

# 中医学咳嗽案例分析 中医心得体会(大全7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 中医学咳嗽案例分析篇一

中医学历来重视疾病的预防。“治未病”的概念最早出现于《黄帝内经》，在《素问·四气调神大论》中提出：“是故圣人不治已病治未病，不治已乱治未乱，此之谓也。夫病已成而后药之，乱已成而后治之，譬犹渴而穿井，斗而铸锥，不亦晚乎”，就生动地指出了“治未病”的重要意义。

根据现代医学理论，将人群的健康状态分为三种：

一是健康未病态；

二是欲病未病态；

三是已病未传态。

“治未病”就针对以上三个状态，具有以下作用。

一是未病养生，防病于先：指未患病之前先预防，避免疾病的发生，这是医学的最高目标，是健康未病态的治疗原则，也是一名高明医生应该追求的最高境界。在“治未病”的措施方面，我们主张首选绿色疗法，比如针灸、推拿、中药疗法。深受人们喜爱的健身项目如太极拳、健身操、瑜伽等就可帮助人们强身健体，增强体质，药粥、药茶，最好是在明确自身体

质状态的前提下选用，另外健康规律的生活和平和恬淡的心态也是至关重要的防病措施。

二是欲病施治，防微杜渐：指在疾病无明显症状之前要采取措施，治病于初始，避免机体的失衡状态继续发展，这是潜病未病态的治疗原则。中医体质辨识就是通过对病人身心状态的分析，确认其身体的寒热虚实阴阳偏颇，针对个体体质的特殊性，积极改善特殊体质，增强自身的抵抗力，从而实现对特殊人群的病因预防，阻止相关疾病的发生。比如一个亚健康的人，整天疲乏失眠，缺乏热情，通过体质辨识，我们认为他是肝气郁滞，应当在肝俞、脾俞、太冲、足三里等穴位上给以针刺、按摩或拔罐等刺激，以疏肝理气，调理脏腑气机，使肝气得以疏泄，脏腑功能归于平衡，机体恢复健康状态。

三是已病早治，防止传变：指疾病已经存在，要及早诊断，及早治疗，防其由浅入深，或发生脏腑之间的传变。这是已病未传态的治疗原则。比如高血压病人，我们要防止其并发心、脑、肾的改变；中风病人生命体征稳定的同时，要及早治疗他的半身不遂、语言障碍等。

另外，还有瘥后调摄、防其复发：指疾病初愈正气尚虚，邪气留恋，机体处于不稳定状态，机体功能还没有完全恢复之时，要注意调摄，以促进并提早日康复和防止疾病复发。即使是感冒初愈，病人也要注意避风寒，多休息；而手术后的病人更是气血两伤，增加饮食营养和适当的康复锻炼是极其重要的。

## 中医学咳嗽案例分析篇二

1. 风热咳嗽：发热，口干咽痛，咳吐稠痰。

鱼腥草15克，枇杷叶6克，薄荷10克。水煎取汁分3次服，每日1剂。

桑叶、菊花各10克，杏仁6克。水煎取汁分3次服，每日1剂。

鱼腥草15克，十大功劳10克，杏仁6克。水煎取汁分3次服，每日1剂。

2. 风寒咳嗽：咳痰稀薄，多兼头痛、鼻塞、喉痒身重。或有恶寒发热。

红枣5枚剥开去核放人生姜1小片，然后压扁，焙黄，煎水饮用。

红糖30克，生姜3片，红枣3枚。水煎取汁常服。

紫苏叶、紫菀各10克。冰糖30克。前2味水煎，放入冰糖，取药汁分3~4次饮服。

3. 燥热咳嗽：干咳少痰，鼻燥唇干，口渴喜饮。

麦冬10克，杏仁6克，鲜梨皮30克。水煎取汁分3次服，每日1剂。

川贝粉6克，鲜梨1个，白糖30克。将梨1左皮去核放入贝母、白糖，蒸熟后食用。

柿饼1个，贝母粉3克。将柿饼切开去核，加入贝母粉，蒸熟食用。

松子仁50克，核桃仁100克，熟蜂蜜25克。前2味研烂后调和熟蜂蜜。每日早晚以开水冲服10克。

北沙参15克，杏仁10克。水煎取汁分3次服。

### 中医学咳嗽案例分析篇三

“民以食为天”。食物是人们赖以生存的基本条件。俗话说：“医食同源，药食同行，先到厨房，后到药房。”食疗治病，

在我国的历史源远流长。由于中医治病，重视阴阳寒热辨证食疗亦当先了解食物的属寒属热，属阴属阳，才能有的放矢。药食同源药物与食物具有相同的特性，不论是进补还是药膳，都离不开中药的搭配，因此，在选择药膳之前，加深对中药特性的认识是绝对必要的，也是进补的先决条件，否则，选择不当，不但无法达到进补的预期效果，还可能弄巧成拙。

温热寒凉是药材的四种药性，也称四气。它是从药物作用在人体方面的表现概括而来的，也就是说，能够减轻或消除热证的药物，一般属于寒性或凉性。例如黄芩和板蓝根对于发热口渴、喉咙痛等有清热解毒的作用，即表明这两种药具有寒性。相反的，能够减轻或消除寒证的药物，一般属于热性或温性。例如干姜对于腹中冷痛、四肢厥冷等有温中散寒的作用，因此将它归纳为具有热性的药。因此，常听人说某种药非常燥热，或是非常寒凉，不能多吃，这些也许只是针对某些人或在某些情况下如此。需要采用什么药材，必须依据个人当时的实际情况而定。

五味是指药物和食物的真实滋味，包括：辛甘酸苦咸，这是药食的五种基本滋味。这五种药味各有不同的作用：

辛：发散、行气、行血。例如：薄荷、木香、红花等。

甘：补益、止痛、调和药性。例如：人参大补元气、熟地滋补精血、甘草调和诸药等。酸：收敛、固涩、生津。例如：乌梅敛肺止咳、五味子敛汗等。

苦：通泄、燥湿。例如：杏仁降泄肺气、枇杷叶降泄胃气、苍术消除湿气等。

咸：泻下作用。如海藻、昆布、芒硝等。

饮食五味与五脏的生克关系也应注意，如：偏嗜五味造成脏气之盛衰失常，多食酸则可伤脾，多食苦可消肺，多甜食可

伤肾，多食辛可伤肝，多食咸则伤心。五味所禁：辛味善行气，有散发之性，多食就会耗气，气病要慎，不能过量；咸味善走血，用量过大则血行凝滞，血病要慎用；苦味善走骨，能动心火，多用则火，骨生于肾，故骨病应少食苦味食物。甘味性滞走肌肉，多食易致肌肉壅滞，故肉痛时不宜多食；酸味善走筋，有收敛作用，多食则引起筋脉拘急。饮食要荤素适宜，五味兼备才能使脾胃调和，五脏收益。

俗话说，药补不如食补，药食同源，如红枣健脾，山楂助消化，梨滋阴润肺，荞麦是消渴病人的好食品。糯米、黑米性味甘温，具有益气补血、暖胃健脾，滋阴润肺之功效，适用于脾胃虚弱，体虚乏力的病人。中医还根据疾病辨证和食物性味，采取以动物的内脏来补养人体的脏腑，如贫血目疾夜盲症。肝虚可用猪肝，肾病用猪腰，遗尿用猪膀胱，肾病用猪肚等。在辨证施膳时要遵循中医的“寒者热之，热者寒之”的治疗原则，进行食性的选择配膳。寒凉性食物，如小米、赤小豆、绿豆等，具有清热、泻火解毒的作用，可用于热证的调护。热性温性的食物，如糯米、黄米等，甘温食物，具有温中、补阳、祛寒之功效，可用于寒证病人的调护。辛散类食物，如葱、韭、姜、蒜、辣椒等，具有解表散寒之效，可用于风寒感冒患者的调护。苦寒、甘、寒性味的食物，如各种水果及一些瓜类多有清热、泻火、解毒等功效，可用于温病热盛伤津者的调护。

人体是一个整体，有诸内者，必形诸外，视其外，应知其内脏、皮肤、毛发、指甲等的改变，必是脏腑功能失调或衰减而致。机体功能能量的平衡全赖于气血生化之源的脾胃能否建运脾胃正常运转的重要之处在于饮食有节度、按时适量、不过饥、过饱、过热、过冷、不择食、偏嗜、注意饮食平衡，是保证身体健康的重要因素。在饮食调护中，注意为患者提供丰富多样的食物，避免单调饮食品种，不仅要有鸡、鱼、肉、蛋、奶、谷、豆、果蔬，而且在形式上要有流质、半流质、软食、普通饮食及特制的营养液等。患病之体，脏腑功能紊乱，脾胃多受累，使运化功能减退，给予清淡食品，不

仅易于消化吸收，亦可减轻胃肠负担，促进脾胃功能的恢复。但是单纯素食、蛋白质含量较低，维生素和铁、锌等微量元素吸收减少，利用率较低，不能满足患者的生理需求及病理要求，只有在素食的基础上搭配适量的荤腥之品，才能满足病体之需注意切忌过量。

运用中医食疗基本理论指导饮食调护，是中医临床辨证施护的一个重要组成部分。它体现了药疗、食疗相结合，是中医临床护理的一个特点。在临床辨证准确下做到药食相须，寒温相宜，五味相适，就能提高疗效，使病人尽快康复；反之则影响药效，加重病情。在护理过程中如何指导病人进行食疗是非常重要的。

## 中医学咳嗽案例分析篇四

通过广泛的宣传学习活动，使民族地区的干部群众和面临就业的大学生，接收一次深刻的思想作风、工作作风和民族团结的教育，把王万青同志的精神转化为广大干部群众的工作动力和思想保证。

我被王万青克服种种困难，献身基层卫生事业，全心全意为藏区群众百姓送医送药的奉献精神所感动。在王万青身上，我感到了坚守的强大力量，甘于奉献优秀的品格，感受了社会主义核心价值观在他身上的生动体现，我要以王万青为榜样，在工作中践行爱岗敬业、艰苦奋斗、执着追求的精神，在为患者服务中实现自身的价值。

通过学习王万青同志的先进事迹和总结心的体会，培养我大公二无私的奉献精神，学习王万青的可贵品质和崇高精神。

看了王万青的报道，深受感动，一个上海重点医科大学毕业的高材生，能够42年扎根草原，为当地群众看病送药，这样精神令人敬佩。更为难能可贵的是，他始终对妻子不离不弃，几十年来，从容、乐观地面对生活中的诱惑和变化，他的一

生平淡而不平凡。作为年轻的医务工作者，应该以王万青为榜样，珍惜眼下良好的工作环境，在工作中践行王万青那种爱岗精神，进一步做好本职工作，为广大患者提供优质的医疗服务。

西部民族地区条件艰苦、经济落后，王万青始终坚守自己青春时代的理想和追求，以实际行动完成了从一个外乡客到草原人的转变，他以草原为家，用高尚的医德和精湛的医术赢得了藏区人民的认可和尊重。王万青对人生道路的选择带给我们深刻的启示，我们人生坐标的设定必须与祖国的需要、社会的需要以及人民的需要紧密结合，只有在基层实践中获取新鲜的工作经验，汲取成长的精神动力，才能实现自我价值与社会价值的有机统一。

王万青是我们身边的典型，他的精神主要体现在两个方面，一是在艰苦的地区创造条件、艰苦学习不断提高医疗技术水平，在位藏区人民服务的过程中实现自身的价值；二是在医疗服务过程中，视藏族同胞为亲人，全心全意为他们服务，得到了当地的群众的尊重和认同，用自己的实际行动实现了当初的誓言。王万青的实际证明，我们社会的核心价值观没有变，那就是“祖国的需要就是个人的志愿，在人民群众的过程中实现自身价值”。王万青做的看似都是些平凡的事，可是这些平凡的是能坚持做42年，的确很不容易。我们身处甘肃这样一个经济欠发达、科研条件相对落后的身份。年轻知识分子有时候会对环境和条件有不满的情绪，可是王万青却为我们树立了榜样，中青年工作者要能够甘于清贫、耐得起寂寞，要热爱自己的事业，甘于为之奉献。多年来王万青无时无刻不在想念着家乡，一边是对故土亲人的深切思念，一边是缺医少药深受病痛折磨的藏族同胞，王万青在一次次的回城潮中辗转反侧，但最终，他还是选择了留下。

向王万青同志学习，就要学习他追求理想、淡泊名利的优秀品格，学习他心系群众、民族团结的高尚情怀，学习他扎根基层、无私奉献的尊尚品质，学习他艰苦创业，奋发有为的

敬业精神。王万青同志是一位爱党、爱国、爱人民、献身藏区医疗卫生事业，维护民族团结进步的杰出典范，是优秀共产党员的突出代表，他的事迹在平凡中折射伟大，细微处体现崇高，是广大干部群众，特别是少数民族地区干部和在校大学生学习的榜样。

## 中医学咳嗽案例分析篇五

研修期间，我们按照由公共管理、教育管理及人文素养三大知识模块组成的课程体系，进行了强化学习。可以说，这期研修班起点高、模式新颖、效果良好。整个课程体系设计科学合理，既关注了当今公共管理和理论前沿，又关注了教育管理的工作实际，既有前瞻的视野，又有丰富的案例分析。虽然本期研修班只有短短的17天时间，但我觉得感触很多，收获也很大。下面我主要从以下几个方面汇报一下个人的感受：

这次研修，我们完成了120学时的课程计划，22门课程基本涵盖了公共管理专业应涉猎的主要领域，从宏观经济学、危机管理、公共管理、公共财政、公共政策、教育管理到中国传统文化艺术、人力资源管理、媒体新环境及应对策略、领导语言艺术、信息技术等等，内容覆盖面广，信息量大。聆听了教育部有关官员及清华大学、北京师范大学、中国人民大学、国际关系学院、人保部中国人事科学研究院、中国教育电视台等知名专家教授的授课，领略了名师的智慧和风采，老师们学贯中西、博古通今，知识渊博、理念精深，在各自的研究领域都有独到的分析和精辟的见解，他们精彩的讲解不时闪烁出智慧的火花，使我的思维理念不断地受到新的冲击，从而进一步理清了思想认识上的误区，解开了许多工作、学习、生活中的迷茫和疑惑，大大地拓宽了视野，开阔了眼界。正所谓：聆听的是智者的声音，感悟的是知识的力量；学到的是管理的精华。

一是学习了很多科学的管理方法。如中国人民大学侯景新教

授的“传统文化与现管理”、中国人民大学周石教授的“高绩效团队建设”、中国人事科学研究院李克实教授的“公共部门人力资源开发与管理”、国际关系学院郭惠民教授的“突发事件处置与危机管理”等专题讲座都给了我很大的启发。可以说，通过这次研修，切实地增长了管理知识，增强了工作自信，在一定程度上提高了管理能力。“管理的一半是科学，一半是艺术”，“管理的一半是科学”指的是管理的制度要合理、科学，即既要符合当前的教育方针政策，又要适合本校的实际情况。“管理的一半是艺术”指的是学校的管理要讲究技巧。即要“善管巧理”。它告诉我们，只有把合理的制度和管理的技巧两者合二为一，才能达到事半功倍的管理效果。可以预见，在培训期间所学到的这些先进的管理方法，必将给我今后的工作起到积极的指导作用。

二是学习了很多新颖的思维方法。如清华大学韩廷春教授的“宏观经济形势与政策分析”、清华大学王孙禺教授的“高等教育改革与发展”、中国人民大学谢明教授的“公共政策分析”、教育部职业教育与成人教育司综合处刘培俊处长的“关于中国职业教育吸引力的若干思考”、清华大学袁本涛教授的“教育的公共性与教育公平”、北京师范大学刘宝存教授的“发达国家的教育改革与发展趋势”、清华大学李越教授的“中学与大学教育衔接”、教育部基础教育二司乔玉全处长的“中国基础教育办学现状、热点和发展趋势”、中国教育学会副会长谈松华教授的“中长期教育改革和发展：宏观背景与战略选择”、清华大学王有强教授的“公共财政学”等，从不同的研究领域出发，以不同的研究视角，展现了许多新颖的思维方法，这些新的思维方法，是在既符合政策法规和教育规律，又充分结合自身实际的基础上，直面现实困难，突破常规思路，创新解决问题的办法，达到问题迎刃而解，效率不断提高，成效事半功倍的效果。实际上，这些思维方式所闪现出的智慧，就是解决问题能力的具体体现。因此，我觉得这些新思路、新方法对实际工作有很强的现实指导意义。它使我们在今后的工作中能够心态更加自信，思路更加开阔，方法更加灵活。

三是学习了很多有效的沟通方法。如中国教育电视台闻闻教授的“领导者语言表达艺术”、清华大学孙静惟教授的“媒体新环境与应带策略”、清华大学孟波讲师的“管理沟通”等课程，都结合了生动的案例分析，为我们讲述了沟通在现代管理中的重要性，简言之，沟通，就是人与人之间的相互了解，相互理解，就是消除误会，化解矛盾，摒弃隔阂，就是密切关系，求得谅解，增进感情，达成共识。但凡成功的管理者，无一不是善于沟通的好手。作为管理者，一方面加强团队内部管理，需要与成员沟通，良好的沟通，能够使团队成员理解管理者的管理意图，能够激大家的参与感和热情，能够引导团队成员朝着共同的目标团结一致，发奋努力。另一方面创设团队发展的良好环境，要与外界沟通。无论是要争取领导的政策支持，部门之间的协调配合，还是要赢得外界的大力帮助，这都需要重视沟通，一方面要保持自信、充满诚意，另一方面要善于寻找双方的关注点、兴奋点和共同点，促进工作的有效推进。

四是提升了个人修养。如清华大学刘书林教授的“科学发展观与干部素质提升”、清华大学李燕教授“中国传统文化艺术漫谈”、清华大学朱汉城教授的“走进音乐世界——音乐赏析”等课程，对提高个人的素养有莫大的帮助。

在学习中提高，在实践中成长，这是我这次研修的重要心得体会之一。通过学习，不仅逐步地提高和完善了自己，而且，通过学习，还促进了反思。

一是要注重提高理论修养。通过这次学习，我深刻地感觉到得自己的教育理论水平和管理理论水平离工作实践对自身提出的要求差距大。这不仅体现在自己学习的习惯上，没有养成有计划、有规律地学习理论知识的习惯，而且体现在自己的学习成效上，既没有对各种理论做到大量涉猎，扩充知识面，又没有精读某种理论，融会贯通，更没有形成自己独特的观点。因此，以后要在在学习上更进一步加强，不断提高自身理论水平，在学习中提高、在学习中成长。

二是要注重积累实践经验。理论是在实践的基础上，通过概括提炼而成。专家们的工作经验和理论成果，都是因为他们不仅勇于实践、不断探索，而且是因为他们善于总结，注重积累。因此，我们在平时的工作中，要注意收集、总结、提炼成功的经验，使之具有普遍指导意义的方法，并逐步成为自身工作特色，不断提高工作水平。

三是要注重提高业务水平。通过这次研修，我深刻地认识到，要做好工作，还需要进一步提高自身业务水平，以适应现代社会对一名管理者的要求。一方面要进一步提高教育教学能力和水平；另一方面要不断提高管理能力，掌握管理方法，提高管理效益，使学校发展在竞争激烈的社会中能够勇立潮头，立于不败之地。

## 中医学咳嗽案例分析篇六

众所周知，中医是我国的国宝、国粹，几千年来为我国人民的身体健康及民族繁衍起到了重大作用。针灸学更是我国的文化瑰宝，它是一门博大精深、体系完备、内容丰富的学问，数千年来它以其独特的特点在我国医学史上占有重要的位路。针灸疗法具有适应证广、疗效显著、应用方便、经济安全等优点，它不仅受到中国人民的喜爱，也受到世界各国人们越来越多的喜爱，很多人希望了解它学习它，但是也许由于它的博大精深，很多人觉得无从学起，不知从哪入手。我作为一名护理人员，跟随朱宝医师从事了几年中医中药和针灸的临床诊治工作，耳濡目染中医中药的神奇疗效，正如《黄帝内经》中记载“一针甫下，沉苛立起”，不由地深深迷恋上了这门古老的医术。在几年的实践中，我院三名护理人员通过自己的学习和临床医师的指导，初步掌握了针灸、拔罐、蜡疗、熏蒸、按摩等几项中医适宜技术，并在临床工作中取得了一定的疗效，现在根据我们的学习经验谈一下几点针灸疗法的体会。

### 一、遵从中医整体观念，强化针灸疗效

嘱患者不要急于洗澡和吹风，以免加重病情。

## 二、掌握配穴原则，灵活取穴

1. 先后次序的灵活应用 由于人体每一个穴位的主治功用不同，因此取穴时有主穴和配穴之分。在我院朱宝医师的指导下，我们掌握了针灸学的普遍应用的“八要穴歌”：肚腹三里留，腰背委中求，头项寻列缺，面口合谷收，心胸取内关，小腹三阴谋，坐骨刺环跳，腿痛阳陵透。这八句话，共四十个字。每一句讲了一个穴位，一句五个字，即讲了一穴位，又讲了它治疗的部位。对于初学针灸的我们在配穴方面有很大的启示。朱宝医师还特别强调取穴的先后次序，在临床应用时，应根据病人分清主次，灵活掌握取穴的先后顺序。如发作性痛症，易先刺远隔穴位，运用导气手法，通过经络的远隔诱导作用，使疼痛改善后，在刺痛处穴位，就可避免病变部位因疼痛过敏引起的肌肉紧张，造成进针困难，加重疼痛。又如胃痛时常先刺远端足三里穴，再刺中脘；三叉神经痛先泻合谷，再取头面部穴位。可见，取穴的先后顺序的不同直接影响着临床疗效。

上下、出入的处所，具有远近联系的功能，对本经头面、躯干、脏器等疾病，有直接的治疗作用。前面所提到的“八要穴歌”正是临床循经取穴法的高度概括。在临床应用中以本经取穴和他经取穴多见。如手厥阴经病变出现的心绞痛、心悸取内关，手太阴经病变的咳嗽取尺泽，咯血取孔最等。此外还有中病旁取，远近取穴法等多种取穴法，临床上根据病情酌情应用。

3. 疼痛选穴以“以痛为愉”的原则 在循经选穴的基础上，直接选取患部经脉循行所达的穴位，以局部选穴为主。如眼病取睛明，耳疾取听宫，膝痛刺犊鼻等。

4. 灵活补泻，辨证施治 在补泻手法的应用上，朱宝医师重视针刺手法，认为恰如其分的运用补泻手法是针灸疗效的关键，

认为进针得气后，应根据个体生理、病理状态的不同和气血盛衰辨证施治，采用不同的用针强度、频率和持续时间，将补针和泻针分为轻、平、大三类，即轻补、大补、平补、轻泻、大泻、平泻、平补平泻等七法。对不同的病人甚至同一病人，都不应该是一成不变的，应根据病情变化辨证施治。如一例胆绞痛患者的治疗，初期采用大泻法针刺阳陵泉止痛后，改用平泻法刺其他穴位，使经气保持畅通，从而达到治疗目的。

中医世界里，这些都只是皮毛，总结出一点体会与心得，与各位同仁共同学习，不足之处，请见谅。

## 中医学咳嗽案例分析篇七

不知不觉中，就已经走完了大的一学期的第一学期。此时此刻，回头看看走过这一学期所留下的脚印，想想在这短暂而又漫长的一学期里学到了些什么，问问自己这一学期忙碌过吗，有没有得到想要的东西？然而有时候连自己都不能给自己一个准确的答案，只知道大学和初高中真的不一样，除了期中期末要考试之外可以说什么都不同，这个时候靠的全是自己，生活，学习，以及各个方面，而这个时候最离不开的就是学习方法了，好的学习方法可以帮助我们少走很多弯路，可以让我们节约很多时间，节省更多的精力，而利用这些时间和精力我们又可以做更多事，这也许就是所说的高效率吧！而在这里我想说的是关于《中医基础理论》的学习方法。

我们都知道，《中医基础理论》是大一上学期很重要的. 一门学科，而且这也是中医学的基础，所以打好基础比什么都重要。也许对大多数同学来说，这门课很枯燥，又或许对于一部分同学来说老师幽默的讲课方式为枯燥的课堂增添了不少的乐趣，不管怎么样这门学科的重要性都是不可忽略的，虽然我们已经结束了对于它的学习，但是对学习方法的谈论是永远都不会过时的。

绪论部分讲解了中医学的科学属性，中医理论体系的形成与发展以及中医理论体系的特点，需要掌握的内容并不是那么多，所以只需要对四大经典有一定的了解，当然这也是作为一名中医学生应该知道的，也许学习中医这些都是需要背下来的，但在这门学科中我们需要掌握的就只是了解而已，同时金元时期的“金元四大家”对中医理论和实践有突破性创新为中医学的发展起到里程碑的作用，所以这也是我们应该掌握的重点，当然还有中医学理论体系的特点——整体观念和辨证论治。对于这部分知识没有更好的其他方法，只有靠多花时间读一读，背一背，当然时不时的复习也是很重要的。

精气学说、阴阳学说和五行学说，是中国