

# 关于在中小学相关课程中 增加一些中医方面内容的建议

九三学社太原市委

有这样一篇报导“北京中医药大学最近几年来中国学中医的外国人特别多，30多个国家的‘中医留学团’来自欧美、中东、韩国等国家，而且越是发达国家留学生团就越多，现在英国有3000多家中医门诊，美国有100多个中医学校，中医在国外比在中国还流行”。外国人崇尚自然的生活习惯，不用吃药、没有副作用，是中医的最大优势，一些长期患有风湿、腰腿病、颈椎病、糖尿病、忧郁症等的病人因长期服用大量西药，胃功能严重退化，无法正常进食，他们尝试中医治疗，结果发现中医疗法不仅自然、健康，而且对很多西医无法治愈的疾病疗效显著。外国人佩服中药标本兼治，中医理念被逐渐接受。然而在我国，由于各种主客观原因，当代大学生，从小学到高中生只重视数理化，应试教育，几乎不去“精究”国学，对优良的传统文化知之甚少，不知道如何加强自身体质，预防疾病，因此，建议在中小学相关课程中，适当的增加点中医基础理论教育，培养学生的中医思维，逐渐领悟中医的深邃和神妙，对中小学生的思想和健康有着深远的影响。

建议在中小学生学习课程中，增加以下中医方面的内容：一、小学、初中课本中介绍中医文化：中医是我国优秀的民族文化，它是朴素的唯物论和辩证论，而且，中医理论中融入了诸子百家思想和诸如农学、物候学、地理学、气象学、天文学等知识的精华，蕴含着丰富的传统文化；在平常交流中，很多与中医有着历史渊源，例如：“对症下药、妙手回春、防微杜渐”等，这些成语历经百年，代代相传，蕴含着非同寻常的寓意，对下一代的成长有着重要的影响。二、增加中医一些

简单的病理知识和养生方法：如：“阴平阳秘，精神乃治”、“肝开窍于目，心开窍于舌，脾开窍于口，肺开窍于鼻，肾开窍于耳”、“怒伤肝、喜伤心、思伤脾、悲伤肺、恐伤肾”等等，从而启迪学生如何保护自己身体，认识到调节自己心态对身体的重要性。同时在体育健康课中可适当增加如下养生方法：“动形养生、静神养生、顺时养生、修身养生、调气养生”等等，让学生在日常生活中注重修养自己的身体，把发病率降到最低。三、可在高中学校古文中增加一些医古文：如《黄帝内经》，《伤寒论》，《本草纲目》等中节选既贴近生活又难易适中的课程，既可以领受古文的美丽，又可以学到一些中医知识。

建议递交到国家教材编审委员会和山西省教育厅基教处商讨研究。