巴结结核·····	(456)
九、急性乳房炎·····	(457)
十、乳房囊性增生病·····	(459)
十一、腹外疝·····	(461)
十二、胃、十二指肠溃疡急性穿孔·····	(463)
十三、肠梗阻·····	(464)
十四、急性阑尾炎·····	(466)
十五、胆道系统感染与胆石症·····	(468)
十六、痔·····	(471)
十七、直肠脱垂·····	(473)
十八、肛门直肠周围脓肿·····	(475)
十九、血栓性静脉炎·····	(477)
二十、血栓闭塞性脉管炎·····	(480)
二十一、急慢性前列腺炎·····	(483)
二十二、前列腺增生症·····	(485)
二十三、尿石症·····	(487)
二十四、破伤风·····	(489)
二十五、烧伤·····	(491)
二十六、冻疮·····	(493)
二十七、毒蛇咬伤·····	(494)
二十八、褥疮·····	(496)
二十九、下肢慢性溃疡·····	(498)
三十、落枕·····	(500)
三十一、肩关节脱位·····	(501)
三十二、肘关节脱位·····	(502)
三十三、桡骨小头半脱位·····	(503)
三十四、肩关节周围炎·····	(503)
三十五、急性腰扭伤·····	(506)
三十六、腰椎间盘突出症·····	(508)

三十七、颈椎病·····	(509)
第四章 常见妇科疾病·····	(512)
一、痛经·····	(512)
二、闭经·····	(514)
三、月经过多·····	(517)
四、月经过少·····	(518)
五、月经后期·····	(521)
六、月经过频·····	(523)
七、月经先后不定期·····	(525)
八、功能性子宫出血·····	(527)
九、经前期紧张症·····	(530)
十、霉菌性阴道炎·····	(533)
十一、滴虫性阴道炎·····	(535)
十二、慢性宫颈炎·····	(537)
十三、慢性盆腔炎·····	(540)
十四、子宫脱垂·····	(542)
十五、妊娠呕吐·····	(545)
十六、妊娠中毒症·····	(546)
十七、先兆流产·····	(550)
十八、习惯性流产·····	(552)
十九、胎位不正·····	(554)
二十、子宫外孕·····	(556)
二十一、产褥感染·····	(557)
二十二、产后无乳或乳汁缺少·····	(558)
二十三、不孕症·····	(561)
二十四、更年期综合症·····	(563)
第五章 常见儿科疾病·····	(566)
一、急性上呼吸道感染·····	(566)

二、急性支气管炎	(569)
三、小儿肺炎	(571)
四、婴幼儿腹泻	(576)
五、小儿厌食症	(580)
六、小儿营养不良	(581)
七、急性肾炎	(584)
八、肾病综合征	(588)
九、尿路感染	(591)
十、遗尿症	(594)
十一、小儿贫血	(596)
十二、维生素D缺乏性佝偻病	(598)
十三、暑热症	(601)
十四、新生儿黄疸	(603)
十五、新生儿硬肿症	(604)
第六章 常见五官科疾病	(607)
一、麦粒肿	(607)
二、睑缘炎	(609)
三、沙眼	(611)
四、急性卡他性结膜炎	(612)
五、匍行性角膜溃疡	(614)
六、单纯性疱疹性角膜炎	(616)
七、急性虹膜睫状体炎	(618)
八、开角青光眼	(620)
九、中心性浆液性脉络膜视网膜病变	(622)
十、视网膜静脉阻塞	(624)
十一、外耳道疔	(626)
十二、外耳道异物	(627)
十三、急性化脓性中耳炎	(629)
十四、慢性化脓性中耳炎	(630)