

百病早知道

疾病自诊自测窍门



农村读物出版社

百病早知道

——疾病自诊自测窍门

漆浩 主编



农村读物出版社

1237391

(京) 新登字 169 号

2597/40
3414

百病早知道
——疾病自诊自测窍门

漆浩 主编

责任编辑：任鹤

农村读物出版社 出版

国防科工委印刷厂 印刷

各地新华书店 经销

787×1092 毫米 1/32 8 印张 16.8 千字

1992 年 9 月第 1 版 1992 年 9 月北京第 1 次印刷

印数：1—32400

ISBN7—5048—2062—8/R·42

平装定价：4.55 元 精装定价：8.45 元

目 录

上篇

部位自我测病法

第一章 头部观象测病	(3)
一、头颅	(3)
二、面	(6)
三、五官	(19)
第二章 舌部观象测病	(50)
第三章 胸背部观象测病	(57)
第四章 腹部观象测病	(61)
第五章 脉诊观象测病	(70)
一、三部九候诊法	(71)
二、三部诊法	(73)
三、太素脉法	(87)
四、妊娠脉法	(89)
五、小儿脉法	(90)
第六章 观手象测病法	(92)
一、看手的动态	(92)
二、观手的指纹、掌纹	(95)
三、观手指甲形色	(106)
附：手掌点穴诊病法之一	
手掌点穴诊病法之二	(113)

第七章 观尺脉测病法	(119)
第八章 足反射诊法	(125)
附：手足相关投影诊法	(128)
第九章 诊生殖器法	(132)
附：诊肛门法	(139)
第十章 诊四肢关节及四肢肌肉法	(141)
第十一章 望人体动态法	(143)
一、观人体的神情喜恶	(143)
二、望人体体位	(146)
三、望人之步态	(149)
四、望病势剧静	(151)
附：望体动态测相法	(152)
第十二章 望全身皮肤	(154)
附：自诊皮肤法表	(156)
第十三章 观毛发(须、毛、鬓)象法	(159)

中篇

综合自我测病法

第一章 相面诊法	(163)
第二章 体质诊象法	(168)
附：骨象诊法	(182)
第三章 经络诊象法	(185)
第四章 脏象诊法	(192)
一、心象	(192)
二、肝象	(193)
三、肺象	(195)
四、脾象	(196)
五、肾象	(197)

六、心包络象.....	(198)
七、小肠象.....	(199)
八、胆象.....	(199)
九、胃象.....	(200)
十、大肠象.....	(201)
十一、膀胱象.....	(201)
十二、三焦象.....	(202)
十三、脑.....	(202)
十四、女子胞.....	(203)
第五章 生物全息诊法.....	(204)
一、第二掌骨侧全息穴位诊法.....	(204)
二、全身穴位全息律诊法.....	(205)
三、全息脚部点穴诊法.....	(215)
第六章 时间诊病法.....	(220)
一、十二时辰诊病法.....	(220)
二、十二关窍定时法.....	(221)
三、时间与生理规律相应法.....	(222)
四、人体生物节律测病法.....	(225)

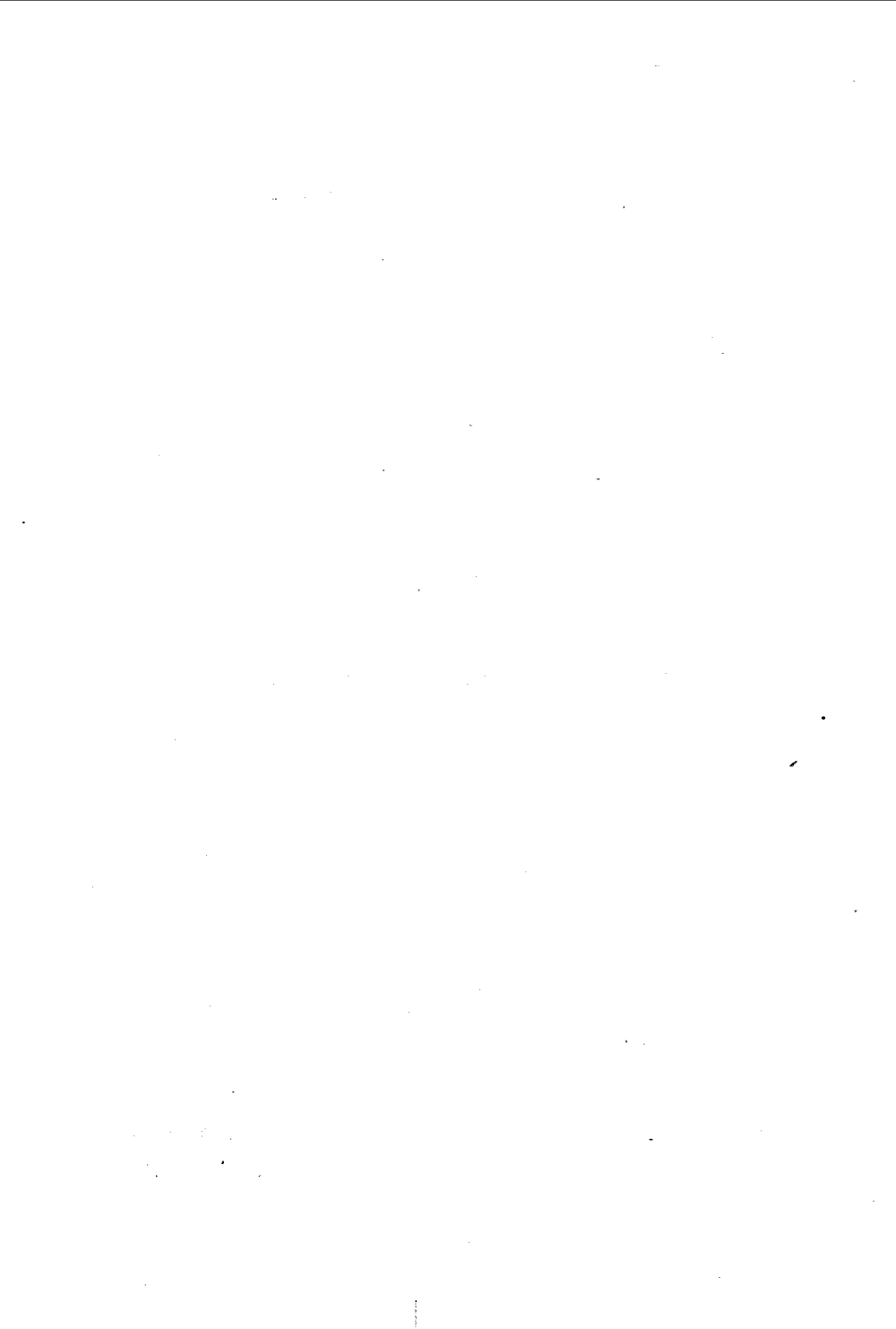
下篇

其它自我测病法

第一章 辨声.....	(233)
第二章 观大便.....	(237)
第三章 观尿法.....	(239)
第四章 观气味法.....	(241)
第五章 占梦法.....	(244)

上 篇

部位自我测病法



第一章 头部现象测病

头部是人体裸露在外部最多的部位，又居人之首位，变化最为丰富，对外部反映也最为敏感，因此，从头部现象测病必须仔细而全面，才能真正把握住人体瞬息万变的生理病理状况，为确保自测的准确性打下基础。

一、头 颅

头颅的形状大小，外形的变化与人体疾病及健康状态有密切关系。很早以前人们就注意到了头颅形状的变化，西汉时便出现了讨论颅骨形态变化与人体差异的思想，其出发的根本点就是认为头颅骨骼大小不是一个孤立现象而是与人的发育及整个生、长、壮、老、亡过程密切相关的事件。无独有偶，在十八世纪的欧洲也出现了以颅相来测知人之未来灾祸的唯心主义新说——颅相术，虽然对头颅认识方面有一些进步之处，但由于其宗旨是为了在人与神灵之间，通过头颅而建立某种联系，因而这种“颅相术”受到了恩格斯的批判。

中国古代人们对头颅的观察及认识，在科学技术日益发达的今天都不同程度地得到验证及发展，这些内容形成了头颅现象的基本内容。

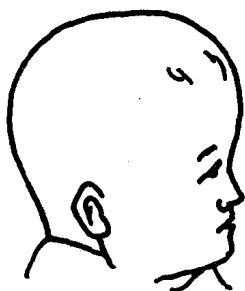
从颅的大小来看，男女性有着较大差别，如男性颅骨较大而粗壮，眉弓发达，前额较倾斜，颧骨与颧弓高而突出。女性则颅骨较小，光滑而细致，眉弓不发达，颧骨及颧弓都不

突出，与此不相称者均属有异常。古人认为头为诸阳聚合之处，又是神明意识的居住之所，所以头颅饱满而骨部皆大者是长寿的表现，而骨部皆小往往为疾病及夭亡的表现。

从颅型的形态来分类大致可分为如下几种：

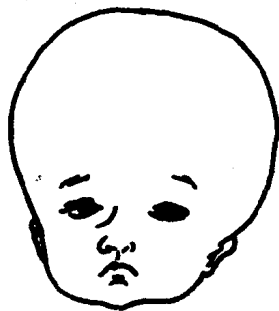
1. 小颅。表现为小儿头型细小，多为过早闭合而成。我们知道，小儿囟门多在12~18个月闭合。如过早闭合则会影响颅脑的发育。因为小颅多为智力低下的患儿之象。有些先天性痴呆及染色体疾病的患儿都是小颅。

2. 方颅。表现为小儿前额及双侧部分均向外突出。头形顶部为正方形。多见于小儿佝偻病患者。见图（上）1-1



方颅

图1-1



脑积水

图1-2

3. 巨颅。表现为小儿头的上半部突出膨大呈球形，而颜面部分很少。这种表现多为小儿脑积水病。也可见于先天性染色体病。见图（上）1-2

4. 长颅。

5. 三角头颅。

6. 畸形不规则头颅。以上三种均为小儿染色体遗传病的表现。

7. 小儿囟门肿起。为脏腑不调而难疗。

8. 小儿骨缝不合。为禀赋弱。

9. 头顶皆软，为血气亏损。

10. 囟门下陷，表现为小儿巅顶前面的软囟在一岁半之后没有闭合，多为肾气虚。又称为解颅。

11. 头肿大如斗，面目肿盛者，称为“大头瘟”，系天行时毒，今称为急性腮腺炎。

12. 头面皮肤红肿，色如涂丹疼痛者，称为“枪头大丹”。是一种急性的皮肤热毒病症。

13. 头部脑后及两侧常可因皮肤疳疽而发生变形，其中在脑后项背正中肿大而疮形半塌散漫的称为“脑疽”，又称“对口”，是凶险之症，而偏于左或右的则称为“偏口疽”。均需早治。

从头颅的动态来看，也有如下几型：

14. 小儿不由自主地摇动自己的头，见于小儿“摇头风”，需立即予以治疗。

15. 头部如果与颈部动脉的跳动产生类似点头似的运动，是先天性心脏病的表现（常见于主动脉关闭不全）。

16. 头部沉重得好象不能抬起来，这是肾虚、精气不足的表现。

17. 头部不随意地颤动，见于震颤性麻痹。

关于头颅的形状，古代人还从相术角度作过概括，他们认为头颅的形状可能与人的性格有关，如《相论》中说：

“头顶平元德贤质，性忠惠智宜即德，顶中突凹是怪毕。不为奸死而近匪。头光人圆滑，头多凸性多恶，后脑平而满，人心直而善”。

这种头颅形状判断人的性格的学说，显然是从头颅形状的曲直来推测人们为人的曲直的，物物相类，取类比象，反

映了古人的一种联系方法，就象京剧脸谱一样，具有直觉的代表性，但在生活中却未必尽然。

人们还试图从头颅骨相中推测出人事的高贵低贱及兴衰变化，他们认为：

“其骨欲丰而起，欲峻而凸。皮欲厚，额欲广……，短则欲厚，长则欲方，顶突者，高贵之相也，陷者夭寿，皮薄并主贫贱”。

这种以皮肤厚薄，顶突或凹陷作为高贵低贱的标志的作法与我们前面所提到的从头颅形状分辨疾病的方法相悖，近似荒诞可笑，不可信之。

二、面

面部是人体十二经总会的地方，更是人们日常生活中最易观察到的部位，五脏内在的变化可以从面部上及其相应的五部、五色表现出来。所以相面是人体自测术中的重要内容。

要了解面部诊测术的基本内容，首先必须熟悉两个内容，一个是面部的五部及其周围的分配，另一个则是面部五色的诊病意义。

首先，谈谈颜面的分部，《灵枢·五色》篇中有一段文字将人体的面部中五脏六腑的投影分部描述得非常详尽：

“庭者，首面也；阙上者，咽喉也；阙中者，肺也；下极者，心也；直下者，肝也；肝左者，胆也；下者，脾也；方上者，胃也；中央者，大肠也；挟大肠者，肾也；当肾者，脐也；面王以上者，小肠也；面王以下者，膀胱子处也；颧者，肩也；颧后者，臂也；臂下者，手也；目内眦上者，膺乳也；挟绳而上者，背也；循牙车以下者，股也；（牙车）中央者，

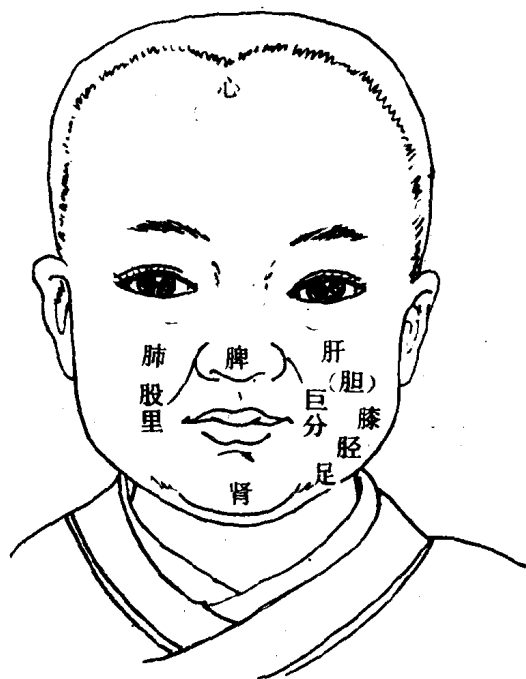


图 1—5

以上这种分部法较为久远，最为传统，值得注意，但小儿的面诊五脏分布却又与之不同，在《医宗金鉴》中对小儿的面诊有一五脏分部法比上法更为合理。其五部分类是：

- a. 天庭头额属心。
- b. 下颊地角属肾。
- c. 鼻准属脾。

d. 右颊属肺。

e. 左颊属肝。见图（上）1~5。

除去上述两种脏腑分布法外，还存在着许多其它分部法，例如有将面部按十二地支、十天干、八卦、五星、九州、五岳、四渎分部者如图（上）1~7 也会将面部按日角、月角、天、地、人及中正、司空、法令、廷尉等运气术语分部者，还有以三阴三阳分部者均可根据其图色辨出脏腑气血投影所在：如图（上）1~6 及（上）1~8

其二，谈谈面部五色主病。面部五色：即赤、青、黄、白、黑五色，五色的涵义很丰富，依照具体情况的不同而有所不

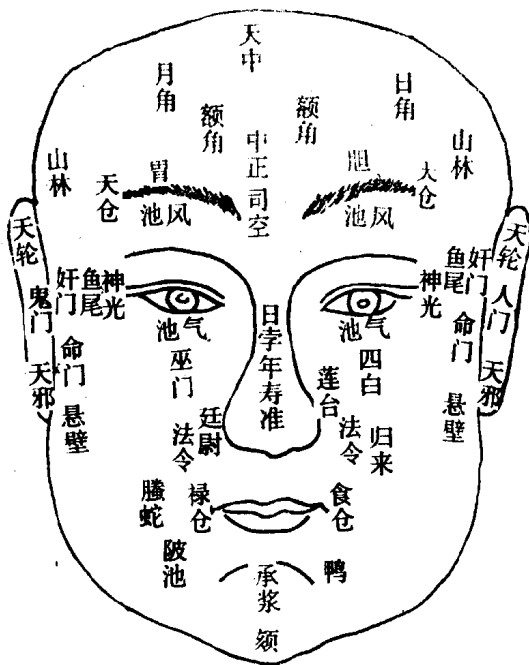


图 1—6

同：

若从五脏来看：

- a. 肝病多青色。
- b. 心病多赤色。
- c. 脾病多黄色。
- d. 肺病多白色。
- e. 肾病多黑色。

若从五色所主与疾病的性质来看：

- a. 青色，主风、主寒、主痛、主惊、主淤血。
- b. 赤色，主热症。

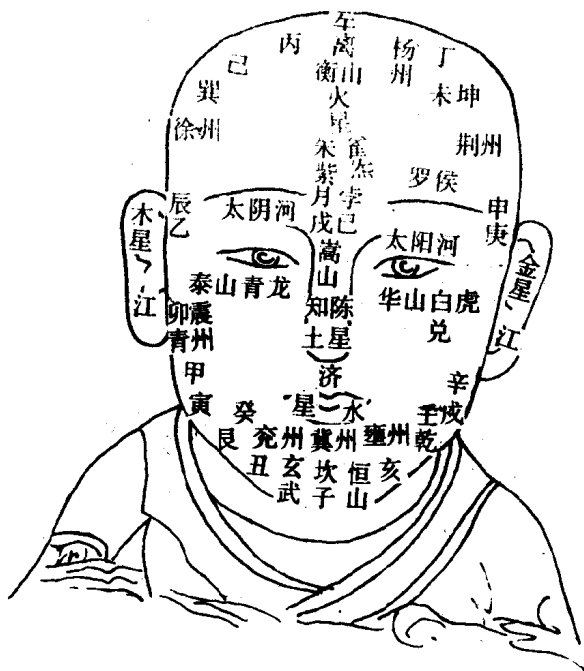


图 1-7

- c. 黄色，主湿症。
- d. 白色，主寒症、失血、脱气症。
- e. 黑色，主肾虚、寒症、痛症、水饮及淤血。

从五色的鲜明润泽与否来看，五色的意义又有两重的诊断作用。

第一层意义是对正常脸色的判别标准。这可以借助于《黄帝内经》中的文字加以概括：

- a. 生于心，如以缟裹朱。
- b. 生于肺，如以缟裹红。
- c. 生于肝，如以缟裹紺。
- d. 生于脾，如以缟裹萎实。