

认识中医

北京大学医院中医科 牛少强

内容提要

- * 概述
 - * 中医是什么
 - * 中医是如何看病的
 - * 如何看中医
- 

概述



* 中医现状的简介

- 传统医学
- 非主流医学
- 替代及补充医学
- 大众对中医的认识及看法

中成药



饮片



废止中医第一人余云岫



方舟子质疑中医



大众热议的观点和观念

- * 西医治标，中医治本？
- * 急病找西医，慢病找中医？
- * 西医诊断，中医治疗？
- * 中医理论神秘、玄、难懂？

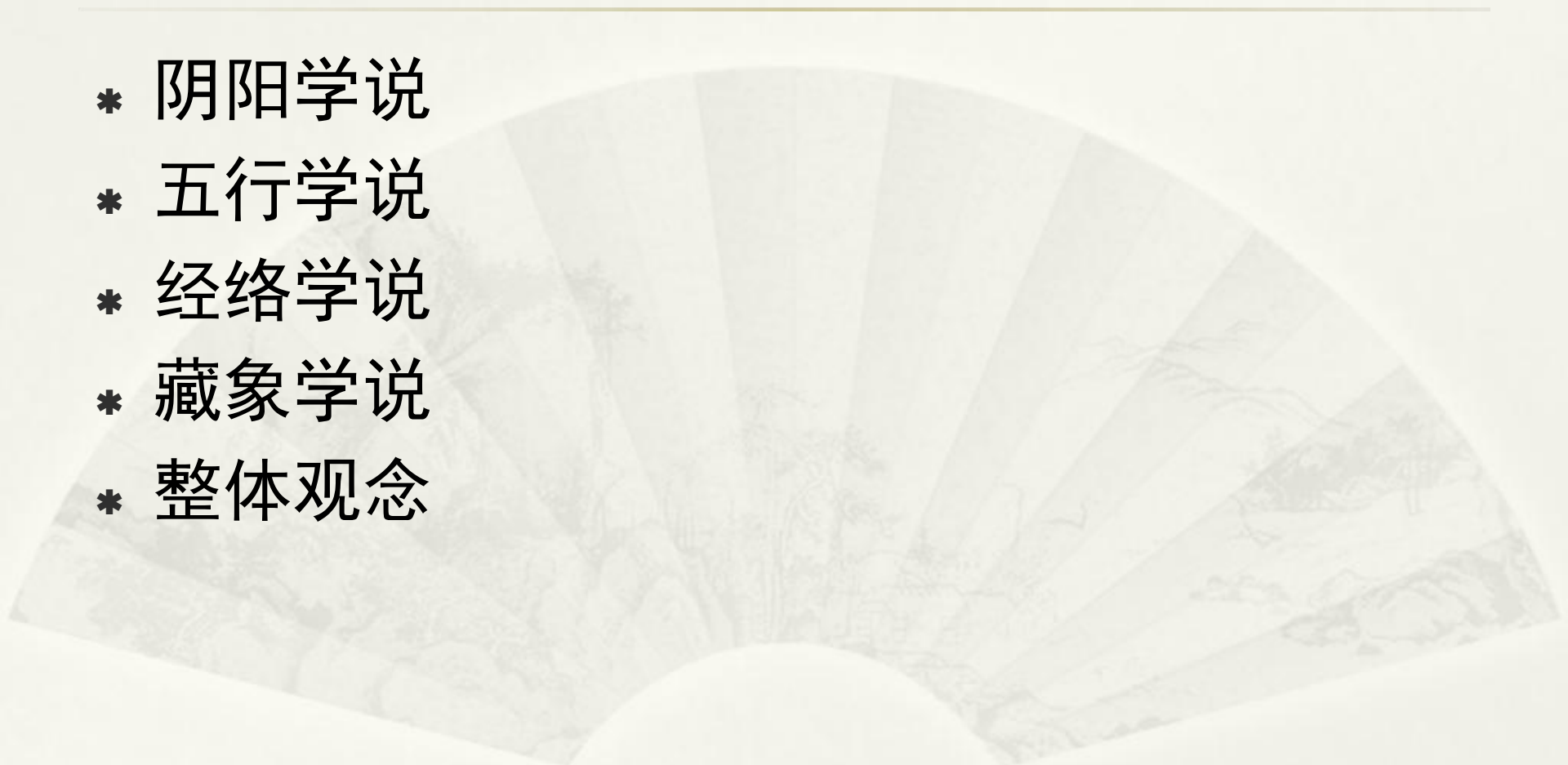
中医是什么？



提到中医，我们想到什么？

- * 经络、阴阳、五行
- * 神奇的脉诊
- * 起死回生的秘方
- * 养生之道
- * 保健品、代茶饮、药枕等等
- * **关于中医减肥我有话说**

中医是什么

- * 阴阳学说
 - * 五行学说
 - * 经络学说
 - * 藏象学说
 - * 整体观念
- 

阴阳学说

- * 起源
- * 基本概念
- * 阴阳鱼



阴阳的起源

- * 日光的向、背——阳面、阴面
- * 南北——寒热——天地——日月——昼夜——水火
- * 动静——进退——升降——出入——刚柔
- * 阴阳者，有名而无形
- * 事物的属性，而非事物本身
- * “水火者，阴阳之征兆也。”

——《素问·阴阳应象大论》

阳

运动的

外向的

上升的

温暖的

明亮的

无形的

兴奋的

阴

相对静止的

内收的

下降的

寒凉的

晦暗的

有形的

抑制的

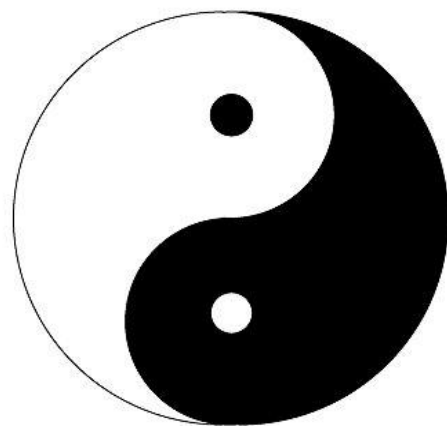
●事物和现象的阴阳属性归类表

	空间	时间	温度	湿度	季节	重量	亮度	动态	
阳	天上外左	白天	温热	干燥	春夏	轻	光亮	上升	动、刚、兴奋
阴	地下内右	夜晚	寒凉	湿润	秋冬	重	晦暗	下降	静、柔、抑制

阴阳的概念

- * 相互联系的事物和现象对立双方属性的概括
 - 它是属性，而不是具体事物和现象
 - 阴阳只标示相互关联的事物和现象
 - 它不等同于矛盾，是带有特殊属性的矛盾
 - 它具有无限可分性

关于阴阳鱼



阴阳太极 made by AI

五行学说

- * 五行的含义
- * 五行的特性
- * 五行的生克



五行的含义

- * 指木、火、土、金、水五种物质及运动
- * 首见于《尚书·洪范》
- * 《左传》：“天生五才，民并用之，缺一不可。”

五行的特性

- * 木曰曲直
 - * 火曰炎上
 - * 土爰稼穡
 - * 金曰从革
 - * 水曰润下
- 

木曰曲直——引申为凡具有生长、升发、条达、舒畅等性质或作用的事物，均归属于木



火曰炎上——引申为凡具有温热、向上等性质或作用的事物，均归属于火；



土爰稼穡——引申为凡具有生化、承载、受纳等
性质或作用的事物，均归属于土；



金曰从革——引申为凡具有沉降、肃杀、收敛等性质或作用的事物，均归属于金；



水曰润下——引申为凡具有滋润、下行、寒凉、闭藏等性质或作用的事物，均归属于水



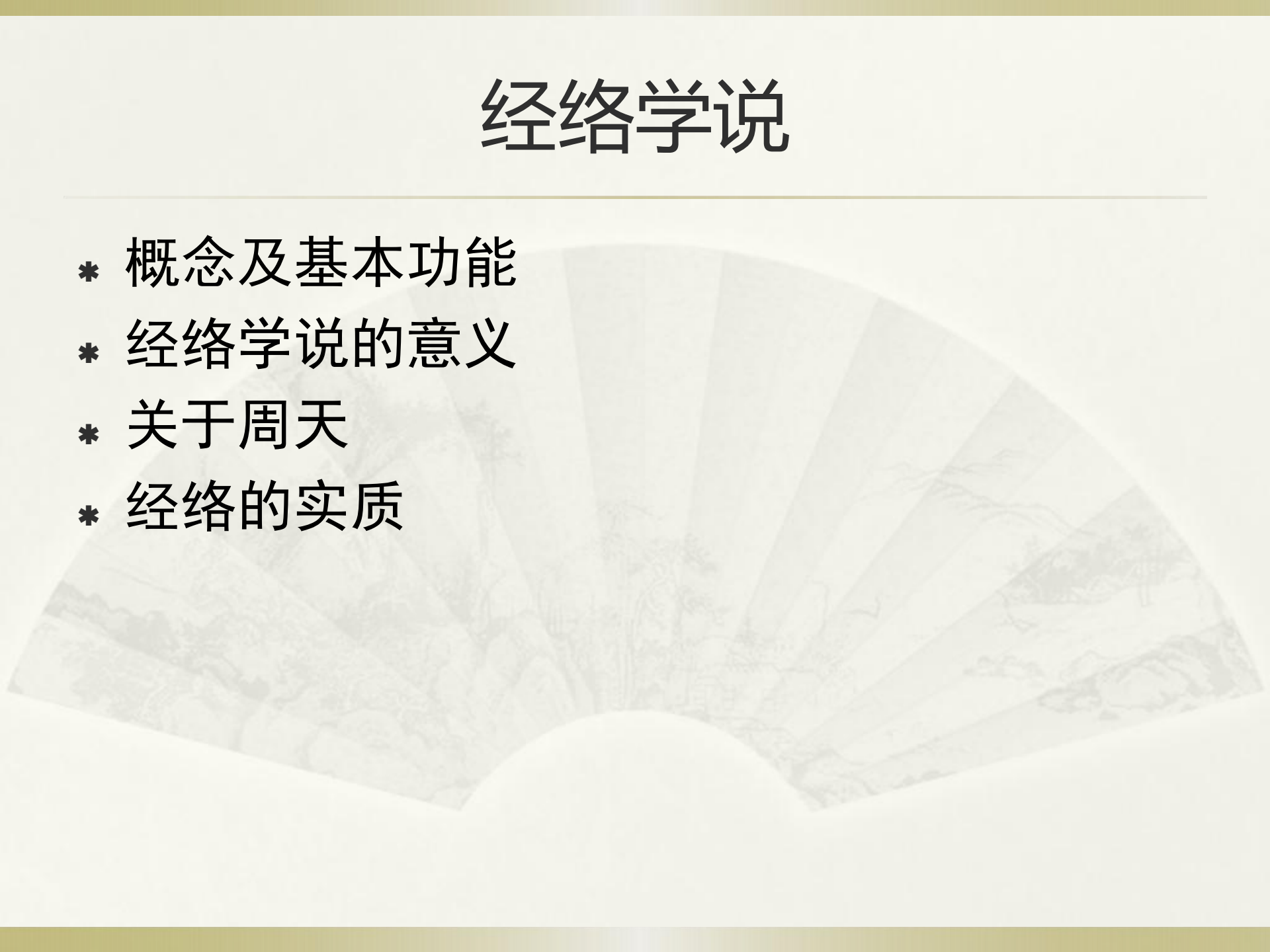
五行的生克关系



五行的生克关系

- 1.关于口干的治疗，培土生金的重要性
- 2.失眠患者，水火阴阳之间的运行规律
- 3.久咳患者，肺肾两虚的特点
- 4.水肿、夜尿频患者，补肾阳的必要性
- 5.久病患者，阳气虚的病机特点

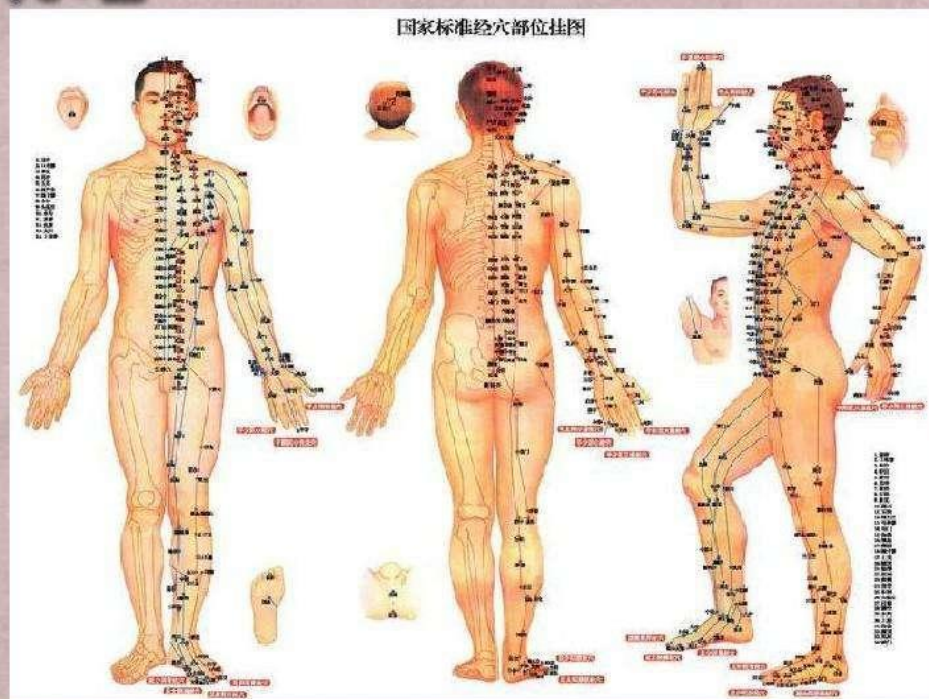
经络学说

- * 概念及基本功能
 - * 经络学说的意义
 - * 关于周天
 - * 经络的实质
- 

经，是主干；络，是分支

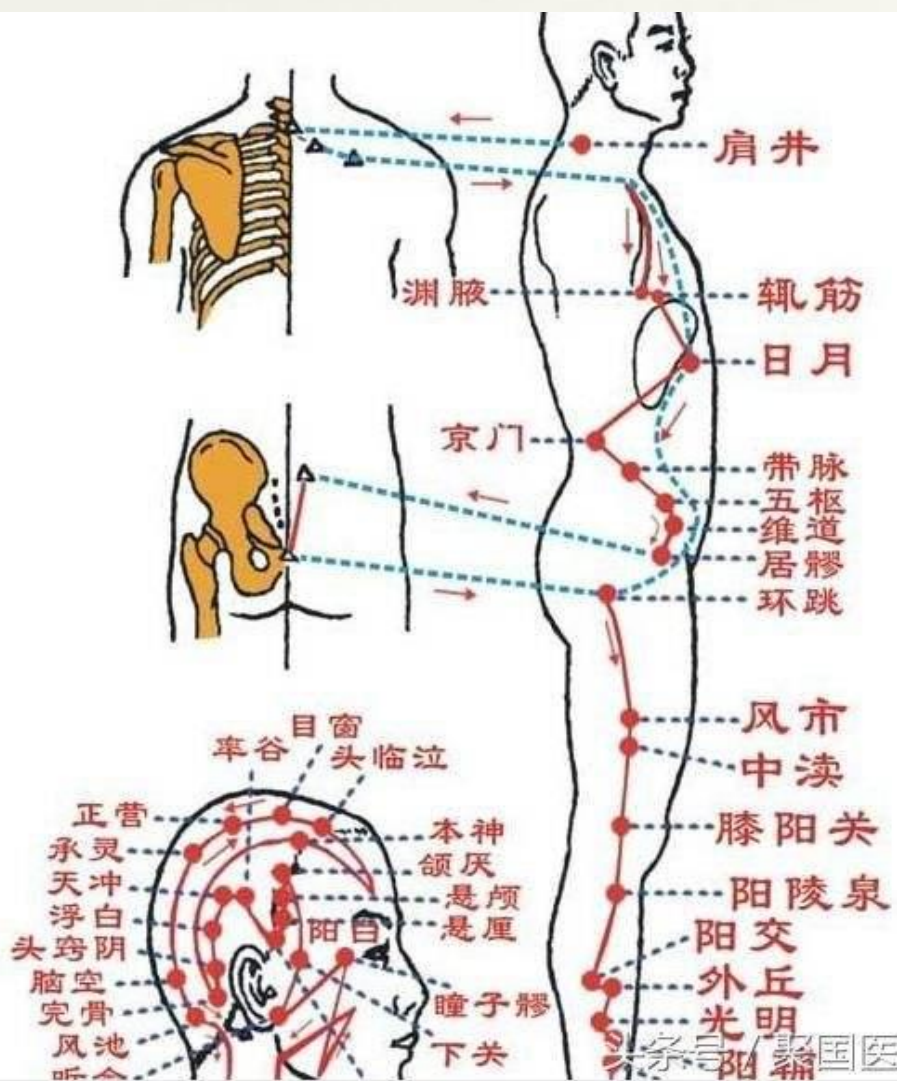
经络的概念

经络是经脉和络脉的统称，
是人体**运行气血**、
联络脏腑、**沟通**
内外、**贯串上下**
的通路。



《黄帝内经》：“气为血之帅、血为气之母。”

足少阳胆经



足少阳胆经起于眼外眦的瞳子髎穴，由头面部起始，经耳后、肩部、胁肋，到下肢外侧，止于足第四趾端。

本经脉一分支从耳后进入耳中，出走于耳前；另一分支向下穿过膈肌，络肝，属胆。

经络学说的意义

- * 具有理论解释功能
 - 运行气血、沟通表里内外上下，濡养脏腑器官
- * 具有临床诊治作用
 - 针灸、气功、导引等

人體十四正經圖



《黄帝内经》载：“经脉者，人之所以生，病之所以成。”“经络者，人之所以治，病之所以起。”并有“决生死，处百病，调虚实，不可不通”的特点。

是根据中医经络理论，按照中医经络和腧穴的功效主治，采取针、灸、推拿、按摩、导引等方式，达到梳理经络、调和阴阳而最终实现驱邪治病，使机体恢复阴平阳和的和谐状态。

关于针灸铜人

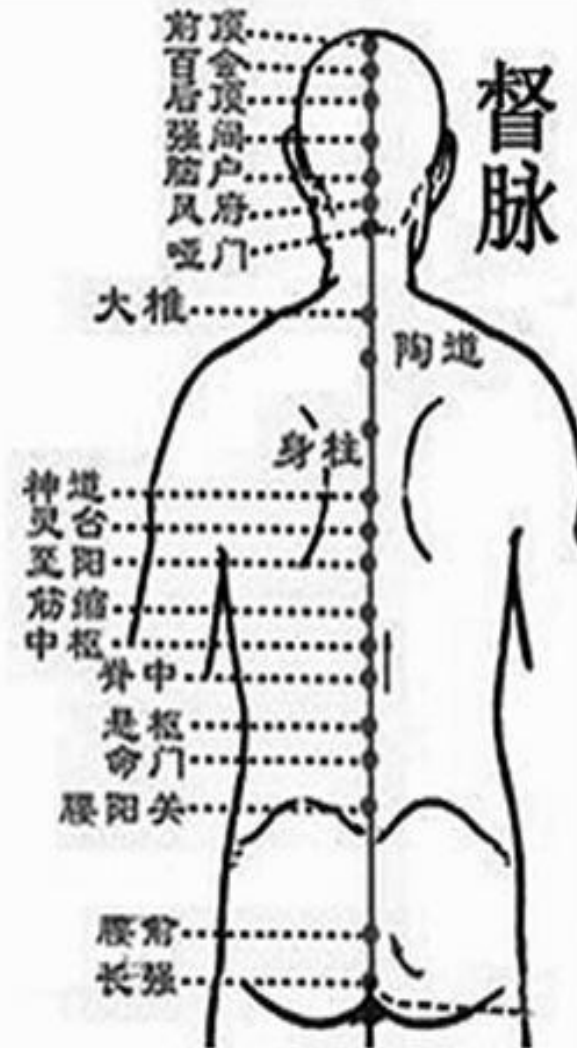


宋代太医局里的针灸教学模型

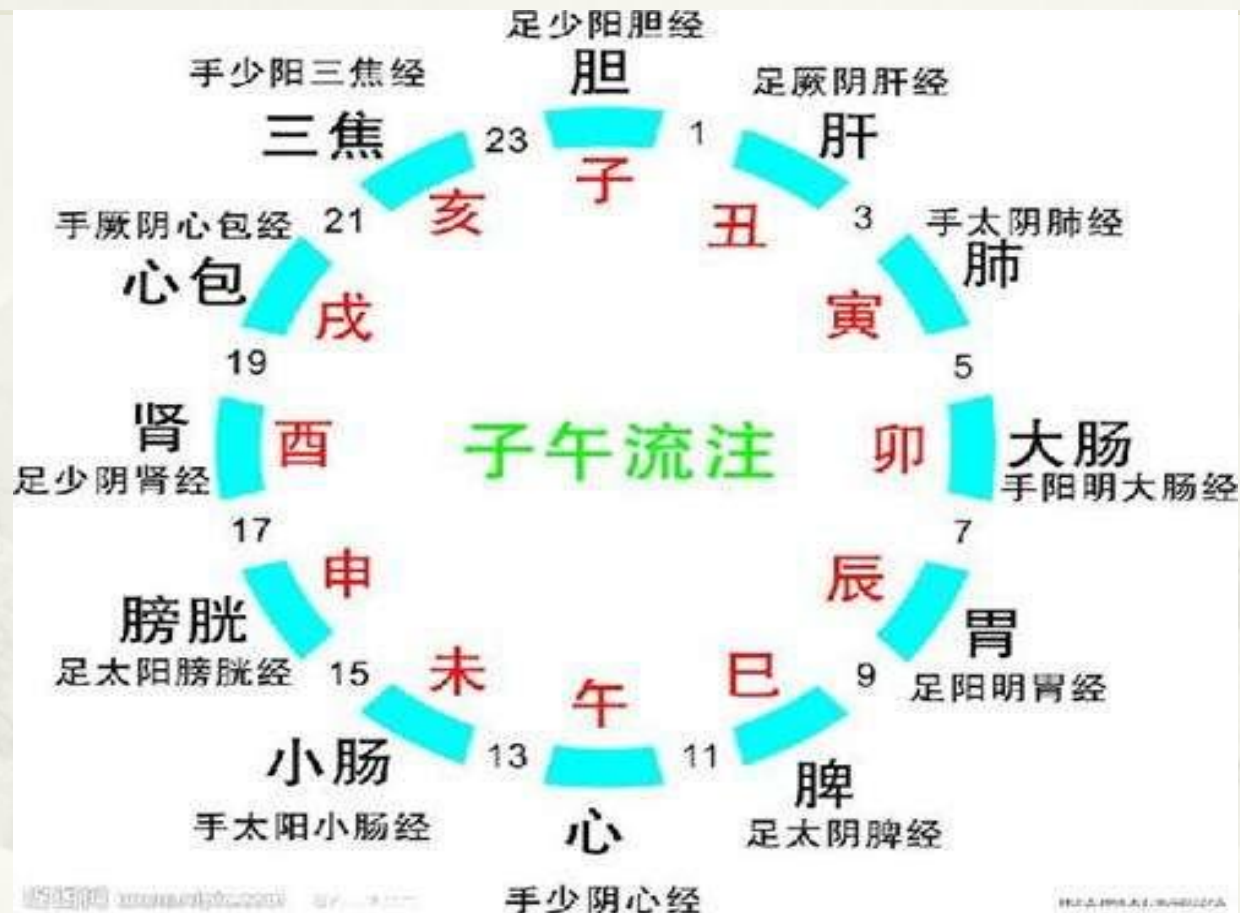
关于周天

- * 小周天指内气在体内沿任、督二脉循环一周
- * 大周天是指内气循行，除沿任督两脉外，也在其他十二经脉上流走

小周天



大周天



关于经络的实质？

- * 神经中枢扩散说；植物神经扩散联动说
- * 某种体液的通道
- * 筋膜结缔组织说
- * 高电阻说
- * 等等

中医关于经络实质的解释

- * 经络存在于活体内
- * 人生则气聚，人死则气散
- * 存在于生理功能、病理表现中

藏象学说

- * 藏象的概念
 - * 藏象学说的内容
 - * 藏象学说的特点
- 

藏象的概念

- * 藏，是指藏于体内的内脏
- * 象，是指表现于外的生理和病理征象
- * “藏象” 揭示了内部脏腑与外部形象之间的关系，反映了中医学对人体生理活动的认识方法。

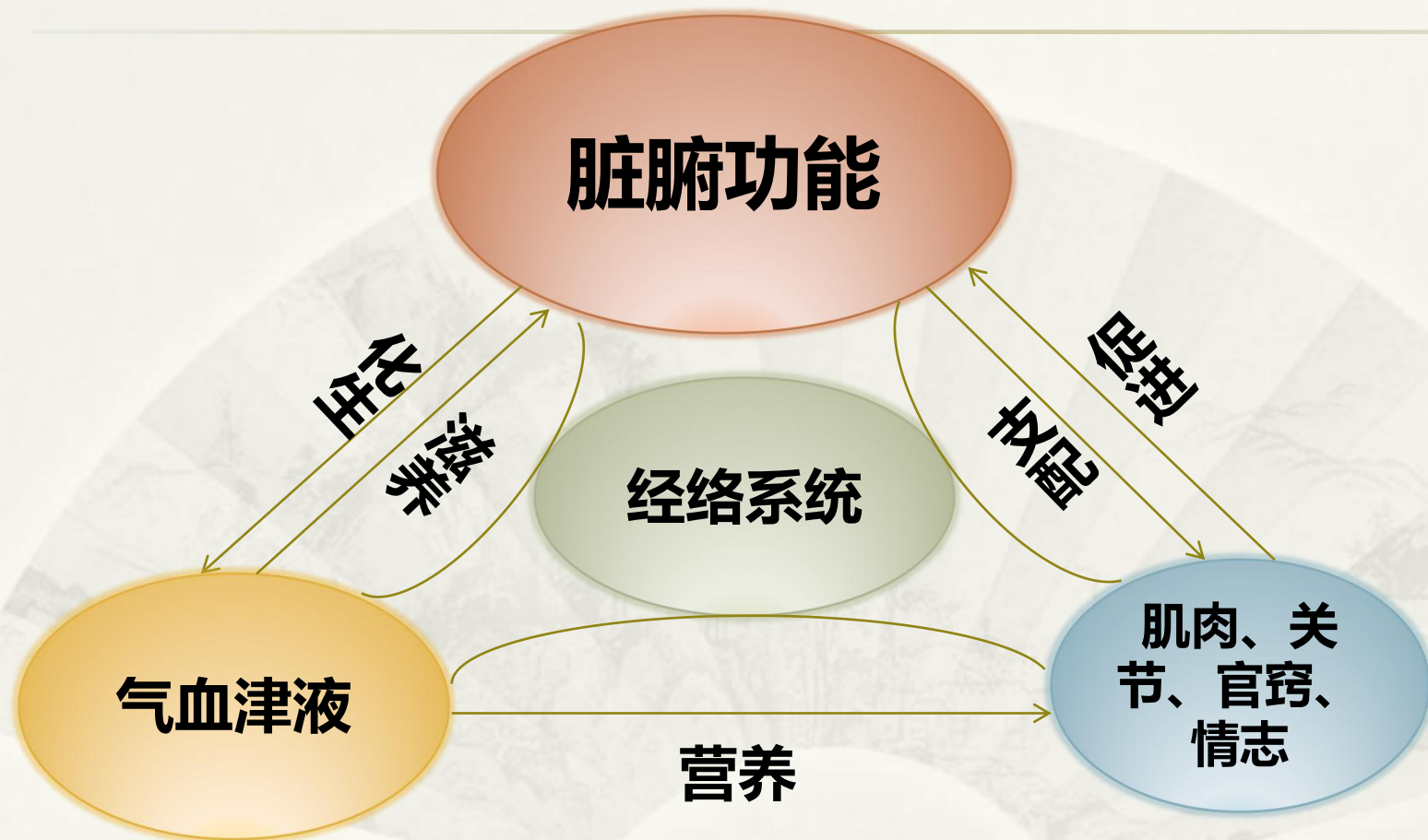
藏象学说的内容

- * 脏有五，心、肝、脾、肺、肾，称为五脏
- * 腑有六，胆、胃、大肠、小肠、膀胱、三焦称为六腑

五脏为中心的功能体系



脏腑、气血津液与经络的关系



自然与人的关系——整体观念

* 人与自然是—整体——天人相应



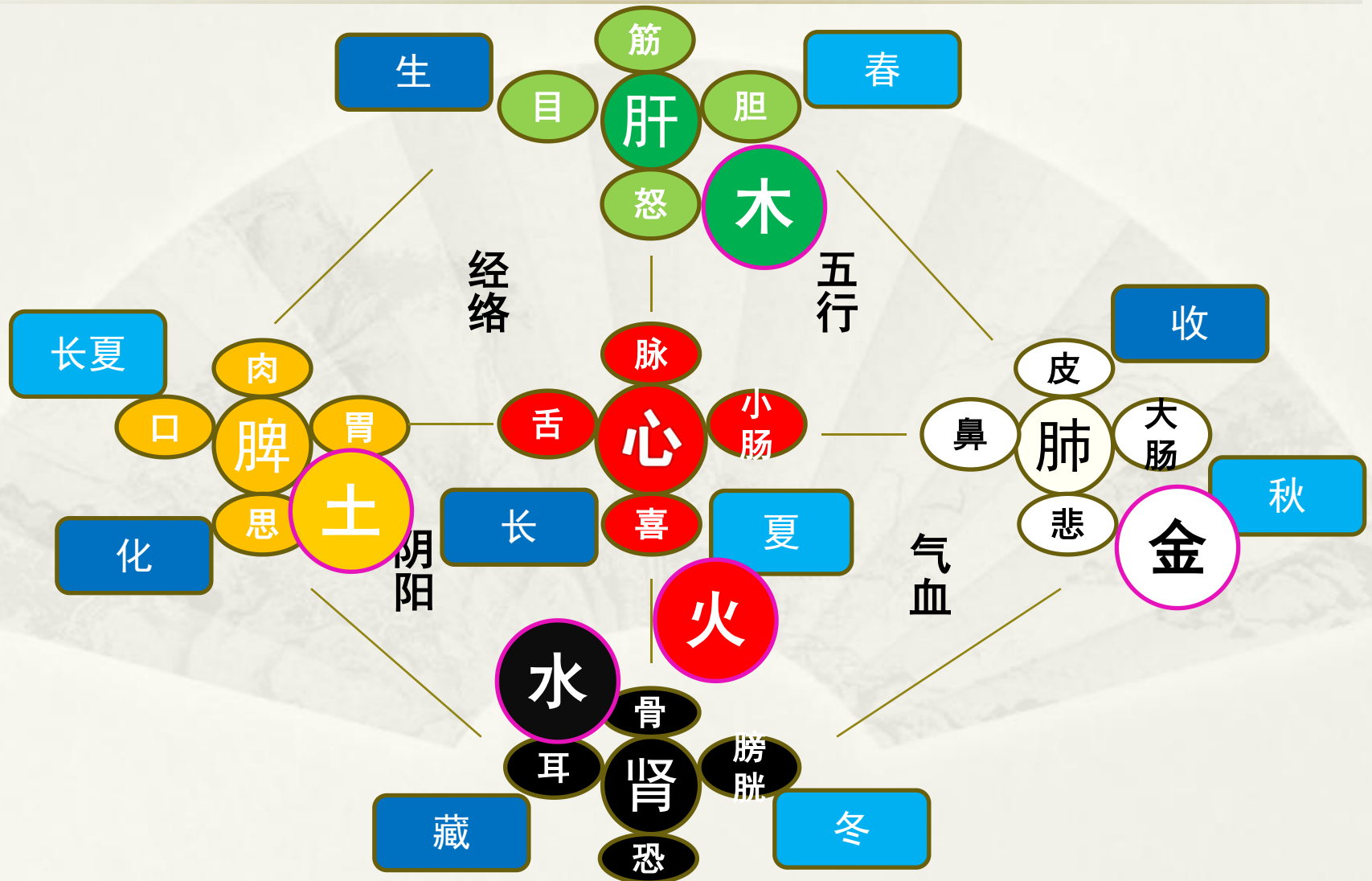
天人相应的整体观

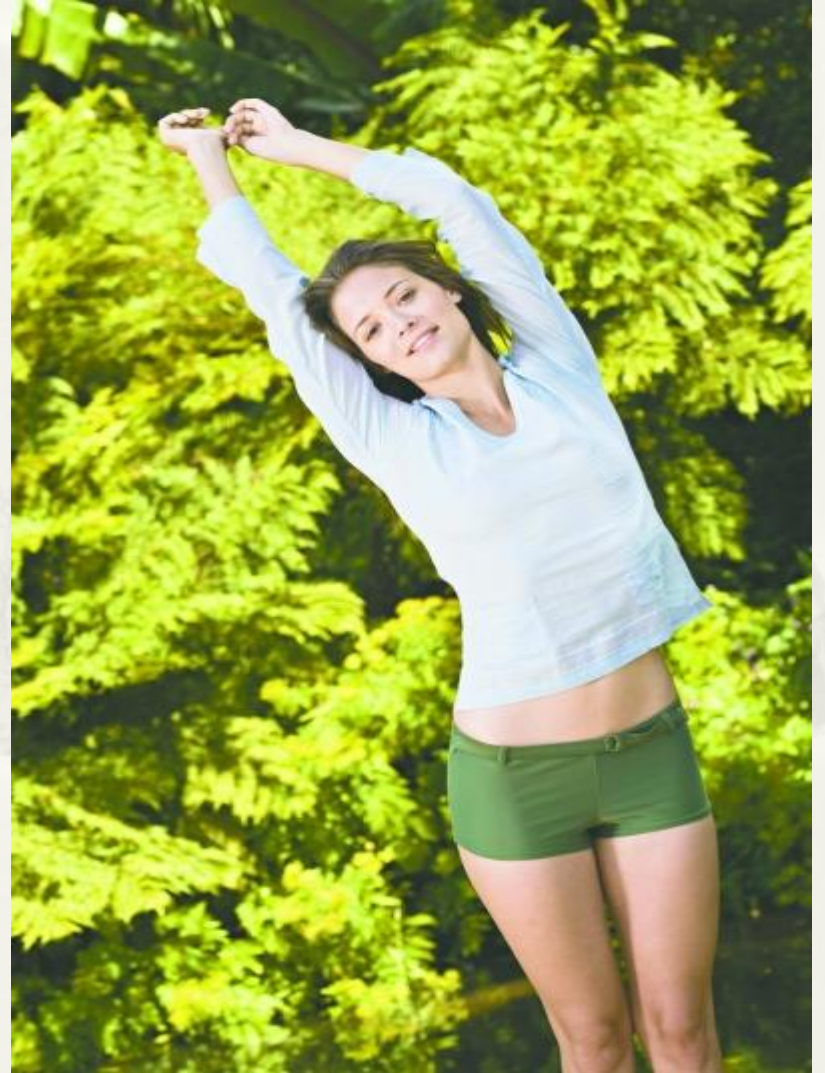
《灵枢·岁露论》：“人与天地相参，与日月相应也。”

天地、日月即自然的代表。

人生存于天地之间，与万事万物同样是自然界的产物。

天人相应的整体观









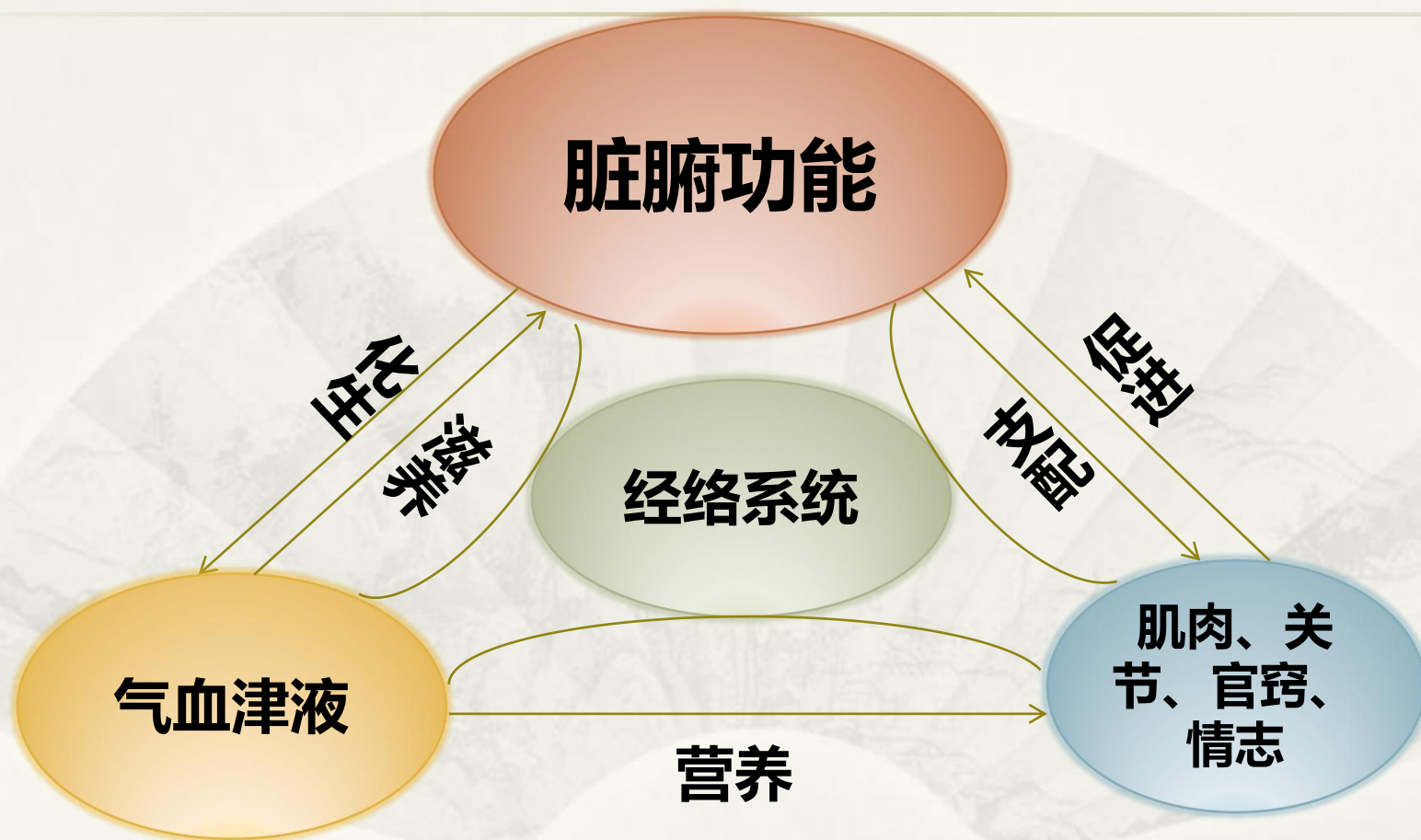


自然与人的关系——整体观念

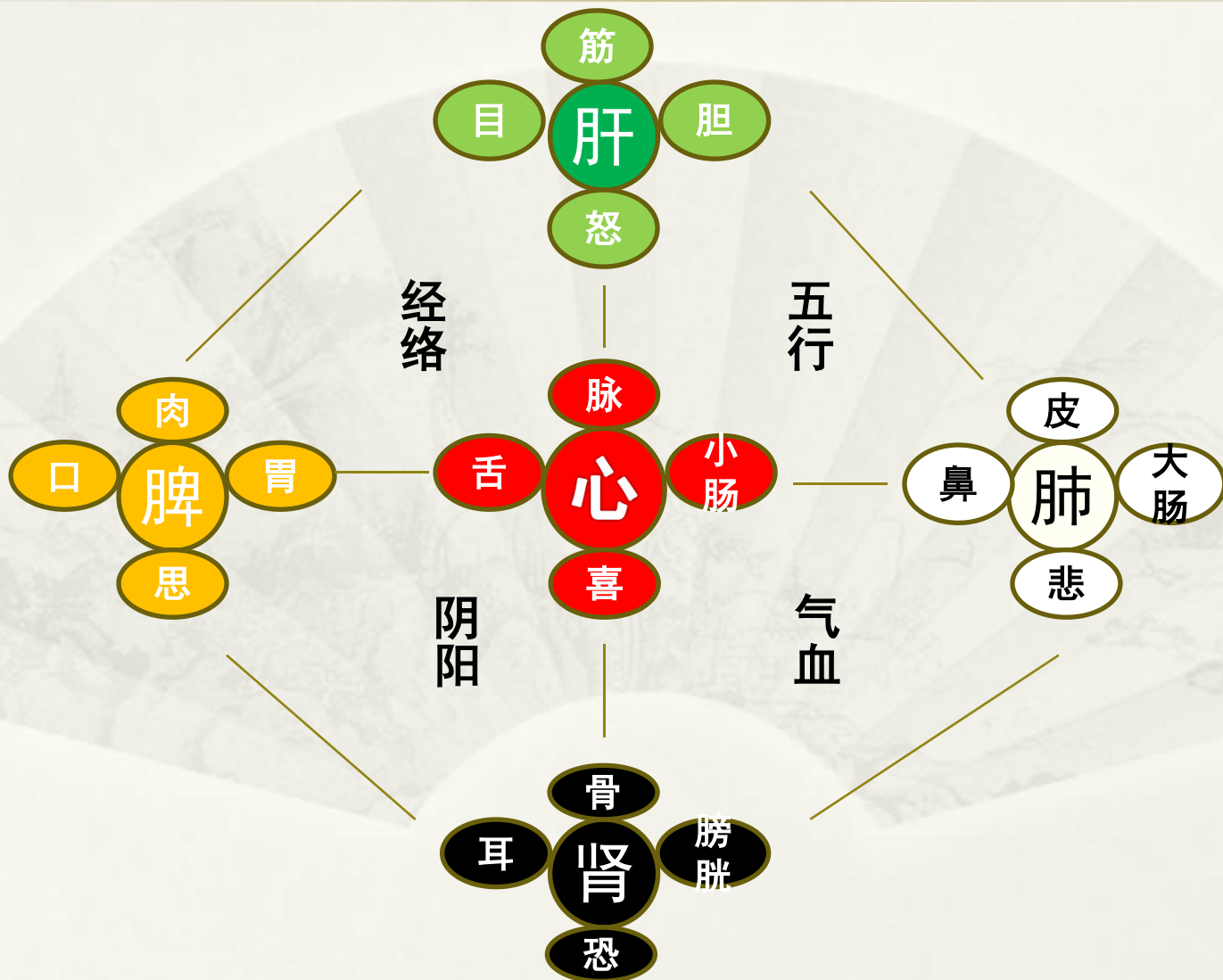
* 人自身的整体性——五脏为中心的整体观



人自身的整体性



人自身的整体性



中医如何看病？



中医是怎样看病的



十问歌

一问寒热二问汗，三问头身四问便，
五问饮食六胸腹，七聋八渴俱当辨，
九问旧病十问因，再兼服药参机变，
妇女尤必问经期，迟速闭崩皆可见，
再添片语告儿科，天花麻疹全占验。

我们的临床所见

发热的患者一定是实热证吗？

怕冷的一定是虚证吗？

肝气郁结的一定会骂人毁物吗？

不爱吃饭的一定是胃不好吗？

大便不通畅的一定需要大黄通便吗？

我们身边的中药有哪些

大枣

山药

枸杞子

龙眼肉

薏苡仁

莲子

绿豆

冬瓜皮

陈皮

花椒

砂仁

驴皮

中医的治疗手段

中药

针灸

艾灸

拔罐

点穴

耳穴压豆

刮痧

按摩

外用中药等



患者应如何看中医

就诊前注意

- * 不宜饮豆浆、牛奶、坚果；
- * 不宜吃色深食物；
- * 不宜饮酒、饮冷热；
- * 不宜饭后就诊；
- * 不宜剧烈运动后就诊

就诊中注意

- * 不要上来就说自己在其他医院的检查结果和疾病诊断
- * 不要头痛说头，脚痛说脚
- * 不要把自己全交给大夫，只吃药就可以
- * 不要在中医大夫开方的时候问问题
- * 中药是以偏纠偏，要不断根据患者服药后的反应和不同阶段的需要调整

谢谢聆听