

中医 基础

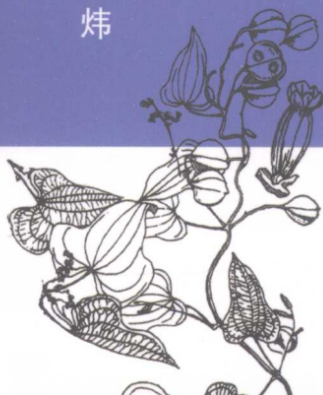
一本通



中医一本通丛书

神奇的传统医学是维系健康的宝库。本丛书
涵盖中医学基础、各科临床、针灸、推拿、
食疗及进补等内容。通俗易懂，图文并茂。
提供了让普通读者进入宝库的钥匙。

主编
魏睦新 丁炜



 科学技术文献出版社

中医一本通丛书

中医诊断一本通
中医针灸一本通
中医妇科一本通
中医内科一本通
中医儿科一本通
中医基础一本通
中医推拿一本通
中医食疗一本通
中医进补一本通
中药一本通
方剂一本通

ISBN 978-7-5023-6202-7



9 787502 362027 >

定价:13.00 元

封面设计
宋雪梅



中医一本通丛书

中医基础一本通

主 编 魏睦新 丁 炜(南京医科大学)
副主编 夏成勇 徐民民(江苏省中医院)
编 委 陈元元 陈庆宇(南京中医药大学)
刘佳荏(江苏省中医院)
吴燕敏(南京医科大学)

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中医基础一本通/魏睦新,丁炜主编.-北京:科学技术文献出版社,2009.5

(中医一本通丛书)

ISBN 978-7-5023-6202-7

I. 中… II. ①魏… ②丁… III. 中医医学基础 IV. R22

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 172293 号

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

图书编辑部电话 (010)51501739

图书发行部电话 (010)51501720,(010)51501722(传真)

邮 购 部 电 话 (010)51501729

网 址 <http://www.stdph.com>

E-mail: stdph@istic.ac.cn

策 划 编 辑 薛士滨

责 任 编 辑 张金水

责 任 校 对 梁桂芬

责 任 出 版 王杰馨

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 北京正豪彩色印刷有限责任公司

版 (印) 次 2009 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

开 本 850×1168 32 开

字 数 166 千

印 张 7.25

印 数 1~5000 册

定 价 13.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

本书是《中医一本通丛书》之《中医基础一本通》分册。主要内容包
括:从传统中医辉煌悠久的历史进程描述到阴阳五行的剖析入手,展示了中医神奇科学的理论支柱。为了使读者能理解中医生理观,全书重点放在脏腑学说这一生命活动基本构架的解说上;在中医病理和治疗观方面,揭示了中医审证求因的原理,分析了众多致病因素、内外结合的发病机制,以及防治未病的独特认识。

中医基础理论是诞生于古代、经历了 2000 多年历史洗礼的生命科学理论,具有独特的风格和融自然、人文科学于一体的特点。其生命观、健康观、疾病观、医学模式形成了中医基础理论的基本学术特色和优势。中医基础理论是了解中医的阶梯,是学习和研究中医一本通其他各分册的基础。

本书适合于对传统中医感兴趣的各種教育背景的爱好者,对于医学院校学生的中医学习,也有重要参考价值。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统唯一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干。

《中医一本通》丛书编委会

主 编 魏睦新

副主编 (以姓氏笔画为序)

丁 炜	王 平	王 钢	王 霞
仲远明	吕 涛	刘振清	陈 理
陈燕萍	苏维维	林 青	胡 平
梁宁霞			

编 委 (以姓氏笔画为序)

王 岚	王 栋	王桂英	丰 翔
白学武	冯小可	冯韵凝	庄天衢
朱 峰	朱伟坚	许丽清	刘佳荏
刘征堂	李 逊	李 晨	余中方
陈元元	陈庆宇	肖 斐	杜丽娜
邵丽娟	张朝晖	吴燕敏	周 泠
周定华	胥 波	陶文剑	徐 艳
徐民民	夏成勇	秦建平	殷 鸿
端木琰	蔡 红	管学忠	魏 飞
魏晴雪			

前 言

在现代科学技术迅猛发展、西方医学体系占据主导地位的今天,老百姓对中医中药的热情却丝毫未减。这首先应该归功于中医中药对许多慢性病、疑难病的疗效,以及中医中药在体质调理、治疗未病、养生康复和提供生存质量方面所具有的不可替代的效用。中医学是中华民族千百年来医疗科技、文化、哲学、思维的智慧结晶,是中国传统科学和传统文化的载体,为中华民族的繁衍生息做出了巨大的贡献。但是我们也关注到了中医的很多理论、方法不能被解释与证明,很多疗效无法被确切再现,从而在其生长的土壤上一度遭遇信任危机。另一方面,目前中医科普市场菁芜并存,既有科学活泼的好作品,也有缺乏科学性甚至误导读者的作品存在。由于历史的原因和学科的独特性,要在短期内把中医融入现代自然科学是不现实的。我们应该做的和能够做的,就是要加强科普宣传,让大众尤其是青年人更好地走近中医、了解和接受中医。如果把中医比作开在树梢的美丽的鲜花,科普就是为摘花的朋友搭起脚手架,帮他一把,但又不是替代,而是要让读者凭借自己的智慧摘到鲜花,使中医的独特魅力为大家所认同,这就是编写本丛书的目的所在。

本丛书从基础到临床,从诊断到食养,共分 11 个分册,分别是:中医基础一本通,中医诊断一本通,中药一本通,方剂一本通,中医内科一本通,中医妇科一本通,中医儿科一本通,中医进补一本通,中医食疗一本通,中医针灸一本通,中医推拿一本通。各分



册自成体系,又相互关联。读者可以成套购买学习备查,也可以选择自己感兴趣的分册单独使用。在编写过程中,基础部分注意结合临床实践,临床部分注意基础知识的温习。作为全书编写的灵魂部分,中医学理论的普及性诠释贯穿了始终。这是因为中医理论体系是在长期的临床实践经验积累的基础上,用中国古代哲学思想包被,其理论的表达有着深刻的古代哲学意味,如“天人合一的整体观念”、“精气学说”、“阴阳五行”等。本丛书用通俗易懂的语言将其深奥的道理表达出来,用常理解释医理,让人们理解应用。从内容上要注重与现代生活结合,注重为读者解决实际问题;从形式上迎合“读题时代”、“读图时代”人们的阅读习惯。首次尝试把英国著名科学思维专家托尼巴赞创造的思维导图引用到中医知识结构的梳理,加强了趣味性,提高了理解记忆效果。对于针灸、按摩这些广大读者认知度很高的实用中医技术,多用线条图或照片图来说明问题,少用文字,使读者能够“一看就懂,一学就会”,进一步能够“按图索骥”,可极大地方便读者。此外,针对部分立志于学习中医却没有走进课堂机会的青年读者的需求,我们特意在每章结束时,做一小结用以归纳全章内容。其后又附一题解,帮助读者复习掌握。由于各分册的内容不同,在题解体例上没有要求各分册的绝对统一。对于把中医当科普常识了解的读者,这两部分可以跳开,不必深究。

与一般教科书不同,为了把本丛书编为一部受欢迎的、有持久生命力的科普作品,编著者首先从内容上注意了对艰深晦涩的专业词汇的处理,尽量用非医学专业读者看得懂、听得进的语言来写,在部分分册中将一些初次接触很难理解的中医术语处理为副标题,另外又起了一通俗易懂的主标题,帮助读者理解,引起读者的阅读兴趣。如“经络”——人体内部的互联网,“气、血、津液”——生命活动的基本物质,“灸法”——温馨的一把草等。努力把艰深的医理、枯燥的术语变成有亲和力、有表现力、有新鲜感、与

现代生活接轨的语言,引起读者的兴趣。笔者以为现在是一个讲究包装的时代,中医科普作品在形式上也要多下功夫,力求标题醒目、层次清楚、检索性强,这样才能更好地表现内容,读者也更乐于接受。本丛书具有以下特色:

1. 中医人文关怀思想的挖掘

传统中医一向注重人文精神,强调以人为本,作为中医学理论的奠基著作《黄帝内经》一书把人定位在一个重要的位置,认为人的生命是宇宙间最宝贵的东西。如今传统的生物医学模式已被生物—心理—社会模式所取代,这种医学模式的转变实际上是医学人文的回归。我们力求通过自己的笔墨,让读者理解中医治疗的是人,是有病的人或需要防病的人。人的状态在各种因素影响下发生了偏差就是病。中医的本质就是发现偏差,通过药物针灸等各种治法扭转偏差,使人恢复到阴阳平衡的常态,疾病就好了。在防病治病中,人的精神生活非常重要,“精神内守,病安从来”。中医注重人文关怀、情志调节,提高人们的生活质量和生存质量是中医追求的目标。

2. 中医整体观念的挖掘

中医学是以中国古代“天人合一”的道家思想为核心,强调天人是合一的,人类从大自然得到所需要的一切,这就是中医独特的整体观念思路。自然界的风、寒、暑、湿、燥、火和人体内的气血在正常情况下是一种自然的和谐。而当人与它们不能和谐的时候,就要得病。因此,必须遵循自然变化规律,遵循自身的体质条件,研究各种外来因素对人自身体质所可能产生的正、负两方面的作用。以整体观念、阴阳平衡观念为指导,调整机体偏差,适应自然环境变化,是中医治疗的本质。现代医学依赖高科技手段,有各种诊疗仪器,而传统中医在整体观念的指导下,认为疾病变化的病理本质虽然藏之于“内”,但必有一定的症状、体征反映于“外”。故诊病以“司外揣内、见微知著、以常达变”为基本原理,通过望、闻、问、



切四诊合参。本书虽然无法期待读者对中医诊病方法了如指掌，但通过阅读，力求使其掌握一些基本的手段、方法，理解中医诊断方法的科学性。并学会对常见现象的判断：如观察病人面色淡白无华，多为血虚证或失血证；面黑暗淡，多为肾阳虚的表现；舌有瘀斑，是体内有瘀血的表现，听声音高亢有力的多为实证等。

3. 中医辨证论治思想的挖掘

中医中药因为毒副作用小，很多人只凭对中医的简单了解就将一些常用的中成药作为保健类药物长期服用。如目前人们比较推崇的六味地黄丸，对于那些肾阴亏虚，即在肾虚的基础上还伴有潮热盗汗、口干舌燥、舌红少苔等阴虚症状的人确实有效；而对于肾虚又怕冷的就不能使用，应该换用金匱肾气丸。这就是中医的辨证论治。根据患者对各种内外因子产生偏差的表现，寻找引起偏差的本质，然后纠正，就达到了治疗的目的。中医治疗以“辨证施治”为其基本特点，强调个体化，主张“因人、因地、因时”制宜。现代医学随着人类基因研究的深入，这几年也开始强调“个体化医疗”的重要性了。佐证了中医辨证论治的意义。

4. 中医治疗“未病”思想的挖掘

近年来国际上医学研究的热点之一“亚健康”，就是指介于健康与疾病之间的边缘状态，又叫慢性疲劳综合征或“第三状态”。如今医学界对亚健康状态的重视正好和古人“治未病”的思想不谋而合。中医除了治病之外，在预防疾病上也有很大的优势。自古就有“不治已病治未病”的古训。治未病，其含义广泛，主要包括未病先防和既病防变两个方面，就是治在疾病未发生之时、未加重之时、未演变之时、未复发之时、未后遗之时，预先采取措施防止疾病的发生、发展、传变等。本丛书在进补一本通和食疗一本通中，充分强调注意把治未病的思路贯彻到养生保健中去。强调中医可以根据自身体质偏阳偏虚偏寒偏热等服用中药调理，选择食品调理。治未病的方法自古以来相当丰富，我们在取材方面，注意甄别，尽

别,尽可能把简便易行、有中医科学内涵、能够期待疗效、改善体质的好方法介绍给读者。

中医科普任重而道远,要用读者可以接受的方式,让人们真正走近中医、认识中医、喜欢中医,让中医的独特魅力终将为世界所认同,是每一位中医工作者的义务和责任。为此本丛书由南京医科大学牵头,邀请了中国中医研究院、世界华人消化杂志社、南京中医药大学和遵义医学院等国内知名大学及其附属医院的中医专家和博士硕士年轻学者为主执笔,他们既有坚实的中医理论基础和临床功底,又对现代科学、现代医学有较深的理解。尽管我们尽了最大努力,但是由于中医科学的博大精深,其形成时代的久远,以及本书作者群知识面的局限,难免有不到之处。我们真心期待读者朋友给予批评指正,有机会再版时使本丛书变得更完美(主编电子邮箱 weimuxin@njmu.edu.cn)。

魏睦新 书于石城

目 录

第一章 辉煌悠久的历史进程	(1)
第一节 理论体系的形成与发展	(2)
一、中医药学的形成	(3)
二、中医药学的发展	(4)
三、临床医学的发展	(7)
第二节 中医理论体系的主要特点	(11)
一、整体观念	(11)
二、辨证论治	(14)
第三节 中医学学科优势	(16)
一、医学模式的先进性	(16)
二、临床诊疗的优势	(16)
三、独具特色的养生保健体系	(18)
第四节 中西医学之比较	(19)
一、中西医学不同的形成与发展过程	(19)
二、中西医学发展的不同社会政治背景	(20)
三、中西医学不同的文化背景、地理环境	(21)
四、中西医学不同的自然观、生理观、病理观	(22)
第五节 中医学发展展望	(24)
一、中医学现代化——时代的要求	(25)
二、中医学优势——发掘和提高	(26)
三、走向世界——中医学国际交流与合作	(26)



本章小结	(27)
本章题解	(28)
第二章 神奇科学的理论支柱	(31)
第一节 阴阳学说	(31)
一、阴阳学说的主要内容	(32)
二、阴阳学说在中医学中的应用	(37)
第二节 五行学说	(43)
一、五行的归类	(45)
二、五行的生克乘侮	(46)
三、五行学说在中医学中的应用	(50)
四、阴阳与五行的关系	(52)
本章小结	(53)
本章题解	(54)
第三章 生命活动的基本构架	(56)
第一节 藏象学说	(56)
一、五脏	(59)
二、六腑	(83)
三、奇恒之腑	(88)
四、脏与脏之间的关系	(89)
五、脏与腑之间的关系	(98)
六、腑与腑之间的关系	(101)
第二节 精气、血、津液学说	(102)
一、气	(103)
二、血	(106)
三、津液	(108)
四、气、血、津液之间的相互关系	(109)
第三节 经络学说	(112)
一、经络系统的组成	(113)



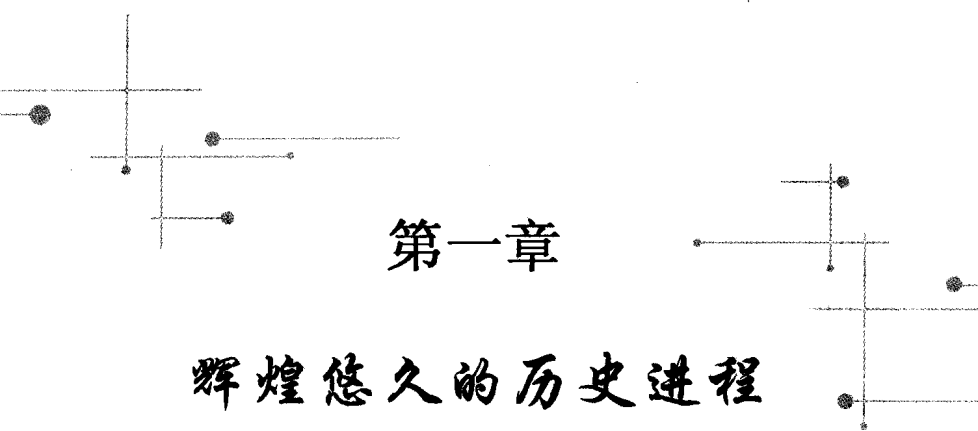
二、经络的生理功能	(118)
三、经络学说的临床应用	(119)
第四节 体质学说	(120)
一、体质的概念	(120)
二、体质的构成	(121)
三、影响体质形成的因素	(121)
四、体质学说的应用	(122)
本章小结	(123)
本章题解	(124)
第四章 众多全面的致病因素	(130)
第一节 六淫	(131)
一、风	(133)
二、寒	(134)
三、暑	(135)
四、湿	(135)
五、燥	(136)
六、热(火)邪	(137)
第二节 疔气	(139)
第三节 七情内伤	(140)
一、七情与内脏气血的关系	(140)
二、七情致病的特点	(141)
第四节 饮食、劳逸	(143)
一、饮食	(143)
二、劳逸损伤	(144)
第五节 继发病因	(146)
一、痰饮	(146)
二、瘀血	(148)
三、结石	(149)



第六节 其他病因	(150)
一、外伤	(151)
二、烧烫伤	(151)
三、冻伤	(151)
四、虫兽伤	(151)
本章小结	(151)
本章题解	(152)
第五章 内外结合的发病机制	(156)
第一节 邪正盛衰与虚实病机	(158)
一、正邪相争与发病	(158)
二、正邪盛衰与病邪出入	(159)
三、正邪盛衰与虚实变化	(160)
四、邪正盛衰与疾病转归	(162)
第二节 阴阳失调与寒热病机	(163)
一、阴阳失调与发病	(163)
二、阴阳盛衰与寒热病机	(163)
第三节 气血失常发病机制	(169)
一、气的失常	(169)
二、血的失常	(171)
三、气血互根互用功能的失调	(172)
第四节 津液代谢失常病机	(174)
一、津液不足	(174)
二、津液的输布与排泄障碍	(175)
三、津液与气血的功能失调	(175)
第五节 内生“五邪”病机	(176)
一、风气内动	(176)
二、寒从中生	(177)
三、湿浊内生	(178)



四、津伤化燥	(178)
五、火热内生	(179)
第六节 脏腑综合病机	(180)
一、五脏的阴阳气血失调	(181)
二、六腑的阴阳气血失调	(187)
三、奇恒之腑的病机	(190)
第七节 体质与疾病的易感性	(192)
一、体质的特殊性	(192)
二、体质的差异性	(192)
本章小结	(193)
本章题解	(193)
第六章 治疗未病的独特认识	(198)
第一节 未病先防	(198)
第二节 既病防变	(201)
第三节 治则	(203)
一、治病求本	(203)
二、扶正祛邪	(206)
三、调整阴阳	(207)
四、因时、因地、因人制宜	(208)
本章小结	(208)
本章题解	(210)



第一章

辉煌悠久的历史进程

中医药学有着数千年的悠久历史,是中华民族灿烂文化的重要组成部分。它是中华民族在长期的医疗实践和生活实践中积累而成的。它为中华民族的繁荣昌盛作出了卓越的贡献,更以其显著的疗效、浓郁的民族特色、独特的诊疗方法、系统的理论体系、浩瀚的文献史料,屹立于世界医学之林,成为人类医学宝库的共同财富。中医药学历数千年而不衰,显示了自身强大的生命力,它与现代医药共同构成了我国卫生事业,是中国医药卫生事业所具有的特色和优势。

早在远古时代,我们的祖先在与大自然的斗争中逐渐萌生了原始医学。人们在寻找食物的过程中,发现某些食物能减轻或消除某些病症,这就是发现和应用中药的起源;在烘火取暖的基础上,发现用兽皮、树皮包上烧热的石块或沙土做局部取暖可消除某些病痛,通过反复实践和改进,逐渐产生了热熨法和灸法;在使用石器作为生产工具的过程中,发现人体某一部位受到刺伤后反能解除另一部位的病痛,从而创造了运用砭石、骨针治疗的方法,并在此基础上,逐渐发展为针刺疗法,进而形成了经络学说。中医学理论体系形成于战国至两汉时期,受到中国古代的唯物论和辩证