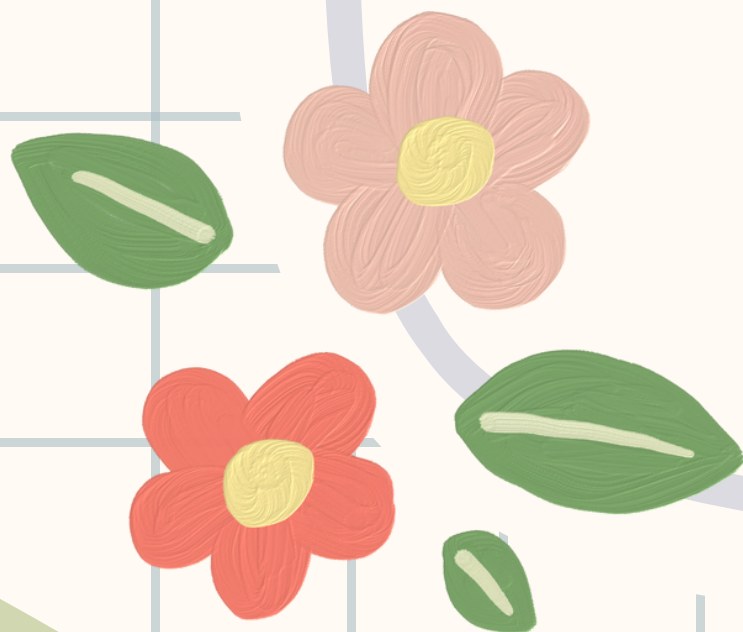
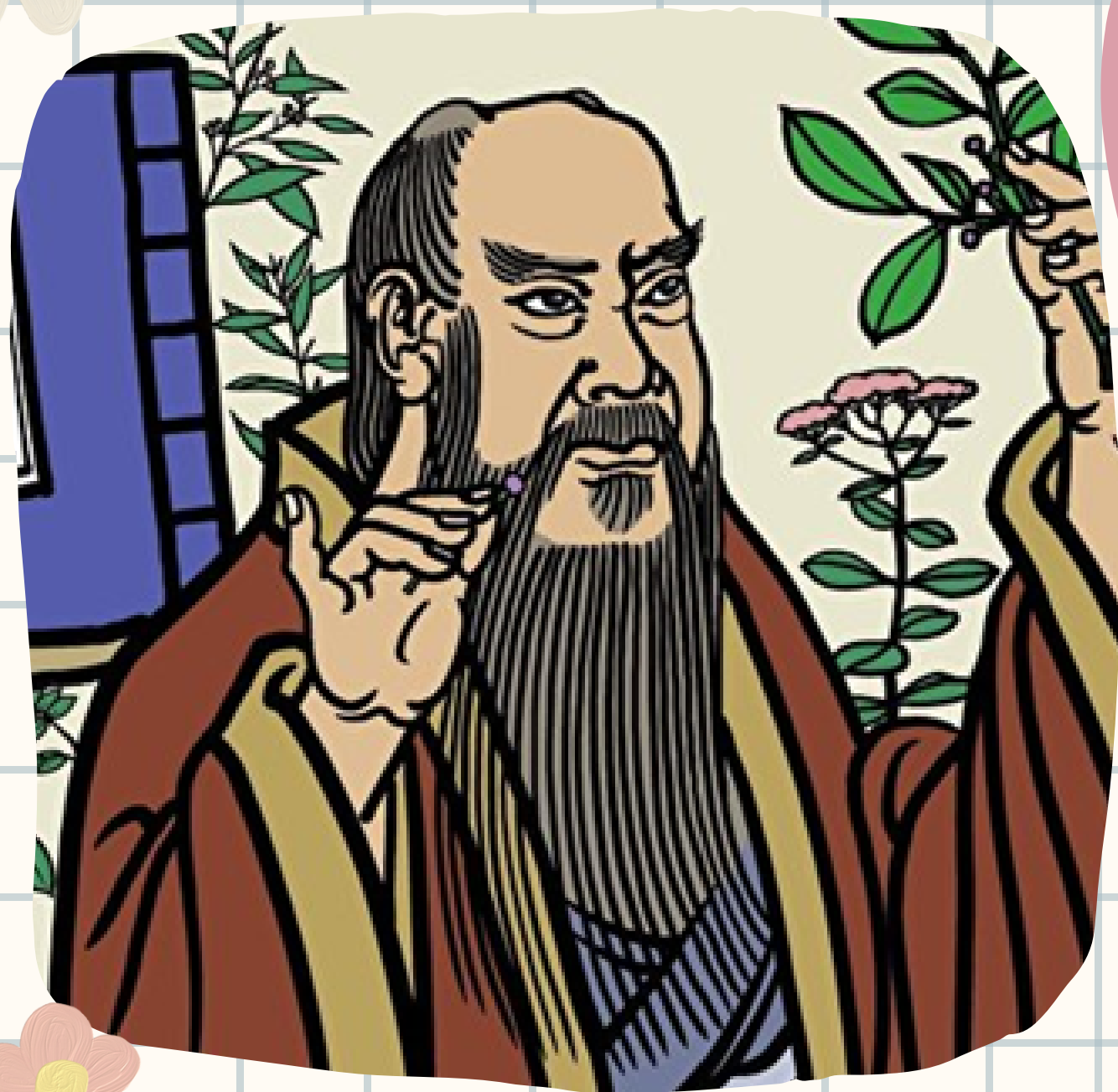
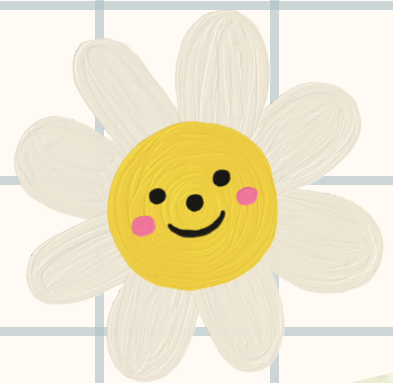


# 「網絡時空百草園 2023/24」學員報告

九龍塘學校  
(小學部)





# 百草園令我們學懂的事

神農氏為了幫助百姓解決困難，親自到山中尋找可食植物，把有用的種子帶回去種植，把共365種藥物都記錄下來，成為最早的中藥學分類著作，稱為《神農本草經》。





中藥的三大主要來源是植物、動物及礦物。

# 百草園令我們學懂的事

## 植物



一般大眾對中藥的刻板形象都屬於植物藥。藥無論經過加工與否，只要源頭取自植物任一部分，都已經可以歸類為植物藥。較常聽見例子包括：當歸、黨參、杞子、菊花、靈芝

## 動物



動物藥是常用中藥的其中一個分類，而它們的來源屬於動物的整個身體，或是動物身體某些具有醫療價值的部位。較常聽見的例子包括：龜板（烏龜外殼）、石決明（鮑魚外殼）和鹿茸（雄鹿未骨化而帶茸毛的幼角）等

## 礦物



礦物藥在常用中藥的佔比較小。而礦物藥的來源為不具生命的天然資源，例如硃砂、滑石和石膏（中藥的石膏與固定骨折的工業石膏並不一樣）等。低質素的礦物藥有機會未能去除有害重金屬，因此不應向來歷不明的商家購買



# 百草園在KTS-靜思閣





# 百草園在KTS-靜思閣

## 中醫文化

中醫，是一種起源於中國且至今有三千餘年歷史的傳統醫學，是「以中醫藥理論與實踐經驗」為主體，研究人類生命活動中健康與疾病轉化規律及其預防、診斷、治療、康復和保健的綜合性科學。

### (一) 中醫學理論體系

中醫學是研究人體生理、病理，以及疾病的診斷和防治的一門科學，它有獨特的理論體系和豐富的臨床經驗。中醫學的理論體系主要受古代的唯物論和辯證法思想——陰陽五行學說的影響，以整體觀念為主導思想，以臟腑經絡的生理和病理為基礎，以辨證論治為診療特點的醫學理論體系。

### (二) 中醫學的基本特點

1. 整體觀念：是指人體本身的整體性和人與大自然的整體性。
2. 辨證論治：是中醫診斷疾病和治療疾病的基本方法。
  - a) 證：是機體在疾病發展過程中的某一階段的病理概括。
  - b) 辨證：是分析和辨別疾病的過程。
  - c) 論治：是根據辨證的結果，確定相應的治療方法。

### (三) 陰陽五行學說

陰陽五行：陰陽五行是陰陽學說和五行學說的合稱，中醫據此說明人體內部的對立統一和聯繫。

五行：即木、火、土、金、水。先賢按五行的屬性，將自然界和人體組織在一定的情况下歸納起來，同時以「相生」和「相克」的關係說明臟腑之間的調整本能。臨床應用五行學說來解釋人體內臟的相互聯繫及生理、病理複雜變化，作為推斷病情和確定治法的依據之一。

### (四) 致病因素

「三因學說」是宋代陳言關於中醫病因分類的學說，六淫為外因；七情為內因；飲食所傷、勞傷過度、外傷、蟲獸傷、溺水等為不內外因。三因為古代三類病因的合稱，是中醫病因學理論之一。通過三因分類法，以闡述各種致病因素的途徑和轉變規律。

### (五) 四診與辨證

1. 四診：是指望、聞、問、切四種診察疾病（收集資料）的基本方法。
  - a) 望診：運用視覺，對人體全身和局部的一切可見徵象，以及排出物等進行觀察。
  - b) 聞診：包括聽聲音和嗅氣味兩個方面，是通過聽覺和嗅覺，了解由病體發出的各種異常聲音和氣味，以診斷病情。
  - c) 問診：通過詢問病人或陪診者，了解疾病的發生、發展、治療經過、現在症狀和其他與疾病有關的情況，以診斷疾病的方法。
  - d) 切診：包括脈診和按診，脈診是在病人手腕上一定的部位進行觸、摸、按、壓，以了解疾病的內在變化或體表反應。
2. 辨證：
  - a) 八綱辨證：是各種辨證的總綱，為分析疾病共性的辨證方法。
    - 表裏：是辨別疾病病位內外和病勢深淺的兩個綱領。
    - 寒熱：是辨別疾病性質的兩個綱領。
    - 虛實：是辨別邪正盛衰的兩個綱領。虛指正氣不足；實指邪氣盛。
  - b) 臟腑辨證：是根據臟腑的生理功能、病理表現，對疾病證候進行分析歸納，藉以推究病機，判斷病變的部位、性質，正邪盛衰情況的一種診斷方法。
  - c) 經絡辨證：是運用經絡學原理，以探求疾病發生的原因、性質及其部位所屬證候的診斷方法。
  - d) 氣血津液辨證：是根據氣、血、津液的生理功能，病理變化，分析其所反映的不同證候，用以指導臨床、診察辨證。

## (六) 中醫治病

### 八法

中醫八法，即汗、和、下、吐、溫、清、消、補八種治法。一般說來，病邪在表用汗法；病邪在裡，在上屬實用吐法；在裡、在中屬實用下法；病邪半表半裡，氣機不調用和法；病的性質屬寒用溫法；病的性質屬熱用清法；積聚、積滯屬實用消法；正氣虛弱，機能不足的虛證用補法。

### 方劑

方指醫方，劑，古作齊，指調劑，方劑就是治病的藥方。它是在辨證審因決定治法之後，選擇合適的藥物，酌定用量，按照組成原則，妥善配伍而成，是辨證論治的主要工具之一。中國古代很早已使用單味藥物治病，經過長期的醫療實踐，學會把幾種藥物配合起來，經過煎煮製成湯液，即是最早的方劑。根據治法、功用，方劑大致可分為：解表劑、瀉下劑、清熱劑、補益劑、安神劑、理氣劑、祛濕劑等二十一類。

### 藥物

以中國傳統醫藥理論指導採集、炮製、製劑，說明作用機理，指導臨床應用的藥物，統稱為中藥。中藥主要來源於天然藥及其加工品，包括植物藥、動物藥、礦物藥及部分化學、生物製品類藥物。由於中藥以植物藥居多，故有「諸藥以草為本」的說法。按其功用的共性，結合治法，可分為解表藥、清熱藥、理氣藥、補血藥、利水滲濕藥等20類。

## (七) 中藥的性味與配伍

### 性能概說

藥物治病的基本作用不外是祛除病邪，消除病因，恢復臟腑功能的協調，糾正陰陽偏盛偏衰的病理現象，使之恢復狀態。把藥物的性質和作用加以概括，主要有性、味、歸經等方面，統稱為藥物的性能。

### 四氣和五味

藥物的性和味是藥物性能的一個方面。藥性是根據實際療效反復驗證然後歸納起來的，是從性質上對藥物多種概括。至於藥味的確定，是由口嘗而得，從而發現各種藥物所具不同滋味與醫療作用之間的若干規律性的聯繫。

四氣：就是溫、熱、寒、涼、四種藥性，以及性「平」。其中溫熱與寒涼屬於兩類不同的性質。平性藥，是指藥性不甚顯著，作用比較和緩的藥物。

五味：就是辛、甘、酸、苦、咸五種藥味。

辛：有發散、行氣、活血作用。如麻黃、薄荷等。

甘：有補益、和中、緩急等作用。如黨參、甘草等。

酸：有收斂和固澀作用。如山茱萸、五味子等。

苦：有泄和燥的作用。如大黃、杏仁等。

咸：有軟堅散結、瀉下作用。如瓦楞子、芒硝等。

### 藥物的配伍

把單味藥的應用和藥與藥之間的配伍關係總結為七個方面，稱為藥物的「七情」。即單行、相須、相使、相畏、相殺、相



# 百草園在KTS

百草園中的植物皆可以作為中藥治療之用。

1/ 積雪草

2/ 涼粉草

3/ 雞蛋花

4/ 蛇莓

5/ 馬齒莧

6/ 雞骨草

7/ 馬纓丹

8/ 板藍根

9/ 桑樹

10/ 紅背耳葉馬藍

11/ 兩面針

12/ 菖蒲



# 百草園在KTS-靜思閣





# 百草園在KTS:寒涼類



1. 積雪草



2. 涼粉草



# 百草園在KTS:寒涼類



3. 雞蛋花



4. 蛇莓



# 百草園在KTS:寒涼類



5. 馬齒莧



6. 雞骨草



# 百草園在KTS:寒涼類



1. 五色梅



8. 板藍根



# 百草園在KTS:寒涼類和平性類



9. 桑樹



10. 紅背耳葉馬藍



# 百草園在KTS:平性類和溫熱類



11. 兩面針



12. 菖蒲



# 種植回憶



1. 除雜草

2. 觀察

3. 淋花



# 種植回憶





# 種植回憶





多謝大家

