

<<医之正道>>

图书基本信息

书名：<<医之正道>>

13位ISBN编号：9787510020865

10位ISBN编号：7510020867

出版时间：2012-6

出版时间：世界图书出版公司

作者：张克镇

页数：227

字数：205000

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>

<<医之正道>>

内容概要

本书出自一位有几十年临床经验的医师之手。

作者从哲学的高度出发，经中西医两个维度来审视我们的现代医学，明确指出了现代医学在对人体的认识、疾病诊断的手段和治疗的方式乃至现存的医学模式方面存在着诸多盲点和误区，并在此基础上提出了新的人体认知体系，即生命空间论和“生命—社会—自然”新的医学模式，指明了人类健康的未来之路。

因为常年工作在一线，也因为曾经有中西医的学习背景，更因为作者是一位善于总结、思考，勇于探索并对患者充满悲悯之心的临床医师，文中的很多案例让人感动，许多想法使人共鸣，更多观念让人震撼。

<<医之正道>>

作者简介

张克镇，山东人，现任北京泰济堂中医医院院长。
中国共青团中央首批五四奖章获得者，中国人民解放军中医药技术能手，硕士研究生导师。
1983年入伍至兰州军区，2000年奉调入京，在中国人民解放军第316医院组建成立针灸科并任该科室主任，2011年申请退役并获批准。

首创“生命空间学说”，从人体空间的视角认识生命客观运行规律、人体结构及生理病理规律，并将传统中医理论用现代科学方式进行发展与创新。
在此基础上，指出目前医学界奉行的“生物—心理—社会医学”模式仍然存在缺陷，这也是导致目前医学理论不足及诊治方法错误的重要原因，鉴于此，首次创新提出“生命—社会—自然医学”模式和认识生命与疾病规律的“生命空间论”。

在临床实践方面，将生命空间学说与传统中医理论相结合，建立起更为安全效捷、便于操作的全新针灸模式——“元通针法”，拓展了针灸治疗的理论与临床范围。
在中医诊断方面，创新并完善了“尺肤诊断法”，即利用前臂部位的各种变化判断全身疾病，避免了病人因受药物等因素干扰造成脉象诊断的误差，提高了诊断准确率。
该诊法曾在2007年全军中医药大比武现场演示，受到高度评价，并获得解放军中医药技术能手荣誉称号。
该诊法也是所有参赛选手中唯一自主创新的成果。

多次在中央电视台、中央人民广播电台、人民网、新华网、中国医药报等做专访或专题报道；多次应邀在中共中央党校、北京大学、国防大学、中国科学院、中国中医科学院、人民大会堂等授课或演讲。
著有《生命空间论》、《我们为什么离健康越来越远》、《生病的真相》等。

<<医之正道>>

书籍目录

上篇 医学误区

- 第一章 现代医学给我们带来了什么
- 第二章 诊断疾病 仪器检查
- 第三章 正确的检查结果 诊断的依据
- 第四章 分科过细 诊断与治疗更精确
- 第五章 治病 吃药

中篇 疾病根源

- 第六章 疾病是如何形成的
- 第七章 追根求源找病因
- 第八章 风寒乃百病之首
- 第九章 现代医学模式的缺陷与医学理论的不足

下篇 医之正道

- 第十章 认识人体的空间
- 第十一章 空间和疾病的诊治、预防
- 第十二章 细菌是我们的敌人吗
- 第十三章 治病要治根
- 第十四章 我们需要什么样的医学

附录 医者慈悲心

章节摘录

版权页：插图：第三章 正确的检查结果 诊断的依据仪器检查的结果再正确，也不一定是病因。疑难病的主要问题在“疑”字上，去“疑”则无“难”。

很多疾病的原因是多元的，不能简单地认为是一对一的因果关系。

很多医生最喜欢把看得见的、能检查出来的、能被具像化的东西作为病因，而忽略了看不见的。

滥用抗生素严重影响了很多孩子的体质，甚至会影响他们一生的健康。

现代医学最需要的不是知识，而是思想。

前面讲了仪器设备在我们的诊断疾病过程当中存在的局限性，以及容易导致的误诊、误治的原因、原理。

那么，是不是正确的检查结果，就可以作为临床诊断和治疗疾病的依据呢？

1我们还得从一个案例说起。

10多年前，我曾遇到过一个病人，头疼了20多年，到各大医院都去看过，脑电图、CT、核磁都做过，中药、西药吃了不少，最后都没有效。

几乎所有的医生都告诉他，他是脑萎缩引起的头疼，因为在CT或者是B超上，影像明显显示他的大脑有萎缩的迹象。

医生告诉他，脑萎缩问题如果解决不了，头疼不可能好。

所以说在治疗的时候，就只能对症治疗，给他开一些止痛的和神经营养的药物，叫他长期吃。

但一直没有治好，反而越来越重了。

这个病人后来通过某种机缘找到了我。

我先详细地询问了他的病史，又看了他原来的一些诊断结果和治疗方案，问他做过哪些治疗，当时的中药是怎么开的。

然后我给他做了个检查，检查过程中我注意到一个细节，就是这个病人颈部的肌肉紧张度特别高，颈部后边和两侧的肌肉已经有纤维化的迹象，就像橡皮筋老化似的。

后来我就问他：在你头疼之前，是不是颈部和后背也感觉难受？

这个病人说：对，一直就这样，在头疼病之前就有这种情况。

我又问他：有人给你从颈椎的角度治疗过吗？

他说：我是有颈椎病，但是因为头疼我顾不上颈椎。

我说：你的头疼很可能就是颈椎导致的。

病人说：不可能，我做的CT、核磁都说能看出大脑明显萎缩，很多医院的专家都这么说的。

我说：这样吧！

我给你治疗一段时间，如果我没判断错的话，一个礼拜就会见效。

当时他根本不相信。

后来我就给他针灸，加上点按颈部的一些特定的穴位，当时他的头疼就有所缓解，感觉大脑思维变得清晰了。

我告诉他，这样治三四天以后，应该会明显减轻，一个礼拜之内就会有更大的进展。

病人当时半信半疑，治到第三天的时候，他基本上就感觉不到疼了，晚上也能睡得很好。

这之前他每天都要吃止痛药，普通的止痛药都不管用了，要一把一把地吃，疼得厉害的时候都想用头撞墙。

我给他治疗完了以后，再也没有那么剧烈地疼过。

后来我就给他解释，我之所以能治好他的病，是因为弄明白了什么是真正的病因，也知道脑萎缩和头疼及真正病因之间是什么样的关系。

我的判断是这样的，头疼是因为大脑缺氧、缺血导致的，那么是什么原因导致大脑缺氧、缺血呢？

血液是通过我们的颈部抵达大脑的，如果颈部这个交通要道的肌肉紧张度增高，就会产生对神经和血管的压迫，导致脑供血的通道发生障碍，大脑必然会缺血、缺氧，而大脑缺氧的一个最直接的结果就是头疼，接下来会影响到大脑的一系列的指标和功能，例如记忆力下降、睡眠障碍等。

我就从改善他颈部肌肉的紧张度入手治疗，脑部供血的障碍一旦解除了，大脑供血也就得到了改善，

<<医之正道>>

头疼症状自然就会减轻，甚至消失。

大家可能要问了，脑萎缩会不会导致头疼呢？

实际上通过这个病例，我们可以发现一个问题，脑萎缩其实只是疾病的一个结果，而不是原因。

为什么这么说呢？

因为我们大脑的任何一个细胞都需要营养供应。

颈部的肌肉紧张度高，压迫到脑供血的血管以后，它到达脑细胞的营养就被阻断了，大脑脑细胞由于长期的缺氧、缺血，当然会慢慢地萎缩。

也就是说，脑萎缩和头疼不是因果关系，而是并列的关系，是由同一个原因导致的。

当我们认识到这个原理以后，再来治疗就有的放矢了，所以说，看病找对了原因就是成功了一大半。

其实很多疑难病的主要问题是在一个“疑”字上，“疑”解决了，“难”也就不存在了。

就像我刚才讲的病人，一旦把机理搞清楚，知道了导致疾病的真正原因，下一步就是针对病因来进行治疗的问题。

可能有人要问了，就像这个病人当时问的，这个脑萎缩能不能改善？

这个病人还不到50岁，我当时就告诉他，肯定能改善。

当到达颈部的血液循环改善以后，输送给脑细胞的营养也就增加了，随着营养的充足，大脑萎缩肯定会慢慢得到改善。

我对这个病人的治疗的方案是：第一，疏通经络，使颈部的肌肉紧张度缓解，让脑部供血的通道畅行无阻；第二，用一些补气、养血、补肾的药。

中医上讲肾主骨、生髓，大脑和肾的关系非常密切，从这个角度来诊治，增加脑营养，再改善这些症状，他没有理由不好。

找对了这些规律，那么治疗起来就只是个时间问题。

当然他不可能一下子就好了，而是随着时间的推移，营养充足以后，脑细胞的代谢会逐渐得到改善，很多指标会逐步趋于正常。

但是这里还有一些需要特别强调的问题，就是日常生活当中，他要注意的一些事项：第一就是颈椎部位的保护，不要天天勾着脖子一动不动地看电视，伏案工作的时间不能太长；第二，要注意别受寒，颈部一受寒，肌肉紧张度就会增高；第三，就是鼓励病人多锻炼。

后来这个病人越来越好，但大约在半年以后又剧烈地疼了一次。

原因就是在一降降温的时候，他穿的衣服少了，受寒了。

这之后随访了几年，基本没有什么问题了。

从这个案例可以看出，就算仪器检查的结果再正确，能告诉我们的也只是疾病的结果，而并不知道是什么原因导致的结果，这就需要医生与病人去共同分析了。

所以仪器检查的结果不一定能作为我们临床诊断和治疗的依据。

临床诊断必须要根据检查结果来找原因，来重新判断、重新定位，千万不能被它所迷惑。

比如说，如果我们认识不到脑萎缩是什么原因导致的，头疼是什么原因导致的，没有认识到颈部的供血障碍问题，那么即便是给他用一些营养神经的药、营养大脑的药，肯定也到达不了大脑。

因为它的通道是有障碍的，能采取的方式只有镇痛，但镇痛药吃得时间长了，会产生很多的问题。

比如耐药性的问题，他一开始吃两片，逐渐加量，后来到了成把成把地吃；还有一个就是药物的副作用问题，这个病人的胃很糟糕，就和长期大量吃镇痛药有直接关系。

所以说，如果找不对真正的病因，就意味着我们所做的任何治疗都是盲目的，随着治疗的延续，不但病好不了，而且由于药物导致的副作用还会出现新的问题。

我们在临床上千万不能被这些指标、数据、检查结果所迷惑，一定要用心思考。

我对我的学生经常说，找病因是最需要花功夫、下力气的，它不光需要你用心和病人交流，还需要你用很敏锐的头脑去判断。

我们现在的医学最需要的不光是知识，还要有思想，一定要当一个有思想的好医生。

2我们在临床上还有一个特别大的误区，就是往往会把病因单一化、具体化，习惯于找一个和疾病直接对应的因果关系，这也是非常错误的。

为什么？

<<医之正道>>

因为现在越来越多的疾病，你根本找不到单一的原因。

我不敢说所有的疾病，绝大部分疾病都是这样的。

可能有些人会问，肺炎肯定是肺炎双球菌引起的，结核病肯定是结核杆菌引起的，这不是一对一的吗？

我认为不一定。

大家呼吸的空气是一样的，为什么有的人得了结核，有的人就没有得呢？

这说明个体是有差异的。

有的人内脏功能就决定了他的免疫力低，这是他的“短板”。

当他感染结核病菌的时候，就容易得肺结核，而免疫力高的、体质好的人就不会得。

所以说有的人在查体的时候（例如拍片子）会发现，肺部有个钙化点，以前可能得过结核，为什么人家得过结核，没有症状就好了呢？

是因为他内脏器官的素质好。

而内脏器官不好的就很糟糕，一旦感染了结核杆菌以后，由于内脏环境的问题，结核杆菌迅速开始繁殖，最后发病。

从这个角度上说，结核杆菌只是病因之一。

肺炎也是如此，除了病菌这个外因，还有一个内因，就是病人的基础体质。

刚才我讲的这个病案就有这个问题，把脑萎缩当成唯一的头疼原因，那么颈椎的问题是不是唯一的原因？

也不一定，因为导致颈椎肌肉紧张度增高的因素有很多，比如你的工作习惯、风寒问题等等，都可以导致颈椎产生问题。

这种把病因简单化的做法，在我们现在的临床上几乎比比皆是，无论是对一些疑难病的处理，还是对一些常见疾病的处理都是如此。

例如椎间盘突出和腰痛的关系问题，这是在临床上最常见的。

很多腰痛的病人，被认定是椎间盘的问题，必须要做手术才能好。

实际上很多病人根本就不是这个情况。

不信你让病人趴到床上，给他做一下检查试试。

他疼的那个部位，肌肉紧张度肯定很高，疼痛一侧的温度比对侧低。

那么我们首先要弄明白一个问题，是什么原因导致的腰痛？

一个最直接的因素就是对神经造成压迫。

那么是什么原因对腰部的神经产生压迫？

原因就很多了，骨刺、椎间盘会，还有周围的肌腱、肌肉也会。

另外，从腰部脊椎发出来的神经，要通过椎间孔穿行，每一个环节都离不开软组织，也就是说，软组织对神经的影响要远远大于椎间盘和骨刺。

我在临床上遇到很多腰痛的病人，真正由于骨刺和椎间盘压迫而导致腰痛的人，非常非常少，大部分病人是软组织压迫导致的。

你想，如果不是由骨刺和椎间盘压迫导致的，只是做个手术把椎间盘取出来，真正的病因你没有找到，后果可能比原来还要严重，因为它对病人造成了某种程度的重复损伤。

我们只要一看解剖图就能明白椎间孔和椎间盘，以及脊髓的关系。

椎间盘突出以后，会压迫脊髓，但是对从脊髓、椎间隙穿行的神经直接压迫的可能性非常小。

3为什么我们很多时候会把腰痛的原因归结为椎间盘呢？

原因非常简单，就是我们做CT和核磁的时候，椎间盘和骨刺是能够被仪器直观看到的，这是我们在临床诊断和治疗思路方面最大的误区。

我们最喜欢把看得见的、能检查出来的、能被具像化的东西作为病因，看不见的往往就被忽略了。

软组织的问题是我们做这些检查的时候看不见的。

至于是什么导致了软组织肿胀，造成了对神经的压迫，原因就更多了。

像外伤、慢性劳损、风寒都可以。

我们可以观察一下周围的人，有腰椎病、颈椎病、关节炎的人有个规律，往往是一降温或一受寒病情

<<医之正道>>

就会加重。

既然知道这个规律，我们就应该想一想，这些疾病和自然界的温度及湿度的变化规律有没有关系。

说到腰痛，还有一个特别容易被忽略的原因就是内脏疾病对腰部的影响。

有很多内脏的疾病是直接能通过我们中医所说的经络、穴位反应到腰部的。

例如结肠病、妇科病，还有消化系统的病，等等。

当然，每个人患病的器官不一样，反应的部位也就不一样，有的靠上一点，有的靠下一点。

例如像妇科问题它就可以反应到腰骶部，胃肠问题的反应则偏上，而结肠的问题则反应在第四节腰椎附近。

所以说，我们通过仪器、化验检查出来的未必是疾病的真正原因，而我们没有检查出来或者被我们忽略的，很可能恰恰是最重要的原因。

感冒，是被误治最多的疾病之一。

大家可能会奇怪，感冒怎么会误治呢？

其实，现在我们把感冒当成病毒性的疾病去治疗，这是错误的。

细菌、病毒和我们人体疾病的关系问题，我在后面章节中还要详细讲述。

大家想想，是什么原因导致感冒？

在北方最常见的原因就是风寒，甚至在南方也是。

大家可能说南方很热，怎么会有风寒？

南方是很热，但是南方室内备有空调。

夏天的时候，外面的温度40度，一进房间不到20度，能不受凉、不感冒吗？

在热环境里面，人的汗毛孔是开放的，皮肤的空间也是开放的，一旦进入凉爽的房间，风寒就可以长驱直入。

每个人都有这种直接经验，就是身体一受凉，皮肤和肌肉会发紧收缩，感冒的病人不外乎颈部僵硬、后背发紧、嗓子干痒、鼻塞流涕、扁桃体化脓肿大这几种症状。

实际上就是受风寒刺激而导致的肌肉紧张度增高，紧张度增高的肌肉会对其中运行的血管造成压迫，随之引起的就是血液循环障碍。

血液循环一旦有了障碍，就会引起咽部的问题，不是小动脉受压后导致血液过不来，就是血液过来以后回流不畅。

血液过不来会导致嗓子干痒、咳嗽，这时的咽喉是苍白、不充血的；而当静脉的血液回流受阻的时候，咽部就会充血，扁桃体会肿大。

在临床上，医生往往把这两种咽喉病分为病毒型的和细菌型的，实际上它们不过是同一种原因不同的作用程度导致的两种不同的结果而已。

其实，我们的咽部每时每刻都充满了细菌和病毒，一旦这个地方的血液循环受到影响，处于充血状态，就成了细菌的一个培养基。

明白了这个原理，我们治疗咽喉的疾病，就不一定非要用抗生素去杀菌，而只要从改善局部的微循环入手，把风寒祛除，肌肉紧张度解除，细菌生存的环境一旦被破坏，病自然就好了。

我在临床上就是这么治疗的，效果非常好，症状在一个小时之内就可以缓解，甚至完全消除，多数感冒两三天就能好。

为什么现在有很多孩子只要天气一降温就着凉，着凉以后就要去输液？

一个冬天会反复很多次，就是因为颈背部受了风寒以后，一直都没有彻底祛除，稍一着凉，导致这种疾病的原因就会叠加。

一到冬天，有的孩子几乎每次都逃不掉感冒。

这是我们的治疗不当导致的，现在临床上滥用抗生素的现象非常严重，它严重影响了很多孩子的体质，甚至会影响孩子的一生。

2011年7月份，卫生部下发过一个文件，就是限制抗生素的使用，我觉得特别有必要。

<<医之正道>>

媒体关注与评论

我们正处于一个前所未有的药物滥用时代，敬请谨记：你是唯一能够保护自己免受药物侵害的人！

——张克镇 一位医生绝不只是在治疗一种疾病，而是在医治一个独一无二的人，一个活生生、有感情、正为疾病所苦的人。

——约翰霍普金斯大学医学院创办人 奥斯勒
因为生活错误改正了，疾病就会自动消除。

我们不要注意疾病，而要注意生活错误。

——美国医学专家 阿·沃尔兰

<<医之正道>>

编辑推荐

《医之正道》编辑推荐：张克镇医生所创生命空间医学理论得到多位跨学科资深院士的高度评价与肯定。

张克镇医生继《生命空间论》后的又一力作。

当今医学最需要的不是知识与技术，而是思想。

拨开现代医疗的乱象与迷雾，树立健康的生命价值观。

<<医之正道>>

名人推荐

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>