

YI GE YUE
XUE

ZHONGYI JICHU

一个
月学
·
中医基础

编著 孙理军

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

一个月学中医基础

YI GE YUE XUE ZHONGYI JICHU

编 著 孙理军



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

一个月学中医基础/孙理军编著. —北京:人民军医出版社,
2005.9

ISBN 7-80194-708-8

I. 一… II. 孙… III. 中国医药学-基本知识 IV. R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 038424 号

策划编辑:成博 文字编辑:杨莹 责任审读:余满松

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号

邮编:100842

电话:(010)66882586(发行部) 51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部) 66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京天宇星印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:850mm×1168mm 1/32

印张:11.75 字数:293 千字

版次:2005 年 9 月第 1 版 印次:2005 年 9 月第 1 次印刷

印数:0001~5000

定价:25.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585 51927252

丛书编委名单

总 编	张登本			
副主 编	周永学	孙理军		
编 委	于晓红	于晓光	王新荣	韦永红
	方亚莉	成 凯	刘智斌	孙林海
	孙理军	阴小爱	严元贞	李翠娟
	杨文潮	杨宗林	杨忠瑶	何军强
	汪 丹	张养生	张登本	周永学
	郑旭锐	凌志龙	傅倍生	廉 伟
	薛 昶			

内 容 提 要

本书由中医学院教学经验丰富的教授编写,共分30讲,每讲由导语、主要内容、小结三部分组成。系统地阐述了中医学理论体系的形成与发展,中医学的基本特点,人体结构与功能,疾病发生的原因与机制,疾病的防治与养生康复等基本概念、理论;介绍了学习、研究、运用中医学知识的思维方法和基本规律。本书表述简洁、通俗易懂,便于自学研读,每日1讲,可在不长的时间里学习掌握中医基本理论,为进一步学习中医学的其他相关理论知识和临床实践奠定扎实的基础。适于中医学院在校学生、西学中及低年资的中医师、中医爱好者学习参考。

责任编辑 成 博 杨 莹

编写说明

中医学是具有浓郁中国传统文化特色的医学,是中华民族在长期的生产、生活和医疗实践中,逐渐积累总结而成的、具有独特理论体系和丰富诊疗手段的医学。在历史的长河中,中医学对中华民族的繁衍昌盛做出过巨大的贡献。时至今日,中医学仍以其特有的理论体系和卓越的诊疗效果,独立于世界医学之林,颇受世人瞩目,学习研读中医药的人员也越来越多。为了便于广大中医爱好者学习,我们根据多年的教学经验和体会,编著了这本中医学的入门课程《一个月学中医基础》。

中医学基础理论是研究中医学基本概念、规律、原理、原则等的一门学科,是中医理论体系的基础学科,是中医药各专业的基础课,是整个中医现代学科群的基础。它以独特的研究思路与方法,系统地阐述了中医学理论体系的形成和发展、中医学的基本特点、人体结构与功能、疾病发生的原因与机制、疾病的防治与养生康复等方面的基本概念、基本理论、基本知识和基本思维方法,以及基本规律、基本原理和原则。因而是学习、研究中医学的奠基学科,是临床实践的指南,在中医学的研究和教学中占有举足轻重的学术地位。通过本课程的学习将为进一步学习中医药学的其他相关理论和临床实践奠定扎实的基础。

本书在归纳、整理中医理论体系构建方法和内容的基础上,为便于自修研读者学习,将其内容剖析为 30 单元(讲),每讲内容相对独立,由导语、主要内容、小结三部分组成。每一讲的导语或以发问方式提出该单元的主要内容及思维方法,或直击本节内容要点;主要内容的表述力求做到简洁、直白、通俗、易懂、易记,为了避

免内容的冗繁,尽可能地不引证古人论述;各讲之末的小结,对该讲的重点、难点进行了概括性总结。

中医学基础理论是一门理论性强、概念抽象、较难理解的知识体系,因此在研读时需要有扎实的文化功底,必须深刻理解中医学的哲学基础,掌握中医学的思维方法,抓住中医学的基本特点并将其运用于各部分内容的理解之中。

《一个月学中医基础》的编撰,以我们编著的《中医学基础》(中国中医药出版社,2002年出版)和《中医基础理论》(陕西科技出版社,2001年出版)为基础,同时也参阅了《中医基础理论》(中国中医药出版社,2002年出版)的部分内容,因此,本书蕴含有上述三本书作者们的心血,在此予以说明和致谢。

孙理军

2005年3月于咸阳

目 录

第1讲 中医学的含义及其沿革	(1)
一、中医学的含义及特点	(1)
二、中医学理论体系的形成	(5)
三、中医学理论体系的发展概况	(8)
第2讲 中医学理论的基本特点、内容及学习方法	(14)
一、中医学理论的基本特点	(14)
(一)整体观念	(14)
(二)辨证论治	(18)
二、中医学基础理论的含义及主要内容	(20)
三、中医学基础理论的学习方法	(22)
第3讲 阴阳的概念、特性及相互关系	(24)
一、阴阳及阴阳学说的概念	(25)
二、阴阳的特性	(26)
三、阴阳之间的关系	(29)
(一)阴阳的对立制约	(29)
(二)阴阳的互根互用	(30)
(三)阴阳的消长平衡	(32)
(四)阴阳的相互转化	(34)



第4讲 阴阳学说在中医学中的应用	(37)
一、说明人体的组织结构	(37)
二、解释人体的生理活动	(38)
三、解释人体的病理变化	(38)
四、指导疾病的诊断	(41)
五、指导疾病的防治	(42)
六、归纳药物的性能	(43)
第5讲 五行的概念、特性及相互关系	(45)
一、五行及五行学说的概念	(45)
二、五行的特性	(46)
三、事物五行属性归类的方法	(47)
四、五行之间的关系	(49)
第6讲 五行学说在中医学中的应用	(52)
一、说明脏腑的生理及相互关系	(52)
二、解释五脏系统疾病的传变规律	(54)
三、指导五脏系统疾病的诊断	(55)
四、指导五脏系统疾病的治疗	(56)
第7讲 藏象学说概述	(59)
一、藏象的基本概念	(59)
二、藏象学说的基础	(60)
三、藏象学说的形成	(62)
四、藏象学说的特点	(65)
第8讲 心系理论	(68)
一、概述	(68)



二、心的主要功能	(69)
三、心的生理特性	(73)
四、心的系统联系	(73)
附:心包络	(76)
第9讲 肺系理论	(78)
一、概述	(78)
二、肺气的运动特征	(79)
三、肺的主要功能	(80)
四、肺的生理特性	(82)
五、肺的系统联系	(83)
第10讲 脾系理论	(87)
一、概述	(87)
二、脾的主要功能	(88)
三、脾的生理特性	(90)
四、脾的系统联系	(91)
附:胰	(94)
第11讲 肝系理论	(95)
一、概述	(95)
二、肝的主要功能	(96)
三、肝的生理特性	(99)
四、肝的系统联系	(101)
第12讲 肾系理论	(104)
一、概述	(104)
二、肾的主要功能	(105)



三、肾的生理特性	(110)
四、肾的系统联系	(111)
附：命门	(113)
第 13 讲 六腑与奇恒之腑	(116)
一、概述	(116)
二、六腑的功能	(117)
三、奇恒之腑的功能	(124)
附：精室	(129)
第 14 讲 脏腑关系	(131)
一、脏与脏之间的关系	(131)
二、腑与腑之间的关系	(138)
三、脏与腑之间的关系	(139)
第 15 讲 气	(143)
一、气的基本概念	(143)
二、气的生成	(144)
三、气的运动	(145)
四、气的主要功能	(146)
五、气的分类	(149)
第 16 讲 精、血、津液	(153)
一、精	(153)
二、血	(155)
三、津液	(160)



第17讲 气、血、津液、精之间的关系	(165)
一、气与血的关系	(165)
二、气与津液的关系	(167)
三、气与精的关系	(168)
四、血与津液的关系	(169)
五、血与精的关系	(170)
六、精与津液的关系	(170)
 第18讲 经络(一)	(172)
一、概述	(172)
二、经络系统的组成	(175)
三、十二经脉的循行分布	(178)
(一)名称	(178)
(二)循行分布规律	(178)
(三)循行分布部位	(183)
 第19讲 经络(二)	(195)
一、奇经八脉的循行分布	(195)
(一)循行分布规律	(195)
(二)循行分布部位	(196)
二、经别、别络、经筋、皮部的循行分布	(201)
三、经络的生理功能	(203)
(一)经络的基本功能	(203)
(二)奇经八脉的功能特点	(205)
(三)十五别络的功能特点	(206)
(四)经别、经筋、皮部的功能特点	(207)



第20讲 中医体质理论	(209)
一、体质的基本概念	(209)
二、体质的构成和标志	(212)
三、体质形成的生理学基础	(217)
四、影响体质的因素	(219)
五、体质的分类	(224)
六、中医体质学说的应用	(227)
第21讲 生命活动的整体联系	(236)
一、生命活动与五脏的调节	(237)
二、五脏与自然界的联系	(246)
第22讲 病因概述与外感病因	(251)
一、病因概述	(251)
二、外感病因	(253)
(一)六淫	(253)
(二)疫气	(265)
(三)疫气与六淫的区别	(266)
第23讲 内伤病因	(268)
一、概述	(268)
二、七情内伤	(269)
三、饮食失宜	(274)
四、劳逸失度	(276)
第24讲 病理产物性致病因素及其他病因	(279)
一、病理产物性致病因素	(279)
(一)痰饮	(279)



(二)瘀血·····	(282)
(三)结石·····	(285)
二、其他病因·····	(287)
(一)外伤·····	(287)
(二)寄生虫·····	(290)
(三)医源因素·····	(292)
(四)先天因素·····	(294)
 第25讲 病机概述和发病病机 ·····	(296)
一、病机概述·····	(296)
二、发病的基本原理·····	(297)
三、影响发病的主要因素·····	(299)
四、发病途径·····	(302)
五、发病形式·····	(303)
 第26讲 邪正盛衰与阴阳失调 ·····	(306)
一、邪正盛衰·····	(306)
(一)邪正盛衰与虚实变化·····	(307)
(二)邪正盛衰与病邪出入·····	(309)
(三)邪正盛衰与疾病转归·····	(309)
二、阴阳失调·····	(311)
(一)阴阳偏胜·····	(311)
(二)阴阳偏衰·····	(312)
(三)阴阳互损·····	(313)
(四)阴阳格拒·····	(314)
(五)阴阳转化·····	(315)
(六)阴阳亡失·····	(315)



第27讲 气血津液精失常病机	(318)
一、气的失常	(318)
二、血的失常	(321)
三、津液代谢失常	(322)
四、精的失常	(324)
五、气血津液精关系失常	(324)
第28讲 内生五邪	(329)
一、风气内动	(329)
二、寒从中生	(331)
三、湿浊内生	(331)
四、津伤化燥	(332)
五、火热内生	(333)
第29讲 治疗原则	(335)
一、治则与治法的含义及关系	(335)
二、基本治则	(336)
(一)扶正祛邪	(336)
(二)标本先后	(338)
(三)调整阴阳	(340)
三、正治反治	(341)
四、因人、因时、因地制宜	(343)
第30讲 养生、预防、康复	(346)
一、养生	(346)
二、预防	(351)
三、康复	(354)

第1讲

中医学的含义及其沿革

医学是研究人类生命过程以及防治疾病的科学体系,是最古老的科学之一,其研究对象是生物属性与社会属性相统一的人,医学的基本矛盾是健康与非健康的矛盾,与每一个人的生老病死相关,因而受到广泛的重视。在我国流行过和正在流行的医学体系可分为中医学与西医学,或传统医学与现代医学。那么,何谓中医学,其与中国传统医学是什么关系,中医学具备哪些特点,其是如何形成的,经历了哪些发展过程,这是我们首先要了解的内容。

一、中医学的含义及特点

中医学属于中国传统医学的范畴,中国传统医学又包括维医学、藏医学、蒙医学等。由于在中国传统医学中,汉文化的历史最为悠久,其所形成的医学理论和实践经验最为丰富多彩,对中华民族的健康和繁衍贡献最大,在中西方文化交流中占据了突出的地位,代表着中国传统医学的水平,因而中医学实指中国传统医学体系中以汉族文化为背景形成的医学体系。发源于中国传统文化的中医学除具有医学学科的特性外,与发源于古希腊文化的西医学相比而言,又有以下几方面的特点。



1. 地域特点 发源于半封闭的大陆—海岸型的地理环境之中,具有中国传统文化的特征。地理环境是文化赖以产生的基石,是形成人类文化的重要成分,它通过物质生产方式这一中介影响或决定着各民族、各国家的文化类型。中医学深深植根于中国传统文化的土地中,无疑具有中国传统文化的地域民族特质。中国传统文化产生在半封闭的大陆—海岸型地理环境之中,这样的地理环境,适合于农业发展,孕育了不同于工商业经济的个体农业和手工业相结合的自给自足的自然经济,由此造就了中华民族尚农、务实、循环、变易、中庸、注重自然节奏等文化观念。因此,地理环境、物质生产方式、文化观念等的因素,决定了中国传统文化的特征有四:一是“天人合一”的整体观,认为主体和客体是统一的,人是整体宇宙的一部分,自然与人类有统一性。二是整合的系统思维方式。中国思维重综合,着重从整体上把握事物,强调事物的关系与功能,不注重它的实体和元素,并把主体和客体综合在一起,把客观知识与主观行为综合在一起,成为整合性思维。三是以社会和谐为本位的人文主义精神,其基本精神是宇宙以人中心,知识以利于人为准绳。四是注重实用,注重实践。其所作所为大都从实际效用出发,注重实用的特点,又演化为注重经验传承、崇尚祖先、崇尚权威、长于继承、弱于创新等文化倾向。

2. 时代特点 产生于古代经验医学时期,形成了自然哲学医学模式,包含着现代生物心理社会医学模式的合理内核。中医学是中国传统医学的一个分支,以中国传统文化为母体,一般认为,中国传统文化及思维的成型期上限大致可以确定在三代,特别是商周时期,而其下限则大致可以确定在春秋战国以及西汉时期。这一时期形成了中国传统文化的基本框架或主流形式,形成了中国古代发达的朴素的唯物辩证观的哲学思想体系,也正值中医学的形成阶段。中医学在朴素的唯物辩证观的指导下,探讨疾病与健康问题,用调节机体内外环境的平衡来治疗疾病和保持健康,因此从医学的发展时代及其相应的医学模式而言,中医学无疑属于