

实践脉学

黄杰熙 编著

山西科学技术出版社

[晋]新登字 5 号

实 践 脉 学

黄杰熙 著

*

山西科学技术出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 太原兴晋科技印刷厂印刷

*

开本:787×1092 1/32 印张:3.875 字数:80 千字

1994 年 9 月第 1 版 1994 年 9 月太原第 1 次印刷

印数: 1—5000 册

*

ISBN 7-5377-0957-2

R·411 定价:2.80 元

序 言

祖国医学，自古迄今，非常重视诊断，以之作为审因辨证论治的唯一根据，辨证又以四诊八纲为要目。习俗相仍，四诊中又以脉诊为显要，患家请中医治病，俗呼为“看脉”；意思是“看脉”二字可以代表整个诊治过程与医生本身的学识技术高低。

但世之为医者，往往指下茫然，漫道“脉不可凭”，有时不诊脉还混不下去，只好装模作样，滥竽充数，根据问诊而来的症象，以成方经验为用。本末倒置，是为医道之大失。所以今之医者治愈率不高，脉诊这关未突破，是其中一项最主要的原因。

寸口诊法，首见于《内经》，创始于扁鹊，发扬于仓公。自王叔和《脉经》出世，虽有承先启后之功，但具遗略之失。继之脉书汗牛充栋，竟宣新奇，盛名之下，其实难副，无怪世之为医者，难于得心应手，使脉学将成绝学，在诊断中走过场。

有鉴于此，不揣愚陋，撰《实践脉学》一小册，上遵《内经》、《难经》之诊法，确有继承，并将后世所增之脉种与先人口授心传之学，悉为归类，使学者循

理以求，检验于实践，确立脉诊完全可凭的概念，离开了它如盲人夜行，有了它马上心明眼亮，在夜航中如见明亮的灯塔一般。

限于水平，力难从心，敬盼同道阅后多提宝贵意见，以利进一步修改补充，共臻完善。

黄杰熙

1994年2月于太原

体 例

(一) 本书分为上、中、下三篇：上篇绪论，主要论述脉之起源与原理，以及脉为什么可凭；中篇脉法精髓，主要论述脉之分纲分目与具体应用法；下篇补正四言脉诀，主要补正增删前人脉诀，便于初学者之诵习。

(二) 本书主要依据《内经》、《难经》、《伤寒论》、《金匱要略》，及考正《脉经》以下脉书 50 多种作参考，去其糟粕，取其精华，更从先人口授心传与结合临床验证写成。

(三) 能自然参以西医之学者，慎为采纳，以期初步融通。

(四) 本书论脉，深入浅出，实事求是，务取精简明理：精则不粗；简则易用；理明则汇通。

(五) 本书论脉，以阴阳为总纲，以浮沉迟数虚实大缓八脉为纲，分别代表表里寒热虚实邪正八纲，贯通于 28 脉之中。每纲之后，分别选取陈修园八脉诗殿后，并加以修订重整，以期更合每纲之简便总结与背诵。

(六) 提纲八脉，分别立纲，并选列相似之脉为目，

但邪正二纲，是纲目合一，纲举目张，既便于理解记忆，又切合临床实践与应用。

（七）奇经八脉，分别阐明经、络、奇经关系，重要在具体诊断与认识应用，并绘出两手寸口诊法二十六候图，便于与十二经脏腑汇通。

（八）妇人诊法，突出以尺为主，诊经、带、胎、产、不孕最确。

（九）小儿诊法，以虎口三关、外诊法、脉诊法三者为主，此为小儿诊法之最简明最实用之法，苟能精通熟练，用时则可得心应手。其他虽有五色诊、望苗窍、舌胎等法，只可参考，不如此取者，百发百中。为了简明不乱起见，本书只取三法，以明整个精诚提炼之总旨。

（十）为了辅助初学者诵习脉学起见，又编撰了“补正四言脉诀”，使脉学趋于全面，照料周详。

（十一）本书还在适当地方加用“按”字，以明该节之旨趣及未能全面阐述之根源。中、下篇加用小结，以明该篇之立足点及与它篇之内在联系。

目 录

上篇 绪论	(1)
一、脉诊起源	(1)
二、寸口诊法的理论起源	(4)
三、寸口三部九候法	(7)
四、九候法之原理	(8)
五、脉证关系	(11)
中篇 脉法精髓	(14)
一、脉法	(14)
二、胃、神、根	(15)
三、提纲八脉	(17)
四、脉分纲目	(17)
(一) 浮纲 (以芤、革、散 3 脉为目)	(17)
(二) 沉纲 (以伏、牢 2 脉为目)	(23)
(三) 迟纲 (以结、代 2 脉为目)	(28)
(四) 数纲 (以紧、动、促 3 脉为目)	(37)
(五) 虚纲 (以弱、濡、微、涩、细、 短六脉为目)	(46)
(六) 实纲 (以滑、长、洪、弦 4 脉 为目)	(62)
(七) 大纲 (即邪纲)	(72)
(八) 缓纲 (即正纲)	(76)

五、奇经八脉	(78)
(一) 何为奇经?	(78)
(二) 奇经八脉简摩	(79)
(三) 经、络、奇经总论	(80)
六、评气口九道图	(82)
两手寸口诊法二十六候图	(附后)
七、脉诊的具体应用综述	(85)
(一) 别外感与内伤	(85)
(二) 别内因七情所伤; 病气、血、痰、食、 郁五疴	(86)
(三) 别外因风、寒、暑、湿、燥、火六气 所伤为病	(87)
(四) 六经证脉法	(87)
(五) 七怪脉	(87)
八、妇人脉法	(89)
(一) 妇人脉法重点	(89)
(二) 妇人常脉、病脉、孕脉	(89)
(三) 将产脉、产后脉	(90)
(四) 不孕脉	(90)
九、小儿诊法	(90)
(一) 虎口三关法	(90)
(二) 外诊法	(91)
(三) 脉诊法	(91)
下篇 补正四言脉诀	(93)

上 篇 绪 论

一、脉 诊 起 源

古代医家与疾病作斗争，首先必须探明人体生理与病理的规律性，在实践与探索过程中，发现了脉诊的重要性，在无文字记载之前，则是口授相传，不断实践总结，既有文字之后，必然借这项先进工具予以记载。战国到秦汉时，写成的最早医书《内经》里首先发现人体血液循环，是能通过心肺不断呼吸搏动而成。血液循环是从动脉血管流出和从静脉血管回收，所以有“阳血”“阴血”之分。祖国医学在二千多年前就有此发现，论断又如此准确无误。若与西洋医学相比，英国哈维氏在公元 1682 年（明崇祯元年），才发现心脏的作用是维持血液在体内的循环。就是这点知识，他花费了 17 年的功夫，才得到证明而公开发表。如他能广查国际资料的话，又何至于浪费这样多的时间呢！

任何科学技术，都有它自身的发生发展过程，脉学也不例外，上古即有脉书，出于现存本《内经》之

先，如《素问·示从容论》所云：“臣请诵《脉经》上下篇，甚众多矣。”可惜失传了。

首先来正一正名，为什么要取“脉”字作名，按脉字字义是派、是水，意思是人体血液流于经络脏腑身躯百骸之间，支分派别，周流无滞，便可永年。《素问·五常政大论》：“升明之纪，其物脉”，就是这个意思。具体说脉又是什么呢？《素问·脉要精微论》：“夫脉者血之府也。”《灵枢·经脉篇》：“脉为营。”《灵枢·决气篇》：“壅遏营气，令无所避，是谓脉。”由此可知，脉就是血管，靠气为动力以行。所以说人体内动脉跳动的快慢强弱，是与心脏的搏动强弱和气血多少、正邪进退有密切关系。血多气足，血管自然充胀跳动有力；反之，血管必然扁踏跳动无力，此则最易察知，也便于实验。进一步根据所在部位的距离远近和物理变化的位置、形象，可以测出人身疾病的位置情况，即阴阳表里寒热虚实以及正邪进退。《内经》就是根据以上这些原理，首先突出人体上中下三部九候法来的（即遍诊法），同时又定出两手寸口三部九候法（即独取寸口法）以为补充，两种脉诊法并存，互为补充，互相竞争，在实践检验过程中，淘汰了繁琐的遍诊法，肯定了独取寸口法。简便易行的独取寸口法，就是这样开始发展起来的。后来秦越人扁鹊所著《难经》，就是以“青出兰而胜于兰”的气魄继承发扬《内经》的，在诊法上提倡独取寸口而去掉遍诊法，脉学

由发生发展走过漫长的道路，由此开始定形而昌明，故司马迁在《史记》中认为：“至今天下言脉者，由扁鹊也。”

到东汉末年，临床实践医学大师张仲景著《伤寒杂病论》云：“撰用素问九卷八十一难”，根据《内经》、《难经》理论，以脉证并治为主，定立篇名，脉又以独取寸口诊法为主，对脾胃病有时参用人迎（颈结喉旁动脉）、趺阳（足跗冲阳穴），对妇女病有时参用少阴脉（足内踝后太溪穴）诊法。笔者之经验，凡仲景所言“人迎”或“趺阳”脉，注意诊右手关脉亦甚准确，所言“少阴脉”，诊两尺脉同样可靠。当然，如果两手无脉，还得诊头、颈、腹和足，始可定脉证是否相符，方为全面。

自上古之《脉经》早已失传，东汉时涪翁所著之《诊脉法》又不可得，现在可寻的最早脉书要算晋·王叔和所著之《脉经》了，此书继承了晋以前之脉学，肯定了寸口三部九候法之成果，系统地阐述了 24 种脉形，并突出以脉定证，行之临床，验证多为可靠，大纯小疵，是一部脉学开山好书。之后脉书渐多，又多继承与化繁为简之著，发明无多，故有“脉诀”出而《脉经》废之论，又有《濒湖脉学》出而“脉诀”废之议。

但以笔者临床实践分析研究所得，脉学以《内经》《难经》《脉经》三书最为可靠，留心实验 50 余年，

经过千百次苦心思考，开始真正有些心得，并有新的发现，所以笔之成书，名曰《实践脉学》，采取简便易行的方法写成，俾学者易于入门。

二、寸口诊法的理论起源

寸口是手太阴肺脉所过之处，脉又是血脉，血又是饮食营养所生，养料由足太阴脾（胃）所输送，首先上输于肺，散于五脏六腑，所以取此可以总统之义。欲作实验，也很简便，当人饥饿时，气血因而不足，诊寸口脉时必虚弱；吃饱时再诊之则滑缓有力。如《素问·经脉别论》说：“食气入胃，浊气（即养料）归心，淫精于脉（即变为血），脉气流经（即十二经），经气归于肺，肺朝百脉（由此吐故纳新），输精于皮毛（皮毛也主呼吸）。毛脉（肺脏）合精，行气于腑（指六腑），腑精神明（指六腑包括奇恒之腑脑在内的精气神明），留于四脏，气归于权衡，权衡以平（肺为相辅之官，燮理阴阳，主治节，分布气化，以得其平），气口（即寸口）成寸，以决死生。”同时《素问·五脏别论》亦有类似说法：“气口何以独为五脏主？歧伯曰：‘胃者，水谷之海，六腑之大源也。五味入口，藏于胃以养五脏气。气口太阴也（指手足太阴经），是以五脏六腑之气味，皆出于胃，变见于气口。’”《灵枢·营卫生会篇》更说得直接了当：“人受气于谷，谷入于胃，

以传于肺，五脏六腑皆以受气：其清者为营（指营血），浊者为卫（指卫气），营行脉中，卫行脉外，营周不休，五十度而复大会。”综上所述，《难经·一难》更说得具体明确：“十二经皆有动脉，独取寸口以决五脏六腑死生吉凶之法，何谓也？然寸口者，脉之大会，手太阴之动脉也。人一呼脉行三寸，一吸脉行三寸；呼吸定息，脉行六寸；人一日一夜，凡一万三千五百息，脉行五十度周于身。漏水下百刻，荣卫行阳二十五度，行阴二十五度，为一周也。故五十度复会于手太阴寸口，五脏六腑之所终始，故法取于寸口也。”

此难阐明诊脉独取寸口之理由是：寸口本为手太阴脉在挠动脉处，但十二经分手足三阴三阳，皆有跳动之脉，如手少阴心脉之极泉、神门之类，均为明显之动脉，何不取之？单单选中了寸口，以决五脏六腑死生之法，到值得深思研究。原因是寸口肺脉乃十二经脉五脏六腑之大会，如何会法呢？气为血帅，肺主呼吸；心主脉之跳动，血靠气行。人一呼脉行三寸，一吸脉行三寸；一呼一吸为一息，脉行六寸；平人一日一夜，凡一万三千五百息，脉行五十度，定为一周于身。荣卫之气，昼行阳二十五度，夜行阴二十五度，加起来是一周。此乃指行于脉管外皮肤分肉之营卫，非行于脉内之荣与行于脉管壁孔窍中之卫。而这两种营卫，是一而二，二而一，各行其道，而在五十度时才

复大会于手太阴寸口，就是二而一的意思；会后又各散行其道，谓之一而二。周而复始，如环无端，五脏六腑之脉皆要会于此。既行一度有一小会，行五十度有一大会；小会者少数会于此，大会者全体会于此。寸口好比碰头地点，所以诊脉取法于此。

事实胜于雄辩，再来证诸实践，脉是血液在血管中之流动，可上可下，旁通四达；亦可渗出血管，回到血管，即输出养料于各组织，回收废料于血管中，全靠心脏之搏动，增减压力而送出与回收。但心脏之搏动，又赖肺脏行呼吸而推动之：呼吸剧而心跳剧，呼吸微而心跳微。肺动脉所来之血液废气中二氧化碳多，氧气少，即二氧化碳之压力大于空气中所含二氧化碳之压力，迫之必从肺泡膜呼出；氧气少则压力小于空气中所含氧气之压力，吸气时则必然吸入，送入肺静脉，则由原来的赭黑色变为赤血。脉中血液变化情况，全由肺为治节，气血由肺经过四脏六腑身躯百骸，分布全身，周而复始，如环无端。其主于手太阴肺经的挠动脉寸口，其理益明，所以能候出十二经五脏六腑之常与变，因十二经五脏六腑不能一时无血，也不能一时无气，气血一有变化，则寸口上应之部位亦起变化，犹如谁不来开会以及表现情况等，在会场上皆可察知一样。肺为相辅之官，诊它就能明了这些事。

三、寸口三部九候法

《内经》、《难经》、《脉经》等书所述寸口三部九候法是一致的，可见学术有继承性，勿须细论。寸口分为三部，以两手腕骨后之“高骨”定为关；关至鱼际穴取九分定为寸，因离心脏远，故居阳之位；关至尺泽穴取一寸定为尺，因离心脏近，故居阴之位。脉诊之长度共一寸九分，一般诊寸六分、关七分、尺六分。外阳所在，与天相似，主上焦之病；关上法人，主中焦之病；尺阴法地，主下焦之病，并以配该区统辖之脏腑躯壳，即《内经》上下竟之义，此乃机械唯物论之划分法，验之有准与不准之实际。若以脏腑之气化兼阴阳五行生化划分，在实践中十分准确。每部又分浮中沉三候，三候乘三部共得九候，合为三部九候法。则以左寸沉候心，中候配心包络，浮候配小肠；右寸沉候肺，中候配脾胃，浮候配大肠，两寸合看则诊胸膈，寸前一分以上诊两手及咽喉头部之疾患。理由是心肺在上象天，但又是脏为阴，故候于沉部；心与小肠相表里，小肠属腑为阳，故在浮候；心包络是心之宫城，又是手厥风木之脏，木为火之母，下生心火，上生小肠火，故列于中候。同理左关沉候肝，中候肾与膀胱，浮候胆；右关沉候脾，中候三焦小肠，浮候胃，两关合看候膈至脐所围之腹背疾患；左尺沉候肾，中

候肺大肠，浮候膀胱；右尺沉候命门，中候肝胆，浮候三焦，两尺合看候脐以下少腹腰臀；尺下一分候两腿至足之疾患。此类候法异于《内经》、《难经》、《脉经》、张景岳、李濒湖、《金鉴》等各家之分法，乍看新奇，实则有继承有发扬，笔者在千万次临床实践中，细心勘验，非常准确，测证断病有神奇之效果，故敢笔之成书。主宰者理，总详于此书中篇所例之《两手寸口诊法二十六候图》。

历代以来，惟吴草庐、李时珍二氏颇得脉诊之要。李氏说：“两手六部皆肺经之脉，特取此以候五脏六腑气耳，非五脏六腑所居之处也。”但是如何能具体分别候其气，囫囵吞枣，从未有准确无误指出过，结果六部皆为五脏占据，六腑和经脉等相配，不过是聋子耳朵，有名无实。同时按部求诊，不晓灵机活泼，真如按图索驷，刻舟求剑，终身执迷，半信半疑，误己误人。脉法乃灵机活泼，别其部候其气，作为内因，再合望、闻、问三诊作条件，四诊综合分析，得出准确病机，施治时处方用药才能针锋相对。若只靠脉诊而不变通合参，则只知内因，而缺乏条件断病，诊断是不会准确的。善诊断者，如名将用兵，老吏断狱，步步合拍，叹为观止。

四、九候法之原理

《素问·脉要精微论》说：“微妙在脉，不可不察，

察之有纪，从阴阳始”则阴阳是察脉之总纲，同时脉是以呼吸定息来决定的，呼出时为在上吐气，脉现于浮分，即阳位，阳属腑，所以浮分可以候六腑；吸入时，气由肺心循脉管以达脾肝肾，所以沉候五脏；呼吸之间为中，即浮沉阴阳的中间，为矛盾交点，正为经脉所过，脏腑混淆，即可以候脏，又可以候腑。而矛盾交点处，正是生发之根源，脏腑靠此供应转输养料与排除废料，故为五行中居生位之地，明乎此者，则脉学触类旁通。

九候法原理知道后，紧接是具体候法问题，如何能认出具体可靠的正脉与变脉(病脉)，脉书与谈脉之书虽多，总欠具体可靠，而寸口本为短短一条动脉管，如何能诊出脏腑经络等身体上的病变，确实微妙。笔者经过无数次的认真实践比较，独立思考，个人始有一套经验。盖健康人气血和平，各部正常无病，寸口脉不大不细，不长不短，不浮不沉，不数不迟，很合谐律节拍，意思悠悠地流行于中部，五脏六腑脉遂摸不到。如果邪气入侵或内乱萌起，首先打破阴阳气血的平衡，或浮或沉，发生于何部位，是何部位之病变。如小肠病人，经常诊到左寸浮大而洪，火气上头则头疼眼花，下因火气偏微，寒邪独胜，泄泻完谷不化；胆胃病人，经常诊到两关皆大而浮，尺寸相形伏下，有如短脉，病人自觉气短、口苦、胃脘疼、不能食，正说明六腑配于浮部，有病则见，无病则不见。同理沉