



主编 马淑然

中国医药科技出版社

- 理论与临床结合
- 中医与西医结合
- 案例教学启发临床思维
- 图文并茂有助理解记忆
- 立体化讲稿促进信息化教学

中医精品课程讲记

马淑然

中医基础理论讲稿

张一品

中医精品课程讲记

马淑然

中医基础理论讲稿

主编 马淑然

中国医药科技出版社

授课视频下载网址：

北京中医药大学国际学院下载网址（视频双语字幕）：

<http://guoji.bucm.edu.cn/jyxx/bkjj2/fdcl/zyjcl/msr/index.htm>

医博士网站下载网址（视频中文字幕）：

www.yiboshi.com

内 容 提 要

本书是马淑然教授在近 30 年的中医基础理论教学中积累的一些教学经验和临床心得,内容包括中医学哲学基础、藏象、精气血津液、经络、体质、病因与发病、病机、防治原则。书中对教学难点和疑点进行了深入的分析、阐述,引发学生思考和学习兴趣,以便掌握中医学的思维方法。书末附有验案分析和方剂索引,验案分析可提高读者的临床思维能力,方剂索引列出了每个方子的出处、组成、功效及主治,可供读者学习参考。本书可供中医院校师生、自学中医者学习中医基础理论时参考,也可作为临床医师的理论再提高及科研工作者的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

马淑然中医基础理论讲稿 / 马淑然主编. — 北京:中国医药科技出版社, 2016.8

(中医精品课程讲记)

ISBN 978-7-5067-8636-2

I. ①马… II. ①马… III. ①中医医学基础—研究 IV. ①R22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 180002 号

美术编辑 陈君杞

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 710×1000mm $\frac{1}{16}$

印张 35 $\frac{1}{4}$

字数 470 千字

版次 2016 年 8 月第 1 版

印次 2016 年 8 月第 1 次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8636-2

定价 65.00 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

编 委 会

主 编 马淑然

整 理 者 (以姓氏笔画为序)

王乐鹏	王海舫	王雪娇	王翠侠
龙晓华	田 甜	田红蕾	成 西
杨 阳	肖 遥	邸 莎	沈丽果
张大晶	张和韩	陈玉萍	单体亮
孟 佳	赵树宏	覃骊兰	

视频字幕英文翻译者 (以姓氏笔画为序)

马淑然	王 旭	王乐鹏	成 西
杨 阳	李 想	李梦缘	张和韩
张倍齐	陈妍霏	岳文心	郑舒月
黄晓宇	黄晓楠	覃骊兰	蒲晓田
谭东宇			

作者简介



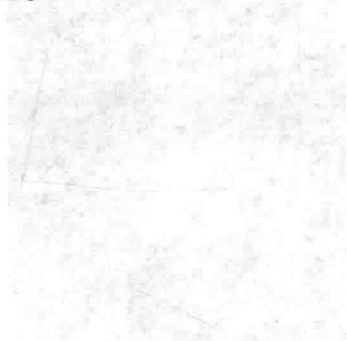
马淑然(1964~),女,医学博士,北京中医药大学教授,主任医师,中医基础理论专业博士生导师,中医基础理论教研室主任,中医基础理论课程负责人,北京中医药大学国医堂特需门诊专家。为清代御医韩一斋、北京市妇科名医刘奉五、国家级名老中医刘燕池教授一脉相承的学术继承人,国家中医药管理局刘燕池名医传承工作站负责人,朝阳区首批和第四批中医药专家下基层工作指

导老师,并在朝阳区安贞社区卫生服务中心和东风社区卫生服务中心设立马淑然中医传承工作室。

1988年硕士毕业于山东中医药大学,2002年博士毕业于北京中医药大学,从事教学、科研、临床工作近30年,曾获得“北京中医药大学基础医学院优秀主讲教师”称号,2005年被遴选为国家留学基金委赴美访问学者,在美国德克萨斯州大学健康科学中心从事“天人相应理论与松果腺关系研究”。主持国家自然科学基金科研课题1项,主持教育部重点课题1项,主持国家中医药管理局课题1项,主持校级课题4项。参与国家级973课题2项,获得校级以上科研奖励3项。主编专著和教材16部,发表学术论文90余篇。在高教育出版社出版的《生命世界》杂志设立《淑然养生堂》专栏,已培养博士生6名,硕士生13名。

目前兼任中国中医药信息研究会名医传承信息化分会副会长、中国中医药促进会仲景分会副会长、中华中医药学会中医基础理论专业委员会委员、

世界中医药联合会教育指导委员会理事、世界中医药联合会美容专业委员会理事、《中华中医药杂志》《中医基础理论医学杂志》《中国医药》《中国医药科学》编委及审稿专家、国家中医药管理局职称考试命题组专家、中央电视台 CCTV10《健康之路》特聘专家、北京电视台《养生堂》特聘专家、深圳电视台《食客准备养生堂》特聘专家、湖南卫视《新闻大求真》栏目特聘健康顾问。曾受邀先后在清华大学、北京大学、中央民族大学、青岛海洋大学、广州外国语大学、云南外国语大学、厦门大学、大连理工大学、海南大学等为教育部公派出国留学人员做出国前健康培训讲座。



前 言

中医基础理论是中医理论体系的重要组成部分，中医基础理论课程作为中医相关专业的入门课和奠基课，在整个中医课程体系中起着至关重要的作用。在近30年的中医基础理论本科、八年制、九年制教学中，笔者积累了一些教学经验和心得，在教学活动中受到学生好评。近年来有幸受邀进行多次远程中医基础理论讲座，也多次为北京中医药大学附属冶金医院西学中班、重庆中医院西学中班进行讲座，也受到各省市主管领导及学员的高度赞赏。为了更好地总结教学经验、有利于学生学习和研读，特组织我系骨干教师及年轻的硕博士们将笔者讲座光盘转录成本讲稿，以飨读者。

本书稿编写结构与现行的《中医基础理论》教材基本一致，所讲内容包括绪论、中医学的哲学基础、藏象、精气血津液、经络、体质、病因与发病、病机、防治原则。每章内容包括学习目的、关键词汇、正文、结语及思考题五个部分。全书末附有验案分析和方剂索引以帮助大家知识拓展和查阅方便。

本书编写特点有五：**一是理论与临床结合。**本着早出人才、快出人才的宗旨，本讲稿在讲授中医基础理论时，力求与日常生活或临床实例结合进行阐发，并列举临床常用中成药或经典方剂或食疗方法或自我按摩方法，以明医理、促应用，变抽象为具体，从而激发学生的学习兴趣。**二是中医与西医结合。**中西医理论各有优劣，又有类同，如何在教学中探求其同中之异，是教学的难点与重点。本书在讲解中医基础理论中，适当联系西医知识，条分缕析，探微索异，对于理解中医原创思维，树立中医生命观、疾病观、防治观具有启示作用。**三是案例教学启发临床思维。**中医卓越的疗效取决于正确的临床思维，而正确的临床思维又得益于基础理论的

活用。为了强化中医基础理论教学中的“三基”——基本概念、基本原理、基本技能的培养与教育，本讲稿一改传统“应试教育”中的“刷题”战术，而是收录笔者在长期临床实践中的有效病例，进行中医基础理论的分析，以检验学生学以致用效果。**四是图文并茂有助理解记忆。**本书在撰写过程中致力于将重点、难点以醒目的图表形式展示出来，即在简洁的文字讲解之后，配以图表归纳总结，以变抽象为直观，变复杂为简单，对于学生理解和记忆各知识点大有裨益。**五是立体化讲稿促进信息化教学。**为了帮助广大学生提高学习效果，本书还配备了主编《中医基础理论》授课视频。大家可以在视、听、读的立体化、信息化氛围中参悟《中医基础理论》的奥妙与精髓。相信本书的出版会给您带来耳目一新的全新感受！

光阴荏苒，时光如梭。短短 1 年时间，尽管编写者和整理者们付出了辛勤劳动，但由于水平有限，错误纰漏在所难免。恳请同道、师生提出宝贵意见，以利再版。

马淑然

2016 年 6 月于北京中医药大学

目 录

第一章 绪 论 / 1

第一节 中医学理论体系的历史沿革	2
一、中医学的起源	2
二、中医学理论体系的形成和发展	3
第二节 中医学理论体系的基本特点	19
第三节 中医学的认知和思维方法	28
一、司外揣内	29
二、整体研究	30
三、援物比类	30
四、以常衡变	32
五、试探和反证	33
六、内景反观	33

第二章 中医学的哲学基础 / 35

第一节 阴阳学说	35
一、阴阳概念的形成	35
二、阴阳的概念	38
三、阴阳的属性	39
四、阴阳的相互关系	42
五、阴阳学说在中医学中的应用	50
第二节 五行学说	70
一、五行的起源和沿革	70
二、五行和五行学说的概念	73
三、五行学说的基本内容	75

四、五行学说在中医学中的应用	88
第三节 阴阳学说与五行学说的关系	97

第三章 藏 象 / 101

第一节 概述	101
一、藏象概念	102
二、藏象学说	103
三、藏象学说的形成	103
四、脏腑的命名和分类	105
五、藏象学说的基本特点	107
第二节 五脏	110
一、心	110
二、肺	118
三、脾	128
四、肝	136
五、肾	147
第三节 六腑	159
一、胆	161
二、胃	162
三、小肠	165
四、大肠	167
五、膀胱	168
六、三焦	170
第四节 奇恒之腑	175
一、脑	175
二、髓	177
三、骨	178
四、脉	178
五、女子胞	178
第五节 脏腑之间的关系	180

一、脏与脏之间的关系	181
二、五脏与六腑之间的关系	195
三、六腑之间的关系	200
四、五脏与奇恒之腑之间的关系	201

第四章 精气血津液 / 206

第一节 精	207
一、精的概念	207
二、精的生成	209
三、精的贮藏与施泄	210
四、精的功能	210
第二节 气	213
一、气的概念	213
二、气的生成	216
三、气的功能	217
四、气的运动	221
五、气的分类	222
第三节 血	226
一、血的概念	227
二、血的生成	227
三、血的运行	231
四、血的功能	234
第四节 津液	236
一、津液的概念	236
二、津液的生成、输布与排泄	238
三、津液的功能	240
第五节 精气血津液之间的相互关系	242
一、精与气的关系	242
二、精与血的关系	243
三、精与津液的关系	244

四、气与血的关系	244
五、气与津液的关系	247
六、血与津液的关系	249

第五章 经 络 / 253

第一节 概述	253
一、经络学说的重要性	253
二、经络学说的形成和发展	254
第二节 经络学说的内容	258
一、经络学说的概念	258
二、关于经脉和络脉的区别	258
三、经络系统的组成	260
第三节 十二经脉	261
一、十二经脉的名称	261
二、十二经脉的走向和交接规律	265
三、十二经脉的分布规律	268
四、十二经脉的表里关系	277
五、十二经脉的络属关系	278
六、十二经脉的气血流注次序	278
七、十二经脉的循行	280
第四节 奇经八脉	286
一、奇经八脉的概念	286
二、奇经八脉的循行特点	286
三、奇经八脉和十二经脉的不同	287
四、奇经八脉的功能	288
五、奇经八脉的循行	289
第五节 经别、别络、筋经和皮部	298
一、十二经别	299
二、别络	302
三、经筋	304

四、皮部	306
第六节 经络的生理功能和应用	307
一、经络的功能	307
二、经络学说的应用	310

第六章 体 质 / 314

第一节 体质的概念、形成与发展	314
一、概念	314
二、体质的形成与发展	315
第二节 体质的分类	316
一、分类方法	316
二、常用体质分类及其特征	317
第三节 体质理论的应用	319
一、说明个体对某些病因的易感性	319
二、指导辨证分析	319
三、指导治疗	320

第七章 病因与发病 / 324

第一节 概述	324
一、病因和病因学说的概念	325
二、中医病因学说的源流与分类	325
三、中医病因学说的特点	326
第二节 病因	327
一、六淫	327
二、疫疠邪气	344
三、内伤病因	346
四、病理产物性病因	351
第三节 发病	359
一、发病的基本原理	359
二、影响发病的主要因素	364

三、发病形式	366
--------------	-----

第八章 病 机 / 372

第一节 概述	372
一、病机与病机学说的概念	372
二、中医病机学说的基本特点	373
第二节 基本病机	374
一、邪正盛衰	375
二、阴阳失调	383
三、气血失常	407
四、津液代谢失常	422
第三节 内生“五邪”病机	432
一、风气内动	432
二、寒从中生	439
三、湿浊内生	442
四、津伤化燥	445
五、火热内生	447

第九章 防治原则 / 453

第一节 养生	453
一、基本概念	453
二、基本原则	454
三、养生的主要方法	456
第二节 预防	459
一、基本原则	459
第三节 治则	462
一、治病求本	463
二、正治与反治	466
三、扶正祛邪	471
四、调整阴阳	474

五、三因制宜	478
六、调理精气血津液	480

附录 1 / 484

验案分析	484
参考答案	500

附录 2 / 517

方剂索引	517
------------	-----

第一章

绪论

学习目的

通过学习本章内容，掌握中医学的基本特点（整体观念、辨证论治）；理解中医学理论体系的形成与发展；了解中医学概念及学科属性，了解中医学的思维方法，为树立中医学的原创思维奠定基础。

关键词汇

整体观念 辨证论治（同病异治、异病同治） 寒凉派 补土派 攻邪派 滋阴派

中医药学是中华民族优秀传统文化的宝贵遗产，也是在当今世界医林依然闪耀的璀璨明珠之一。千百年来，中医药学在中华民族的繁衍生息中做出了巨大贡献。随着疾病谱的改变和越来越多的“魔弹”失灵，世界的目光再一次转向东方，聚焦于历久而弥新的中医药学。中医药学以其独特的理论体系、简便廉验的治疗手段，越来越赢得世界的喝彩，尤其在辨治复杂病因所导致的疑难杂症方面，更是彰显出巨大优势。走进中医、顿悟中医、实践中医、传承和发扬中医，是时代赋予每个有志于人类健康的医者的光荣使命。中医药学是什么？她的基础理论都有哪些？她所涵盖的天道、人道、生命观、疾病观、防治观科学吗？带着这些疑问，让我们沿着历史的轨迹，慢慢揭开中医神秘的面纱，于你必然会有一种别开洞天之感。用“中医”的“法眼”看世界，宇宙之大、宇宙之繁，不过“元气－阴阳－五行”而已，明此至理，万物豁然。形之

上，道之理，曰一气四时昼夜之震荡往复之使也。这是我国古代先贤哲学思考的至高境界，经历了 5000 余年历史文化的洗礼与积淀，这一哲学的抽象得益于古代长期反复的生活、生产和临床实践，得益于古人对神秘大自然的艰苦探索。在自然科学母体以及哲学思想影响和渗透下，独特的中医学得以产生和确立。因此，在绪论这一章，我们主要学习四节：第一节，中医学理论体系的历史沿革；第二节，中医学基础理论的基本特点；第三节，中医学认知与思维方法；第四节，中医学的发展和未来的展望。

第一节 中医学理论体系的历史沿革

一、中医学的起源

（一）非药物疗法的起源

中医非药物疗法起源于原始时代。远古时期，古人开始了群居生活，在人们谋求生活，保存自身的过程中，使用了一些简陋的石器，如在身体疼痛的时候人们会用这些石头（砭石），来按压某些部位，这样就形成了最初的砭石疗法。这就是最基本的养生保健的措施。我们现在所了解的针灸术的起源，一般我们最早定位于新石器时代。在新石器时代，人们对石器的研磨，有了一定的技巧，制造出了各种各样的针具，比如说有三棱针、刀形针，还有剑形针、锥形针。这些针具对于人们的养生保健发挥了一定的作用。另外，随着生活实践的发展，人们又发现了“钻木取火”。人工取火的发明，使人们能够把食物从生的变成熟的，这样便有利于胃肠道的消化。这是最早的人们保健知识的一个方面。中医学关于灸法的形成，起源于人们用火来烘烤身体的时候，身体会感到温暖，所以当人们出现感冒、怕冷的时候，就用火在周身来烧烤，这样就起到避寒的作用。由这个取火来保暖，逐渐形成了目前的灸法和熨法以及热敷法等等疗法。按摩术和外治术的起源，也来自于人们在古代征战、搏斗过程中受伤的时候，人们偶尔用手抚摸疼痛的部位，疼痛就会缓解，