

<<希波克拉底文集>>

图书基本信息

书名：<<希波克拉底文集>>

13位ISBN编号：9787802312258

10位ISBN编号：7802312256

出版时间：2007-7

出版时间：中国中医药出版社

作者：希波克拉底

页数：303

译者：赵洪钧,武鹏

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>

## <<希波克拉底文集>>

### 前言

《希波克拉底文集》中文译本1988年由安徽科技出版社出版，至今已近二十年了。二十年来，中国在改革开放，方针的指导下，社会发生了很大的进步和变革。从世界各地到中国的人多了，从中国走出去的人更多了，医学界的情况亦是如此，在中外医学交流中，中国医学界更需要对“西方医学之父”希波克拉底有更多的了解。

近年来，中西医学的争论有所升温。殊不知，“和而不同”是人类各种文明协调发展的真谛。“和谐”而不千篇一律，“不同”而不相互冲突，和而不同是人类多种文明共存的思想基础，是人类能够在多元社会中生存的基石，人体作为物

## <<希波克拉底文集>>

### 内容概要

“西方医学之父”希腊医学的代表人物希波克拉底，以他为名的著作《希波克拉底文集》是所有医学界人士都应该阅读和思考的必备之书。

也是现在研究希腊医学最重要的典籍。

希波克拉底的医学思想给每个现代人以弥久恒新的生命感悟和健康启迪，适合更多中国知识分子阅读。

近现代中外各流派的文化专家均认为，古希腊文化虽孕育较晚，却是近代欧洲文化——西方文化的始基。

医学方面也是这样，我们若把现代医学称作西医，则追其本源应回溯到古希腊医学去。

欲知西医的传统精神，必先从古希腊医学开始。

因则，选择《希波克拉底文集》向国内读者进行介绍只是在这方面开个头。

希腊医学的代表人物为希波克拉底。

以他为名的著作《希波克拉底文集》是现在研究希腊医学最重要的典籍。

这是一部历久弥新的经典，其珍贵之处不在于那些古老的治疗技术与心得，而在于字里行间蕴含的关于生命的思考，和通过这些思考而得到的力量。

## <<希波克拉底文集>>

### 作者简介

希波克拉底（希腊文？ ？英文Hippocrates of Cos II 或者Hippokrates of Kos，约前460——前377）被西方尊为“医学之父”的古希腊著名医生，欧洲医学奠基人，古希腊医师，西方医学奠基人。  
提出“体液（humours）学说”，他的医学观点对以后西方医学的发展有巨大影响。  
卒于公元前377年，享年八十三岁。

<<希波克拉底文集>>

书籍目录

古代医学论气候水土论流行病论一 流行病论三箴言论营养论预后论急性病摄生论神圣病论艺术论呼吸论法则论礼仪论医师论生齿期论外科论头部外伤论溃疡论痔论痿论骨折论关节论整复论自然人性论健康人摄生论体液论格言医论摄生论一 摄生论二 摄生论三 梦论附录后记

## &lt;&lt;希波克拉底文集&gt;&gt;

## 章节摘录

9. 如果事情如上述举例那样简单, 无论病人还是健康人都会被坚硬的食物伤害而受稀软的食物所补益, 如此, 则不再有何困难。

不过实际上, 求助于稀软食物必须确保安全。

一个人进食不足与过饱同样错误, 会导致同样的害处。

禁欲对人类体质的破坏力极大, 可使人衰弱, 甚至死亡。

放血会引起其他害处, 与饱食不同, 但二者同样对人体有严重损害。

因而, 这些病变化多端, 极其复杂, 需要更准确、更有针对性的治疗方法。

然而, 除了人体感觉之外, 现在的知识又无法用数字、重量等将治疗方法讲得很准确。

因此, 有关知识达到仅有某些小的差错已是很不容易了。

对每一位只犯小错误的医生, 我由衷地赞赏。

完全不犯错误的医生实际上是有的, 但极少见。

因此, 大多数医生依我看就像一个蹩脚的舵手, 在风平浪静中掌舵时, 他们的错误很长时间不会被注意, 但是一旦暴风雨猛烈地扑向他们, 所有的人就会发现, 造成沉船完全是由于舵手的无知和蛮干。

故而, 尽管庸医在医生中占大多数, 但由于很多人的病也不那么严重, 庸医的绝大部分错误对病人的损害一般不很明显。

外行人或许看不出庸医的原形, 但是当庸医遇到严重、剧烈而危险的疾病时, 他们的错误和技术的缺陷就会暴露无遗。

无论水手还是医生, 一旦要骗人, 将迅即遭到报应。

10. 一个人不合时宜地禁食后受到的痛苦并不比进食过多时轻, 人们在健康时很容易明白这一点。

有些健康人每日一餐便很好, 于是他们养成了每日一餐的习惯。

另外一些人还要吃午餐——每日两餐才好。

此外, 出于不同的理由, 有的人吃一餐, 有的人吃两餐。

对大多数人来说, 每日一餐和每日两餐可能无何区别。

但是, 如果他们必须在室外劳动, 他们就会觉得不舒服。

假如他们将自己的生活方式改变一天, 哪怕是半天, 也会觉得格外难受。

有些人的身体和精神变得笨拙、迟钝, 就是由于多吃了午餐, 而他们是不宜吃午餐的。

他们只能在呵欠连天、睡眼惺忪和口干舌燥中消磨时光。

假如他们再吃晚餐就会腹胀、肠绞痛、剧烈腹泻。

很多人已经发现重病人进食过多的不良后果, 哪怕这时进食量不及平时习惯的一半。

另一方面, 如果一个人形成了吃午餐的习惯, 而且有益, 那么他一旦忘记吃午餐, 时间一过就会觉得虚弱无力、心慌颤抖, 接着是眼睛凹陷、尿色清白、发热、口苦、大便失禁、头昏眼花、淡漠无欲、双耳失聪。

此外, 当他欲进食时还会有麻烦, 饭不再那么有味道, 而且也不能吃下先前那样多。

这有限的食物对肠子还会有刺激, 会引起绞痛和肠鸣, 并引起睡眠不好, 噩梦不断。

在病患初期也可见到许多类似的不良症候。

11. 探讨为什么这些人会出现这些症状是必要的。

我想, 那些每天只吃一餐的人多吃一顿就难受, 其原因在于: 他的消化器官还没有把前一天吃下的食物消化掉, 肚子里不空虚、不平静, 他们进食时消化器官还处在发酵状态。

这样的器官消化食物比平时慢得多, 并需要更长时间的休息和安静。

习惯吃午餐的人, 不吃午饭就难受是因为一旦身体需要营养时, 没有新的营养补充。

前一顿饭已经消化净尽, 没有东西支持他, 自然的消耗和愿望与人的愿望脱节了, 于是就出现了我前面说过的各种症状。

12. 我认为, 这种对偏差反应快而重者的体质比他人虚弱。

虚弱人与病人仅一步之差, 病人只是更虚弱, 更易于因未能及时进食遭受痛苦罢了。

达到完全准确是困难的, 而医学艺术便能臻于如此美妙的精确程度。

## &lt;&lt;希波克拉底文集&gt;&gt;

不过许多医学部门已达到如此；佳确程度，我将在下面提到。

然而我宣称，我们不当抛弃古代艺术，认为它已不存在，或者它的方法都有缺点。

正是因为它远未在各细节方面达到；佳确，我们更应明智地使它从深深的无知中崛起，以便向完美精确靠近。

我想我们应当赞美古人的发现，它们不是偶然想起，而是正确指导下的结果。

13. 那么，我想再回头谈谈一些人的理论问题。

这些人在艺术研究中赶时髦，完全从假设出发。

比如有这样四种损害人的东西，即冷、热、干、湿，继之推论科学的医生应该用热中和冷、冷中和热、干中和湿、湿中和干的治疗方法。

现在我们设想有一个人体质欠佳，比较虚弱。

让他吃刚从麦场上打下的生麦粒、吃生肉、喝生水。

这种饮食肯定会使他严重受害，他将遭受痛苦，身体更加虚弱，其消化力将大为削弱，不会活得很久。

那么，应该给这个人什么药呢？

热的还是冷的，干的还是湿的？

按着新学派的理论，答案是现成的，那就是寒则热之，热则寒之，以偏救偏的反治法。

然而，大多数旧时的医生和现时的医生都会使用病人的旧食谱，用面包替换麦粒，用煮熟的肉代替生肉，另外再给他一点葡萄酒。

除非他因饮食不当过久而不可救药，这种办法肯定能使他恢复健康。

我们对此应如何解释呢？

难道说他的病是因冷而成，他吃了热东西就好了吗？

还是反过来说呢？

我想，我的对手会陷入困惑。

是因为面包师把小麦中的冷、热、干、湿都除去了吗？

一种由多种东西做成的食物，每一种东西原来各有自己的性质，这种食物经火烤或水渍后会失去一些分量，并且各种成分互相乱杂结合。

14. 当然，我知道不同的面包对人体作用不同。

有的面包用筛过的面粉做成，有的没筛过；有的小麦磨粉前吹扬过，有的没有；有的和面时加水多，有的加水少；有的面包是多面烤的，有的只从上面烤；等等。

还有其他数不清的区别。

大麦烤饼也是多种多样，每一种的性质和力量都有变化，没有一种与另一种完全相同。

但是，在没有考虑到上述变化或虽然考虑过但一无所知时，人们怎么会了解疼痛呢？

因为每一种差异都会作用于人体，产生不同的变化，这些变化都基于人类饮食的不同。

它可以使人得病、使人健康或使人保持健康。

因此应该相信没有什么别的东西比这一点更为有用、更需要明白的了。

那就是最早的发明者怎样靠恰当的推理出色地从事探究，并运用于人。

他们怎样做出发明并想到这种艺术值得归功于神灵。

实际上这就是信仰。

因为他们没有想到冷热干湿或其他什么东西会伤害人，或者他们需要别的什么与此类似的东西。

但是他们想到过，每一种东西都是一种力量，对人类体质来说力量太强的东西不能被人同化，这些东西会给人体造成损害，应发现并除去它们。

甜味中最烈的部分即最甜的部分，苦味品、酸味品中最烈的部分，以此类推。

他们看到人体组成部分各有其极端，这些极端成分对人体是有害的。

人体内有咸的和苦的、甜的和酸的、湿的和淡的，以及许许多多别的东西，各有各的性质，数目、力量各不相同。

当这些东西混在一起互相化合时，它们不再表现各自的性质，对人体无害。

但是当某一种成分被分出，单独存在时，它便表现出自身的性质，而且对人体有害。

<<希波克拉底文集>>

此外，那些不适于人体会导致损害的食物，都是要么苦，要么咸，要么酸的，或是别的未曾化合的强烈的东西。

因此，我们被它们破坏，就像我们被分泌物分解一样。

然而，人的各种饮食显然都除去了这些未经化合而强烈的东西，如面包、饼等等。

人们长期以来惯于食用它们。

反之，味道太浓、太柔嫩的东西则会损害人的食欲。

人们大量进食上述食物后，根本不会受损害，而是从中获得力量以及大量营养。

这正是由于它们化合良好，形成了单一、简化的整体，而没有什么未被淡化的、强烈的东西。

P5-8

<<希波克拉底文集>>

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>