

国医大师颜正华作序推荐

主编 张湖德 王仰宗 曹启富

中医

ZHONGYI
MAIZHEN
MIJUE

脉诊秘诀

脉诊一学就通的奥秘



这里有您所期待的
真传秘方
这里有异于常规的
中医讲解

『脉为医门之先』，可定疾病的性质、吉凶、脏腑，
诊脉必须诊出脉的病位、虚实、寒热、表里、气血，
先治何病，后调何疾，全在脉中诊出。
然『脉理精微，其体难辨』，『在心易了，指下难明』，
本书讲述脉诊的秘诀，告诉你脉诊一通百通的奥秘。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

大医
精要
系列丛书

主编 张湖德 王仰宗 曹启富

中医脉诊秘诀

脉诊——学就通的奥秘



人民军医出版社



图书在版编目(CIP)数据

中医脉诊秘诀:脉诊一学就通的奥秘/张湖德,王仰宗,曹启富主编. —北京:人民军医出版社,2015.1

ISBN 978-7-5091-7963-5

I. ①中… II. ①张…②王…③曹… III. ①脉诊—基本知识 IV. ①R241.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 239488 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 申传莱 卢紫晔 责任审读: 陈晓平

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) 51927271

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 三河市潮河印业有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 13.5 字数: 211 千字

版、印次: 2015 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001—4000

定价: 29.80 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



编著者名单

主 编 张湖德（中央人民广播电台医学顾问）

王仰宗（中国中西医会诊中心主任）

曹启富（中日友好医院主任医师，教授）

副主编 王铁民 宋红梅 邵玉京

编 委 卢时杰 任晓燕 李超杰 杨凤玲 张 勋 张 煜 陈 超

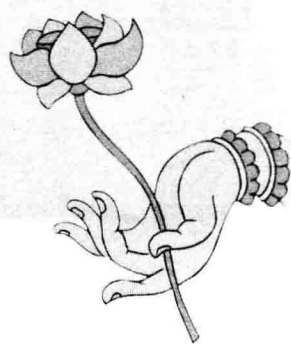
陈玉卿 钟 渠 侯云山 童宣文

张湖德 北京中医药大学毕业，曾任北京永南医院副院长。现任中央人民广播电台医学顾问。广州荔湾区中医院高级顾问，著名医学科普作家。主编 200 多部著作，主要著作有《黄帝内经补法治疗宝典》《中医自学百日通》《偏方验方大全》《药性歌诀四百味新编》，文字总量达到 5000 多万字。

王仰宗 其父王尚荣，是一代名医，曾祖父在清光绪年间系四品黄门侍郎，精通医药。王仰宗教授师承一代名医，从医 50 年。海军总医院中西医结合肿瘤诊疗中心特聘专家，中西医知名肿瘤专家，主任医师，中华中医药学会肿瘤分会副秘书长，中华中医药学会名医思想研究会副会长，先后担任中国中西医专家会诊中心主任，《中医临床研究》杂志总编。在国内外率先提出“气血湿热虚”五证中西医分级辨证治疗模式及中晚期肿瘤的基本治疗原则。编著《中西医临证指南》及《中西药临床常用手册》等十余部中西医学著作，发表论文数十篇。

曹启富 北京中日友好医院主任医师，教授。著名心血管病专家，对冠心病、卒中中等疑难病证有独特治疗方法及较好疗效。著作多达四十余部。

颜师简序

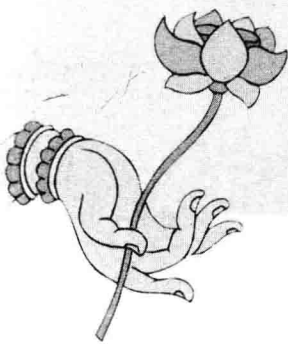


中医脉诊秘诀 脉诊一学百通的奥秘

《中医脉诊秘诀》是一本非常值得一读的好书。其原因是有关中医脉诊的学问比较深奥，“脉理精微，具体难辨”；“心中易了，指下难辨”。对于一个中医工作者，特别是一个临床医师，脉诊难却又非掌握不可，因为“脉为医门之先”，中医依靠脉诊而定疾病的性质、定疾病的程度、定疾病的脏腑，是其他三诊无法比拟的。本书对于中医脉诊的论述全面，清楚深刻，是提高中医临床疗效的难得的一本书。诊脉必须诊出脉的病位，脉的虚实、寒热、表里、气血，再辨明病证是有余还是不足，先治何病，后调何疾，这全在脉中诊出。由此看来，只有钻研脉诊，才能提高疗效，而有了疗效，中医才能发展、前进。

国医大师
北京中医药大学终身教授 颜正华

辛卯年盛夏



写在前面

中医脉诊秘诀 脉诊一学百通的奥秘

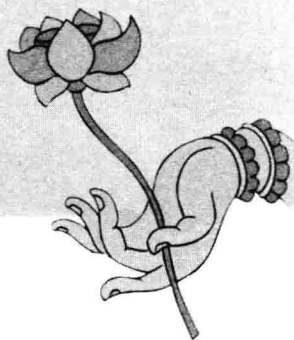
我有幸在北京中医药大学这所全国重点医学院校里从事中医教学、临床、科研 40 余年，深感脉诊之重要。正如古人所说：“未脉者，医之大业也，既不深究其道，何以为医者哉。”大医学家徐春甫也说：“脉为医之关键，医不察脉则无以别证，证不别，则无以医治，医惟明脉，则诚良医。”把切脉作为评断医者的首要标准，确实如此。脉诊在疾病的诊治过程中可以检测病因，探求病位，确定诊断，指导用药，判断病情的预后。脉象对于中医医生而言，是最客观，最直接的指标，其“言而可知，扪而可得”，并非玄妙无知，深奥难测，本书《中医脉诊秘诀》就是全面论述中医脉诊的来龙去脉及其在临床的运用。在写作中，得到当代国医大师颜正华教授的言传身教，在此，表示衷心的感谢。

中央人民广播电台医学顾问
解放军卫生音像出版社特聘专家 **张湖德**

辛卯年夏于北京中医药大学



目 录



中医脉诊秘诀 脉诊一学百通的奥秘



第1讲 中医脉诊发展的悠久历史

一、《黄帝内经》奠定了中医脉学的理论基础	1
二、《难经》谈脉诊	15
三、临床脉诊的典范——《伤寒论》	16
(一) 诸浮脉的辨证	17
(二) 诸沉脉的辨证	17
(三) 诸迟脉的辨证	18
(四) 诸数脉的辨证	18
(五) 虚脉的辨证	19
(六) 实脉的辨证	19
(七) 诸细脉的辨证	20
(八) 诸微脉的辨证	20
(九) 洪大脉的辨证	21
(十) 诸弦脉的辨证	21
(十一) 诸短脉的辨证	22
(十二) 诸弱脉的辨证	22
(十三) 紧脉的辨证	23



(十四) 诸缓脉的辨证	23
(十五) 诸滑脉的辨证	24
(十六) 小脉的辨证	24
(十七) 涩脉的辨证	25
(十八) 结代脉的辨证	25
四、《金匱要略》论脉诊	26
五、李时珍《濒湖脉学》对脉诊的巨大贡献	29
六、我国第一部脉学专著——《脉经》	33



第 2 讲 脉诊概述

一、脉诊原理	37
二、血管生理	42
三、微循环的调节	44
四、五十动	44
五、脉位	45
六、血流动力学	46
七、脉诊的意义	48



第 3 讲 诊脉的部位和方法

一、诊脉部位	53
二、诊脉方法	56



第 4 讲 正常脉象

一、正常脉象的特点	60
二、脉象的生理变异	62



第 5 讲 病脉与主病

一、浮脉	64
------------	----



二、沉脉	76
三、迟脉	82
四、数脉	87
五、虚脉	91
六、实脉	94
七、长脉	96
八、短脉	98
九、弦脉	100
十、滑脉	105
十一、涩脉	108
十二、结脉	111
十三、代脉	113
十四、促脉	116
十五、伏脉	119
十六、濡脉	121
十七、牢脉	123
十八、洪脉	125
十九、微脉	127
二十、芤脉	133
二十一、弱脉	136
二十二、细脉	138
二十三、散脉	142
二十四、动脉	144
二十五、缓脉	146
二十六、革脉	150
二十七、紧脉	151
二十八、疾脉	154



第 6 讲 真脏脉

- 一、釜沸脉 157
- 二、鱼翔脉 157
- 三、虾游脉 157
- 四、屋漏脉 158
- 五、雀啄脉 158
- 六、解索脉 158
- 七、弹石脉 158
- 八、偃刀脉 159
- 九、转豆脉 159
- 十、麻促脉 159
- 附：鬼崇脉 159



第 7 讲 妇儿脉

- 一、诊妇人脉 161
 - (一) 月经脉 161
 - (二) 带下脉 161
 - (三) 妊娠脉 161
 - (四) 临产脉 162
 - (五) 男女胎识别法 162
- 二、诊小儿脉 163



第 8 讲 脉象鉴别

- 一、一般比较 164
- 二、相类脉比较 166
- 三、相兼脉 168
- 四、辨脉提纲 169



五、诸脉形态	169
六、诸脉主病	170
七、杂病脉象	171
八、二十四脉六大类表	173



第9讲 当代名医经典诊脉秘诀

一、清太医院院长赵文魁脉诊秘诀	175
二、安徽中医师胡国常谈名医张锡纯脉诊秘诀	178
三、河北中医学院马明越谈清代名医王孟英杂病脉诊秘诀	180
四、贵阳中医学院熊大武谈早期妊娠妇女脉象变化	184
五、肖通吾妇科月经病脉诊经验	187



第10讲 脉诊的现代研究

一、对脉诊“位、数、形、势”的研究	190
二、脉象与病、证的研究	193
三、心理脉象	193
四、脉象要素及图述	196
五、脉象模拟方法的研究	204
六、脉象的检测	205
七、脉症相反的脉象更有特殊价值	206

第1讲

中医脉诊发展的悠久历史

脉诊起源于2500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《黄帝内经》以前脉诊只是个雏形，到《黄帝内经》的时代和《黄帝内经》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5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。

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，历来为广大医学家所推崇。为我国传统的中医脉学工具书之一。

总之，中医学的脉学源于战国时期并以扁鹊为代表，专述于《黄帝内经》，提倡独取寸口诊法的是《难经》，提倡脉证互参的是张仲景，规范成学的是《脉经》，广泛传播与普及工作莫过于《脉诀》和《濒湖脉学》。中医学的脉学到了明朝，就如同中国的古瓷器、中国书法和中国绘画艺术一样，已经到了绝笔的境地。



一、《黄帝内经》奠定了中医脉学的理论基础

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，但它以最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《黄帝内经》作为基础，直至今日仍使用不衰。

《素问·五藏生成》说：“夫脉之大、小、滑、涩、浮、沉可以指别。”就是指脉诊而言。鉴于脉诊在中医诊法中的重要性，所以历来为医家所重视和运用，并在长期的医疗实践中，积累了宝贵的经验，形成了一套系统的理论。

（一）切脉的意义

脉为血之府。心主血脉，又为五脏六腑之大主，所以气血在脉中流通所反映出的脉象，不仅与心气的盛衰，而且与五脏六腑的生理、病理密切相关。另一方面，脉中的水谷精气，随血液流布经络，灌溉脏腑，游行四肢，贯注百骸，正如《素问·举痛论》说：“经脉流行不止，环周不休。”五脏之气通过脉而作用于周身，所以脉的变化，可以测知气血运行的情况，五脏之气的盛衰，邪正的消长，从而为辨证施治，提供重要依据，故《素问·脉要精微论》说：“微妙在脉，不可不察。”

（二）切脉方法

《黄帝内经》诊脉部位有 3 种。

1. 三部九候遍诊法

三部九候切脉部位遍于全身，故又称遍诊法。《素问·三部九候论》说：“故人有三部，部有三候，以决生死。以处百病，以调虚实，而除邪疾。”帝曰：“何谓三部？”岐伯曰：“有下部，有中部，有上部，部各有三候，三候者，有天、有地、有人也，必指而导之；乃以为真，上部天，两额之动脉；上部地，两颊之动脉；上部人，耳前之动脉。中部天，手太阴也；中部地，手阳明也；中部人，手少阴也。下部天，足厥阴也；下部地，足少阴也；下部人，足太阴也。故下部之天以候肝，地以候肾，人以候脾胃之气。”帝曰：“中部之候奈何？”岐伯曰：“亦有天，亦有地，亦有人。天以候肺，地以候胸中之气，人以候心。”帝曰：“上部以何候之？”岐伯曰：“亦有天，亦有地，亦有人。天以候头角之气，地以候口齿之气，人以候耳目之气。三部者，各有天，各有地，各有人。三而成天，三而成地，三而成人。三而三之，合则为九，九分为九野，九野为九脏。故神脏五，形



脏四，合为九脏。五脏已败，其色必夭，夭必死矣。”这种诊脉部位及其所候脏腑如表1。

★表1 诊脉部位及其所候脏腑

上部（头部）	上部天—两额之动脉（如太阳穴），以候头角之气
	上部人—耳前之动脉（如耳门穴），以候耳目之气
	上部地—两颊之动脉（如巨髃穴），以候口齿之气
中部（手部）	中部天—手太阴（如寸口部），以候肺
	中部人—手少阴（如神门穴），以候心
	中部地—手阳明（如合谷穴），以候胸中之气
下部（足部）	下部天—足厥阴（如五里穴或太冲穴），以候肝
	下部人—足太阴（如箕门穴或冲阳穴），以候脾胃
	下部地—足少阴（如太溪穴），以候肾

这种三部九候候病的方法，主要观察其上下左右相失与不相失，上中下三部相互调和与不调和，所以《素问·三部九候论》又说：“形盛脉细，少气不足以息者危；形瘦脉大，胸中多气者死。形气相得者生，参伍不调者病；三部九候皆相失者死；上下左右之脉相应如参春者死；中部之候相减者死。目内陷者死。”说明上中下三部脉象互相调和则不病，反之，形气相失，参伍不调，上下左右脉不相应，至数错乱，不可数者则为病甚或死证。

上述参伍不调之脉，本篇还提出了“七诊”之候，即“察九候独小者病，独大者病，独疾者病，独迟者病，独热者病，独寒者病，独陷下者病……九候之相应也，上下若一，不得相失，一候后则病，二候后则病甚，三候后则病危，所谓后者，应不惧也，察其脏腑，以知死生之期，比先知经脉，然后知病脉，真藏脉见者死。”脉失其常，而见独大独小等即是病脉，视其出现的部位，亦即发病的所在。“应不惧者”，是指脉失常度，逆乱无伦。

通过三部九候脉推断疾病的死期，本篇中还有很多具体的描述，如“九候之脉，皆沉细悬绝者为阴，主冬，故以夜半死。盛躁喘数者为阳，主夏，故以日中死”。又“寒热者，以平旦死；热中及热病者，以日中死；病风者，以日夕死；病水者，以夜



半死。其脉乍疏乍数，乍迟乍疾者，日乘四季死”。又说：“形肉已脱，九候虽调犹死……若有七诊之病，其脉候亦败者死矣。必发哆噫。”又“脉不往来者死，皮肤着者死”等。这些记载，为研究《黄帝内经》脉诊，提供了宝贵的资料。

此外，《三部九候论》还介绍了一种切脉的方法，值得进一步研究。这种方法是用左手在病人足踝上五寸按之，用右手在病人的踝部弹之，其动应手超过五寸以上，而动象“蚺蠕然”很舒缓的，这是中和的反映，故不病。但如动象很疾，而中手“浑浑然”过盛的，这是太过的反映，为病脉。若中手“徐徐然”缓慢无力的，这是不足的反映，也是病脉。如果其动应手不够五寸，或弹之不相应的，这是阴气绝的现象，故主死。

古代医家是非常重视三部九候诊法的，如《素问·离合真邪论》说：“审扞循三部九候之盛虚而调之，察其左右上下相失及其相减者，审其病藏以期之。不知三部者，阴阳不别，天地不分……刺不知三部九候病脉之处，虽有大过且至，工不能禁也。”又如《素问·八正神明论》说：“上工救其萌芽，必先见三部九候之气，尽调不败而救之，故曰上工；下工救其已成，救其已败，救其已成者，言不知三部九候之相失，故曰守其门户焉，莫知其情，而见邪形也。”可见古人对这种诊法的评价和重视的程度。

由于脉象是人体生命活动最灵敏、最重要的一个信息源，而三部九候法就是从人体多方面获取这种信息源，从而为辨证提供更多的客观依据。因此，我们在肯定它的历史地位的同时，更应注意其科学价值，借用近代科学，来探讨这种诊法的本质及其规律，将为中医现代化做出贡献。

2. 人迎寸口对比诊法

用人迎脉和寸口脉对比的方法来诊断疾病，也是《黄帝内经》比较常用的一种切脉方法。

人迎为颈部喉结两旁的动脉，是足阳明胃经所过之处。胃为水谷之海，脾胃之气，比循经脉过人迎。寸口，为手太阴肺经经脉之所过，内应五脏六腑之气。所以全身脏腑脉气血盛衰情况，都可以从人迎、寸口的脉象上反映出来。《灵枢·四时气》说：“气口候阴，人迎候阳。”人迎为阳经之脉，主表，阳旺于春夏；气口为阴经之脉，主里，阴旺于秋冬。所以在正常情况下，人迎、寸口与四时相应，春夏人迎微大于寸口，秋冬寸口微大于人迎，正如《灵枢·禁服》说：“寸口主



中，人迎主外，两者相应，俱往俱来，若引绳大小齐等。春夏人迎微大，秋冬寸口微大，如是者命曰平人。”又如《灵枢·终始》说：“谨奉天道，请言终始，终始者，经脉为纪，按其脉口人迎，以知阴阳有余不足，平与不平，天道毕矣。所谓平人者不病，不病者，脉口人迎应四时也，上下相应而俱往来也，六经之脉不结动也，本末之寒温相守司也，形肉血气必相称也，是谓平人。”

如果人迎、寸口两相比较，脉有大小不调时，便是有病变发生的反映。一般来说，人迎脉独盛则病在三阳之府；寸口脉独盛则病在三阴之脏，这是因为太阴行气于三阴，阳明行气于三阳的缘故，如《素问·六节藏象论》说：“人迎一盛病在少阳，二盛病在太阳，三盛病在阳明，四盛以上为格阳；寸口一盛，病在厥阴，二盛病在少阴，三盛病在太阴，四盛以上为关阴。人迎与寸口俱盛四倍以上为关格，关格之脉羸。不能极于天地之精气，则死矣。”“盛”，这里作“倍”解。一盛二盛三盛，谓两相对比，大一、二、三倍。人迎大四倍以上，为阳气盛极而阴无以通，故曰“格阳”；寸口大四倍以上，为阴气盛极而阳无以交，故曰“关阴”。若二者俱大四倍以上，是关阴格阳，故曰“关格”。关格为阴阳两不相交，形将离绝，故不能尽其天年而死亡。

人迎寸口对比诊法，不仅察其盛大，而且还候其静躁，以别病之在手经或足经。《灵枢·终始》说：“人迎一盛病在足少阳，一盛而躁病在手少阳；人迎二盛病在足太阳，二盛而躁病在手太阳；人迎三盛病在足阳阴，三盛而躁病在手阳明；人迎四盛，且大且数，名曰溢阳，溢阳为外格。脉口一盛病在足厥阴，厥阴一盛而躁在手心主；脉口二盛病在足少阴，二盛而躁在手少阴；脉口三盛病在足太阴，三盛而躁在手太阴；脉口四盛且大且数者名曰溢阴。人迎与太阴脉口俱盛四倍以上，名曰关格，关格者，与之短期。”脉躁动为病邪盛。人迎脉大一、二、三倍而躁动，则不仅病在足之三阳经，而且侵入手之三阳经，如大四倍以上且粗大，是手足六阳经都盛极，阳邪溢满于六腑而为溢阳。阳主外，与在内六阴经阻格，故为外格。脉口大一、二、三倍而躁动，则不仅病在足之三阴经，而且侵入手之三阴经。若脉口大于人迎四倍以上且粗大，是手足六阴经偏盛已极，与阳互不支通，名为溢阴。无论溢阳于外，溢阴于内，内关外格，均是病情严重，故多死不治。如人迎与脉口俱盛四倍以上而且躁动不安，此为阴阳俱盛，互不交通，正气衰竭，阳格于外为外格，阴关于内为内关，如是则血脉闭塞，气无所行，流淫于中，五脏内伤，生命亡在旦夕。



3. 独取寸口诊法

寸口，又称“气口”、“脉口”。即手桡动脉腕后应手处，以其脉出太渊，长一寸九分，故名寸口。属手太阴肺经的动脉。

诊寸口之所以能候五脏之气的盛衰，《素问·五脏别论》说：“气口何以独为五脏主？胃者水谷之海，六腑之大源也。五味入口，藏于胃以养五脏气，气口亦大阴也，是以五脏六腑之气味皆出于臂，变见于气口。”气口为手太阴肺经所过，肺主气而朝百脉，气口又为脾胃之气所归，所以全身脏腑经脉气血的情况，都可以从气口脉上体现出来。另一方面，营卫昼行于阳二十五度，夜行于阴二十五度，五十周而大会于手太阴，如《素问·经脉别论》说：“气归于权衡，权衡以平，气口成寸，已决生死。”所以诊寸口能候五脏六腑之气的盛衰。

诊察寸口脉，主要是察脉之长、短、滑、疾、浮、沉等脉象，以别其有余不足。如《素问·平人气象论》说：“欲知寸口太过与不及，寸口之脉中手短者，曰头痛；寸口之脉中手长者，曰足胫痛；寸口脉中手促上击者，曰肩背痛。寸口脉沉而坚者，曰病在中；寸口脉浮而盛者，曰病在外。寸口脉沉而弱，曰寒热及疝瘕少腹痛；寸口脉沉而横，曰胁下有积，腹中有横积痛；寸口脉沉而喘，曰寒热。脉盛滑坚者，曰病在外；脉小实而坚者，曰病在内。脉小弱以涩，谓之久病；脉滑浮而疾者，谓之新病。脉急者，曰疝瘕少腹痛。脉滑曰风，脉涩曰痹。缓而滑曰热中，盛而紧曰胀。”从寸口脉之太过不及，以识其阴阳之偏盛，从脉之长短促，以知病之在头、在足胫、在肩背；从脉之沉紧浮盛，以分表里别外中；从之脉盛滑小实坚，以察其病之在内在外；从脉之小弱涩滑浮疾以知气血邪正之盛衰，别病之新久。总之，切寸口脉，可辨脉之阴阳与证之虚实。

独取寸口诊法，在《难经》中又有进一步的发挥。如《难经·一难》说：“十二经皆有动脉，独取寸口，以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，故法取于寸口也。”《难经》不仅阐发了独取寸口的原理，而且又把寸口，脉分为寸、关、尺三部，如《难经·二难》说：“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。”《难经·三难》也说：“关之前者，阳之动也。脉当见九分而浮；关以后者，阴之动也，脉当见一寸而沉。”关之前九分为寸，关之后一寸为尺，气口