



# 自主學習計畫

## — 神農嚐百草 —

209 陳宥芯

# 目錄

一. 自主學習計畫

二. 學習成果

三. 心得與反思



# 一. 自主學習計畫



# 自主學習的意義

1. 訓練自主規劃的能力
2. 學習如何分配時間
3. 深入探討自己有興趣的領域

# 參加動機

1. 瞭解中醫藥發展、理論基礎與中西藥之間的關聯性
2. 能充分運用所學之中醫藥知識於日常生活中
3. 發掘自己是否對中醫藥領域有興趣



# 進度規劃

週次	自學進度與範圍	週次	自學進度與範圍
1	學習中藥的起源與發展	11	學習常用方劑之用藥原理及應用
2	學習著名的中藥產地及其特色中藥	12	綜整課程內容與筆記整理（三）
3	學習辨別中藥的真偽與優劣	13	學習中藥的用藥禁忌
4	綜整課程內容與筆記整理（一）	14	學習常見養生藥膳之功效及烹煮方式
5	學習中藥炮製目的與方法	15	學習中西藥交互作用
6	學習中藥的基本性質	16	綜整課程內容與筆記整理（四）
7	學習中藥命名規則與藥材分類	17	製作專題報告
8	綜整課程內容與筆記整理（二）	18	製作專題報告
9	學習日常生活中常見之中藥	19	確認及修改專題報告內容
10	學習方劑的配伍與煎煮方式	20	排版與定稿

## 二.學習成果



# 中藥的歷史發展

遠古時代

神農一日而  
遇七十毒

夏商周

鐘鼎文中發現  
「藥」字

秦漢

神農本草經

魏晉南北朝

雷公炮製論

隋唐

唐本草

宋代

經史證類備急本草

遼夏金元

醫學融合及  
外來藥物應用

明朝

本草綱目

清朝

植物名實圖考  
本草綱目拾遺

民國

中華中藥典

# 基礎理論—四氣

1.熱性藥：肉桂、附子、川烏

2.溫性藥：杜仲、黃耆、山藥

3.平性藥：茯苓、蓮子、甘草

4.涼性藥：薄荷、葛根、枇杷葉

5.寒性藥：黃連、金銀花、浙貝母



# 基礎理論 — 五味歸經

1. **辛**：發散、行氣、和血 → **肺**
2. **甘**：和緩、補養 → **脾**
3. **酸**：收斂固澀 → **肝**
4. **苦**：燥、瀉 → **心**
5. **鹹**：軟堅潤下、散結 → **腎**

# 方劑配伍

**君** → 起主要治療作用的藥物

**臣** → 輔助君藥加強治療主症的藥物

**佐** → 加強治療或降低毒性

**使** → 引藥物達病處或調和諸藥處

《傷寒論》之麻黃湯



麻黃

**君**



桂枝

**臣**



杏仁

**佐**



甘草

**使**

# 命名方式

- 產地：川芎、蜀椒、遼細辛
- 顏色：青篙、玄參、黃連
- 型態：牛膝、白頭翁、大腹皮
- 氣味：苦參、甘草、五味子
- 性能：防風、益母草、續斷
- 入藥部位：金銀花、紫蘇葉
- 人名：杜仲、使君子
- 譯名：曼陀羅、婆羅得



# 常見藥膳—四神湯

**組成：**山藥、茯苓、芡實、蓮子

**主治：**調整腸胃機能性不良導致的泄瀉或脾虛食少

**功效：**補脾養胃

**禁忌：**不適合體質寒涼及生理期的女性服用



# 常見藥膳—四物湯

**組成**：熟地黃、當歸、芍藥、川芎

**主治**：血虛、月經不調

**功效**：養血疏肝，補血調血

**禁忌**：感冒、發燒、喉嚨痛不宜食用



# 常見藥膳－四君子湯

**組成：**人參、白朮、茯苓、甘草

**主治：**脾胃氣虛

**功效：**益氣、健脾、養胃

**禁忌：**根據中醫「十八反」理論

- 藜蘆反諸參（人參、沙參、丹參、玄參）



人參

白朮

茯苓

炙甘草

# 常見藥膳

**四物湯** (補血) + **四君子湯** (補氣) = **八珍湯** (氣血雙補)

**八珍湯** (氣血雙補) + **黃耆、肉桂** (強化藥性) = **十全大補湯** (超級補)



# 三.心得與反思





# 挫折打擊—內容艱澀難懂

## 歷史發展

- 夏商周：
  - 1) 鐘鼎文中發現「藥」字，說文解字將其訓釋惟製並之草，從草，樂音
  - 2) 中醫興起（詩經、山海經、五十二病方）
- 秦漢：醫巫分離，第一次高峰
  - ❖ **神農本草經**，成書於東漢末年，是現存最早的中藥學專著，所收載藥物種依三品分類法分類，分為上、中、下三品
    - 上品 / 「君」藥 - 養生藥，多吃、久食不傷身體（人參、黃耆、白芷、酸棗仁、龜板、鹿角、人參、枸杞）
    - 中品 / 「臣」藥 - 無毒或微毒性，使用時須斟酌謹慎，養生治療兼具，可用於治療疾病或維護生理機能的作用（黃連、當歸、生薑、貝母）
    - 下品 / 「佐使」藥 - 輔助藥，多具毒性，用於治療（大黃、巴豆、附子、桔梗、半夏）
- 魏晉南北朝：吳普本草、李當之本草、本草經集注、**雷公炮炙論**
- 隋唐：第二次高峰，首部官修本草（**新修本草**，又稱唐本草），地方本草（本草拾遺、食療本草、海藥本草）
- 宋代：官修本草（**經史證類備急本草**\* 宋朝傳世最完整的一部藥學專著、開寶本草、本草圖經、嘉祐補注本草）
- 遼夏金元：醫學融合及外來藥物應用（素問藥注、本草論、本草元命苞、飲膳正要、日用本草）
- 明朝：**李時珍《本草綱目》**是中國本草史上最偉大的集大成之作，收錄1892種藥物
- 清朝：**吳其濬《植物名實圖考》**\* 以實物繪製圖譜，結合文字考證、**趙學敏《本草綱目拾遺》**、**吳其濬《植物名實圖考專長篇》**、**汪昂《本草備要》**、**吳儀洛《本草從新》**、**黃宮繡《本草求真》**、**張璐、鄒澎《本經疏證》**
- 中華民國：中西藥並存，訂定藥物標準，注重藥物安全（中華中藥典）

## 白芍

1. 夏季採
2. 性微寒、味苦酸
3. 歸肝、脾經
4. 養血調經、柔肝止痛

## 牡丹皮

1. 秋季採
2. 性微寒、味苦辛
3. 歸心、肝、腎經
4. 清熱涼血、活血化瘀

## • 何首烏

### 何首烏 «開寶本草»上品藥



【來源】  
蓼科植物之**乾燥塊根**

【性狀】  
☑ 飲片具異形維管束

☑ 雲錦狀紋理

➢ 滋陰強壯  
益精補血  
補益肝腎

### 鑑別



正 何首烏

飲片具異形維管束  
呈雲錦狀紋理



黃藥子

表面棕黑色、具多數根痕  
斷面黃白色、散布澱粉粒

# 學習收穫

1. 對中藥有初步的認識

2. 在日常生活中也能實踐所學的知識

3. 不排斥中醫藥領域



通過評量標準，獲取國立陽明交通大學之結業證書

課堂表現優異，獲頒勤學獎

總成績第二名86.96分 榮獲書卷獎

自主學習計畫—神農嚐百草

THE END

209 陳宥芯