

ZHONG YI ZHEN JIU AN MO

中医·针灸按摩

【影响世界的中国元素】

中国

YING XIANG SHI JIE DE ZHONG GUO YUAN SU

刘利生◎主编



本草纲目



时代文艺出版社

影响世界的中国元素

中 医 针 灸 按 摩

刘利生 编著

时代文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

中医·针灸按摩/刘利生 主编. —长春:时代文艺出版社,

2009.2

(影响世界的中国元素)

ISBN 978—7—5387—2574—2

I. 中… II. 刘… III. ①中国医药学 ②针灸疗法 ③按摩疗法
(中医) IV. R2 R245 R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 011018 号

影响世界的中国元素:中医·针灸按摩

- | | |
|-------|-------------------------------------|
| 主 编 | 刘利生 |
| 出 品 人 | 张四季 |
| 责任编辑 | 王 峰 |
| 出 版 | 时代文艺出版社 |
| 地 址 | 长春市泰来街 1825 号 邮编:130011 |
| 电 话 | 总编办:0431—86012927 发行科:0431—86012952 |
| 网 址 | www.shidaichina.com |
| 印 刷 | 大厂回族自治县正兴印务有限公司 |
| 发 行 | 时代文艺出版社 |
| 开 本 | 787×1092 毫米 1/32 |
| 字 数 | 1811 千字(全 15 册) |
| 印 张 | 90 |
| 版 次 | 2009 年 3 月第 1 版 |
| 印 次 | 2009 年 3 月第 1 次印刷 |
| 定 价 | 450.00 元(全 15 册) |

版权所有 翻印必究

前 言

凡是被大多数中国人(包括海外华人)认同的、凝结着中华民族传统文化精神,并体现国家尊严和民族利益的形象、符号或风俗习惯,均可被视为“中国元素”。

中国文化源远流长,有着不同于任何民族的深厚底蕴。无论从哲学思想,到政治经济、文化艺术、科技生活等等各个方面,中国传统文化都在世界文明发展历史中拥有举足轻重的影响和独一无二的特色。

2008年夏,在北京成功举办第二十九届奥运会后,中国风再次吹遍全球,在国际文化交往中成为一种流行和时尚,这已经是不争的事实,全球目光对准中国的聚焦,让我们对自己的文化更加自信和自豪。

中国元素点燃的是中华民族的热情,点燃的是重拾中华文化的决心,更是推动中国教育科技文化经济更好更快发展的重要途径。

为了更深层次地了解中国元素形成发展的历史和特色,了解中国元素,运用中国元素,倡导中国文化,推动中华优秀传统文化的发扬和光大,我们特别组织专家学者编写本套《影响世界的中国元素》丛书,丛书包括中国科技发明、中国文化艺术、中国文学思想等内容,都是可以代表中国最为精华和典型的特色元

素。书中对这些典型元素的形成发展、继承和传播等都有说明和论述。

当然，中华文化博大精深，能代表中国的文明元素也是浩如繁星；同时，随着研究科学的不断深入，人们对一些典型的中国元素的认识也在不断加深，我们在选取和说明当中，或许有疏漏之处，恳请广大读者谅解。

在此，我们向在本丛书编辑出版过程中支持帮助过我们的领导、专家表示衷心的感谢。

编 者

2009 年 1 月

目 录

上 册

序言:中医是人类文明史上的璀璨明珠	(1)
中医学对世界医学的贡献	(3)
中医在世界各国的发展情况	(5)
远古时代中医学的萌芽	(9)
中医药知识是我国劳动人民宝贵经验的积累	(11)
商周时期的中医发展	(13)
先秦时期中医学的发展	(15)
两汉时期中医学的发展	(18)
魏晋南北朝至隋唐时期中医学的发展	(21)
宋元时期中医学的发展	(23)
明清时期中医学的发展	(24)
近代中医学的发展沿革	(27)
新中国成立后中医学的发展	(30)
中国古代医事制度沿革	(31)
中医学理论之阴阳五行学说	(33)
中医学理论之藏象学说	(36)
中医学理论之经脉学说	(37)

中医学理论之正邪学说	(38)
中医学理论之病理机转学说	(38)
中医学理论之防重于治、辩证论治的治防原则	(39)
中医学理论之内外分治学说	(41)
中医治疗之整体观念	(43)
中医治疗之取诸自然观念	(45)
中医学里的精气神	(46)
中医六术语	(47)
中医妇科传统理论、治疗学说	(48)
中医儿科疾病治疗与保健	(53)
中医保健常识	(70)
中药的来历和得名	(78)
名垂千秋的中医学大家——扁鹊	(80)
名垂千秋的中医学大家——张仲景	(81)
名垂千秋的中医学大家——华佗	(83)
名垂千秋的中医学大家——孙思邈	(83)
名垂千秋的中医学大家——李时珍	(84)
中医巨著	(85)

下 册

序言：独树一帜的中国针灸术和按摩术	(89)
针灸的起源	(93)
中医针灸术的历史	(94)
腧穴的位置	(98)
针灸的针法	(99)
针灸临床操作过程	(100)

针灸的灸法·····	(102)
针灸的禁忌·····	(104)
针灸的应用·····	(105)
拔火罐法·····	(108)
耳针、耳廓、耳穴·····	(110)
耳穴的探寻方法·····	(112)
耳针的操作方法·····	(113)
耳针疗法的禁忌症和晕针处理·····	(114)
耳针应用范围·····	(115)
针疗法·····	(116)
按摩治病原理·····	(118)
按摩力度·····	(120)
按摩的时间长短·····	(121)
按摩的火候·····	(121)
什么样的病适合按摩·····	(122)
按摩有什么禁忌·····	(122)
按摩需要什么工具·····	(123)
按摩有什么具体注意事项·····	(125)
推拿和按摩的区别·····	(126)
推拿的特点·····	(128)
推拿治疗的适应症·····	(128)
推拿治疗的禁忌症有哪些·····	(129)
按摩后出现什么现象·····	(129)
按摩有几种手法·····	(130)
按摩穴位知识·····	(139)
成人按摩穴位·····	(141)

儿童按摩穴位·····	(162)
牙痛按摩疗法·····	(171)
近视眼的按摩疗法·····	(173)
王惟一发明的铜人·····	(174)
药王孙思邈的发明故事·····	(177)
中国针灸在美国的故事·····	(180)

上 册

序言：中医是人类文明史上的璀璨明珠

“中医”二字最早见于《汉书·艺文志·经方》，其云：“以热益热，以寒增寒，不见于外，是所独失也。故谚云：有病不治，常得中医。”在这里中字念去声，中。“中医”这个名词真正出现是在鸦片战争前后。东印度公司的西医为区别中西医给中国医学起名中医。这个时候中医的名称是为了和西医做一个对比。到了1936年，国民党政府制定了《中医条例》正式法定了中医两个字。过去人们又叫中国医学为“汉医”“传统医”“国医”这些都是区别于西医而先后出现的。

中医指中国传统医学，它承载着中国古代人民同疾病做斗争的经验和理论知识。中国医药学是中华民族悠久文化遗产的一个重要组成部分。它是在古代朴素的唯物论和自发的辩证法思想指导下，通过长期医疗实践逐步形成并发展为独特的医学理论体系。数千年来，我们的先辈在漫长的历史进程中，摸索、探讨，总结了保持健康、同疾病斗争的丰富知识和经验，一代一代辗转相传、积累发展，形成了自成一家、独具特色的中医体系。研究方法上，具有朴素的系统论、控制论和信息论内容；孕育着很多现代医学和生物学的新理论、新学说的胚胎和萌芽。中医学是研究人体生理、病理以及疾病的诊断和防治等的一门科学，它有独特的理论体系，即是受中国古代唯物论和辩证法思想——阴阳五行学说的深刻影响，以整体观念为主导思想，以脏腑经络的生理和病理为基础，以辩证论治为诊疗特点的完整的医学理论体系。中医学理论包罗万象、博大精深。正是这些宝

贵精髓，赋予了它强大的生命活力。它为中华民族的繁荣昌盛作出了巨大贡献，不愧为人类文明史上的一颗光彩夺目的璀璨明珠。

由于借鉴、参照和运用了现代科学和西医的许多理论和知识，中医学在基础理论和临床诊治方面都取得了突破性的进展。如：现代生物化学发现了经过肾的活化作用后的维生素 D₃，能很好地发挥它对钙的吸收作用，证实了中医脏象学说中“肾主骨”的正确性。20 世纪新的科学学说系统论和控制论，解释、丰富和推进了中医学的整体观。中医理论中的“六淫致病说”与今之“气象医学”、针灸学中的“子午流注论”与现代“生物节律”理论，都异曲同工、互相辉映。现在，科学家已经应用光子数量测定仪对经络气血二十四小时运行状态进行研究，并取得了初步成果。中医的活血化痰法，已被血液流变学所证实。尤其是复兴和发展了的中医学，在近几年来，不断地取得了举世瞩目的成就。如新型中成药“严消痔灵”注射液治疗三期内痔，治愈率达 95% 以上，较国外疗法先进。青蒿素治疗疟疾的成功，推翻了外国专家断言的“抗疟药的结构必须有一个含氮的杂环”的结论，1979 年，听取了我国第一个赴美医学考察团作的“针麻心内直视手术”的学术报告后，美国医学家惊呼：“针刺麻醉下能打开胸膛和心脏，这样，生理学要重写！”对针麻原理的研究，势必导致生理、生化等学科的重大发现，从而改变世界医学的知识结构。

中医药学在中国历史悠久，1982 年我国《宪法》写入“发展现代医药和我国传统医药”，明确提出了对中医学的保护和发展。

中医学早已在世界文明史上留下了深刻的影响。它以其独具一格的体系和卓有成效的实践赢得了世界人民的普遍赞誉，历来深受各国人民的欢迎和尊重，甚至奉为至宝。针灸术甚至被誉为中国的第五大发明。1987 年 8 月，联合国卫生组织(W.

H. O)设立了“传统医学规划处”,中医也以其光彩夺目的形象更加受到全球的青睐和重视。1987年11月,在北京召开的世界针灸学会联合会成立暨第一届世界针灸学术大会,把方兴未艾的全球性的“中医热”“针灸热”“气功热”推向了一个新的高潮,中医学成为世界向往和关注中国的一个聚焦点。在日本,有人提出了“中医国际化”的主张,在美国,有人认为“作为医生和科学家,我们应当把针刺作为解决我们临床问题的一种及时雨一样去欢迎它”,加拿大早在1979年就成立了“亚洲传统医学国际研究会”,日本现有全国性中医研究所四所。当今,欧、美、日出版的专门中医药杂志多达三十余种。在中国中医医科大学每年有来自六十多个国家的成百上千名留学生在学习、进修中医。中医愈来愈被各国人民广泛采用为治疗各种疑难病症、顽症、罕见疾病的常用手段。

1991年我国将“中西医并重”作为新时期卫生工作总方针之一。在党的十七大报告中又一次明确指出要“中西医并重”“扶植中医药和民族医药事业发展”,在法律上和政策角度赋予中医合法的地位,神圣不可侵犯。

2006年2月中国文化部公布第一批世界非物质文化遗产国家申请项目。中医药作为中华民族在与疾病做斗争的漫长实践中发展起来的原创性学科名列其中。

中医学对世界医学的贡献

中医学对世界医学的贡献很多,这主要表现在以下方面:

1. 世界药理学方面:我国药学在很早以前(正式文字记载可以追溯到公元前一千多年)西周已有“医师”“聚毒药以供医事”,《山海经》记载的一百多种药物,其中不少沿用至今。公元2世纪(东汉末期)《神农本草经》载药三百六十五种,所记载药物大

多朴实有效,如黄连治疗痢疾、麻黄定喘、乌头止痛等。公元659年,《唐本草》收载药物八百四十四种,书中图文对照的方法开创世界药学著作先例。该书公元731年传入日本,并广为流传,日本古书《延喜式》甚至有“凡医生皆读苏敬新修本草”的记载,比公元1542年欧洲纽伦堡药典要早八百多年。明朝李时珍《本草纲目》综合了16世纪以前动物学、植物学、冶金学等多学科的知识,其影响超出本草学的范围,1659年波兰人卜弥格将《本草纲目》植物部分翻译成拉丁文传入欧洲,以后又陆续被翻译成英、法、德等国文字,其中英文译本竟达十余种。在科学传播海外的同时,也陆续引进了一些舶来药,如番红花、番木鳖等。明后期《白猿经》记载了乌头碱结晶的提炼方法,比欧洲人在19世纪初从鸦片中提炼出号称世界第一生物碱——吗啡,还要早许多年。

2. 免疫学方面:中医学关于“天花”的记载,最早见于葛洪《肘后方》,唐宋以后,论述渐多,我国明代淡野翁的“实验小方”及李时珍的《本草纲目》都记载了水牛痘预防天花的方法。据考证,种痘法的发明,最迟也在公元16世纪中叶,比英国人琴纳氏1796年发明的牛痘接种法要早两百五十年。

3. 传染病方面:《瘟疫论》是明代吴又可撰述,否定了历来对传染病的病原是寒、温、暑的说法,而提出“乃天地间别有一种异气所感”,并经过研究,指出传染病的特性有:①多样性;②特适性;③免疫性。并且认为痄腮、丹毒等外科感染疾病是由于“戾气”所致。吴氏对传染病病原学的认识比欧洲要早二百年。英国著名外科学家李斯特于1867年第一次发现化脓伤口和内科传染病是由于微生物引起的,但是这一发现是在当时巴斯德关于微生物研究启发下取得的。而吴氏在当时中国的条件下能有此认识是很可贵的了。

4. 康复保健方面:康复在中医学里称“善后、将息”等,明代

《万病回春》一书便应用了“康复”一词。在中医理论的指导下,研究疾病康复的规律、方法。促使伤、病残、慢性病后期恢复等做出巨大贡献。在保健方面,强调人要顺应四时、调和阴阳、形神共养、护正避邪与扶正祛邪等。根据禀赋、环境不同,倡导饮食调养、气功等不同的保健方式。

5. 解剖学方面:《内经》提到:“若夫八尺之士,皮肉在此,外可度量循切而得之……”书中已经有了心、肝、脾、肺、肾等脏器名称,仍为我国现代解剖学和医学所沿用,根据目前所知的资料看,这是世界上最早的人体解剖学。宋代王惟一铸造的铜人是历史上最早创造的人体模型。由于封建社会的束缚,解剖学没有得到应有的发展。

中医在世界各国的发展情况

中医学的产生,是我国劳动人民在社会实践中产生的,经过千百万人的医疗实践和不断总结提高,逐渐形成了独特的理论体系。中医的理论核心是:整体观念和辩证论治。这种理论核心不但指导着中医继续前进,这种理论体系也逐渐被西方医学所认识并被接纳。

一、中医在亚洲

1. 新加坡。新加坡位于马来半岛南部。19 世纪沦为英国殖民地,1965 年退出马来西亚,成立新加坡共和国。中国传统医学随着华人定居而传入,成为当地的重要医疗体系,有着独特的发展轨迹。

近二十年来,中医药益发成为新加坡各族人民的卫生保健事业的要素,形同布帛菽粟,不可须臾离开。新加坡的中医药有悠久历史和良好的群众基础。有中医医疗机构三十余家,中药店开设的中医诊室有一千余家。

2. 马来西亚。马来西亚经营中药的店铺约三千余家,有中医师工会会员八百余人,多数开店兼诊病,以祖传药店为多。马来西亚卫生部向来对中医十分关注和支持,但仍未接受中医师的注册。

3. 泰国。泰国政府承认了中医药的合法地位,只给考试及格的中医师发临时执照。早在 1987 年政府正式通过和批准了中草药议案。有中药店八百余家,多有坐堂中医师诊病,也有许多私立中医院广泛应用中草药和针灸进行治疗。较大的中药批发商约为十家,中小型约为四十家。

4. 越南。越南很早就提出中医与西医相结合,规模较大的中药店有近两百家,中小药店更是遍布城乡。现从我国出口到越南的中成药就有一百八十种。中药材种类繁多,品种齐全,无论植物类、动物类、矿物类药应有尽有。

5. 日本。20 世纪 80 年代后,汉方医学在日本迅速发展起来。据统计,目前日本从事汉方医学为主的人员有一万五千人左右,从事针灸推拿的医务人员约十万,从事汉方医药研究人员近三万。有汉方医学专业研究机构十多个,有四十四所公立或私立的药科大学或医科大学的药学部也都建立了专门的生药研究部门,还有二十余所综合性大学设有汉方医学研究组织。

随着汉方医学的不断发展,日本官方对汉方医学的应用和研究充给予了愈来愈多的支持和关注。首先在医疗政策方面,厚生省除规定大部分汉方制剂可以享受医疗保险外,还规定针灸费可部分地从医疗保险中支付。同时还同意在西医院内开设东洋医学科。在汉方医学教育方面,文部省正式下文成立世界第一所正规的针灸大学,使汉方医学开始纳入国家教育行列。

二、中医在欧洲

1. 英国。英国是欧洲文艺复兴的中心,也是现代医学发源地之一,具有较高水平的现代文明和科学技术,一般对引进外来

文化与科技比较慎重。然而随着人类回归自然的影响,近十年来,中医药在英国的发展甚为迅速,并成为欧共体的第三大中草药市场。

中医是 16 世纪传入英国的,17 世纪被人们接受,近几年来,中医药在英国有了进一步的发展,一批国内本科毕业生出现在英国中医队伍中,对中医中药人员的技术素质提高起了一定的促进作用。

英国政府当局及医学管理部分对中医药的态度正在逐渐变化之中,开始是歧视和限制,继之因民众的需要而适当放开,近几年,因中药疗效显著采取默认许可,中医药得到了英政府和社会的重视,在民众的医疗保健中有了一定的地位和信任。

在英国,中国的医药还受到皇家的信赖,女皇每次外出旅游,总是带着顺势疗法的各种药物,女皇的妹妹玛嘉烈公主,曾用中草药治疗周期性偏头痛,皇太后也赞成用中西医结合的疗法治病。

或许在皇家的默许下,使中草药、针灸等各种中西医结合疗法在英国蓬勃兴起,现每年大约有二百五十万英国人采用顺势、中草药、按摩、正骨和针灸疗法。英国现有中药店三百五十余家,60%的中草药从中国进口,英国每年进口药材品达一千二百余种,其中 60%是从中国进口,英国每年进口药材量达八千万美元,在欧洲名列前茅。

2. 德国。德国是一个文化十分发达的国家,人们的整体素质较高,对东方的文化了解甚多,当然对古老的中医和针灸也有一定的认识,普遍持欢迎的态度。德国的针灸医生大多数为高等医学院校毕业的医生,经过一定的西医实践后改为学习中医的。他们出于两种情况,一种是热衷于东方古老的中医针灸医术,对它们的神秘疗效怀有一种崇敬感,一种是由于德国医生的失业率很高,迫于生计,被迫改为学习中医的;但前者远远高于

后者。当然,在德国医生的行列中,不乏也有一些中等专业学历者,他们是经过艰苦的努力,自学成才而成为医生的。在临床医疗中,德国医生把针灸作为临床治疗的一种方法或手段,诊治病人既用西医疗法,也用中药和针灸,以便争取治疗更多的病人。

由于西方医学在治疗慢性疾病方面有着一定的局限性,如今越来越多的人开始选择中医来进行治疗。

据一份数据显示,在德国大约有五万个医生从事中医,并且每年有将近二百万个患者接受中医的治疗。

然而虽然上百万的德国人已经接受并信任中医的治疗,但是德国政府以及国家健康保险基金仍然没有确立中医在德国享有和西医平等的地位,并将其置于各种卫生保险体系之外。

三、中医在美洲

1. 美国。随着针灸在美逐步合法化,中国传统医学在美国的发展势头良好。据不完全统计,1987年全美已有两千五百余名有执照的针灸师,从事针灸医疗工作的达万余人。1989年全美与针灸有关人数增至二万人。

目前仅加州有执照的针灸师已达八千六百人(这些针灸师64%是本科大学毕业生),诊所八百多家。目前全美有二十多个针灸医疗中心,从事针灸研究和治疗,研究项目有二百多项,所治疾病主要有冠心病、高血压、糖尿病、关节炎、肥胖症、过敏性疾病、心功能不全等数十种,特别是中药、针灸治疗艾滋病出现了较好苗头而很受关注。现有规模较大的中医、针灸学校二十多所,有四十多个中医针灸学会或基金会,创办近十种中医、针灸杂志。并在不同地区召开了一些国际性中医药或针灸学术会议,交流研究成果。

近年来,美国公众和医学界逐渐认识到中国传统医学的安全有效和通用广泛的特点,越来越多的美国人愿意接受中医治疗。