

中医古籍校注释译丛书

瀕湖脈學

明·李时珍
陈辉 注释
编著

1.1
4
7
子苑出版社

中医古籍校注释译丛书

濒湖脉学

明·李时珍 编著
陈 辉 注释

学苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

瀕湖脉学注释/(明)李时珍著,陈辉注释. —北京:
学苑出版社,1997.1

(中医古籍校注释译丛书)

ISBN 7-5077-1219-2

I 瀕… I. ①李…②陈… III. 脉学—著作—注释—中国
—明代 IV. R241.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(96)第 19312 号

责任校对:龙 燕

责任编辑:林 霖

学苑出版社出版 发行

社址:北京万寿路西街11号 邮政编码:100036

北京广内印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 4印张:46千字

1997年1月北京第1版 1998年4月北京第2次印刷

印数:5001—8000册

定价:6.80元

编写说明

《濒湖脉学》为明代李时珍为纠正五代高阳生《脉诀》之误，汲取其父李言闻《四诊发明》(未刊行)中有关脉学内容，并参以诸家学说及自己的临证经验编撰而成。李时珍号濒湖，故书名《濒湖脉学》。

该书分两部分，前半部分主要论述了浮、沉、迟、数等 27 种脉象。其中同类异脉的鉴别和各脉主病均编成七言歌诀，便于读者背诵，后半部分为李言闻根据宋·崔嘉彦的《紫虚脉诀》加以删补而成，全面论述了脉象机理、诊脉法、五脏平脉、辨脉提纲、各种病脉体状、脉象主病等问题。原书语言简炼，易诵易记，为广大医者推崇。

但是由于书中古词、术语较多，对于现代读者，特别是初学中医者来说，有些内容比较难懂，所以在原书的基础上对较难懂的字词给予注释。语译部分基本保留原北京中医医学院诊断教研组的原翻译。书后附中国书店 1985 年出版的《濒湖脉学》(张绍棠味古斋)影印本(部分)，以供读者参阅。

本书在注释过程中参考引用部分书刊文献资料，其中有《中医诊断学》邓铁涛主编，《中医脉诊学》赵恩俭主编，《中医大辞典》李经纬、区永欣等主编，在此向原作者表示感谢。

由于作者水平有限在编撰过程中难免有不足之处，希望广大读者批评指正，以便今后修订改正。

作者

頤湖脈學

瀕湖脉學

李時珍曰宋有俗子杜撰脉訣鄙陋紕繆醫學習
而以爲權輿建臻頌白脉理竟昧戴同父常刊其
誤先考月池翁著四診發明八卷皆精詣與室淺
學未能窺造珍因批粹擷華僭撰此書以便習讀
爲脉指南世之醫病兩家咸以脉爲首務不知脉
乃四診之末謂之巧者爾上士欲會其全非備四
診不可 明嘉靖甲子上元日謹書于瀕湖適所

浮陽

目 录

濒湖脉学

浮	(1)	芤	(20)
沉	(3)	弦	(21)
迟	(5)	革	(22)
数	(6)	牢	(23)
滑	(8)	濡	(24)
涩	(9)	弱	(25)
虚	(10)	散	(26)
实	(11)	细	(28)
长	(12)	伏	(29)
短	(13)	动	(30)
洪	(14)	促	(31)
微	(16)	结	(32)
紧	(17)	代	(33)
缓	(18)	四言举要	(36)

濒 湖 脉 学

浮(阳)

浮脉^①:举^②之有余,按之不足。如微风吹鸟背上毛,厌厌聂聂。如循榆荚。如水漂木。如捻葱叶。

【释译】 浮脉是浮现于寸口部的一种脉象。用手指轻轻地按它,即感觉跳动很明显;用手指重重地按它,即感觉它的动力不足。假使用比喻来说,它的跳动情况,好象微小的风吹动鸟背上的羽毛,轻飘飘地振动着;也好像摸到飘动着的榆荚(亦称榆钱)一样,力量是很轻微的;又好象木浮水面,是浮而不实的;还如同手捻葱叶一样,轻手捻时,感觉它是圆软的,用力捻时,则感觉抵抗力差多了。

体状诗 浮脉惟从肉上行,如循榆荚似毛轻。三秋得令知无恙,久病逢之却可惊。

【释译】 脉的种类很多,惟独浮脉是行走在肌肉之上的。它的搏动象榆荚那样的轻飘,又象羽毛那样的轻软。

在秋季的三个月内出现浮脉是合乎时令的,一般属正常脉,是健康的征象,不属于病脉。若久病之后,反见浮脉,却是可怕的。因为久病之后,正气必然受到损伤,致使气血的运行不能通畅,应当出现沉脉;如果相反地出现了浮脉,说明阳气已不能潜藏,病情严重。

相类诗 浮如木在水中浮;浮大中空乃是芤^③;拍拍而浮

是洪脉，来时虽盛去悠悠。

浮脉轻平似捻葱；虚来迟大豁然空；浮而柔细方为濡；散似杨花无定踪。

【释译】浮脉的轻浮，如同木浮水面一样；如果浮脉脉形较大而中间空虚的，便是芤脉；洪脉跳动有力，在指下拍拍而动，但是仔细按一下，则可以发现在它跳起的时候，比较急迫有力，而下落的时候，却是慢而无力的了。

手指对于浮脉的感觉，就象指捻葱叶一样，是很柔软的；虚脉的形态是浮而大，跳动较慢，重按的时候，就有豁然而空的感觉；脉虽见浮象，但感到细小而柔软的，便是濡脉；散脉，脉形极大，脉势极弱，指下的感觉好象触到散漫飞舞的杨花，轻软到极点，似乎有脉，又似乎没有脉，隐隐约约地捉摸不定。

主病诗 浮脉为阳^①表病居；迟风数热紧寒拘；浮而有力多风热；无力而浮是血虚。

寸^②浮头痛眩生风，或有风痰聚在胸；关上土衰兼木旺；尺中溲便不流通。

【释译】浮脉属于阳脉之类，出现浮脉的疾病，就是病在体表。脉浮而跳动缓慢的，是中风病；脉浮而跳动较快的，是阳气亢盛的外感热病；脉浮而带有紧张状态的，为外感风寒，寒邪拘束在体表之象；脉浮而有力的，多为外感风热所引起的风热病；浮而无力的，是血虚病。

寸口脉分为寸、关、尺三部：在掌后高骨处，名为关部，关前为寸部，关后为尺部。如果寸部出现浮脉时，其病多为头痛、目眩，或发生内风外风等证候，或者是胸部有风痰积聚；因关部脉在右手属脾、土，在左手属肝、木，所以关部脉浮多为脾土衰弱，或者是肝木过旺；尺部脉属肾，肾是兼理二便的，所以尺

部脉浮在肾病较严重时多见，从而常伴有小便、大便的排泄不爽利的证候。

注：① 手指轻按寸口部，感觉跳动明显的，称为浮脉。浮脉跳动有力的，多是外感实证；跳动无力的，多是气血虚症。例如：风寒病脉浮紧，风热病脉浮数，都是外感实证；失血病脉浮芤，中风病脉浮迟，气虚病脉浮虚，虚劳病脉浮散，都是气血虚症。

② 举、按、寻：诊脉时运用指力的轻重和挪移，以探索脉象一种手法。“轻手循之曰举，重手取之曰按，不轻不重，委曲求之曰寻”。（滑伯仁《诊家枢要》）。

即用轻指力按在皮肤上叫举，又叫浮取或轻取，用重指力按在筋骨间，叫按，又叫沉取或重取；指力不轻不重，还可亦轻亦重，以委曲求之叫寻。

③ 浮脉为阳：脉象可以分为阴阳两大类。表现正气旺盛的脉象，称为阳脉，如浮、数、实、长、洪、紧、动、促等。表现正气不足的脉象，称为阴脉，如沉、迟、涩、虚、短、微、缓、革、濡、弱、散、细、伏、结、代等。还有表现虚中夹实的牢脉属阴中阳脉；表现实中夹虚的滑、芤、弦等脉，为阳中阴脉。这种分类方法，主要是说明脉的虚实问题。

④ 寸口脉分为寸、关、尺三部的的问题，大致是寸部诊上焦头面、胸中（心、肺）病，关部诊中焦肝胆脾胃病，尺部诊下焦、肾与命门病。

⑤ 芤：(kōu)音枢，古书上指葱。芤脉，中医脉诊中一种。

沉(阴)

沉脉^①：重手按至筋骨乃得。如绵裹砂，内刚外柔。如石投水，必极其底。

【释译】手指用力重按至筋骨才觉得跳动的，称为沉脉。

切诊沉脉时，轻按不觉脉动，重按才觉有脉，正如同绵絮裹砂一样，外面是软的，里面是硬的；又好象投石子水中，必定要摸到水底才能摸到。

体状诗 水行润下脉来沉，筋骨之间奕^②滑匀，女子寸兮男子尺，四时如此号为平。

【释译】 水的性质善于下行，沉脉的性质也和它同样。沉脉深藏在筋骨之间，它的跳动如果滑利均匀，而在一年四季之中见于女子寸部脉或男子尺部脉者，便称为平脉（正常脉）。

相类诗 沉帮筋骨自调匀；伏则推筋着骨寻；沉细如绵真弱脉，弦长实大是牢形。

【释译】 一般的沉脉靠近筋骨，跳动均匀；伏脉比一般的沉脉更深入，必须重力按到筋骨上才能寻得到；沉细软弱如绵的为弱脉；脉象弦硬而且长大的为牢脉。

主病诗 沉潜水蓄阴经病；数热迟寒滑有痰；无力而沉虚与气；沉而有力积并寒。

寸沉痰郁水停胸；关主中寒痛不通；尺部浊遗并泄痢，肾虚腰及下元痼^②。

【释译】 沉脉潜藏深部，为水饮内蓄于阴经的疾病。沉数为内热，沉迟为内寒，沉滑为有痰，沉而无力为气虚，沉而有力为体内有寒邪积滞。

寸部是候胸中（上焦）病的，寸部沉滑，证明胸中有痰饮停留；关部是候中焦病的，关脉沉迟，证明中焦（脾胃）有寒邪壅滞，气血不能，不通则痛；尺部是候下焦病的，尺部脉沉，证明是肾亏，可能有尿浊、遗尿病，或发生泄泻痢疾，以及腰部和下腹部作痛等下焦病症。

注：① 手指用力重按寸口部方觉有脉跳动的，名为沉脉。常主体

内的各种疾病。沉脉无力的为虚证；沉脉有力的为实证。脉沉伏于筋骨之处的，为伏脉；沉细无力，为弱脉；沉大而硬的，为牢脉。

② 粟：(ruǎn)音软，与“软”同。

③ 痼：(tōng)音通，与痛字通。

迟(阴)

迟脉^①：一息^②三至，去来极慢。

【释译】 在一呼一吸的时间内，脉跳动三次的，名为迟脉。迟脉的跳起和下落过程非常慢的。

体状诗 迟来一息至惟三，阳不胜阴气血寒。但把浮沉分表里，消阴须益火之原。

【释译】 迟脉的跳动，在一息之间，只有三次。出现迟脉的病，多数是阳虚阴盛、气血不足的虚寒病。发现迟脉时，还须要注意它的脉位，是浮呢，还是沉？以分别病位是在表，还是在里。浮迟，即为表寒；沉迟，即为里寒。若要消除阴寒之邪，则必须用辛温或辛热的药，补益人体阳气的根源。使阳气旺盛，寒气消退。

相类诗 脉来三至号为迟；小快于迟作缓持；迟细而难知是涩；浮而迟大以虚推。

【释译】 脉来一息三至的为迟脉；比迟脉稍快的为缓脉（一息四至）；迟而细小，并跳动不流利的为涩脉；迟脉浮大无力的为虚脉。

主病诗 迟司脏病或多痰，沉痼痲痲仔细看。有力而迟为冷痛；迟而无力定虚寒。

寸迟必是上焦寒；关主中寒痛不堪；尺是肾虚腰脚重，溲便不禁疝牵丸。

【释译】迟脉多由内脏发生病变或者由于痰多气滞，以致气血行之不畅而产生。迟脉常表现为内部阴寒之病，因而见到迟脉，必须仔细观察，是否有寒邪久伏的顽症或腹中积块的癥瘕等病。脉迟而有力的，是因内部有寒痛；脉迟无力的，定是虚寒病。

寸部沉迟的，必定是上焦虚寒；关部沉迟的，为中焦寒痛剧烈；尺部沉迟的，多是肾虚、腰脚沉重、溲便失禁，以及疝气发作痛牵辜丸等病。

注：① 迟脉的特点，是一息三至。迟而有力的，由于邪盛气滞；迟而无力的，由于阳虚气弱。出现迟脉的病，以寒症居多。

② 一息：一呼一吸为一息，医生以自己一呼一吸的时间计算病人脉搏的至数，一息四至为正常脉（约72~80次/分）。

数(阳)

数脉^①：一息六至，脉流薄疾。

【释译】数脉的跳动，是一息六次。说明血脉的流动是非常快的。

体状诗 数脉息间常六至，阴微阳盛必狂烦。浮沉表里分虚实，惟有儿童作吉看。

【释译】数脉的跳动，常常是一息六次。病见数脉的，多是阳气亢盛，阴液不足的热病，每有神志狂乱，烦躁不安等证。浮而数为表热；沉而数为里热；数而无力的为虚热；数而有力为

实热。惟独儿童的脉息在健康时，亦是较快的，这是生理的现象，所以一息六至，也当作平脉看待。

相类诗 数比平人多一至，紧来如数似弹绳；数而时止名为促；数见关中动脉形。

【释译】 正常人的脉搏，是一息四至或五至。数脉比正常人的脉搏跳得快，每一息中要再多跳一次。和数脉同类的还有紧脉、促脉和动脉。紧脉的搏动，如同触到被弹动绷紧的绳索一样，是比较硬而有劲的；数脉中带有歇止的，名为促脉；数脉出现在关部的称为动脉。

主病诗 数脉为阳热可知，只将君相火来医。实宜凉泻虚温补，肺病秋深却畏之。

寸数咽喉口舌疮，吐红咳嗽肺生疡；当关胃火并肝火；尺属滋阴降火汤。

【释译】 数脉属于阳类脉。有数脉的病，可知他是热性病。热性病又多是心火过旺或肝胆之火过旺所致，所以治疗时应当以治心火或肝胆之火为主。实热病，治宜凉药泻火；虚热病，治宜温药滋补。患肺病的人在深秋时，出现数脉，却是可怕的。因为肺脏属金，秋天又为金气当令，而数脉必见于火盛之病中，火与金有相克关系，金被火克，可能病转严重。

寸部脉数，证明热在上焦，其病多为咽喉口舌生疮、吐血、咳嗽、肺痛等症；关部脉数，即是胃火或肝火过旺；尺部脉数，为肾阴不足，肝胆之火上升，治宜滋阴降火。

注：①数脉：一息脉动六次的，为数脉；数：(shuò)音硕。诊数脉宜辨虚实：数脉有力的，为实热病；数脉无力的，为阴虚病。惟独小儿之脉平时跳动较快，脉见六至，不属数脉，必须注意。另外，在虚寒病中如果出现数脉，必定正气已很衰弱，并非内部有热。

滑(阳中阴)

滑脉^①：往来前却，流利展转，替替然如珠之应指，漉漉如欲脱。

【释译】滑脉，好象在来时之前有所畏却，速来速去，不敢逗留。它很流利地滚动，类似圆滑的珍珠从指下一滑而过，流动极速，欲脱手而去。

体状相类诗 滑脉如珠替替然，往来流利却还前；莫将滑数为同类，数脉惟看至数间。

【释译】滑脉的跳动象珍珠那样的圆滑，往来流利，进退极快；滑脉和数脉不同，滑脉只是往来流利，但在每息中的至数并不增加，而数则不一样，每息就有六至。

主病诗 滑脉为阳元气衰，痰生百病食生灾。上为吐逆下蓄血，女脉调时定有胎。

寸滑膈痰生呕吐，吞酸舌强或咳嗽；当关宿食肝脾热；渴痢瘕^②淋看尺部。

【释译】滑脉为阳脉之类。病中出现滑脉，一般为元气已经不足，但多数属痰病和伤食病。在上部为呕吐，在下部为瘀血。妇子停经之后，脉象滑利调匀的，便有怀孕的可能。

寸部脉滑，为胸膈部有痰。痰在胃中，就要发生呕吐、吞酸；痰上升到达舌根，就要舌根强硬，掉动不灵；痰聚肺中，就会引起咳嗽。关部脉滑，则为伤食病，或肝脾两脏有邪热；尺部脉滑，为下焦火旺，容易发生消渴、痢疾、痲疝、淋病等疾患。

注：① 滑脉：滑脉象在于能往来流利，一般多出现于实证中，或为痰病或为伤食，或为体内有邪热。妇人脉滑而经停，便有怀孕可能。

② 癩：疝气的一种，《儒门事亲》“癩疝，其状阴囊肿坠，如升如斗，不痒不痛者是也”。

涩(阴)

涩脉^①：细而迟，往来难，短且散，或一止复来，参伍不调。如轻刀刮竹。如雨沾沙。如病蚕食叶。

【释译】 涩脉的形态是：脉形细小，跳起缓慢，一息约有三至。每次跳起和下落的过程较慢，似乎有难起难落的感觉。而且寸口脉的长度较短，如果仔细地揣度脉管的软硬，还感觉有散漫软弱的现象。有的还带有歇止脉，跳动的速度或快或慢，是错杂不均匀的。若用比喻来说，它的涩慢情况，如轻刀刮竹，涩滞不前；如雨沾沙，虽沾，仍是细而散；又如病蚕食叶，慢慢地一前一退。

体状诗 细迟短涩往来难，散止依稀应指间。如雨沾沙容易散；病蚕食叶慢而艰。

【释译】 涩脉具有细、迟、短、涩四种脉的形象，指下的感觉，仿佛有散漫歇止现象。如同雨点渗入沙中，进度很慢，而又容易散漫开去；又如同病蚕食叶，动作缓慢而困难。

相类诗 参伍不调名曰涩，轻刀刮竹短而难，微似秒芒微栗甚，浮沉不别有无间。

【释译】 脉的跳动或快或慢，错杂不均匀的名为涩脉。它的往来涩滞，象轻刀刮竹，短而不爽利。微脉有点象禾芒似的，细软得很，振幅小，不别沉浮，只觉得似有似无，辨别不清。

主病诗 涩缘血少或伤精，反胃亡阳汗雨淋。寒湿入营为

血痹，女人非孕即却轻。

寸涩心虚痛对胸；胃虚胁胀察关中；尺为精血俱伤候，肠结溲淋或下红。

【释译】 涩脉是由于血虚或精气受伤而致的。它常见于食后经过一定时间又呕出的反胃病、阳气衰极大汗不止的亡阳病、寒湿病、及血痹病中。妇女有了涩脉，常见月经停止，但并非怀孕，却是血枯或血滞。

寸部脉涩，为心血虚或胸中痛；关部脉涩，为脾胃虚或肋肋胀痛的肝经病；尺部脉涩，为精血俱伤，或是肠结便秘、小便淋沥涩痛、大便带血等症。

注：① 涩脉的主要特点是：迟速不匀，往来缓慢，脉细而短。凡见涩脉的病，都是气血涩滞的疾病。

虚(阴)

虚脉^①：迟大而软，按之无力，隐指豁然空。

【释译】 脉粗大而软，跳动缓慢无力，为虚脉。重按时，脉隐隐地在指下微动，并有豁然中空的感觉。

体状相类诗 举之迟大按之松，脉状无涯类谷空。莫把芤虚为一例，芤来浮大似葱葱。

【释译】 虚脉是轻手按它，感觉脉迟而大；用力按它，便感觉松软而无边际，似乎是空虚的。但不要认为虚脉和芤脉是同样的，芤脉是浮大中空如葱葱的，而虚脉是浮大无力的。

主病诗 脉虚身热为伤暑，自汗怔忡^②惊悸多。发热阴虚须早治，养营益气莫蹉跎。