

详细讲解不同脉象的健康宝典

为你全面解读中医脉

一口气 读懂

YI KOU QI
DU DONG
ZHONG YI
JING MAI

中医经脉



李靖靖 王晓飞 / 编著

一本解读古代医学大家李时珍旷世著作的经典图书；
一本为读者揭示李时珍行医多年切脉心得的优秀文献。
从人体的二十七条脉入手，
详细、朴实地解读了不同脉象的切法以及不同脉象背后隐藏的健康密码，
并据此提出相应的解决方法。

 贵州科技出版社

孔祥生

中医经脉



孔祥生 著

中国中医药出版社

（北京）

（北京）

（北京）

（北京）

（北京）

（北京）

李靖靖 王晓飞 / 编著

一口气读懂

中医经脉

YI KOU QI
DU DONG
ZHONG YI JING MAI

 贵州科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一口气读懂中医经脉 / 李靖靖, 王晓飞编著. — 贵阳:
贵州科技出版社, 2012. 4

ISBN 978 - 7 - 80662 - 915 - 4

I. ①一… II. ①李… ②王… III. ①脉诊 IV.
①R241. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 060487 号

一口气读懂中医经脉

李靖靖, 王晓飞 编著

责任编辑 蒋红涛

出版发行 贵州科技出版社

地 址 贵阳市中华北路 289 号 (邮政编码: 550004)

网 址 <http://www.gzstph.com> <http://www.gzkj.com.cn>

经 销 全国新华书店

印 刷 北京东海印刷有限公司

版 次 2012 年 5 月第 1 版

印 次 2012 年 5 月第 1 次

字 数 244 千字

印 张 15.25

开 本 710mm × 1000mm 1/16

书 号 ISBN 978 - 7 - 80662 - 915 - 4

定 价 30.00 元

中 医 思 维

曾听说过这样一个故事，甲和乙两个人在湖边散步，甲看见鱼在湖里自由自在地游来游去，一会儿游到这儿，一会儿游到那儿，在水里嬉戏玩乐，还不时深入水里，或者一跃，浮出水面，就感慨地对乙说：“鱼儿真快乐，自由自在，悠哉游哉地。”而乙则不解地对甲说：“你又不是鱼儿，怎么知道它快乐呢？”甲又说：“你又不是我，怎么知道我不知道鱼儿的快乐呢？”

由此联想到了中医和西医的思维方式，中医大多是根据外在的意象，如表情、神态等来推断内部征象，而西医则偏重于对解剖、生理、病理的研究，两者是截然不同的。

中医可以被看成是一种有完整理论体系的表象理论。他们并不去深入研究具体真实地发生了什么，而是研究什么被感知了，然后通过感知，加上中医自己的理论体系去给已发生的事情定一个理论。例如，风、寒、热、湿、燥、火。而西医可以更精确地告诉你到底真实地发生了什么。但什么是真实呢？从物理学的角度讲，我们所感知的，永远都只是表象，只是真实的程度不同而已。中医的表象是把整个人体当成了一个黑匣子，因为中医无法定量、定性，曾一度被认为是不科学的，但我们认为中医恰恰是在了解了人体生命共性的基础上，更加注重生命的个性存在，因人而异，因势利导。中医更加人性化，尤其是中医基础理论，它不仅是一种医学理论，更是渗透在我们生活中的一种思维方式。

我们不否认西医在治疗许多急性病上有很快缓解症状的优势，但是疾病的病根真的就祛除了吗？答案是否定的，西医所用的药只是针对疾病本



身的治疗而言的。而中医则不一样，中医诊治讲究的是从增强人体正气的角度来抵抗邪气的侵扰，它的目的不仅仅是治疗疾病本身，而且还包括对人体自身体质的一种调护。人体本身就是一个相对平衡的主体，人之所以患病就是因为人体的这一平衡被打破了，只有让人体恢复平衡，人才能健康。所以就中药、西药成分而言，单一的一味西药，其组成成分一般很少；而即便是一味中药，其组成成分（从化学角度上来说）也是很多的，而且中药一般是以植物、动物这些天然的成分入药，药品本身的性质就是相对平衡的，所以中药不易伤害人体。

而且中医理论不仅仅是医人这么简单，这些理论是千百年以来人们生活的总结和实践的结果，博大精深。中医的立足点不仅仅是等大家生病之后再去看，而是教会大家怎样在日常生活中去保护好自己的身体，这才是“上工”医者应达到的目的。我们长期以来的饮食习惯、食疗方法、季节防护等都印证了这点。

编 者

目 录

序 中医思维

中医与西医不同简述

一、中西医的起源和发展/3

中医的起源和发展/3

西医的起源和发展/4

二、中西医的论证方法/5

中医的论证方式/5

西医的论证方式/5

三、中西医的治疗思想/6

中医的治疗思想/6

西医的治疗思想/7

四、中医的传承方式/7

重新整理归纳中医理论知识/8

摒弃中医西化思想/8

中医师必须学习中医治疗、保健、养身三门中医理论知识/8

可以建立中医师治疗中的错误医案/8

脉与中医

一、切脉在疾病诊断中的重要性/11

脉诊能传递机体各部位的生理病理信息，是窥视体内功能变化的窗口/11

脉象主病，判断病性和病位/12



从脉证的综合阐明病机/13

指导临床用药/15

推断预后/16

二、中医学的理论体系与哲学基础/17

中医学的整体观/17

中医的辨证论治/20

中医的阴阳和五行关系/22

上篇 脉的历史渊源

一、脉的来源与历史沿革/27

古代脉学的研究历程以及经典著作/27

李时珍对脉学的发展/30

脉诊的现代医学研究/31

二、脉诊/33

脉象形成的原理/33

脉诊的部位/34

脉诊方法和注意事项/34

独取寸口的奥妙/36

脉象要素和平脉因素/39

脉的种类/42

脉诊的临床意义及脉证取舍/43

中篇 27 部脉的临床诊断与意义

一、浮脉/47

脉象/47

经典导读/48

脉象生理与病理/51

二、沉脉/56

脉象/56

经典导读/57	
脉象生理与病理/60	
三、迟脉/63	
脉象/63	
经典导读/64	
脉象生理与病理/67	
四、数脉/69	
脉象/69	
经典导读/70	
脉象生理与病理/73	
五、滑脉/75	
脉象/75	
经典导读/76	
脉象生理与病理/77	
六、涩脉/79	
脉象/79	
经典导读/80	
脉象生理与病理/81	
七、虚脉/84	
脉象/84	
经典导读/85	
脉象生理与病理/86	
八、实脉/89	
脉象/89	
经典导读/89	
脉象生理与病理/91	
九、长脉/92	
脉象/92	
经典导读/93	



脉象生理与病理/94

十、短脉/96

脉象/96

经典导读/97

脉象生理与病理/97

十一、洪脉/100

脉象/100

经典导读/101

脉象生理与病理/103

十二、微脉/105

脉象/105

经典导读/106

脉象生理与病理/107

十三、紧脉/109

脉象/109

经典导读/110

脉象生理与病理/111

十四、缓脉/113

脉象/113

经典导读/114

脉象生理与病理/116

十五、芤脉/118

脉象/118

经典导读/119

脉象生理与病理/120

十六、弦脉/122

脉象/122

经典导读/123

脉象生理与病理/124

十七、革脉/128
脉象/128
经典导读/129
脉象生理与病理/129
十八、牢脉/130
脉象/130
经典导读/131
脉象生理与病理/131
十九、濡脉/133
脉象/133
经典导读/134
脉象生理与病理/135
二十、弱脉/137
脉象/137
经典导读/138
脉象生理与病理/138
二十一、散脉/140
脉象/140
经典导读/141
脉象生理与病理/142
二十二、细脉/144
脉象/144
经典导读/144
脉象生理与病理/146
二十三、伏脉/148
脉象/148
经典导读/149
脉象生理与病理/149
二十四、动脉/152



脉象/152

经典导读/153

脉象生理与病理/153

二十五、促脉/156

脉象/156

经典导读/156

脉象生理与病理/157

二十六、结脉/159

脉象/159

经典导读/160

脉象生理与病理/161

二十七、代脉/163

脉象/163

经典导读/163

脉象生理与病理/164

脉象比较/166

脉位类比较/166

脉率类比较/166

脉形类比较/166

脉势类比较/167

脉律类比较/167

兼脉比较/170

浮脉类兼脉/170

沉脉类兼脉/171

弦脉类兼脉/172

细脉类兼脉/173

涩脉类兼脉/174

下篇 脉学在日常生活中的具体运用

一、感冒之脉的差异/177

中医概念/177	
感冒的常见原因/178	
感冒的分型与论治/179	
二、便秘之脉的差异/188	
中医概念/188	
常见原因/188	
便秘的中医分型/190	
便秘的并发症/190	
便秘的预防/191	
便秘的治疗/193	
特殊人群的便秘/195	
三、失眠之脉的差异/197	
何为失眠/197	
失眠的原因/197	
失眠的病机/199	
失眠的辨证论治/199	
失眠的治疗/201	
失眠的食疗便方/201	
耳穴治疗失眠的方法/202	
特殊人群的失眠/203	
四、女性之脉/207	
女性的脉象特点/207	
月经之脉的差异/208	
月经的常见病/212	
月经紊乱/217	
妊娠脉/221	
带下病/224	

参考文献/227	
----------	--

中医与西医不同简述



- ……一、 中医的起源和发展
- ……二、 中医的论证方法
- ……三、 中医的治疗思想
- ……四、 中医的传承方式

診



一、中西医的起源和发展



中医的起源和发展

中医源于五千多年来中华民族对人类生理、生命科学研究与总结。中医发源于中国黄河流域，很早就建立了学术体系。中医在漫长的发展过程中，历代都有不同的创造，涌现了许多名医，出现了许多重要学派和名著。

中国历史上有“神农尝百草，一日而遇七十毒”的传说，反映了古代劳动人民在与自然和疾病作斗争的过程中发现药物、积累经验的艰苦过程，也是中药起源于生产劳动的真实写照。

中医的最高境界是什么？致中和。寒者热之，热者寒之；结就要散，逸就要劳，劳就要逸。微者逆之，小的你就可以逆它。甚者从之，你不能逆它，你逆它你就崩溃了，就没有了。上之下之，摩之浴之，薄之劫之，适事为故，恰到好处就好了。以平为期，以和为重，这就是中医的最高境界。《中庸》一书中至关重要的哲学命题是“致中和”这一思想。《中庸》曰：“中也者，天下之大本也；和也者，天下之大道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”说的是中和是世界万物存在的理想状态，通过各种方法达到这一理想状态就是致中和。天地就各得其所，万物便生长发育。所以说中医不仅仅只是说中国的医学，它还体现了中国古代中庸的哲学思想。可以说中医学所阐明的“阴阳合一”、“阴平阳秘”的生理机制正是儒家致中和思想的最佳体现。在这个终极目标下，中医是用精气学说、阴阳学说



和五行学说，这三大来自中国古典哲学的理论，来具体解释生命的奥秘。中医还有许多代称，他们都各自寓有深意。

第一个代称岐黄。这个名字来源于《黄帝内经》。因其是黄帝与岐伯讨论医学的专著，便称《黄帝内经》为岐黄之术。自然，岐黄也就成了中医的别名。

第二个代称青囊。现在知此名字并使用者甚少。它的来源与三国时期的名医华佗有关。据说，华佗被杀前，为报一狱吏酒肉侍奉之恩，曾将所用医书装满一青囊送与他。华佗死后，狱吏亦行医，使华佗的部分医术流传下来，据此，后人称中医为青囊。

第三个代称杏林。这个名字的起始，也与三国有关。有资料介绍，三国时吴国有位名医叫董奉，他一度在江西庐山隐居。附近百姓闻名求医，但董奉从不收取钱财，只求轻症被治愈者种一棵杏树，大病重病被治愈者种五棵杏树。数年后，董奉门前杏树成林，一望无际。从此，人们便唤中医为杏林。

第四个代称悬壶。传说河南汝南的费长房在街上看到一卖药老者的竹竿上挂一葫芦，奇怪的是，天黑散街后，老者就跳入那葫芦中。为弄清底细，费长房以酒款待，老者后来约他同入葫芦中，只见玉堂俨丽，甘肴脂酒。费长房即拜老者为师，学修仙之道。数载后，他术精业成，辞师出山，又得壶翁传赠的治病鞭鬼之竹杖，从此悬壶行医。从那时起，医生腰间挂的和诊所前悬的葫芦，便成了中医的标志。此外，在现代医学传入中国之后，中医亦被称为“皇汉医学”。在日本中医被称为“汉方医学”。



西医的起源和发展

西医是工业革命的产物，起源于人体解剖学。文艺复兴以后，西方医学开始了由经验医学向实验医学的转变。1543年，维萨里发表《人体构造论》，创立了人体解剖学。这既表明一门古老的学科在新的水平上复活，