

图解 中医脉诊入门

問曰：脉有陰陽，何謂也？答曰：凡脉大浮數動滑，此名陽也；脉沈澹弱，此名陰也。凡陰病見陽脉者，生；陽病見陰脉者，死。



修订版

主编◎杨志忠 陈一鸣
副主编◎叶镇鹏 谢国材

山西大学出版社

解 中医脉诊入门

修订版

杨志忠 陈一鸣
叶镇鹏 谢国材

汕头大学出版社



脉诊入门

图书在版编目 (CIP) 数据

图解中医脉诊入门 / 杨志忠等编著. — 2 版. — 汕头:
汕头大学出版社, 2006.9

ISBN 7-81036-342-5

I. 图 … II. 杨 … III. 脉诊—图解 IV. R241.2-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 105815 号

中文简体字版 ©2006 由汕头大学出版社发行

图解中医脉诊入门

编 著: 杨志忠 陈一鸣 叶镇鹏 谢国材

责任编辑: 胡开祥 秦爱珍

封面设计: 郭 炜

责任技编: 姚健燕

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编 515063

电 话: 0754-2903126 0754-2904596

印 刷: 广东信源彩色印务有限公司

开 本: 890 × 1168 1/32

印 张: 4.5

字 数: 100千字

版 次: 2006年9月第2版

印 次: 2006年9月第1次印刷

定 价: 13.00元

ISBN 7-81036-342-5/R · 27

发行 / 广州发行中心 通讯邮购地址 / 广州市天河北路 177 号祥龙阁 3004 室

邮编 / 510620 电话 / 020-22232999 传真 / 020-85250486

马新发行所 / 城邦 (马新) 出版集团

电话 / 603-9056 3833 传真 / 603-9056 2833

E-mail: citeckm@pd.jaring.my

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

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《图解中医脉诊入门》，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。

第五章 正常脉象	(27)		
一、胃	(28)	七、性别	(31)
二、神	(29)	八、年龄	(31)
三、根	(29)	九、体格	(32)
四、平脉鉴别	(30)	十、情志	(32)
五、四季气候	(30)	十一、劳逸	(32)
六、地理环境	(31)	十二、饮食	(33)
第六章 脉名的分类与脉象的归类	(35)		
一、脉名的分类	(35)		
二、脉象的归类	(35)		
1. 阴阳归类法	(37)		
2. 现代归类法	(37)		
3. 七怪脉归类法	(37)		
三、各家脉象归类比较	(38)		
第七章 病脉与主病	(39)		
浮脉	(40)	濡脉	(52)
沉脉	(41)	弦脉	(53)
迟脉	(42)	芤脉	(54)
数脉	(43)	紧脉	(55)
虚脉	(44)	缓脉	(56)
实脉	(45)	代脉	(57)
滑脉	(46)	结脉	(58)
涩脉	(47)	促脉	(59)
洪脉	(48)	伏脉	(60)
细脉	(49)	动脉	(61)
微脉	(50)	革脉	(62)
散脉	(51)	牢脉	(63)

弱脉	(64)	短脉	(66)
长脉	(65)	疾脉	(67)
附：二十八种常见脉象分类比较表			(68)
第八章 相兼脉与主病			(71)
第九章 相对脉的鉴别			(73)
一、浮脉与虚、芤、散脉			(73)
二、沉脉与伏、牢脉			(73)
三、迟脉与缓脉			(73)
四、数脉与滑、疾脉			(73)
五、实脉与洪脉			(74)
六、细脉与微、弱、濡脉			(74)
七、芤脉与革脉			(74)
八、弦脉与长、紧脉			(74)
九、短脉与动脉			(74)
十、结、代、促脉			(75)
第十章 对举脉			(77)
一、浮脉与沉脉			(77)
二、迟脉与数脉			(77)
三、虚脉与实脉			(77)
四、滑脉与涩脉			(77)
五、洪脉与细脉			(77)
六、长脉与短脉			(78)
七、紧脉与缓脉			(78)
第十一章 怪脉			(79)
一、七绝脉的形态及临床意义			(79)
二、十怪脉与现代医学			(81)
第十二章 诊妇人脉			(87)
第十三章 诊小儿脉			(91)
第十四章 脉症顺逆与从舍			(93)

第十五章 脉诊与辨证	(95)
一、脉诊与八纲辨证	(96)
二、脉诊与脏腑辨证	(98)
三、脉诊与六经辨证	(101)
四、脉诊与卫气营血辨证	(103)
五、脉诊与三焦辨证	(103)
第十六章 常见脉象与现代医学	(105)
一、浮脉	(105)
二、沉脉	(106)
三、迟脉	(107)
四、数脉	(108)
五、洪脉	(109)
六、微脉	(110)
七、细脉	(111)
八、滑脉	(113)
九、涩脉	(114)
十、弦脉	(115)
十一、芤脉	(116)
十二、结脉	(117)
十三、促脉	(119)
十四、代脉	(120)
附录 李时珍《濒湖脉学》二十七脉诗	
(体状诗、相类诗、主病诗)	(122)
主要参考文献	(136)



二、言脉者由扁鹊

扁鹊，名秦越人。公元前5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·扁鹊仓公列传》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

201-280年),曾做过当时的县令。史书上称他性度沉静,博通医方,是当时的一位医学大师。他的主要著作有《脉经》和撰次了张仲景的《伤寒论》。

《脉经》大约著于公元280年左右,是我国传世的第一部脉学专书。该书分十卷,九十七篇,约十万字。首次对中医脉象学从理论到临床运用作了较全面、系统的论述,使中医脉象学从此开始独立于世界医学之林。《脉经》最突出的贡献是:确立了二十四种脉象名称及其指感形象的标准,首开了脉象鉴别的先河。他博览群书,苦心钻研,把脉名繁多、指感形象不确切、含义亦模糊不清的古代所有的脉象名称加以整理、删节统一,归纳成为二十四种。即浮、沉、芤、洪、细、促、紧、微、数、动、滑、弱、弦、微、软、散、缓、迟、结、革、实、代、虚等。并且具体地说明它们的形象,使脉象有了明确的标准。这是一个很大的进步。

王叔和在《脉经》中还解决了《难经》对独取寸口之法未能完成的一些技术问题。例如寸关尺的位置问题,《难经》之说,关还只不过是一个分界线,并无长度;对于尺、寸亦只是寸主阳尺主阴等等。对于这些问题,他也都逐一给予解决。他在《脉经·分别三关境界脉候所主第三》中说:“从鱼际至高骨(其骨自高),却行一寸,其中名曰寸口。从寸到尺,名曰尺泽。故曰尺寸。寸后尺前名曰关。阳出阴入,以关为界。阳出三分,阴入三分,故曰三阴三阳……”说明理论上是寸尺各得一寸,而关脉各从其中得三分,是关占六分,寸尺各占七分。按《脉经》后文又说是关前一分,左为“人迎”,右为“气口”。关后一分,为“神门”。则寸关尺恰恰各得六分。还有两手六脉所主脏腑问题,至《脉经》也提出了明确的法则。该书在《两手六脉所主五脏六腑阴阳逆顺第七篇》中,引《脉法赞》说,“肝心出左,脾胃出右,肾与命门,俱出尺部。……关前一分,人命之主,左为人迎,右为气口,神门决断,两在关后……”此外,又具体地提出分部的方法为:“心部在左手关前寸口是也,即手少阴经也。与是手太阳为表里,以小肠合为府,合于上焦,名曰神庭,在鱼尾下五分。肝部在左手关上是

也，足厥阴经也。与足少阳为表里，以胆合为府，合于中焦，名曰胞门，在大仓左右三寸……

总之，《脉经》把独取寸口诊脉的各种技术问题，大致全部解决了。如脉形，分类，诊脉时间，寸关尺的长度，脉的阴阳、轻重，人的大小、长短、男女等和脉的关系。又如对六脉所主脏腑部位、各种反常脉、脉的主病、死脉等，也有详细的叙述，并指出明确的法则。此外，《脉经》还规范了历代名医的脉法，包括结合临床实践的运用法则。

《脉经》的出现，使祖国医学的脉学得到很大的发展，独取寸口的方法代替了古代的各种脉诊，脉学进入了一个新的历史阶段。可以说，它是古脉学的终结和后世脉法的开端，脉形规范形成了后世脉法的准则。

六、张仲景的脉法

张仲景，东汉末年人（约为公元150-219年），是集古代医经、经方两派大成的医学大师。他“勤求古训，博采众方”，并“平脉辨证”，验之于临床实践，主要著作传世的有《伤寒杂病论》，即现今之《伤寒论》和《金匱要略》两书。该书继承《内经》、《难经》的理论，确立了“辨证论治”的治疗大法，成为中医理、法、方、药临床运用的千古楷模。是祖国医学系统理论的经典文献。

张仲景对脉学在“辨证论治”中的作用是十分重视的。全书各篇均以“辨某某病脉并治”为主题，把脉和证在辨证及辨病中的作用提到了同等重要的地位，再三地嘱咐医者要“观其脉证，知犯何逆，随证治之”，把脉象和证候并列，强调脉证合参。可见脉和证已成临床医学的两大诊断根据了。

张仲景诊脉方法有很大的辨证意义，他诊全身性疾患用独取寸口的方法，例如伤寒、中风等病就是如此。诊杂病有关脾胃的“诊趺阳”脉；有关妇女等病诊“少阴”脉。复杂的病变，兼诊两处以上的脉象来参考判断。在脉象分类上，张仲景提出阴阳两大类

型。即以阴阳为辨脉的总纲，从脉象、气血营卫、浮沉等方面分阴阳，从而辨别病在表、在里、在气、在血、在上下焦等虚实变化。如《伤寒论·辨脉法》（卷一）中载：“问曰，脉有阴阳者，何谓也？答曰，凡脉大、浮、数、动、滑，此名阳也。脉沉、涩、弱、弦、微，此名阴也。凡阴病见阳脉者生，阳病见阴脉者死。”以此来判断疾病的进退、顺逆，从而拟定治则用方。张仲景阐述病机，判断病势，确定病名，皆以脉证为依据，如《伤寒》六经病中，除厥阴病复杂多变、脉无定形外，其余五经病均有诊断该病必备的主脉，即太阳病脉浮；阳明病脉洪大（“伤寒三日，阳明病脉大”）；少阳病脉弦（“伤寒脉弦细，头痛发热者，属少阳”）；太阴病脉浮缓（“伤寒脉浮而缓，手足自温者，系在太阴”）。其临床意义是：凡伤寒脉浮者，即认为表证未解，可汗而解之。又如《伤寒论·辨太阳病脉证并治》“脉浮者，病在表，可发汗，与麻黄汤。”他又提出相乘脉、纵脉、横脉、逆脉、顺脉、高脉、章脉、纲脉、卑脉、损脉等过去书籍未载过的脉名。张仲景的辨证论治学说，虽然不是直接讲论脉法的，但脉象是诊断的重要依据之一，辨证论治的高度成就是与脉象在临床应用上的高度发展分不开的。由此，脉和证两者就成为辨证的主要客观依据。这是张仲景在脉学上的划时代巨大贡献。

至于具体的脉诊方法，虽然他主要采取寸口脉，也重视其它部位的脉诊，如脾胃病诊趺阳脉，妇女病诊少阴脉。他在书中列举了二十余种脉象，但他执简驭繁，把脉象分为阴阳两大类。以大、浮、数、动、滑列为阳脉；以沉、涩、弱、弦、微为阴脉。

另外，张仲景还十分重视四时气候对脉象的影响，《伤寒杂病论》中提出的“春弦秋浮，冬沉夏洪，肺浮肝弦，此自经常，不失铢分”就充分体现了他因时辨病的思想。因人辨病、辨脉也是张仲景的诊脉特点之一。他提出：“肥人责浮，瘦人责沉。肥人当沉而反浮，瘦人当浮而反沉故责之。”主张如出现与体质应有的脉象相反，要考虑是病脉。明确指出了病人体质与脉象的关系。

