

用耳朵学中医系列丛书·拓展卷

中医基础理论快记

徐 雅 主 编
王 洋 朗 诵

中国中医药出版社

· 北 京 ·

用耳朵学中医系列丛书

拓展卷

编委会

总主编 王国辰

副总主编 王玉兴 林超岱

李秀明 李占永

策划 马勤 裴颢

编委 (以姓氏笔画为序)

马勤 马星光

王洋 朱文增

吴霞 张丹

金凯 赵盛

贺登峰 裴颢

用耳朵学中医系列丛书·拓展卷

《中医基础理论快记》

编委会

主 编 徐 雅

副主编 禄 颖 许筱颖

编 委 (以姓氏笔画为序)

田 甜 刘晓燕

许筱颖 杜庆红

李卫红 李德魁

张文洁 陈子杰

陈玉萍 徐 雅

禄 颖 蔡俊岭

出版说明

“风声，雨声，读书声，声声入耳……”

朗读，是一种享受，也是一种美。古人称读书为“念书”，所谓念，就是要大声地读出来，要饱含情感，要抑扬顿挫，在朗读中体味语言的意境美。可是不知从何时起，看书取代了读书，成为当下中国人学习的主流方式。语言是信息的载体，文字和声音都是这个载体的重要组成部分。缺失了一者，信息就是残缺不全的。高效率的读书讲究“眼到、耳到、口到、手到、心到”，就是要尽可能全面地获得语言本身传递的信息。如今，我们只剩下了“两到”，甚至“一到”，这不能不说是一种遗憾。

古代学习中医往往是耳提面命、口授心传，先生边念边讲，弟子边听边背，出

自师口，入之徒耳，即便当时不完全理解，然而“书读百遍，其义自现”。反复的听闻和诵读，可以通过声音不断揣摩和体会文字所携带的信息，更有助于理解文义。不仅记得牢，而且学得快。现代人学习中医，没有了师徒授受的环境，又丢失了诵读的习惯，因此难以理解经典的意思，学起来也觉得枯燥无味，这成了学习中医的一大障碍。

有没有一种方式，能够解决这个问题呢？《用耳朵学中医系列》就是这样一套丛书。

我们请专业人员为这套丛书配以同步的录音，对需要记忆，特别是机械记忆的部分进行重点的诵读，让读者无论是在教室或宿舍里，还是在操场及花园中，甚至在床上和旅途中，都能边听边看，边听边读，边听边背。让磁性的声音、优美的文笔交融在一起，从多角度激发我们的大脑，帮助我们更好地学习和记忆中医基础知识。

拓展卷已出版了五册：《方剂趣记》《中药速记》《经络腧穴认记》《中医基础理论快记》《中医诊断学巧记》。为了让读者能方便携带、轻松阅读、易于背诵，在正文部分采用了“开本小而字不小”的方式，以获得更为舒适的学习享受。

卫生部副部长、国家中医药管理局局长王国强教授对本丛书的编辑出版给予了指示和深切关注。

由于出版此类图书是我们新的尝试，不足之处在所难免，恳请各位读者提出宝贵意见，以便我们在今后修订提高。

出版者
2016年3月

编写说明

中医基础理论是中医专业课程体系中的一门主干课程。它既是中医专业的基础课，又是国家执业医师资格考试的必考内容，是继续学习中医诊断学、中药学、方剂学、中医经典著作及中医临床各科的基础。中医基础理论包括阴阳五行学说、藏象学说、气血津液学说、经络学说、病因病机学说和预防、治则等基本理论和基本知识。

迄今为止，国内有关《中医基础理论》和《中医学基础》的参考书有很多，且编写风格各异。中医基础理论作为中医学的开篇，对于广大本科生以及西学中的人员来讲，存在概念深奥、理论艰涩、思维与现代迥异等问题，严重影响了学习者的兴趣和对知识点的理解和掌握。为提高广大学习者的学习兴趣，加强学习和记忆的趣

味性，本书立足于用耳朵学中医的方法，并以适于诵读的行文方式，以歌诀的形式，为广大读者梳理应该掌握的重点和难点知识，并力求加强知识点之间的逻辑性，以期解决中医语言的古朴、概念的深奥、理论的艰涩等问题。

本书与中国中医药出版社出版的全国高等中医药院校规划教材《中医基础理论》（孙广仁主编）相配套，以国内中医药本科教育教学大纲为基础，同时涵盖国家执业医师考试大纲，充分体现基础理论、基础知识、基本技能的内容；对各知识点的概念进行梳理，并正确、全面、简洁、规范、生动地进行表述。

对于书中的知识点，先以歌诀的形式进行描述，其后对知识点涉及的内容再运用简洁的语言进行诠释，加深读者对该知识点的理解，便于读者记忆。本书既是高等中医药院校学生的助学读物，同时也可供参加国家执业医师资格考试的广大考生

复习使用。

在本书的编写过程中，得到北京中医药大学中医基础理论教研室同仁和中国中医药出版社马勤编辑的大力支持，在此表示深深的感谢！

编 者

2016 年 3 月 1 日

目 录

绪论 中医学理论体系的特点	1
一、整体观念	1
二、辨证论治	5
第一章 中医学的哲学基础	11
第一节 阴阳学说	11
一、阴阳的基本概念	11
二、阴阳学说的基本内容	13
三、阴阳学说在中医学中的应用	18
第二节 五行学说	21
一、五行的概念	21
二、五行学说的基本内容	26
三、五行学说在中医学中的应用	30
第二章 藏象学说	39
第一节 藏象学说概论	39

一、藏象的基本概念	39
二、藏象学说的形成	41
三、藏象学说的特点	43
四、五脏、六腑与奇恒之府的生理特点 ...	45
五、五脏精气阴阳理论体系概述	46
第二节 五脏	49
一、心	49
二、肺	53
三、脾	60
四、肝	65
五、肾	69
第三节 六腑	76
一、胆	76
二、胃	78
三、小肠	79
四、大肠	81
五、膀胱	82

六、三焦	83
第四节 奇恒之腑	85
一、脑	85
二、女子胞	87
第五节 脏腑之间的关系	88
一、脏与脏之间的关系	89
二、腑与腑之间的关系	92
三、脏与腑之间的关系	93
四、五脏与奇恒之府之间的关系	95
第三章 精气血津液	99
第一节 精	100
一、人体之精的概念	100
二、人体之精的功能	100
三、人体之精的分类	101
第二节 气	101
一、人体之气的概念	101
二、人体之气的生成	102

三、人体之气的运动与气化	103
四、人体之气的功能	105
五、人体之气的分类	109
第三节 血	112
一、血的基本概念	112
二、血的生成	113
三、血的运行	114
四、血的功能	115
第四节 津液	116
一、津液的基本概念	116
二、津液的代谢	117
三、津液的功能	118
第五节 神	119
一、神的基本概念	119
二、神的生成	120
三、神的功能	121
第六节 精、气、血、津液之间的关系 ...	122

一、气与血的关系	122
二、气与津液的关系	124
三、精、血、津液之间的关系	126
四、精、气、神之间的关系	127
第四章 经络	131
第一节 经络学说概述	131
一、经络的基本概念	131
二、经络系统的组成	132
第二节 十二经脉	135
一、十二经脉名称	135
二、十二经脉的走向交接规律	137
三、十二经脉的分布规律	140
四、十二经脉的表里关系	144
五、十二经脉的流注次序	145
第三节 奇经八脉	146
一、奇经八脉的概念及分布特点	146
二、奇经八脉的主要功能	147

三、奇经八脉各自的功能	147
第四节 经别、别络、经筋、皮部	150
一、经别的概念、特点和生理功能	150
二、别络的概念、特点和生理功能	151
三、经筋的概念、特点和生理功能	153
四、皮部的概念、应用	154
第五节 经络的生理功能和经络学说的应用	155
一、经络的生理功能	155
二、经络学说的应用	157
第五章 病因	161
第一节 外感性致病因素	161
一、六淫	161
二、疔气	175
第二节 内伤性致病因素	176
一、七情内伤	176
二、饮食失宜	178

三、劳逸失度	178
第三节 继发性致病因素	179
一、痰饮	179
二、瘀血	181
三、结石	183
第六章 发病与病机	185
第一节 发病	185
发病的基本原理	185
第二节 基本病机	187
一、邪正盛衰	187
二、阴阳失调	196
三、气血津液失常	202
四、内生五邪	211
第七章 预防与治则	219
第一节 预防	219
一、未病先防	219
二、既病防变	220

第二节 治则	221
一、正治与反治	221
二、治标与治本	223
三、扶正与祛邪	225
四、调整阴阳	227
五、调理精气血津液	229
六、三因制宜	231