

中华

zhonghua
wangzhen
daquan

望
珍
大
全

谢文英
编著

陕西新华出版传媒集团
陕西科学技术出版社
Shaanxi Science and Technology Press



前言 >> FOREWORD

养生在中国有着悠久的历史，春秋战国时期的医学经典著作《黄帝内经》就曾明确提出“圣人不治已病治未病”的养生观点。数千年来，历代中医药学家不断地积累和总结流传于民间的养生保健经验，期望实现延年益寿的愿望。随着生活水平的提高，普通百姓也开始注重养生保健，以提高生活品质。在“治未病”方面，我国有很多传统方法效果不错，比如按摩、艾灸、拔罐、食疗等。但“治未病”有一个前提，那就是及早发现才能做到预防和改善，这里要提到的是我国传统医学中“望、闻、问、切”中最重要的“望诊”。

望诊是指医者运用视觉，对人体全身和局部的一切可见征象以及排出物等进行有目的地观察，以了解健康或疾病状态。我们每个人与身体有关的一切都有着不同的特质，皮肤的形态、气色、温度等，都预示着每个人的个性、喜好、健康状态等。人的身体就像是一台显示器，全身的脏腑、器官、四肢和关节的疾病与健康都能显示出来。望诊就是根据身体表面颜色、纹理和形态的变化，来了解内部脏腑的生理、病理变化。





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

这本《中华望诊大全》分为两部分，分别介绍了如何望诊和根据望诊自我保健。本书首先介绍了望诊的基础知识，陈述了不同种类的多种常见疾病的望诊方法，让读者学到简单实用的诊病技巧，深入浅出地分析了望诊的知识，提供了望诊的方法，包括头诊、眼诊、耳诊、鼻诊、舌诊、齿诊、口唇诊等，方便读者在短时间内掌握读懂健康变化的方法。其次，本书还介绍了生活中的常见病在人体面部的表现形式，并提供了一些简单方便的穴位按摩、药膳食疗法，以辅助治疗。

古语说得好：“授人以鱼不如授人以渔。”学会一些“察言观色”知健康的方法，就能做到未雨绸缪，解除身体的亚健康状态。希望广大读者学以致用，通过望诊能够更好地保养身体，并使传统医学的精华得以传承。

编者

前
言





目录 >> CONTENTS

第1章

认识望诊——望诊的基本知识

望诊的定义 003

望诊的内容 004

全身望诊 004

局部望诊 006

望诊与其他传统诊断方法的关系 011

第2章

望面诊病——察言观色知健康

认识面诊 015

面部反映人的健康 015

面诊的依据 016





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

面诊的重点	017
脸型与疾病的关系	018
脏腑在面部的反应区	021
面诊的4个要点	026

面部异常诊断

面色里隐藏的健康信息	028
望神色，知荣枯	030
根据面容查病	031
皱纹是岁月的痕迹，也是疾病的预示	033
3种异常面态	035
面容消瘦、两颧高耸：重病的预兆	036
面色失神，是气血不足的象征	037
面色发红，分清虚实再治疗	038
面色发青，青色主寒、痛	039
面色发白，多有寒虚病症	039
面色发黄，则气血不足	040
面色发黑，补肾是关键	040
面部青筋，不同部位预示不同疾病	041
面部肿胀，水肿、气肿要区别对待	042
笑容里隐藏的病情	043
女性面部色斑的预警	044

目 录



002

阅读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com



第3章

望头诊病——治病防病从“头”开始

头部诊病的依据	049
头部形态与疾病预测	049
额部望诊	050
头颅望诊	051
印堂望诊	052
小儿囟门望诊	053
不同部位的头痛与健康隐患信号	055
头痛为何多发于女性	057

第4章

发为血之余——望发知健康

头发对人体的作用	061
“肾者其华在发”	062
头发异常与病症自测	063
关于头发的困扰	065
头发变白的奥秘	066
为什么会有“少白头”	067
情绪压抑易致脱发	069
头发分叉也许是饮食不规律	070





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

- 男性脱发，易患心脏病 072
- 身体不适，头皮会出现异常 073
- 脂溢性脱发 074
- 斑秃不是“鬼剃头” 075

第5章

眼部望诊——眼睛是健康的窗户

眼部的常识 079

- 了解眼睛的构造 079
- 眼部反映人体健康 080
- 不同眼形与人的体质特点 082
- 眼部望诊的依据 084
- 眼部望诊的方法 085
- 眼球的经区划分 085

眼部的异常与疾病 087

- 白睛络脉形色诊法 087
- 白睛络脉识病法 089
- 眼睑异常与疾病 092
- 血液循环不好，容易出现眼睑水肿 094
- 两眦异常与疾病 095
- 老年人眼皮耷拉要查糖尿病 095
- 根据眼部黏膜看疾病 096
- 眼部颜色知异常 097





黑睛变化与疾病	101
眼睛发黄的3种情况	104
倒睫是沙眼的并发症	105
眼白发蓝可能贫血	106
小儿眼睑暗青,可能是肠胃不好	107
眼睛发红多是外感风热	107
3种视觉异常	108
眼睑水肿,肾病、心脏病最常见	109
两眼无神,可能是气血虚	110
眼泪异常与病症	111
视力变化的危险因素	112
眼斜口歪与面神经炎有关	114
眉毛暗藏的健康信息	115

第6章

望耳诊病——耳朵是人体健康的缩影

了解耳部知识 119

耳部诊病的依据	119
耳郭表面部位名称	121
几种畸形耳郭	123
耳与脏腑的分属	124
耳与心脏互有关联	133
耳部的经络分布	134





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

耳郭异常与疾病判断 135

- 耳郭发黄可能是黄疸 135
- 耳郭色泽异常与疾病 136
- 耳垂皱纹也是疾病的预兆 137
- 解读耳郭血管改变 138
- 四种耳型的特征与疾病 139
- 耳郭脱屑与皮肤病有关系 140
- 耳郭斑点是有内伤 141
- 听力变化也能察病 142
- 耳内流脓是因为风热上扰 143
- 耳内长瘤与肝胆蕴热有关 144
- 耳鸣的病因复杂 145
- 药物中毒性耳聋 146

耳穴异常与疾病判断 147

- 耳穴隆起有结节 147
- 耳穴望诊的注意事项 148
- 耳穴触诊法 150
- 耳痛通常是耳部本身的问题 154
- 结核、扁桃体炎也可引起耳痛 155
- 耳穴电测法 156
- 耳郭心穴异常与疾病预兆 157
- 小儿腮腺炎引起耳痛 159
- 耳穴颜色的变化与疾病 160
- 耳穴形状的变化与疾病 161





耳穴血管扩张的几种不同形态	162
单侧耳鸣不可轻视	162
耳穴上的丘疹	163
日常耳穴穴位疗法	164
耳部疗法的常见身体反应	166
耳穴疗法的宜忌	168

第7章

望鼻诊病——鼻子是“望诊之王”

了解鼻部的基本知识 171

肺主鼻，鼻部望诊的依据	171
鼻为肺之窍，鼻子的颜色反映健康	171
鼻部健康的形态和颜色	172
鼻是人体的缩影	173

鼻部异常与疾病诊断 174

鼻的形态与疾病预兆	174
五色决于明堂，鼻部色诊	178
鼻内外生出小颗粒	180
鼻形也能传达病情信息	181
呼气有异味	182
鼻疳通常是内热导致的	183
鼻山根异常	183
经常鼻出血是疾病初起	185





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

与呼吸异常有关的疾病	185
嗅觉异常可能是颅内肿瘤	187
幻嗅是脑部肿瘤的预兆	187
鼻涕多可能是有炎症	188
按摩这些穴位保护鼻腔健康	189

第8章

口唇诊法——呵护健康“出纳官”

了解口唇的基本知识	193
口唇诊病的依据	193
口唇与脏腑的对应	194
人中诊病的依据	195
人中与脏腑的对应	196
人中沟的测量及标准	197
口唇异常与疾病	197
7种唇色异常诊病法	197
十二种唇形与疾病	200
下唇黏膜异常	203
吞咽困难察病情	204
人中异常与疾病	205
人中的形态与疾病	205
人中的色泽与疾病	207

目
录





第9章

望舌诊病——舌头是健康的镜子

了解舌的基本知识 211

舌诊的依据与方法 211

舌的基本结构 212

舌与脏腑的分属 212

舌是反映人体健康的镜子 214

舌诊的特殊性 214

什么是舌下脉络诊察 217

舌象异常与疾病 218

四种异常舌形 218

根据舌质察病 219

几种异常舌色的分析 220

舌脉异常也是疾病的征兆 223

舌苔异常与病变 224

第10章

望齿诊病——牙齿好，身体才好

了解牙齿的基本知识 229

牙齿的分类和功能 229

牙齿与脏腑的分属 229





中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan

牙齿异常与疾病 230

从牙齿看五脏病症	230
经常牙龈出血警惕血友病	231
为何儿童经常夜间磨牙	233
牙齿的不同颜色与疾病象征	233
牙结石容易引起牙周病变	235
偏侧咀嚼影响面部肌肉发育	235
牙龈萎缩是怎样形成的	236
做好牙齿的保健	237

第11章

常见病诊疗——按摩轻松祛疾病

感冒	241
慢性支气管炎	244
慢性胃炎	247
胃下垂	250
高血压病	253
低血压	256
贫血	260
糖尿病	263
脑动脉硬化	266
颈椎病	269



中华望诊大全

ZhongHua WangZhen DaQuan



痔疮	272
慢性咽炎	275
牙痛	279
耳鸣	282
前列腺炎	286
遗精	291
早泄	295
月经不调	298
痛经	302
闭经	306
乳腺增生	309





第 1 章

认识望诊

——望诊的基本知识



望诊的定义

望诊，是指医生通过视觉观察，对人体全身和局部的一切可见征象，如形体、面色、舌体、手掌以及排出物等进行有目的地观察，以了解健康或疾病状态。望诊又可分为望神、望五官、望躯体、望皮肤、望二阴、望排出物等局部望诊。总的来说，望诊已形成一个相对完善的理论体系，是中医诊断理论的重要组成部分。在中医诊断学中，望诊是四诊的重要部分，位居四诊之首。

视觉是人的众多感官中最为重要的一种，通过视觉，人们可以获取丰富的感官治疗，从而为正确地认识客观事物打下坚实的基础。因此，医生通过望诊，能够获得关于患者病情较为丰富和全面的资料，从而准确判断疾病的具体情况并相应地施以治疗。所以，医家有言：望而知之谓之神，这在一定程度上说明了望诊在中医诊断中的重要作用。

人体是一个有机整体，在发生疾病时也呈现出一定的整体性。人身体的某一部分或器官发生病变时，就可能会影响并表现出为整个身体出现问题；而全身发生的某种病变，也可能突出表现在某个局部或特定器官。人体内部的某一脏腑发生病变，可能会导致人体外部发生改变；人体的外部出现疾病，也可能会引发内部脏腑出现问题。人身体上的疾病，有可能会引发精神上的某种问题；而精神上的疾病，也可能会影响并表现为身体出现一定的病变。所以，人