

望聞問切 ～ 搭看趣

第 01 堂 1150913 單元重點總覽

全長 2 小時 33 分 | 共 12 章

- ① 一、藥材的保存與配伍觀念
00:00:00
- ② 二、清潤茶與秋燥潤肺
00:03:00
- ③ 三、貴重藥材、道地藥材與野生養殖
00:07:15
- ④ 四、水梨運用、秋日食材與熬藥學問
00:13:00
- ⑤ 五、望聞問切與老師的學習歷程
00:18:20
- ⑥ 六、五行學說、中醫思維與陰陽邏輯
00:27:03
- ⑦ 七、同病異治、相對運動觀與六淫
00:37:50
- ⑧ 八、五行歸類、六淫與辨證論治
00:46:15
- ⑨ 九、五臟六腑與行醫見聞
01:02:20
- ⑩ 十、陰陽平衡、上火與陰虛
01:18:29
- ⑪ 十一、陰陽水、補陰與靜心養生
01:36:37
- ⑫ 十二、環境適應、秋冬養生與泡脚
01:56:16

古典醫學推廣中心

報名聯絡：郭福星 0955-149103

第 1 章

一、藥材的保存與配伍觀念

本堂時間 00:00:00

- 1. 冷藏冷凍保存與藥效遞減
- 2. 果實類跑糖與根莖葉類特性
- 3. 建議一年到一年半內用完
- 4. 冰箱囤積與浪費
- 5. 不可自行混搭、須依配方服用

第 2 章

二、清潤茶與秋燥潤肺

本堂時間 00:03:00

- 1. 清潤茶的來源
- 2. 秋天屬燥、燥傷津液
- 3. 陰液不足不是多喝水就好
- 4. 以滋潤而非進補來潤燥
- 5. 白色食物與時令
- 6. 雪梨湯與冰糖藥引

第 3 章

三、貴重藥材、道地藥材與野生養殖

本堂時間 00:07:15

- 1. 石斛、人參不宜自行購買
- 2. 冬蟲夏草與藏紅花的造假
- 3. 野生與養殖、道地藥材
- 4. 地氣與產地的重要性
- 5. 青蒿的採收時機與野生養分

第 4 章

四、水梨運用、秋日食材與熬藥學問

本堂時間 00:13:00

- 1. 水梨連皮與農藥清洗
- 2. 連皮與削皮的差別及保存
- 3. 秋日其他白色潤燥食材
- 4. 保溫壺沖泡藥材
- 5. 湯藥有效的原因與熬藥要素
- 6. 熬藥的學問與科學中藥藥效
- 7. 藥液有效成分的時效

第 5 章

五、望聞問切與老師的學習歷程

本堂時間 00:18:20

- 1. 老師的學經歷
- 2. 面診的工具與練習
- 3. 手機色差與蕎麥脈枕
- 4. 望聞問切各佔四分之一
- 5. 切脈是 double check 與脈證不符的處理
- 6. 單憑脈象的侷限與問診技巧

第 6 章

六、五行學說、中醫思維與陰陽邏輯

本堂時間 00:27:03

-
- 1. 五行的正確順序
 - 2. 五行是屬性而非物質
 - 3. 中醫源於巫與哲學
 - 4. 讀懂黃帝內經之難
 - 5. 中西醫思維的差異
 - 6. 中醫名詞的系統性與陰陽等號邏輯

第 7 章

七、同病異治、相對運動觀與六淫

本堂時間 00:37:50

- 1. 三位失眠患者的辨證
- 2. 同病異治與異病同治
- 3. 男女與氣血的用藥
- 4. 觀察自然是中醫的根柢
- 5. 陰陽是相對而非絕對
- 6. 萬物都在運動

第 8 章

八、五行歸類、六淫與辨證論治

本堂時間 00:46:15

- 1. 外國四元素與屬性自身會變化
- 2. 六氣過與不及成六淫
- 3. 秋燥致病與乾燥的潤養
- 4. 五行對應五色五臟與相剋治療
- 5. 經痛的四種證型與誤診之害
- 6. 五行對應表與背誦方法
- 7. 肺主皮毛、冰箱飲品與相生相剋

第 9 章

九、五臟六腑與行醫見聞

本堂時間 01:02:20

- 1. 中醫是理科工科、講究歸類
- 2. 五臟六腑各是一個系統
- 3. 十二臟之相使與各司其職
- 4. 腎主生殖生長發育
- 5. 中醫臟腑與西醫臟器之別
- 6. 大學坐診與子宮脫垂案例
- 7. 中醫重經驗與養生體悟

第 10 章

十、陰陽平衡、上火與陰虛

本堂時間 01:18:29

- 1. 五行是運動變化與中庸之道
- 2. 陰陽平衡與晚睡傷肝膽
- 3. 熱證忌猛降火、勿喝冰水
- 4. 折衷的退冰方式
- 5. 上火與陰虛的圖示區別
- 6. 誤把陰虛當上火、越降越虛
- 7. 上火與陰虛的症狀鑑別

第 11 章

十一、陰陽水、補陰與靜心養生

本堂時間 01:36:37

- 1. 陰虛的辨識與肌肉觸診
- 2. 陰陽水與薑水的做法
- 3. 補陰後自動早睡、陰不斂陽
- 4. 玉竹麥冬補陰
- 5. 北京同學的診斷學資料
- 6. 五行代表系統與水土不服
- 7. 臟腑平衡與環境適應

第 12 章

十二、環境適應、秋冬養生與泡腳

本堂時間 01:56:16

- 1. 阿拉斯加的適應體驗
- 2. 適應力取決於臟腑經絡
- 3. 調整身心與靜心專注
- 4. 四季養生與白開水
- 5. 當歸酒與料酒運用
- 6. 泡茶的專注養生
- 7. 晚間茶飲、曬太陽與肉桂蜂蜜水