

《一个月学中医》系列丛书

总主编/张登本

一个月学中医诊法

第2版



人民军医出版社

主编/张登本



《一个月学中医》系列丛书

一个月学中医诊法

第2版

YIGEYUE XUE ZHONGYI ZHENFA

主 编 张登本
副主编 朱钰叶 郝 蕊 徐晓明
编 者 (以姓氏笔画为序)
方亚利 田丙坤 朱钰叶 乔文彪
孙理军 李翠娟 汪 丹 张景明
张登本 陈震霖 欧雪梅 郝 蕊
徐晓明



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

一个月学中医诊法 / 张登本主编. —2版. —北京: 人民军医出版社, 2010.10

(一个月学中医系列丛书)

ISBN 978-7-5091-4262-2

I. ①一… II. ①张… III. ①中医诊断学—基本知识 IV. ①R241

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第195986号

策划编辑: 张伏震

文字编辑: 段 莹

责任审读: 黄栩兵

出 版 人: 石 虹

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) 51927300-8725

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 三河市祥达印装厂 装订: 京兰装订有限公司

开本: 710mm×1010mm 1/16

印张: 16 字数: 276 千字

版、印次: 2010 年 10 月第 2 版第 1 次印刷

印数: 0001~4500

定价: 32.00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



丛书编委会

总 主 编 张登本

副总主编 周永学 孙理军

编 委 (以姓氏笔画为序)

丁 然	王 珏	王 震	王洪玉	韦永红
方亚利	艾 霞	田丙坤	巩振东	朱钰叶
朱慧渊	乔文彪	齐达春	孙理军	孙超越
孙耀光	严元贞	李 哲	李 鹏	李建军
李翠娟	杨文潮	杨忠瑶	杨胜权	汪 丹
张 辉	张晓萍	张景明	张登本	陈震霖
林 洁	欧雪梅	周永学	郝 蕊	党照丽
钱来军	徐晓明	黄以蓉	傅培生	雷平山



内 容 提 要



编者以“望、闻、问、切”四种诊病方法为主线，将相关内容分为30讲，简明扼要地叙述了中医诊病方法原理及历代著名医学家的诊法成就，重点讲述了如何进行整体、头面五官、口舌咽喉、躯干四肢、皮肤二阴的望诊察病；怎样对排泄物和分泌物进行问诊及闻诊检查；怎样对临床常见的恶寒发热、疼痛、出汗、睡眠障碍、饮食口味失常以及头面五官、躯干四肢、二阴二便的异常和妇女、儿童常见病症进行问诊；还叙述了脉诊、按诊及其他诊病方法。每一讲的内容设置科学合理，适宜于每日研修一讲。同时各讲的内容既相对独立，又是中医诊病方法不可或缺的部分，相互间有着密切的联系。本书内容通俗易懂，适合中医院校的学生、中医临床工作者以及中医爱好者学习研读。



总

序



“一个月学中医”系列丛书，共编写了能体现中医中药知识架构的理、法、方、药和临床应用范例的八本中医中药通俗读本，包括《一个月学中医基础》《一个月学中医诊法》《一个月学中医辨证》《一个月学中药》《一个月学开中药方》《一个月学针灸》《一个月学推拿》和《一个月学四季养生》。通过对这套中医中药通俗读本的介绍，使中医中药的相关知识以通俗易懂的面目，展现在热爱中医中药的广大民众面前。只有被民众认同的科学知识才能具有生存的土壤和无限的生命力，也才会有无限的发展空间和市场。中医中药是发生于中华民族传统文化背景下的医学，自其产生之日起，就与中华民族的繁衍昌盛息息相关，紧密相连。毫不夸张地说，中医中药对于中华民族的繁衍昌盛具有不可磨灭的历史功绩和现实意义，如果没有中医中药的存在和发展，就没有繁荣昌盛的中华民族之今天。近百年来，西学东渐，这既给中医中药带来了发展的机遇，同时也带来了巨大的冲击和挑战。由于东西方文化和东西方民族认识事物的理念和方法的差异，加之其他因素的影响，使西方文化对中医中药的冲击和挑战大于机遇。如果认真而深刻地回顾和总结近百年来西学东渐，以及中医中药发展缓慢的历史，就不难看出这样一个事实：这就是发生于中华民族传统文化背景下的中医中药，是以传统而古老的思维方法和文字表述方式存在的，使得那些自幼受现代文化、现代理念、现代思维方式影响的青年学子，或者喜爱中医中药的中青年人，无法用现代思维方式和现代文化理念轻易地去解读中医中药知识，更不用说对中医中药知识的继承和传扬了。如果不能运用通俗易懂的语言文字把发生于古代、又是用传统思维语言表述的中医中药知识介绍给读者，那将永远使其包裹在神秘的面纱之

下，永远是“阳春白雪”，永远只能让少数人读懂，那么这样的中医中药知识也只能远离民众，也将成为无源之水、无本之木，将会被人类抛弃。广大的人民群众是中医中药的源头活水，只有让广大人民群众读懂、会用中医中药知识，让民众相信他们身边处处有中医中药知识，中医中药才能有广阔的发展空间和无限的生命力。这便是我们撰著“一个月学中医”系列丛书的缘由和动因。

科学研究、人才培养和科学普及是任何一门科学的存在和发展所必需的任务，三者缺一不可。科学研究是学科发展的灵魂，是提升学科品质的必要方法，是丰富学科的科学内涵、强化学科的生命力的核心，是学科的存在与发展的基本工作和根本任务，也是解决学科的学术层面理论问题以及技术层面应用问题的必须手段。科学研究需要有相应的人才来实现，所以学科的人才培养是学科发展链接中十分重要的一个链环，是学科存在、学科发展进程中必要的技术力量储备。无论是学科的学术理论或技术应用，都需要相应的高素质、高水准的人才予以实施。可见，人才的培养对于学科的存在与发展是至关重要的。以上两个方面的重要性是人所共知的，唯独科学普及工作常常不被人们所重视。任何一门科学知识，只要有了广大民众的认同和肯定，只有深深地根植于广大民众的心目之中，才会有无穷的生命力，也才会在民众的休养生息过程中代代相传，延绵不绝。反之，不被广大民众认同和肯定的科学知识，是缺乏生命力的，也很难得到推广和发展。中医中药科学知识为什么会在我国经济相当发达的港、澳、台及珠江三角洲地区蓬勃发展，蒸蒸日上，而在地域辽阔、人口众多的北方却渐趋萎缩，其原因之一恐怕是中医中药知识的科学普及工作不到位，中医中药知识未能深入民众之心的缘故。可见，只重视中医中药的科学研究而不关注中医中药的科学普及，必然会带来“曲高和寡”之虞。

数十年来，我们陕西中医学院中医基础理论学科团队，在注重中医基础理论及中医经典著作的研究，重视中医基础理论及中医经典著作 ze 教学工作的同时，从未忽视中医中药知识的科学普及工作，这是缘于我在 20 世纪 80 年代初期参加由国家科学委员会在京举办的全国科学普及写作学习班所受教育和熏陶有关。我们先后编著出版的《中医常用名词术语解释》（西安：陕西科

学技术出版社,1985年)、《白话黄帝内经通解》(西安:世界图书出版公司,1998年)、《全注全译中医经典名著》系列丛书(北京:新世纪出版社,2007年),以及与人民军医出版社共同策划编著出版了第一版“一个月学中医”系列丛书(2002年出版)等,都是我们重视科学研究、人才培养和科学普及三者并举的产物。近年来,我们编著出版的“一个月学中医”科普著作广受读者的欢迎,根据广大读者对第一版的反馈,我们这个集医疗、教学、科研及科学普及于一体的团队,在认真汲取读者反馈意见的基础上,一改中医中药文献引经据典而后入说的传统文风,尽可能地运用通俗易懂、简洁流畅的文笔,剥去中医中药知识在广大民众眼里的神秘面纱,让更多的人关心中医中药、热爱中医中药、需要了解中医中药的民众轻松地阅读这些通俗读本。

我们编撰的这套“一个月学中医”系列丛书涵盖中医中药的理、法、方、药和针灸临床以及养生保健知识。这套丛书在畅言相关理论的同时,引入相关的临床病例,使读者能结合鲜活的临床例证,饶有兴趣地阅读中医中药理论,学习和掌握中医中药知识。

“理”是指中医中药的理论根基。《一个月学中医基础》主要介绍了中医中药的基本知识。要使中医中药得以普及,让广大民众能够明白中医中药之理。这是重要的基础性知识。

法,即法则,方法之谓也。“法”中虽然包括了中医诊病方法、分析病证的思维方法、处方用药方法,以及汗、吐、下、和、温、清、消、补的治病之法,还有常见病证、针刺、艾灸、拔罐、推拿、按摩的方法等,都反映在《一个月学中医诊法》《一个月学中医辨证》《一个月学针灸》《一个月学推拿》《一个月学四季养生》之中,让世人明白中医是用什么方法治病,以及是怎样治病的。

方,即方剂,是根据病情的需要并按照一定的规则,将几种不同药物组合在一起的技术方法。《一个月学开中药方》介绍了临床常用方剂处方的方法、配伍禁忌,并介绍了这些方剂的药物组成、主治功效、药物加减、煎煮方法,以及服药注意事项等内容。

药,即治病的药物。《一个月学中药》介绍了药物的四性五味、主治功效、

七情合和、升降浮沉等中药的一般常识，同时用简洁明快的语言介绍了常用中药的产地、采收时节、简要炮制方法、常用剂量、有无毒性作用、服用禁忌等相关知识。其中有的药物是药食两用，这是中药的一个重要特点。通过这些中药知识的介绍，使读者既能从中学到常见药物的主治功效，又能巧妙地运用药物，达到养生保健的目的。

我们的团队，虽然都是有数十年从事中医中药的教学、科研、医疗和科学普及工作经验的专家、教授，各分册的主编都是有十多年甚至二三十年指导硕士生或博士生学习的知名导师；虽然他（她）们都曾经主编、参编过多部国家级教材，都有自己的专著出版。但是，由于编著通俗易懂而又不使中医中药知识失真的“一个月学中医”科普丛书，是一件非常严肃而又审慎的工作，要使全套通俗读本都符合中医中药知识的规范，达到“信”“达”“雅”的境界绝非易事。因此，我们团队从选题、立项、制订编写大纲、撰写到完稿，历时两年有余，迫于该项工程意义重大的压力，团队的每个成员都一丝不苟，不敢有丝毫的懈怠。尽管如此，未尽如人意之处肯定有之，敬祈广大读者不吝赐教，以待再版时完善。

陕西中医学院 张登本

2010年3月5日谨识于古都咸阳



前

言



中医诊法是以研究各种诊察疾病方法的技术规范、应用范围及其临床意义为主的知识体系。中医诊法属于临床学科的基础，是临床医生对病人所患疾病的感性认识过程，为医生进一步对疾病作出本质性的理性判断提供最真实、最直接、最可靠的依据。中医诊法是将中医理论运用于临床实践的纽带和桥梁，是进一步学习临床各科的基础。临床医生对疾病准确无误的分析判断，恰当有效的治疗用药，必须以全面、准确、翔实的诊察资料为前提，这也是中医诊法的意义和目的之所在。

中医诊病方法十分丰富，通常概括为“望、闻、问、切”四法，此次《一个月学中医诊法（第2版）》的编著，是为了便于自修研读者的学习、掌握并付之于实践，在兼顾传统四诊的基础上，将常用的、行之有效的中医诊病方法分解为30个知识单元，每个知识单元既相对独立，又是中医诊法不可缺少的部分，相互之间有着密不可分的有机联系，30个知识单元浑然一体，共同架构了中医诊法的知识体系。

中医诊法是医生对疾病的感性认识阶段。为了使自修者研读掌握，我们在编著过程中尽可能地不引或少引用古人的论述。每种诊法内容都是先进行定义，再陈述内容。在对具体内容进行论述时，以原理、方法及具体事项、相关内容及其临床意义为序。文字表述力求通俗易懂、简明扼要，便于掌握和运用。在每单元的导语中，简明地陈述该知识单元的内容要点，最后以总结性的结束语置于每节文末。

由于中医诊法内容十分丰富，各部分内容所涉及的知识范围有别，所以有的单元仅介绍一部分内容，有的单元涵纳几部分诊法；但像切脉诊法却需

数节内容方可写完，因此，30 节的设立是根据具体内容确定的，如此才能保证每日研修解读一节进度的均衡。

中医诊法是一门实践性很强的知识，在学习过程中一定要结合实际，反复地进行对照练习，在实践中加深对相关知识的理解和记忆，才能掌握和运用中医诊法知识和技巧。

《一个月学中医诊法(第2版)》的编写主要参阅借鉴了《中医诊法精华》(张登本主编,西安:世界图书出版公司西安分公司,1998 年版)、《中医学基础》(张登本主编,北京:中国中医药出版社,2002 年 12 月版),以及《中医诊断学》(张崇孝主编,张登本执行副主编,贵阳:贵州科技出版社,1989 年版)的相关内容。因此,本书中也有上述三书作者们的心血,在此予以说明和致谢!

编 者

2010 年 4 月于咸阳



目

录

第1讲 中医诊法概要 /1

- 一、中医诊法 /1
- 二、中医诊法的诊病原理 /2
- 三、中医诊法的特点 /3

第2讲 历代名医诊法成就 /6

- 一、夏商春秋时期 /6
- 二、先秦两汉时期 /7
- 三、两晋隋唐时期 /9
- 四、两宋金元时期 /10
- 五、明清时期 /13
- 六、现代中医诊法成就 /18

第3讲 整体望诊法 /20

- 一、望神 /21
- 二、望色 /22
- 三、望形态 /26

第4讲 头面望诊法 /30

- 一、望头部 /30
- 二、望面部 /33

第5讲 五官望诊法 /37

- 一、望目 /37
- 二、望耳 /44

三、望鼻 /47

四、望口唇 /50

五、望牙齿 /53

六、望齿龈 /55

七、望咽喉 /56

第6讲 望舌诊法 /60

一、望舌质 /60

二、望舌苔 /67

三、望舌下脉络 /73

四、望舌质舌苔结合 /73

第7讲 身体躯干望诊法 /74

一、颈项望诊 /74

二、胸胁望诊 /77

三、腹部望诊 /79

四、腰背望诊 /80

五、望四肢 /81

第8讲 皮肤及二阴望诊法 /84

一、皮肤望诊 /84

二、下窍望诊 /89

第9讲 排出物望诊法 /92

一、出血诊法/92

二、望泪、涕、涎、唾、呕吐物 /93

三、望痰 /94

第10讲 闻诊 /98

一、听声音 /98

二、嗅气味诊法 /105

第11讲 问诊法 /108

一、问诊法内容 /109

二、问诊的方法及注意事项 /113

第12讲 问恶寒发热 /116

第13讲 问疼痛、出汗 /121

第14讲 头面五官问诊法 /128

第15讲 躯干四肢问诊法 /138

第16讲 饮食口味问诊法 /147

第17讲 胸腹问诊法 /153

第18讲 二阴和二便问诊法 /162

一、二阴问诊法 /162

二、二便问诊法 /164

第19讲 妇女、小儿问诊法 /171

第20讲 脉诊 /179

第21讲 脉象 /186

第22讲 浮沉迟类脉象 /191

第23讲 数虚实类脉象 /197

第24讲 相兼脉、妇女脉、小儿脉诊法及脉症关系 /204

第25讲 按诊法 /210

第26讲 胸腹按诊法 /215

第27讲 尺肤、面部、人中诊法 /220

第28讲 手部诊法 /223

第29讲 耳诊法 /229

第30讲 其他诊法 /237

第 1 讲

中医诊法概要

什么是中医诊法，中医诊法的原理是什么？中医诊法有哪些显著特点？这些都是在学习中医诊法具体内容时首先要明白的内容。下面，我们先看一个病案。

傅定远，得疾膈病，发时呃逆连声，咽喉如物阻塞，欲吞之而气梗不下，欲吐之而气横不出，摩揉抚按，烦闷之极。医治两月，温胃如丁、蔻、姜、桂，清胃如芩、连、硝、黄，绝无寸效。延余诊，视其气逆上而呃声甚厉，咽中闭塞，两肩高耸，目瞪口呆，俨然欲绝之象，势甚可骇。然脉来寸口洪滑，上下目胞红突。辨色聆音，察脉审症，知为痰火上攻肺胃。其痰也，火也，非气逆不能升也，遂处四磨汤加海浮石、栀子、白芥子、瓜蒌、竹沥、姜汁，连投数剂，其气顺火降痰消。再以知柏地黄汤加沉香以导火而安（《谢映庐医案·冲逆门》）。

上述病案中“咽中闭塞，两肩高耸，目瞪口呆”即为望诊，“呃逆连声、呃声甚厉”即为闻诊，“咽喉如物阻塞”即为问诊，“寸口洪滑”即为切诊。望、闻、问、切是中医学中最基本的四种诊病方法，但是中医诊病的具体方法并不只局限于这四点。下面，我们就将为您具体介绍中医学的诊病方法。

一、中 医 诊 法

中医诊法是中医诊察疾病、收集病情资料的基本方法。中医诊法主要内容可简要地概括为望、闻、问、切四法，简称“四诊”。望诊法是医生通过观察病人整体神、色、形、态的变化和局部表现以及排出物、色、质、量改变等情况，了解病情，察知疾病的方法；闻诊法是通过听病人体内发出声音的变化，以及嗅闻病人身体散发出的异常气味等，辨别病情的方法；问诊法是询问病人及其陪诊者，以了解病人既往的健康状况、发病经过及自觉痛苦与不适等相关情况的方法；切诊法是通过切按病人体表动脉搏动状况和触按病人身体有关部位，了解病情的方法。

四诊所搜集的病情资料是疾病表现出的各种异常现象。人体是一个以五脏为



中心的有机整体，脏腑形体官窍通过经络相互联系，维持机体生理功能的协调平衡。“有诸内必形诸外”，体内的生理、病理变化可反映于外。因此，在整体观念指导下，通过诊察疾病显现于外部的各种征象，可分析疾病的原因、病机和病位，了解脏腑的盛衰变化，为辨证论治提供依据。

在诊察疾病时必须将望、闻、问、切四诊并用，从不同角度全面地搜集临床资料，不应片面夸大某一诊法的作用，更不能相互取代。同时又须四诊合参，方能“见微知著”而不致贻误病情。

中医学认为人体是一个有机的整体，事物之间存在着相互作用和因果关系，局部病变是全身病理反应在局部的体现。因而全身的病理变化可反映于局部，局部可反映和体现于全身，任何内脏的病理变化都必然会通过种种迹象表现于体表，而通过审察这种种表现于体表的症状和体征，就能测知其内在的疾病本质，这便是中医诊法的基本原理所在。

二、中医诊法的诊病原理

中医诊法的原理是指中医在实施诊病方法的思维方式。熟悉并掌握中医诊法原理，对于正确运用中医诊病方法有指导作用。中医学认为，人体是一个有机的整体，事物之间存在着相互作用和因果关系，局部病变是全身病理反应在局部的体现。因而，全身的病理变化可反映于局部，局部可反映或体现于全身，任何内脏的病理变化都必须会通过种种迹象表现于体表，而通过审察这种种表现于体表的症状和体征，就能测知其内在的疾病本质，这便是中医诊法的基本原理所在。

中医诊法的基本原理有以下几个方面。

一是司外揣内。“司外揣内”是《黄帝内经》（简称《内经》）首先创立的诊法原理。《内经》作者认为人体是一个内外相应的统一体。五脏六腑在人身之内虽不可见，但其一切生理活动、病理变化，“若鼓之应桴，响之应声，影之似形”（《灵枢·外揣》），必然有其相应的现象反映于体表，因此，认识了现象与本质间的辨证关系，做到“合而察之，切而验之，见而得之”（《灵枢·外揣》），那么临证对深藏于内的脏腑病证就会做到“若清水明镜之不失其形”（同上）一样的明晰清楚。《丹溪心法》对此作了进一步阐发说：“欲知其内者，当以观乎外；诊于外者，斯以知其内。盖有诸内者形诸外。”

二是见微知著。“见微知著”是中医诊法的又一基本原理，是指医者通过病人细微的变化就可以测知整体的情况。机体局部的变化，蕴含着整体的生理、病理信息。例如《灵枢·五色》篇中的五色明堂诊法即是其例，原文论述了五脏



六腑、形体肢节的病理变化在面部的反应区域，然后根据面部的色泽之浮沉、清浊、泽夭、散抟和上下等情况，辨别疾病的性质、部位、间甚、新久，推断疾病的发展趋势及转归预后等，进而根据色部的变化以调治疾病，这便是察面部色泽以测知全身病变的具体描述。再如独取寸口诊法，是通过诊两手寸口脉，以候全身五脏六腑的病证，于是详审寸口之三部九候，以推断全身疾病的方法沿用至今。此外，耳郭的不同部位能反映全身各部病变；舌与内脏关系密切，故舌的变化可以反映脏腑气血盛衰及病证的寒热虚实；五脏六腑皆上注于目，故诊目可了解人体的神气盛衰，并以此可察全身脏腑器官的变化，等等。

三是以常衡变。“知常达变，以常衡变”是中医诊治法自古以来所遵循的一条基本原则。这条原则强调医者必须在掌握认识正常生理特征的基础上，才能发现那些与正常现象有所区别的太过、不及的异常变化，从而认识事物的本质及变化的规律。从常中求异，以常测变，进而认识疾病的本质，这就是所谓的“以我知彼”“以观过与不及之理”诊法原理的应用。

三、中医诊法的特点

中医诊法特色是指中医诊病方法明显有别于西医诊病的特征。中医诊治是一门独具特色的学科，其特色可以归纳为以下几方面：

一是整体察病。“整体察病”就是要把疾病看成是病人整体失调的表现，既要细察机体的外在表现，以详审机体内在的异常变化；同时还应当把病人与外在自然环境紧密结合起来，进行综合诊察，全面地了解病情。

人是一个有机的整体，内在脏腑与体表的形体官窍之间密切相关，当人体脏腑、气血、阴阳协调平衡，能适应社会、适应自然环境的变化时，便是身心健康的表现。如果内外环境不能维护其一定范围内的和谐一致，便出现了疾病。疾病的发生是机体自身整体失调的结果。而局部的病理变化，往往与全身的脏腑经络、气血阴阳的盛衰变化有关，局部的病理变化又可对全身产生相应的影响，例如目赤肿痛多为肝火上炎所致，而肌肤疮疡又可引起全身性的热象。所以，根据形体色脉等外在变化，就能判断其内脏病变，每一局部出现的病理变化实为整体失调的结果。中医诊断学就是从人之整体及人与外在环境（社会的、自然的）关系中，全面地认识疾病，从整体的、宏观的角度把握疾病的本质。

二是诸诊合参。“诸诊合参”是指诊察疾病时要将诸法相互参合，全面、客观地了解病情，并把所收集的全部病情资料进行综合考察。

诸法合参中最基本的原则是四诊合参，即望、闻、问、切的配合运用。只有