

内经密码

望诊探秘

董泽宏
编著

《黄帝内经》最古老神秘的健康智慧宝典，**望诊**最朴素简单的
诊病防疾利刃。熟读《内经》，潜心临床，倾心体悟之力作。

一张脸印满生命密码，一本书绘就诊断图谱
观形骨已知寿命终始，察气色便识健康疾病

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社



董泽宏，1957年生，中国中医科学院（中）医学博士，副主任医师。主编《中药现代研究与应用》6卷（获中国中医药协会图书二等奖）、《饮食防误300例》、《医误博典》（饮食保健品部分）、《饮食精粹》、《百年中医》（民国时期北平中医部分）、《药酒祛病205问》、《足疗祛病100问》、《食疗本草白话评析》等。此外，参与编写专著20余本，发表专业论文60余篇。在《人民日报》、《工人日报》、《中国青年报》、《北京日报》、《北京青年报》、《北京晚报》、《中国民航报》等报纸发表科普文章100余篇，通讯等300余篇，共约1500万字。



策划编辑 王秋华
责任编辑 王秋华
封面设计 谢定莹

望
诊
探
秘

内经密码

本书摘取《黄帝内经》中望诊有关的内容，将《黄帝内经》条文用现代语言加以解析，并根据作者的个人见解及多年临床心得加以评析，部分内容插图以辅助说明。本书为专门论述《黄帝内经》望诊内容的著作。

读中医药书，走健康之路

扫一扫 关注中国中医药出版社系列微信



服务号
(zgzyycbs)



中医出版



养生正道



悦读中医

(zhongyichuban)(yszengdao)(ydzhongyi)

上架建议：中医药科普

ISBN 978-7-5132-3223-4



9 787513 232234 >

定价：39.00 元



内经密码

——望诊探秘

董泽宏◎编著

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

内经密码: 望诊探秘 / 董泽宏编著. —北京: 中国中医药出版社,
2016.6

ISBN 978-7-5132-3223-4

I . ①内… II . ①董… III . ①《内经》—研究 ②望诊 (中医)—
研究 IV . ① R221 ② R241.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 055242 号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦 16 层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

廊坊市三友印务装订有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 710×1000 1/16 印张 14.5 字数 204 千字

2016 年 6 月第 1 版 2016 年 6 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-3223-4

*

定价 39.00 元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyycbs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyycbs.tmall.com>

内容简介

本书摘取《黄帝内经》中望诊有关的内容，将《黄帝内经》条文用现代语言加以解析，并根据作者的个人见解及多年临床心得加以评析，部分内容插图以辅助说明。本书为专门论述《黄帝内经》望诊内容的著作，适合中医从业人员及爱好者阅读学习之用。

前 言



在人们寻找疾病治疗方法的原始时期，医学慢慢战胜了巫术，渐渐成了流行的治疗疾病方法，生产力和生产关系的改进，使得医学方法逐步得到完善。一位统一九州各部落又精通医术的领袖黄帝利用自己掌握的权力和影响力，召集岐伯等当时最优秀的医生开始研究医学的问题，并将研究成果以问答的形式集录成册，这就是流传至今的中医学经典著作《黄帝内经》（以下简称《内经》）。

《内经》是中医学之根源，根系粗广才能枝繁叶茂，源远流壮才能流远流长，书中不但包括医学方面的内容，还包括与医学相关的自然界多方面知识。中医界人士像儒家经典一样奉为经典，也被大部分儒家所尊崇，一直指导人们沿用了两千年。现代医学家最近提出的“心、身、社会医学”新理论，就是《内经》中提出的“整体观念”。有人已提出了“上医读《内经》，中医读《伤寒》，其次读各家，三者融会贯通，方为大家”的观点。

健康、疾病、寿命是人们最为关注的三个问题，尽可能使身体保持在健康状态或使健康状态长期保持，使寿命更长是每个人的良好愿望。要保持健康，延长寿命，需要熟知最重要的健康、防病知识，《内经》论述的就是这方面的内容，但这些内容都是以古汉语形式出现文中，就像健康知识的密码本一样。从事中医的人们都主动或被动地破译过其中的部分密码，破译得越多对健康、疾病的认识就越深。高明的中医破译的密码比一般的中医破译得更多一点，但也仅是其中的一小部分。

望诊内容是《内经》密码的一部分，本书就是破译这部分密码的专书。“上工治未病”，要治疗未病先要认识从健康到疾病的发展过程。望诊是判

断健康、疾病的最简易实用的方法之一，面部是望诊的最主要部位，人类从健康到疾病直至衰亡的迹象都会出现在脸上，在脸上画上印痕。人体大部分器官组织的变化都会显现在面部的不同部位，因此本书主要论述望诊中的面诊部分，也包括少部分望形体的内容。

面部气色变化预示近期身体健康状态的变化，面形的改变则是长期健康状况改变的结果，基本形象则与先天禀赋有关，五官的变化是更为形象生动的变化，一张张脸向人们提供了一幅幅健康与疾病的“晴雨表”。

熟悉面诊知识，能读懂脸部图谱内容，就容易分析出“晴雨表”的各种变化，在健康状况不良时注意保养，预知要发生疾病或将出现危重现象时提前预防。本书的编写目的是让读者对面部图谱读得更为容易一些，给读者提供一把打开神秘之门的金钥匙，一展卷便能很快受益。因此，编写中先以白话形式对摘录的原文进行翻译，次对难点进行分析，再进行全面评析，并附以图示以帮助理解。

本人自从医以来一直希望将自己学习《内经》的体会汇集成册，编撰一本有关《内经》面诊的专书。虽然经过三十余年对《内经》的学习和研究，破译这部密码本的能力提高了一些，但只是离真相更接近了一点而已。本书大部分内容特别是评析部分是自己的粗浅认识，不妥之处在所难免，能得高明指正，当十分感谢！

2016年1月

目 录



第一章 面色与疾病诊断、治疗 / 1

- 一、面部为什么不需要衣服遮盖 / 1
- 二、善诊者首重面色 / 3
- 三、望色切脉，可知死生 / 5
- 四、色脉“通神” / 6
- 五、脉诊必须结合望诊情况 / 8
- 六、脏腑功能活动的外在表现 / 9
- 七、饮食喜恶对面部的影响 / 10
- 八、面部的生色与死色 / 12
- 九、外邪侵入人体先现于色 / 13
- 十、五色、五味与五脏的关系 / 14
- 十一、望面色的重要性 / 15
- 十二、行针前必查面色 / 16
- 十三、六气空虚的面部变化及体征 / 18

第二章 天年及影响天年的面部、形体特征 / 20

- 一、寿命可达“天年”的条件 / 20
- 二、人一生不同时期的外部特征 / 24
- 三、寿达百岁必需具备的外部特征 / 27
- 四、夭寿者的面部特征 / 31

- 五、中寿者的面部及形体特征 / 31
- 六、寿命长短的其他重要指征 / 32
- 七、气对人寿命长短的影响 / 35

第三章 望面诊病 / 37

- 一、观面部可知脏腑变化 / 37
- 二、望鼻的重要性 / 43
- 三、五官应五脏 / 47
- 四、五脏疾病的面部特征 / 48
- 五、体弱多病者的面部特征 / 50
- 六、观察脏腑外应可察脏腑病变 / 52
- 七、面部气色变化与疾病关系 / 52
- 八、从面部色泽变化判断疾病发展趋势 / 54
- 九、面部气色变化与疾病预后 / 58
- 十、赤色现于面部不同部位的热病特征 / 59
- 十一、望面部如何诊断脏腑四肢疾病 / 62
- 十二、望面诊病势 / 67
- 十三、诊断标准对判断疾病性质的重要性 / 71

第四章 面部形色与经脉的关系 / 73

- 一、肺经经气绝的形体变化 / 73
- 二、心经经气绝的形体特征 / 75
- 三、脾经经气绝的形体变化 / 77
- 四、肾经经气绝的形体特征 / 78
- 五、肝经经气绝的形体特征 / 80
- 六、五阴经经气绝的形体特征 / 81
- 七、六阳经经气绝的形体特征 / 82
- 八、络脉变化的形体特征 / 83

第五章 五脏六腑生理功能与病理变化的外在征象 / 85

- 一、心脏生理功能与病理变化的外在征象 / 85
- 二、肺脏生理功能与病理变化的外在征象 / 87
- 三、肝脏生理功能与病理变化的外在征象 / 88
- 四、脾脏生理功能与病理变化的外在征象 / 89
- 五、肾脏生理功能与病理变化的外在征象 / 91
- 六、大肠生理功能与病理变化的外在征象 / 92
- 七、小肠生理功能与病理变化的外在征象 / 93
- 八、胃的生理功能与病理变化的外在征象 / 94
- 九、胆的生理功能与病理变化的外在征象 / 96
- 十、膀胱生理功能与病理变化的外在征象 / 97

第六章 观毛发推测人体健康状况 / 98

- 一、女子为什么大多不长胡须 / 98
- 二、宦官与天宦不长胡须的原因 / 100
- 三、胡须生长状况与经脉气血盛衰 / 102
- 四、足阳明经气血与胡须的生长 / 104
- 五、观髭可知足少阳经气血盛衰 / 106
- 六、观髭可知手阳明经血气盛衰 / 108
- 七、观须、眉可知手少阳、太阳经血气盛衰 / 109

第七章 望目诊病 / 112

- 一、病人目闭不开的原因 / 113
- 二、人为什么会流泪 / 114
- 三、眼胞浮肿是诊断水肿的重要方法之一 / 116
- 四、望目辨病 / 117

第八章 望诊辨体质 / 122

- 一、体质强弱的外部特征 / 122
- 二、望诊辨勇怯 / 125
- 三、耐痛者与不耐痛者的特点 / 129

第九章 阴阳二十五种人分类及特点 / 131

- 一、阴阳二十五种人的分类 / 131
- 二、木形人的面部及形体特点 / 133
- 三、火形人的面部及形体特点 / 137
- 四、土形人的面部及形体特点 / 140
- 五、金形人的面部及形体特点 / 143
- 六、水形人的面部及形体特点 / 146
- 七、年忌与养生 / 149
- 八、足太阳膀胱经气血盛衰的外部特征 / 151
- 九、二十五种人疾病的诊断与治疗 / 153
- 十、太阴、少阴、太阳之人的不同特点 / 155
- 十一、少阳之人的特点 / 157
- 十二、阴阳和平之人的特点 / 158
- 十三、五形之人的外部特点 / 159

第十章 望诊辨病 / 164

- 一、癫病 / 164
- 二、狂病 / 166
- 三、热病 / 169
- 四、厥逆 / 174
- 五、肌肉痉挛 / 176
- 六、喉痹 / 177

- 七、水胀 / 178
- 八、肤胀 / 179
- 九、鼓胀 / 180
- 十、劳风病 / 181
- 十一、肾风 / 183
- 十二、五脏风证 / 184
- 十三、痈疽顺逆证 / 187
- 十四、五脏痿证 / 188
- 十五、关格的形成 / 189
- 十六、疾病发生的重要显现部位 / 191
- 十七、精神疾病的面部和形体特征 / 193
- 十八、气海（膻中）有余不足面色的变化与体征 / 196
- 十九、血海（冲脉）有余不足的主要体征 / 197
- 二十、水谷之海（胃）有余不足的体征 / 198
- 二十一、髓海（脑）有余不足的体征 / 198

第十一章 五色、五脏与自然界的的关系 / 200

- 一、五脏主色的变化规律 / 200
- 二、五脏、五色与五方的对应关系 / 202
- 三、木气当令年份人的面色特征 / 204
- 四、升明之纪的面色特征 / 206
- 五、备化之纪的面色特征 / 207
- 六、审平之纪的面色特征 / 209
- 七、静顺之纪的面色特征 / 210
- 八、五脏食补 / 212

后记 / 215

01 第一章 面色与疾病诊断、治疗

人体的面部就像内脏功能外现的一幅生动图画，脏腑功能强弱、疾病进退、体质差异都能在这幅图画上表现出来。

“黄皮肤，黑眼睛”是中国人的共同特点。故黄为面部正色，健康的面色应该润泽、光亮，而非干枯、晦暗。黄为底色，随体质不同，黄可兼有青、赤、白、黑其他气色，如从出生时就不兼他色者突然出现其他气色变化则属异常。面色是面部特征之一，面色的变化既可提供较为可靠的疾病诊断依据，也可判断疾病的预后和发展趋势。

四诊中望诊为首要诊法，望面色又是望诊中首要诊法。

一、面部为什么不需要衣服遮盖

【原文】

黄帝问于岐伯曰：首面与身形也，属骨连筋，同血合于气^[1]耳。天寒则裂地凌冰^[2]，其卒寒，或手足懈惰，然而其面不衣，何也？

岐伯答曰：十二经脉三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍，其精阳气上走于目而为睛，其别气走于耳而为听，其宗气上出于鼻而为臭，其浊气出于胃走唇舌而为味。其气之津液皆上熏于面，而皮又厚，其肉坚，故天气甚寒不能胜之也。

《灵枢·邪气藏府病形》

【白话译文】

黄帝问岐伯说：人的头面和全身上下各个部位，所有筋骨都密切相连，气血上下相通。但是在寒冷天气，大地冻裂，冰雪凌人，如果突然感受寒冷，人往往会缩手缩脚，懒于活动。但为什么受寒者的面部却能暴露在外面，并不像身体那样必须穿上衣服才能御寒呢？

岐伯回答说：全身的十二经脉和与十二经脉相通的三百六十五条络脉的血气都上达于头面部而分别入于眼、耳、鼻、口各个孔窍之中。经脉和络脉阳气的精微上注于双目，而使眼能够产生视力；经络旁行的经气从两侧上注于双耳，而使耳产生听力；积于胸中的宗气上出于鼻而使鼻部产生嗅觉；中焦胃腑的谷气，从胃上达于唇舌，而使舌能够辨别各种气味。而经络和脏腑所产生的津液都上行熏蒸于面部，加之面部的皮肤较厚，肌肉比较坚实，所以即使在极冷的天气里，也仍能抗拒寒气而不畏寒冷。



一般面型示意图

【难点分析】

[1] 同血合于气：身体的各个部位气血流注均为一致。

[2] 凌冰：液体积结为冰。

【面部不用穿衣的机理】

1. “十二经脉三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍”，面部气血较身体其他皮肤组织气血为多。

2. 五脏六腑的经气皆上注于面部。“一个板，七个眼，安个把，会说话”是常让孩子们猜的谜语，准确答案是“头”。头部有双目、双耳、双鼻孔，一张嘴，故称七个眼，又称五官七窍。如同所有地下建筑都必须留有地面通气孔一样，五官七窍就像地下洞穴通向地面的通气孔一样发挥着类

似的作用。通气孔能将地热传向地面，其四周的地面暖度明显高于其他地表暖度，故体内通气孔较多的面部耐寒功能也强。在寒冷地区或北方冬季脚虽然被鞋袜双层覆盖，手也常戴手套，但手、脚还是会出现冻伤现象，但脸部出现冻伤的很少。

3. “皮又厚，其肉坚”是辅助条件。脸皮厚，但远不及常摩擦的脚、手掌面，也不如掌背，肌肉也无活动较多的肢体部坚实，只是相对于躯干部位皮厚肉坚一些。

二、善诊者首重面色

【原文】

善诊者，察色按脉，先别阴阳，审清浊而知部分；视喘息，听音声，而知所苦；观权衡规矩，而知病所主；按尺寸，观浮沉滑涩而知病所生，以治无过，以诊则不失矣。

《素问·阴阳应象大论》

【白话译文】

善于诊病的医生，诊察病人的面部色泽和切按脉搏，先辨别病症属阴属阳。通过审察五色的浮露或沉暗污浊，而能了解到病变的部位。观察呼吸，辨别是否气喘，听病人发出声音的强弱，能够得知患者苦于何病。诊察脉象是否符合四时变化规律，来分析疾病属于哪个脏腑。诊察寸口脉象，从它的浮、沉、滑、涩了解疾病产生的原因。做到这些，在诊断上就不会出现差错，治疗也不会出现过失。

【望为四诊首要诊法，望诊须先察面色】

高明的医生诊断疾病常望、闻、问、切四种方法合参，并有所侧重。但望、切二诊较其他两种诊法显得尤为重要。因为有些疾病问诊时获得的