

中国传统医学

陶御风 洪丕谟 王佑民著



漫话



紫河车一具
 生干地黄八两
 五味子三两
 覆盆子四两
 巴戟天二两
 河豚物皮三两
 教

扑朔迷离的五运六气
 世界瞩目的针灸疗法
 安身之本必资于食
 善服药不如慎起居
 人之寿夭在撙节
 扶正与祛邪 养生动静两面观
 辨证与辨病 延年益寿话药饵
 良医不废外治 中医急救法种种

出版社

中国传统医学

漫话



中国医学史
中国医学史
中国医学史
中国医学史

中国医学史
中国医学史
中国医学史
中国医学史

陶御风 洪丕谟 王佑民著

中国传统

医学漫话

上海教育出版社



(沪)新登字107号

中国传统医学漫话

陶御风 洪丕谟 王佑民著

上海教育出版社出版发行

(上海永福路123号)

各地新华书店经销 上海崇明印刷厂印刷

开本 850×1156 1/32 印张 8.5 插页 4 字数 193,000

1992年12月第1版 1992年12月第1次印刷

印数 1—1,500本

ISBN 7-5320-2748-1/G·2679 定价: (软精)4.25元

前 言



中国传统医学是我国人民几千年来与疾病作斗争的经验总结，是中华民族灿烂文化宝库中的一颗明珠。

中国传统医学历史悠久，有着广泛的群众基础。我国是一个幅员辽阔，人口众多的国家，在许多地方，特别是在拥有8亿多人口的广大农村，人们防病治病，还习惯采用简、便、验、廉的传统治疗方法。传统医药不仅治病疗效可靠，副作用小，而且与现代医药相比，在预防、保健、养生、康复等方面蕴有一定的优势和潜力。1982年，为了保护传统医药并促进其发展，国家已把“发展传统医药”写进了宪法。因此，在我国发展传统医药，大力宣传和普及这方面的知识，是11亿人民医疗保健的需要。

就国际上来说，尽管现代医学有了很大的发展，但我国和各国固有传统医学的影响和应用范围仍然十分广泛。若要实现“2000年人人享有卫生保健”这一世界卫生组织提出的奋斗目标，传统医学仍将起到重要的作用。同时，对于现代疑难疾病和药源性疾病，许多国家都开始把目光转向传统医药，试图从天然药物和非药物疗法中寻找新的治疗途径和方法。在世界传统医学中，中国传统医学是服务于世界人口最广泛的医学，它以完整的理论体系和丰富的实践经验，自立于世界医学之林，并对许多

国家的医学产生了深远的影响。

自70年代由“针刺麻醉”引起的世界性“针灸热”、“中医热”以来，中国传统医学独特的理论、精湛的治法、确凿的疗效，特别是在预防、保健、养生、康复等方面的优势和潜力，已日益为我国人民，乃至世界人民所重视。目前，国内外已有越来越多的人对中国传统医学产生了浓厚的兴趣。为了满足社会各界人士想对中国传统医学有所了解的日益迫切愿望，我们根据当今世界医学潮流已形成的临床医学与预防保健医学、康复医学并立的趋势，特从四个方面，分列数十个专题，力图简明扼要，深入浅出，自成一定格局地勾勒中国传统医学的概貌，并发掘其在预防保健、临床和康复诸方面的特色和优势。

本书融学术性、通俗性、趣味性于一炉，既可作为广大医学爱好者的知识读物，也可供专业工作者参考之用。由于以这种角度和方式来介绍中国传统医学还是一种尝试，故不足或不当之处，尚祈广大读者鉴教。

编 者

目 录

概 说

源远流长的中医学	3
独树一帜的中医理论体系	9
中医学属性探视	16
中医四大经典	21
医林二圣	27
搭脉与察舌——传统中医诊断的基本功	33
扑朔迷离的五运六气	39
世界瞩目的针灸疗法	45
撩开气功神秘的面纱	50
宫廷医学漫话	55
瑰丽多彩的少数民族医学	61
历史上的中外医学交流	68
中医教育今昔	74
中西医比较说	79
中医现代化的思考	85
祖国医学的“世界之最”	90
方兴未艾的世界“中医热”	96

中医学与预防保健

上工治未病·····	105
古代的卫生防疫和消毒隔离·····	109
中医免疫法古今·····	114
精神保健要诀·····	118
安身之本必资于食·····	122
善服药不如慎起居·····	126
人之寿夭在撙节·····	131
养生动静两面观·····	136
延年益寿话药饵·····	140
胎养胎教——优生之道·····	144
保健灸·····	149

中医学与临床

治病必求于本·····	155
“以平为期”——中医治疗学追求的目标·····	159
证别标本，治分先后·····	165
扶正与祛邪·····	169
辨证与辨病·····	173
因异制宜无定法·····	179
话说遣方用药·····	185
良医不废外治·····	189
中医急救法种种·····	194
中医临床各科的特色与成就·····	199

中医学与康复

传统康复医学面面观·····	209
调养脾肾——痼疾康复之钥·····	215
以食平疴话药膳·····	219
心病还须心药医·····	223
古今风靡的冬令进补·····	228
愈疾毋忘“忌口”·····	232
按摩——简便廉验的康复健身术·····	236
体育疗法源流谈·····	240
富有特色的中医护理·····	245
养病箴言·····	251

附 录

中医药界四十年大事记(1949年10月—1989年12月)·····	259
------------------------------------	-----

概 说

第 二 卷

源远流长的中医学



中医学，源远流长，宝藏丰富，象征着几千年来，我国人民和疾病斗争的睿智。

《史记·补三皇本纪》说：“神农氏以赭鞭（一种红色的竹根）鞭（此意为采掘）草木，始尝百草，始有医药。”可见早在原始社会，我国的先民们，就已开始有了医药活动。随着生产的不断发展和生产工具的逐步改进，原始人类逐渐认识了可以治病的药物，摸索出一些原始的治疗方法，并学会制作骨针之类可供医疗的原始工具，构成了我国医药史上的起源阶段。

医药活动离不开人。原始时期，史载神农之外，有史可稽的传说中的医药人物，大致有伏羲、黄帝、伏羲、岐伯、雷公、桐君、鬼臾区、俞跗、少俞、伯高等人。这些人肇开洪基，为在黑暗中摸索的原始医学，开出了一线光明。



神农像

春秋时期，巫术盛行。医巫原自不分，《尚书》有云：“周公祷



黄帝像

武王之疾而瘳。”其时以殷王朝的贤大夫巫彭和巫咸最为有名，以至《说文解字》有“古者，巫彭初作医”的说法。然而巫医治病，也并非全然不用药物，如《山海经·海内西经》就说：“开明者，有巫彭、巫抵、巫阳、巫履、巫凡、巫相……皆操不死之药以距之。”

周王朝时，随着社会发展和医药知识的积累，以及巫师队伍本身的分化，巫、医开始分道扬镳。其显著标志是出现了专职医生和医疗分科，以及设立了医事考评制度。《周礼·天官冢宰》记载，当时有食医中士二人，疾医中士八人，疡医下士八人，兽医下士四人，到年尾则考查他们的医事，以核定他们的级别和俸禄。

在药物剂型上，商代已有治病用的药酒，并有所谓伊尹创制汤药的说法。伊尹为商汤时大臣，他所发明的汤药，为药物相互配合后降低毒性，提高药效，并由生药向熟药过渡，迈出了可喜的一步。

这一时期，还为后世留下了一个“病入膏肓”的医学典故。当年秦国名医医爰为晋景公治病，诊断结果，医爰认为：“疾不可为也，在肓之上，膏之下。攻之不可，达之不及，药不至焉，不可为也。”

值得重视的是，中医临床六气致病的学说，这时也已渐露端倪。当秦国良医医和为晋平公诊疗后，曾经这样议论说：“天有六气，降生五味，发为五色，征为五声。淫生六疾。六气曰：阴、

阳、风、雨、晦、明也。分为四时，序为五节，过则为灾。阴淫寒疾，阳淫热疾，风淫末疾，雨淫腹疾，晦淫惑疾，明淫心疾。”同时指出晋平公的病是贪欲女色过度，而导致神志惑乱。医和提出的“六气致病说”和情欲不节致病的见解，表明当时医家已开始摆脱“鬼神致病说”的羁绊，这对医学走上独立发展的道路和中医病因学说的形成，产生了不小的影响。此外，议论中阴阳、五味、五色、五声等概念的形成，说明在春秋时期，阴阳五行学说已向医学领域渗透。

从战国到东汉将近700年间，中医学从实践经验的积累，进入到系统的理论总结，其标志是《黄帝内经》、《难经》、《神农本草经》和《伤寒杂病论》四部划时代著作的问世（参见《中医四大经典》一文）。医圣张仲景确立的理、法、方、药的辨证施治原则，为中医临床学奠定了基础。此外，名医扁鹊神奇的诊法，华佗在外科和针灸领域的高超医术，淳于意开病案记载的先声等等，都是这一时期医学成就的体现。

魏晋南北朝时，系统整理医学理论又上了一个台阶。王叔和整理编次《伤寒论》和撰写《脉经》，皇甫谧编著《针灸甲乙经》，以及陶弘景的《本草经集注》和雷教的《炮炙论》等，都在中国医药史上留下了辉煌的一笔。这一时期，由于战乱频繁，疫病及外伤等疾患盛行，因此，着眼于简便廉验的实用急救方书和外伤科医书便应运而生。比较著名有葛洪的《肘后备急方》，陈延之《小品方》，《范汪方》，姚僧垣《直验方》和无名氏《刘涓子鬼遗方》等。其中《刘涓子鬼遗方》还是我国现存的第一部外科学专书。

由隋迄唐大约400年间，在医学理论、方剂药物、临床各科和医学教育等方面，都有了长足的进步。

隋唐间产生了一些名医和名著，如巢元方等编著的《诸病源

候论》，分述了各科疾病的病因、病理、症状等，是我国最早的病因症候学专著。孙思邈的《备急千金要方》和《千金翼方》，从基础理论、临床各科，到养生保健，均作了较为系统而又精辟的论述，在医学史上占有重要地位。此外，杨上善、王冰对《内经》的阐发，王焘《外台秘要》集唐以前方书之大成，都对后世医学产生了较大影响。药物学方面，唐政府组织编写的《新修本草》，不但是我国第一部由政府颁定的药典性本草，而且也是世界上最早的一部药典。

其时，外科、妇科、儿科、伤科等都已形成独立专科，并出现了较大规模的由政府开办的医药院校——太医署。

宋金元时期，在解剖学、诊断学、病因学、法医学，以及临床各科和对《伤寒论》的研究诸方面，又有了突破性的发展。由于政府重视，宋王朝创立了校正医书局，对历代传世的重要医籍，进行了大规模的收集校正，刊行出版，为保存和传播中医典籍，作出了不可磨灭的贡献。这一时期，还由官方出面组织力量，编写了《开宝本草》、《嘉祐本草》、《本草图经》、《太平圣惠方》、《圣济总录》、《太平惠民和剂局方》等本草方剂专著。

降至金元，医学上的最大成就，就是学术流派的空前繁荣。当时，刘完素提出火热论，著述有《素问玄机原病式》等；张从正提出攻邪论，著述有《儒门事亲》行于世；李杲提出脾胃论，著述有《脾胃论》、《兰室秘藏》等；朱震亨提出相火论，著述有《格致余论》、《局方发挥》等。刘、张、李、朱，医史上称之为“金元四大家”，可见其时学术争鸣的一斑。

明一代，李时珍著《本草纲目》，这是我国药学史上最为辉煌的一部巨著，后来被译成日、朝、拉丁、英、法、德等多国文字，广泛地传播于世界各地。

《本草纲目》之外，明王朝对于中医学有较大贡献的，还有吴有性著《温疫论》，创“戾气”致病学说。这是17世纪在传染病病因学上的卓越创见。它为清代祖国医学在温病领域里的开拓崛起，起到了先导作用。

这一时期，还出现了一些高水平的医学全书，其中享有盛名而至今仍为医家推崇的则数张介宾《景岳全书》为最。

清朝是我国封建社会最后一个王朝。这一时期，祖国医学的最大成就，是形成了与伤寒学说相羽翼而又有相对独立性的新理论——温病学说，从而丰富了祖国医学对于外感热病治疗的手段和经验。其时叶天士著《温热论》，薛生白著《湿热条辨》，吴鞠通著《温病条辨》，王孟英著《温热经纬》，洋洋洒洒，蔚为一时大观。

温病学说之外，王清任《医林改错》和吴尚先《理渝骈文》，也在中医学发展中各树一帜。王清任注重实践，不仅在解剖学及研究医学的方法论方面作出了可贵的贡献，而且还创造了许多活血化瘀和益气活血的方剂，扩大并深化了祖国医学对于瘀血病症的认识和治疗。吴尚先的创新精神在于从理论和实践上，对古代外治法进行了系统的继承和发扬，使这一简、便、廉、验的治疗方法，得到了广泛的推广和应用。

民国以来，随着西洋医学的源源输入，自清代形成的中西医汇通思潮有了进一步的发展。其时出现的衷中参西学派，为中西医互相取长补短，作出了有益的探索，并使中西医汇通思想和学术内容，作为中医事业发展的一个重要方面，逐渐渗透到中医各科临床、教学和书刊中。但由于这个时期反动政府对中医采取了排斥、限制和消灭的政策，使中医事业受到了严重的摧残。

1949年，新中国成立了。祖国的宝贵遗产——中医药学也

在濒临灭亡的境地中被拯救出来，获得新生。随着党和国家一系列保护、发展中医政策的贯彻落实，古老的中医药学进入了一个崭新的发展时期，并正在不断创造奇迹，走向世界。

(洪丕谟 陶御风)