

身体

■ 郭喜军 主编

SHENTYIYICHANGSHOUCE

异端

手册



河北科学技术出版社

■ 郭喜军 主编

身体 异常

SHENTYIYICHANGSHOUCE

手册



河北科学技术出版社

主 编 郭喜军

副主编 赵 军 安福丽 张健英

编 委 安福丽 杜清树 王惠改 栾英辉 隋子云
张健英 赵 军 郭喜军 李 娜 裴 毓
邢海玲 王苏霞 张玉虎

图书在版编目 (C I P) 数据

身体异常手册 / 郭喜军主编. — 石家庄: 河北科学技术出版社, 2006

ISBN 7 - 5375 - 3392 - X

I. 身... II. 郭... III. 保健 — 基本知识
IV. R161

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 063068 号

身体异常手册

郭喜军 主编

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编: 050061)

印 刷 石家庄市红旗印刷厂

经 销 新华书店

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 5.75

字 数 140000

版 次 2007 年 1 月第 1 版

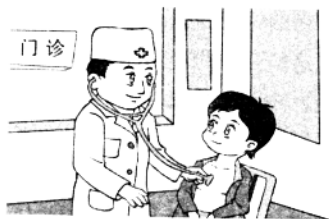
2007 年 1 月第 1 次印刷

印 数 3000

定 价 12.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>

前言



人最宝贵的东西莫过于生命，呵护生命，必须从珍惜健康做起。人生的一切美好、一切成就、一切快乐、一切幸福，无不依附于健康。我们生活在一个充满竞争的时代，这个时代给所有创业者提供了广阔的天地，但也使一些人因怕在竞争中落伍，而终日忙碌，致使有病不能及时发现、检查和治疗，拿健康当“赌注”，到后来疾病染身时则闻之恨晚，最终可能落得病入膏肓，甚至丢失生命，令人惋惜。

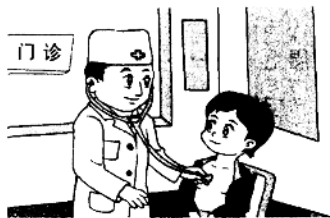
人们通常都说疾病是很难预知的，往往要等到发作时才知，因此，错失及早治愈的良机。事实并非如此，人体的构造是很完美的，当内脏器官机能衰弱或有障碍时，虽然我们不能直接用肉眼看到，但只要我们平时留意观察，就会发现机体在本

身尚未感到任何异样前，已经通过各种各样的途径发出了警告讯号，只是这种警告讯号不被我们理会而已。古人云：“有诸内者，必形于外。”这就是说内在的脏腑病理变化，可以通过外在的体表变化征象，使其惟妙惟肖地表现出来。只要充分认识这些微妙的变化，就能得知内在脏腑的各种病理改变。《内经》中明确提出“望而知之谓之神”，认为医术高明的医生只要运用视觉，不闻、不问、不切，对人体各部位进行仔细观察，就可以了解健康和疾病的情况。因此，掌握医学望诊方法对于提高群众的自我保健能力，以达到早期诊断、早期治疗、及早预防疾病等目的，有着十分重要的意义。诚如《灵枢·本脏》所说：“视其外应，以知其内脏，则知所病矣。”

本书的出版，为广大群众提供了把握自身健康的有效方法和手段。书中所提供的方法只是为你的健康状况提供某些警示，为了进一步确诊还需及时到医院检查、诊断。但由于我们水平有限，书中定有缺点和不足之处，敬请广大读者批评指正。

编 者

2006. 11.

目
录

望头发诊病

观色泽	(4)
一、色黑	(4)
二、色白	(4)
三、其他颜色	(6)
观形态和生长	(7)
一、头发形态异常	(7)
二、脱发	(9)
三、头发的特点与性格及易患疾病	(11)

望颜面诊病

望面色	(17)
一、正常面色	(17)
二、异常面色	(17)

望特殊面容·····	(20)
望笑容·····	(23)

望五官诊病

望眉毛·····	(27)
一、望眉毛色泽·····	(27)
二、望眉毛的深浅与脱落·····	(28)
三、望眉毛的形态位置变化·····	(29)
望眼睛·····	(30)
一、望眼神·····	(31)
二、望眼睑·····	(31)
三、望两眦·····	(33)
四、望白睛·····	(34)
五、望黑睛·····	(35)
六、望瞳神·····	(36)
七、望眼球·····	(37)
望耳朵·····	(38)
一、望耳廓颜色·····	(38)
二、望耳廓形态·····	(41)
望鼻子·····	(43)
一、望鼻子形态及颜色·····	(44)
二、观鼻涕·····	(48)
三、鼻出血·····	(49)
望口唇·····	(50)
一、望唇色·····	(51)
二、望唇诊伤·····	(53)

三、望唇系带及下唇黏膜·····	(53)
------------------	------

四、望人中·····	(54)
------------	------

望指甲诊病

指甲的信息符号·····	(63)
--------------	------

一、信息符号的形状·····	(63)
----------------	------

二、信息符号的定位分析·····	(65)
------------------	------

三、指甲光泽变化·····	(66)
---------------	------

指甲形质变化的临床意义·····	(76)
------------------	------

一、指甲形状的改变·····	(76)
----------------	------

二、指甲厚度的改变·····	(81)
----------------	------

三、指甲脆性的改变·····	(82)
----------------	------

四、剥脱甲·····	(83)
------------	------

五、指甲曲度的改变·····	(84)
----------------	------

六、凸变甲·····	(87)
------------	------

七、凹变甲·····	(91)
------------	------

八、指甲的不规则变形·····	(95)
-----------------	------

九、月痕的变化·····	(97)
--------------	------

二十七种甲诊歌诀·····	(97)
---------------	------

甲周组织形态变化·····	(102)
---------------	-------

常见病指甲的特点·····	(106)
---------------	-------

一、常见呼吸系统疾病甲诊·····	(106)
-------------------	-------

二、常见消化系统疾病甲诊·····	(108)
-------------------	-------

三、常见心血管系统疾病甲诊·····	(114)
--------------------	-------

四、常见泌尿生殖系统疾病甲诊·····	(117)
---------------------	-------

五、常见血液系统疾病甲诊·····	(120)
-------------------	-------

六、常见神经系统疾病甲诊.....	(121)
七、常见妇产科疾病甲诊.....	(123)
八、常见骨骼系统疾病甲诊.....	(125)
九、常见五官科疾病甲诊.....	(126)
指甲与人的性格.....	(129)

望手掌诊病

手掌的三大掌纹主线.....	(137)
一、大鱼际线.....	(137)
二、小鱼际线.....	(138)
三、远端横纹线.....	(139)
辅助线.....	(139)
八卦、五行各方位掌纹分布与健康的关系	(142)
掌上常见的病理、生理符号.....	(145)
掌色诊病.....	(147)
手指形态.....	(151)
一、手指的长短.....	(151)
二、手指的形态.....	(152)
儿科分经察纹法.....	(157)
观察掌纹诊病.....	(159)
一、观大鱼际纹.....	(159)
二、观小鱼际纹.....	(164)
三、观小指根下横曲线.....	(171)
四、观不健康线.....	(173)
五、观五柱线.....	(175)

望

头发诊病



头发是外表健美的重要标志之一，一头浓密漂亮的头发不仅给人以美感，它还具有保护头皮，减少和避免外来的机械性（如摔、碰、砸等）和化学性（如酸、碱等）损伤；阻止或减轻紫外线对头皮和脑的伤害；排泄人体内的有害重金属元素（如汞）、非金属元素（如砷）；为皮脂腺和汗腺的分泌物代谢提供出路等作用。

头发的主要成分是角蛋白，含有 20 多种氨基酸，以及少量的水和脂肪，还含有锌、铜、镁、铁等 10 多种微量元素。头发中微量元素的含量可以反映机体的健康状况。

中医学认为，肾之华在发，血之华以发，发为血之余，这就是说头发的生长与“肾”和“血”有密切的关系，又因肝为藏血之脏；脾胃为气血生化之源，同时脾为统血之脏，所以头发也可反映“肝”和“脾胃”的状况，但是，中医学所说的“肾”、“肝”、“脾胃”、“血”更倾向于机体某种功能的概念，不完全等同于解剖学上的概念，不能混为一谈。

头发与经脉的关系非常密切，只要诸经和利通畅，无壅无阻，则气血可上达于头部，滋养润泽头发；反之，经脉阻滞，气血不能通达于头部，发失所养则易焦枯稀疏，甚至脱落。

头发与人的精神情志的关系也很密切。常言道：“笑一笑十年少，愁一愁白了头。”亦有“心闲养头发，手闲养指甲”之说。如果精神愉快，无忧无虑，心胸宽阔，则头发浓密润泽质地较韧；若长时期的情志抑郁，烦恼忧愁，或精神突然遭受刺激，则头发易干枯蓬散，甚则大量脱落；另有一种情况，头部突然出现斑片状脱发，即所谓斑秃（民间俗称为“鬼剃头”）往往与紧张、惊恐、抑郁等神经精神因素有关。

中医强调整体观念，头发与脏腑、经络、气血密不可分，

同时脏腑、经络、气血又是一个统一的整体，因此需要综合全身情况进行辨证。如：头发色黑润泽、浓密是脏腑调和，经络通畅，气血充足的表现；头发黄稀疏干枯，为精血不足，常见于大病之后或虚损病人；头发油腻多脂垢而伴有稀疏脱落，多为湿热；头皮瘙痒白屑如糠，多为血燥；老年性脱发多为肾虚精亏；青壮年头发稀疏脱落，多为肾虚或血热。



观 色 泽

一、色黑

中国各民族的发色，黑色和黑褐色居多。头发的颜色由细胞内的颗粒状黑色素决定，黑色素越多，则头发越黑。

1. 黑而润泽

头发黑而润泽，是人体肾气充盈，气血旺盛的表现。

2. 漆黑或突然变黑

如果头发过分黑，或向来不太黑而突然变为漆黑，则有患癌症的倾向。另有一些老年人忽然间满头白发变黑，特别是同时还伴有皮肤变嫩，性功能亢进等现象不少人认为是健康长寿的吉兆，但实际上这很可能是垂体肿瘤、肾上腺细胞癌等严重疾病发生的早期信号，应当引起高度重视。

二、色白

人的头发由黑变白，是由于向头发供应黑色素的黑色素细胞发生异常引起的。据统计，到60岁时，黄种人约有50%头发变白。引起头发变白的因素有很多，分述如下：

1. 皮肤病及全身性疾病

皮肤病中常见于单纯头皮糠疹和白癜风。头皮糠疹的患者头皮剧烈瘙痒，有糠秕样细碎皮屑脱落，日久则毛发的营养障碍，而逐渐干枯、易断，颜色也逐渐变灰，甚至变白。白癜风患者其患处皮肤内的色素减少甚至消失，若侵犯头皮，亦可能使从患部长出的头发为白色。

一些发热性疾病（如伤寒、肺结核）、体质消耗疾病（如恶性肿瘤、糖尿病）、胃肠道疾病（如溃疡性结肠炎）等都可能引起头发变白。先天性疾病，如“白化病”也可使婴儿出生后皮肤、毛发均为白色。

2. 饮食因素

许多维生素和微量元素对色素的形成和它的新陈代谢起重要作用。如果这些物质在吸收、贮藏和综合方面发生障碍就可能引起白发。其中主要有维生素 B₁、维生素 B₂、维生素 B₆、泛酸、铜和锌等。

经常偏食，进食蛋白质太少，造成营养不良，白发也容易发生。

过多的进食高脂肪食物，以及烟酒过度，都可使血管硬化加速，而破坏血液循环和黑色素的分泌使头发过早变白。

另外，有些人喜欢生吃鸡蛋，生鸡蛋中的“抗生物素蛋白”易导致人体内生物素不足而影响黑色素形成，促使头发变白。

3. 精神情志因素

精神因素对白发过早形成关系很大。“白发三千丈，缘愁似个长”。李白的诗生动贴切地说明情志与白发的关系。不良情绪会引起植物神经系统及各组织器官一系列明显的生理或病

理变化。同样，头发的血液营养供应、新陈代谢也会改变，影响头皮毛发的色素代谢，导致头发变白。少年白发，若脑后的发色黑白交杂者，以忧郁者多见，易患神经衰弱症。

4. 遗传因素

如果父母的血统之中有白发者，则多数子女也会发生白发。有些人出现白发的时间和部位与其父母或祖父母或外祖父母完全相同，这显然是受了遗传的影响。

白发的原因很多，一个人头发变白往往也由多方面因素共同造成，或者说可以从不同的角度解释。中医将白发形成的原因归纳为肾虚血热、血虚和痰湿等诸方面。若青少年白发兼见肾虚症状的，多与肾虚有关，若伴有心虚症状的，多为劳心耗伤阴血所致；在短期内头发大量变白，烦躁易怒，面红口苦者，则为肝郁化热、劫伤营阴，使头发失荣之故；若出生时或出生后不久，头发干且见间断白，黑白交替者，称为“环状发”（此病不同于斑白病、白化病及某些遗传性疾病），为先天禀赋不足所致。另外，中医认为中老年人头发斑白或全头白发，虽是肾虚血衰的表现，但乃属生理上的正常衰老现象。

三、其他颜色

健康的黄种人头发不一定是黑色，可略带棕黄或棕红，但这些人往往皮肤暂白，且头发荣润而有光泽。病态的黄色、红色和灰色多伴有光泽差、形态改变、稀疏及脱发等症状，加之全身的健康状况，则不难分辨。

（1）发色干枯焦黄，形似干柴草，多为肾气不足、精血亏损或久病失养所致。

（2）小儿头发萎黄稀疏，日久不长，且生长发育缓慢者，

是先天不足、禀赋素弱所致，若小儿头发萎黄且成穗状，伴面黄肌瘦，多为“疳积”，为脾胃失调。

(3) 头发变黄、变白、黄白相间、黄红相间者，常可见心烦易怒、头晕目眩、头皮瘙痒等症状，多从肝、血论治。

(4) 头发黄白干枯甚至脱落，伴有面色苍白者，多因慢性吐血、尿血、便血及鼻出血等失血性疾病所致。也可因长期低热、肠伤寒、肺结核、肿瘤等慢性消耗性疾病所致。

(5) 头发从根部开始变白、变黄、焦枯而无断发表现，且多从头顶或两鬓部发生，多为肝肾阴虚；若头发梢部开始焦枯、分裂、易折、生长变慢，多为气血虚弱。

(6) 头发呈灰黄或灰白色，多于颞部出现成片灰色发，而后逐日增多者，称为“灰发病”，多因先天不足或后天失养，精血不能上荣所致。此外，灰发还可见于甲状腺功能失调、早老症、老年性白斑、白癜风、结节性硬化症、斑秃等。

(7) 发色异常的妇女常伴有经带病，如月经先期、经期延长、闭经、经量过少或过多、夹有血块及白带增多等。

(8) 头发呈红色或红褐色，可能为砷、铅中毒。



观形态和生长

一、头发形态异常

头发形态异常主要表现在干枯、分裂、易断等。有些情况非常典型，易于诊断相关疾病。

(1) 头发枯萎无泽，易于折断分裂，形似乱草蓬蒿，称为枯萎发，常因先天禀赋不足，或久病失养，阴虚血燥所致。

(2) 头发紧缩成束，排列形似毛笔，发根头皮处堆有银白色或污黄色鳞屑，称为束状发，常见于银屑病、脂溢性湿疹及黄癣等。

(3) 头发干燥变脆，易于断裂，尤其是长发末端，容易纵裂成丝，状如羽毛，称为脆裂发。见于脆发病和毛发纵裂症，除因天气干燥，洗涤过勤外，常由阴虚血燥而成。另外，头癣、脂溢性皮炎、甲状腺功能低下、糖尿病、结核病、维生素 A 缺乏症以及某些肿瘤患者，亦可出现脆裂发。

(4) 头发干枯，发梢变细，分裂成丝，弯曲如钩，发干打结，扭曲成环状，称为打结发；如果发干出现不全横断的小结节，其间为似断非断的细丝，梳理时易折，称为结节性脆发病。此二者常常同时发生，多由脾胃不和，后天失养而成。

(5) 发干粗细不均，扭曲稀少，状如佛珠，易于折断，称为念珠状毛发；头发干燥扭曲，发硬变脆，易于折断，称为扭曲发。此二者均因先天禀赋不足，精血亏虚所致。

(6) 头发易断而参差不齐，或出头皮即断，称为断发，除以上所述各种伴有断发的疾病外，还可见于黄癣、白癣、黑点癣等疾病。

(7) 小儿发结如穗，枯黄不泽，称为“穗状发”，并常伴面黄肌瘦、脘腹胀满、大便干结或溏薄，多见于脾胃失调之疳积病。

(8) 头发稀疏萎黄，日久不生长，称为发迟，属小儿五迟之一，乃因先天不足，禀赋素弱所致。

(9) 头发上逆，面色正常者，可能是癫痫病人的特征性表现之一。

(10) 头发根粗硬而上翘，伴局部头皮肿痛者，为肝经有