

中医治病



一学就通



李启德 医师 著

学中医必看的入门书籍，

让您了解中医是如何认知疾病、诊断疾病、治疗疾病。

图文并茂，形象地阐释了中医基本概念和治疗方法，

让您轻松学中医、保健康。

中西医结合的“医师建议”兼具理论性与实用性。



海峽出版發行集團 | 福建科學技術出版社
THE STRAITS PUBLISHING & DISTRIBUTING GROUP | FUJIAN SCIENCE & TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

中医治病



一学就通

李启德 医师 著



著作权合同登记号：13-2010-005 号

原书名：中医治疗一学就通

原著者：李启德

本书通过四川一览文化传播广告有限公司代理，经教育之友文化有限公司授权福建科学技术出版社在中国大陆地区出版、发行中文简体字版，未经许可不得以任何形式复制或转载。

图书在版编目 (CIP) 数据

中医治病一学就通 / 李启德编著. —福州：福建科学技术出版社，2011. 10
ISBN 978-7-5335-3926-9

I . ①中… II . ①李… III . ①中医治疗学 IV .
① R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 149091 号

书 名	中医治病一学就通
编 著	李启德
出版发行	海峡出版发行集团 福建科学技术出版社
社 址	福州市东水路 76 号 (邮编 350001)
网 址	www.fjstp.com
经 销	福建新华发行 (集团) 有限责任公司
排 版	福建科学技术出版社排版室
印 刷	福州华悦印务有限公司
开 本	700 毫米 × 1000 毫米 1/16
印 张	13
图 文	208 码
版 次	2011 年 10 月第 1 版
印 次	2011 年 10 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-5335-3926-9
定 价	28.00 元

书中如有印装质量问题，可直接向本社调换

钟 序

F O R E W O R D

在21世纪的今日，资讯的取得日益容易；然而，网络的内容，却也让人目不暇接，而有不知何者为用、何者必须淘汰的困惑。相对于网络上浩如烟海的中医资讯，李启德医师这本书，恰可为中医爱好者提供简单而便捷的参考！

个人与李医师相识于5年前的春节，在同游云南的旅途中，李医师秉持着对中医的喜好，经常在空闲之际，与我切磋中医的诊断与治疗，给我留下极深的印象。更难能可贵的是，李医师曾在中国台北荣民总医院的胃肠肝胆科服务，在忙碌的西医临床、教学之余，尚考取中医师，并取得南京中医药大学硕士学位。

吾有感于其兼容中、西医之长，殊属不易，且在诊疗之余，又透过著书以力行预防医学“治未病”理念，深为感佩。此外，书内的“中医运用指数”和“医师建议”中对临床中西医的比较，可以给读者正确而又简要的提示。故乐于为序，盼使中医爱好者自此书中得蒙其利。

中国台湾中医内科
医学会理事长

钟文冠 谨序

在中国台北荣民总医院内科暨肝胆胃肠科时期，学养深厚的李启德医师，既是一名优秀的内科医师，也是彼时我等住院医师敬仰、学习的对象。随后，李医师考取中医师资格及南京中医药大学中医硕士学位，创立员山荣民医院中医部。由于在中、西医药的开方上得心应手，李医师深获患者的肯定和信赖，可谓为集中、西医学养于一身之医界奇才。

李医师平素乐于助人，亦不吝分享其宝贵的医学心得，是以在繁忙的门诊时间之外，为普及民众对中医的认识而著成此书。这不仅有助初学者入门，也使中、西医界同仁感到耳目一新。

中医药是人类文明的珍贵宝藏之一，其研究方向日趋科学化、普及化，使得中医在生活保健上的应用日益广泛。而为了促进民众健康，不论是中医或西医，著书以间接救人助人，实皆美事。同样身为在西医背景上转习中医的医师，我个人以为，由受过现代科学完整训练的李医师来写这一本书，正呼应了此一时代民众的医疗保健需求，是为序。

中国台湾中医师公会
全 联 会 顾 问

游恒懿

前言

P R E F A C E

中医药文化源远流长，至今已有数千年的悠久历史，在发展的过程中，形成了以阴阳五行、脏腑经络、辨证论治等观念为基本内容的理论体系。相较于西医而言，前者独特的诊断理论及治疗法，实有西方医学所难以望其项背之处。近年来，国人对医疗保健的要求提高，养生观念亦在不断更新，使得中医药在疾病防治上的优势，日渐被了解及重视。虽然西医诊疗技术发展较为迅速，但对于一些常见病症之临床疗效的提升，中医药则发挥着前者所无可取代的作用。

概括而言，中医认为疾病产生的根本原理，在于人体内脏腑、气血的阴阳失调。中药的治疗理论，是通过人体用药前后的整体临床疗效，所逐步归纳出来的。由此可见，在疾病的治疗上，中医的诊断必须建立在正确的中医理论体系之上，通过相应治则、治法，选择最恰当的中药方剂，并对药物的搭配及剂量作出最佳衡量，才能达到祛病的目标；同时随着病情演变、邪正进退加以变方异法，方能取得最好的疗效！

如今，中医的一些理念也普遍为注重养生者所认识，并应用于日常保健。但中医学的内容广博丰富，加以古籍字义深奥，使其蒙上一层神秘的面纱，让对中医思考方式或中药感兴趣的民众望而却步。有鉴于此，本书通过简单易懂的方式，介绍中医药相关的常识及治法，将有助于大众了解中医保健知识，并进一步应用于日常之保养。另外，本书疾病证型下所列的方剂为该证的代表方，其“组成”以代表方为基础，并根据作者临床经验进行了适当的加减。



目录

上 篇

中医的基本概念



中医理论的基本概念

整体观念	10
理论基础	12
脏腑理论	17
气、血、津液	18
致病因素	20
中医病机	22
辨证论治	24

中医诊断疾病的方法

诊察方法——四诊	26
归纳方法——八纲、六要	34

中医治疗疾病的方法

常用的治疗方法	38
特殊的治疗方法	41

中药使用的注意事项

怎样煮中药	45
服药饮食禁忌	47
中药的疗程	47

中医的现代化

中药现代药理学	48
中医与西医配合诊治	54
现代煎药仪器	55

下 篇

常见疾病的辨证与治疗

呼吸系统疾病

支气管扩张	58
支气管哮喘	60
普通感冒	63
流行性感冒	66
慢性支气管炎	68

心血管疾病

高血压	70
低血压	72
心绞痛	74
心律失常	77
慢性心力衰竭	80

胃肠疾病

反流性食管炎	82
慢性胃炎	84
消化性溃疡	86
习惯性便秘	89
肠易激综合征	92

肝胆疾病

胆结石	96
慢性肝炎	98
脂肪肝	101
肝硬化	103
急性胰腺炎	106

泌尿系统疾病

慢性肾衰竭	108
泌尿系统结石	110
膀胱炎	112
前列腺增生	114
阳痿	116

代谢及内分泌疾病

糖尿病	118
甲状腺功能亢进	120
更年期综合征	122
肥胖症	124
高脂血症	128

免疫风湿骨骼疾病

风湿性关节炎	132
类风湿关节炎	134
骨性关节炎	136
痛风	138
系统性红斑狼疮	140

精神神经疾病

痴呆	142
失眠	144
抑郁症	146
自主神经失调	150
坐骨神经痛	152

皮肤疾病

湿疹	156
慢性荨麻疹	158
青春痘	160
带状疱疹	162
异位性皮炎	164

耳鼻喉疾病

过敏性鼻炎	166
慢性鼻炎、鼻窦炎	168
梅尼埃病	172
慢性扁桃体炎	176
慢性喉炎	180

妇科疾病

宫颈炎	184
盆腔炎	186
痛经	188
子宫内膜异位症	192
乳房纤维瘤	194

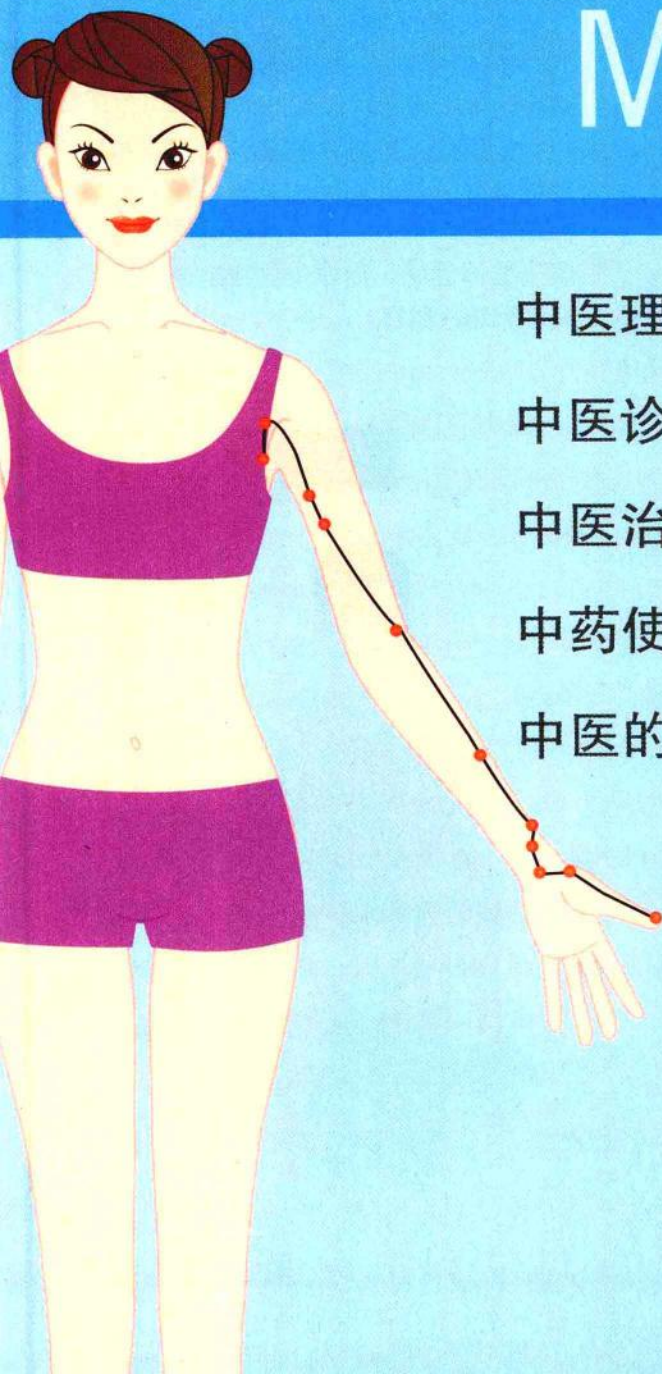
儿科疾病

小儿反复感冒	196
小儿腹泻	198
儿童多动症	200
小儿口腔炎	202
小儿厌食症	204

上篇

中医的 基本概念

Basic Concept of the Chinese Medicine



中医理论的基本概念 10

中医诊断疾病的方法 26

中医治疗疾病的方法 38

中药使用的注意事项 44

中医的现代化 48

中医理论的基本概念

整体观念

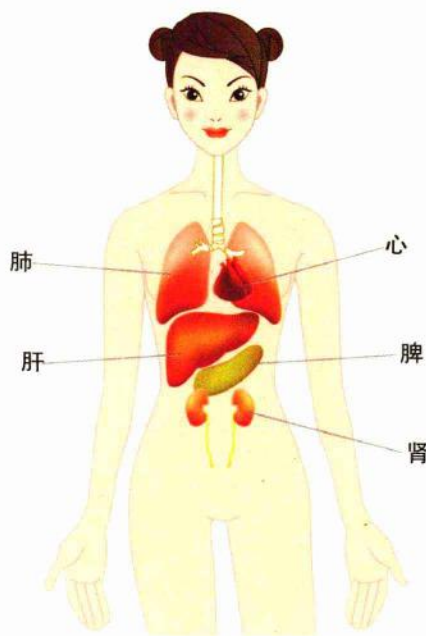
1. 人体以五脏为中心

人体以脏腑为核心，而身体的各部位包括浅表的穴位则通过经络相互联系，成为一个不可分割的有机体。五脏是心、肝、脾、肺、肾（如图），六腑则是指胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦（如图）；脏和腑同是内脏，分工合作负责体内食物的运送、吸收、排泄与储存，而要维持体

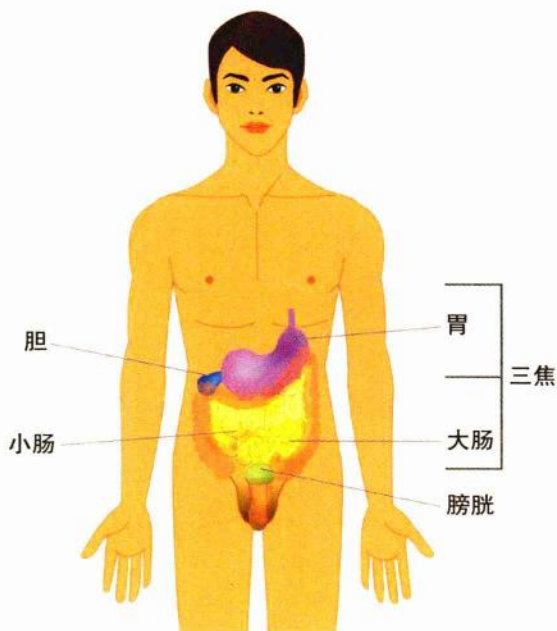
内五脏六腑和体表、头部、躯干、四肢等之间气血的畅通，则有赖于十二经络气血的循环，十二经络循行有其一定的原则，并互相接续（如下页）。

也因此，五脏六腑虽各司其职而功能各异，彼此间的相互影响牵一发而动全身。所以，平日的保健即应着眼于整体健康，而非仅仅注重产生病变的脏腑或器官。

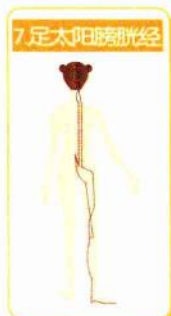
五脏



六腑



人体12经脉循环路线



2. 人体健康受六淫、七情影响

人身处于自然界之中，和大自然休戚与共。季节气候、日夜晨昏的变化，对人体的生理活动、病理变化，以及疾病的诊断与治疗，都有一定程度的影响。

(1) 六淫。中医学理论中的“六淫”是根据人与自然环境的关系来定义的。自然界中六种正常的气候：风、寒、暑、湿、燥、火称为“六气”；如果气候变化异常，抵抗力及适应力差的人就可能发病，而这些异常的“六气”就称为“六淫”。



■ 人们感受六淫的侵袭，若抵抗力较差则会生病，抵抗力强就不易受影响。

(2) 七情。人所处的社会环境会影响人体的情绪变化，中医学理论中的“七情”，便是根据人与社会环境的关系来定义的。人体情志活动包括喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，称为“七情”，与脏腑的生理功能息息相关；当社会环境的因素使七情反应过度，则会损伤脏腑的功能，称为“七情致病”。



过喜会伤心



过忧会伤肺



过怒会伤肝



过惊会伤肾



过思会伤脾

■ 所以养生最重要的还是调整心性，七情不可太过。

理论基础

中医理论乃是建立在中国人的阴阳五行哲学学说之上的，而阴阳五行学说乃是古人用以解释、认识自然的一套方法论和世界观。基本上，它认为物质世界中的万物乃是通过阴阳二气相互变化、消长的运动所形成的，且万事万物之间皆具相生相克的两面关系，而这两面关系的作用，正是事物产生变化的根本原因。



■ 阳——白天热闹温暖



■ 阴——夜晚安静寒冷

在这套世界观的基础之上，中国古代医家将之应用于医学，以解释人体生理功能及病理变化，并用以诊断和治疗疾病，从而建构了中医理论。其中，阴阳理论主要用于综合说明人体的对立统一性，借以分析总括性的问题；而五行理论主要用于说明人体内部各系统的复杂关联性和相互影响，借以分析局部的问题。因此，阴阳五行的观念为中医理论的理论基础，学习中医，必须首先学习阴阳五行学说。



■ 脏为阴 腑为阳
肝属木 心属火 脾属土 肺属金
肾属水

1. 阴阳学说

万物皆有阴、阳两部分，阴与阳是既对立又相互依存的两方面，彼此可相互转化。例如：白天与夜晚看似对立的两个时段，然而夜间是白天的延续，白天则是夜晚的发展，此即相互依存的关系；而夕阳渐逝后夜幕缓缓降临，黑夜渐逝后接续黎明曙光，则反映了二者相互转化的关系。

中医学中的阴阳，主要用以说明人体组织结构、生理功能和病理现象，并指导养生与临床的诊断与治疗。

(1) 说明人体的组织结构和生理功能。以部位构造来看，表、背部、上部、皮毛、卫气、六腑等属“阳”，

里、腹部、下部、筋骨、营血、五脏等属“阴”；以物质的生理功能来看，兴奋、推动、温暖、上升等属“阳”，抑制、凝聚、寒冷、下降等属“阴”。

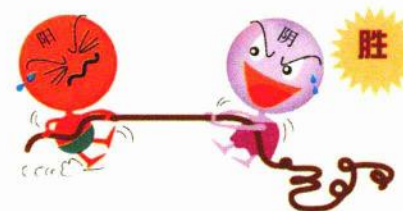
部位构造	
阳	表、背部、上部、皮毛、卫气、六腑
阴	里、腹部、下部、筋骨、营血、五脏

物质机能	
阳	兴奋、推动、温暖、上升
阴	抑制、凝聚、寒冷、下降

(2) 说明人体的病理变化。中医认为疾病的发生和发展，乃阴阳失调的结果，是邪气和正气消长不均所致；所以，中医治病旨在调整阴阳、扶正祛邪，使阴与阳在交互反应的过程中得以动静平衡、运作正常。此外，阴、阳不能脱离另一方而单独存在，一方过盛或过衰，都会引起疾病。例如：甲状腺功能亢进的病人，会出现发热、心跳加速、血压升高、性情急躁、食欲旺盛等身体功能活动过度兴奋的症状，此皆属于阳过盛的证候；同时出现体重减轻、逐渐消瘦等阴过衰的证候；此种阴阳不平衡的病况，称为“阳盛阴虚”。另外，如慢性肾衰竭的病人，常出现四肢冰冷、脉搏乏力、小便短少等生理功能不足的情况，以及痰多、浮肿等水分过多的证候，此种阴过盛阳过衰的不平衡病况，则称为“阴盛阳虚”。



■ 阴、阳的平衡，是健康的基础。



■ 若阴胜则身体将会生阴病。



■ 若阳胜则身体将会生阳病。

(3) 用于疾病的诊断。以邪气来看，风、火、暑、燥等属“阳”，寒、湿等属“阴”。以病证来看，表证、实证、热证等属“阳”，里证、虚证、寒证等属“阴”。

病 证	
阳	表证、实证、热证
阴	里证、虚证、寒证

邪 气	
阳	风、火、暑、燥
阴	寒、湿

2. 五行学说

在古代，“五行”最初的含义指构成宇宙最基本、最常见的物质，包括木、火、土、金、水，“行”则有运作、运行之意。中医学利用五行理论来说明人体脏腑、组织、器官的生理功能及联系，将人体归类为以五脏为中心的五大系统，这种方法称为“取象比类”。

(1) 类比五脏。

●**木属肝***：肝具有疏通气血、疏泄胆汁的作用，故属木。

●**火属心***：心具有推动血行、温煦机体的作用，故属火。

●**土属脾***：脾具有受纳生化、孕育滋养的作用，故属土。

●**金属肺***：肺具有排痰收敛、降气稳定的作用，故属金。

●**水属肾***：肾具有排泄水分、调节平衡的作用，故属水。

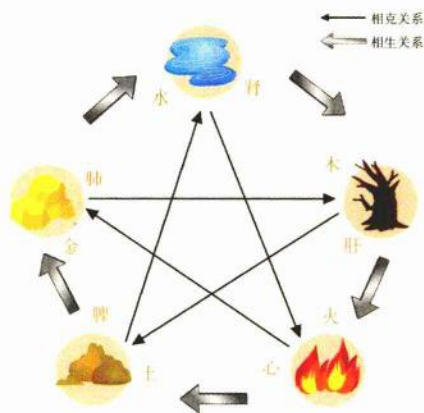


（2）五脏关系。

●**相生**：指脏腑间的相互促进作用。可利用此原理来促进相关脏器的健康，帮助其他脏器恢复正常。如肝（木）藏血以济心，心（火）之热以温脾，脾（土）化生营养以充肺，肺（金）清降下行助肾水，肾（水）之精以养肝。

●**相克**：指脏腑间的相互克制作用，当一脏有病，若不及时加以治疗，便会影响他脏。此时可利用相克的原理，来推断疾病的变化，以确定治则和治法。如肝（木）的畅达可疏泄脾（土）的壅塞，脾（土）的运化可抑制肾（水）的泛滥，肾（水）的滋润可防止心（火）之亢奋，心（火）阳热可制约肺（金）清降太过，肺（金）清降可以抑制肝阳上亢。

所以肝病可传脾，脾病可传肾，肾病可传心，心病可传肺，肺病可传肝。



■ 五行、五脏之间具有相生、相克的关系。

●**具体运用**：以脾虚为例，根据五脏相关的原理，必然是肝来乘*之、肾来侮*之，所以治疗上除了要补脾之外，还要考虑疏肝和渗湿。在运用阴阳五行的学说时，应了解五行学说乃阴阳学说的发展与补充，阴阳学说又贯穿在五行学说中，两者密切结合而不可分割，即阴阳中有五行、五行中有阴阳；并需配合客观表现灵活运用之，切不可将五行学说僵化地视为机械式的循环论。

名 词 解 释

* **肝**：中医学的肝，概括部分消化系統功能，和精神情志、血液循环、自主神经和运动神经的协调有关。

* **心**：中医学的心，概括心脏、血管、循环系统和脑神经功能，有调控人体血液循环和精神活动的生理功能。

* **脾**：概括食物消化、吸收和运输功能，和水液、营养代谢、造血功能等有关。

* **肺**：中医的肺，概括呼吸功能，以及与血液循环、水液代谢及免疫功能调节有关的多种功能及病理征象。

* **肾**：涉及泌尿、生殖系統功能和部分造血、内分泌、神经系统功能。

* **乘**：“乘”即“乘虚侵袭”，指相克程度超过正常的制约而失去协调。如：木气偏亢而金又不能正常地克制它，太过的木便会乘土，引起肝木亢盛和脾土虚弱的病证。

* **侮**：“侮”即“恃强凌弱”，相侮为相克的反向克制（即反克）。如：金克木为正常的相克关系，然金气不足或木气偏亢时，木则反向而侮金，引起肺金虚损而肝木亢盛的病证。