

<<任之堂跟诊日记1>>

图书基本信息

书名：<<任之堂跟诊日记1>>

13位ISBN编号：9787509161371

10位ISBN编号：7509161371

出版时间：2012-10

出版时间：人民军医出版社

作者：曾培杰，陈创涛 编著

页数：245

字数：276000

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>

## <<任之堂跟诊日记1>>

### 内容概要

本书以理顺中医思路为主线，讲述了两个中医学子跟师学习的故事。他们以日记的形式记录跟师抄方所得，以及老师的言传身教。每天跟随老师上午看病抄方，下午或上山采药，或记录总结，晚上听师讲学。老师将中医的道理融入日常生活交谈中，寓教于乐，趣味横生，充分再现了民间传统中医师带徒的传教生活。其中既有传统民间中医的养生智慧，也有临证治疗验案，更有不少民间偏方秘方。这部以日记形式写成的中医读物，原汁原味，雅俗共赏，让读者看起来很轻松，不费解，在轻松地阅读之余，能学到精深的医术。无论是中医专业人士，还是中医爱好者，都能够从书中有所感悟。本书语言通俗易懂，行文流畅，适合中医初学者、中医爱好者以及关注健康养生的人阅读参考。

两个中医学子的跟诊抄方日记真实再现中医师带徒传教生活。

## <<任之堂跟诊日记1>>

### 书籍目录

引子 为了理顺中医思路

第1天 以自身之热疗自身之寒

正对病人双手诊脉

以自身之热疗自身之寒

益母草配黄芪治疗白带异常、蛋白尿

第2天 牡蛎和枇杷叶

牡蛎潜镇，收人体上焦浮亢的虚火

枇杷叶可以降肺气，补肾气

第3天 小儿食积一三四

鸡矢藤可以消食化积

第4天 吊痧也治病

血瘀体质多拍打

白术疗死肌，贯众除子宫热毒

第5天 龙骨调养精、气、神

高血压病人不要生气

芍药甘草汤可以治疗肝郁引起的大便秘结

牙痛大多是胃火上蒸

重用白术治鱼鳞病

降香行气活血又降气

龙骨调养精、气、神

第6天 组方配伍的五个辩证关系

治疗心血不足、心烦气躁，喜用酸枣仁、火麻仁

组方配伍的五个辩证关系

第7天 加强版小青龙汤

凭脉用药

加强版小青龙汤

行医是行德，无德不行医

三个闪亮点

第8天 胸膈郁热五虎将，理气清热效最良

补气与祛湿

治阳痿的三味药

专治抽筋的药对

生姜大枣的大功效

疮、痒、瘀、斑重用石菖蒲

通身都是宝的穿破石

第9天 搓脚心可引上焦之火气来暖下焦之元阳

重新解读九味羌活汤

肺气不降，金不生水

搓脚心能引火下行

国医大师朱良春的勉励

第10天 吊痧疗法巧治病

神奇的吊痧疗法

升清降浊的两组药对

屡试屡效的验方

重用葛根通鼻窍

## <<任之堂跟诊日记1>>

第11天 治疗腰椎间盘突出病症要从脾、肾、肝三脏入手

脾肾肝引起的腰椎间盘突出问题

大剂量与小剂量

《黄帝内经》的形神观

阳气不升用葛根

任之堂的“不传之秘”

第12天 通肠道也是防壅补

加强版逍遥散

马勃粉治阴囊潮湿特效

虎杖与乌梅散收消息肉

血黏度偏高要滋阴

肠道一通，补而不滞

“肾之豆”——黑豆

端正心态，正确看待疾病

用中药要以简执繁

《了凡四训》的自我检讨

处处留心皆学问，悟性这种东西要相信

脉象之首脉为郁脉

学医的八个误区

第13天 治不育一三三四五

来自民间郎中的外洗方

小腹受寒单用小茴香

治疗瘙痒的两组药对

疲劳综合征用苍术、白术泡茶喝

气药的用处

治不育一三三四五

简验便廉是中医的特色

继续学习历程

第14天 春天里的病

春天肝阳上亢的病人多

化痰湿积滞的鸡矢藤和海浮石

春天惹的祸

任之堂的胃炎散

“鼻三药”和“通肠二药”

值得推荐的原始点按摩法

第15天 鸡矢藤散消食化积减肥

鸡矢藤要真正用好，就一定要研末

用附子要配酸枣仁或山药

第16天 顺脏腑之性，养脏腑之真

手指甲反映肝的问题

放化疗后的对标治疗

养真汤能调治百分之七十以上的病

“清理五药”

第17天 香味药能降浊升清

中药可以补阳，运动也可以补阳

当归治久咳夜咳

扁桃三药：威灵仙、白英、青皮

## <<任之堂跟诊日记1>>

第18天 通皮肤肌肉经络的穿破石

一味老鹳草，专治吊线风

第19天 松节安神助睡眠

三七为什么叫三七

升清降浊用三升三降

补中益气是升，三妙散加冬瓜子是降

鱼生痰，肉生火，青菜豆腐保平安

初春采桃枝

威灵仙治疗足跟骨刺疼痛

一方药材治一方病

松节安神助睡眠

第20天 运动也要讲究火候

胞宫虚冷用紫石英

十六味流气饮

重用杜仲治腰痛

治疗腹部肥胖、痰湿滞留很好的四味中药

皮肤白天痒，应该以解表为主；晚上痒，应该以通里为主

土茯苓配合忍冬藤治疗梅毒

治疗牛皮癣的创见

第21天 治疗皮肤病，还是从内脏整体来调

乍暖还寒的春天对心脏不利

治疗血压偏高的上好药对——穿破石与丹参

移治皮肤病的心脏病偏方

第22天 号脉首先要看重整个脉的气势

胃痛厉害的用延胡索、当归

“高下相倾”的治法解读

专门理气的香附与郁金

专治皮肤瘢痕的土大黄、桔梗

大蓟可以凉拌着吃

画出来的七种脉象

第23天 生姜的七大效用

五味药的养筋汤

“水至清则无鱼，血至净则无病”

能解酒的藿香正气口服液

能解风寒的宋嫂鱼羹

打鼾是痰湿阻滞气道

夜间磨牙用竹沥吞服贝母、远志粉

第24天 晒太阳能解决从头到脚的保健问题

晒太阳的诀窍

三升三降

心脉无力神不足用桂枝汤加红参

第25天 小儿发热三味药+扁桃三药

四味治癌灵药

调六脉的养真汤

“大气一转，其气乃散”的前后转

小儿退热三味药

## <<任之堂跟诊日记1>>

- 第26天 单药单方骨碎补  
除毒热杀虫以贯众  
耳鸣、耳聋的特效药——骨碎补
- 第27天 “外治之法即内治之法”  
“治胃四药”  
土鳖虫善治腰痛  
白芷重用对额窦炎、鼻窦炎有效  
激发身体的自愈功能  
中药的止痛药——延胡索  
生病起于过用
- 第28天 治心脏病的三味良药  
燥湿竟能解决口干渴  
阳微阴弦  
药中四维
- 第29天 专门治痒的专病专方
- 第30天 把整个人体的脉势  
左关郁用柴胡，右关郁用木香  
治疗顽固腰腿神经痛的底方
- 第31天 治咽不能单看到咽  
龙骨、牡蛎乃治痰之神品  
用桂枝汤时配川牛膝
- 第32天 小儿食积感冒怎么办  
小儿食积的一二三四
- 第33天 学药需要看它的冷门  
时行感冒方  
重用丝瓜络治关节痰湿积滞  
学习中药分四步走
- 第34天 上焦天要清，下焦地要浊，中焦人要活  
平常服食山药，不能用炒，要用煮汁  
治睾丸疼痛的五核丸
- 第35天 川贝枇杷膏的民间制法  
八味药为主的外敷药  
白癩风必用的四味药  
枇杷叶止咳必须把叶背上的柔毛刷去才有效
- 第36天 遍寻名医、久治无效的小女孩  
中医大会诊
- 第37天 降血压的偏方  
血脉不通的高血压单用穿破石、丹参
- 第38天 治疗痘疮的心得：解表、通里、活血气  
“暴崩宜止，久漏宜清”  
皮肤痘疮的三方面原因
- 第39天 头颈僵硬，少不了葛根、牡蛎  
“升清阳四药”与“通脉四药”  
中医里的同病异治
- 第40天 能透过血脑屏障的中药  
大气一转，其气乃散  
升阳祛湿健脾胃的两组药对

## <<任之堂跟诊日记1>>

治咳不在止咳，而在通气

第41天 阴阳的四点特性

血化下行不作劳

撞墙能疏通背部经络

战战兢兢地抄方

衣食住行可补阳

第42天 失眠眼难合，该用什么药

头部引经药

川楝子疏肝气降肝火

三四米长的何首乌，二三十斤的松节

第43天 能补五成阳气的补阳还五汤

心血不足的四方面表现

寒热对流

做染料的青黛

第44天 古代有三种病人，用药特别难治

胆为中正之官

特别难治的三种病人

理气清热五虎将

第45天 单纯性口臭用单味药就能解决

薏苡理脚气而除风湿

上嘴唇归胃管，下嘴唇归脾管

第46天 痰的最深层根源

理肾中之痰的理痰汤

第47天 没听过的猪活骨

另样药组：钟乳石、松节、老鹳草、猪活骨

第48天 气滞是因，血瘀是果

生半夏与夏枯草可治咽中痰堵

脏病腑治，以腑治脏

防治高原反应的红景天

改良的火柴棒平衡法

结语 中医的精髓是体悟

## &lt;&lt;任之堂跟诊日记1&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：冬瓜子是非常寻常的瓜果菜食之物，它的子为什么有如此神效呢？

原来古人发现，把冬瓜子抛入粪坑中不腐烂，第二年用来施肥，地里还可以长出甜美甘爽的冬瓜。

古人观察这一现象悟出冬瓜子“极善于浊中生清，其子抗生力强”，故冬瓜子能升清降浊，符合轻可祛实的特点。

广泛用治上焦的咳喘、浓痰，中焦的肠痈、积滞，下焦的湿热、带下、痈毒臭秽之病。

看来学问未必全在书中，平时善于观察领悟，处处留心皆学问啊！

太树人得到的这个冬瓜子的应用经验，也是从一位民间老者口中听来的。

晚上，老师给我们讲解《药性赋》。

秀梅在黑板上抄写了一段《药性赋》：诸药赋性，此类最寒。

犀角解乎心热，羚羊清乎肺肝。

泽泻利水通淋而补阴不足，海藻散瘰破气而治疝何难。

闻之菊花能明目而清头风，射干疗咽闭而消痈毒。

薏苡理脚气而除风湿，藕节消瘀血而止吐衄。

瓜蒌予下气润肺喘兮，又且宽中，车前子止泻利小便兮，尤能明目……我们一起诵读《药性赋》，老师则一一加以解说。

譬如，当讲到葛根时，《药性赋》说：“疗肌解表，干葛先而柴胡次之。”

老师说，颈项强痛大多属于湿，用生牡蛎、黑豆往下收，再用葛根升清解肌，而且用量要大，那大脑就如同见到阳光一样，暖洋洋的。

接着，我们又谈到皮肤病。

顽固性皮肤病，大多病根在脾胃。

因为“损其脾者，饮食不为肌肤。”

葛根能把胃中水谷精微供养到肌肤腠理，以解肌发表。

老师又说，这类皮肤病需重用白术。

因为《神农本草经》说白术疗死肌，这比葛根效果更好。

尤其皮肤病属于严重掉皮的那种，白术还要重用，更能走皮肤，令清阳发腠理，则皮肤腠理致密。

还可配些枇杷叶，因为枇杷叶降十二经之逆气，能令浊阴归于六腑大肠中。

确实，我们想了一下，排六腑积滞，就是一个肃降肺气的过程。

当老师谈到藕节既能消瘀血，又可以止吐衄时，便说，要特别注意这些对立又统一的中药，既能活血，又能补血。

如当归、鸡血藤，重用又不伤正气。

谈到海藻时，老师特别提到《十八反》，海藻很明显是与甘草相反的。

“海藻散瘰破气而治疝何难。”

所以用海藻软坚散结时，要特别注意它与甘草相反。

我们还一起谈了盘腿与八段锦，大部分练过盘腿的人都能明显感到，盘完腿后走起路来轻快利索多了。

秀梅她也体会到盘腿特别酸胀时，越是要放松、心静，这时坐练八段锦，可以缓解酸麻胀痛，疏通经络。



<<任之堂跟诊日记1>>

媒体关注与评论

心中有升降出入，脑中有五行生克循环医者意也，即入中医之门 &mdash;&mdash;自强堂正骨  
我是个没有任何中医基础的人，但我从您的书中自学会了号脉、绍方、用药，尽管粗疏，但  
能为很多身边的人解决病痛，很有成就感 &mdash;&mdash;黄昏野渡

## <<任之堂跟诊日记1>>

### 编辑推荐

《任之堂跟诊日记1》是任之堂主人继《一个传统中医的成长历程》后的又一力作，再现传统中医师徒制教育！

《任之堂跟诊日记1》语言通俗易懂，行文流畅，适合中医初学者、中医爱好者以及关注健康养生的人士阅读参考。

<<任之堂跟诊日记1>>

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>