

# 自我保健医学体系 构架与原理

马骏 陆恒 杨文秀 编著



## 作者介绍



马骏，男，1928年生人，现任中国管理科学院天津分院医院系统工程研究所副所长，高级研究员；任教于天津卫生职工医学院卫生管理系兼第二医学院卫生管理专业卫生管理学校。系中华医院管理学会常委，天津中华医学会理事，天津医院管理学会主任委员。自1980年以来，先后在《中华医学杂志》等学术刊物上发表70多篇论文；著有《现代医院管理》、《公共卫生管理与疾病控制》等专著。自1991年提出建立、发展自我保健医学的一系列新见解，并进行“自我保健医学体系”科研课题的研究。

## 作者介绍



陆恒，男，1932年生人。于1951年毕业于上海第二军医大学，曾任解放军总后勤部武汉军工总医院业务院长，主编和编辑出版《现代医院管理指南》、《医学新名词》等16部著作。先后在国内报刊上发表了200多篇论文，8万余字日文译文，1万余字英文译文。曾编辑出版《医学学报》等。

## 作者介绍



**杨文秀**，男，1956年生，现任天津市卫生职工医学院卫生管理系副教授，天津市医院管理学研究会副主任，中国卫生统计学会理事，天津市卫生统计学会常务理事。自1985年以来，共发表学术论文、译文等30余篇，著有《流行病学与卫生统计学》专著。1991年提出建立与形成“自我保健医学体系”的见解，并进行自我保健医学体系的科学研究。

20世纪末叶，人类社会进入热核与航天时代。高科技产业的发展，创造了空前规模的社会物质财富。但是，在当代科学技术和物质文明高度发展的同时，人们还面临着是否要趋向“两个回归”的战略抉择：一是要不要在人类赖以生存的生态环境上走向回归自然。二是在人类健康保护方面，要不要建立、发展自我保健医学体系，使卫生保健趋向回归自我。

有人会问：难道这“两个回归”可以相提并论吗？

我们说，为什么不可以呢！在这里，我们是从科学学的角度讨论问题。人类生态环境保护回归自然和建立、发展自我保健医学体系，使卫生保健回归自我，同属人类生存发展的科学命题。

21世纪社会卫生保健和医学科学技术的发展，面临着新的挑战。除生态环境遭破坏对人类健康和生存所造成的威胁之外：现代物质文明和精神文明的发展，一方面给人们创造了充裕、舒适的生活条件，而另一方面，却带来了卫生保健新课题，以及被动性医学服务无能为力的医学课题。诸如吸烟率无节制地上升而造成的烟民健康自我摧残后果；现代文明疾病患病率、病死率居高不下；疲劳综合征对大量人群的困扰；艾滋病好象中世纪的瘟疫一样袭击人类健康和生命的可怕前景，等等。尽管医学科学技术的发展已经进入高科技时代，许多解决重大医学课题的科技发明和突破前景令人鼓舞。但是，如果医学的发展仍只沿着一成不变旧路走下去，将走向困境。因为

旧路线只重视医疗预防的被动型卫生服务技术发展，而忽视自我保健医学的建立和发展。被动型医学技术对于解决上述卫生保健新课题多数是无能为力的；而且医学科学高科技的日益发展，还带来了医疗消费水平急剧膨胀的后果，即使最富裕的发达国家，对此也不堪重负。出路只有一条：在继续发展医学科技的同时，重视自我保健医学体系的建立和发展。从现在起，走上一条新的医学发展路线。这不仅是医学发展的历史必然；也是时代的呼唤和现代人类社会生活的呼唤。

发达国家以及不少发展中国家，随着人民群众物质文化生活水平的提高，各式各样的自我保健活动和自我保健商品的消费日益增多，已经成为现代生活的一种时尚和日常生活不可缺少的一部分。多姿多彩的自我保健商品拥向市场，客观地发出了呼唤自我保健医学的强音。这就是说，人类自我保健发展至今，只是满足于群众自发性的自我保健活动和真伪难辨的自我保健商品消费已是远远不够了；即使再加上卫生服务系统的健康教育，也不足以替代自我保健医学的社会功能。因为，自我保健医学是第四医学，没有它的形成和发展，便不能使自我保健生活活动和物质消费完全纳入医学科学轨道。

另一方面，医学科学技术也发展到了全面发展的历史转折时期，即第一、二、三、四各医学科学领域相互促进、相互补充和并驾齐驱的全面发展阶段。

本书作者正是基于上述信念，第一次提出了建立自我保健医学体系的科研任务；并首创它的学科体系构架；阐明了第四医学形成、发展的辉煌前景。虽说自我保健医学体系的建立尚未瓜熟蒂落，但千里之行始于足下。本书作为研究自我保健医学体系构架的起步；并寄希望于政府主管部门、医学界和社会各界有识之士，对于建立和发展自我保健医学取得共识，以通

过广泛的科学研究和社会实践，首先在我国使第四医学建立、发展起来。

本书是以1991年在中国·天津召开的“自我保健医学体系研究课题论证会”资料为基础合著的。

1991年中国·天津自我保健医学体系研究  
科学论证会专家名单(以姓氏笔划为序)

姓 名	单位职务、职称	学科
马 骏	天津医院系统工程研究所副所长教授	卫生管理学
孔令智	天津南开大学心理学教授	心理学
王 冬	上海市卫生局人事处副处长、讲师	卫生管理学
王 辉	天津社会科学院院长	社会学
王继秋	原天津市卫生局副局长	卫生经济学
倪麟趾	天津医院系统工程研究所研究员、主任 医师	内科学、医院管理 学
皮树桐	天津医院系统工程研究所顾问	卫生管理学、人体 科学
刘 兵	天津第一中心医院院长	医院管理学
李万林	天津市卫生局科研处处长	科学学
刘仲礼	天津市科协组织部部长、气功研究会理 事长	人体科学
曲学申	天津市卫生局副局长、红十字会会长	科学学
沈 彬	天津卫生职工医学院院长、副主任医师	外科学
陆 恒	原武汉军工医院院长、主任医师	卫生管理学
陈 藩	北京航天工业部原司长	卫生管理学
杨文秀	天津市医院管理学研究室副主任、副教授	预防医学、 卫生管理学
宋明华	天津市医院管理学研究室讲师	数学、运筹学
吴宗麟	天津医学院附属医院教授	中西医结合内科学
吴弦光	北京中国康复研究中心副主任	康复医学

陈意麟	北京宣武医院老年医学研究所副教授	老年医学
张 愈	天津市卫生局局长	卫生管理学
张克勤	天津医院系统工程研究所研究员、主任 医师	儿科学、医院管理 学
郭 仓	天津医学院附属医院教授	内科学
胡顺之	天津市心理卫生医院副院长、主任医师	心理卫生学
韩 冰	天津中医学院第二附属医院院长	中医学、中医养生 学
薛素静	天津传染病医院原院长主任医师	卫生管理学

这是一次别开生面的科学论证会。

其特点之一，是由京、津、沪多学科专家共同论证自我保健医学学科体系的构架。包括的学科有：临床医学、预防医学、中医学、康复医学、社会学、心理学、人体科学，以及卫生管理学等。这样多学科专家讨论医学学科发展新方面、新路线的科学论证会，虽说不是绝无仅有；也可以说是谱写了医学史新的一页。

其特点之二，是从医学各学科领域与相关学科的结合上、从硬科学与软科学两方向，对建立和发展自我保健医学体系取得了共识，是一次具有里程碑意义的科学论证会。

最后，让我们节录天津气功科学研究会人体科学专家刘仲礼先生在此次会议上发表的具有深刻涵义的代表性发言，作为本书的简短绪论。

• • • • •

马骏教授提出了学术界较为敏感的课题——自我保健医学体系构架。对此加以研讨，是一次务实——务“人生之实”的科学论证。

\*作者注 对刘仲礼先生的发言节录，经作者整理，并在文字上有所删改和补充



对人体研究的关键，是观念的改变、思维方法的改变。随着人类文明的发展，人们对生存的要求亦产生了差异，单纯的有病医病，无病防病或修复机体器官的医学功能，已经不能满足人类社会的要求。换言之，人们需要健康的躯壳，完美的体形，科学的生活方式，充实的精神世界，快乐的文化享受；更加重要的是改变人们的“健康意识”。只有改变了观念，才能实现真正的自我，这是一场对精神世界的探索。

为了探求它的答案，哲学家、心理学家、文学艺术家，产生过不可遏制的冲动。这难以回避的人生之谜，曾使他们疯狂，令他们惊奇；同时，也给他们带来痛苦和挫折。现在轮到医学家来探求人生奥秘的答案了，这就是必须从单纯有病治病、把病人仅仅当作简单物体的被动性医学研究和实践，转变到自我保健医学的研究和实践上来。

美国外科整形医生马尔滋，通过他多年的临床实践和医学研究，发现人的外表形象、气质、人生态度与内在的“自我意象”有着特殊关系。他用大量事实说明，发现、了解和掌握人的“自我意象”，就能全面认识“自我”，发挥自己的潜能，从生命中获得更充实的生活，甚至使人青春常在。

或许还有诸多的人生真谛尚未被人们所认识；或许有多数的观点某些人还难以接受。自我保健医学体系构架，被医学界及学术界所接受，或许需要经过一个过程。但是，作为一种探索的轨迹，一经提出，就必须契而不舍地坚持下去。可以通过审视、扬弃、研究、实践、开拓医学科学思维空间，攀登医学科学的新高峰。

\* \* \* \* \*

刘仲礼先生的发言，生动地阐明了本书出版的宗旨。本书对自我保健医学体系构架和基本原理的论证，意在扩大同行的

广泛共识。因此，其读者对象，首先是卫生管理工作者和广大医务人员。没有这些同行的共识并投身于自我保健医学的研究和实践，便不可能把自我保健医学建立起来。其次，是自我保健产品研制、生产科技人员和经营销售服务人员。任何产业如果不能建立在科学的基础之上，它便不能常盛不衰，兴旺发达。保健产品工商产业的发展，必须建立在自我保健医学的科学基础之上。

我们深信，在医务界及社会各界有关人士对自我保健医学取得广泛共识并投身于它的研究和实践之日，就是我国自我保健医学学科形成、发展之时。

马 骏

1993.6.10于天津

## FORWORD

---

At The turn of the century, the human society entered the time of thermo-nuclear and space sailing. The development of hight-tech. brought about material wealth in the society unseen hitherto. However, at the time when science and technology and material civilization are highly developed, the human race is yet confronted with the problem of making the decision of whether he should take the "two returns"—namely— a) whether the human race should return to the nature where the living environment is concerned, the living environment which is vital to human existence, and b) whether the human race should, where human health care is concerned, build up and develop self care medical system so that health care inclines to return to "self".

People may ask: is there really any connection between these two "returns" ?

We would reply : why not! We are here attacking the issue from the view point of the science of science. The proposition of protection of the human living environment returning to nature and

the proposition of building up and developing self care medical system to lead the health care return to self, are under the same scientific concept of the development of human race existence.

The development of the 21st century social health care and medical science are confronted with new challenges. That the human existence situation is damaged has caused threats to human health and existence. Further, on the one hand, the modern material civilization and spiritual civilization have produced comfort living conditions, and on the other hand, the same civilization has also produced new problems in health care, and also proved that the passive medical services are impotent. To mention some examples of this kind, there are more and more smokers, who are damaging their own health, the morbidity and mortality keep high of modern illnesses; great amount of people are bothered by comprehensive fatigueness; AIDS is attacking human health and lives like the plague in the middle ages; etc. The medical science and technology have developed into the age of high-tech, and have yielded so many exiting and promising important scientific inventions that will solve many medical problems. Yet, still, if the science of medicine goes on along the same old route, it will eventually arrive at a dead lane,

because the old route only emphasizes the development of the passive service technology of the medical care, and overlooks the construction and development of self care emedicine. The passive medical technology is helpless in solving the above new medical care problems. And, the fast development of medical science and technology have also caused the medical care cost go rapidly high, so high that even the richest developed countries cannot bear it. There is only one way out which is that at the same time when the high-tech. of medical care is developing, self-care medical system is emphasized on, and from now on, we should take a new route of medical care development. This is not only a historical tendency of the medical care development, but it is also need of the age and the need of the modern human social life.

In the developed countries and many developing countries, as the people's material living level is getting higher and higher, all kinds of self-care activities and self-care commodities are getting more and more, and they are becoming a matter of way of life. That the many kinds of self-care commodities are crowding into market is objectively expressing the voice of needs of the self care medicine. This is to say that the present development of human self-care and the real and fake self care

commodities are far unable to meet the need of 'people's spontaneous self care activities. Even if the medical education of the medical care system joins in, the present spontaneous human self care activities cannot replace the social function of the self care medicine, because self care medicine is the fourth medicine, without whose formation and development, self care activities and material enjoyment cannot merge into the scientific route of medicine.

On the other hand, the medical science and technology have developed into a time of historical turning point of all-way development, i. e. the time for the first, the second, the third and the fourth medicines enhance one another, strengthen one another and move forward along together with one another.

It is just based on the above believe that the author(s) of this book proposed firstly the scientific research project in developing self care medicine system, and firstly, proposed its academic scheme and formulated the bright future of the formation and development of the fourth medicine. Though it's true that the formation of the self care medicine system is not mature, yet, a long march starts from a step. This book serves only as a start point of the research of the scheme of

the self care medicine, and the author hopes that the governmental offices, medical practitioners and other experts of the society will all come to a common understanding on the formation and development of self care medicine, so that, through vast scientific research and social practice, the fourth medicine will form and develop first in our country.

This book is cooperatively authored on the papers of "The Seminar on the Research Projects of Self Care Medical System" held in Tianjin, China in 1991.

## A Name Lists of Experts

The Seminar on the Research Projects  
of Self Care Medical System

Tianjin, China '91

(Names are listed in alphabetical order)

Chen Fan	Former Director of Beijing Aeronautic Ministry	Hygienic Man- agement
Chen Yi-lin	Associate Professor, The Geriatric Med- icine Research Institute of Beijing Xuan Wu Hospital	Geriatric Med- icine
Guo Cang	Professor, Affiliated Hospital of Tianjin Medicine College	Internal Medic- ine

Han Bing	Director of the 2nd Affiliated Hospital of Tianjin Medical College	Chinese Traditional Medicine Health Preservation
Hu Shun-zhi	Chief Physician, Tianjin Psychiatric Health Center	Psychiatry
Kong Ling-zhi	Professor of Psychology, Tianjin Nankai University	Psychology
Li Wan-lin	Chairman of the Department Science of Research of Tianjin Municipal Health Bureau	Science of Scientific
Liu Bing	Director of Tianjin First Central Hospital	Hospital Management
Liu Zhong-li	Chairman of Liaison Dept. of Tianjin Science Assoc. Director Tianjin Qi-gong (Chinese Breathing Exercise) Institute.	Somatology
Lu Heng	Chief Physician, Former President Wu Han Military Engineering Hospital	Hygienic Management
Ma Jun	Professor, Deputy Dean of Tianjin Institute of Hospital System Engineering	Hygienic Management
Ni Lin-zhi	Chief Physician, Research Fellow of Tianjin Institute of Hospital System Engineering	Medicine, Hospital Management



Pi Shu-tong	Consultant of Tianjin Hygienic Management, Institute of Hospital System Engineering	Somatology
Qu Xue-shen	Chairman of Red Cross, Deputy President of Tianjin Municipal Health Bureau	Science of Science
Shen Bin	President of Tianjin Hygienic Practitioner College	Surgery
Song Ming-hua	Lecturer of Tianjin Hospital Management Research Section	Mathematics & Operations Research
Wang Dong	Lecturer, Deputy Chairman of Personnel Department, Shanghai Municipal Health Bureau	Hygienic Management
Wang Hui	President of Tianjin Academy of Social Science	Sociology
Wang Ji-qiu	Former Deputy President of Tianjin Municipal Health Bureau	Hygienic Economy
Wu Xuan-guang	Deputy Chairman of Rehabilitated Medicine, Beijing China Rehabilitation Research Center	Rehabilitation
Wu Zong-lin	Professor, Affiliated Hospital of Tianjin Medical College	Traditional Chinese and Western Medicine