

<<中药传奇>>

图书基本信息

书名：<<中药传奇>>

13位ISBN编号：9787547404126

10位ISBN编号：754740412X

出版时间：2011-10

出版时间：山东画报出版社

作者：丁兆平

页数：381

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>

<<中药传奇>>

内容概要

披一路风尘，承千年衍变。

中医药为中华民族本土自主创新之奇迹，世界传统医学之瑰宝!如果没有中医药，很难想象中华文明能够走到今天!是谁，让中医药一直走到了今天？

今后，中医药又将走向何方.....

如果您是一位中医从业者，中药知识是你的必修课；如果您是一位西医大夫，认识中药就拿到了中西医互补的敲门砖；如果您是一位中华传统文化爱好者，了解中药的历史文化是进入中华传统文化殿堂的一条捷径。

即便您仅仅是一位普通人，只要您关注健康，就可从中汲取营养，提高生命质量。

打开本书，就打开了中药的传奇历史、中药的传奇文化、中药的传奇故事.....

<<中药传奇>>

作者简介

丁兆平：编审。

长期从事中医药学术出版、中医药学术研究与中医药文化传播。

曾荣获“全国优秀中医健康信使”荣誉称号、山东省“五一文化奖”等表彰。

主要著述有《养生粥谱》《养生药酒》《趣味中药》《神农本草经解读50味》等。

<<中药传奇>>

书籍目录

本草沿革

药食同源
本草沿革
药品分类
中药命名
药性理论
地道药材

药苑精英

神农尝百草
伊尹创汤液
葛洪炼丹砂
雷公炙药论炮制
陶弘景撰本经集注
药王孙思邈
陈藏器著《本草拾遗》
朱橐撰《救荒本草》
李时珍《纲目》传世
赵学敏著纲目拾遗
吴其濬图考植物名实

名药小传

百草王——人参
洋药——西洋参
将军——大黄
二宝——金银花
瑞草——灵芝
贡品——阿胶
美髯——何首乌
黄华——菊花
动植双兼——冬虫夏草
宁夏红果——枸杞子
公孙树——银杏
医草、灸草——艾叶
沙漠人参——肉苁蓉
红果——山楂

.....

成语典故

传奇故事

诗联谜语

<<中药传奇>>

章节摘录

中药的源头在哪里？

如果要寻找它的起点，不能不从中医药学自古就有的“药食同源”又称“医食同源”说起。

“药食同源”和“神农尝百草始有医药”的传说一样，是对医药起源的概括。

早在远古时期，我们的祖先在采集食物的过程中，经过无数次的口尝身受，逐步认识了哪些植物可以食用，哪些植物可以治疗疾病，初步积累了一些关于植物药的知识，形成了原始的食物疗法和药物疗法。

进入氏族公社以后，狩猎和捕鱼已成为人们重要的劳动内容和生活来源，又发现了一些既可食用又可治疗疾病的动物药。

氏族公社后期，人类定居下来开始了原始的农业生产，有了条件对农作物和植物进行长期细致地观察和尝试，从而认识了更多的药物。

一般认为，真正的矿物药的出现是随着金属冶炼时代俱来的，对矿物药可能的药效较之对植物药、动物药的认识要晚得多。

所以，谈“药食同源”主要是针对较早发现的植物药、动物药而言的。

我国将药物特别是植物药的最早发现和使用，无不归功于神农氏（炎帝）。

（《淮南子·修务训》关于“神农……尝百草之滋味、水泉之甘苦，令民知所避就。当此之时，一日而遇七十毒”的记载，即是我们的祖先在与自然和疾病的斗争中，发现药物、认识药物的真实而生动的写照。

当然，药物的发现不仅仅是神农氏一人所为，而应当是整个以炎帝为首领的氏族部落群体的结晶。

我国原始社会最早从生活、生产实践中发现和使用植物药，是来自这个群体无数次漫长认识过程的实践经验总结。

原始人类对植物药的应用，开始当以单味药为主，也可能是少数几味药合用，其经验的积累应当是从十分零星和肤浅的认识开始，逐步积累，然后得以不断丰富、发展和完善的。

动物药的发现与人类的狩猎和畜牧活动有着密切的联系。

狩猎活动在原始人类的生活中占有极为重要的地位，在未发明用火之前，只能生啖其肉，渴饮其血；随着用火特别是人工取火的发明，很多动物肉类成为人们的重要食品来源，使人们更多的接触到了动物的肉、脂肪、内脏、骨骼及骨髓等，从而促进了人们对各种动物对人体营养以及毒副作用的认识，并进一步为认识其药用功效而有了不断的经验积累。

随着社会的发展，狩猎逐渐进步到驯养和畜牧业的产生，又使人们对动物药认识的领域更为广阔和深入，同时也不断加深了人们对动物解剖知识的积累，这些都是动物药发现和运用的基础。

陶弘景《本草经集注》有“藕皮止血起自庖人，牵牛逐水近出野老”，述说的是，厨师割破了手，却发现藕皮可以有止血的作用；吃了牵牛子产生了利尿的作用，这是由田野中的老人发现的。

正是因为由食物进而药物的认识过程，所以有“药食同源”之说，这应当是其本义。

“药食同源”的概念也有进一步发展，即认为：许多食物可以药用，许多药物也可以食用，两者之间有时很难严格区分。

中医学有关中药是一个非常大的药物概念，众多的植物、动物、矿物等都可归属于中药的范畴。

一般而言，举凡中药，大都可以食用，只不过是一个用量上的差异而已，也就是说：毒性作用大的食用（使用）量小，而毒性作用小的食用（使用）量大。

因此，特别是在早期的医药实践中，有许多味的药物和食物是不分的，两者是相对而言的：药物也是食物，而食物也是药物；食物的副作用小，而药物的副作用大。

这应当是“药食同源”的另一种含义。

当然，现今对中药中的药物与食物，为了管理和应用上的方便，国家管理部门进行了一定的划分，用法规的形式规定了药食两用物品的种类。

被列为药食两用的几十个品种，既可以入药，也完全可以当做食品应用，如可以在食品或功能性食品中添加，而其他不属此类的中药品种，则必须按照药品管理法规的要求，由专业技术人员合理使用。

现今，人人都知道从国外到国内，食品与药品监管部门往往是一家——食品药品监督管理局，这难道

<<中药传奇>>

不是对药食同源的另一现代诠释吗？

由“药食同源”我们可以发现，食治、药膳是中医药学的一大特色。

据《周礼》记载，周代已有分管食疗和药膳的“食医”。

以后历代朝廷均设有类似医官，元朝称“饮膳太医”，清朝称“御膳太医”。

食医掌和王之六食、六饮、六膳、百羞、百酱、八珍之齐。

——《周礼·天官冢宰》 成书于战国时期的《黄帝内经》中载有“凡欲诊病，必问饮食居处”，“治病必求其本”，“药以祛之、食以随之”。

并说“人以五谷为本”，“天食人以五气，地食人以五味”，“五味入口藏于肠胃”，“毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补精益气”。

《黄帝内经》中仅仅列有13首方剂，其中属于药膳的方剂就达6首，最典型的是“四乌贼骨一芦茹丸”，丸以雀卵，饮以鲍鱼汁，方中用到了在现代入眼中颇为高贵的食材。

与《黄帝内经》成书时间相近的《山海经》中也提到一些食物的药用价值，如：“榘木之实，食之使人多力；柝木之实，食之不老；猩猩食之善走。

” 我国现存最早的药理学专著《神农本草经》中，载药365种，其中药食兼用者就有150种左右，其中包括谷、米、果、木、草、鱼、禽、兽等种类，具体的如大枣、芝麻、葡萄、核桃、百合、莲子、蜂蜜、薏苡仁、红枣、莲藕、山药、赤小豆、龙眼肉、食盐、葱白等。

南北朝时期的《本草经集注》载药730种，并按药物的自然属性分类，其中属于虫类、果类、米食类者有195种。

东汉名医张仲景也说：“凡饮食滋味，以养于生，……若得宜则益体。

”并首创了“当归生姜羊肉汤”等有名的药膳方剂。

他既重视“祛邪”又注重“扶正”，不只丰富和发展了中医药理论和治疗方法，在《伤寒杂病论》中记载了临床上对粳米与药物合用的经验（如白虎汤），间接促进了食疗的发展。

唐朝孙思邈《备急千金要方》中收载食物约有150种之多，强调“食能排邪而安脏腑，悦情爽志以资气血。

若能用食平疴，释情遗疾者，可谓良工”。

他又说：“夫为医者，当需先洞晓病源，知其所犯，以食治之，食疗不愈，然后命药。

”他重视食疗，创立有药膳方剂十余首。

养生与祛疾，先食疗后命药的原则至今仍值得遵循。

唐朝孟诜在《千金·食治》的基础上，更进一步增补了许多食物药，写成了《补养方》一书，是集唐代以前食疗之大成者。

该书后来又经过孟诜的弟子张鼎改写为《食疗本草》，成为我国最早的药膳食疗著作。

……

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>