

图书基本信息

书名：<<从头到脚有毛病：曲黎敏养生书的135个错误>>

13位ISBN编号：9787507732023

10位ISBN编号：7507732029

出版时间：2008.12

出版时间：学院出版社

作者：马王堆 编著

页数：247

字数：207000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## 前言

学医的人大多不爱写科普类的东西，原因大概有两个：一是不好写。在医学院教过书的人可能都有这种体会：医学问题很复杂，要把一件小事情彻底讲明白，往往需要扯上好多个学科的知识，唠嗑半天，人家还不一定听得懂。这也是医学院课程多、学制长的一个重要原因。

再者，医学上的很多问题都处在不断研究、不断发展的过程中，没有定论的东西远远多于确定无疑的东西。

写给专业人士看，他们深知这层道理，知道对你说的话要“批判地吸收”，不大可能照本宣科地做出什么傻事来，可老百姓不干咱这行儿，对医生信任得不得了，只要是大夫说的话，几乎什么都信。这就很麻烦。

此外，医学上的很多术语都有特定的含义，要把它们转换成老百姓容易听懂的语言，又不丧失应有的精确性，是很不容易的事情。

所以，写科普的东西有时候比写博士论文还难。

有的大牌专家，著作等身，可是要让他做科普的东西，反而会连连摇头，敬谢不敏。

简单说，医学科普有三难：清楚难，准确难，通俗难，三者兼顾则难上加难。

二是回报低。

不管是医学院的老师，还是医院的大夫，晋升职称的时候，拿科普著作、科普文章去参评，评委们基本上是不认的。

人家要看你的学术论文、学术专著，科普的不算数。

撇开这个不说，要是老百姓爱看，咱不图别的，就图多卖点书、挣点稿费养家，行不？

也不行。

因为医学科普的书，这些年已经出得很多，卖不动了。

难度大、风险大、投入多、回报少，这就是很多学医的人不爱写科普书的原因。

不但不爱写，而且很少看。

为什么呢？

搞专业的人，读普及版的书学不到什么东西，要是让同行知道了，还觉得有点掉价儿。

曲黎敏老师讲养生的几部书——《黄帝内经养生智慧》、《养生十二说》、《从头到脚说健康》出版后，再加上更早些时候出版的《中医与传统文化》（虽然不是养生专著，但涉及不少相关内容），引发了一阵医学科普领域多年来少见的热潮。

圈子里的人，不管是佩服、嫉妒还是假装不在乎，大都得承认：把中医科普的东西做到这个程度，不容易！

而且，这对普及中医、唤起社会上对中医的关注，是件好事。

即便这样，我们这些懒惰的人仍然没有拿出时间来好好看看这些书，或者好好看看电视上曲老师的讲座。

直到最近，家人、朋友、门诊的患者、课堂上听讲的学生……身边许多人不断问起这些书中涉及的问题，我们答不上来。

为了留住老师、医生那一点可怜的面子，不想在学生、病人面前表现得太无知，只好老老实实把这些书搜罗来，一页一页、一本一本本地学习。

出人意料的是，读书的过程中，不断地发现一些错误。

其错误之多，错误之严重，达到了令人震惊的程度！

按理说，“书无完书”。

无论是谁，写几大本东西，都难免出点错儿。

但是，医学书跟其他书不一样，人命关天的事，最好别有错。

错误很多，更是不得了。

如果，万众追捧、洛阳纸贵、“销量超《新华字典》”、全国销量“一直位列非虚构类图书的第一名”（《北京晚报》2008年9月18日第27版）的医学科普畅销书，错成这个样子，再加上电视台、互联网

风靡一时的立体传播，结果会怎么样呢？

如果，普通读者不能分辨这些错误（而这是非常可能的），老老实实照书上说的去做，结果又会怎么样呢？

不堪设想！

要是我们压根儿没看过这些书，压根儿不知道里面的错儿，也就罢了。

不管发生什么，都可以说事不关己。

看过了，知道了，却不告诉大家，身为学医的人，心里实在过不去。

或许，公开挑同行著作的毛病，会被圈里的人鄙视，以后不好混了；或许，公开挑“名人著作”的毛病，会被网友讥讽为“自己没本事，就想靠骂名人出名”。

前车之鉴，比比皆是。

可事到如今，实在顾不了那么多了。

这些话不说出来，寝食难安！

毋庸讳言，这是一本批评性的书。

不过，一行儿有一行儿的规矩，经商的人讲究“亲兄弟，明算账”，学术圈里讲究“对事不对人”。

批评的是观点，争论的是学术，不管意见多么尖锐、说话多么不客气，对任何个人都没有任何恶意。

别人批评我们，同理。

这一点，相信读者诸君都是明白人，都能理解。

问题1“万恶淫为首”——“六淫”究竟是什么？

错在以令人惊讶的方式错解中医里常识性的基本概念，与中医科普的宗旨背道而驰。

问题8哪儿来的“十二时辰养生法”？

——脏腑轮流“值班”、十二经分时“当令”是无稽之谈。

错在臆造出脏腑经络“分时当令”理论，由此引出的养生方法因而漏洞百出，贻笑大方，可能大大降低中医理论及中医养生方法在社会上的公信力。

问题16降压药+“生一口大气”=脑溢血？

——高血压降不得吗？

错在反对控制高血压，如果患者照做，可能大大增加高血压并发症的发生率。

问题50肺癌“治成”大肠癌——是“病情好转”吗？

错在误解中医脏腑相关理论，违背医学常识，可能严重误导患者，延误癌症治疗。

问题54囫囵吞枣——万万使不得！

错在道听途说，违背中医常识，提倡“囫囵吞枣”，可能危及人命。

问题57糖尿病初期应该“随便吃”吗？

错在违背糖尿病治疗常识，触犯治疗大忌，可能使糖尿病并发症的风险大大增加。

本书据以展开讨论的主要原始资料，来自以下四部书：1.曲黎敏.中医与传统文化.人民卫生出版社，2005年1月第1版第1次印刷。

2.曲黎敏.黄帝内经养生智慧.鹭江出版社，2008年3月第1版第6次印刷。

3.曲黎敏.养生十二说.中国对外翻译出版社，2008年4月第一版第二次印刷。

4.曲黎敏.从头到脚说健康.湖北长江出版集团长江文艺出版社，2008年7月第1版第1次印刷。

为节省篇幅计，书中引用上述著作时一般使用简称：《中医与传统文化》简称为《传统文化》，《黄帝内经养生智慧》简称为《养生智慧》，《养生十二说》简称为《十二说》，《从头到脚说健康》简称为《从头到脚》，引用时标明出处及页码以方便读者对照。

书中引用的其他文献，均随文作注，不另附参考文献。

本书末尾抄录了清代医学家徐灵胎的两篇医学评论，其中谈到的问题和观点，可供现代人借鉴。

## 内容概要

看见“脾”字右边有个“卑”字，就想起了“婢”；想起了“婢”，就想起了“小丫鬟”；想起了“小丫鬟”，就想起了“大宅门”；想起了“大宅门”，就想起了“富贵”；想起了“富贵”，就想起了“富贵病”。

就这么左一想，右一想，“脾病”就等于“富贵病”了？

难道医学都是这么盯着一个字儿使劲想，一点一点想出来的吗？

书籍目录

- 疾病·人体·中医基本概念 1 “万恶淫为首”——“六淫”究竟是什么？  
 2 “百善孝为先”——年轻人吃新粮、老人吃旧粮是中医主张的“孝道”吗？  
 3 讲“遗传”就是“不孝顺”吗？  
 4 见“鬼”的《左传》——医和说过“鬼、食、蛊”是三大病因吗？  
 5 先有“病”字，还是先有心属“南方丙丁火”？  
 ——又见“关公战秦琼” 6 “中医是不能分科的，分了科就西化了”吗？  
 7 只说“像”什么，不说“是”什么，更不说“几斤几两”——中医是这样的吗？  
 8 哪儿来的“十二时辰养生法”？  
 ——脏腑轮流“值班”、十二经分时“当令”是无稽之谈 9 “感觉很好”，“就是很好”吗？  
 从“头”开始 头发 10 “头发不干就睡”究竟有多危险——“头部经脉”能“打成结”吗？  
 11 头皮屑的来历——“阴盛阳虚”——“虚火上炎”吗？  
 12 头发花白是因为“一会儿失落，一会儿激动”吗？  
 胡须 13 “胡须”变“乳房”——女子的“冲脉”短一截儿吗？  
 14 再说胡须——“天宦”的“功夫”有多“强”？  
 脑和脑病 15 “吃得太多”，“油脂”就能“把脑髓都给糊住”吗？  
 16 降压药+“生一口大气”——脑溢血？  
 ——高血压降不得吗？  
 17 年轻人“不会得脑溢血”吗？  
 18 嗜咸和高血压的关系——可以“颠倒过来说”吗？  
 19 救护车是如何“害死”中风病人的 睡眠 20 心。  
 肾相交是“晕针”的“能力”吗？  
 · 21 “拨浪鼓”治小儿“脾弱”、“昏昏欲睡”——是“吵”醒的还是“克”醒的？  
 22 “过午不食”能防止失眠吗？  
 23 多梦的原因是“虚火扰头”吗？  
 24 几点钟做梦，您是怎么知道的？  
 25 “婴儿睡觉不用枕头”是因为心肺功能强吗？  
 面部五官 26 爱脸红的女孩子就“容易流产”吗？  
 27 “鼻祖”究竟是怎么来的？  
 28 “不”是这样的，“否”则超乎想象——汉字在“流血”！  
 29 “鼬衄”不等于“流鼻血” 30 流鼻血能降“脑压”吗？  
 31 过敏性鼻炎“很容易解决”、麻黄附子细辛“没有人敢开”吗？  
 32 “人中”是任督二脉的交汇点吗？  
 33 “驴唇”对不上“领导的嘴” 34 “地包天”也算是一种命吗？  
 35 “舌头上白白的东西”是什么？  
 36 哪儿来的“迎粮穴”？  
 37 嘴歪就是胃病吗？  
 咽喉 38 肾经怎样过喉咙——“循”就是“走一圈儿”吗？  
 颈椎 39 谁说“针无补法”、“虚证不按摩”？  
 40 “膂”究竟是什么——“大油”就是力量吗？  
 41 什么才是“肾阴虚腰痛”？  
 42 “病入膏肓”就是病人“膏肓穴”吗？  
 43 腰酸背痛腿抽筋，肯定“不是缺钙”吗？  
 脏腑 心 44 人心不是“肉”长的吗？  
 45 “心包是西医没有的概念”吗？  
 46 心慌“肯定不是”心脏的病吗？

- 47 “心包积液”？  
——在“敲打心包经”之前，请快去医院！
- 48 “大面积心衰”是什么东西呀？
- 49 心脏没“癌”吗？
- 肺 50 肺癌“治成”大肠癌——是“病情好转”吗？
- 51 屁股泡在盐水里腹泻不止的高烧小婴儿！  
!  
!
- 52 黄痰是“接近治愈”、白痰就“很危险”吗？
- 53 真武汤里“有细辛这味药”吗？
- 脾 54 囫囵吞枣——万万使不得！
- 55 “后天之本”是怎么变成“小丫鬟”的？
- 56 中医认为“糖尿病就是脾病”吗？
- 57 糖尿病初期应该“随便吃”吗？
- 58 “补脾阳和肾阳”、“让命门火大动起来”是中医治疗糖尿病的“原则”吗？
- 59 胰腺炎“仅仅是很疼”吗？
- 60 胰腺炎“发展下去就导致癌症”吗？
- 胃 61 胃有“肃降”的功能吗？
- 62 用一切药前提是“固摄”脾胃——中医有这样的“基本原则”吗？
- 63 胃有多“呆”？
- 肝 64 治肝只有“破法”吗？
- 65 肝癌“通常转移成胃癌”吗？
- 66 月经解酒？  
——女性能“通过月经把肝郁疏泄掉”吗？
- 胆 67 胆结石是“胆汁溶液产生结晶”吗？
- 肾 68 一份一份“调”、顾头不顾脚的“元气”——有吗？
- 69 盐能“调元气”吗？
- 70 “肚子里面的油”能藏住元气吗？
- 71 元气是“遗失不补”、无药可救的吗？
- 72 “组织液全都排泄掉了”——“三高症”是如何形成的？
- 膀胱 73 小便时“打激灵”就是肾虚、就“属于老年人了”吗？
- 74 “小便”是“清窍”、“嘴巴”是“浊窍”吗？
- 大小肠 75 小肠是如何“兴盛”的？
- 76 大肠有“分别清浊”的功能吗？
- 77 “津液”是动词，天津“只出不入”——谁懂？
- 78 阳虚便秘怎么治——“常用白通汤”吗？
- 79 大便粗是肺气足吗？
- 80 溃疡性结肠炎怎么治——“西医一提到炎症就要用抗生素”吗？
- 81 腹泻“绝不是昨天的事儿”吗？
- 腹腔、盆腔 82 子宫肌瘤不“太大”就能排掉吗？  
“边缘清晰”是“等”来的吗？
- 83 子宫肌瘤会引起“排异反应”吗？
- 84 年龄大、结婚晚的女性想要孩子，“很可笑”吗？
- 85 女性脱肛一定伴有“子宫下垂”吗？
- 86 脱肛就不可能有孩子吗？
- 87 “神阙”到底是什么意思——剪断脐带“天神”就跑了吗？
- 88 “西方人鼓励女性剖腹产”吗？



- 89 剖腹产“横竖不是”——手术刀能切断“经脉”吗？
- 四肢 90 指尖是“气血最薄”、“最容易发生堵塞”的地方吗？
- 91 膝盖有“二十四块骨头”吗？
- 92 孙思邈治过的那个病是什么样的“脚气”？
- 93 “抖腿”就是“有肾病”吗？
- 94 先迈右脚，会死人吗？
- 情志 95 如此“悲胜怒”——慎勿模仿！ 96 这能叫“思胜恐”吗？
- “受惊娘子”的真实故事 97 “聪明”的悖论——智障者比盲聋者“聪明”吗？
- 98 太监的“魄力”是从哪儿来的？
- 99 不仁不义——是有罪，还是有“病”？
- 100 “骨瘦如柴、饥肠辘辘”的人一定没志向吗？
- 药物、治疗与养生 101 乌头是“有点偏毒性”吗？
- 102 桂皮就是桂枝的皮吗？
- 103 古人认为葱能“解鱼肉之毒”吗？
- 104 生姜解的是“野禽的毒”吗？
- 105 大蒜“从来不入药”吗？
- 106 菊花是补肺肾的药吗？
- 107 冬雷震震夏雨雪，颠颠倒倒萝卜姜 108 “上床萝卜”还是不吃为好 109 “煮熟的鸭子”吃不得吗？
- 110 “没有一味药可以入奇经八脉”吗？
- 111 “误下”就是“开错了药”吗？
- 112 中医“补”的概念就是“固摄”吗？
- 113 治病的次序是“一层一层往外拱”——这是什么“论”？
- 114 养生就是养“东方”吗？
- 经典与文化 115 《黄帝内经》是“唯一一本以圣王命名的书”吗？
- 116 《内经》用“黄帝”命名就“一统了天下医学”吗？
- 117 “黄帝自己”是怎么“学习《黄帝内经》”的？
- 118 “《黄帝内经》开篇第一段话”讲了什么？
- 119 《黄帝内经》说过“冬不养藏，春必病温”吗？
- 120 谁“生而神灵成而登天”——是黄帝，还是所有人？
- 121 谁“美其食故曰朴”——是百姓，还是脏腑？
- 122 “美其食故曰朴”那句话是“出自《老子》”吗？
- 123 “愚智贤不肖”都是讲“脏腑本性”的吗？
- 请看 脏腑“智商排行榜”及其“操行评语” 124 马王堆经络书“旁边全都附着一个导引图”吗？
- 125 “丘未达，不敢尝”这句话，孔子是对谁说的？
- 126 “食色性也”是“伟大的孔子”说的吗？
- 127 《孟子》也是医书吗？
- 128 《易经》和《易传》是同一本书吗？
- 129 庄子和荀子是同一个人吗？
- 130 《心经》说了什么？
- 131 春天到底有多“蠢”？
- 132 我的“天”哪！ 133 中国人“吃饭的时候不分尊卑贵贱”吗？
- 134 “中国古代人多聪明啊”——就是“故意不要往科技那边做”吗？
- 135 居然有这样的“东西”——买“南北”就“危及人类”吗？
- 附录 清代医家徐灵胎的两篇医学评论 医非人人可学论 涉猎医书误人论





## 章节摘录

疾病·人体·中医基本概念 1 “万恶淫为首”——“六淫”究竟是什么？

书上曾引用一句民间的老话儿，叫“万恶淫为首”，帮助大家理解养生的道理。

而在讲到“人为什么生病”这个话题的时候，书上非常专业地指出，在病因学上，这个“淫”不是淫欲，而是“过度”的意思，并且给出了现代中医关于“六淫”的概念。

请看《从头到脚》第4~5页的说法：“现代中医将人生病的原因归为六淫。

”“六淫就是六种过度的行为。

”它们分别是：疫疠、七情、饮食劳逸、外伤、痰饮、瘀血。

不管是从古代中医的角度，还是从“现代中医”的角度来看，这个“六淫”的概念都是完全错误的。

为什么呢？

咱们中国人花了几千年琢磨“人为什么生病”这个事儿，曾经提出过很多种不同的观点。

在汉代至宋代这段时间里，有一种叫“三因说”的理论慢慢被大家广泛地接受了。

这种理论认为，人生病的原因可以归为三大类，分另做：内因、外因、不内外因。

内因是“内伤七情”，外因是“外感六淫”，不内外因就是这两者之外的其他一些致病因素（如饮食、劳倦、外伤等等）。

这种病因分类法一直沿用到今天。

所以，“现代中医”并不是像书上说的那样，“将人生病的原因归为六淫”，而是归为内因、外因、不内外因这三大类，六淫只是其中的一类。

那么，“六淫”到底是什么呢？

这要先从“六气”说起。

古人把一年四季的气候环境变化归纳为六种，分别是：风、寒、暑、湿、燥、火。

这些气候环境因素本来都是自然界里的正常现象，春去秋来，风花雪月，本来对人没有什么危害，所以古人管它们叫“六气”。

然而，一旦这些气候环境的变化太过剧烈，超出一定的限度，就成了灾害性的东西了，就可能让人生病。

气候环境方面这种超出正常限度的变化，古人称之为“淫”。

所以，“六淫”就是超出正常限度的“六气”。

风、寒、暑、湿、燥、火——这才是中医讲的“六淫”。

书上提到的“七情”，在中医里被归于“内因”；“饮食劳逸”和“外伤”，被归于“不内外因”。

在“三因说”里，这些东西恰恰是要与“六淫”区别开来的东西。

“疫疠”，古代指的是传染病，是一类疾病的名字，根本不是病因的概念。

至于“痰饮”和“瘀血”，通常把它们归为病理产物，而不是一般意义上的病因。

也就是说，书上关于“六淫”的讲法，与中医学的六淫概念，一点边儿都不沾。

而且，就算咱不去理会“现代中医”到底是怎么认为的，书上的说法本身也不能自圆其说。

为什么呢？

因为，它一上来就说六淫是六种过度的“行为”，但是看看下面讲的具体内容：疫疠、外伤、痰饮、瘀血这些东西，能叫做行为吗？

这些事情，怎么才算是“过度”呢？

有“不过度”的疫疠、“不过度”的外伤吗？

所以，即使没有正规的中医概念作参照，这种说法自己也是站不住脚的。

2 “百善孝为先”——年轻人吃新粮、老人吃旧粮是中医主张的“孝道”吗？

这是一个跟粮食有关的问题。

《从头到脚》第86~87页说：“古代人不懂得什么叫维生素，但是那时的人知道米和面有一个特性，它是种子，种子就是只要种在地下，就能够生根发芽，生长出来。

所以中国专代的饮食文化强调的是要吃种子，要吃这种能够继续生发的东西。

这是我们传统文化的要点。

” “说到吃种子的问题，我要特别说一点养生之道。

秋天是收获的季节，是粮食丰收的季节，这个时候年轻人可以去吃新打下来的粮食，新的种子，可是恰恰老人就不可以吃新粮，这是为什么呢？

因为新打下来的粮食的萌发之机太旺，如果老人吃了的话，容易引发他的宿疾，意思就是老病根儿容易被勾出来，所以老人到了秋天在饮食上还是要偏于以旧粮为主，不要过度地吃新粮，这是养生的一个很重要的原则。

我们中国人讲究行孝道，有‘百善孝为先’的说法，但我们首先要懂得如何行孝道，是否能吃新粮这点事也是这样，所以我们要多学中医，多长知识，更好地行孝道。

” 从医理上看，老人不能吃新粮的说法是不能成立的。

理由如下： 第一，平日饮食中的粮食，从药性的角度看，是非常平和的，偏性很小。

如果能轻易引发宿疾的话，那么这些东西根本就不适合做食物，不管它是新打下来的，还是放置了很长时间的。

第二，假如脱了壳甚至磨成粉的稻子、麦子都是“生机太旺”的东西的话，那么能孵出小鸡的新鲜鸡蛋、秋天捞起来的满是蟹黄的活螃蟹、能喂羊羔牛犊的新鲜奶和连皮带肉、连枝带籽、丢在土里能长成果树的新鲜水果，是不是生机更加“太旺”呢？

为了“孝道”，为了不至于引发老人的宿疾，是不是连这些东西也应该先在仓库里存它几年，再给老人们吃呢？

第三，如果说新粮能引发宿疾，那么到底能引发哪些宿疾呢？

人可能生各种各样的病，只要是慢性的、长期不愈或反复发作的病，都可以叫做宿疾。

难道一切宿疾都会因为吃了新打的大米白面而引起发作吗？

难道这新鲜的大米白面，害起人来竟然比砒霜还管用吗？

如果不是这样，是否应该对所谓宿疾作一个区分，给哪怕是一部分有病的老人一个吃新鲜粮食的机会呢？

第四，假设新粮有引发所有宿疾的能力，但有宿疾的不一定都是老年人吧？

中年人、青年人甚至小孩子，就不可能有宿疾吗？

那些有宿疾并且还不老的人，看了书上的说法，放心大胆地去大吃新粮，因此而宿疾大发，该由谁来负责呢？

再者，老人也不都是有宿疾的人吧？

现在，老人的健康水平提高了，很多老人身体倍儿棒，什么宿疾都没有，是不是也不能吃新粮呢？

连这些健康的老人我们也不给他们新粮吃，能不能算是一种“孝道”呢？

第五，中医调理人体的基本准则是“虚则补之，实则泻之”，“损有余而补不足”。

既然年轻人生机旺盛，就不应该再去强化这种生机。

而生机不那么旺盛的老年人，刚好需要生机旺盛的东西去扶助。

假如真的如书上所说，新粮生机旺盛的话，那么，年轻人吃新粮，是让有余者更加有余；老年人不吃新粮，是让不足者更加不足。

这恰恰与中医治疗的基本准则背道而驰，犯了“虚虚实实”的大忌。

第六，即使对中医一无所知，大家总会多少有些食品安全方面的常识吧。

陈年的粮食，为了保鲜防虫，总会采取些什么措施吧？

万一采取的那些措施有些什么不够周到或者发生一些什么意外情况的话，我们会不会把一些本来给细菌、虫子们吃的东西吃到自己的肚子里去呢？

如果这些措施没有奏效，或者干脆没有什么措施，那么，陈年的粮食会不会有些霉变呢？

霉变的粮食里会不会有黄曲霉素之类让人得癌症的东西呢？

吃下给细菌、虫子吃的东西，或者得癌症，跟所谓的“引发宿疾”相比，哪个更危险一些呢？

如果受客观条件的限制，大家都吃不到新粮食，那也没有办法，但是，在有新粮的时候，年轻人自己吃新的，并且以避免“引发宿疾”的名义，单单让年迈的父母亲去承担那样的风险，这算是哪家的“

孝道”呢？

综上，老人不宜吃新粮的说法是根本站不住脚的。

不管民间是否有过这类说法，不管过去是否曾经有人在书里写过这样的话，当代的主流的中医学界是不会认同这种观点的，更不会认同它是“养生的一个很重要的原则”。

如果认同了这样一种漏洞百出的所谓“原则”、所谓“孝道”，那么，这样的中医学到底该不该继续存在下去，恐怕要打上一个大大的问号。

3讲“遗传”就是“不孝顺”吗？

《养生智慧》第75页说：“大家一定要记住，《黄帝内经》讲的是习性造病，而现在很多人却认为自己得病是遗传的，我很不赞成这种观点。

遗传是什么概念？

其实在中国文化里不存在遗传这个词，中国文化还怕你是“不肖子孙”呢。

所以，不要轻易地谈什么遗传问题。

在中国传统文化里，如果你要说你是遗传的话，首先犯了中国古代文化里的一个大忌——不孝。

不孝顺就是说爹妈给了你这条命，在你得病后还赖爹妈！病也是他们给你的？

你想想，这是不是不孝顺呢？

” 《十二说》第75页讲：“西医就爱在人自身上盯着找原因，经常往爹妈身上推诿病因，说很多病都是遗传自父母的。

要中医看，绝不是这样的。

所谓的遗传病，就是你跟父母的生活方式太相像了，所造成的身心状态也相近，所以才会跟他们得一样的病。

他们是什么情绪你从小都是耳濡目染的；他们老压抑着你，你顺从惯了，长大以后还是按父母的形象找“老伴儿”，继续压制着自己，就这样憋闷着，憋闷就容易得肝癌。

你爸受你妈的压制，你爸得了肝癌，这能说是你遗传了你爸的肝癌基因吗？

不能那么说！是每一个人自己的生活习惯和生活环境造成了自己的病。

”先说说“遗传”这个事儿。

“遗传是什么概念”？

教科书上的说法是：遗传是生命有机体在生殖过程中所表现出来的亲代与子代间的相似现象。

那么遗传病又是什么概念呢？

它指的是人体细胞内的遗传物质发生突变（基因突变或染色体畸变）所引起的一类疾病。

或者说，遗传病是指某种疾病的发生需要一定的遗传基础，通过这种遗传基础，按一定的方式传给后代。

### 编辑推荐

《从头到脚有毛病：曲黎敏养生书的135个错误》属于养生保健类的图书，这类图书有其独特性，从读者应用的角度考虑，专业的书必须由专业的人来写，如果作者只是研究中医哲学与文化，并无多年临床实践经验，或者仅仅是中医“爱好者”，写出来的图书又错误连篇，甚至与事实完全相反，读者照错误的方法去“养生”，结果恐怕不堪设想。养生保健类的书一定要对读者负责。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>