

总主编

每天学点

脉诊中国

MEITIAN XUEDIAN ZHONGYI MAIZHEN

周唯●主编

中国医药科技出版社

>>> 每天学点中医丛书 <<<

每天学点

MEITIANXUEDIANZHONGYIMAIZHENG

中医脉诊

主编 / 周 唯

中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书分十周的内容进行编写,分别介绍了脉诊的历史、脉诊的方法、正常的脉象和常见的病脉,对人体常用的 28 部脉的主病、特征、脉理及鉴别等进行了详细的介绍。本书最大的特点是列举了大量的病案,并进行讲解,让读者能对抽象的脉理有更感性的认识 and 更深刻的印象,从而有利于真正理解和掌握中医脉诊。本书深入浅出,循序渐进,易学易懂,易记易用,适合广大中医爱好者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

每天学点中医脉诊/周唯主编. —北京:中国医药科技出版社, 2014. 1

(每天学点中医丛书)

ISBN 978 - 7 - 5067 - 6587 - 9

I. ①每… II. ①周… III. ①脉诊 IV. ①R241. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 002780 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 郭小平

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行:010 - 62227427 邮购:010 - 62236938

网址 [www. cmstp. com](http://www.cmstp.com)

规格 710 × 1020 mm $\frac{1}{16}$

印张 15 $\frac{1}{2}$

字数 228 千字

版次 2014 年 1 月第 1 版

印次 2014 年 1 月第 1 次印刷

印刷 北京市密东印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978 - 7 - 5067 - 6587 - 9

定价 29.80 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

《每天学点中医丛书》

编委会

总主编 张庆祥

副主编 王均宁 刘更生 陈宪海

编委 (按姓氏笔画排序)

丁兆平 王永泉 任健

孙洪福 宋业强 张晓莲

周唯 杨佃会 董桂英

总序

TOTAL ORDER

近年来,中国社会发展的步伐稳健而踏实,各方面所取得的巨大成就令世界瞩目。科学技术迅猛发展,全民经济收入不断提高,令公众对健康保健越来越重视,对中医药的健康需求也越来越多。见之于报纸杂志、广播电视中的养生保健宣教或科普书籍应运而生,如火如荼,空前繁荣。然而,受到各方面的局限,或对中医学缺乏全面的认识,或在认识的层面上有所偏差,一些栏目与书籍或显得阳春白雪过于专业而清高,或失于严谨而肆意发挥难传真谛,或因对象不明而自云其事令言辞晦涩难懂,或因夸大其词而令人侧目存疑。由此使得广大民众无所适从,或难解其意,或人云亦云,甚至上当受骗。如何适应广大民众养生保健的需要,为之提供既有专业知识,又通俗易懂的中医药科普读物,成为一种急迫的社会需求。

如今随着科技的发展,信息交流的加快,东西方文化的碰撞与相互影响越来越大,中国文化遗产的保护越来越受到国家政府的重视。中医学,是中华民族独有的医学体系,是我们祖先在漫长的生活实践中与自然界不懈斗争的实践经验的积累,是古代劳动人民适应自然、利用自然、趋利避害的知识与智慧的结晶,是立足于华夏大地的一门本土创新的学问。她为中华民族的繁衍昌盛做出了巨大贡献,并为世界医学的发展发挥了极其重要的作用,可以说没有中医学,就没有中华民族的今天。

中医学知识浩如烟海、博大精深,毛泽东曾经说过:“中国医药学是一个伟大的宝库,应当努力发掘,加以提高。”一个学科的生存与发展离不开知识的传承,而知识的传承,仅靠专业人员的努力是远远不够的,必须要有广大民众的参与。中医学是来源于人民大众的“民间医学”,是与广大民众密不

可分的“草根文化”，中医学之与民众，犹如鱼与水，草根与土壤，因此中医知识的传播离不开广大民众的参与，更要依靠科学普及的力量，做到“继承不泥古，发扬不离宗”，于是这套《每天学点中医丛书》便应运而生。

缘分使然。去年春天一个偶然的机会，我有幸得遇中国医药科技出版社的编辑，一番交谈，一拍即合，心中虽不成熟的想法却得到了出版社有关领导的鼎力支持。为适应当前广大民众学习中医药知识，扩展视野，充实自我，并为养生保健等切身需求有直接的帮助，决定编写出版这套丛书。其初衷要求以通俗的语言讲解中医学理法方药等实用知识，力求从简单明了，每天一点，积少成多，通过一定时间达到系统学习，进而掌握中医学基本知识的目的，并做到学以致用，为全面了解中医药学的大体框架，指导养生保健与应用中药、方剂、针灸、推拿等打下一定的基础。经过多番思考与交流，我们最终决定本丛书定名为《每天学点中医丛书》。

为保证丛书编写的顺利进行，我与中华中医药学会首席健康科普专家刘更生教授多次商讨研究，集思广益，最终组成了丛书的委员会人员，拟定了丛书编写大纲与编写体例，提出了以高起点、高标准完成编写任务，并力争将其打造成中医药文化普及与传播的精品。分别聘请了山东中医药大学从事中医药相关学科教学与研究的专家学者，分别担当《中医基础》、《实用中药》、《实用方剂》、《中医诊断》、《中医脉诊》、《中医食疗》、《中医进补》、《中医养生》等各分册主编。为加强丛书的实用性与可行性，更有意聘请了附属医院内科、外科、针灸、推拿等一线的科室主任或临床专家，分别出任《中医辨证》、《中医舌诊》、《中医美容》、《中医针灸》、《中医推拿》、《中医艾灸》、《中医拔罐》等分册主编。他们或为已功成名就的教授学者，或为享誉中外的临床名家，共同满怀着对中医药学的热爱，不计得失而奉献付出，将经验或精华浓缩为一本本图书呈献给大家。

人们常说“讲课能够被人听懂的老师，才是真正的好老师。”为此，本套丛书的编写原则拟定为：运用通俗语言，讲述中医专业理论；结合医案故事理解中医深奥知识；联系临床验案，解读中医实用技能……在撰写的过程中，有关人员多次碰头，研讨交流心得体会，数次修改编写大纲，彼此学习分册样稿，经过全体编著者一年多的不懈努力，《每天学点中医丛书》一套 15

本终于呈现在大家的面前。

本丛书以中医药专业基础层次的学生或研究生、中医药爱好者以及以养生保健为目的的社会民众为主要对象。丛书以系统性与普及性相结合,专业性与实用性相结合为特点。对于喜欢中医药学的从业者或爱好者,可以学到中医学基础知识、中医诊断、中药方剂,以及临床各科针灸、推拿等专业知识,还可以学到常用的灸疗、拔罐、皮肤美容、食疗、进补等实用技术和养生保健知识;对于中医的初学者,则能从中深化对中医药理论以及舌诊、脉诊、辨证等知识的深入理解,以拓宽思路,开阔视野,更好地为中医临床服务。“春华秋实,根深叶茂”,相信通过大家的阅读学习,能够达到我们预期的目标。

目标高远而落实有期。囿于水平所限、经验不足,书中名词术语的应用、语言文字的表达、临床医案的列举、生活典故的运用等,难免有不足或欠妥之处。诸如此类,有待改进的地方颇多,在此诚心恳请大家在阅读之中,及时记录并反馈给我们,以利于进一步完善提高。

张庆祥

癸巳年孟冬于泉城济南

前言

PREFACE

随着经济的发展,人民生活水平不断提高,运用中医药知识养生保健日益成为社会的普遍需要,进一步了解、学习中医药知识自然亦成为一种社会的需求。脉诊作为中医的传统诊法,是中医学的重要组成部分。在人们的头脑中,诊脉与中医学、与中医大夫是紧密联系在一起的。确实,脉诊是中医临床诊疗中不可缺少的察病方法,在辨证论治中具有重要作用。因而系统、深入了解、学习中医脉学的理论知识,对于提高临床诊疗水平,加强中医理论修养以及进行日常的养生保健都有积极的意义。那么编写一本全面、系统又较为通俗的脉学书,便是一件颇有意义的事情。

《每天学点中医脉诊》作为每天学点中医丛书的一种,具有以下特点:

1. 中医学历史悠久,脉诊作为中医传统的诊病方法,在不同的发展的时期形成了不同的脉学理论体系。而本书是以中医院校现行的统编教材为依据,主要介绍了一般公认的、普遍应用的寸口诊脉的理论与方法。本书偏重于理论知识介绍。本书对于现行的脉学的理论、知识及其临床应用进行了较为系统的介绍,而不是强调、突出个人的脉诊经验。

2. 本书的特点之一是采用了较大量的病案。我们学习中医脉诊是为了临床辨证治疗。而在临床诊疗中,脉象是出现在具体病人身上的,与病人的各种临床病状一起出现,是病人的临床表现之一。因而学习脉诊时,应当注意结合具体的病案,在具体、形象的病人身上去体察,才能将抽象的脉理具体化,才能有感性的认识和更深刻的印象,从而有利于真正理解、掌握中医脉诊。所以书中列举了诸多相关病案,以求更为准确、生动、具体地阐释各种病脉和脉学理论。

3. 本书将脉学的理论和知识分为诸多的单元。其中有的内容属于较为常用的一般理论知识,有的内容则属不常应用的知识。各个单元的内容具有相对的独立性,读者可以根据个人的需要,选取阅读不同的部分。

4. 本书的编写力求做到简明扼要,通俗易懂,但是中医学本身博大精深,中医理论复杂深奥,脉学作为中医学的一部分,自然也具有这样的特点。更由于编者本身缺乏经验,因此,尽管在编写过程中做了最大努力,但还是未能做到完全通俗易懂,明白如话。尽管如此,还是希望对于中医院校的学生、中医临床工作者以及有一定基础的中医学爱好者能够有所帮助。

编者

2013年9月

目录

CONTENTS

第1周 历史久而神奇的中医脉诊

第1天 神奇的脉诊	002		013
第2天 脉诊的意义	006	第6天 天人相应与《内经》三部九候	
第3天 脉象的形成	008	诊法	015
第4天 脉学的发展	010	第7天 寸口诊脉法及其他诊脉法	
第5天 历代有关的脉学著作			017

第2周 中医是如何诊脉的

第1天 诊脉独取寸口的道理		第5天 浮、中、按、沉诊脉法	
.....	021		030
第2天 寸口脉的分部与脏腑分属		第6天 诊脉时要注意的事项	
.....	023		032
第3天 寸口脉脏腑分属的依据		第7天 脉象的构成要素	035
.....	025		
第4天 脉诊的方法	027		

第3周 正常的脉象 脉诊与辨证

第1天 正常脉象是什么样的			041
.....	038	第3天 病脉与脉法纲要	044
第2天 影响脉象的各种因素		第4天 辨证与脉象	046

第5天	气血阴阳亏虚及其脉象	051
第6天	五脏脉象	054

第7天	五脏病证常见的临床表现	056
-----	-------------	-----

第4周 常见的病脉（一）

第1天	如水漂木的浮脉	059
第2天	如石投水的沉脉	063
第3天	脉率缓慢的迟脉	067
第4天	脉率快速的数脉	071

第5天	比数脉更快的疾脉	076
第6天	应指松软的虚脉	079
第7天	举按有力的实脉	082

第5周 常见的病脉（二）

第1天	细如丝线的细脉	086
第2天	状如洪水的洪脉	089
第3天	如盘走珠的滑脉	095
第4天	轻刀刮竹的涩脉	099

第5天	如循长竿的长脉	104
第6天	两头短缩的短脉	106
第7天	厥厥如豆的动脉	108

第6周 常见的病脉（三）

第1天	如按琴弦的弦脉	111
第2天	如按转索的紧脉	116
第3天	数而时止的促脉	120
第4天	迟而时止的结脉	123

第5天	止有定数的代脉	126
第6天	伏匿不显的伏脉	129
第7天	坚牢不移的牢脉	133

第7周 常见的病脉（四）

第1天	如按葱管的芤脉	136
第2天	如按鼓皮的革脉	140
第3天	散似杨花的散脉	142
第4天	如水浮绵的濡脉	144

第5天	细小沉软的弱脉	147
第6天	微弱欲绝的微脉	151
第7天	意义特殊的缓脉	155

第8周 脉象的对举、比类与相兼

- | | | | |
|-------------------|-----|------------------|-----|
| 第1天 脉象的对举法 | 159 | 第5天 沉脉类相兼脉 | 174 |
| 第2天 脉象的归类及相似脉 | | 第6天 数脉类相兼脉 | 178 |
| 象的鉴别 | 163 | 第7天 滑脉类相兼脉 | 182 |
| 第3天 相兼脉及其主病 | 167 | | |
| 第4天 浮脉类相兼脉 | 170 | | |

第9周 病脉的分析

- | | | | |
|--------------------|-----|-------------------|-----|
| 第1天 细脉类相兼脉 | 186 | 第5天 脉诊的临床意义 | 202 |
| 第2天 弦脉类相兼脉 | 190 | 第6天 独异脉的诊断意义 ... | 204 |
| 第3天 肝的病证与弦脉类相 | | 第7天 脉症顺逆与从舍 | 207 |
| 兼脉 | 194 | | |
| 第4天 痰湿病证常出现的脉象 ... | | | |
| | 199 | | |

第10周 全面学习 成为脉诊高手

- | | | | |
|------------------|-----|------------------|-----|
| 第1天 诊小儿脉、诊妇人脉 | | 第5天 《难经》的脉学理论(下) | |
| | 212 | | 224 |
| 第2天 真脏脉 | 214 | 第6天 脉诊临床应用的注意事 | |
| 第3天 真脏脉的现代研究 ... | 219 | 项 | 228 |
| 第4天 《难经》的脉学理论(上) | | 第7天 不断实践,掌握脉诊 | |
| | 221 | | 230 |



第1周

历史久而神奇的 中医脉诊

第1天

神奇的脉诊

一般人都知道，中医看病是要诊脉的。诊脉又被称为切脉、按脉、号脉、把脉、凭脉等。脉诊是中医诊察病情的重要方法，也是中医最有特色的传统诊病方法。我们知道，中医学是中国传统文化的重要组成部分，中医学历史悠久，源远流长，中医的脉诊自然也有着悠久的历史。关于脉诊，一直以来都有着许多神奇的传说和记载。

在司马迁的《史记》中便有医家切脉诊病的记述。在《史记·扁鹊仓公列传》中，司马迁称，“至今天下言脉者，由扁鹊也”。然而《史记》中记述最为详细的，是关于汉代医家淳于意的诸多切脉诊病之事。淳于意为临淄人，临淄属于现今的山东省淄博市。淳于意曾作过齐国的太仓长，故他又被称为仓公。淳于意虽然没有直接为后人留下医学著作，但是在《史记》中记述了他的二十多个病案。病案在古时称之为“诊籍”。通过这些病案我们可以看出，淳于意精通脉诊，医术极为精湛。下面便是《史记》中记载的几个有关淳于意切脉诊病的神奇故事。

齐国有一个叫成的人，患了病感觉头痛，淳于意为他诊脉，意识到他的病比较严重，预后不好。淳于意没有将病情直接告诉病人，而是告诉了病人的弟弟。淳于意说病人患的是疽，病在内，发于胃肠之间，五日之后会发为痈肿，八日之后会吐脓而死。果然八日之后，病人吐脓而身亡。

还有一个齐国人叫信，生了病，请淳于意为他看病诊脉。淳于意诊完脉告诉病人，他患的是热病。然而由于暑天出汗，脉象不是很盛，所以病不至于死。淳于意还对病人说，他的病是由于在流水中洗浴而得。发病则全身冷得厉害，冷完则又发热。病人听后说：“你说得真对，正是这样啊。”原来有一年冬天，这个人受齐王的派遣出使楚国，来到一条河边，发现桥坏了，便揽住车辕要停下来。可这时马受了惊，继续奔跑，结果使他掉进了河中，几乎被淹死。被人救起时，全身的衣服都湿透了。从那以后，经常全身发冷，冷完则发热如火。淳于意为他配制了汤药，喝药一剂就出汗了，服药二剂

发热就消除了，服药三剂病就全好了。

济北王曾召淳于意为他的几位侍女诊脉，其中有一位侍女名叫竖，淳于意为她诊脉后说：“竖的脾胃受到损伤，不可过劳。按照脉理到春天会呕血而死。”然而这位侍女当时并没有任何患病的感觉。淳于意告诉济北王：“竖有很重的病，很可能会死的。”济北王听了淳于意的话，令人将竖召来，发现她面色未变，并无异常，所以对淳于意的话不以为然。到了春天，有一日这位侍女捧着剑跟随济北王如厕，济北王离开后，这位侍女便跌仆于厕所，呕血而死。

临淄有一位女子患了很重的病，众医生皆以为寒热太甚，不可救治了。淳于意诊脉之后说：“这是蛲瘕。”所谓蛲瘕，是蛲虫所致的病，导致腹部肿大。蛲虫又叫线头虫，是一种肠道寄生虫。淳于意用芜花一撮煎汤，让病人服用。服药后，很快病人排出了许多蛲虫，有数升之多，病就好了。

家喻户晓的古代名医华佗，也有许多诊脉治病的神奇故事。

据陈寿的《华佗传》记载，广陵的太守陈登患了一种怪病，胸中烦闷，面部发红，饮食不下，久治不愈。华佗为他诊脉后说：“府君的胃中有虫子数升，将要发展成为内痈。这是因为吃腥物所造成的。”华佗为他开了方药。病人服药二升，不一会儿，吐出许多虫子，约有三升许。虫子的头都是红色的，一半身子是生鱼肉，吐出时虫子还会动。太守的病从此而愈。

有一位督邮患了病，已经好了，到华佗那儿请为他诊脉。华佗诊脉后说：“你的身体还是有些虚弱，没有完全恢复，不可做过度劳累的事。尤其不可行男女之事。否则会立即死亡。临死时，舌头会吐出数寸长。”这个督邮的妻子听说丈夫的病已经好了，就从百里之外赶来探亲，晚上留宿并行房事。结果过了三天，督邮病发身亡，一切都如华佗所言。

有一位姓李的将军，妻子患了重病，召华佗视脉诊病。华佗诊脉之后说：“此为孕胎受到损伤，胎儿未去。”将军听了以后说：“确实是胎孕受伤，但是胎儿已经去了。”华佗说：“根据脉象来看，胎还没有去。”将军以为华佗说的不对。华佗离去后，妇人稍有好转，然而百余日后病又有反复，将军再召华佗来诊视。华佗说：“这个脉显示的还是有胎。此前夫人当生下两个婴儿，然而分娩时，先生出一个来，由于出血过多，后一个婴儿没有来得及生。做母亲的自己不知道，旁人也不知晓，就没有继续接生，所以第二个婴儿没有生出来。由于胎死腹中，所以使病人腰脊疼痛。”华佗给病人用针和汤药治疗之后，妇人腹中痛急，如同要分娩一般。华佗说：“这是胎死腹中日久，已经干

枯，不能自行娩出。”使人探之，果然得一死婴，是一个男孩，有一尺长，手足完整，颜色已经发黑了。

东汉时期有一位名医叫郭玉，是和帝时的太医。和帝听说他诊脉高明，有意想验证一下，便令身边一个手臂细美嫩滑的侍臣与一个女子共同藏于帐子内，让郭玉隔着帐子为女子诊病。郭玉切脉以后说：“左手的脉摸着像女人，右手的脉摸着像男人。一个人的脉同时出现男女之象，这个人非常奇异。我怀疑这其中有什么缘故。”和帝听了后连连称善，赞叹不已。

朱丹溪是金元时期的著名医家，是金元四大家之一，他的脉诊之术也是精妙非常。天台有一位姓周的进士得了病，怕冷恶寒，即便是夏天也要用棉被蒙着头。服用了温阳的药附子有数百斤，病反而加重。朱丹溪为他诊脉，感到脉象滑而数，当即告诉他：“这是热盛反而表现为寒。”于是给病人服用辛凉的药物治疗，服药后病人吐出一升多痰，怕冷大大减轻，将蒙着头的棉被减去了一半。朱丹溪又让病人服用防风通圣散，病就痊愈了。周进士自然非常高兴，但是朱丹溪告诉他：“病好之后，必须饮食清淡以养胃，内观以养神。唯有如此，水才能得以滋生，火才能得以清降。否则附子的毒性必定会发作，那样就不可救治了。”然而病人没有遵照朱丹溪说的去做，后来背部发疽而亡。

还有一位男子患病小便不通，医生都用利尿药治疗，结果越治越严重。朱丹溪诊察后，发现病人右手寸部的脉特别弦滑，说：“这是痰邪内积所致。此病为痰邪郁积在肺。肺属上焦，膀胱属下焦。若是上焦闭塞，那么下焦也不得通。就好像是滴水之器，必须上面的孔通畅，下面的孔才能流出水来。”于是朱丹溪采用吐法治疗，使病人呕吐，排出上部的痰，以宣畅上焦。果然，病人吐完，病就好了。

明代有一位医家叫姚蒙，是松江（即现今上海）的名医，精通脉法，“言人生死每奇中”。当时的江南巡抚邹来学患了病，召姚蒙去医治。姚蒙欲辞不去，结果被强行带去。来至官署，巡抚高坐在上，姚蒙为他诊脉完毕，说：“大人根器上别有一窍，常流污水，对否？”所谓根器就是阴茎。也就是说巡抚患的病是阴茎溃烂，烂了一个洞，经常有污水流出。巡抚听后大吃一惊，说：“我这个病生在私处，是我的隐秘之事，别人都不知道，你是怎么知道的？”姚蒙回答：“我诊脉得知。”这时巡抚始露出笑容，谢而求方。姚蒙说：“不需要服药，大人到了南京，病就可以好了。”并掰着手指计算说：“今日是初七，待到十二日大人便可到达南京。”听了姚蒙的话，巡抚立即动身前往南

京。待十二日抵达南京时，竟然死去。姚蒙仅凭切脉就能诊断出病人“根器上别有一窍，常流污水”，并能推断出病人的死期，确实神奇非凡。

近代也有许多医家精通脉诊，医术超凡。例如，在《名老中医之路》中曾记述，名医王静斋出诊为一患者看病，诊查完病情后说：“今日暂不开方。”病人不明白，问是何缘故。王静斋回答说：“今日你的脉证不相符合，到了晚上，恐怕会出现呕吐、腹泻。如果服了我的药以后正好出现吐泻，你会认为是我的药不对证，把责任归于大夫，所以今日暂时不开方。”到了晚上，病人果然上吐下泻，幸亏王静斋事先留下了一丸药，嘱咐病人吐泻之后服用。可见其诊脉精妙如此。