

【中医入门系列】

让你轻松学习中医精华的入门书

# 中医入门 70问



林政宏博士 编著

ZHONGYI RUMEN  
70 WEN

广东省出版集团  
广东科技出版社  
全国优秀出版社

【中医入门系列】

# 中医入门70问

林政宏博士 编著

广东省出版集团  
广东科技出版社  
· 广 州 ·

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

中医入门70问/林政宏博士编著. —广州: 广东科技出版社, 2011. 3

(中医入门系列)

ISBN 978-7-5359-5411-4

I. ①中… II. ①林… III. ①中医学—基本知识  
IV. ①R2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第212917号

广东科技出版社获得授权在中国大陆地区出版发行  
本书的中文 (简体字) 版, 版权所有, 侵权必究。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19-2009-016号

---

责任编辑: 李 鹏 黄 铸 杨柳青

封面设计: 八度设计

责任校对: 黄慧怡

责任技编: 任建强

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮编: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21.cn.com

http://www.gdstp.com.cn

经 销: 广东省出版集团图书发行有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮编: 528225)

规 格: 890 mm×1 230 mm 1/32 印张4.75 字数100千

版 次: 2011年3月第1版

2011年3月第1次印刷

印 数: 1~5 000册

定 价: 26.00元

---

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

图书发行有限公司网址: <http://www.gdpgfx.com>

## 序

两年前，笔者由大陆返回台湾，满怀希望，准备出版耗费多年心血的中医著作，然而事与愿违，没有一家出版社愿意接受。有家出版社好心地建议笔者写些药膳养生的内容，这是台湾目前比较流行的，讲白一点，这种内容比较好卖钱。

后来笔者的著作陆续出版后，有些朋友反映中医的内容太难读懂了，能不能写得再简单一点。

出版社要的是图书销量好，读者要的是简单明白、容易学习。因此，太过艰深的题材必然会面临很大的考验。出版界目前所盛行的不外是理财、旅游、菜谱、蔬果养生等方面的题材，题材必须符合读者口味才有市场前景。然而，由于这些题材的内容收集不太困难，能写的人很多，于是各出版社一窝蜂抢着出版相同类型的书籍，毫无新意，形成恶性竞争，造成业者的眼光越来越短浅，不努力在题材的深度与广度上下工夫，反而拼命用商业手段来拉抬声势。岂不知，虚有其表的灿烂只能迷惑人于一时，不可能麻痹人于一世，这也是出版业日益惨淡的原因之一。

反观读者这方面，大多数人是想学一点东西，却又不愿意认认真真来学习，只能走马看花，尽量选些浅显的内容来学，这就是蔬果排毒美容的题材会大行其道的原因。

蔬菜水果属于日常食物，从中医的角度来看，尽管具有一定的寒、凉、温、热等属性和营养价值，但终究不是药物。既然不是药物，就不能用来治病，否则，传统中药早就被蔬果取代了。

蔬果究竟可不可以用来排毒美容？有没有其他副作用？笔者相信注重蔬果的营养摄取的确可以改善体质，但仅能针对健康或脏腑受损不太严重的体质，对于毒素堆积严重者，以药物治疗都嫌不足，何况

是蔬果呢！

此处郑重澄清，笔者并不否认蔬果的功效，只是认为：蔬果只能用来养生，并不能用来治病。养生的知识容易吸收，治病的学问比较深奥，两者不能混淆。

一般群众把蔬果养生当成治病灵方，以走马看花的态度来研读中医。岂不知，中医就如同深埋于地底的宝藏，越往下挖则越丰富。想要精通中医之术，却不愿意虚心勤学，反而责怪中医的书写得太难。天下岂有不劳而获的事呢！

两年来，笔者坚持自己的理念，不刻意逢迎市场潮流，不矫揉造作以博取虚名，陆续推出10余本中医著作，总括方剂、针灸、脉诊、药物等题材，得到许多读者的喜爱。

从历史来看，能够延续与传承的是医术本身，能够治病救人的也是医术本身。因此，笔者绝不沾沾自喜，反而战战兢兢，生怕误导读者！

笔者以此来鼓励那些具有理想的人，不要弄虚作假，盲目附和潮流，只要能坚持努力与创新的毅力，就能作出真正的贡献。

中医乃活人之学，在所有文化传承中，没有什么项目比医学更直接关系到人的生命，遗憾的是，中医却经常被人误解和乱用！

在本书的编写中，笔者融合个人的临床经验、所见所闻以及历代名医的创见与心得，将其重新作一番诠释，内容包罗万象，深浅互见。

林政宏博士

## 目 录

1. 古代庸医与现代庸医有什么不同? /1
2. 庸医也可能医活人, 良医也可能医死人, 那么庸医与良医究竟有什么区别? /3
3. 有些人喜欢求神问卜, 靠庙祝解签开药方, 有的听说还很灵, 这是什么原因呢? /5
4. 有一部分人听说中医有很多骗术, 因而不相信中医, 但是, 为什么还会有那么多人相信这些“骗术”呢? /6
5. 听说气功可以治病, 这是真的吗? /8
6. 有人认为, 中药配伍时, 用药越少则疗效越好; 有人则认为, 用药越多则疗效越好。哪种看法才正确呢? /10
7. 现今的医患关系十分紧张, 医生应当如何回答病人的问题呢? /12
8. 扁鹊兄弟三人, 哪一位医术最高? /13
9. 在临床上, 为什么有时候用药对症, 但病情依然没有改善? /14
10. 有人连续几年贴敷“三伏贴”却不见疗效, 这是什么原因呢? /17
11. 我们应当如何选择好的中医医师? /18
12. 中药材与中成药的药效有什么区别? /20
13. 用药的秘诀, 必须使邪气有出路, 这是什么道理? /21
14. 中医治疗通常需要长期调养, 因此是否可以长期服同一种中药呢? /22
15. 药不对症, 将会导致气血逆乱, 这是什么原因呢? /24
16. 有人患青春痘, 服用中药治疗, 初期似乎有效, 但一段时间后却更为严重, 这是什么原因

呢? /25

17. 服用过量的苦寒药来治疗热证, 会出现什么副作用? /27

18. 中医的疗效是否比较缓慢? /28

19. 中医的治疗方式是否要有一定的先后次序呢? /29

20. 听说中医治疗某些病时疗效也很快, 这是真的吗? /33

21. 每个人的体质都不相同, 中医治病自然也有难易与缓快的分别, 可以详细说明吗? /35

22. 每个人的体质都不相同, 用补药来调养时, 有什么学问呢? /38

23. 听说中药材的品质差异很大, 这是怎么回事, 会不会影响疗效? /39

24. 既然中药材的品质差异这么大, 是不是一定要用名贵药材才好呢? /40

25. 发热的原因有很多, 劳伤阳虚、外感风寒、温病都会引起发热, 可以详细说明吗? /42

26. 只要药物配伍得宜, 不一定要用名贵药材, 那么名贵药材还有什么价值呢? /43

27. 中医用药就如同用兵, 有时从正面攻击, 有时从侧面突击, 这是什么道理? /44

28. 擒贼先擒王, 治病要治本, 但病之标又不能不治, 真伤脑筋啊! /47

29. 听说有些人“虚不受补”, 那么, 还有什么灵药仙丹可以挽救呢? /48

30. 古代良医每当遇到棘手的病证时, 对于虚实真假的判断, 有什么高招吗? /51

31. 听说中药可以延年益寿, 但古人也说“是药三分毒”, 只要饮食营养, 适当运动, 起居正常, 不是可以不吃药吗? /53

32. 服用中药有什么禁忌, 可以同时服用西药, 或喝茶、咖啡吗? /55

33. 中药要配伍得好, 药引十分重要, 能不能详细说明药引的作用? /56

34. 如果配伍中药而不懂得药引, 会有什么影响? /57

35. 什么是君、臣、佐、使药的配伍原则? /58

36. 古人在用药制方时，究竟存着什么样的心态？ /61
37. 有些人昼夜颠倒，工作压力大，很少有休息的时间，这类人可以使用中药来调养吗？ /62
38. 感冒能不能吃人参？ /63
39. 孕妇能不能吃薏苡仁？ /64
40. 经常容易感冒的人，有什么高招来调养呢？ /65
41. 中医之学，博大精深，我们应当如何学习中医？ /67
42. 为什么中医的医术包括医理与医意？ /69
43. 学中医为何一定要学《伤寒论》呢？有人不学《伤寒论》，不是也能学好中医吗？ /70
44. 《伤寒论》这么重要，到底对学医者有什么贡献呢？ /71
45. 学习中医，最重要的是明白医理，而不是急着学习如何用药方，是这样吗？ /73
46. 想要学好中医，有没有捷径呢？ /75
47. 古人学中医的方法，有什么值得借鉴的呢？ /76
48. 一般人学中医，可以学到什么阶段？ /77
49. 中医理论和临床用药，哪项比较难学？ /79
50. 针对治疗疾病的医术来说，临床经验与中医理论，哪一项比较重要呢？ /81
51. 学习中医，既然理论要与经验结合，那一般人应如何积累经验呢？ /82
52. 阴阳学说听起来很抽象，究竟对中医诊断有什么帮助呢？ /83
53. 应当如何运用阴阳学说来治疗疾病？ /85
54. 五行学说的理论是以木、火、土、金、水对应于人体的肝、心、脾、肺、肾，为什么也能用来治疗疾病呢？ /87
55. 如何运用五行学说来看病，可以举临床实例来说明吗？ /89
56. 如何应用藏象学说来治疗疾病呢？ /91
57. 可否再详细说明五脏六腑与气、血、津液之间的关系呢？ /93
58. 在治疗疾病时，藏象学说会有什么帮助呢？ /96



59. 药物之间能相互克制生化，学问颇深，能不能透露一点用药配伍的玄机？ /97
60. 如何运用病因学说来治疗疾病？ /99
61. 现代人经常患肝气郁结，治疗肝气郁结有什么窍门？ /102
62. 可以谈谈治疗肝病的原则吗？ /103
63. 有余之火或虚火皆会引起肝气病，这是怎么一回事？ /104
64. 肝气与五脏病变有什么关系呢？ /106
65. 中医问诊有“问两便”一项，由排便的类型也可以用来诊断病情，那么燥屎与宿食有什么不同？ /108
66. 中风的主要病因是什么？ /109
67. 中风的患者，可以服用补阳还五汤吗？ /111
68. 洗肾患者可以服用中药吗？ /114
69. 实热证会传变成虚热证，阴寒证也会传变成阳虚证，这是什么原因呢？ /115
70. 为什么人体内的阴液亏虚到一定程度时，反而会出现类似阳气亏虚的证候呢？ /117
71. 为什么人体内的阳气亏虚到一定程度时，反而会出现类似阴液亏虚的证候呢？ /117
72. 气病与血病，哪一种难以痊愈？ /118
73. 和解法可以用来治疗病情比较复杂或表里俱病的证候，这是什么道理呢？ /119
74. 当发热严重时，反而会出现四肢冰冷的寒象，可以举例说明吗？ /120
75. 表证易治，里证难医，而表里俱病则更难医，治疗表里俱病有什么学问呢？ /123
76. 眼疾除了与肝有关之外，外感邪气也是病因之一，可以详细说明吗？ /125
77. 健脾利湿药具有很大的副作用，一般人却不知道，这是怎么回事呢？ /126
78. 台湾与大陆的用药配伍有什么不同？ /128
- 小贴士：由舌诊看毛病 /132



## 1. 古代庸医与现代庸医有什么不同？

古代庸医的医术不精，容易因误治而杀人；现代的庸医虽然不会因误治杀人，但也不能救人，而是使病人陷于不死不活之间，病情逐渐加重，以致死亡。



药物的药性有君、臣、佐、使之差异，人的体质也有虚、实、强、弱的区别，治疗时必须讲究药物的配伍与用量，才能药性专一，疗效显著。

现代的庸医用药时，选择的药物大多繁杂。他们不仅不明白药性，治疗时又不果断，因此病人的病情很难痊愈。有些人认为，只要医生不误杀人就不算是庸医，他们岂知古代良医在诊治病患时，用心极为细微，绝对不能有丝毫的闪失。



【说明】古代庸医与现代庸医的特征差不多，只要不把病人整得断气，永远都不会怀疑自己的医术。

古代良医首先必须要擅长诊脉，然后才能正确诊断病症。在明确病症与用药的关系之后，有时单用一味药物就能直攻其病所，由于药力精纯专一，所以病人病情就能很快痊愈。

现代的庸医大多不擅长诊脉，不能真正诊断病症，因此无法明辨病因，只能暧昧不明地随意揣测，于是用药又多又杂，企图侥幸切中病所。在这些繁杂的药物中，假设偶然有某一味药可以治疗疾病，却被其他的药物所克制，导致药气不能畅行，疾病也依然难以痊愈。这就好比打猎，由于不知猎物的藏身之所，只能多派人马围捕，四处遮围，希望有一人能捕获，这是猎术不精的表现。

他们不知：药性不能专一，则疗效不能显著；杂药乱投，则药性不仅不能专一，药物之间反而会互相牵制。

现代庸医不擅长诊脉，又不能确定病症，但因为怕误治而杀人，于是给患者服用各式各样的方剂，希望能侥幸取效；又畏惧药量太大而杀人，于是用轻剂量药来治疗，使病人病情加重，陷于不死不活的境地，甚至濒临死亡。



### 《行医叹》

叹无聊，便学医，唉，人命关天，此事难知。  
救人心，做不得谋生计。不读方书半卷，只记药味几枚。无论癥痕风劳，伤寒疟痢，一般的望闻问切，说是谈非。

要入世投机，只打听近日时医，惯用的是何方何味，试一试偶然得效，倒觉得稀奇；试得不灵，更弄得无主意。若还死了，只说道药不错，病难医。

绝多少单男独女，送多少高年父母，拆多少壮岁夫妻。不但分毫无罪，还要药本酬仪。问你居心何忍，王法虽不及，天理实难欺。若果有救世真心，还望你读书明理；做不来，宁可改业营生，免得阴诛其击。

——清朝名医徐灵胎



## 2. 庸医也可能医活人，良医也可能医死人，那么庸医与良医究竟有什么区别？

医生的医术高低固然以所医治的疾病能不能痊愈为凭据，然而，也不能单以治疗一种疾病的结果来判断医术的高低。



医术平平的庸医也有可能医活人，医术高明的名医也有可能医死人。因此，绝不可根据治疗一种疾病的结果一概而论之。

有人患病较重，或之前已被庸医延误病情，等到求治名医时，已经病入膏肓、不可救药。此时名医迫于人情世故，不得不开一二方，勉强救治，病人服用后不久便死亡，无知的人就将此责任归咎于名医。

也有人因不信任医生，不断改换医生，即使被其中某位医生误治，病人也未察觉，却听信谗言，把责任都归咎于名医一人身上。

也有人突然暴病或患伤寒时证等急性病，经由群医诊治而无效，直到庸医开一方，刚好适合其病，一药即愈。于是众人立即奉此庸医如同神明，却不知此庸医只是恰巧撞到。等到问其病症为何会好的原由，庸医自己也不明白，再问其所学的医术，也是空空如也。不知情的民众还彼此口耳相传，争相延请，以致被庸医所误者不在少数。

医术不是儿戏，也不是搏运气的赌注，人命关天，学医者应引以为戒！



【说明】有时候，庸医也能医好人，良医倒霉时也会医死人，庸医与良医站在一起真难分辨。所以，我们最好不要生病！





## 华医

粤人某，略知医术，然不能精，就诊者寥寥，贫不能自存，乃辗转至三藩市，三藩市粤人甚多，而医生殊鲜，某至稍久，有延之治病者，颇奏效。

金山有某西人，以富雄一埠，偶其女病，西医莫能治，病转危殆，富人爱女切，遍托知交为觅良医，或有举某者，有友人曰，华医何足言？且西医已不能治，何华医为？

而富人急欲女之愈，曰：“姑延之来，或冀得愈，且业已不救，虽延劣医，亦不加损也。”

于是某至，诊脉毕，取囊中药投少许，饮之，颇见轻减，又改方，服数日，病竟大愈。于是富人大喜，酬以重金，并诸贵重之物，又为登各报揄扬其事。由是某之名大震，就诊者蜂拥而至，某之室不能容，乃赁屋中有大房者，房中东西平列长案二，就诊者列坐东案之东及西案之西，某出两案之中，自南西北，则两行之人，各出右手置案上，某以两手分按之，某转身自北而南，则两行之人各出左手置案上，某亦以两手分按之，按讫，某即就囊中取药，分与诸人，曰：“汝服此即愈，可勿复来，或曰服此明日病状，当有改变，可再来诊。”

然不知其何药，又不知其审知何症，故用何药也。两行人得药后，各起去，则又来若干人满其座，如是再三始已。每日皆如是，亦有愈者。故某之名不减，由是致巨富而归。



### 3. 有些人喜欢求神问卜，靠庙祝解签开药方，有的听说还很灵，这是什么原因呢？

孔子说：“子不语怪力乱神。”对于鬼神之事，信者恒信，不信者恒不信，笔者不想多谈。不过其中涉及一些关于心理学的有趣现象，我写出来供读者参考。



笔者曾遇一名中年妇女，从少女时即患头痛，兼有经期不顺等妇女杂病，观其气色黯沉无华，身体瘦弱，肌肤枯槁，脉象沉微。

笔者问对方是否曾经服用药物，回答说：“曾经求神问卜，服用庙祝所开的药方。”

笔者继续询问是哪些药物，回答说：“所开的药方都是稀有怪异的药物，不记得名称，但价钱极贵。”

问是否有效。

回答说：“似乎有效……”



【说明】有些乩童庙祝可能“跟鬼神的关系比较好”，装神弄鬼之余还能帮忙看病，虽然抢走了一些庸医的生意，但都是凭着本事来“为人民服务”的。至于病人的病情能否改善，好像不是他们最重要的考虑之事。

笔者分析，一般人在病危时总会乱投医，甚至迷信鬼神之说，误以为药贵则更灵验，于是花费重金买来尝试。

既然患者愿意花大钱来治病，难免乘着花钱可以消灾的心理以托付于鬼神之力，还有什么方法比花大钱和鬼神相助具有更大的灵效呢？

如果患者在尝试治疗之后坦承无效，岂不是要承认自己的病无药可医；换个角度来说，不就告诉别人自己是个白花钱的傻瓜吗？按照常理判断，数十年之病怎么可能在服用3剂药之后就能根治呢？如果真有疗效，气色又怎么还会如此差呢？

患者的这种心理属于自我精神安慰法，从另一个角度来说，也勉强算得上是求神问卜的贡献吧。



#### 4. 有一部分人听说中医有很多骗术，因而不相信中医，但是，为什么还会有那么多人相信这些“骗术”呢？

中华民族的历史绵延5 000余年，自古以来，各个民族融合的过程中必然产生丰富多样的文化。比如，命理学即发展出测字、卜卦、命名、风水、择日等各类玄学，武术方面亦有兵器、拳法、气功等各家门派。这些五花八门的江湖奇术，经过漫长岁月的磨合，如同百川纳于大海，最后都与中医挂钩了，鱼目混珠，以致中医不能循着科学逻辑的理论前进。



试想，兵器要得再漂亮，武艺再强，若不懂医术，岂能行医？然而偏偏有人学了一点皮毛就去帮人治病，也号称有效。竟然还有许多人口耳相传，纷纷上门求治。

笔者分析，一般民众之所以经常上当，一方面是因为不明白中医的学理，另一方面是因为民间的确存在许多奇人奇术，蛊惑者鼓动三寸不烂之舌迷惑众生。患者因治病心切，于是乘着“宁可信其有，不可信其无”的心态，姑且一试，如有侥幸见效者，蛊惑者的声势更为

浩大；如有不见效者，则必然也是患者病情太重，治得太迟之故。

蛊惑者通常医术不甚了了，却颇能洞悉人性，可以察言观色，看人说话，什么时候该出什么牌，一丝不苟，可以假借着许多外在的表象，犹抱琵琶半遮面地显示其高超医术。比如，耍魔术、显神通等把戏，测卜患者的前命后缘，冥视患者的住家风水、水泥砖块的排列等装神弄鬼的手法，只要能取得患者的信任，就能衬托出医术之高深莫测，之后，自然就能哄抬要价，予取予求。

总之，蛊惑者会尽其所能来抓住人心，却绝口少谈病症的分析与治疗的步骤。有些群众见众人赞不绝口，或是魔术神通之大，或是铁口神算之准，于是不仅把心，同时也把口袋里的钱交了出去，而病情却依然只能听天由命。



【说明】中医这碗饭，从几千年前就开伙，各行各业的人都可以混进来喝碗粥，确实是照顾了很多人的生计。



### 孔子论时医

孔子谓：如有周公之才之美，使骄且吝，其余不足观也已。时医又骄又吝，妄拾身份，重索谢资，竟有非三百金一日请不至者，此等风气苏州更甚。如果真能起死回生，亦觉太过，细按其学，甚届平平，用药一以三分、五分、八分、一钱为率，候其真气复而病自退，则以为己功。稍重之症，即不能了，为自己打算则利，其如人命何。

俗医之病百出，余不忍言，即以一端而论，京师谓做买卖，绍兴谓之开医店，可耻之极，何问其他。





## 5. 听说气功可以治病，这是真的吗？

客观来说，笔者也学了近20年的气功，深受其益。因此，以笔者的经验看来，气功的确可以治病。然而，气功可以治病并不表示气功能治所有的病，就好比中药能治病并不表示所有的中药都能对症下药一样。

中医被人误解也是因为掺杂了许多怪力乱神，导致有些人不以理性与悟性来学习中医，反而迷信神鬼之术，投机取巧，迷惑众人借以谋取名利，读者不可不察！

# 天灵灵！ 地灵灵！

# 天地我最灵



【说明】自古以来，学习中医的方法有多种，但是，最好的方法都远远比不上魔术大师的手法更令人叹为观止，不知道以后的中医课程能否加入一门“变魔术”，相信可以取悦更多患者。

多年前笔者认识一位中医师，年约30岁。

聊天时，对方说：“目前正跟随一名老师学气功，已经可以用气功来探测人体经络发生的病变。”

为了证明自己的功力，接下来对方就使用气功来探测笔者身上的疾病，经过三四分钟之后并没有肯定的结果，于是悻悻然说：“如果