

# 中医脉诊知识

编著 费兆馥 许家佗

 人民卫生出版社

# 中医脉诊知识

A decorative flourish consisting of stylized, flowing lines and circular motifs, positioned to the right of the title text.

费兆馥 许家佗 编著

人民卫生出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中医脉诊知识/费兆馥等编著. —北京: 人民卫生出版社,  
2009. 10

ISBN 978-7-117-11676-3

I. 中… II. 费… III. 脉诊 IV. R241. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 166856 号

门户网: <a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	出版物查询、网上书店
卫人网: <a href="http://www.hrhexam.com">www.hrhexam.com</a>	执业护士、执业医师、 卫生资格考试培训

## 中医脉诊知识

编 著: 费兆馥 许家佗

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-67616688)

地 址: 北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

邮 编: 100078

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-67605754 010-65264830

印 刷: 中国农业出版社印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 5.125

字 数: 128 千字

版 次: 2009 年 10 月第 1 版 2009 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-11676-3/R · 11677

定 价: 16.00 元

版权所有, 侵权必究, 打击盗版举报电话: 010-87613394

(凡属印装质量问题请与本社销售部联系退换)



在我们每个人的手腕部，都隐藏着一只迷你“收音机”，自您出生的那一刻起，终生无休止地播放着生命的乐章。只要您静心地用手指按抚，调节到最佳“频”、“幅”，就可以接收到来自机体各方的信息：上自心肺及头面，中及肝胆、脾胃及腹部，下至肾、命门及腿膝；由内脏到体表，由大脑到五脏。演奏着回旋、和谐、从容、轻盈、流畅的乐曲，演示着生命的气息在回荡延续……，这就是寸口的脉象，您我都能感受到。

脉象真像是超凡的大型乐队协奏曲，把弦、管、弹拨、吹奏、敲击等不同类乐器熔为一炉。就像是体内的脏腑、经络、器官，在生命活动中发出各自不同的音韵和旋律，却又那么和谐、合拍地伴随着发自心脏的主旋律，演奏着一曲曲生命的乐章。当人体阴阳平衡、气血充盈、五脏安和、经络畅通时，脉象从容、激荡、流畅，演示着滔滔不绝的生命气息。脉象又随生理运动或心理情感的变化，时而轻快明朗（流利），时而平静安详（和缓），时而喘息呻吟（细弱），时而奔放汹涌（洪大）……，当有某部脏腑器官出现功能活动故障时，伴随而来的是音律、音调的异常。中医五行学说中论述五脏配五音（角、徵、宫、商、羽），是指生理属性；脏病有五声（呼、笑、歌、哭、呻），以及脉学中的五脏脉象，均反映了脏腑的生理病理变化在体表的特殊表现。而只有训练有素的医师，才能像乐队指挥家一样，不但精通各种乐器和乐曲，指导着演奏顺利进行，还能敏锐地发现演奏中的瑕疵，给予及时指正。我们都要努力学会当指挥家，才能随时呵护，让生命的乐曲与世长存。

# 前言



中医学是一个伟大的宝库。历代医家在长期的临床实践中，创立了许多行之有效的诊察疾病的方法，脉诊就是其中的一部分。脉诊是中医学的精粹内容，学习中医必须掌握这门知识。但是由于脉诊仅凭触觉所得，形象概念比较抽象，学起来不易理解和掌握，故本书用通俗的语言介绍中医脉学的基本知识，以便读者研读。

另外，在叙述传统中医脉诊的同时，我们还适当运用一些现代科学知识，以便读者理解。我们认为人体的经脉是气血运行的通道，亦是信息传递的网络。心（包括脑）主气血、藏神，是脉搏的源头，亦是生理信息的发射中心。脏腑器官如悬挂在线路上的“中端”，它们的活动都以振荡波的形式在脉管上传播，所以，在心脏产生的搏动主旋律中递带着丰富的谐波，它们虽各持自主的旋律，但又相互干扰（叠加或衰减），这样的综合信息以波的形式传播着，就形成了脉象。

人的手指是最灵敏、精致的感受器，它将接收的信号传入大脑分析器，从丰富而庞杂的信号中分辨出它的特征波和干扰波，以此来反映机体及内脏的功能状态。最早人们用手指触及的脉的搏动感为压力波，亦称脉搏波。用手指感受到的脉搏形象称为脉象。通过观察、分析脉象的特征，判断健康和疾病的方法称为脉诊。由于不同条件下脉搏波的信息含量和特征不同，就产生了不同形态的脉波，所以说脉象是反映机体的生理

功能和病理变化的信号。熟练的医家可通过辨别脉象的特征来了解机体的健康状况或疾病状态，如果不能将脉象的信息作具体的分析和保存，就会影响了进一步观察和研究，这也是影响中医脉诊发展的一个因素。随着现代科学的发展、信息处理和工程技术的逐步完善，我们可以用多种不同性能传感器（如声、光、超声、红外、压力等传感器）对脉象进行测录、描述和分析。

20世纪50年代以来，很多学者已开始对中医脉象进行客观化、计量化研究，在国家科委、卫生部、中医药管理局等方面的主持下，脉诊现代化研究已取得新的进展，并逐步向临床实用迈进。现代可用传感器采集的脉搏信号，即为脉搏图，亦称脉图，虽至今脉图尚不能完全替代脉象，但能反映它的主要特征。所以，不论用传统的手指诊脉，或用近代的换能器（传感器）采录脉图，都能达到脉诊的效应。因此，本书在介绍脉诊的基础知识时，不排斥脉搏图知识的介绍。

本书主要从以下三方面介绍：

1. 以传统的中医理论为主导，参合近代科学和医学理论的方法，结合自己多年临床诊脉经验和素材，进行阐述，帮助广大的读者对脉学文献进行阅读和理解。

2. 文字描述尽量配合图像或图像资料，使读者比较直观、易懂地识别脉象，提高学习兴趣。

3. 介绍如何通过反复实践，自我体会，领悟诊脉识病的初步知识。

操练口诀是：自按（按脉）朝和夜，互诊餐前后；众观老、中、小；时令察春秋。

本书可以供中医专业人员，非中医专业的全科医师，医士、护士，及非医学专业的中医爱好者，多学科工程技术人员

等阅读、参考。该书图文并茂，深入浅出，希望能成为弘扬中医特色，普及中医脉诊知识，促进脉象客观检测的入门读本，和推广自我保健、自助监护、提高防病治病能力的工具。

为此，我们在脉诊专著的基础上，精选以上内容。由于笔者知识浅薄，文笔粗拙，谬误之处，在所难免，望学长和读者们批评指正。

# 目 录



<b>第一章 脉诊的起源与发展</b> .....	1
<b>第一节 脉诊的起源</b> .....	1
一、扁鹊是脉诊的祖师.....	1
二、仓公为脉学奠基人之一.....	2
三、华佗脉法.....	3
<b>第二节 奠定脉学理论基础的代表作</b> .....	4
一、《黄帝内经》记载的脉法.....	4
二、《难经》记载的脉法.....	9
三、《伤寒论》记载的脉法.....	9
<b>第三节 脉学的形成和发展</b> .....	11
一、《脉经》是我国现存的第一部脉学专著.....	11
二、《濒湖脉学》对脉学的推进.....	13
三、脉诊客观化研究开创脉学新纪元.....	13
<b>第二章 脉象的形成</b> .....	16
<b>第一节 脉象形成的因素</b> .....	16
一、气、血是形成脉象的物质基础.....	16
二、心、脉是形成脉象的主要脏器.....	17
三、五脏功能对脉象的影响.....	18
<b>第二节 脉象的生理性调节</b> .....	21
一、受气候、时间的影响.....	21
二、机体状况的影响.....	23
<b>第三章 脉诊的意义</b> .....	25
一、识病辨证.....	25



二、阐述病机 .....	27
三、指导治疗 .....	29
四、推断预后 .....	30
<b>第四章 诊脉方法 .....</b>	<b>33</b>
<b>第一节 如何诊脉 .....</b>	<b>33</b>
一、调神平息 .....	33
二、诊脉部位和体位 .....	34
三、指法 .....	35
四、诊脉时间 .....	37
<b>第二节 如何学习诊脉 .....</b>	<b>39</b>
<b>第五章 如何辨脉 .....</b>	<b>40</b>
一、正常脉的特征 .....	41
二、辨寸口脉的“齐变”和“独异” .....	43
三、掌握八纲脉 .....	44
四、辨脉形 .....	47
五、脉证合参 .....	47
<b>第六章 脉象示意图和实测图 .....</b>	<b>49</b>
<b>第一节 脉象示意图 .....</b>	<b>50</b>
<b>第二节 多因素图示法 .....</b>	<b>54</b>
一、指压 (P) -指感 (H) 趋势图 .....	59
二、脉宽图 .....	61
三、脉长图 .....	62
四、脉波图 .....	63
<b>第三节 实测脉象图 .....</b>	<b>66</b>
<b>第七章 常见脉象 .....</b>	<b>77</b>
<b>第一节 平脉 .....</b>	<b>77</b>
一、脉象和示意图 .....	78
二、临床意义 .....	82
<b>第二节 浮脉 .....</b>	<b>82</b>

一、脉象和示意图 .....	82
二、临床意义 .....	84
三、兼脉与类脉 .....	85
第三节 沉脉 .....	86
一、脉象和示意图 .....	86
二、临床意义 .....	87
三、兼脉与类脉 .....	88
第四节 迟脉 .....	90
一、脉象和示意图 .....	90
二、临床意义 .....	90
三、兼脉与类脉 .....	92
第五节 数脉 .....	92
一、脉象和示意图 .....	92
二、临床意义 .....	93
三、兼脉与类脉 .....	94
第六节 洪脉 .....	94
一、脉象和示意图 .....	94
二、临床意义 .....	96
三、兼脉与类脉 .....	96
第七节 细脉 .....	97
一、脉象和示意图 .....	97
二、临床意义 .....	98
三、兼脉与类脉 .....	99
第八节 长脉 .....	100
一、脉象和示意图 .....	100
二、临床意义 .....	101
三、兼脉与类脉 .....	102
第九节 短脉 .....	102
一、脉象和示意图 .....	102

二、临床意义·····	103
三、兼脉与类脉·····	104
第十节 虚脉·····	104
一、脉象和示意图·····	104
二、临床意义·····	106
三、兼脉与类脉·····	106
第十一节 实脉·····	107
一、脉象和示意图·····	107
二、临床意义·····	108
三、兼脉与类脉·····	109
第十二节 滑脉·····	109
一、脉象和示意图·····	109
二、临床意义·····	110
三、兼脉与类脉·····	111
第十三节 涩脉·····	112
一、脉象和示意图·····	112
二、临床意义·····	113
三、兼脉与类脉·····	114
第十四节 弦脉·····	114
一、脉象和示意图·····	114
二、临床意义·····	116
三、兼脉与类脉·····	118
第十五节 濡脉·····	118
一、脉象和示意图·····	118
二、临床意义·····	119
三、兼脉与类脉·····	120
第十六节 结、代、促脉·····	120
一、脉象和示意图·····	120
二、临床意义·····	122

三、兼脉与类脉·····	122
第八章 脉诊的现代研究和发展·····	123
第一节 脉学内涵博大精深，实际运用相对不足·····	123
第二节 先进科学技术将传统脉诊引入新天地·····	125
一、ZMX-I 脉象仪对脉象图进行分类、定型和 定量分析提供了必要条件·····	126
二、ZMX-III 智能脉象仪在临床观察中的 广泛运用·····	127
第三节 脉图在“治未病”中的运用·····	137
一、“治未病”是上古圣人预防疾病之道·····	137
二、亚健康状态的形成和转化·····	137
三、亚健康的主要生理指标和意义·····	138
四、运用图像法综合评估亚健康·····	141

## 第一章



# 脉诊的起源与发展

古代劳动人民在长期与疾病斗争过程中，逐步积累、反复实践、不断总结，创造了望、闻、问、切四种诊断疾病的方法，俗称“四诊”。脉诊是中医“四诊”的重要组成部分，亦是中医辨证论治的主要依据。

## 第一节 脉诊的起源

远古时代，古人在群体生活和劳动中，不断认知自然界的变化规律和人类的生存能力。在寻找维护生命和抗病求生的过程中，逐步形成了望、闻、问、切四种诊察疾病的方法和解除病痛的对策。《周礼·天官·疾医》记载“以四气、五声、五色眡（视）其死生，两（量）之以九窍之变，参之以九脏之动”的内容，就是公元前3世纪前后人们已经开始采用了视觉、听觉、嗅觉、触觉相结合，互相参考的诊病方法。通过学习以下史料，我们可对脉学形成的漫长历史有一个初步的了解。

### 一、扁鹊是脉诊的祖师

西汉司马迁撰的《史记·扁鹊仓公列传》中，记载了扁鹊（图1-1-1）诊治魏太子“尸厥病”的故事：案记扁鹊（名秦越人，春秋战国时），“入诊太子，当闻其耳鸣，而鼻张，循其两

股以至于阴，当尚温也。”通过观形、察色、切脉的方法诊断太子是由气机逆乱而致的“厥”证，并以汤剂、针灸、药熨、按摩等疗法进行抢救，使虢太子起死回生。所以《史记》中说：“至今天下言脉者，由扁鹊也”。《淮南子·泰族训》中亦曰：“所以贵扁鹊者，非贵其随病而调药，贵其厌息脉血而知病所生也”。可见扁鹊是有文字记载最早的脉诊创始人，是运用切脉诊病的第一位代表人物。



图 1-1-1 脉诊始祖——神医扁鹊

## 二、仓公为脉学奠基人之一

《史记·扁鹊仓公列传》还记载了仓公(淳于意)(图 1-1-2)的诊脉经验和医案。淳于意(前 215—前 150 年)受益于黄帝扁鹊之脉书，并在临床实际中体验和运用，诊疗患者必先切

脉，治验脉案均有笔录，后名为“诊籍”。由于他治学严谨，善于总结，在他收录的病案中，已出现 19 种脉象。亦称是脉学奠基人之一。



图 1-1-2 脉诊医案——神医仓公

当时还有民间医师涪翁（东汉）及其再传弟子郭玉等人，均精于脉法，医术亦著称于世。

《后汉书·方术列传》中曾记载了一个关于郭玉诊脉的故事。郭玉是东汉的太医，精通脉学。汉和帝好奇，想考考他，于是令宫中有美腕的宦官夹杂于帷帐后，令郭玉诊病。郭玉诊脉后，说：“脉有男女，左阳右阴，状若异人。”郭玉准确的脉诊结果，令汉和帝赞叹不已。

### 三、华佗脉法

东汉末，擅长外科的名医华佗（图 1-1-3），不仅其医术名垂史册，并有“其治病，手脉之候，其验若神”的记载，阐述寸口三部脉法、脏腑脉象、阴阳脉象，诸论说对脉法均有发

挥，散录于《中藏经》、《华佗神医秘传》等著作中。

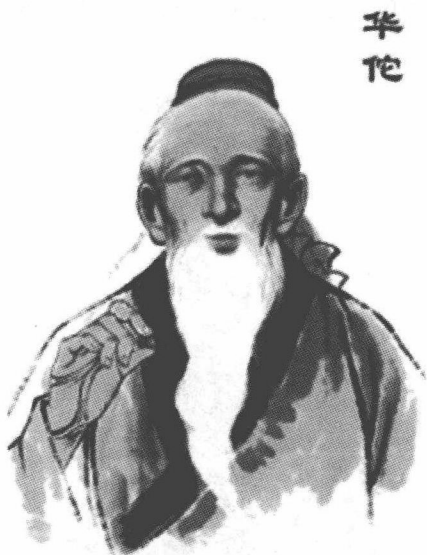


图 1-1-3 华佗脉法——神医华佗

## 第二节 奠定脉学理论基础的代表作

### 一、《黄帝内经》记载的脉法

《黄帝内经》(图 1-2-1)成书于战国时期(前 475—前 221 年),主要汇集了战国、秦汉时期医家的学术思想、医学知识和医疗经验,是我国现存最早的比较全面阐述中医学理论的古典医学巨著。书中对脉学的记载,一方面综合反映了当时诸家脉学的论说,但亦保持了不同的学术观点和方法。专篇论述脉学的有《玉版论要》、《脉要精微论》、《平人气象论》、《玉机真脏论》、《三部九候论》、《论疾诊尺论》等。现可归纳为以下几种诊脉察病方法。如:经络脏腑遍诊法、三部九候诊法、人迎寸口诊法、寸口脉法等。



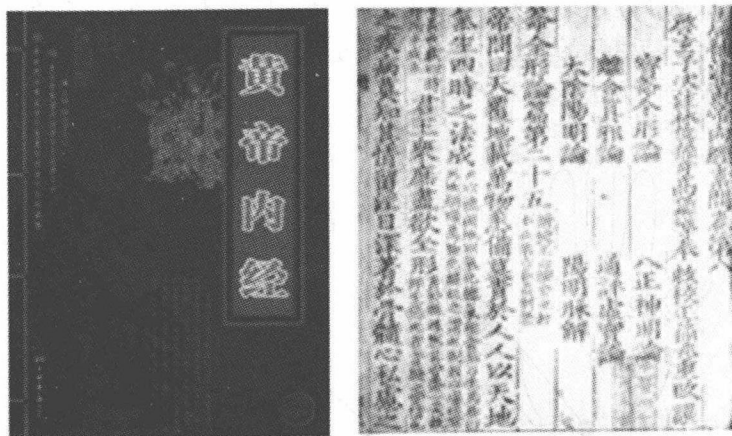


图 1-2-1 黄帝内经

### (一) 经络脏腑遍诊法

经络遍诊法指出，十二经脉、五脏六腑都有相对固定的脉象特征，反映经络、脏腑功能活动情况。《素问·平人氣象论》指出五脏的脉象为肝脉弦、心脉钩（洪）、脾脉濡、肺脉浮、肾脉沉，正常状况下脉象均兼有和缓、从容、有力的特点，称为脉有“胃气”，并以胃气多少作为判断病情轻重的指标，即有胃为平，胃少为病，无胃为死。《素问·大奇论》不仅指出五脏脉的大、小、缓、急、滑、涩变化所出现的不同病证，同时亦指出经络脉动异常所出现的病证：“三阳急为痲，三阴急为疝，二阴急为癰痲，二阳急为惊”。如图 1-2-2，一阳为少阳，手少阳三焦经（阳池），足少阳胆经（丘墟）；一阴为厥阴经，手厥阴心包经（大陵）、足厥阴肝经（太冲）；二阳为阳明，足阳明胃经（解溪），手阳明大肠经（阳溪）；二阴为少阴，手少阴心经（神门），足少阴肾经（大钟）；三阳为太阳，手太阳小肠经（后溪），足太阳膀胱（束骨）；三阴为太阴，手太阴肺经（太渊），足太阴脾经（太白）等，所以，经络脏腑