

初級卫生人員学习丛书

簡易中医疗法

湖南中医葯研究所 編著

人民卫生出版社

内 容 简 介

本书是一本综合性的中医知识读物。

全书分上、下二篇。上篇为中医理论概要；下篇介绍中医的诊断分类法与用药法，二者结合起来，就是中医“辨证论治”的基本方法。掌握了这个基本方法，就可以初步在临床上根据病位病性辨证用药，取得疗效。下篇分四章，凡、四、五等科的常见疾病，首叙各种疾病的病因、病理及症状，次叙治疗方法。由于本书在四诊部分，均用简明文字叙述叙述要点；在方药部分，大多采用简单可行的单方、验方以及有效成药。因此，本书有易懂、易学、易用的特点，可供医药卫生人员作为学习中医的参考教材或临床参考。

简 易 中 医 疗 法

开本：787×1092/32 印张：2 3/4 字数：60千字

湖南中医研究所 编著

人 民 卫 生 出 版 社 出 版

(北京香厂路甲24号北京印刷厂印刷)

（北京香厂路甲24号北京印刷厂印刷）

人 民 卫 生 出 版 社 印 刷 厂 印 刷

新华书店科技发行所发行·各地新华书店经售

统一书号：14048-2502

1961年6月第1版 第1次印刷

定 价：0.18元

(北京印刷厂印：1-36,000)

G11
723

前 言

中医中药，是我国劳动人民长期与疾病作斗争所积累起来的宝贵经验。不仅过去在维护我国人民的健康上起了很大作用，即在今后，对于提高劳动人民健康水平，为工农业生产服务，加速我国社会主义建设，也必将作出一定贡献。

为了在人民群众中，特别是在初级卫生人员中普及中医中药的基本知识和防治经验，我们特地收集了一些行之有效的中医疗法编写了这本易懂、易学、易用的“简易中医疗法”，希望通过它能更好、更充分地使中医、中药（包括单方、验方）得到推广与应用。

限于我们的水平，特别是编写这样一本通俗性的中医书还是一个新的尝试，不妥之处，在所难免，希望各地读者批评指正，以便今后改正提高。

湖南中医药研究所

一九六〇年九月

目 录

上篇

中医理論概說…………… 1

一、症状分类…………… 2

二、四診…………… 8

下篇

内科…………… 15

1. 伤风感冒…………… 15

2. 伤湿…………… 16

3. 暑病…………… 17

4. 咳嗽…………… 18

5. 喘促…………… 20

6. 咽喉肿痛…………… 22

7. 头痛…………… 23

8. 眩晕…………… 26

9. 牙痛…………… 27

10. 口瘡…………… 29

11. 伤食…………… 30

12. 呃逆…………… 31

13. 胃痛…………… 32

14. 腹痛…………… 35

15. 嘔吐…………… 37

16. 吐瀉…………… 39

17. 腹瀉…………… 40

18. 便秘…………… 42

19. 痢疾…………… 43

20. 疟疾…………… 45

21. 黄疸…………… 47

22. 臌脹…………… 48

23. 水肿…………… 49

24. 痞块…………… 51

25. 虫病(鈎虫、蛔虫、
蟯虫、絛虫)…………… 52

26. 痹症…………… 53

27. 痿症…………… 55

28. 遺尿…………… 56

29. 癃閉…………… 57

30. 虛勞…………… 58

31. 失眠…………… 59

32. 遺精…………… 61

33. 盜汗…………… 62

34. 失血(吐血、咯血、
便血、尿血)…………… 63

儿科…………… 65

1. 麻疹…………… 65

2. 疳積…………… 67

3. 急惊风…………… 69

4. 慢惊风…………… 70

妇科…………… 71

1. 月經不調…………… 71

2. 閉經…………… 73

3. 痛經…………… 74

4. 崩漏…………… 75

5. 帶下…………… 76

6. 阴挺…………… 77

7. 阴痒…………… 78

外科…………… 79

1. 癰、疔…………… 79

2. 疥瘡…………… 80

3. 痔瘡…………… 82

4. 癰毒…………… 83

5. 头癬…………… 84

上 篇

中医理論概說

中医看病，第一步是了解病情。了解病情，必先通过四診。四診就是望、聞、問、切四种診斷方法。第二步是根据病情运用理論加以分析研究和作出处理，并把“理、法、方、药”密切地結合起来，这样，才能在临床上得到預期的效果。理，是指导临床实践的理論，如阴阳、五行等就是；法，是治疗原則，如发汗、泄下、散寒、清热、补虛等就是；方，是处方；药，是藥物。这套診療方法，是我国人民經過长期的实践总结出来的。所以要使用“中医疗法”，首先就必须懂得这一套方法。

按照上面的說法，中医看病，要了解病情，再进行分析研究，然后作出处理。因此，必須根据病人全身症状和受病經過找出反映疾病本质的証据，才能够很好的使疾病得到解决，这就是中医的“辨証施治”。例如同是头痛、嘔吐，但分为寒热两种，是受寒引起的，必須“散寒”才能解决，是受热引起的，必須“清热”才能解决，不能不辨性质，单纯地用止痛、止嘔药。所以中医看病，不是着重在一个症状，而是要看全身情况和受病經過，通过辨証找出反映疾病本质的証据，証据属寒属热确定了，不管是头痛或嘔吐，都可以用同样的方法处理，这叫做“异病同治”；如果同样是头痛或嘔吐，找出来的証据不一样，就不能用同样的方法处理，这叫做“同病异治”。这样看来，中医对于疾病的診斷，不是单纯地肯定病名，主要的是要找出反映疾病本质的証据。

中医对于复杂的病症，按照它的性质不同，分为若干类型，以便于掌握情况，这就是“症状分类”的方法。中医的这种分类方法大致可分为以下四个方面：

1. 根据疾病发生的部位分类：有表证、里证、五脏（心、肝、脾、肺、肾）证状、六腑（胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦）证状。

2. 根据疾病的性质分类：有风证、热证（包括暑证、火证）、湿证、燥证、寒证。

3. 根据疾病产生的有害物质分类：有痰饮证、瘀血证、宿食证等。

4. 根据病势和体力的强弱分类：有虚证、实证。

任何疾病，只要这些证据确定了，就不难找到正确的处理方法。要确定这些证据，还必须依靠望、闻、问、切四诊。因此，这本小册子准备在这里谈一谈“症状分类”和“四诊”的常识，使大家懂得中医对疾病的一般观察和处理方法。

一、症状分类

症状分类的主要内容，前面已经说过。为什么要这样分？道理很明显，因为疾病的症状是千变万化的，在这些复杂的变化当中，如果不找出一个规律，就很难掌握了。人们经过不断地摸索，发现人体内部有什么病，外面就有什么症状，把这些情况摸清楚了，把一些性质相同的归并在一起，就确立了“症状分类”的方法；这给诊断上带来很大的方便。现把这些内容分别介绍如下：

（一）根据疾病发生的部位分类

1. 表证：头痛，怕冷发热，没有汗（或有汗），全身酸痛，

打噴嚏，流清鼻涕，舌上有很薄的白苔。

2. 里証：惡心想嘔，吃不下，心腹部脹痛，大便秘或作泄，舌上有很厚的黃苔。

3. 五臟症狀：

心証：心跳，面紅，吐血，煩惱不安，或昏迷不省人事。

肝証：頭暈，耳鳴，眼珠紅，肋骨兩邊痛，手脚痠攣，睪丸腫痛。

脾証：肚子脹痛，嘔吐，吃不下，大便秘，沒有氣力，或者浮腫。

肺証：咳嗽，氣喘，呼吸困難，胸膈痛，多痰。

腎証：腰痛，性欲衰退，遺精，手脚冷，腳軟沒有力，腳腫，小便不通。

4. 六腑症狀：

胆証：頭暈，口苦，耳鳴，煩惱不能安睡。

胃証：嘔吐，胃部脹痛，打飽呃，消化不良，口臭，牙肉腫痛。

大腸証：肚子痛，大便秘，或作泄，或下鮮血，或下紅白冻子，肛門急脹。

小腸証：小便短黃，解小便時尿孔痛，肚臍下痛，牽連睪丸。

膀胱証：小便不通，肚臍下痛，或小便失禁（沒有感覺就解出小便來）。

三焦証：上焦：面腫，氣喘；中焦：腹部脹滿；下焦：腳腫，小便不通。

表証，是指病在体表；里証，是指病在內部。一般可以這樣理解，有表証的病是比較輕微的，有里証的病是比較嚴重的。五臟在生理上比六腑重要（見說明），有五臟症狀的病，和

有六腑症状的病比較起来，也要严重一些。

說明：心、肝、脾、肺、腎，叫五脏。胆、胃、大腸、小腸、膀胱、三焦，叫六腑。人体精神方面的活动和一些宝贵的营养物质如气、血、精等，都由五脏分别掌管，中医古典著作“內經”上面是这样說的：心藏神，肝藏血，腎藏精；心主血，肺主气，先天的气，保存在腎脏，后天的气，发源于脾脏。从这些方面，就可看出五脏在人体生理上的重要性。人体的廢料，如不含营养物质的水分和食物的渣滓——粪便，都是通过大腸、小腸、三焦、膀胱排出的。这些脏器主要是担任排泄作用，所以沒有五脏那样重要，胃和胆，虽然在消化方面是一个重要的生理单位，但和五脏比較起来，也沒有五脏重要。

（二）根据疾病的性質分类

1. 风証：头晕痛，发热，汗出怕风，或手脚抽筋，口眼歪斜，頸根强硬。

2. 热証：发热，口干，經常要喝水，大便秘，小便短黄。

3. 湿証：头部沉重，自觉身体笨重，关节痛，胸部滿悶，大便泄，或发黄疽，或全身浮肿，舌苔厚膩。

4. 燥証：皮肤枯燥，口干，干咳沒有痰，大便秘，舌苔枯焦。

5. 寒証：怕冷，口不干，手脚冷，大便泄，小便清长。

病理变态，大概有上面五个不同类型。这一方面是由于发病的原因不同，例如伤凉多产生寒証，受热多产生热証；另一方面跟人的体质不同有很大关系，例如阳气不足的多产生寒証，阳气过旺的多产生热証。但这兩方面又是密切相关的，不可把它絕對分开。

（三）根据疾病产生的有害物質分类

1. 痰飲証：咳嗽，气喘，或口里唾沫多，或有很稠的痰

液，心下跳動，口干不想喝水，苔白滑潤。

2. 瘀血証：手腳心發燒，舌上帶青紫色，或體內抽掣作痛，或心腹部有硬塊，大便色黑。

3. 宿食証：打飽呃，嘔吐有酸腐氣味，大便泄，很臭，胃部脹痛，不想吃，吃了更痛。

痰飲，是由水液停留而成的；瘀血，是由血液停留而成的；宿食，是由食物停留而成的。這些有害物質不能排出體外，對人體是有一定的損害作用，並能通過外表症狀反映出來。

（四）根據病勢和體力的強弱分類

1. 虛証：頭暈，面色蒼白，沒有氣力，說話聲音很低，大便泄，小便清長，脈搏沒有力。

2. 實証：發熱，面色潮紅，腹部脹痛，大便秘，呼吸急促，說話聲音很高，或狂言亂語，脈搏有力。

病証的虛實，反映著身體抵抗力與病邪相搏鬥的狀態，所以，病勢和體力的強弱，都可以根據虛証和實証來判斷，如出現虛証，多屬抵抗力弱，或者是病勢已經衰退；出現實証，多屬抵抗力強，或者是病勢正當旺盛。

上面所介紹的症狀分類的內容，對一些不同性質的病大體上都提出了一個範圍，這樣，對於複雜的病症，只要看到有上面所說的這些症狀，就會心中有底，這不但對診斷上有很大方便，並且治療方法的決定也可以拿這些症狀來作為依據。這就是“辨証施治”的“辨証”。從這裡可以看到，辨証和施治（觀察和處理疾病）是一個不可分割的過程。所以下面介紹的各種治療方法，就是根據上面各種疾病的不同的症狀提出的。如：

1. 根據疾病的部位來確定治療：首先就要考慮病邪的

出路，所以病在外表的要发汗，病在内部的要清里（见表一）。其次，病在五脏或在六腑，也要懂得使用专门作用于某些脏腑的药物。这些药物，中医叫做“引经”药，（见表二）。经，是指某一脏腑所属的经脉，引经药，是说这些药能把其他药物引入

表一

治疗方法	常 用 药 物
发 汗	薄荷、荆芥、苏叶、防风
清 里	黄芩、山栀、黄连

表二

脏 腑	引 经 药
心	丹参、生地、远志
肝	青皮、白芍、柴胡
脾	扁豆、苍朮、甘草
肺	桑皮、玉竹、贝母、桔梗
肾	杜仲、枸杞、菟蓉、巴戟
胆	胆草、枣仁、郁金
胃	粉葛、广皮、石斛
大 肠	厚朴、地榆、槐角
小 肠	瞿麦、川楝、赤茯苓
膀 胱	车前子、滑石（小便不通）、益智仁（小便失禁）
三 焦	上焦用肺经药，中焦用脾经药，下焦用膀胱经药

到某一經脉，使它对某一經脉隶属的脏腑发生治疗作用。不过，中医对于疾病的处理，不单纯是着重脏腑部位，如病在心，有寒証，也有热証；病在脾，有湿証，也有燥証。这就必須在找出脏腑部位的同时，还要結合寒、热、虛、实等等情况来全面考虑。

2. 根据病理的变态来确定治疗：主要是看人的阳气和阴气的盛衰情况，如阳气过旺的多产生热証，治疗当用清热药；阳气不足的多产生寒証，治疗当用温寒药；水湿过剩的多产生湿証，治疗当用燥湿药；津液不足的多产生燥証，治疗当用潤燥药；风証本来当用祛风药，但是外伤风寒，仍然要发汗；因热生风，必須清热，但还要看阳气和阴气的盛衰（見表三）。至于病态表現比較复杂，既有寒証，又有湿証；或既有湿証，又有热証，因此在治疗上就需要兩方面都照顾到。

表三

治疗方法	常 用 药 物
祛 风	荆芥、防风、薄荷(发汗)，蒺藜、钩藤、胆草、僵蚕(清热熄风)
清 热	山栀、黄芩、大黄
燥 湿	苍朮、薏仁、石菖蒲
潤 燥	麦冬、玉竹、火麻仁
溫 寒	桂枝、干姜、附子

3. 根据疾病的有害物质来确定治疗：大体上有三个方法（見表四）。但是必須結合病人的具体情况来考虑，特别是要看病人的体力是不是能排除体内的有害物质，如果病人体

力不强,那还要配合下面所介绍的补法。

表四

治疗方法	常 用 药 物
滌痰飲	茯苓、陈皮、芥子、半夏
破瘀血	桃仁、紅花、赤芍、丹皮、
消食积	神曲、麦芽、查肉、萊菔子

4. 根据病势和体力强弱来确定治疗: 虛証要补, 实証要泻(見表五)。但是, 病势太盛的, 虽有虛証, 也不宜太补; 体力太弱的, 虽有实証, 也不宜太泻。这是应当注意的。

表五

治疗方法	常 用 药 物
补 虛	黃芪、党参、白朮、甘草、大枣
泻 实	枳实、大黃、丑牛、玄明粉

总的說来, 上面介绍的各种治疗方法, 不过是大体上提出了一些原则, 中医治病的法则很多, 不只是上面这些。并且这些方法具体运用到每一个病时, 还要根据病人的具体情况来决定, 因此, 这就必須結合下篇的内容互相参阅。这样, 才能有比較全面的了解。

二、四 診

病人的症状, 一部分可以由医生觉察出来, 这在医学上叫“他觉症状”; 另一部分必須通过病人主訴才会知道, 这在医学

上叫“自觉症状”。因此要了解病人的全部症状以及受病经过，就必须依靠望、闻、问、切四种诊断方法。望、闻、切三种，是由医生掌握的；问，必须通过病人的主诉。通过这些诊断方法要达到什么目的呢？这很明显，就是要找出上面所举出来的各种疾病的证据。现在把这些诊断方法分别介绍如下：

(一) 望 診

望診是依靠医生的视觉来诊断疾病的一种方法。这种方法，就是全面地仔细地观察病人神气、色泽、形态等各方面的情况。看的部位，以面部为最普遍，因为面部是经常暴露在外面的，看也很方便，看的经验也就比较多，所以中医有“面部为全身的缩影”的说法。看面部不但要注意整个面部，同时要注意眼、鼻、口唇等各方面，特别是舌苔。看面部虽然是望診里面最普遍的一个方面，其他方面也不可忽略。一般应该注意以下几点：

1. 精神：凡病人精神健旺的，说明正气充足；精神萎靡的，说明正气衰弱。

2. 色泽：色，是指颜色，一般以面色青属风证、痛证；面色红属热证；面色黄属湿证；面色白属虚证；面色黑属寒证；面上有白点，是有虫的表现。泽，是指颜色的枯、润、明、暗等情况，以颜色鲜明、滋润的为气血充实，颜色暗晦、枯燥的为气血不足。

3. 眼目：白睛红或有红丝属热证；白睛黄属湿证；眼睛歪斜属风证。

4. 鼻孔：鼻流清涕，是外伤风寒；鼻孔干燥或流浊涕，是内有燥热；鼻孔煽动属风证；鼻孔里起烟煤，是比较危险的症状。

5. 口唇：口唇生疮潰烂，属心热証；牙内肿痛属胃热証；口唇枯萎帶紫紅色，属瘀血証。

6. 舌苔：看舌要看舌質和舌苔兩部分。

舌質是舌的本質，阳气虛的人，舌質是潤的，是淡紅色；津液虛的人，舌質是干的，是深紅色。阳虛多寒証，阴虛多热証，看舌質对于辨別阳虛、阴虛、寒証、热証，是最关重要的。凡在发高热的时候，水分、血液受了损伤，舌上沒有苔，就可以出現帶深紅色的舌質。

舌苔是舌面上堆积的苔垢，看舌苔主要要注意干燥、滋潤的情况，一般有下面几种看法：(1)白苔：薄潤的白苔，属表寒証；干燥的白苔，属燥証。(2)黄苔：厚膩的黄苔属湿証，干燥的黄苔属腸胃实热証。(3)黑苔：干枯的黑苔，属大热証；滋潤的黑苔，属大寒証。

有腸胃病的人，舌上多有厚膩的黄苔；有痰飲的人，舌苔一定滑潤；有瘀血的人，舌質一定現青紫色。这也是看舌苔应当注意的。

7. 形态：形是形体，态是活动状态，从这些方面也可以看出一些病情，如肥胖的人多痰，消瘦的人多火，这是从形体上观察病情的經驗；腰痛不能移动，属腎虛；病人以手压在心下，属胃痛；經常閉着眼睛，属热証、实証；經常睜着眼睛，属寒証、虛証，这是从活动状态上观察病情的經驗。

(二) 聞 診

聞診包括兩個方面：一是依靠医生的听觉来診斷疾病，一是依靠医生的嗅觉来診斷疾病。所以这种診斷方法，既要注意病人的声音，也要注意病人的气味。

1. 声音：在語言方面，講話声音很高，狂言乱語，属热

証、實証；講話聲音很低，前頭所說的跟後面所說的不能夠連接，屬寒証、虛証。在呼吸方面，氣粗咳嗽，氣喘有力，屬熱証、實証；氣不粗，咳嗽，氣喘沒有力，屬寒証、虛証。除這些以外，凡嘔吐、打呃等，也都可以根據聲音的高低來判別虛証和實証。

2. 氣味：胃腸有病，口中多有臭味；牙肉腐爛的也多口臭；大便腥臭，屬熱証、宿食証；小便臊臭，屬濕熱証；婦女有白帶，氣味腥臭，也屬濕熱証。病人沒有什麼特殊氣味，一般多屬寒証、虛証。

(三) 問 診

問診是通過和病人談話了解病情的一種診斷方法。特別是病人的自覺症狀和受病經過，必須通過詳細詢問才能夠了解，所以問診是中醫四診里面一個重要的環節。重病和昏迷的，可以由照顧病人的人來代替介紹病情。在問診時，應該有次序、有重點的問，如：

(1) 起病和轉變情況：病是驟然發生或是慢慢發生的，是新病還是舊病，是由輕到重，還是由重轉輕。問清楚這些情況，對於病勢和體力的強弱就可以有一般的了解。

(2) 寒熱：一般怕冷是寒証，怕熱是熱証，但是雖然外面怕冷，里面仍然有口干、便秘等証，那是假寒証；外面怕熱，里面有口不干、大便泄等証，那是假熱証。

(3) 二便：大便色黃、腥臭、解不出，多屬熱証、實証；大便色淡白，沒有什麼氣味，容易解出，或作泄，多屬寒証、虛証。小便色黃或色紅，有臊臭氣味，量少而色濃，尿道痛，多屬熱証或濕熱証；小便色白，沒有氣味，經常要解，量多而色淡，多屬寒証、虛証。

(4) 飲食：喜欢吃冷的，多属热証；喜欢吃热的，多属寒証、或痰飲証；打饱呃，胃部脹痛，属宿食証；新病而不想吃东西，这說明病已入里；老病还可吃东西，这說明脾胃还能运化，体力尚能支持。

(5) 胸腹：胸腹部疼痛，痛的时候喜欢用手按，按了就減輕，属寒証、虛証；痛的时候不能用手按，按了更痛，属热証、实証。痛沒有一定的部位属虛証；痛有一定的部位或有硬块，属实証。

(6) 汗：怕冷沒有汗，多属表寒証；怕热出汗，多属里热証。不是天气热，經常出汗，多属表虛証；睡了出汗，醒后就止，也属虛証。

(7) 月經：妇女由于生理上和男子不同，有些病和月經、怀孕有关系。月經提前，帶紫紅色，成块，多属热証；月經落后，帶淡紅色，量很少，多属寒証。肚子痛在月經前发生，多属实証；在月經后发生，多属虛証。一向月經正常，突然停經，接着发生嘔吐，喜欢吃酸的，就要考虑是否受孕。

(四) 切 診

切診是通过切(按)脉来診斷疾病的一种方法。病人的手掌朝上平放，医生用手的第二指、第三指、第四指挨次放在病人手掌以下(見附图)，这在医学上叫做“寸”“关”“尺”三部。又輕輕的按叫“浮”候，不輕不重的按叫“中”候，重按叫“沉”候，合起就叫“三部九候”。

切(按)脉以前，医生要心平气和，病人也要适当休息一下。脉的形象非常复杂，这里只选了最常用和最易辨别的几种介紹于下：

(1) 浮脉：輕輕的按就能很清楚地感觉脉的跳动，这种脉

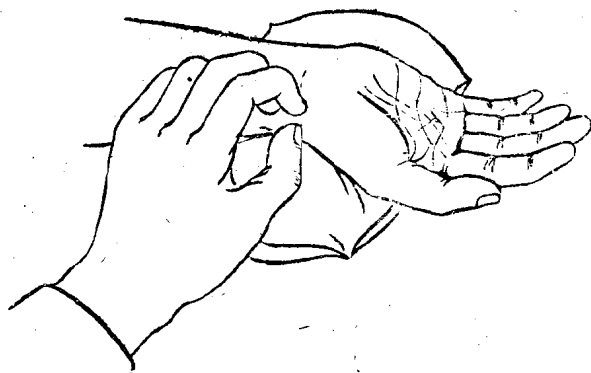
属表証。

(2) 沉脉：重按才能清楚地感觉脉的跳动，这种脉属里証。

(3) 迟脉：脉搏动得迟慢，一呼一吸只有二、三次，这种脉属寒証。

(4) 数(音索)脉：脉搏动得很快，一呼一吸有六、七次，这种脉属热証。

附 图



(5) 細脉：脉象細小，这种脉属气血不足。

(6) 大脉：脉象粗大，这种脉属病势旺盛。

(7) 短脉：寸部或尺部按不到脉，这种脉属虛証。

(8) 长脉：脉的搏动超过了寸部和尺部，这种脉属实証。

上面这些脉象，浮沉在輕重上分別；迟数在快慢上分別；細大在形态上分別；短长在尺寸上分別；这都是容易分得清楚的。从这些脉象中，也可以看出疾病的部位、性质及体力的强弱、病势的进退；所以，能了解这些脉象，也就大体上能使用切診了。