

军医版中医畅销书

ZHONGYI MAIXUE SANZIJIUE


中医脉学

肖进顺
编著

三字诀



· 第 2 版 ·

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中医脉学三字诀

ZHONGYI MAIXUE SANZIJUE

(第2版)

肖进顺 编著

人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京



图书在版编目(CIP)数据

中医脉学三字诀/肖进顺编著. —2版. —北京:人民军医出版社, 2007. 7

ISBN 978-7-5091-1029-4

I. 中… II. 肖… III. 脉诀 IV. R241.13

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 086751 号

策划编辑:姚磊 文字编辑:黄春霞 责任审读:余满松

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www.pmp.com.cn

印刷:北京京海印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:6.875 字数:106千字

版、印次:2007年7月第2版第1次印刷

印数:0001~5000

定价:15.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

作者简介




肖进顺 河北宣化人。出身于中医世家，行医近50年，积累了丰富的临床经验。对于糖尿病、风湿病、妇科病、乙肝病等医治疗效显著，尤其擅长针灸，以子午流注与灵龟八法为主。发表过中医学术论文百余篇，出版个人医著如《中医脉学三字诀》、《傅青主女科新解》、《肖进顺医案医论医话精选》等。曾荣获“全国知名中青年中医师”、“当代世界传统医学杰出人物”、“第四届世界传统医学大会国际优秀成果奖”、“首届国际民族医药科技研讨会及展览会医学论著国际一等奖”等。兼任中国特效医学研究会首届国家级资深委员、全球执照中医师联合会会员、《世界传统医学杂志》特约编辑、中华华佗医药研究会高级研究员等。

《 内 容 提 要 》

本书作者系三代祖传中医师，有丰富的临床实践经验，对中医脉学颇有研究。本书第一版长销多年，受到了广大读者的欢迎。第二版在第一版的基础上精心修改，增添了许多临床实用的新内容。第一部分介绍脉学的起源、形成、脉名与脉象的分类、分部诊法、诊脉方法及注意事项、特殊脉象的临床意义等；第二部分重点介绍各种脉的脉象歌、主病歌以及脉象阐释、相类脉、脉象主证等。内容丰富，阐释清晰，语言流畅，文字生动，实用性强。适于广大中医师及中医药院校学生学习参考。

再版说明



《中医脉学三字诀》出版10年来,经10多次印刷,颇受读者欢迎。此次修订再版,增加了许多新内容,并对原有内容做了必要的修改,使该书的内容更加丰富,更加生动,更具有可读性和实用性。祈望修订后的这本小册子能以崭新的面貌与读者见面,并受到您的喜爱和欢迎。

肖进顺

前 言

中医脉诊是四诊(望、闻、问、切)内容之一,它是中医诊断学的重要组成部分,已成为中医“辨证施治”的可靠依据,很有必要进一步学习、研究、提高。窃思中医脉学书籍浩如烟海,精华论述遍涉各家名著。诸门学术难于尽阅其详。为了使初学者便于习读,并实践于临床,余抽暇编写了《中医脉学三字诀》这本小册子,内容浅显,易于背诵和记忆,书中博引《内经》、《难经》、《伤寒论》、《金匱要略方论》以及诸医家脉学专著之精辟论述,详加注释,作为登堂入室之阶梯,对于有志学习中医之士不无裨益。

由于作者学识浅陋,水平所限,不足之处,敬祈批评指正。

肖进顺

目 录

第一章 脉学概要	1
一、脉学的起源	2
二、脉的形成	4
三、脉名的分类与脉象的归类	6
(一)脉名的分类	6
(二)脉象的归类	7
四、分部诊法与寸口脉的定位方法	8
(一)分部诊法	8
(二)寸口脉的定位方法	13
五、诊脉方法与诊脉注意事项	18
(一)诊脉方法	18
(二)诊脉注意事项	22
六、几种特殊脉象的临床意义	23
(一)反关脉	23
(二)六阳脉和六阴脉	24
(三)四季平脉与四方平脉	25
(四)真脏脉	28





(五)七怪脉	31
(六)男女异脉	33
(七)小儿脉	34
(八)古人对妊娠脉的论述	36
七、脉诊在四诊中的地位	39
第二章 脉学三字诀	44
一、浮脉	45
(一)脉学三字诀	45
(二)各论	45
二、沉脉	51
(一)脉学三字诀	51
(二)各论	51
三、迟脉	56
(一)脉学三字诀	56
(二)各论	56
四、数脉	61
(一)脉学三字诀	61
(二)各论	61
五、滑脉	67
(一)脉学三字诀	67
(二)各论	67
六、涩脉	73
(一)脉学三字诀	73
(二)各论	73

七、虚脉	78
(一)脉学三字诀	78
(二)各论	78
八、实脉	82
(一)脉学三字诀	82
(二)各论	82
九、长脉	86
(一)脉学三字诀	86
(二)各论	86
十、短脉	91
(一)脉学三字诀	91
(二)各论	91
十一、洪脉	95
(一)脉学三字诀	95
(二)各论	95
十二、微脉	100
(一)脉学三字诀	100
(二)各论	100
十三、紧脉	105
(一)脉学三字诀	105
(二)各论	105
十四、缓脉	110
(一)脉学三字诀	110
(二)各论	110





十五、芤脉	116
(一)脉学三字诀	116
(二)各论	116
十六、弦脉	121
(一)脉学三字诀	121
(二)各论	121
十七、革脉	128
(一)脉学三字诀	128
(二)各论	128
十八、牢脉	132
(一)脉学三字诀	132
(二)各论	132
十九、濡脉	135
(一)脉学三字诀	135
(二)各论	135
二十、弱脉	140
(一)脉学三字诀	140
(二)各论	140
二十一、散脉	145
(一)脉学三字诀	145
(二)各论	145
二十二、细脉	150
(一)脉学三字诀	150
(二)各论	150

二十三、伏脉	155
(一)脉学三字诀	155
(二)各论	155
二十四、动脉	160
(一)脉学三字诀	160
(二)各论	160
二十五、促脉	164
(一)脉学三字诀	164
(二)各论	164
二十六、结脉	169
(一)脉学三字诀	169
(二)各论	169
二十七、代脉	173
(一)脉学三字诀	173
(二)各论	173
二十八、疾脉	179
(一)脉学三字诀	179
(二)各论	179
附录 A 新增四言脉要	182
附录 B 病脉宜忌歌诀	206



一、脉学的起源

中医脉学起源于两千五百年以前。有关脉学的记载,最早见于战国秦汉时期(公元前 2 世纪)《黄帝内经·素问》及公元前 5 世纪秦越人(扁鹊)的《八十一难经》。在这两部经典著作中,有关脉学的论述颇多。如《素问·脉要精微论》中曰:“夫脉者,血之府也,长则气治,短则气病,数则烦心,大则病进,上盛则气高,下盛则气胀,代则气衰,细则气少,涩则心痛,浑浑革至如涌泉,病进而色弊,绵绵其去如弦绝,死。”这里着重地讨论了以脉诊决死生的临床意义,认为脉道是血液归聚的地方,借其气的推动作用而血液在经脉中运行。所以,脉之盛衰者,以候气血的虚实,故知长脉象表示健康状态,短脉象表示气虚,数脉象表示热烦,大脉象表示病情发展,上部脉盛者表示邪壅于上,下部脉盛者表示邪壅于下,故腹满而胀。代脉象表示气衰,元气衰弱,细脉象表示气虚,涩脉象表示血少气滞而出现心痛,脉来混乱如涌泉,弦急而长,为病势加剧,必形色败坏;若脉来微微似有而不甚应指,如弦绝的样子,是将要死亡的象征。《难经·第九难》中曰:“何以别知藏府之病耶?然:数

者，府也；迟者，藏也。数则为热，迟则为寒。诸阳为热，诸阴为寒，故以别知藏府之病也。”这是从迟脉、数脉以辨藏府之疾病。由此可见，祖国医学在很早以前就能够运用诊脉的方法来测知人体疾病的性质、轻重及预后，并能够根据脉象的异常变化来区别和推断各藏府的多种病变。同时，在这些珍贵的文献资料中，有关诊脉的方法记载亦很多，其中有三部九候，人迎脉口诊法，寸口诊法，尺寸诊法等，这里就不再一一赘述了。

扁鹊对脉学的贡献很大，立论最早，因此在《史记》中有记载曰：“至今天下言脉者，由扁鹊也。”惜无专书流传后世，甚为遗憾。

西晋王叔和所著的《脉经》，是我国传世的第一部脉学专著，他整理了我国历代名医的脉法精华，并结合个人的临床经验和实践心得，将脉学的种类分析归纳为 24 种，并采取了诊脉独取寸口的方法，明确了寸、关、尺三个诊脉部位，为中医脉学奠定了理论基础。

对中医脉学贡献较大的还有：后汉的张仲景，在他的《伤寒论》与《金匱要略方论》两部著作中，各篇章标题均以“辨某某病脉证并治”为篇首。可见，张仲景的辨证论治学说，是以脉象作为辨病与诊断的重要依据的。他在脉象分类上，提出阴阳两大类，凡阴病见阳脉者生，阳病见阴脉者死。这



是张仲景在脉学上的一大贡献。

此外，唐代的孙思邈、明代的李时珍、清代的林之翰，也分别在脉学方面有所创新。尤其是明代李时珍著有《濒湖脉学》，此书以歌括形式编写而成。文字通俗，易学易懂，便于记诵，实为初学中医者必读之书，至今仍为广大医界所喜阅，亦为我国传统的中医师传徒教学的工具书之一。

总之，中医的脉学起源于《黄帝内经·素问》及《难经》，发展于《脉经》，普及于《濒湖脉学》。是我国历代医家对疾病不断认识的过程和通过反复实践、总结积累的一种简便、实用的诊断方法，从而逐渐形成具有系统理论的一门学科。新中国成立以后，在党的光辉政策指引下，中医脉学理论又有了新的发展和突破。为了继承和发扬祖国医学遗产，有必要进一步研究整理和提高。由于现代科学的不断发展，运用高科技的手段对中医脉学进行研究，这为发展中医学创造了有利的条件，使其更好地为人民的医疗保健事业服务。

二、脉的形成

人体血液在全身运行，周流不息，心脏之收缩将大量新鲜血液，输送到全身各部组织器官，机体

末梢血液回流于静脉,复入心脏,周而复始,如环无端。脉搏的形成就是由于心脏的收缩,左心室将血液排送到动脉血管内,冲击血管壁所引起的波动,这一波动现象正是中医所称之脉象,以此作为诊察人体内五脏六腑病情的依据。如《素问·五藏生成篇》中曰:“心之合脉也”,又曰:“诸血者皆属于心”,《素问·脉要精微论》中又曰:“夫脉者,血之府也”,《素问·六节藏象论》曰:“心者,生之本,神之变也,其华在面,其充在血脉”,《灵枢·决气篇》曰:“壅遏营气,令无所避,是谓脉”。这是说动脉血管就像隧道或堤岸一样,限制着营气血液,在一定的通道内流动,不使它向外妄行,这就是中医所说的脉。因为五脏六腑之气,皆通于脉。如《灵枢·脉度篇》中曰:“……阴脉荣其藏,阳脉荣其腑,如环之无端,莫知其纪,终而复始,其流溢之气,内溉藏腑,外濡腠理。”因此,当脏腑生理发生变化时,便会影响血液在血管中正常的运行,脉搏随之亦会发生变化,而形成病脉,如出现浮脉即为风邪,属表证;出现沉脉即为里证;迟脉即为寒邪;数脉即为热邪;实脉即为实证;虚脉即为虚证等。

中国古代医家以此作为诊断疾病的手段之一,因此就形成了“脉法”。

