



灵芝  
是仙人  
种  
深草  
才香  
日终存  
天不  
奇经  
一卷  
氏康  
子思  
在昔年  
深草  
常作

# 中医药科普技巧课件





# 中医科普的意义

- 中医药是一门融合了中国文化和哲学思想的一门专业学科，是中国老式文化的突出代表和载体之一。





- 
- 在信息社会，中医发展离不开科普。植根于五千年中华文化的中医药是民族瑰宝，需要代代传承。不过，由于时代的变迁，中医已无法用现代“语境”讲清晰了，导致民众的疏远甚至质疑。



# 中医科普现实状况

- 内行不说，外行乱说。这就需要真正的中医名家站出来做科普，不计个人名利得失，承担起弘扬中医的社会责任
- 在电视剧《老大的幸福》里，范伟饰演的主人公“老大”以养生专家自居，“来，我帮你调调”是他最爱说的一句口头禅。如今，中医养生之风渐盛，成为街头巷尾的热门话题。

•

- 在养生热的背后，有一种值得深思的现象：不学医的人写医、不懂医的人论医、非中医专家讲中医，而真正的中医专家却没有声音。尽管这些非中医专家对中医药起到了一定的科普作用，但假如对中医基本理论把握不准，以偏概全，以讹传讹，以假乱真，不仅轻易误导受众，并且坏了中医名声。

- 
- 首先，老百姓渴望理解中医养生保健知识；另首先，擅长讲中医的专家太少。这是中医发展面临的一大尴尬。古人认为，善诊者未必善于言，善言者未必善于诊。老式的中医重视疗效，医生靠的是口碑，而不是媒体传播。受老式文化影响，大多数中医专家宣传意识不强，习惯于“光练不说”。

- 老式的中医一直信奉“医隐于民、药藏于乡”，认为“好酒不怕巷子深”。诸多中医专家不愿加入到中医科普的行列，把名声看得像生命同样，紧张因做科普被烘干了、炒糊了。他们认为，专家不会因做科普增长专业领域的好名声，反而会因做科普使名声变糟。成果，内行不说，外行乱说，在一定程度上助长了中医科普乱象。

# 中医科普的技巧

- 中医药是一门融合了中国文化和哲学思想的一门专业学科，是中国老式文化的突出代表和载体之一。在此先将演讲中常见的某些问题列举出来，让我们一起思索和讨论。学术与科普、高雅与通俗、食疗与食养、养生与养病、偏方与正方、引用与发挥、书本与实用、中医与西医、文化与自然科学等等。

- 中医科普说起来轻易，做起来难。首先难在中医理论古朴深奥，语辞难解，理解过程中歧义难免；另一方面难在中医实践经验轻易意会不易言传，心中了了，指下难名。同步，中医普及的对象是广大百姓，只有用最浅显通俗的语言，把博大精深的知识说出来，老百姓才能听懂，既要“深入”，又要“浅出”。因此，这就需要真正的中医名家站出来，不计个人名利得失，承担起弘扬中医的社会责任。

- 
- 中医药文化科普演讲首先具有与一般演讲共同的某些特点和规定，同步又具有鲜明的学科独有特点，演讲者根据个人经历、认识、知识、工作经验等又必然带有各自的特色，没有一种原则化的模式。现将我在参与中医药文化科普巡讲专家培训班时，温长路先生在培训班上所讲技巧稍加整顿后与大家分享。

## 运用贴近生活的朴素语言

- 专业人士一般分析、研究和讨论的是专业名词和术语，将这些专业学术问题通俗化，成为老百姓可以明白和理解的话语，是一种看似简朴却并不轻易的问题。阴阳、五行、生克乘侮、寒热虚实等等，将这些中医学抽象的名词变为受众便于理解尤其是现代网络信息时代受众可以接受的语言词汇，就必须让中医学回到生活之中。

- 
- 生活是认知的基本源泉，用生活中的实际例证、朴素哲理去简介和推广中医。例如，用阴阳的属性去解释食物的寒热，用五行的属性解读五脏的喜恶，用水火的关系描述寒热的特点等等。总之，将中医的机理用生活中的常识去阐明，将道与术有机结合与同意，让中医学回到百姓生活中是基本的技巧与措施。

# 运用普遍承认的名家言行

- 
- 名人名家的言行有更强的说服力和影响力，名人的例子轻易引起挺重的注意和共鸣，为了增强演讲的文化性和趣味性，可以有选择地使用。

- 
- 这些名言名句可以来自于《黄帝内经》、《伤寒论》、《千金方》、《脉经》、《濒湖脉学》等经典论著，也可以是儒道佛的、古代皇帝的、名家的，也可以是现代名人的。中医文化有益于健康的名言名句在多种经典实例、养生措施中有着丰富多彩的体现。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/268125124017006111>