




乡村医生 实用中医手册

张晓梅 王凤珍 主编



全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

乡村医生实用中医手册

张晓梅 王凤珍 主编

中国中医药出版社
· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

乡村医生实用中医手册 / 张晓梅, 王凤珍主编.

—北京: 中国中医药出版社, 2017.10

ISBN 978-7-5132-4421-3

I. ①乡… II. ①张… ②王… III. ①中医学—手册

IV. ①R2-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 219677 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010-64405750

河北新华第二印刷有限责任公司印刷

各地新华书店经销

开本 880×1230 1/32 印张 14 字数 359 千字

2017 年 10 月第 1 版 2017 年 10 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-4421-3

定价 48.00 元

网址 www.cptcm.com

社长热线 010-64405720

购书热线 010-89535836

维权打假 010-64405753

微信服务号 zgzyycbs

微商城网址 <https://kdt.im/LIdUGr>

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

天猫旗舰店网址 <https://zgzyycbs.tmall.com>

如有印装质量问题请与本社出版部联系 (010-64405510)

版权专有 侵权必究

《乡村医生实用中医手册》

编委会

主 编 张晓梅 王凤珍

副主编 李 游 张存华

编 委 (以姓氏笔画为序)

于小林 王 晨 王紫娟 刘 哲

刘彧杉 肖俊杰 肖胜男 张宇婷

孟丽红 姚金芳 秦慧慧 顾潇枫

潘 鸿

编写说明



乡村医生是我国医疗卫生服务队伍的重要组成部分，是最贴近亿万农村居民的健康“守护人”，是发展农村医疗卫生事业、保障农村居民健康的重要力量。近年来特别是新一轮医药卫生体制改革实施以来，乡村医生整体素质稳步提高，服务条件显著改善，农村居民基本医疗卫生服务的公平性、可及性不断提升。但也要看到，乡村医生队伍仍是农村医疗卫生服务体系的薄弱环节，难以适应农村居民日益增长的医疗卫生服务需求。

2015年3月，《国务院办公厅关于进一步加强乡村医生队伍建设的实施意见》（即13号文）出台，其主要目标是，通过10年左右的努力，力争使乡村医生总体具备中专及以上学历，逐步具备执业助理医师及以上资格，乡村医生各方面合理待遇得到较好保障，基本建成一支素质较高、适应需要的乡村医生队伍，促进基层首诊、分级诊疗制度的建立，更好保障农村居民享受均等化的基本公共卫生服务和安全、有效、方便、价廉的基本医疗服务。其中第十三条更是明确：建立乡村全科执业助理医师制度。做好乡村医生队伍建设和全科医生队伍建设的衔接。在现行的执业助理医师资格考试中增设乡村全科执业助理医师资格考试。

据此，国家中医药管理局中医师资格认证中心与国家医学考试中心共同完成了乡村全科执业助理医师资格考试大纲及相

关考试用书的编写。但是，由于种种原因限制，其中医内容并不能展开，许多也只是点到为止，未能很好地体现中医“简、便、验、廉”的特点与在基层的普适性，因此，我们编写了这本手册，希望通过此书，能让基层医生熟悉中医基本理论知识、掌握应用中医基本技术，从而处理、治疗常见疾病。

《乡村医生实用中医手册》编委会

2017年6月7日

目 录



上篇 基础篇

第一章 藏 象	3
第一节 五脏	3
第二节 六腑	11
第三节 奇恒之腑	15
第二章 舌脉诊法	16
第一节 舌诊	16
第二节 脉诊	24
第三章 常用中药	34
第一节 解表药	34
第二节 清热药	46
第三节 泻下药	61
第四节 祛风通络药	62
第五节 芳香化湿药	67
第六节 利水渗湿药	70
第七节 温里药	74
第八节 理气药	77
第九节 消食药	82
第十节 驱虫药	84

第十一节 止血药	86
第十二节 活血化瘀药	92
第十三节 止咳化痰药	99
第十四节 镇静安神药	110
第十五节 平肝息风药	115
第十六节 开窍药	123
第十七节 补益药	125
第十八节 收涩药	146
第四章 常用方剂	153
第一节 解表剂	153
第二节 泻下剂	156
第三节 和解剂	159
第四节 清热剂	161
第五节 清暑剂	168
第六节 温里剂	169
第七节 补益剂	171
第八节 固涩剂	177
第九节 安神剂	178
第十节 理气剂	179
第十一节 理血剂	183
第十二节 治风剂	185
第十三节 治燥剂	188
第十四节 祛湿剂	191
第十五节 祛痰剂	197
第十六节 消食剂	199
第十七节 驱虫剂	200
第五章 经 络	202
第一节 经络总论	202

第二节 常用腧穴	204
第六章 适宜技术	222
第一节 针刺	222
第二节 灸法	229
第三节 拔罐法	233
第四节 推拿	236

下篇 临床篇

第一节 感冒	245
第二节 咳嗽	249
第三节 哮病	254
第四节 喘证	260
第五节 心悸	264
第六节 胸痹	269
第七节 不寐	275
第八节 头痛	279
第九节 眩晕	285
第十节 中风	289
第十一节 痴呆	296
第十二节 厥证	300
第十三节 胃痛	304
第十四节 呕吐	309
第十五节 泄泻	313
第十六节 便秘	317
第十七节 胁痛	322
第十八节 鼓胀	325
第十九节 水肿	330
第二十节 消渴	335

第二十一节	汗证	339
第二十二节	内伤发热	343
第二十三节	腰痛	348
第二十四节	痹证	353
第二十五节	疔	359
第二十六节	蛇串疮	362
第二十七节	痔	364
第二十八节	湿疮	372
第二十九节	痛风	376
第三十节	月经先期	379
第三十一节	月经后期	383
第三十二节	月经先后无定期	386
第三十三节	崩漏	389
第三十四节	痛经	394
第三十五节	带下病	398
第三十六节	产后身痛	402
第三十七节	肺炎喘嗽	406
第三十八节	小儿泄泻	412
第三十九节	积滞	417
第四十节	惊风	419
第四十一节	疔腮	426
第四十二节	面瘫	430
第四十三节	漏肩风	432
第四十四节	牙痛	433

上篇

基础篇

第一章 藏象

藏象是指藏于体内的内脏及其表现于外的生理病理征象及与自然界相通应的事物和现象。“藏”，是藏于体内的内脏，包括五脏、六腑和奇恒之腑。由于五脏是所有内脏的中心，故“藏”之所指，实际上是以五脏为中心的五个生理病理系统。“象”，是这五个生理病理系统的外在生理病理现象和比象。

第一节 五脏

五脏即心、肺、肝、脾、肾五个脏器的总称。其共同生理特点是藏而不泄，满而不能实。

1. 心的生理机能与特性

(1) 主血脉：指心气推动和调控血液在脉道中运行，流注全身，发挥营养和滋润作用。心主血脉包括心主血和主脉两个方面。心主血的基本内涵，是心气能推动血液运行，以输送营养物质于全身脏腑形体官窍。另一内涵是心有生血的作用，即所谓“奉心化赤”。饮食水谷经脾胃之气的运化，化为水谷之精，水谷之精再化为营气和津液，营气和津液入脉，经心火（即心阳）的作用，化为赤色血液，即《素问·经脉别论》所谓“浊气归心，淫精于脉”。心主脉，指心气推动和调控心脏的搏动和脉的舒缩，使脉道通利，血流通畅。

(2) 藏神：又称主神明或主神志，指心有统帅全身脏腑、经络、形体、官窍的生理活动和主司意识、思维、情志等精神活动的作用。心所藏之神，既是主宰人体生命活动的广义之神，又包

括意识、思维、情感等狭义之神。

2. 肺的生理机能与特性

(1) 主气，司呼吸：包括主呼吸之气和主一身之气两个方面。

肺主呼吸之气，指肺是气体交换的场所。通过肺的呼吸作用，不断吸进清气，排出浊气，吐故纳新，实现机体与外界环境之间的气体交换，以维持人体的生命活动。肺主呼吸，实际上是肺气的宣发与肃降运动在气体交换过程中的具体表现：肺气宣发，浊气得以呼出；肺气肃降，清气得以吸入。肺气的宣发与肃降运动协调有序，则呼吸均匀通畅。肺主一身之气，指肺有主司一身之气的生成和运行的作用，体现在两个方面，即宗气的生成和对全身气机的调节作用。肺有节律的呼吸，对全身之气的升降出入运动起着重要的调节作用。

(2) 主行水：指肺气的宣发肃降运动推动和调节全身水液的输布和排泄。肺主行水表现在两个方面：一是通过肺气的宣发运动，将脾气转输至肺的水液和水谷之精中的较轻清部分，向上向外布散，上至头面诸窍，外达全身皮毛肌腠以濡润之；输送到皮毛肌腠的水液在卫气的推动作用下化为汗液，并在卫气的调节作用下有节制地排出体外。二是通过肺气的肃降运动，将脾气转输至肺的水液和水谷精微中的较稠厚部分，向内向下输送到其他脏腑以濡润之，并将脏腑代谢所产生的浊液下输至膀胱，成为尿液生成之源。

(3) 朝百脉，主治节：肺朝百脉，指全身的血液都通过百脉流经于肺，经肺的呼吸，进行体内外清浊之气的交换，然后再通过肺气宣降作用，将富有清气的血液通过百脉输送到全身。全身的血脉均统属于心，心气是血液循环运行的基本动力。而血液的运行，又赖于肺气的推动和调节，即肺气具有助心行血的作用。肺通过呼吸运动，调节全身气机，从而促进血液运行。宗气有“贯心脉”以推动血液运行的作用。肺气充沛，宗气旺盛，气机

调畅，则血运正常。肺主治节，指肺气具有治理调节肺之呼吸及全身之气、血、水的作用，是对肺的主要生理机能的高度概括，主要表现在四个方面，即治理调节呼吸运动、调理全身气机、治理调节血液的运行及治理调节津液代谢。

3. 脾的生理机能与特性

(1) 主运化：指脾具有把饮食水谷转化为水谷精微（即谷精）和津液（即水精），并把水谷精微和津液吸收、转输到全身各脏腑的生理机能，包括运化食物和运化水液两个方面：①运化食物：食物经胃的受纳腐熟，被初步消化后，变为食糜，下送于小肠作进一步消化，经脾气的作用，则分为清浊两部分。其精微部分，经脾气的激发作用由小肠吸收，再由脾气的转输作用输送到其他四脏，内养五脏六腑，外养四肢百骸。②运化水液：指脾气将水液化为水精，亦即津液，并将其吸收、转输到全身脏腑的生理机能。脾气转输津液的途径及方式有四：一是上输于肺，通过肺气宣降输布全身；二是向四周布散，“以灌四旁”，发挥其滋养濡润脏腑的作用；三是将胃、小肠、大肠中的部分水液经过三焦（六腑之一的三焦）下输膀胱，成为尿液生成之源；四是居中枢转津液，使全身津液随脾胃之气的升降而上腾下达，肺之上源之水下降，膀胱水府之津液上升。脾气健运，津液化生充足，输布正常，脏腑形体官窍得养。运化食物和运化水液，是脾主运化的两个方面，二者是同时进行的。饮食物的消化及其精微的吸收、转输都由脾所主。脾气不但将饮食物化为水谷精微，而且能将水谷精微吸收并转输至全身促进人体的生长发育，是维持人体生命活动的根本，故称为“后天之本”。脾为“后天之本”的理论，对养生防病有着重要意义。

(2) 主统血：指脾气具有统摄、控制血液在脉中正常运行而不逸出脉外的作用。脾气统摄血液，实际上是气的固摄作用的体现。脾气是一身之气分布到脾脏的部分，一身之气充足，脾气必然充盛；而脾气健运，一身之气自然充足。气足则能摄血，故脾

统血与气摄血是统一的。

4. 肝的生理机能与特性

(1) 主疏泄：指肝气具有疏通、畅达全身气机的作用。主要表现为以下几个方面：①促进血液与津液的运行输布：血液的运行和津液的输布代谢，有赖于气机的调畅。肝气疏泄，调畅气机，使全身脏腑经络之气的运行畅达有序。气能运血，气行则血行，故说肝气的疏泄作用能促进血液的运行，使之畅达而无瘀滞。②促进脾胃运化和胆汁的分泌排泄：肝气疏泄，畅达气机，促进和协调脾胃之气的升降，从而促进脾胃的运化。胆汁乃肝之余气所化，其分泌和排泄受肝气疏泄作用的影响。肝气疏泄，气机调畅，胆汁才能够正常分泌与排泄。③调畅情志：肝气疏泄，能调畅气机，因而能使人心情舒畅，既无兴奋，也无抑郁。情志活动分属五脏，依赖于气机的调畅，因肝主疏泄，调畅气机，所以肝具有调畅情志的生理机能。④促进男子排精与女子排卵行经：男子精液的贮藏与施泄，是肝肾二脏之气的闭藏与疏泄作用相互协调的结果。肝气疏泄，则精液排泄通畅有度；肝失疏泄，则排精不畅而致精瘀。女子的按时排卵，也是肝气疏泄和肾气闭藏作用相互协调的体现。

(2) 主藏血：指肝脏具有贮藏血液、调节血量和防止出血的功能。肝藏血的生理意义有以下六个方面：①涵养肝气：肝贮藏充足的血液，化生和涵养肝气，使之冲和畅达，发挥其正常的疏泄作用。②调节血量：在正常情况下，人体各部分的血量是相对恒定的。但是随着机体活动量的增减、情绪的变化、外界气候的变化等因素，人体各部分的血量也随之有所变化。如剧烈运动或情绪激动时，外周血流量增加；而在安静或休息时，外周血液分配量则减少。③濡养肝及筋、目：肝贮藏充足的血液，可濡养肝脏及其形体官窍，使其发挥正常的生理机能。④化生和濡养魂：维持正常神志及睡眠，肝血不足，魂不守舍，可见失眠、梦呓、梦游等。⑤为经血之源：肝藏血而称为血海，冲脉起于胞中而通

于肝，与女子月经来潮密切相关，也称为“血海”。女子以血为本，肝藏血充足，冲脉血液充盛，是其月经按时来潮的重要保证。⑥防止出血：肝主凝血以防止出血。气有固摄血液之能，肝气充足，则能固摄肝血而不致出血，又因阴气主凝，肝阴充足，肝阳被涵，阴阳协调，则能发挥凝血作用而防止出血。

5. 肾的生理机能与特性

(1) 藏精，主生长、发育、生殖与脏腑气化：肾藏精，指肾具有贮存、封藏精的生理机能。精，是构成人体和维持人体生命活动的最基本物质，是生命之本原，是脏腑形体官窍机能活动的物质基础。肾藏的精包括先天之精和后天之精，先天之精来源于父母的生殖之精，是禀受于父母的生命遗传物质，与生俱来，藏于肾中。人出生后，机体由脾胃的运化作用从食物中摄取的营养物质，称为后天之精。后天之精经脾气的运输作用以“灌四旁”，则为脏腑之精。肾精的构成，是以先天之精为基础，加之部分后天之精的充养而成。先天之精是肾精的主体成分，后天之精仅起充养作用，先、后天之精相互资助，相互为用。主生长发育与生殖，指肾精、肾气促进机体生长发育与生殖机能成熟的作用。人体生、长、壮、老、已的生命过程，可分为幼年期、青年期、壮年期和老年期等几个阶段，而每一阶段机体的生长发育或衰退情况，都取决于肾精及肾气的盛衰。

脏腑气化，指由脏腑之气的升降出入运动推动和调控着各脏腑形体官窍的生理机能，进而推动和调控着机体精、气、血、津、液各自的新陈代谢及其与能量的相互转化过程。肾精、肾气及其分化的肾阴、肾阳在推动和调控脏腑气化过程中起着极其重要的作用。

(2) 主水：指肾气具有主司和调节全身水液代谢的作用，主要体现在两方面：一是肾气对参与水液代谢脏腑的促进作用：肾气及肾阴肾阳对水液代谢过程中各脏腑之气的功能，尤其是脾肺之气的运化和输布水液的功能，具有促进和调节作用。二是肾气