

医学教育网乡村全科助理医师:《答疑周刊》2023年第43期

中医预防与养生保健基本原则包括: 1. 天人相应, 顺应自然; 2. 形神合一, 形神共养; 3. 动静互涵, 协调平衡; 4. 重视先兆, 防微杜渐。

问题索引:

1. 中医预防与养生保健基本原则?
2. 中医预防与养生保健服务方式?
3. 四时养生、冬病夏治、夏病冬治体现了?

具体解答:

1. 中医预防与养生保健基本原则?

下列不属于中医预防与养生保健基本原则的是

- A. 天人相应
- B. 形神合一
- C. 防微杜渐
- D. 动静互涵
- E. 调养脾肾

【答案】E

【解析】中医预防与养生保健基本原则有: 1、天人相应, 顺应自然; 2、形神合一, 形神共养[医学教育网原创]; 3、动静互涵, 协调平衡; 4、重视先兆, 防微杜渐。

2. 中医预防与养生保健服务方式?

下列不属于中医预防与养生保健服务方式的是

- A. 针灸、推拿
- B. 四时养生
- C. 既病防变
- D. 冬病夏治
- E. 调畅情志

【答案】C

【解析】中医预防与养生保健服务方式有：1. 针灸、推拿、刮痧拔罐及经络养生 2. 四时养生 3. 食疗与药膳[医学教育网原创] 4. 冬病夏治 5. 五禽戏、八段锦、太极拳及气功导引 6. 调摄情志 7. 体质养生。

3. 四时养生、冬病夏治、夏病冬治体现了？

四时养生、冬病夏治、夏病冬治体现了

- A. 天人相应，顺应自然
- B. 形神合一，形神共养
- C. 动静互涵，协调平衡
- D. 重视先兆，防微杜渐
- E. 以上都不对

【答案】A

【解析】天人相应，顺应自然：中医认为，人生于天地之间，一切生命活动都与大自然息息相关，必须随时随地与其保持和谐一致，这就是“天人相应”的思想。[医学教育网原创]在养生保健实践中，必须遵循这一基本法则，才能取得良好的养生、康复效果。四时养生、冬病夏治、夏病冬治都是这一原则的具体体现。