

「中医文化青少年读本」

中医之史

大医精诚 · 名家辈出

■ 匡建民 · 刘晓天 / 著

 山东城市出版传媒集团 · 济南出版社



「中医文化青少年读本」

中医之史

大医精诚·名家辈出

■ 匡建民·刘晓天 / 著



山东城市出版传媒集团·济南出版社

图书在版编目(CIP)数据

中医之史：大医精诚·名家辈出 / 匡建民, 刘晓天
著. — 济南：济南出版社, 2017.4
(中医文化青少年读本)
ISBN 978-7-5488-2516-6

I. ①中… II. ①匡… ②刘… III. ①中医学—医学
史—青少年读物 IV. ①R-092

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第084204号

中医文化青少年读本：中医之史——大医精诚·名家辈出
匡建民 刘晓天 / 著

出版人 / 崔 刚
策 划 / 张 彤 张元立 匡建民
产品监制 / 陈高潮 于风华
产品运营 / 王忠青
责任编辑 / 戴梅海 朱 琦 范玉峰
责任校对 / 刘雅稚
装帧设计 / 戴梅海
音频编写 / 刘晓天
音频播音 / 蒋 伟

出版发行 济南出版社
地 址 济南市二环南路1号²⁵⁰⁰⁰²
网 址 www.jnpub.com
电 话 0531-86131726
传 真 0531-86131709
经 销 各地新华书店

印 刷 济南鲁艺彩印有限公司
成品尺寸 170×240毫米
印 张 10
字 数 120千字
版 次 2017年4月第1版
印 次 2017年5月第1次印刷
印 数 1-3000册
定 价 37.00元

发行电话 0531-86131730 / 86131731 / 86116641
传 真 0531-86922073

(版权所有, 侵权必究) 如有印刷质量问题, 请与印刷厂联系调换

《中医文化青少年读本》专家委员会

(按姓名笔画排序)

特约顾问 王新陆

顾 问 王振国 田景振 高树中

主 任 匡建民 刘更生 孙 蓉
张雪亮

委 员 王振国 王新陆 田思胜
田景振 匡建民 刘更生
孙 蓉 张雪亮 国 华
郑 心 段桂华 高树中

前 言

中医药根植于中华文化的沃土，是中华文明的结晶。习近平主席强调，中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。青少年是祖国的未来、民族的希望，是实现民族复兴梦的中坚力量。因此，让青少年掌握中医药文化的这把钥匙，进而传承和弘扬中华文化，是当代青少年教育的重要任务。

为贯彻《中医药发展战略规划纲要（2016—2030）》《中国的中医药》的精神，由山东省中医药界、教育界、出版界的专家、学者专门组成专家委员会和编委会，历经数次探讨论证，几易其稿，共同策划出版了《中医文化青少年读本》（全三册）。分别为：《中医之史——大医精诚·名家辈出》，该册由世界中医药学会联合会医养结合专业委员会副会长、山东名中医药专家、山东大学附属山东省肿瘤医院匡建民主任医师担纲，以习近平主席总结的中华民族传统文化核心价值为指导思想，用深入浅出的语言讲述中医历史文化故事。通过历代名医的成长历程，彰显大医精诚、医者仁心的优秀传统，使青少年从中得到人生的启迪，从而引发对中医的热爱。《中医之本——阴阳五行·望闻问切》，该册由中华中医药学会首席健康科普专家、山东中医药大学刘更生教授担纲，以中医对生命

的认知为主线，用中医的整体观念、阴阳五行、病因、四诊、体质等根本理念，阐释了生命过程、身体结构、脏腑功能、生理活动等内容，并联系生活实际，讲明中医独特的整体观、诊病方法以及对健康的认识。构思匠心独运，内容生动有趣。《中医之术——本草方药·针灸推拿》，该册由泰山学者、山东省中医药研究院孙蓉研究员担纲，依据食药同源理论，贴近生活，体现了中医药“未病先防，既病防变，瘥后防复”的理念。《中医文化青少年读本》（全三册）如同一棵大树，根入大地、主干清晰、树冠繁茂，完美地呈现出与中华优秀传统文化密不可分的联系。

本丛书作为山东省首套青少年中医药普及读本，得到了山东省中医药管理部门的大力支持。出版之时，恰逢《中华人民共和国中医药法》公布施行。习近平主席告诫我们“靡不有初，鲜克有终”。我们将在丛书的基础上，采用多种展现方式，以大力弘扬中医药传统文化、尊古传承为己任，让更多的青少年在阅读中领略传统文化的魅力，在实践中体悟传统文化的精髓，在成长中不断汲取传统文化的营养，做“有根”的中国娃，做健康的中国人！

目 录

引 言 / 道法自然 天人合一 / 1

人体、社会与自然 整体观念一线牵 / 3

第一章 / 脚踏实地 实事求是 / 7

第一节 扁 鹊 朴也爱起起而生 搜检公案为上工 / 9

第二节 医海拾贝 医道既上地亦与天 / 19

第二章 / 经世致用 知行合一 / 23

第一节 华 佗 麻沸散开药到病除 五禽戏强筋骨健体 / 25

第二节 张仲景 勤求古训博采众方 医圣张仲景《伤寒》 / 31

第三节 医海拾贝 “行医”喻身也喻理也 / 40

第三章 / 仁者爱人 以德立人 / 45

第一节 皇甫谧 西晋时期医学家 医道既济济，身既 / 47

第二节 葛洪、鲍姑 炼丹可成仙得道 医道既济，身既 / 55

第三节 孙思邈 大唐初唐医学家 医德既济，身既 / 63

第四节 医海拾贝 医道既济，身既 / 72

第四章 / 革故鼎新 与时俱进 / 77

第一节 钱 乙 少年立志精幼科 化古创新疗疾苦 / 79

第二节 李 杲 母病求医不得治 精研医学弥过失 / 85

第三节 宋 慈 事必躬亲断冤案 推取取证真相白 / 92

第四节 医海拾贝 官方重视使中医走上快车道 / 97

第五章 / 自强不息 厚德载物 / 101

第一节 李时珍 尝百草药学有成 善切脉普度众生 / 103

第二节 吴有性 王朝将倾疫流行 挺身而出妙招胜 / 111

第三节 傅 山 怜恤妇女反歧视 著书立说集大成 / 119

第四节 叶 桂 拜十七师采众长 精温病学力能当 / 125

第五节 医海拾贝 总结集成之登峰造极 / 133

第六章 / 求同存异 和谐相处 / 137

第一节 张锡纯 西医入与中医争 衷中参西促汇通 / 139

第二节 医海拾贝 西学东渐 有容乃大 / 146

附 录 / 新中国大力发展 中医药再迎新春 / 150

引言 / 道法自然 天人合一

中医药是中华优秀传统文化的重要组成部分和典型代表，强调“道法自然、天人合一”。

——《中国的中医药》



人体、社会与自然 整体观念一线牵

中医学根植于中华大地，守护中华儿女的健康已有几千年了。中医学历经几千年，仍然生机蓬勃，其核心精髓之一是整体观念。

人体自身是一个统一的整体，同学们在感冒的时候除了咳嗽与发烧外，是不是还会出现流鼻涕、鼻子不透气、嗓子疼、出汗等一系列的症状呢？这是因为感冒除了会侵袭肺脏，出现咳嗽的症状之外，还会损伤到与肺相关的鼻子、喉咙、皮肤，出现相应的症状，所以中医就把体液中的鼻涕、鼻子、喉咙、皮肤全部归到了肺脏的大系统中，肺脏一旦生病，这一系统中的所有相关部分都可能会出现功能异常。五脏均有自己所统率的系统，同时系统之间也会互相产生影响。这样一来，中医治病的时候就不是简简单单的“头痛医头，脚痛医脚”了。



马王堆汉墓T形帛画（天人合一）

人体与自然界也是一个统一的整体。在春天的时候，同学们会感受到微风拂面，然后花草树木都在生长，同时，在这个季节，同学们的身高长得是最快的；酷暑时节，同学们会感到空气中弥漫着热腾腾的气体，往往会热得坐立不安；秋天气候干燥，尤其在北方，同学们的口唇会干裂，有时说不定还可能流鼻血；进入严冬，寒冷异常，同学们可能戴上手套帽子、穿着羽绒服还瑟瑟发抖。自然界的气候变化与人体的内部变化是息息相关的，不正常的气候就会导致疾病的产生，所以我们在生活中要做到“虚邪贼风，避之有时”。





人体与社会环境同样是互相联系的，人的心情也会影响到身体的状态。同学们写作业遇到难题就会一直冥思苦想，题做不出来都没有心思吃饭，这就是思考影响了脾胃的功能；当你一个人走黑漆漆夜路的时候，害怕得老想上厕所，这就是恐惧的情绪影响了肾的闭藏功能。适度的情志刺激有助于健康，而过度的情志刺激就会损害健康了。如何避免健康的损害呢？那就要做到“恬淡虚无，精神内守”。

整体观念是中医学的精华，也是我们养生防病必须要遵循的原则，只有顺应自然环境、社会环境，才能达到身心健康。



中医与四季

第一章 / 脚踏实地 实事求是

中医学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年的健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。

——习近平



第一节 扁 鹊

针太子起死回生 说桓公胜为上工

扁鹊像



扁鹊，据《史记》记载，他姓秦，名越人，春秋战国时期名医。由于他的医术高超，被认为是神医，所以当时的人们借用了上古神话中的黄帝时期神医“扁鹊”的名号来称呼他。