

健康宝典



激光碟

WANGMIAN
ZHIJIANKANG

望面 知健康

赵理明 © 编著

《灵枢经》指出：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍。”面部的各个部位与人体脏腑都有一一对应关系，使面部仿佛是人体脏腑的缩影，通过观察面部各个部位的色泽、形态变化，可以获得人体内脏生理和病理信息，诊断疾病。



江苏科学技术出版社

JIANGSU SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE

赵理明 编著

望面知健康

(赠光盘)

辽宁科学技术出版社

·沈阳·

本书编委会 赵理明 赵培军 赵沛浩 刘立克 刘美思

刘 实 林 玉 金学哲 李 斌 张 宏

部分图片提供者 周幸来 郑德良

图书在版编目 (CIP) 数据

望面知健康/赵理明编著. —沈阳:辽宁科学技术出版社, 2010.6

ISBN 978-7-5381-6463-3

I. ①望… II. ①赵… III. ①望诊 (中医) —基本知识
IV. ①R241.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 080072 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁彩色图文印刷有限公司

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 168mm × 236mm

印 张: 7

字 数: 100 千字

印 数: 1~5000

出版时间: 2010 年 6 月第 1 版

印刷时间: 2010 年 6 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 翰鼎文化/达达

版式设计: 袁 舒

责任校对: 李 霞

书 号: ISBN 978-7-5381-6463-3

定 价: 35.00 元 (赠光盘)

联系电话: 024-23284370

邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlgsz@mail.lnpgc.com.cn

http: //www.lnkj.com.cn

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6463

前言

望诊是中医望、闻、问、切四诊之一，被列为首位，可见望诊的重要。望诊是医生运用视觉对患者神、色、形、态、舌象以及分泌物、排泄物色泽的异常变化，进行有目的的观察，以测知内脏病变，了解疾病情况的一种诊断方法。包括望神、望面色、望五官、望舌、望斑疹等。通过对被望者的精神、意识状态、颜色以及眼、鼻、耳、牙龈、唇口、咽喉、舌等部位的观察，来判断疾病。古人曰：“视其外，以知其内脏，则知所疾矣”、“察其毛色枯润，可以规脏腑之病”。清代医学家陈士铎说：“看病必察色，察色必观面，而各有部位，不可不知。”所以，人体的某一个器官或部位都能是整体的缩影，都能反映整体的情况。观察面部的微小变化，能提早预测健康和疾病，使疾病能够早知道、早治疗。然而，怎样通过局部器官的变化来测知疾病，是有很多诀窍的。我们通过多年的临床实践，收集、整理了多种图像资料，编写了《望面知健康》。

本书包括4部分内容，第一部分为面诊基础，介绍了面部、眼部、耳部、鼻部、口唇部、舌部反射区的定位及所主治的疾病。第二部分为常见病面诊方法，介绍了近80种常见病在面部的表现。第三部分为常见症状面诊方法，介绍了30多种症状在面部的表现。第四部分为肿瘤与癌症面诊方法，介绍了常见肿瘤和癌症在面部的表现。配有光盘，动态介绍了面诊方法及大量的面诊图片。

学会望面判断疾病的方法，不仅能对自己的健康与否有所了解，还能对周围的人有所帮助。愿所有的人都能做到有病早知道，都能健康、快乐！

编著者

2010年5月

目 录

第一部分 面诊基础

面部反射区	1	唇部异常与疾病判断	18
眼部反射区	5	口腔异常与疾病判断	20
耳部反射区	11	舌部反射区	22
鼻部异常与疾病判断	16		

第二部分 常见病面诊方法

感冒	30	肠炎	40
慢性咽炎	31	便秘	40
鼻炎	31	肠息肉	41
支气管炎	31	原发性、遗传性高血压	42
扁桃体炎	33	低血压或血压不稳	43
肺结核	33	脑血管病	44
慢性舌炎	34	脑动脉硬化	46
胃炎	34	冠心病	48
胃及十二指肠溃疡	36	先天性心脏病	49
胃下垂	37	心律不齐	49
肝炎	38	突发性心脏病	50
脂肪肝	39	头晕	52
肝功能障碍	39	头痛	52

失眠	54	尿路感染	72
神经衰弱	55	外阴瘙痒	72
头部有受伤史	56	乳腺增生	72
高脂血症	57	子宫肌瘤	73
慢性阑尾炎	58	卵巢囊肿	73
肾盂肾炎、膀胱炎	58	前列腺炎	74
糖尿病	59	前列腺增生	75
甲状腺功能亢进症	59	阳痿	75
内分泌失调	60	早泄	75
胆囊炎、胆石症	61	遗精	76
痔疮	62	痤疮	76
颈椎增生	63	皮炎	76
颈部疼痛	64	白癜风	77
肩部疾病	65	荨麻疹	78
腰部疾病	65	湿疹	78
关节炎	66	白癣病	78
月经错后	66	毛囊炎	79
月经提前	67	神经性皮炎	79
痛经	67	丝状疣	80
月经不调	68	扁平疣	80
闭经	69	黄褐斑	80
妇科炎症	69	耳鸣	81
不孕症	70	癫痫	81
子宫脱垂	71	脱发	81
宫颈糜烂	71		

第三部分 常见症状面诊方法

健康长寿体貌	82	先天性营养不良	83
缺锌	82	消化功能差	83

易患脾胃疾病	84	贫血	91
口唇糜烂	86	血热	91
小儿体质差	87	血虚	91
惊风	87	焦虑、烦躁	92
腋臭病	87	性格急躁、易冲动	92
青少年白发	87	肝郁气滞	93
夜间睡觉磨牙	88	阴虚火旺	94
瘀血	88	气血不足	94
经期判断	88	眼干燥症	95
性格判断	89	身体受伤有疼痛	95
药物过敏、四环素牙	89	脊椎弯曲	95
唇炎	90	骨盆大小判断	95
梅毒	90	夜生活过度	96
寄生虫	91	危证	96

第四部分 肿瘤与癌症面诊方法

脑癌	97	皮肤癌	102
鼻癌	97	膀胱癌及前列腺癌	102
舌癌	98	血癌	102
喉癌	98	子宫颈癌	103
食管癌	98	直肠癌	104
甲状腺癌	99	大肠肿瘤	104
淋巴癌	99	外阴癌	105
肺癌	100	阴茎癌	105
胰腺癌	100	骨癌	105
牙癌	100	肝硬化先兆	105
乳腺癌	100	海绵状血管瘤	106
胃癌	101	癌转移	106
肝癌	101		

第一部分 面诊基础

面诊是医生通过对患者面部五官进行有目的的观察，以了解患者的状态，包括观察患者的精神状态、面部颜色、眼、舌、口唇、牙齿、耳朵等局部情况。中国传统医学经典著作《黄帝内经》中，在易经思想和整体观念的指导下，论述了阴阳学说、脏腑学说、经络学说，阐明了人体脏腑之间、脏腑与体表之间、局部与整体之间以及人体与环境之间在生理、病理、诊断、治疗诸方面的对应关系。《灵枢经》指出：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍。”面部的各个部位与人体脏腑肢节都有一一对应关系，使面部仿佛是人体脏腑肢节的缩影，通过观察面部各个部位的色泽变化，可以获得人体内脏生理和病理信息，诊断疾病。

面部反射区

(一) 面部反射区定位

包括正中 7 个单区和其他部位 17 对双区（图 1-1-1，图 1-1-2）。

1. 首面区：位于额正中点。主治输尿管结石、肾积水、排尿困难和毒血症等。

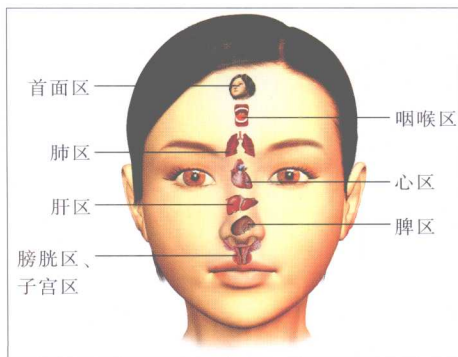


图 1-1-1

2. 肺区：两眉内端连线中点。主治感冒、咳嗽、哮喘等呼吸道疾病。

3. 咽喉区：位于首面区、肺区连线中点。主治咽喉肿痛、扁桃体炎、咳嗽等。

4. 心区：位于鼻梁上，两侧目内眦连线中点。主治心脏疾病如心绞痛、心肌缺血等。

5. 肝区：心区之下，两颧之间，鼻骨与鼻软骨交界处。主治黄疸、眩晕、胁痛、胆囊炎等。

6. 脾区：位于鼻尖处。主治食少、纳呆、泄泻、水肿、痰饮等。

7. 膀胱区、子宫区：位于人中沟中点。主治痛经、闭经、月经不调、癃闭、淋证等。

8. 胆区（双）：肝区两旁。主治黄疸、胁痛、胆囊炎、恶心、呕吐、失眠等。

9. 胃区（双）：脾区两旁，胆区之下，当鼻翼中央处。主治胃痛、呃逆、呕吐等。

10. 膺乳区（双）：位于心区与目内眦连线之中点。主治乳汁缺少、乳腺增生、胸闷等。

11. 小肠区（双）：胆区、胃区连线中点外方，眶孔直下。主治泄泻、淋证等。

12. 大肠区（双）：目外眦直下方，颧骨下缘。主治便秘、

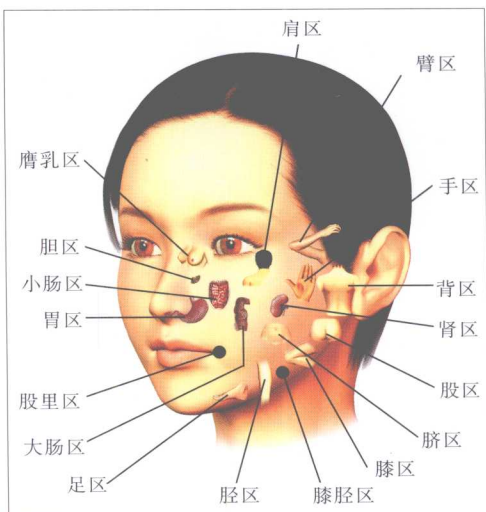


图 1-1-2

腹痛、腹泻、痔疮、痢疾等。

13. 肾区（双）：大肠区外方颊部。主治肾虚以及尿痛、少尿、阳痿等。

14. 脐区（双）：位于肾区下3分处。主治腹痛、泄泻等。

15. 背区（双）：颊部中央外后方1寸处。主治腰痛、颈背痛等。

16. 肩区（双）：目外眦直下方，胆区外方。主治肩臂疼痛、扭伤，肩周炎等。

17. 臂区（双）：位于肩区外与下关穴直上交点处。主治肩臂肿痛、麻木、痿软无力等。

18. 手区（双）：位于臂区下方，颧骨弓下缘处。主治手肿而痛，手关节风湿、类风湿等。

19. 股里区（双）：口角旁开5分，近地仓穴。主治股内侧痛、肌肉拉伤等。

20. 股区（双）：位于耳垂与下颌角连线中上1/3交界处。主治大腿扭伤、坐骨神经痛等。

21. 膝区（双）：耳垂与下颌角连线中下1/3交界处。主治膝肿、膝痛、风湿性膝关节炎等。

22. 膝胫区（双）：位于下颌角上方凹陷处。主治大腿扭伤、膝关节痛、膝关节炎等。

23. 胫区（双）：位于下颌角前方，下颌骨上缘。主治踝关节扭伤、腓肠肌痉挛等。

24. 足区（双）：位于胫区前方、目外眦直下之下颌骨上缘。主治足部肿痛、足跟痛、足弓损伤等。

(二) 面色异常反映的疾病

面部的色泽是脏腑气血盛衰的外部反应，所以望面色，能推断病情的变化。面部颜色分白、黄、赤、青、黑五色。

1. 白色：主虚寒、失血。凡阳气虚衰，气血运行无力或耗气失血，气血不足，颜面俱现白色。

2. 黄色：主虚证、湿证。凡脾胃气虚、脾失健运，面色多为黄色。若面色淡黄、枯槁无泽，称为萎黄，多属脾胃气虚、营血不能上荣的表现；若面色黄而虚浮，称为黄胖，多属脾失健运、湿邪内阻所致。如面、目、皮肤俱黄，是为黄疸。其色黄而鲜明如橘子色的，为阳黄，多属湿热；黄而晦暗如烟熏的，为阴黄，多属寒湿或久瘀不化的表现。

3. 赤色：主热证。赤色是热盛脉络血液充盈的反映。若满面通红，多见于外感发热，或脏腑阳盛的实热证。如仅颧部潮红、色泽鲜艳的，是为阴虚而阳亢的虚热证。如久病重病面色苍白，但却时而泛红，其色浮于皮肤之上的，多为戴阳证，这是阴极于下、阳失所依、浮而上越的危重症候。

4. 青色：主寒证、痛证、瘀血及惊风。青为气血不通，经脉瘀阻而成。寒则气血凝滞，不通则痛，气闭血瘀，经脉必然受阻，所以青色多见于寒证、痛证、瘀血、惊风。如风寒骨节疼痛、里寒腹痛、胸阳不宣的胸痛等，均可见到面色苍白而青。又小儿高烧，面部青紫，以鼻柱与两眉间及口唇四周较易察见，常为惊风的先兆。

5. 黑色：主肾虚、水饮、瘀血。黑为阴寒水盛或气血凝滞的病色。若颜面周身黧黑、色如古铜，多为肾阳衰微、阴寒凝

滞的虚寒证；目眶周围晦黑色，可见于肾虚水泛的痰饮病，或肾精下泄的白带病；两颧晦黑色，可见于某些肾虚尿频等病证。

(三) 脸型与疾病的关系

据报道，国外专家依据脸型、瞳孔间距、面色等将相貌分为以下5种。

1. 结核形：脸细长、下巴瘦而窄，两瞳孔间隔近，易患结核。

2. 肾脏形：脸窄而长，瞳孔间隔宽，易患肾炎。

3. 溃疡形：介于上两形之间，瞳孔间隔不宽不窄，眼窝下陷明显，易患溃疡。

4. 恶性贫血形：脸大而宽，下部更宽，下巴尖，瞳孔间隔异常宽，人中较短，多数面色不好。

5. 胆囊形：脸窄而圆，下巴稍圆，瞳孔间隔窄，易患胆结石与肾脏系统疾病。

眼部反射区

(一) 眼睛的基本结构

眼睛主要由角膜、虹膜、瞳孔、球结膜、眼睑、内外眦组成（图1-2-1，图1-2-2）。

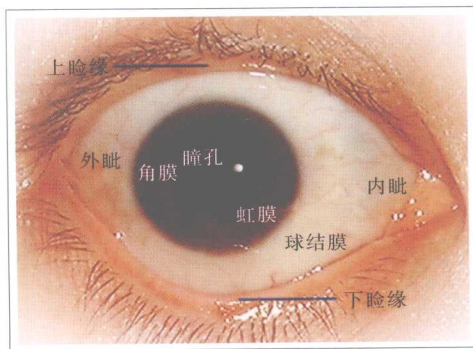


图 1-2-1 眼睛的正面图

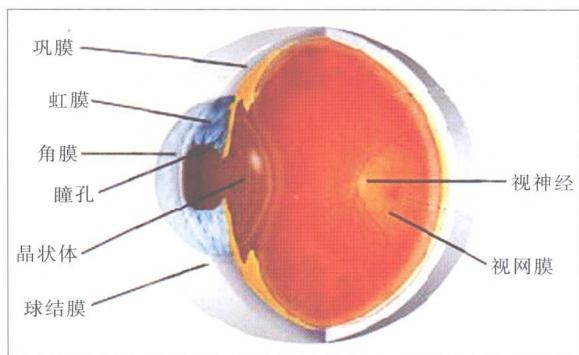


图 1-2-2 眼球切面图

1. 角膜：为一层透明的纤维组织，其形态就像一个小飞碟，覆盖在眼睛的中央，其周边跨度刚好是虹膜与球结膜的交界。角膜正常情况下没有血管，其营养靠角膜与虹膜之间的体液，称为房水供应，其作用就像相机的镜头盖，保护着瞳孔，同时也调节眼压。

2. 虹膜：通过角膜所见到的圆形组织就是虹膜，虹膜的主要功能是调节瞳孔的大小。

3. 瞳孔：位于虹膜正中央，是一个直径为 2~4 毫米的圆孔，其大小受自主神经支配，通过虹膜的收缩与扩张进行调节。

4. 球结膜：是眼球前面最大一个区域，占前球面积 1/3 左右，在结构上薄而透明。

5. 睑结膜：眼睛开合的上下两扇大门，称为眼睑，张开时形成的空间称为睑裂。睑内层即为睑结膜。

6. 内眦、外眦：眼睛张开时分列于鼻侧与颞侧形成一个三角区，颞侧为小三角区，称为外眦。鼻侧为大三角区，称为内眦。

(二) 中医五轮八廓

五轮是指人的眼睛，像轮子那样能转动的 5 个组成部分。八廓是指从 8 个方位上担负起外围之护卫职能。五轮学说是将眼组织分别定作血轮、气轮、风轮、水轮、肉轮 5 个特定部位，分属于五脏（图 1-2-3，表 1-2-1）。

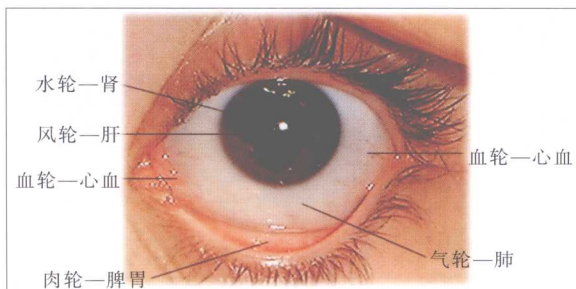


图 1-2-3

表 1-2-1 眼与五脏对应五轮对应表

中医解剖名称	西医解剖名称	轮名	脏属	五行属
瞳仁（瞳子）	瞳孔	水轮	肾脏	水
黑睛（黄仁）	角膜、房水、虹膜	风轮	肝脏	木
白睛	球结膜、巩膜	气轮	肺脏	金
大眦、小眦	内眦、外眦	血轮	心脏	火
上胞睑、下胞睑	上睑、下睑	肉轮	脾脏	土

1. 肉轮：指西医解剖学上的上、下眼睑，包括睑皮肤、皮下组织、睑板及睑结膜。在脏为脾，在腑为胃。五行中属土，主全身肌肉，称肉轮。中医眼科历来重视脾对眼的关系，脾土为后天之本，不论全身病或眼科疾病，都必须要注重调理脾胃，否则就是治标不治本。

2. 血轮：指内眦、外眦及附近的巩膜。在脏为心，在腑

为小肠，主全身之血，称血轮，五行中属火。中医认为，目得血而能视，但心火太盛则诸脉沸腾。目有内、外两眦，一般认为外眦属心，内眦为心胞络，轮中有轮。心合诸血脉，血脉逆行也会导致目损。但凡心及其他脏腑气血之盈亏，就会在眼的两眦部出现各种血脉丝络贯穿，观其形知其病。

3. 气轮：指球结膜、眼球筋膜及巩膜。在脏为肺，在腑为大肠。肺主气故称气轮，五行中属金。中医讲人体的气是一种流动的精微物质，来源于先天和后天两部分，先天的气（肾气）和由肺吸入空气及由脾胃运化生成的“水谷精气”的后天之气，聚会于中焦又称为“真气”或“元气”。二者上下融贯流注全身。气通则血通，血通则百脉充沛。

4. 风轮：指虹膜（包括角膜）。在脏为肝，在腑为胆，五行中属木，木生风，称风轮。肝在脏主藏血，与胆相表里主疏泄。中医讲的肝脏，除在分泌和储藏胆汁方面与现代医学的肝、胆基本相同外，其他在藏血、精神情志、主筋都有很大差别，实际上中医讲肝的功能还广泛涉及内分泌、大脑、生殖、心血管、脊髓、自主神经等多方面功能。

5. 水轮：除了西医讲的瞳孔、中医讲的瞳子或瞳仁外，还包括有神水（房水）、睛珠（晶状体）、神羔（玻璃体）、睛膜（脉络膜）、视衣（视网膜）、目系（视神经）等。在脏为肾，在腑为膀胱，主水称为水轮，五行中属水。中医历来高度重视肾在整体生理功能中的地位和作用，认为“肾是先天之本”、“腰之腑”、“精之元灵”。“四轮不能视，唯水轮普照无遗”。因此，中医除了直接观察瞳孔外，还从目视状态、上下胞睑色素、耳部、毛发、骨齿、体表、女子月经及膀胱功能等多方临床表现来综合考察肾脏的状况。

(三) 眼部反射区

根据彭静山眼针疗法，将眼部划分为8区13穴，左右相同（图1-2-4）。

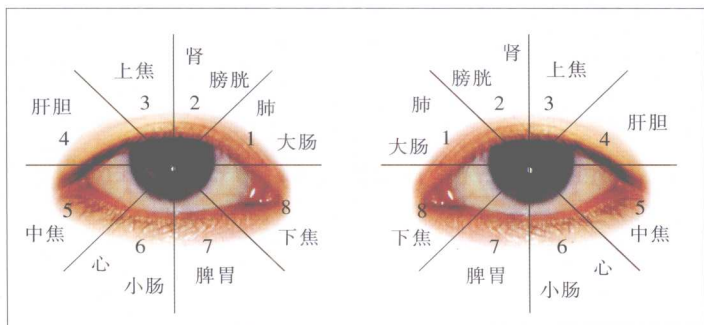


图 1-2-4

1. 肺区 (1区, 双): 眼内眦上方 10:30~11 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治感冒、咳嗽、哮喘等呼吸道疾病。

2. 大肠区 (1区, 双): 眼内眦上方 11~12 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治便秘、腹痛、腹泻、痔疮、痢疾等。

3. 肾区 (2区, 双): 眼上方 0~1 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治肾虚诸证以及尿痛、少尿、阳痿等。

4. 膀胱区 (2区, 双): 眼上方 1~1:30 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治痛经、闭经、月经不调、癃闭、淋证等。

5. 上焦区 (3区, 双): 眼外眦 1:30~3 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治肺、心、颈项的病变。

6. 肝区 (4区, 双): 眼外眦 3~4 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治黄疸、眩晕、胁痛、胆囊炎等。

7. 胆区 (4区, 双): 眼外眦 4~4:30 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治黄疸、胁痛、胆囊炎、恶心、呕吐、失眠等。

8. 中焦 (5区, 双): 眼下方 4:30~6 点处 (左眼), 右眼

可镜像定位。主治脾胃、肝胆的病变。

9. 心区 (6区, 双): 眼下方 6~7 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治心脏疾病如心绞痛、心肌缺血等。

10. 小肠区 (6区, 双): 眼内眦 6~7:30 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治泄泻、淋证等。

11. 脾区 (7区, 双): 眼内眦 7:30~8 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治食少、纳呆、泄泻、水肿、痰饮等。

12. 胃区 (7区, 双): 眼内眦 8~9 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治胃痛、呃逆、呕吐等。

13. 下焦 (8区, 双): 眼内眦 9~10:30 点处 (左眼), 右眼可镜像定位。主治肾、膀胱、子宫等病变。

(四) 西医的虹膜诊断

虹膜学起源于欧洲, 它的发现是由于人患病时在虹膜上会出现某些特异症状, 而疾病痊愈后虹膜的症状会消失。经国外专家 100 多年的研究, 发展很快, 已有很多人将虹膜作为观察人体疾病和健康状况的一种诊断方法 (图 1-2-5)。

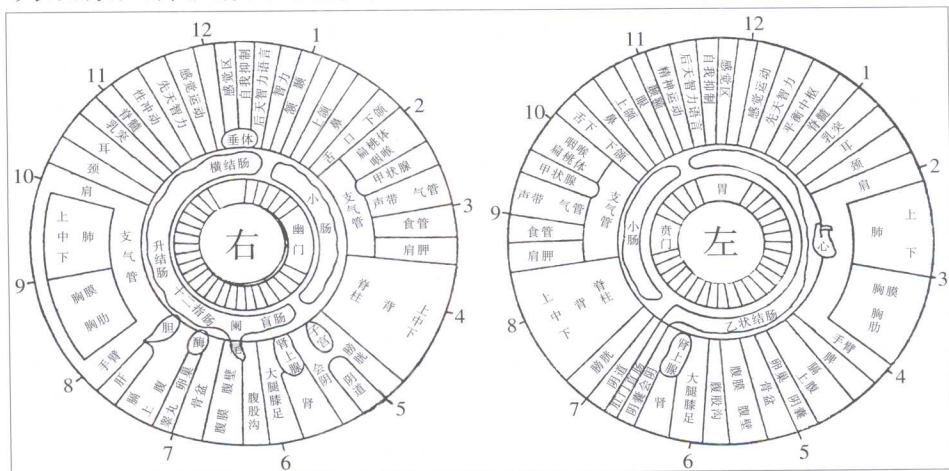


图 1-2-5