



医药卫生类专业“互联网+”精品教材

中医护理

# 中医护理

ZHONGYI HULI

总主编 黄惟清  
主 编 杨燕玲 吴红玲

总主编 黄惟清  
主 编 杨燕玲 吴红玲

北京出版集团公司  
北京出版社

北京出版集团公司  
北京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中医护理 / 杨燕玲主编. -- 北京: 北京出版社,  
2011.6 (2022 重印)

ISBN 978-7-200-08826-7

I. ①中… II. ①杨… III. ①中医学: 护理学—中等  
专业学校—教材 IV. ① R248

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 115702 号

中医护理

ZHONGYI HULI

---

主 编: 杨燕玲 吴红玲

出 版: 北京出版集团公司  
北 京 出 版 社

地 址: 北京北三环中路 6 号

邮 编: 100120

网 址: [www.bph.com.cn](http://www.bph.com.cn)

总发行: 北京出版集团公司

经 销: 新华书店

印 刷: 定州市新华印刷有限公司

版 次: 2011 年 6 月第 1 版 2022 年 6 月修订 2022 年 6 月第 10 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 13.5

字 数: 258 千字

书 号: ISBN 978-7-200-08826-7

定 价: 31.00 元

质量监督电话: 010-82685218 010-58572341 010-58572393

## 目 录

第一章	绪论	1
	第一节 中医护理发展概况	1
	第二节 中医护理的基本特点	6
第二章	阴阳五行学说	10
	第一节 阴阳学说	10
	第二节 五行学说	14
第三章	中医基础理论	20
	第一节 脏腑	20
	第二节 气、血、津液	29
	第三节 经络	33
	第四节 病因病机	36
第四章	中医四诊	45
	第一节 诊法	45
	第二节 八纲辨证	64
第五章	中药应用护理	70
	第一节 方药概论	70
	第二节 中药应用护理	78
第六章	饮食调护	85
第七章	中医护理技术操作	91
	第一节 腧穴	91
	第二节 毫针护理技术	118
	第三节 灸法护理技术	125
	第四节 拔罐护理技术	129
	第五节 刮痧护理技术	132
	第六节 推拿护理技术	134
第八章	常见病证护理	147
	第一节 内科常见病证护理	147
	第二节 妇产科常见病证护理	170
	第三节 外科常见病证护理	176

第四节 儿科常见病证护理	181
附录	191
附录一 实训	191
附录二 常用方剂	198
参考答案	204
参考文献	205

北京出版社



## 第二章 阴阳五行学说

### 学习目标

1. 说出阴阳学说、五行学说的基本内容。
2. 记住阴阳、五行的基本概念、特征。
3. 理解阴阳学说、五行学说在中医学中的应用。
4. 知道物属性的五行归类。

阴阳学说和五行学说原属古代哲学范畴，是我国古代的唯物论和辩证法，是古人用以认识自然、解释自然的世界观与方法论，对中医学理论体系的形成和发展有着深刻的影响，是中医学最重要的思维方法。

中医理论体系的形成，正是构筑在中国古代哲学基础之上。古代医家在长期的医疗实践的基础上，将阴阳学说、五行学说的基本观点和方法运用于医学领域，与中医学自身固有的理论和经验相融合，借以阐释人体的生理功能及病理变化，并用以指导临床的诊断和治疗，成为中医学理论体系的重要组成部分。

### 第一节 阴阳学说

#### 预习案例

##### 案例 2-1

刘某，女性，22岁。腹痛绵绵近1月，时作时止，喜热恶冷，痛时喜按，饥饿劳累时疼痛加重，大便稀溏，神疲气短，畏寒肢冷，舌淡苔白，脉沉细。

## 思 考

1. 是阴证还是阳证？
2. 用温热的食物还是寒凉的食物护理？

阴阳，是中国古代哲学的一对重要范畴，它萌生于商周，成熟于战国与秦汉之际，是古人用以认识自然和解释自然的一种世界观和方法论。

阴阳学说认为，世界本身是阴阳二气对立统一的结果，宇宙间的一切事物都包含着阴阳相互对立的两个方面，如白昼与黑夜、炎热与寒冷等。阴阳的对立统一，推动着宇宙间一切事物的发生、发展和变化。

古代医家将阴阳学说与中医学结合，形成了独具特色的中医阴阳学，用以阐释医学中的诸多问题以及人与自然界的关系，使之成为中医学理论体系的重要组成部分。

## 一、阴阳的基本概念

阴阳，是对自然界相互关联的某些事物和现象对立双方属性的概括。古人即以光明、黑暗、温暖、寒冷来分阴阳，后经过漫长的历程，其含义被逐渐引申，用以高度概括自然界的两极现象。因此，阴阳是对宇宙一切事物和现象对立统一双方属性的概括，它并不局限于某一特定事物。一般来说，凡是活动的、外在的、上升的、明亮的、温热的、功能的、兴奋的、机能亢进的，都属于阳的范畴；凡是静止的、下降的、晦暗的、寒冷的、物质的、抑制的、机能减退的，都属于阴的范畴。如以天地而言，则“天为阳，地为阴”；以水火而言，则“水为阴，火为阳”；以动静而言，则“静者为阴，动者为阳”；以物质的运动变化而言，则“阳化气，阴成形”。

事物的阴阳属性不是绝对的，而是相对的。其相对性体现在两方面：一方面阴阳在一定条件下可以互相转化，阴可以转化为阳，阳也可以转化为阴。另一方面事物的无限可分性决定了阴阳之中可再分阴阳，如白昼属阳，夜晚属阴；上午为阳中之阳，下午为阳中之阴；上半夜为阴中之阴，下半夜为阴中之阳。

## 二、阴阳学说的基本内容

### （一）阴阳的对立制约

对立制约是指阴阳双方在一个统一体中的相互排斥、相互制约、相互对抗和相互消长。如温热可以驱散寒冷，冰冷可以降低高温等；从而在相互制约中取得动态平衡。春夏之所以温热是因为春夏阳气上升抑制了秋冬的寒凉之气；秋冬之所以寒冷是因为秋冬阴气上升抑制了春夏的温热之气，这是自然界阴阳相互制约、相互斗争的结果。人体的阴阳也是在对立斗争中取得统一，维持着动态平衡状态，即“阴平阳秘”，从而推动着人的生长壮老已的变化。若阴阳任何一方过于亢盛或不及，都会导致对另一方的“制约太过”或“制约不足”，使两者之间的动态平衡遭到破坏，从而导致疾病的发生。

### （二）阴阳的互根互用

互根，即相互依存，互为根本；互用，即相互资生、促进和助长。阴依存于阳，阳

依存于阴，任何一方都不能脱离另一方而单独存在，双方均以对方的存在作为自己存在的前提和条件。如上为阳，下为阴，没有上，就无所谓下，没有下，也无所谓上；热为阳，寒为阴，没有热，就无所谓寒，没有寒，也无所谓热。人体内的阴阳也是互根互用的，《素问·阴阳应象大论》“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也。”即是对人体内阴阳互根互用的高度概括。

### （三）阴阳的消长平衡

消，即减少；长，即增多；消长是指事物的盛衰变化。平衡是指协调、匀平和相对稳定的状态。阴阳的消长平衡，是指阴阳在不断消长运动中维持着相对的平衡状态。

相互对立、相互依存的阴阳双方，并不是静止和不变的，而是始终处于“阳消阴长”和“阴消阳长”的运动变化中，在阴阳盛衰变化中维持着相对平衡和事物属性的稳定。

阴阳消长是阴阳运动的量变过程，这一消长运动是在一定范围、一定限度内进行。如果这种“消长”运动超出一定限度，就会出现阴阳某一方面的偏盛或偏衰，使阴阳的平衡被破坏，在自然界则形成灾害，在人体则发生疾病，呈现“阳盛则阴病”或“阴盛则阳病”的病理状态。

### （四）阴阳的相互转化

阴阳的相互转化，是指阴阳双方在一定条件下，可以各自向其相反方向转化，阴转化为阳，阳转化为阴。例如自然界属阳的夏天可以转化为属阴的冬天，属阴的冬天亦可转化为属阳的夏天；又如人体的病证，属阳的热证可以转化为属阴的寒证，属阴的寒证可以转化为属阳的热证。

阴阳转化，一般发生在事物变化的“物极”阶段，即“物极必反”。如果说阴阳消长是一个量变的过程，那么阴阳转化就是在量变基础上的质变。

阴阳的相互转化，必须具备一定的条件。《素问·阴阳应象大论》说：“重阴必阳，重阳必阴”，“寒极生热，热极生寒”。没有一定的条件，阴阳是不可能转化的。

总之，阴阳之间既相互对立，又相互统一。阴阳的对立、互根、消长及其转化，是从不同角度来概括阴阳之间的相互关系及其运动规律。阴阳之间既相互对立与制约，又互根互用，阴阳二气在相互作用的运动变化中维系着动态平衡。

## 三、阴阳学说在中医学中的应用

### （一）说明人体的组织结构

人是一个有机整体，人的组织结构都可以用阴阳两方面来加以概括说明。人体脏腑组织的阴阳属性，就大体部位来说，上部为阳，下部为阴；体表属阳，体内属阴；外侧属阳，内侧属阴。就体内脏腑来说，六腑属阳，五脏属阴；具体到每一脏腑，又有阴阳之分总之，人体上下、内外各组织结构之间，以及每一组织结构本身，无不包含着阴阳的对立统一，都可用阴阳来加以概括说明，故《素问·宝命全形论》说：“人生有形，不离阴阳。”

## （二）说明人体的生理功能

人体的正常生理功能，是阴阳双方保持对立统一协调关系的结果。如以阴精（物质）和阳气（能量）的矛盾运动为例，阴精是阳气的物质基础，没有阴精，无以化生阳气，即没有物质基础，就不可能产生能量；阳气是阴精的能量表现，没有阳气，无以化生阴精，即没有功能活动，就不可能转化为营养物质。人体的阴精和阳气处于相互对立、依存、消长和转化的协调统一之中，保持着物质与能量、阴与阳的动态平衡，才能维持人体的正常生理活动。如果阴阳不能相互为用而分离，人的生命也就终止了，故《素问·生气通天论》说：“阴平阳秘，精神乃治；阴阳离决，精气乃绝。”

## （三）说明人体的病理变化

阴阳的平衡协调，是人体生理活动的基础，是人体健康的保证。这种平衡协调关系一旦被打破，阴阳失去平衡，便会发生疾病。因此，阴阳失调是疾病发生的基础（图 2-1-1）。

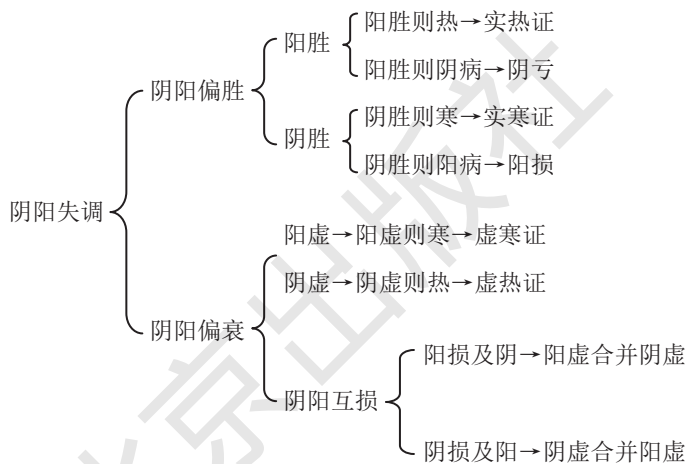


图2-1-1 阴阳失调示意图

## （四）用于疾病的诊断

由于疾病发生发展的机理在于阴阳失调，所以任何疾病尽管其临床表现错综复杂、千变万化，但都可用阴阳来加以概括说明。正确的诊断首先要分清阴阳，才能执简驭繁，抓住本质。例如望诊中色泽鲜明者属阳，晦暗者属阴；闻诊中声音洪亮者属阳，低微断续者属阴；切脉中浮、大、滑、数、实者属阳，沉、小、涩、迟、虚者属阴；八纲辨证中的表证、热证、实证属阳，里证、寒证、虚证属阴。

## （五）指导疾病的护理

由于阴阳失调是疾病发生的基本病机，因此调整阴阳，泻其有余，补其不足，恢复阴阳的相对平衡，就是治疗的基本原则。

阴阳偏胜，则应损其有余。阴阳偏衰，则应补其不足，从而使阴阳恢复新的相对平衡。

至于阳损及阴、阴损及阳而致阴阳俱损的治疗原则，则应根据阴阳互根互用的原理，采取阴阳俱补的方法，以纠正这种低水平的失衡状态。



### （六）指导养生

中医学说认为，阴阳是生命的根本，故养生最重要的就是要“法于阴阳”，即遵循自然界阴阳变化的规律来调理人体的阴阳，以保持人与自然界的协调统一，从而达到祛病延年的目的。故《素问·四气调神大论》说：“圣人春夏养阳，秋冬养阴，以从其根”，指出了调养四时阴阳的基本原则，即在夏季节要保养阳气，秋冬季节需固护阴精，增强体质，不易发病。

#### 重点提示

阴阳，是对自然界相互关联的事物和现象对立双方属性的概括。阴阳学说的基本内容包括对立制约、互根互用、消长平衡、相互转化四个方面。

## 第二节 五行学说

### ► 预习案例

#### 案例 2-2

赵某，男性，24岁。口舌生疮2天，小便黄少，灼热疼痛，舌红苔黄，脉数。

#### 思 考

1. 该病证为热证还是寒证？
2. 是五行中的火旺，应为哪脏病证？

五行学说亦属古代哲学范畴，是以木、火、土、金、水五种物质的特性及其生克乘侮规律来认识世界、解释世界和探索宇宙规律的一种世界观和方法论。五行学说认为：世界是物质的，宇宙间的一切事物都是由木、火、土、金、水五种基本物质所构成，自然界各种事物和现象的发展变化，都是这五种物质不断运动和相互作用的结果。

中医理论体系在其形成过程中，受到五行学说极其深刻的影响，它同阴阳学说一样，作为一种思维方法贯穿于中医学理论体系的各个方面，用以说明人体的生理病理，并指导疾病的诊断与治疗，成为中医学独特理论体系的重要组成部分。

### 一、五行的基本概念

五，即木、火、土、金、水五种基本物质；行，即运动变化。五行，即指木、火、土、金、水五种物质及其运动变化。

五行的最初含义与“五材”有关，人类对五行的认识，经历了一个漫长的历程，是伴随着人类的不断进步以及对每种物质的发现和应用而形成。

## 二、五行学说的基本内容

### （一）五行的特性

古人通过对木、火、土、金、水五种物质悉心观察，在积累了大量直观的朴素认识基础上，进行抽象引申而逐渐形成了五行特性的基本概念。因此，五行虽然来自于木、火、土、金、水，但实际上已超越了五种具体事物的本身，而具有更广泛的含义。

木的特性：“木曰曲直”。曲，屈也；直，伸也。曲直，即指树木的枝条具有生长、柔和，能屈能伸的特性，引申为凡具有生长、升发、条达、舒畅性质或作用的事物，均归属于木。

火的特性：“火曰炎上”。炎，具焚烧，热烈之义；上，指上升，炎上是指火具有温热、升腾、明亮的特性。引申为具有温热、向上等性质或作用的事物均归属于火。

土的特性：“土爰稼穡”。爰，通曰；稼，指种植谷物；穡指收获谷物。土具有生化、载物的特性，因而引申为具有生化、承载、受纳性质或作用的事物，均归属于土。

金的特性：“金曰从革”。从，顺从也；革，即变革。从革，即说明金的产生是通过变革而实现的。金质地沉重而坚硬，且常用于杀戮。因而引申为具有沉降、肃杀、收敛、洁净等性质或作用的事物，均归属于金。

水的特性：“水曰润下”。润，即滋润、濡润；下指下行，向下。润下乃指水滋润下行的特性，引申为凡具有寒凉、滋润、下行、闭藏等性质或作用的事物，皆归属于水。

### （二）对事物属性的五行分类（表 2-2-1）

古代医家运用五行的特性，对人体脏腑、组织、生理、病理以及与人类生活有关的自然界事物采用“取象比类”和“推演络绎”的方法，按照事物的不同性质、作用和形态，分别归属于木、火、土、金、水五行之中，借以阐述人体脏腑组织之间的复杂联系及其与外界环境之间的相互关系。

取象比类法：即从事物的形象中找出能反映其本质的特征，然后将其与五行各自的特性相比较，以确定其五行属性的方法。

推演络绎法：即根据已知的某些事物的五行属性，按照事物之间的内在逻辑关系，来推演其他相关事物的五行属性。

表 2-2-1 事物属性的五行归类表

自然界						五行	人体				
五味	五色	五化	五气	五方	五季		五脏	六腑	五官	形体	情志
酸	青	生	风	东	春	木	肝	胆	目	筋	怒
苦	赤	长	暑	南	夏	火	心	小肠	舌	脉	喜
甘	黄	化	湿	中	长夏	土	脾	胃	口	肉	思
辛	白	收	燥	西	秋	金	肺	大肠	鼻	皮毛	悲
咸	黑	藏	寒	北	冬	水	肾	膀胱	耳	骨	恐

### (三) 五行的相互关系

#### 1. 五生的相生相克

五行相互之间并不是孤立、静止的，而是存在着有序的“相生”“相克”关系，从而维持事物生化不息的动态平衡。这是五行之间的正常关系，是事物运动变化的正常规律（图 2-2-1）。

(1) 相生：生，即资生、助长、促进之意。相生是指一事物对另一事物具有促进、助长和资生的作用。

五行相生的次序：木生火，火生土，土生金，金生水，水生木。依次相生，如环无端，生化不息。

在五行的相生关系中，任何一“行”都具有“生我”“我生”两方面的关系。生我者为母，我生者为子，所以，五行相生关系又叫“母子关系”。以水为例，生我者“金”，则金为水之母，我生者“木”，则木为水之子，其他四行以此类推。

(2) 相克：克，即制约、克制、抑制之意。相克是指一事物对另一事物的生长和功能具有抑制、制约的作用。

五行相克的次序：木克土，土克水，水克火，火克金，金克木。这种克制关系，也是往复无穷的。

在五行的相克关系中，任何一“行”都具有“我克”“克我”两方面的关系，我克者为我所胜，克我者为我所不胜。因此，五行相克关系又称为“所胜”与“所不胜”关系。以“木”为例，克我者为“金”，我克者为“土”，则土就是木之“所胜”，金就是木之“所不胜”。其他四行以此类推（图 2-2-2）。

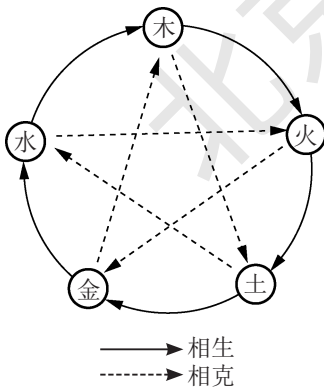


图2-2-1 五行生克图

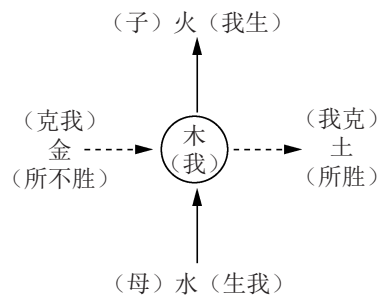


图2-2-2 五行生克制化图

#### 2. 五行的相乘相侮

相乘、相侮，是五行之间的生克制化遭到破坏后所出现的不正常现象。

(1) 相乘：“乘”即乘虚侵袭的意思。五行相乘，是指五行中的某一行过于亢盛，对其所胜行的超过正常限度的克制，引起其所胜行的虚弱，从而导致五行之间的协调关系失常（图 2-2-3）。

五行相乘的次序与相克相同，即木乘土，土乘水，水乘火，火乘金，金乘木。

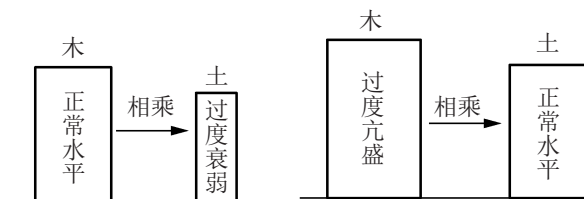


图2-2-3 五行相乘的两种情况示意图

(2) 相侮：“侮”即恃强凌弱的意思。五行相侮，是指五行中的某一行对其所不胜行的反向制约和克制，故又称“反克”（图 2-2-4）。

五行相侮的次序与相克的方向相反，即木侮金，金侮火，火侮水，水侮土，土侮木。



图2-2-4 五行相侮的两种情况示意图

相乘和相侮都是异常的相克关系，二者既有联系又有区别。相乘是按相克次序发生的过强克制，相侮发生的次序与相克相反。但由于二者发生的条件相同，因此，发生相乘时也可同时发生相侮；发生相侮时也可同时发生相乘。如木气过亢时，既可发生木乘土，也可发生木侮金；反之，当木气虚弱时，则不仅可发生金乘木，也可发生土侮木。

### 三、五行学说在中医学中的应用

#### (一) 类比脏腑的生理功能和阐述脏腑相互关系

五行学说在将人体的内脏分属于五行的同时，还以五行的特性来说明五脏的生理功能。木有生长、升发、舒畅、条达的特性，肝喜条达而恶抑郁，有疏泄的功能，故以肝属“木”；火有温暖之用，心阳有温煦之功，故以心属“火”；土有生化万物的特性，脾为气血生化之源，故以脾属“土”；金有清肃、收敛的特性，肺有肃降作用，故以肺属“金”；水有滋润的特性，肾阴有滋养全身的作用，故以肾属“水”。

各脏腑组织之间的生理联系，亦可用五行生克规律加以说明。五脏之间的资生关系表现在：肾水之精以养肝，肝木藏血以济心，心火之热以温脾，脾土之谷以充肺，肺金清肃下行以助肾水。五脏之间的制约关系表现在：肺气清肃下降，可以制约肝气的升发太过；肝气条达，可以疏泄脾气的壅滞；脾主运化水湿，可制止肾水泛滥；肾水之滋润，可防止心火之亢烈；心火的阳热，可制约肺金清肃太过。

#### (二) 说明脏腑之间的病理影响

中医学说运用五行生克乘侮理论，来说明人体病理状况下五脏之间的相互影响，即本脏之病可以传至他脏，他脏疾病也可以传至本脏。脏腑间病变的传变，可按相生关系传变和相克关系传变。

1. 按相生关系传变 包括“母病及子”和“子病犯母”。母病及子：是指疾病传变次序从母脏传及子脏，如肾病及肝、肝病及心、心病及脾、脾病及肺、肺病及肾。子病犯母：是指疾病传变次序从子脏传及母脏，如心病犯肝、肝病犯肾、肾病犯肺、肺病犯脾、脾病犯心。

2. 按相克关系传变 包括“相乘”与“相侮”。相乘，为相克太过为病；相侮，即反向克制为病。如“木旺乘土”“土虚木乘”“木火刑金”“土虚水侮”。

### (三) 用于诊断和治疗

五脏与五色、五音、五味以及相关脉象的变化，在五行分类归属上有着一定的联系，所以在临床诊断疾病时，就可以根据四诊资料，联系五行所属及生克乘侮的变化规律来推断病情。如面色青、喜食酸、脉弦，可以诊为肝病；面赤、口苦、脉洪数，可以诊为心火亢盛。脾虚患者，面色青黄，多为木乘土；心病面见黑色，多为水克火。

由于五脏病变可按五行生克乘侮和母子相及规律传变，因此临床治疗时，除针对本脏进行治疗外，还应根据五行生克乘侮规律来调整各脏腑之间的相互关系，以控制其传变。

## 自我检测

### A1 型题

1. 以下不属阴阳对立的有

- |          |        |
|----------|--------|
| A. 上与下   | B. 三与四 |
| C. 白天与黑夜 | D. 寒与热 |
| E. 水与火   |        |

2. “阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也。”这说明了阴阳之间的关系是

- |         |         |
|---------|---------|
| A. 对立制约 | B. 互根互用 |
| C. 消长平衡 | D. 相互转化 |
| E. 阴阳互藏 |         |

3. 阴胜则发生

- |        |        |        |
|--------|--------|--------|
| A. 假寒证 | B. 虚热证 | C. 实寒证 |
| D. 虚寒证 | E. 实热证 |        |

4. 五行中“木”的特性是

- |       |       |       |
|-------|-------|-------|
| A. 曲直 | B. 炎上 | C. 稼穡 |
| D. 从革 | E. 润下 |       |

5. 下列五行生克关系中哪项是错的

- |        |        |        |
|--------|--------|--------|
| A. 木克土 | B. 水生木 | C. 金克木 |
| D. 火克水 | E. 火生土 |        |

6. 下列不属于母子关系的是

- |        |        |        |
|--------|--------|--------|
| A. 土和水 | B. 金和水 | C. 水和木 |
| D. 火和土 | E. 木和火 |        |

7. 在五行学说中，五季中的“秋”应归于

- A. 木                      B. 火                      C. 土  
D. 金                      E. 水

8. 下述哪一项不是“土”的特性

- A. 生化                      B. 受纳                      C. 承载  
D. 肃降                      E. 稼穡

9. 肾病及脾，属于

- A. 相乘                      B. 相侮                      C. 相克  
D. 母病及子                      E. 子病及母

### A2型题

10. 某患者患“急性肝炎”5天，出现恶心欲吐，不思饮食，腹泻等脾胃失调的症状，这属于

- A. 木克土                      B. 木乘土                      C. 木侮土  
D. 土克木                      E. 土乘木

11. 某患者患“慢性支气管炎”15年。先有咳嗽、痰多、气喘、自汗等痰浊阻肺、肺气虚弱的症状，后又出现饮食减少、便溏、腕胀等脾胃失健的症状。这种传变次序为

- A. 相乘                      B. 相侮                      C. 母病及子  
D. 子病及母                      E. 以上均不是

12. 病若见高热持续，面红目赤，后又见四肢厥冷，面色苍白，脉微欲绝者，其当病属

- A. 阴盛则寒                      B. 阳盛则热                      C. 寒极生热  
D. 重阳必阴                      E. 阴消阳长