

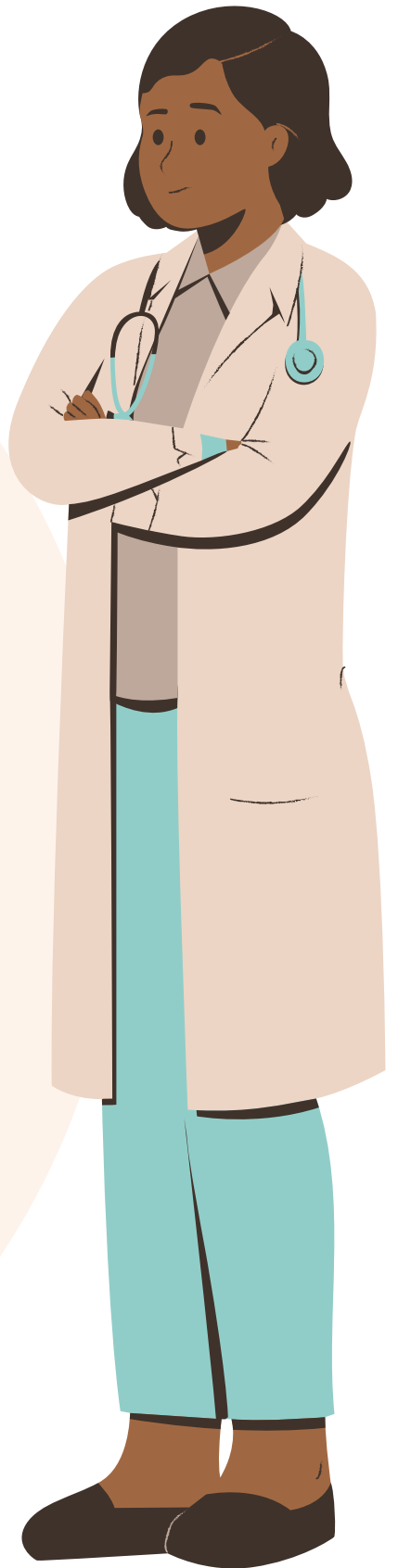
中醫治病之法

502 28號 連毅宸



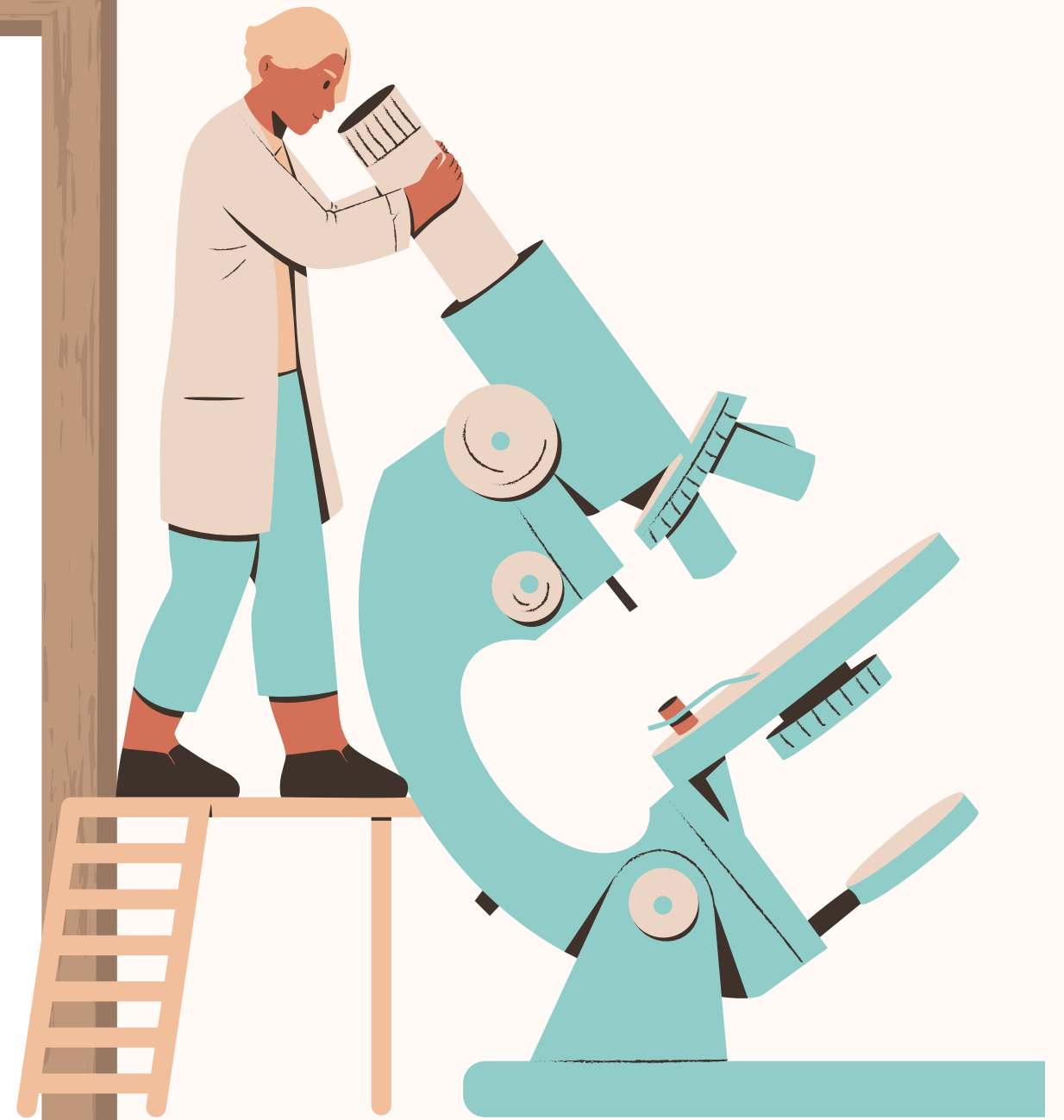
目錄:

- 壹.動機
- 貳.課程介紹
- 叁.施行過程
- 肆.執行成果
- 伍.反思辯證
- 陸.心得



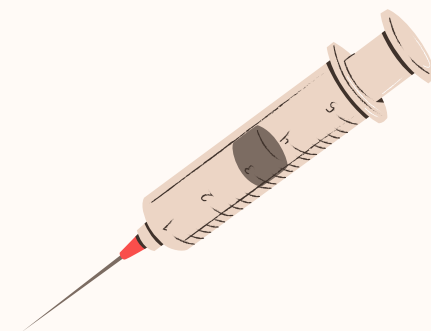
壹.動機:

有次無聊在看影片，就看到一個人在教中醫把脈，我就看了一下，隔天我就實測結果他說我說得很準，就開始了研究中醫針灸等等一系列的路途。





貳.課程介紹



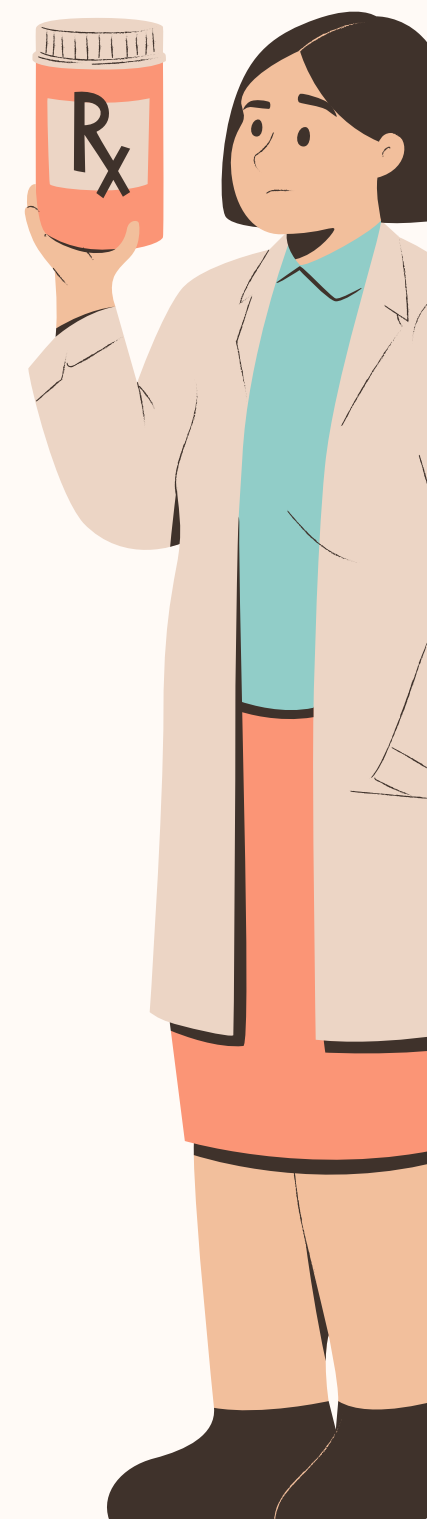
中醫治病之法

(1).一針二灸

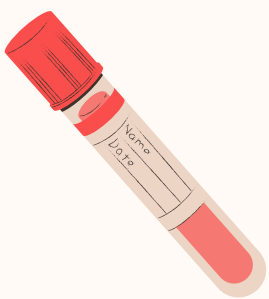
(2).三用藥

(3).脈診

(4).中藥材



(1)一針及二灸

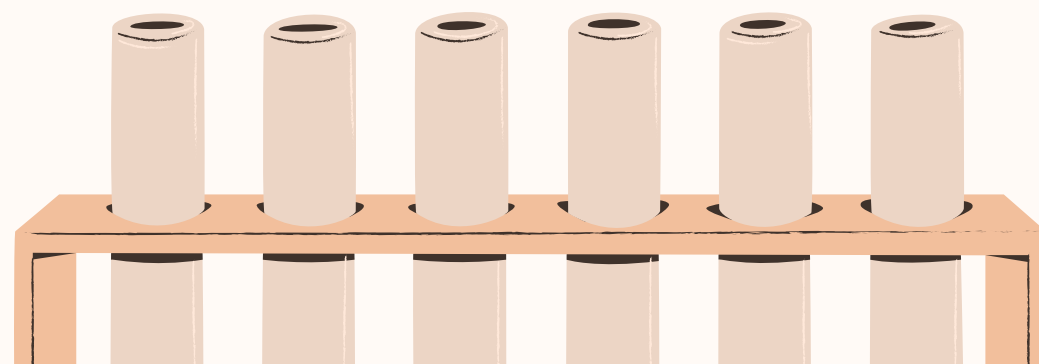


針灸的定義

醫 → 西 毆

針 → 金 十

灸 → 久 火



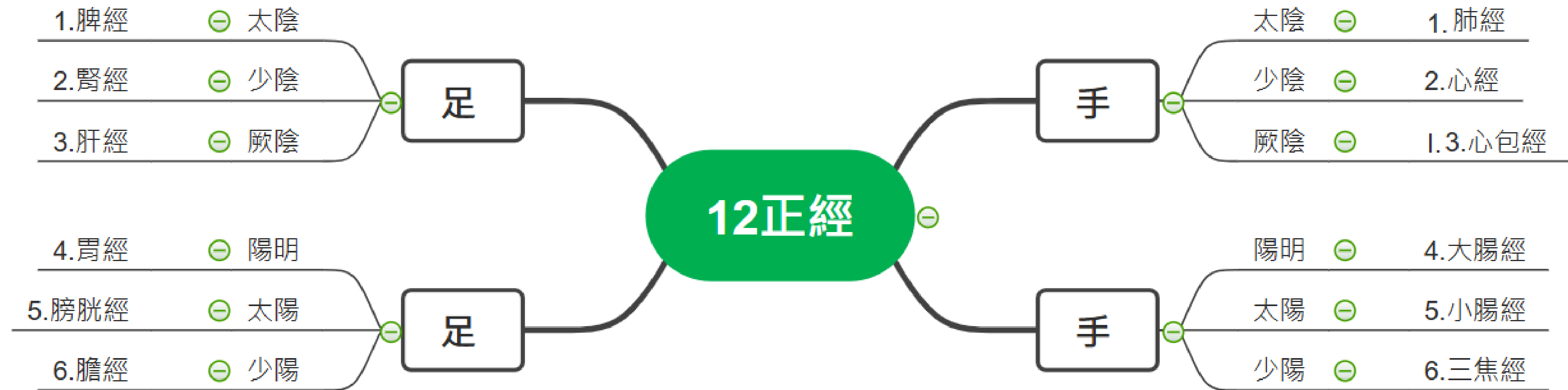
中醫針灸和理論的發展以及形成

陰陽 五行 五臟 六腑

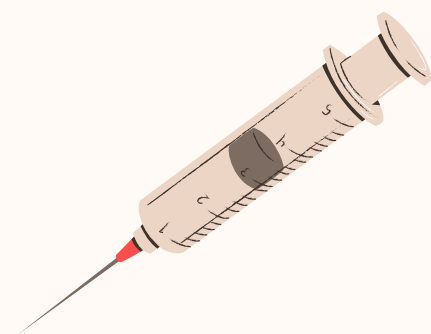
十二正經

奇經八脈





作者自繪

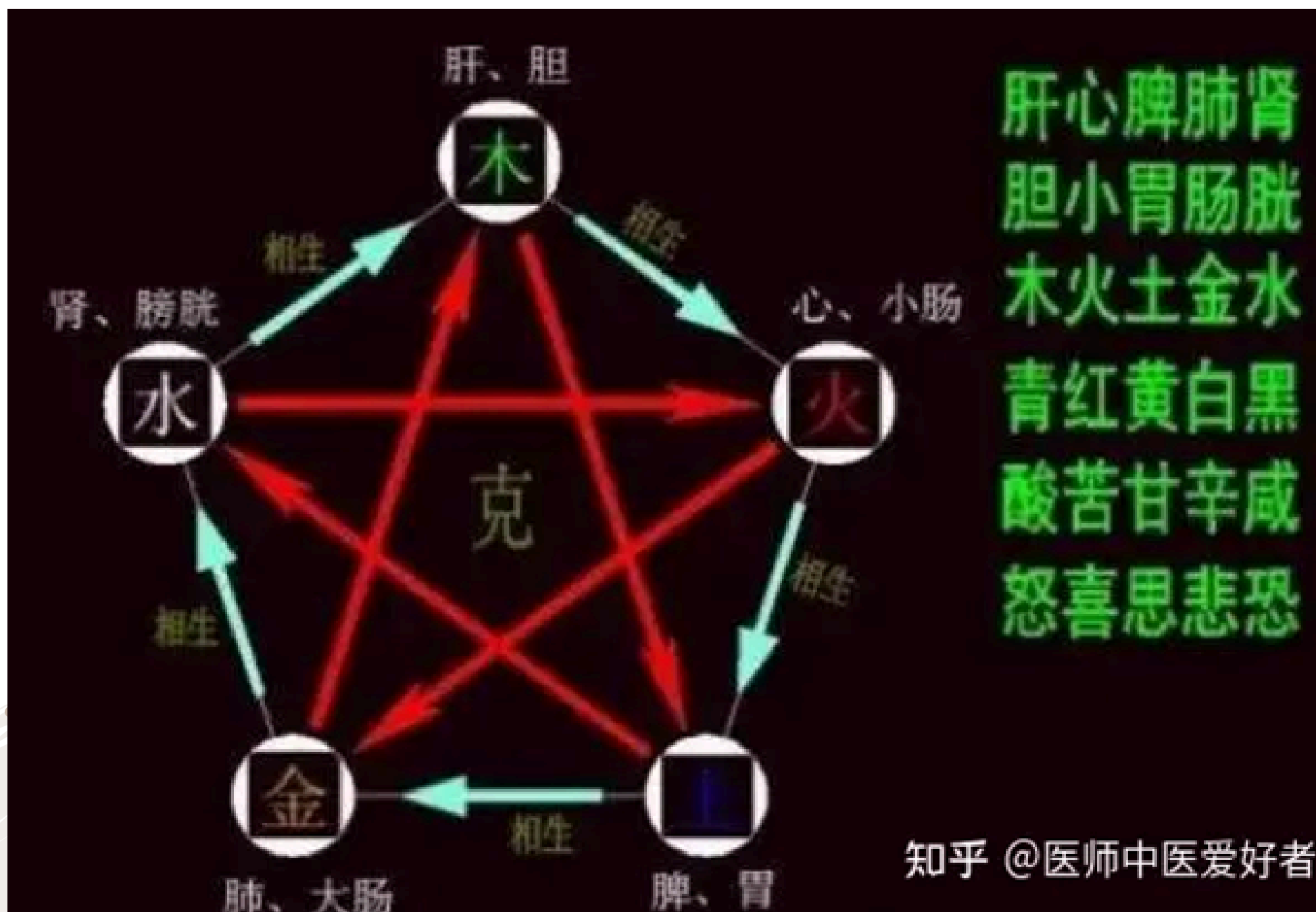


五行的概念

五行就像一棵樹有肝心脾肺腎
心(火)為陽光肺(白)所指的是呼
吸腎(水)指的就是水分脾(土)就
是營養就是脾肝為樹幹



五行



說到五行那就一定要提到我們中醫的一些歌訣12天干納地支

天干：

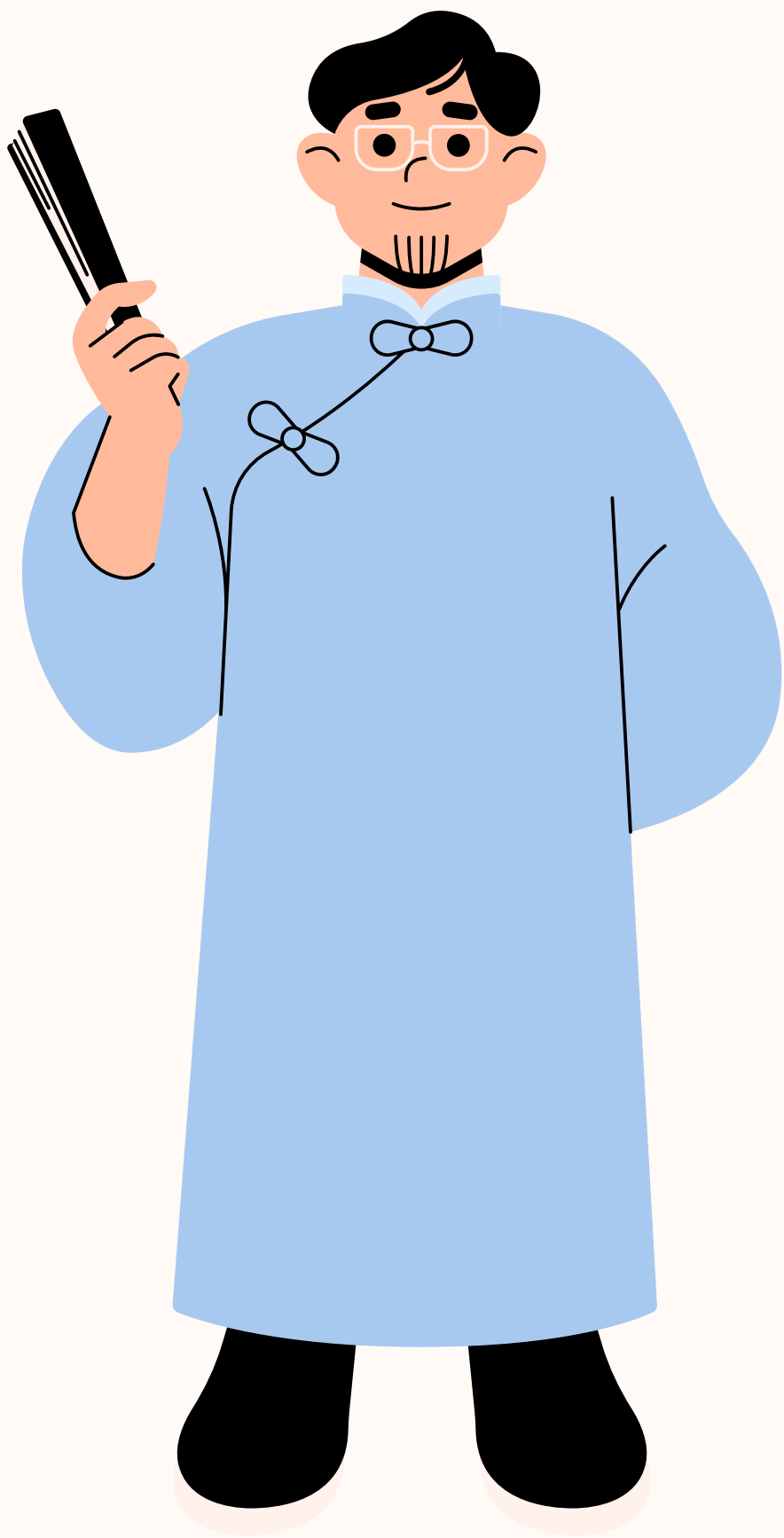
甲膽乙肝丙小腸，丁心戊胃己脾鄉。
庚屬大腸辛屬肺，壬屬膀胱癸腎臟。
三焦亦向壬中寄，心包同歸於癸水。

地支：

肺寅大卯胃辰宮、脾巳心午小未中、
申膀胱酉腎戌包絡、亥焦子膽丑肝中。

甲膽為腑陰內，乙肝為臟陽表

針灸歌訣和河洛語



人生氣血晝夜行，
終日並寅到肺經，
卯往大腸辰在胃，
巳刻為脾午入心，
未申小腸膀胱是，
酉時入腎戌心包，
亥往三焦手少陽，
子丑膽肝處處行，

子時(23:00~1:00)養肝

丑時(1:00-3:00)走膽經

寅時(3:00-5:00)養肺

卯時(5:00-7:00)大腸

辰時(7:00-9:00)胃口 早餐

巳時(9:00-11:00)脾 統血

午時(11:00~13:00)要小睡

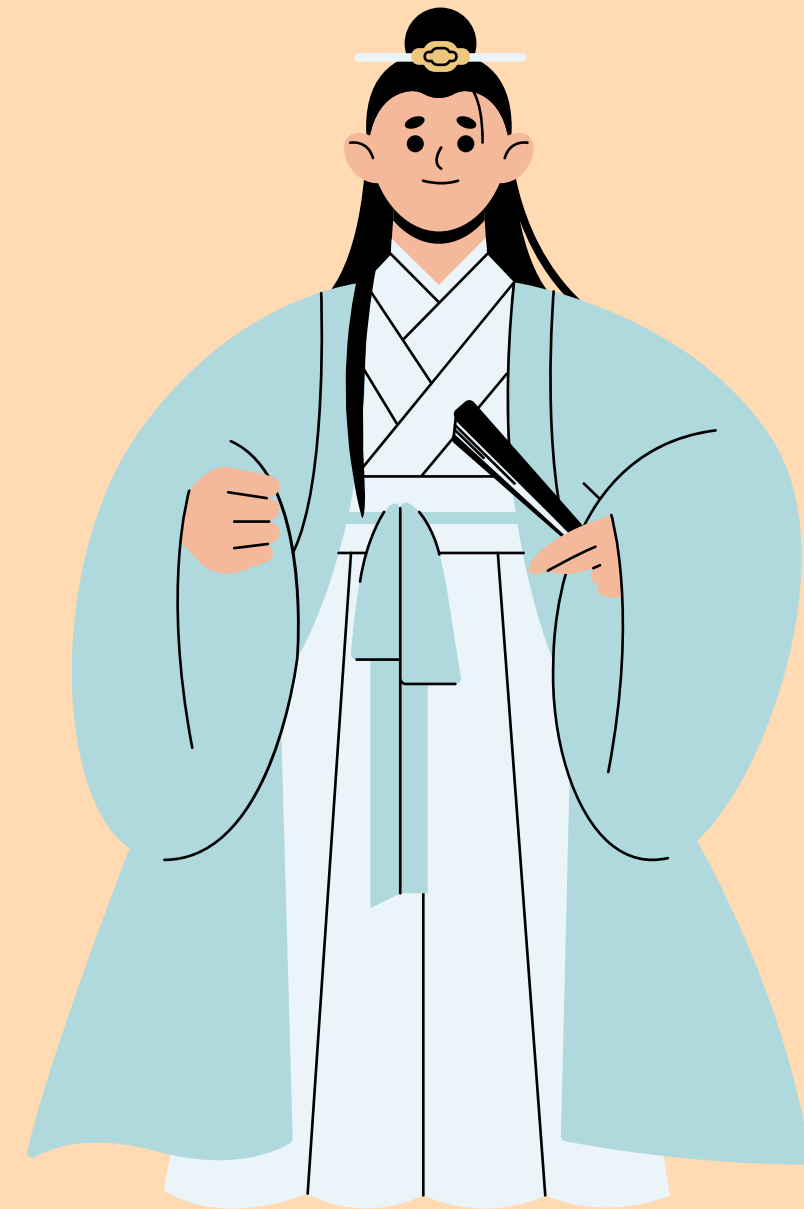
未時(13:00-15:00)小腸經

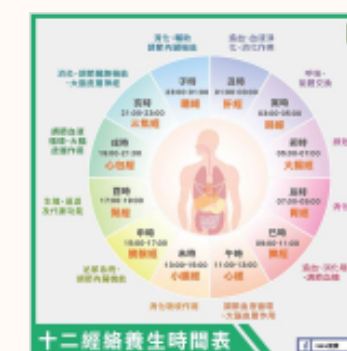
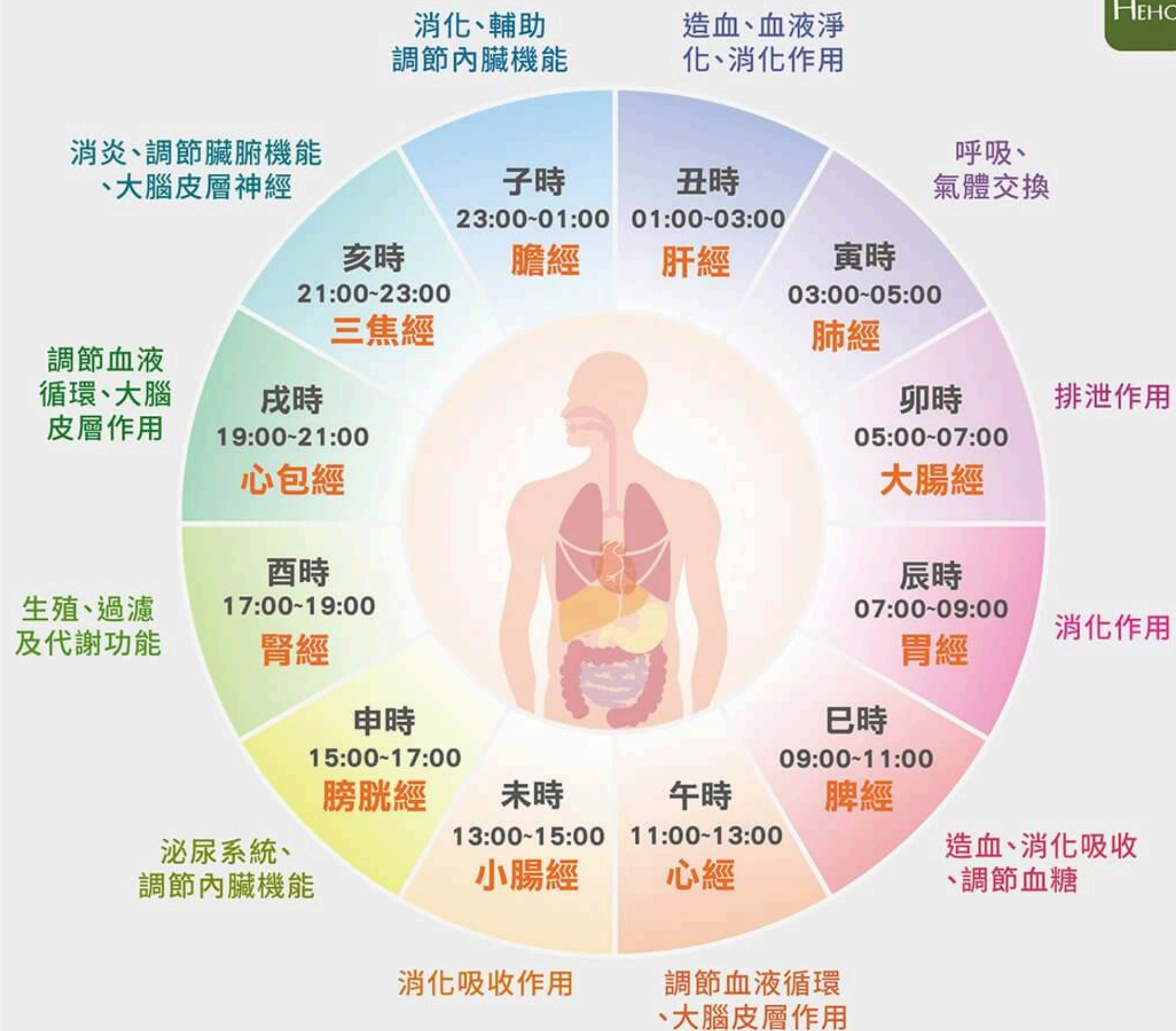
申時(15:00-17:00)膀胱經

酉時(17:00-19:00)腎

戌時(19:00~21:00)靜心

亥時(21:00-23:00)三焦





一張圖看十二經絡養生時間表，依循作息養生事半功...

人體的每條經絡都對應一個運行最活躍的時辰，只要能依循作息，就有養生的功效！戌時(晚上7—9點)：走心包經，是...

Heho健康 / Aug 26, 2020



Heho健康



十二經絡養生時間表



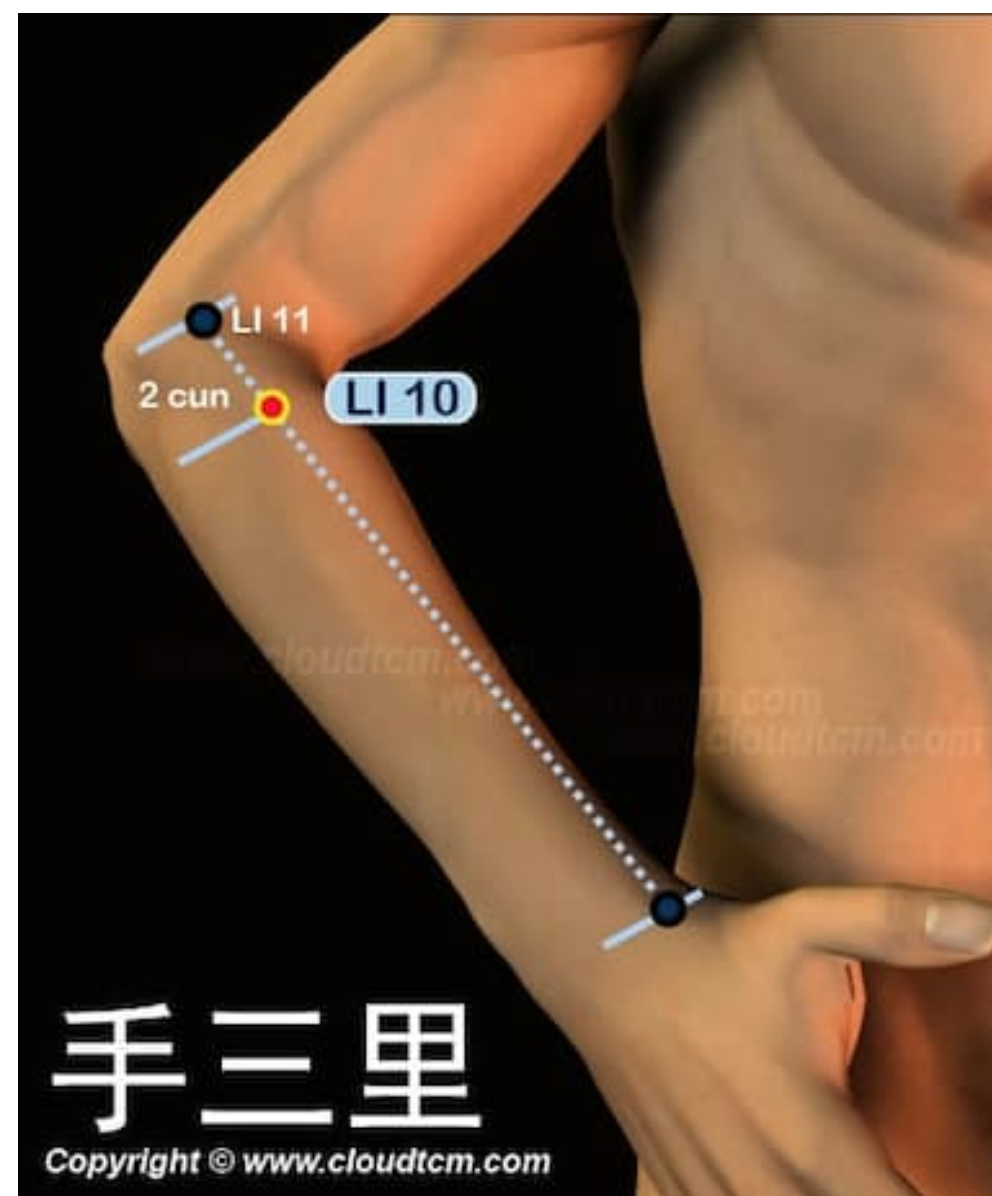
實用穴道



失眠 神門 手腕處，在小拇指與無名指 的交界處的凹陷處



合谷、曲池手橫紋點、手三里在曲池三吋外關手 頭橫紋二吋。肩頸痠痛僵硬

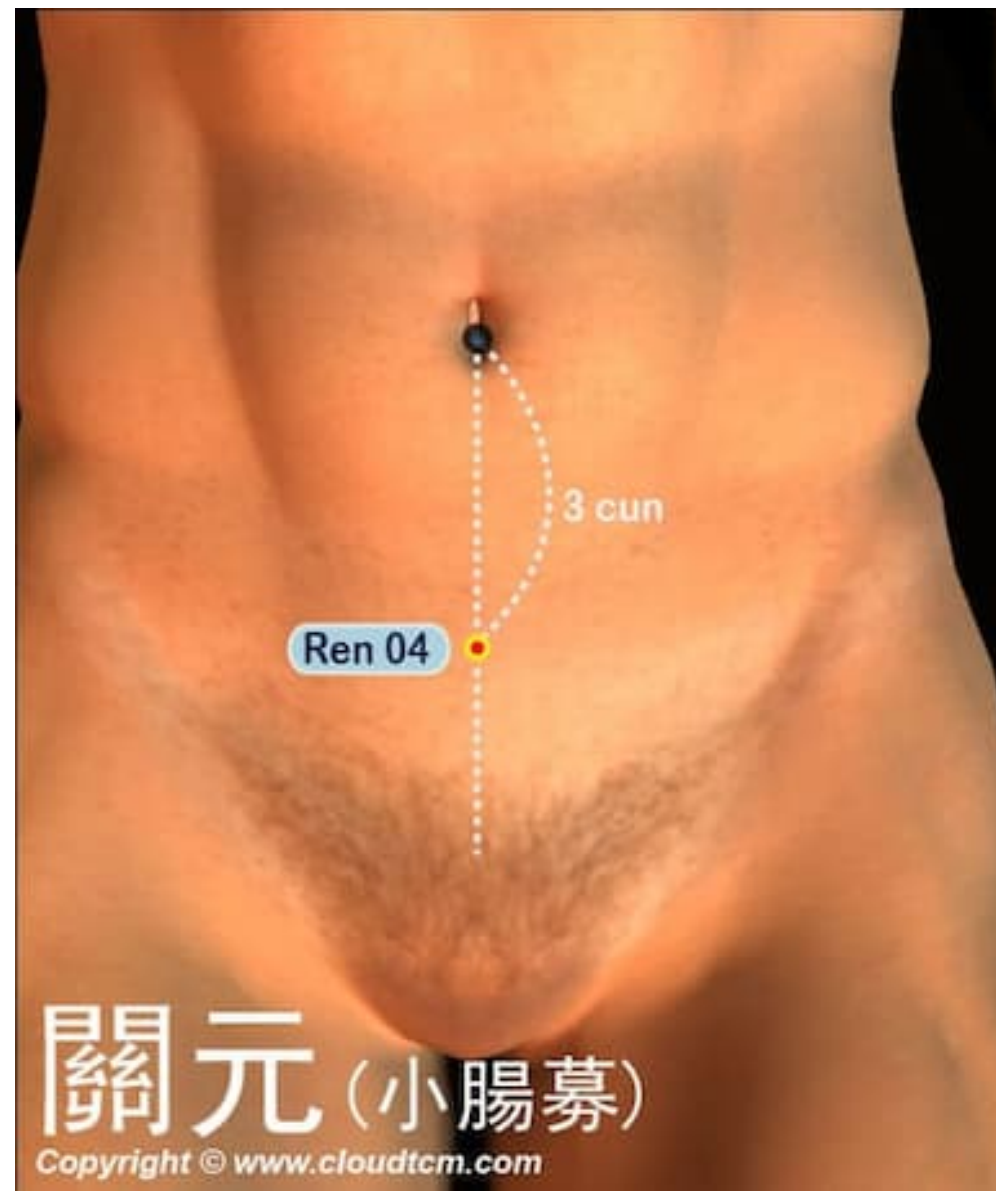


合谷第二掌骨中點、足三、腳踝扭到商丘內踝前方凹

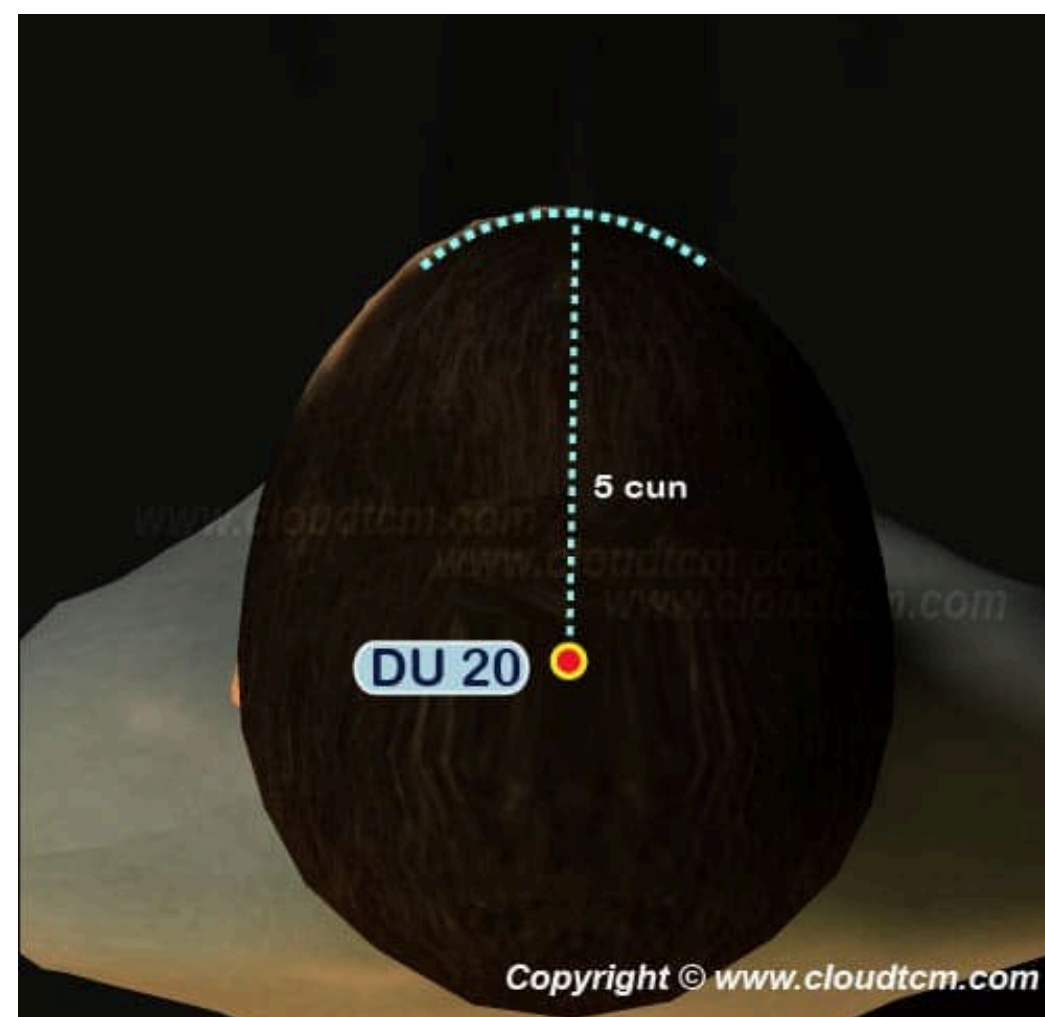
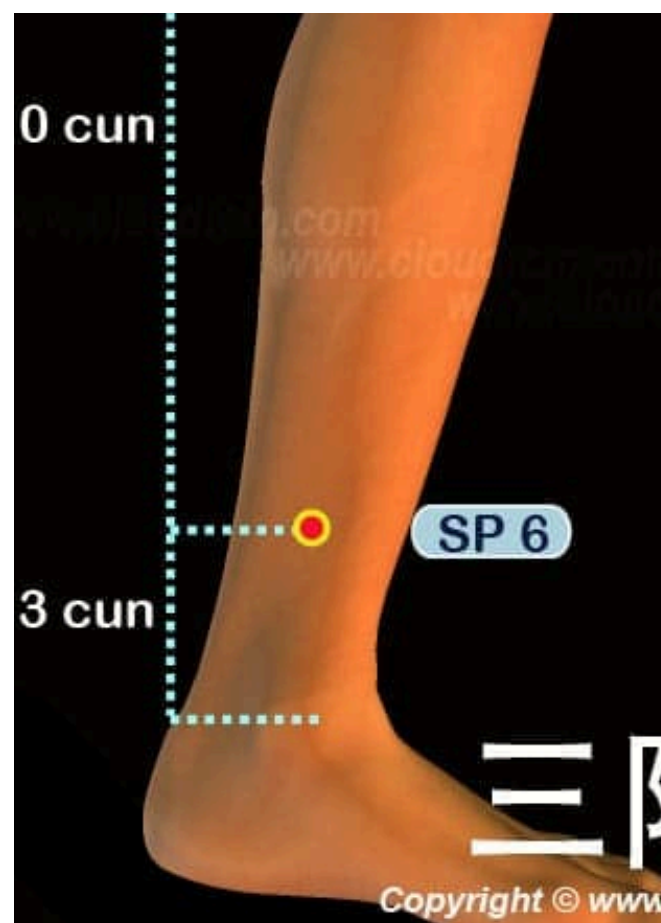
拉傷運動傷害止痛



三陰，血海髕骨上兩吋，關元 神厥<肚臍>到恥骨的中
點逆時針點柔三分鐘，合谷 腹痛婦科疾病



足三里外膝眼下三吋，三陰交內踝骨上三吋和，百會兩
耳尖和鼻頭交際頭頂正中間長高



百會、風池後腦凹陷處、合谷、鑽竹眉頭前端、列缺

頭痛



(2).用藥

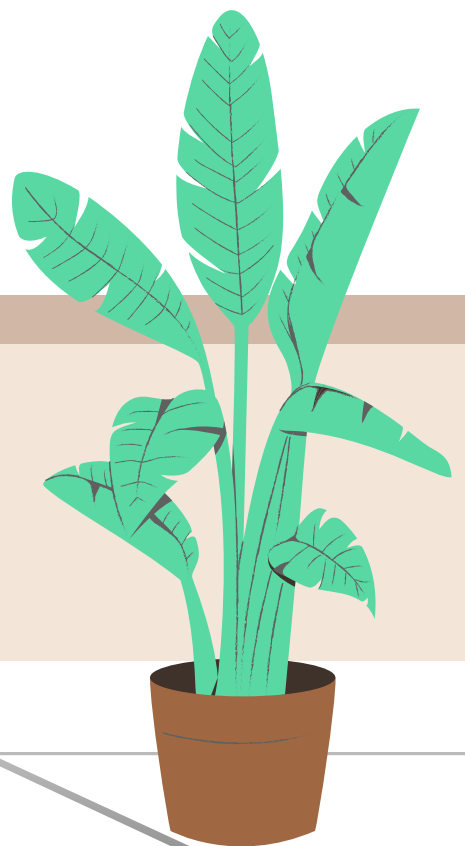
認識中藥及湯劑

1. 桂枝湯(桂枝白芍紅棗生

姜各三錢炙甘草二錢)

常用於感冒 風寒 要脈浮弱

舌苔白 出虛汗



2. 鞏固正氣提升精神的湯

黃耆三錢枸杞子三錢紅棗三錢(加減茯苓三錢薏苡仁三錢，或是當歸一錢，玉竹3錢)

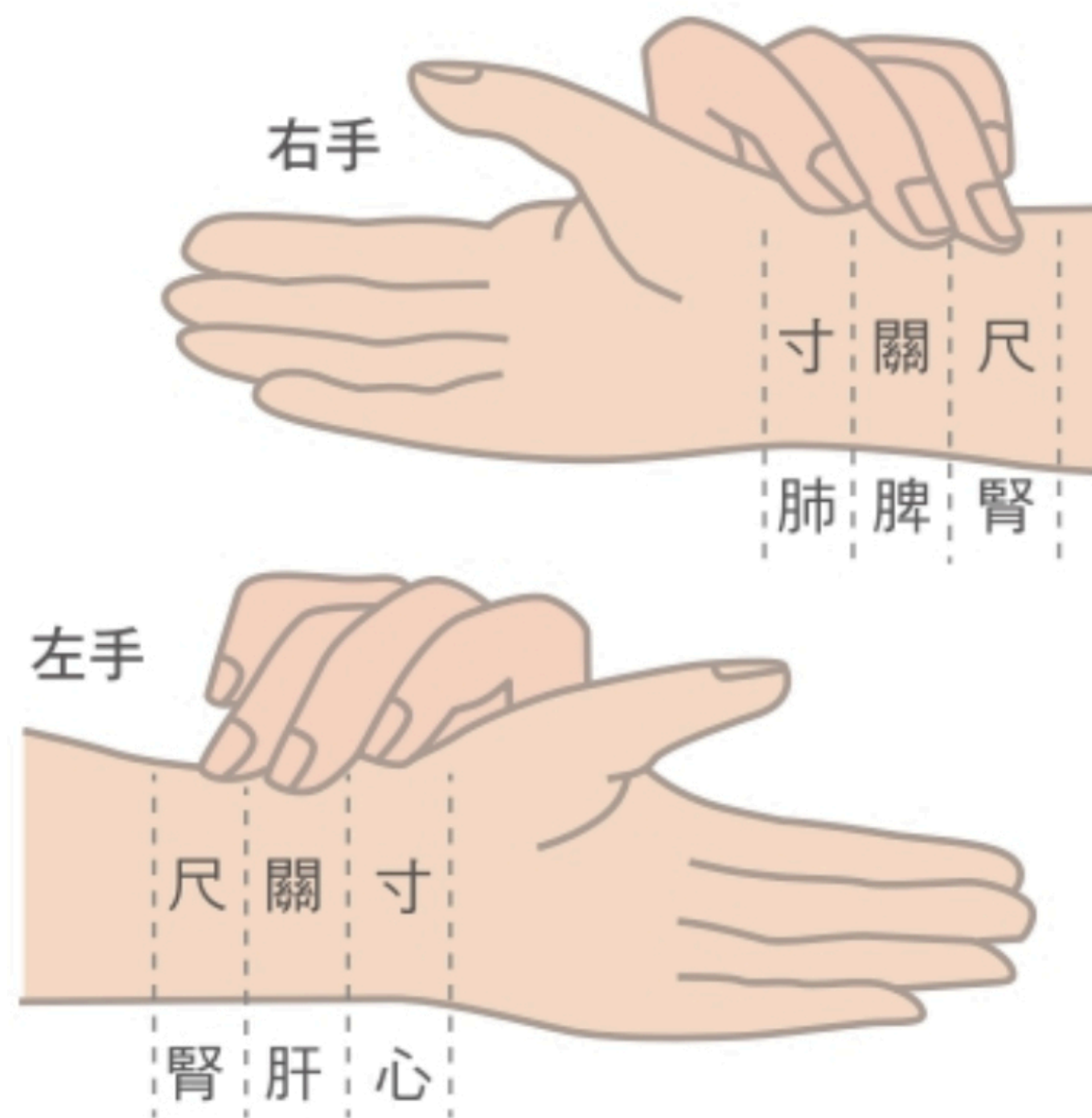
黃耆	枸杞子	紅棗	薏苡仁	玉竹	當歸
					



(3)脈診

搭脈





**脈心是洪，肝要弦，腎左手主血
肺要中脾要中腎和左手的一樣右手氣
正常地的脈一分跳70-90以上微數以
下微弱**

(4)中藥材

黃耆



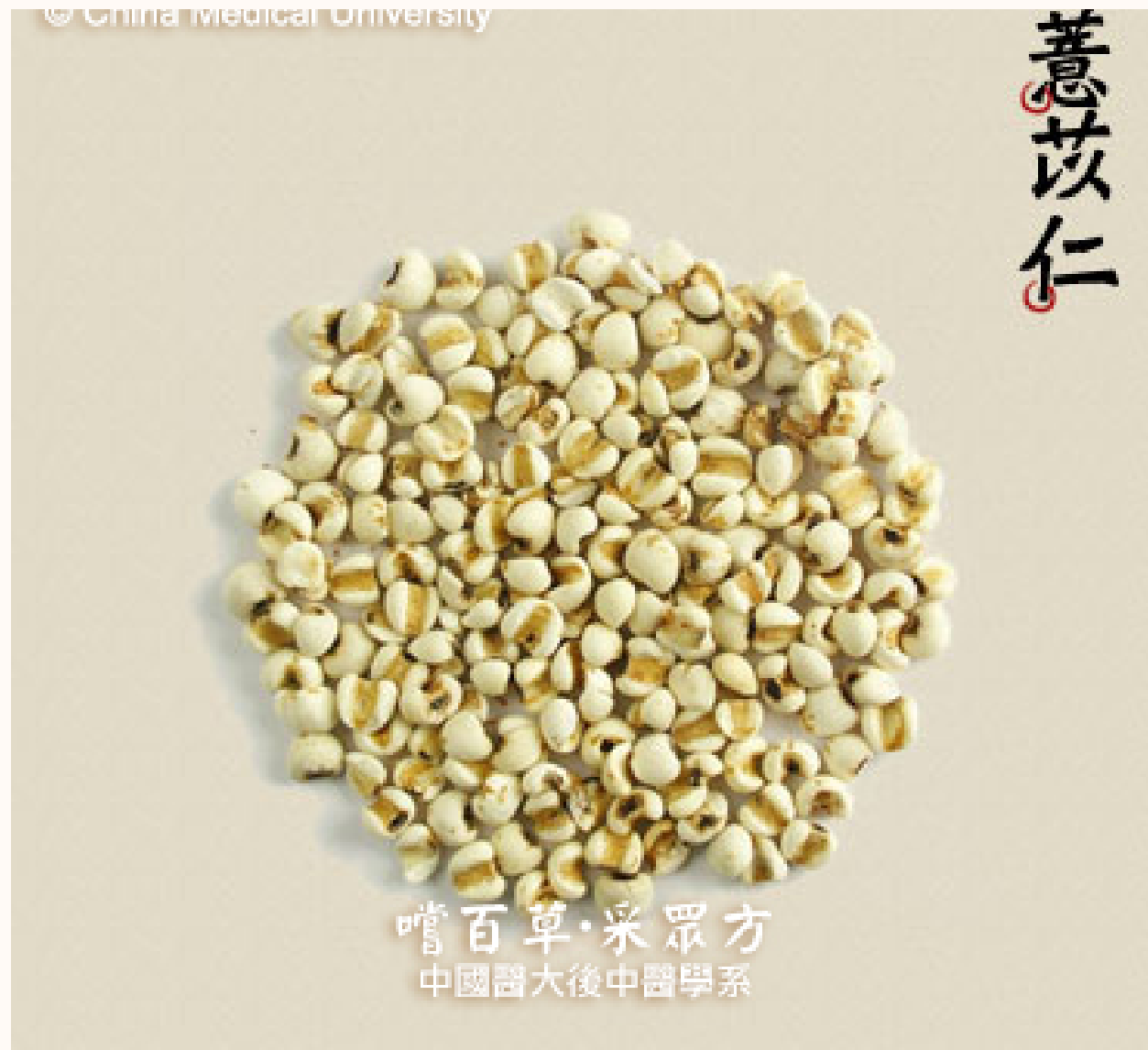
黃耆性溫，收汗固表
托瘡生肌，氣虛莫少

紅棗



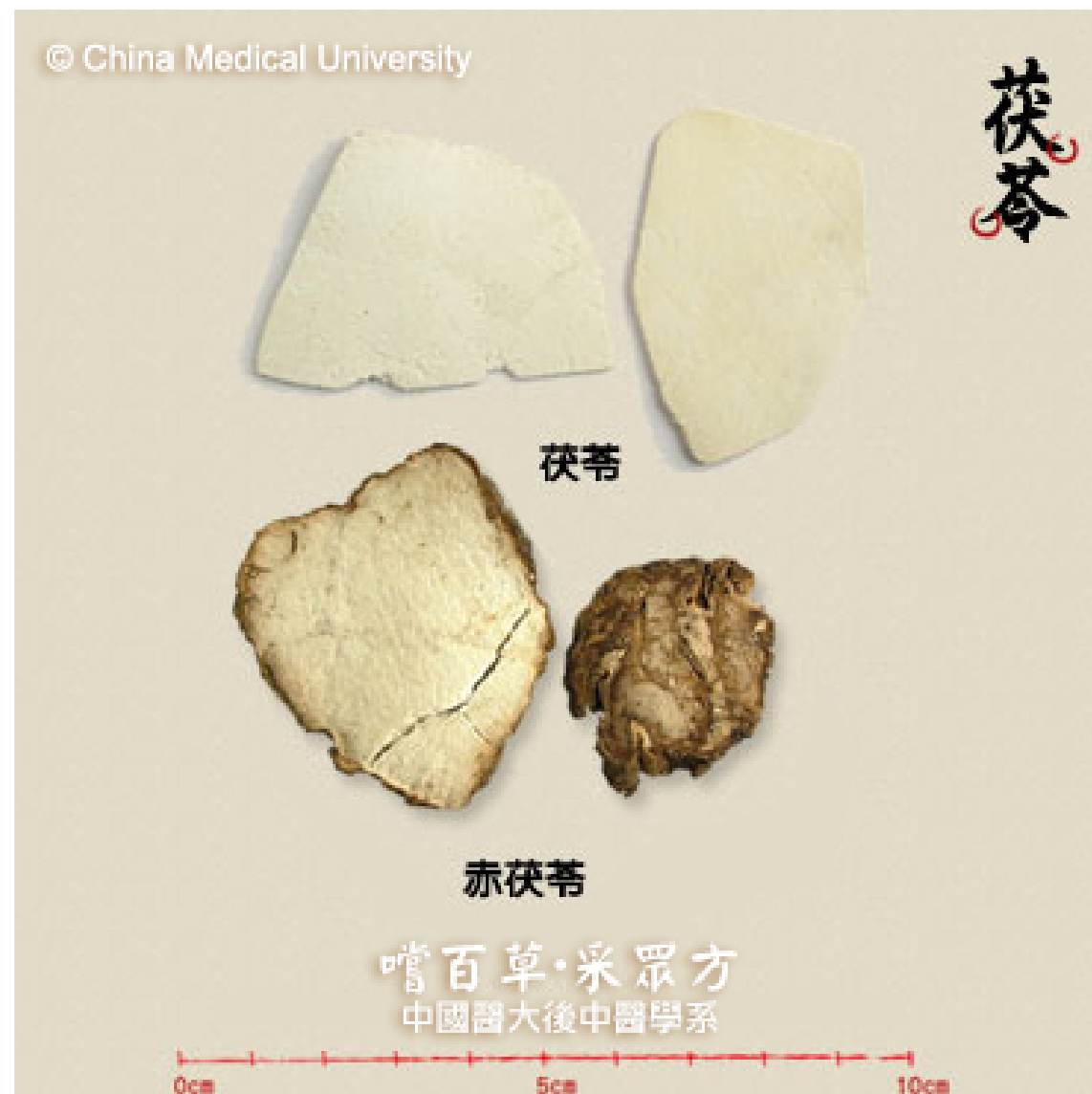
紅棗味甘性平
益氣生津，養血安神

薏苡仁



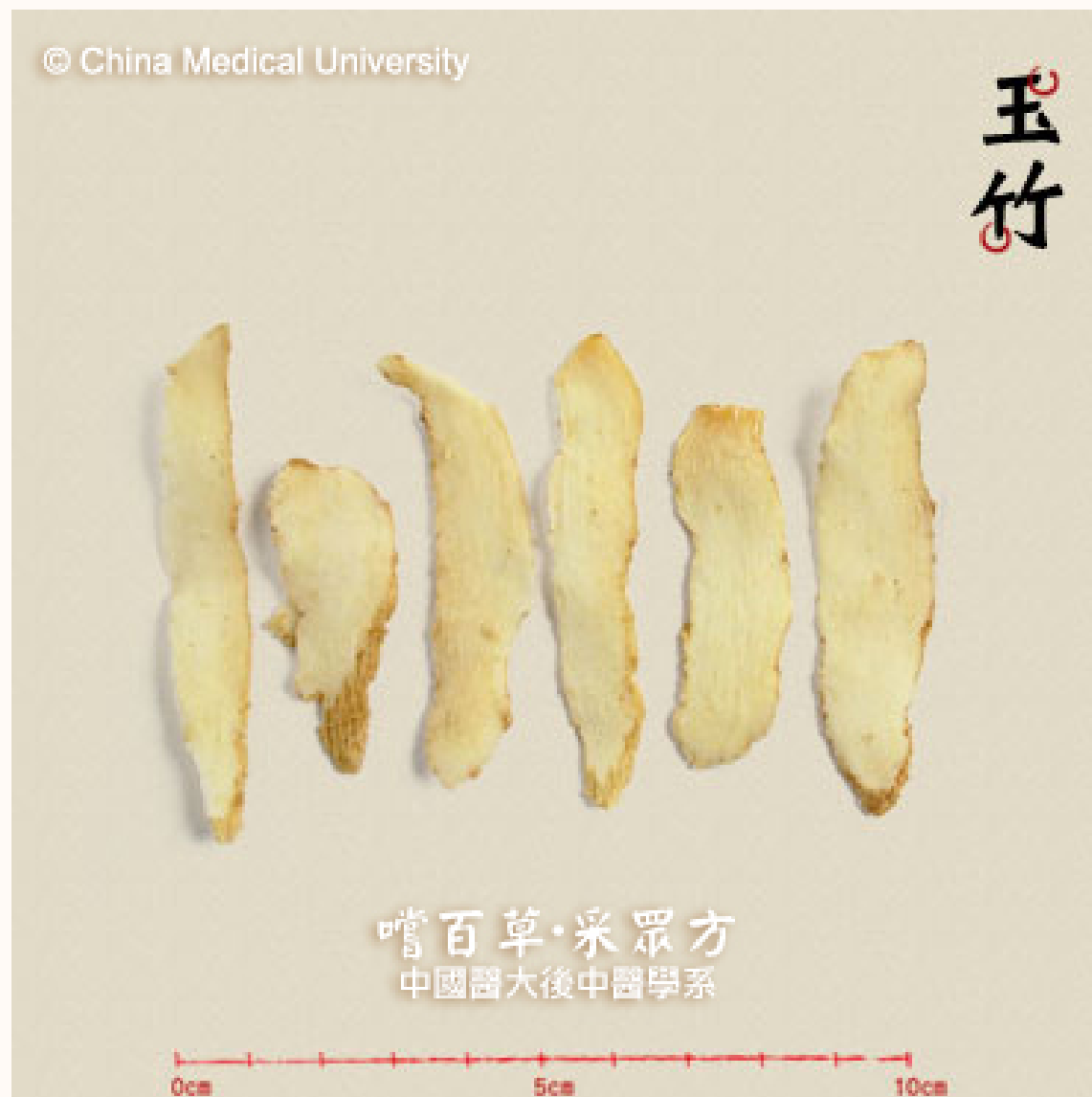
薏苡味甘
專除濕痹
筋節拘攣
肺癰肺痿

茯苓



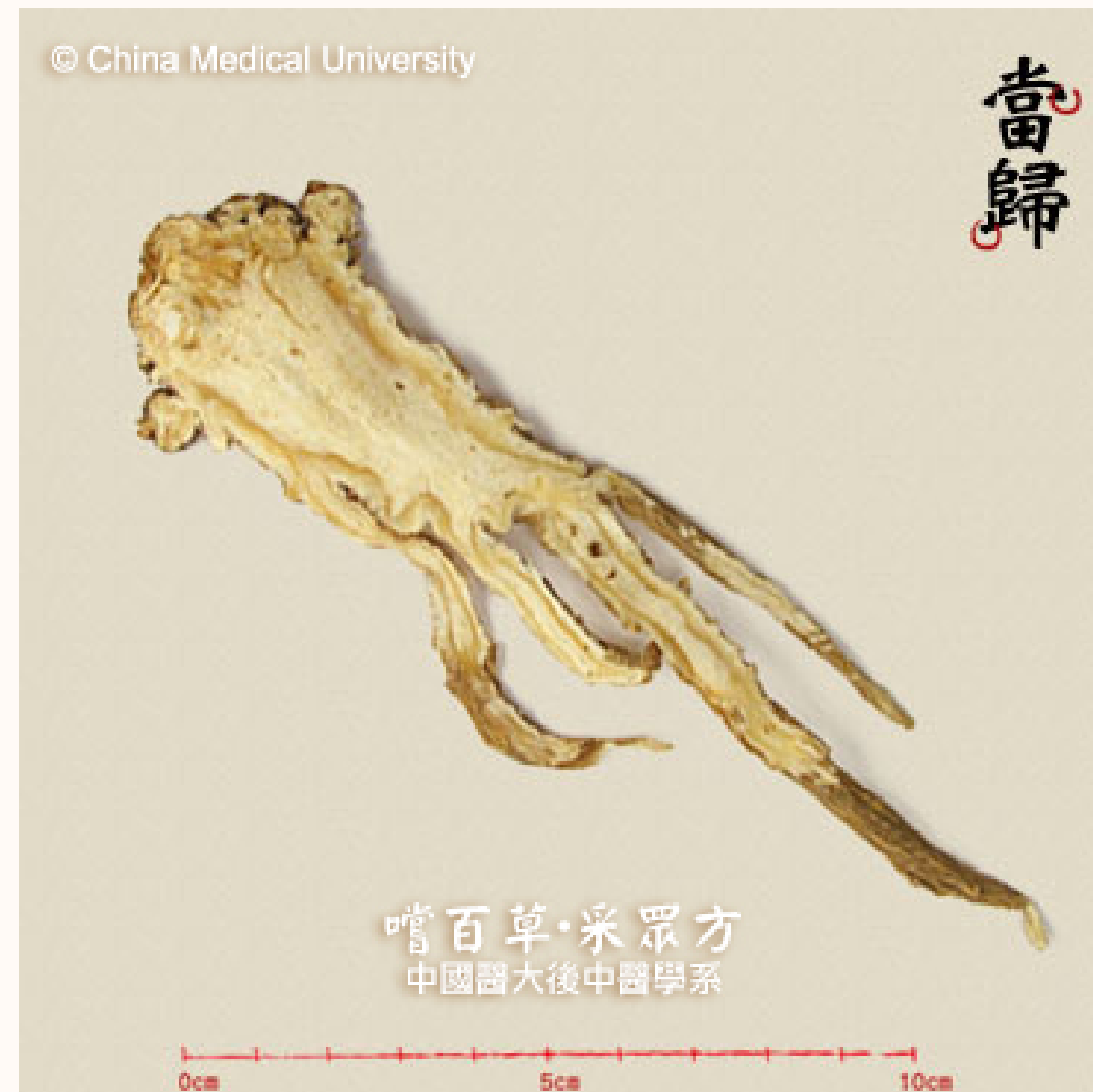
茯苓味淡
滲濕利竅。
白化痰涎，
赤通水道

玉竹



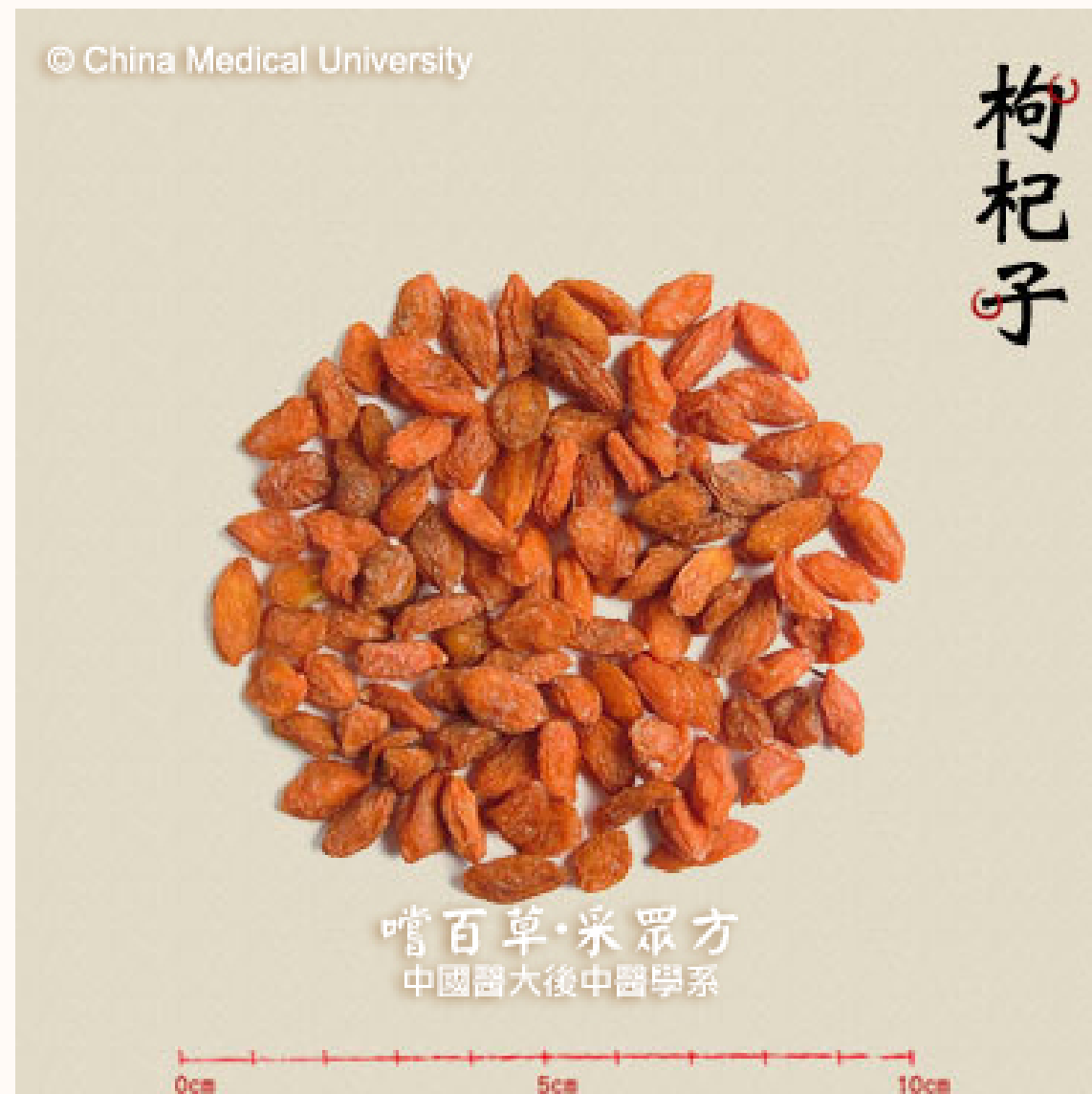
玉竹微寒
養陰生津
燥熱咳嗽
煩渴皆平

當歸



當歸甘溫
生血補心
扶虛益損
逐瘀生新

枸杞子



枸杞甘溫，添精補髓，
明目祛風，陰興陽起

參.施行過程

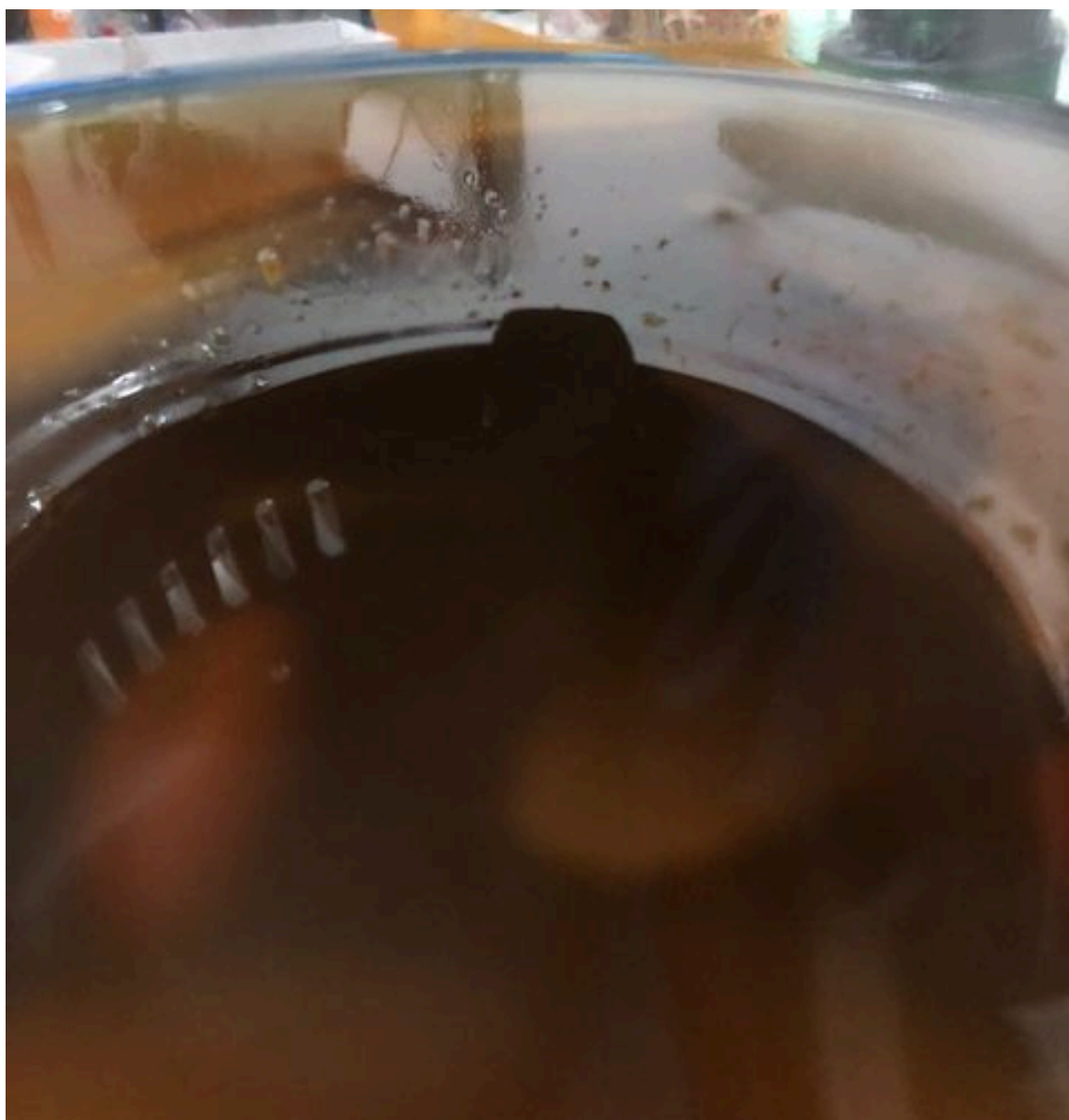
上次我有點小感冒,摸了一下
脈弱頭痛,桂枝湯加減加以
針灸百會合谷曲池,服以三日

共三帖便痊癒

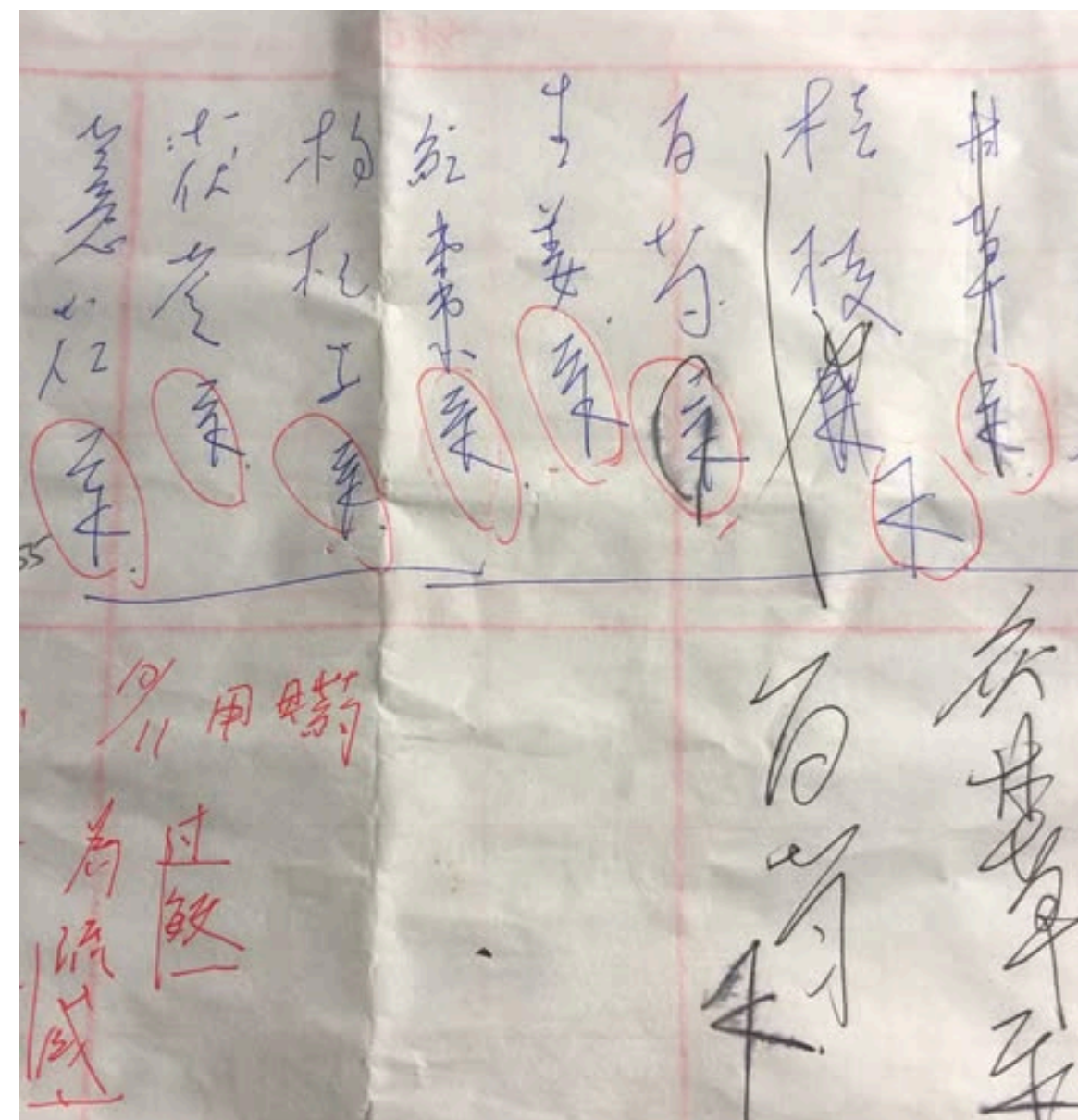


肆.執行結果

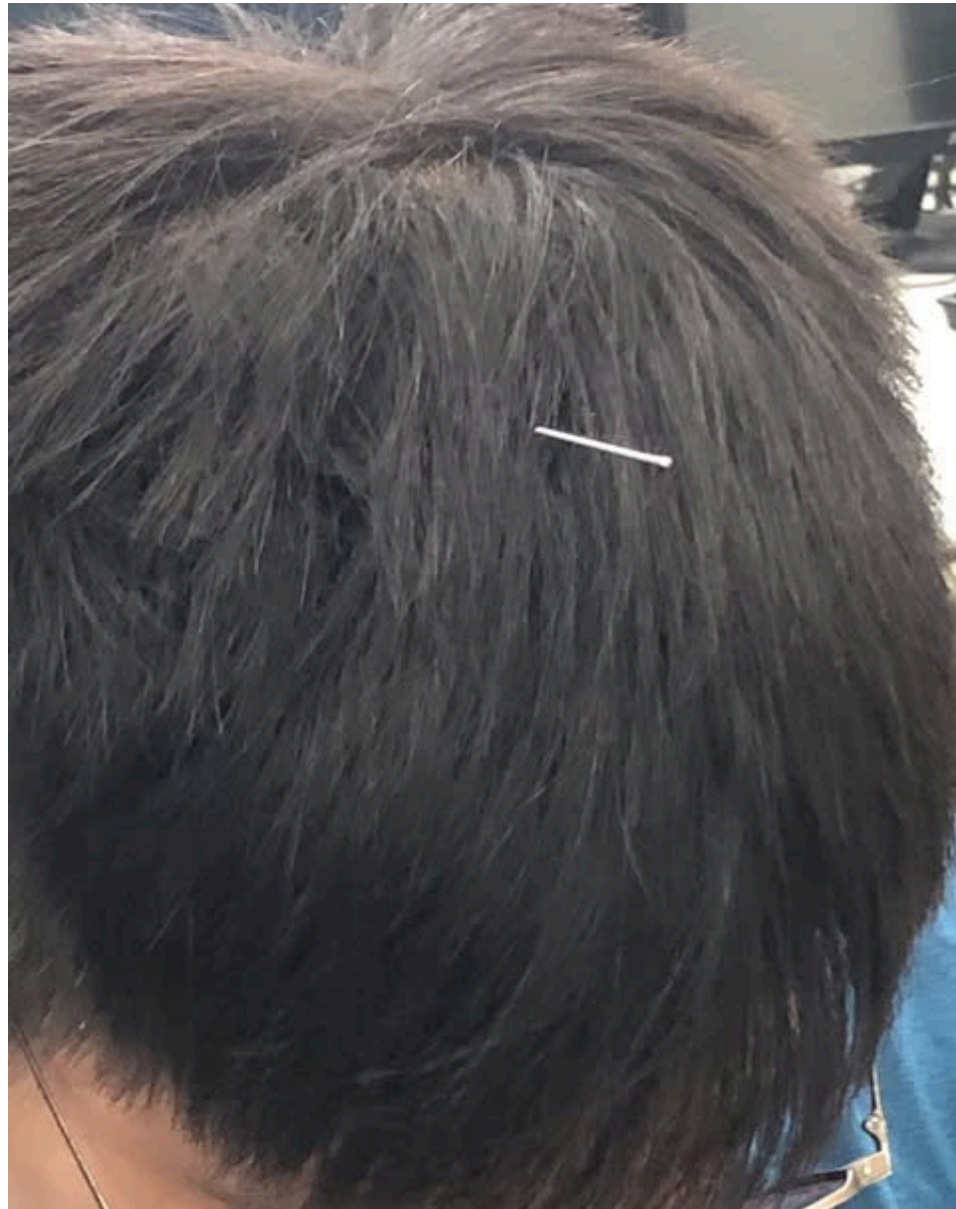
熬藥30分鐘



手寫藥方



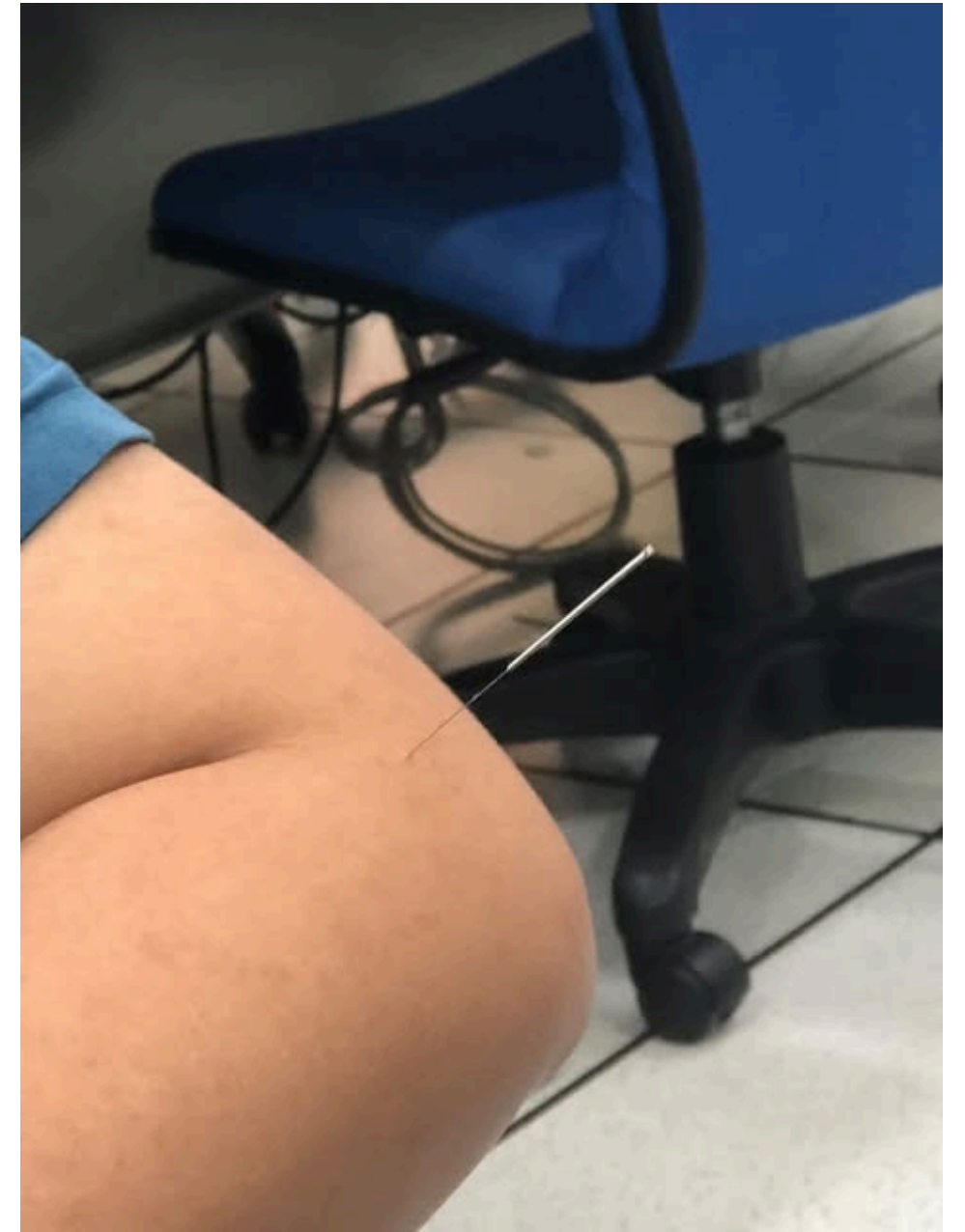
肆.執行結果



百會

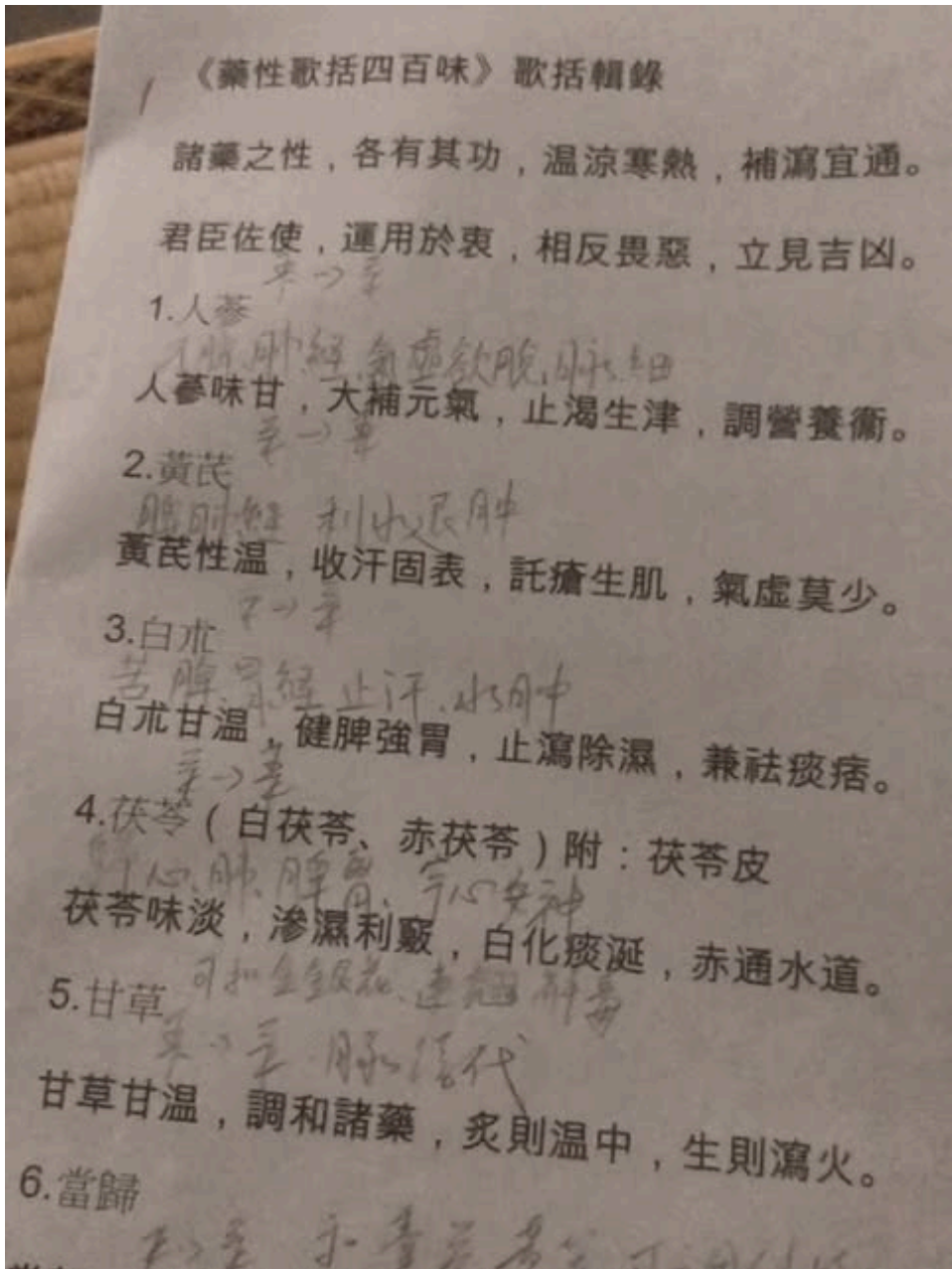


足三里



曲池

肆.執行結果



筆記：藥性四百味



合谷

伍. 反思辯證

中華文化博大精深，包括傳統醫學也是有些人總說中醫是偽科學。但在我心中，不管是什麼醫，只要能把病治好的就是我們要學習的。

看到最後，我發現西醫看的是人生的病，中醫看的是生病的人。

陸.心得:

我想說的是，只要你喜歡的東西就大膽地去研究。
同時我要告誡同學像扎同學或是去對同學做實驗的事要避免，別像我把同學扎到暈倒，嚇都嚇死了...但還是要對自己的興趣保持熱情，重點運用時間去做像我都是用睡前，看一下中醫經典著作，記得自己的初心盡一切去達到我相信只是時間的問題我們終究會在高峰見面的。

連毅宸共勉2024.11.25 凌晨3時25分

資料來源：

- 1.倪海廈 人記 針灸
- 2.倪海廈傷寒論
- 3.倪海廈神農本草經
- 4.龔廷賢藥性歌括四百味
- 5.本草備要汪昂
- 6.圖解針灸穴位
- 7.四診八法八德書局



8. 針灸大成<楊繼洲>

9. 中國醫藥大學林昭庚的針灸學





感謝諸位聽眾

