

《一个月学中医》系列丛书

总主编 / 张登本

一个月学中医辨证

第2版



人民军医出版社

主编 / 张登本 孙理军



《一个月学中医》系列丛书

一个月学中医辨证

第②版

YIGEYUE XUE ZHONGYI BIANZHENG

主 编 张登本 孙理军
副主编 朱钰叶 郝 蕊 徐晓明
编 者 (以姓氏笔画为序)
方亚利 田丙坤 朱钰叶 乔文彪
孙理军 李翠娟 汪 丹 张景明
张登本 陈震霖 欧雪梅 郝 蕊
徐晓明



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

一个月学中医辨证 / 张登本, 孙理军主编. —2版. —北京: 人民军医出版社, 2010.10

(一个月学中医系列丛书)

ISBN 978-7-5091-4261-5

I. ①一… II. ①张… ②孙… III. ①辨证论治—基本知识 IV. ①R241

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第195983号

策划编辑: 张伏震

文字编辑: 牛潞芳

责任审读: 吴 然

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) 51927300-8725

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 北京国马印刷厂

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 15.25 字数: 267 千字

版、印次: 2010 年 10月第 2 版第 1 次印刷

印数: 0001~4500

定价: 32.00 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



丛书编委会

总主编 张登本

副总主编 周永学 孙理军

编委 (以姓氏笔画为序)

丁然	王珏	王震	王洪玉	韦永红
方亚利	艾霞	田丙坤	巩振东	朱钰叶
朱慧渊	乔文彪	齐达春	孙理军	孙超越
孙耀光	严元贞	李哲	李鹏	李建军
李翠娟	杨文潮	杨忠瑶	杨胜权	汪丹
张辉	张晓萍	张景明	张登本	陈震霖
林洁	欧雪梅	周永学	郝蕊	党照丽
钱来军	徐晓明	黄以蓉	傅培生	雷平山



内 容 提 要



中医辨证是以中医理论为基础，以中医学特有的思维方式，探寻疾病本质的过程。本书是作者在遵循传统的八纲辨证、病因辨证、气血辨证、经络辨证、卫气营血辨证等内容的基础上，结合临床经验编写而成。按照辨证特点分为 30 讲。前 22 讲主要介绍了各证的发病机制、临床表现及辨证方法。后 8 讲列举了妇科、儿科、眼科、耳鼻喉科病症的辨证方法。本书内容通俗易懂、易记，便于初学中医者掌握辨证要领，适用于中医院校学生及中医爱好者学习参考。



总

序



“一个月学中医”系列丛书，共编写了能体现中医中药知识构架的理、法、方、药和临床应用范例的八本中医中药通俗读本，包括《一个月学中医基础》《一个月学中医诊法》《一个月学中医辨证》《一个月学中药》《一个月学开中药方》《一个月学针灸》《一个月学推拿》和《一个月学四季养生》。通过对这套中医中药通俗读本的介绍，使中医中药的相关知识以通俗易懂的面目，展现在热爱中医中药的广大民众面前。只有被民众认同的科学知识才能具有生存的土壤和无限的生命力，也才会有无限的发展空间和市场。中医中药是发生于中华民族传统文化背景下的医学，自其产生之日起，就与中华民族的繁衍昌盛息息相关，紧密相连。毫不夸张地说，中医中药对于中华民族的繁衍昌盛具有不可磨灭的历史功绩和现实意义，如果没有中医中药的存在和发展，就没有繁荣昌盛的中华民族之今天。近百年来，西学东渐，这既给中医中药带来了发展的机遇，同时也带来了巨大的冲击和挑战。由于东西方文化和东西方民族认识事物的理念和方法的差异，加之其他因素的影响，使西方文化对中医中药的冲击和挑战大于机遇。如果认真而深刻地回顾和总结近百年来西学东渐，以及中医中药发展缓慢的历史，就不难看出这样一个事实：这就是发生于中华民族传统文化背景下的中医中药，是以传统而古老的思维方法和文字表述方式存在的，使得那些自幼受现代文化、现代理念、现代思维方式影响的青年学子，或者喜爱中医中药的中青年人，无法用现代思维方式和现代文化理念轻易地去解读中医中药知识，更不用说对中医中药知识的继承和传扬了。如果不能运用通俗易懂的语言文字把发生于古代、又是用传统思维语言表述的中医中药知识介绍给读者，那将永远使其包裹在神秘的面纱之

下，永远是“阳春白雪”，永远只能让少数人读懂，那么这样的中医中药知识也只能远离民众，也将成为无源之水、无本之木，将会被人类抛弃。广大的人民群众是中医中药的源头活水，只有让广大民众读懂、会用中医中药知识，让民众相信他们身边处处有中医中药知识，中医中药才能有广阔的发展空间和无限的生命力。这便是我们撰著“一个月学中医”系列丛书的缘由和动因。

科学研究、人才培养和科学普及是任何一门科学的存在和发展所必需的任务，三者缺一不可。科学研究是学科发展的灵魂，是提升学科品质的必要方法，是丰富学科的科学内涵、强化学科的生命力的核心，是学科的存在与发展的基本工作和根本任务，也是解决学科的学术层面理论问题以及技术层面应用问题的必须手段。科学研究需要有相应的人才来实现，所以学科的人才培养是学科发展链接中十分重要的一个链环，是学科存在、学科发展进程中必要的技术力量储备。无论是学科的学术理论或技术应用，都需要相应的高素质、高水准的人才予以实施。可见，人才的培养对于学科的存在与发展是至关重要的。以上两个方面的重要性是人所共知的，唯独科学普及工作常常不被人们所重视。任何一门科学知识，只要有了广大民众的认同和肯定，只有深深地根植于广大民众的心目之中，才会有无穷的生命力，也才会在民众的休养生息过程中代代相传，延绵不绝。反之，不被广大民众认同和肯定的科学知识，是缺乏生命力的，也很难得到推广和发展。中医中药科学知识为什么会在我国经济相当发达的港、澳、台及珠江三角洲地区蓬勃发展，蒸蒸日上，而在地域辽阔、人口众多的北方却渐趋萎缩，其原因之一恐怕是中医中药知识的科学普及工作不到位，中医中药知识未能深入民众之心的缘故。可见，只重视中医中药的科学研究而不关注中医中药的科学普及，必然会带来“曲高和寡”之虞。

数十年来，我们陕西中医学院中医基础理论学科团队，在注重中医基础理论及中医经典著作的研究，重视中医基础理论及中医经典著作 ze 教学工作的同时，从未忽视中医中药知识的科学普及工作，这是缘于我在 20 世纪 80 年代初期参加由国家科学委员会在京举办的全国科学普及写作学习班所受教育 and 熏陶有关。我们先后编著出版的《中医常用名词术语解释》（西安：陕西科

学技术出版社，1985年）、《白话黄帝内经通解》（西安：世界图书出版公司，1998年）、《全注全译中医经典名著》系列丛书（北京：新世纪出版社，2007年），以及与人民军医出版社共同策划编著出版了第一版“一个月学中医”系列丛书（2002年出版）等，都是我们重视科学研究、人才培养和科学普及三者并举的产物。近年来，我们编著出版的“一个月学中医”科普著作广受读者的欢迎，根据广大读者对第一版的反馈，我们这个集医疗、教学、科研及科学普及于一体的团队，在认真汲取读者反馈意见的基础上，一改中医中药文献引经据典而后入说的传统文风，尽可能地运用通俗易懂、简洁流畅的文笔，剥去中医中药知识在广大民众眼里的神秘面纱，让更多的人关心中医中药、热爱中医中药、需要了解中医中药的民众轻松地阅读这些通俗读本。

我们编撰的这套“一个月学中医”系列丛书涵盖中医中药的理、法、方、药和针灸临床以及养生保健知识。这套丛书在畅言相关理论的同时，引入相关的临床病例，使读者能结合鲜活的临床例证，饶有兴趣地阅读中医中药理论，学习和掌握中医中药知识。

“理”是指中医中药的理论根基。《一个月学中医基础》主要介绍了中医中药的基本知识。要使中医中药得以普及，让广大民众能够明白中医中药之理。这是重要的基础性知识。

法，即法则，方法之谓也。“法”中虽然包括了中医诊病方法、分析病证的思维方法、处方用药方法，以及汗、吐、下、和、温、清、消、补的治病之法，还有常见病证、针刺、艾灸、拔罐、推拿、按摩的方法等，都反映在《一个月学中医诊法》《一个月学中医辨证》《一个月学针灸》《一个月学推拿》《一个月学四季养生》之中，让世人明白中医是用什么方法治病，以及是怎样治病的。

方，即方剂，是根据病情的需要并按照一定的规则，将几种不同药物组合在一起的技术方法。《一个月学开中药方》介绍了临床常用方剂处方的方法、配伍禁忌，并介绍了这些方剂的药物组成、主治功效、药物加减、煎煮方法，以及服药注意事项等内容。

药，即治病的药物。《一个月学中药》介绍了药物的四性五味、主治功效、

七情合和、升降浮沉等中药的一般常识，同时用简洁明快的语言介绍了常用中药的产地、采收时节、简要炮制方法、常用剂量、有无毒性作用、服用禁忌等相关知识。其中有的药物是药食两用，这是中药的一个重要特点。通过这些中药知识的介绍，使读者既能从中学到常见药物的主治功效，又能巧妙地运用药物，达到养生保健的目的。

我们的团队，虽然都是有数十年从事中医中药的教学、科研、医疗和科学普及工作经验的专家、教授，各分册的主编都是有十多年甚至二三十年指导硕士生或博士生学习的知名导师；虽然他（她）们都曾经主编、参编过多部国家级教材，都有自己的专著出版。但是，由于编著通俗易懂而又不使中医中药知识失真的“一个月学中医”科普丛书，是一件非常严肃而又审慎的工作，要使全套通俗读本都符合中医中药知识的规范，达到“信”“达”“雅”的境界绝非易事。因此，我们团队从选题、立项、制订编写大纲、撰写到完稿，历时两年有余，迫于该项工程意义重大的压力，团队的每个成员都一丝不苟，不敢有丝毫的懈怠。尽管如此，未尽如人意之处肯定有之，敬祈广大读者不吝赐教，以待再版时完善。

陕西中医学院 张登本

2010年3月5日谨识于古都咸阳



前

言



中医学通常被认为是一门古老而深奥难懂的医学，对于我们普通读者更是如此。那么，怎样能使普通读者在较短的时间里将这门具有中华民族传统文化特色的中医学学会呢，这是我们关心的问题。

本书的编写特点主要是：在以病例为主线的基础上，运用通俗易懂的语言对生涩难懂的中医学术语加以解释，力求能使读者在阅读此书时的感觉，就像是阅读一本科普读物一样轻松，并通过适当的病例使读者将理论联系到临床实践上，学以致用，使读者在一个月的短暂时间里学好中医辨证，并最终应用到自己的实践中，这是我们最大的心愿！

在介绍具体内容之前，我们首先要知道什么是辨证？中医辨证就是将中医四诊（望诊、闻诊、问诊、脉诊）所搜集的症状、体征等临床资料，运用中医理论及思维方法加以分析研究，辨清这些症状、体征产生的原因、发生的确切部位、疾病寒热的性质，以及致病因素（即邪气）和人体抗病能力（即正气）之间盛衰的关系，然后判断并确诊为某种病证的思维过程。这一认识过程是否准确到位，直接影响医生下一步对疾病的治疗，决定着临床的治疗效果。辨证论治是中医学的一个基本特点，是中医临床诊病、治病的关键。

临床各个学科既有自己不同的辨证方法及内容，又有共同的基本方法可循。本书在研究临床学科各自辨证方法和内容的基础上，归纳整理出其中具有共性的辨证方法和内容，如遵循传统的八纲辨证、病因辨证、气血津液辨证、脏腑辨证、经络辨证、六经辨证、卫气营血辨证、三焦辨证等。为便于读者学习，将全书内容分为 30 单元（讲），每一讲的内容相对独立。每一讲内容中的各证名之下，都有对证名的解释，且每种证型都由病案引出，能够引发读者的

思考，然后结合病例，运用通俗易懂的语言分析证候中各种症状发生的机制，并概括进行该种证候辨证时所涉及的主要内容及经常运用的思维方法。在各单元的主要内容中，为使所讲述的内容通俗、易懂、易记，避免内容的冗繁，尽可能地不引证古人论述。书中还列出“辨证要点”一项，以便读者在学习该证时能够把握要领，便于临证运用。各知识单元之末，多以总结该讲知识点而收尾，这些均是为读者掌握并运用本书内容的提示。

中医辨证是一门实践性很强的知识体系，因此在读者在阅读时必须反复实践才能更好地掌握。为了使学习者能更好地理解和运用中医辨证的方法，本书的第 23 ~ 30 讲示范性地列举了妇科、儿科、眼科、耳鼻喉科辨证方法，读者可以在平时的生活中参考应用。

编 者

2010 年 3 月于陕西咸阳



目

录



- 第1讲 中医的辨证方法 /1
- 第2讲 表里辨证 /8
- 第3讲 寒热辨证 /13
- 第4讲 虚实辨证 /20
- 第5讲 阴阳辨证 /28
- 第6讲 六淫病辨证 /36
- 第7讲 疫疠、七情、饮食、劳逸、外伤病辨证 /51
- 第8讲 气病辨证 /61
- 第9讲 血病辨证 /68
- 第10讲 津液病辨证 /75
- 第11讲 气血津液失常病辨证 /85
- 第12讲 心与小肠病辨证 /92
- 第13讲 肺病证候辨证 /101
- 第14讲 脾病证候辨证 /110
- 第15讲 胃肠病证候辨证 /116
- 第16讲 肝胆病辨证方法 /126

- 第17讲 肾与膀胱病辨证方法 /136
- 第18讲 脏腑兼病辨证 /142
- 第19讲 经络病辨证 /152
- 第20讲 伤寒病六经辨证 /158
- 第21讲 温病卫气营血辨证 /169
- 第22讲 温病三焦辨证 /174
- 第23讲 妇科冲任伤损病证辨证 /180
- 第24讲 妇科胞宫病证辨证 /185
- 第25讲 儿科常见外感病辨证 /190
- 第26讲 儿科常见脏腑病证辨证 /198
- 第27讲 眼病六经辨证 /206
- 第28讲 眼病五轮辨证 /209
- 第29讲 眼病脏腑辨证 /218
- 第30讲 常见耳、鼻、喉病辨证 /223

第 1 讲

中医的辨证方法

什么是中医的辨证？中医辨证具体有什么方法？这些方法又有什么特点？辨证过程中有何注意事项？诸多辨证方法的关系如何？各自适应范围如何？这些问题都是学习中医辨证方法首先要明白的内容。

一、中医的辨证

辨证论治是中医学的基本特点，是中医师诊病治病的要点。辨证是论治的前提，所以，辨证在诊病治病的过程中更显重要。辨证就是将四诊（望、闻、问、切）收集的症状、体征及其他资料，在中医理论指导下进行分析，辨清其病因、病性、部位、邪正关系，概括、判断为某种性质的证候。中医辨证就是医生识别证候、探求病因、分辨病位、区别病性、审察病机和病变趋势的具体手段。中医辨证方法独具特色。

（一）辨证是临床思维的重要方法

辨证要求医者既要综合考察病人各方面的情况，注重发病条件、起病过程、具体症状的前后变化；又要重视具体分析病人对各种致病因素的反应，观察病变阶段邪正斗争的结果。细辨机体失调状态，注意症状的特点，充分遵循因人因地因时的原则，分清“同病异证”和“异病同证”，因而中医辨证具有综合判断与具体分析、注重整体与灵活应变相协调的特点。

（二）辨证能正确处理临证资料

辨证能从全面详细却又复杂纷繁的资料，即病因、病史、现在症状、体征、环境因素的变化中，立足于疾病现阶段的发展，辨别因果，分清轻重缓急，辨清

主次，抓住主要症状，据此揭示特定阶段病变的本质，因而中医辨证具有突出重点、取舍得当、强调动态变化的特点。

（三）以症为据，探求病本

中医辨证能从构成不同证候的不同症状的组合关系中，透过疾病的症状（现象），找出该证候所反映的疾病本质。辨证就是立足于一些突出的主要症状，由此及彼的将其与其他症状联系起来进行全面分析，辨别这些症状相互间是否构成一定的证候，并由症状之表象，揭示病变内在的本质。

二、常用的辨证方法

（一）八纲辨证

八纲辨证方法，是指在通过四诊掌握病情资料的基础上，根据病位的深浅、病邪的性质及盛衰，人体正气的强弱等，对疾病加以综合分析，归纳为阴、阳、表、里、寒、热、虚、实八类证候的一种辨证方法。

八纲辨证乃其他一切辨证方法的总纲。任何一个病症，都可以用八纲辨证法来分析归纳。疾病的类别，不属于阴，便属于阳；疾病的病位，不在表就在里；疾病的性质，不属于寒，便属于热；邪正的盛衰，不是正虚，便是邪实。其中阴阳为八纲的总纲。表、热、实证属阳，里、寒、虚证属阴。八纲反映了病变过程中各种矛盾的几个主要方面，但在临床应用时，它们之间又是相互联系，不可分割的，如辨别表里必须与寒热虚实联系，辨别虚实又必须与表里寒热联系。此外，还有表证入里、里证出表、寒证化热、热证转寒、虚实互变以及寒热真假等。因此，运用八纲进行辨证时，不仅要熟练掌握八类证候各自的特点，还要注意它们之间的相互关系以便灵活运用。

本书根据其知识体系将八纲辨证内容分解为“表里辨证方法”“寒热辨证方法”“虚实辨证方法”和“阴阳辨证方法”四讲予以讲述。

（二）病因辨证

病因辨证方法是指运用病因学的基本理论，根据各种病因的致病特点，综合分析各种病因侵入人体所致疾病的各种证候，推求患者之病因所在，从而给治疗提供依据的一种辨证方法。导致疾病发生的原因是多种多样的，主要有六淫、疫疠、七情、饮食、劳倦以及外伤和虫兽所伤等，每种病因都有其不同的性质和致



病特点，这些致病因素多在一定的客观条件下分别侵害人体使其发病。不同病因侵犯人体的不同病理变化，运用四诊方法的审察，都可以从其发病病史、症状、体征等方面，按病因学原理，推断出其病形成和发展的原因，这一辨证方法即“审证求因”或“辨证求因”。具体方法有：六淫辨证法，七情证候辨证法，疫疠证候辨证法，饮食、房室、劳逸及外伤病证候辨证法。本书根据具体内容，将“六淫辨证法”独立为节，其他病因所致病证的辨证方法合并为一个知识单元予以讲述。

（三）气血津液病辨证

气血津液病辨证是根据气血津液的相关理论，分析四诊所获得的临床资料，在八纲辨证的基础上，分析、归纳、判断为某种证候的辨证方法。

气血津液是构成人体和维持人体生命活动的物质基础，其生成和作用的发挥，与脏腑的正常生理活动有密切关系，而脏腑生理功能的维持，又依赖于气血津液的滋养和推动。因此气血津液的病变与脏腑病变密切相关，两者相互补充。气血津液病的辨证方法包括了气病辨证方法、血病辨证方法、津液病辨证方法和气血津液同病辨证方法四部分，各部分内容相互联系，互相补充。

（四）脏腑辨证

脏腑病证的辨证方法，是指根据脏腑的生理功能、病理表现，对疾病证候进行分析归纳，借以推究病机，判断病变的部位、性质、正邪盛衰情况的一种辨证方法。

脏腑辨证法是利用四诊的方法及八纲辨证的原则，结合脏腑经络的理论，进行辨证而判断病变的脏腑和所患何证。由于各个脏腑的生理功能、经脉循行部位不同，因此脏腑辨证的诊断依据是各脏腑的生理功能异常及经脉循行部位的见症。凡见到哪一脏腑功能失常的症状表现，即可确定病在何脏何腑。例如：见到心悸、怔忡、心烦、心痛、失眠、多梦的症状，应考虑为心脏病变；见到咳嗽、气喘、胸痛、咯血的症状，应考虑为肺脏病变，换言之，这就是该脏病变的辨证要点。临床的辨证方法虽然很多，且各有其特点，但要确切地辨明病证的部位、性质，并指导治疗，都必然落实到脏腑上，因此脏腑辨证是辨证施治的核心和基础，常用于临床各科，尤其是内伤病的诊断。由于脏腑之间及脏腑与各组织器官之间是密切相关的，因此在进行脏腑辨证时要从整体观念出发，注意脏腑间的联系和相互影响，全面正确地作出诊断。

脏腑辨证包括辨心和小肠病证候、辨肺病证候、辨脾病证候、辨胃肠病证

候、辨肝胆病证候、辨肾和膀胱病证候、辨脏腑兼病七个方面的内容，各自独立为节。由于脏腑之间具有表里关系，在病理上又易相互影响，故临床将腑病的部分内容归纳在脏病之中，以脏病辨证为主。

（五）辨经络病证

经络辨证方法，指运用经络的生理功能、病理变化及其与脏腑相互关系的理论，推求疾病发生的原因、性质、部位及邪正关系所属证候的一种辨证方法。

经络是运行全身气血、联络脏腑肢节、沟通上下内外的通路。当外邪侵入人体，经气失常，不能发挥其卫外作用及濡养调节功能时，病邪就会通过经络，逐渐传入脏腑。反之，如果内腑发生病变，同样也可循着经络反映于体表。每一经络都有其循行部位、所连脏腑，因此，经络能够规律地反映出若干证候，根据这些证候，有助于推断疾病发生于何经、何脏、何腑，从而进一步确定病变性质和发展趋势。经络病变的诊断依据：一是经脉循行部位的症状；二是相应脏腑功能失常的症状和经气厥逆症状；三是该经气血阴阳的盛衰，阳盛者多见热证，阴盛者多见寒证。经络辨证时应注意，当一症状发生于同一部位，而必须推求是某脏、某腑或某一经脉的特发病变时，当从同时出现的若干症状，或者是先后出现的一系列症状来对照经与经之间的关系，以及经脉与脏腑之间的络属关系，才能辨清每一症状是属于某经的病变，从而推求出病因病机与病名。

经络病证可错杂出现于脏腑、气血病证之中，可相互参照。经络辨证法可用于对多种病证，特别是针灸的临床辨证，应注意不同经脉病证的鉴别。

（六）辨伤寒六经病证

六经辨证，是东汉张仲景在《素问·热论》的基础上结合其临床体会新创立的一种适用于外感病的辨证方法。六经辨证，指用六经理论分析、认识外感病及杂病的病因、病位、病性、病理机制和病势趋向的一种辨证方法和论治准则。

六经即太阳、阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴。它概括了脏腑、经络、气血的生理功能和病理变化，并根据人体体质的强弱、气候因素和地理环境，以及病因属性、脉症表现、病势的进退缓急，将外感病及杂病演变过程中所出现的各种证候进行分析、综合、归纳，从而讨论病变的部位、性质、病势、证候特点以及立法处方等问题，六经既是辨证的纲领，又是论治的准则。

六经病证是六经所属脏腑经络的病理变化反映于临床的各种证候。一般来说，六经中太阳、阳明、少阳叫做三阳，太阴、厥阴、少阴叫做三阴。三阳病证以六腑的病变为基础，多属于实证、热证；三阴病证以五脏的病变为基础，多属