



XIAOLANGZHONG
GENSHI BIJI

小郎中

跟师笔记

3

徐培平

编著

脉证方药实录

脉法可以速成，关键在理法。

临证脉诊包括「识脉」和「审脉」两个过程。

中医辨证关键在于审脉，审脉之先，在于识脉。

识脉当明诊脉之法、诊脉之理。理通、法明、知巧，则一通百通。



人民



XIAOLANGZHONG
GENSHI BIJI

小郎中

跟师笔记

3

徐培平

编著

——
脉证方药实录



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

小郎中跟师笔记.3, 脉证方药实录 / 徐培平著. —北京: 人民军医出版社, 2015.8

ISBN 978-7-5091-8532-2

I. ①小… II. ①徐… III. ①中医学—临床医学—经验—中国—现代 IV. ①R249.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 180094 号

策划编辑: 王灵芳 文字编辑: 岳改英 马 祥 责任审读: 赵晶辉

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通讯地址: 北京市100036信箱188分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8751

网址: www.pmmmp.com.cn

印、装: 北京天宇星印刷厂

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 10.5 字数: 262千字

版、印次: 2015年8月第1版第1次印刷


印数: 0001—5000

定价: 28.00元


版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换





微妙在脉，不可不察



(代前言)

《内经》云：“微妙在脉，不可不察”，无论是医生还是病人，都知道脉诊对于中医诊治疾病的重要性，“三个指头，一个枕头”几乎已是中医的形象标志。但由于脉诊在操作上的技术要求较高，令不少学生望而却步。由于没有客观的标准和有效的门径，在学习和掌握时难上加难，直接影响了临床脉诊的准确性。

临证脉诊包括“识脉”和“审脉”两个过程。识脉是审脉的基础。而审脉是一个复杂的推理诊断过程，讲究技巧和经验，并且必须牢固掌握并能娴熟运用其他中医基础知识。《醉花窗医案》认为诊脉如审案。比如四时的脉象，以胃气为本，胃气是脉之神气所在，总归在于举按有力方谓之有神、有胃气。但这还不足以说明神之意，只有脉来有力兼脉之不快不慢，脉体不软不硬，才是有如春风弱柳之气象。审脉时，需察明正凶、佐证、肇事之由、受害所在、连坐、挂污等。审判明确，方能判罚分明，轻重随之。比如脾湿停痰一证，其脉必沉滑。沉滑是症之正凶。而如果是脾湿的话大便必定艰难，停痰的话必定出现食减，这些症状就是佐证（脉与症相互印证方可下诊断）。出现湿或饮水过多则脉必弦，如果是劳倦思虑脉必兼弱，从其兼脉就可以知

道脾湿产生的原因，这就是肇事之由。因湿可以出现泄泻，其右尺脉必虚，因痰可以出现咳嗽，那么右寸脉必出现滑，这就是连坐。而且脾湿的话，饮食不能健运，精液必然不充足，那么左尺就会出现涩脉，这就属于挂污。但只要辨准正凶，健脾消痰，那么疾病就会自然痊愈。如果只知道治疗泄泻或者止咳嗽，而不理正凶，诛伐无过，必然不能治好疾病，反而可能增加其他的病症。

中医的脉象往往是一脉主多病的。比如迟脉，属阴、主寒。然而此脉又主脾阳虚，痰湿盛，同时沉疴痼疾也可见到此脉。在一脉主多病的情况下，单凭一个迟脉对确诊主病是缺乏鉴别意义的。临床上的疾病千变万化，虚实寒热夹杂，不可能在脉象上出现单一的病脉脉象，多是几脉相合并见的“兼象脉”，只有辨清脉的兼象，才能给脉象准确定性，因此辨识相兼脉是审脉的一个重要诀窍，所以《黄帝内经》就有说：“凡脉来，必不单至。”相兼脉有二脉、三脉、四脉相合的。比如脉沉细而迟，沉主里，讲的是部位，细主虚，讲的是正气虚，迟主寒，讲的是性质属寒，综合分析证候就属于“里虚寒证”。

有的脉本身就是几脉相兼复合出现的“兼象脉”，比如濡脉是浮脉和细脉相兼复合而成，弱脉是沉脉和细脉相兼复合而成，革脉是芤脉和弦脉相兼复合而成，牢脉是极沉而弦实长大的复合脉象。临床上对这类脉象一定要分辨清楚，当然其前提就是分清单独的脉象。在《伤寒杂病论》里经常通过单独脉象的病机来分析所得的兼象脉及其病机。比如革脉，《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治》说：“脉弦而大，弦则为减，大则为芤，减则为寒，芤则为虚，虚寒相搏，此名为革。”先辨清革脉出现在浮部，形状是弦而芤，脉来弦急而中空，如按鼓皮。这种脉象的出现

是因精血内虚，又感寒邪所造成的，证属虚寒，多见于大虚。

中医强调四诊合参，审脉除了各种“脉象综合互参”外，还要结合“望、闻、问三诊”，最后还有个整体的“综合互参”（脉与症相互印证），这时才能进行“辨证”。如果说脉诊所获得的抽象诊断不足以还原病人的具体病情，那么同时结合望、闻、按诊就显得更为重要了。察其神色形态、闻其声息气味、触其寒温痛觉，然后将其脉诊印象与望闻按诊结合，做到色、脉、症、舌相参，相互印证、相互推导、去伪存真，方能作出正确判断。比如脉弦而紧，多为痛证、寒证，须观察其表情是否痛苦、面色是否青暗、形态是否异常等，有这些佐证就可基本查实正凶是痛证了。审察脉的虚实方面时还要结合闻诊，如声高气粗者多为实证，声低气怯者多为虚证，就可以佐证了。审查脉之部位，结合问诊。如喘、哮、咳嗽者，病多在肺；呕吐、呃逆者，病多在胃；善太息者，病位在肝；数欠伸者多与心肾有关等。尤其是舌诊，中医也有比较丰富的辨证经验，所以舌脉相参也是中医重要的辨证方法（参见《黄帝内经》及其他相关书籍）。此外，指下脉诊得出基本的脉象之后，也可参合问诊进行有针对性的询问。在脉诊之初可以与病人闲聊，借以了解患者的年龄、职业、家庭情况、社会处境及个人心境、饮食起居等情况，看看这些因素是否与疾病有关，这属于诊疗心理学的范畴。如切脉弦劲，寸大于尺时，须有针对性地询问其血压情况，是否有头痛、眩晕等症状。

诊脉不是万能的。临床症状复杂，真真假假，虚虚实实，判断何是真，何是假，要综合考虑，不可仅靠一个脉象就下结论，否则势必有误。“学会诊脉”只是“中医”的第一步，背熟“脉诀”也不等于就会“诊脉”了。必须经过数年、数十年或数千、

数百病人的反复实践、理解、纠正、提高，才能成为一个能灵活运用脉诊的“造诣很深”的中医医师。

自作者的《脉诊：从初学到提高》一书于2011年出版至今，有不少读者提出了在学习脉诊中的一些问题。同时，个人对脉象的认识也有一些较新的体会和认识。适逢人民军医出版社编辑出版一套适合中医初学者学习和普及的“跟师笔记”丛书，借编著本书的机会向大家汇报近几年的脉诊研究心得体会，并解答读者及学生学习脉诊中碰到的一些疑难问题。

本书以“跟师笔记”的形式进行编写，以临床初学者遇到的实际问题为主线，结合古今中医脉诊脉案，采用临证解疑、图解示例等方法，深入浅出地讲解了各种诊脉方法的技巧及运用，以及28种脉象的临床体悟和思路。本书在作者前一本书的基础上细化和丰富了实用和疑难的脉诊知识点（两书相互补充，涉及观点表述不一致的内容以本书为准），以脉诊实际运用问题作为主线，凝集成50个要点问题，重在诠释对脉诊运用的新体会、新经验、新思路，力求解决初学脉诊者“心中了了，指下难明”的困境。本书尽量少讲理论，重在实用，没有面面俱到，要对脉诊理论及某些内容作系统了解请参考作者的《脉诊：从初学到提高》及其他相关脉诊书籍。

本书能够最终顺利出版，承蒙人民军医出版社及王灵芳编辑的鼓励和支持。在成书过程中，征询了学生的意见，部分学生参与了书稿校勘，在此一并表示衷心的感谢。谬误和缺陷之处，敬请批评指正。

编者

2015年5月



目 录



上篇 诊脉理法篇

《本草备要》云：“医学之要，莫先于切脉，脉候不真，则虚实莫辨、攻补妄施，鲜不夭人寿命者。”然“脉理精微，其体难辨”。脉法可以速成，关键在理法。识脉当明诊脉之法、诊脉之理。理通、法明、知巧，则一通百通。

- | | | |
|-----|-----------------|-----|
| 笔记一 | 诊脉方法及操作规范 | 002 |
| 笔记二 | 《濒湖脉学》背诵 | 012 |
| 笔记三 | 寸口脉主脏腑 | 030 |
| 笔记四 | 审脉辨八纲 | 035 |
| 笔记五 | 诊察脉位法 | 039 |
| 笔记六 | 据脉辨病位 | 044 |
| 笔记七 | 察脉有纪，先别阴阳 | 048 |

笔记八	切脉论独，独处藏奸	058
笔记九	切脉虚实为用	061
笔记十	脉贵有胃气	064
笔记十一	脉贵有神	067
笔记十二	脉贵有根	070
笔记十三	脉证相应	073
笔记十四	尺部诊脉法	077
笔记十五	人迎寸口对比脉法	080
笔记十六	尺后脉法	087
笔记十七	寸上脉法	093
笔记十八	两手对比察脉法	096
笔记十九	小儿脉诊法	099
笔记二十	妊娠脉法	102
笔记二十一	奇经脉诊法	106



下篇 诊脉捷要篇

中医辨证关键在于审脉，审脉之先，在于识脉。古今医家对脉象之描述多是仁者见仁，智者见智，很难统一，莫衷一是。古今论脉之书，多侧重于脉象而忽视诊法。下手先求脉，诊法很关键。“切而知之，谓之巧”，诊脉当明诊法之巧，否则，对脉象的描述，大家都靠主观感觉去学习，必然导致只可意会不可言传的地步。

笔记二十二 如水漂木之浮脉 124

- 浮脉轻按乃得 124
- 浮脉为阳，其病在表 126
- 脉浮需辨相兼脉 128
- 浮脉当辨虚实 129
- 秋脉为浮 130
- 尺脉浮为伤肾 132

笔记二十三 如石投水之沉脉 134

- 沉脉重按乃得 134
- 下手脉沉，便知是气 138
- 沉则为水 139
- 表证见沉 141
- 沉脉需辨相兼脉 143
- 沉脉当分虚实 144

笔记二十四 沉隐附骨之伏脉 147

- 伏脉推筋着骨始得 147
- 闭极即伏 150
- 心衰则伏 151
- 伏脉当辨虚实 152

笔记二十五 应动极缓之迟脉 154

- 迟脉一息三至 154
- 迟则为寒 156
- 迟脉当辨虚实 157
- 寸关尺三部迟数不等 158

笔记二十六 应指甚速之数脉 161

- 数脉一息六至 161
- 数则为热在腑 163
- 数按不鼓，虚寒相搏 164
- 数脉当辨虚实 166

笔记二十七 急速如离经之疾脉 167

- 疾脉一息七至以上 167
- 疾为阳极，阴气欲竭 169

笔记二十八 如循鸡羽之虚脉 170

- 虚脉按之不鼓，举按无力 170
- 虚为气血空虚之候 172

笔记二十九 应指幅幅然之实脉 174

- 实脉举按有力 174
- 实主邪气有余 176
- 实脉当辨真假 177

笔记三十 如珠走盘之滑脉 179

- 滑脉往来流利，应指圆滑 179
- 滑为痰盛 182
- 滑为气实血壅之候 183
- 滑脉主孕 185

笔记三十一 如轻刀刮竹之涩脉 187

- 涩脉往来迟难，参伍不调 187
- 涩脉主瘀阻 192
- 涩脉非孕即无经 193
- 涩脉当辨虚实 194

笔记三十二 形如索绷之紧脉 197

- 紧脉如转索无常，数而绷急 197
- 诸紧为寒 200
- 诸紧为痛 201

笔记三十三 状若弓弦之弦脉 202

- 弦脉端直而长，如按弓弦 202

弦主肝急	205
弦主痰饮	206
弦主诸痛	207
双弦脉	209
高血压病与弦脉	212
春脉如弦	213

笔记三十四 如微风轻飏之缓脉

215

缓脉一息四至，从容和缓	215
缓为脾虚	218
缓为胃气	219
缓者多热	221

笔记三十五 如按葱管之芤脉

223

芤脉浮大而软，中空旁实	223
芤为失血，阳无所依	226

笔记三十六 如按鼓皮之革脉

228

革脉浮而搏指，外坚中空	228
革为虚寒失血之候	231

笔记三十七 疾趋一蹶之促脉

233

促脉数中有歇止	233
促脉主瘀	235

促因痰阻气滞	236
促因阳盛阴不和	237
促脉主心气衰惫	239
数中一止与脉急促	241

笔记三十八 如绳有结之结脉

243

结脉往来迟缓，时有歇止	243
阴盛则结	245
久虚而结	246

笔记三十九 代为更代，动而中止

249

代脉动而中止，止有定数，或疏或密，或迟或数	249
代者气衰	252
代脉当辨虚实	253

笔记四十 恰似杨花之散脉

256

散脉浮大涣散，忽现忽隐，至数散乱不整	256
散主元气离散	258

笔记四十一 如循长竿之长脉

260

长脉端直而长度三关	260
长主有余，气逆火盛	263
长脉覆溢	265



笔记四十二 如龟缩头藏尾之短脉 269

- 短脉状若米粒，脉体短缩，不满本部 269
- 短则气病，非虚即郁 271
- 痰食阻滞而短 272
- 短脉当辨虚实 273

笔记四十三 状如洪水之洪脉 275

- 洪脉大而满指，来盛去衰 275
- 洪为阳盛血气燔灼 278
- 洪脉当辨虚实 279
- 夏脉如洪如钩 280

笔记四十四 滔滔满指之大脉 283

- 大脉粗大，倍于常脉，应指满溢 283
- 大脉阳盛阴竭 285
- 大脉当辨虚实 286
- 大脉主病进 287

笔记四十五 如发如线之细脉 289

- 细脉细如丝线，应指明显 289
- 细则气少 291
- 脉细附骨曰积 292

**笔记四十六 如蛛丝相类之微脉** 294

微脉依稀轻细，来往甚微，似有似无 294

微则无气 297

微脉当辨真假 298

笔记四十七 如絮浮水面之濡脉 300

濡脉浮而细软，轻手乍来，重手即去 300

濡脉主气虚湿盛 302

濡脉主气血皆虚 303

笔记四十八 如按沉棉之弱脉 305

弱脉沉细而软 305

弱主气衰 307

笔记四十九 如内绵裹针之牢脉 309

牢脉如弦缕之状，弦大实长坚硬，按之不移 309

牢主邪实积聚 311

笔记五十 脉形如豆之动脉 314

动脉应指滑数，跳跃动摇不定 314

动脉专司痛与惊 316

阴阳相搏名曰动 317

主要参考书目 319

上篇 诊脉理法篇

《本草备要》云：“医学之要，莫先于切脉，脉候不真，则虚实莫辨、攻补妄施，鲜不夭人寿命者。”然“脉理精微，其体难辨”。脉法可以速成，关键在理法。识脉当明诊脉之法、诊脉之理。理通、法明、知巧，则一通百通。

