

●主编 杨志忠 陈一鸣 ●副主编 叶镇鹏 谢国材

中医脉诊入门

学出版社

责任编辑 邓祚智 封面设计 陈莹

新医药图书

新编临床药物手册 ● 第二版 壹拾叁元捌角

临床检验正常值手册 ● 修订版 陆元伍角

中医舌诊入门 ● 修订版 柒元

中医脉诊入门 捌元

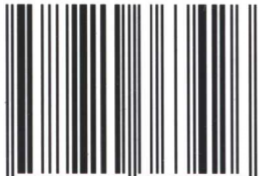
潮汕百草良方 壹拾陆元伍角

疾病饮食调理 ● 一至四册 每册捌元

孕产妇婴幼儿营养与膳食 捌元伍角

定价：8.00元

ISBN 7-81036-342-5



9 787810 363426 >



中医脉诊入门

主 编 杨志忠 陈一鸣
副主编 叶镇鹏 谢国材

汕头大学出版社

粤新登字 15 号

图书在版编目(CIP)数据

中医脉诊入门/杨志忠等 编著
—汕头:汕头大学出版社,1999.4
ISBN 7-81036-342-5/R·27

I.中…

II.杨…

III.脉诊—入门—中医

IV.R2

汕头大学出版社出版发行

(广东省汕头市汕头大学内)

广东惠阳印刷厂印制 新华书店经销

1999年4月第1版 2001年3月第6次印刷

开本:787×1092毫米 1/32 印张:5.375

字数:100千字 印数:30001~35000册

定价:8.00元

前 言

脉诊,是最具中医特色的征象。三指诊脉几乎已成为家喻户晓的中医学标志。它与望诊、问诊、闻诊合称为四诊,共同构成一套完整的中医诊断过程。

脉诊,虽居于四诊之末,但却是验证望、问、闻诊所得的临床资料,进行综合分析,从而得出完整、正确诊断的重要依据。如不能精通脉理和病理脉象的演变规律,就不能熟练地运用辨证技巧,及早准确地测知疾病的演变情况。成书于二千多年前的著名医学经典《黄帝内经》就明确指出:“微妙在脉,不可不察。”充分肯定了这种独特诊断手段在祖国医学中的地位和作用。

由于脉诊在中医诊断学中独特的地位和作用,历代医家对脉诊均十分重视,古今中医脉学书籍浩如烟海,精华论述难阅其详。为继承发扬祖国医学的宝贵遗产,使中医爱好者掌握、熟悉脉诊知识和技巧,我们抽暇编著了这本《中医脉诊入门》,本着深入浅出,易懂易学,易记易用的原则,力求内容丰富、文字通俗、重点突出,希望能够成为基层医生、青年医生、中西医结合工作者及自学者的一本有实用价值的参考书。

由于我们水平所限,不妥之处在所难免,敬祈同道们批评指正。

编著者

1999年1月于鲅岛

目 录

| | |
|--------------------------|------|
| 一、脉诊的起源与发展 | (1) |
| (一)脉学的起源 | (1) |
| (二)言脉者由扁鹊 | (2) |
| (三)脉学的基础——《内经》 | (3) |
| (四)《难经》的脉法 | (5) |
| (五)我国第一部脉学专著——《脉经》 | (7) |
| (六)张仲景的脉法 | (10) |
| (七)李时珍的《濒湖脉学》 | (12) |
| (八)近代脉学 | (13) |
| 二、脉象形成的原理和脉诊的临床意义 | (15) |
| (一)脉象形成的原理 | (15) |
| (二)脉诊的临床意义 | (18) |
| 三、脉诊的方法与部位 | (21) |
| (一)遍诊法 | (21) |
| (二)三部诊法 | (22) |
| (三)寸口诊法 | (22) |

四、脉诊的注意事项 (29)

(一)时间 ... (29) (四)举按法 (33)

(二)体位 ... (30) (五)平息 (35)

(三)布指 ... (32) (六)五十动 (36)

五、正常脉象 (37)

(一)胃 (38) (七)性别 (43)

(二)神 (39) (八)年龄 (43)

(三)根 (40) (九)体格 (44)

(四)平脉鉴别 ... (41) (十)情志 (44)

(五)四季气候 ... (42) (十一)劳逸 ... (45)

(六)地理环境 ... (43) (十二)饮食 ... (45)

六、脉名的分类与脉象的归类 (46)

(一)脉名的分类 (46)

(二)脉象的归类 (47)

1. 阴阳归类法 (49)

2. 现代归类法 (49)

3. 七怪脉归类法 (49)

(三)各家脉象归类比较 (50)

七、病脉与主病 (51)

1. 浮脉 (52) 3. 迟脉 (54)

2. 沉脉 (53) 4. 数脉 (55)

| | | | |
|--------|------------|--------|------------|
| 5. 虚脉 | (56) | 17. 缓脉 | (68) |
| 6. 实脉 | (57) | 18. 代脉 | (69) |
| 7. 滑脉 | (58) | 19. 结脉 | (70) |
| 8. 涩脉 | (59) | 20. 促脉 | (71) |
| 9. 洪脉 | (60) | 21. 伏脉 | (72) |
| 10. 细脉 | (61) | 22. 动脉 | (73) |
| 11. 微脉 | (62) | 23. 革脉 | (74) |
| 12. 散脉 | (63) | 24. 牢脉 | (75) |
| 13. 濡脉 | (64) | 25. 弱脉 | (76) |
| 14. 弦脉 | (65) | 26. 长脉 | (77) |
| 15. 芤脉 | (66) | 27. 短脉 | (78) |
| 16. 紧脉 | (67) | 28. 疾脉 | (79) |

附：二十八种常见脉象分类比较表 (80)

八、相兼脉与主病 (83)

九、相对脉的鉴别 (85)

(一) 浮脉与虚、芤、散脉 (85)

(二) 沉脉与伏、牢脉 (85)

(三) 迟脉与缓脉 (86)

(四) 数脉与滑、疾脉 (86)

(五) 实脉与洪脉 (86)

(六) 细脉与微、弱、濡脉 (86)

(七) 芤脉与革脉 (87)

| | |
|----------------------|-------|
| (八)弦脉与长、紧脉 | (87) |
| (九)短脉与动脉 | (87) |
| (十)结、代、促脉 | (87) |
| 十、对举脉 | (89) |
| (一)浮脉与沉脉 | (89) |
| (二)迟脉与数脉 | (89) |
| (三)虚脉与实脉 | (89) |
| (四)滑脉与涩脉 | (89) |
| (五)洪脉与细脉 | (90) |
| (六)长脉与短脉 | (90) |
| (七)紧脉与缓脉 | (90) |
| 十一、怪脉 | (91) |
| (一)七绝脉的形态及临床意义 | (91) |
| (二)十怪脉与现代医学 | (94) |
| 十二、诊妇人脉 | (101) |
| 十三、诊小儿脉 | (105) |
| 十四、脉症顺逆与从舍 | (107) |
| 十五、脉诊与辨证 | (110) |
| (一)脉诊与八纲辨证 | (111) |
| (二)脉诊与脏腑辨证 | (114) |
| (三)脉诊与六经辨证 | (118) |
| (四)脉诊与卫气营血辨证 | (120) |

| | |
|---------------------|-------|
| (五)脉诊与三焦辨证 | (121) |
| 十六、常见脉象与现代医学 | (123) |
| (一)浮脉 | (123) |
| (二)沉脉 | (125) |
| (三)迟脉 | (126) |
| (四)数脉 | (127) |
| (五)洪脉 | (129) |
| (六)微脉 | (131) |
| (七)细脉 | (132) |
| (八)滑脉 | (134) |
| (九)涩脉 | (136) |
| (十)弦脉 | (137) |
| (十一)芤脉 | (139) |
| (十二)结脉 | (141) |
| (十三)促脉 | (144) |
| (十四)代脉 | (145) |
| 十七、李时珍《濒湖脉学》二十七脉诗 | |
| (伏状诗、相类诗、主病诗) | (147) |
| | |
| 主要参考文献 | (161) |

一、脉诊的起源与发展

(一)脉学的起源

祖国医学的脉诊起源于两千五百多年前。它与中医学发展的历史几乎一样悠久。有关脉诊起源的记载,在《内经》以前脉诊只是个雏形,到《内经》的时代和《内经》书中才有丰富的脉法内容。就是说,脉诊起源于扁鹊,或者说是扁鹊时代(公元前五世纪)。司马迁在《史记·扁鹊仓公列传》上说:“今天下之言脉者,由扁鹊也。”说明扁鹊对脉学的贡献最大,提倡最早,是中医脉学的创始人。现在传世的《内经》,或许就是扁鹊等人的遗著。因此提到脉法的起源,必称扁鹊。

有关脉学的论述,在医籍上最早见于秦汉时期的《黄帝内经》。《内经》记载的脉学内容很丰富,无论是脉诊的方法和脉名,以及对正常脉象的认识或对病脉、死脉的了解等,都具有一定的水平和科学性,如《素问·脉要精微论》中曰:“夫脉者,血之府也,长则气

治,短则气病,数则烦心,大则病进,上盛则气高,下盛则气胀,代则气衰,细则气少……,病进而色弊,绵绵其去如弦绝,死”。由此可见,祖国医学在很早以前就能够运用脉诊来测知人体疾病的性质、轻重和预后,并能够根据脉象的变化来推断各脏腑的多种病变。

对中医脉学贡献较大的还有:东汉末年的张仲景、汉晋之际的王叔和、唐代的孙思邈、明代的李时珍、清代的林之翰等。尤其是明代李时珍著的《濒湖脉学》,收集了各家论脉的精华归纳成 27 种脉象,不仅扼要地叙述各种不同的脉象、相类脉的鉴别、脉象的相应病证等,而且采用了歌诀体裁,文字通俗,易学易懂,便于诵记,历来为广大医家所推崇。为我国传统的中医脉学工具书之一。

(二)言脉者由扁鹊

扁鹊,名秦越人。公元前五世纪人。处春秋战国之交,为当时最著名的医家。他周游列国,精于内、外、儿、妇各科。《史记·扁鹊仓公传》中,提到扁鹊“特以诊脉为名耳”,说明扁鹊善切脉诊病。《脉经》中也载有《扁鹊阴阳脉法》、《扁鹊诸诊反逆死脉要诀》等篇,可惜未见原书传世。

扁鹊十分注意形体与病脉之间的关系,他认为,无论形体还是病症,都应与脉象相适应,反之则为逆。

关于形与脉,扁鹊曰:“人身涩而脉来往滑者死;

人身滑而脉来往涩者死。人身小而脉来往大者死；人身大而脉来往小者死。人身长而脉来往短者死；人身短而脉来往长者死。”其所说的死字当与病字互看，并非断其必死，而是认为形与脉逆，患病则预后多差。

关于病与脉，扁鹊则认为：“设病者，若闭目不欲见人者，脉当得脉弦急而长，反得肺脉浮短而涩者死也……”可见，扁鹊脉法产生于丰富的临床经验之中。

总之，扁鹊脉法重在判断阴阳盛衰，病势之逆顺，集当时脉法之精华，对后世产生了深远的影响。

司马迁在《史记》中，为扁鹊立传。他详细介绍了扁鹊的师传、医说、诊法（切诊、望色、听声、写形）、典型病例、医疗作风之后，明确指出：“至今言脉者，由扁鹊也。”肯定了脉诊之学，是由扁鹊开始的。《史记》前后，类同之论不少。桑弘羊在《轻重篇》曾提到“扁鹊抚息脉而知病所由生”，强调了扁鹊对脉学的杰出贡献，且证明其善于脉诊为世所公认。

但也有人认为，扁鹊非指一人，乃是当时医术高超者之统称。史实无法考证，但假定如此，那么扁鹊脉法亦非个人经验总结，而是反映当时的脉学成就。

（三）脉学的基础——《内经》

成书于秦汉时期的《黄帝内经》，是我国现存较完整的、最早的医学经典巨著。它包括《灵枢》、《素问》等九卷，共 162 篇，约 14 万字，总结了我国古代医学

领域内各方面的知识和成就,《灵枢》、《素问》虽非脉学的专著,但它以大量的篇章讨论了脉诊问题,其理论与方法为后代脉学的发展奠定了理论基础。历代脉书无不引用《内经》作为基础,直至今日仍在使用不衰。

《内经》的主要贡献有:

(1)确定了几种脉诊的方法。

《内经》时代,脉诊还是“遍诊法”,就是说,凡有动脉跳动的地方均可诊之,主要有如下三法:

三部九候诊法。把人身的动脉分为上、中、下三部,每部又分天、地、人三候,共分九处以候动脉。

人迎气口诊法。即取阳明经之人迎与太阳经之气口脉两个部位的诊察方法。古有“人迎主外、气口主中”之说,以两者概括阴阳、表里、脏腑。

人迎,指的是颈总动脉颈前搏动处,如《灵枢·寒热病》指出:“颈侧之动脉,人迎。人迎,足阳明也,在婴筋之前。”

气口,《内经》气口亦称脉口、寸口,以其肺朝百脉,肺之大会聚于此,五脏六腑之气味,皆出于胃,变见于气口,故为五藏主,所以特别重视气口在脉诊中的地位。

(2)提出了脉诊的基本要求。

如强调切脉当在清晨,如《素问·脉要精微论》说:“诊法常以平旦,阴气未动,阳气未散,饮食未进,经脉

未盛，络脉调匀，气血未乱，故乃可诊有过之脉”。另外，要求切脉当以呼吸定息，指出在正常情况下，人一呼一吸，大约脉搏五次，与现代医学每分钟脉搏约 80 余次基本相当。

(3)论述了三十余种脉象和主病。

《内经》中记载的脉象有大、小、长、短、滑、涩、浮、沉、迟、数、盛、坚、软、缓、急、虚、实、散、代、细、弱、横、喘、弦、钩、毛、石、营、疾、洪、满、搏、粗、悬绝、微以及死脏脉、真脏脉等。对于各种脉象的指下形状也有生动的描述，如弦脉“端直以长”；钩脉“其气来盛去衰”；毛脉“其气来毛而微”；石脉“其气来如弹石”等等。

(4)强调了综合诊断。

如要求结合气候变化观察脉象；要求观察各部脉象作纵横的比较；要求结合病人的体质和七情变化观察脉象；要求观察有无胃气等等。

(四)《难经》的脉法

《难经》是继《内经》之后的又一部重要医籍经典。是对《内经》学术理论作进一步充实和发挥的重要经典文献。又有《内经》“羽翼”之说。作为医经，其地位仅次于《内经》。

《难经》采集了《灵枢》、《素问》的精要，以问答的形式予以阐述，辑以八十一难，从一难到二十二难，专门讨论脉的阴阳虚实，四时的常脉、病脉，五脏疾病与

证的关系,以及脉诊的寸关尺部、脏腑分配、指法等。专论脉象的疑难问题,故《难经》有问难之意。《难经》之“难”字读作去声,书的内容亦确为这种形式。

《难经》在祖国脉学中占有很重要的地位。它是主张独取寸口脉诊最早的书籍。全书约四分之一篇幅专论其所创的“独取寸口法”。其最大特色,就是它独取寸口的主张。古代脉诊的方法很多,按其发展的方向来说,一定要找出一种既方便简易,又能包括全面的方法来代替众多而繁复的方法。经过年代不很久,《难经》的作者就提出了这种方法。它不但采取独取寸口的诊法,而且还把古代的三部九候等遍诊方法给予新的解释,使它成为独取寸口的根据。例如在《一难》中就提出:“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。”“……五脏六腑之所终始,故法取寸口也。”言简意赅地说明了《难经》摒弃其它诊脉部位,采取“独取寸口”诊脉的道理是:寸口为手太阴肺经之动脉,而百脉均朝会于肺,五脏六腑之气亦始终于此,因此,气血及脏腑之气运行的情况,均能从寸口脉上反映出来,所以寸口脉可断五脏六腑及十二经脉的疾病。《二难》明确地提出寸关尺的概念,它说:“尺寸者,脉之大会也,从关至尺是尺内,阴之所治也;从关至鱼际是寸内,阳之所治也。故分寸为尺,分