

轻轻松松学中医丛书

轻松学脉诊



◎ 林政宏 高丽 编著

让你轻松学习中医精华的入门书

卡通图配合文字解说

学习中医知识不再难

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社 | 全国优秀出版社



轻轻松松学中医丛书

轻松学脉诊

◎ 林政宏 高丽 编著

SPM 南方出版传媒

广东科技出版社 | 全国优秀出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

轻松学脉诊 / 林政宏, 高丽编著. —广州:
广东科技出版社, 2015. 3
(轻轻松松学中医丛书)
ISBN 978-7-5359-6046-7

I. ①轻… II. ①林…②高… III. ①脉诊—基
本知识 IV. ①R241. 2

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第014352号

Qingsong Xue Maizhen

轻松学脉诊

责任编辑: 黄 铸 杨柳青

封面设计: 林少娟

责任校对: 谭 曦

责任印制: 罗华之

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码: 510075)

http: //www. gdstp. com. cn

E-mail: gdkjyxb@gdstp. com. cn (营销中心)

E-mail: gdkjzbb@gdstp. com. cn (总编办)

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广州市友间文化传播有限公司

印 刷: 广东新华印刷有限公司

(广东省佛山市南海区盐步河东中心路23号 邮政编码: 528247)

规 格: 787mm×1 092mm 1/16 印张10. 75 字数170千

版 次: 2015年3月第1版

2015年3月第1次印刷

定 价: 48. 80元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。



前言

脉诊又称切诊。脉诊在中医诊断上有极为重要的作用。所谓“望、闻、问、切”四诊合参，以笔者多年的经验认为，脉诊在临床诊断时，可以比喻为具有“画龙点睛”“临门一脚”的作用，也就是说，“望、闻、问”三诊所推断出来的病证，如果可以从脉诊中得到印证，那么，对于疾病的诊断，就可以避免误诊而更为精确。

然而，由于脉学的理论精深而复杂，经过几千年来江湖术士的吹嘘与误导，使得一般人很难认识脉学的真相，误以为当代高明的医生，必须具备有神通的本领，不需经过“望、闻、问”三诊，只要凭着脉诊，双手一“切”，就能说出患者的一切病证，这实在是对中医的误解。

客观地说，对于某些典型的病证，例如肝血虚的病人，左关部会出现濡脉或虚脉，此时的确可以从脉诊得知，但这并不代表只要是左关部出现濡脉或虚脉，就能说是肝血虚。

这是因为病证存在着真、假、虚、实的分别，而病证与脉象之间，又可以分为证脉相符与证脉不符的两种类型。人的体质各有差异，病情也各有不同，对于一个具有责任感与科学态度的医生来说，不选择以“望、闻、问、切”客观地来诊断病情，反而仅凭着脉诊来炫耀自己的医术，这不是显得太武断、也太冒险了吗？

就如汉末著名医家王叔和在《脉经》中所说：这以后学医的人，由于对脉理的认识蒙昧不清，彼此之间又存在着偏见，因此为了炫耀一己之能，

反而使轻病变得更为严重，甚至断绝了生机，这确实是有原因的。

王叔和说：如果把沉脉诊断为伏脉，治疗就会出错；如果把缓脉诊断为迟脉，危险的结果就会立即到来。更何况，同一种病证通常兼具几种不同的脉象，或是不同的疾病却具有相同的脉象，怎么能不细心审度呢？

因此，在古代，即使王叔和与扁鹊的医术相当高明，诊断时尚且需要思考；张仲景虽然擅于辨证，也要用心诊察病证，如果发现任何疑惑不明时，就会详加查核以求得验证。

这就说明一个科学的态度。

如果把脉诊视为中医诊断的最高境界，过度夸大了切诊的作用，而把“望、闻、问”三诊抛之脑后，就好比想画龙，却只画上龙的眼睛，而不画龙的身体一样的可笑。

本书的编撰，详细描绘了28脉的脉形，列举临床上常见的病证，并摘录《脉经》第八卷的部分内容，用来进一步说明脉诊的应用，总之，是为使初学者能对脉学建立起正确的整体观念，并且，再次强调，脉诊再怎么重要，也不能取代中医诊断的全部。

中医历史源远流长，本人才疏学浅，编著此丛书时，不胜惶恐，盼前辈们不吝赐教。

编著者

第1章 脉诊的起源与发展

- 一、脉学的先行者：扁鹊 / 2
- 二、脉学的老先知：医缓 / 2
- 三、脉学的始祖论著：《脉法》和《阴阳脉死候》 / 2
- 四、脉学的奠基石：《黄帝内经》 / 3
- 五、脉学的革命家：《难经》 / 3
- 六、脉学的实行家：《伤寒杂病论》 / 4
- 七、脉学的大一统：《脉经》 / 4
- 八、脉学之歌：《脉诀》 / 4
- 九、脉学的评论：《脉诀刊误》 / 5
- 十、脉学的终结者：《濒湖脉学》 / 5

第2章 二十八脉的判别

- 第1节 切诊 / 8
 - 一、脉象原理 / 8
 - 二、诊脉断病 / 9
- 第2节 诊脉部位 / 10
 - 一、寸口诊法 / 10
 - 二、寸口诊法所候脏腑 / 10
 - 三、切诊的注意事项 / 11
 - 四、脉象的至数 / 12
 - 五、正常的脉象 / 12
 - 六、其他的特殊事项 / 14
- 第3节 脉象的分类 / 15
 - 一、浮类脉 / 16
 - 二、沉类脉 / 17
 - 三、迟类脉 / 18
 - 四、数类脉 / 19
 - 五、虚类脉 / 20
 - 六、实类脉 / 21
- 第4节 28种脉象的主病与特征 / 22
 - 一、浮类脉的主病和特征 / 22
 - 一、沉类脉的主病和特征 / 22
 - 三、迟类脉的主病和特征 / 22
 - 四、数类脉的主病和特征 / 22
 - 五、虚类脉的主病和特征 / 23
 - 六、实类脉的主病和特征 / 23
- 第5节 28种脉象的主病 / 23
 - 一、浮类脉 / 23
 - 二、沉类脉 / 24
 - 三、迟类脉 / 25

- 四、数类脉 / 25
五、虚类脉 / 26
六、实类脉 / 26
- 第6节 脉象的主病与鉴别 / 27
- 一、浮脉 / 27
二、洪脉 / 29
三、濡脉 / 30
四、散脉 / 32
五、芤脉 / 33
六、革脉 / 35
七、沉脉 / 36
八、伏脉 / 38
九、牢脉 / 40
十、弱脉 / 41
十一、迟脉 / 43
十二、缓脉 / 45
- 十三、涩脉 / 47
十四、结脉 / 48
十五、数脉 / 50
十六、疾脉 / 51
十七、促脉 / 53
十八、动脉 / 55
十九、虚脉 / 57
二十、微脉 / 59
二十一、细脉 / 60
二十二、代脉 / 62
二十三、短脉 / 64
二十四、实脉 / 66
二十五、长脉 / 68
二十六、滑脉 / 69
二十七、弦脉 / 71
二十八、紧脉 / 74

第3章 实例说明

- 第1节 常见病征 / 79
第2节 头身发热 / 86
第3节 咳嗽 / 92
第4节 支气管炎 / 95
第5节 高血压 / 98
第6节 心脏病 / 100
第7节 胃溃疡 / 105
第8节 肝硬化 / 107
- 第9节 慢性肝炎 / 110
第10节 糖尿病 / 112
第11节 慢性肾炎 / 118
第12节 坐骨神经痛 / 120
第13节 妇女痛经 / 123
第14节 妇女带下 / 126
第15节 更年期综合征 / 128

第4章 脉经《卷八》

- | | | | | | |
|-----|-------------------|-------|------|------------------------|-------|
| 第1节 | 平卒中厥脉证第一 | / 132 | 第7节 | 平消渴小便利淋脉证第七 | / 148 |
| 第2节 | 平痉湿喝脉证第二 | / 133 | 第8节 | 平黄疸寒热疟脉证第九 | / 149 |
| 第3节 | 平阳毒阴独百合狐惑
脉证第三 | / 137 | 第9节 | 平胸痹心痛短气贲豚脉证第十
/ 154 | |
| 第4节 | 平霍乱转筋脉证第四 | / 140 | 第10节 | 平腹满寒疝宿食脉证第十一
/ 155 | |
| 第5节 | 平中风厉节脉证第五 | / 141 | 第11节 | 平惊悸衄吐下血胸满瘀血脉证第
十三 | / 160 |
| 第6节 | 平血痹虚劳脉证第六 | / 144 | | | |



第1章

脉诊的起源与发展

一、脉学的先行者：扁鹊

脉诊究竟起源于何时，至今仍缺少明确的证据，但根据有关历史资料的记载，脉诊最早可以追溯到公元前6世纪。创始人为秦越人（公元前6世纪），是战国时期著名的医家扁鹊。

扁鹊以“诊脉”的专长闻名于世，因此汉朝司马迁在《史记》里有“至今天下言脉者，由扁鹊也”的赞誉。由此可以推断，早在公元前6世纪时，扁鹊已经能运用诊脉法来诊断疾病。

二、脉学的老先知：医缓

医缓，春秋时期秦国人。据《左传》记载，秦桓公（公元前603—577年）派遣医缓到晋国，为晋国国君景公治疗。医缓在诊断后，直言不讳地对晋景公说：“疾不可为也”，这是因为病情已严重到“在膏之上，膏之下”的末期，就算以砭石、针灸攻治也不可及，即使以药物来治疗，药物也达不到病所，已经毫无生机可言了。这也是成语“病入膏肓”的由来。

膏肓之疾，在于脏腑之内，医缓是怎么诊断得知的呢？仅凭着“望、闻、问”三诊，就能做出这样大胆的结论吗？

由此可以推断，医缓在诊断时，必定配合了脉诊的参考，才敢冒死在国君面前说出这么肯定而又晦气的话。

当然，这也说明脉诊在诊断上所起到的作用。

三、脉学的始祖论著：《脉法》和《阴阳脉死候》

1973年初至1974年初，长沙市马王堆三号汉墓出土的帛书中，有《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》甲本、《脉法》《阴阳脉死候》《五十二病方》《却谷食气》《阴阳十一脉灸经》乙本、《导引图》《养生方》《杂疗方》和《胎产书》共11种医书。据考证得知，成书年代均不晚于秦汉之际（公元前3世纪末），甚至早于《黄帝内经》。

其中的《足臂十一脉灸经》和《阴阳十一脉灸经》甲、乙本，全面论

述了人体十一条经脉的循行走向及所主治的疾病，为目前发现最早有关经脉学说的文献。

《脉法》和《阴阳脉死候》则有论述脉象与诊断的简单记载，可能是后来《黄帝内经》的最早版本。

四、脉学的奠基石：《黄帝内经》

《黄帝内经》包括《灵枢》和《素问》两部分，各卷81篇，共80余万字。

《黄帝内经》的著作年代，至今尚无定论，不过应不晚于战国时期。从其内容看，并非成于一人一时，可能是历代医家托名于黄帝及其臣子岐伯、雷公、鬼臾区、伯高等所成之作。

《黄帝内经》可能是在《脉法》和《阴阳脉死候》基础上发展而来。在其《素问·三部九候论》中，首先确立了三部九候诊法的诊脉方法，对于脉学理论与脉象的临床运用，在《素问·脉要精微论》《素问·平人氣象论》《素问·玉机真脏论》《素问·三部九候论》《素问·经脉别论》《素问·通评虚实论》《素问·大奇论》等篇中均有详细的阐述。

五、脉学的革命家：《难经》

《难经》的成书年代晚于《黄帝内经》，相传为扁鹊所作，但后人考证后认为，应是经由历代医家修改补充所成，而非成于一人一时。

《难经》是在《黄帝内经》的基础上，以问答的方式来阐述《灵枢》和《素问》的精华，全书分为八十一难，其中第一难至第二十二难，是讨论脉象的疑难问题的。

《难经》的主要特色是提出了三部九候法崭新的论点，比如《难经》根据脏腑表里的关系，把大肠归于右寸，小肠归于左寸，手厥阴心包络及手少阳三焦经归于右尺，与《黄帝内经》的论点并不相同，因此也导致后世医家对三部九候法所候的脏腑部位产生了不同的意见。

六、脉学的实行家：《伤寒杂病论》

《伤寒杂病论》是东汉末年张仲景（公元150—219年）所作。

《伤寒杂病论》继承了《黄帝内经》与《难经》的理论基础，将诊脉法应用于临床诊断上，创立了“辨证论治”的治疗法则，其中《平脉法》与《辨脉法》两篇，详细论述了脉学的临床运用。

《伤寒杂病论》在诊治外感内伤杂病时，其处方用药的法则，皆以脉象的变化来作为辨证的基础。该书除了以约1/3的条文记载脉学的内容外，还将脉象分为阴阳两类，以此来诊断疾病的进退与顺逆。如《伤寒论·辨脉法》曰：“凡脉大、浮、数、动、滑，此名阳也；脉沉、涩、弱、弦、微，此名阴也。凡阴病见阳脉者生，阳病见阴脉者死。”

七、脉学的大一统：《脉经》

《脉经》是汉末至西晋由王叔和（公元201—280年）所撰，是中医史上第一部的脉学专著。

《脉经》首先确立了“浮、芤、洪、滑、数、促、弦、紧、沉、伏、革、实、微、涩、细、软、弱、虚、散、缓、迟、结、代、动”共24种脉象的名称，并且描述了各个脉象的脉形与相似脉象的鉴别。

《脉经》所提出的24种脉象，除了软脉改名为濡脉，以及新增加的长、短、牢、疾4种脉象之外，其余的脉象全部被后世医家沿用至今。

八、脉学之歌：《脉诀》

《脉诀》是六朝人高阳生所撰，是第一部以歌诀方式阐述脉学的医书。

《脉诀》计有歌诀200余首，由于文字通俗易懂，便于诵读记忆，因此深受初学者欢迎，对于后世脉学的普及有很大的帮助。

九、脉学的评论：《脉诀刊误》

《脉诀刊误》由元朝戴起宗所撰，是第一部脉学批判的专著。

由于《脉诀》中的某些论点并不完整，因此历代均有医家提出异议。其中以元朝的《脉诀刊误》的内容最为详细。

《脉诀刊误》根据《黄帝内经》《难经》、张仲景及王叔和的脉学理论，针对《脉诀》的不足，在脉形的描述与脉形的主病等方面均提出全新的论点。

十、脉学的终结者：《濒湖脉学》

《濒湖脉学》为明朝李时珍所撰（1564年）。《濒湖脉学》延续了《脉经》的理论基础，总结了明朝之前历代脉学的经验而写成。内容主要分为《四言诀》和《七言诀》两大部分。

《四言诀》相当于该书的简介，讲述了经脉的生理、脉象形成的机理、诊脉的方法、诸脉的形态、各脉的主病以及诸病脉象等内容。

《七言诀》相当于该书的各论，分别记述了27脉的形态、主病及相似脉象的鉴别。

李时珍强调四诊合参，反对单以脉诊决定病情。至于论脉方面，将24脉分为七表、八里、九道，把“浮、大、数、动、滑”归类为阳，“沉、短、涩、弱、微”归类为阴。



第2章

二十八脉的判别

第1节 切 诊



中医师解说

中医之诊断为“望、闻、问、切”这四诊，其中切诊指的是脉诊，又称切脉。切诊从最初的“遍诊法”（即切诊头部、手部、足部的动脉），发展为目前以寸口脉（即手部桡骨动脉处，为肺经通过的部位），就能判断疾病所属表里、寒热、虚实的变化。

一、脉象原理

心主血脉：由于心脏推动血液在脉管内运行，使脉管产生搏动，于是形成了脉搏。此处应该注意的是，血液在脉管中运行，除了心脏的搏动外，还必须要有肺、脾、肝、肾的配合。

肺朝百脉：全身的血脉，都汇聚于肺，肺主气，透过肺气的舒布，血液才能布散全身。

脾主统血：血液在脉管内循行而不至于溢出脉外，必须靠脾气的统摄。

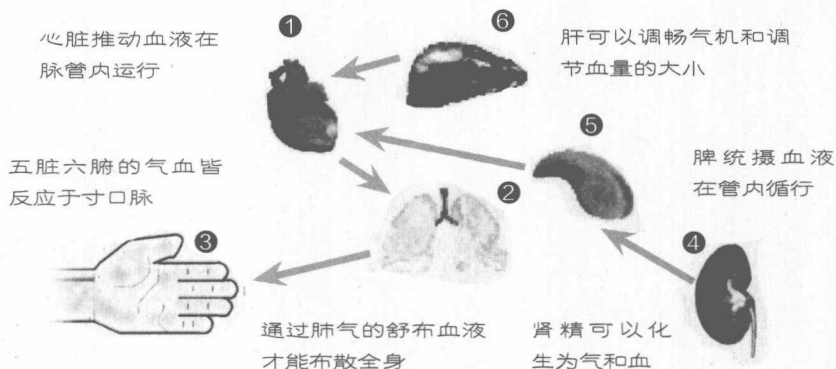
肝主藏血：肝可以调畅气机和调节血量的大小。

肾主藏精：精可以化生为气，是人体阳气的根本，同时精还能化生为血，是生成血液的物质基础之一。

因此，脉象的形成，与脏腑气血有密切的相关。



相关的原理



二、诊脉断病



中医师解说

由于脉象的形成与脏腑的气血变化有关，因此当人生病时，血脉的运行必然受到影响，使得脉象产生变化，虽然病情的变化十分复杂，但是从脉象的变化中，还是可以分辨疾病的病位、性质与邪正的盛衰。

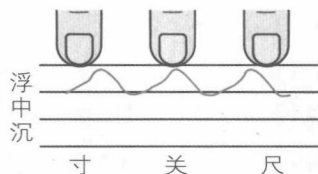
当切诊的脉象为浮脉时，通常为表证；如果为沉脉，通常为里证。如果切诊的脉象为迟脉，通常为寒证；如果为数脉，通常为热证。

如果切诊的脉象虚弱无力，通常为虚证；如果脉象实而有力，通常为实证。

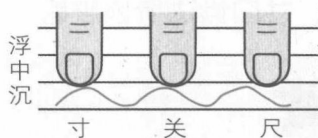


相关的原理

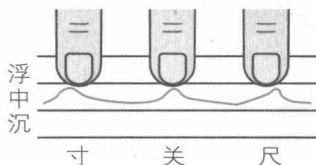
浮脉：通常为表证



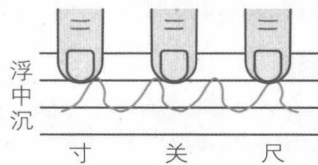
沉脉：通常为里证



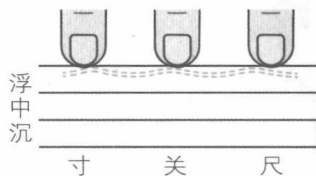
迟脉：通常为寒证



数脉：通常为热证



虚脉：通常为虚证



实脉：通常为实证

