

家庭中医

刘炳权 主编

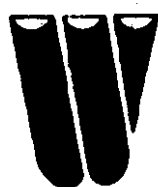


世界图书出版公司

家庭中医

梁灵光 著

刘炳权 主编



世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

家庭中医

刘炳权 主编

广东世界图书出版公司出版

广东韶关新华印刷厂印刷

广州科普电脑印务部排版

广东世界图书出版公司发行

(各地新华书店经销)

开本: 787×1092 1/32 印张: 21

1997年1月第1版

1997年1月第1次印刷 印数: 0001~5000册

ISBN: 7-5062-2180-2/R·0003

出版社注册号: 粤 014

定价: 30.00 元

前 言

中国医药学是一个伟大的宝库。几千年来，中国医学为炎黄子孙的育养生息，为中华民族的繁衍昌盛作出了杰出的贡献。同时，也为推动我国科学文化之进步，促进中外医学交流发挥了重要的作用。目前，一个世界性的“返朴归真，回归自然”的热潮方兴未艾，以源于大自然顺应于大自然为显著特色的中国医药学，正越来越受到世界人民的重视和欢迎。为使广大群众能更好地学习和应用中医药，我们组织编写了《家庭中医》一书。取材内容既注意保持中医学理论体系之完整性，亦求深入浅出，通俗易懂，突出其实用性，以期将医学知识进一步引入家庭，成为众多读者防病治病的有效武器。

全书共分 6 篇：第一篇简要阐明中医学的基础理论，包括阴阳五行、脏象学、病因病机及四诊八纲等；第二篇着重介绍常见中药之性味、功能、药理研究及其临床方剂运用；第三篇较详细地阐述了各种常用的中医疗法、民间疗法；第四篇介绍了包括肿瘤在内的 70 多种病症的诊断治疗方法；第五篇为疾病与症候食疗，集中医食疗之大成；第六篇为医学知识拾趣篇，介绍多种多样的养生、保健的趣味性知识以及临床经验、研究成果的推介。广大读者可以从本书中掌握中医药学的基本知识，或取方自疗，或取法自养，有病治病，无病则用于强身健体。

本书插图由张湘描制，在此深表谢意。

由于水平所限，疏漏与舛误之处，恳请指正。

广东省中医院

目 次

绪言	(1)
一、中国医学源远流长	(1)
二、帝王运用中药治病事例	(2)
(一) 光绪皇帝医方选	(2)
(二) 慈禧脉案选	(3)
(三) 珍妃脉案选	(3)
三、帝王接受针灸治疗事例	(3)
(一) 汉武帝	(3)
(二) 魏王曹操	(4)
(三) 高祖太后	(4)
(四) 武成帝	(4)
(五) 唐太宗	(4)
(六) 朱瞻基	(4)
第一篇 中医基础知识篇	(5)
一、阴阳五行学说	(5)
(一) 阴阳	(5)
1. 阴阳代表属性	(6)
2. 阴阳互根	(6)
3. 阴阳的消长转化	(6)
(二) 五行	(7)
1. 对事物属性的五行分类	(7)

2. 五行的生、克、乘、侮	(8)
二、脏腑	(9)
(一) 心与小肠	(9)
1. 心藏神	(9)
2. 心主血脉，其华在面，开窍于舌	(10)
3. 心与小肠互为表里	(11)
(二) 肝与胆	(11)
1. 肝藏血，主筋，其华在爪，开窍于目 ...	(11)
2. 肝主谋虑，主疏泄	(12)
3. 肝与胆互为表里	(12)
(三) 脾与胃	(12)
1. 脾主运化	(12)
2. 脾主四肢、肌肉，开窍于口唇	(13)
3. 脾统血，脾化血	(13)
4. 脾与胃互为表里	(13)
5. 脾与肾的关系	(14)
(四) 肺与大肠	(14)
1. 肺主气，主皮毛，开窍于鼻	(14)
2. 肺司肃降，通调水道	(15)
3. 肺与大肠互为表里	(15)
4. 肺与心的关系	(16)
(五) 肾与膀胱	(16)
1. 肾藏精	(16)
2. 肾主骨，开窍于耳，其华在发	(16)
3. 肾主水，开窍于二阴	(17)
4. 肾阴与肾阳	(17)
5. 肾与膀胱互为表里	(18)
6. 肾与心的关系	(18)

三、经络	(18)
(一) 经络学说的起源与形成	(18)
(二) 经络的含义	(19)
(三) 经络的组成	(19)
(四) 十二经脉的表里关系	(19)
(五) 十二经脉走向和交接规律	(19)
(六) 十二经脉分布规律	(19)
(七) 十二经脉流注规律	(20)
(八) 经络的作用	(21)
1. 生理功能	(21)
2. 病理反应	(22)
3. 诊断作用	(22)
4. 治疗作用	(23)
四、腧穴	(23)
(一) 腧穴的含义	(23)
(二) 腧穴的分类	(23)
1. 十四经腧穴	(23)
2. 经外奇穴	(23)
3. 阿是穴	(23)
(三) 腧穴的作用	(23)
1. 近治作用	(23)
2. 远治作用	(24)
3. 双向性作用	(24)
(四) 腧穴取穴法	(24)
1. 骨度分寸法	(24)
2. 手指同身寸法	(24)
(五) 腧穴取穴法	(25)
手太阴肺经	(25)

中府(26) 云门(26) 天府(26) 侠白(27)
 尺泽(27) 孔最(27) 列缺(27) 经渠(28)
 太渊(28) 鱼际(28) 少商(28)
 手阳明大肠经 (29)
 商阳(30) 二间(30) 三间(30) 合谷(30)
 阳溪(31) 偏历(31) 温溜(31) 下廉(31)
 上廉(31) 手三里(32) 曲池(32) 肘髻(32)
 手五里(32) 臂臑(32) 肩髃(33) 巨骨(33)
 天鼎(33) 扶突(33) 禾髻(33) 迎香(34)
 足阳明胃经 (35)
 承泣(35) 四白(35) 巨髻(35) 地仓(35)
 大迎(36) 颊车(36) 下关(36) 头维(36)
 人迎(37) 水突(37) 气舍(37) 缺盆(37)
 气户(37) 库房(37) 屋翳(38) 膺窗(38)
 乳中(38) 乳根(38) 不容(38) 承满(39)
 梁门(39) 关门(39) 太乙(39) 滑肉门(39)
 天枢(39) 外陵(40) 大巨(40) 水道(40)
 归来(40) 气冲(40) 髀关(41) 伏兔(41)
 阴市(41) 梁丘(41) 犊鼻(41) 足三里(42)
 上巨虚(42) 条口(42) 下巨虚(42) 丰隆(42)
 解溪(43) 冲阳(43) 陷谷(43) 内庭(43)
 厉兑(43)
 足太阴脾经 (45)
 隐白(45) 大都(45) 太白(45) 公孙(45)
 商丘(45) 三阴交(46) 漏谷(46) 地机(46)
 阴陵泉(46) 血海(47) 箕门(47) 冲门(47)
 府舍(47) 腹结(47) 大横(47) 腹哀(48)
 食窦(48) 天溪(48) 胸乡(48) 周荣(48)

大包(49)
 手少阴心经 (50)
 极泉(50) 青灵(50) 少海(50) 灵道(50)
 通里(50) 阴郄(51) 神门(51) 少府(51)
 少冲(51)
 手太阳小肠经 (52)
 少泽(52) 前谷(53) 后溪(53) 腕骨(53)
 阳谷(53) 养老(53) 支正(54) 小海(54)
 肩贞(54) 臑俞(54) 天宗(54) 秉风(54)
 曲垣(55) 肩外俞(55) 肩中俞(55) 天窗(55)
 天容(55) 颞髃(56) 听宫(56)
 足太阳膀胱经 (57)
 睛明(57) 攒竹(57) 眉冲(57) 曲差(57)
 五处(58) 承光(58) 通天(58) 络却(58)
 玉枕(58) 天柱(59) 大杼(59) 风门(59)
 肺俞(59) 厥阴俞(60) 心俞(60) 督俞(60)
 膈俞(60) 肝俞(60) 胆俞(61) 脾俞(61)
 胃俞(61) 三焦俞(61) 肾俞(62) 气海俞(62)
 大肠俞(62) 关元俞(62) 小肠俞(62) 膀胱俞(63)
 中膂俞(63) 白环俞(63) 上髎(63) 次髎(63)
 中髎(64) 下髎(64) 会阳(64) 附分(64)
 魄户(64) 膏肓(65) 神堂(65) 億譩(65)
 膈关(65) 魂门(65) 阳纲(65) 意舍(66)
 胃仓(66) 育门(66) 志室(66) 胞肓(66)
 秩边(67) 承扶(67) 殷门(67) 浮郄(67)
 委阳(67) 委中(68) 合阳(68) 承筋(68)
 承山(68) 飞扬(68) 跗阳(69) 昆仑(69)
 仆参(69) 申脉(69) 金门(69) 京骨(69)

束骨(70) 足通谷(70) 至阴(70)
 足少阴肾经 (72)
 涌泉(72) 然谷(72) 太溪(72) 大钟(73)
 水泉(73) 照海(73) 复溜(73) 交信(73)
 筑宾(74) 阴谷(74) 横骨(74) 大赫(74)
 气穴(74) 四满(75) 中注(75) 育俞(75)
 商曲(75) 石关(75) 阴都(76) 腹通谷(76)
 幽门(76) 步廊(76) 神封(76) 灵墟(76)
 神藏(77) 或中(77) 俞府(77)
 手厥阴心包经 (79)
 天池(79) 天泉(79) 曲泽(79) 郄门(79)
 间使(80) 内关(80) 大陵(80) 劳宫(80)
 中冲(81)
 手少阳三焦经 (81)
 关冲(82) 液门(82) 中渚(82) 阳池(82)
 外关(82) 支沟(83) 会宗(83) 三阳络(83)
 四渎(83) 天井(83) 清冷渊(83) 消泅(84)
 臑会(84) 肩髃(84) 天髃(84) 天牖(84)
 翳风(85) 瘰脉(85) 颅息(85) 角孙(85)
 耳门(85) 和髃(86) 丝竹空(86)
 足少阳胆经 (87)
 瞳子髃(87) 听会(87) 上关(87) 颌厌(87)
 悬颅(88) 悬厘(88) 曲鬓(88) 率谷(88)
 天冲(88) 浮白(89) 头窍阴(89) 完骨(89)
 本神(89) 阳白(89) 头临泣(89) 目窗(90)
 正营(90) 承灵(90) 脑空(90) 风池(90)
 肩井(91) 渊腋(91) 辄筋(91) 日月(91)
 京门(91) 带脉(92) 五枢(92) 维道(92)

居髎(92) 环跳(92) 风市(93) 中渎(93)
 膝阳关(93) 阳陵泉(93) 阳交(93) 外丘(94)
 光明(94) 阳辅(94) 悬钟(94) 丘墟(94)
 足临泣(95) 地五会(95) 侠溪(95) 足窍阴(95)
 足厥阴肝经 (97)
 大敦(97) 行间(97) 太冲(97) 中封(97)
 蠡沟(98) 中都(98) 膝关(98) 曲泉(98)
 阴包(98) 足五里(99) 阴廉(99) 急脉(99)
 章门(99) 期门(99)
 任脉 (101)
 会阴(101) 曲骨(101) 中极(101) 关元(102)
 石门(102) 气海(102) 阴交(102) 神阙(102)
 水分(103) 下脘(103) 建里(103) 中脘(103)
 上脘(103) 巨阙(104) 鸠尾(104) 中庭(104)
 膻中(104) 玉堂(104) 紫宫(105) 华盖(105)
 璇玑(105) 天突(105) 廉泉(105) 承浆(105)
 督脉 (106)
 长强(107) 腰俞(107) 腰阳关(107) 命门(107)
 悬枢(107) 脊中(107) 中枢(108) 筋缩(108)
 至阳(108) 灵台(108) 神道(108) 身柱(109)
 陶道(109) 大椎(109) 哑门(109) 风府(109)
 脑户(110) 强间(110) 后顶(110) 百会(110)
 前顶(110) 囟会(111) 上星(111) 神庭(111)
 素髎(111) 水沟(111) 兑端(112) 龈交(112)
 经外奇穴 (113)
 太阳(113) 印堂(113) 鱼腰(113) 金津、玉液(113)
 四神聪(113) 耳尖(113) 内迎香(113) 健明(114)
 上明(114) 外明(114) 鼻通(114) 牵正穴(114)

安眠(114)	新设(115)	定喘(115)	发际(115)
伴星(115)	当阳(115)	咳肱(115)	阳维(115)
百劳穴(116)	夹承浆(116)	光明(116)	鬼状(116)
中喘(116)	肺热穴(116)	胃热穴(116)	脾热穴(117)
肾热穴(117)	血压点(117)	结核穴(117)	肩痛点(117)
肾脊(117)	腰奇(117)	喘息(118)	柱侧(118)
巨觉(118)	忠门(118)	气喘(118)	胰俞(118)
四花(119)	督脊(119)	子宫(119)	气门(119)
维胞(119)	三角灸(119)	胃上(119)	提托穴(120)
止泻(120)	十宣(120)	四缝(120)	血愁(120)
接脊(120)	新建(121)	环中(121)	十七椎穴(121)
骑竹马穴(121)	六之灸(121)	十二井穴(121)	
华佗夹脊(121)	八华(122)	中魁(122)	大骨空(122)
小骨空(122)	中泉(122)	八邪(122)	二白(123)
肩三针(123)	牙痛穴(123)	落枕穴(123)	鹤顶(123)
膝眼(123)	百虫窝(124)	八风(124)	独阴(124)
里内庭(124)	迈步(124)	跳跃(124)	落地(124)
纠外翻(125)	纠内翻(125)	前进(125)	直立(125)
四强(125)	胆囊穴(125)	阑尾穴(125)	
脚气八处灸(126)	癫狂十三穴(126)	商白(126)	
癫痫(126)	中风七穴(126)	四关(126)	阿是穴(127)
五、中医整体观 (127)			
(一) 人的内部统一性..... (127)			
(二) 人与自然的统一性..... (127)			
(三) 疾病治疗与自然的统一性..... (128)			
六、病因病机 (128)			
(一) 疾病发生的内因..... (128)			
(二) 疾病发生的外因..... (129)			

(三) “六淫”的发病特点	(129)
1. 风	(129)
2. 寒	(129)
3. 暑	(129)
4. 湿	(129)
5. 燥	(130)
6. 火	(130)
(四) 七情	(130)
1. 喜	(130)
2. 怒	(130)
3. 思	(130)
4. 忧	(130)
5. 悲	(130)
6. 恐	(130)
7. 惊	(130)
七、四诊八纲	(131)
(一) 望诊	(131)
1. 望舌苔和舌体	(131)
2. 望形态	(132)
3. 望面色	(132)
4. 望精神	(132)
(二) 闻诊	(132)
(三) 问诊	(133)
1. 主诉	(133)
2. 现病史	(133)
3. 既往病史	(134)
(四) 切脉、触诊	(135)
1. 切脉	(135)

2. 触诊	(136)
八、辨证	(137)
(一) 辨证论治	(137)
(二) 八纲辨证	(137)
(三) 卫气营血辨证	(137)
第二篇 常用中医方药知识篇	(139)
一、解表药	(140)
(一) 辛温解表药	(140)
麻黄(140) 荆芥(140) 紫苏(141) 防风(141)	
羌活(141) 细辛(142) 桂枝(142) 香薷(143)	
生姜(143) 辛夷(143) 藁本(144) 白芷(144)	
苍耳子(145)	
(二) 辛凉解表药	(145)
薄荷(145) 菊花(145) 桑叶(146) 淡豆豉(146)	
蝉蜕(146) 牛蒡子(147) 升麻(147) 葛根(148)	
柴胡(148) 蔓荆子(149) 木贼(149)	
二、清热药	(149)
(一) 清热泻火药	(149)
石膏(149) 知母(150) 芦根(150) 天花粉(151)	
竹叶(151) 栀子(151) 夏枯草(152) 决明子(152)	
密蒙花(152) 谷精草(153) 刺蒺藜(153) 荷叶(154)	
青蒿(154)	
(二) 清热凉血药	(154)
水牛角(154) 地黄(155) 玄参(156) 紫草(156)	
牡丹皮(156) 赤芍(157) 地骨皮(157) 银柴胡(158)	
白薇(158)	
(三) 清热燥湿药	(159)
黄连(159) 黄芩(159) 黄柏(160) 龙胆草(160)	

苦参(161) 秦皮(161) 茵陈蒿(162)白鲜皮(162)
墓头回(162) 枳椇子(163)鸡骨草(163)

(四) 清热解毒药..... (163)

金银花(163)连翘(164) 蒲公英(164) 败酱草(164)
鱼腥草(165)拳参(165) 车前草(165) 马勃(166)
青果(166) 射干(166) 白蔹(167) 白头翁(167)
马齿苋(167)穿心莲(168)板兰根(168) 大青叶(168)
青黛(169) 土茯苓(169)山豆根(169)
山慈菇(170)半枝莲(170)

白花蛇舌草(170) 猫爪草(170)

三、化痰、止咳、平喘药..... (171)

(一) 温化寒痰药..... (171)

半夏(171) 天南星(172) 莱菔子(172)

(二) 清热化痰药..... (173)

昆布(173) 海藻(173) 浮海石(173) 蛤壳(173)
瓦楞子(174)罗汉果(174)浙贝母(175) 川贝母(175)
瓜蒌(175) 葶苈子(176)胖大海(176) 天竹黄(177)
胆南星(177)猴枣(177) 竹茹(177)

(三) 止咳平喘药..... (178)

杏仁(178) 金沸草(178)枇杷叶(179)
桔梗(179) 紫苑(180) 款冬花(180) 前胡(180)
桑白皮(181)马兜铃(181)百部(182) 五味子(182)
白果(183) 白前(183) 旋覆花(184) 紫苏子(184)

四、芳香化湿药..... (185)

藿香(185) 佩兰(185) 苍术(185) 砂仁(186)
石菖蒲(186)白豆蔻(187)

五、芳香开窍药..... (187)

冰片(187) 苏合香(187)

六、消导药..... (188)

山楂(188) 神曲(188) 麦芽(189) 鸡内金(189)
谷芽(190)

七、理气药..... (190)

厚朴(190) 陈皮(190) 木香(191) 香橼(191)
香附(192) 乌药(192) 佛手(193) 青皮(193)
枳壳(193) 沉香(194) 薤白(195) 枳实(195)
橘红(195) 荔枝核 (196) 大腹皮(196)

八、泻下药..... (196)

(一) 攻下药..... (196)

大黄(196) 芒硝(197) 番泻叶(198) 玄明粉(198)

(二) 润下药..... (198)

郁李仁(198) 火麻仁(199)

(三) 泻下药..... (199)

芫花(199) 大戟(199)

九、驱虫药..... (200)

使君子(200) 贯众(200) 槟榔(200)

雷丸(201) 蛇床子(201) 苦楝皮(202)

十、温里药..... (202)

干姜(202) 吴茱萸(203) 高良姜(203)

丁香(204) 荜茇(204) 肉桂(204) 胡椒(205)

小茴香(205) 艾叶(205)

十一、平肝息风药..... (206)

(一) 息风止痉药..... (206)

钩藤(206) 天麻(207) 牛黄(207) 白僵蚕(207)

地龙(208)

(二) 平肝潜阳药..... (208)

珍珠母(208) 石决明(209) 代赭石(209) 磁石(210)

牡蛎(210)	白芍(211)	玳瑁(211)	龙骨(211)
十二、安神药	(212)		
(一) 养血安神药.....	(212)		
酸枣仁(212)	夜交藤(212)	合欢花(213)	远志(213)
合欢皮(213)	柏子仁(214)		
(二) 重镇安神药.....	(214)		
珍珠(214)	龙齿(214)		
十三、利水渗湿药	(215)		
(一) 利水渗湿退肿药.....	(215)		
茯苓(215)	薏苡仁(215)	防己(216)	萆薢(216)
泽泻(217)	猪苓(217)		
(二) 清热利尿通淋药.....	(217)		
篇蓄(217)	瞿麦(218)	滑石(218)	石韦(219)
木通(219)	通草(219)	灯心草(220)	车前子(220)
冬瓜皮(220)	金钱草(221)	广金钱草(221)	
冬葵子(221)	地肤子(222)	海金沙(222)	虎杖(222)
十四、祛风湿药	(223)		
蕲蛇(223)	独活(223)	威灵仙(224)	桑寄生(224)
续断(224)	狗脊(225)	五加皮(225)	徐长卿(226)
木瓜(226)	伸筋草(226)	秦艽(227)	络石藤(227)
豨莶草(227)	蛇蜕(228)	乌梢蛇(228)	桑枝(229)
海风藤(229)	丝瓜络(229)	蚕沙(229)	
十五、止血药	(230)		
(一) 止血散瘀药.....	(230)		
三七(230)	蒲黄(230)	血余炭(231)	花蕊石(231)
茜草(232)			
(二) 凉血止血药.....	(232)		
白茅根(232)	大蓟(232)	小蓟(233)	侧柏叶(233)