

望 手

诊病与中医简易治疗

WANGSHOU ZHENBING YU ZHONGYI JIANYI ZHILIAO

主 编 周幸来
副 主 编 孙 冰 白 婧
编 者 (以姓氏笔画为序)

王新建	白 婧	孙 冰	汪衍光
邹珍美	陈建明	陈馨宝	周 举
周 绩	周成友	周幸冬	周幸来
周幸图	周幸秋	周幸强	周幸娜
姜水芳	姜袁芳	姜娟萍	

图片摄影 周幸来



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

望手诊病与中医简易治疗/周幸来主编. —北京: 人民军医出版社, 2011. 9

(中医望诊图解与简易治疗丛书)

ISBN 978-7-5091-5042-9

I. ①望… II. ①周… III. ①掌纹—望诊(中医)—图解 IV. ①R241.29-64

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第167993号

策划编辑: 杨德胜 文字编辑: 王霞 责任审读: 伦踪启

出版人: 石虹

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

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8065

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 北京天宇星印刷厂 装订: 京兰装订有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/32

印张: 4.5 字数: 88千字

版、印次: 2011年9月第1版第1次印刷

印数: 0001—3500

定价: 30.00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

内 容 提 要

本书为《中医望诊图解与简易治疗丛书》之一。是以观察手的各种变化来诊断疾病并提供中医简易治疗的一本科普读物。全书分两大部分。第一部分包括望手诊病基础知识和手部异常变化的望诊与分析；第二部分介绍了各科常见病症的手诊要点及中医简易治疗的具体方法。本书图片真实清晰，文字解析内容丰富，诊疗方法简便易行，既不要特殊仪器，亦无需专门场所。本书适于基层医务人员、医学院校毕业生在临床工作中参考，也可供医学爱好者和社会大众在自我防病保健或自疗时阅读参考。

前言

手，是人的重要器官，人类正是依靠灵巧的双手创造了今天的世界。

望手诊病是指通过观察手掌、手背及腕部的形态、色泽、纹理等各种异常变化辅助临床诊断和鉴别诊断疾病的一种简易方法。它是我国传统医学的重要组成部分，有着悠久的历史渊源。早在2 000多年前成书的《黄帝内经》就指出：“有诸内，必形于诸外”“视其外因，以知其内脏，则知病所矣。”这种天人合一、内外相应的理论，一直指导着中医的临床实践。1973年，在湖南长沙马王堆西汉墓出土的医籍帛书中，发现有《阴阳十一脉灸经》和《足臂十一脉灸经》，这是目前已知最早的经脉学和灸疗学专著。在《阴阳十一脉灸经》中，明确记载有耳、眼、咽喉的筋脉与上肢相联系，这是先哲们对生理、病理现象长期观察的理论概括。由此可以看出，2 500年以前我们的祖先就已有手部诊疗、养生方面的实践和论述了。这一基本理论经历代医家不断地补充、发展，形成了手部望诊学—手穴诊疗学，为人类的生息、繁衍作出了重要的贡献。

西方研究手诊的学者认为，“手是人类心灵的外在窗户”。手是人类的另一个大脑，其行动与大脑保持着一致，手的敏感性比人体任何部位都要强。手与大脑虽非毗邻，但二者之间存在着特殊的信息联系，故手与人体生命息息相关。中国也有一句俗话说叫“十指连心”，足见手与内脏的息息相关。手掌纹与手指纹都含有丰富的科学信息，对于了解

一个人的体质强弱、遗传性疾病均有其独特的诊断价值。

近60年来，我国广大医务工作者在继承发扬中医学和吸收国外手诊学经验基础上，将手诊、手疗、保健、养生、美容学的理论与现代医学理论相结合；从经络、神经、体液、淋巴、免疫、生物信息等途径进行了大量有益的探索与研究，在手部诊治学方面做了许多艰苦细致的工作。手穴治疗也广泛应用于内、外、妇、儿、皮肤、五官等临床各科的几百种疾病。

在本书编写过程中，笔者阅读参考了许多前贤及当代学者的有关著作和大量文献资料，拜访了多位民间医生和医僧，领悟了许多学术真谛和独到的经验，受益匪浅。对此，向他们表示崇高的敬意和衷心的感谢！由于笔者水平有限，书中的错漏之处，敬请读者指正。

浙江省江山市幸来特色医学研究所所长 周幸来

2011年春于凤林杏春书斋

目 录

第一部分 望手诊病概述

一、望手诊病基础知识	2
(一) 手的生理形态与解剖构造	2
(二) 掌面各部位与脏腑的对应关系	5
(三) 望手诊病须知	6
二、手部望诊与分析	20
(一) 望手掌的各种类型	20
(二) 望手指大体形态	23
(三) 望手部的异常变化	25
(四) 望手掌的形态变化	30
(五) 望手掌色泽变化	32
(六) 望手掌的静脉变化	37
(七) 手掌(指)的温度变化	39
(八) 望手掌的出汗情况	40
(九) 望五行星丘的掌纹形态诊病	40
(十) 手掌各纹线具体分解与主病	46
(十一) 不常见纹线及主病	55

第二部分 常见病的手诊要点及中医简易治疗

一、传染病	62
-------------	----

(一) 病毒性肝炎	62
(二) 肺结核	63
二、呼吸系统疾病	66
(一) 慢性支气管炎	66
(二) 支气管哮喘	67
(三) 支气管扩张	68
三、消化系统疾病	69
(一) 急性胃炎	69
(二) 慢性胃炎	71
(三) 胃、十二指肠溃疡	72
(四) 胃下垂	75
(五) 脂肪肝	76
(六) 肝硬化	78
(七) 胆囊炎	79
(八) 胆石症	81
四、心脑血管病	83
(一) 原发性高血压	83
(二) 冠状动脉供血不足	84
(三) 心绞痛	85
(四) 心肌梗死	87
(五) 心律失常	88
(六) 慢性肺源性心脏病	90
(七) 风湿病 (含风湿性关节炎、风湿性心脏病)	92

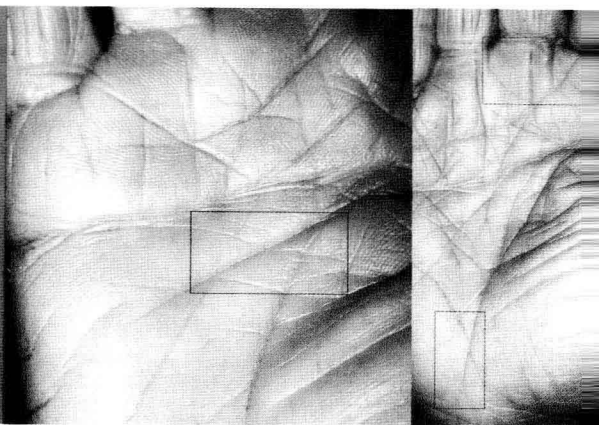
目 录

(八) 脑血栓形成	95
(九) 脑出血	97
(十) 脑动脉硬化症	99
五、内分泌及代谢性疾病	101
(一) 甲状腺功能亢进症	101
(二) 糖尿病	103
(三) 类风湿关节炎	104
(四) 高脂血症	106
(五) 痛风	107
六、泌尿系统疾病	110
(一) 泌尿系感染	110
(二) 尿石症	111
(三) 慢性前列腺炎	113
(四) 前列腺增生症	114
(五) 肾病综合征	116
七、妇科疾病	118
(一) 月经不调	118
(二) 盆腔炎	120
(三) 乳腺增生	121
(四) 不孕症	122
(五) 围绝经期综合征	124
八、其他疾病	126
(一) 血管神经性头痛	126

(二) 神经衰弱	127
(三) 贫血	128
(四) 急性腰扭伤	130
(五) 便秘	131
(六) 痔	132
(七) 肛裂	133

望手诊病概述

第一部分



一、望手诊病基础知识

（一）手的生理形态与解剖构造

1. 手的生理形态 手可分手指、手掌、手掌背和手腕 4 个部分。

（1）手指：分指尖、指腹、指甲 3 部分。在正常情况下，每只手有 5 个手指，亦即拇指、示（食）指、中指、环（无名）指和小指。拇指侧又称为桡侧，小指侧又称为尺侧。各手指的长度不一，无论是男是女，均以中指最长，再依次为环指、示指、小指、拇指。各个人手指长度有明显的差异，而一个人左右手无显著的差异。指甲由指端背面的皮肤所衍生，正常的指甲为弧形，并略呈平板状。

（2）手腕和手掌：是指前臂与手掌相连接的部分。手腕又分腕前区与腕后区两部分。手指与腕前区之间的范围称为“手掌”。手掌中央的凹陷处，称为“掌（手）心”，其内、外两侧呈鱼腹状的隆起处，分别称为“大鱼际”和“小鱼际”。手指与腕后区之间的部分，称为“手掌背”。手的形态及各部位名称，见图 1-1。

2. 手的解剖构造

（1）手指：手指的解剖可分为“浅层”和“深层”两部分。其浅层包括皮肤、浅筋膜、血管和神经。深层包括指浅屈肌腱、深层肌腱、指腱鞘和指伸肌腱。

各个手指均有两条指掌固有动脉和两条指背动脉，

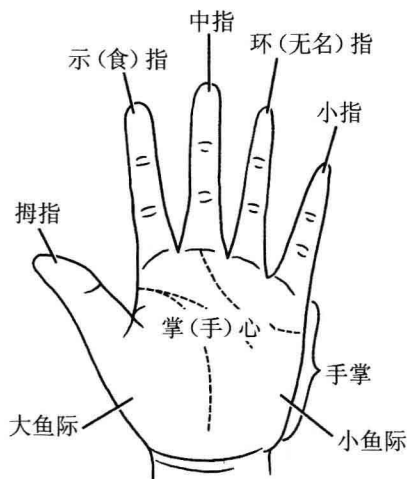


图 1-1 手的形态及各部位名称

并分别与同名神经相伴行。指掌侧固有动脉行于各指的两侧面偏掌侧，在指端相吻合，其分支分布于指骨、指关节、肌腱和皮肤。指背动脉较为短小，仅达近侧指关节，行于各手指两侧面偏背侧。手指的静脉主要位于手指背侧。浅淋巴管与指腱鞘、指骨骨膜的淋巴管相互交通畅达。

(2) 手掌：手掌的解剖构造可分为浅表层、中层、深层 3 部分。浅表层包括皮肤、浅筋膜、深筋膜。中层由掌浅弓、正中神经、尺神经的浅支、指浅屈肌腱、指深屈肌腱以及蚓状肌所构成。深层则由尺神经深支、掌深弓、骨间肌以及掌骨构成。手掌的间隙是位于手掌中间深部的疏松组织间隙，又分为鱼际间隙和掌中间隙两部分。掌中间隙是由掌腱膜的桡骨桡侧缘向深部发出，斜向尺侧附着于第 3 掌骨前缘处。而手掌肌肉是由鱼际

肌、拇短展肌、拇短屈肌、拇对掌肌、拇收肌、小鱼际肌、掌短肌、小指展肌、小指短屈肌、小指对掌肌、蚓状肌、骨间肌与屈指肌腱所构成。

(3) 手掌背：手掌背部的皮肤较为薄弱，有毛发和皮脂腺的存在，且富于弹性。因与浅筋膜结合疏松，故易移动。握拳时皮肤紧张，伸指时也不会显得过于松弛，因此外伤后容易导致皮肤撕脱。手掌背浅静脉较为丰富。手部的血液回流以手掌背静脉为主。手背深筋膜又分为浅、深两层。手掌背部的动脉供应主要来自于桡动脉的分支。

(4) 手骨：包括指骨、掌骨和腕骨，正常人共有 27 块手骨。

①指骨。共有 14 块，拇指 2 节，其余各为 3 节，为近节指骨、中节指骨和远节指骨。每节指骨的近端为底，中间部为体，远端为滑车。远节指骨的远端掌面粗糙，称为“远节指骨粗隆”。

②掌骨。共有 5 块，由桡骨桡侧向尺骨桡侧为第 1～5 掌骨。近端为底，与腕骨相接；远端为头，与指骨相接；中间为体。第 1 掌骨最短而粗，其底有鞍状关节面，与大多角骨的鞍状关节面相连。

③腕骨。共 8 块，排列成近、远两列。近侧由桡骨桡侧向尺骨桡侧分别为手舟骨、月骨、三角骨和豌豆骨。远侧排列分别为大多角骨、小多角骨、头状骨和钩骨。8 块腕骨共同构成一掌面的腕骨沟。各骨相邻的关节面，形成腕骨间关节。手舟骨、月骨和三角骨近端形成椭圆形的关节面，与桡骨腕关节面及尺骨下端的关节盘共同构成桡腕关节。



（二）掌面各部位与脏腑的对应关系

掌面各部位与脏腑的对应关系, 详见图 1-2。

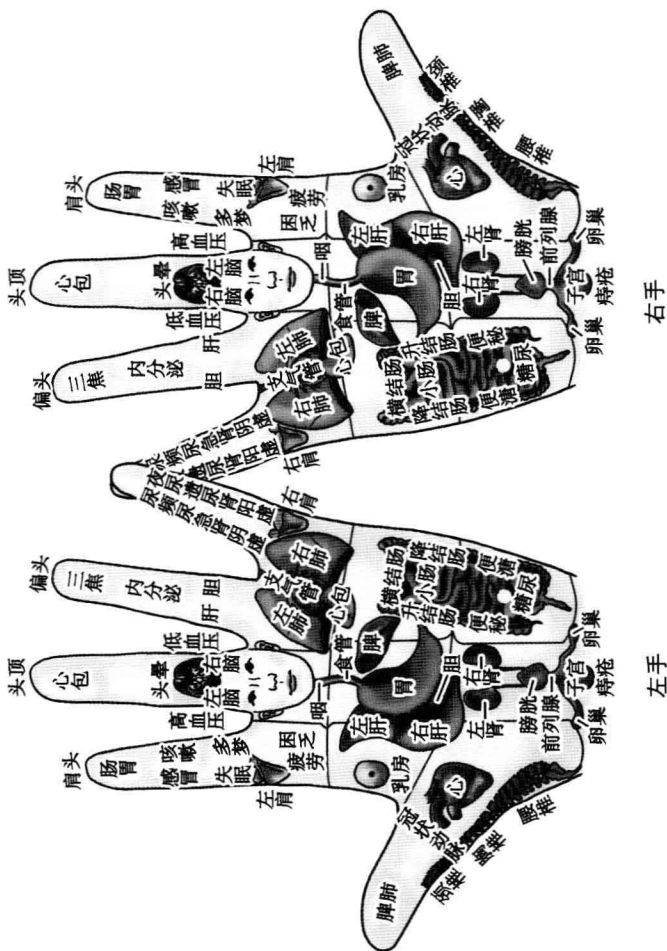


图 1-2 掌面各部位与脏腑的对应关系

(三) 望手诊病须知

通过对手部的望、触、按诊以及对手纹、指甲的观察和分析，为临床诊断病症提供依据的方法，称为“手诊”。

手诊前，先嘱受检者洗净双手，挽起袖口，充分暴露整个手部。认真观察手部的色泽与形态，仔细观察有无抽搐、拘急、强直、痿软、瘫痪、瘦削、肿大、震颤、青筋突出等异常变化，并详细询问有无酸楚、麻木、郁闭、乏力、疼痛等，触摸手部的温凉感觉，按压手部有无水肿、疼痛等改变。

1. 掌面五行方位的分布及意义 仰掌（手心向上，手背朝下），手指向前平伸，指端方为南，掌根处为北，左侧为东，右侧为西，即谓坐北面南取向。其掌心中央为脾胃，属土；东方为肝，属木；西方为肺，属金；北方为肾，属水；南方为心，属火。详见图 1-3（1）。

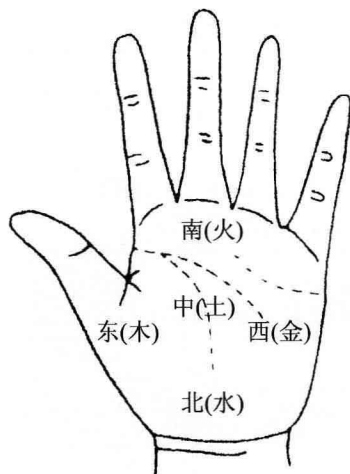


图 1-3（1） 掌面五行各方位的分布

2. 掌面五行星丘的划分及其意义

五行星丘：仰起手掌，手心向上，手指平伸，大鱼际靠近虎口部位，称为第一火星丘；靠近掌根侧部位，称为金星



丘；示指根下部位，称为木星丘；中指根下部位，称为土星丘；环指根下部称为太阳丘；小指根下部，称为水星丘；小鱼际靠近水星丘侧，称为第二火星丘；靠近掌根侧，称为月丘；掌根部正中位置处，称为地丘，掌心部位，称为火星平原，详见图 1-3（2）。

3. 掌面 5 条主线流年划分法

（1）第 1 线流年划分法：分别以 4 指指根部中点处向下画一条垂直线，与第 1 线交点处定为年龄数，起始端年龄数小，依次排列，见图 1-4（1）。

（2）第 2 线流年划分法：分别以 4 指指根部中点处向下画一条垂直线，与第 2 线交点处，即定为年龄区。起始端年龄数小，依次排列，见图 1-4（2）。

（3）第 3 线 3 种划分法

①从示、中两指缝向第 3 线平行画一条弧线，其相交点分别为 20 岁、40 岁、60 岁、80 岁，依次类推，见图 1-4（3）。



图 1-3（2）掌面五星丘方位的划分