

本书重点介绍了中医基础理论知识，内容简明扼要，通俗易懂，实用性强，便于学习，便于掌握，很适合广大患者和群众阅读及进一步了解中医药常识，是一本较好的科学书籍。

关幼波

# 家庭老中医

卢国勋 主编

- 基础理论篇
- 诊断篇
- 治疗篇
- 中药篇
- 针灸篇
- 保健篇
- 肿瘤篇

时事出版社

# 家庭老中医

主编 卢国勋

编写（按内容顺序排列）

史成和 李树庭

李 东 刘 君

李兆明 郭 佳

曾瑞芳 卢国勋

时事出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

家庭老中医/卢国勋主编. —北京:  
时事出版社, 1996

ISBN 7-80009-346-8

I. 家… II. 卢… III. 中国医药学-基本知识 IV.R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (96) 第 24303 号

时事出版社出版发行

(北京市海淀区万寿寺甲 2 号 邮编: 100081)

新华书店经销

北京昌平东旭印刷厂印刷

---

开本: 787×1092 1/32 印张: 11.75 字数: 255 千字

1997 年 2 月第 1 版 1997 年 2 月第 1 次印刷

印数: 1—10500 册 定价: 16.50 元

## 内 容 提 要

本书以问答形式深入浅出地阐述中医基础理论，介绍中医中药常识，普及防病、治病、保健知识。全书内容丰富，以中医为主，并有中西医结合之意，符合现代医学科学发展之趋势，实用性强，非常适合广大患者和对中医感兴趣的广大读者阅读。

## 序 言

随着国民经济的好转，人民生活的改善，文化生活的丰富与提高，已成为人民群众的迫切需要。我们有责任提供良好的精神食粮以满足人民的要求。我国和世界各国人民对中华民族的瑰宝——中医学，颇感兴趣，并给予极高的评价。

本书重点介绍了中医基础理论知识，内容简明扼要，通俗易懂，实用性强，便于学习，便于掌握，很适合广大患者和群众阅读及进一步了解中医药常识，是一本较好的科学书籍。

关幼波

# 目 录

## 基础理论篇

1. “中医”名称的由来是怎样的 ..... (2)
2. 中医是怎样产生和发展起来的 ..... (2)
3. 中医是科学的吗 ..... (3)
4. 中医和西医有什么不同 ..... (4)
5. 中医为什么受欢迎 ..... (4)
6. 中医为什么会受到越来越多的国际学者的青睐 ..... (5)
7. 中医很难学会吗 ..... (6)
8. 中医的四大经典著作是什么 ..... (7)
9. 《黄帝内经》是如何问世的 ..... (7)
10. 你听说过扁鹊吗 ..... (8)
11. 华佗在中国医学史上有什么突出贡献 ..... (8)
12. 张仲景为什么被后世尊为“医圣” ..... (9)
13. 李时珍是怎样完成他的巨著《本草纲目》的 ..... (10)

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| 14. “药王”是谁 .....                     | (11) |
| 15. 中医的“阴阳”和算命先生的<br>“阴阳”是一回事吗 ..... | (11) |
| 16. 中医的阴阳有什么特点 .....                 | (12) |
| 17. 中医的五行学说是怎么回事 .....               | (12) |
| 18. 为什么把“精”、“气”、“神”称为人体的三宝 ...       | (14) |
| 19. 气血的含义是什么 .....                   | (15) |
| 20. “正气”和“邪气”是怎么回事 .....             | (15) |
| 21. “杏林”的由来是怎样的 .....                | (16) |
| 22. 中医常讲的“悬壶”是怎么回事 .....             | (17) |
| 23. 为什么中医医术又被称为“歧黄之术” .....          | (17) |
| 24. 何谓“先天之本”、“后天之本” .....            | (17) |
| 25. “天人相应”是怎么回事 .....                | (18) |
| 26. 什么是“六淫”，“六淫”致病有哪些特点 .....        | (19) |
| 27. 风邪是如何致病的 .....                   | (19) |
| 28. 寒邪如何伤人 .....                     | (20) |
| 29. 暑邪致病和“中暑”是一回事吗 .....             | (21) |
| 30. 湿邪的致病特点是什么 .....                 | (21) |
| 31. 燥邪也能致病吗 .....                    | (22) |
| 32. 火邪是什么 .....                      | (23) |
| 33. 为什么劳逸过度都能致病 .....                | (23) |
| 34. 饮食不当对健康有什么影响 .....               | (24) |
| 35. 房室不节对人体有哪些影响 .....               | (25) |
| 36. 什么是“七情”，“七情”与疾病有什么关系 .....       | (25) |
| 37. 五脏六腑指的是哪些脏器 .....                | (26) |
| 38. 如何理解“心主血脉，其华在面” .....            | (26) |

|                            |      |
|----------------------------|------|
| 39. “舌为心之苗”是什么意思.....      | (26) |
| 40. 为什么说“心主神明” .....       | (27) |
| 41. “肺主一身之气”的功能是怎样实现的..... | (27) |
| 42. “肝主疏泄”是怎么回事.....       | (28) |
| 43. “肝开窍于目”是什么道理.....      | (28) |
| 44. 什么叫“肝肾同源” .....        | (29) |
| 45. 为什么说“肾主骨” .....        | (29) |
| 46. 如何理解“心与小肠相表里” .....    | (29) |

## 诊断篇

|                             |      |
|-----------------------------|------|
| 1. 何谓诊法 .....               | (32) |
| 2. 中医是怎样诊断疾病的 .....         | (32) |
| 3. 望诊包括哪些内容, 有何重要意义 .....   | (33) |
| 4. 望神的临床意义是什么 .....         | (33) |
| 5. 观察面部五色的变化有何实用价值 .....    | (34) |
| 6. 望形态也能诊断疾病吗 .....         | (34) |
| 7. 耳所反映的疾病和哪些脏腑有关 .....     | (35) |
| 8. 眼睛能反映脏腑的病理变化吗 .....      | (35) |
| 9. 鼻能反映的疾病有哪些 .....         | (36) |
| 10. 头的外形与发的色泽变化说明什么问题 ..... | (36) |
| 11. 望口唇和咽喉与疾病有何关系 .....     | (37) |
| 12. 中医看病时为什么要先看看舌头 .....    | (37) |
| 13. 舌诊的临床意义是什么 .....        | (38) |
| 14. 疾病时的舌质颜色分几种, 主于何证 ..... | (38) |
| 15. 怎样通过苔色的变化判断疾病 .....     | (39) |
| 16. 剥苔是怎么回事, 何为镜面舌 .....    | (39) |

|                         |      |
|-------------------------|------|
| 17. 膩苔和腐苔有何不同           | (39) |
| 18. 望小儿指纹有何临床意义         | (40) |
| 19. 怎样看出小儿是健康无病的        | (40) |
| 20. 听声音能诊断疾病吗           | (41) |
| 21. 嗅气味有何诊断意义           | (41) |
| 22. 问诊有何重要性             | (42) |
| 23. 恶寒与畏寒一样吗            | (43) |
| 24. 发热与潮热有何不同           | (43) |
| 25. 问寒、热有何实际意义          | (43) |
| 26. 问汗重要吗               | (44) |
| 27. 口渴可以反映什么病症          | (44) |
| 28. 通过饮食口味的异常可知哪些病症     | (45) |
| 29. 哪些疾病可出现二便异常         | (45) |
| 30. 月经不调有哪些临床表现         | (46) |
| 31. 何为带下病               | (46) |
| 32. 为什么候脉能诊断疾病          | (47) |
| 33. 中医切脉时为何独取寸口         | (47) |
| 34. 何谓“举、按、寻”           | (48) |
| 35. 什么是脉的“胃、神、根”        | (48) |
| 36. 何谓“脉证顺逆”与“脉症从舍”     | (48) |
| 37. 单凭候脉能诊断疾病吗          | (49) |
| 38. 何谓平脉                | (50) |
| 39. 何谓病脉, 常见病脉的脉象及主病是什么 | (50) |
| 40. 何谓辨证                | (52) |
| 41. 什么是八纲辨证             | (52) |
| 42. 八纲辨证之间有何关系          | (53) |

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 43. 何谓表里证 .....                | (53) |
| 44. 何谓寒热证 .....                | (54) |
| 45. 何谓虚实证 .....                | (54) |
| 46. 如何理解阴阳证, 亡阴与亡阳的表现是什么 ..... | (55) |
| 47. 何谓脏腑辨证 .....               | (56) |
| 48. 如何区别心血虚与心阴虚 .....          | (56) |
| 49. 心气虚、心阳虚、心阳虚脱三者之间有何关系 ...   | (56) |
| 50. 心血瘀阻的临床表现是什么 .....         | (57) |
| 51. 心火炽盛可有哪些见症 .....           | (57) |
| 52. 痰火扰心和痰迷心窍有何不同 .....        | (58) |
| 53. 小肠气痛的临床表现有哪些 .....         | (58) |
| 54. 如何诊断肝气郁结症 .....            | (58) |
| 55. 你知道什么是肝阴(血)虚吗 .....        | (59) |
| 56. 肝经实火与肝阳上亢一样吗 .....         | (59) |
| 57. 肝风内动都包括哪些 .....            | (59) |
| 58. 肝胆湿热的临床表现有哪些 .....         | (60) |
| 59. 脾气虚和脾阳虚二者之间有何关系 .....      | (60) |
| 60. 脾不统血与中气下陷有何异同 .....        | (61) |
| 61. 寒湿困脾和湿热蕴脾是怎样形成的 .....      | (61) |
| 62. 如何判断胃火炽盛与胃阴不足 .....        | (62) |
| 63. 食滞胃脘的主要表现是什么 .....         | (62) |
| 64. 何为肺气虚与肺阴虚 .....            | (62) |
| 65. 风寒束肺、风热犯肺、燥热伤肺各有何症 .....   | (63) |
| 66. 痰热壅肺与痰浊阻肺有何不同 .....        | (63) |
| 67. 如何诊断大肠湿热 .....             | (64) |
| 68. 何谓肾阳虚 .....                | (64) |

69. 肾气不固、肾虚水泛、肾不纳气的临床表现是什么 ..... (64)
70. 何谓肾阴虚 ..... (65)
71. 膀胱湿热可有哪些症状 ..... (65)
72. 心脾两虚的主要表现是什么 ..... (66)
73. 如何诊断心肾不交 ..... (66)
74. 何谓肝脾不和与肝胃不和 ..... (66)
75. 肝肾阴虚和脾肾阳虚的临床表现是什么 ..... (66)

## 治疗篇

1. 什么是中医治病的八法 ..... (69)
2. 何为异病同治和同病异治 ..... (70)
3. 中医治病能治“根”是什么意思 ..... (70)
4. 中医只能治疗慢性病，不能治急症吗 ..... (71)
5. 什么是中医常说的“辨证施治” ..... (71)
6. 怎样辨治感冒 ..... (72)
7. 治疗感冒简便有效的方法有哪些 ..... (73)
8. 如何治疗急、慢性支气管炎 ..... (73)
9. 怎样治疗支气管哮喘 ..... (74)
10. 为什么中医治疗急性咽炎效果好 ..... (75)
11. 怎样用简易方法治疗急性扁桃体炎 ..... (76)
12. 中医治疗流行性腮腺炎有什么特色 ..... (77)
13. 鼻子经常出血该怎么治 ..... (77)
14. 怎样治疗冠心病 ..... (78)
15. 为什么中医治疗病毒性心肌炎效果较好 ..... (79)
16. 中医能治疗心肌梗塞吗 ..... (80)

|                              |       |
|------------------------------|-------|
| 17. 高血压是怎么回事, 如何治疗高血压病 ..... | (81)  |
| 18. 低血压是怎么回事及如何治疗 .....      | (82)  |
| 19. 血压不正常者该怎样调护 .....        | (82)  |
| 20. 怎样治疗心律失常 .....           | (83)  |
| 21. 何为雷诺氏病及怎样治疗 .....        | (84)  |
| 22. 为什么中医治疗慢性胃炎的效果比较好 .....  | (85)  |
| 23. 如何更好地治疗消化性溃疡 .....       | (86)  |
| 24. 怎样治疗急性肠炎 .....           | (87)  |
| 25. 中医治疗慢性肠炎有什么特色 .....      | (88)  |
| 26. 如何治疗溃疡性结肠炎 .....         | (89)  |
| 27. 怎样辨证治疗痢疾 .....           | (90)  |
| 28. 治疗痢疾的简易方法有哪些 .....       | (91)  |
| 29. 怎样用简易方法治疗习惯性便秘 .....     | (92)  |
| 30. 肝炎病人为什么喜欢看中医 .....       | (92)  |
| 31. 肝炎病人该如何调养 .....          | (94)  |
| 32. 用中药能排出内脏中的结石吗 .....      | (95)  |
| 33. 怎样治疗呃逆 .....             | (96)  |
| 34. 中医能控制急性泌尿道感染吗 .....      | (97)  |
| 35. 用中药能治好急性肾炎吗 .....        | (97)  |
| 36. 中医治疗慢性肾炎有什么特色 .....      | (98)  |
| 37. 如何认识和治疗阳痿、早泄及遗精 .....    | (100) |
| 38. 什么是贫血及怎样治疗 .....         | (101) |
| 39. 中医能治疗各种出血症吗 .....        | (102) |
| 40. 为什么中医治疗白细胞减少症效果好 .....   | (103) |
| 41. 糖尿病是怎么回事及怎样治疗 .....      | (104) |
| 42. 糖尿病人该怎样调护 .....          | (105) |

|                               |       |
|-------------------------------|-------|
| 43. 怎样治疗甲状腺机能亢进症 .....        | (106) |
| 44. 甲状腺腺瘤是癌吗 怎样治疗为宜 .....     | (107) |
| 45. 更年期综合症是怎么回事及怎样治疗 .....    | (107) |
| 46. 中风病人为什么喜欢看中医 .....        | (108) |
| 47. 怎样预防治疗脑血栓 .....           | (110) |
| 48. 怎样防治失眠 .....              | (110) |
| 49. 什么是“梅核气” 怎样治疗为佳 .....     | (111) |
| 50. 为什么说治疗关节炎是中医特色之一 .....    | (112) |
| 51. 怎样防治中暑 .....              | (113) |
| 52. 自汗和盗汗有什么区别 治疗有什么异同 .....  | (113) |
| 53. 为什么中医治疗发烧效果好 .....        | (114) |
| 54. 怎样治疗痔疮 .....              | (115) |
| 55. 为什么中医治疗血栓闭塞性脉管炎效果较好 ..... | (116) |
| 56. 中医能治疗阑尾炎吗 .....           | (117) |
| 57. 遇到痛经怎样治 .....             | (117) |
| 58. 怎样辨治闭经 .....              | (118) |
| 59. 中医治疗功能性子宫出血有什么独到之处 .....  | (119) |
| 60. 中医也可治子宫肌瘤吗 .....          | (120) |
| 61. 怎样治疗盆腔炎 .....             | (121) |
| 62. 子宫脱垂能回复吗 .....            | (121) |
| 63. 中医如何保胎 .....              | (122) |
| 64. 怎样用简易方法治疗妊娠呕吐 .....       | (123) |
| 65. 怎样才能使产妇乳汁充盈 .....         | (124) |
| 66. 不孕不育症患者应怎样选择治疗方法 .....    | (125) |
| 67. 怎样有效地预防急性乳腺炎 .....        | (126) |
| 68. 中医治疗急性乳腺炎有什么特色 .....      | (126) |

|                            |       |
|----------------------------|-------|
| 怎样治疗乳腺增生 .....             | (127) |
| 70. 怎样预防和护理乳腺增生 .....      | (128) |
| 71. 乳房纤维腺瘤必须手术治疗吗 .....    | (128) |
| 72. 如何辨治水痘 .....           | (129) |
| 73. 小儿惊风分几种及怎样治疗 .....     | (130) |
| 74. 怎样用简易方法治疗小儿厌食症 .....   | (130) |
| 75. 疳积是怎么回事及如何治疗 .....     | (131) |
| 76. 小儿遗尿怎么治 .....          | (132) |
| 77. 如何辨治婴幼儿腹泻 .....        | (132) |
| 78. 怎样用简易方法治疗婴幼儿腹泻 .....   | (133) |
| 79. 中医治疗蛔虫病有什么特色 .....     | (134) |
| 80. 怎样治疗蛲虫病效果好 .....       | (134) |
| 81. 如何辨治小儿百日咳 .....        | (135) |
| 82. 怎样治疗和预防鹅口疮 .....       | (136) |
| 83. 如何辨治小儿常见的四种出疹性疾病 ..... | (137) |
| 84. 怎样才能更好地治疗痤疮 .....      | (138) |
| 85. 为什么中医治疗带状疱疹效果好 .....   | (139) |
| 86. 中医治疗斑秃的特色是什么 .....     | (139) |
| 87. 怎样治疗湿疹 .....           | (140) |
| 88. 牛皮癣是“癣”吗 如何治疗 .....    | (141) |
| 89. 中医有哪些常用的外治法 .....      | (141) |

## 中药篇

### (一) 中草药

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 1. 你知道中药的来源吗 ..... | (145) |
| 2. 什么叫四气 .....     | (145) |

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 3. 五味指什么 .....         | (146) |
| 4. 中药是如何命名的 .....      | (146) |
| 5. 升、降、浮、沉是什么意思 .....  | (147) |
| 6. 何谓十八反 .....         | (147) |
| 7. 十九畏指的是什么 .....      | (148) |
| 8. 妊娠期用药有什么禁忌 .....    | (148) |
| 9. 服中药时有什么禁忌 .....     | (149) |
| 10. 怎样煎中药效果好 .....     | (149) |
| 11. 煎中药有什么讲究 .....     | (150) |
| 12. 煎中药时需要加盖吗 .....    | (151) |
| 13. 怎样服中药效果好 .....     | (151) |
| 14. 人人都可以吃人参吗 .....    | (151) |
| 15. 如何鉴别药物的真伪 .....    | (152) |
| 16. 何为药物的“归经” .....    | (153) |
| 17. 药物的疗效与哪些因素有关 ..... | (153) |
| 18. 是不是药量越重疗效就越好 ..... | (154) |
| 19. 煎糊的中药还能吃吗 .....    | (154) |
| 20. 凡是头痛、眩晕就用天麻吗 ..... | (155) |
| 21. 菊花分几种？其效用如何 .....  | (155) |
| 22. 怎样服用大黄效果好 .....    | (156) |
| 23. 益母草有哪些功效 .....     | (156) |
| 24. 生石膏为什么能退热 .....    | (156) |
| 25. 为什么说黄芪是补气之要药 ..... | (157) |
| 26. 川贝与浙贝有何不同 .....    | (157) |
| 27. 当归有何作用 .....       | (157) |
| 28. 半夏的作用与炮制有何关系 ..... | (158) |

|                              |       |
|------------------------------|-------|
| 29. 酸枣仁和柏子仁在功效上有何异同 .....    | (158) |
| 30. 怎样配伍使用薏苡仁 .....          | (158) |
| 31. 胖大海有何功效 .....            | (159) |
| 32. 长期食用枸杞子有什么好处 .....       | (159) |
| 33. 蝉蜕有何妙用 .....             | (159) |
| 34. 灵芝有何功效 .....             | (160) |
| 35. 何谓何首乌 .....              | (160) |
| 36. 您听说过“疼痛是老虎，元胡是武松”吗 ..... | (160) |
| 37. 红花有什么功效 .....            | (161) |
| 38. 芦根为什么能治疗小儿痘疹 .....       | (161) |
| 39. 板蓝根有何功效 .....            | (161) |
| 40. 金银花有什么效用 .....           | (162) |
| 41. 为什么说桑树是个宝 .....          | (162) |
| 42. 瓜蒌有什么效用 .....            | (162) |
| 43. 杏仁和桔梗配伍为什么能治疗咳嗽 .....    | (163) |
| 44. 黄芩、黄连、黄柏有何异同 .....       | (163) |
| 45. 桔子都包括哪些药 .....           | (163) |
| 46. 服用阿胶时应注意的问题 .....        | (164) |
| 47. 草河车与紫河车是一种药吗 .....       | (165) |
| 48. 冬虫夏草究竟是虫还是草 .....        | (165) |
| 49. 生姜的作用和特点是什么 .....        | (165) |
| 50. 五味子与五倍子是一种药吗 .....       | (165) |
| 51. 穿山甲与王不留行为什么一起使用 .....    | (166) |
| 52. 牛膝的作用及特点是什么 .....        | (166) |
| 53. 天门冬与麦门冬有何异同 .....        | (166) |
| 54. 芍药的种类及其效用 .....          | (167) |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 55. 地黄为什么能抗衰老 .....      | (167) |
| 56. 山药有什么效用 .....        | (167) |
| 57. 甘草在方中起什么作用 .....     | (168) |
| 58. 马齿苋有何功效 .....        | (168) |
| 59. 公英、地丁为什么是疮家之圣药 ..... | (168) |
| 60. 丹参的效用如何 .....        | (168) |
| 61. 前胡与杷叶有何异同 .....      | (168) |
| 62. 车前子的“来历”与之效用 .....   | (169) |
| 63. 连翘有何作用 .....         | (169) |

## (二) 中成药

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 1. 伤风感冒时怎样选择中成药 .....     | (171) |
| 2. 暑夏之季的感冒服什么中成药好 .....   | (171) |
| 3. 哪些中成药可以预防感冒 .....      | (171) |
| 4. 急、慢性气管炎用药有什么不同 .....   | (172) |
| 5. 常用止喘中成药有哪些 .....       | (172) |
| 6. 常用的退烧药有哪些 .....        | (173) |
| 7. 急性咽喉炎用哪些中成药治疗 .....    | (173) |
| 8. 小儿感冒也可服中成药吗 .....      | (174) |
| 9. 腮腺炎有哪些中成药可以治疗 .....    | (174) |
| 10. 冠心病如何选择中成药 .....      | (174) |
| 11. 中成药怎样治疗心律不齐 .....     | (175) |
| 12. 中成药如何治疗失眠 .....       | (175) |
| 13. 慢性肠胃病如何用中成药治疗 .....   | (176) |
| 14. 肠炎、痢疾应服什么中成药好 .....   | (176) |
| 15. 小儿食积不化也宜服中成药吗 .....   | (177) |
| 16. 小儿脾虚泄泻者用什么中成药治疗 ..... | (177) |