

## 目次

すいせん……i

はじめに……ii

### 薬膳理論編

第1章 薬膳のあらまし	2
第1節 薬膳って何ですか	2
第2節 「薬膳」理論とは	2
第3節 薬膳を立案する際の基本原則	4
第2章 中医学理論とは	8
第1節 整体観念とは	8
第2節 弁証論治とは	9
第3章 陰陽学説	12
第1節 陰陽とは	12
第2節 陰陽学説とは	14
第3節 陰陽を中医学にあてはめて応用すると	16
第4章 五行理論とは	18
第1節 五行学説の基本概念	18
第2節 五行学説の基本内容	19
第5章 藏象について	27
第1節 藏象の基本概念	27
第2節 五臓	29
第3節 六腑	42

第6章 気・血・津液	49
第1節 気・血・津液とは	49
第2節 血について	52
第3節 津液とは	54
第7章 病因（疾病を引き起こす原因）	59
第1節 六淫	60
第2節 七情	62
第3節 飲食不節	64
第4節 痰飲 瘀血	66
第8章 病機（発病の原理）	70
第1節 正虚と邪気の侵入	70
第2節 実証と虚証	71
第3節 陰陽失調	73
第4節 臟腑失調	77
第9章 中医診断学	81
第1節 四診	81
第2節 八綱	86
第3節 証候分類	88
第10章 中薬学	96
第1節 薬膳に使用できる「適食中薬」とは	96
第2節 中薬の性能	98
第3節 中薬の応用	102
第4節 各論	108
第11章 中医方剂理論	112
第1節 方剂のルール	112
第2節 方剂の組成原則	113