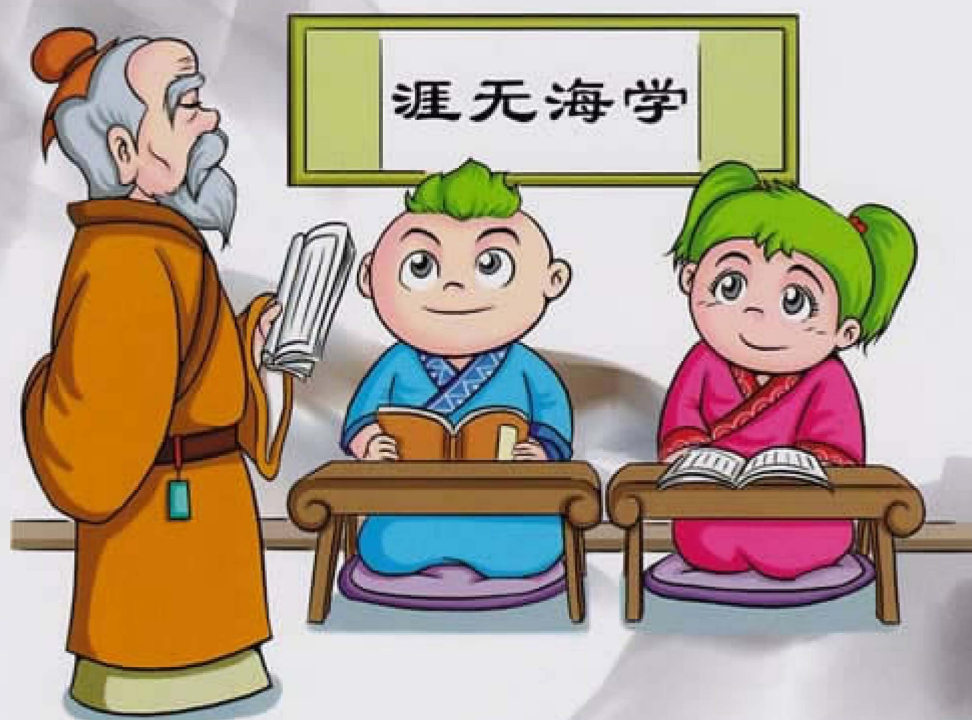


中
医
药
文
化

七年级（第一册）

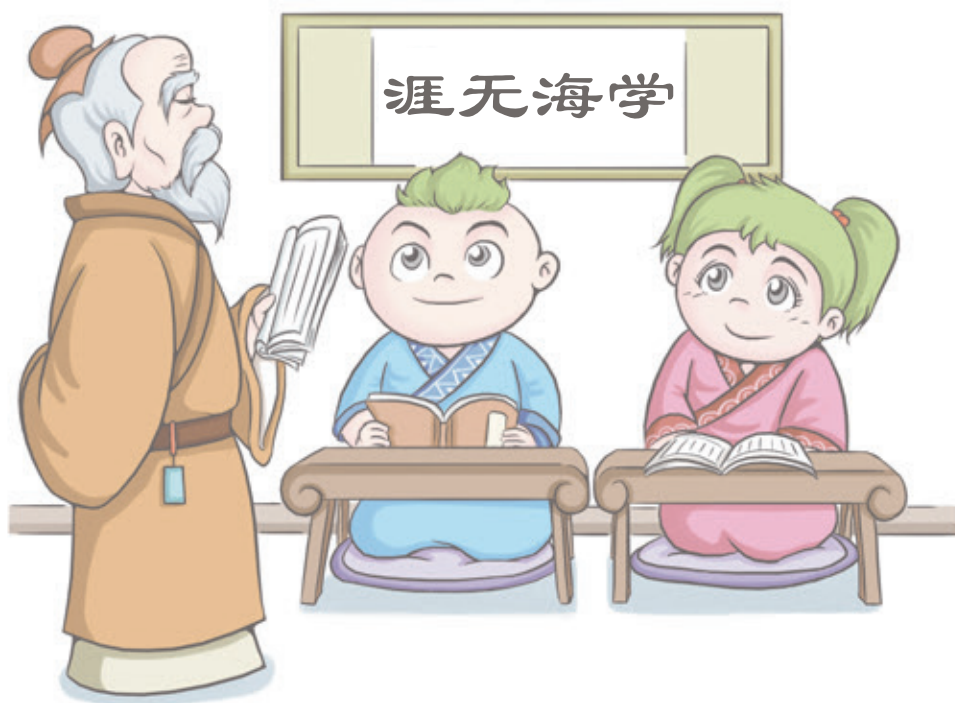


上海科学技术出版社

中医药文化

七年级（第一册）

中医药文化系列教材编写组 编著



上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医药文化·七年级·第一册 / 中医药文化系列教材编写组

编著. —上海: 上海科学技术出版社, 2017.8

ISBN 978-7-5478-3684-2

I. ①中… II. ①中… III. ①中国医药学—文化—初中—
教材 IV. ① G634.981

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 195185 号



北京承易启慧文化传播有限公司

中医药文化

七年级 (第一册)

中医药文化系列教材编写组 编著

上海世纪出版股份有限公司 出版
上海科学技术出版社

(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235)

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行

200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.co

浙江新华印刷技术有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 5.5

字数 40 千字

2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-3684-2/R · 1433

定价: 19.00 元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题,
请向承印厂联系调换

目录

CONTENT

■ 辨证论治 · 解决问题的方法

中医历史 ----- 03

■ 治未病 · 预防的力量

八段锦 ----- 14

二十四节气 ----- 26

■ 阴阳五行 · 平和的重要性

阴阳 ----- 39

生命的节律 ----- 48

■ 天人合一 · 人与自然的关係

道地药材 ----- 59

■ 君臣佐使 · 协作的力量

情绪与健康 ----- 66

■ 药食同源 · 舌尖上的健康

药食同源 ----- 74

阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也，治病必求于本。

（摘自《黄帝内经》）



辩证论治



解决问题的方法

中医历史



中医历史

中医起源

中医药文化是中华优秀传统文化的重要组成部分，是中华民族在生产、生活和防治疾病实践中创造出来的宝贵财富。关于医药的起源，众说纷纭，且皆蒙上了神秘的色彩，无论是“医源于巫”“医源于食”，还是“医源于动物本能”，不外乎起源于人们的生产、生活。

神农氏是传说中的上古部落首领，除了农耕、礼乐传说是由他发明的以外，关于他流传最广的故事就是“神农尝百草”。





早在远古时期，我们的祖先在生存过程中逐渐掌握了一些减轻病痛的办法。比如在采集狩猎的过程中，他们发现一些食物可以缓解病痛、治疗疾病，这就是早期中草药的发现。经过无数次的口尝身受，人们对中草药的认识逐渐增多，并且渐成体系；他们还发现，用烧热的砂石熨烫或用尖锐的石器刺激身体某些部位，可以缓解病痛，针灸初现雏形……

春秋战国时期，百家争鸣，诸子峰起，学术与思想的发展让人们们对中医的认识逐渐清晰。此时的名医扁鹊已经开始分科治病，他游历各国，根据实际情况开展医疗活动，并且能够运用针灸、熨烫等多种方法治病。中医药经典著作《黄帝内经》大约始于战国，成于两汉时期。



秦汉时期的中国，国家统一、经济发展、交通便利，对外交流逐渐增多，这些都极大地促进了中医药的发展。《神农本草经》成书于汉朝。异域偏邦的稀有药材开始通过“丝绸之路”进入中国，比如麝香、犀角、龙眼等。这个时期，“医圣”张仲景根据前人经验总结出“方书之祖”——《伤寒杂病论》。此外，涌现出了华佗、董奉等名医，无不为中医药的发展做出了杰出的贡献。

三国两晋南北朝时期，国家分裂，战乱频繁。此时，葛洪、陶弘景等一批名医陆续出现，他们的成就无不为遭受困苦的人们带来健康的曙光。隋朝，第一部讨论疾病病因、病机的专著《诸病源候论》问世。



唐宋时期，国家富庶，社会安定，中医药的发展迎来了一次高峰。“药王”孙思邈将唐朝以前的医疗经验进行总结，著成《备急千金要方》；宋朝“太医局”的设立体现了政府对医学发展的重视，针灸铜人的铸造改革了中医教育方式，“太平惠民局”的设立统一了制药的标准。这些都极大地促进了中医药的发展与规范。

金元时期医学流派纷呈，以“金元四大家”的理论尤为突出。明清时期是中医进行总结、升华与发展的时期。明朝李时珍对前人著作做了大量补充和修正，著成《本草纲目》，对后世影响极大。这个时期，中医还创造性地发明了人痘接种术。清朝时，西医逐渐传入中国，不少医家开始了中西医结合的探索。民国时期，中医药在异常艰难的环境中谋求发展，实现了抗争图存，自强发展。

天人合一，
阴阳平和



同病异治，
异病同治

中医的发展从未离开实践与理论的相互促进，“天人合一，阴阳平和；同病异治，异病同治”无不体现着中医的非凡智慧。

1 天人合一

“天人合一”是我国古代文化的基本概念。中医作为中国文化的重要组成部分，秉承了“天人合一”的思想，即《黄帝内经》所说的“人与天地相参”“人与天地相应”。

人和动植物一样，都是自然界的一部分，人的生命活动同样遵循着自然界运行的规律。四季的气候变化一般是春温、夏热、秋凉、冬寒，因此人的衣、食、住、行也要随着自然界的改变而做出适应性的改变。人只有与自然保持和谐，身体才会健康。

大自然是人类赖以生存的物质基础，所以我们不仅要顺应自然规律，更要保护自然环境。阳光、空气、水都是自然的馈赠，如果人类为了获取更多的利益而破坏了大自然的平和，将会导致水、土地等各种资源的危机，从而威胁到人类和其他生命的生存。

知识链接

中医治疗疾病首先是通过望、闻、问、切四诊来获取病人的各种资料，然后运用中医理论将这些搜集得到的情况进行综合分析，再归纳总结形成结论，这就是中医里所说的“病机”，最后根据所得“病机”开出方药。

2 同病异治



东汉末年，府吏倪寻和李延去找华佗看病，两人的病情完全一样，都是头痛发热。华佗给二人诊断后，说：“倪寻应当用下泻的方法治，李延应当用发汗的方法治。”有人不解，就去问华佗。

华佗说：“倪寻外实，邪病之气滞留体内，就好比山间积水，需要用下泻的方法来疏导；李延内实，内实就容易湿火上冲，就好像地气郁结，需要用发汗的办法来发散。”说完就分别给二人开了方子。第二天两人的病就都好了。



医生的称呼

人类社会早期，并没有专门的医生，部落中拥有特殊权利的巫师常常代替医生的角色，为人治疗疾病。后来，医术与巫术分离，医生才成为独立的职业。在中国古代社会，各朝代都有专门的机构，负责王室、皇族的健康，称之为太医署、太医院，供职的医生被称为“御医”或“太医”。医生还有一个名字，叫“郎中”，郎中本是官名，是帝王侍从。一般来说，南方称医生为郎中，北方称医生为大(dài)夫；也有将设馆医病的医生称为大夫，走街串巷的医生称为郎中。



在古代，行医者还有一些特殊的标志。他们会手持“虎撑”或“串铃”，游走于街巷之间，因此被称为“铃医”，而“虎撑”也成为了行医的招牌。相传，“虎撑”的由来与唐朝孙思邈有关。



一次，孙思邈进山采药，忽见一只猛虎，面对自己而跪，张开大口，发出痛苦的呻吟。原来老虎喉中卡着一根长骨，正在向孙思邈求救。孙思邈定下心来，但是他担心自己取这根骨头时，老虎会下意识地闭上嘴巴，不可避免地会咬伤自己的手。

于是，孙思邈连忙下山，请铁匠造了一只铁环，撑住虎口，再从铁环中间伸手将骨头取出。后世郎中为表达对孙思邈的敬意，期待有孙思邈那样的医术，于是也手执铁环，久而久之，这就成了行医的标志。



不过，郎中在经过药店门口时，是不能摇动虎撑的。因为一般药店里都供有孙思邈的牌位，在药店门前摇动虎撑就意味着炫耀自己的医术，有藐视祖师之嫌。药店的人会没收郎中的虎撑，郎中还必须向孙思邈的牌位进香赔礼。



名医介绍



外科鼻祖
东汉 华佗



医 圣
东汉 张仲景



药 王
唐朝 孙思邈



儿科之圣
宋朝 钱乙

金元四大家



刘完素

善用寒凉之药



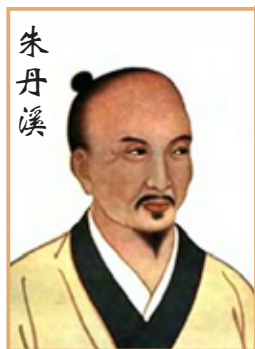
张从正

善用攻邪之药



李东垣

善用补脾之药



朱丹溪

善用滋阴之药



琥珀

用法：除去砂石、泥土等杂质，
捣碎研成细粉用。

功效：镇静安神，活血散瘀。

思考与实践

医院在历史上曾经有过哪些名称？

治未病



预防的力量

