

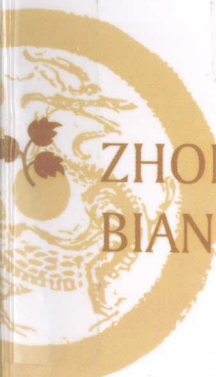
【中医入门系列】

让你轻松学习中医精华的入门书

辨证

中医如何

林政宏博士 编著



ZHONGYI RUHE
BIANZHENG

广东省出版集团
广东科技出版社
全国优秀出版社

【中医入门系列】

中医如何辨证

林政宏博士 编著

广东省出版集团

广东科技出版社

·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

中医如何辨证/林政宏编著. —广州: 广东科技出版社, 2010. 3

(中医入门系列)

ISBN 978-7-5359-5178-6

I. 温… II. 林… III. 辨证—基本知识 IV. R241

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第173524号

广东科技出版社获得授权在中国大陆地区出版发行
本书的中文 (简体字) 版。版权所有, 侵权必究。

广东省版权局著作权合同登记

图字: 19-2009-016号

责任编辑: 黄铸 杨柳青 李 鹏

封面设计: 李康道

责任校对: 罗美玲

责任印制: 严建伟

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮码: 510075)

E-mail: gdkjzbb@21cn.com

http://www.gdstp.com.cn

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

(南海区狮山科技工业园A区 邮码: 528225)

规 格: 889mm×1230mm 1/32 印张5.375 字数170千

版 次: 2010年3月第1版

2010年3月第1次印刷

印 数: 1~5000册

定 价: 26.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

序

“整体观”是中医的最大特色。所谓“整体观”是指在诊治疾病时，必须考虑到人体脏腑与气血之间可能存在的互相影响，找出真正的病因，同时根据病情的轻重缓急来治疗，才能真正达到“正本清源”根治疾病的目的。

比如说，对于头痛的患者，现代医学只能针对“头痛”的症状，无论任何体质的人都是通过服用止痛药的手段来治疗，这种方式虽然可以收到显著的疗效，但通常不能治本，因而病情反反复复。

如果以中医来治疗“头痛”，则必须在“头痛”的症状之外，同时参照患者其他症状，然后根据不同的症状表现与脉象的变化来治疗。换句话说，即使同样患有头痛，在中医的观点中，每个患者的病因都不会完全一样，有些人可能是因为淤血所引起，有些人则可能是因为气虚，或是贫血，或是肝火太过于炽盛等不同因素而引起头痛。

中医的“整体观”就是根据不同体质所产生不同的病因来采取不同的治疗方式，这种思维逻辑，最初的起源就是阴阳学说。

那么，阴阳学说到底是何方神圣？

阴阳学说来源于古代的哲学思想，要将哲学思想运用在中医的逻辑思维上，显然会令人感觉十分抽象而不容易捉摸，因此导致许多人即使熟背了阴阳学说却仍然不会运用，在学习中医的第一个台阶上就摔了一跤。

举例来说，我们想要在一片广阔的土地上盖房子，首先必须寻找地基稳固的范围，选好了正确的范围之后，还必须在这范围打下地基，等到地基打好了，才能在上面建房子。阴阳学说的本身并不是房子，而是用来圈选范围的标准。凡是在阴阳学说的范畴里所立下的根基，才能真正建立起稳固的房子，而五行学说就是在阴阳学说的基础上建成的“房子”。

在数千年前，古人已经可以通过观察自然界中木、火、土、金、水的直观形象来解释五脏之间的生理功能与病理症状，这就是五行学说的起源。虽然它的理论显得有些幼稚，但是，五行学说只是在中医学发展的过程中最为粗浅的阶段。因为在临床上有许多疾病的发展规律，并不完全按照五行的生克乘侮的规律来传变。这种现象说明五行学说的理论并不十分完整，但这并

不妨碍五行学说在中医基础理论中所具有的重要性。

五行学说最重要的意义在于，它扩大了我们的思维逻辑，使我们从阴阳学说模糊抽象的观念跨越到认识人体五脏之间的生理功能。在这种形象思维上，古人又持续发展出藏象学说、病因学说、病机学说等不同领域的理论，并且以此延续了中医数千年以来诊治疾病的“整体观”，这种“整体观”，即使在目前昌盛的现代医学中尚未成形。由此可见，五行学说的理论在中医发展的过程中起着多么重要的作用。

总之，我们可以理解，古人最初在治疗疾病时，对于不同病证的患者必须采用不同的治疗方式，然后，根据患者病情的变化来累积的经验，并经过长时间的观察与实践，最终才形成中医理论。换句话说，中医医术的形成，必须先具备一定的理论基础，并且结合丰富的临床经验，才能将理论与经验互相结合而灵活地掌握中医“整体观”的思维逻辑。

阴阳学说、五行学说、藏象学说、病因学说与病机学说，是学习中医过程中必备的理论基础，如果初学者缺乏这些基础理论，就好像在土地上随意盖房子而没有一定的标准，有时候这里挖点土，有时候在那里钻一个洞，这样的地基不会牢固，房子不但起不高，而随时都可能倾倒。这也就是为何有许多人学了一辈子中医，最后仍然像是原地打转一般的缘故。

为了让读者可以灵活地掌握“整体观”的思维逻辑，本书在每个学说的重点内容中补充了许多实例说明，这些实例说明可以加强读者的临床经验，期望读者能从这些临床经验中，充分领悟中医基础理论的真正意义。

林政宏博士

目 录

第1章 阴阳学说	1
第1节 阴阳的对立制约	1
第2节 阴阳的互根互用	4
第3节 阴阳的消长平衡	6
第4节 阴阳的相互转化	8
第5节 阴阳失调的类型	9
一、“阳偏胜”	11
二、“阴偏胜”	14
三、病证同症状不同的解释	17
四、对疑难杂证的解释	18
五、虚热转为兼有实热与虚热的病证	21
六、实热转为兼有实热与虚热的病证	22
七、虚寒转为兼有实寒和虚寒的病证	24
八、虚寒转为兼有实寒和虚寒的病证	25
第6节 阴盛格阳、阳盛格阴	27
第7节 阴阳俱衰	30
第8节 亡阴与亡阳	32
第9节 实例说明	33
第2章 五行学说	40
第1节 木、火、土、金、水的特性	40
第2节 五行学说的相生与相克	42
第3节 五行学说的相乘与相侮	43
第4节 五行学说的五脏传变	45

第3章 气血津液失常	51
第1节 气的失常	51
第2节 血的失常	55
第3节 津液的失常	57
第4节 气与血的功能失调	58
第4章 病因学说	62
第1节 六淫的特点	63
一、风邪的性质与致病特点	64
二、寒邪的性质与致病特点	66
三、暑邪的性质与致病特点	68
四、湿邪的性质与致病特点	69
五、燥邪的性质与致病特点	71
六、火邪的性质与致病特点	72
第2节 七情的特点	74
第3节 饮食与劳逸的特点	76
第4节 痰饮和瘀血的特点	79
一、痰饮	79
二、瘀血	81
第5章 藏象学说、病机学说	83
第1节 肝脏	86
一、肝脏的生理特点	86
二、肝脏与其他脏腑之间的关系	90
三、肝脏常见的病证	94
第2节 心脏	98
一、心脏的生理特点	98
二、心脏与其他脏腑之间的关系	101

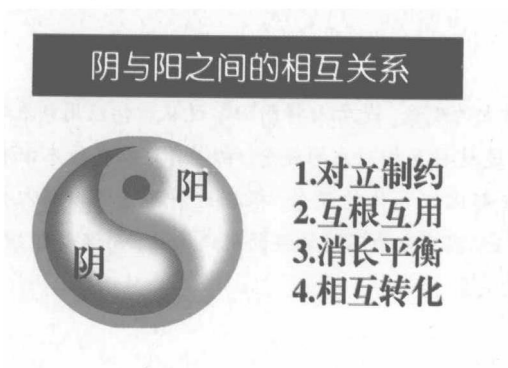
三、心脏常见的病证	109
第3节 脾脏	113
一、脾脏的生理特点	113
二、脾脏与其他脏腑之间的关系	116
三、脾脏常见的病证	122
第4节 肺脏	125
一、肺脏的生理特点	125
二、肺脏与其他脏腑之间的关系	127
三、肺脏常见的病证	131
第5节 肾脏	134
一、肾脏的生理特点	134
二、肾脏与其他脏腑之间的关系	137
三、肾脏常见的病证	140
第6节 六腑的生理特点	142
第6章 内生五邪	145
第1节 内风(风气内动、肝风内动)	146
第2节 内寒(寒从中生)	152
第3节 内湿(湿浊内生)	154
第4节 内燥(津伤化燥)	157
第5节 内火(火热内生)	159

第1章 阴阳学说

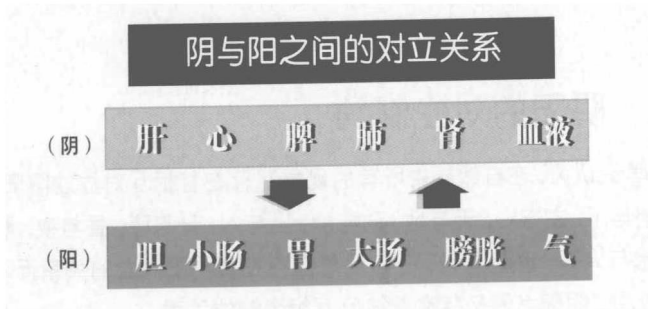
第1节 阴阳的对立制约

阴阳学说认为，在自然界中所有的现象都存在着相互对立的阴阳两个方面，比如上与下，左与右，天与地，动与静，出与入，升与降，昼与夜，明与暗，寒与热，水与火等。也就是说，任何现象都存在着阴阳对立的关系而不能单独存在，此外，阴阳之间又存在着彼此互相牵制的关系。

从阴阳对立制约的关系上，我们就可以领悟到：即使是人体的脏腑气血或疾病的本身，也会存在着阴阳对立的关系，从每个患者所表现的每个症状中，都可以找出互相对立的关系，由此我们就可以把抽象的阴阳学说转换成比较具体且形象的中医理论。如果我们记住这一点，就可以扩宽我们在诊治疾病的思路。



对立制约：是指自然界的一切现象都存在着相互对立与互相牵制的阴阳两个方面。互根互用：阳必须依存于阴，阴必须依存于阳，任何一方都不能脱离另一方而单独存在。消长平衡：是指阴阳之间并不是处于静止不变的状态，而是始终处在不断地运动变化的形态中，并且达成了阴阳之间的动态平衡。相互转化：是指在特定的条件下，阴阳可以各自向其相反的方向转化，即阴可以转化为阳，阳也可以转化为阴。



上图是第三章藏象学说的内容，我们以此作为例子来说明。肝、心、脾、肺、肾属于脏，属性为阴。胆、小肠、胃、大肠、膀胱属于腑，属性为阳。

阴阳的对立制约可以理解为：肝病（阴）会影响到胆，心病（阴）会影响到小肠，胃病（阳）会影响到脾，肺病（阴）会影响到大肠，肾病（阴）会影响到膀胱，气病（阳）会影响到血液，血病（阴）会影响到阳气。

阴阳互相对立的概念，是古人将阴阳学说从哲学应用到医学的第一个步骤。通过这种互相对立的概念，初学者可以在原本抽象的概念上逐渐建立起比较具体的概念，根据这种概念可以将人体的气血或脏腑等组织器官分为不同等级的阴阳属性，而这些组织器官又同时存在着彼此对立的关系。



换句话说，根据阴阳学说，人体的气血与脏腑之间必然也存在着阴阳互相影响的关系。

比如胃病（阳）会影响到脾（阴），肝病（阴）会影响到胆（阳），心病（阴）会影响到小肠（阳），肺病（阴）会影响到大肠（阳），肾病（阴）会影响到膀胱（阳），气病（阳）会影响到血液（阴），血病（阴）会影响到阳气（阳），人体所出现的各种病变都会互相影响，而在这个病变的过程中，正是由于阴阳相互对立制约的影响，以致产生各种错综复杂的症状。

如果我们掌握了阴阳可以互相对立的概念，那么，当我们遇到一个气虚的患者，我们会联想到与“气”相对立的是“血”，此时，我们除了仔细诊断气虚的证候以外，也必须同时注意是否有血液方面的症状。

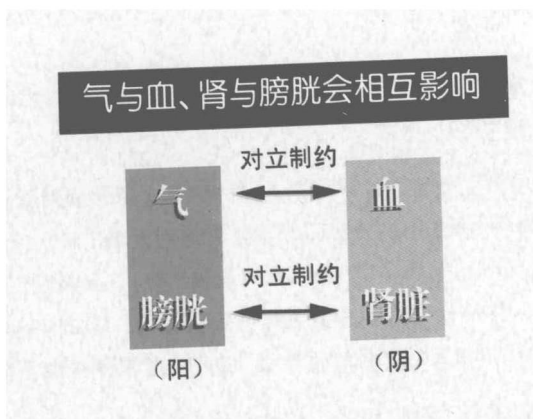
同样地，当我们遇到一个肾病的患者，我们会联想到与“肾脏”相对立的是“膀胱”，于是我们就可以同时注意肾与膀胱的症状。

我们以一个临床实例来作为测验：假设有个患者求诊时说“经常容易腹泻”，请问，我们应当如何运用阴阳互相对立的概念，针对这个症状来思考？

简单来说“腹泻”属于脾胃方面的疾病，脾属阴，胃属阳，由于脾胃可以互相影响，我们可以针对脾胃来治疗。然而，有些严重的腹泻患者却收不到疗效，这是什么缘故呢？

这是因为，在五脏中，脾属于阴中之阳，肾属于阴中之阴，对于长期腹泻的患者，由于脾与肾也具有阴阳对立的关系，因此，患者除了脾胃受损之外，也必然会影响到肾。

根据阴阳学说，我们可以从脾胃互相对立，扩展到脾肾互相对立，此时，我们就明白对于严重的腹泻患者，必须同时治疗脾、胃、肾，才能收到显著的疗效。



【说明】

(1) 针对气虚的患者，除了仔细诊断气虚的证候之外，也必须同时注意是否有血液方面的症状。

(2) 针对肾病的患者，由于与“肾脏”相对立的是“膀胱”，因此必须同时注意肾与膀胱的症状。

第2节 阴阳的互根互用

阴阳的互根互用是指阴和阳不仅存在着相互对立的关系，同时又存在着相互依存的关系。阳必须依存于阴，阴必须依存于阳，任何一方都不能脱离另一方而单独存在。比如：热与寒相互对立，热为阳，寒为阴；没有热，就无所谓寒；没有寒，也就无所谓热。天与地相互对立，天为阳，地为阴；没有天也就无所谓地；没有地，也就无所谓天。

在人体上也存在着阴阳互根互用的关系，比如：气与血相互对立，气属于阳，血属于阴；气能生血，血能生气，如果人体没有气，就不能生成血；没有血，也不能生成气。

在脏腑的生理功能上也存在着相互对立又相互依存的关系，如果缺少相对一方的协助，体内的脏腑与气血就会失去平衡而发生疾病。

比如，肾脏虽然可以代谢水液，但肾脏的功能必须协同膀胱贮存水液，才能完成人体内水液的新陈代谢。如果肾或膀胱中的某个器官出现病变，水液就不能正常代谢，甚至会导致水肿的形成。

肾与膀胱的生理功能既会互相影响，也必须互相依存



【说明】

(1) 阴阳的对立制约与互根互用逐渐发展成五行学说与藏象学说。

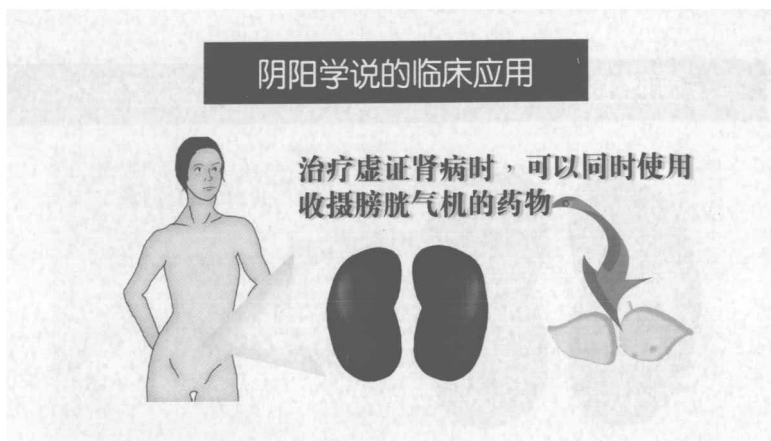
(2) 由于阴阳互根互用的关系可以取膀胱经上的穴位来治疗肾脏疾病，或是在治疗肾病时可以同时治疗膀胱疾病。

古人把阴阳的对立制约与互根互用的理论应用到人体，用来说明脏腑气血与疾病的关系，在这种思维的基础上，古人经过长期的观察与经验的累积，逐渐发展成以后的五行学说与藏象学说，这为临床的诊断与治疗提供了更进一步的依据。

举例而言，假设我们治疗一个需洗肾的患者时，从阴阳对立制约的关系中（根据藏象学说，肾脏与膀胱属于表里相对应，肾脏属于阴，膀胱属于阳），我们可以判断：当肾脏发生病变时也必定会影响膀胱。

此外，从阴阳互根互用的关系中，我们也可以了解：由于肾脏与膀胱的生理功能必须互相依存、互相影响，因此，在临床治疗时，就可以拓宽诊断用药的思路。比如说，对于虚证肾病的患者，可以针灸膀胱经上的穴位来治

疗,或是在使用补益肾气的药物(杜仲、巴戟天)来治疗虚证肾病时,可以同时使用收摄膀胱气机的药物(芡实、金樱子)。



第3节 阴阳的消长平衡

阴阳的消长平衡是指阴阳之间的对立制约与互根互用,并不是处于完全静止不变的状态,而是始终维持着相对动态平衡。

比如,以人体的生理功能而言,白天人体的阳气比较充盛,从清晨开始阳气逐渐增长至中午时达到最高峰;从中午至黄昏,阳气逐渐衰退,阴气逐渐充盛,一直到午夜阴气达到最高峰。

换句话说,当阳气逐渐增长时,则阴气逐渐消退;当阴气逐渐增长时,则阳气逐渐消退;阴阳彼此之间的状态并不是绝对的、静止的平衡状态,而是相对的、动态的平衡,这种现象就称为阴阳的消长平衡。

比如,感冒的患者,主要是由于外感风寒邪气,破坏了人体阴阳的相对平衡所致。当人体内的阴阳被破坏之后,原本相互平衡的阴阳状况就会出现新的变化,于是,最终出现不是阳气偏盛就是出现阴气偏盛的情况。

总之,风寒邪气必然会造成阴气或阳气的偏盛或偏衰,因而导致阴阳的消长失调而生病。

此时，如果风寒邪气造成人体的阳气偏盛，过盛的阳气郁积于体内而不能宣泄，日子一久就会转换成邪热而出现发热的现象；如果风寒邪气造成人体的阴气偏盛，过盛的阴气停滞于体内而不能宣泄，日子一久就会损伤体内的阳气，因而出现发寒的现象。

在临床上，“阴阳相互消长平衡”是极为重要的观念，但这个概念却往往被许多人所忽略。



笔者曾经遇到一位眼睛经常红肿出血的患者，经询问得知，患者长期服用人参来保养身体，以应付忙碌的工作压力，但他却不明白“阴阳相互消长平衡”的原则，他的做法反而加速破坏了人体内的阴阳平衡而造成阳气太过于亢盛，甚至导致眼睛出血的症状。

有些患者经常服用大量的补益药物来治病，其中最常用的就是“人参”。一般人总以为人参可以大补元气，提高免疫力，却不知道如果服用过多的人参，将会导致体内的阳气过盛，当阳气过盛时，必然会造成阴液相对不足，当阴液亏虚到一定程度时，阳气也必然十分炽盛；也就是说，此时人体内的阴阳已经严重失调，这就是“阴阳相互消长平衡”的原则。如果炽盛的阳气得不到平衡而没有出路时，就会化为火热邪气，也就是俗话所说的“火气”、“肝火”，严重时甚至会灼伤血脉而引起出血的现象。

为什么火气大的人经常容易暴怒呢？

这是因为当体内蕴积了异常炽盛的阳气时，如果阳气得不到正常的宣泄，最后就不得不随着暴怒的情绪来宣泄；每次暴怒都可以减少体内一部分的火气，这是人体在调节阴阳失调的过程中所出现的必然反应，可以算是阴阳相互消长平衡的现象。此时，如果风寒邪气造成人体的阳气偏盛，过盛的阳气郁积于体内而不能宣泄，日子一久就会转换成邪热而出现发热的现象；如果风寒邪气造成人体的阴气偏盛，过盛的阴气停滞于体内而不能宣泄，日子一久就会损伤体内的阳气，因而出现发寒的现象。

第4节 阴阳的相互转化

阴阳转化是指阴阳双方在特定的条件下，可以各自向其相反的属性转化，即阴可以完全转化为阳，阳也可以完全转化为阴。虽然阴阳彼此之间可以随时随地相互转化，但是如果转化成截然不同的属性时，这种特殊的情况则不是经常发生，通常都只表现在事物变化的“物极”阶段，也就是所谓“物极必反”的阶段。

这个概念可以用每年四季的气候变迁来说明，当气候从春天的初暖逐渐发展到夏季的炎热时，如果炎热达到极点就会由炎热逐渐转变为寒凉，因而又从秋天的偏凉发展到冬季的严寒，如果严寒达到极点又会由严寒逐渐转变为温暖。在这个过程中，寒热虽然不断地交替变化，但是到了“极点”时，热就会转成寒，反之寒也会转成热。

总之，我们从自然界的许多现象中可以发现，虽然阴阳可以不断地进行相互转化，但是有一个特点，就是阴阳截然不同的转化通常在“物极必反的极点”时表现得最为明显。

冷饮停滞于脾胃者，原本属于体质偏寒的阴证，但是如果冷饮导致体内的阳气不能正常宣泄而停滞，阳气郁滞日久就会转变为邪热，于是患者的病证就是从阴证转化为阳证



临床上，这种阴阳的相互转化的现象，在人体病情的发展过程中经常可见。



比如，在炎热的夏天，很容易发生中暑的现象，造成患者的体温出现持续高热的症状。由于此时患者体内的温热邪气十分炽盛，如果温热邪气严重损耗人体内的气、血、津液，导致体内的正气衰竭时患者就会从持续高热的症状突然转变为出现体温下降、面色苍白、四肢厥冷、脉微欲绝等阳气暴脱的危急证候，这种病证的突然转变，就属于“由阳证转化为阴证”的案例。

又比如喜欢进食生冷食物的人，很容易造成体内的脏腑气血偏于阴寒，甚至导致阴寒邪气停滞于体内。如果阴寒邪气太过于炽盛而影响到气血的正常运行时，体内的阳气将得不到正常宣泄而停滞，当阳气郁滞日久而没有出路时就会转变为邪热，当邪热形成后又会上来蒸灼体内的气血津液，造成人体出现发热的现象，于是患者就会从偏于阴寒体质的阴证突然转化为身体发热的阳证，这种现象属于“由阴证转化为阳证”的案例。

第5节 阴阳失调的类型

对于健康的人而言，体内的阴阳必须维持动态的平衡才能保持健康。如果人体内的阴阳失去了平衡（阴阳失调），就会导致人体生病。

从阴阳学说的角度来看人体之所以会生病，主要是因为体内的阴阳失调的缘故。虽然在临床上有许多复杂的因素都会造成人体内的阴阳失调而产生疾病，但是在这些复杂因素中，可以归根结底地归纳为“阳气过盛”与“阴气过盛”两种类型，也就是本书所说的“阳偏胜”型与“阴偏胜”型。

举例而言，当某些因素导致阴阳失去平衡，造成属于阴性的脏腑组织（血液、津液、五脏）的功能太过亢盛时，就会相对地造成属于阳性的脏腑组织（阳气、六腑）的功能比较衰弱，我们可以把患者此时的生理状况简称为“阴偏胜”型。