

Y HỌC CỔ TRUYỀN · BẢN TOÁT YẾU

Đông Y Dược Học

東醫

東醫藥學 · 撮要

Khóa toát yếu — trọn bảy Thiên, biên tập cô đọng và trình bày hiện đại để đọc, học và tra cứu.

Nguyên tác · Phạm Văn Điều

Bản cô đọng & trình bày lại · 2026

LỊCH SỬ · NGUYÊN TẮC · SINH LÝ · BỆNH LÝ · CHẨN ĐOÁN ẤN BẢN
· TRỊ LIỆU · DƯỢC VẬT HỌC TẬP

Về bản cô đọng này

Bản này rút gọn và trình bày lại bộ *Đông Y Dược Học Khóa Toát Yếu* của Phạm Văn Điều — vốn đã được hợp nhất từ bảy tập rời — thành một cuốn liền mạch, gọn hơn và dễ tra cứu hơn, giữ đúng tinh thần và nội dung cốt lõi của nguyên tác.

NHỮNG GÌ BẢN NÀY LÀM

- Cô đọng phần thân bài: lược bớt chỗ trùng lặp, dài dòng; giữ lý luận và ý chính của từng Thiên – Chương – Mục.
- Chuyển các danh sách liệt kê (Ngũ hành, tượng mạch, chín phép, mười hai loại phương thang, công năng vị thuốc...) thành **bảng tra rõ ràng**.
- Dựng lại các **sơ đồ khái niệm** — vòng Ngũ hành sinh-khắc, Âm-Dương, Lục khí, Tứ chẩn — thành hình vẽ vector sạch, chính xác.
- Chuẩn hóa thuật ngữ Hán-Việt, chú nghĩa thông dụng ngay lần đầu gặp; giữ bảng thuật ngữ ở cuối.
- Thêm vài ô *Đối chiếu y học hiện đại* ở những chỗ cần, để người đọc nay dễ định vị — không thay đổi nội dung gốc.
- Kết mỗi Thiên bằng ô *Ý chính cần nhớ*; gom toàn bộ bảng cốt lõi vào Phụ lục tra nhanh.

LƯU Ý QUAN TRỌNG KHI ĐỌC

Đây là tài liệu **học tập và lưu giữ vốn cổ**. Đông y là một hệ tư duy y học cổ truyền, có nhiều luận điểm không trùng khớp với y học hiện đại. Các nội dung về thuốc, bài thuốc, liều dùng trong sách mang tính tham khảo lịch sử; nhiều vị thuốc có thể độc hoặc tương tác nguy hiểm. **Mọi quyết định phòng và chữa bệnh cần có thầy thuốc chuyên môn.** Bản gốc là sách quét chữ (OCR) nên đôi chỗ chữ dễ lẫn được giữ nguyên theo ngữ cảnh; khi nghi ngờ, hãy đối chiếu Bảng thuật ngữ ở cuối.

LỘ TRÌNH ĐỌC GỢI Ý

Đông y đi theo trình tự kinh điển, mỗi Thiên là một môn. Nên đọc lướt cả cuốn để nắm bố cục → học kỹ **Thiên 2 (Nguyên tắc — thuyết khí hóa)** vì đó là bộ khung tư duy → rồi mới vào các Thiên ứng dụng (4–7). Gặp từ Hán-Việt lạ thì tra Bảng thuật ngữ. Cần ôn nhanh thì mở thẳng **Phụ lục — Bảng tra nhanh**.

Mục lục

MỞ ĐẦU

Về bản cô đọng này	3
--------------------------	---

BẢY THIÊN

Thiên 1 Lịch sử Đông y dược học	5
Nguồn gốc Đông y · Đông y ở Việt Nam	
Thiên 2 Nguyên tắc — thuyết khí hóa	8
Khí hóa · Vũ trụ-con người · Ngũ hành · Lục khí	
Thiên 3 Sinh lý & giải phẫu	12
Tạng · Phủ · Kinh · Mạch · Tinh-Khí-Thần	
Thiên 4 Bệnh lý	15
Sáu tà · Bảy tình · Truyền bệnh · Bốn mùa	
Thiên 5 Chẩn đoán — Tứ chẩn	18
Vọng · Văn · Vấn · Thiết · Chứng trạng	
Thiên 6 Trị liệu	21
Chín phép · Trừ tà · Trị tạng phủ · Châm cứu – ấn ma	
Thiên 7 Dược vật & phương tễ	24
Dùng thuốc · Phương thang · Công năng vị thuốc	

TRA CỨU

Phụ lục — Bảng tra nhanh	29
Bảng thuật ngữ Hán-Việt	32

THIÊN THỨ NHẤT

Lịch sử Đông y dược học

歷史

Nguồn gốc và dòng truyền thừa của Đông y — để hiểu vì sao nền y học này “lấy khí làm gốc”, và biết những bộ sách kinh điển làm nền cho cả một truyền thống.

Nguồn gốc Đông y CHƯƠNG 1

Một điểm thú vị: cả phương Đông lẫn phương Tây thời cổ đều khởi đầu từ **thuyết khí hóa**. Ở phương Tây, phái **Hippocrate** (khoảng 460 trước CN) trị bệnh theo nguyên tắc điều hòa “khí chất”. Ở phương Đông, nền y học khí hóa tương truyền do vua **Hoàng Đế** xướng lập (khoảng 2704 trước CN) — nên gọi tắt là **Đông y**.

Sách **Nội kinh** (thiên *Dị pháp phương nghi luận*) cho thấy cách trị bệnh phải tùy khí hậu — thổ nghi từng vùng, nên “phép trị tuy khác mà bệnh đều khỏi”:

TRỊ BỆNH TÙY VÙNG ĐẤT — THEO NỘI KINH

VÙNG	ĐẶC ĐIỂM	PHÉP TRỊ ĐẶC TRƯNG
Phương Đông	Gần biển, ăn cá – mặn, hay ung nhọt	Biêm thạch (đá châm)
Phương Tây	Nhiều kim – ngọc, bệnh phát từ trong	Độc dược
Phương Bắc	Cao, lạnh	Cứu (đốt ngải)
Phương Nam	Ấm thấp	Vi châm (chín thứ kim châm)
Trung ương	Đất bằng	Đạo dẫn, án kiểu (vận động, xoa nắn)

Vì gốc chung là khí hóa nhưng ứng dụng theo mỗi xứ, dần dà mỗi nước (Việt, Nhật, Hàn, Thái...) hình thành một nền Đông y riêng.

BỐN DÒNG SÁCH NỀN TẢNG

CÁC BỘ KINH ĐIỂN CỦA ĐÔNG Y

BỘ SÁCH	TƯƠNG TRUYỀN	NỘI DUNG CỐT LÕI
Thần Nông Bản thảo kinh ~3219 trước CN	Thần Nông nếm trăm cây cỏ	360 vị thuốc, chia ba phẩm Thượng – Trung – Hạ; xét tính lạnh – ấm.
Nội kinh Linh khu + Tố vấn	Hoàng Đế cùng Kỳ Bá, Lôi Công, Bá Cao...	Đặt nền cho lý luận khí hóa, kinh mạch và phép trị.
Nạn kinh	Kỳ Bá truyền	81 câu hỏi khó, làm rõ những chỗ còn ngờ trong Nội kinh.
Mạch quyết / Mạch kinh	Cao Dương Sinh · Vương Thúc Hòa	Sách xem mạch (cần phân biệt hai bộ cùng tên).

Hai đại danh y được tôn kính nhất: **Trương Trọng Cảnh** (đời Hán) soạn *Thương hàn luận* — chia sáu kinh (Thái dương, Dương minh, Thiếu dương, Thái âm, Thiếu âm, Khuyết âm), gồm 397 phép, 113 phương — và *Kim quỹ yếu lược*, được suy tôn là “Thánh thuốc”, ví như Khổng Tử trong Nho học. **Hoa Đà** nổi tiếng mổ xẻ, chế thuốc mê *Ma phí tán*, và sáng phép dưỡng sinh *Ngũ cầm hí* (mô phỏng năm loài: hổ, hươu, gấu, vượn, chim).

Đông y ở Việt Nam CHƯƠNG 2

Việt Nam có y dược từ rất sớm: đời Thục An Dương Vương đã có thầy **Thôi Vĩ** dùng phép cứu trị bệnh hạch. Suốt ngàn năm Bắc thuộc, y học Việt chịu ảnh hưởng Trung Hoa, hình thành song song **Nam y** (thuốc Nam) và **Trung y** (thuốc Bắc).

MẤY MỐC LỚN CỦA Y HỌC VIỆT

THỜI	ĐẤU ẤN
Lý	Nguyễn Minh Không chữa bệnh lạ cho vua.
Trần	Ngự y Trâu Canh giỏi cả thuốc lẫn châm.
Hồ	Lập Thái y viện, mở việc dạy và soạn sách thuốc.
Thuộc Minh	Nền móng ấy bị tàn phá — sách quý bị thu, đốt, cướp về Kim Lăng (từ 1414).
Lê	Phục hồi và bước vào thời toàn thịnh (xem dưới).

Thời Lê nổi lên hai cột trụ. **Tuệ Tĩnh** thiên sư chủ trương “*thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt*”, để lại *Hồng nghĩa giác tu y thư* và *Nam dược thần hiệu*. **Hải Thượng Lãn Ông** (Lê Hữu Trác) soạn bộ *Hải Thượng Y tôn Tâm lĩnh* (1770) đồ sộ — từ đó thành sách gối đầu của giới y Việt. Về sau Đông y có lúc lắng xuống khi Tây y du nhập, nhưng vẫn được dân chúng tín nhiệm và chấn hưng trở lại.

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Việc Đông y và y học Hippocrate cùng khởi từ “khí chất/thể dịch” là điểm chung lịch sử có thật của y học tiền hiện đại khắp thế giới. Từ thời Phục Hưng, y học phương Tây rẽ hẳn sang giải phẫu – vật chất và về sau là sinh học thực nghiệm; Đông y giữ đường khí hóa. Các niên đại truyền thuyết (Hoàng Đế, Thần Nông) mang tính biểu tượng văn hóa hơn là mốc sử được kiểm chứng.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Đông y và y học Hippocrate **cùng gốc khí hóa**; phương Tây sau ngã sang giải phẫu – vật chất, Đông y giữ đường khí hóa.
- Bốn dòng nền tảng: **Nội kinh** (Linh khu + Tố vấn), **Nạn kinh**, **Thương hàn luận** / **Kim quỹ**, các bộ **Bổn thảo**.
- Việt Nam có dòng **Nam y** riêng; hai cột trụ là **Tuệ Tĩnh** và **Hải Thượng Lãn Ông**.

THIÊN THỨ HAI

Nguyên tắc — thuyết khí hóa

氣化論

Chương xương sống của cả sách. Mọi phần sau — sinh lý, bệnh lý, chẩn đoán, dùng thuốc — đều dựa trên nguyên lý nền tảng này. Nên học kỹ nhất.

Khí hóa quan trọng thế nào CHƯƠNG 1

Đông y nhìn thân người như một **vũ trụ nhỏ**: khí trong người và khí trời đất luôn điều hòa hoặc phản ứng với nhau. Những “công thức” như Âm – Dương, Can Chi, Ngũ hành, Bát quái, Ngũ vận, Lục khí được ví như các ký hiệu X – Y – Z của đại số — nhưng mang nghĩa lý sống động chứ không khô khan.



Dương = Khí (Trời) · Âm = Chất (Đất)
trong mỗi mặt đã có mầm của mặt kia

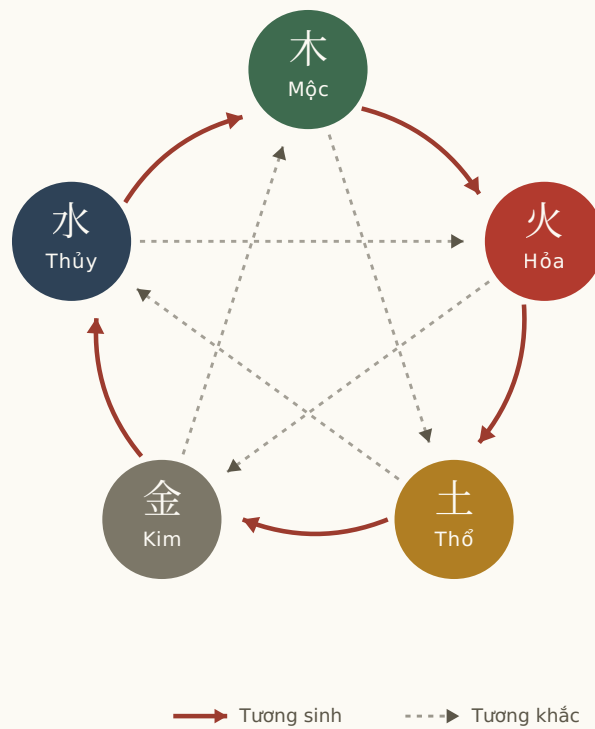
Âm – Dương: hai mặt đối lập mà bổ sung nhau

Vũ trụ có **Chất** và **Khí**: Chất là phần của Đất (thuộc **Âm**), Khí là phần của Trời (thuộc **Dương**). Đông y đặt trọng tâm vào Khí — ngay cả khi xét Chất cũng xét ở mặt khí của nó.

Chữ “khí” có hai nghĩa: vừa là **luồng hơi** (không khí để thở), vừa là **mùi hơi**. Vì đặt nền trên “khí với khí”, nên dù chia môn theo lối Tây y thì lý luận Đông y vẫn xoay quanh khí.

NGŨ HÀNH — TƯƠNG SINH & TƯƠNG KHẮC

Ngũ hành tương sinh đều có thực nghĩa dễ hình dung: **Kim sinh Thủy** (kim loại nung chảy thành “nước”), **Thủy sinh Mộc** (nước nuôi cây), **Mộc sinh Hỏa** (gỗ cháy), **Hỏa sinh Thổ** (tro thành đất), **Thổ sinh Kim** (đất kết thành quặng). Tương khắc (chế ngự nhau) cũng vậy.



Vòng ngoài (đỏ) — tương sinh; các đường chéo (nét đứt) — tương khắc

NGŨ HÀNH — SINH VÀ KHẮC

HÀNH	SINH RA	KHẮC (CHẾ NGỰ)
● Mộc (gỗ)	Hỏa	Thổ
● Hỏa (lửa)	Thổ	Kim
● Thổ (đất)	Kim	Thủy
● Kim (kim loại)	Thủy	Mộc
● Thủy (nước)	Mộc	Hỏa

KHÍ HÓA KHÁC VẬT HÓA THỂ NÀO

Đông y (khí hóa) chữa bệnh bằng cách **điều hòa khí** — thêm vào khi khí thiếu, bớt ra khi khí dư — để khí người theo kịp khí trời. Tây y hiện đại (kế thừa phái Galien, “vật hóa”) lấy giải phẫu — vật chất làm gốc, xem cơ thể như cỗ máy, hư đâu sửa hoặc thay đó. Tác giả nhấn mạnh hai khoa khác nhau “như trời với vực”, nhưng có thể bổ sung cho nhau — thậm chí nhiều bác sĩ phương Tây đã quay lại nghiên cứu châm cứu và xem mạch.

Khí hóa & quan hệ vũ trụ – con người CHƯƠNG 1-2

Theo vũ trụ quan Đông phương, lúc khai thiên: phần khí nhẹ – trong nổi lên làm **Trời**, phần nặng – đục chìm xuống làm **Đất**. Khí có lên xuống tức có chuyển động; sự chuyển hóa của khí gọi là **khí hóa**. Muôn vật đều theo luật khí hóa mà sinh – trưởng – tiêu – diệt. Người xưa làm lịch cũng theo khí hóa: một năm chia **24 khí**, **8 tiết**, **4 mùa**; ngày Hạ chí là lúc Dương cực, Đông chí là lúc Âm cực.

Quan hệ trời đất – con người được diễn rất rõ: **Lục khí** (của Trời) kết hợp **Ngũ hành** (của Đất) sinh ra sáu trạng thái khí hậu. Sáu khí ấy thuận chừng thì nuôi dưỡng muôn vật; nếu thái quá, trái mùa thì thành **sáu tà (lục tà)** gây bệnh.



Mỗi người có một thể khí riêng nên chịu khí hậu khác nhau (người xứ nóng sang xứ lạnh dễ sinh bệnh). Trong người cũng có **Dương khí** (luồng hơi tự nhiên chu lưu khắp thân) và **Âm khí** (hơi riêng tiết ra từ từng tạng phủ).

Đông y chuyên chú về khí CHƯƠNG 3

Khí tạo nên và nuôi dưỡng hình hài: người bẩm khí dày, biết giữ gìn thì sống lâu ít bệnh; buồng lung hao khí thì yếu, chết sớm. Tiết khí của trời ứng với **mười hai kinh**, năm khí ứng với **năm tạng**. Kết luận cốt lõi của Thiên:

“Bệnh vì hơi, thì trị từ hơi.” – gốc bệnh ở khí mất điều hòa, nên chữa cũng phải điều khí.

TINH THẦN THUYẾT KHÍ HÓA

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

“Khí” trong Đông y là một khái niệm chức năng – tổng hợp, không tương ứng 1:1 với bất kỳ đại lượng đo được nào của y học hiện đại (như oxy, ATP hay tín hiệu thần kinh). So sánh của tác giả rằng “tà khí ~ vi trùng, chính khí ~ kháng thể” chỉ là một **phép loại suy lịch sử** để bắc cầu tư duy, không phải một tương đương khoa học. Hiểu Ngũ hành, Lục khí như một hệ mô hình quan hệ (relational model) sẽ đúng tinh thần hơn là xem chúng như thực thể vật lý.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Thân người là **tiểu vũ trụ**; bệnh sinh khi khí người không theo kịp khí trời đất.
- **Lục khí** (Trời) + **Ngũ hành** (Đất) → Phong, Thử/Nhiệt, Thấp, Táo, Hàn; thái quá thành **sáu tà**.
- Chữa bệnh = **điều khí**: thiếu thì thêm, dư thì bớt, đưa về quân bình.

THIÊN THỨ BA

Sinh lý & giải phẫu

生理 · 解剖

“Bản đồ” cơ thể theo Đông y: lấy **ăn** và **thở** làm gốc, rồi mô tả Tạng – Phủ – Kinh – Mạch. Học chắc khung này để hiểu các Thiên sau.

Tổng quát thân thể CHƯƠNG 1

Sách ví thân người như một **quốc gia**, dẫn **Tổ văn** về “mười hai chức trách”: vua sáng thì bề tôi yên — tức Tâm vững thì toàn thân khỏe.

MƯỜI HAI CHỨC TRÁCH TRONG THÂN NGƯỜI

CƠ QUAN	VÍ NHƯ CHỨC QUAN
● Tâm (Tim)	Vua — quân chủ; thần minh do đó mà ra
● Phế (Phổi)	Tể tướng — coi việc điều tiết
● Tỳ – Vị	Kho lẫm (thương lẫm) — chứa và hóa đồ ăn
Tiểu trường	Quan thọ thanh — nhận và hóa đồ ăn
Đại trường	Quan truyền đạo — dẫn cận bã ra
● Thận (Cật)	Quan tác cường — làm cho mạnh
Tam tiêu	Quan khơi thông — dẫn khí và nước
Bàng quang	Quan chứa nước

Con người có **ba báu — Tinh · Khí · Thần** (Thần sinh nhờ Khí, Khí sinh nhờ Tinh) và ba **Đơn điền** (vùng tụ khí ở đầu, ngực, dưới rốn). Giữ gìn ba báu này là cốt lõi của dưỡng sinh.

ĂN - THỞ LÀ GỐC SINH LÝ

Khí của người lấy từ ngũ cốc: đồ ăn vào Vị, tinh khí truyền lên Phế rồi nuôi năm tạng sáu phủ. Phần khí thanh nhẹ thành **Vệ** (đi ngoài mạch, làm ấm da thịt, giữ việc đóng – mở lỗ chân lông, chống tà); phần nặng đục thành **Vinh** (đi trong mạch, gần với “máu”). **Dương khí** được ví như ánh mặt trời: chủ mọi vận động, giúp ta thấy – nghe – nói – ngửi; mất Dương khí thì mạng sống nguy, như vũ trụ mất mặt trời.

KHÍ HUYẾT VẬN CHUYỂN

Khí huyết lưu hành theo vòng: **Vinh khí** đi 50 vòng quanh thân một ngày đêm; **Vệ khí** ban ngày đi 25 vòng ở phần Dương (ngoài), ban đêm 25 vòng ở phần Âm (trong tạng phủ). Mỗi ngày đêm người ta thở khoảng **23.500 hơi**. **Mạng môn** (hơi động giữa hai trái Thận) được coi là cội gốc sinh khí của mười hai kinh và Tam tiêu; **Khí hải · Đơn điền** (dưới rốn) là nơi sinh khí.

Tạng – Phủ – Kinh – Mạch CHƯƠNG 2-4

Khung cơ thể theo Đông y gồm **5 Tạng**, **6 Phủ**, **12 Kinh**, **8 Mạch**. Tạng là cơ quan đặc, chứa giữ; Phủ là cơ quan rỗng, chuyển hóa.

NĂM TẠNG VÀ CHỨC NĂNG

TẠNG	TÊN NÔM	CHỨC NĂNG CHÍNH
● Tâm	Tim	Vua (quân chủ), chủ thần minh
● Can	Gan	Tướng quân, chủ mưu lược
● Tỳ	Lá lách	Cùng Vị làm kho lẫm, chủ vận hóa đồ ăn
● Phế	Phổi	Tể tướng, chủ khí và trị tiết
● Thận	Cật	Tác cường, chứa tinh, gốc của sinh khí

SÁU PHỦ VÀ VAI TRÒ

PHỦ	TÊN NÔM	VAI TRÒ
Tiểu trường	Ruột non	Thọ thành — nhận và hóa đồ ăn
Đởm	Mật	Trung chính — chủ quyết đoán
Vị	Bao tử	Thương lẫm — chứa, làm nhừ đồ ăn
Đại trường	Ruột già	Truyền đạo — dẫn cặn bã ra ngoài
Bàng quang	Bong bóng	Châu đô — chứa và thải nước
Tam tiêu	Ba chạng	Quyết độc — khơi thông khí và nước

MƯỜI HAI KINH & TÁM MẠCH

Mười hai kinh chính chia sáu kinh **tay (Thủ)** và sáu kinh **chân (Túc)**, mỗi bên phối theo sáu tuyến Âm – Dương. Đây là nền tảng của châm cứu.

SÁU TUYẾN CỦA MƯỜI HAI KINH

TUYẾN	KINH TAY (THỦ)	KINH CHÂN (TÚC)
Thái âm	Phế	Tỳ
Dương minh	Đại trường	Vị
Thiếu âm	Tâm	Thận
Thái dương	Tiểu trường	Bàng quang
Khuyết âm	Tâm bào	Can
Thiếu dương	Tam tiêu	Đởm

KỲ KINH BÁT MẠCH — TÁM MẠCH ĐẶC BIỆT

Xung

Đốc

Nhâm

Đái

Dương duy

Âm duy

Dương kiều

Âm kiều

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Tên tạng phủ trong Đông y (Tâm, Can, Tỳ, Phế, Thận...) **không đồng nhất** với các cơ quan giải phẫu cùng tên của y học hiện đại. Chúng là những **hệ chức năng**: “Tỳ” bao trùm cả tiêu hóa – hấp thu chứ không phải riêng lá lách; “Thận” gồm cả sinh dục – nội tiết – sinh trưởng. “Kinh lạc” và “huyết” chưa có cấu trúc giải phẫu tương ứng được xác nhận; nên đọc phần này như một **mô hình chức năng**, không phải mô tả giải phẫu theo nghĩa hiện đại.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Gốc sinh lý là **ăn và thở** → sinh ra **Vinh** (trong mạch) và **Vệ** (ngoài mạch).
- Ba báu **Tinh – Khí – Thần**; **Mạng môn** là cội nguồn sinh khí.
- Thuộc khung **5 Tạng · 6 Phủ · 12 Kinh · 8 Mạch** để hiểu các Thiên sau.

THIÊN THỨ TƯ

Bệnh lý

病 理

Vì sao sinh bệnh, và bệnh chuyển biến ra sao — bước nối giữa lý thuyết khí hóa và phần chẩn đoán.

Hai nguồn gốc của bệnh

Mọi bệnh quy về hai gốc: **Ngoại cảm** (tà từ ngoài xâm vào) và **Nội thương** (bệnh phát từ bên trong).

NGOẠI CẢM · SÁU TÀ (LỤC DÂM)

Phong, Hàn, Thử, Thấp, Táo, Hỏa xâm từ ngoài vào, theo thứ tự **da** → **thịt** → **gân mạch** → **Phủ** → **Tạng**. Là chứng **thực** → phải **công** (trừ tà).

NỘI THƯƠNG · BẢY TÌNH (THẤT TÌNH)

Hỉ, Nộ, Ai, Lạc, Ái, Ố, Dục xúc động quá mức làm hại tạng phủ từ trong ra. Là chứng **hư** → phải **bổ**.

SÁU TÀ (LỤC DÂM) — NGOẠI CẢM

TÀ	NGHĨA	TÀ	NGHĨA
Phong	Gió	Thấp	Ẩm ướt
Hàn	Lạnh	Táo	Khô
Thử	Nắng	Hỏa	Nóng

BẢY TÌNH (THẤT TÌNH) — NỘI THƯƠNG

TÌNH	NGHĨA	TÌNH	NGHĨA
Hỉ	Mừng	Ái	Yêu
Nộ	Giận	Ố	Ghét
Ai	Buồn	Dục	Ham muốn
Lạc / Ưu	Vui / Lo		

BỆNH TRUYỀN THEO NGŨ HÀNH

Một quy luật quan trọng: bệnh truyền theo lẽ Ngũ hành sinh – khắc. Truyền theo chiều **tương sinh thì dễ khỏi**; truyền theo chiều **tương khắc thì nguy**. Mỗi tạng còn có nhịp bệnh theo mùa.

VÍ DỤ TRUYỀN BỆNH

CHIỀU TRUYỀN	VÍ DỤ	TIỀN LƯỢNG
Theo tương sinh	Thủy sinh Mộc: bệnh từ Thận sang Gan	Dễ trị
Theo tương khắc	Thủy khắc Hỏa: tà từ Thận phạm Tâm	Rất hiểm

Ví dụ về nhĩp mùa: bệnh Gan thường khỏi ở Hạ, nặng ở Thu, phát ở Xuân.

Nhận định thời tiết & vận khí CHƯƠNG 1

Muốn biết khí tiết đúng hay sai thường phải dựa kinh nghiệm vận khí nhiều đời, vận dụng Ngũ hành, Can Chi, Khách khí – Chủ khí, Ngũ vận và 24 tiết khí. Tác giả ví vũ trụ như *quả trúng* (tròng trắng là khí, tròng vàng là chất) để hình dung sự vận chuyển của Âm – Dương.

Tiết khí gây bệnh tùy thời CHƯƠNG 2

Phân biệt **Thời tà** (tà phạm ngay lúc đó – thường gây Mạo, Thương, Trúng) và **Phục tà** (tà ẩn tàng, phát về sau – gây bệnh theo mùa):

BỆNH ĐẶC TRUNG BỐN MÙA (DO PHỤC TÀ)

MÙA	NHÓM BỆNH THƯỜNG GẶP
● Xuân	Các bệnh ôn (bình ôn, xuân ôn, phong ôn, ôn độc, vãng phát)
● Hạ	Các chứng tả – lợi (tiêu chảy, kiết lỵ nhiều thể)
● Thu	Các chứng rét / ngược (sốt rét)
● Đông	Các chứng ho (đàm khái)

Bản tâm gây bệnh nội thương CHƯƠNG 3

Xét vì sao năm tạng bị hại (Tâm, Can, Tỳ, Phế, Thận) theo lời các bậc thánh hiền, và bệnh chứng của sáu phủ (Tiểu trường, Đởm, Đại trường, Vị, Bàng quang, Tam tiêu). Đây là bước nối trực tiếp sang phần Chẩn đoán ở Thiên 5.

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Ý “sáu tà từ ngoài xâm vào theo mùa” trùng một phần với quan sát thực tế rằng nhiều bệnh nhiễm có **tính mùa** (cúm mùa lạnh, tiêu chảy mùa nóng, sốt rét theo muỗi...). Nhưng cơ chế thật là *vi sinh vật, vector truyền bệnh và miễn dịch*, không phải “tà khí” như một thực thể khí hậu. Mối liên hệ cảm xúc – sức khỏe (Thất tình) cũng có cơ sở trong y học tâm – thể hiện đại (stress ảnh hưởng tim mạch, tiêu hóa, miễn dịch), dù cách quy vào từng tạng là theo mô hình cổ.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Hai gốc bệnh: **Ngoại cảm** (sáu tà, chứng thực → công) và **Nội thương** (bảy tình, chứng hư → bổ).
- Bệnh truyền theo Ngũ hành: **theo sinh để khởi, theo khắc thì nguy**.
- Phân biệt **Thời tà / Phục tà** và bệnh đặc trưng của bốn mùa.

THIÊN THỨ NĂM

Chẩn đoán — Tứ chẩn

四 診

Bốn phép khám bệnh, gọi là Tứ diệu: **Vọng** – **Văn** – **Vấn** – **Thiết**. Phối hợp cả bốn mới đoán bệnh chắc.



Phối hợp cả bốn phép mới định bệnh chắc chắn

Bốn phép khám của Đông y

Vọng — Xem CHƯƠNG 1

Xem **sắc mặt** và các bộ vị ứng với tạng phủ theo năm màu; xem cả thân thể, tay chân; xem **tựa lưỡi** (rêu lưỡi) vì “xem lưỡi là xem tạng phủ”; và xem **chỉ tay** để đoán bệnh trẻ con. Chú ý sắc tươi – xám, vị trí và hình thái để suy ra hư – thực, hàn – nhiệt.

NĂM SẮC MẶT ỨNG TẠNG – PHỦ

SẮC MẶT	TẠNG	PHỦ TƯƠNG ỨNG
● Xanh	Can (Gan)	Đỏm (Mật)
● Đỏ	Tâm (Tim)	Tiểu trường (Ruột non)
● Vàng	Tỳ (Lá lách)	Vị (Bao tử)
● Trắng	Phế (Phổi)	Đại trường (Ruột già)
● Đen	Thận (Cật)	Bàng quang (Bong bóng)

Vấn — Nghe & ngửi · Vấn — Hỏi CHƯƠNG 2

Vấn: nghe âm thanh và hơi thở của người bệnh, kể cả các tiếng động trong cơ thể; đồng thời **ngửi mùi hơi** để tìm tạng phủ có bệnh (sách nêu 28 điều đáng chú ý). **Vấn:** hỏi để tìm “bí ẩn” của bệnh — sự ưa – ghét của người bệnh, nổi đau khổ hiện tại, các chứng đã có từ trước, và bệnh hoạn – bẩm chất của cha mẹ, vợ chồng, anh em.

Thiết — Bắt mạch CHƯƠNG 3

Phép được coi trọng nhất. Bắt mạch ở hai cổ tay theo ba bộ **Thốn – Quan – Xích**, kèm sờ – nắn – gõ các vùng để dò nóng – lạnh. Cần phân biệt **27 tượng mạch**, nhận ra **7 tượng mạch quái lạ** (mạch báo nguy), biết xem mạch thai, và đối chiếu mạch với chứng xem hợp hay nghịch.

MỘT SỐ MẠCH THƯỜNG GẶP (ĐẦY ĐỦ 27 TƯỢNG — XEM PHỤ LỤC)

MẠCH	Ý NGHĨA TÓM TẮT
Phù	Nổi, rờ nhẹ đã thấy — bệnh ở biểu (ngoài)
Trầm	Đè sâu mới thấy — bệnh ở lý (trong)
Trì	Chậm (3 nhịp/hơi thở) — chủ hàn
Sắc	Mau (6 nhịp/hơi thở) — chủ nhiệt
Hoạt	Trơn như viên ngọc lăn — chủ đàm
Sáp	Rít, nhỏ, ngập ngừng — tinh huyết bị hại
Hư / Thực	Mềm rỗng (máu thiếu) / cứng đầy mạnh (Dương uất)
Tế	Nhỏ như sợi tơ — khí huyết đều suy

Nhận định chứng trạng CHƯƠNG 4

Tổng hợp chứng trạng các bệnh **Ngoại cảm** (ôn, phong, hàn, thử, thấp, táo, ho...) và **Nội thương** (theo từng tạng phủ). Một ví dụ điển hình về cách “lần gốc” — truy triệu chứng **ho** về tạng phủ gốc:

TIẾNG HO ỨNG VỚI GỐC BỆNH (TRÍCH — XEM ĐỦ Ở PHỤ LỤC)

TRIỆU CHỨNG HO	GỐC BỆNH Ở
Ho tức ngực, đau	Tim
Ho đau hông trái	Gan
Ho khô khè, sạt hơi	Phổi
Ho đau eo và xương sống	Cật (Thận)

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Bốn phép *nhìn – nghe – hỏi – khám* tương ứng khá gần với khám lâm sàng kinh điển của y học hiện đại (quan sát, nghe/gõ, hỏi bệnh sử, sờ nắn). Riêng **mạch chẩn** và **lưỡi chẩn** ở mức chi tiết của Đông y (27 tượng mạch, sắc mặt ứng tạng) hiện *chưa được kiểm chứng* là công cụ chẩn đoán đặc hiệu; nên xem là dấu hiệu định hướng, không thay cho xét nghiệm và chẩn đoán hình ảnh.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- **Tứ chẩn = Vọng – Văn – Vấn – Thiết**; phối hợp cả bốn mới đoán bệnh chắc.
- Năm màu sắc mặt ứng năm tạng; **xem lưỡi = xem tạng phủ**.
- Bắt mạch ở **Thốn – Quan – Xích**; nắm 27 tượng mạch và mạch nguy.

THIÊN THỨ SÁU

Trị liệu

治 療

Sau khi chẩn đoán, đây là cách chữa: nhiều phương thức trị liệu, và trọng tâm là *chín phép chữa bệnh*.

Nhiều cách trị liệu CHƯƠNG 1

Đông y có nhiều phương thức đưa tác động vào cơ thể:

CÁC PHƯƠNG THỨC TRỊ LIỆU

PHƯƠNG THỨC	CÁCH LÀM
Châm	Dùng kim châm huyết để tiết tà
Cứu	Đốt ngải trên huyết để bổ chính khí
Ấn ma	Xoa bóp, nắn sửa gân xương
Huân chưng	Xông hơi khói / hơi nước thuốc
Áp úy	Áp / hơ thuốc lên chỗ đau
Tắm dục	Ngâm – rửa thuốc
Thông đạo	Làm cho ới, ỉa, đái – tháo thông
Khai phẫu	Mổ xẻ
Thang dịch	Thuốc sắc uống

Chín phép cần dùng chữa bệnh

Đây là trọng tâm của Thiên. Tùy bệnh **hàn hay nhiệt, hư hay thực** mà chọn phép cho đúng:

CHÍN PHÉP CHỮA BỆNH

PHÉP	TÁC DỤNG
Hãn	Làm ra mồ hôi (giải tà ngoài da)
Thổ	Gây nôn (đẩy tà ở trên ra)
Hạ	Xổ, tuông ỉa (đẩy tà ở dưới ra)
Thanh	Làm mát (trị nhiệt)
Ôn	Làm ấm (trị hàn)
Tiêu	Làm tan tích trệ
Sáp	Giữ, cầm (chống thoát)
Trấn	Trấn an (an thần, giáng nghịch)
Bổ	Bồi bổ hư suy

Trước trừ tà độc và chương ngại CHƯƠNG 2

Nguyên tắc: phải **dọn đường trước** — trừ tà, thông chỗ tắc — rồi mới bồi bổ. Phần này nêu phương trị sáu tà, cách trị ghê nộ, cách sửa hơi máu, trừ đàm – trùng, và cách xử trí khi bệnh phân vân giữa “trong” và “ngoài”.

Luận trị tạng phủ và gia giảm CHƯƠNG 3

Hướng dẫn cách chữa theo từng cơ quan (Tim, Gan, Tỳ, Phổi, Thận, Mật, Bao tử, Tam tiêu); phân biệt thuốc chữa trực tiếp tạng phủ; và quan trọng là phép **gia giảm** — thêm bớt vị thuốc cho hợp với từng người, từng bệnh, từng lúc.

Châm cứu và án ma CHƯƠNG 4

Cuối Thiên là phần nhập môn châm cứu và án ma — hai nhánh trị liệu không dùng thuốc, dựa trên hệ kinh lạc và huyết đã học ở Thiên 3.

Châm — tiết tà (tả)

Cứu — bổ chính khí (bổ)

Án ma — thông kinh, sửa gân xương

⚠ LƯU Ý AN TOÀN

Châm cứu, đốt ngải, xông – tắm thuốc và các phép “công” mạnh (gây nôn, xổ, phát hãn) **không nên tự làm tại nhà**: châm sai huyết hoặc kim không vô trùng có thể gây nhiễm trùng, tổn thương thần kinh – mạch máu; xổ/nôn quá mức gây mất nước, rối loạn điện giải. Các thủ thuật này cần người được đào tạo và dụng cụ tiệt trùng.

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Nguyên tắc “trừ tà – thông tắc trước, bổ sau” và “gia giảm theo từng người” gần với tinh thần *cá thể hóa điều trị* ngày nay. Với châm cứu, bằng chứng hiện đại mạnh nhất là ở **giảm một số loại đau và buồn nôn**; nhiều chỉ định khác còn đang nghiên cứu. Xoa bóp (án ma) được dùng rộng trong phục hồi chức năng. Nên xem Đông y trị liệu là **bổ trợ**, phối hợp chứ không thay thế điều trị cấp cứu và các bệnh nặng.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Nhiều phương thức trị; cốt lõi là **chín phép: Hãn – Thổ – Hạ – Thanh – Ôn – Tiêu – Sáp – Trán – Bổ**.
- **Châm để tiết tà, cứu để bổ chính**.
- Trình tự: **trừ tà, thông tắc trước — bồi bổ sau**; luôn gia giảm theo người và bệnh.

THIÊN THỨ BẢY

Dược vật & phương tế

藥物 · 方劑

Thuốc và bài thuốc — cách đưa thuốc vào cơ thể để lập lại quân bình khí.

Trí thức cần có khi dùng thuốc CHƯƠNG 1

Trước khi cho thuốc phải nắm nhiều điều: xét kỹ **bệnh tình**; rõ **thời tiết** – **địa nghi** (thuốc và bệnh hợp theo mùa, theo vùng); hiểu sự **bổ** – **tả** (hư thì bổ, thực thì tả; thuốc tả công nhanh nên không dùng lâu, thuốc bổ giúp chậm nên đủ thì ngưng — cốt đưa khí huyết về bình); biết cách phối hợp, bào chế, sắc – uống và bảo quản.

PHỐI HỢP THEO VAI: QUÂN - THẦN - TÁ - SỨ

Một bài thuốc hay được sắp theo bốn vai, không kể phẩm cao thấp của vị thuốc mà kể theo *vai trò trị bệnh*:

BỐN VAI TRONG MỘT BÀI THUỐC

VAI	VAI TRÒ
● Quân	Vị chính , chủ trị ngay ở bệnh
● Thần	Vị hỗ trợ , giúp sức cho Quân
● Tá	Vị chế/giúp — kéo bớt sự hung hăng của Quân, phòng tác hại
● Sứ	Vị dẫn các vị khác tới chỗ có bệnh

Phép lập phương: 1 Quân + 2 Thần là **phương nhỏ**; 1 Quân + 3 Thần + 5 Tá là **phương vừa**; 1 Quân + 3 Thần + 9 Tá là **phương lớn**. Phân lượng vị Quân thường nhiều hơn Tá – Sứ.

CÁC DẠNG BÀO CHẾ

DẠNG THUỐC VÀ CÔNG DỤNG

DẠNG	LÀ GÌ	THÍCH HỢP
Thang	Nấu nước sắc	Thương hàn, cảm mạo — ngấm tạng phủ, thông kinh lạc
Tửu / Lệ	Ngâm rượu	Bệnh tê uất — làm mạch máu chạy mạnh
Tán	Bột	Bệnh lâu — tan khắp nơi
Hoàn	Viên	Phong độc, bí tích — đi chậm, đuổi độc, dẻo tan đồ cứng
Đơn	Nấu cạn nhiều lửa	Ghê chốc — dương khí thịnh
Cao	Để sôi	U nhọt — trị tại một chỗ
Úy · Chung · Dục	Hơ · xông · ngâm	Trị ngoài, thông lỗ chân lông, nhẹ ngăn chặn kinh lạc

HAI MƯƠI HAI LOẠI VỊ THUỐC (THEO CÔNG NĂNG)

- 1 Bổ dưỡng
- 2 Mạnh bao tử
- 3 Đổ mồ hôi
- 4 Ỉa tả
- 5 Ói mửa
- 6 Sửa máu
- 7 Sửa hơi
- 8 Đuổi gió
- 9 Đuổi lạnh
- 10 Trừ nóng
- 11 Im khô
- 12 Cho đái
- 13 Trừ đàm
- 14 Tiêu hóa
- 15 Teo rút
- 16 Đuổi sâu
- 17 Sáng mắt
- 18 Tiêu độc
- 19 Biến chất
- 20 Say mê
- 21 Hăng mạnh
- 22 Lạ tạp

Đông y trọng dùng cây cỏ vì tính hòa hoãn, ít lưu lại gây hại như thuốc “đá vàng” (khoáng – hóa chất): thuốc nâng đỡ cơ thể qua cơn bệnh rồi để cơ thể tự phục hồi.

Những phương thang không thể thiếu CHƯƠNG 2

Bài thuốc (phương tể) được phân theo **mười hai loại** theo công dụng — kèm các phụ phương và phần *kiêng kỵ* (những vị, những điều phải tránh khi phối thuốc):

MƯỜI HAI LOẠI PHƯƠNG TỂ

LOẠI	CÔNG DỤNG	LOẠI	CÔNG DỤNG
Bổ	Vá lấp, bồi bổ bệnh hư	Hoạt	Làm trơn nhuận
Trọng	Nặng, đè kèm bệnh không vững	Sáp	Giữ, cầm
Khinh	Nhe, phát tán (giải biểu)	Thấp	Nhuận chứng khô
Tuyên	Khơi thông uất trệ	Táo	Làm khô chứng ẩm thấp
Thông	Làm lưu thông	Hàn	Trị nhiệt
Tiết	Làm thoát ra	Nhiệt	Trị hàn

Ngoài ra còn **Phúc phương** (phương trộn): hợp nhiều phương thành một (như Ngũ linh + Bình vị = Vị linh tán), hoặc lấy một phương chính thêm ít vị thành phương mới. “*Người làm thầy mà không biết đặt phương có Quân – Thần – Tá – Sứ thì chưa được làm thầy.*”

Công năng những vị thuốc thường dùng **CHƯƠNG 3**

Phần tra cứu, xếp theo thứ tự A – B – C, có chú thêm **tên Hán, tên khoa học**, mùi vị – tính – công năng và cách bào chế. Dưới đây là một số vị tiêu biểu.

VỀ DANH MỤC VỊ THUỐC

Trong bản gốc dùng để biên tập, danh mục A – B – C này **chỉ liệt kê đến vần “A–B” rồi dừng** (đường như phần sau bị thiếu). Để giữ trung thực, bản cô đọng **không thêm các vị ngoài nguồn**; bảng dưới chỉ nêu các vị thực có trong nguồn.

MẪU VỊ THUỐC (VẦN A – B, TRÍCH TỪ NGUỒN)

VỊ	HÁN	TÊN KHOA HỌC	TÍNH VỊ · CÔNG NĂNG
A giao	阿膠	Colle de peau d'âne	Ngọt, bình; dưỡng máu, mát, bổ Phổi, ích Gan – Cật; trị thiếu máu, bất kinh.
Anh túc xác	罌粟殼	<i>Papaver</i> (vỏ)	Chua đắng, lạnh; làm teo rít; trị ho lâu, di tinh, ỉa/ly lâu ngày.
Bá bộ	百部	<i>Stemona tuberosa</i>	Ngọt đắng, ấm ít; im phổi, trị ho, tiêu đàm, giết sâu.
Bạc hà	薄荷	<i>Mentha</i>	Ấm; đuổi tan gió nóng, làm đổ mồ hôi, lui nóng, thông hơi.
Bạch chỉ	白芷	<i>Angelica</i>	Ấm; tan gió, đổ mồ hôi, thông chín lỗ, trị nhức đầu.
Bạch thược	白芍	<i>Paeonia</i> (trắng)	Bình; bổ Gan, an Tỳ, trị ly, đau bụng, các chứng thai sản.
Bạch truật	白朮	<i>Atractylodes</i> (trắng)	Ấm; mạnh Tỳ – Vị, làm ráo ẩm, điều hòa, tiêu hóa.
Biển đậu	扁豆	<i>Dolichos lablab</i>	Ấm; bổ Tỳ, cầm ỉa – kiết, trị đái đục, độc rượu.
Bồ công anh	蒲公英	<i>Taraxacum</i>	Ngọt, bình; mạnh Bao tử, giải độc nóng, trị nhọt vú, dễ tiểu.
Bá đậu 	巴豆	<i>Croton tiglium</i>	Có độc. Cay, ấm; xổ rất mạnh, trục thai chết, nung mủ ghê độc.
Bán hạ 	半夏	<i>Pinellia</i>	Có độc. Bình; trị ẩm ướt, tan đàm, trị ho – ói, đau ngực.
Ban miêu 	斑蝥	Cantharide	Có độc. Cay, lạnh; trị loa lịch, lợi tiểu, nung ghê (rất độc).

⚠ LƯU Ý AN TOÀN VỀ THUỐC

Nhiều vị thuốc mang **độc tính** (ví dụ Bá đậu, Ban miêu, Bán hạ sống...) và chỉ dùng được sau khi bào chế đúng cách, đúng liều, đúng chỉ định. Thuốc cổ truyền cũng có thể **tương tác** với thuốc tây và ảnh hưởng gan – thận. Tuyệt đối không tự ý dùng để trục thai, xổ mạnh hay “giải độc”. Hãy dùng dưới sự hướng dẫn của thầy thuốc và mua thuốc ở nguồn tin cậy.

⊕ ĐỐI CHIẾU Y HỌC HIỆN ĐẠI

Dược học cổ truyền là một kho tri thức thực nghiệm quý — nhiều thuốc hiện đại có nguồn gốc thảo dược (như artemisinin trị sốt rét từ Thanh hao hoa vàng). Song “tính – vị – quy kinh” là cách phân loại theo mô hình khí hóa, khác với **dược lý** hiện đại (hoạt chất, liều, cơ chế). Hiệu quả và an toàn của mỗi vị cần được đánh giá bằng bằng chứng; “thảo dược” không đồng nghĩa với “vô hại”.

◆ Ý CHÍNH CẦN NHỚ

- Nguyên tắc dùng thuốc: **hư bổ – thực tả**, đưa khí huyết về bình; tả nhanh nên dứt sớm, bổ chậm nên đủ thì ngưng.
- Một bài thuốc phối theo **Quân – Thần – Tá – Sứ**; phải bào chế đúng và biết kiêng kỵ.
- Mười hai loại phương tể: **Bổ, Trộn, Khinh, Tuyên, Thông, Tiết, Hoạt, Sáp, Thấp, Táo, Hàn, Nhiệt**.

PHẦN TRA CỨU

Bảng tra nhanh & Thuật ngữ

檢 索

Gom các bảng cốt lõi để ôn nhanh, và giải nghĩa các từ Hán –
Việt hay gặp.

PHỤ LỤC

Bảng tra nhanh

Các bảng cốt lõi của trọn bảy Thiên, gom lại một chỗ để ôn và tra.

NGŨ HÀNH — SINH VÀ KHẮC

HÀNH	SINH	KHẮC
● Mộc	Hỏa	Thổ
● Hỏa	Thổ	Kim
● Thổ	Kim	Thủy
● Kim	Thủy	Mộc
● Thủy	Mộc	Hỏa

SÁU KHÍ = TRỜI (KHÍ) + ĐẤT (HÀNH)

KHÍ + HÀNH	KHÍ HẬU
Khí + Mộc	Phong (gió)
Khí + Hỏa	Thử / Nhiệt
Khí + Thổ	Thấp (ẩm)
Khí + Kim	Táo (khô)
Khí + Thủy	Hàn (lạnh)

THIÊN CAN THEO NGŨ HÀNH

THIÊN CAN	HÀNH
Giáp, Ất	● Mộc
Bính, Đinh	● Hỏa
Mậu, Kỷ	● Thổ
Canh, Tân	● Kim
Nhâm, Quý	● Thủy

ĐỊA CHI THEO NGŨ HÀNH

ĐỊA CHI	HÀNH
Dần, Mão	● Mộc
Ty, Ngọ	● Hỏa
Thân, Dậu	● Kim
Hợi, Tý	● Thủy
Thìn, Tuất, Sửu, Mùi	● Thổ

HAI MƯƠI BỐN TIẾT KHÍ

MÙA	SÁU TIẾT KHÍ
● Xuân	Lập xuân · Vũ thủy · Kinh trập · Xuân phân · Thanh minh · Cốc vũ
● Hạ	Lập hạ · Tiểu mãn · Mang chủng · Hạ chí · Tiểu thử · Đại thử
● Thu	Lập thu · Xử thử · Bạch lộ · Thu phân · Hàn lộ · Sương giáng
● Đông	Lập đông · Tiểu tuyết · Đại tuyết · Đông chí · Tiểu hàn · Đại hàn

NĂM TẠNG & SÁU PHỦ

TẠNG	PHỦ
● Tâm (Tim)	Tiểu trường
● Can (Gan)	Đởm (Mật)
● Tỳ (Lá lách)	Vị (Bao tử)
● Phế (Phổi)	Đại trường
● Thận (Cật)	Bàng quang
—	Tam tiêu

NĂM SẮC MẶT ỨNG TẠNG (PHÉP VỌNG)

SẮC	TẠNG
● Xanh	Can
● Đỏ	Tâm
● Vàng	Tỳ
● Trắng	Phế
● Đen	Thận

HAI MƯƠI BẢY TƯỢNG MẠCH (THEO ÂM - DƯƠNG)

NHÓM	CÁC TƯỢNG MẠCH
Dương (10)	Phù · Sác · Thực · Trường · Hồng · Khẩn · Phục · Động · Xúc · Đại
Âm (12)	Trầm · Trì · Sáp · Hư · Đoản · Vi · Hoãn · Nhu · Nhược · Tán · Tế · Kết
Âm trong Dương (3)	Hoạt · Khâu · Huyền
Dương trong Âm (2)	Cách · Lao

Ý NGHĨA MỘT SỐ MẠCH THƯỜNG GẶP

MẠCH	Ý NGHĨA	MẠCH	Ý NGHĨA
Phù	Bệnh ở biểu (ngoài)	Hư	Máu thiếu, hư
Trầm	Bệnh ở lý (trong)	Thực	Dương uất, ăn trướng
Trì	Chủ hàn (lạnh)	Hồng	Âm thịnh Dương suy
Sác	Chủ nhiệt (nóng)	Tế	Khí huyết đều suy
Hoạt	Chủ đàm	Huyền	Đàm ẩm, sốt rét
Sáp	Tinh huyết bị hại	Khẩn	Hàn ép, đau

TIẾNG HO ỨNG VỚI GỐC BỆNH Ở TẠNG - PHỦ

TRIỆU CHỨNG HO	GỐC BỆNH Ở
Ho tức ngực, đau	Tim
Ho đau hông trái	Gan
Ho đau hông phải, vai, lưng	Lá lách
Ho khô khè, sạt hơi	Phổi
Ho đau eo và xương sống	Cật (Thận)
Ho đau bụng	Ruột non
Ho ói nước đắng	Mật
Ho muốn ọ	Bao tử
Ho ỉa són	Ruột già
Ho đái són	Bong bóng
Ho đầy hơi, không ăn	Tam tiêu

CHÍN PHÉP CHỮA BỆNH

PHÉP	TÁC DỤNG
Hãn	Ra mồ hôi (giải tà ngoài)
Thổ	Gây nôn (tà ở trên)
Hạ	Xổ ỉa (tà ở dưới)
Thanh	Làm mát (trị nhiệt)
Ôn	Làm ấm (trị hàn)
Tiêu	Tan tích trệ
Sáp	Giữ, cầm
Trấn	Trấn an, giáng nghịch
Bổ	Bồi bổ hư suy

MƯỜI HAI LOẠI PHƯƠNG TẾ

LOẠI	CÔNG DỤNG
Bổ	Bồi bổ bệnh hư
Trọng	Đề kèm bệnh không vững
Khinh	Nhẹ, phát tán
Tuyên	Khơi thông uất trệ
Thông	Làm lưu thông
Tiết	Làm thoát ra
Hoạt	Làm trơn nhuận
Sáp	Giữ, cầm
Thấp	Nhuận chứng khô
Táo	Làm khô ẩm thấp
Hàn	Trị nhiệt
Nhiệt	Trị hàn

TRA CỨU

Bảng thuật ngữ Hán-Việt

術語

Giải nghĩa ngắn gọn các từ chuyên môn hay gặp. Trong ngoặc là tên Nôm / thông dụng.

KHÁI NIỆM NỀN TẢNG

Khí hóa

Sự biến hóa của “khí”; nguyên lý cốt lõi: bệnh do khí mất điều hòa, chữa bằng điều khí.

Âm – Dương

Hai mặt đối lập mà bổ sung nhau (tối/sáng, lạnh/nóng, trong/ngoài). Chất thuộc Âm (Đất), Khí thuộc Dương (Trời).

Ngũ hành

Năm hành Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ — theo lẽ tương sinh (sinh nhau) và tương khắc (chế ngự nhau).

Lục khí

Sáu khí của trời đất, gắn với Phong, Hàn, Thử, Thấp, Táo, Hỏa.

Can Chi

Thiên Can (Giáp, Ất...) và Địa Chi (Tý, Sửu...), dùng tính thời tiết – vận khí.

Ngũ vận

Năm vận khí của trời đất luân chuyển theo năm.

Khách khí / Chủ khí

Khí “khách” (biến động theo năm) và khí “chủ” (cố định theo mùa).

Tinh – Khí – Thần

“Ba báu” của thân người: Tinh (tinh chất), Khí (sinh lực), Thần (thần trí).

TẠNG - PHỦ - KINH - MẠCH

Tạng

Năm cơ quan đặc, chứa giữ: Tâm (tim), Can (gan), Tỳ (lá lách), Phế (phổi), Thận (cật).

Phủ

Sáu cơ quan rỗng, chuyển hóa: Tiểu trường, Đờm (mật), Vĩ (bao tử), Đại trường, Bàng quang, Tam tiêu.

Tam tiêu

“Ba chặng” — ba khu thượng/trung/hạ tiêu, đường dẫn khí và nước trong thân.

Mệnh môn

“Cửa sinh mệnh” — nguồn hỏa và sinh lực, gắn với Thận.

Kinh lạc

Hệ đường dẫn khí huyết; gồm mười hai kinh chính.

Kỳ kinh bát mạch

Tám mạch đặc biệt (Nhâm, Đốc, Xung...) ngoài mười hai kinh.

Vinh (Dinh) – Vệ

Vinh là tinh chất chạy trong mạch (gắn “máu”); Vệ là khí bảo vệ chạy ngoài mạch, giữ ấm, đóng mở lỗ chân lông.

Huyết

Điểm trên kinh lạc để châm, cứu, bấm.

BỆNH LÝ

Lục dâm (sáu tà)

Phong, Hàn, Thử, Thấp, Táo, Hỏa gây ngoại cảm (bệnh từ ngoài vào).

Thất tình (bảy tình)

Hỉ, Nộ, Ai, Lạc/Uu, Ái, Ố, Dục — xúc động quá mức gây nội thương.

Ngoại cảm / Nội thương

Bệnh từ ngoài xâm vào / bệnh phát từ bên trong.

Hư / Thực

Hư: chính khí suy, phải bổ. Thực: tà khí thịnh, phải công (tả).

Tà khí / Chính khí

Khí gây bệnh / khí lành giữ gìn cơ thể.

Tiết khí

24 mốc thời tiết trong năm, ảnh hưởng đến bệnh.

CHẨN ĐOÁN - TRỊ LIỆU**Tứ chẩn (Tứ diệu)**

Bốn phép khám: Vọng (xem), Văn (nghe), Vấn (hỏi), Thiết (bắt mạch / sờ nắn).

Tượng mạch

Các “dạng” của mạch đập (phù, trầm, trì, sắc...); sách nêu 27 tượng.

Chín phép chữa

Hãn, Thở, Hạ, Thanh, Ôn, Tiêu, Sáp, Trấn, Bổ.

Châm – Cứu

Châm: dùng kim châm huyết để tiết tà. Cứu: đốt ngải trên huyết để bổ chính khí.

Án ma

Xoa bóp, nắn sửa gân xương.

Huân chưng

Xông hơi khói / hơi nước thuốc.

DƯỢC - PHƯƠNG TẾ**Phương tể**

Bài thuốc phối hợp nhiều vị theo nguyên tắc.

Bổ / Tả

Thuốc làm mạnh thêm (bổ) / làm giảm bớt, đẩy ra (tả).

Mười hai loại phương

Bổ, Trộn, Khinh, Tuyên, Thông, Tiết, Hoạt, Sáp, Thấp, Táo, Hàn, Nhiệt — phân loại bài thuốc theo công dụng.

Quân – Thần – Tá – Sứ

Vai các vị trong một bài: vị chính (Quân), hỗ trợ (Thần), giúp/chế (Tá), dẫn (Sứ).

Bào chế

Cách sao, tẩm, nướng... chế biến vị thuốc trước khi dùng.

Địa nghi

Sự thích hợp của thuốc/bệnh theo vùng đất, thổ nhưỡng.

Thang dịch

Thuốc sắc nước (thang) để uống.

Kiêng kỵ

Những điều cấm kết hợp hoặc nên tránh khi dùng thuốc.

KẾT

Bản cô đọng này giữ trọn khung bảy Thiên của nguyên tác Phạm Văn Điều, trình bày lại cho sáng và gọn. Mong giúp người đọc nay tiếp cận vốn cổ dễ hơn — và xin nhắc lại: mọi việc phòng, chữa bệnh cần có thầy thuốc chuyên môn.