深入浅出诠释绝世医学巨著
千问千答通译奇奥内经精髓

黄帝内经1000问

叶学益◎编著

河北科学技术出

全面的通俗的解读《黄帝内经》指南

《黄帝内经》在中医史上有什么样的学术价值

什么是阴阳五行学说

中医脏象学说与现代医学对比具有什么特点

经络学说有何重要意义

中医病因学说有什么特点

博大精深的病证通说、脉要精微、妙诊异法

宝命全形、阴阳应天、脏气法时有哪些精妙的内容

如何正确解读《黄帝内经》

责任编辑／白世维
封面设计／鲁　冰
美术编辑／慈向群

ISBN 7-5375-3317-2

9 787537 533171 >

ISBN 7-5375-3317-2/R·787
定价：24.80元

深入浅出诠释绝世医学巨著
千问千答通译奇奥内经精髓

黄帝内经1000问

叶学益◎编著

河北科学技术出版社

http://www.55188.com理想在线证券网

图书在版编目(CIP)数据

黄帝内经1000问/叶学益编著.
—石家庄:河北科学技术出版社,2006
ISBN 7-5375-3317-2

Ⅰ.黄… Ⅱ.叶… Ⅲ.内经—问答 Ⅳ.R221-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第030626号

出版发行/ 河北科学技术出版社
地　　址/ 河北省石家庄市友谊北大街330号
邮　　编/ 050061
责任编辑/ 白世维
封面设计/ 鲁　冰
美术编辑/ 慈向群
印　　刷/ 北京佳顺印务有限公司
开　　本/ 880×1275　1/32
印　　张/ 15.5
字　　数/ 330千
版　　次/ 2006年5月第1版
印　　次/ 2006年5月第1次印刷
定　　价/ 24.80元

http://www.55188.com理想在线证券网

阳掌图

十穴王
十穴王
十穴王
十穴王
十穴王
命关
气关
风关
虎口
食指 木肝
纹
大肠 纹
左端正
中指 火心
横
小肠 横
右端正
无名指 金肺
四
心包 小
小指 水肾
膀胱
大指 土脾
版门
运土入水
运水入土
后溪
内劳宫
坎
心天小
纹横大
经心总
天河水
使间内
分阳池
分阴池
交骨
起
止
交骨
推上三关
止
起

http://www.55188.com理想在线证券网

前　言

生、长、壮、老、衰、死是人生的必经之途。自古至今，健康与长寿一直是人类的追求与向往。自神农遍尝百草到如今基因工程的突飞猛进，人类从未停止过与疾病作斗争的脚步。近来年，随着科学技术的不断发展，特别是医学科学的不断进步，人们更加意识到健康的重要性。同时，人们也逐渐注意到，中医学——中华民族的瑰宝具有其不可替代的优越性，全球范围内掀起的一股研究中医学的热潮就是最好的明证。作为炎黄子孙，岂能甘居人后，每个人都有责任、有义务去继承和弘扬中华民族的瑰宝。《黄帝内经》就是中华民族瑰宝中最古老、最璀璨的一颗明珠。

《黄帝内经》大约成书于西汉中晚期，是我国第一部综合多学科的研究成果而应用于疾病的防治和养生的巨著。它确立了“天地人之才”的医学模式，奠定了中医学独特的理论体系，对以后中医学的发展具有重要的指导价值。

对于这样一部影响中华民族几千年的医学巨著，我们又有多少人了解呢？为了弘扬民族传统文化，帮助大家汲取古人的智慧，我们特编撰了《黄帝内经1000问》一书。旨在帮助大家走进传统文化的后花园，从中撷取古人智慧的闪光点。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

本书包括典籍流传、书名由来、篇章构成、学术价值、阴阳五行论、藏象要旨、经络衍说、病因病机、病证通说、脉要精微、妙诊异法、论治宜方、宝命全形、阴阳应天、藏气法时共15个篇章，用通俗易懂的语言以问答的形式论述了《黄帝内经》的中医学要旨、辨证论治及养生保健等方面的知识。力求深入浅出，不偏执于一家之言，对中医学爱好者，特别是初学者具有较强的指导意义。同时，对有志于《黄帝内经》和中医学基础理论研究的朋友们，也起到了抛砖引玉的作用。

由于编者水平有限，在问题的阐述与解答上，可能存在某些缺限和谬误，浅陋之处亦在所难免。望广大读者朋友们不吝赐教，多多予以批评指正。

编　者

2006年5月

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

目　录

一、典籍流传

《黄帝内经》成书于什么年代？ …… (3)
《黄帝内经》一书的作者是谁？ …… (3)
《黄帝内经》是如何流传下来的？ …… (4)
《黄帝内经》的主要注家与注本有哪些？ …… (5)

二、书名由来

《黄帝内经》的书名从何而来？ …… (9)
《素问》是什么含义？ …… (10)
《灵枢》的含义是什么？ …… (10)

三、篇章构成

《黄帝内经》的全书共有多少篇章？ …… (15)
《黄帝内经》理论的建构方法有哪些？ …… (15)
《黄帝内经》理论体系的主要内容有哪些？ …… (16)
《黄帝内经》理论体系形成的缘由是什么？ …… (17)
《黄帝内经》的理论体系有什么特点？ …… (17)

四、学术价值

《黄帝内经》在中医史上有什么样的学术价值？ …… (21)
为什么说《黄帝内经》是中国古代认识实践的一次
科学总结？ …… (21)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》与古代哲学思想的渊源如何？ …… （23）
《黄帝内经》反映出中国古代中医医疗实践的成果有哪些？ …… （24）
《黄帝内经》提出了怎样独特的医学理论观？ …… （24）
《黄帝内经》具有怎样的方法论特点？ …… （25）
《黄帝内经》对世界医学的贡献如何？ …… （26）
《素问·热论》对张仲景的《伤寒论》有什么影响？ …… （27）
《黄帝内经》提出了怎样的独特诊治方法？ …… （28）

五、阴阳五行论

什么是阴阳五行学说？ …… （31）
阴阳的基本含义是什么？ …… （31）
阴阳的基本内容有哪些？ …… （33）
阴阳基本概念有什么重要意义？ …… （36）
阴阳学说是怎样运用在中医理论体系中的？ …… （36）
中药气味的阴阳属性及作用是什么？ …… （39）
如何理解“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也”这句话的涵义？ …… （39）
如何理解“治病必求基本”？ …… （40）
如何理解“从阴引阳，从阳引阴”及“以右治左，以左治右”这两句经文的意思？ …… （40）
“壮火之气衰，少火之气壮”这句经文是什么意思？ …… （41）
清阳、浊阴在人体的分布与运动形式是什么？ …… （41）
为什么阳胜病则“能冬不能夏”，而阴胜病则“能夏不能冬”？ …… （42）
为什么说“清气在下则生飧泄，浊气在上则生膜胀”？ …… （42）
为什么治病要依据四时和五行进行治疗？ …… （43）
五脏病药物五味补泻治疗的基本理论是什么？ …… （43）
四时中五脏病病情变化的基本理论是什么？ …… （44）
六气的承制关系及意义是什么？ …… （44）

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

怎样理解“壮水之主，以制阳光；益火之源，以消阴翳”？ …… (45)
《素问·阴阳应象大论》认为人体阴阳消浊、升降出入的生理表现是什么？ …… (45)
天地之气的虚实与人耳目四肢视听动作的关联性是怎样的？ …… (46)
《素问·阴阳应象大论》指出气味中，辛甘为阳，酸苦为阴。这种阴阳分类的根据是什么？ …… (47)
如何理解“寒极生热，热极生寒”？ …… (47)
《素问·阴阳应象大论》中说：“地气上为云，天气下为雨；雨出地气，云出天气。”这段经文的意义是什么？ …… (48)
阳病与阴病指的是什么？ …… (48)
天地、阴阳的作用有哪些？ …… (49)
五行是什么？ …… (50)
五行的基本内容是什么？ …… (51)
五志致病与情志疗法有哪些主要内容？ …… (53)
如何理解“气有余，则制己所胜而侮所不胜。其不足，则己所不胜侮而乘之，己所胜轻而侮之”这段经文的含义？ …… (54)
《内经》中说“阳化气，阴成形”，这句话说明了什么样的人体生理病理现象？ …… (55)
《内经》中阐述气、味、形、精的关系是怎样的？ …… (55)
阴阳偏胜的临床表现和预后如何？ …… (56)
五气致病的特点对临床有什么指导意义？ …… (57)
《素问·阴阳应象大论》中阐述的精气阴阳之间的转化对临床有何指导意义？ …… (58)
怎样用五行学说说明和概括脏腑的生理功能和相互关系？ … (58)
怎样用五行学说解释五脏在病理上的相互影响？ …… (61)
什么叫“水火既济”？水火失济临床常见哪些病证？ …… (62)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

六、脏象要旨

什么是脏象？ …… （65）
脏象所显示的内容及部位是什么？ …… （65）
脏象学说有什么特点？ …… （65）
脏象学说是怎样形成的？ …… （66）
十二脏相使说主要内容是什么？ …… （67）
中医脏象学说与现代医学对比具有什么特点？ …… （68）
如何理解“心为君主之官”？ …… （69）
为什么说肾为“封藏之本”？ …… （70）
为什么说“脏腑不仅是一个解剖学的概念，而更重要的是一个生理学和病理学概念”？ …… （71）
神的生成与神的含义是什么？ …… （72）
五脏的功能及外部现象有哪些？ …… （72）
《素问·六节脏象论》所述脏象理论有什么临床意义？ …… （73）
什么是奇恒之腑？ …… （74）
《素问·经脉别论》中阐述的谷食精气输布过程如何？ …… （74）
为什么说肺在谷食精气输布过程中具有重要的作用？ …… （74）
为什么说“肝者，罢极之本”？ …… （75）
为什么肾主“作强”和“伎巧”？ …… （75）
五脏的阴阳太少命名的依据是什么？ …… （75）
《素问·经脉别论》认为水液代谢的过程如何？ …… （76）
如何理解“十一脏取决于胆”？ …… （76）
“阳道实，阴道虚”的含义是什么？ …… （77）
阴经五脏和阳经六腑的发病规律有什么不同？ …… （77）
五脏、六腑、奇恒之腑是怎样划分的？ …… （78）
为什么说脾不主时？ …… （79）
为什么说心为五脏六腑之大主，邪不能容？ …… （79）
如何理解心主血脉和主神志？ …… （80）
脾与胃的生理关系如何？ …… （82）

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说肺主一身之气？ …… （83）
宣发与肃降是什么意思？ …… （84）
《素问·五脏别论》中所述的五脏的生理功能特点
各是什么？ …… （86）
奇恒之腑与传化之腑的区别是什么？ …… （86）
如何理解脾主运化和脾气主升？ …… （87）
奇恒之腑、传化之腑的营养及营养来源是什么？ …… （88）
脉、髓、筋、血、气的生理功用是什么？ …… （88）
“魄门亦为五脏使”是什么意思？ …… （89）
脾统血在临床上有什么意义？ …… （89）
“气口独为五脏主”是指什么？ …… （91）
什么叫“气机”？ …… （92）
为什么说脏腑的藏泻既不是绝对的又不是对立的？ …… （93）
“勇者气行则已，怯者则著而为病也”是什么意思？ …… （93）
五脏与七窍的密切相关性理论有什么临床指导意义？ …… （94）
如何理解“生病起于过用”？ …… （94）
肝藏血与心主血、脾统血有何内在联系？ …… （95）
“经气归于肺，肺朝百脉”是什么意思？ …… （96）
为什么说“肾为先天之本”、“脾为后天之本”？ …… （96）
肾阴、肾阳、肾精、肾气分别指什么？它们之间的
内在联系是什么？ …… （98）
谷食精气输布理论有什么重要意义？ …… （100）
水饮、食物在人体的生化与输布是怎样进行的？ …… （100）
水液代谢与哪些脏腑关系密切？这些脏腑起何作用？ …… （101）
为什么说肺在水液代谢中有着重要的作用？ …… （103）
为什么脾病而四肢不用？ …… （104）
饮食代谢的过程是怎样的？ …… （104）
肝主疏泄表现在哪些方面？ …… （105）
怎么理解宣发、敷布、输布与疏泄的含义？ …… （107）
阴经、阳经生病而异的原因是什么？ …… （108）

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五脏与五体、九窍、五华的关系是怎样的？ …… (109)
情志过激导致的病理变化主要有哪几个方面？ …… (111)
《灵枢·本神》是如何认识思维的？ …… (112)
为何说“肺为气之主，肾为气之根”？ …… (112)
什么是魂、魄的发生之物质基础及其所藏之所？ …… (113)
什么叫“肝肾同源”？ …… (113)
“心主身之血脉”与“肺朝百脉”的中西医理解如何？ …… (115)
脾与胃在生理上如何相互配合？ …… (116)
脾与胃在病理上如何相互影响？ …… (117)
五脏所藏及其脏气虚实的病证表现是什么？ …… (117)
什么是“三焦”？ …… (118)
什么是营气与卫气？ …… (120)
营卫之气的运行与睡眠有什么关系？ …… (121)
上焦之气的发出部位及功能特点是什么？ …… (121)
中焦之气的发出部位及功能是什么？ …… (122)
下焦之气的发出部位及功能是什么？ …… (122)
为什么说三焦总司人体气化功能？ …… (122)
三焦气化与肾阳之气化、膀胱之气化功能有什么关系？ …… (123)
三焦之气的质态是怎样的？ …… (124)
为什么说“夺血者无汗，夺汗者无血”？ …… (124)
三焦主持诸气与肺主一身之气有什么不同？ …… (124)
为什么说“营出于中焦，卫出于下焦”？ …… (125)
卫气究竟出于什么地方？ …… (126)
什么叫“四海”？ …… (127)
什么叫“三余”？ …… (127)
女子胞的主要生理功能是什么？ …… (128)
六气严重不足有什么表现？ …… (129)
精的含义及生理功能是什么？ …… (129)
气在生命活动中有什么重要作用？ …… (131)
脾与精、气、血、津液生理上的联系有哪些？ …… (133)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是精、气、津、液、血、脉？ …… (135)
为什么说“营在脉中，卫在脉外”？ …… (136)
元气、宗气、营气、卫气的生成及生理功能怎样？ …… (136)
气的升降出入是如何通过脏腑的生理功能体现出来的？ …… (138)
什么是“五液”，其临床病理表现如何？ …… (138)
血液的生成与运行与哪些脏器关系密切？ …… (140)
肾的“升清降浊”与脾胃“升清降浊”之间有什么不同？ …… (142)
气血有哪些相互关系？ …… (143)

七、经络衍说

为什么说风者百病之始也？ …… (149)
《内经》中冲、任、督脉的起始与主要循行路线是什么？ …… (149)
什么叫经络？ …… (150)
经络系统是由哪些部分组成？ …… (150)
经络学说在中医学理论体系中有何重要意义？ …… (151)
骨空的概念与作用是什么？ …… (153)
十二正经的走向交接规律和阴经阳经的表里关系如何？ …… (153)
十二经脉盛虚的治则治法有哪些？ …… (156)
十二经脉气血虚实的治则治法是怎样的？ …… (157)
十二经脉气血流注次序如何？ …… (158)
经脉、络脉浅深分布的区别及诊查方法是什么？ …… (158)
络脉诊的诊病意义是什么？ …… (159)
十二别络的名称与走向特点是什么？ …… (159)
任、督、冲、带各脉有什么功能？ …… (160)
狂与哪些经脉病变相关？ …… (161)
《灵枢·经脉》篇提示了怎样的治疗原则？ …… (161)
如何理解“是动则病”与“是主所生病”的意义？ …… (162)
衄可见于哪些经脉病变？ …… (162)
九针的针形特点及治疗作用是什么？ …… (163)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

六经气血的多少对临床治疗有什么意义？ …… (163)
关于六经气血的多少说的是什么问题？ …… (164)
针刺血络而出现仆倒的原因是什么？ …… (165)
针刺血络出针而发生血肿的原因是什么？ …… (165)
针刺血络而出现面色苍白的原因是什么？ …… (166)
针刺血络出针而色不变并出现烦闷的原因是什么？ …… (166)
病理血脉及其治则、治法、治疗要求是什么？ …… (167)
为什么说“凡刺之法，先必本于神”？ …… (168)

八、病因病机

为什么说“得其机要，则动小而功大，用浅而功深”？ …… (171)
阳胜、阴胜的证候及病机是什么？ …… (171)
《内经》的病机学说可概括为哪几个基本病理过程？ …… (172)
病因的发生与致病有什么不同？ …… (173)
为什么说“天之邪气，感则害人五脏；水谷之寒热，感则害于六腑；地之湿气，感则害皮肉筋脉”？ …… (174)
邪伤五脏而有病愈、病甚、病持、病起的变化有哪些？ …… (175)
伤神的病因及伤神的预后情况怎样？ …… (175)
中医病因学说是怎样形成的？ …… (176)
中医病因学说有什么特点？ …… (177)
什么叫正气和邪气？ …… (179)
导致阳气失调的因素及阳气失调引起的病变有哪些？ …… (180)
偏枯的病因、病位、病证与病机是什么？ …… (181)
痿厥的病因、病机及病证怎样？ …… (181)
阳气的作用是什么？ …… (183)
从生理与病理角度看阴情与阳气有什么关系？ …… (183)
如何理解“阴之所生，本在五味，阴之五宫，伤在五味”？ …… (184)
《灵枢·百病始生》篇对积证病因病机的认识如何？ …… (184)
外感病传变规律及所出现的症状有哪些？ …… (185)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”？ …… (185)
如何理解“两虚相得，乃客其形”？ …… (186)
煎厥和薄厥有什么异同点？ …… (186)
决定正气强弱的条件有哪几方面？ …… (187)
五脏病的病传与病传方式是什么？ …… (188)
“一日一夜五分之”法是指什么？ …… (189)
汗的生理、病理机制如何？ …… (190)
阳气的生理和病理有哪些？ …… (191)
为什么说“百病生于气”？ …… (191)
五虚证、五实证指的是什么？ …… (192)
五虚证、五实证复生的转机和理由是什么？ …… (192)
外感寒热所伤之病机是什么？ …… (193)
什么是六气、六淫？ …… (194)
七情所伤之病机是什么？ …… (194)
何谓“内生五邪”？与外感六淫有什么异同点？ …… (196)
外感六淫和内生五邪各有哪些常见病证？ …… (197)
过劳所伤的病机是什么？ …… (198)
“喜则气缓”是指什么？ …… (199)
什么是“五志”和“七情”？ …… (199)
“七情”与内脏和气机有什么关系？ …… (200)
如何理解“阳虚则外寒，阴虚则内热，阳盛则外热，阴盛则内寒”？ …… (201)
水肿病的病机是什么？ …… (203)
失眠、嗜睡的病理机制及病因是什么？ …… (203)
心气虚与心阳虚两证在病理上有什么联系？ …… (204)
心气虚和心阳虚证如何鉴别？ …… (205)
什么是肝气郁结？其临床表现如何？ …… (206)
肝气郁结与痰火扰心、痰迷心窍有何联系？ …… (207)
风邪的性质和致病特点有哪些？ …… (208)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

寒邪的性质及致病特点有哪些？ …… (209)
暑邪的性质和致病特点有哪些？ …… (209)
湿邪的性质和致病特点有哪些？ …… (210)
燥邪的性质和致病特点有哪些？ …… (210)
火热的性质和致病特点有哪些？ …… (211)
所有的“内寒”或“里寒”都是阳虚引起的吗？ …… (211)
经络的作用是什么？ …… (212)
神气血形志的微病与治疗是怎样的？ …… (213)
气、血有余或不足的针刺治疗要求有哪些？ …… (214)
引起经脉虚实的病因、病机是什么？ …… (214)
瘀血的成因及证候是什么？ …… (215)
气血喜温而恶寒的特性是怎样的？ …… (216)
大厥的病因、病机及预后是怎样的？ …… (217)
病机十九条中的五脏病机和病证是什么？ …… (217)
病机十九条中属“火”五条的病机和病证是什么？ …… (218)
病机十九条中属“热”的病机和病证是什么？ …… (219)
病机十九条中属风寒湿致病的病证病机是什么？ …… (220)
病机十九条中属于上下部位两条的病证和病机是什么？ …… (221)
温、暑、火、热的概念有何区别？ …… (221)
如果说火邪常由内生，那么如何理解“五气化火”之说？ … (222)
为什么说“喜怒不节则伤脏，风雨则伤上，清湿则伤下”？ …… (223)
什么是“壮火”、“少火”、“君火”及“相火”？ …… (223)
天人虚实关系与发病与否有什么关联？ …… (224)
外邪伤人的规律是什么？ …… (225)
夏季感冒是否叫伤暑？伤暑与中暑有何不同？ …… (227)
积证的成因、病机与类型是什么？ …… (228)
为什么说“气有余便是火”？ …… (228)
消瘅的病因有哪些？ …… (229)
饮食、劳逸不当为什么会致病？ …… (230)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

食积有何临床特点？ …… (231)
自汗、大汗、盗汗、战汗、半身汗，其病机和临床表现有何不同？ …… (231)
五脏病的发病原因是什么？ …… (233)
便秘的原因是什么？ …… (234)
何谓热结旁流？ …… (235)
泄泻的原因是什么？ …… (235)
什么是痰饮？其临床表现有什么特点？ …… (236)

九、病证通说

何谓辨证？ …… (241)
辨证方法有几种？ …… (241)
各种辨证方法的适应范围和相互关系如何？ …… (242)
辨证和辨病的含义有何不同？ …… (243)
临床应如何进行辨证？ …… (244)
何谓表里辨证？ …… (247)
表证、里证的成因为何？ …… (247)
表里证的鉴别要点是什么？ …… (248)
表证的病机是什么？皮肤病是否属表证？ …… (248)
肌表、表、表证的概念是什么？有何不同？ …… (249)
表证入里、里证出表的临床意义是什么？ …… (250)
何谓寒热辨证？寒证、热证的病因病机有何不同？ …… (251)
寒、热证候的鉴别要点是什么？ …… (251)
寒热错杂与寒热转化有何临床意义？ …… (252)
何谓虚实？ …… (253)
虚证、实证是如何形成的？ …… (254)
何谓表虚证、表实证？ …… (254)
实证转虚、因虚致实的临床意义是什么？ …… (256)
何谓格阳、戴阳？ …… (257)
重阴必阳、重阳必阴与阴盛格阳、阳盛错阴、阴证似阳、

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阳证似阴有何不同？ …… (258)
何谓寒热真假？ …… (259)
如何鉴别寒热之真假？ …… (260)
何谓虚实真假？ …… (261)
如何鉴别虚实之真假？ …… (262)
表寒证与表热证、里寒证与里热证临床如何鉴别？ …… (262)
虚寒与实寒、虚热与实热有何不同？临床如何鉴别？ …… (263)
阴虚、阳虚、亡阴、亡阳的病机和临床表现有何不同？ …… (265)
为什么说阴阳是八纲辨证的总纲？ …… (267)
阴证、阳证的表现是什么？ …… (267)
何谓气虚和气陷？ …… (268)
气虚和气陷有何内在联系和临床特点？ …… (269)
什么是气滞和气逆？其临床特点如何？ …… (269)
气虚与气陷、气滞与气逆等证之治法如何？
临床应用有何不同？ …… (271)
气虚证和阳虚证、血虚证和阴虚证各有何异同？ …… (273)
血虚证是如何形成的？ …… (274)
心血虚与肝血虚如何鉴别？ …… (275)
何谓血瘀证？血瘀兼气虚、血瘀兼血虚其病因病机
有何不同？临床如何鉴别？ …… (275)
何谓寒客血脉和血热搏结？其临床主证如何鉴别？ …… (276)
血热证是如何形成的？ …… (278)
血热证有何临床特点？ …… (278)
血虚、血瘀、血热等证的治法如何？临床运用有何不同？ … (279)
气滞血瘀的病因和临床表现如何？ …… (280)
何谓气血两虚、气虚失血、气随血脱？其临床表现
有何不同？如何治疗？ …… (282)
风痰、热痰、寒痰、湿痰、燥痰等证如何鉴别？ …… (283)
痰饮、悬饮、溢饮、支饮诸证病变部位有何不同？
临床表现如何鉴别？ …… (284)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

何谓气随液脱、液随气脱、津随气泄？ …… (285)
心病证有何临床特点？ …… (286)
肺病证有何临床特点？ …… (287)
脾胃病证有何临床特点？ …… (288)
肝病证有何临床特点？ …… (288)
肾病证有何临床特点？ …… (290)
心气虚与心阳虚两证在病理上有何联系？ …… (291)
如何鉴别心气虚和心阳虚证？ …… (292)
心血虚与心阴虚两证有何不同？在病理上有何联系？ …… (292)
心气虚、心阳虚、心血虚、心阴虚的治疗有何不同？ …… (294)
何谓心血瘀阻？与心气虚、心阳虚有何病理联系？
心血瘀阻的临床表现和治疗如何？ …… (295)
痰迷心窍与痰火扰心的病因病机有何不同？ …… (296)
痰迷心窍与痰扰心的临床表现、治疗有何不同？ …… (297)
“伤寒”是什么意思？ …… (298)
伤寒发热的机制是什么？ …… (298)
热病的预后情况怎样？ …… (299)
六经伤寒的临床表现及机制各是什么？ …… (299)
六经伤寒的传变及转愈规律是什么？ …… (300)
伤寒的治疗原则是什么？ …… (301)
热遗、热复的病因、病机是什么？ …… (301)
为什么说“两感于寒必不免于死”？ …… (302)
什么叫病温、病暑？ …… (302)
什么叫“阴阳交”？其临床表现如何？ …… (303)
病温者汗出辄复热的原因是什么？ …… (303)
风厥的病证、病机和治疗是怎样的？ …… (304)
劳风之病的病证、病因、病机和治则分别是什么？ …… (304)
风水的病证及病机是什么？ …… (305)
内外合邪的致咳原理是什么？ …… (305)
为什么说“五脏六腑皆令人咳，非独肺也”？ …… (305)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五脏六腑咳的证候特点是什么？ …… (306)
为什么说“此皆聚于胃，关于肺”？ …… (307)
如何理解“以救俛仰”？ …… (307)
痛证形成的病因病机是什么？ …… (307)
疼痛的诊断及辨证要点有哪些？ …… (308)
为什么通过望色能辨别疼痛的寒热？ …… (309)
疼痛不知人的病机是什么？ …… (310)
如何根据疼痛的部位推论脏腑的病变？ …… (310)
为什么说“风为百病之长”？ …… (311)
五脏风证的异同点有哪些？ …… (312)
“寒热”病的病因、病机和病证分别是什么？ …… (312)
寒热应如何问诊？ …… (313)
常见的寒热表现有哪几种？其病机和临床意义如何？ …… (313)
壮热、潮热有何不同？ …… (314)
潮热有哪几种？ …… (315)
临床常见的虚热有几种？其临床表现和病理机制有何不同？ …… (315)
疠风的病因、病机和病证分别是什么？ …… (317)
《素问·风论》记载的各种风证的命名依据是什么？ …… (317)
什么叫痹证？其形成原因是什么？ …… (317)
各类痹证的发病机制是什么？ …… (318)
《素问·痹论》对痹证是如何分类的？ …… (318)
如何判断痹证的预后？ …… (319)
痹证的针刺原则是什么？ …… (319)
营卫之气与痹证的发生有什么内在联系？ …… (319)
为什么痹证有痛、不痛、寒、热等多种不同症状？ …… (320)
什么是痿证？ …… (321)
痿证的病因、病机是什么？ …… (321)
五脏气热致五体痿的临床特点各是什么？ …… (321)
痿证的治疗及意义是怎样的？ …… (322)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如何理解“各被其荣而通其俞”的治痿原则？ …… (322)
水胀、肤胀与鼓胀的主要临床表现是什么？ …… (323)
肠覃与石瘕的主要临床特征及其鉴别要点是什么？ …… (323)
《素问·厥论》所论热厥与后世热厥是否相同？ …… (324)
什么叫“开鬼门，洁净府”？ …… (324)
精明的作用是什么？ …… (324)
五脏“失守”有什么临床表现？ …… (324)
五脏“失强”有什么临床表现？ …… (325)

十、脉要精微

脉诊的基本原理是什么？ …… (329)
脉诊的诊断意义有哪些？ …… (329)
怎样正确应用脉诊？ …… (330)
如何理解“四变之动，脉与之上下”？ …… (331)
脉与四时的关系怎样？ …… (331)
什么是脉象夺与不夺？ …… (332)
诊脉独取寸口有什么理论根据？ …… (332)
尺肤诊法及临床意义是什么？ …… (334)
为什么诊法常以平旦？ …… (334)
为什么说五脏失守、失强则死？ …… (335)
如何理解“持脉有道，虚静为保”？ …… (336)
什么是脉证顺逆？ …… (336)
如何决定脉证从舍？ …… (337)
脉脱的判断方法有哪些？ …… (337)
如何理解脉象中的胃、神、根？ …… (338)
如何理解“夫脉者，血之府也”？ …… (339)
为什么说“精明五色者，气之华也”？ …… (339)
问梦诊病的方法有哪些？ …… (339)
为什么说“气口独为五脏主”？ …… (340)
真脏脉形成的机理和诊断意义是什么？ …… (340)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

诊病“四德”是什么？ …… (340)
什么是三部九候？ …… (341)
平息调脉的方法如何？ …… (342)
平息调脉法运用时应注意什么？ …… (343)
判断四时五脏的平脉、病脉、死脉的依据是什么？ …… (343)
胃气与发病迟早有什么关系？ …… (344)
为什么说脉以胃气为本？ …… (344)
如何理解“胃有毛曰秋病，毛甚曰今病”？ …… (345)
虚里及虚里诊的意义、主证是什么？ …… (345)
什么是脉逆从四时、脉证相反及其临床意义？ …… (346)
望面色的重点及临床意义是什么？ …… (346)
脏腑头面在颜面色部的大体分布是怎样的？ …… (347)

十一、妙诊异法

问诊的主要内容是什么？ …… (351)
在进行问诊时应注意些什么？ …… (351)
对女病人问诊有什么特点？ …… (352)
什么叫四诊？ …… (353)
什么叫四诊合参？ …… (355)
望神的内容有哪些？有什么临床意义？ …… (355)
如何望色？ …… (357)
何为五色主病？ …… (357)
什么叫按诊？其临床意义是什么？ …… (359)
望舌色有哪些内容？各有何临床意义？ …… (361)
望舌形有哪些内容？各有何临床意义？ …… (362)
望舌态有哪些内容？各主何病？ …… (364)
黄苔、灰苔、黑苔主病有何不同？ …… (364)
腻苔和腐苔有何不同？ …… (366)
在诊断疾病时，为何要舌苔舌质合参？ …… (366)
临床常见的舌象有哪几种？各主何病？ …… (367)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如何通过望姿态来推论疾病的寒热虚实？ …… (368)

十二、论治宜方

什么是正治法？ …… (371)
什么是反治法？ …… (371)
反治法的临床应用如何？ …… (371)
反佐与反治有什么不同？ …… (373)
如何理解“微者逆之，甚者从之”？ …… (373)
“其始则同，其终则异”是对何种治法的说明？ …… (374)
水肿病怎样治疗？ …… (374)
消瘅的治法是怎样的？ …… (375)
《内经》所述水肿病的治法对后世有什么指导意义？ …… (378)
五脏所苦应如何治疗？ …… (378)
如何理解“毒药为邪，食物养正”？ …… (379)
什么是“气味合而服之”？ …… (379)
如何实施药物补泻从其五脏之所欲？ …… (379)
咳嗽的针刺治疗大法是什么？ …… (380)
什么叫“间者并行”？ …… (380)
什么叫“甚者独行”？ …… (381)
“标本相移”是指什么？ …… (381)
常用的四种服药方法是什么？ …… (381)
知标本逆从的意义有哪些？ …… (382)
怎样理解人有客气、有同气？ …… (382)
为什么说“无使过也，伤其正也”？ …… (383)
怎样理解“谷肉果菜，食养尽之”的含义？ …… (383)
饮食调养在治疗疾病的过程中有什么作用？ …… (384)
什么叫“刺有逆从”？ …… (384)
如何理解“先热而后生中满者治其标”？ …… (384)
对热病的施治法是怎样的？ …… (385)
如何理解“小大不利治其标”？ …… (386)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

药、食治病的法度是什么？ …… (386)
阴阳虚衰所致寒热的治疗是怎样的？ …… (387)
《内经》提出了怎样的方制？ …… (388)
制方要有一定法度的目的是什么？ …… (388)
《内经》对方剂是如何分类的？ …… (388)
为什么会出现“有病热者，寒之而热”、“有病寒者，
热之而寒”的变化？ …… (389)
什么是因势利导的治疗原则？ …… (390)
如何理解因其衰而彰之？ …… (390)
什么是“其高者，因而越之”？ …… (391)
什么叫“血实”？怎样治疗“血实”？ …… (391)
如何理解“其盛可待衰而已”？ …… (391)
如何理解“其慓悍者，按而收之”？ …… (392)
“其盛，可待衰而已”和“其慓悍者，按而收之”
两者是否互相矛盾？ …… (393)
标本的含义是什么？ …… (393)
病发标本先后理论的临证运用是怎样的？ …… (394)
为什么说治病求本？ …… (395)
异法方宜的基本内容是什么？ …… (397)
“一病而治各不同，皆愈”是什么道理？ …… (398)
“圣人杂合以治”这句话有什么实践意义？ …… (399)
什么是标本不得？ …… (399)
为什么说治病要因人因地制宜？ …… (399)
如何理解“四时五脏，病随五味所宜”的意义？ …… (400)
汤液醪醴在不同时期的应用如何？ …… (400)
如何理解“孤精于内，气耗于外”？ …… (401)
诊治疾病的“四易”和“四难”指什么？ …… (402)
如何理解“五脏阳以竭”？ …… (402)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十三、宝命全形

养生的原则是什么？ …… (407)
养生纲领是怎样的？ …… (407)
什么是真气？ …… (408)
男女生长发育和生殖的规律是什么？ …… (409)
什么叫“更年期”？ …… (409)
在更年期男女各有何生理变化？ …… (410)
冲、任二脉与生长发育的关系是怎样的？ …… (411)
天癸的生成、征象及作用分别是什么？ …… (411)
《内经》中养生的论述有哪些？ …… (412)
除《内经》外，中国古代还有哪些重要养生著作？ …… (412)
《内经》中论述四十岁“好坐”，这是什么道理？ …… (413)
《内经》论述六十岁“好卧”是什么原因？ …… (414)

十四、阴阳应天

如何利用一天中阳气在肌表的盛衰变化来养生防病？ …… (417)
“春夏养阳、秋冬养阴”的实质是什么？ …… (418)
四季气象特点及相应的养生方法是什么？ …… (419)
如何理解“从四时阴阳则生，逆之则病”？ …… (420)
古代养生防衰的基本观念有哪些？ …… (420)
肾气在人的生长、发育、生殖过程中的作用如何？ …… (421)

十五、脏气法时

什么是治未病？ …… (425)
为什么说人的寿夭与先天禀赋有关？ …… (426)
体质的含义是什么？ …… (426)
人能长寿的原因有哪些？ …… (428)
《内经》中指出的养生学主要包括哪些内容？ …… (428)

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五脏与四时的关系如何？ …… (430)
什么是顺应自然养生法？ …… (431)
气候变化对人的情绪和健康有什么影响？ …… (433)
生活环境与健康长寿有何关系？ …… (434)
长寿之道都指哪些方面？ …… (436)
调神养生有哪些内容？ …… (437)
为什么说“脾胃是生命的根本”？ …… (439)
中医所说的“肾”与健康有何内在联系？ …… (440)
中医对健康人的生理特征有什么论述？ …… (442)
人体为什么会衰老？ …… (444)
年老等于衰老吗？ …… (446)
抗老防衰有哪些具体方法？ …… (447)
中医所说的“发为血之余”是怎么回事？与养生有什么关系？ …… (449)
怎样保养头发？ …… (450)
“五劳所伤”是怎么回事？怎样调适？ …… (451)
不良情绪为什么能导致疾病？ …… (453)
老年人有什么心理特点？ …… (455)
饮食适度为什么有益长寿？ …… (456)
“一日三餐”有何学问？ …… (458)
“食疗”是怎么回事？ …… (459)
为什么服用补药要在冬季？ …… (461)
节食能减肥吗？ …… (462)
如何看待性生活？ …… (463)
中医音乐养生是怎么回事？ …… (465)
中年人应怎样进行自我保养？ …… (467)
为什么称中年期为“多事之秋”？ …… (469)

http://www.55188.com理想在线证券网

一 典籍流传

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》成书于什么年代?

关于《黄帝内经》（简称《内经》）的成书年代，是千百年来学者、医家争论不已的问题。归纳起来主要有三种说法：黄帝时书；成书于战国及秦汉；汇编成书于西汉。

《内经》的成书年代，经考证，一般认为在西汉的中后期。其依据为：西汉末期刘向、刘歆父子奉诏校书并撰写我国第一部图书分类目录《七略》，其中记载《黄帝内经》18 卷。其中分工方技类（医药类）书籍的是侍医李国柱。史载李国柱校勘医书的时间是西汉成帝河平三年（公元前 26 年）。就是说西汉末成帝年间，《黄帝内经》就已成书。李国柱校勘医书的时间应定为《内经》成书的下限。

《内经》成书的上限，主要依据阴阳五行学说应用于中医学中的时间。阴阳五行学说形成于战国末期，阴阳家邹衍深观阴阳消息，提出“五德终始”说，至西汉著名思想家淮南子刘安和董仲舒（公元前 179 年～公元前 122 年）阴阳五行学说才体现得比较完善。《内经》中接受并应用阴阳五行学说必然在其后。至于可以参考的时间，可以用《黄帝内经·素问》开篇语加以证实。开篇语中“弱而能言，幼而徇齐，长而敦敏”之语佐证，该语出自于西汉司马迁《史记·五帝纪》。此书约于汉武帝太初元年至征和二年间（公元前 104 年～公元前 91 年）撰成。这样也可以确定《内经》成书的上限为西汉中期或偏晚，大约是公元前 104 年～公元前 91 年以后。

综上，《内经》成书于西汉中晚期，大约于公元前 91 年～公元前 26 年。

《黄帝内经》一书的作者是谁?

关于《内经》的作者，纵观全书 162 篇，所反映的学术观点、

http://www.55188.com理想在线证券网

理论水平、技术运用、语言文字等皆存在一定的差异。其材料来源久远而地域亦多，自非一时一人之作。它是汇编者收集、整理、汇编的一部医学典籍。

《黄帝内经》是如何流传下来的?

西汉中晚期，《内经》成编，当时并未分为《素问》、《灵枢》。统称为《黄帝内经》，共18卷。见于《七略》及《汉书·艺文志》。

东汉，《内经》一书存在，是否完整不详。据张仲景《伤寒杂病论》序，《内经》分为《素问》、《九卷》两书。丹波元简曰："九卷即今之灵枢。"

晋，《内经》一书存在。当时分为《素问》、《针经》两部书。皇甫谧曰："按《七略》、《艺文志》黄帝内经十八卷。今有《针经》九卷，《素问》九卷，二九十八卷，即《内经》也。亦有所亡佚。"《针经》是皇甫谧为《九卷》所命之名。恐与开篇《九针十二原》"先立针经"之语有关。

南北朝，《内经》存在。《素问》第七卷亡佚。丹波元简《素问识》题解云："据林亿等说，全元起所注本乃无第七一通。"《灵枢》不详。出现第一部注解《内经》的专书。书名《内经素问训解》，全元起著。

隋，《素问》尚存，乃沿用《九卷》之名。杨上善引《灵枢》经文，仍称《九卷》或《九卷经》。杨上善对《内经》（包括《素

http://www.55188.com理想在线证券网

问》、《灵枢》）进行分类编排，并加以注释，书名为《黄帝内经太素》。

唐，《内经》存在。《素问》仍阙第七卷。《灵枢》仍以《针经》或《九灵》为名。王冰将《针经》或《九灵》改为《灵枢》。王冰补入《素问》的阙卷，其补入内容即今之七篇大论。王冰修订《素问》并加以注释，由9卷改为24卷。

宋，《内经》存在。《素问》在王冰本基础上又经林亿等重新考证，定名为《重广补注黄帝内经素问》（今称《新校正》），元、明、清至今皆据此翻刻影印，未再改易。《灵枢》遗失散落，无全本。元祐八年正月，高丽献书，有《黄帝针经》，篇帙俱存。南宋时，史崧（公元1155年）献出家藏旧本《灵枢》9卷，共81篇，即今之通行的《灵枢》。

《黄帝内经》的主要注家与注本有哪些？

南朝·全元起《内经素问训解》

是《内经》最早的注本。注释《素问》当时已存的八卷。本书已亡佚，但其目录收录于《素问识》中，《新校正》中保留其部分篇目及全元起注解。

隋·杨上善《黄帝内经太素》

该书将《内经》的《素问》、《灵枢》合在一起进行分类编排，共分十九大类，每类分若干篇目，并加以注释。该书《素问》的经文保存了王冰改动前的原貌，具有很高的文献价值。

唐·王冰《黄帝内经素问》

王冰将《素问》重新整理编次，刊正谬误，补入运气七篇，并加以注释。以二十四卷本行世。

明·马莳《黄帝内经素问注证发微》、《黄帝内经灵枢注证发微》

是通注《内经》的全书。其所注《灵枢》颇为人称道。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

明·吴昆《吴注内经素问》

以王冰的二十四卷本为底本加以注释，注文阐发医理深入而不流于空泛。该书有直改经文或增减经文现象。

明·张介宾《类经》

将《内经》分类并注释，共分十二大类，三百九十目，是现存全部类分《素问》、《灵枢》最完整的一部书。其注释义理周详，明白晓畅。

清·张志聪《黄帝内经素问集注》、《黄帝内经灵枢集注》

是张志聪及其门人集体注释《内经》的一部书。对前人之注，做到了取其精华，厘正误说，且有新意。

清·高士宗《黄帝素问直解》

其注释简洁明白，要言不繁。

元·滑寿《读素问钞》

是《素问》的摘要选注本。

明·李中梓《内经知要》

系摘《素问》、《灵枢》之要文、要义编纂而成，是医学入门读物。

日·丹波元简《素问识》、《灵枢识》；日·丹波元坚《素问绍识》

三部书精选诸家注解，并提出个人看法。持论公允，注重考据。

http://www.55188.com理想在线证券网

二 书名由来

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》的书名从何而来?

经,《辞源》:“凡道义、法制不可易者,皆谓经”;“书也,古有十三经”。据此,经,是指只能遵循而不可改易的规范或书籍。在医药书籍中除《内经》外,尚有《难经》、《本草经》等。内,一种看法是对待之义,内与外相对而言,丹波元胤《医籍考》所说:“内外,犹《易》内外卦,及《春秋》内外传、《庄子》内外篇、《韩非子》内外诸说,以次第名焉者,不必有深意。”内外除有相对之义,尚有价值品位高低之分,如《庄子》内外篇,一般认为内篇是庄子所著;外篇,可能掺杂他的门人和后来道家的作品。《春秋》内外传,专主解释经义的为内传;广引事例,推演本义的为外传。这样内外就有纯驳,本义与演义的次第之分。另一种看法,张介宾认为:“内者,生命之道也。”两说:一从此书的价值而言;二从内容而言,各有所长。

至于《内经》书名冠以“黄帝”,其义在于“取重”。正如《淮南子》所说:“世俗之人,多尊古而贱今,故为道者,必托于神农、黄帝而后能入说。”

http://www.55188.com理想在线证券网

《素问》是什么含义?

对《素问》含义的认识大体有四说：一说，《素问》即问本，探索人与自然的根本性问题。全元起认为："素者，本也；问者，黄帝问岐伯也。方陈性情之源，五行之本，故曰素问。"二说，平素问答。马莳、吴昆、张介宾等人则认为《素问》之义即"平素问答之书"。其三，认为《素问》是问素女。《云笈七籤·神仙通鉴》云："天降素女，以治人疾，帝问之，作素问。"四说，《素问》是问太素。太素是天地宇宙万物形成及人们认识发展的完备阶段。《新校正》按："《乾凿度》云：'夫有形生于无形，故有太易、有太初、有太始、有太素。太易者，未见气也；太初者，气之始也；太始者，形之始也；太素者，质之始也。气形质具，而疴疾由是萌生，故黄帝问此太素，质之始也。《素问》之名，义或由此'。"后人认为杨上善《黄帝内经太素》的书名，更接近于"太素者，质之始也"的说法。

《灵枢》的含义是什么?

《灵枢》是演变的书名。西汉时无名，合编于《黄帝内经》十八卷之中。东汉名《九卷》，见于《伤寒杂病论》序中。晋名《针经》，恐与《九针十二原》中"先立针经"之语有关。唐名《九灵经》，清·陆心源《仪顾堂题跋》灵宝注："以针有九名，改为九灵；又以十二经络分为十二卷。王冰又因《九灵》之名而改为《灵枢》，其名益雅，其去古益远，实一书也。"目前无资料反映王冰命名《灵枢》的含义。明·马莳认为本书是医学之门户，注曰："正以书为门户合辟所系，而灵乃至圣至元之称。"张介宾从医学效应解，认为："神灵之枢要，谓之《灵枢》。"

今人钱超尘教授提出"这些解释恐怕都是求之过深，未见符合

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

王冰当时改《九灵》为《灵枢》的原意”。

据陆心源“以针有九名，改为九灵。”“九”言九针，“灵”之义可能指物之不笨拙者，即小巧玲珑。《内经》已体现出针具由原来粗糙的石材的砭石、针石改革为金属材料制作的精细的针具，称之为“微针”、“小针”。“九灵”可能指九种精巧的针具，以此为命名。

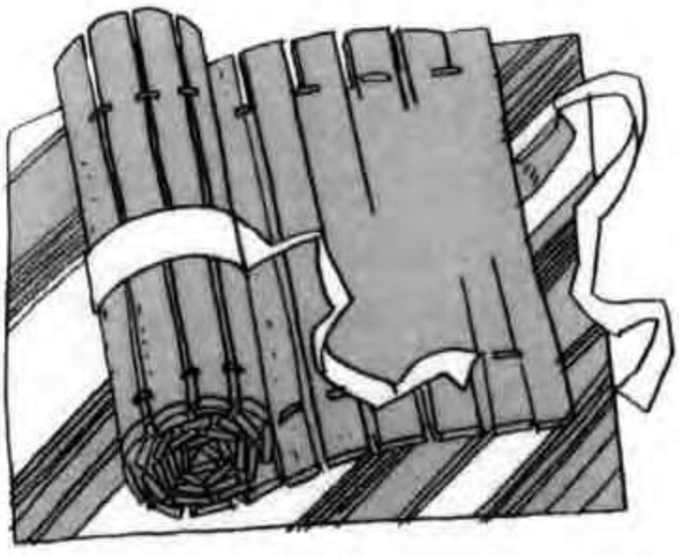
“枢”、“骨”在《内经》中又指针具。《灵枢·官能》记载：“左引其枢，右推其肤，微旋而徐推之。”《灵枢·邪客》记载：“左手执骨，右手循之，无与肉裹。”据此，《灵枢》之义可能取之于灵巧的针具，而以此命名其书。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

二 篇章构成



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》的全书共有多少篇章?

现存《内经》分为《素问》、《灵枢》两大部分，每部各81篇，合计162篇。

《黄帝内经》理论的建构方法有哪些?

建构《内经》理论体系的方法很多，其中整体的方法、系统的方法、辩证的方法，可以认为是《内经》方法的最高层次。在这些哲学方法指导下，《内经》采用了司外揣内、援物比类、直觉领悟、揆度奇恒等独具特色的方法。所谓司外揣内，又称“以表知里”，即通过事物的现象、征象来把握内在本质的方法。所谓援物比类，又称“取象比类”，即在掌握大量感性材料的基础上，通过把两个或两种不同的事物或现象联系起来加以比较，找出它们之间类似或共同的地方，然后把已知的某一事物或现象的知识和理论推论到与之相类似或有共同现象的事物，也可能具有相同的知识和结论。所谓直觉领悟，属于非逻辑性的思维方法，是在对研究对象深刻感受的基础上，获得某种灵感，突然领悟到某种普遍形式的客观规律。所谓揆度奇恒，就是用比较的方法揣度、测度事物的正常（恒）和异常（奇）。

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》理论体系的主要内容有哪些?

（1）养生学说：阐述防病强身、延年益寿的理论和方法，突出《内经》未病先防的医学思想。

（2）阴阳五行学说：本属古代哲学范畴，是人类认识宇宙的一种世界观和方法论，被引进医学领域后已经赋予了医学的内涵。

（3）脏象学说：是《内经》通过人体内部所表现的征象来认识内部脏腑器官生理活动和病理变化，以及这些活动和外界环境的相互关系的学说。

（4）气血精神：是生命之根本，《内经》着重阐述其生理功能及其变化规律。

（5）经络学说：是研究人体经络系统的生理功能、病理变化与脏腑关系的学说。

（6）病因病机学说：主要探讨引起人体疾病的各种因素及其致病特点、发病机理与传变途径、规律等。

（7）病证：包括疾病与证候，《内经》共介绍了180多种病证的病因、病机、病状和治法。

（8）诊法：是诊察疾病的方法，包括望、闻、问、切四诊。《内经》论述切诊最详，望诊次之。

（9）论治：包括治则、治法、制方等。《内经》制定了论治的基本法则。

（10）运气学说：是古代的医学气象学，以阴阳、五行为理论框架，天干、地支为演绎工具，推究气象变化及其与物候、人类疾病的关系。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》理论体系形成的缘由是什么?

（1）社会的变革，巫术的衰落。春秋战国时期是封建社会取代奴隶社会的变革时期。生产关系的变革，大大地促进了社会生产力的发展以及经济的繁荣，这些均促进了科学文化的发展，而自然科学的发展，使巫术逐渐衰落，医学的发展成为时代的需要。

（2）医疗实践经验的积累。劳动人民在长期与疾病作斗争的过程中积累了大量的实践经验。建年战争，又为解剖学的产生提供了一定的条件。这些均为人们进一步认识人体生理病理的活动规律及掌握防治疾病的手段创造了条件。

（3）古代哲学思想的渗透。《内经》理论体系的形成与中国古代哲学的“气一元论”、“阴阳五行学说”密切相关，是古代哲学将医疗经验上升为理论的典范。

（4）古代科学技术和科学思想发展的影响。古代天文、历法、农业、手工业、冶金业的发展，不仅促进了医疗技术的进步，而且借鉴古代科学思想的影响，对医学科学的思维方式、有关学术思想的形成具有很大促进作用。

《黄帝内经》的理论体系有什么特点?

（1）天人合一，五脏一体——建体地把握生命规律。人类是宇宙万物之一，与天地万物有着共同的生成本原。人的生命现象是自然现象的一部分，自然变化的某些法则与人的生理活动原理是一致的。人本身是一个有机的整体，构成人体的各个器官，在结构上相互沟通，在生理上相互为用，相互协调，具体体现在五脏是一个系统的整体，形神一体。

（2）人生有形，不离阴阳——辩证地对待生命活动。《内经》借

http://www.55188.com理想在线证券网

助古代阴阳学说的观点解释人体生命活动中存在的对立、统一规律，人体阴阳对立双方在矛盾运动中此消彼长，此盛彼衰，不断维持动态平衡的过程。生命活动中充满着辩证法。

（3）候之所始，道之所生——从功能概括生命本质。候，是表现于外的各种现象、征象；道，是法则和规律的意思。根据事物的外在表现，可以概括事物变化的规律。《内经》的脏象学说，就是通过分析人体对不同环境条件和外界不同刺激的不同反应，来认识人体的生理活动规律，即从外在“象”来把握内在“脏”的。

四 学术价值

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《黄帝内经》在中医史上有什么样的学术价值?

（1）奠定了中医学独特的理论体系，这些理论原理至今仍对中医学术的发展和临床实践具有重要的指导价值。

（2）确立了“天地人三才”医学模式，这一模式与近年医学界提出的“社会—心理—生物医学模式”的基本观点相通，对于疾病的防治具有深远意义。

（3）《内经》是一部治病的法书，书中所阐述的理论体系可直接指导临床，而且书中还对热病、疟疾、咳嗽、风病、痹证、痿证等病证的病因病机、临床表现、治疗方法做了专题讨论，许多内容和观点仍是今天临床所必须遵循的原则。

（4）树立了多学科研究医学的典范。《内经》广泛吸收了古代天文学、历法学、气象学、生物学、地理学及哲学等多学科的研究成果，并与医学融合、渗透，提出了许多科学的假说，对今天的科研有很大的启迪。

（5）创建经络学说，发明针灸疗法。《内经》以朴素的形态揭示、证明了人体是一个具有多种多样内在联系的统一的整体系统，针灸疗法的发明，是世界医学史上一大发明，充分体观了中医学的特色和独特的功效。

（6）《内经》的医学成就在世界医学史上独树一帜，其对世界医学的贡献不可低估。

为什么说《黄帝内经》是中国古代认识实践的一次科学总结?

《内经》综合了中国古代在天文历法、地理学以及气象学等领域的科学技术知识，形成了比较科学的理论总结：

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）天文历法：

①天文学：天文学的知识与方法不仅影响《内经》学术体系的形成，称为“天人合一”内容之一，而且还渗透到中医学的基本概念和理论之中。

宇宙演化、宇宙结构观：引导人们从宇宙整体角度探索生命规律，认识到人受养、受制于自然，因而必须顺应自然。为探索生命规律提供方法学借鉴，以天喻人，将天文学研究方法移植过来，变为医学的研究方法。

天象变化：运用北斗星柄所指确定地平方位与四时十二月，推知气候变化规律及对人体的影响；以二十八宿节度太阳运行，把握卫气运行规律。

天地日月星辰系统：《内经》运用古代天文学关于地球与宇宙天体相互作用的理论，探索天文因素对地球生物及人的影响。

②历法：《内经》运用古代四分历、太阳历、阴阳合历，确定一回归年等于365.25日，一年二十四节气历，五运六气历。以此阐述天度、气数、气候、物候变化对人与万物的影响、疾病的发生变化、防治规律。

（2）地理学：《内经》运用古代九州、五方之说，解说五方地势高低，揭示气候、气象的差异，并与疾病、治则联系起来，创建“因地制宜”的治疗原则。

（3）气象学：古代气象知识对《内经》的影响，主要有两个方面：

http://www.55188.com理想在线证券网

①充实天人一体的整体观：将人与气象相关思想纳入《内经》学术体系，确立人与气象关系的基本格调。认识到地球气象的周期变化造就万物的生生化化。《内经》把它们与人体适应这种周期性的功能结构联系起来，形成了五脏功能活动系统。突出了气象的太过、不及和灾害性变化是疾病发生与变化的重要因素，并贯穿于诊法、防治中。《内经》还借助于气象术语及其变化机理表述医学内容。

②创建中医气象医学：以运气推算气象变化规律及其对人体的影响，判断疾病的发生与流行、疾病的防治，是审察病机、处方用药的法则。

《黄帝内经》与古代哲学思想的渊源如何？

战国、秦汉哲学，是以精气论、阴阳、五行学说为代表，它们是《内经》学术体系的哲学基础，并发挥重要影响。

（1）观象明理和思维模式化：

①《内经》观象明理，创建脏象学说，也就是外在“象”与内在“脏”有机联系的理论。

②思维模式化，建立多种理论模型。如脏象方面有阴阳模型论脏腑、气血、营卫；三阴三阳模型论六经；五行模型论五脏等。在病机方面有表里出入、寒热进退、邪正虚实、阴阳盛衰模型等。

（2）辩证思维：辩证思维是古代最为突出、最为系统、最为丰富、最为珍贵的一种思维方式，主要有以下三个方面：

①整体思维：它建构《内经》天地人三才合一的整体医学思维模式；脏腑、精气神观及形神、心身一体的理论；目诊、面诊、尺肤诊全息诊法的思维模式。

②变易思维：从运动变化角度研究人的生命活动，并使之理论化。

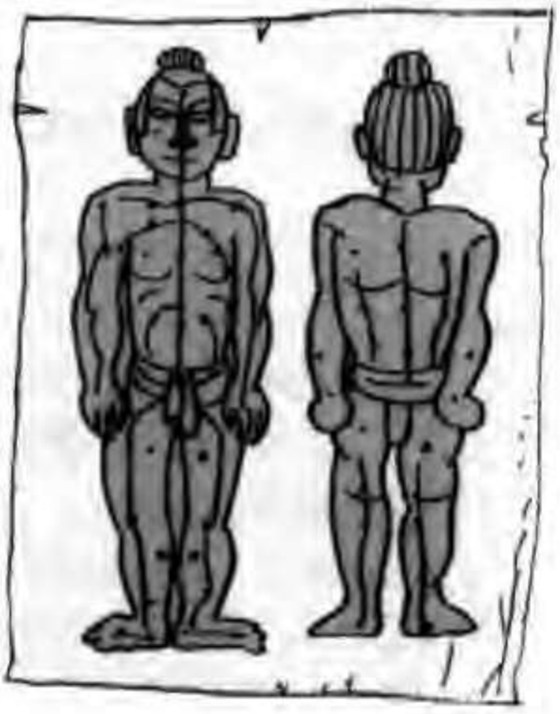
③相成思维：整体联系、运动变化，都要依赖事物内部相互对立

http://www.55188.com理想在线证券网

两方面相互作用而成，即相反相成。相成的前提是相反，而相反之双方是相互依存而不离的；相反双方相互作用的结果是相成。这种和谐观被中医学所接受，因而，“守中贵和”称为中医学分析生理、病理，确定诊断、治法，制定养生方案的基本原则。

《黄帝内经》反映出中国古代中医医疗实践的成果有哪些？

（1）解剖学：《内经》依据解剖记载了脏腑的大小、坚脆、容积；经脉的长短、深浅、广狭；人体的结构等。说明《内经》学术体系的形成有坚实的解剖学基础。



（2）人体生命观现象的观察：对于人体生命现象的长期观察，包括生理的、病理的、有目的、无目的治疗反应等等，成为医疗经验的总结。发现众多生理、病理现象之间存在着自然、有序的联系。再经过理性思维，进而整合为脏象学说中的各种功能模型。这是中医理论形成的重要方法学模式之一。

（3）医疗实践反复验证：反复的临床实践，去粗取精，去伪存真，是中医学理论形成的基本过程，造就了中医学经验、知识与理论的客观真实性，使中医按自己的理法方药治病，千百年重复不忒。

《黄帝内经》提出了怎样独特的医学理论观？

（1）人体观：在“人与自然相参”思想指导下，《内经》把人

http://www.55188.com理想在线证券网

放在宇宙中来考察，认为人是自然界的产物和有机的组成部分，形成了天人相互联系、相互制约的生命整体观。

（2）疾病观：《内经》根据“奇恒常变”的观念，确立了自己的疾病理论，认为阴阳失调而为病。关于疾病的发生，《内经》以“邪正相争”阐发其机理；关于病理变化机制，《内经》着眼于动态分析整体机能失调的方式、状态和过程，提出了以脏腑、经络、气血津液病变为基础的表里出入、寒热进退、邪正虚实、气血运行紊乱和疾病传变等理论。

（3）疾病防治观：

①疾病的治疗：《内经》审机论治的诊治原则，后世演化为辨证论治。其特点是整体机能状态综合之协调，提倡各种方法配合应用，强调综合疗法；它的逆从求本、标本缓急、病异治同以及虚实补泻、寒热温清、因势利导等治则，颇似系统调控方法。

②疾病的预防：《内经》提出以增强体质为核心的健身防病思想，制定了外以适应自然变化，内以促进机体抗病能力、机体协调能力的养生原则。

《黄帝内经》具有怎样的方法论特点?

（1）从功能角度把握生命规律：在中国古代，当意识到解剖不能直接揭示生命现象与指导医疗活动后，转而采用当时盛行的自然哲学方法，首先对生命现象及与其相联系的各方而进行观察，然后把观察内容中的“共相”提取出来，按其形态、功能格局、演化方式进行分类，并将具有代表性的具体事物表达，进而以类相推，探讨生命现象的机理。

（2）从整体角度把握生命规律：中医学的整体观念源于把生命现象放在其生存的环境，即自然、社会进行总体的直观察验。并接受中国古代自然哲学指导，将这种观察引向理性认识的层次。古人观察

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

到人的生命活动与其生存环境有着密切关系，形成了“天人一体”观念；观察到生命能力与躯体形骸之间，精神心理与躯体生理之间有着密切关系，形成了“形神一体”、“心身一体”观念。

（3）从变化角度把握生命规律：运动变化是事物存在的本质属性，也是生命运动的固有特征。中医学观察对象是变动不息的生理、病理现象，从而形成从运动变化角度把握生命规律的方法学特点，并具有动态化的理论表述。一是在医学理论中，明确表述了运动变化原理。如生长壮老已的生命过程；脏腑经络气血升降出人运动。二是医学概念具有时间内涵，一般概念中表示出时间含义，便说明这一概念具有动态的内涵。三是辨证论治中体现中医诊治动态观。中医学认识到证随病变而变，证的形成与内外环境的时序流转也有密切关系。治疗中重视时间因素，强调“无后其时”、”无逆天时”、“无失气宜”。

《黄帝内经》对世界医学的贡献如何?

（1）揭示了生命活动规律：中医学注重研究生命体的机能结构，调整机能的整体、动态和谐，并概括为脏象学说、经络学说、病机学说等。经过长时间研究、整理，人们才认识到其部分科学内涵，其中蕴涵着中医学特有的医学发现，如人与自然对立统一关系；生命活动的系统法则、调控法则与节律现象；心身相互作用现象；经络现象；生命全息现象等。

（2）建构了天地人“三才”医学模式：《内经》在建立自己的学术体系时，吸收了天文历法、地理、气象、生物、社会、心理、哲学等中国古代传统的人文、自然多学科的研究方法与成果，建构了天地人“三才”的医学模式，正如《素问·气交变大论》引《上经》曰：“夫道者，上知天文，下知地理，中知人事，可以长久。”《内经》天地人三才医学模式重视人与自然、社会的协调，将人与生存环境的和谐、人体心身的和谐视为健康的基本标准，并贯穿于疾病的

http://www.55188.com理想在线证券网

防治和抗衰老的理论与实践中，这是《内经》对于世界医学的贡献。它与近年医学界提出的“社会—心理—生物医学模式”的基本观点是相通的。

（3）创建了世界特有的疾病诊疗体系：在收集疾病信息方面，古人创造性地提出望、闻、问、切“四诊”之法，最大限度地为疾病诊断提供了全面而系统的资料。

在治疗方面，运用“天人合一”、“形神一体”、“心身一体”理论，借助自然药物、针刺、饮食、精神调控治疗疾病。

中医学的诊疗体系，无论是理论上，还是医疗实践中都表现出自己的特色和优势，在世界医学中具有代表性。

《素问·热论》对张仲景的《伤寒论》有什么影响？

《伤寒论》是在《素问·热论》理论基础上发展起来的。

《素问·热论》构筑了热病六经分证的框架，《伤寒论》在此基础上建立了六经辨证体系。

《素问·热论》只提及实热证而没有论及虚证、寒证。《伤寒论》在此基础上又补充了虚证、寒证。

《素问·热论》所述传变方式是先三阳后三阴的六经单传。《伤寒论》在此基础上又补充了“循经”、“越经”、“直中”、“合病”、“并病”的传变方式。

《素问·热论》对热病的治疗提出汗泄两法，《伤寒论》则提出

http://www.55188.com理想在线证券网

汗吐下和温清补消八法。

《素问·热论》在热病禁忌护理方面提出忌多食、食肉，《伤寒论》补充了“劳复”，从而使热病的证治理法趋于完善。

《黄帝内经》提出了怎样的独特诊治方法？

受古代文化背景、思维方式和研究方法的影响，通过长期医疗实践，中医学形成了自己的诊治方法。

在诊察方面，充分发挥医者眼、耳、鼻、手等人体感官的自然机能及其病者的自身感受，最大限度地获取对辨别病情有价值、有意义的客观体征与病证。这种诊法是基于脏象理论，即《灵枢·本脏》所说：“视其外应，以知其内脏，则知所病矣。”

在治疗方面，使用天然药物组成的方剂治疗疾病，又有针灸、按摩、精神疗法、饮食调养等单独使用或配合实施。治疗中充分发挥人与自然两大要素的作用。

http://www.55188.com理想在线证券网

五 阴阳五行论

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是阴阳五行学说?

中医的阴阳五行学说，基本上体现了古代自发的朴素的唯物辩证法思想。阴阳学说认为世界是由“气”组成的，“气”又化为“精”而构成各种有形的物体，因此万物都包含着阴精和阳气两个方面，而阴阳的矛盾运动则是一切事物运动变化、产生和灭亡的根本原因。所以说，阴阳学说就是以对立统一规律认识宇宙一切事物运动变化的朴素自发的古代唯物辩证法。

五行学说认为世界是木、火、土、金、水五种物质的运动变化所构成的，五者之间又相互资生和相互制约，循环往复地运动变化，由此产生物质世界的统一性、多样性和复杂性。所以说，五行学说就是以事物在相互作用中运动变化的观点来认识物质世界的原始朴素的辩证唯物论。

阴阳的基本含义是什么?

阴阳的概念并不神秘，也不陌生，在生活中常常提到它。如说这间房子向阳，这棵幼苗长在背阴处等等，有些临床化验和医学实验，也常以阴性、阳性来表示结果。物理学讲阴电、阳电；化学讲阴离子、阳离子，如此等等，人们是明白其含义的。不过中医学讲的阴阳，与上述并不完全相同，它的含义更为广泛一些，至少包括如下两层意思：

（1）它是对一些事物矛盾运动的概括，如昼、夜，寒、暑，动、

http://www.55188.com理想在线证券网

静等等。

（2）它又代表矛盾双方的不同属性，作为一种定性分析的分类方法。凡是动的、在上的、上升的、在外在表的、明亮的、温热的、刚强的、无形的、轻清的、亢进的、兴奋的……等等，都属于阳，凡是静的、在下的、下降的、在内在里的、晦暗的、寒凉的、柔弱的、有形的、重浊的、衰退的、抑制的……等等都属于阴。

可见阴阳是“一对”辩证法的哲学范畴，但是它与唯物辩证法的矛盾范畴又有本质的区别。矛盾范畴对于对立面的属性，除了指出它们是对立统一以外，不加任何其他限定，而阴阳范畴却对矛盾双方的性质做了某种限定和概括。这样，它的内涵和外延都比矛盾范畴小得多。

应该看到，阴阳范畴还没有超出直观观察的广度和深度，在表现形式上，缺乏概念的确定性。如《素问·阴阳应象大论》说：“清阳为天，浊阴为地”，“水为阴，火为阳”，“阴静阳躁”，“阳化气，阴成形”。这说明古人就是这样朴素地直观地用阴阳来概括矛盾的现象及双方矛盾着的属性。不过有的地方也表现了古人高度抽象概括的能力，似乎给阴阳下了个定义。如《素问·阴阳应象大论》说：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始，神明之府也。”这样看，阴阳又与矛盾差不多了。这里起码有三点符合唯物辩证法：认为阴阳法则是宇宙的根本规律；承认阴阳矛盾的普遍性；认为阴阳对立是一切生杀变化的根本原因，大自然的一切奥秘都在于阴阳矛盾之中。所以说阴阳就是一对古代的辩证法哲学范畴，它是对一切矛盾运动的概括，同时又各自代表着矛盾双方的不同属性。

正因为阴阳是辩证的范畴，所以其属性只能是相对地确定，不是固定不变的。看在哪一个范围内分析问题，在阴阳之中，可以再分阴阳，不断地一分为二，以至无穷。如白天为阳，黑夜为阴，而上午为阳中之阳，下午为阳中之阴，前半夜为阴中之阴，后半夜为阴中之阳，心属阳，又可分心阴、心阳，肾属阴，又可分肾阴肾阳。因此

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《素问·阴阳离合论》说："阴阳者，数之可十，推之可百，数之可千，推之可万，万之大不可胜数，然其要一也。"这就是阴阳的相对性和无限性。

阴阳的基本内容有哪些?

阴阳学说的基本内容可以概括为四个方面。其实质就是论述矛盾的统一性和斗争性问题。

（1）阴阳对立：阴阳学说认为一切事物都存在着相互对立的两个方面，阴阳对立就是互相制约、削弱对方之意，也就是讲矛盾的斗争性。例如温热可以驱散寒冷，冰冷可以降低高温。温热属阳，寒凉属阴，这就是阴阳之间互相抑制，削弱对方，也就是互相斗争。中医应用这些朴素的道理于临床治疗，就是以寒治热，以热治寒的原则。再如人的机能兴奋属阳，抑制属阴，二者互相斗争，以致谁也不至于太过，从而维持相对的动态平衡，这就是人体的生理状态。由于某种原因，使矛盾斗争的结果出现一方太过，这就必然导致另一方不足，动态的平衡便遭到了破坏，人体就出现病理状态。如阴盛则阳衰，阳盛则阴衰。正如《素问·阴阳应象大论》说："阴胜则阳病，阳胜则阴病"，《素问·疟论》则说："阴阳上下交争，虚实更作，阴阳相移"，这里不仅指出了阴阳的对立斗争，而且"更作"、"相移"还包含有阴阳经过斗争而相互转化的意思。这些内容就成为中医学解释病理变化的理论基础。

（2）阴阳互根：阴阳互根，即双方互为存在的条件和根据，也就是阴阳互相依存，任何一方都不能脱离对方而单独存在。这是讲矛盾的统一性问题。例如许多矛盾着的概念就是在对比中建立起来的，没有上就无所谓下，没有进也无所谓退，没有寒就无所谓热，没有兴奋也无所谓抑制……就寒热感觉的本质来说，它只不过代表了一定的温度差，是一个事物的两方面。在生理范围内，超过体温就感到热，

http://www.55188.com理想在线证券网

低于体温则感到寒。但是感觉是能适应的，手泡在15℃的冷水中感到寒，若再浸入4℃的水中，则反而觉得原来的冷水是温的了。可见寒热就是在对比中存在的感觉，二者是不可分割的。再如人体的兴奋和抑制更是如此，若白天饱食终日，无所用心，只是躺在床上大睡，晚上肯定要缺少抑制而发生失眠，因为没有兴奋便没有抑制，二者是统一的。反之，晚上胡思乱想而失眠，或玩个通宵不休息，白天必定精神委靡，兴奋不起来。阴阳的原理正好说明了物质和能量、结构和机能的对立统一关系，如《素问·阴阳应象大论》说："阴在内，阳之守也，阳在外，阴之使也"就是这个意思。可以认为阳是物质的运动，阴是运动的物质基础，阴阳的互根，有如物质和运动的对立统一关系。

（3）阴阳消长：阴阳消长，就是说阴阳双方不是处于静止状态，而是处于不断地消长变化之中。所谓消长，即一方太过，导致对方不及，又称此长彼消，若一方不及而导致对方太过，则称此消彼长。这是从运动变化的角度讲矛盾的斗争性问题。阴阳的消长，相当于量变过程，古人可能是首先从四季气候的变化来认识这一点的。如《素问·脉要精微论》说："是故冬至四十五日，阳气微上，阴气微下；夏至四十五日，阴气微上，阳气微下。"古人对这种地球绕太阳公转的道理虽不一定了解，但却能从直观的角度正确理解这种寒暑消长的自然现象，这就是科学的抽象。再如人的夙兴夜寐，也是阴阳消长过程。《素问·生气通天论》说："故阳气者，一日而主外，平旦人气

http://www.55188.com理想在线证券网

生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭。”现代时间生物学证明，人体内许多内分泌激素的消长变化，存在着日和年的周期性节律。现代研究初步表明，肾上腺素、甲状腺素以及肾上腺皮质激素等等都有相当于阳气的作用，所以这些激素的消长变化，也就是阴阳消长的证据。

（4）阴阳转化：阴阳的消长变化，当发展到极点时，便各自向对方转化。也就是阴阳双方可以各向相反的方向转化，阳转化为阴，阴转化为阳。这是从运动变化的角度讲矛盾的统一性问题。阴阳转化就相当于质变过程。消长与转化是事物发展过程中不可分割的两个阶段，正如由量变而引起质变一样。当然转化是有条件的，古人所谓“物极必反”，这个“极”就是向反面转化的条件，不过这只是内部条件，按现代辩证法的理解，转化还必须有外部条件。《素问·阴阳应象大论》说：“重阴必阳，重阳必阴”，“寒极生热，热极生寒”，这里的“重”和“极”，是阴阳转化的临界线或称关节点，而对转化的外部条件，古人的认识是不够明确的。

阴阳转化的实例相当多，如昼夜寒暑的转化、物质与功能的转化、机能兴奋与抑制的转化等等。在病理方面也屡见不鲜，如急性热病，初期多表现为大热、大汗、大渴、脉洪大等阳热证，当体质条件差时，往往可出现感染中毒性休克，由于正气不足，热到了极点就转化为亡阴亡阳证，表现为面白、冷汗、肢冷、脉微、精神淡漠等一派阴寒之象。这是因为患者的神经系统和循环系统的适应代偿能力下降，在病原体毒素的作用下，机体反应性由亢进转化为衰退，出现了血压下降、体温下降的休克表现，此即由阳转阴的道理。若抢救及时，治疗得当，病人可四肢转温、汗止、脉和，于是阳气渐复，血压、体温皆可回升，又由阴转化为阳了。明白这一道理，对指导治疗有很大意义，许多临床疗效的发挥，正是建立在阴阳转化的基础上的。同时还要注意，临床用药寒热补泻都不可过量，要适可而止，否则过寒伤阳，过热伤阴，如此等等就会出现证候转化的副作用。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阴阳基本概念有什么重要意义?

《内经》对阴阳基本概念的论述，指出世界是物质性的，世界上一切事物都是在不断地运动、变化、新生和消亡。其变化的根本，就在于事物本身相互对立统一的阴阳两方运动的结果。这就反映出阴阳学说，是我国古代一种朴素的唯物辩证法哲学思想。这一观念为《内经》理论体系的正确哲学观的建立，奠定了理论基础。原文还将阴阳的理论与医疗实践结合起来，说明人体的生理功能和病理现象，同样是阴阳对立统一矛盾运动的结果，从而提出“治病必求于本”的观点，对《内经》诊治原则的确立具有重要的方法论意义。

阴阳学说重怎样运用在中医理论体系中的?

阴阳学说作为中医学理论体系的纲领和指导思想，它贯穿于脏象、经络、病因、病机、诊法、治则、药理等各个方面。

（1）用来分析人体的组织结构：在这方而，有时只是根据表而现象按阴阳属性进行分类的一种方法，但有时又能说明某种对立统一的内在联系。例如：

属阳的有：男、上、表、外、背、六腑、心肺、心阳、气、卫、神、津等。

属阴的有：女、下、里、内、腹、五脏、脾肝肾、心阴、血、营、精、液等。

这样分析人体组织结构，虽失之于笼统，但在指导临床医疗上，却可以简化认识，使人容易得到要领，抓住主要矛盾，不致如坠烟海。

（2）用以说明人体生理功能：新陈代谢是生命的基本特征之一，在这一过程中，一刻不停地进行着物质和能量的消长转化，表现为结

http://www.55188.com理想在线证券网

构和机能的矛盾。在形态结构方面，有局部和整体的矛盾，在机能活动方面有兴奋和抑制的矛盾等等。这些，中医学都概括为阴阳的矛盾运动，阴阳双方通过消长转化，维持着动态的平衡，这就是人体的生理状态。所以《素问·生气通天论》说："阴平阳秘，精神乃治。阴阳离决，精气乃绝。"

（3）可以说明人体病理变化：阴阳的动态平衡，由于某种原因而遭到破坏，出现偏胜偏衰的阴阳失调现象，这就是人体的病理状态。所表现的症状，也都用阴阳盛衰来解释。简单地说，邪气可以分阴阳两类，正气也分为阴精和阳气。一般地说，阳邪能使阳盛而伤阴，多出现热证；阴邪能使阴盛而伤阳，多出现寒证。因此《素问·阴阳应象大论》说："阴胜则阳病，阳胜则阴病，阳胜则热，阴胜则寒。"例如有的人受寒着凉之后，往往出现腹痛泄泻，这就是阴寒之邪盛，损伤脾胃之阳气。寒凝则气滞，"不通则痛"，脾阳受损运化失职，水湿下注则泻。若中暑之后，则出现烦热、多汗、口渴，这是阳热之邪盛而耗伤阴液。阳邪盛则烦热多汗，津液亏则口渴引饮。再如慢性肾炎病人，常见浮肿、形寒肢冷，这是"阳虚则寒"，由于阳气不足，相对阴盛，表现为虚寒之象。肺结核病人往往有潮热、盗汗、颧红，咽干等表现，这是"阴虚则热"，由于阴精不足，相对阳盛，所以表现为虚热证。此外，由于阴损及阳，阳损及阴，还可以出现阴阳两虚的病理状态。

（4）用于诊断：《素问·阴阳应象大论》说："善诊者，察色按

http://www.55188.com理想在线证券网

脉，先别阴阳。”任何复杂的疾病，都可按阴阳的属性先分为两大类，这是认识疾病的科学的思维方法，也就是不断地进行一分为二的方法，这样就简化了认识疾病的过程，可以提纲挈领，执简驭繁。例如简单的阴阳分证：

	望　诊	闻　诊	问　　诊	切　　诊
阳	色鲜明	声高气粗	口渴、发热、尿黄、便秘	浮、数、滑、实
阴	色晦暗	声低气怯	不渴、恶寒、尿清、便溏	沉、迟、涩、虚

（5）用于治疗：《素问·至真要大论》说：“谨察阴阳所在而调之，以平为期。”这种以调节阴阳平衡为目的的治疗手段，包含有反馈控制的意义，能使人们集中精力去解决主要矛盾，因而也是很科学的治疗方法。

例如：“热者寒之”，即针对“阳盛则热”，以寒来泻热存阴，是一种“负反馈”调节，可防伤阴。若为“阴虚则热”，是阴不足以制阳，则应“壮水之主，以制阳光”，即“滋阴潜阳”。“寒者热之”，是针对“阴胜则寒”，应以热来消阴存阳，以防伤阳。若为“阳虚则寒”，是阳不足以制阴，当“益火之源，以消阴翳”，即补阳制阴。

不但用阴阳来确定治疗原则，而且用以对药物治疗作用进行分类，这也是掌握调节手段的一种简便方法。例如药物性味分类如下：

分类	药　　物		
	味	气	性　　质
阳	辛、甘、淡	薄	温热、燥烈、升浮、发散
阴	酸、苦、咸	厚	寒凉、滋润、沉降、收敛

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

中药气味的阴阳属性及作用是什么?

气味分阴阳，则“阳为气，阴为味”，指出气属阳，味属阴。气味各有厚薄，它们的阴阳属性又有区别。“味厚者为阴，薄为阴之阳”，说明味厚重者属纯阴之品，而味淡薄者，虽总体属阴，但又包含一定的阳的属性。“气厚者为阳，薄为阳之阴”，说明气浓厚者属纯阳之品，而气轻薄者，虽总体属阳，但又包含一定的阴的属性。

由于气味阴阳属性及其再分属性不同，故其运动趋向及作用有所区别。大体“阴味出下窍”说明阴味有下行之趋向；“阳气出上窍”，阳气有上升之趋向。味厚者，由于其有下行之趋向，其力专，其作用为泻下，如承气之类；而味薄者，由于阴中有阳，降中微升，疏通气机，如木香、柴胡之类。气薄者，由于其气轻薄升散，故有发泄作用，如桂枝、麻黄、荆芥之类；气厚者，由于其气浓重，守而不散，故生热，如乌头、附子之类。

如何理解“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也”这句话的涵义?

“阴在内，阳之守也；阳在外，阴之使也”出自《素问·阴阳应象大论》。王冰注云：“阴静故为阳之镇守，阳动故为阴之役使。”张景岳说：“守者守于中，使者运于外。以法象言，则地守于中，天运于外；……以气血言，则营守于中，卫运于外。”（《类经》）可见守是守持于内，运是运使于外的意思。这段经文，可从两方面理解：

（1）阐明阴阳的概念，表示阴阳的属性。阴是内部保存，阳是外部使用；阴是一种静止、稳定的势力，阳是一种运动变化的力量。美国一学者曾以这种理解，把阴阳学说推广到解释自然界诸系统的内部关系，如解释原子核里的中子与质子的关系，人体细胞核里脱氧核

http://www.55188.com理想在线证券网

糖核酸和核糖核酸的关系，以及人的右左两大脑半球的关系等等。中子、脱氧核糖核酸、右大脑半球等都具有使该系统稳定或内部保存的性质，反面一方，则都具有运动变化或外部使用的性质。

（2）阐明阴阳学说的部分内容，说明阴阳相互依存的对立统一关系。阴阳尽管性质和作用不同，但二者是相辅相成的，相需而不可离的。阴为阳守持于内，作为阳的物质基础，阳为阴运使于外，作为阴的功能表现，二者是一体的，缺了任何一方，该事物都不存在。这正如物质和运动、结构和机能的关系一样。

如何理解“治病必求基本”？

本者，即阴阳。张志聪注：“本者，本于阴阳也。”人体生理、病理现象的产生，根源于人体内部阴阳的变化。“阴平阳秘”为其生理；阴阳失调则为病理。从而确定了中医治疗疾病的基本原则就是“谨察阴阳所在而调之，以平为期”。因此，治病求本就是要找出阴阳虚实盛衰之变化所在，即“善诊者，察色按脉先别阴阳”，然后加以纠正，使阴阳恢复平衡协调，乃为治本之法。

如何理解“从阴引阳，从阳引阴”及“以右治左，以左治右”这两句经文的意思？

“从阴引阳，从阳引阴”和“以右治左，以左治右”的针刺法则，是阴阳学说在针刺中的应用。引，是指引经络之气来调节虚实。

http://www.55188.com理想在线证券网

阴，泛指内脏、五脏、阴经、胸腹部、下部等。阳，指体表、六腑、阳经、背部、上部等。从阴引阳，是针刺阴的部位的穴位，治阳的部位的病变，如取下部的穴位，治疗上部的疾病；取阴经的穴位治疗阳经的病等。从阳引阴，是针刺阳的部位的穴位，治疗阴的部位的疾病，如取背部穴治五脏的病；取阳经的穴位，治疗阴经的病；取上部的穴位，治疗下部的疾病等。这是因为人体的阴阳气血，是内外上下相互贯通的，所以针刺阴或阳的部位腧穴，能调节相对一方经脉的虚实，使阴阳气血恢复为平衡协调，达到治愈疾病的目的。

以右治左，以左治右，是针刺右侧腧穴，治疗左侧疾病；针刺左侧的腧穴，治疗右侧的疾病。这是因为人体三阴三阳经脉，左右交叉，互相贯通。通过左右交叉取穴针刺，可以调节阴阳，使之平衡协调，恢复健康。《内经》称此为缪刺法。

“壮火之气衰，少火之气壮”这句经文是什么意思？

气，指人体正气。“之”为语助词。衰与壮是形容词，当活用为动词。句义为壮火使正气衰减；少火使正气增强。火，即热，据本文“（气）厚则发热”，说明壮火、少火是药食之气所生。其所以有少壮之分，取决于用量是否过多，应用时间是否过长。热蓄积而生壮火，由于生热过多，超出机体的需求，则反对人体正气产生危害。即经文所说：“壮火散气”、“壮火食气”。如果药食之气厚者在应用的时间、量适合，所生之热正好满足机体的需求则为少火，则对机体有益无害，正如经文所说“气生形”、“气食少火”、“少火生气”。

衰阳、浊阴在人体的分布与运动形式是什么？

清阳，是水谷精微、天阳之气中具有清轻上浮、清稀且流动性较大性质的精微物质；浊阴，是指水谷精微、天阳之气中具有重浊下

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

沉、稠厚、流动性小性质的精微物质。

《素问·阴阳应象大论》曰："清阳出上窍，浊阴出下窍；清阳发腠理，浊阴走五脏；清阳实四肢，浊阴归六腑。"从中可以看出清阳、浊阴分布于人体的内外、上下不同部位；而其运动形式则有升有降、有出有入。

为什么阳胜病则"能冬不能夏"，而阴胜病则"能夏不能冬"？

"能"同"耐"，即忍耐、忍受之义。冬夏不仅代表季节，亦代表环境与条件的寒热。"阳胜则热，阴胜则寒"，阳胜生热，遇热而热增，遇寒而热减，故阳胜病则耐冬（寒）不耐夏（热）；阴胜则寒，遇热则寒减，遇寒则寒增，故阴胜病则耐夏（热）而不耐冬（寒）。正如张介宾注曰："阴竭者，得冬之助，犹可支持；遇夏之热，不能耐受矣……阳衰者，喜暖恶寒，故能夏不能冬也。"

为什么说"清气在下则生飧泄，浊气在上则生膜胀"？

飧泄，指完谷不化的泄泻；膜胀，胀起也。清气、浊气是摄入的自然之气和饮食水谷在人体所化生的两类精微物质。大体而言，五脏三阴经接受的天阳之气为清阳，六腑三阳经接受的水谷精气为浊阴。

飧泄与膜胀是阴阳清浊升降失调所致的疾病现象。水谷精气为浊，浊中之清者，当上注于肺，由肺注之于脉。清气不升，滞留于中焦，则水谷不分，清浊不别，则生飧泄。天阳之气为清，清中之清者不能上走孔窍；清中之浊者不能下行诸经而滞留于胸中，则引起胸中满闷；水谷之气的浊中之清与浊中之浊不能升降外运，滞留于胃肠则引起腹部膜胀。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么治病要依据四时和五行进行治疗?

人的五脏与四时（五时）五行相联系，具有通应关系，人受四时五行之气的影响，可以发病，亦可不病。一旦发病，四时五行可使病有轻重的变化、预后的好坏。正如经文中所说："五行者，金木水火土也，更贵更贱，以知死生，以决成败，而定五脏之气，间甚之时，死生之期也。"

其意义有三方面：

（1）择时治疗：根据"自得其位而起"的病情变化规律，选择五脏所主的相应的季节、时日、日段治疗这一脏疾病。如"肝主春，足厥阴少阳主治，其日甲乙"。

（2）根据五脏病的苦、欲选择药物：运用五行生克制化之理，药物五味作用治疗五脏病。如"肝苦急，急食甘以缓之"、"肝欲散，急食辛以散之，用辛补之，酸泻之"。

（3）防病护理：运用五脏四时通应理论，防止四时的不利于病情的自然因素、条件或邪气对五脏病的影响。如"病在肝……禁当风"，"病在脾……禁温衣饱食，湿地、湿衣"。

五脏病药物五味补泻治疗的基本理论是什么?

五脏病的药物五味补泻，如"肝苦急，急食甘以缓之"，"肝欲散，急食辛以散之，用辛补之，酸泻之"。其治疗的基本理论：一是运用逆从、得失之理，即用药五味的作用，

http://www.55188.com理想在线证券网

满足五脏病的所苦、所欲的治疗。在治疗中，逆其五脏所恶，所用药物的治疗作用为泻；而从其五脏所欲，所用药物的治疗作用为补。二是运用药物之间制化关系，防止主药治疗作用的太过，应用与主药治疗作用相反的药物加以制约，在治疗中起反佐作用。

四时中五脏病病情变化的基本理论是什么？

四时中五脏病的轻重变化是愈、甚、持、起。愈，病愈；甚，病情加重；持，病情稳定；起，病情好转。

（1）变化规律：在病脏所生之脏（子脏）对应的季节病愈；在病脏所不胜之脏对应的季节病情加重；在病脏之脏母相对应季节病情稳定；在病脏自身对应季节病情好转。即经文所说："邪气之客于身也，以胜相加。至其所生而愈；至其所不胜而甚；至于所生而持；自得其位而起。"

（2）病情变化的基本理论：五脏四时之气相通应理论。四时之气决定五脏之气的盛衰变化，以及五行五脏之间的生克制化理论。因而表现出疾病在不同季节的轻重变化。

（3）意义：根据五脏四时相应理论和五行的生克制化关系判断五脏病的轻重变化和预后。即经文所说："必先定五脏之气，乃可言间甚之时，死生之期。"

六气的承制关系及意义是什么？

（1）关系：自然之气，处于盛衰动态平衡运动之中，进而促进人与万物的生化。然而盛衰变化如果失控则出现太过（亢）与不及。亢则为害，使人及万物生病，进而引起五脏之气的生克制约机制失调。在自然界六气主时同时存在自我调节制约机制，这一机制抑制主气过亢，而使四时六节主气保持在动态平衡状态下的盛衰，从而保持

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

各时气候正常，相互承袭，顺序不乱，生化不受戕害。

（2）意义：维持六气动态平衡，使四时六步之气在正常范围内的盛衰变化，促进万物的生化。

怎样理解“壮水之主，以制阳光；益火之源，以消阴翳”？

这是王冰注解《素问·至真要大论》关于“诸寒之而热者取之阴，热之而寒者取之阳，所谓求其属也”一段原文的注文。一般用“以寒治热”的原则治疗“阳胜则热”的实热证是可以的，但用来治疗“阴虚则热”的虚热证便无效。这是由于阴虚不足以制阳的缘故，并非真正阳胜，因此应当补阴以配阳。水属阴，“水之主”即肾阴，也称元阴，为一身阴精的根本，所以“壮水之主”即补肾阴之意，这样就可以制约阴虚造成的相对阳亢。阳光，即阳热亢盛之意。同理，“阴胜则寒”可“治寒以热”，若为“阳虚则寒”，即当补阳以配阴。肾之元阳为一身阳气之源，火属阳，益火之源即补肾阳之意，这样就可以消散弥漫的阴邪遮蔽，即消阴翳。总之，“强壮阴精之主——肾阴，以制约亢盛之阳邪，补益阳气之源——肾阳，以消除阴邪的遮蔽”，就是这句话的原意。临床上以“六味”治阴虚、“八味”治阳虚就是这一理论的具体运用。

《素问·阴阳应象大论》认为人体阴阳清浊、升降出入的生理表现是什么？

《素问·阴阳应象大论》认为人体阴阳清浊、升降出入的生理表现是“清阳出上窍，浊阴出下窍；清阳发腠理，浊阴走五脏；清阳实四肢，浊阴归六腑”。

清阳之气向上向外升发和浊阴之气向下向内沉降的观点，为后世中医治疗学中的多种治法提供了理论基础。如治疗耳目失聪的益气升

http://www.55188.com理想在线证券网

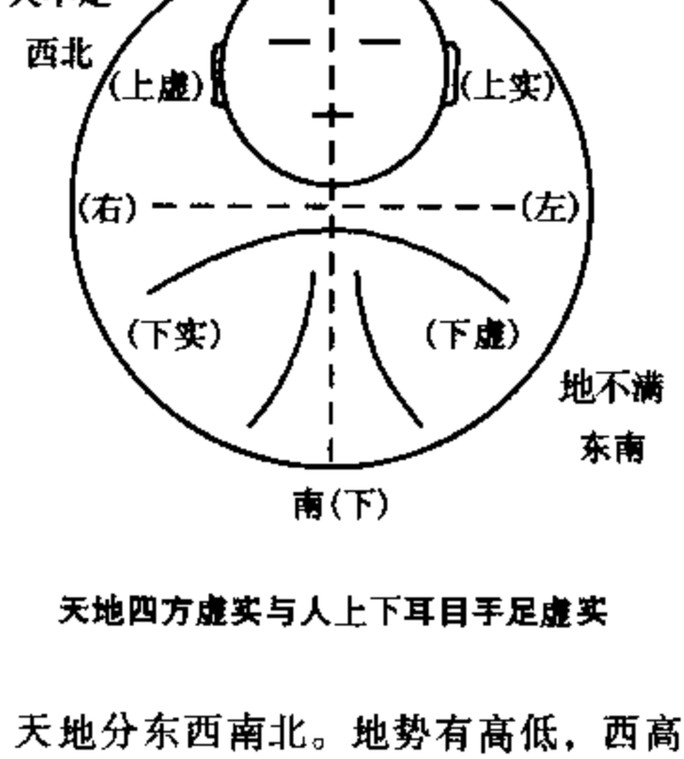
http://www.55188.com理想在线证券网

提法，治疗表证的宣肺发散法，治疗手足厥逆的温阳法，治疗肠胃积滞的攻下法，治疗水肿的利水逐水法等，都是在这一理论的启发下发展而成的。因此，这一理论对后世医学的理论发展有着重要的指导意义。

天地之气的虚实与人耳目四肢视听动作的关联性是怎样的?

经文曰："天不足西北，故西北方阴也，而人右耳目不如左明也。地不满东南，故东南方阳也，而人左手足不如右强也。"

经文是用四方高下之理，人之左右上下的阴阳属性作比照，设定天人相应的对应关系，如下图。



天地四方虚实与人上下耳目手足虚实

自然之理，天地分东西南北。地势有高低，西高东低。同是西方，西北高而西南低。同是东方，东北高而东南低。地势不同，所主之气亦不同，《素问·五常政大论》曰："高下之理，地势使然也。

http://www.55188.com理想在线证券网

崇高则阴气治之；污下则阳气治之。”

阴气、阳气具有升降之运动，清阳上天，浊阴归地，就西方而言，西北方阴气不足而西南方阴气盛；就东方而言，东南方阳气不足，而东北方阳气盛。比象于人，在右侧，气血的分布则是下盛而上虚，因而右侧耳目不聪明而手足便；在左侧，气血分布上盛而下虚，因而左侧耳目聪明而手足不便。以上下的左右作比较，由于右耳目气血虚，而左耳目气血盛，因而右耳目不如左耳目明。由于右手足气盛，而左手足气虚，因而人左手足不如右手足强也。

以上主要说明天地地理气象条件对人体机能活动的影响。说明四方四维之人身体状态，视听运动功能方面的微弱差别，而非疾病状态。

《素问·阴阳应象大论》指出气味中，辛甘为阳，酸苦为阴。这种阴阳分类的根据是什么？

这是根据五味的不同作用趋势而分类的：辛主行散，向上向外；甘乃中央之味，而灌溉四旁，故辛甘为阳。酸主收敛，苦主泄下，向下向内，故酸苦为阴。

如何理解“寒极生热，热极生寒”？

（1）这是以寒热互变为例，说明阴阳在一定条件下相互转化的

http://www.55188.com理想在线证券网

规律。极，是转化的条件。

（2）以四时为例：春夏属阳，气候温热，夏至一阴生，气候由热变寒，为“热极生寒”；秋冬属阴，气候寒凉，冬至一阳生，气候由寒变热，为“寒极生热”。

《素问·阴阳应象大论》中说：“地气上为云，天气下为雨；雨出地气，云出天气。”这段经文的素义是什么？

（1）《内经》作者为说明“阴阳应象”之理，特举出云雨变化这一自然现象，盖阴阳的对立、互根、消长、转化、升降的规律均可体现于此：

①云属阳，雨属阴，二者是对立的。

②云的出现是由雨水升腾而成，而雨水则由天空中的云凝聚下降而成，因此二者是互根的。

③天空中的云下降为雨水，必然使天空中的云减少；地面上的雨水上升为云，而使雨水减少，因此二者是互为消长的。

④雨水上升为云，云下降为雨水，这又是阴阳的相互转化、阴阳的升降规律的体现。

（2）这段经文也反映出自然界与人体有共同的运动规律，离不开阴阳升降出入之理。

阳病与阴病指的是什么？

（1）原意：辛甘为阳，酸苦为阴。过用酸苦涌泻之品则阴胜，阴胜则人之阳分受损，而导致阳分病，是谓“阴胜则阳病”。过用辛甘发散之品则阳胜，阳胜则人之阴分受损，而导致阴分病，是谓“阳胜则阴病”。

（2）后世发挥：根据阴阳消长的规律，阴邪偏胜，则导致人体

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阳气亏损之证；反之阳邪偏胜，则见阴精耗伤之证，是谓“阴胜则阳病，阳胜则阴病”。以此作为人体阴阳寒热盛衰的病理原则。

天地、阴阳的作用有哪些?

（1）万物之纲纪：纲纪，张介宾注：“大曰纲，小曰纪，总之为纲，周之为纪。”在古代主簿一府之事，称纲纪。万物之纲纪，言天地阴阳是万物的主宰者。

（2）变化之父母，生杀之本始：变化，是指事物变化过程中量的过程与质的突破。《素问·天元纪大论》曰：“故物生谓之化，物极谓之变。”生杀，分别代表发生与发展，死亡与消失。两句经文可以概括天地阴阳的作用，即主宰万物的生死与变化。《素问·阴阳应象大论》记载：“故天有精，地有形；天有八纪，地有五里。故能为万物之父母。”《素问·四气调神大论》又有记载：“故阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。”

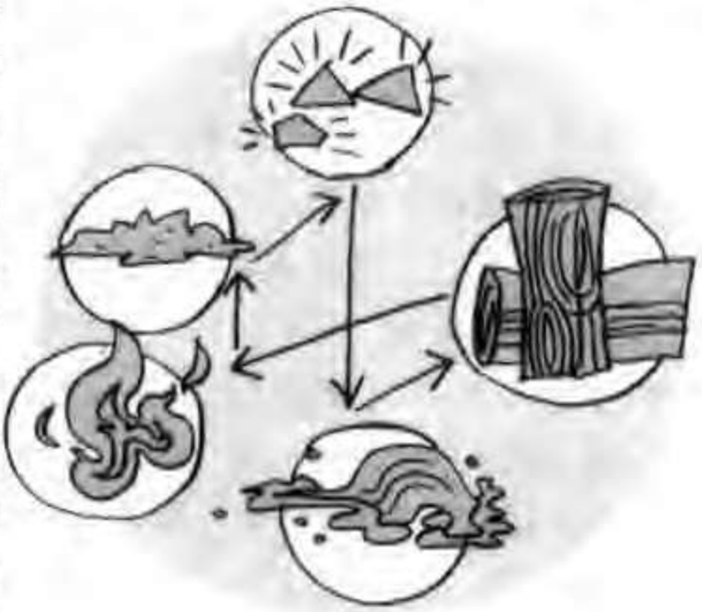
（3）神明之府：神明，《易经》有云：“阴阳不测谓之神，阴阳昭著谓之明。”《淮南子·泰族训》又曰：“其生物也，莫见其所养而物长；其杀物也，莫见其所丧而物亡，此之谓神明。”据此神明当概括为自然界存在的能够作用于万物的潜在的力量和这种力量效果。神明存在于天地阴阳之中，故称之为“神明之府”。

（4）治病必求于本：本，指天地阴阳。天地阴阳灾变可使人发病，其变化不同，生病有异。天地阴阳、运气变化是用药及针刺治疗的依据。张志聪注：“本者，本于阴阳也。人之脏腑气血，表里上下，皆本于阴阳；而外淫之风寒暑湿，四时五行，亦总属阴阳之气。至于治病之气味，用针之左右，诊别色脉，引越高下，皆不出阴阳之理。故曰：治病必求于本。”

http://www.55188.com理想在线证券网

五行是什么？

五行就是木、火、土、金、水五种物质的运动变化。中医学的五行学说是原始朴素的辩证唯物论，它认为宇宙的一切事物都是由于五行的演化而产生的，事物之间存在着互相助长和互相制约的联系，从而维持着动态的平衡，并产生周期性变化。



比起现代对物质微观世界的认识，这种学说当然是相当古老而幼稚的，但是古人能认识到世界是物质的，而且是在相互联系和制约中运动变化的，这就难能可贵了。古人从宏观现象上发现的一些规律，今天看来对某些微观现象也是适用的，用《控制论》原理来分析，五行学说仍有一定的科学价值。

根据考证，五行的概念是从“五材”发展而来的。《尚书·大传》说：“水火者，百姓之所饮食也；金木者，百姓之所兴作也；土者，万物之所资生也，是为人用。”《左传》则说：“天生五材，民并用之，废一不可。”这说明五行的概念和阴阳一样，毫不神秘。古人对这五种日常生活不可缺少的物质早有深刻的认识，就是现在又何尝不是生活中经常接触的物质呢？只是由于历史条件所限，古人还不可能认识这些物质的微观结构，只能从宏观现象上对它们的用途、性质加以概括，再按思维逻辑，用归纳法从个别上升到一般，于是就认为一切事物都是这五种物质构成的。如《国语·郑语》说：“故先王以土与金木水火杂，以成百物。”这说明古人不但认识到物质世界的统

http://www.55188.com理想在线证券网

一性，而且认识到其表现形式的多样性、复杂性，只是这种认识太朴素罢了。后来又把对物质运动变化的认识也概括进去，于是五材的概念就变成了五行。“行”即运动的意思。古人用这五种物质的属性及其相互关系，进行抽象、演绎，企图说明整个物质世界的运动变化，现代看来，显然是很不够的。但其中的辩证唯物主义精神仍然是正确的，何况在历史上曾起过反对神权迷信的进步作用，因此不应全盘否定。其中关于生克乘侮的规律，对今后发展新医药学理论，可能是很有价值的启示。

五行的基本内容是什么?

五行学说的基本内容可概括为两个方面，一是五行归类，一是生克乘侮。

（1）对事物的五行分类：这是一种“取类比象”的方法，逻辑学上叫“类比”。因为是以某一点相似之处加以归类，不一定能真正反映内在联系。但是，《控制论》中的“同构系统”的概念就具有类比、模拟的意义，并认为“同构”概念“是对研究工作者最有用的而又最实际的一种帮助”。同样，仿生学亦是运用类比的方法进行研究的。对五行分类法不应全盘否定，今后借助这种类比的启发，也许能发现一些规律性的联系。古人观察到人与自然及社会的密切联系，从中探求致病因素及诊断治疗方法，因此五行归类就概括了如下几方面的关系：人体脏腑及其他各部分的关系；六淫和七情等致病因素与人体脏腑的关系；药物等的性味、色泽与人体的关系等等。兹据《素问·阴阳应象大论》及《素问·金匮真言论》的内容列表如下。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五行与自然											五行与人体									
五星	五谷	五畜	五臭	五方	△五味	△五色	△五化	△气候	△时令	象数	五行	△五脏	△六腑	△五官九窍	△五液	△五体	△五志	△五声	△变动	发病	五音
岁	麦	鸡	臊	东	酸	青	生	风	春	八	木	肝	胆	目	泪	筋	怒	呼	握	惊骇	角
荧惑	黍	羊	焦	南	苦	赤	长	热	夏	七	火	心	小肠	舌	汗	脉	喜	笑	嘎	五脏	徵
镇	稷	牛	香	中	甘	黄	化	湿	长夏	五	土	脾	胃	口	涎	肉四肢	思	歌	哕	舌本	宫
太白	稻	马	腥	西	辛	白	收	燥	秋	九	金	肺	大肠	鼻	涕	皮毛	悲忧	哭	咳	背	商
辰	豆	彘	腐	北	咸	黑	藏	寒	冬	六	水	肾	膀胱	耳二阴	唾	骨	惊恐	呻	栗	溪	羽

这一归类表，有纵横两种联系。横的联系中，一般是“同气相求”，有助长的关系，但是“亢则害”，也可能有损害的关系。如甘能补脾，但也能产生湿热，使气机壅滞而害脾。纵的联系即是“生克乘侮”关系。但是有的项目不一定有此种联系，如五官七窍之间就谈不上什么生克乘侮。其中带△符号项目，是对目前临床诊治疾病有一定意义的联系，其余仅供参考。至于道理，古人并没讲清，只有这样的结论。即使从木性条达、升发、柔和，火性阳热、炎上……抽象的属性来讲，也很难解释清楚其本质的联系。我们现代人的任务，就是从实际出发，来考察它们之间的内在联系，待做出肯定的结论后，再探讨其机理。

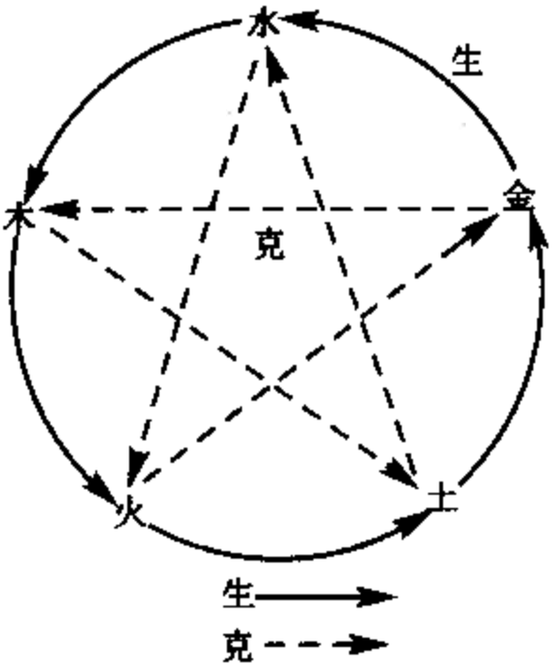
（2）五行的生克乘侮规律：这部分内容的价值在于有更多的辩证法思想。它说明了事物之间互相助长和制约的对立统一关系，补充了阴阳学说的不足。事物之间的因果联系是多方面的，当具体分析矛盾是怎样对立又怎样统一时，五行学说提供了科学的分析方法。这种多因素的关系，以生、克的矛盾来谈，可概括为生我、克我、我生、我克四种关系，这就必然联系着五个方面，即五行的模式。因此“五行”不一定就是“框框”。

所谓相生，即滋生、助长之意；相克，即克伐、制约之意。五行

http://www.55188.com理想在线证券网

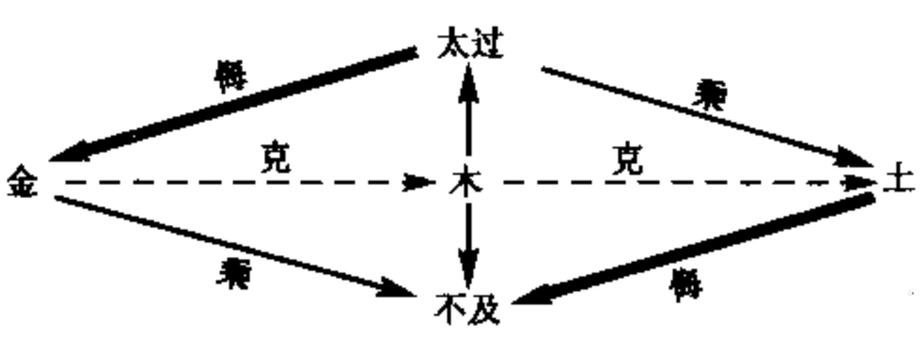
http://www.55188.com理想在线证券网

的生克关系，如右图所示。



《类经图翼》载："造化之机，不可无生，亦不可无制。无生则发育无由，无制则亢而为害。"自然界的一切事物，都是在相生相克中维持动态的平衡，这在人体，就是正常的生理状态。如因某种原因造成某一"行"太过或不及，就会破坏这种平衡，对人体来说，就是病理状态，这时的生克关系就变成了乘侮关系。"乘"是乘虚侵袭之意，即被克一方不及（虚），造成克制太过；"侮"是恃强凌弱之意，也就是被克一方太过，反而"欺侮"主克的一方，即反克的意思。但是五行生克图是一种稳定机制的模式图，通过"五行胜复"这种复杂的反馈联系，会自动重新建立平衡的。

五行乘侮示意图（以金、木、土为例）见下图。



五志致病与情志疗法有哪些主要内容？

五志，即喜怒悲忧恐，是五脏之气功能在情志情感方面的表现。《素问·阴阳应象大论》指出："人有五脏，化五气，以生喜怒悲

http://www.55188.com理想在线证券网

忧恐。”

五志致病的条件是情志过激。《素问·经脉别论》曰：“生病起于过用。”《素问·阴阳应象大论》曰：“暴怒伤阴，暴喜伤阳。”

五志致病的对象，一般引起五志所生之本脏病，如经文所言“怒伤肝”、“喜伤心”、“思伤脾”、“忧伤肺”、“恐伤肾”。

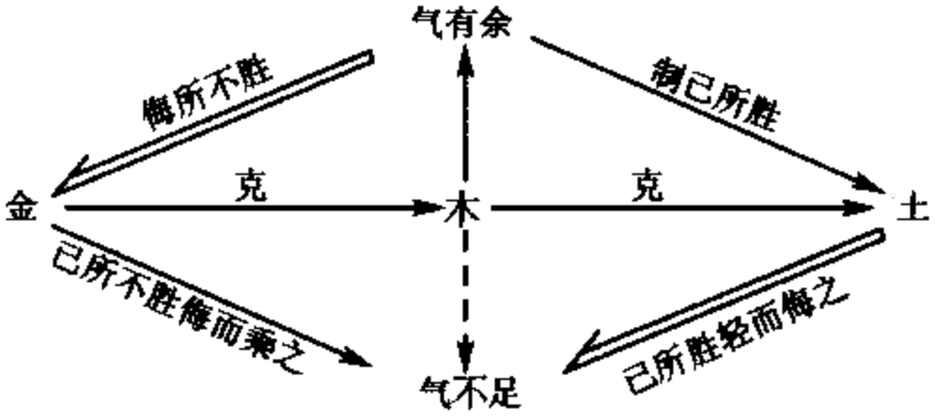
五志致病的情志疗法，即经文中“悲胜怒”、“恐胜喜”、“怒胜思”、“喜胜忧”、“思胜恐”。这一情志疗法是以五行相胜理论为基础提出的以情胜情的疗法。

如何理解“气有余，则制己所胜而侮所不胜。其不足，则己所不胜侮而乘之，己所胜轻而侮之”这段经文的含义？

这段经文见于《素问·五运行大论》，是以五行学说的乘侮规律说明脏腑的病理传变。大意是：脏气有余，则制约自己所克制的脏器，反侮克制自己的脏器。脏气不足，则克制自己的脏器便乘虚侵袭，克制太过，叫做相乘；自己所克制的脏器则轻而易举地反侮自己。这就说明有两种情况可以出现五行的乘侮传变：一是脏气太过，一是脏气不足。以肝木为例，肝气强时，则乘脾土，侮肺金。临床上常见一些肝炎患者，既有抑郁、烦躁、失眠、胁痛等肝旺症状，又有纳呆、恶心、乏力、黄疸等脾经湿热症状，这就叫木旺乘土。也有的慢性支气管炎患者，既有急躁易怒等肝旺症状，又有咳嗽、咯血等肺的症状，这就是木旺侮金，习惯上叫木火刑金。若肝气不足，则出

http://www.55188.com理想在线证券网

现土壅侮木或木虚金乘。临床有的肝炎患者，由于饮食不节，内生湿热，肝血又亏，初见纳呆、恶心、腹胀、黄疸等脾胃湿热症状，继之出现胁痛、头晕、目眩等肝经症状，这就是土壅侮木。有的胸膜炎患者，症见头晕、失眠、多梦、胸胁痛等肝经症状以及干咳、吐白沫痰、气短等肺经症状，这就是木虚金乘。余脏可仿此类推。如下图。



《内经》中说“阳化气，阴成形”，这句话说明了什么样的人体生理病理现象？

（1）化气与成形是事物两种不同的运动形式和存在形式。化气，由固态、液态而为气态，运动趋势向外向上，故属阳；成形，由气态、液态而为固态，运动趋势向内向下，故属阴。

（2）生理上，由于气属阳，所以人体之气称为阳气；形属阴，人体之精血津液称为阴精。

（3）病理上，阳热内盛则化气太过，可表现为口渴少津；若阴寒内盛则津液代谢失于宣化，成形太过而为痰为水。

《内经》中阐述气、味、形、精的关系是怎样的？

气，一指药物、食物中成分，鼻嗅可知；二指人体之气，如卫气。味，指食物、药物的成分，口尝可得。形，指人体和构成人体的

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

各器官组织，如脏腑五体。精，是人体中赖以维持生命活动的基本物质。

气、味、精、形之间的关系是比较复杂的。在不同关系中体现其不同作用。

（1）形与气的关系：气，包括药食之气和人气。人体及其脏腑五体，在生命过程中赖以饮食之气而生存，在疾病状态下，需借助药物之气治疗疾病、补充人体正气，即经文所说“形归气”。药食之气的作用主要是滋养，即经文所说“气生形”。

（2）形与味的关系：味，指药食的五味，人的生命活动需要进食饮食五味；在疾病状态下需要服食药物五味治疗疾病。人与脏腑对于五味，以及五味对所人五脏又具有选样性，因此称“形食味”、“味归形”。五味固然是人体所必需，但是运用不当或摄人过多则发生“味伤形”的结果。

（3）气与精的关系：无论是药食之气，还是人气，对精的生成和精转化为气都发挥作用。在精的生成与转化为气的过程中，都要利用并消耗一定量的药食之气和人气，因此有“精食气”的关系。精在利用并消耗药食之气和人气的同时又可以转化为人气，即“精化为气”。药食之气对精有时表现出损害作用，即“气伤精”，这种情况往往是药物选择不当、用量过大、用药时间过长或者人体之气过盛所致。

（4）人体之气与味的关系：药食五味固然能补养人体之气，但同时也会表现出它的损害作用，即“气伤于味”。

阴阳偏胜的临床表现和预后如何？

阴阳偏胜的临床表现和预后，《素问·阴阳应象大论》指出：“阳胜则身热，腠理闭，喘粗为之俯仰，汗不出而热，齿干以烦冤腹满死，能冬不能夏；阴胜则身寒汗出，身常清，数栗而寒，寒则厥，

http://www.55188.com理想在线证券网

厥则腹满死，能夏不能冬。”

从原文论述说明，阳偏胜出现身体发热，无汗而喘；甚则阳极阴竭，出现齿干、烦冤、腹满症状，预后不良。由于阳胜喜寒恶热，故“能冬不能夏”。

阴偏胜出现身体恶寒，汗出，身体战栗；甚则阴极阳衰，出现四肢厥冷，腹胀满而预后不良。由于阴偏胜喜热恶寒，故“能夏不能冬”。

五气致病的特点对临床有什么指导意义？

五气致病的特点，《素问·阴阳应象大论》指出：“风胜则动，热胜则肿，燥胜则干，寒胜则浮，湿胜则濡泄。”

《素问·阴阳应象大论》对五气致病的论述，不仅强调了病因辨证的要点，而且丰富了“六气为病”的病机学说，如后世将动摇不定、振颤等症状视为风之象；将津液干涸的证候，认为是内燥所生等，皆由此引申而来。刘完素补充病机十九条的“诸涩枯涸，干劲皴揭，皆属于燥”一条，其理论根据之一，就是“燥胜则干”的观点，从而提示我们在临床上可据因辨证，针对病因进行治疗，如见濡泻之证，可知是因湿所致，治以健脾利湿。

http://www.55188.com理想在线证券网

《素问·阴阳应象大论》中阐述的精气阴阳之间的转化对临床有何指导意义?

原文指出:“阳为气,阴为味。味归形,形归气,气归精,精归化,精食气,形食味,化生精,气生形。”该文讨论了精与气之间的生化过程及其转化关系:

(1) 供给形体发育成长的阴精来源于饮食五味。

(2) 形体得到饮食五味的滋养才能产生气化。

(3) 有了气化功能才能化生精微。

说明人体的阴精和气化是相互依存和转化的。精可作用于气,转化为气,即精归化之义;气又可作用于精,转化为精,即气归精之义。而精为形质属阴,气为功能属阳。因此,精与气之间的互根转化,也就是质与能、体与用的互根转化。这一理论对后世临床指导意义很大。临证中,凡遇到精气、阴阳虚损之病证,往往要阴阳双补,气精双补。据精气相互转化的理论,对气虚为主的病证,治疗时,在补气的基础上要考虑补血,如补中益气汤中用当归便是例证。又如治疗血虚为主的病证,在补血基础上,也要补气,如当归补血汤中用黄芪便为例证。恰如张景岳所言:“善补阳者,必于阴中求阳,则阳得阴助而生化无穷;善补阴者,必于阳中求阴,则阴得阳生而泉源不竭。”

怎样用五行学说说阴和概括脏象的生理功能和相互关系?

中医学是以五行抽象的属性来说明和概括脏腑功能的。如木曰曲直,其性生发、条达而柔和。肝的功能是藏血而主疏泄,性喜条达而恶抑郁,具有欣欣向荣的生发之机,主少阳春升之气,因此一言以蔽之“肝属木”。火曰炎上,其特点是炎热、上行、变动不居,而心的

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

功能是主血脉与神志，具有温煦、明朗、使人迅速做出反应的作用，所以说“心属火”。土爱稼穑，可以长养、变化、生化万物，而脾为后天之本，气血生化之源，主运化水谷与统血，因此“脾属土”。金曰从革，具有肃杀、变革、清净和收敛的特性，而肺主气司呼吸，为清虚洁净之娇脏，主宣发肃降，通调水道，所以“肺属金”。水曰润下，具有滋润、下行、藏贮的特性，而肾主水液，能藏精纳气，所以“肾属水”。这样说明和概括脏腑的生理功能虽失之于笼统，而且很不全而，但是用以说明脏腑之间的生克关系，却是有些符合临床实际的。

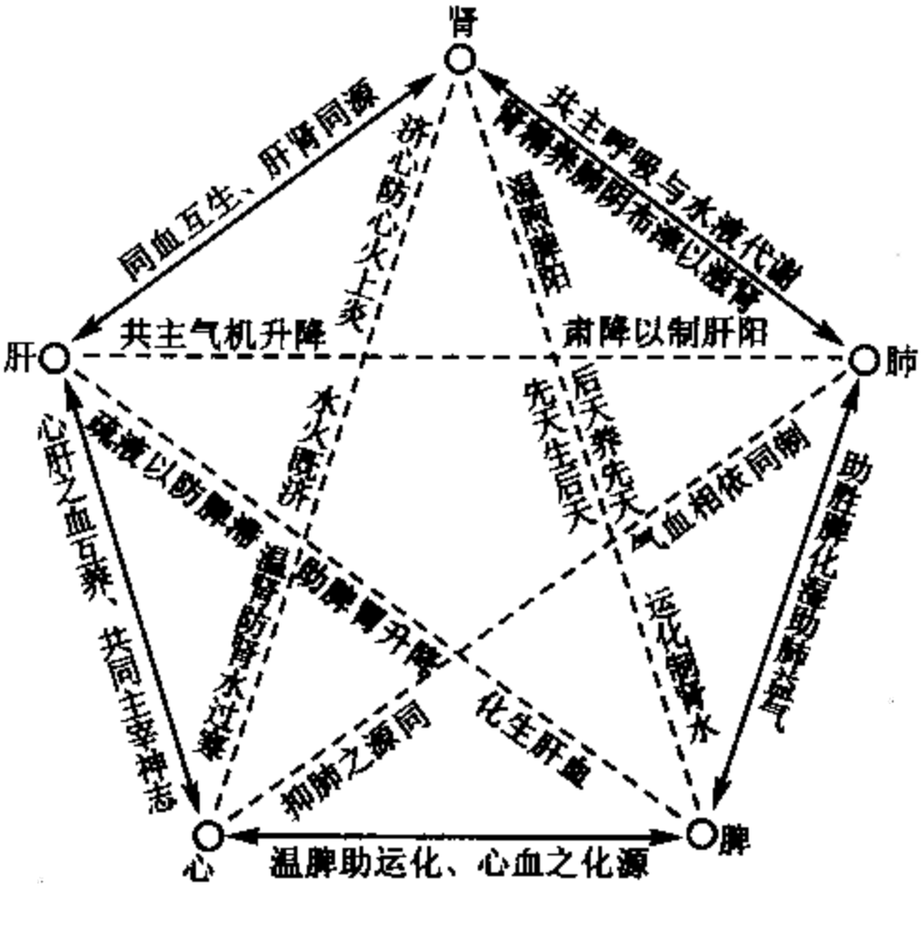
五行分类的目的还在于总结脏腑功能变化的规律及其相互间的影响。如木生火，可以概括肝藏血以济心血，肝的疏泄升发有助于心阳的旺盛。生活经验表明，当情绪激动时，心跳就加快，情绪激动就是肝脏疏泄功能的表现，心跳加快是心阳旺盛的结果。木克土，说明肝的疏泄功能可调畅气机，有助于脾的运化，防止脾胃呆滞，这是生理上的相克。事实上，当情绪高涨时，不但食欲旺盛，而且消化也好，这就是正常的木克土。火生土的本意是心阳能温煦脾阳，心主血脉和神志，有助于脾的运化和统血，但后世医家又发现，肾阳也能温脾阳，而且更为重要。二者并不矛盾，只是火生土的“火”，包括了心阳和肾阳而已。正常人饱食之后，血液往往集中于胃肠道，以利消化吸收，所以心跳加快，甚至轻微发热，现代医学叫做食物的特殊动力作用，这就是心火生脾土的表现。反之，心功能不全的患者，往往有肢冷、水肿等心阳不振甚至肾阳不足的表现，同时也出现纳呆、腹胀、便溏等脾阳不足的表现，这是火不生土的缘故。正常的火克金，是心阳可以制约肺的清肃，不使太过。若心阳不振，则肺气清寒，不能温化水饮，以致痰浊内阻，发为咳喘气短。常见肺心病、肺气肿患者，多为心阳不振以致咳喘气短。土生金是指脾主运化水谷精微，为肺气之化源，又能化水温，以防痰涎壅肺，有碍肃降。土克水是说脾的运化可以制止肾水泛滥的水肿。金生水是肺气清肃下行，可以保肾

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阴而助肾水，实际上是金水互生的，临床上常以滋肾阴而养肺阴。金克木是肺气清肃下降，可以抑制肝阳上亢。气功疗法通过调整呼吸，使肺气清肃下降，既可治疗肝阳上亢的头痛眩晕，又可治疗肾水不足的口燥咽干。水生木是肾藏精，可以养肝阴助肝血，也制约肝阳上亢，所以临床上有“滋水涵木”的说法，而滋肾阴的药物也确可养肝阴。水克火是指肾藏精，可以防止心火上炎，而临床上滋肾水往往可以治疗心火亢盛的心悸、失眠。

应该指出，五行学说所能说明的脏腑关系是不够全面的，现代临床上发现五脏之间的生克关系往往是双向的，即互生互克。从脏腑功能上来理解其间的联系，可概括如下图所示。



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

怎样用五行学说解释五脏在病理上的相互影响?

五行学说能说明脏腑的生理联系，因而也能解释其病理关系及五脏疾病传变规律。概括起来不外相乘、反悔、母病及子、子病累母四个方面。

（1）相乘：例如肝病传脾，叫木乘土，是由于肝强脾弱，克制太过，出现腹痛、泄泻、急躁、胁痛等症。这在肝炎患者中是常见的现象。

（2）反悔：例如肝病传肺，叫木悔金，是由于肝火太旺，反侮肺金，使其宣降失职，出现咳嗽、气逆、两胁掣痛等症，甚则咯血。这在临床上叫木火刑金，或曰肝火犯肺，常见于某些胸膜炎患者或慢性支气管炎、支气管扩张等患者。

（3）母病及子：如肝的升发太过，肝火引动心火，出现头晕、烦躁易怒、失眠心悸等症，就叫母病及子。有些甲状腺功能亢进或神经衰弱的患者，常见这一类症状。

（4）子病累母：如脾虚而致心血不足，出现心悸不寐、怔忡健忘、饮食减少、大便稀溏、倦怠无力等症，这叫“子病累母”或曰“子盗母气”。在神经衰弱患者中，也常见这类症状。

总之，按五行学说倦论，一脏有病，对其他四脏都会有影响的，不过不一定都发病。这里有两点值得注意：

（1）脏气有强弱的不同，故“虚者受邪，实者不受邪”，不一定都发病，只有脏气弱的虚者才会受到影响而发病。

（2）传变有时间顺序问题，即程序问题，可按一定顺序，在一个时期内，逐次传变，好像连锁反应，故不一定同时几个脏器都发病。

内伤杂病的传变规律是以五行学说来概括的，是否反映了客观规律，还有待今后临床研究进一步证实。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么叫“水火既济”？水火失济临床常见哪些病证？

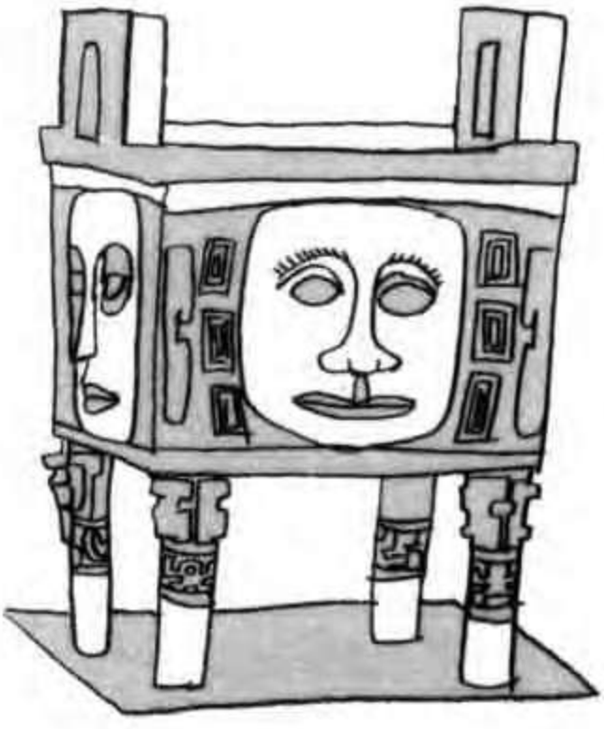
“既济”一词出于《易经》，即坎上离下相济之意。坎是水，离是火。既济，则水火相交为用。中医学中所谈“水火既济”，是借用五行学说中关于水与火相生相克关系来比喻心火与肾水，肾阴与肾阳的相互关系。二者相互协调，维持生理功能的相对平衡，故称“水火既济”。

五脏配属五行，心属火，肾属水，心居于上焦，为“五脏六腑之大主”，“主明则下安，主不明则十二官危”，故心气当下通于肾，即心火下交于肾，以资助肾阳温煦肾阴，使肾水不寒，维持肾阴肾阳平衡协调。肾居于下焦，藏精主水，故曰“水脏”，肾水当上济于心火，即肾水上承于心，使心火不亢。心火与肾水上下交通，水火互济的关系，称“水火互济”、“心肾相交”或“心肾相通”等。

“心藏脉，脉舍神”，“肾藏精，精生髓”，“脑为髓海”，称“元神之府”。精血为神的物质基础，故人的精神思维活动不仅为心所主，同时也与肾相关。所以当心与肾（即水与火）关系失调时，多表现于神志方面的异常。例如，心火不足（心阳虚）不能下资肾阳温煦肾阴，则肾水不化，反上凌于心，而见心悸、心慌、水肿等，叫“水气凌心”。此证颇似慢性心功能不全的充血性心力衰竭。若肾水不足（肾阴虚），不能上济于心阴，则心阳独亢，神不守舍，面见心悸、心烦、失眠、多梦等，叫“心肾不交”，或称“水亏火旺”证，颇似神经官能症的“神经衰弱”。

http://www.55188.com理想在线证券网

六 脏象要旨



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是脏象?

“脏象”之名，首见于《素问·六节脏象论》。“脏”，是指居脏于体内的具有一定形态结构的脏腑组织器官；“象”，是指内脏功能活动反映于外的征象及脏腑实质形象。“脏”是“象”的内在本质，“象”是“脏”的外在反映。因而，脏象是对人体生命的本质与现象诸种联系的高度概括。

“脏象学说”，是研究脏腑经脉形体官窍的形态结构、生理活动规律及其相互关系，以及人体脏腑组织与四时阴阳变化等关系的学说。

脏象所显示的内容及部位是什么?

显示的内容与部位：在经文中主要体现两个方面，包括“华”，即色彩，也就是颜色的光泽；“充”，即饱满度。前者为神采，后者为形态。

五脏之气“华、充”显示部位不同，因脏而异。心，其华在面，其充在血脉；肺，其华在毛，其充在皮；肾，其华在发，其充在骨；肝，其华在爪，其充在筋；脾，其华在唇四白，其充在肌。

临床意义：为内在脏腑疾病提供了外部现象，通过外在现象判定内在疾病，即“（各）视其外应，以知其内脏，则知气所胜病矣”。

脏象学说有什么特点?

脏象学说所论述脏象含义与现代解剖学中的脏器的含义不同，解剖学立足于微观的脏器实体解剖与描记，脏象侧重于脏腑生理功能的宏观概括。从“象”把握“脏”的本质的方法，是中医脏象学说的

http://www.55188.com理想在线证券网

特点。

脏象学说是怎样形成的?

脏象学说的形成条件可以归纳为三个方面:

(1) 古代解剖学知识。最早始见于《内经》,如《灵枢·经水》篇说:"若夫八尺之士,皮肉在此,外可度量切循而得之,其死可解剖而视之。其脏之坚脆,腑之大小,谷之多少,脉之长短,血之清浊……皆有大数。"《灵枢·肠胃》篇说:"胃纡曲屈,伸之,长二尺六寸,大一尺五寸,径五寸……小肠……其注于回肠者……"在《灵枢·平人绝谷》篇又对胃的体积、小肠、回肠、广肠等体积做了具体的记载,对"胃满则肠虚,肠满则胃虚,更虚更满"等生理关系也做了论述。可以说早在《内经》成书以前,我国的解剖学便有了相当的成就。后来《难经·四十四难》把整个消化道的七个要冲,命名曰"七冲门",即唇为飞门,齿为户门,会厌为吸门,胃上口为贲门,太仓下口为幽门,大小肠之会为阑门,下极(即肛门)为魄门。到明代张景岳在《类经图翼》中,对内脏的描绘更近于实际,如"心象尖圆、形如莲蕊,其中有窍……共有四丝以通四脏"等等。此外,如宋代《欧希范·五脏图》、杨介《存真图》、清代王清任《医林改错》等著作,所载人体脏腑的位置、形状、大小、长短、轻重、容积等,都是古代解剖观察的记录,许多数字和

http://www.55188.com理想在线证券网

部位、形态，与现代解剖记载是相近的。

（2）长期生活观察，例如体表皮肤感受风寒，出现鼻塞、流涕、咳嗽等症状，认识到皮毛和鼻与肺有联系。在同样条件下，醒着活动不易受凉，入睡则易受凉。认识到卫气能“温分肉，充皮肤，肥腠理，司开阖”，“日行于阳，夜行于阴”。人在悲哀哭泣时泪涕俱下，伴有咳嗽、呼吸频率改变等，因而认识到肺主悲，在液为涕，其变动为咳。人发热汗出过多，常见心慌，因而认识到热气通于心。心，“在液为汗”。又饮食不节，饥饱过甚，则口流涎水，而认识到脾有消化水谷作用，其“在液为涎”等等。通过长期反复观察，点滴知识的积累，逐渐认识了人体的某些生理功能。

（3）通过大量的临床实践，从病理现象中推论出生理功能。例如，失血过多，可有心慌、心烦、面色皖白等，因而推论出心主血、藏神、“其华在面”，辨其证候为血不养心。若时常腹胀、肠鸣、大便稀溏、食欲不振、四肢乏力不温等，可推论出脾居腹中，主四肢、运化水谷精微津液而主湿，辨其证候为脾虚湿困。再如头晕、腰腿酸软、滑精、头发枯槁脱落等，则认为肾位居腰部，藏精、生髓充骨，脑为髓之海，其华在发，辨其证候为肾不藏精。

总之，脏象学说是古人从长期生活、临床实践以及对人体解剖知识粗浅认识基础上，通过分析综合、比类取象、推理面总结出来的。

十二脏相使说主要内容是什么？

用十二脏与帝王体制的官职作比喻，是《内经》论证和揭示脏象理论所采用的方法之一，很多篇章均采用了以君臣作比喻来说明脏腑间的相互关系及各自的功能特点这一方法，其中以《素问·灵兰秘典论》最具代表性。对它的理解应从三方面入手：

（1）心的主导地位。经文曰：“心者，君主之官，神明出焉。”由于神明是人体中最重要的一种支配能力，并为心所主，心的功能是

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

主藏神，主血脉，故心为君主之官，其他脏腑为其将、相等等，体现了心的主导地位。如经文所说“主明则下安，以此养生则寿”，“主不明则十二官危……以此养生则殃”。

（2）十二脏不分贵贱。各脏腑虽有主从的关系存在，但是其各自的独立作用也是不能忽视的，它们都有自己的特殊功能，在人体这一整体中，都发挥着不可或缺的作用。所以从整体上讲，十二脏不分贵贱。

（3）十二脏相互为用。用十二脏相他作比喻，不仅可以说明人体是一个相对独立的整体，同时也形象地解释了各脏腑之间相互协调的主从关系，并具体地体现了《内经》从整体角度认识生命规律的学术特点。诸脏腑之间相互为用、相互协调，形成统一的有机体，这也是脏象理论能够成立的前提之一。正如经文所说“十二官不得相失”。

十二脏相使说不仅强调了十二脏腑的整体协调性，还概括地提出了各个脏腑的主要功能，在脏象理论中占有重要地位，对后世影响很深。

中医脏象学说与现代医学对比具有什么特点？

（1）在中医学论述脏腑时一般生理和病理是紧密结合在一起的，没有各自形成独立的学科，而是常用生理来推断病理，用病理来反证生理。

（2）每一个脏腑的含义，不单纯是一个解剖学的概念，而主要是一个生理学和病理学的概念。例如，脏象学说中的“心”，与现代医学的心脏并不完全等同。它除解剖上代表心脏外，还包括循环系统和神经系统部分功能。如“心主神明”，实际上是大脑的功能。

（3）中医脏象学说除强调内在脏腑关系密切外，还在整体思想的指导下，十分强调脏象与外界环境（社会环境与自然环境）的密

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

切联系。比如，自然界一年有春温、夏热、秋凉、冬寒的四季气候变化，人体受它的影响，也随之以不同的生理活动来适应。另外在病理上由于季节不同，发病也常有别，如“长夏善病洞泄寒中，秋善病风疟”等。

（4）以五脏为中心，通过经络将人体的六腑、五官、形体等组织器官进行联系，形成五个系统，分别论述其生理和病理。这五个系统不仅在纵的方面有着内在联系，而且它们之间还有横的联系，这种联系即具体表现在相互促进和相互制约两个方面。如《素问·阴阳应象大论》中论述相互促进关系时说：“筋（肝）生心”、“血（心）生脾”、“肉（脾）生肺”、“皮毛（肺）生肾”、“髓（肾）生肝”。《素问·五脏生成》篇中在论述相互制约的关系时说“心……其主肾也，肺……其主心也，肝……其主肺也，脾……其主肝也，肾……其主脾也”。可见五个体系的相互促进关系和相互制约关系，实际上是五行的相生与相克的关系在脏象学说中的体现。

如何理解“心为君主之官”？

这个问题应该从两个角度去分析：从生理角度，心的功能为心藏神、心主血脉。神指生命的物质如正气、气血均属神的范畴，神又指生命现象如注意力、思维、情感等精神活动。神在人体生命活动中具有主宰或统领的作用。这说明人体中无论物质方面还是精神方面的神均藏于心，并由心所主宰。这正突出了心的重要生理作用，心与神的关系在很多经文中都有记载，如《素问·六节脏象论》曰：“心者，生之本，神之变（处）也。”《灵枢·邪客》曰：“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也。”等等。另外，“心主身之血脉”，血是营养精神与形体最为重要的物质，脉是血运行的环境，心主血脉的功能也是其主藏神功能的基础。从病理角度，“主不明则十二官危，使道闭塞而不通，形乃大伤，以此养生则殃”。心的功能出现问题，就会

http://www.55188.com理想在线证券网

引起各个脏腑功能的失调，也说明了其重要性、主宰作用。

近年来，由于现代医学的发展，很多人对这一观点产生了疑问。在现代医学中脑是人体一切功能的总指挥部，而心脏只是血液的一个中转站，其功能与脑相比还是脑的功能最重要。但是中医学中的心与现代医学的心脏是不同的。现代医学的心仅仅是一个器官，而中医学中的心是一类功能的总称，并未单指哪一个器官，这从中医的五脏六腑的功能上均能够得到体现与证明。传统中医的脑仅是奇恒之腑之一，这也是由于当时的医疗水平与科技水平的局限所造成的。但是从传统医学对心的功能的论述，可以看出心为君主之官这一理论还是具有科学性的，应该正确认识这个问题。

为什么说肾为“封藏之本”？

因肾主藏精，宜闭藏而不妄泄，即肾主藏精的功能，所以肾为“封藏之本”。又因肾能约束二便，因为肾者，胃之关也，肾开窍于二阴而司约束，故主蛰，封藏之本。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“脏腑不仅是一个解剖学的概念，而更重要的是一个生理学和病理学概念”？

脏象学说的形成，除对人体进行解剖粗略了解其概况外，对活着机体的生理病理现象的细微观察，更为重要。体腔内脏器的功能活动，是不能直接看到和触到的。但人体是一个统一的有机体，内在的活动必定会从体表组织器官的功能活动与形态变化等方面表现出来。中医学认为“有诸内必形诸外”，根据“脏居于内，形见于外”的理论，对人体在正常生理活动和病理变化情况下的内脏活动异常面表现于外的现象，长期不断观察，逐渐积累有关脏腑功能活动的知识，并逐步充实和完善，形成了理论体系。认为以心、肝、脾、肺、肾五脏为中心，通过经络分别将其他有关脏器加以联系，形成了五个大的系统，每个系统都受着所属脏的影响和支配。所以每一脏的生理活动、病理变化都涉及到多个方面，面绝不只局限于脏腑的解剖学概念。如心脏，除心本脏为血液循环重要器官“主血脉”功能活动外，“心主神志”，包括了大腑的主要功能，思维意识活动，即李梴所说的“神明之心”。另外，心与小肠互为表里，“其华在面”，“舌为心之苗”等都有着密切的生理联系。所以心、小肠、面、舌、脉等形成一个相对独立的活动体系。又如肾，除了肾本脏关系水液代谢、泌尿功能外，肾还有藏精、主人体的生殖发育。肾精化为肾气有纳气和司二便的功能，肾“主骨生髓通于脑”，“齿为骨之余”，“开窍于耳”，“其华在发”，与膀胱互为表里等，都有着密切的生理联系。所以肾、膀胱、脑、骨、齿、发、耳、前后阴等形成一个相对独立的体系。正因脏象学说的形成不是单纯建立在大体解剖学的基础上，面是从外部进行生理与病理的动态研究、归纳综合与推理产生的。因此，不能拘泥于解剖学的概念来理解，面更主要的应从生现学病理学的概念来理解。

http://www.55188.com理想在线证券网

神的生成与神的含义是什么?

经文指出“天食人以五气……地食人以五味……气和而生，津液相成，神乃自生”。又“心者生之本，神之处也”。从中可以认为，天阳之气与水谷之津液结合而化生者为神。就神的生成及本源物质而言，神是物质的概念。另外“心者神之处……其充在血脉”，脉中之神，由血来体现，亦说明“神”即是神气，其含义就是气血。《素问·八正神明论》：“血气者，人之神，不可不谨养。”《灵枢·营卫生会》：“营卫者，精气也；血者，神气也。”

五脏的功能及外部现象有哪些?

五脏的功能作用，经文中指出“心者，生之本，神之处……”。即心藏神（气）。“肺者，气之本，魄之处也。”即肺主气，主魄。“肾者，……封藏之本，精之处也。”说明肾主封藏，主藏精。“肝者，罢极之本，……魂之居也……以生血气。”说明肝主“罢极”，肝主魂，肝主疏泄血气。“脾……仓廪之本，营之居也，……转味而入出者也。”说明脾对营气有收纳与输出两方面作用。

五脏及其所主的气血的功能活动在外部有不同的显现内容及表现部位。“华”，色彩；“充”，充实、饱满度。“华”、“充”是显现的内容，而面、五体或五体之余则是在外部表现的部位。从经文中

“其华”、“其充”的所在来看，主要是五脏驱动它们所主的物质产生的。因此对脏的认识不独着眼于五脏本身，也要包括五脏之气。另外《灵枢·本脏》、《灵枢·外揣》亦有六腑大小、长短、曲直、厚薄的外部表现。所以对脏象的认识应该是这样，即脏腑及脏腑之气的生理功能、病理变化反映于外的征象。

脏象理论是中医诊病的依据，正如《灵枢·本脏》所说：“（各）视其外应，以知其内脏，则知其所病矣。”

《素问·六节脏象论》所述脏象理论有什么临床意义？

《素问·六节脏象论》所述脏象学说的内容，以生理活动规律为其重点，有一定的形体官窍的形态结构的内容。故而文中以五脏为人体之本，即心为生之本，肺为气之本，肾为封藏之本，肝为罢极之本，脾为仓禀之本。以五脏之本为中心，联系诸腑、经脉、体表五华、五体，形成以肝、心、脾、肺、肾五个系统的生理活动。这五个系统不仅与天地四时相通应，同时又相互之间紧密联系，并与自然界内外相连成一个整体，形成以五脏为中心的脏象学说。

《素问·六节脏象论》所述脏象内容对临床有重要指导意义，主要根据人体内在脏腑的生理活动及病理变化的征象，了解脏腑的病变情况，作为辨证论治中定位定性的依据。如以肾“其华在发”、“其充在骨”的理论，说明头发和骨骼在生理上与肾密切相关，当骨发

http://www.55188.com理想在线证券网

生病变，即小儿出现五迟（立迟、行迟、齿迟、发迟、语迟）、鸡胸、龟背、解颅等症，皆可以肾虚论治，以地黄丸为主，酌加鹿茸、龟板等药。成人出现腰膝酸软、头发花白，亦可从肾虚治疗。

什么是奇恒之腑？

奇，是异的意思。奇恒是言异于常腑。由于奇恒之腑功能上象于地属阴，主藏阴精，与五脏功能相似；形态中空与六腑相似，但没有脏腑之间的表里配偶关系，异于一般的脏腑，故称“奇恒之腑”。包括脑、髓、骨、脉、胆、女子胞六个器官。

奇恒之腑生理功能特点是：“皆藏于阴而象于地，故藏而不泻。”如脑藏脑髓，骨藏骨髓，脉藏血液，胆藏胆汁，女子胞藏有精血，孕育胎儿。

《素问·经脉别论》中阐述的谷食精气精布过程如何？

《素问·经脉别论》认为谷食精气输布过程，主要有两个方面：一是“散精于肝”，经肝气的疏泄，滋养全身筋脉。二是“浊气归心”，注之于脉，再经过“肺朝百脉”，宣发与肃降相互配合，把精气输布到全身，外达皮毛，经气血相合，交汇后再回还于经脉中流于四肢，滋养全身。

为什么说肺在谷食腑气输布过程中具有腑要的作用？

在谷食精气输布过程中，虽然是在肝、心、肺相互作用下完成的，但肺的功能更为重要，即“肺朝百脉”的功用。因为谷食精微物质，必须通过肺气化合，化生为气血，才能起到营养作用。同时，在肺气调节下，才能使气血在经脉循行正常，达于脏腑四肢，起到营

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

养功用。所以说肺在谷食精气的输布中起到重要的作用。

为什么说“肝者，罢极之本”？

肝者，罢极之本，是概括肝主疏泄的生理功能。

（1）经文中其他四脏分别用“生之本”、“气之本”、“封藏之本”、“仓廪之本”概括它们的生理功能。“罢极之本”必然也是概括肝的生理功能。

（2）就字义而言，罢，遣有罪也；极，犹放也。罢极，即发配、放逐之义，用中医学术语表述即疏泄。

（3）肝又有“以生血气”的功能，生，出也，亦是疏泄之义。

（4）肝的特性与治疗用药，“肝苦急，急食甘以缓之”，“肝欲散，急食辛以散之，以辛补之，以酸泻之”。所以，“肝者，罢极之本”，是概括肝主疏泄的生理功能。

为什么肾主“作强”和“伎巧”？

因肾具有藏精的功能，精能生髓充骨，肾精充足，则精力充沛，动作强劲精巧；精能生髓充脑，肾精充足，则神强聪慧，多能技巧。从而说明肾的主要生理功能是主“作强”和“伎巧”。

五脏的阴阳太少命名的伎据据什么？

校勘后经文是：（心）为阳中之太阳；（肺）为阳中之少阴；（肾）为阴中之太阴；（肝）为阴中之少阳；（脾）当为（阴中）之至阴。其命名的依据是什么？《灵枢·阴阳系日月》指出：“腰以上者为阳，腰以下者为阴。”又据《素问·金匮真言论》“背为阳”，“腹为阴”，可以认为经句中前而的阴阳是以五脏在人体所居部位的

http://www.55188.com理想在线证券网

阴阳属性确定的。至于后面的阴阳太少，只能认为是依据五脏相应季节的阴阳属性及程度差异命名。经文中明确提出“心者……通于夏气”、“肝者……通于春气”、“肺者……通于秋气”、“肾者……通于冬气”、“脾者……通于土气（长夏之气）”。春夏为阳，秋冬为阴，春温夏热，秋凉冬寒。寒暑是阴阳之气，水火是阴阳之象，如此可将春夏秋冬和与之通应的肝心肺肾之气分别名之少阳、太阳、少阴、太阴。长夏为阴之至，故长夏之气与脾气称之为至阴。据此分析，经文中五脏的阴阳及阴阳太少名称是以五脏所在人体部位（膈之上下）的阴阳属性和五脏与其相通应季节的阴阳属性及阴阳的多少综合命名的。

《素问·经脉别论》认为水液代谢的过程如何？

《素问·经脉别论》认为水液代谢的过程，当饮料由胃纳入，经过腐熟消化，变成津液，由脾转输上归于肺，通过肺之宣发布散作用，使津液得以布散全身，即“水精四布，五经并行”。其中布散到体表的部分变为汗液排出体外。全身代谢后，多余的水液变为尿液排出体外。

如何理解“十一脏取决于胆”？

十一脏取决于胆，是指十一脏（心、肝、脾、肺、肾、胆、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱）取决于春气。李东垣注：“胆者，少阳春生之气，春气升则万物化安。故胆气春升，则余脏从之，所以十一脏皆取决于胆。”十一脏取决于春气，是以四时五脏阴阳、天人相应理论为依据的。

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）五脏与四时（五时）之气相通应，并被五时所主。《素问·六节脏象论》提出："心者……通于夏气；肺者……通于秋气；肾者……通于冬气；肝者……通于春气；脾者……通于（长夏）土气。"《素问·脏气法时论》："肝主春……心主夏……脾主长夏……肺主秋……肾主冬。"

（2）五脏可以用相应季节名称称代。《素问·六节脏象论》曰："春胜长夏，长夏胜冬，冬胜夏，夏胜秋，秋胜春，所谓得五行时之胜，各以气命其脏。"

（3）春气太过、不及及平气，决定于一年四季气候的正常与否，进而影响五脏病与不病。《素问·六节脏象论》曰："求其至也，皆归始春，未至而至，此谓太过……至而不至，此谓不及。……失时反候，五治不分，邪僻内生，工不能禁也。"

综上，肝胆之气通于春气，春气决定于一年四时气候正常与否，进而影响五脏及其相应的六腑病与不病。因此十一脏取决于胆所通应的季节之气——春气。

"阳道实，阴道虚"的含义是什么？

张介宾认为，外邪所伤多有余，故阳道实；内邪所伤多不足，故阴道虚。《素问·太阴阳明论》以"阳道实，阴道虚"的重要观点，高度地概括了脾胃病理特点。认为阳明胃经之病，津液易伤，病多从燥化、热化，故以热证、实证多见；而太阴脾经之病，阳气易伤，病多从湿化、寒化，故以寒证、虚证多见。所以后世有"实则阳明，虚则太阴"的说法。

阴经五脏和阳经六腑的发病规律有什么不同？

阴经五脏和阳经六腑的发病规律有三个方面的不同：一是贼风虚

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

邪外感六淫阳邪，侵犯人体从外而人，传及六腑，多为阳热有余之证，而有身热、不得卧、喘呼诸证；饮食起居不慎之阴邪，病从内生，伤及五脏，多为里阴不足之证，而见膜胀、飧泄、肠澼诸疾。二是疾病的发展趋向，病随气转，故阳经之病上行日久转趋于下；阴经之病，下行日久转趋于上。三是邪气伤人，同类相聚，故风为阳邪易伤上、伤阳、伤胃；湿为阴邪而易伤下、伤阴、伤脾。

五脏、六腑、奇恒之腑是怎样划分的?

脏象学说的主要内容应包括三个方面：一是五脏、六腑、奇恒之腑，全身组织器官的生理、病理，以及它们相互之间的联系。二是组成人体的基本物质：精、气、血、津液等的生理、病理，及其相互之间的关系，以及与脏腑的联系。三是遍布全身，联络五脏六腑、四肢百骸、五官九窍、皮肉筋脉等组织器官的经络系统，和经络系统的生理、病理与脏腑的联系。

中医学将内在脏器划分为五脏、六腑、奇恒之腑，主要是根据形态与功能的不同而划分的。五脏（心、肝、脾、肺、肾）接近于实体性器官，主持人体的意识思维活动和贮藏精气。人体的精气虽然在生命活动中不断消耗，又不断补充和产生，但五脏仍以藏为主。《素问·五脏别论》说："所谓五脏者，藏精气而不泻也，故满而不能实。"即五脏藏精气而不能泻于体外，精气是组成人体的基本物质，应当丰盛，但又不能壅实留滞。又《灵枢·本脏》篇说："五脏者，所以藏精神血气魂魄者也。"即精神意识活动也分属五脏；六腑（大肠、小肠、胃、胆、膀胱、三焦）其形态类似管腔性器官，主持饮食物消化、吸收和排泄，所以必须保持经常疏通，以通为顺。《素问·五脏别论》说："六腑者，传化物而不藏，故实而不能满也。"六腑主传化饮食和糟粕，不能久藏，藏则满塞不通而发生病变。

五脏能藏精气，六腑则主要是消化和吸收，而六腑功能活动又赖

http://www.55188.com理想在线证券网

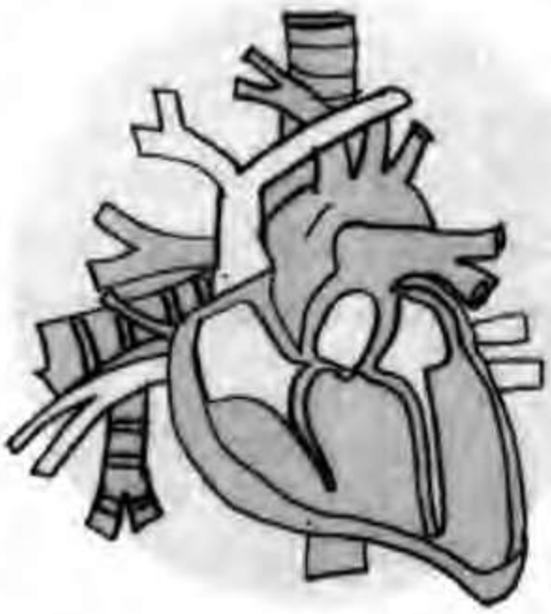
五脏所藏精气。因此，五脏与六腑是相互为用的，这种生理上的关系叫做“脏腑表里相合”。

奇恒之腑，《素问·五脏别论》说：“脑髓骨脉胆女子胞，此六者地气之所生也，皆藏于阴而象于地，故藏而不泻，名曰奇恒之腑。”奇恒之腑藏精气以供养人体，象地气生长万物。精气是神（精神思维活动）的物质基础，所以奇恒之腑亦多与神志有关。如：“脑为元神之府”、“脉舍神”、“胆为中正之官、主决断”等，功能同五脏。又因其形态亦多似管腔器官，与六腑相似。故曰奇恒之腑“功同脏、形似腑”，但又似腑非腑似脏非脏，所以名曰“奇恒”。

为什么说脾不主时？

因为脾运化水谷，化生气血，滋养四肢百骸、五脏六腑，如同自然界土能生长、滋养万物一样。在一年四季之中，任何脏腑组织器官在任何时令中，都离不开脾胃所运化的水谷精气滋养，所以脾不单独主一季节，而分旺于四时，即《素问·太阴阳明论》所说：“脾者土也，治中央，常以四时长四藏，各十八日寄治，不得独主于时也。”

为什么说心为五脏六腑之大主，邪不能容？



因为心主血脉，全身脏腑组织赖心血濡养而维持其正常机能。心又主神明，即精神、意识、思维活动和对全身各种生命活动进行自我调控的能力，这些功能虽然由五脏所主，但心是最高主宰。只有在

http://www.55188.com理想在线证券网

心神的作用下，才能统摄精神，调节情志，使机体适应内外环境的变化，对生命发挥重要的协调和保护作用。故原文曰“心为五脏六腑之大主，精神之所舍也”。又因心有心包络护卫于外，因而邪不能伤害，否则心神耗散，人即死亡。一旦邪气侵犯心脏，由心包络代为受邪。

如何理解心主血脉和主神志？

心与脉管相连，脉管为血液循行的隧道。《素问·脉要精微论》说：“夫脉者，血之腑也。”《素问·六节脏象论》、《素问·痿论》也分别说心“其充在血脉”、“心主身之血脉”。可见“心主血脉”是指心能推动血液在脉管中循行的作用，即心气的作用。《素问·平人气象论》说：“心藏血脉之气。”藏之于心的这种“气”，就是推动血液循行的动力。现代医学亦认为心脏是血液循行的动力器官，在机体的整个生命活动期间，心脏都在不停地跳动，不断地将静脉流入心脏的血液以一定的压力射入动脉血管中，推动血液循环，这与中医学的“心主血脉”、“诸血皆归人心”的认识有一致之处，同样深刻地说明了心脏在血液循环中的动力作用。

心与脉管相通，心气推动血液在脉管中循行，所以心气的强弱可以从脉象上反映出来。例如，心血充盈，心气旺盛，则血脉运行畅通，其脉象和缓有力、节律均匀为之正常。反之，如心气虚，推动无力，则血脉运行不畅，表现心悸，脉细无力或涩，甚至节律不整而有结代现象。若心血瘀阻，则可出现心胸闷痛、颜面、唇甲青紫等现象。

“心主神志”、“心主神明”、“心藏神”皆指心主精神意识思维活动而言。是从我国古代哲学思想体系“心灵论”脱胎而来的。这种用“心”来代表人的思维、意识活动，不仅在中医学中如此，哲学上、文学上也是如此。孔子曾说“七十而从心所欲，不踰矩”。老

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

子说“不见可欲，使心不乱”。直至今天专门研究精神思维意识活动的学科，则称之为“心理学”。《素问·上古天真论》“嗜欲不能劳其目，淫邪不能惑其心”，以及民间常说的“耳不听，心不烦”、“心神不安”等等，都是把心作为思维、意识器官来看待的。正因为人的思维、意识都由心主宰，故称“心为君主之官”、“神明出焉”。

古人之所以说“心主神志”，是认为神是以精血为物质基础的。《内经》中说“心主血脉”、“脉舍神”。李东垣《脾胃论》说：“凡忿怒、悲、思、恐惧，皆损元气。夫阴火之炽盛，由心生凝滞，七情故也。心脉者，神之舍，神无所养，津液不行，不能生血脉也。心之神，真气之别名也，得血则生，血生则脉旺。”引文前部分说明精神情志与心的关系，后部分明确说明神依靠血液的濡养，血液依靠神的支持。另外又“肝藏血”、“肾藏精”、“脾为气血化生之源”，所以也都与神志有关，只是由于心主血脉便强调了心与神的关系。《灵枢·邪客》篇中说：“心者，……精神之所舍也。”在《灵枢·本神》篇中又说：“所以任物者，谓之心。”是说接受外界事物，并给予相应反映，这一功能是由心来完成的。

正因为“心藏脉、脉舍神”，所以“心主血脉”与“心主神志”二者关系密不可分。心血的盛衰及其变化，常影响神的改变，而心神的变化也常常使“心主血脉”发生异常。如：心血不足，可表现心烦、失眠、多梦、健忘、心神不宁等神志的异常，当以养心血安心神治之。又如营血有热，反映于神志上，则可能表现为神志昏迷，谵语狂言等，又当以清心安神治之。反过来，若因某种原因精神受刺激神不安宁，也可引起心血在脉中流动加速，表现脉跳速率增加等。

下面就“心主神志”来谈谈中医对“脑”的认识。古人将脑称为“奇恒之腑”，为“髓之海”，《素问·五脏生成》篇说：“诸髓者皆属于脑”。张隐庵在《脉要精微论》注解中说：“诸阳之神，上会于头，诸髓之精，上聚于脑，故头为精髓神明之腑。”此外在《灵枢·大惑论》、《灵枢·海论》中亦分别谈到了视觉听觉的生理病理

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

变化与脑的关系。明代李时珍明确提出“脑为元神之府”（《本草纲目》）。清代王清任又在前人论述的基础上结合本人多年的考证，提出了“灵机记性在脑者，……两耳通于脑，所听之声归于脑，所闻香臭归于脑，小儿周岁脑渐生，舌能言一二字”。《医林改错》把思维记忆、视觉、听觉、嗅觉、语言等功能归属于脑，这是中医学对脑的功能较全面的论述。

李梴在《医学入门》中分析“心者，君主之官，神明出焉”时，说：“有血肉之心，形如未开莲花，居肺下肝上是也。有神明之心，神者，气血所化之本也，主宰万事万物，虚灵不昧是也。”从现代医学观点来看，他已将“血肉之心”与“神明之心”区分开。以此分析《素问·灵兰秘典论》“主明则下安”、“主不明则十二官危”，便可知所谓“主”并非血肉之心，实是指中枢神经——大脑功能而言。

脾与胃的生理关系如何？

脾与胃在生理上的关系甚为密切，《素问·太阴阳明论》做了具体论述。从解剖上来看，脾与胃之间有系膜相连；经脉上脾胃通过各自隶属的经脉相互联络，构成表里关系，脾经又贯通于胃经。在生理功能上，胃受纳水谷，为脏腑气血之源，然而需要通过脾的运化，才能把水谷精气输布到四肢百骸及全身脏腑组织，得以充养，所以原文强调“脾主为胃行其津液”的机理，突出脾胃二者相互配合，相互为用，共同完成对饮食物的消化吸收输送的重要功用。

脾胃生理上的密切关系对临床有重要的指导意义。因为胃气和则后天营养自有来源，脾气健则水谷精微得以输布，使虚损病证逐步痊愈。因此，调理脾胃，滋养后天，是治疗内伤疾病的重要方法。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说肺主一身之气?

肺主一身之气，是由于肺主呼吸作用而决定的。

有关肺的生理功能，在《素问·阴阳应象大论》中就有“天气通于肺”之记载。明代张景岳《类经图翼》中记载华佗对肺的描述时说：“肺叶白莹，谓之华盖，以覆诸脏，虚如蜂窠。下无透窍，吸之则满，呼之则虚，一呼一吸，消息自然，司清浊之运化，为人身之橐籥。”肺在体腔内位置最高，被覆于心脏的上面，故称“华盖”。由于肺的支气管到肺内分成很多支气管树，最后又分成细支气管，细支气管再不断分支，末端为肺泡所代替。故形容为“虚如蜂窠”。肺有司呼吸的功能，通过呼吸往来自如，即“一呼一吸消息自然”。肺主呼吸能使自然界的清气（O_2），通过肺进入体内，而体内的浊气（CO_2）通过肺呼出体外，肺吸进的清气与水谷之气结合形成宗气，所以说“肺为宗气之化源”。故《灵枢·邪客》篇说：“宗气积于胸中，出于喉咙，以贯心肺，而行呼吸焉。”《灵枢·动输》篇又说：“其清气上注于肺，肺气从太阴而行之。其行也，以息往来，故人一呼，脉再动，一吸，脉亦再动，呼吸不已，故动而不止……”可以看出，宗气贯注心脉，又通过心主血脉而布散周身，从而维持各脏腑组织器官的功能活动。而宗气的形成与肺有关，所以说“肺主一身之气”，或“诸气者，皆属于肺”。

肺主气，除上述“司呼吸”与“形成宗气”外，从《素问·经脉别论》“食气入胃，浊气归心，淫精于脉。脉气流经，经气归于肺，肺朝百脉……”的记载分析，古人似乎亦粗浅地认识到在体循环中的气体交换——体呼吸。经肺吸入的氧气“归心”，由“心主血脉”到全身各部组织，“脉气流经”与各部组织进行气体交换，变动脉血为静脉血，然后再“回归于肺”，便是“肺朝百脉”。也可以说是“肺循环”。这是从现代医学观点分析“肺主一身之气”的另一个

http://www.55188.com理想在线证券网

方面。

宣发与肃降是什么意思?

宣发与肃降，是对“肺司呼吸”、“肺主皮毛”、“通调水道”等生理活动的概括。

宣发，是指肺的宣散与输布功能，以及这种功能所体现的肺与皮毛的关系。主要表现在两个方面：一是通过肺“一呼一吸，消息自然”进行气体交换，将体内浊气宣散至体外。二是肺气将卫气和津液等布散于周身以温润肌腠和皮毛，即《灵枢·决气》篇所说“上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛，若雾露之溉”。“上焦开发”就是指肺气的宣发作用。

皮毛位于体表，不论西医学或中医学对皮肤的重要作用都十分重视，西医认为皮肤在生理上有保护人体深层组织不受损害，是整个机体的壁垒，有感受冷、热、痛、触的感受体，能调节人体对外界环境的适应，又有协助中枢调节体温的作用。在热的环境里，皮肤血管舒张，汗腺分泌，汗液外泄以散热。在冷的环境里，皮肤血管与立毛肌收缩、汗腺分泌停止，无汗而保温，且有贮存水分、盐分和糖的作用。皮下组织能贮藏脂肪，以供皮肤营养，同时也可维护和调节体温平衡，皮肤还有排泄体内水分和少量食盐与尿素的作用。

中医学认为皮肤位于体表，为卫外的屏障，通过长期的病理观察，认识到皮毛与肺的关系极为密切，肺能“宣五谷味，熏肤……，泽毛……”使皮肤与汗毛

http://www.55188.com理想在线证券网

滋润以发挥卫外的生理功能，故说“肺主皮毛”或说“外合皮毛”，皮毛又通过“鬼（通魄）门”（又称气门、汗孔、玄府）来排泄汗液，并有一定的呼吸、散气作用，从而维护肺宣发功能的协调。由此可见，皮肤是肺司呼吸的重要辅助器官。在病理上二者相互影响，《素问·咳论》说：“皮毛者，肺之合也。”皮毛先受邪气，邪气以从其合也。肺气不宣因而喘咳，《难经》说：“形寒饮冷则伤肺。”反之，若肺有病变，亦必影响皮毛发生病变。《素问·痿论》说：“肺主身之皮毛，……肺热叶焦，则皮毛虚弱急薄著，则生痿躄也。”《难经·二十四难》说：“太阴者，肺也，行气温于皮毛者也。气弗营，则皮毛焦，……则皮枯毛折……”肺病因热而焦，则宣发不能，皮毛失去滋养而“皮枯毛折……”。

关于“肺主皮毛、肺虚则多汗”的说法，有人通过皮肤局部发汗试验，观察到肺气虚病人发汗敏感度较正常人明显升高，且发汗而积亦大，也证实了皮毛多汗与肺虚的病变是有著内在联系的。

所以肺气宣发作用，除表现于司呼吸外，主要表现于肺与皮毛生理上的密切关系。

肃降，从字意来讲是清肃下降之意，是肺的又一生理特性，肺居胸中，为五脏六腑之华盖，其气以清肃下降为顺。

肺的形态“虚如蜂窠”，质地轻清松软，虚静而有弹性，为之橐籥，不容异物壅滞，故称为“肃”，即清肃、清净之意。又肺居胸中，如“华盖”以覆诸脏，所以不论吸人之清气，还是“脾气散精，上归于肺”的水谷精微之气，均以下降为顺，若“雾露之溉”，方能布散全身。所以“降”是概括气与水液等物质在肺气主司下的趋向，与“肃”二者是互为因果的。正因为肺气保证津气不断下降，才能维持肺内清肃的环境；正因有清肃的环境，肺气才能下降，津气才能得以下行，“通调水道”以使水津“下注膀胱”，起到促进和维护水液代谢的作用。所以古人称“肺为水之上源”。

宣发与肃降，是肺生理功能相精相成的两个方面，二者生理上是

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

相互协调的，病理上也是相互影响的。宣降正常，则肺气出入通畅，水道通调，呼吸调匀，水津下达。如果这种功能失去协调，就会发生“肺气不宣”或“肺失肃降”的病变，出现咳嗽、喘息、胸闷胀满、痰湿阻肺或水肿等症。

《素问·五脏别论》中所述的五脏的生理功能特点各是什么？

五脏主藏精气，如心藏脉，肺藏气，肝藏血，脾藏营，肾藏精等，而精气又要保持运行流畅，不能壅实不行，才能灌注营养全身组织器官，故其具有藏精气而不泻，满而不实的生理功能特点。

五脏生理功能特点的理论对临床有重要指导意义。由于五脏有藏精气的功能，故临床上五脏多为虚证，应治以补法，但不可纯补、峻补、壅补，应该补中寓通，静中有动，如补脾之时配以和胃消导之品，养心宜佐以和血活血之品，补肺应伍以宣肃之品等。

奇恒之腑与传化之腑的区别是什么？

两者可以从以下五个方面去分析：

（1）从包含的器官来看：奇恒之腑包括脑、髓、骨、脉、胆、女子胞；传化之腑包括大小肠、胃、三焦、膀胱。

（2）从功能特点来看：奇恒之腑是藏而不泻；传化之腑是泻而不藏。

（3）从功能上来看：奇恒之腑是收纳贮藏五脏精气，即经文所说“此受五脏浊气”；传化之腑是传导水谷及其变化物，并能暂时贮存水谷及其变化物，即经文所说“此不能久留输泻者也”。

（4）从营养来源来看：奇恒之腑是“地气之所生”；传化之腑是“天气之所生”。

（5）从所在人体的部位来看：奇恒之腑在皮肤以内的不同层次

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

即“皆藏于阴而象于地”；传化之腑所在人体部位，虽然经文未作说明，但根据《灵枢·胀论》：“脏腑之在胸胁腹里之内”，及古今解剖学判断，传化之腑在腹内。

如何理解脾主运化和脾气主升?

脾主运化。运，是运输、输送。化，是消化、变化。指脾气有主管消化水谷，使之变化成精微并输送到人体的各部。《素问·六节脏象论》说：“……能化糟粕，转味而入出者也。”《难经》说：“脾助胃气，主化水谷。”

脾主运化功能具体表现在两个方面：一是饮食入胃，经过胃的腐熟、初步消化，然后经小肠“泌别清浊”，其中浊者下传于大肠，清者，也就是精微物质，通过脾运输全身，营养五脏六腑、四肢百骸、九窍、皮肉筋脉等组织器官，《素问》称“脾气散精”。同时，因这些精微物质又是化生气血的物质基础，所以称“脾为后天之本”。又因受五行学说的影响，又常称“脾为中土”，土能化生万物，所以又称“脾为气血化生之源”，并有“脾藏营”之说。二是运化水湿，即在运化水谷精微之同时，把体内需要的水液输送到周身各组织器官中，以发挥滋养营运的作用，并将体内代谢多余的水液，输送于肾，经膀胱排出体外。《素问·经脉别论》说：“饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。”即是对脾运化水湿维持水液代谢平衡的描述。

脾气主升，亦叫“脾主升清”。“升”，即上升。“清”，是指水谷之精微。脾主运化，将饮食的水谷精微与津液运送全身，是因为脾气的特点是“主升”，将这些物质上输于肺，再通过心肺的作用把气血营养布散全身各处。脾气健运，则升清正常，气血化生有源，全身营养充盈，若脾气虚，不能升清，头部失养则头晕、目眩；周身失养则倦怠乏力，脾气不升反而下陷（因脾居中焦，所以亦称“中气下

http://www.55188.com理想在线证券网

陷”）则久泻、脱肛，或胃、肾、子宫等脏器下垂。

奇恒之腑、传化之腑的营养及营养来源是什么？

奇恒之腑与传化之腑的营养来源分别来自于三阴经和三阳经，营养物质是三阴、三阳经中的经气，即所谓天气与地气。经曰：“脑、髓、骨、脉、胆、女子胞，此六者，地气之所生也，……名曰奇恒之腑。”“夫胃、大肠、小肠、三焦、膀胱，此五者，天气之所生也，……名曰传化之腑。”地气、天气分别指阴经之气及阳经之气。《素问·太阴阳明论》曰：“太阴阳明为表里，脾胃脉也……阳者天气也，主外；阴者地气也，主内。”据此，奇恒之腑的营养是三阴经的经气，营养来自三阴经；传化之腑的营养是三阳经的经气，营养来自三阳经。

脉、髓、筋、血、气的生理功用是什么？

《素问·五脏生成篇》对脉、髓、筋、血、气的生理功能做了具体论述，认为这五者依赖各自连属的关系构成整体功能，发挥其重要作用。五脏六腑之精气由十二经脉上注于目，始能构成眼的视觉功能；肾藏精主骨生髓，上注于脑，使脑具有主持肢体运动和思维之功能；肝主筋，全身筋膜连属骨节，形成肢体运动功能；心主血脉，在心气推动下完成血脉循行不息的功能；肺主气，完成人体呼吸功能和气机调节的功用。

http://www.55188.com理想在线证券网

“魄门亦为五脏使”是什么意思?

亦，也。魄门，即肛门。经文曰：“魄门亦为五脏使”，提出魄门的功能受五脏支配，魄门的启闭依赖心神主宰，肝气调节，脾气提升，肺气的宣降，肾气固摄，方能不失其常。亦受传化之腑的支配，魄门是大肠的末端，魄门亦为五脏使，出于传化之腑条中，故其开闭除受五脏支配，亦受传化之腑传导的影响。

这一理论对临床辨证、治疗、预后等均有指导意义。临床上大便秘结或泄泻，分别从肺、胃、脾、肝、肾等脏腑辨证论治，而脏腑病变有时也可通过控制肛门启闭而收到疗效。如吴瑭用宣白承气汤既可治肠热便秘，又可治肺热痰鸣。

脾统血在临床上有什么意义?

脾统血，是脾气统摄血液使之在脉管内正常运行而不溢于脉外，在《难经》中叫“脾裹血”。脾为气血化生之源，气血并存，而“气为血之帅”，同时脾气又有“主升”的特点，所以脾能统血。若脾气虚，统血失权，临床可见多种出血病证，如妇女月经过多、崩漏、便血、衄血、皮下出血，舌淡，脉细弱等，常用“补脾摄血”之法治之，以助脾气统血和升清的作用。脾气虚统血无权之出血证，尚需与热邪迫血妄行、气机紊乱、血随气清、瘀血而血不归经等出血证加以鉴别，以防误治。

中医学脾脏的主要生理功能是助胃消化水谷，《素问·灵兰秘典论》说：“脾胃者，仓廪之官，五味出焉。”其次，是脾有统摄血液的功能，将脾看成是消化系统的主要器官，这显然与现代医学所说的脾不相一致。《内经》中记载脾的部位“脾位中央”、为“中州”，《难经》中记载：“脾，俾也，在胃之下。”并对其形态也有所记载，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

“脾重二斤三两，扁广三寸，长五寸，有散膏半斤，主裹血，温五脏。”位居“中州”部位的除肝以外，实质性脏器只有脾。推究“散膏半斤”，应是指胰而言。因胰尾接触脾门，同居“胃之下”。所以中医学所论之脾应包括胰在内。脏腑学说中所论五脏六腑惟缺胰，就更加说明胰系属脾。胰，是产生胰液的腺体，分泌胰液呈强碱性，通过开口于十二指肠的胰腺导管，输入小肠发挥其消化作用。从这点看中医学所谓脾“能化糟粕”、“脾助胃气，主化水谷”实是指胰一部分生理功能。现代医学的脾，胎儿时能造血，生后是免疫系统的器官，还能储血、破坏红细胞。近期发现脾有调节骨髓机能，对血小板和红细胞、白细胞三系的成熟有破坏性的调节作用，还有吞噬微生物及产生多种抗体等作用，有关消化功能尚未发现。

西医认为脾是血库之一，不仅能贮藏与调节血量，而且有一定造血机能，可产生淋巴细胞和单核细胞，又有免疫性防御机能，因而对出血性疾患，特别是免疫性出血的疾患，确有良好的作用。从这点分析，古人对“脾统血”的认识，是符合客观实际的。

综上所述表明，中医学脾的功能含义是比较广泛的，它不仅能消化吸收运化水谷精微和水湿，同时还有化生气血、统摄血液运行的作用。从西医学观点理解，可以说脾的功能不仅包括了从口腔起的整个消化器官的大部分功能活动，同时还包括肾、肾上腺皮质、心、肺、某些内分泌腺体等生理功能。临床上往往肾、肾上腺皮质、心、脾、内分泌等器官发生某些病变时可能出现食纳减退、腹胀、腹泻、消化不良、水肿、呼吸道腺体与消化道腺体功能紊乱，或出血等脾虚证候。所以中医临床常用的“健脾益气”、“调理脾胃”等治疗脾病法则，不仅单纯适用于脾胃功能的障碍或减弱，对心、肺、肝、肾等某些病证也能起到治疗作用。主要因脾胃为“后天之本”、“气血化生之源”，且又位居中焦，是气机升降出入之枢纽等特殊功能所决定的。

http://www.55188.com理想在线证券网

“气口独为五脏主”是指什么?

气口是诊脉部位，在气口人迎对比诊法中“气口主中，人迎主外”，气口脉诊能反映五脏的精气及其变化情况，从诊病意义上来看，气口主五脏。

“胃者水谷之海，六腑之大源也，五味入口藏于胃以养五脏气。”决定五脏精气变化的重要因素是胃气，则知寸口凭借胃气主五脏。

其一，胃气补充营养五脏之气；其二，胃气的多少有无可以决定五脏之气的变化；其三，胃气作为动力推动脏气到达手太阴寸口，而这种变化在气口部位显示出来，而表现出平、病、死脉，以此判定病与不病、病的轻重及死生预后。据此气口主五脏的诊察作用，主要借助于胃气的变化。四时五脏脉“以胃气为本”则是此义。

《素问·五脏别论》曰：“是以五脏六腑之气味，皆出于胃，变见于气口。”《素问·玉机真脏论》曰：“脏气者不能自至于手太阴，必因于胃气，乃至于手太阴也。”《素问·平人气象论》曰：“人绝水谷则死，脉无胃气亦死，所谓无胃气者，但得真脏脉，不得胃气也。”

http://www.55188.com理想在线证券网

什么叫“气机”？

气机，是指气的运动变化机理，也可以说是对人体脏腑功能活动基本形式的概括。

中医学认为，人体机能活动以“气”为物质基础，气的基本运动形式可以概括为两个方面：一是由于气的运动对体内的物质进行一系列的加工与改造（即化合与分解）。就是组成人体的基本物质精、气、血、津液之间的相互化生，称为“气化”。王冰在注《素问·阴阳应象大论》中说：“气化则精生，味和则形长。”“气”和“味”就是指人体阴阳之气的运动变化、不断新陈代谢，在生命活动中才有生、长、化、收、藏的过程。关于“气化”，有时也专用于概括某些器官的特殊功能，如三焦对体液的调节称“三焦气化”，膀胱的排尿功能称“膀胱气化”等。二是由于气的运动而使体内外物质在新陈代谢过程中产生“升降”与“出入”的变化，并保持正常的协调关系。《素问·六微旨大论》说：“气之升降，天地之更用也。……故高下相召，升降相因，而变作矣。”又说：“非出入，则无以生长壮老已，非升降，则无以生长化收藏。”可见气的“升降出入”运动是普遍存在于体内外许多方面的。如：心肺位居上焦，居上者宜降，肝肾居下焦，居下者宜升，脾胃居中焦，为升降之枢纽。肺主肃降，肝主升发，升降相宜，气机和调。心火下济肾水，肾水上养心火，水火既济，心肾相交。脾与胃，一脏一腑互为表里，脾气主升，胃气主降，升清降浊，从而完成饮食水谷的消化、吸收和输布，使人体生理活动得以正常进行。所以说“气机”是对脏腑功能活动基本形式的概括。体内一切物质的转化，均是在气机的运动“升降出入”过程中完成的。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说脏腑的藏泻既不是绝对的又不是对立的?

因为五脏藏中有泻，如肾精的溢泻，五脏浊气的排泄；而六腑亦泻中有藏，如胆藏精汁。脏腑藏泻是一种互相依赖，协同作用的关系。脏中浊气由腑输泻而出，腑中精气亦需输于脏而藏之。所以脏腑藏泻功能不同，仅是区别其生理功能特点而言，既不是对立的，又不是绝对的，在理解时应相互联系，灵活掌握。

“勇者气行则已，怯者则著而为病也”是什么意思?

勇怯，指体质的强弱和心理承受能力的大小。勇者体质强，心理承受能力大；怯者，体质弱，心理承受能力小。已，止也。经文中指出惊恐恚劳动静，引起经脉气血紊乱，出现喘的现象，气血紊乱（淫气）又可伤人五脏而发病。文中指出“当是之时，勇者气行则已，怯者则著而为病也”，说明人的勇怯与疾病发生与否密切相关，就体质而言，勇怯可以反映出人体正气的强弱虚实，“正气存内，邪不可干”，“邪之所凑，其气必虚”。就心理志意而言，心态、志意，具有自我控制和调节作用，《灵枢·本脏》曰：“志意者，所以御精神，收魂魄，适寒温和喜怒者也

http://www.55188.com理想在线证券网

……志意和则精神专直，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪矣。”勇者气行则已，怯者著而为病，深刻揭示了勇怯与发病的密切关系。勇者，对外部、内部刺激的承受能力大，并有调节能力，使紊乱的气机得到及时调整而不发生疾病；怯者，承受与调节能力差，容易使内外刺激因素及它们引起的气血紊乱状态保持，而引起疾病的发生。说明在疾病发生理论中，勇怯是重要的内在依据。

五脏与七窍的密切相关性理论有什么临床指导意义？

由于七窍皆禀气于五脏之精气，故脏腑有病常可在相应的五官七窍上反映出来。在治疗上可通过治疗五脏而获效。如伤风鼻塞，嗅觉不灵，治宜宣肺通窍；心火上炎，舌赤红肿，治宜清心降火；肝血不足之眼目干涩，治宜补血养肝；脾虚失运之口淡乏味，治宜健脾消滞；肾精亏虚，耳鸣耳聋，治宜滋肾补精。这是七窍有病治从内脏的理论根据，可以有力地指导临床实践。

如何理解“生病起于过用”？

用，《说文》“可施行也”；过，失度也。经文举例“饮食饱甚，汗出于胃。惊而夺精，汗出于心。持重远行，汗出于肾。疾走恐惧，汗出于肝。摇体劳苦，汗出于脾”，可以看出，其病因包括饮食、情志、劳役，在《内经》中都属于内因。“饱甚”则体现出病因作用的强度；而“远行”则说明病因作用的持久。因此诸如情志、饮食、劳役等因素只有在过于强烈或持久地作用于人体，才会使人发病。过用，即是人为实施的超越常度。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

肝藏血与心主血、脾统血有何内在联系?

肝藏血，是指肝有贮藏血液和调节血量的作用。《灵枢·本神》篇说："肝藏血，血舍魂，肝气虚则恐，实则怒。"指肝有贮藏血液和调节情志的功能。血液来源于水谷精微，贮藏于肝脏，供养各器官功能及全身筋骨的运动。《素问·经脉别论》说："食气入胃，散精于肝，淫气于筋。"肝藏血，血为神的物质基础。而同属神志意识活动之魂，便寄舍于肝血，所以有"肝藏魂"之说。肝之气血，虚则易惊善恐，肝之气血实则易怒。肝为脏，"藏精气而不泻"，但应"满而不实"。若实则急躁易怒。《素问·五脏生成》篇说："肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄。"肝主血海，血海是十二经脉之海，故曰肝有调节血量的作用，"人动则血运于诸经，人静则血归于肝脏，何者？肝主血海故也"。肝之所以能随着生理状态的改变而调节其血量，就是因为肝藏血、主血海的缘故。

关于肝有调节血量的作用，有人曾做过这样的试验：将动物肝脏切除，将门静脉与大动脉直接相通，心脏便立刻胀大而静脉血瘀积。可见肝对血循环确有调节作用。还有人试验：堵塞通往肝的血管，或将肝的实质损坏，先起痉挛，继而致死。中医认为痉挛是筋失肝血滋养而致，故古人又有"肝合筋也"、"肝藏筋之气"、"筋脉皆肝所主"等说法，这是符合事实的。

血液的化生，主要取决于脾胃后天之本，而血液循行的动力则是心气的推动，王冰说"肝藏血，心行之"。因"心藏血脉之气"，使血液在体内循行不已。而血液束裹于脉管内，且循一定规律运行，不溢于脉外，是靠脾气的统摄，所以古人又说"脾裹血"。在脉内不停运行的血液，根据生理活动的需要，能及时准确适量地运行于各脏腑组织器官，则是由于肝脏的调节。所以血液在脉管内不停地循行，并发挥其滋润和营养作用，与心、脾、肝三脏的功能是密不可分的。其

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

中任何一脏发生病变，将直接或间接地使血行发生病变。或因推动无力而血液瘀滞，或因统摄无权血溢于脉外，或因血海不足，血量调节失常，都能使脏腑组织器官无以营养而功能减弱。

“经气归于肺，肺朝百脉”是什么意思？

“经气归于肺，肺朝百脉”，王冰注曰：“言脉气流运，乃为大经，经气归宗而上朝于肺，肺为华盖，位复居高，治节由之，故受百脉之朝会也。平人气象论曰脏真高于肺，以行荣卫阴阳，由此故肺朝百脉然，乃布化精气，输于皮毛。”王氏之注中前一部分，实质是对“经气归于肺”的解释；后一部分以《素问·平人气象论》经文为依据，说明肺朝百脉。即由肺宣散营卫气血到百脉，而后到皮毛五体。归，女嫁也(《说文》)，即到……地方去之义。“经气归于肺”，是归心的浊气，又通过经脉归于肺。“朝”字为选择动向的词义，《中华大字典》“朝，水流注大水也”；《书禹贡》“江汉朝宗于海”。朝，即流注之义。“肺朝百脉”即（归于肺的经气）由肺流注到百脉。其流注是经气从肺（肺经）开始，沿十二经流注次序进行。

为什么说“肾为先天之本”、“脾为后天之本”？

首先应把“先天”与“后天”两个相对的概念搞清。《灵枢·决气》篇说：“两神相搏，合而成形，常先身生是谓精。”《灵枢·经脉》篇又说：“人始生，先成精，精成而脑髓生，骨为干，脉为营，筋为刚，肉为墙，皮肤坚而毛发长。”综合上述两段经文可知，所谓“先天”，是指禀受于父母“两神相搏”之精，及先天之精所化的先天之气，是遗传而来，为人体生命之本原，可以理解为男性精子与女性卵子结合的受精卵而言。也可说“先天”指人体受胎时的胎元。它在个体生命中系“先身”而生。“后天”是指“精成”以后，即

http://www.55188.com理想在线证券网

“脑髓生，骨为干……皮肤坚而毛发长”，就是受精卵以后的整个生命发育过程，皆应谓之后天，也应包括胚胎发育整个阶段。因为在胚胎发育阶段主要是由母体间接地获得水谷精微物质的营养而发育，已不再继续禀受父体，所以应称其为后天。

肾藏精，主命火，命火为“生气之源”，是生命的原始动力。男性从“二八肾气盛天癸至，精气溢泻……”，女性从“二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下……”开始，肾的精气亢盛，“两神相搏”故能有子，和“精成”以后的整个发育生长，抗御外邪的能力，都是肾的精气起决定作用。所以《医宗必读》说“先天之本在肾”。往往人体素质强健，称之为“先天充足”，素质虚弱，称之为“先天不足”。

脾胃有消化、吸收、输布水谷精微之功能，而组成人体以及与生命活动密切相关的气血则是由水谷精微所化生，所以又说“脾胃为气血化生之源”。两神相搏之“精”，在母体内发育，以及胎儿娩出后，营养的供给都靠脾胃消化、吸收水谷精微。只是胎儿时由母体间接供给，娩出后个体直接从外界索取而已，所以《医宗必读》说“一有此身，必资谷气，谷入于胃，洒陈于六腑而气至，和调于五脏而血生，而人资以为生者也，故曰后天之本在脾”。

明代张景岳说：“人始生，本乎精血之源，人之既生，由乎水谷之养。非精血无以立形体之基，非水谷无以成形体之壮，精血之司在命门，水谷之司在脾胃，本赖先天为之主，而精血之海又必赖后天为之资。”故脾主运化水谷精微，须靠肾中阳气温煦，并且，肾精气为

http://www.55188.com理想在线证券网

后天形体之基础，而肾之所藏精气，亦有赖于水谷精微的不断化生与补充。因此，中医认为，脾与肾，即“后天”与“先天”是相互资助，相互促进，在病理上亦常相互影响，互为因果。如肾阳不足，不能温煦脾阳，而至脾阳不足；若脾阳不足，不能运化水谷精微，久则可累及肾阳不足。临床所见“脾肾阳虚证”即由此而生。

有关“先天”与“后天”的概念，严格来讲，“先天”只能同时禀受于父母双方，而“后天”则可直接或间接地摄取于水谷精微和自然界。基于这一点，不难理解，临床真正有些因先天性器质缺陷所致的病理改变，单纯通过后天补益是不能获效的。如先天性心房间隔缺损、心室间隔缺损、先天性智能发育不全等，单靠药物进行后天培补基本无效。前两者多采用手术修补，方可弥补先天之缺损，而后者目前尚无恰当的治疗方法。随着现代遗传工程学的发展，未来探索出良好的治疗方法，也是可能的。

肾阴、肾阳、肾精、肾气分别指什么？它们之间的内在联系是什么？

肾阴，是指肾本脏的阴液（包括肾脏所藏之精）。又称元阴、真阴、肾水、真水，是与肾阳相对而言，是肾阳活动的物质基础，对人体各脏腑有滋养、润泽作用。

肾阳，是肾脏生理功能的动力，也是人体生命活动力的源泉。又称元阳、真阳、真火、命门之火、先天之火等，是与肾阴相对而言，是肾阴功能活动的体现，对人体各脏腑的生理活动起着温煦与推动作用。

肾阴、肾阳都是以肾的精气作为物质基础，实际上是肾脏精气功能活动对立统一的两个方面，二者之间相互依存、相互制约，在生理上相互为用。如肾阴、肾阳某一方面出现不足，表现出阴虚或者阳虚证，但实质都是肾的精气不足，所以肾阴虚到一定程度时，可以累及

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

肾阳，转为阴阳两虚，病理上叫“阴损及阳”，肾阳虚到一定程度，也能累及肾阴，转为阴阳两虚，病理上叫“阳损及阴”。

肾精，是肾所藏之精，广义来讲分先天之精和后天之精，先天之精禀受于父母，主生育繁衍后代，所以也叫“生殖之精”；后天之精由脏腑化生水谷精微而成，藏之于肾，并滋养先天之精，主生长发育，所以也叫“水谷之精”或“脏腑之精”。先天之精与后天之精，二者相互为用密不可分。狭义来讲，“肾精”就是指肾脏所藏的“生殖之精”——先天之精，主人体生育繁殖，是肾气的原始物质基础，亦属肾阴范围。

肾气，即肾精化生之气，是由肾阳蒸化肾阴而产生的，多指肾脏的功能活动。肾的精气盛衰，关系到人体生殖、生长和发育机能。人从幼年开始，肾精渐充，发育到青春期肾的精气开始充盈，男子产生精子，女子按期排卵，月经来潮，性机能逐渐成熟，待到老年肾的精气渐衰，性机能和生殖能力就随之减退乃至丧失，形体也随之衰老，故《素问·上古天真论》说：“女子七岁肾气盛，齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。三七肾气平均，故真牙生而长极。四七筋骨坚，发长极，身体盛壮。五七阳明脉衰，而始焦，发始堕。六七三阳脉衰于上，而皆焦，发始白。七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”“丈夫八岁，肾气实，发长齿更。二八肾气盛，天癸至，精气溢泻，阴阳和，故能有子。三八肾气平均，筋骨劲强，故真牙生而长极。四八筋骨隆盛，肌肉满壮，五八肾气衰，发堕齿槁。六八阳气衰竭于上，而焦，发鬓斑白。七八肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极。八八则齿发去。”所以人体的生、长、壮、老规律是由肾的精气盛衰所决定的。

肾精化生肾气，是肾阳蒸化肾阴而形成，肾阴肾阳又都以肾的精气为物质基础。所以肾的精气包含着肾阴肾阳两个方面，肾阴为人体阴液之根本，肾阳为人体阳气之根本，肾中阴阳如同水火寓于肾中，

http://www.55188.com理想在线证券网

故前人有“肾为水火之宅”的说法，又说“五脏之阴气，非此不能滋，五脏之阳气，非此不能发”。可见肾阴肾阳在人体生理活动中的重要性。

若从阴阳属性来分，精为阴，气为阳，所以有时亦称肾精为肾阴，肾气为肾阳，二者在生理上相互依存和制约，维护人体正常生理功能，若这种依存和制约的关系失调，则会发生病变。现代临床观察，肾阳虚的病人，神经体液系统均处于反应性过低的状态，为垂体肾上腺皮质系统的机能低下。肾阴虚的病人，神经血管反应性较高，但不持久，容易疲劳衰退，呈现不稳定性，反应明显，但易消失，亦属病态。若肾阴肾阳两虚的病人，无论神经系统或体液系统，均表现过高的反映性，但也易消退，实际上，“过高的反映性”是虚性亢奋的表现。

谷食精气输布理论有什么重要意义？

谷食精气输布理论有重要意义：一是说明经脉在精气输布中的重要作用，以及肝、心、肺在输布过程中的相互作用。尤其是“肺朝百脉”的理论，指出精微物质，必须通过肺气化合，才能为人利用，起到营养作用，突出了肺在谷食精气输布中的重要作用，是对肺主治节理论的进一步补充。二是从精气输布过程，说明古人对血液循环有了初步认识，显然要早于西医学，后者是在17世纪才有了血液循环理论。

水饮、食物在人体的生化与输布是怎样进行的？

食物的生化输布：食物入胃。在胃中化生精气，其中的浊气传至

http://www.55188.com理想在线证券网

心，再由心传至肺，由肺流注于十二经脉（肺朝百脉）向外行于四肢百骸皮毛五体，每一脏经脉将精气散出于其所主的五体，如“散精于肝，淫气于筋”、“浊气归心，淫精于脉”、“经气归于肺……输精于皮毛”。在四肢末端相连接的阴经、阳经的络脉会合贯通经气（毛脉合精），然后通过各返回经脉的正经将经气回运至所属的脏或腑（“行气于腑”、“留于四脏”），食物精微在经脉中的输布环节是：气由脏发，由内向外；四末络脉气血会合；气血由外向内回归脏腑。由此形成“阴阳相贯，如环无端”的循行模式。

水饮的生化输布：水饮，是人摄入的液态物质。在胃肠中经过变化形成水精与水。

水精部分通过脾的运化，归于肺，通过十二“经水”（经脉）布散全身上下。即所谓“水精四布，五经并行”。此为水精的输布方式。

水液的部分，《内经》认为，它是从回肠中分出，通过下焦，渗入膀胱（《灵枢·营卫生会》），形成尿液。此为水液的输布与代谢方式。

水液代谢与哪些脏腑关系密切？这些脏腑起何作用？

机体内的新陈代谢可以分物质代谢和能量代谢两个方面。这两个方面是同时进行又密不可分的。水液可单独纳入体内，也包含于其他食物之中，与食物一起进入体内。日常生活中几乎没有不含水分的食物，就是饼干或炒米、炒面内，也含有一定水分，相比之下只是量相对少一些而已。由于“饮食”或“水谷”是不可分的，故往往二者通称并提。进入体内的物质（包括水液）在新陈代谢过程中不断产生各种废物，必须通过一定的途径排出体外，才能维持各器官的生理活动正常进行。体内由代谢产生的各种不同的废物，其排泄途径也各不相同。如代谢过程中所产生的浊气（二氧化碳）和一部分水（以

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

蒸气的形式）经肺呼出，即是肺的呼浊；一部分尿素、氯化钠和水等经皮肤以汗的形式排出，此为肺之宣发功能的体现；一部分胆红素、无机盐（如钙、铁）与水和食物的残渣，经肠道排出，此为大肠之传导，其绝大部分水溶性废物连同水分是通过泌尿系统以尿的形式排出，此为膀胱之气化功能。

由此可见，物质的代谢，是由体内多个系统，多种器官共同作用的结果。中医学认为调节水液代谢平衡，主要是由肺、脾、肾、三焦、膀胱等脏腑的功能活动共同完成的。

食进的水液（或叫水分），由胃、小肠，经脾的吸收转输作用上输于肺，经过肺、脾、肾、三焦等脏腑的气化作用，化生津液，滋养全身，其代谢的废物或从汗孔，或从肠道，或从膀胱排出体外，以维持体内水液代谢的相对平衡。

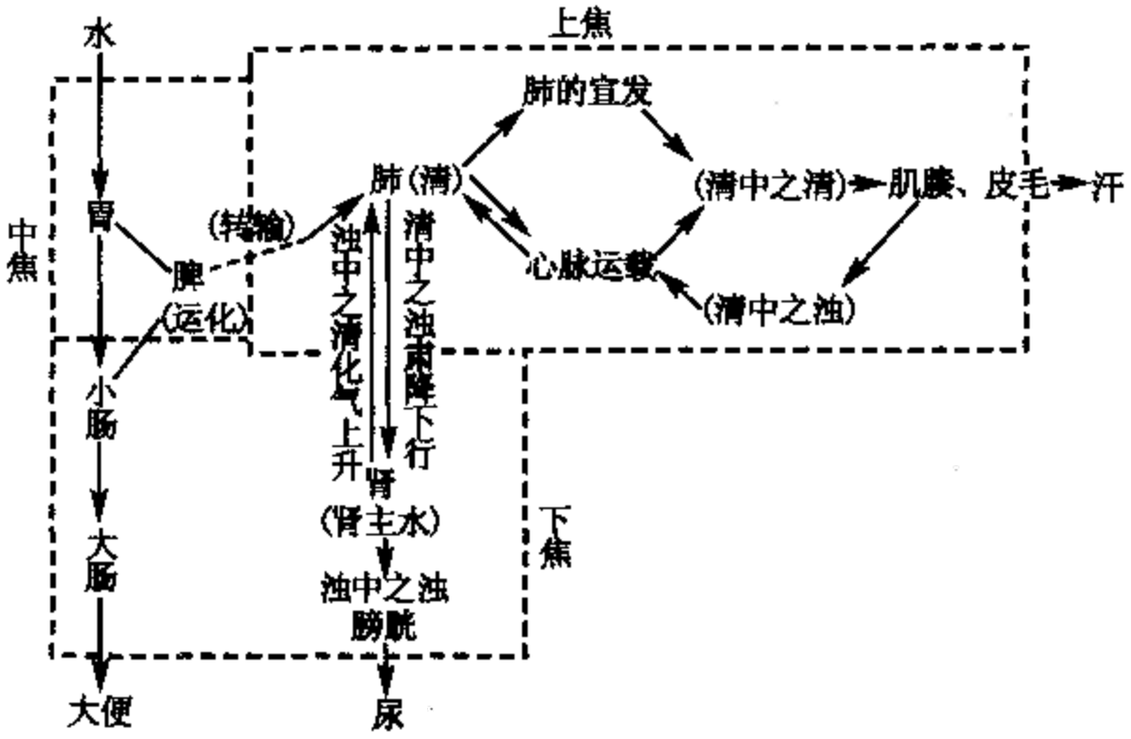
具体来说，脾主运化，将胃纳入的水液上输于肺，故曰“脾为胃行其津液”。上输于肺的水液谓之“清”，清中之清者经肺气的宣发，心脉的运载，以濡养脏腑、肌腠、皮毛等组织器官。清中之“浊”者，通过肺的肃降作用，水道通调，下降于肾，故曰“肺为水之上源”。而输布于肌腠、皮毛等组织器官的水液，除一部分以汗的形式排出外，其余仍回流于心脉，以“浊”下降于肾。归于肾的水液，经肾阳（命火）的蒸化，浊中之清者，复化气上升于肺而布散周身。浊中之浊者，注入于膀胱形成尿液，经气化作用排于体外。水在体内的升清降浊，以及膀胱的气化，皆靠肾中阳气的温煦、蒸化和推动，故曰“肾主水”。

在水液代谢过程中，其形式的变化，有浊有清，清中有清，清中有浊，浊中有清，浊中有浊。清者上升，浊者下降。在清升浊降过程中，除肺气的宣降，肾阳的蒸化，脾的运化转输外，肝主疏泄使三焦通利也有一定作用，而三焦则是水液升降运行之通道。因此水液代谢及维持其平衡，是多个脏腑功能相互协调的结果，任何一脏功能失调，都有可能使水液代谢障碍而发生水液紊乱的病变。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

下面是简单示意图：



为什么说肺在水液代谢中有着重要的作用?

肺在水液代谢中具有“通调水道，下输膀胱”的作用。这是因为肺主气之宣发肃降，既能将脾升清上输之水液布散于全身，又可将浊液借三焦之谢道下输膀胱排出体外，所以肺在水液代谢中的作用非常重要。

肺在水液代谢中重要作用的理论对临床有重要指导意义。肺之“谢调水道，下输膀胱”的功用，成为后世“肺为水之上源”理论的导源。如果肺失宣降，不能通调水道，可导致水液停留的水肿病证，在治疗时应用“提壶揭盖法”，以宣肺利水。如张仲景在《金匮要略》中用越婢加术汤治疗风水，即是对这一理论的具体应用。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么脾病而四肢不用?

因为脾病不能运化胃之所生化的水谷精气达于四肢，使四肢失养，筋骨肌肉萎缩，而产生四肢不能随意运动之病变。这一理论对临床治疗有重要意义。对于四肢枯萎，不能随意运动的病证，运用调治脾胃的方药治疗，常有良效。《素问·痿论》提出的“治痿者独取阳明”治则成为临床治疗痿证的指南，至今指导临床实践。

饮食代谢的过程是怎样的?

食物经口腔进入消化道，经过整个消化道的过程，就是机械与化学的消化过程，各种营养物质的消化产物（如葡萄糖、氨基酸、脂肪酸和甘油）、水、无机盐和食物中的维生素等，经消化管黏膜细胞进入毛细血管和毛细淋巴管运行到全身，不被吸收的残渣遗留于大肠内，形成粪便排出体外，习惯上也叫“排遗”，即将外界纳入的水谷不被吸收的糟粕等物排出体外。小便习惯上应叫“排泄”，即将人体内在代谢过程中产生的废物经尿排出。二者都有规律地定时进行。但在相比之下，排泄比排遗更为重要，一个人一两天不大便不一定影响生活和工作，若一天不小便，就值得重视了，临床上就要采取措施。这只是有关现代生理学食物代谢的粗略情况。中医学对这一生理功能的认识与上述情况有些出入。中医学认为食物的代谢除与脾、胃、肠等脏腑有直接关系外，还与心、肺、肝、肾……许多脏器有着相互协作的联系，简述于下：

http://www.55188.com理想在线证券网

食物（水谷）经口腔、食道进入于胃，经胃中阳气腐熟、消磨后，传入小肠，在小肠“化物出焉”与“泌别清浊”作用下，清者（营血物质——水谷精微）上输于脾；浊者（残渣——水谷糟粕）下传入大肠，形成粪便，经大肠传导排出体外。上输于脾的清者，再由脾上输于肺，与肺吸入的清气相结合后贯注心脉，分别“浊气归心”，“散精于肝”，“充养于肾”等。脾在对食物的运化过程中须肾中精气的充养、肾阳的温煦，功能才能正常进行。所以古人认为脾肾两脏，一主先天，一主后天，相互依存，相互滋养。在食物的消化代谢过程中，亦可明显地体现出来。

另外，食物的消化吸收代谢过程，是属全身性的生理活动，所以，除上面提及的胃的腐熟、消磨，小肠的化物，大肠的传导，脾的运化输布外，还需肝气疏泄，肾阳的温煦，肺气的宣散，心脉的运输等相互协作。如果其中任何一个脏器的功能失调，都会影响消化和代谢功能的正常进行。

肝主疏泄表现在哪些方面？

疏，是疏通，畅达；泄，是排泄，宣泄。肝主疏泄，是古人对肝性柔和、条达，不郁不亢生理状态的概括，它直接关系着人体气机“升降出入”的调畅。具体的功能表现可以概括为以下几方面：

（1）情志方面：情志活动是“神”的体现，神是依靠精、气、血等物质为基础的。精气充盈、气血调和、气机调畅，则肝气条达，情志舒展，爽朗，既不抑郁也不亢奋，俗称“心平气和”。若肝气疏泄不利，条达失宜，气机失调，气血紊乱，或滞面不爽或亢面为害。情志抑郁不舒，可见郁郁不乐，欲哭，寡言少欢，多疑善虑等；情志亢奋，可见急躁易怒，失眠多梦等。反过来外界事物引起的精神刺激，特别是郁怒，又可引起肝疏泄功能异常，气机不畅，见胸胁胀满，头胀头晕目眩等病变，所以有“肝喜条达而恶抑郁”及“暴怒

http://www.55188.com理想在线证券网

伤肝”的理论。后世章潢《图书编·养肝法》言：“肝属木，藏血，魂所居焉，人之七情，惟怒为甚，……善养肝脏者，莫切于戒暴怒。”

抑郁寡欢和急躁易怒，是相反的情志反映，但从本质上讲，同是肝疏泄不利在不同个体中的表现，所以临床治疗总的原则都是以疏理肝气为主。

（2）消化方面：肝主疏泄表现于消化功能，目前多从两个方面来理解：一是胆汁的分泌，胆汁又称“精汁”，《灵枢·本输》篇称胆为“中精之腑”，胆汁为肝之余气而成，孙思邈《千金方·胆腑脉论》也说“胆腑者，主肝也，肝合气于胆”。现代研究胆汁是由肝脏微胆管不断分泌而成，藏于胆囊，再注入于肠内参加消化作用。胆汁的形成、分泌与排泄均与肝的疏泄功能密不可分，而胆汁又与食物的消化直接关联，所以肝主疏泄可以直接影响水谷的消化。二是肝的疏泄功能，可以调畅气机，协助脾胃升降适宜，只有在脾气主升胃气和降的情况下，清气才得以上升，浊气才得以下降，水谷精微才能输布于全身，残余糟粕才能下传大肠排出体外。所以说肝之疏泄实为保持脾胃正常消化功能的重要条件。

如肝失疏泄，则可影响到脾胃的消化和胆汁的分泌与排泄，出现消化异常的病变，临床经常可以见到肝失疏泄的患者，除了出现胸胁胀痛，急躁易怒，或抑郁少欢症状外，常兼见胃气不降的嗳气、呕恶和脾气不升的腹胀、腹泻等症。

http://www.55188.com理想在线证券网

前者称之为“肝气犯胃”，后者称之为“肝脾不和”。正如唐容川《血证论》中说：“木之性主于疏泄，食气入胃，全赖肝木之气以疏泄之，而水谷乃化，设肝不能疏泄水谷，渗泄中满之证，在所不免。”

（3）血液运行方面：《血证论·阴阳水火血气论》中说：“运血者即是气。”《素问·五脏生成篇》王冰注曰：“气行则血流。”肝气条达，气机调畅，则血行不怠；若疏泄失调，气机紊乱，或气滞不畅，血瘀不行，见刺痛与癥瘕积聚等；若气乱无序，血不循经则可导致各种出血证。

另外，肝主疏泄，调畅气机，还可以使三焦、经脉通利无阻。否则，三焦不利、水道不通则会引起水肿、腹水等病证。《金匮要略》所说“肝水者，其腹大不能自转侧，胁下腹痛”，就是指因肝疏泄不利而引起水液代谢障碍的病证。

可见，肝主疏泄与人体气机调畅关系是极为密切的。肝气条达，疏泄适宜，则气机通畅，升降适度，出入有节，故一切器官功能正常；若肝失条达，疏泄失宜，则气机郁滞或紊乱，升降无度，出入失节，从而使一定的组织器官功能失调而发生多种病变。

怎么理解宣发、敷布、输布与疏泄的含义？

宣发、敷布、输布、疏泄几个术语在中医学基础理论中经常遇到，不论是阐述脏腑的生理病理，还是辨证与诊断都不断出现，但往往有时使用不太确切，给初学者带来一定的困难。下面仅就我们的理解做一介绍：

宣发：是宣布、发散的意思。肺主宣发，是指由于肺气的作用，能使气血津液得以散布全身，内而脏腑经络，外而肌肉皮毛，无处不到。正如《灵枢·决气》篇说：“上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛，若雾露之溉，……”文中“上焦开发”主要是指肺的宣

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

发作用，若肺气不能宣发而壅滞，则可见胸满、鼻塞、咳吐痰涎等症状。

敷布：是发布、布散的意思。是元气通过三焦之路，到达周身，以激发、推动各脏腑组织器官的功能活动。

输布：是运输、布散的意思，主要是指脾的功能。脾主运化，能将消化和吸收的水谷精微和津液，运输于全身发挥其营养和滋润作用。《素问·经脉别论》说："饮入于胃。游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。"所以津液运达全身，除脾的运化输布作用外，还依赖于肺、膀胱、三焦等脏腑的作用方能完成。由于脾能"为胃行其津液"，且脾所散的精微需上归于肺，方能达于全身，所以常说脾有"输布"和"转输"的作用。

疏泄：是疏通、畅达的意思。主要指肝的生理功能。肝主疏泄是肝气具有条达疏畅的调节作用，具体表现在调畅全身气机，调畅情志的变化，以及调节胆汁的排泄等方面。使全身各种功能活动保持着生理功能相互协调，既不抑郁，也不亢奋，经常维护其畅达活泼的生机。

阴经、阳经生病而异的原因是什么？

阴经、阳经生病而异的原因，总体分四个方面：

（1）"阴阳异位"。阴阳经作用的部位不同。三阳经经脉之气（天气）主宰于外，三阴经经脉之气（地气）主宰于内。

（2）"更虚更实"。即经文所说无论阴经阳经均有虚实的不同变化。

（3）"更逆更从"。其经文解释分两部分：

①"阴气从足上行至头，而下行循臂至指端；阳气从手上行至头，面下行至足"，说明手足三阴、三阳经经气运行起止、走行方向

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

不同。

②“阳病者，上行极而下；阴病者，下行极而上”。即上部有病，在上发展到了极限就向下弥散；下部有病，在下发展到了极限就向上弥散。说明手足三阴、三阳经发病部位与病传方向有别。

通过上述经文可知，手足三阴、三阳经的循行方向是不同的，疾病的蔓延方向也是有向上向下的传变的不同。逆，是疾病蔓延的方向与经脉走行的方向不一致。从，是疾病蔓延的方向与经脉走行的方向一致。

（4）“或从内，或从外，所从不同”。其经文解释分三方面：

①“故犯贼风虚邪者，阳受之；食饮不节，起居不时者，阴受之”。“阳受之，则入六腑，阴受之则入五脏”。即病因不同，病邪作用于人体的部位（内外）不同。风邪→阳（外）→六腑；饮食→阴（内）→五脏。

②“喉主天气，咽主地气”。喉为气道的开口，咽为食道的开口，阳明经循喉咙，太阴经挟咽，说明了不同的病因，通过不同部位或途径进入人体，而伤不同经脉。

③因为“故伤于风者，上先受之；伤于湿者，下先受之”。所以“故阳受风气，阴受湿气”。虽然风邪、湿邪都是从外部侵犯人，但有上下之别。

五脏与五体、九窍、五华的关系是怎样的？

五体，含义有二：一是指肢体的筋、脉、肉、皮、骨。五体与五脏相合。肝合筋、心合脉、脾合肉、肺合皮、肾合骨。二是指各种不同类型的体质，如《灵枢·根结》篇说：“逆顺五体者，言人骨节之小大，肉之坚脆，皮之厚薄，血之清浊，气之滑涩，脉之长短，血之多少，经络之数……”是说五种形体不同的人，即骨节有大有小，肌肉有坚有脆，皮肤有厚有薄，血液有清有浊，气的运行有滑有涩，

http://www.55188.com理想在线证券网

经脉有长有短，血分有多有少，以及经络的数目各异等等。这里所谈五体，是指前者而言。

九窍，头部七窍（目、鼻、口、舌、耳）及前阴、后阴为九窍。九窍分别由五脏所主。“肝开窍于目”、“肺开窍于鼻”、“脾开窍于口”、“心开窍于舌”、“肾开窍于耳及二阴”等。另外，中医还有“五官”之称，即指鼻、眼、口唇、舌、耳等五个器官，也分属于五脏，为五脏之“外候”，又称为五脏之“苗窍”。《灵枢·五阅五使》篇说：“鼻者，肺之官也；目者，肝之官也；口唇者，脾之官也；舌者，心之官也；耳者，肾之官也。”又说：“五官者，五脏之阅也。”

五华，即面、毛、发、爪、唇。《素问·六节脏象论》载“心者，生之本，神之变也；其华在面，其充在血脉”、“肺者气之本，魄之处也，其华在毛，其充在皮”、“肾者，主蛰，封藏之本，精之处也，其华在发，其充在骨”、“肝者，罢极之本，魂之居也，其华在爪，其充在筋”、“脾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者，仓廪之本，营之居也……其华在唇四白，其充在肌”。

心主血脉，心气旺盛，心血充盈，则脉搏和缓有力，面色红润而有光泽，舌体红润有神，若心气不足，心血不充则脉弱而细，面色苍白无华，舌淡失神，若心血瘀阻，面色青紫，舌体紫暗或有瘀斑；若心火上炎，可见面红、舌尖红或舌体糜烂等。

肺气宣发，皮毛得以温煦滋养而润泽，若肺气壅实闭郁，或肺气

http://www.55188.com理想在线证券网

虚而不能宣发卫气、津液于皮毛，不仅卫外功能减弱，肌表不固自汗，易患外感疾患，而且皮毛焦枯失泽。肺开窍于鼻，“肺和则鼻能知臭香矣”。若外邪客于肌表，肺气不宣，则气道不通，鼻塞流涕，若肺内热邪壅盛，则肺气上逆喘促而鼻翼煽动。

脾主运化，脾气健运，气血化生有源，肌肉丰满壮实，口唇红润。若脾气虚，不能运化水谷精微充养肌肉，肌肉消瘦或萎废，唇色浅淡甚至萎黄无华，若脾不健运，水湿不化泛溢肌肤，则发为水肿。脾开窍于口，脾和则口能知五谷矣。

肝藏血，“淫气于筋”，筋骨运动正常，若肝血虚，血不养筋，筋失所养则瘛瘲肢麻，手足震颤，屈伸不利；若高热劫伤津血，则四肢抽搐，甚则牙关紧闭，角弓反张等肝风内动证。肝主筋，爪为筋之余，肝血充盈，筋强力壮，爪甲坚韧，若肝血虚，筋弱无力，爪甲多软而薄，或枯脆色不泽，甚至变形。肝开窍于目，“肝受血而能视”，若肝血虚，视物昏花或夜盲、肝阴不足，则两目干涩、肝经风热，则目赤红肿痒痛，肝风内动多见目斜上吊等。

肾开窍于耳和二阴，临床多以肾虚证表现于耳与二阴的功能失常。关于“其华在发”，发为血之余，肝主藏血为血海。但中医学认为肾藏精，“精血同源”，精血能互生，发由血滋养，但其生机则根源于肾气，所以“发为肾之外候”。若肾精气充盈，则毛发丰茂而光泽；若肾精气虚衰，则发枯不荣甚至变白或脱落。

情志过激导致的病理变化主要有哪几个方面？

情志致病可以出现以下三方面的病理变化：

（1）气机紊乱。如经文所说：“愁忧者，气闭塞而不行。”

（2）直接损伤脏腑。如经文所说的怵惕思虑伤心、愁忧伤脾、悲哀伤肝、喜乐伤肺、大怒伤肾。说明了神伤可直接导致脏伤。

（3）神志异常。情志过用可直接引起神志异常的病理变化。如

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

“怵惕思虑则伤神，神伤则恐惧”，“喜乐者，神惮散而不藏”，“盛怒者，迷惑而不治。恐惧者，神荡惮而不收”等。

《灵枢·本神》是如何认识思维的？

《灵枢·本神》曰：“所以任物者谓之心，心有所忆谓之意，意之所存谓之志，因志而存变谓之思，因思而远慕谓之虑，因虑而处物谓之智。”

“所以任物者谓之心”，概括思维和思维的产生。任，《郑笺》曰“以思相信曰任”。任物，即对事物进行思考确定信念想法，古代称之为心思，即今之思维。这一活动是由心来完成的。

思维的过程从经文可以总结为五个过程：

①意念的萌生，“心有所忆谓之意”。

②意念的保存，立志，“意之所存谓之志”。

③犹豫阶段，“因志而存变谓之思”。

④深思远虑阶段，“因思而远慕谓之虑”。

⑤上升到理性认识阶段，对事物有了正确认识，并能处理事物“因虑而处物谓之智”。

整个的思维过程即意、志、思、虑、智，是思维活动过程中的不同阶段，是由感性到理性，由浅入深的逐步认识过程。

为何说“肺为气之主，肾为气之根”？

肺主气，司呼吸，是体内外清浊之气交换的场所，人体通过肺吸入自然界的清气（氧气），呼出体内的浊气（二氧化碳），吐故纳新，使体内外气体不断得到交换，所以《素问·阴阳应象大论》说：“天气通于肺。”又肺吸入之清气（氧气），与水谷之精气相结合，形成宗气。宗气积于胸中，出于喉咙以司呼吸。又通过心脉布散全身，以

http://www.55188.com理想在线证券网

温煦四肢百骸和维持它们正常的生理功能活动。《素问·五脏生成》篇说："诸气者，皆属于肺。"故曰"肺主一身之气"。

肾主纳气，即肺吸入之气，应下纳于肾，也就是说肺的呼吸功能需靠肾气主纳的作用来协助，只有肾中精气充盛，吸入之气才能经过肺的肃降下纳于肾。若肾的精气不足，摄纳无权，气浮于上，或肺气久虚，伤及肾气，而肾不纳气，则可见喘促，呼多吸少，张口抬肩，动则加甚等临床表现，故曰"肾为气之根"。

什么是魂、魄的发生之物质基础及其所藏之所？

魂，是伴随神气而产生的情感志意等精神活动。其发生的物质基础是神，或血。《灵枢·本神》曰："随神往来者谓之魂"，又言"肝藏血，血舍魂"。从中也说明魂藏于肝。

魄，是伴随物质、形体产生的性格、感觉、反应能力等本能。其发生的基础是精、气。《灵枢·本神》曰："并精出入者谓之魄"，又曰："肺藏气，气舍魂"，也说明魄藏于肺。

什么叫"肝肾同源"？

"肝肾同源"是阐述五脏之间相互关系的理论之一，又称"乙癸同源"。由于肝与肾在五行、天干、方位等配属上，肝属东方甲乙木，肾属北方壬癸水。因肝与胆相表里，胆为腑与天干相配属甲；肾

http://www.55188.com理想在线证券网

与膀胱相表里，膀胱为腑与天干相配属壬。所以肝脏属“乙木”、肾脏属“癸水”，习惯又称“乙癸同源”。

“肝肾同源”，主要是阐述肝与肾二脏关系之密切，其含义可以从以下两个方面来理解：

（1）肝肾二脏之阴可相互滋养，“肝藏血”、“肾藏精”，精与血都化源于水谷精微。且精与血在生理活动中还可互生，即肾精可化生肝血，肝血亦可化生为肾精。所以称“肝肾同源”。

（2）肝和肾均内藏相火，面相火源于命门。临床上肝或肾之阴虚而致相火妄动，常是二者并治，或采用滋水涵木，或采用补肝兼养肾之法，便是以此立论的。也可以说肝肾两脏在临床上无论虚证还是实证，其补泻原则皆是二者兼顾的。正如《医宗必读》所说：“东方之木，无虚不可补，补肾即所以补肝；北方之水，无实不可泻，泻肝即所以泻肾。”另外也有人认为肝与肾两脏，同居于下焦，在生理上自然关系密切。也作为解释“肝肾同源”的理由之一。

由于肝肾两脏生理关系极为密切，当然在病理上也必然相互影响。生理上，肝血须依赖于肾精滋养，肝才能有藏血和疏泄功能活动；反之，也只有肝血充盛，使血化为精，肾精才能充满，肾才能有藏精，主生殖发育等功能活动。所以病理上，当一脏亏损时，另一脏也必然导致不足。如肾精亏损，可导致肝血不足；肝血不足也可引起肾精亏损。又由于肝肾同居下焦，肝血与肾精互生，二者之阳皆属相火，同源于命门，所以肝阴、肝阳，肾阴、肾阳之间有相互制约的关系。若因某种原因引起一方不足，就可以导致另一方的偏亢；反之，一方的偏亢还可导致另一方的不足。如肾阴不足，肝失濡养，可导致肝阳偏亢，见眩晕、头痛头胀、急躁易怒等，习惯称“水不涵木”。若肝火太盛，阳气有余，亦可伤及肾阴，导致肾阴不足，见头晕耳鸣、腰膝酸软、盗汗等。由于病理上的相互影响，就决定了在临床治疗肝病与肾病必须二者兼顾，即肝血虚，补养肝血亦当填补肾精；肾精不足，补益肾精亦当滋养肝血。又如阳刚上亢往往是阴不足而致，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

故平肝潜阳，亦当滋补肾阴。只有二者兼顾才能使阴阳平衡，恢复正常生理活动。

“心主身之血脉”与“肺朝百脉”的中西医理解如何？

《素问·痿论》说：“心主身之血脉”，是指心脏有推动血液在脉管内运行的作用。脉为血之府，与心相连，是血液运行的隧道，心之所以能推动血液在脉管内运行不已，全赖心气的作用，因为“心藏血脉之气”。《医学入门》中更明确地指出：“人心动，则血行诸经，……是心主血也。”

“肺朝百脉”，朝即“朝会”之意，指全身血液，都要流经于肺。《素问·经脉别论》说：“脉气流经，经气归于肺，肺朝百脉……”即脉中水谷精微之气，流行于经脉。全身之经脉（即百脉）之气，又均朝会于肺，因而有“肺朝百脉”之说。

心主血，肺主气，由于肺气贯通于百脉，故能协助心脏主持血液循行。《类经》云：“经脉流通，必由于气，气注于肺。”故肺为百脉之朝会。只有心、肺二脏相互协作、协调，才能使人体气血不断循环周流不息，清气和水谷精微得以输布全身，将其代谢的废物不断排于体外。

“心主身之血脉”，是心气推动血液在脉管内运行。运行的情况是：“动脉血”从左心室驱出，经主动脉及其分支，流向全身各器官及组织，在身体的毛细血管中进行物质交换，把氧气（即清气）和营养物质（水谷精微）运送给组织细胞，并带走组织细胞新陈代谢的产物和二氧化碳（中医统称之为浊），变成“静脉血”，流入小静脉，再经上腔静脉和下腔静脉，返回右心房。这一整个循环过程，叫做“体循环”，也叫“大循环”，其动力来自心气。“静脉血”经右心房流入右心室，由右心室将其驱入“肺动脉”，然后到肺，在肺泡壁的毛细血管中进行气体交换，排出二氧化碳（浊气），吸收新鲜氧

http://www.55188.com理想在线证券网

气，又变成了“动脉血”，再经肺静脉将血送回左心房，这一循环的过程，叫做“肺循环”又叫“小循环”。同样也是靠心气推动的结果。

左心房的血再进入左心室，左心室又将动脉血输送出来。就这样，血液在由“体循环”和“肺循环”连续构成的密闭的环行管道系统中周而复始，循环无端，以保证机体正常生命活动的需要。体循环和肺循环同时进行，在正常情况下，单位时间内流经这两部分的血液量是相等的。而流入和流出心脏的血液量也相等，如果不相等，便是病态的表现。

正由于体循环的静脉血流入右心房，肺循环的动脉血经肺静脉流入左心房，所以有“诸血皆归入于心”的说法。又全身静脉血流入右心房，由右心房进入右心室，再经右心室将其驱入于肺动脉到肺，进行气体交换。这就是中医学所说“肺朝百脉”或“百脉朝会于肺”的本意。

脾与胃在生理上如何相互配合?

脾胃属土，同居中焦。脾为阴土，喜燥而恶湿；胃为阳土，喜润而恶燥。脾与胃共同完成水谷受纳、腐熟、消化吸收与输布。脾气的特点以升为顺，胃气的特点以降为和，二者经脉互相络属，配合成脏腑阴阳表里关系。

脾主运化转输，胃主受纳腐熟。胃与脾一纳一运互相配合，才能完成消化吸收输送营养的功能。如果胃不能正常纳谷与腐熟，必然影响脾的运化；若脾不

http://www.55188.com理想在线证券网

能健运，也会影响胃的受纳与腐熟。所以临床上往往是食欲不振、厌食纳呆与食后饱胀、消化不良同时并见。前者属胃不受纳，后者属脾不健运。在治疗时“和胃”、“开胃”、“降胃气”，与“健脾”、“醒脾”、“助脾升清”往往是同时并用。

脾与胃在病理上如何相互影病?

脾主升清，以升为顺。脾气将水谷精微上归于肺，借宗气以输布营养周身。上至头目，旁及四肢，内而脏腑，外而肌腠皮毛。

胃主降浊，以降为和，胃将受纳腐熟的水谷，不断下传至肠中，保持肠胃的虚实更替，食纳与消化正常，气血才有化生之源。若脾胃升降失调，则必然相互影响发生病理。若脾气运化失职，清气不升，可影响胃的受纳与和降，出现纳呆、呕恶或呕吐、嗳气、脘腹胀胀等症。反之，若饮食不节，食滞胃脘，浊气不降，也同样影响脾气升清与运化，出现腹胀、泄泻等症。《素问·阴阳应象大论》说：“清气在下，则生飧泄；浊气在上，则生胀”，就是对脾胃升降失调的病理概括。

五脏所藏及其脏气虚实的病证表现是什么?

五脏所藏及脏气虚实的病证表现为：

（1）肝藏血，血舍魂。肝气虚则恐；实则怒。

（2）脾藏营，营舍意。脾气虚则四肢不用，五脏不安；实则腹胀，泾溲不利。

（3）心藏脉，脉舍神。心气虚则悲；实则笑不休。

（4）肺藏气，气舍魄。肺气虚则鼻塞不利少气；实则喘喝胸盈仰息。

（5）肾藏精，精舍志。肾气虚则厥；实则胀，五脏不安。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是“三焦”?

“三焦”的含义，一般来说有三个。

（1）三焦腑，为六腑之一，《素问·六节脏象论》说：“脾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者，仓廪之本，营之居也，名曰器，能化糟粕，转味而入出者也。”《素问·五脏别论》又说：“夫胃，大肠、小肠、三焦、膀胱……其气象天，故泻而不藏，此受五脏浊气，名曰传化之腑，此不能久留、输泻者也。”从上述经文分析，三焦与脾胃、大小肠、膀胱等脏器，既是营养物的仓库，又有传化糟粕的作用，既能摄入五味化生营养，又能排泄代谢糟粕，故称“传化之腑”。在《灵枢·五癃津液别》篇对三焦阐述似乎更为明确：“水谷皆入于口，……故三焦出气，以温肌肉，充皮肤，为其津，其流而不行者为液，天暑衣厚则腠理开，故汗出，……天寒则腠理闭，气温不行，水下留于膀胱，则为溺与气。”说三焦是水谷精微之气——津液出入于肌腠之间的通道，肌腠依靠三焦为通道，才能得到水谷糟气的温煦滋养。三焦不仅能输送水谷精气，并有气化功能，使气（即水气）化为津液，从玄府（汗孔）排出则为汗，从膀胱排出则为尿（即溺）。所以《素问·灵兰秘典论》说：“三焦者，决渎之官，水道出焉。”三焦是主管体内水液流通和排泄的器官，也是水液流通和排泄的通道，它把肺、肾、膀胱、腠理密切联系在一起，成为水液代谢贯穿始终的通道，所以称三焦为“中渎之府”（《灵枢·本输》）。在十二脏中“惟三焦最大，诸脏无与匹者，故名是孤之腑也”（《类经》）。

综合以上所引《内经》、《类经》有关记载足以证明，三焦是通布全身内外、肌腠之间的水谷精气、津液和五脏之气出入的通道，这就是六腑中三焦的基本含义。

从现代医学观点来分析，“三焦”似指遍布于全身的组织间隙和细胞间隙，是细胞外液循行的通道，通过细胞外液的循行代谢，供给

http://www.55188.com理想在线证券网

机体细胞以进行新陈代谢所必需的氧气、各种营养物质和酶、水、盐类，以及各种激素，并把细胞在代谢过程中所产生的各种废物引带到排泄器官，排出体外。这跟《金匮要略》所说的“腠者三焦通会元真之处，为气血所注”，和《难经·六十六难》说“三焦者，原气之别使也，主通行三气，经历于五脏六腑”，以及《中藏经·论三焦腑虚实寒热生死逆顺脉证》概括《内经》有关记述所提出的“三焦者，……总领五脏六腑、营卫经络、内外左右上下之气，三焦通，则内外左右上下皆通，其于周身、灌体、和内调外、荣左养右、导上宣下、莫大于此”的记述，虽然中医西医名词术语不同，但其实质是基本相符的。由此可见，《类经》关于“三焦者，……分明确有一腑，盖即脏腑之外，躯体之内，包罗诸脏，一腔之大腑也，故有中渎是孤之名，而亦有大腑之形”，有主持诸气，总司人体气化功能，为元气和水谷运行之通道等认识，应该说是对中医学的重大贡献。

（2）通常所说上焦、中焦、下焦之“三焦”，与上述六腑之一的三焦概念不同。上、中、下三焦主要指人体躯干部位的划分，即横膈以上为上焦，包括心与肺两脏；横膈以下至脐为中焦，包括脾与胃等脏器；脐以下为下焦，包括肝、肾、大肠、小肠、膀胱等脏器。概括其生理功能：上焦司呼吸、主血脉，将精气敷布于全身，以温养肌肤、筋骨，通调腠理。《灵枢·营卫生会》篇将这一功能形容为“上焦如雾”。又吸入之清气，和人体所需之水谷必经过上焦而纳入人体，所以又说

http://www.55188.com理想在线证券网

“上焦主纳”。中焦主要腐熟水谷，并将精微物质，化生营血。《灵枢·营卫生会》篇将腐熟水谷的功能形容为“中焦如沤”。水谷必须经腐熟才能化生为人体需要的精微，所以又说“中焦主化”。下焦主要是泌别清浊，并将精粕以及代谢水液排泄于外，《灵枢·营卫生会》篇将这一功能形容为“下焦如渎”。体内的糟粕与代谢水液必经下焦排出体外，所以又说“下焦主出”。

（3）“三焦辨证”的“三焦”。清代吴鞠通等医家将“三焦”的概念加以引申，在温病学中作为说明病理变化和病情发展阶段的一种辨证方法。主要是针对温热病而使用的，它与上述三焦的两个含义皆不相同。

从古至今，千百年来，对三焦之争，从未停息，其认识一直没有得到统一，今综合诸医家之说，略如上述，仅供参考。

什么是营气与卫气？

营气与卫气是中医学中生命物质的代表。对营气与卫气的认识应从经文入手，分以下几个方面：

（1）产生。“人受气于谷，谷入于胃，以传与肺，五脏六腑，皆以受气”。此句经文说明营气、卫气产生的物质基础是水谷，产生的部位是胃。

（2）性质。“清者为营，浊者为卫”。其中的“清”、“浊”是指营气、卫气的质性，唐容川注：“清浊以刚柔言，阴气柔和为清，阳气刚悍为浊。”总体来说，营气、卫气均化生于水谷精微，营气属于水谷精微中柔和部分，卫气属于水谷精微中刚悍部分。

（3）存在环境。“营在脉中，卫在脉外”。脉中，指血脉之中，所谓营分；脉外，指血脉之外，分肉之间，所谓卫分。即营气在血脉之中运行，卫气在血脉之外、分肉之间运行。

（4）运行方式。“阴阳相贯，如环无端”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

①营卫沿十二经相伴行，营在脉中，卫在脉外，昼夜沿十二经行50周。

②卫气昼夜调节运行。昼日散行，由头部散行于诸阳经，又从跻脉上行于头，行于阳25周；入夜从足少阴分间入肾，以相克模式行于五脏及三阴经，所谓行于阴25周。

营卫之气的运行与睡眠有什么关系？

（1）经曰："卫气行于阴二十五度，行于阳二十五度，分为昼夜，故气至阳而起，至阴而止。"说明卫气昼行于阳，夜行于阴，入于阴则入睡，出于阳则醒寤。

（2）经曰："壮者之气血盛，其肌肉滑，气道通，荣卫之行不失其常，故昼精而夜瞑。老者之气血衰，其肌肉枯，气道涩，五脏之气相搏，其营气衰少而卫气内伐，故昼不精夜不瞑。"此句经文形象地说明了年轻人与年老的人气血盛衰影响了肌肉间气道通畅与否，进而影响气道中营卫之气运行。气道通畅则卫气能正常出阳入阴，而人昼精夜眠；气道枯涩则卫气不能应时出表入里，则引起昼不精而夜不眠。这正是年轻人与年老的人昼夜睡眠差异的主要原因。

上焦之气的发出部位及功能特点是什么？

"上焦出于胃上口，并咽以上，贯膈而布胸中"。一般将膈以上的胸部，包括心肺两脏，以及头面部，称作上焦。上焦的生理功能为"上焦如雾"。《灵枢·决气》说："上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉，是谓气。"说明上焦宣发敷布水谷精气如雾露那样弥漫灌溉至全身，实际上主要是心肺输布气血的作用。

http://www.55188.com理想在线证券网

中焦之气的发出部位及功能是什么?

“中焦亦并胃口，出上焦之后。”现在一般认为中焦是指膈以下、脐以上的部位，其所属脏腑主要是脾胃。其功能为：“此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉，乃化而为血，以奉生身，莫贵于此。”说明中焦有腐熟消化、吸收并输布水谷精微和化生血液的功能。所谓“中焦如沤”，实际上是指脾胃对饮食物的腐熟消化、吸收和输布水谷精微的功能，指出中焦是气血生化之源。

下焦之气的发出部位及功能是什么?

“下焦者，别回肠，注于膀胱，而渗入焉。”明代虞传说：“脐之下曰下焦。”现一般以脐以下的部位为下焦，包括小肠、大肠、肾、膀胱等脏腑。下焦的功能为：“济泌别汁，循下焦而渗入膀胱焉。”即将胃传下的谷食经小肠分清别浊，其清者即水液渗入膀胱排出体外，其浊者即糟粕归入大肠排出体外。所以概括为“下焦如渎”。

为什么说三焦总司人体气化功能?

气化，总的含义是通过气的运动对体内精、气、血、津液等物质进行一系列的加工与改造作用，也可以说是新陈代谢的生化过程。

三焦是水谷精气、津液出入的通道，其气化功能是指三焦能使气化为津液，从腠理皮毛排出则为汗，从膀胱排出则为溺，从膀胱经脉发泄则为“气”。所以《素

http://www.55188.com理想在线证券网

问·灵兰秘典论》说："三焦者，决渎之官，水道出焉。"

三焦气化与肾阳之气化、膀胱之气化功能有什么关系？

肾阳的气化作用，是指肾主水液代谢的功能，主要表现肾对水液的升清降浊作用。即水入于胃，由脾上输于肺，肺气肃降则水下流归于肾。肾主水液是通过肾阳的气化作用，一方面将归于肾之水液，使清者再上升归于肺面输布全身，浊者下注入膀胱排出体外；另一方面是肾中阳气为全身阳气之根，肺的宣降、三焦气化、膀胱气化，以及脾的运化水湿等功能，都需肾中阳气之蒸化才能进行，才能维持全身水液代谢的平衡。所以说"肾主水"。

膀胱气化有两个方面：一是指膀胱的排尿作用，即《素问·灵兰秘典论》说："膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出矣。"二是指由膀胱经脉发泄则为"气"。

三焦、肾、膀胱的气化虽然主要都是指水液代谢的功能。但三焦是主管体内水液流通和排泄的器官，也是水液流通和排泄的通道，故三焦又有"水道"之称。三焦水道是否通调，与肺的宣发与肃降有密切关系，故称"肺为水之上源"。《素问·经脉别论》说："饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱。"水饮入于胃，脾为胃行其津液，脾气散精，内而脏腑四肢百骸，外面肌膜皮毛使之滋养。另外脾气散精，又能上输于肺，再靠肺气的宣发肃降协调作用，使三焦水道通调，并使下注于肾的水液通过肾的升清降浊功能将浊中之清上归于肺，浊中之浊下注膀胱排出体外。可见在整个水液代谢过程中三焦是贯穿始终的通道，将肺、肾、膀胱等脏器与腠理密切联系起来，所以《灵枢·本脏》篇说："肾合三焦，膀胱，三焦膀胱者，腠理毫毛其应。"肾脏与三焦膀胱密切联系，相互配合。《灵枢·本输》篇又说："肾合膀胱，膀胱者津液之府也，少阳属肾，肾上连肺，故将两脏。三焦者，中渎之府也，水道

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

出焉，属膀胱。”综上所述可以看出，在水液代谢过程中，虽以肾脏为主，以肺之宣降为其动力，而三焦确是贯穿始终的水液通道，所以称三焦为“中渎之府”，有“总司人体气化”的功能。

三焦之气的质态是怎样的？

上焦所出之气像雾，在经文指卫气。《灵枢·决气》：“上焦开发，宣五谷味，熏肤充身泽毛，若雾露之溉，是为气。”也是佐证。中焦所出之气像沤发的水泡，经文所言的津液、营气与之相符。下焦所出之气像沟渠排除流动的污秽之物，经文所言渗入膀胱的水液和排出的小便与之相当。正如经文所说：“上焦如雾，中焦如沤，下焦如渎。”

为什么说“夺血者无汗，夺汗者无血”？

汗是津液的转化物，血是津液化赤的红色液体，故血与汗应是同源关系。夺血，疾病或外伤引起严重气血亏损或出血，为夺血；治疗中破血、针刺放血亦为夺血。夺汗，疾病的大汗出，或者治疗的发汗，均为夺汗。失血过多不能用发汗法治疗，汗出过多不能用刺络放血疗法治疗，这是从病理和治疗关系说明了血与汗的同源关系，进一步说明失血时再用汗法，可使津液进一步耗伤；大汗出时津液本已亡失，若用放血疗法则津液耗伤进一步加重。

三焦主持诸气与肺主一身之气有什么不同？

三焦为六腑之一，通布全身内外上下肌腠之间，为水谷精气、津液和五脏六腑之气出入的通道，“总司人体的气化”。也可以说是体内新陈代谢物质交换的场所。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

三焦之所以能“总司人体的气化”，是由于三焦能通行元气，元气根于肾，由先天之精所化生，所以有“肾为气之根”的说法。但元气必须经三焦而分布全身，内而脏腑，外达腠理肌肤无处不到，人体各脏腑组织得到元气的激发，才能发挥其各自不同的功用。《难经·三十八难》说三焦为“原气之别焉，主持诸气”。《难经·六十六难》又说“三焦者，原气之别使也，主通行三气，经历于五脏六腑”。所以，“三焦主持诸气”，实际上是“元气通路”之意。

“肺主一身之气”，是指肺“司呼吸”，进行气体交换，吸入之清气在肺内与脾运化来的水谷精微相结合，形成“宗气”。《灵枢·邪客》篇曰：“宗气积于胸中，出于喉咙，以贯心脉，而行呼吸。”即宗气的主要功能是推动肺的呼吸和助心气以行血，并通过心脉而布散全身，使人能言、能视、能听等。“肺主一身之气”主要体现在宗气遍布全身的作用，宗气之所以能遍布全身，也与三焦通行元气有关，故“三焦主持诸气”与“肺主一身之气”二者又有着密不可分的内在联系。

为什么说“营出于中焦，卫出于下焦”？

“营出于中焦”的立论有二：一从营气的化源来看，营气源于中焦化生的水谷精微。一从营气的运行始于手太阴肺经，而手太阴肺经起于中焦。

“卫出于下焦”的立论也有二：一是卫气根于肾中阳气。一是卫气的运行，白昼始于足太阳膀胱经而行于阳分，夜晚始于足少阴肾经而行于阴分，其经气自下焦肾和膀胱出。

另外，还有人提出“卫出上焦”的观点。《灵枢集注》云：“下当作上。”指出“卫者，阳明水谷之悍气，从上焦而出，卫于表阳，故曰卫出上焦”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

卫气究竟出于什么地方?

卫气出上焦，其根据如下：

（1）循行：

上焦之气——《灵枢·营卫生会》："上焦者出于胃上口，并咽以上，贯膈布胸中，走腋……常与营俱行于阳二十五度，行于阴亦二十五度，一周也，故五十度而复大会于手太阴矣。"说明上焦之气与营气伴行，昼夜循行50周。

卫气——《灵枢·营卫生会》："营在脉中，卫在脉外，营周不休，五十而复大会。""阴阳相贯，如环无端"说明卫气与营气相伴行，50周而交会。

比较而言二者相同，均与营气相伴行，50周而相交会。

（2）循行环境：

上焦之气——《灵枢·营卫生会》："上焦者出于胃上口……循太阴之分而行……"

卫气——《灵枢·卫气行》："卫气……常从足少阴分间行于五脏六腑。"

比较而言二者相同，均在分肉之间循行。

（3）性质：

上焦之气——《灵枢·营卫生会》："上焦者出于胃上口……此气慓悍滑疾，见开而出，故不得从其道，故命曰漏泄。"《灵枢·平人绝谷》："上焦泄气，出其精微，慓疾滑利。"

卫气——《素问·痹论》："卫气为水谷之悍气也。"《灵枢·邪客》："卫气者，出其悍气之慓疾滑利。"

比较来看两者性质相同，均为慓疾滑利之气。

综上三个方面可以看出，卫气与上焦之气各方面均相同，上焦之气出于上焦，同理求证，卫气必然出于上焦。经曰："下焦者，别回

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

肠，注于膀胱，而渗入焉……循下焦而渗入膀胱焉。”此句经文说明下焦所出者为尿，而非卫气。

从上述几个方面可以认为“卫气出上焦”，既符合文理、哲理，又符合医理。

什么叫“四海”？

“四海”，即髓海、血海、气海、水谷之海。《灵枢·海论》说：“人有髓海，有血海，有气海。”又说“胃者，水谷之海；冲脉者，为十二经之海；膻中者，为气之海；脑为髓之海。”胃主受纳水谷，称水谷之海；冲脉上循脊里与十二经脉会聚而贯通全身，为十二经脉之海，又称血海；膻中位于上焦，积聚宗气，称为气海；脑为髓聚，故称为髓海。“四海”功能正常协调，则维持人体正常生命活动，若“四海”功能偏盛偏衰，则出现各种病变。《灵枢·海论》说：“气海有命者，气满胸中悗，急息面赤；气海不足则气少不足以言。血海有余，则常想其身大，怫然不知其所病；血海不足，亦常想其身小，狭然不知其所病。水谷之海有余，则腹满；水谷之海不足，则饥不受谷食。髓海有余，则轻劲多力，自过其度；髓海不足，则脑转耳鸣，胫酸眩冒，目无所见，懈怠安卧。”这是“四海”发生病变的种种临床表现。

什么叫“三余”？

“三余”是指发、齿、爪。“发为血之余”、“齿为骨之命”、“爪为筋之余”。发，又称“血余”，为肾之外华；齿为骨之命，肾主骨生髓，发与齿的生长脱落与肾的精气盛衰密切相连。所以《素问·上古天真论》说男子“八岁肾气实，发长齿更，……七八，……天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极。八八，则齿发去”。女子“七岁，

http://www.55188.com理想在线证券网

肾气盛，齿更发长；……三七肾气平均，故真牙生而长极，四七……发长极；……五七，……发始堕……六七，……发始白……”临床常见，青年或壮年因肾精气虚而发脱齿摇。日常生活中也可偶有年过半百之人，齿不摇发不脱，这主要是人老但肾中精气尚且充沛之表现。

爪，即手足指甲，为筋之余。爪为肝之外华，《灵枢·本脏》篇说：“肝应爪，爪厚色黄者胆厚，爪薄色红者胆薄。”这种说法虽然不能客观地去测定，但说明爪与肝胆关系的密切。临床常见因肝血不足，爪甲失去濡养而焦干、脆裂或变形。

女子胞的主要生理功能是什么？

女子胞，又名胞宫、胞脏、子宫、子脏等。为奇恒之腑之一，主月事和孕育胎儿。从现代生理学来看，它应包括妇女整个内生殖器官。

女子胞与肾脏及冲脉、任脉关系最为密切，因为人的生殖发育机能由肾的精气所主，而冲、任二脉同起于胞中，当肾中精气旺盛，冲任二脉气血充盈时，则月经守信按月来潮，便具有生殖和养育胞胎的能力。《素问·上古天真论》说女子“二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子”。若肾中精气不充，冲任二脉气血不足，就会出现月经不调、经闭或不孕等症。

此外，女子胞与心、脾、肝三脏的关系也很密切，因月经来潮，以及胎儿的充养均依赖营血。心主血脉，肝主藏血，脾统血又是生血

http://www.55188.com理想在线证券网

之源，所以当心、肝、脾三脏上述功能失调时，亦往往影响胞宫的生理功能。如常见的心脾两虚证，因化血无源，或思虑太过，心血暗耗，而至月经量少、衍期或经闭；若脾气虚不能统摄血液，而致月经淋漓不止，若脾气虚而中气下陷，还可导致胞宫脱垂，若肝气郁结疏泄失职，致血瘀不行，则经闭，或血瘀胞中等。

女子胞为奇恒之腑之一，主月事和孕育胎儿。如此来说，男子的奇恒之腑也应是六个，有人认为应包括“精室”，或泛指睾丸、附睾、精囊、前列腺等，也有生殖繁衍后代的作用，也能与肾的精气和冲、任二脉密切相关。《医经精义》说：“前阴有精窍，与溺窍相附，溺窍内通膀胱，精窍则内通胞室，女子受胎，男子藏精之所，尤为肾之所司”，即指此而言。

六气严重不足有什么表现？

（1）精脱则耳聋。
（2）气脱则目不明。
（3）津脱则腠理开，汗大泄。
（4）液脱则骨属屈伸不利，色夭，脑髓消，胫酸。
（5）血脱则色白夭然不泽。
（6）脉脱则脉空虚。

精的含义及生理功能是什么？

精是构成人体的基本物质，也是人体各种机能活动的物质基础。《素问·金匮真言论》说：“夫精者，身之本也。”《灵枢·经脉》篇又说：“人始生，先成精。”

人的身体，从外表来看，可以分为头、颈、躯干和四肢几部分。身体的表面是皮下组织、肌肉、骨骼、血液等。在颅腔、胸腔和腹腔

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

内，则分别有脑、五脏、六腑等脏器。上述种种器官虽然形态和功能各不相同，但都是由最基本的单位——细胞所构成，所以说细胞是构成人体和维持生命活动的基本单位。有人形象地称它为人体之“砖”。组成细胞的最基本的成分是蛋白质和核酸。这些概念在现代医学中是很明确的。

中医学中所谈的“精”，虽然也认为是构成人体的基本物质，又是功能活动的物质基础，但不像“蛋白质”、“核酸”、“细胞”等概念那样明确具体。对于中医学“精”的概念，概括历代诸医家的认识有两个：一是广义的概念，系泛指构成人体和维持生命活动的基本物质。从来源上分先天之精与后天之精；从功能上分脏腑之精和生殖之精。先天之精来源于父母，后天之精来源于饮食水谷。即饮食物经消化吸收后，变成水谷的精微物质，进人人体血液中，营养五脏，灌概六腑，从而保证了人体正常生长发育，以维持人体生命活动。由于这种水谷之精微，是由脾胃与其他脏腑协作所化生，所以称其为“后天之精”。后天之精输布到各脏腑，成为各脏腑活动的物质基础，故又称为“脏腑之精”。它包含血、津液等物质，这些又能滋养生殖之精。二是狭义的概念，指“肾”所藏的生殖之精。此精禀受于父母，是构成人体具有生命活力的原始物质。即《灵枢·决气》篇所说：“两神相搏，合而成形，常先身生，是谓精。”因它来源于先天，并有繁殖后代的作用，所以称“先天之精”或“生殖之精”。

目前，有少数人结合现代医学的观点，认为“精”即是指细胞而言。“先天之精”即是“种质细胞”，“后天之精”即是“体质细胞”。此提法尚有待于进一步研究和被广大学者所确认。

先天之精与后天之精，彼此是相互依存相互促进的。在胎儿形成之前，先天之精为后天之精储备了物质基础。胎儿形成与出生之后，后天之精不断供养先天之精，使之不断得到充养。二者相互依赖，相互为用。《素问·上古天真论》说：“肾者主水，受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛乃能泻。”说明后天之精不断地充养脏腑，而使机体

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

生长壮盛。同时，脏腑之精充盛，又不断地补充先天之精而蕴藏于肾。所以说，精既是生命活动的基本物质，同时又有生长发育、繁殖后代的生理作用。

气在生命活动中有什么重要作用?

气，在古代是人们对自然现象的一种朴素认识，认为气是构成世界的最基本的物质，宇宙间一切事物和现象都是由气的运动变化而产生的。所以在《公羊解诂》中说："元者，气也，无形以起，有形以生，造起天地。"在医学领域中则认为气是比精更微小的构成人体的基本物质，并以气的运动变化来说明人体各种生理现象和病理变化。

气的概念，《黄帝内经》中使用极广，有人认为它是《内经》中哲学和医学理论的基石。应该说《内经》发展了古代唯物主义的精气说，从而形成了比较系统的气的理论。从人体生命的产生及形体的构成、各种生理功能、病理变化、精神活动等等，无不用气的理论加以阐述。如《素问·宝命全形论》说："人以天地之气生。""天地合气命之曰人。"《六节脏象论》说："气和而生，津液相成，神乃自生。"《灵枢·决气》篇更具体指出："上焦开发，宣五谷味，熏肤、充身、泽毛、若雾露之溉，是谓气。"

综合上述内容，气的概念有两方面含义：一是指构成人体和维持人体生命活动的精微物质。即气是比精更微小、运动能力较强的物质，如水谷之气、呼吸之气等，由于其来源和分布部位之不同，故有着不同的名称，如元气、宗气、营气、卫气等。二是指脏腑组织的机能活动，如五脏之气、六腑之气、经络之气等等。精微之气正是通过脏腑组织的功能活动而表现其存在的。

精和气同是人体生命活动的物质基础，彼此能相互化生，故中医学认为"精能化气，气能生精"。

气在生命活动中具有十分重要的作用，人体的生长、发育、衰

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

老、死亡和疾病的发生发展都与气的盛衰、运动变化有关。《难经·八难》说："气者，人之根本也，根绝则茎叶枯矣。"

概括气的生理作用，可包括以下六个方面：

（1）气的动力作用：人体的生长发育，各脏腑经络的生理活动，血液的循行，津液的输布，均靠气的激发和推动。若气虚则动力不足，人的生长发育就会迟缓，脏腑经络的功能就会减退，或血行滞缓、或水液不化、津液不布、痰湿内生等。这种机械的动力，中医学认为是气的功能。

（2）气的温煦作用：人体的体温是相对恒定的，不会因外界温度的变动面发生明显变化，体温相对恒定的维持依赖于产热过程与散热过程之间的相对平衡。这种维持体温保持一定恒定也是气的作用。具体来讲，这是由于阳气的温煦作用维持的。《难经·二十二难》说："气主煦之。"《灵枢·本脏》篇说："卫气者，所以温分肉……"就是指气的温煦作用。如果阳气不足，气的温煦作用减退，则会出现畏寒、肢冷等阳虚表现。

（3）气的防御作用：在人的生命活动中，危害人体的因素不可胜数，而且经常存在着，如微生物、寄生虫、周围环境的各种不利因素等。即使是维持正常生命活动的因素，如日光、空气、水等等，在某种情况下，亦可因异常变化而成为危害人体的因素。但在多数情况下人体的防御机能都能有效地防止侵害，或者在体内截拦与围剿了这些不利因素，从而保证人体的健康。这种防御侵害维护健康的功能，中医学也认为是气的作用。如气能护卫肌表、防御外邪的人侵。《素问·遗篇·刺法论》说："正气存内，邪不可干。"这里所说的"邪"即是危害人体的因素，"正气"即是机体的防御作用。另外如邪已侵害机体，则气又能与其作斗争，或驱邪外出，或围剿消灭于内，使之恢复健康，故《灵枢·刺节真邪》篇说："虚邪之人于身也深，有所结，气归之；有所结，深中骨，气因于骨。"这里所说的"气归之"、"气因于骨"都是指正气聚积于邪气人侵之处，发挥其抗御和消灭外

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

邪之作用。临床常见的正气足邪气盛之实证，之所以病情表现比较剧烈和明显，正说明正气有抵御邪气侵犯的重要作用。

（4）气的固摄作用：主要是指气对腹腔脏器、体内的某些物质、某些代谢产物等，有固摄控制与调节作用。可表现于多方面，如气可固摄脏器的位置相对稳定，一旦气虚，固摄减弱，则脏器位置便会下移。其病理机制是“中气下陷”，如常见的子宫、胃、肾等脏器下垂及脱肛等。另外，表现在气能统摄血液，使血不溢于脉管之外，固摄肾精不致遗泄，控制汗与尿有节制的排泄等。若气虚不固，血失统摄则溢出脉外而导致出血诸证；精不固摄则滑精、遗精、早泄；汗、尿无制则自汗不止，或小便失禁等。

（5）气的气化作用：是指组成人体的物质，精、气、血、津液等相互转化，都是气运动变化的结果，实际上是体内新陈代谢的生理生化过程，即物质的转化与能量转化的过程。这个复杂的过程，中医学认为是由气在起作用。王冰注《素问·阴阳应象大论》说：“气化则精生，味和则形长。”这是指精气之间的相互化生，从固维持了人体的生长变化。有时中医学的“气化”概念也局限于指膀胱排尿作用，即《素问·灵兰秘典论》说：“膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出矣。”

（6）气的营养作用：主要是指饮食水谷中比较富有营养的物质——“营气”，也就是水谷精微之气，能营运于血脉之中，成为血液的组成部分而运达周身，发挥其营养作用。所以《素问·痹论》说：“营者，水谷之精气也，和调于五脏，洒陈于六腑，乃能入于脉也，故循脉上下，贯五脏、络六腑也。”

脾与精、气、血、津液生理上的联系有哪些？

脾为五脏之一，为精、气、血、津液化生之源，故称其为“后天之本”。精、气、血、津液是构成人体和维持功能活动的基本物

http://www.55188.com理想在线证券网

质，而这些物质的形成及生理功能都与脾有着密切的联系。

精，是构成人体的基本物质，也是人体各种功能活动（包括脾的功能活动）的物质基础。故《素问·金匮真言论》说："夫精者，身之本也。"人体除具有生殖作用禀受于父母的先天之精以外，其他所需物质（后天之精），主要来源于脾胃所化生的水谷精微，所以脾气健运，水谷得以化生，则后天之精充盈，不仅营养五脏六腑，维持生命活动，同时还滋养先天之精，使之旺盛，以繁衍后代。反过来，精气旺盛又能充养和维持脾的正常功能活动。

气、血也是组成形体和维持脏腑功能活动的物质基础，均由中焦脾胃化生水谷而形成。《灵枢·决气》篇说："中焦受气取汁，变化而赤，是谓血。"血与气，异名而同类，二者密不可分，对人体起着营养、推动与温煦的作用，所以它们既是构成脾的物质及脾脏功能活动的物质基础，又是脾脏功能活动的产物。脾气虚，健运功能减弱，必然影响气血的形成，气血不足就会导致脾功能的障碍。所以临床凡是气血虚衰的病人除针对性的补气、补血外，皆应强调益气健脾，以解决其根本。

津液的形成、输布与排泄，是一个比较复杂的生理过程，与脾、肺、肾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱等脏腑的生理活动密切相关。《素问·经脉别论》说："饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水精四布，五经并行。"说明体内的津液来源于胃受纳的水液，游溢的精气，通过脾的运化将其输布全身，同时上输于肺，再由肺宣发至脏腑与体表，故有"脾为胃

http://www.55188.com理想在线证券网

行其津液”之说。可见脾在津液的形成、输布与排泄过程中是起着重要作用的。若脾虚不能健运，则水湿不化，水液停留而成致病之邪气，可导致腹泻、水肿、痰饮等病证。反之若津液内停，水湿不化，又会围困脾气，使脾运化水湿的功能发生障碍。治疗前者当健脾利湿，增强脾的健运功能，后者当醒脾化湿，恢复脾的健运功能。

综上所述，脾与精、气、血、津液等物质的关系是极为密切的，生理上互相依存和互生，病理上相互影响，可谓是“盛则同盛，衰则同衰”。

什么是精、气、津、液、血、脉?

（1）精：具有生殖作用的物质，又称生殖之精。“两神相搏，合而成形，常先身生，是谓精”。

（2）气：上焦宣散到身体各部具有温煦、充养、润泽作用的气雾态、液态水谷精微物质。“上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉，是谓气”。

（3）津：水谷精微中，具有温煦、充实作用，而且可以由体表排出转化为汗的稀薄精微物质。“腠理发泄，汗出溱溱是谓津”。《灵枢·五癃津液别》曰：“水谷入于口……津液各走其道，故上焦出气，以温肌肉，充皮肤，为其津，其留而不行者为液。”

（4）液：作用并保存在体内，具有补益、润泽和润滑作用的质地清稀或黏稠的液态水谷精微物质。“谷入气满，淖泽注于骨，骨属屈伸，泄泽，补益脑髓，皮肤润泽，是谓液”。

（5）血：津液变化形成的红色液体叫血。“中焦受气取汁，变化而赤是谓血”。《灵枢·营卫生会》曰：“此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉，乃化而为血。”

（6）脉：约束限制气血运行的通道。“壅遏营气，令无所避，是谓脉”。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“营在脉中，卫在脉外”？

“营在脉中，卫在脉外”，是从营气柔顺、精专，卫气慓悍、滑疾的不同性质角度来认识的。营与卫相对而言，营为阴，卫为阳，故其运行之主流，营气在脉中，卫气在脉外。但是，两者在运行中又具有阴阳相随、内外相贯而“偕行”的关系。

营本属血，卫属气，脉内虽以血为主亦有气在，脉外虽以气为主亦有营血。营在脉中，循脉上下，贯五脏，络六腑；卫循皮肤之中，分肉之间，熏于肓膜，散于胸腹，充皮肤，肥腠理，司开合。

元气、宗气、营气、卫气的生成及生理功能怎样？

元气，又称原气、真气、真元之气。“元气”最早见于《难经·三十六难》：“命门者，诸神精之所舍，原气之所系也。”多数学者认为元气禀受于先天，由先天之精所化生，藏之于肾，但又必须依赖后天之精气的不断滋养，才能不断地发挥其作用。所以《灵枢·刺节真邪论》说：“真气者，所受于天，与谷气并而充身者也。”它经三焦通达全身。周身脏腑组织器官得到元气的激发和推动，从而发挥各自的功能，维持人体的正常生命活动。五脏六腑之气的产生也要根于元气的资助。因此，元气愈是充沛，脏腑功能就愈旺盛，身体也就健康少病。反之，如先天禀赋不足，或久病损伤元气，则脏腑气衰，体弱多病。

http://www.55188.com理想在线证券网

宗气，是由自然界吸入之清气和经由脾胃消化吸收得来的水谷之精气结合而成（部分学者认为“真气”是宗气而不是元气，所以引“真气者，所受于天，与谷气并而充身也”来解释它的形成和生理功能）。宗气形成于肺而积于胸中，能助肺司呼吸，助心以行血。因此，凡呼吸、声音的强弱以及气血的循行，都与宗气有关。《灵枢·邪客》篇说：“故宗气积于胸中，出于喉咙，以贯心脉，而行呼吸焉。”《灵枢·刺节真邪论》又说：“宗气不下，脉中之血，凝而留止。”这不仅说明了宗气有推动呼吸和运行营血的功能，同时也指出了宗气不足，则会引起血脉凝滞等病变。

营气、卫气都是水谷精微所化生的精气。《素问·痹论》说：“营者，水谷之精气也。”《灵枢·营卫生会》篇又说：“谷入于胃，以传于肺，五脏六腑皆以受气，其清者为营，浊者为卫，营在脉中，卫在脉外。”指出营气、卫气都源于中焦饮食水谷所化生。其中柔和精纯的部分与血液共同运行于脉中，是血液化生和组成的重要成分，并有营养全身之作用，故称“营气”。也就是《灵枢·邪客》篇所说：“营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血，以荣四末，内注五脏六腑。”

卫气的作用与营气不同。《素问·痹论》说：“卫者，水谷之悍气也，其气慓疾滑利，不能入于脉也，故循皮肤之中，分肉之间，熏于肓膜，散于胸腹……”说明卫气性慓悍滑疾，行于脉外，循皮肤分肉之间，有“温分肉、充皮肤、肥腠理、司开合”等卫外作用。

根据历代各家之说，一般认为卫气为肾中阳气所化生，本源于先天，故有“卫出下焦”之说；又有认为卫气行于脉外，循皮肤分肉之间，其敷布又与上焦肺的宣发功能有关，故《中藏经》又说“卫出上焦”；又因卫气是由水谷之精微所化，故称“滋养于中焦”。根据卫气的产生、滋养、敷布和生理作用，与上、中、下三焦密不可分。故总结出卫气的形成和功能“根源于下焦，滋养于中焦，开发于上焦”之概念，比较全而。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气的升降出入是如何通过脏腑的生通功能体现出来的?

气的升降出人，也叫“气机升降”，是气在人体内运动的最基本形式。人体脏腑、经络、腠理、官窍等都是气升降出人的场所，故《素问·六微旨大论》说：“升降出人，无器不有。”气机的升降规律，主要体现于脏腑的各种机能活动和各种物质的代谢运动。人体是一个统一的整体，一般来说，心肺在上，在上者宜降；肝肾在下，在下者宜升；脾胃居中，为上下升降之枢纽。如肺气清肃下降，肝气条达升发，从而使气机调畅、气血上下通达，脾气主升（升清），胃气主降（降浊），共同维持饮食物的消化、吸收和输布、排泄。心为火，位于上，心火须下济肾水而使肾水不寒；肾为水，位于下，肾水须上滋心阴，而使心阳不能独亢，这种水火（心肾）上下互济的关系中医学称之为“心肾相交”，或叫“水火既济”。气机的运动是维持生命活动的根本。所以《素问·六微旨大论》说：“出人废则神机化灭，升降息则气立孤危，故非出人则无以生长壮老已，非升降则无以生长化收藏。”就是说气的升降出人运动，存在于整个生命活动的始终，若一旦气机运动停止，生命活动也就终止。

什么是“五液”，其临床病通表现如何?

“五液”，在《内经》中有两种说法：一是《素问·宣明五气》篇说：“五脏化五液，心为汗、肺为涕、肝为泪、脾为涎、肾为唾，是谓五液。”即“五液”是指汗、涕、泪、涎、唾而言。二是《灵枢·五癃津液别》篇说：“水谷人于口，输于肠胃，其液别为五，天寒衣薄则为溺与气，天热衣厚则为汗，悲哀气并则为泣，中热胃缓则为唾。邪气内逆，则气为之闭塞而不行，不行则为水胀。”即“五液”是指溺、汗、泣、唾、水而言。亦称之为“津液五别”。由于肾

http://www.55188.com理想在线证券网

主水，五液与肾脏关系密切，如李士材说："肾水主五液，五气所化之液，悉归于脉。"

心主血，血汗同源，所以"汗为心之液"。在病理上出汗过多，易耗伤心血，则见心悸、心慌。阳气熏蒸津液出皮毛而为汗，汗多不仅要伤津耗液，同时也会耗伤心气，故大汗淋漓不止就有可能导致亡阳的病变。也就是常说的"气随液脱"。《灵枢·营卫生会》篇说："夺血者无汗，夺汗者无血。"临床若心气或心血不足亦可引起病理性的汗出。如心气虚的"自汗证"，心血、心阴虚的"盗汗证"，在诊断上都有一定的意义。

涕出于鼻，鼻为肺窍，故"涕为肺液"。肺司呼吸，鼻为气之通路，肺和则气道通畅且能辨别五气（五种气味）。若肺发生病变，则涕也会异常，可以从涕之改变作为肺病辨证的根据之一。若鼻干无涕，往往是肺阴虚，或津液不能上承所致；若鼻流清涕，常为风寒束肺，肺气失宣所致；若鼻流黄浊脓涕，常为热毒壅肺，肺失清肃所致等等，均可作为临床辨证之重要参考。

泪出于目，目为肝之窍，故"泪为肝液"。生理情况下，泪可滋润眼目，使之濡而不干涩，并能经常冲洗异物，维护目内之洁净。若发生病变时则泪的分泌出现异常。如肝阴虚，津液不足，泪无所化，则两目失养而干涩；肝经感受风邪则迎风流泪而两目作痒，如肝经有热，热泪胶黏，两目畏光作痛，若肝肾阴虚、老年气血虚弱，亦可见冷泪长流不止等。对于临床辨证与诊断均有一定参考意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

“唾为肾之液”，张志聪在《黄帝内经素问集注》中说：“肾络上贯膈入肺，上循喉咙挟舌本，舌下廉泉玉英，上液之道也，故肾为唾。”唾，似指舌下腺所分泌之唾液，为肾所主。生理情况下唾液有滑润口腔、湿润食物及清洁口腔等功能。但病变时肾会发生异常，如肝肾阴虚，唾无所化则感口干舌干，入夜尤甚。另外《灵枢·五癃津液别》篇说：“中热则胃中消谷，消谷则虫上下作，肠胃充郭，故胃缓，胃缓则气逆，故唾出。”说明胃中有热，则虫动荡于肠胃之故，气上逆故导致唾液增多。从临床上观察，有些则是胃排空有饥饿感时，出现的逆蠕动，而造成口腔分泌液增加，唾而不止，尤其青少年较多见。当然亦可因肾虚水泛而见多唾或唾液滑冷。

涎出于口，口为脾之窍，故曰“涎为脾之液”，且常与唾合称涎唾或唾液。有人认为涎是腮腺分泌液，有其一定道理。但如果说涎是口腔分泌液的总称似更合适。因脾开窍于口，胃与脾相互协作，脾胃功能正常，水湿得以运化，则津充液足而口中和，不燥不淡，食则能辨五味。若脾胃虚寒，水液不化，冷涎上逆则口淡乏味，泛恶涎多，若胃火炽盛，热灼津伤则口燥涎少，若胃有停食、虫积或湿热蕴结，则常见口角涎液自流，入睡尤甚，小儿更为常见。

总之，正如《黄帝内经素问集注》所说：“水谷入口，其味有五，津液各走其道，五脏受水谷之津，淖注于外窍而化为五液。”又说：“五液者，肾为水脏，受五脏之精而藏之，肾之液，复入心而为血，入肝为泪，入肺为涕，入脾为涎，自入为唾。是以五液皆咸。”所以五脏所主五液是津液淖注于外窍而致，而肾主水，故五液皆与肾有关。临床可以通过五液各自病理变化，分析判断本脏的病变，甚或作为肾病辨证的参考。

血液的生成与运行与哪些脏器关系密切？

中医学认为血液的化生主要与脾胃和肾有着密切的关系。脾胃是

http://www.55188.com理想在线证券网

气血化生之源，脾胃消化和吸收的水谷精微物质，经过生理变化而成为血液。《灵枢·决气》篇说："中焦受气取汁，变化而赤，是谓血。"《灵枢·邪客》篇又说："营气者，泌其津液，注之于脉，化以为血。"另外，中医学还认为精血之间可以互相化生。肾主藏精，主骨生髓，精髓可以化生为血。如《张氏医通》说："精不泄，归精于肝而化清血。"所以病理上血耗与精亏常常是相互影响的。

关于血液的生成，尽管中医学理论不可能从微观上阐述得十分深刻和具体，但从脾胃所吸收之营养物质，可以变化生成血液、精血又可以互化来看，与现代医学对血液生成的认识是有共同之处的。现代医学认为最主要的造血器官是骨骼中的红骨髓，红骨髓可以制造红血细胞、有粒白细胞、血小板、淋巴细胞以及单核细胞等。所以中医学认为"肾藏精"、"生髓"、"精血互生"是有道理的。在血液形成过程中水分、蛋白质和铁是重要的原料。另外还有促进血球发育成熟的一些物质，如维生素 B_{12}、叶酸等。这些营养物质皆为脾胃中焦水谷之精微所化。故中医学说"中焦受气取汗，变化而赤，是谓血"也是有其科学根据的。

血液之所以能昼夜不停，几十年如一日地在脉管中奔流不息，中医学认为主要是靠心气的推动，心脏和血管在结构和机能上是密不可分的。心脏连着血管，血管连着心脏，组成了无端的循环途径。如心气虚弱不足，推动血液运行无力，则血流缓弱，甚或血滞脉中。另外血液正常循行于脉中而不溢出脉外，以及根据全身生理活动的需要而调节其血量的供应，这还要靠脾与肝的作用。脾气有统摄

http://www.55188.com理想在线证券网

血液，使之不溢于脉外的作用，所以当脾气虚时，不仅影响血液的化生，而且也往往影响其循行，使血失统摄，溢出于脉管之外。临床可见各种出血证，如崩漏、便血、皮下出血等。脾气的这种功能叫“脾统血”。

血液主要营养人体，供各组织器官功能活动之需要。但在不同功能活动的情况下，各脏腑组织器官所需血量有所不同，这种有机的调节，主要是由肝来主司。所谓“肝藏血”，是指既贮藏又能进行调节，故王冰注《内经》说：“肝藏血，心行之，人动则血运于诸经，人静则血归于肝脏。”所以血液能循环流行全身，是与心气的推动、脾气的统摄，以及肝气的贮藏和调节密切相关的。

肾的“升清降浊”与脾胃“升清降浊”之间有什么不同？

“清”、“浊”这一相对的概念，在中医学中含义较广。

“升清”是新陈代谢运动的一种表现形式。升，除有向上向外的含义外，还有保留于体内供体内需要之意。清，在一般情况下是指对人体的活动有益物质而言的，即“精微”（也可能是水分，也可能是营养物质，或者是氧气等）。所以说“升清”，实际是在饮食物消化运输过程中将其有用的精微物质，用不同的方式保留于体内，以供人体各部分活动的需要。“降浊”同样也是新陈代谢运动的一种表现形式，与“升清”是相辅相成的。降，除有向下趋势外，还有排出体外之意。浊，在一般情况下是指在代谢过程中（或代谢运动的某一阶段）多余的，体内不需要的物质，即“辅粕”、“废物”（可能是多余的废水，也可能是食物的残渣，或者是浊气等）。所以说“降浊”，实际是指在饮食消化输布过程中将其无用的“糟粕”、“废物”用不同的方式，通过不同的途径排出于体外。

肾的升清降浊功能，是指肾在整个气化过程中元气发挥的作用。如在水液代谢过程中有清有浊，清中有浊，浊中有清，清者上升，浊

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

者下降，清升浊降在体内不断地运动。具体来讲是饮食入于胃，津液由胃、小肠、经脾的吸收和转输，上输于肺。肺中之津为清，其清中之清者，经肺气的宣发、心脉的运载，布散于皮毛、肌腠等各组织器官。清中之浊，通过肺气肃降，经三焦水道，下降于肾。归于肾的水液为浊，经肾阳的蒸化，其中浊中之清，复化气上升于肺而布散周身，浊中之浊下降注入于膀胱成为尿液排出体外。在这一过程中各脏腑功能都离不开肾阳的温煦，所以说肾的“升清降浊”除了指肾主水液代谢功能而外，还包括了整个物质代谢原动力的含义。

脾胃的“升清降浊”，是指脾胃一脏一腑对水谷消化吸收与输布的协调作用，脾气升清，胃气和降，二者的功能既对立又统一。脾主升，是说脾不仅消化水谷，而且还能吸收和输布水谷精微。脾的这种生理作用，主要体现在上归于肺的过程，即“脾气散精，上归于肺”，脾居中焦，肺居上焦。故曰“脾主升”。其所升之物质是水谷精微，所以称为“升清”。胃主降，是说胃除腐熟与消化水谷之外，还包括有向下传递食糜到小肠的作用，胃的向下传导是胃气和降的具体表现，只有胃气和降功能正常，食糜才能有规律地下降传至小肠，而进行泌别清浊的吸收活动，并保持胃、肠虚实更替，“实而不满”的生理状态。脾胃的“升清降浊”，是相互协调的，一方失调，必影响另一方异常。叶天士说：“纳食主胃，运化主脾，脾升则健，胃降则和。”所以说，脾胃的“升清降浊”是指脾与胃一脏一腑相互协调，共同合作完成饮食水谷消化、吸收和输布的作用而言的，与肾的“升清降浊”含义是不同的。

气血有哪些相互关系？

气与血都是构成人体的基本物质，皆化源于水谷精微和肾中的精气，在生成、运行和发挥作用方而，都有赖于肺、心、脾、肾、肝等脏的功能活动。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气与血密不可分，既相互对立又相互依存，共同维持人体生理活动 所以《难经·二十二难》说："气主煦之，血主濡之。"功能与物质是不可分的，具体表现可从以下两方面理解：

（1）气与血的关系，可以概括为"气为血帅"。

①气能生血。血液的物质基础是精，而促使精化为血液，则有赖于气的作用。如，脾气旺盛健运，则化生血的功能亦强，心血和肝血充盈，表现于外则面色红润，两目视物清晰。若脾气虚不能运化水谷、则化血无源．而导致心血虚或肝血虚，表现于外则面色不华，两目无神视物昏花，气短乏力，心悸等。所以说"气旺则血充，气虚则血少"。故在临床治疗血虚证时常于补血药中配以益气药物．其道理就是"气能生血"。

②气能行血。血液循行的动力是气的推动。故《血证论·阴阳水火血气论》中说："运血者，即是气。"具体体现在心气的推动，肺气的敷布，肝气的疏泄等方面。在病理上、气的功能障碍，如气虚或气滞、气逆，也常可引起血行不利，甚或见血瘀、血涌于上等。如心气虚，心阳不振，鼓动无力，可出现心血瘀阻、左胸刺痛；肝气郁结气机不畅，可导致肝经血瘀、两胁刺痛，甚或癥瘕积聚，或妇女经闭腹痛。若肝气上逆，则血随气涌、面红目赤、头晕头胀等。所以临床治疗血瘀证时不但采用活血化瘀之法，更应辨其不同的病因面分别并用补气、行气、破气、降逆等药物以达治本之目的、才能获得满意疗效。

③气能摄血。主要指脾气对血液的统摄作用，使其正常循行于脉管中而不溢出于脉外，即是"气生成于血中，而固护于外"。如脾气虚，统摄功能失常，则血溢脉外，可导致出血证，如皮下出血（亦称"肌衄"）、子宫出血、大便下血等 所以治疗因气虚面导致的出血证时，当以补气摄血为主，气盛统摄有权，血可自止。

（2）血与气的关系，可以概括为"血为气之母"、"血为气之腑"。《血证论·阴阳水火血气论》说："守气者，即是血"，《灵

http://www.55188.com理想在线证券网

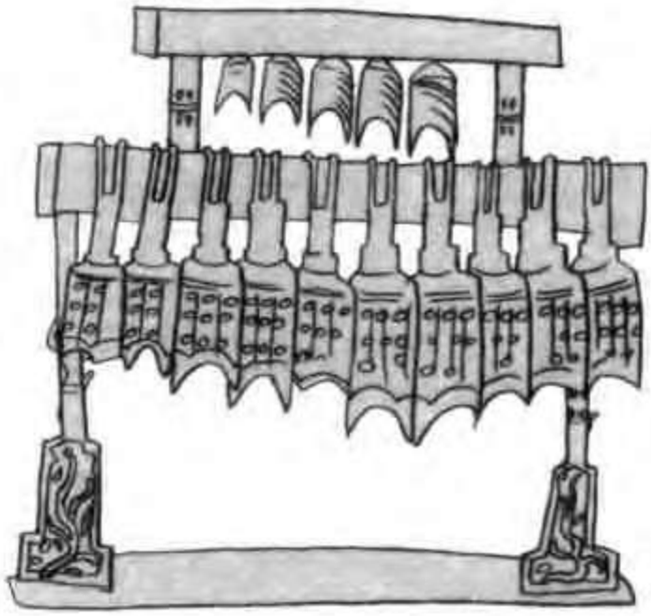
枢·营卫生会》篇说："营行脉中"，即指营气存在于血脉之中。

气之所以能行血，因血能载气，若气不附藏于血中则气将涣散不收而无所归。气附存于血中，血以载气并不断为气的功能活动提供水谷精微，使其不断得到营养补充，故血盛则气旺，血虚则气衰，血脱气亦脱，即血病气亦病。临床血虚病人多有气短、乏力、懒言等症。若失血过多气随血脱，卫气不固于肌表而津液外泄，可见大汗淋漓不止；若血液瘀阻常可导致气机不畅，如跌仆损伤，伤及血络而出血，血瘀于内，导致胸闷、便结等。治疗时除采用活血化瘀外还应酌情加入一定行气的药物，方可达到治疗的目的。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

七 经络衍说



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说风者百病之始也?

风为百病之始，原因在于：其一，风为六气之首，四时常在，寒暑燥湿莫不缘风而伤人，发生不同性质的外感疾病；其二，风本身善行而数变，其引起的疾病动而不居，如风气胜者为行痹。

《内经》中冲、任、督脉的起始与主要循行路线是什么?

冲脉起于气街，分为上下循行两大支。上支从气街上行至胸中，《素问·骨空论》曰："冲脉者，起于气街，并少阴之经，侠脐上行，至胸中而散。"其下行支，从气街，循阴股至足。《灵枢·逆顺肥瘦》记载："夫冲脉者……其下者，……出于气街，循阴股内廉，入腘中，伏行骭骨内，下至内踝后属而别。"

任脉，起于中极之下，沿腹正中上行至目。《素问·骨空论》记载："任脉者，起于中极之下，以上毛际，循腹里上关元，至咽喉，上颐，循面入目。"

督脉，分背部循行和腹部循行。有两个起始点。腹部向上循行起于少腹以下骨中央（长强穴处），与少阴经相合，并行于目。即《素问·骨空论》所说："其少腹直上者，贯脐中央，上贯心，入喉，上颐环唇，上系两目之下中央。"其背部向下循行，起于目内眦，从项，挟脊下行篡间。正如经文所说："督脉者……与太阳起于目内

http://www.55188.com理想在线证券网

瞤，上额交巅上，入络脑，还出，别下项，循肩膊内，侠脊抵腰中，入循膂络肾，其男子循茎下至篡，与女子等。”督脉的腹背循行主要路线形成一个环路。

什么叫经络？

经络，是经脉和络脉的总称。《医学入门》说：“经者，径也，经之支派者为络”。经，与径通义。即是气血循行之路径。经脉是经络系统的纵行干线。络，即网络，是经脉的大小分支，纵横交错，遍布全身内外上下。所以说，经络是运行全身气血，联络脏腑肢节，沟通上下内外，调节体内各部分的通路。

从古书记载来看，经络是人体内部客观存在的结构，是有物质基础的。根据《素问》和《灵枢》中一些有关经络的形态、循行分布、生理功能以及病理现象等方面的资料记载，可以综合出中医的经络是一个含义很广的概念。似乎包括了现代医学中的脉管系统、神经系统、神经体液调节系统的部分形态和生理功能及病理现象。所以目前有人说经络不存在一个单独性实体，但它又是客观存在，其实质就是整个人体，是人体所有器官功能活动与病理变化的综合表现。

关于经络实质的研究，目前虽有进一步的发展，各种论点或假说（如经络波导等假说）相应产生，但要真正阐明经络的本质，并获得广大学者之公认，尚需进行长期深入的研究和探讨。

经络系统是由哪些部分组成？

经络系统是由经脉和络脉组成的。其中经脉分为“正经”和“奇经”两大类，为经络系统的主要部分。正经有十二，即手足三阴经和手足三阳经，合称“十二经脉”。奇经有八，即督、任、冲、带、阴维、阳维、阴跷、阳跷，合称“奇经八脉”。络脉有别络、浮

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

络、孙络之别。别络较大，共有十五。其中十二经与任、督二脉各有一支别络，再加脾之大络，合称“十五别络”。络脉之浮行于浅表部位的称为“浮络”。络脉最细小的分支称为“孙络”。此外还有十二经别、十二经筋和十二皮部等。经络组成表如下：

- 经络系统
  - 经脉
    - 十二正经
      - 手
        - 三阴
          - 手太阴肺经
          - 手少阴心经
          - 手厥阴心包经
        - 三阳
          - 手阳明大肠经
          - 手太阳小肠经
          - 手少阳三焦经
      - 足
        - 三阴
          - 足太阴脾经
          - 足少阴肾经
          - 足厥阴肝经
        - 三阳
          - 足太阳膀胱经
          - 足阳明胃经
          - 足少阳胆经
    - 奇经八脉
      - 督　脉
      - 任　脉
      - 冲　脉
      - 带　脉
      - 阳维脉
      - 阴维脉
      - 阳跷脉
      - 阴跷脉
  - 络脉
    - 别络——共十五、由本经别走相表里的经脉
    - 浮络——浮行于浅表部位
    - 孙络——别络分支细小者
  - 其他
    - 十二经别——十二正经别出的经脉
    - 十二经筋——联缀百骸
    - 十二皮部——分周身皮表为十二部分，与十二经循行部位相应

经络学说在中医学理论体系中有何理要意义?

经络学说是祖国医学理论体系的重要组成部分，是在长期同疾病斗争中逐渐形成和发展起来的，对于我国劳动人民防病治病有着十分重要的意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阐述人体的生理功能：经络系统遍布全身，气、血、津液主要靠经络为运行途径，才输布人体各部，发挥其濡养、温煦等作用。脏腑之间，脏腑与人体其他各部分之间，也是通过经络维护其密切联系，使其各自发挥正常功能。《灵枢·本脏》篇说："经脉者，所以行血气而营阴阳、濡筋骨、利关节者也。"经络本身的功能活动称为"经气"，主要表现为经络的反应性及传导作用，针刺治疗时的所谓"得气"，应该说是"经气"功能活动的表现。

解释病理现象：外邪侵犯人体，通过经络而由表入里，损及内脏。如《素问·缪刺论》说："邪之客于形也，必先舍于皮毛，留而不去，入舍于孙脉；留而不去，入舍于络脉，留而不去，入舍于经脉，内连五脏，散于肠胃，阴阳俱感，五脏乃伤，此邪之从皮毛而入，极于五脏之次也。"即脏腑病变，也可通过经络影响到人体的其他部分。某些脏腑发生病变，邪气循着本经的途径影响所联系的部位和器官。如肝火上炎则火邪伤目，出现目赤红肿疼痛；又肝火灼伤肺阴，则干咳少痰，或痰中带血；若心血瘀阻则连及肩背作痛，是因心的经脉不利，血瘀不行而致；若心火下移可影响小肠，出现尿赤灼痛；若肾虚水湿不化，上凌于心，则心悸怔忡、尿少身肿等等。另外脏腑的病变还可通过经络传于体表，在体表相应部位有压痛、充血或肿物等改变。这种变化常可用以帮助诊断有关内脏的病变。

指导临床诊断与治疗：经络学说之所以能指导临床诊断和治疗疾病，是在于经络的循行部位有一定的规律，经络与内脏有一定的联系，各经的病证特点以及经络之间互相密切联系，故可作为依据。比较常用的是，根据病变部位结合经络的循行规律、辨别与诊断证候的，称为"分经辨证"，根据经络生理病理特点，进行治疗选穴用药的，称为"循经取穴"与"分经用药"　例如，额颅、面颊、牙齿、口唇、喉咙等部位是足阳明胃经和手阳明大肠经循行部位。因此，前额头痛、风火牙痛、咽部红肿等疾病可以诊断为阳明经病证，再根据病证的虚实寒热加以施治。如针刺治疗可用"循经取穴"方法，选

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

刺颊车、下关、足三里、内庭等足阳明胃经的穴位，若采用“临经取穴”方法，则可选刺合谷、商阳等大肠经穴位。若用药物治疗，可根据药物的性味、归经、功用等，选用清散阳明风火的葛根、升麻、白芷、防风等药物。若清泄阳明实热，可选用石膏、知母、芦根等药物。足阳明经属胃络大肠，故也可使用大黄、芒硝等荡涤肠胃热结的药物。目前广泛用于临床外科各种手术的针刺麻醉术，也是在经络学说理论的指导下发展起来的，同时又把中医经络学说的理论研究更加深入地向前发展一步。

骨空的概念与作用是什么?

骨空是附属于不同种类骨骼或骨壁所固有的能够通行于经络气血精微物质和交通代谢产物的大小、形态不同的洞眼的统称。骨空的作用：

（1）接受向骨内输送的营养物质。

（2）排放骨内向外排出的代谢产物。

（3）作为俞穴定位的参照。

十二正经的走向交接规律和阴经阳经的表里关系如何?

“正经”，是与“奇经”相对而言的。有手太阴肺经、手厥阴心包经、手少阴心经，合称手三阴经。手阳明大肠经、手少阳三焦经、手太阳小肠经，合称手三阳经。足太阴脾经、足厥阴肝经、足少阴肾经，合称足三阴经。足阳明胃经、足少阳胆经、足太阳膀胱经，合称足三阳经。由于上述各经都有一定循行的规律，有固定的输穴和主病，阴经阳经相互之间，表里相合，每条经又都与脏腑有直接络属关系，是全身运行气血，联络上下的主要通道，故称“正经”，其数为十二，又称“十二正经”。

http://www.55188.com理想在线证券网

其走向与交接规律是：手三阴经，从胸走手，交手三阳经；手三阳经，从手走头，交足三阳经；足三阳经从头走足，交足三阴经；足三阴经，从足走腹至胸交手三阴经，相互依次衔接，构成“阴阳相贯，如环无端”的循环经络通路。

十二正经，内系五脏六腑，阴经属脏络腑，阳经属腑络脏，十二经脉分别络属于相应的脏腑，从而构成脏腑阴阳表里相合关系。即手阳明大肠经与手太阴肺经互为表里；足阳明胃经与足太阴脾经互为表里；手少阳三焦经与手厥阴心包经互为表里；足少阳胆经与足厥阴肝经互为表里；手太阳小肠经与手少阴心经互为表里，足太阳膀胱经与足少阴肾经互为表里。

循行路线的分布规律是：凡具有表里关系的经脉，均分别循行于四肢内外两个侧面的相对位置（只有足厥阴肝经与足太阴脾经在下肢内踝上八寸处交叉，即交换前后位置），并在手、足或头部相互交接。由于手足十二经脉存在表里关系，所以在生理上是彼此相通的，在病变时也是相互影响的。

十二经脉在身体各部位分布大概情况：

头部：阳明经行于面部，太阳经行于面颊、头顶及头后部；少阳经行于头两侧。

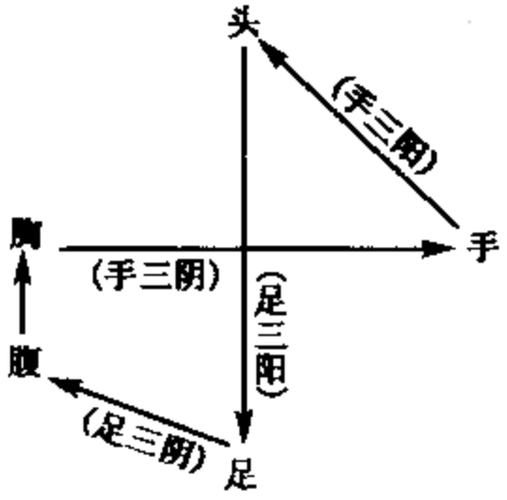
躯干：足少阴肾经、足阳明胃经、足太阴脾经，以自内向外的顺序分布于躯干前面；足太阳膀胱经分布于躯干后面；足少阳胆经，足厥阴肝经分布于躯干的两侧。

四肢：手足太阴经（肺、脾）、手足厥阴经（心包、肝）、手足少阴经（心、肾），以由前至后的顺序分布于上肢、下肢内侧面；手足阳明经（大肠、胃）、手足少阳经（三焦、膀胱）、手足太阳经（小肠、膀胱）以由前至后的顺序分布于上

http://www.55188.com理想在线证券网

肢、下肢外侧面。

十二正经走向与交接规律示意图表如下：



十二正经表里关系示意图表如下：

	阴经（里） 阴经（表）
手 经	手太阴肺经→手阳明大肠经 手少阴心经→手太阳小肠经 手厥阴心包经→手少阳三焦经
足 经	足太阴脾经→足阳明胃经 足少阴肾经→足太阳膀胱经 足厥阴肝经→足少阳胆经

身体各部位十二正经分布示意图表如下：

部	位	正经分布
头 部	面 部	足阳明胃经，手阴明大肠经
	面颊 头顶 后头	手太阳小肠经，足太阳膀胱经
	两 侧	手少阳三焦经，足少阳胆经

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

部	位	正经分布
躯干	腹侧	自内向外：足少阴肾经，足阴明胃经，足太阴脾经
	背侧	足太阳膀胱经
	两侧	足少阳胆经，足厥阴肝经
上肢	内侧	前缘　手太阴肺经，中线　手厥阴心包经 后缘　手少阴心经
	外侧	前缘　手阳明大肠经，中线　手少阳三焦经 后缘　手太阳小肠经
下肢	外侧	前缘　足阳明胃经，中线　足少阳胆经 后缘　足太阳膀胱经
	内侧	前缘　足太阴脾经，中线　足厥阴肝经 后缘　足少阴肾经

注：在小腿下半部和足背部，肝经在前，脾经在中线，至内踝上八寸外交叉之后，脾经在前、肝经在中线。

十二经脉盛虚的治则治法有哪些？

即“盛则泻之，虚则补之”、“不盛不虚，以经取之”。

（1）盛、虚的诊断：据“经脉者常不可见也，其虚实也，以气口知之”，则知通过切脉的方法，确定经脉气血的盛虚。

（2）分别十二经气血的虚实法：

①通过寸口、人迎对比诊法，确定病在阴经或病在阳经。《灵枢·四时气》曰：“气口候阴，人迎候阳也。”即气口候于足三阴经，人迎候手足三阳经。

②根据气口、人迎脉的差度的大小与静躁，确定病在某一阴经或阳经。其诊断标准《灵枢·终始》规定：“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，病在足阳明，三盛而躁，病在手阳明”，“脉口一盛，病在足厥阴，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

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

阴”。

至于如何实施针刺补泻，《灵枢·终始》又指出“人迎一盛，泻足少阳而补足厥阴，二泻一补……脉口一盛，泻足厥阴而补足少阳，二补一泻”。从经文中可以看出经脉气血虚实在人迎、寸口诊相对比较下确定的。其治疗是表里补泻之法同时实施，补泻兼顾，使表里经气调。

“不盛不虚，以经取之”，《灵枢·终始》曰：“阴阳不相移，虚实不相倾，取之其经”。即人迎、寸口对比诊，上下之脉无明显差别，则治疗有病的经脉。如何选择治疗的经脉？当根据各经是动则病，是主所生病的临床现象判断。

十二经脉气血虚实的治则治法是怎样的？

十二经脉均有“盛则泻之，虚则补之，热则疾之，寒则留之，陷下则灸之，不盛不虚以经取之”的治则治法。

“盛则泻之，虚则补之”是以人迎、寸口脉的强弱对比确定盛虚而制定的补泻原则与治法。脉盛者采取泻法，虚者采取补法。往往是针对实经或虚经为主采取泻法或补法，同时考虑表里经关系而对相对之经采取补法或泻法治疗，使表里经气血平调。

“热则疾之，寒则留之”是针对经脉气血的寒热反应而制定治疗时间长短的治则治法。寒、热是经脉之气变化而出现的或寒或热的病机或临床证候的属性。“疾”与“留”是治疗时间的长短的治则治法，《灵枢·九针十二原》提出：“刺诸热者，如以手探汤；刺寒清者，如人不欲行。”

“陷下则灸之”，陷下，一般皮部血络塌瘪。灸，指用艾壮点燃加热治疗。《灵枢·官能》篇指出：“针所不为，灸之所宜。”灸之补法是艾壮置于所灸之处，点燃，自然燃烧至火灭。

“不盛不虚，以经取之”，即人迎、寸口对比诊，上下之脉无明

http://www.55188.com理想在线证券网

显差异，则根据是动则病、是主所生病的临床疾病现象选择主病之经脉，正如《灵枢·终始》指出“阴阳不相移，虚实不相倾，取之其经”。

十二经脉气血流注次序如何？

根据《灵枢·经脉》篇记载经脉从手太阴肺经开始，终于足厥阴肝经。可以将十二经脉气血流注次序归纳为：手太阴肺经→手阳明大肠经→足阳明胃经→足太阴脾经→手少阴心经→手太阳小肠经→足太阳膀胱经→足少阴肾经→手厥阴心包经→手少阳三焦经→足少阳胆经→足厥阴肝经→复会于手太阴肺经。

经脉、络脉浅深分布的区别及诊查方法是什么？

经脉、络脉深浅分布的区别：经络的深浅分布，一般而言，十二经脉潜行分布于分肉之间而不能显露，仅有足太阴经过内踝以上五寸一段能显露。而络脉一般分布较浅，皮部可以显露。如《灵枢·经脉》篇记载：“经脉十二者，伏行分肉之间，深而不见。其常见者，足太阴过于内踝之上，无所隐故也。诸脉之浮而常见者，皆络脉也。”

诊察方法：经脉的诊查方法有切脉法。《灵枢·经脉》篇指出：“经脉者，常不可见，其虚实也以气口知之。”至于足太阴

http://www.55188.com理想在线证券网

脾经过内踝表露的一段，则可望诊，亦可用弹、按、切脉法（《素问·三部九候论》）。

络脉的诊查方法：望诊、切（扪）诊。《灵枢·九针十二原》指出："血脉者，在俞横居，视之独澄，切之独坚。"

络脉诊的诊病意义是什么？

络脉诊，主要通过对络脉的色、质、形态的变化情况辨别疾病。

（1）根据络脉的颜色变化辨病之寒热。一般而言，络脉见赤色或黄赤色主热；青色或青黑色主寒。

（2）根据络脉的形态变化辨虚实。一般而言，皮部络脉过度充盈，则为邪气壅盛或络脉中气血过盛；络脉局部有结节样变化且质地坚，说明局部有瘀滞。如果络脉空虚、塌陷，说明气血虚不能充形。

（3）根据络脉的分布及络属判断经脉病。凡是经脉循行部位的络脉色、质、形的改变及产生的病证，除络脉自身改变，尚与络脉所属的经脉相关。

十二别络的名称与走向特点是什么？

十二别络的名称：手太阴之别——列缺；手少阴之别——通里；手心主之别——内关；手太阳之别——支正；手阳明之别——偏历；手少阳之别——外关；足太阳之别——飞阳；足少阳之别——光明；足阳明之别——丰隆；足太阴之别——公孙、大包；足少阴之别——大钟；足厥阴之别——蠡沟。

走向特点：十二别络的走向各不尽一致，大体有四种情况：

（1）与经脉走向方向一致，如手太阴之别。

（2）与经脉走向方向相反，如手少阴之别。

（3）阴经、阳经的别络与相表里的阴经、阳经相入合，如足阳

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

明与足太阴之别。

（4）多分支构成网络，如脾之大络。

任、督、冲、带各脉有什么功能?

任、督、冲、带脉，皆为奇经。人体奇经有八，即任脉、督脉、冲脉、带脉、阳跷脉、阴跷脉、阳维脉、阴维脉。这八脉的循行没有共同规律，多为“别道奇行”，又与脏腑没有直接的络属关系，相互间也没有表里相合，故与十二正经不同，所以称“奇经”。因数为八，又称“奇经八脉”。任、督、冲、带为其中之四。

任脉，起于中极之下，在女子相当于胞宫。任脉为一身“阴脉之海”，足三阴经在小腹与任脉相交，使左右两侧之阴经通过任脉而互相联系。因此，任脉对阴经有调节作用，故称“总任一身之阴经”。另外又有调节月经、妊育胎儿的功能，又说“任主胞胎”。

督脉，起于中极之下，在女子相当于胞宫。督脉为一身“阳脉之会”，手足三阳经都与督脉交会于大椎。督脉对阳经有调节作用，故称“总督一身之阳经”，又督脉起于胞宫，下出会阴，沿背侧正中线上行，经颈部进入脑内，并有支脉络肾，所以说“督脉属胞络肾”。肾生髓，脑为髓海。因此，督脉基本上反应胞与脊髓的生理功能和病理变化。

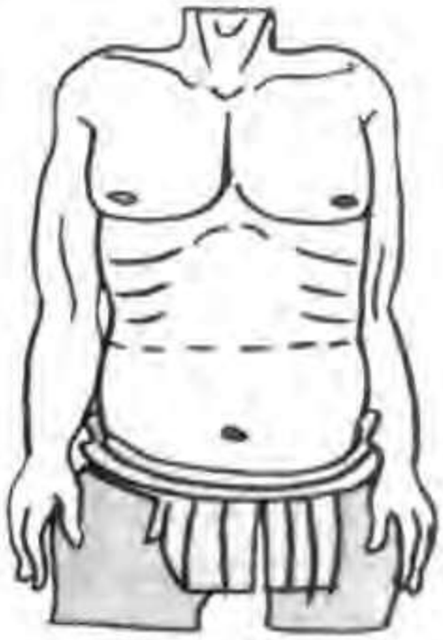
冲脉，亦起于少腹以下，在女子相当于胞中。有调节十二经气血的作用，所以冲脉有“十二经之海”和“血海”之称，亦主妇女月事。

上述任脉、督脉和冲脉，在女子均起于胞中，故有任、督、冲“一源而三歧”的说法。这三条经脉主要调节人体的生殖功能，因此“调理冲任”是治疗妇女月经病的主要原则。“温养任督”是治疗男女生殖功能减退的主要方法。

有关上述三经的起源与“胞宫”的实质，许多学者发表不同看

http://www.55188.com理想在线证券网

法。关于人体“奇经八脉”，古人并未注明男女之别，可见不分男女性别，人人皆应有任、督、冲三脉，但起源又都注明是胞宫，那么男子又起何处？目前对此问题归纳起来有两种看法：一是认为“胞宫”并非单纯指“女子胞”，而应是盆腔中内生殖器官的概括，既包括女性，也包括男性。如具体讲女子是“女子胞”，则男子应是“精室”。二是任、督、冲三脉不能说起源于“胞宫”，应该说起源于会阴，这样就不存在“男子任、督、冲三脉，无处起源”之说了。



关于带脉，起于季胁，环腰部一圈，犹如束带，因此得名。“带脉”有约束与调节上下纵行的各条经脉的作用。

狂与哪些经脉病变相关？

狂可见于足阳明胃经、足太阳膀胱经、手厥阴心包经病变。如膀胱蓄血发狂；阳毒积于阳明胃腑发狂；阳热之邪上薰于心，心包受邪而发狂。

《灵枢·经脉》篇提示了怎样的治疗原则？

同一条经脉是动病和所生病的证候各种各样，可说是“异病”，但可以通过同一条经脉进行诊治，因此提示了异病同治的原则。

http://www.55188.com理想在线证券网

如何理解“是动则病”与“是主所生病”的意义?

对《内经》“是动则病”和“是主所生病”，历代注家对其理解不一，提出了不同看法：其一，马莳认为“是动”是本经经穴的搏动；“所生病”为本经或合经所生之病。其二，张志聪认为“是动病”是外因所致之病；“所生病”为内因所致之病。其三，上海中医学院《针灸学》认为“是动病”是说明经脉病理现象；“所生病”是说明该经经穴的主治病证。其四，《难经》提出“是动”与“所生病”，认为“是动”是气病；“所生病”是血病。

四说之中当以《针灸学》的看法近于《内经》经旨。其一，经文中每一经“是动则病”均列举一些证候，这些证候均属于疾病的不同表现。其二，各经的病证都与该经的走行部位、内外络属部位有关。可以认为“是”是指这一经脉；“动”即变动之义。由于经脉及其经气的变化才产生脉的盛虚、肌肤的寒热、络脉的陷下等症状，以及各经所过、所络属部位的特有病证。关于“是主×××所生病”，其所生病的病证，除与“是动则病”有共同之处，尚有与有病经脉相关的经脉的病证，这些病证产生的部位与有病的经脉有络属关系。说明某一经有病，不但出现本经所过、所络属部位的病证，亦可影响相联系的它经、它脏而发生相应的证候。因此，“是主所生病”是指某一经主治什么病证。由于各经循行部位不同，络属脏腑支节不同，五脏所主的气血津液不同，因此病证各有所区别。总之，每一条经脉气血变动可以引起疾病，亦可主治疾病。正如《灵枢·经脉》篇所说：“经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实。”

衄可见于哪些经脉病变?

衄可见于足太阳膀胱经、足阳明胃经、手阳明大肠经病变。风邪

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

外袭自膀胱经开始，可见鼽衄，疏风散热治之；肠胃火炽，热在手足阳明，可见齿衄、舌衄等，须清泻火毒，攻下热积。

九针的针形特点及治疗作用是什么？

九针长短、形态、应用见下表：

九针名称	长短	形态	主治应用
1 镵针	1.6 寸	针尖半寸、尖锐	皮毛病、泻头身之热
2 圆针	1.6 寸	针身长、针尖圆钝	分间病、取卫气
3 锲针	3.5 寸	针身长	血脉、陷脉取营气
4 锋针	1.6 寸	针身长、针尖锋利	泻经络痈肿、泻热
5 铍针	4 寸、宽0.25 寸	剑形	痈肿
6 圆利针	1.6 寸	针身微细、针头微大而尖	痈、痹、暴气、经络
7 毫针	1.6 寸	细短而尖锐	经络、寒热、痛痹
8 长针	7 寸	针身长、针尖锋利	骨解腰脊节腠理深邪远痹
9 大针	4 寸	似锋针、身长而锋微圆	关节、祛邪

六经气血的多少对临床治疗有什么意义？

六经气血的多少反映了脏腑及其经脉的生理特征，为临床治疗提供重要依据。

（1）决定针刺泻出的对象，六经中气血有多、有少。针刺泻其多者，如“阳明多血多气”，则“刺阳明出血气”；“太阳多血少气”，则“刺太阳出血恶气”。正如王冰所说：“血气多少，此天之常数，故用针之道，常泻其多少也。”

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

（2）决定针刺深度和留针时间：气血俱多者、刺深，留针时间长；血较气多者，刺深，留针时间长。如《灵枢·经水》篇记载："足阳明刺深六分，留十呼；足太阳深五分，留七呼；足少阳深四分，留五呼。足太阴深三分，留四呼；足少阴深二分，留三呼；足厥阴深一分，留二呼。"

关于六经气血的多少说的是什么问题？

六经气血的多少的记载，在《内经》中《灵枢·九针论》、《灵枢·五音五味》及《素问·血气形志》均有记载，然而有同有异。

三阳经气血的多少，三篇文献的记载是相同的，即阳明多血多气；太阳多血少气；少阳多气少血。

三阴经气血的多少，三篇文献记载有异有同。《灵枢·九针论》和《灵枢·五音五味》记载太阴多血少气，而《素问·血气形志》则是多气少血；厥阴经气血的多少，《灵枢·九针论》和《素问·血气形志》是多血少气，而《灵枢·五音五味》则是多气少血；少阴经气血的多少，《灵枢·九针论》和《素问·血气形志》是多气少血，而《灵枢·五音五味》则是多血少气。

考《太素·十卷·任脉》，"太阳常多血少气；少阳常多气少血；阳明常多血气。厥阴常多气少血；少阴常多血少气；太阴常多血气"。另据《灵枢·九针论》手足经脉的阳明与太阴、少阳与厥阴、太阳与少阴为表里，经脉的气血互通，必然表里经气血多少一致。因而六经气血的多少应以《太素》为依据，当为：阳明多血气（或多血多气）；太阳多血少气；少阳多气少血。太阴多血气（或多血多气）；少阴多血少气；厥阴多气少血。

http://www.55188.com理想在线证券网

针刺血络而出现仆倒的原因是什么?

经文回答曰："脉气盛而血虚者，刺之则脱气，脱气则仆。"经脉中气血的关系，营行脉中，卫行脉外。从问辞中"刺血脉"则知针刺血虚之络。血络虚，当行补法，内针其脉中，久留，视其脉大乃出针，从文中"刺之则脱气"判断其治疗是用泻法，使营气脱。另一个原因由于错误用泻法，出针时未作针孔按压，致使脉外之卫气亦随之外脱。这样造成营卫大伤，而致昏仆。可见，刺血络而仆的原因是血脉中血虚，而误用泻法，致使脉中营血益虚，并使脉外之气随之而脱，使气血不能上荣于头，而致昏仆。

针刺血络出针而发生血肿的原因是什么?

发针而肿，指出针后发生针处血肿。其机制，经文解释为"阴气积于阳，其气因于络，故刺之血未出而气先行，故肿"。文中的阴气指营中之血，刺之血未出，言未见针处出血，言外之意，刺血络出血，血留于皮肤之中。《灵枢·寿夭刚柔》曰："刺营者出血，刺卫者出气。"其原因是刺血络出血后对血脉未作按压止血。《灵枢·邪气脏腑病形》记载："涩者多血少气……刺涩者，必中其脉，随其逆顺而久留之，必先按而循之，已发针，疾按其痏，无令其血出，以和其脉。"所以刺络后压迫止血是防止继续出血和造成血肿的有效

http://www.55188.com理想在线证券网

方法。

针刺血络而出现面色苍白的原因是什么?

经文回答说:“阴阳之气,其新相得而未和合,因而泻之,则阴阳俱脱,表里相离,故脱色而苍苍然。”阴阳之气,指络脉与经脉的营卫之气,血脉中不断需要营气补充,先补充络脉,络脉满而注于经。《灵枢·痈疽》指出“中焦出气如露,上注溪谷,而渗孙脉、津液和调,变化而赤为血。血和则孙脉先满溢,乃注于络脉,络脉皆盈,乃注于经脉。阴阳已张,因息乃行。”结合“其新相得而未和合”可以认为是补充的营气尚未化赤为血;或者络中气血得到补充而经中气血尚虚。泻血络中之血,则血络与经脉气血俱虚。“心之合脉也,其荣色也”(《素问·五脏生成论》),“心者……其华在面,其充在血脉”(《素问·六节脏象论》),则知由于刺血络出血过多,络脉与经脉中气血虚少,血不荣于面,而失血色而见苍白之象。

针刺血络出针而色不变并出现烦闷的原因是什么?

经文回答:“刺之血出多,色不变而烦悗者,刺络而虚经,虚经之属于阴者,阴脱故烦悗。”张介宾注曰:“取血者,刺其络也。若出血过多,必虚及于经,经之属阴者主脏,脏虚则阴脱,故为烦悗。”张注其意是刺血络影响到与五脏相联系的血脉,而导致五脏之虚,出现烦闷。《黄帝内经太素》经文与《灵枢》略有差异。《太素》经文是:“刺之血多,色不变而烦闷者,刺络中虚经,虚经之属于阴者阴脱,故烦闷。”两书经文之差别在于:《灵枢》是刺虚络使与五脏相联系的阴经虚而致烦闷。《太素》之文是欲刺血络而刺中与五脏相联系的虚经,而使五脏气虚出现烦闷。尽管两书原文针刺对象有差别,然而其结果是一致的,即导致五脏精气虚而出现烦闷。至于

http://www.55188.com理想在线证券网

问语中“面色不变”，答语中“色不变”应如何理解。张介宾避而不言。张志聪注：“此言阴阳俱脱而色变者，皮肤血络之血脱也。如血出多而色不变者，刺其络而虚其经也。经虚之属，则阴脱矣。心主血脉包括主血，阴脏之血脱，故烦闷也。”张氏之意，色不变仍为刺血络“面色苍苍”不变。

《灵枢》、《太素》之问语相同，答语中“色不变”亦相同。又据前问“血出若多若少而面色苍苍者何也”的发问，以及本文答辞中“刺之出血多”，可以认为面色有改变。问辞的“面色不变”及答辞中的“色不变”均应指刺血络出血多而致“面色苍苍”不变。

病理血脉及其治则、治法、治疗要求是什么？

病理血脉是指皮部可见，可触及的在色、质、形态方面发生异常改变的血脉，又称血络。如《灵枢·血络论》曰：“血脉盛者，坚横以赤，上下无常处，小者如针，大者如筋。”《灵枢·经脉》“甚血者虽无结”，亦属于病理血脉。

治则：《灵枢·九针十二原》指出“宛陈则除之”。

治法：解结法、放血法。解结法，即刺破瘀阻的血络，除去瘀血的针刺方法；放血法，是针对血脉（络）粗大、变软而实施放血，使血脉恢复原来状态的针刺方法。《灵枢·经脉》记载：“刺诸络脉者，必刺其结上，甚血者，虽无结，急取之以泻其邪而出其血。”《灵枢·刺节真邪》记载：“脉淖泽者，刺而平之，坚紧者，破而散之，气下乃止，此所谓以解结者也。”

http://www.55188.com理想在线证券网

治疗要求：《灵枢·血络论》对病理血脉治疗指出："泻之万全也，故无失数矣。失数而反，各如其度"。包括：第一，凡见病理血络，都要治疗。如《灵枢·热病》"心疝暴痛，取足太阴、厥阴，尽刺去其血络"。第二，尽出其血，使血恢复正常颜色。《灵枢·寿夭刚柔》提出"视其血络，尽出其血"。《灵枢·刺节真邪》、《灵枢·癫狂》刺络脉治病均要求"血变而止" 第三，恢复血脉的形态。《灵枢·刺节真邪》记载"脉淖泽者，刺而平之"。《素问·汤液醪醴论》阳虚水肿"去宛陈莝"、"缪刺其处，以复其形"。

为什么说"凡刺之法，先必本于神"？

本句经文强调刺法的依据。刺法不外补泻两大类。神，在经文中指五脏所藏的精气及经脉中运行的气血和这些物质所含的神魂魄意志。其中以气血为根本，气血（神）的虚实决定经脉五脏及五脏经脉的虚实。由此决定治疗的对象、方法的选择与取舍。

其理由是：

（1）经脉中气血的虚实决定针刺补泻方法选择。经脉病在《内经》中以针刺补泻治疗为主，《灵枢·九针十二原》提出"虚则实之，满则泄之，宛陈则除之，邪盛则虚之"。

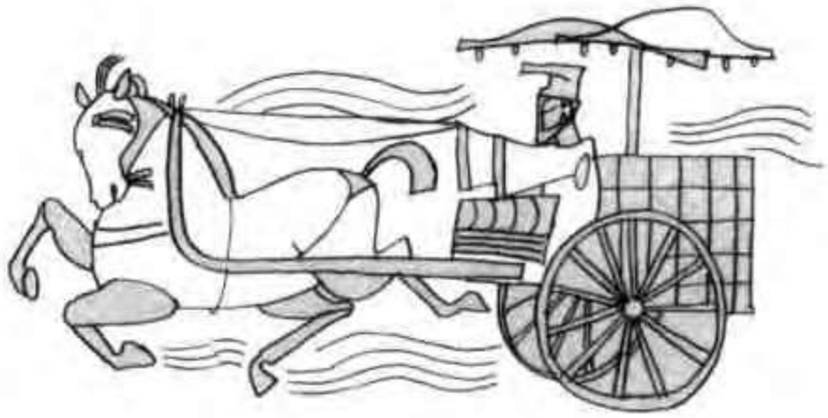
（2）气血变化决定针刺对象。气血及气血所居环境是针刺治疗的对象，"刺营者出血，刺卫者出气"。"病在血，调之络，病在气，调之卫"。

（3）依据气血虚损程度决定刺法的取舍。《灵枢·终始》"少气者，脉口、人迎俱少，而不称尺寸也。如是者，则阴阳俱不足，补阳则阴竭，泻阴则阳脱。如是者，可将以甘药。"《灵枢·官能》"阴阳皆虚，火自当之"、"经陷下者，火则当之。"说明在经脉气血严重亏损的情况下不适合用针刺治疗。据以上三点足以说明，"凡刺之法，先必本于神"是以气血虚实为本的道理。

http://www.55188.com理想在线证券网

八

病因病机



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“得其机要，则动小而功大，用浅而功深”？

这句话是说明掌握病机的重要性。意思是得到了处理事物的关键或要领，则可能花费很小的劳动而获得很大的功绩，虽然只作用在浅表，却可以在很深的内部收到功效。

许多事物，往往是由各种矛盾错综复杂地交织在一起，但其中必有一种主要矛盾起决定性作用，抓住了这一主要矛盾，一切问题就可迎刃而解，这个主要矛盾就是解决问题的关键，即是“机要”。治病要掌握病因病机，才能了解疾病的本质，这就是得其机要。例如，无论疾病多么复杂，只要能从邪正斗争、阴阳失调、升降失常等几方面去探索其主要矛盾，就能得到要领，抓住机要，这是普遍的一般规律。然后还要注意从一般到个别，对具体事物具体分析，才能解决具体问题。

阳胜、阴胜的证候及病机是什么？

阳胜的病证：身热、呼吸急促、呼吸气粗、齿干、心情郁闷不舒、躁扰等，甚至腹满。

阴胜的病证：身寒凉战栗、手足逆冷、汗出，甚至腹满。

病机：腠理闭，卫阳之气郁结而身热体烦；腠理闭，卫阳之气不能宣散，郁于胸中，则心烦胸闷喘促。热胜伤津，津亏则无汗。阴胜则寒，故表现为身寒，手足厥冷，以致寒栗。阴胜则阳虚，阳虚不固表则汗出。腹满，是阴胜或阳胜伤脾胃之气，不能传化、输出，气滞腹中，故腹满。

http://www.55188.com理想在线证券网

阳胜病证特点是“能冬不能夏”；而阴胜的病证特点是“能夏不能冬”。冬夏不仅代表季节，亦代表环境与条件。阴胜、阳胜病证特点表现在对寒热的喜恶反应。张介宾注：“阴竭者，得冬之助，犹可支持；遇夏之热，不能耐受矣。……阳衰者，喜煖恶寒，故能夏不能冬也。”阴胜、阳胜的病证特点正是阴阳相制，寒暑相胜理论在人体的反应。

《内经》的病机学说可概括为哪几个基本病理过程？

中医《内经》的病机学说，总的原则是在朴素的唯物辩证法思想指导下，以脏腑功能失常和邪气侵犯来解释所产生的病证。

（1）邪正斗争：

①解释发病、发展、转归、预后。

②解释表里、寒热、虚实、阴阳等八纲病理。初病，邪在表为表证，多为实、热、阳证。往往以邪气特点和营卫气血不和来解释所出现的症状。中期、后期邪人里为里证，多为虚、寒、阴证。往往以邪气特点和脏腑功能失常以及气血津液损伤来解释临床症状。

（2）阴阳失调：

①解释八纲病理：

阳胜伤阴——热证{阳盛——实热证
阴虚——虚热证

阴胜伤阳——寒证{阴盛——实寒证
阳虚——虚寒证

②解释气血营卫病理：气滞血瘀，气脱血脱，对立统一，相互影响。

营卫不和，卫气闭郁——发热、恶寒、无汗。

卫气不固——自汗。

卫强营弱，阳加于阴——汗出。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

营卫不通——头痛身痛。

③解释脏腑病理：心火←→肺阴；肝肾之阴←→肝阳；肾阴←→心火；脾阳←→胃阴；脾燥←→胃润等等都是对立统一相互影响的。其中脾为后天之本，气血之化源；肾为先天之本，阴阳之根蒂。从脾肾两脏找阴阳失调的原因便能抓住关键。

（3）升降失常：脾胃是升降的枢纽，肾是升清降浊的动力。肺之宣降，肝之藏泄；肺气肃降，肝气升发；心火下降，肾水上升；肺主呼气，肾主纳气，无不配合脾胃完成升降运动，以保证新陈代谢的正常进行。因此升降失常主要用以解释脏腑病机。例如：

①胃气不降——吐、呕、哕、呃、噫。

②肺气不降——咳喘气逆。

③肝气不升——气郁胁胀。

④脾气不升——眩晕、耳聋、目障、下利脱肛。

⑤肾气不纳——喘息气短，行动为甚。

⑥心肾不交——心烦失眠、遗精腰酸。

⑦腑气不遗——便秘。

⑧湿热下迫大肠——热泻热痢。

⑨湿热下注膀胱——尿短赤涩痛。

⑩气虚下陷——二便失禁。

总之，中医学的病理基本上属于抽象的认识，含有哲理，把上述三方面结合到脏象学说就可以解释各种临床病理现象。

病因的发生与致病有什么不同？

病因是引起疾病的因素，包括外因（风寒暑湿燥火）、内因（七情和饮食劳逸）。当其太过或不及的情况下可使人发病。

病因的发生：

（1）外因的五气（寒暑燥湿风）或六气（风寒暑湿燥火）产生

http://www.55188.com理想在线证券网

于四时阴阳，如经文所说："天有四时五行……以生寒暑燥湿风"。

（2）内因的七情或五志产生于五脏。即经文所说："人有五脏化五气，以生喜怒悲忧恐。"饮食劳逸则是人为所造成的。

病因的致病：药食气味的过度摄入则伤人形体五脏、阴精、阳气。如"味伤形"、"气伤精"、"气伤于味"。七情过激可伤五脏及五脏之气，如经文所说："喜怒伤气……暴怒伤阴，暴喜伤阳"。

四时之气太过、不及或六淫伤人各不同。其一，外邪不同，损伤对象不同，如"寒伤形，热伤气"、"寒暑伤形"。其二，外因不同，而有不同的病证特点，如"风胜则动，热胜则肿，燥胜则干，寒胜则浮，湿胜则濡泻"。其三，外邪伤人，发病有迟缓，如"冬伤于寒，春必病温"；"秋伤于湿，冬生咳嗽"。

为什么说"天之邪气，感则害人五脏；水谷之寒热，感则害于六腑；地之湿气，感则害皮肉筋脉"？

天之邪气，指自然界空间飘浮的致病因素，入五脏，经文指出"风气通于肝，雷气通于心，谷气通于脾，雨气通于肾"。因而天之邪气感则害人五脏。

地之湿气，指自然界地面沉著的寒湿之气，首先接触足胫、皮肉筋脉，因此地之湿气感则害皮肉筋脉。

咽纳水谷，而入胃肠六腑，水谷寒热不适，伤胃肠及水谷运化相关的其他的仓廪之官，因而水谷之寒热感则害于六腑。

http://www.55188.com理想在线证券网

邪伤五脏而有病愈、病甚、病持、病起的变化有哪些?

疾病的发生取决于正邪的关系，“正气存内，邪不可干”、“邪之所凑，其气必虚”。一旦发病就说明正气虚。疾病的轻重变化取决于正、邪力量的对比，在没有治疗因素参与条件下，四时阴阳的变化，五行关系影响人体正气的盛衰变化和五脏之间的生克制化关系而表现为疾病的轻重反应。

病愈，在病脏所生之脏对应之时向愈。如“肝病者，愈于夏”，“肝病者，愈在丙丁”。此时病脏的子脏受自然之气的影响而气旺盛，相对减少病脏（母脏）之气来资；病脏的子脏气胜，又可抑制病脏所不胜之脏对病脏的克制，因而病脏有向愈之机。

病甚，在病脏所不胜之脏对应之时病情加重。如“肝病者，甚于秋”，“肝病者，加于庚辛”，“肝病者，下晡甚”。此时病脏所不胜之脏受自然之气的影响而气盛，加重对病脏的克制，因而病情加重。

病持，在病脏的母脏对应的时间病情稳定。如“肝病者，持于冬”、“肝病者，持于壬癸”、“肝病者，夜半静”。此时病脏的母脏受自然的影响而气盛。病脏得母气来资，故病情稳定。

病起，在病脏相对应的时间，病情有好转。加“肝病者，起于春”、“肝病者，起于甲乙”。

伤神的病因及伤神的预后情况怎样?

从经文的叙述可以总结出伤神的最主要病因之一就是七情五志。情志伤神，按五行模式可以通过三种方式：

（1）情志伤本脏。如“肝悲哀动中则伤魂……死于秋”。

（2）情志伤所胜之脏。加“肺喜乐无极则伤魂……死于夏”。

（3）情志伤母脏。如“肾盛怒而不止则伤志……死于季夏”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

预后：经文云："是故五脏主藏精者也，不可伤，伤则失守而阴虚，阴虚则无气，无气则死矣。"五脏的主要功能是贮藏精气，如果情志等病因伤人五脏，则五脏不能藏精，精虚则不能化为气。《素问·生气通天论》曰："自古通天者，生之本。"精亏不能化为气，则生命终结。

中医病因学说是怎样形成的?

自然界一切事物都是在互相联系中运动变化着，其中有一种普遍的联系叫因果联系。限于历史条件，中医在古代就是靠直观观察各种现象来发现因果规律的。《内经》指出，许多疾病与气候变化以及空气中的某些因素有关，于是有"风者，百病之始也"的说法(《素问·骨空论》)。还发现许多疾病与机能的太过或不及等紊乱情况有关，于是又有"百病生于气也"的论断(《素问·举痛论》)。从现代医学观点来看，呼吸道传染病及其他感染一类的疾病，的确占很大一部分，而且往往是其他疾病的先导。另外七情刺激或过劳等造成的功能紊乱，也是多种疾病的主要原因。古人在积累丰富的生活经验和医疗经验的基础上，做出这种概括是有粗略的统计学依据的。后世医家发展了这种理论，根据病因把疾病分为外感、内伤两大类，今天看来，也是有其科学价值的。《内经》把病因分为阴阳两大类，六淫等外感因素属阳，房劳、七情等内伤因素属阴。这种靠直观观察得到的认识，虽然只停留在宏观现象的水平，未免失于笼统，但是在整理这些认识上升到理论时，却能站在朴素的唯物辩证法哲学的高度来进行概括，这应该说是更深刻地认识到事物的本质。在当时的条件下，对一些微观现象虽无法具体了解，但却进行了聪明的想像和推测，例如对疠气、毒气、尸虫、痨虫、蛊毒等等的认识就是如此。

中医学对具体的致病因子和病理机制虽然并不十分清楚，但却运用了类似《控制论》中的黑箱方法，从人体与外环境的联系上，综

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

合认识了机体内外环境对机能状态的影响。它是从机体的反应性出发，概括了多因素对人体的综合作用。中医学不追究什么终极的致病原因，它只是从人体反应状态与生活条件变化及治疗手段等等的因果联系中，总结出某些规律性的认识，这就是所谓“审证求因”。

在汉代张仲景的《金匮要略》中，又把病因分为三类，对病因的认识更为丰富。到宋代，陈言的《三因极一病证方论》，更明确地提出了“三因”学说。认为六淫邪气为外因（非哲学上的概念），七情所伤为内因，饮食、劳倦、房室、跌仆、金刃、虫兽等所伤为不内外因。至此，中医学的病因学说已形成了完整系统的理论。巢元方的《诸病源候总论》以及其他各家学说，又有许多对个别疾病的致病因素的具体研究和论述，如对肺结核、疟疾等病有关病因的论述，都有接近于现代的认识，这就使中医病因学说更加丰富多彩。

总之，可以说中医学的病因学说，是在长期临床实践和观察中形成的，是能够指导预防和治疗的科学理论，它是为了便于对人体进行调节控制，而把人体反应状态分为几个基本的类型。

中医病因学说有什么特点?

（1）从结果推断原因，以结果概括原因：既然中医学是以感官直接观察宏观现象来发现因果规律的，那么就必然以人体反应状态为中心，把与此有关的一切现象加以概括，由此建立起病因概念。例如，把周身游走不定的疼痛或瘙痒这一临床表现和产生这一表现的一切因素，都用“风”邪这一形象加以概括，这就是“审证求因”或叫“病因辨证”。临床上不管实际致病因素有多复杂，只要是人体出现了“风”这种反应状态，就可以用“风邪”来概括这些一时难以弄清的致病因素，治疗时只要用相应的“祛风”药物，就可能使临床症状消失，当然也可能同时就消除了病因及其病理反应。例如某些“祛风”药就不但具有镇痛作用，而且有抗病毒、抗病菌、或抗过

http://www.55188.com理想在线证券网

敏，或具有调节末梢循环状态、发汗、解热等作用，这样的治疗就不但是针对症状，而且也针对了病因。这说明了中医的病因学说，虽然从表面上看，有些是指气候因素，如六淫等，实际上却包含了生物致病因子等多种复杂的因素在内。

（2）强调“内因”的重要性，重视人体的正气：中医学认为“阴平阳秘，精神乃治”，“正气存内，邪不可干”，故在同样条件下，有人发病，有人不病，其原因就在于正气强弱不同。正气相当于人体防御机能和调节机能，它确是发病与否的关键。但是发病以后，中医也很重视邪气的作用，有时邪气可能成为矛盾的主要方面，这就是“实证”，应以祛邪为主。待邪退正伤，以正气虚为矛盾的主要方面时，又要重视扶正祛邪。这里充满了辩证法思想。

（3）中医学的病因学说从宏观现象上总结了人类几千年的生活经验和医疗经验，概括了人与体内外环境的一般联系。

这一学说包括六淫、七情、饮食、劳倦、房室、痰饮、瘀血、气滞、虫积、外伤、疫疠等各种致病因素，内容十分丰富。但概括起来，不外自然条件、社会条件、体内环境的病理变化等几方面。虽不能说这些认识已很完善，但对指导中医临床医疗和预防，却有很大实用价值。例如气候变化和七情刺激能够致病，是早已为临床许多事实所证明了的，“虚邪贼风，避之有时；恬惔虚无，真气从之，精神内守，病安从来”（《素问·上古天真论》），这确是独特的养生名言，对防治疾病，很有现实意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

什么叫正气和邪气?

张景岳说:“得其和则为正气而生物,犯其变则为邪气而伤物”(《类经》),证明正气与邪气在自然界是指气候的常与变,在人体指机能状态之常与变。所以说人体正常的物质结构和机能活动就是正气。可简单地概括为阴精和阳气,再具体一些,可以叫精、气、神,更详尽地说就是精、神、气、血、津、液以及各脏腑的功能活动。用现代医学术语来说,正气主要指人体防御机能和调节机能。

不正即为邪,邪气对正气而言,是指一切不正常状态,一般地说,邪气概括了各种致病因素。从临床辨证的角度看,一般认为人体反应性太过都是邪气的表现,例如“气有余便是火”。可见,从某种意义上说,邪气乃由正气转化而来。反之,机体反应性低下的表现,则认为是正气虚。致病因素的存在,可以通过疾病的临床表现来认识,具体说,邪气包括内生和外来两部分。内生之邪,是由于机体调节失灵或防御机能缺陷所致;外来之邪,多是由自然界和社会因素对调节机能的干扰或对防御机能的破坏所造成。再具体些说,邪气的来源大致包括以下几方而:

(1) 六淫及疫疠。

(2) 七情过度。

(3) 饮食不节。

(4) 劳逸失当(包括房劳)。

(5) 虫兽侵害及创伤。

(6) 痰饮水湿。

(7) 气滞血瘀。

http://www.55188.com理想在线证券网

导致阳气失调的因素及阳气失调引起的病变有哪些?

（1）外因导致阳气失调而为病：外感风、寒、暑、湿邪气，均可损伤人体阳气而发病。

①感受寒邪：寒邪袭表，可阻遏阳气运行，导致阳气郁闭而发外感表证。如经文言“因于寒，体若燔炭”。表现为恶寒、发热之证。

②感受暑邪：暑为阳邪，其性开泄，侵人易损耗阳气，致卫外不固、营阴外流，而汗出发热。如经文云：“因于暑，汗。”

③感受湿邪：湿性重浊黏滞，故侵犯人体可使头身困重，进一步发生筋脉拘急。若湿邪挟热，更可灼伤筋脉气血，筋脉失养而出现肢体不用的痿证等。如原文云：“因于湿，首如裹，大筋绬短，小筋弛长，绬短为拘，弛长为痿。”

④感受风（气）邪：风邪袭人，最易耗伤人体阳气，阳虚则不能化气行水，水津不运，而发为阳虚水停的水肿病证。

其他如大偻、痿、风疟等证均为外邪伤及卫阳，阳气开阖失常、营卫失调所致。

（2）内因导致阳气失常而为病：

①起居失常：可扰动体内阳气，使其功能失常而为病。如“起居如惊，神（阳）气乃浮”。

②情志失调：若七情过激，可导致阳气运行失调，如“大怒则形气绝，而血菀于上，使

http://www.55188.com理想在线证券网

人薄厥”。

③劳倦所伤：《素问·举痛论》云：“劳则气耗。”过劳可损耗体内阳气，阳虚则阴亏，导致气阴两伤而发病。如经文中“阳气者，烦劳则张，精绝，辟积于夏，使人煎厥”。

④饮食所伤：“膏粱之变，足生大疔”，说明饮食厚味可化湿生热，使阳气阻逆，不得运行，而发为疔疮。

总之，各种内外因素均可导致阳气失调，或耗伤阳气，或运行逆乱，或阻逆于局部，而发生各种病变。

偏枯的病因、病位、病证与病机是什么？

偏枯，是古代的病名。在这里仅提供“汗出偏沮（阻）使人偏枯。”《灵枢·热病》认为偏枯病的证候与病位是“偏枯，身偏不用而痛，言不变，志不乱，病在分腠之间。”《灵枢·刺节真邪》篇记载偏枯病的病而、病位、病机，曰：“虚邪偏客于身半，其人深，内居荣卫，荣卫稍衰，则真气去，邪气独留，发为偏枯。”

综合以上经文，归纳偏枯的病因、病位、病证与病机如下：

病因：虚邪。它是人体外自然界的致病因素。

病位：分腠之间。

病证：当是疼痛、半身无汗、皮肤干涩、肌肉枯萎。

病机：即《灵枢·刺节真邪》所说“虚邪……内居荣卫，荣卫稍衰，则真气去”。

偏枯，是外邪侵犯身体某一局部，阻滞或耗伤营卫津液引起的疼痛、局部汗出受阻，最终发展为局部皮肤干燥、肌肉枯萎的疾病。

煎厥的病因、病机及病证怎样？

煎厥是夏暑高温条件下，过度劳作引起气阴两虚而致的突然昏仆

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

的疾病。

经文曰："阳气者，烦劳则张，精绝辟积，于夏使人煎厥。目盲不可以视，耳闭不可以听，溃溃乎若坏都，汩汩乎不可止。"

病因：

（1）劳即劳作；烦，剧也，又多也。烦劳即过度劳作。

（2）辟积于夏：夏，代表高温环境或条件。辟，同襞，衣褶也。辟积，言重复、重叠。辟积于夏，是言在夏季重复高强度的劳作。

病机：高热、烦劳引起"阳气张"、"精绝"。就病因而言，高热可以使人皮肤松弛、腠理开放、卫气泄越而汗出，如《灵枢·岁露》曰："暑则皮肤缓而腠理开。"《素问·生气通天论》："因于暑，汗，烦则喘喝，静则多言。"《素问·举痛论》"炅则气泄……炅则腠理开，营卫通，汗大泄，故气泄。"烦劳，亦可以引起气、津外泄而耗伤正气。《素问·举痛论》曰："劳则气耗……劳则喘息汗出，外内皆越，故气耗矣。"《素问·八正神明论》曰："身形若用力，汗出，腠理开。"从病因的作用来看，无论是烦劳，还是夏暑条件，均可使人皮肤缓，腠理开，阳气外越，阴精外泄而汗出。字义的选择：张，施弓弦也（《说文》），即打开、开放之义。引申为布散，散开，与腠理开、气泄理同。绝，灭也（《广雅释诂》），又竭也，《淮南本经》"江河山川，绝而不流"。绝，言阴精减损或耗竭，这是汗出所致。

煎厥的病证，经文言："目盲不可以视，耳闭不可以听。"此现象是人神昏的表现，其机制是精气不能上荣于头。《灵枢·决气》篇曰："精脱者耳聋，气脱者目不明。"据此亦可说明夏暑条件下，由于过度劳役，气泄汗出，阴精亡失，气津俱伤的发病机制。据发病过程及机理而言，煎厥的病证在昏不识人证候出现之前或同时必然有大汗出的证候。否则经文不会言其病"溃溃乎若坏都，汩汩乎不可止"的发病急骤特点。

通过以上分析，煎厥之病可归纳如下：

病因：夏暑高温条件下过度劳作。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

病证：大汗出，突然昏仆不知人。

病机：暑热、劳作引起大汗出，气阴两虚，不能上荣于头。

阳气的作用是什么？

阳气的作用主要有三个方面：

（1）卫护肌表，防御外邪："阳因面上，卫外者也"、"阳者卫外而为固也"、"……阳气固，虽有贼邪，弗能害也"。说明阳气具有固护肌表，抗御外邪侵袭的功能。卫气强盛，再厉害的毒邪也不会侵害机体，正如经文所言："清静则肉腠闭拒，虽有大风苛毒，弗之能害。"即所谓"正气存内，邪不可干"。

（2）保护阴精的作用："阳气者，烦劳则张，精绝"、"风客淫气，精乃亡"、"阳强不能密，精气乃绝"，从病理变化反证阳气有固护阴精的作用。因此，阳气失守，阴精就会损伤。如煎厥一病，可为例证。经文曰："凡阴阳之要，阳密乃固"、"阳者卫外面为固也"，指出阴精只有在阳气的护卫下，才能发挥其功能。

（3）濡养的功能："阳气者，精则养神，柔则养筋"，说明阳气对精神、形体均有濡养作用。"大偻"、"惊骇"两证足可印证阳气的养筋、养神功能。

从生理与病理角度看阴精与阳气有什么关系？

（1）阴精与阳气互根互用，互存互亡："阴者藏精而起亟（气）也，阳者卫外而为固也"。说明阴精是阳气功能活动的物质基础，阳气的卫外作用可使机体固密，保护阴精的正常化生。所谓"阳生阴长"、"阴平阳秘，精神乃治"。若二者这种关系遭到破坏，则会导致"孤阳不生，独阴不长"。故阴阳之间的相互协调是人体健康的根本保证。

http://www.55188.com理想在线证券网

（2）阴阳失衡，百病由生：若阴阳失去动态平衡，任何一方遭到破坏，则另一方亦受到影响，而出现阴阳偏盛偏衰的病理变化，如“阴不胜其阳，则脉流薄疾，并乃狂”、“阳不胜其阴，则五脏气争，九窍不通”，甚则“阴阳离决，精气乃绝”，危及生命。提示阴阳之间存在着相互制约的关系。阴不胜阳则阳亢而病，阳不胜阴则阴盛而病。阴阳的对立、制约是二者相互作用的形式之一，是维持阴阳平衡的重要保证。因此阴阳平衡是养生及治疗的根本法则。

如何理解“阴之所生，本在五味，阴之五宫，伤在五味”？

饮食五味是人体后天之本，是维持机体生命活动的物质基础，即经文所说“阴之所生，本在五味”，是人体赖以生存的基本条件，为五脏精气之源，故一日不可不养。然“生病起于过用”，若饮食五味太过，非但不养五脏，反而伤害五脏，正如经文所言“阴之五宫，伤在五味”，此乃“水能载舟，亦能覆舟”。故用辩证的观点认识五味对人体益害的两重性，才能更好地指导临床。

《灵枢·百病始生》篇对积证病因病机的认识如何？

病因有寒气入侵，内伤忧怒，饮食起居不节等，其中寒邪是积病的重要原因。病机是气机逆乱，气血阻滞，津液涩滞，日久成积。临床治疗积证当用祛邪攻毒，活血化瘀，行气破气，化痰软坚散结等方

http://www.55188.com理想在线证券网

法。体虚或病之后期，则当养血补气，攻补兼施。

外感病传变规律及所出现的症状有感些?

虚邪贼风入侵人体后，由浅入深地传变，先皮肤，次络脉，再次为经脉，再次为输脉，再次为伏冲之脉，再次为肠胃，再次为募原。病邪每到一处，都会影响部位的功能，产生相应的症状。在皮肤，毛发竖起，淅然恶寒，皮肤痛；在络脉，肌肉疼痛，时作时止；在经脉，恶寒伴惊骇不宁；在输脉，四肢关节疼痛，腰脊强硬；在伏冲之脉，身体笨重而痛；在肠胃，气胀攻冲，多寒则肠鸣、飧泄、食不化，多热则泄利、大便黏稠滞下；在肠胃外募原，血络瘀滞，渐渐生成肿物。病随邪著，变化无穷。

原文提出了外邪伤入的一种传变模式——表里相传模式。这种由浅入深的传变模式，提示医生要早期治疗，及时切断传变途径，以取得满意的疗效。疾病的其他传变方式常有循经传变、脏腑相移及按生克次序传变等多种。

为什么说"正气存内，邪不可干"，"邪之所病，其气必虚"?

"正气存内，邪不可干"，出自《素问遗篇·刺法论》，意思是体内存在旺盛的正气，邪气就不容易侵犯。"邪之所凑，其气必虚"，出自《素问·评热病论》，意思说邪气之所以侵犯人体，必定是由于正气之虚弱。两句话是从正反两方面来说明同一个问题，即一般地说，正气强就不易得病，正气弱就容易得病。在这里正气是起决定作用的。

从发病学角度讲，同样的环境条件，正气强者几乎不得病，而正气弱者经食生病，这是人所共知的事实。但是，不能把问题绝对化，不能认为只要一得病，就都是正气虚，事实上临床遇见的实证是相当

http://www.55188.com理想在线证券网

多的，治疗上是不能补正气的。这里所谓正气强弱，只是相对而言。正气弱的人，保养得好，“避其毒气”，也可以不病，但不病也不等于身体强壮，只是以较弱的正气对更弱的邪气来说，还算“正气存内，邪不可干”。在这里，要把邪正相对的强弱与辨证上的虚实分开，不可混为一谈。这里讲的是发病，而临床辨证主要是根据临床表现来判定虚实。如有时对于强大的邪气，正气就显得相对虚弱，而这种“邪之所凑，其气必虚”，并非“精气夺则虚”的虚证。

如何理解“两虚相得，乃客其形”？

《灵枢·百病始生》篇指出：“此必因虚邪之风，与其身形，两虚相得，乃客其形。”两虚，指外界的虚邪之风与人体正气虚弱。相得，即相结合。客其形，意谓邪气侵入人体而发生疾病。外界的虚邪之风与人体的正气虚弱相结合，才能导致疾病的发生。

这一论点揭示了外感发病的病理，阐明了中医发病学的基本观点，既突出了虚邪的致病作用，又强调了正气的主导作用，对疾病预防有重要的指导意义。提示要从“邪”、“正”两方面着手，既要固护正气，还要避其邪气。

煎厥和薄厥有什么异同点？

两者相同的方面是：

（1）病因方面：均为内伤。煎厥是烦劳，薄厥是大怒。

（2）病机方面：均为内伤阳气，导致阳气功能失常所致。

http://www.55188.com理想在线证券网

（3）症状方面，均有突然昏倒，不省人事之证。

两者不同的方面是：

（1）病因方面，具体起因有别，煎厥是“烦劳”，薄厥是“大怒”。

（2）病机方面，煎厥是亢阳外张，煎熬阴精，阴精竭绝面致气逆昏倒的一种病证，属于本虚标实之证；薄厥是肝气上逆，血随气升，气血逆乱，郁积于上面致，属于实证。

（3）症状方面：煎厥有目不明、耳失聪之证，且为必然之证，不易遏止；薄厥有面红耳赤，头痛，眩晕，甚则会见到肢体不能随意运动或半身枯萎等后遗症。

决定正气强弱的条件有哪几方面？

简单地说，有体质与禀赋、营养与锻炼、精神状态、生活环境等四个方面。

体质往往代表正气，体质的差异又与先天禀赋有关。《灵枢·寿夭刚柔》篇说：“人之生也，有刚有柔，有弱有强，有短有长，有阴有阳。”刚柔是性格上的差异，强弱短长是体格上的不同，阴阳是指机体反应性上的差异，当然也可以概括全部属性上的个体差异。有些阳虚体质的患者，无论感受何种邪气，都容易邪从寒化，表现为恶寒较重，不容易发热；反之阳盛或阴虚体质的人，容易邪从热化，感受寒邪也化热很快，恶寒的症状很快就消失了，进入发热恶热的高热期。这种反应性上的个体差异，也与禀赋有一定关系。至于遗传性疾病，更是明显地与禀赋有关了。

体质也与后天的营养和锻炼有很大关系，注意后天的调摄，弱者可以变强，病后加强营养和锻炼，也可促进正气恢复，加速痊愈。否则任意自戕，强者可以变弱，病者更要加重。简朴而平衡的合理膳食，坚持不懈的体育锻炼，是增强体质的有效办法。汉代名医华佗

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

说："人体欲得劳动，但不当使极耳"，这是说"过犹不及"，无论是饮食营养还是体育运动，过度和不足，结果是一样地有害于身体。不过"流水不腐，户枢不蠹"，运动锻炼是主要的，因为"生命在于运动"。

精神状态对正气的影响更大，俗语云："欲得百年无病苦，莫教一息有愁容"，这是经验之谈。事实上忧愁思虑恼怒，可令寝食俱废，久之必然生病，其原因在于干扰了正常的调节机能，适应能力下降，防御机能也减弱，也就是正气受损伤了。故《灵枢·百病始生》篇说："喜怒不节，则伤脏，脏伤则病起于阴也。"这是举一反三的说法，不注意调节喜怒等等思想情绪的变化，就会使五脏功能紊乱，发病则属于内伤，故曰病起于阴。历史故事"范进中举"、"三气周瑜"等等都说明了精神因素对人体有很大影响。作为医生，不注意患者思想面貌和精神状态，就不容易取得满意的疗效。

生活环境和习惯对人体也有很大影响。例如不良生活习惯，生活无规律，饮食偏嗜，作息无常以及个人和环境卫生不佳等等，都会损害人体健康。再如北方寒冷干燥，人体多腠理致密，不易出汗，外感寒邪常用麻黄、桂枝等发汗峻剂；南方炎热潮湿，人多腠理疏松，易出汗，用药多清淡，偏于化湿利湿；牧区以乳、肉食为主，体质多肥壮，痰热较盛；东南鱼盐之地，人体多瘦弱阴虚。《素问·异法方宜论》说："东方之域，天地之所始生也，鱼盐之地，海滨傍水，其民食鱼而嗜咸，……其民皆黑色疏理，其病皆为痈疡"等，这是对环境、习惯影响体质情况的粗略的统计学概括，"皆"字应理解为一定的百分率。

五脏病的病传与病传方式是什么？

五脏病的病传方式有两种。一是五脏病的逆传；二是五脏病的顺传。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）五脏病的逆传：经文曰："五脏受气于其所生，传之于其所胜，气舍于其所生，死于其所不胜。"并举例说明，如"肝受气于心，传之于脾，气舍于肾，至肺而死。"从肝病的所受、所传的关系模式来看，病传方式中既包括五行相生关系，又包括五行相克关系。如肝受气于心，是子病及母；（肝）传之于肺，为肝木乘脾土；气舍于肾，为子病（肝木）及母（肾水）；至肺而死，为肝木传肺金。以上说明五脏病的逆传，是以五行相生相克混合模式传递。

（2）五脏病的顺传：经文指出："五脏相通，移皆有次；五脏有病，则各传其所胜。"并举例外邪从皮毛入脏及伤脏的顺序，其顺序是肺→肝→脾→肾→心→肺。这说明五脏病的顺传，是以单一五行相克模式传递。

"一日一夜五分之"法是指什么？

"一日一夜五分之，此所以占死生之早暮也"，是言一昼夜划分为五个阶段，分别与五行、五脏相配，用来推测各脏病气逆传至克己之时辰而死的时间。如张志聪注："昧旦主甲乙（平旦属肝），昼主丙丁（日中主心），日昃主戊己（午后属脾），暮主庚辛（薄暮属肺），夜主壬癸（夜半属肾）"。张介宾注："五分者，朝主甲乙，昼主丙丁，四季土主戊己，晡主庚辛"、"夜主壬癸，此一日五行之次，而藏有不胜，即其死生之期也。"另吴昆注："肝死于申酉（寅卯属木），心死于亥子（巳午属火），脾死于寅卯（辰戌丑未属土），肺死于巳午（申酉属金），肾死于辰戌丑未（亥子属水）。"二张氏从十天干注，吴氏从十二地支注。以地支计时，则申酉属金主薄暮，寅卯属木主平旦，巳午属火主日中，亥子属水主夜半，辰戌丑未属土主平旦、日中、薄暮、夜半之交（所谓"四季"），二者可互参。《灵枢·顺气一日分为四时》云："以脏气之所不胜时者甚，以其所胜时者起也。"这一分法是用五行理论阐述疾病与自然界变化的相互关系，启

http://www.55188.com理想在线证券

示人们正确掌握疾病发展变化的规律，是医者研究的重要课题之一，对推测疾病的预后具有一定的研究价值。

汗的生理、病理机制如何？

《素问·阴阳别论》说："阳加于阴，谓之汗。"吴鞠通在《温病条辨》中说："汗也者，合阳气阴精蒸化而出者也。"在这里，阳加于阴的阳，指体内阳气，而阴指体内的阴精、津液等有形物质。在生理情况下，阳气作用于阴精、津液等水液成分，使人体微微汗出，从而维持了机体内环境的阴阳平衡，互相协调。在病理情况下，出汗是疾病的一种病理反应。而其病理机制仍不外乎阳气、阴精两方面关系失调所致。例如：阳热亢盛，逼津外泄的里实热证，汗出濈濈然，是阳热之邪，作用于人体阴精，鼓动外泄，为病理性出汗。又如阴虚患者，入睡后，卫阳之气行于里，阴虚不敛阳，阳不能入于阴，而迫津外泄，故盗汗出。又如风邪伤人，风为阳邪，其性开泄，使毛窍开而阴精随阳外泄，故见到汗出。再如气虚、阳虚患者，体表阳气不足，不能固摄，不能固护营阴，使阴液外泄，故汗出。分别称为气虚自汗，阳虚自汗。这也是阳和阴之关系不协调所致。

应看到，大量汗出，不但损伤人体阴液，严重的可形成亡阴之变；人体阳气随汗外泄，严重的又可形成"气随液脱"、"气随津泄"等大汗亡阳之变。

http://www.55188.com理想在线证券网

阳气的生理和病理有哪些?

在生理上，阳气为人生之本，阳气具有温养的作用，温养神气而使精神爽慧，温养肢体而使肢体柔和运动自如。阳气有卫外御外作用，防止外邪入侵。

阳气的病理：

（1）阳气开合不得，邪气留恋而入里，会导肢各种病证。如大偻、瘘、痈肿、风疟等等。

（2）阳失卫外，则时令之邪乘虚侵入。

（3）阳亢阴竭，亢阳无制，气逆而昏厥，发为煎厥。

（4）阳气逆乱，血随气涌，突然昏厥，筋肢弛纵，发为薄厥。

（5）膏粱厚味，阳热蓄积，发为疮痈。

（6）阳气偏阻，汗出半身，易发偏枯。

（7）劳汗当风，阳气郁遏，易发粉刺痤疖。

为什么说“百病生于气”?

《素问·举痛论》通过九气为病之例，阐述了“百病生于气”的发病观点。

（1）外感邪气所伤病机：寒性凝滞收引，寒邪所伤，腠理闭阻，卫气不得宣散，则可见恶寒，无汗，脉紧之状。火热之邪，其性开散，犯之则腠理开疏，汗大出，气随汗泄，故有耗气伤津之候。

（2）情志所伤病机：恼怒太过，肝气逆上，血随气逆，既可发生呕血，也可产生晕厥；木旺伐脾而生飧泄。适度喜悦则血气畅达，于人无害，若喜之过极，则心气涣散不收。过度悲伤，气郁不行，化热灼阴，则气阴两伤。过度恐惧，可使气行下降太过，伤肾损精。过惊则神志动荡不宁，心气散乱，举止无措。思虑过度，心神凝聚，气

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

留止不行。

（3）过度劳伤病机：劳力过度，常见喘息汗出。汗出过多，气随津泄；喘息不止，肺气内耗。

因此，所有外感六淫内伤劳倦等因素，都可导致气活动失常，脏腑功能紊乱，而发生诸多病证，此处虽以“九气”例之，但却囊括了气虚（“气消”）、气滞（“气结”）、气逆（“气上”）、气陷（“气下”）、气闭（“气收”）、气脱（“气耗”、“气泄”）所有失常的病理，成为后世乃至目前研究气的病机、病证的重要依据，在临床治疗上也具有重要的指导意义。

五虚证、五实证指的是什么？

五虚指脉细、皮寒、气少、泄利前后、饮食不入。五实指脉盛、皮热、腹胀、前后不通、闷瞀。

五虚证分别是五脏气虚引起的病证。心气虚，血少，脉不充则脉细。肺气虚，不能宣行营卫之气温煦皮毛则皮寒。肝主疏泄，以生气血，肝气虚，不得疏泄，则形中气少而乏力。肾气虚失于约束，则泄利前后。脾气虚，运化失司，气聚脾胃则饮食不入。

五实证分别是五脏邪气壅盛引起的病证。心主血脉，心气实，气充血盛，则脉盛。肺主皮毛，肺气实，气盛于皮毛则皮热。脾主运化，为胃行其津液，脾气实，不得外运则腹胀。肾主二阴，司二便，肾气实，二阴开合失司，则二便不通。肝开窍于目，肝经入心肺胸中，肝气实则闷瞀。

五虚证、五实证复生的转机和是由是什么？

经文曰：“浆粥入胃，泄注止，则虚者活，身汗得后利，则实者活。”以此判断五实证、五虚证的复生转机。

http://www.55188.com理想在线证券网

五虚证的转机在于“浆粥入胃，泄注止”，浆粥入胃则人得水谷精气补充，使五脏精气盛，脾有精气转输之功；泄注止，则精气内藏，故虚者活。

五实证的转机在于“身汗得后利，则实者活”。“身汗”则邪从表解；“后利”邪从里除，邪祛则正安。

外感寒热所伤之病机是什么？

（1）寒则气收：是对寒性“收引”的特点，导致营卫之气运行阻滞病理机制的阐述。寒主收引，故寒邪侵人，腠理闭塞，使正常相辅而行的营卫之气不能外达于肌表，郁滞于中而不得行，故曰“气收”，张介宾释曰：“寒束于外，则玄府闭密，阳气不能宣达，故收敛于中而不得散也。”《灵枢·刺节真邪》篇亦言：“寒则地冻水冰，人气在中，皮肤收，腠理闭，汗不出。”因此，在临证中，感受寒邪，可致腠理闭塞，阳气不行而见恶寒无汗、厥冷等症状；寒邪的收引凝滞之性又可使血脉运行迟滞不通，见筋脉拘挛而致的肢节疼痛、拘急不舒、脉紧等症状。

（2）炅则气泄：炅，在此指火、热、暑一类的邪气。火、热、暑均为阳邪，能够耗散人体正气而致病，三者异名同类也。火热之性可致腠理开泄、迫津外出而为汗。由于阴阳互根互用，相辅相成，津能载气，故当津液外泄之时，气无所附而随津外泄，阳气被耗。临证中可见大汗出、烦躁不安或神疲、脉弱等症。张志聪注

http://www.55188.com理想在线证券网

曰："卫行脉外之腠理，汗乃营血之阴液，夫气为阴之固，阴为阳之守。灵，则腠理开，汗大泄，则阳气从而外泄矣。"《内经》中诸如《素问·刺志论》"气虚身热，得之伤暑"、《素问·生气通天论》"因于暑，汗，烦则喘喝，静则多言"、《灵枢·岁露》"暑则皮肤缓而腠理开"等论述，皆反映出"灵则气泄"的病变特点。

什么是六气、六淫？

风、寒、暑、湿、燥、火六种正常的四季气候变化称为"六气"。若气候变化太过或不及，均为异常，这六种异常的气候变化，若形成致病因素，便称为"六淫"，这是不正之气，所以又称"六邪"。

六淫致病的共同特点是：

（1）与季节和环境有关：如风邪多在春季或四季皆有；寒邪多在冬季或其他季节气湿骤降时；暑邪发生于夏季或高温环境；湿邪多在长夏多雨之时或潮湿的环境；燥邪多在秋季或其他季节干燥的环境；火邪多在夏季或四季皆有（六淫皆可化火）。

（2）可单独或夹杂致病：后者如风寒温痹、湿热泄泻、风热感冒等等。

（3）在病程中可以转化：如在一定条件下，寒邪可郁而化热；暑湿日久可化燥伤阴等等。

（4）其发病途径，多先犯肌表：无论是"从皮毛而入"还是"从口鼻而入"，都是从外入侵，即使直中入里，没有表证，也都称"外感病"。所以六淫是外感病的惟一致病因素。

七情所伤之病机是什么？

在九气为病中，情志致病占据六种，足以说明情志因素是导致疾

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

病发生的重要原因之一。《内经》将六淫邪气之外的一切致病因素均归于内因致病。如《素问·调经论》曰："夫邪之生也，或生于阴，或生于阳……其生于阳者，得之风雨寒暑；其生于阴者，得之饮食居处，阴阳喜怒。"怒、喜、悲、恐、惊、思本为人之常情，通常不会致病，然情志太过（时间的持续，程度的剧烈），同样可引起气机失调而发病。

（1）怒则气上：肝在志为怒，若大怒可致肝之疏泄功能失常，失于条达而致肝气上逆，《素问·阴阳应象大论》曰"怒伤肝"。经文因怒而致肝气上逆之症见"呕血及飧泄"。临证中因怒而导致呕血甚为少见，导致飧泄的病理机制又与"气上"有悖，故当从《太素》、《甲乙》之校。"食而气逆"可理解为食不下或食则呕恶，为肝气失于条达，横逆犯胃，胃气上逆所致。因怒致病的病例在《内经》也不少见，如《素问·生气通天论》："大怒则形气厥，而血菀于上，使人薄厥。"临床上因过怒常可见头涨头痛、面红目赤、急躁易怒、嗳气呕恶等肝气上逆的表现。

（2）喜则气缓：心在志为喜，喜为最快乐的一种情志的表达，文中"喜则气和志达，荣卫通利，故气缓矣"，显然是言人体正常生理状态。喜虽可使心气舒缓，然过喜或突然降临的意外之喜，可导致心气涣散、心神不能内守而致嬉笑不休、举止失常等精神异常的表现，历史典故"范进中举"可为例证。

（3）悲则气消：七情所伤，五脏各有所应，悲为肺之志。然"心主神明"，为"君主之官"、"为五脏六腑之大主"，正如《灵枢·口问》云："悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇"，张介宾亦言："情志之伤，显五脏各有所属，然求其所由，则无不从心而发"，故经文言"悲则心系急"。然而导致气消耗的病理变化关键在于心病株连"于肺"，心肺并伤，从而使上焦胸中之气运行不畅，郁而化热，消灼肺气，《素问·痿论》言"悲哀太甚则包络绝，包络绝则阳气内动"。前者言"热气在中"，后者论"阳气内动"，皆是郁而

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

化热、心火内动之意。火动则灼金，然肺主气，故肺气必被耗之而气虚。临床因悲哀太过常可见气短懒言、声低细微、神疲乏力、意志消沉、易感外邪等肺气受伤的表现。

（4）恐则气下：恐为肾之志，《素问·阴阳应象大论》曰："恐伤肾。"恐惧过度，损伤肾气。盖肾主藏精，职司二便，恐惧伤肾则肾失固摄，可表现为二便失禁、男子遗精、女子月经不调，并伴腰膝酸软无力等症。正如《灵枢·本神》篇云："恐惧而不解则伤精，精伤则骨酸痿厥，精时自下"，故曰"气下"。

（5）惊则气乱：突受惊吓，可使心气逆乱，气血运行失常而神无所依附，故言："惊则心无所倚，神无所归，虑无所定"。表现为心神不宁、心悸、失眠、惊恐不安等症，而《素问·至真要大论》对其施治的法则是"惊则平之"，可见其病机以逆乱为主。

（6）思则气结：脾在志为思，思虑过度可使脾胃升降之机失常，气机郁结不行，而致纳运失常，表现为纳差食少、精神疲惫、面色萎黄、四肢倦怠乏力、肌肉消瘦。

何谓"内生五邪"？与外感六淫有什么异同点？

凡由内脏功能失常而产生的类似六淫邪气的证候，便冠以"内"字，以示区别。而内生之病，又以五脏为主，所以称之为"内生五邪"。过去曾称为"六气病机"，由于在概念上易与正常六气混淆，因之改称"内生五邪"。

内生五邪与外来六淫在临床表现上有许多相似之处，故都以风、寒、湿、燥、火名之。但只能说在表面现象上二者有某些相似之处，例如内湿和外湿虽然都可见到湿阻清阳的困倦身重、胸闷纳呆、呕吐泄泻等症，但其本质是不同的，故以内外加以区别。

其根本区别在于病理上发病机制不同。内生五邪是由于各种原因引起的内脏功能失常而出现的某些特有的症状，属于内伤杂病的病

http://www.55188.com理想在线证券网

机。在临床表现上，一般都没有表证，以虚证或虚实夹杂为多。外来六淫是外感邪气引起的脏腑功能失常而产生某些特有症状，属外感病机，临床表现上多有表证，而且多属实证。单纯暑邪伤人，一般无表证可见，而兼湿邪，称为暑湿，亦有表证。只有外邪直中时，才径见里证。例如，内湿是脾虚湿盛，由脾不运化水湿造成，属虚证或虚实夹杂。而外湿是湿邪困脾，以致脾失健运，属于实证。但是由于外邪可以引动内邪，而且都是通过引起脏腑功能失常才表现出症状，所以有些证候颇为相似，难以严格区别。不过只要能全面地联系起来看问题，抓住本质上的区别，临床上还是可以鉴别的。

外感六淫和内生五邪各有哪些常见病证？

常见的风证，外风证有：伤风、风寒、风热、风湿、风燥、风痹、风水、风疹等等；内风证有：肝阳化风，热极生风，血虚生风等。

常见的寒证，外寒证有：风寒、寒痹、寒伤脾胃、寒滞肝脉等；内寒证有：心肺阳虚、中焦阳虚、下焦虚寒，以及虚实夹杂的寒饮射肺、中焦寒湿、下焦陈寒等证。

常见的暑证有：伤暑、中暑、暑湿等等，都属外感之邪，暑无内生之说。

常见的湿证，外湿证有：风湿、暑湿、湿痹等；内湿证有：脾虚停湿、寒湿困脾、肝

http://www.55188.com理想在线证券网

胆湿热、大肠湿热、膀胱湿热、脾胃湿热等等，后五者也多由外感寒湿、热湿等邪气造成。

常见燥证，外燥证有：温燥、凉燥；内燥证有：肺津亏虚、胃阴不足、大肠液亏、津亏血枯、肝肾阴亏等。

常见火证，多由内生，内火证有：心火、肝火、胃火、肺火等实火和心、肺、肝、肾阴虚所致的阴虚火旺等虚火。至于外火，为外感温热邪气，多称为热证，如风热、温热、湿热、暑热、湿温等等。此外丹毒流火等，也属外感火热之证。

过劳所伤的病机是什么？

“劳则气耗”之“劳”，当包括体劳、房劳；过于劳累，可耗伤肺肾之气。肺气虚，肌表不固，则汗出过多，气随津泄；肾为气之根，肾气虚，纳气无权，气不得续，临床上以少气懒言，动则尤甚，喘息、自汗为主症，“劳则气耗”已成为后世解释气虚“动则尤甚”病机的依据。

经文中虽以正气失调为论，实可理解为脏腑气血阴阳失调为其病之根本，只不过是在病理变化中以气病最为多见，故以“气”而言之。虽以“九气”论之，但基本囊括了所有气病的病理性变化，如气滞（气结）、气逆（气上）、气陷（气下）、气闭（气收）、气脱（气耗、气泄），为后世乃至现代临床分析病机、指导治疗，具有重要的实践意义。

人体正气在体内有诸多功能，如主持气机升降、温煦肌肤、抵御外邪、运行气血等等。因此，正气不足或运行失其常道，均可导致各种病理变化。从这一意义而言，调养正气是治则治法中的一大原则。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

“喜则气喜”是喜什么?

“气缓”，诸注有三：一作病理之气涣散不收。如张琦(《素问释义》)注曰：“九气皆以病言，缓当为涣散不收之意。”二是作生理的气脉和调，情志舒畅解之。如王冰注：“气脉和调，故志达畅。荣卫通利，故气徐缓。”三是认为适度的喜可使气和志达，若喜太过又可致心气涣散。如张介宾注：“气脉和调，故志畅达，荣卫通利，故气徐缓。”然喜甚则气过于缓，而暂致涣散，故《素问·调经论》曰：“喜则气下”。《素问·本神》篇曰：“喜乐者，神惮散而不藏，义可知也。”之所以引出各异之注，均源于此论是指人体正常的生理状态，与上下文例不符。这种认识是基于喜在大多数情况下，确实可使人精神爽慧、气脉和调，甚至适度的喜反会有利于病体的康复。然此是言七情所伤导致的病机，故理当论其病理变化。如大喜过度可导致心气涣散、神不内守，其表现为：心神不宁、嬉笑不休、失眠、语无伦次、举止失常。“范进中举”中故事可为例证。综上所析，以上三说中，以张介宾所释较为全面。然九气皆言病理，从其文义的逻辑性而论，理当从张琦之释。观它篇《素问·本神》中“喜乐者，神惮散而不藏”，《素问·调经论》“喜则气下”，可佐证“气缓”的病理变化，文中“喜则气和志达，荣卫通利，故气缓矣”，可理解为适度之喜则气脉舒缓（缓：言生理），若喜甚则气过于缓，而渐至涣散。经文中未言病机病证，实为省文也。

什么是“五志”和“七情”?

喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，这七种正常的对精神刺激的情绪反应就简称“七情”。七情变化与脏腑功能活动有密切的关系，七情分属于五脏，以喜、怒、思、悲、恐为代表，就叫“五志”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

在一般情况下，正常的情绪变化不一定致病。但是突然的或剧烈的或长期的精神刺激，使情绪反应过于强烈和持久，再加上人体肝的疏泄功能不强，便会扰乱气血和脏腑的机能活动，导致阴阳失调而发病。现代医学认为，人体的神经体液调节系统，通过复杂的反馈机制维持着体内各方面的微妙的动态平衡，其中神经系统是起主导作用的。各种精神刺激，都会干扰该调节系统的工作状态，引起一定范围的波动，这也是保持人与外界环境平衡的一种应答反应。如果这种反应太强烈，超过了该系统的调节范围，或该系统调节失灵，就会破坏人体内外环境的相对平衡状态，于是表现为疾病。例如强烈的精神刺激可以导致神经官能症、高血压、消化性溃疡等等。暴怒伤肝，会使人头晕头痛，胸闷纳呆，胁痛腹胀等等。这是因为发怒时交感神经紧张，使血压升高，而副交感神经又受到抑制，影响了消化系统功能，中医所谓肝木乘脾土可能就是这个道理。心脏病患者，突然大笑可能导致心脏骤停面死亡，中医叫做过喜伤“心”。

七情致病的共同特点可概括为三点：

（1）七情属于精神性致病因素，发病必定与明显的精神刺激有关。在整个病程中，情绪的改变，可使病情发生明显的变化。

（2）直接影响有关内脏，引起功能紊乱，成为内伤病的主要病因。内脏有病也可能出现相应的情绪反应。

（3）七情伤及五脏与否，决定于心，即决定于人对精神刺激所持的态度，所谓“心动则五脏六腑皆摇”。而肝失疏泄，气机紊乱，又是情志病发病机制的关键。

“七情”与内脏和气机有什么关系？

七情与内脏的关系是：心主喜，过喜则伤心；肝主怒，过怒则伤肝；脾主思，过思则伤脾；肺主悲、忧，过悲过忧则伤肺；肾主惊、恐，过惊过恐则伤肾。这说明内脏病变可出现相应的情绪反应，而情

http://www.55188.com理想在线证券网

绪反应过度，又可伤及相关之内脏。

七情为病与气机紊乱的关系是：

怒则气上，肝气升发，血随气涌上逆，可见头晕头痛、目赤耳鸣，甚者昏厥。

喜则气缓，血脉弛缓，心气涣散不收，可见乏力、懈怠、注意力不集中等情况。

悲则气消，耗伤肺气，气弱消减，意志消沉，可见气短胸闷、乏力懒惰等症。

思则气结，伤脾而运化无力，饮食停滞，气机阻滞，可见纳呆痞塞、胸闷胀满等症。

恐则气下，伤肾而肾气不固，气陷于下，可见二便失禁等情况以及悬心空虚之感。

惊则气乱，伤肾而志不能藏，意向不定，心肾不交，则心无所依，神无所附，可见慌乱失措等情况。

如何理解“阳虚则外寒，阴虚则内热，阳盛则外热，阴盛则内寒”？

这句话应有两种理解，一是经文的原意，一是现代临床上的概念。首先从该篇经文对这句话的解释上看，这里的“内”、“外”，与现在所讲的病因辨证的外感六淫和内生五邪是不同的，“内”、“外”名称虽同，含义有别。

http://www.55188.com理想在线证券网

“阳虚则外寒”，按经文本意理解，是因寒邪犯表，阻遏卫阳之气，使卫气不能达于肌表，在表的卫阳不足，致使寒邪独留体表而产生外寒，出现寒栗的症状。这种寒并非虚寒，实为外感寒邪早期，出现表证的恶寒。另一种理解是从阴阳学说的观点来看，阳气是卫外而为固的，今阳虚不足，卫阳亦虚，故体表失于温煦而形寒肢冷。这里的“外”是指阳主外，与病因辨证的外寒和八纲辨证的表寒都不是同一个含义。

按现代临床应用的概念，是阳虚生内寒，阴盛生外寒，这里的“内”、“外”是病因辨证讲的“内”、“外”，内寒即八纲辨证的虚寒，外寒往往是实寒。

“阴虚则内热”，按经文原意是因劳倦太过，损伤脾气，致清阳不升，浊阴不降，谷气留而不行，郁久化热，熏蒸于胸中。所以内热。此种内热实际上是脾气虚而发热，脾属阴，故称脾虚为阴虚。李东垣所说的“气虚发热”，就是指这种情况，为避免概念混乱，现在临床上把这种情况称为“气虚发热”，当然也属于病因辨证里的内热，在八纲辨证就是里热。

现在临床上所谓的阴虚发热，是指心、肺、胃、肝、肾等阴液不足，阴不敛阳而相对阳盛，虚火内生，这种阴虚发热当然是内热，也是里热。而《内经》原文所说的“内”字是指阴主内的意思，并非指病因辨证的“内”和八纲辨证的“里”，只是此处暗合而已。

“阳盛则外热”，按经文理解是由于上焦不通，腠理闭塞，卫气郁遏而致发热。这种发热实际上是指寒邪束表之发热，是“阳虚则外寒”的进一步发展，邪正相争而发热，仍属表寒证或寒邪将入里化热，在病因辨证属外寒或外热。

现在临床上所说是“阳盛则热”，指感受暑热等阳邪所引起的实证，包括了表热和里热，在病因辨证是属于实火。

“阴盛则内寒”，经文原意是因寒气积于胸中，致使血脉凝涩不畅，久则损伤阳气，而产生内寒。这种内寒实际上是寒积胸中的里寒

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

证，因为阴主内，所以叫内寒。

为避免概念混乱，现代临床上认为“阴盛则寒”，是寒邪等阴邪过盛，损伤了阳气，以致失于温煦而生寒，是实证，一般属于外寒，在八纲辨证中，可以是表寒，也可以是里寒。

总之，《内经》原文里讲的“内”、“外”，应从阳主外、阴主内来理解，与临床上所讲的表里内外，含义是不同的，应根据临床应用的概念加以严格区分，否则将引起概念上的混乱。

水肿病的病机是什么？

经文说：“其有不从毫毛而生，五脏阳以竭也，津般充郭，其魄独居。孤精于内，气耗于外”，指明了水肿病形成的机理。“其有不从毫毛而生”句，明确告诉我们此处所论水肿，不是外感而得，不同于《素问·评热病论》之“风水”病。此为内伤所得，病发于五脏，是五脏阳气虚，对津液失于温化，使津般停聚体内而成水肿。“五脏阳以竭”是对其基本病机的高度概括。而“孤精于内，气耗于外”又是对水肿病机的补充。因五脏阳气虚、津般不化停聚体内形成水肿后，此种水湿又为阴邪，故而更伤机体之阳，使病情进一步加重，出现“形不可与衣相保”、“形施于外”、“四极急而动中”等全身高度浮肿的症状。

失眠、嗜睡的病理机制及病因理什么？

《灵枢·口问》篇说：“阳气尽，阴气盛，则目瞑；阴气尽而阳气盛，则寤矣。”所以失眠或嗜睡的病理机制都是由于阴阳偏盛偏衰的结果。

失眠又称“不寐”，主要表现为不易入睡，或整夜难眠，是神经功能失调的表现。总的来说，导致失眠的病机是“阳不入阴”。从临

http://www.55188.com理想在线证券网

床角度来看，有以下几种原因：

（1）阴血不足，阴虚则不能制阳，阳浮越于外不入于阴，故失眠。

（2）阳热亢盛，扰动心神，阳不入阴，故心烦不寐。

（3）肾阴不足，不滋心阴，心阴不足，心阳独亢，阳不入阴，心神不宁，故失眠。

另外，心脾两虚，心神失养，或心火亢盛，或肝胆湿热，扰动心神，神不守舍，均可导致失眠。所谓“胃不和则卧不安”也是一种常见的失眠原因。这是由于食积不化，脘腹胀满不适，影响心神而失眠。

嗜睡也是一种病理状态，多表现为经常地昏昏欲睡，如有的在吃饭时或走路、骑车时都欲入睡。一般认为，嗜睡是阳虚阴盛的表现，阳主动，阴主静，阳主寤，阴主寐，阴气盛则多寐。例如体胖之人，痰湿偏盛，心神被抑，表现为不自主地欲睡状态，就是“阴气盛则目瞑”的病理现象。伤寒少阴证的“但欲寐”其原因有二，一个是阳气被寒邪所伤，阴气用事，故总想入睡，精神委靡。另一个原因是肾水衰微，心阴被损，心失所养，心神活动减弱，故意识蒙眬而成嗜睡之证。

心气虚与心阳虚两证在病理上有什么联系？

心气与心阳，都属于心脏机能范畴，心阳更有热能的含义。心气主要能推动血液在脉管内运行。唐容川所谓“运血者，即是气”，

http://www.55188.com理想在线试券网

《内经》所谓“宗气不下，脉中之血，凝而留止”（《灵枢·刺节真邪》），这说明宗气是通过“贯心脉”而行气血的，所以《内经》又说“出于左乳下，其动应衣，脉宗气也。”（《素问·平人气象论》）因此，心脏搏动，推动气血运行于周身，主要决定于宗气的作用，而宗气的强弱也反映于心脏的功能活动。

心阳主要是指心脏的阳热功能，具有温煦血脉，抵御阴寒病邪的作用。心阳旺盛，阴寒之邪，不易内侵心脏，血液运行不易阻滞，心气充足，则心功能正常。

所以，心气虚，主要是指心功能的衰退，血运无力或血运不足；心阳虚，则是指既有心功能的衰退，又有阳热温煦功能不足，阴寒之邪易于阻滞心脉，导致心脉血行不畅。

从病因上分析，心气虚、心阳虚多有一致之处，常因如下几种因素而致病：

（1）久病体虚，慢性病迁延不愈发展所致。如肺病，宗气虚损，贯心脉行气血能力减退；肾阳不足或水气凌心，损伤心气心阳；风寒湿邪，痹阻心络，内舍于心，损伤心气心阳。

（2）暴病伤阳耗气，多见于急性病，由于全身性阳气暴脱，导致心阳心气衰竭虚脱。

（3）年老脏气衰弱，心阳心气不足或衰退；或先天禀赋不足，心气心阳虚损。

从病机发展来分析，心气虚为心功能减退或衰退，而心阳虚多由心气虚发展所致，或因阴寒病邪直接伤损心阳而发病。临床上心气虚常与肺气虚同时并见，故称心肺气虚。心阳虚则多与肾阳不足有关，故又称之为心肾阳虚。

心气虚和心阳虚证如何鉴别？

关于心气虚证和心阳虚证的临床鉴别，主要应从共同脉证和不同

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

的临床表现上去分析。心气虚证和心阳虚证的共同脉证为心悸气短，活动时加重，脉见细弱或结代。

心气虚证为上述脉证兼见面色皖白，神疲体倦，自汗少气，舌淡胖嫩，苔白脉虚。

心阳虚证为在上述脉证的基础上，又兼见畏寒，形寒，肢冷，面色滞暗，心胸憋闷，或心前区作痛，舌淡胖嫩，或紫暗。若见冷汗淋漓，四肢厥冷，口唇青紫，呼吸微弱，脉微欲绝，神志模糊，甚至昏迷，多为心阳虚脱危证。

心气虚证与心阳虚证，可见于现代医学之心力衰竭、心绞痛、心肌梗死、心律不齐、先天性心脏病，以及全身性衰弱、神经官能症等疾患。

什么是肝气郁结？其临床表现如何？

肝气郁结是肝失疏泄，导致气郁、气滞等气机失调病变。多由于精神情志失调，郁怒伤肝，肝失疏泄调节之能；或因湿热外邪所侵，阻滞气机，疏泄不利；或因肝阴肝血不足，失其濡养，疏泄失调等原因所引起。

肝气郁结的临床表现，主要反映于精神情志的异常、气机失调以及消化功能障碍等方面。

精神情志方面，主要表现为情志抑郁，易怒，或性情急躁，对外界精神刺激不能很好地控制和调节，易引起较强烈的情绪反应。此由肝郁气滞，疏泄条达失职所致。易怒，或急躁，则是肝失柔润之性。肝阳肝气易于暴张，一遇刺激，则肝气亢逆面露其刚强升动之性。

肝气抑郁则气机失调，表现为胸闷，善太息，或胸胁胀满，乳房、少腹胀痛。这是由于气机郁滞，疏泄失畅，或影响气血，气血不通则痛。胸胁、乳房、少腹等部位，均为肝经脉循行之处，《灵枢·经脉》篇说："足厥阴肝经……入毛中，过阴器，抵小腹，挟胃属肝

http://www.55188.com理想在线证券网

络胆，上贯膈，布胁肋，循喉咙之后，上入颃颡。”如肝经脉气机不畅，故发胁肋、乳房、少腹胀痛。

在消化功能方面，肝气郁结，常可横逆侵犯脾胃，而使升降失常，表现为恶心、呕吐或腹痛腹泻等症。肝失疏泄又直接影响胆，而使胆汁分泌排泄失常，表现为呕吐苦水或黄汁。或发黄疸，这是由于胆汁疏泄失常，逆流入血所致（可参考肝胆湿热证候）。

此外，还可见到妇女痛经、月经不调等症，这主要是因为肝气郁结，影响冲任，气病及血，气滞血瘀，冲任不调所致。

若肝气挟痰而上逆，搏结于咽喉，可导致咽中如梗，吞之不下，吐之不出（即梅核气），或见颈项瘿瘤。此多由肝郁气滞，痰气交阻，积聚于颈项所致（即甲状腺肿）。

关于腹部癥瘕，则认为系肝郁既久，气聚血结而成。一般以按之有形证可验，坚硬不移，痛有定处则为癥；聚散无常，推之游移不定，痛无定处则为瘕。

肝气郁结与痰火扰心、痰迷心窍有何联系？

肝气郁结与痰迷心窍、痰火扰心等证的形成，虽然都有气郁因素，都可由七情所伤如抑郁或暴怒等所引发，但有病情转化及挟痰之别。单纯的肝气郁结，只是气机失畅和情志抑郁不解，并无神志错乱，或神志昏蒙等反映。若抑郁日久，或暴怒伤肝，阻塞气机，聚湿

http://www.55188.com理想在线证券网

生痰，肝气挟痰，结滞于内，逆行于上，闭阻心窍，则可引发痰迷心窍之证。

若肝气郁结过久，气郁化火，煎灼津液成痰，肝火挟痰上扰心窍，则神志为之狂乱，即为痰火扰心之证。

目前，现代医学临床之精神分裂症、癔病、抑郁或狂躁型精神病，病史大多有精神刺激因素。脑动脉硬化、高血压等病发展成脑血管意外，很多病例亦反映发病前大都有精神刺激等诱发因素，这与中医的上述观点比较接近。

风邪的性质和致病特点有哪些?

（1）风为百病之长：风邪是外感病的先导，寒、湿、燥、热等邪，往往都依附于风而侵犯人体，所以临床上风邪为患很多。

（2）风为阳邪，其性开泄：因其轻扬升散，有向上向外的趋势，所以易伤人上郁，易犯肌表。肺为五脏之华盖，伤于肺则肺气不宣，故见鼻塞流涕，咽痒咳嗽。风阳上扰清空，则头晕头痛，或目赤涩痛。风邪犯表则营卫失和，腠理开泄，症见汗出、恶风、发热或身痒身痛。

（3）善行致变：因其善行，故表现为病位游走不定，变幻无常，如“行痹”、“荨麻疹”、“风疹”等，或痛无定处，或瘙痒此伏彼起。此由卫气与风邪相搏，游行于肌肤肢节经络之间所致。因其数变，故表现为发病急、变化快，如“中风卒倒”和某些急性热病，往往都兼挟风邪，所以才起病急骤，变化多端。

（4）风性主动：因其动摇不定，故表现为四肢抽搐、角弓反张、直视上吊等症状。这是由于邪伤营血，筋脉失养，以致肝风内动，如“流脑”、“乙脑”等等，多属热极生风。若风阳上扰或血虚而筋脉失养，则表现为眩晕、卒倒、半身不遂、舌强舌歪或舌颤、振掉、痉挛等等，例如“脑血管意外”、“电解质紊乱”等病。这属于肝阳化风

http://www.55188.com理想在线证券网

或血虚生风，总之都有风邪动摇的表现。

寒邪的性质及致病特点有哪些？

（1）寒为阴邪，易伤阳气：由于寒邪束表，卫阳郁遏，所以恶寒、发热、无汗。若寒邪直中，伤及脾胃，则运纳升降失常，以致吐泻清稀、脘腹冷痛；脾肺受寒，则宣降运化失职，表现为咳喘气短、痰涎清稀或有水肿；寒伤脾肾，则温运气化失职，表现为畏寒肢冷、腰脊冷痛、尿清便溏、水肿腹水等症。

（2）凝滞主痛：由于寒凝气血，“不通则痛”。若寒客肌表，凝滞经脉，则头身肢节剧痛，或冷厥不仁；直中入里，气机阻滞，则胸、脘、腹冷痛或绞痛。

（3）收引拘急：若寒客经络关节，则筋脉收缩拘急，以致拘挛抽痛，屈伸不利。若寒侵肌表，则毛窍收缩，卫阳闭郁，因而发热恶寒无汗，头身拘紧而痛，血脉亦收引而见紧脉。

暑邪的性质和致病特点有哪些？

（1）暑为阳邪，其性炎热：因阳盛，故使人大热，热迫津液外泄则大汗，引水自救则大渴；阳热鼓动，气血沸涌则脉洪大，但暑热耗气也可能脉虚或重按无力；气血上涌则面红耳赤；热扰心神则心烦闷乱；心移热于小肠则尿短赤。

（2）暑邪升散，耗气伤津：因阳邪升散则腠理开泄，汗大泄，气

http://www.55188.com理想在线证券网

亦散，故伤津耗气，表现为口干喜饮、气短乏力。甚则气津暴脱，以致卒倒神昏、肢冷汗出、脉亦微弱。

（3）暑多挟湿：除有心烦、口渴等症外，尚多挟湿。暑湿困脾，运化失职，故可见纳呆、呕恶、便溏、尿少。湿阻清阳则胸闷、肢倦、苔腻、脉濡。暑湿内闭气机，则闷乱神昏、身热肢冷。

湿邪的性质和致病特点有哪些？

（1）湿为阴邪，其性重浊：阴邪易伤阳气，使人困倦、乏力，肢体酸困沉重、头重如裹。湿浊阻滞气机，则胸闷、腹胀、脘痞、里急后重。湿浊困脾则运化不行，故纳呆泄泻、水肿胀满。

（2）污秽垢腻：排泄物和分泌物都秽浊不清，如尿混浊、便溏肠垢、下痢赤白、黄白带下、脓痰浊涕、疮疡、湿疹、白癜、水泡等。

（3）黏滞缠绵：如二便涩滞不爽、身热不扬，病程迁延，缠绵难愈。

燥邪的性质和致病特点有哪些？

（1）干涩伤津：由于津伤阴亏，失于濡润，故口、鼻、咽、眼等五官七窍以及皮肤都干涩，毛发干枯不荣。津液不足，故尿少便干。

（2）燥易伤肺：燥为秋季主气，与肺相应，肺为娇脏，故易伤肺，肺卫失宣，则清窍不润，发热恶风，无汗少尿；肺津受伤，则干咳无痰，或痰黏不爽，或吐白沫，咽干而痛，胸痛咯血。津血不足则苔干脉细。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

火热的性质和致病特点有哪些?

（1）火为阳邪，其性炎上：阳热亢盛则发热恶热、烦渴、汗出、尿赤便干、舌红苔黄、脉洪数等。心火上炎则面赤舌疮、心烦失眠、狂躁神昏、疮疡红肿。胃火上炎则牙龈肿痛，或口臭苔黄垢浊。肺火上炎则咽喉红肿。肝火上炎则头痛耳鸣，目赤涩痛。

（2）消灼阴津：引水自救则口渴喜冷饮，津伤则咽干唇燥。阴液亏耗则大便干结，尿短赤。

（3）生风动血：火热耗劫肝阴，筋脉失养，以致热极生风，表现为高热神昏，抽搐项强，直视上吊。若灼伤脉络，迫血妄行，则发生各种出血，如吐、衄、尿、便、咯血和非时行经出血，以及发斑、肌衄等等。若热甚则气血壅滞，肉腐为脓，出现疮疡红肿热痛，流脓黄面黏稠。

所有的“内寒”或“里寒”都是阳虚引起的吗?

关于“内寒”与“里寒”的概念，自古以来经常混淆，以致造成理解上的不统一，引起理论上和应用上的某些混乱。首先要把“内寒”和“里寒”的概念严格区分开。“内寒”与外寒相对，是病因辨证的概念；“里寒”与表寒相对，是八纲辨证的概念，二者不可混为一谈。

内寒是脏腑机能低下而产生的内邪，实质是一种寒性的病理反应，“阳虚则寒”，内脏阳气虚衰，机能减退，以致温煦失职，相对地阴盛，寒从内生。因此，可以说内寒全是由阳虚所引起，故内寒证，也称虚寒证。

里寒证的病位虽然也在内，但其概念的内涵要广，它包括了虚实两种情况，就是说除了包括上述的内寒证（虚寒证）以外，还包括

http://www.55188.com理想在线证券网

了外寒证中由于寒邪直中人里所造成的里寒证（实寒证）。因此，不能说所有的“里寒”都是由阳虚所引起，也有外来的阴寒邪气引起的实证。

一般地说，单纯的阴盛是指阴邪盛的病理反应，所引起的是实证，不是虚证，能够引起里寒证或表寒证，例如寒邪直中脾胃，或寒邪束表等。当然，阴寒之邪可以损伤阳气，久之亦可成虚实夹杂之证。

但是，根据阴阳学说也可作另一种理解，阳虚可以导致相对阴盛，这种相对的“阴盛”当然可以引发内寒。不过，从根本上来说，还是由于阳虚所造成。

经络的作用是什么？

经络是人体中的一种组织，对其作用的论述，散在《内经》不同篇章，归纳如下：

（1）联络人体内外上下各组织。《灵枢·海论》曰：“夫十二经脉者，内属于脏腑，外络于支节。”《灵枢·逆顺肥瘦》记载：“手之三阴，从脏走手；手之三阳，从手走头；足之三阳，从头走足；足之三阴，从足走腹。”

（2）经络运行气血，濡养机体。《灵枢·本脏》曰：“经脉者，所以行血气，营阴阳，濡筋骨而利关节者也。”经文中言：“五脏之道，皆出于经隧，以行血气。”

（3）经络气血的多少及变化产

http://www.55188.com理想在线证券网

生虚实之病。经文中曰："五脏十六部，三百六十五节，乃生百病，百病之生，皆有虚实。"

（4）诊查经脉可以诊病，判断死生预后。诊查经脉主要用切诊方法，对十二经显露脉动部位进行诊查，根据脉象判断气血的盛衰、疾病的寒热虚实及胃气多少有无，以决死生。络脉诊主要用望诊、切诊，根据络脉的充盈度、色、质、形态判断疾病。

（5）经络用于治疗疾病。可根据病在经络、营卫，选穴治疗，或直接针刺皮部血络。经络的诊病、治疗作用，《灵枢·经脉》篇曰："经脉者，所以能决死生，处百病，调虚实。"

神气血形志的微病与治疗是怎样的?

（1）微病：神气血形志的微病，在经文中首先肯定病及病邪不在经络、脏腑，即经文所言"血气未并，五脏安定，邪容于形……未入于经络也"。病之所在，分别是毫毛、皮肤、孙络、肌肉、骨节，而且没有或少有明显病证。

（2）治疗：根据微病的具体情况采用按摩、示针、解结、针刺不同方法治疗。具体运用：

①神之微病：以按摩为主与示针结合治疗，通过两法，达到"移气于不足"的治疗目的。

②气之微病：亦采用按摩为主，示针或浅刺结合治疗，达到祛邪目的。

③血之微病：用解结法，祛除皮部血络的恶血，防止恶血入经。

④形之微病：用针刺治疗。当用针头圆钝的圆针，擦摩分间，疏通卫气。

⑤志之微病：针对微病处进行治疗。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气、血有余或不足的针刺治疗要求有哪些?

据经文“肺藏气”、“肝藏血”，气血有余、不足与肺肝经脉气血有关。有余、不足即是实与虚。其治疗原则，实则泄之，虚则补之。

气有余，经文记载：“气有余则泻其经隧，无伤其经，无出其血，（无）泄其气。”治疗对象：手太阴之别；取穴当为列缺，刺卫分出气，不要伤营出血。

气不足，经文曰：“不足，则补其经隧，无出其气。”治疗对象：手太阴之别；取穴列缺，刺卫分，补法。要求无出其气，做到这一点，出针时立即按闭针空。

血有余，经曰：“血有余，则泻其盛经。”治疗对象：足厥阴皮部充盈粗大改变的血脉；刺营分，出血。

血不足，经曰：“不足，则视其虚经，内针其脉中，久留而视，脉大，疾出其针，无令血泄。”治疗对象：足厥阴平塌经脉；针刺入脉中，留针，等待经脉充盈或脉变大，出针。无令血泄，出针立即按闭针空。所用针具当为锞针，其头圆钝，其尖如粟粒之芒。

引起经脉虚实的病因、病机是什么?

引起经脉虚实的病因包括外因、内因两类因素，“其生于阳者，得之风雨寒暑；其生于阴者，得之饮食居处，阴阳喜怒”。

病机：各种病因作用机体，引起经脉气血变化不同，而有虚实的变化。

外因：作用于机体使经脉中或气或血与邪气相并而气、血壅盛或皮部经脉充实坚大，拒按、按之痛甚，则为实。同样的病因，如果耗伤正气，表现为皮肤松弛褶皱，喜按、按之痛减则为虚。

内因：喜怒、引起气血升降表里出入运动失调，如怒则气上，而

http://www.55188.com理想在线证券网

致上盛而下虚。上盛为实，下虚为虚。

瘀血的成因及证候是什么？

凡血液运行不畅，或体内离经之血未能消散，都称为瘀血。瘀血是病理产物之一，又成为一种致病因素。

其成因可概括为五点：

（1）气滞则血行不畅。

（2）气虚则血运无力。

（3）阳虚血寒而凝滞。

（4）外伤脉络，血不归经。

（5）寒、热、痰、湿等邪气阻络，血液或凝涩或壅塞而形成瘀血。

由于瘀阻的部位不同，其证候也错综复杂，但是共同的特点可概括为四点：

（1）疼痛——一般多刺痛、拒按、固定不移、病程较长。

（2）肿块——肿胀固定不移，在体表色青紫或青黄，在体内为癥积，较硬或有压痛。

（3）出血——瘀阻经脉，血不归经，出血紫暗有块。

（4）紫绀与失荣——舌质暗红或青或紫或蓝，或有瘀斑、瘀点等内出血，唇面指甲青紫。脉细涩或结代，面色黧黑而肌肤甲错，毛发不荣。

现代医学研究认为瘀血的概念应包括三重含义：

（1）瘀——含义最广，除包括“血瘀”、“瘀血”外，还指有形性肿块、增生、组织变性等。

http://www.55188.com理想在线证券网

（2）血瘀——除包括“瘀血”外，还包括心、血管、血液等功能异常造成的血流缓慢、血循环障碍等各种病变。

（3）瘀血——含义最狭，系指瘀斑、瘀块、皮下紫癜、血肿等有形有色的出血性病理改变。

可见，不能把中医所讲的瘀血仅仅看作是血流瘀滞或内出血，临床辨证上用的是广义的“瘀”。

当前关于活血化瘀治则的研究，对阐明中医“血瘀”病理过程有一定帮助。现代医学从微循环、血液流变学、血流动力学及免疫学等方面探讨了活血化瘀的作用机制，了解了部分病理过程。其病理机制是在一定的内外因作用下，由于神经体液调节功能障碍，造成心脏、血管、血液发生组织学、生理学、生物化学和生物物理学的改变，从面使血流缓慢或停滞，或离开血管产生瘀积，血液由动态变为静态。病理生理上则表现为血液循环障碍和受累组织的损害，细胞的炎症、水肿、糜烂、坏死、硬化、增生等继发性改变。所以，“血瘀”的病理应包括血液停积、血流不畅等血循环障碍的发生、发展及其继发变化的全部病理过程。

气血喜温而恶寒的特性是怎样的?

“血气者，喜温而恶寒，寒则泣不能流，温则消而去之。”说明气血有喜温恶寒的特性。人体之气血得热则行，得寒则凝，因此正常情况下，气血运行依赖于阳气的温煦和鼓动，才能周流全身，畅通无阻。若外感阴寒之邪，致阳气被遏；或内因阳虚，温煦失职，寒从内生，寒之收引、凝滞之性可导致气血运行迟滞，甚则阻隔不通，导致气血运行失常而发病。气血喜温恶寒的这一特性对指导临证治疗辨证具有重要意义。临床上对于此种情况的治疗常以“温运”之法，投以温阳、活血、行气、散寒之品，均取得较为满意的疗效。

http://www.55188.com理想在线证券网

大厥的病因、病机及预后是怎样的?

(1) 病因：大怒。

(2) 病机：气血上逆于头。

(3) 预后：有两种发展可能：其一，气血上下交通，有生还的可能，如经文所言："气复反则生"。另一种可能是死亡，如经文所言："（气）不反则死"。

病机十九条中的五脏病机和病证是什么?

(1) 诸风掉眩，皆属于肝：掉，指肢体动摇的病证。眩，指头目眩晕，视物旋转的病证。意为多种因风所致的肢体动摇，头目眩晕，视物旋转的病证，大多属于肝的病变。其病机是由于风性主动，风气通于肝，肝藏血，开窍于目，外合于筋。若肝病则累及目、筋，肝风上扰则头目眩晕，视物旋转；肝病筋膜失养，则肢体动摇，抽搐。

(2) 诸寒收引，皆属于肾：收引，即身体蜷缩，筋脉拘急，关节屈伸不利的病证。意为多种寒邪所致的身体蜷缩，筋脉拘急，关节屈伸不利的病证，大多属于肾病病变。由于寒性收引凝敛，寒气通于肾，肾主水而内寓真阳，若寒邪外袭，损伤肾阳，或阳虚寒生，则筋膜失于温煦而成"收引"之证。

(3) 诸气膹郁，皆属于肺：膹，气逆喘息；郁，痞闷。膹郁，为胸闷喘息之证。意为多种气病所致的胸闷喘息等证，大多属于肺的

http://www.55188.com理想在线证券网

病变。因为肺主气司呼吸，主宣发肃降，当各种致病因素导致肺失宣降，气机不利或肺气不足的均可出现上述症状。

（4）诸湿肿满，皆属于脾：肿，即水肿，浮肿。满，即胀满，以脘腹痞满或腹部胀大为主证。意为多种湿邪所致的肢体浮肿、脘腹胀满等症，大多属于脾的病变。湿气通于脾，脾主运化水湿，若湿邪内侵，伤及于脾，或脾虚失运，水湿停留、泛滥，就会出现“肿满”之证。

（5）诸痛痒疮，皆属于心：痛，疼痛。痒，瘙痒，也有释为“疡”。疮，指疮疡肿毒等病变。这里的“心”主要指心属火，主血脉的特征而言。意为多种疼痛、瘙痒、疮疡的病证，大多与心有关。疼痛多因血脉不通所致，不通则痛，而心主血脉。又心主火，火热亢极，热毒炽盛，熏灼肌肤，也会致痛。痒多见于皮肤病，其属于心者，多为血热与血虚两类。血热者多挟风邪为患，致营卫不和，肌肤瘙痒。血虚者易生风化燥，肌肤失养，出现皮肤干燥、脱屑、瘙痒等症。疮疡之属心者，也不外血脉与火热两端。如热胜肉腐，经脉败漏，血气枯竭的痈疽和火毒攻心的疔疮走黄等都涉及到心。故曰“诸痛痒疮，皆属于心”。

病机十九条中属“火”五条的病机和病证是什么？

（1）诸热瞀瘛，皆属于火：瞀，昏闷。瘛，瘛疭，抽搐，手足抽掣，时伸时缩。多种热病出现的昏闷、抽搐等症，大多与火有关。火热炽盛，伤及神明，扰乱清阳则瞀；火热亢盛，耗伤阴血，使筋脉失养则瘛。

（2）诸禁鼓栗，如丧神守，皆属于火：禁，通噤，口噤不开。鼓栗，鼓颔战栗，形容恶寒之甚。如丧神守，指寒战等一些躯体动作不能控制，犹如神明不能主持。意为多种口噤不开，鼓颔战栗而自身不能控制之证，大多属于火邪所致。是由于火热过盛，闭遏于内，阳

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气被遏而不外达之真热假寒之象。

（3）诸逆冲上，皆属于火：逆冲上，指气机急促上逆的病证，如呕吐、噫气、呃逆、吐血等。意为多种气机急促上逆所致的呕吐、噫气、呃逆、吐血等症，大多属于火邪所致。由于火性炎上，若火热内盛，犯经伤脏，易使经气逆乱，脏腑之气升降失调，逆而上冲则可见“逆冲上”之证。如火热犯胃，胃气上逆，可为食入即吐或吐血之证；火热伤肺，气逆络伤，可见咳喘或咯血之证。

（4）诸躁狂越，皆属于火：躁，躁扰不宁；狂，语言及行为错乱；越，言行乖异，失其常度。是说多种躁扰不宁，语言及行为错乱，言行乖异，失其常度的病证，大多属于火邪所致。由于火为阳邪，性主躁动。火邪内盛，扰于神明，则躁扰不宁及语言行为错乱；火邪外扰经脉四肢，则躁动不安，甚至言行乖异，失其常度。

（5）诸病胕肿，疼酸惊骇，皆属于火：胕，遏腐。胕肿，即皮肉肿胀溃烂。意为多种皮肉肿胀溃烂，疼痛酸楚，惊骇不宁之证，大多属于火邪所致。因为火性壅遏，易灼气血。若火热壅遏经脉，瘀阻气血，腐败血肉，则为皮肉肿胀溃烂；火热灼伤筋脉，气血不畅则痛而酸楚；火热内迫心肝，神魂被扰，则发惊骇。

病机十九条中属“热”的病机和病证是什么？

（1）诸胀腹大，皆属于热：意为多种脘腹胀满膨隆之证，大多与热有关。由于多食辛热肥甘，饮酒无度而致脾胃湿热郁积，中焦气机不畅，升清降浊之功失常，则浊气充斥而成“腹胀满”之证。

（2）诸病有声，鼓之如鼓，皆属于热：意为多种肠鸣腹胀，叩之如鼓之证，大多与热有关。其机理为乳酪过饱，肥甘无节而致中脘传化迟滞，肠胃积滞生热，腐气产生，充满肠胃而产生诸证。

（3）诸转反戾，水液混浊，皆属于热：转，扭转；反，背反张；戾，身体曲而不直。转反戾，即由于筋脉扭转，使肢体呈扭曲、反张

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

等各种状态，有别于抽搐。水液，主要指尿液，亦可包括涕、唾、涎、痰、白带等。意为多种由于筋脉扭转，使肢体呈扭曲、反张等各种状态，排出之水液混浊的病证，大多与热有关。火热过盛，耗伤津血，筋脉失养则为“转反戾”；热邪煎熬体液，则“水液混浊”。

（4）诸呕吐酸，暴注下迫，皆属于热：暴注，暴泻如注，势如喷射。下迫，欲便不能，肛中窘迫疼痛，即里急后重。是说多种呕吐酸水，卒暴泄泻，里急后重之证，大多与热有关。其机理为热邪犯胃，饮食停滞或肝气犯胃，气郁化火，胃气上逆而致“呕吐酸”；湿热下迫大肠，大肠传导失司，则为“暴注下迫”之证。

病机十九条中属风寒湿致病的病证病机是什么？

（1）诸暴强直，皆属于风：暴，猝然；强直，四肢伸而不屈，身躯仰而不俯。暴强直，指突然发作的全身筋脉挛急、伸而不屈。意为多种突然发生的全身筋脉挛急、伸而不屈之证，大多属于风邪（外风）所致。风邪入中，伤及太阳经脉，使经输不利，经气受阻，经脉失养而致。

（2）诸病水液，澄澈清冷，皆属于寒：澄澈清冷，指水液清稀透明而寒冷。意为凡病排出之水液清稀透明而寒冷的病证，大多与寒邪有关。其病机为寒邪侵入脏腑，阳气被伤，或素体阳虚，阴寒之气内盛而致阳不化气，阴凝而为寒水，气寒水静，水津不化则上下窍所出之液澄澈清冷。

（3）诸痉项强，皆属于湿：痉，病名，见筋脉拘急，身体强直等。项强，颈项强硬，活动不便。意思是说多种手足抽搐，颈项强硬，活动不便之证，大多属于湿邪所致。人体之筋脉，不仅需要阴精的柔润，也需要阳气的温煦。由于湿为阴邪，其性黏滞，易阻遏阳气。若湿邪滞于经脉，伤及太阳，阳气失于温煦，使筋失养失湿而强直。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

病机十九条中属于上下部位两条的病证和病机是什么?

(1) 诸痿喘呕，皆属于上：意为多种痿证、喘息、呕吐之病变，大多属于上焦之病。其病机为肺居上焦，胃虽居中焦，但“上焦出于胃上口”，故此处之“上”，应指中上两焦，主要是肺、胃而言。若肺热叶焦，肺失布津，肢体失养，则发为痿证；肺气阴不足，或肺实邪壅，失于清肃，肺气上逆则发为喘逆之证；肺气上逆，失于肃降，挟胃气逆于上而见喘呕并见之证。

(2) 诸厥固泄，皆属于下：厥，这里是指阳气衰于下的寒厥及阴气衰于下的热厥。固，指二便癃闭不通；泄，指二便泻利不禁。是说多种厥证和二便癃闭不通或二便泻利不禁的病证，大多属于下焦脏腑的病变。

其机理为：若下焦肾阳不足，阴气偏胜，则发生寒厥；肾阴亏虚，阳气偏胜，则发生热厥。肾阴亏虚，津液不足，肠道失润，或肾阳不足，传送无力则大便闭秘；肾阳虚，命门火衰，肠道失温，失于传导而致泄泻。肾阴亏虚，津液不足，小便涩少不利；肾阳虚，失于固摄，膀胱气化失司，而致小便不禁。

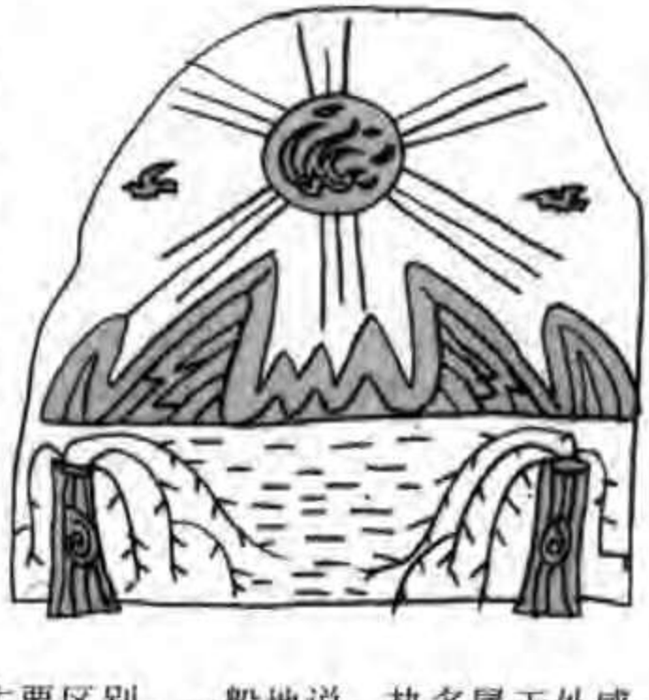
温、暑、火、热的概念有何区别?

温为热之渐，热为温之甚，二者仅程度上有不同，没有本质的区别，所以往往温热混称。在温病学中所说的温邪，往往泛指一切温热邪气，连程度上的差别也没有。

暑为夏季的主气，乃火热所化。《素问·五运行大论》说：“其在天为热，在地为火……其性为暑。”可见暑即热邪，只是具有明显的季节性。《素问·热论》说：“先夏至日者为病温，后夏至日者为病暑。”暑独见于夏季，指夏季炎热的气候，纯属外邪，无内暑

http://www.55188.com理想在线证券网

之说。



火为热之源，热为火之性，其本质皆为阳盛，所以火热也往往混称，一般不需严格区别。但是“火”可以代表人体阳气，谧藏于脏腑之内，具有温煦、生化等作用，是人体的正气，《内经》称为“少火”。只有亢烈之火才成为病邪，《内经》称“壮火”，即今之火邪。

热只是邪气，没有属于人体正气的说法。这是火与热的主要区别。一般地说，热多属于外感，火则常由内生，但这一点不是绝对的，也有内热和五气化火的说法。

如果说火邪常由内生，那么如何理解“五气化火”之说？

这个问题，应从概率的角度理解，就是说在一般情况下，绝大多数火邪是由内生的，但在某些情况下，火邪也可以由外感而来，不过这种“火邪”，我们多称之为“热邪”。这与“五气化火”并不矛盾，五气之中，只有暑邪纯属外来之火邪，我们称为暑热，其余风、寒、湿、燥等邪并非火热之邪，之所以能化火，需要有人体阳气亢盛或阴分不足的条件，就是说外因要通过内因起作用，在人体内才能转化，可见从表面现象来看，“五气化火”是由外感而来，实质上仍由内生。所谓“气有余便是火”，就是这个意思。各种内外因素，导致机体机能亢进，呈见阳气有余的表现，这就是火邪，所以说火邪常由内生。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“喜喜不节则伤脏，风雨则伤上，清湿则伤下”？

喜怒由五脏产生，肝在志为怒，心在志为喜。当喜怒不节的情况下，则反伤其脏，故曰“喜怒不节则伤脏”。

风雨则伤上，风雨为空间漂浮的致病因素，接触人的上部头面。当风雨挟有虚邪，又遇人体正气虚的情况下，首先伤人的上部，故曰“风雨则伤上”。

清湿，即寒湿，为地面沉着的致病因素，接触人的下部足胫。当清湿挟有虚邪，又遇人体正气虚条件下，首先伤人的下部，故曰“清湿则伤下”。

什么是“壮火”、“少火”、“君火”及“相火”？

古人以火的概念来雨明人体新陈代谢过程中的生物氧化，这是十分生动形象的。火能生热，是阳气的形象和化身，阳气虽不可见，但可以通过火热而察知。人体内也在进行燃烧，只不过是在37℃左右的常温下缓慢地进行面已。活人有体温，死人就冰冷，所以古人认为阳气存则生，阳气散则死。但阳气又不是孤立的，它不能脱离阴精面存在，就像火不能脱离燃料面存在一样。阳气亢盛了，就消耗过多的阴精，也就是说机能亢进了，代谢水平便提高了，产热也增多了，这样消耗太多，来不及补充，机能亢进也不会持久，必然导致衰竭。这种有害于人体的亢盛的阳气就叫“壮火”，所以《内经》说“壮火食气”。反之，正常的阳气，在阴精消耗的同时，能使之不断得到补充。也就是正常的机能活动，虽然也消耗一定的物质和能量，但又能产生新的营养物质，不断补充消耗，这样维持动态平衡，面不衰竭。这种有益于人体的阳气，就叫“少火”，所以《内经》说“少火生气”。可见少火是正气，面壮火是邪气，也称火邪或热邪。

http://www.55188.com理想在线证券网

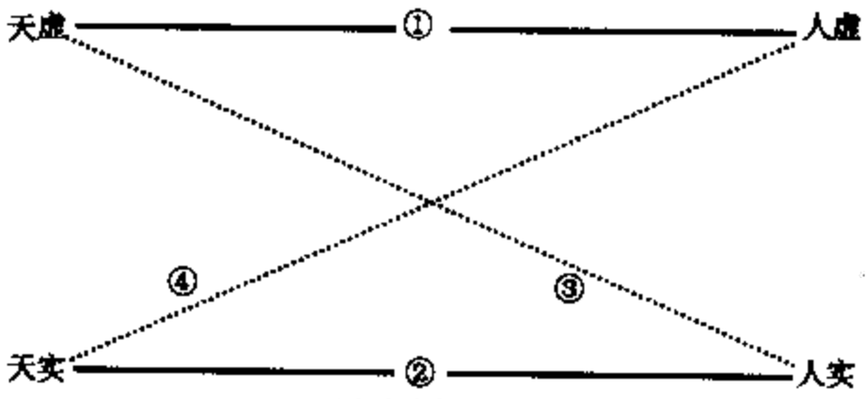
http://www.55188.com理想在线证券网

金元四大家的朱丹溪发挥了《内经》这一论点，发展了物质和机能对立统一的观点，创立了“相火论”。明代张景岳继《难经》之命门说，提出了“命门火”的概念，发挥了火的生理作用。这样《内经》中关于“君火”和“相火”的概念就逐渐明确起来了。

《内经》中把火分为正、邪两类，正气之火即少火，又可分为“君火”和“相火”，《素问·天元纪大论》曰：“君火以明，相火以位”，“少阴君火，少阳相火”，基本上是指六气中的火。后世将此概念明确为“君火”是心之阳气，“相火”为肝、肾、胆、膀胱、心包、三焦之阳气。其中肾之阳气也叫“命门火”，或称“龙火”，肝之阳气也叫“雷火”。“君火”单指正气而言，若过旺时便是“心火亢盛”，而“相火”包含正气和邪气两方面，过旺时叫“相火妄动”。“心火亢盛”和“相火妄动”都属于“壮火”。

天人虚实关系与发病与否有什么关联?

经文中仅提出，“两虚相得”而发病；“两实相逢”而不发病。作为天人虚实相遇关系不限此两种，当有四种关系，如下图。



天人虚实相遇关系

天人虚实相遇，能否发病，取决于自然界中是否存在发病的外在条件（病因）和人体中是否存在发病的内在依据（正气虚），以及两个方面的矛盾情况。

http://www.55188.com理想在线证券网

第①种情况，天虚、人虚相遇，发病。在这一矛盾关系中，既存在发病的外部条件，又存在发病的内在依据，必病。正如经文所说："两虚相得，乃客其形。"

第②种情况，天实、人实相遇，不病。在这一矛盾关系中，既不存在发病的外部条件，又不存在发病的内在依据。正如经文所说："两实相逢，众人内坚。"

第③种情况，天虚、人实，在这一矛盾关系中，可能出现两种情况：其一，不病。因为虽然存在发病的外部条件，但是不存在发病的内在依据，人体抵抗力强，故不发病。正如《素问·遗篇·刺法论》所言："正气存内，邪不可干。"其二，可病。虽然不存在发病的内在依据，但是存在发病的外部条件，当外邪过盛，超过人体抗病能力时，亦可发病，如流感、SARS等。即辩证法所说"外因在一定条件下起主导作用"。

第④种情况，天实、人虚，在这一矛盾关系中，亦可出现两种情况：其一，不病。虽然存在发病的内在依据，但是不存在发病的外在条件，因此不会发生由外因引起的疾病。其二，可以发病。虽然不存在发病的外在条件（无病因），但是存在发病的内在依据。当人体正气虚损到一定程度，不能适应外部环境时，亦可得病，但病属于微病。

外邪伤人的规律是什么？

外邪伤人的顺序是皮毛→络脉→经脉→输脉→冲脉→肠胃。虽然《内经》各篇对人体层次划分不一，但总体说，皮毛先受邪，逐渐向里入深。

http://www.55188.com理想在线证券网

其总体规律是由表入里、由浅入深。

（1）邪在皮肤的证候与病机：邪在皮肤，症见“淅然，皮肤痛”。在一定条件下，引起“皮肤缓则腠理开”，外来邪气乘虚而入。邪气以风寒最为多见，寒主收引，故皮肤收而毛发立，症见恶寒（淅然）、无汗等。寒性凝滞，可致气血运行不畅，症见皮肤痛等表证。

（2）邪在络脉的证候与病机：邪在络脉，症见“痛在肌肉，其病时痛时息”（据《甲乙》改）。病邪由皮毛入络脉，络脉阻滞，故肌肉疼痛，邪欲去络入经，故时痛时息。

（3）邪在经脉的证候与病机：邪在经脉，症见“洒淅喜惊”。邪还在表（如太阳经），卫气被伤，故洒淅恶寒，经气连脏，神气被扰，故有时喜惊。

（4）邪在输脉的病机及证候：邪在输脉，症见四肢关节疼痛，腰脊强硬。足太阳膀胱经脉“挟脊抵腰中”，故见腰脊强硬不舒。邪在手足三阴三阳之经，六经之气不能通达于四肢，故四肢关节疼痛。

（5）邪在伏冲之脉的症状与病机：邪在伏冲，症见身体沉重疼痛。冲为十二经之海，邪伏冲脉，可影响十二经脉的气血运行。又冲为血海，血行受阻，血不养形，故见身痛体重。

（6）邪在肠胃的症状与病机：邪在肠胃，根据寒、热之因不同，其症可分为二类：一为寒邪为患，症见腹胀、肠鸣、飧泄。邪居肠胃，运化、传导失常，谷气不行，故腹胀。寒邪与肠中水气相击而肠鸣。胃肠之病及脾，运化失司，水谷不分，故见飧泄。二为热邪为患，症见溏出糜。热居肠中，腐败水谷，热伤胃肠，湿热下注，故见泻下恶臭糜烂之物。若日久不愈，正不胜邪，邪气与局部气血相搏结，凝聚不得行，日积月累，最终形成有形之积，使病邪缠绵难愈。

http://www.55188.com理想在线证券网

夏季感冒是否叫伤暑？伤暑与中暑有何不同？

暑为夏季主气，一般地说，夏季外感多见伤暑、中暑、暑湿等病证。但是夏季也可见风、寒、湿等邪气，而感冒则是一种以感受风邪为主的疾患，症见恶风、发热、头痛、鼻塞、流涕或咳嗽等表证，虽可兼挟暑、热、湿等邪气，但与伤暑是不同的。伤暑基本上无表证，所以夏季感冒不叫伤暑。中医辨证是以临床表现为主要依据的，时令季节只供参考，不可拘泥于《内经》“后夏至日者为病暑”之说。

《时病论》有“冒暑”之说，症见头晕、寒热、汗出、咳嗽等，与感冒相似，实质上是暑湿邪气上犯于肺，较伤暑之证稍微轻浅。其实无心烦口渴即非暑病，况又恶寒，实际上是夏月感冒。

伤暑之称，在温病中，似取其伤于暑邪之意，通指一切暑病。为避免概念混乱，讲义所说的伤暑证，是指暑伤气津，症见身热多汗、心烦、口渴、气短、乏力、小便短赤等，此乃阳明气分之证，并无卫分表证。《时病论》所说的伤暑，初则寒热无汗，似有表证，实乃湿邪困表之故。伤暑与中暑虽同为伤于暑邪，但不只是轻重的不同，在病机上也有根本的区别。

一般说伤暑较轻，中暑之所以为重，在于暑邪卒中人体，内窜心包，以致突然昏倒，不省人事，喘喝汗出。若身热厥冷，便称“暑厥”（属热厥）。亦有轻者，但见头晕恶心、胸闷呕吐等症，

http://www.55188.com理想在线证券网

这是中暑前兆，由于暑湿秽浊，内阻气机，也较伤暑为重。至于气津暴脱之证，可由伤暑和中暑发展而来，其危重程度，不言而喻。

总之，伤暑和中暑之根本区别在于：一为暑伤津气，一为暑窜心包；一个来势缓，一个发病急。

积证的成因、病机与类型是什么？

成因："得寒乃生，厥乃成积也"。说明寒邪是积形成的外因。其发生不同类型积证的内因，尚有"卒然多饮食"、"起居不节、用力过度"，以及"内伤忧怒"。

类型与病机：根据积的类型不同，其病机各异。大体有三：其一，入腹的寒气凝聚津液，寒气使肠外的汁沫迫聚，日久成积。其二，入腹的寒气与出血凝聚而成积。其三，气滞血瘀，遇寒气加重凝血而成积。详见下图：

（1）外感寒邪—上逆腹部 肠胃→胀（寒性凝滞）—气不运津→迫使肠外汁沫聚结寒邪——→血液、津液互结——→日久成积

（2）寒邪——→
饮食失节
起居不节　络脉伤即肠胃之络脉→血溢肠外→寒邪与津液、血液相搏→凝聚成积
用力过度

（3）外中于寒——→
内伤郁怒 → 气机逆乱，气滞血瘀 → 互结而为积

综上可知，积的形成是一个慢性的病理过程，一旦形成，缠绵难愈。因此临床治疗当以温阳、活血、行气、化津之法。

为什么说"气有余便是火"？

气是一种能激发和推动脏腑机能活动的精微物质，它的存在是通

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

过机能活动表现出来的，所以有时候指机能活动。当人体机能亢进时，由于代谢水平提高，会产生过多的热量，同时对人体会产生损害性的消耗，这种热，古人以“火”来形容，所以说“气有余便是火”，这个火是指壮火或叫火邪。因阳气有温煦作用，阳气有余，温热太过而成火，这是必然之理。例如有的运动员在接受大运动量训练时最初的一段时间，往往血压升高，出现头痛、失眠、心烦等症，甚至有的口舌生疮、尿短赤，中医辨证即认为是心肝火旺。再如考试前夕，由于紧张地复习功课，往往也会出现心悸、失眠、心烦、急躁等症，这也是心火亢盛的表现，这些都是“气有余便是火”的实例。原因都是由于精神过度紧张，以致机能亢进，用中医术语说就是气旺而生火或气郁而化火。

消瘅的病因有哪些?

《内经》论消瘅的病因约有以下几个方面：

（1）五脏柔弱：《灵枢·五变》指出“五脏皆柔弱者，善病消瘅”。《灵枢·邪气脏腑病形》中指出五脏之脉微小为消瘅。所谓“五脏柔弱”、“五脏脉微小”，都表明五脏的精血虚衰，津液亏乏。张志聪《灵枢集注》说：“盖五脏主藏精者也，五脏皆柔弱，则津液竭面善病消瘅矣。”

（2）肥甘太过：《素问·通评虚实论》云：“消瘅……甘肥贵人，则高粱之疾也。”由于“肥者令人内热，甘者令人中满”，肥甘过度生内热，内热则灼津，故可发生消渴。

（3）内热炽盛：《素问·气厥论》指出：“心移热于肺，传为鬲消”，“大肠移热于胃，善食而瘦人”。《灵枢·师传》又指出“胃中热则消谷，令人县心善饥”。凡内热炽盛，内则消灼津液，外则消灼肌肉，所以张从正提出“三消当从火断”。

（4）脏气虚寒：《素问·气厥论》云：“心移寒于肺，肺消。”

http://www.55188.com理想在线证券网

张景岳《类经》释："心移寒于肺者，君火之衰耳。心火不足则不能温养肺金，肺气不温则不能行化津液。"《轩岐救正论·消证》所谓"老人阳虚……寒消肺肾，金水衰竭之病"，即属此类。

饮食、劳逸不当为什么会致病？

饮食、劳逸是人们生活的需要，是必不可少的生活条件，但是处理不当反而有害人体健康，这就是辩证法。古人说"爽口物多终作疾，快心事过反为殃，与其病后才加药，熟若事先能自防"，即是经验之谈。

饮食致病的原因不外三种情况：

（1）饮食不节，饥饱无度。饮食太过和不及都会伤及脾胃，造成食积停滞，继之产生痰饮、湿、热等邪气。若饥渴过久，则断绝气血生化之源，便会产生虚损之证。

（2）饮食不洁。食用腐败有毒食物，不但伤及脾胃，出现恶心、吐泻、腹痛等症，而且扰乱气血，使人中毒，甚至可能危及生命。

（3）饮食偏嗜。嗜好太过，可能导致营养不全，缺乏某些必要的营养，而且可能伤及脾胃以外的其他脏腑。如《素问·生气通天论》说："味过于酸，肝气以津，脾气乃绝；味过于咸，大骨气劳，短肌，心气抑……"。用现代医学观点来看，酸

http://www.55188.com理想在线证券网

碱平衡失调，水盐代谢紊乱，可出现许多症状。如酸中毒可出现乏力、麻木、迟钝，甚至嗜睡等，这些恰恰符合中医肝脾两脏的证候。高血钠也可导致水肿，血容量增加，血压升高，心悸亢进等等。

劳逸不当致病不外两种情况：

（1）劳则气耗，逸则气滞，皆伤脾胃。过劳伤气，脾气不足则纳呆、食少、神疲、乏力。逸则气滞，饮食不消，则脘腹闷胀或疼痛。

（2）房劳伤肾。肾精不足，肾气亦亏，可见腰酸膝软、遗精阳痿、月经不调、带下绵绵等。用现代医学来解释，性生活也是一种应激状态，是一种高度兴奋和紧张的活动，太过了，必然造成过度消耗而扰乱人体正常生理功能，因此也能损害健康。

此外，《素问·宣明五气篇》说："久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋"，指出了劳伤致病的几种情况，基本上符合实际，说明了五劳不只伤及脾、肾，也可伤及五脏而致病。

食积有何临床特点？

食积为病可概括为三大特点：

（1）食伤脾胃。症见厌食、呕吐酸腐、脘腹胀痛、泄泻或便秘。

（2）食积化热。症见便秘头痛、腹满心烦、痔疮下血、手足心热、腹部发热、颧红潮热。

（3）助湿生痰化热。症见舌苔垢腻、或黄或灰、口臭痰多、脉滑或数、或生疮疡。

自汗、大汗、盗汗、战汗、半身汗，其病机和临床表现有何不同？

出汗是临床上常见的病理现象，由于病因病机不同，因而临床表

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

现也不同。

（1）自汗：是指不因过劳、衣厚或发热等原因而自行汗出，或稍一活动则汗出较多的病理现象。自汗有气虚自汗、阳虚自汗两种。气虚自汗常见到汗出较多，疲乏无力，气短懒言，面色不华，脉弱无力等表现。面阳虚自汗除上述气虚自汗表现外，尚可见到身寒肢冷，四末不温的阳虚寒象。自汗是因卫气虚弱，阳气不足，肌表不固，营阴外泄所致。

（2）盗汗：是指睡后则见汗出，醒后汗止的一种病理现象。常伴有五心烦热，口咽干燥，骨蒸潮热等阴虚发热的表现。盗汗的产生，是由阴虚不能敛阳，睡后卫阳行于内，阳不入于阴而迫津外泄所致。人入睡则卫气行于阴，使体表之阳气减少，又卫气行于阴，加重阴虚阳盛，迫津外泄故睡则汗出。

（3）大汗：大汗即大量出汗之意。主要见于下列三种情况：

①阳明热盛，里热蒸腾，迫津外泄，故大汗出，常兼见大热、大渴、脉洪大等表现。

②亡阳之时，阳气亡失，阴液随之外泄，液随气脱，津随气泄，故见到冷汗淋漓而清稀、肌肤凉、精神委靡等亡阳表现。

③亡阴之时亦可见到汗出较多而黏腻、四肢温、肌肤热、口渴目陷等表现。亡阴亡阳之汗出都是危重证候，一方面原发病危重，又加之阴津大量外泄，更加重了病情。

此外，还有一种漏汗。属于治疗不当，汗不得法，以至汗出如漏。这是由于发汗太过，卫阳之气被伤，腠理开泄，不能卫外为固，故汗出不止。

（4）战汗：多见于温病的发展过程中。表现为突然全身寒战，甚则肢冷脉伏，几经挣扎，继之全身透出大汗。战汗表示正气尚盛，与邪力争，拒邪于体外，邪随汗解。表现为汗出热退，脉静身凉，邪去正安。也有一汗不解，需要再汗而解的。如战汗后病仍不解的，表现为烦躁不安，脉来急促者，则是正不胜邪之危候。

http://www.55188.com理想在线证券网

(5) 半身汗：即半侧肢体出汗，或见于右，或见于左，或上半身，或下半身，有的仅半侧脸出汗。正如《内经》所言："汗出偏沮，使人偏枯。"半身出汗常是中风先兆或中风的表现。其病理机制是由于风痰湿邪阻滞经络，气血周流不畅，或气虚不能固密而半侧汗出。

五脏病的发病原因是什么?

经文"生于阴"与"起于阴"其义同，即病起于内因（七情、劳倦、饮食、起居）。五脏疾病的病因常由内因而发，然各种内外致病因素也可使之发病，如文中"重寒伤肺（外寒及寒饮食）"、"汗出当风伤脾"等都表明《内经》极其重视内外合邪的发病观点。《灵枢·邪气脏腑病形》篇言："忧愁恐惧则伤心。形寒寒饮则伤肺，以其两寒相感，中外皆伤，故气逆而上行。有所堕坠，恶血留内，若有所大怒，气上而不下，积于胁下，则伤肝。有所击仆，若醉入房，汗出当风，则伤脾。有所用力举重，若入房过度，汗出浴水，则伤肾。"皆反映多种因素可伤脏的实际情况。现将五脏所伤之证及病机分析分述如下：

(1) 忧思伤心：心藏神，若在强烈的、持久的精神情志刺激下，可使心气受损，出现心神恍惚、精神失常的病证。

(2) 重寒伤肺：重寒即《灵枢·邪气脏腑病形》篇中："形寒寒饮"是也。又如《素问·咳论》："肺

http://www.55188.com理想在线证券网

寒，则内外合邪（外寒和寒饮食）。”外寒由皮毛伤其合，寒饮由中焦循经上犯于肺，致肺气受损，外邪乘虚入肺，外内合邪，使肺宣肃失常。其症见咳嗽、咳吐寒痰、喘息等。

（3）忿怒伤肝：怒为肝之志，肝又主藏血，大怒可损伤肝气，肝失调达，导致肝气上逆，血随气逆，可见呕血、头胀痛等症。薄厥一证可为例证。

（4）内、外因素伤脾（醉以入房，汗出当风）：饮食不节本已损伤脾气，加之汗出感受风邪，风邪乘虚入脾，使脾失健运，症见腹胀、泄泻等。

（5）过劳伤肾（房劳过度、汗出浴水）：房劳过度，耗伤肾气，汗出浴水，水寒之气乘虚入肾，症见腰膝酸软、疲乏无力等。

把握五脏病的常见病因，可为临床的脏腑辨证提供依据。

便秘的原因是什么？

便秘是指大便秘结不通，排出困难，大便次数减少，几日一解。其病因有寒热虚实的不同，在诊断时，应从大便的量、色、形状、气味等几个方面详细了解。

如大便秘结、腹痛拒按、身热不退、舌红苔黄燥、小便短赤者，多属热结胃肠，腑气不通的实热证。

大便秘结，又见畏寒喜暖、面色皖白、舌质淡润的属于冷秘证。这是由于阳气不运，肠道传送无力，大便艰难。

大便秘结难解，身无所苦，见于手术后、产后及高年体虚之人，多属津亏，气血不足的虚秘证。

大便数日一解，或大便不干而排出困难，胸胁苦满，噫气频频，此属气机郁结，腑气不畅的气秘证。

大便秘结，还有另外一种情况，叫做“热结旁流”。在《伤寒论》中，对此证便有很清楚的分析，如“自利清水，色纯青，心下

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

必痛，口干燥者，急下之，宜大承气汤”。

何谓热结旁流?

“热结旁流”一语来自清代名医吴有性所著《温疫论》，他说：“热结旁流者，内热壅闭，先大便秘结，续得下利纯臭水，全然无粪。”由此可以看出，热结旁流是胃肠热结便秘的另一种表现形式。其特点是泻下清水无粪便，气味特臭又伴有腹痛拒按，口干舌苔干燥少津。这是由于胃肠热结，燥屎结于距肛门较远部位，而肠中水液从旁流出肛门，故自利清水，色纯青，全无粪便。当用急下之法，给予大承气汤，通下燥屎，常可见到排出球样大便，十分坚硬。从而证明，该证虽有下利清水，但肠内仍有燥屎秘结。

泄泻的原因是什么?

所谓泄泻，又称“溏泻”、“腹泻”等，是指大便稀软或不成形，每日排便次数增多，甚或大便呈稀水样的病理表现。引起腹泻的原因也有寒热虚实的不同。

新病多为实证，久病虚证为多。在问诊时，要注意询问病程的长短，大便形状等。

大便有黏液不爽，一日数解，常为湿热积滞肠道。

大便有脓血，伴有里急后重，大便次数多而排便不畅的，多为湿热下注大肠的痢疾。

如腹痛即泻，泻下急迫，常为肝强脾弱，肝脾不和的痛泻证。

大便呈水样，发病突然，一日数次，肛门灼热、尿黄短赤，或伴有恶心等证者，多为邪热下迫大肠之热泻证。

大便泄泻，夹有不消化食物，大便酸腐臭秽，或如数卵，或伴有呕吐、口臭、舌苔腐腻者，多为食积不化，脾胃受损的伤食泻。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如病程较长，时间较久，大便稀软不成形常伴有腹胀、纳少、疲倦无力、面色萎黄，多为脾虚泄泻。

如每次泄泻均发生在黎明前，腹痛则泻，泻后痛减，完谷不化，多为肾阳虚衰，腐熟温化无能的肾虚泄泻，又名“五更泄”或“鸡鸣泻”。

如大便色黑，如漆而亮，反而易解，伴有发热不退者，为阳明蓄血证。因阳明热邪久羁，血与热搏，出于经脉，排于肠道，败为紫血。

什么是痰饮？其临床表现有什么特点？

痰饮是水液代谢障碍而引起的局部病理产物，又成为某些以痰多、苔腻、脉滑等为主症的疾病的致病因素。黏稠者为痰，清稀者为饮。

其形成过程，可列简表如下：

肺、脾、肾三脏调节水液代谢功能失常：
- 肺失宣降，水津不能敷布、下输
- 脾失健运，水湿停留
- 肾阳不足，气化不行，水湿不化
- 三焦不通，水气互结

加上：气滞、寒凝、湿聚、火热煎熬

凝聚而成痰饮停于三焦各部

痰饮为病十分广泛，古人有“百病多由痰作祟”，“坚病从痰治”，“无痰不作眩”等说法，由此可见痰饮为病的一般特点，它不仅指有形之痰，也包括了无形之痰。概括起来，临床衰现有如下四大特点：

（1）咳痰量多，喉中痰鸣。

（2）胀满水肿，肠鸣食减。

（3）胸闷，呕恶，眩晕，心悸。

（4）苔厚腻脉弦滑。

临床上具备第一项或其他任意两项指标，一般即可诊断为痰饮。

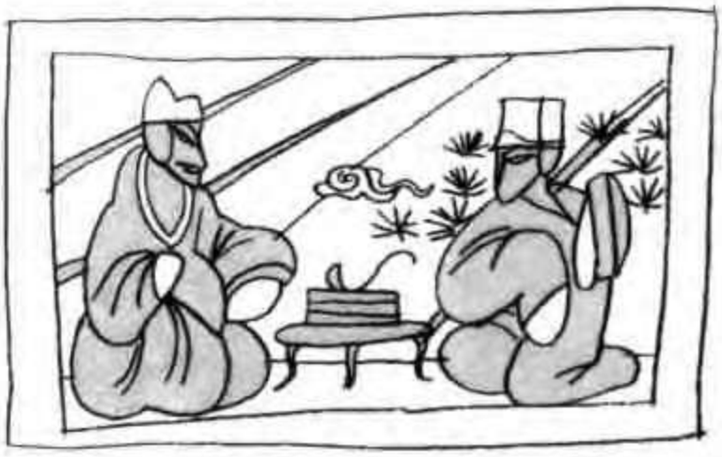
http://www.55188.com理想在线证券网

由于痰饮所在部位不同，可表现为多种复杂的证候，如痰核、流注、梅核气等等，虽不表现为咳嗽多痰，但也属于痰饮病。因此“怪病从痰治”也可作为特点来考虑。

现代研究表明，“痰饮”表面上指的是气管、支气管的分泌物，实质上概括了与它相关的各种病理生理和病理解剖变化，其含义是广泛的。

http://www.55188.com理想在线证券网

九 病证通说



http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

何谓辨证?

所谓辨证，就是辨别证候。证与症的概念不同，证是证候，它是机体在疾病发展过程的某一个阶段出现的病因病机的概括。由于它辨证地分析了病变的部位、原因和性质，因而全面准确地反映着疾病的本质。中医学认识疾病是以辨证为中心环节的，首先通过望闻问切四种诊察方法，广泛收集临床资料，深入了解病情，在此基础上，利用脏腑经络、病因病机理论，进行去伪存真，去粗取精，分析归纳，综合概括，从而辨别疾病属于何种证候，做出正确的诊断，为施治打下基础。人们习惯上把收集资料，归纳分析，确定疾病的性质，做出正确诊断的过程，叫做辨证。辨证的过程也就是诊断的过程，诊断的依据就是收集的临床资料，诊断的结果就是证候。中医的辨证虽然与现代医学的诊断疾病不完全相同，但也有相似之处，我们应该把辨证与辨病进一步结合起来，丰富祖国医学辨证的内容，提高辨证论治的水平。

辨证方法有几种?

中医学辨证方法有多种，如八纲辨证、气血津液辨证、脏腑辨证、卫气营血、三焦辨证、六经辨证等。这些辨证方法既有区别，又

http://www.55188.com理想在线证券网

有联系，适用范围亦有不同。

各种辨证方法的适应范围和相互关系如何?

一般来说，八纲辨证是各种辨证方法的纲领，是对疾病的部位、性质、正邪双方力量盛衰的高度概括。就病变的部位来讲分在表在里，病变的性质分属寒属热，以邪正的盛衰分虚分实。用阴阳总括归类分为阴证、阳证。所以各种疾病都可以用八纲来进行辨证分析，从而体现基本的病理变化及其归类。

脏腑辨证是以脏腑病变为纲，来分析归纳临床症状的辨证方法。它具体说明了病变是在何脏何腑、属寒属热、属虚属实。一般各种辨证方法最后都要落实到脏腑辨证上，才能准确诊断，使治疗有的放矢。

气血津液辨证是对脏腑辨证的补充，是把脏腑辨证中一些具有共性的问题进行综合分析，予以辨别。由于气血津液是脏腑功能活动的物质基础，又是脏腑生理活动的产物，在生理上密切相关，反映在病理上，脏腑病变与气血津液病变常互相影响，故这种辨证方法常和脏腑辨证结合运用。

六经、卫气营血、三焦辨证，主要运用于外感性疾患。这种疾患以发热为主，具有发病急、变化快的特点，对于这样的一些疾病，采用这三种辨证方法，具有很强的针对性。其中六经辨证多用于辨治伤寒病，是对人体感受风寒之后疾病发生、发展、转归、预后等传变规律的高度概括。因外感疾病后期，多伤及内脏，所以六经辨证不仅用于辨治伤寒，也可用于内伤杂病的辨证论治。卫气营血辨证主要是用于外感温热病的一种辨证方法。卫气营血代表着温热邪气侵犯人体，引起疾病深浅不同的四个阶段，主要分在气在血，卫为气之轻浅阶段，营为血之轻浅阶段。但有时也可作为热病中的四个独立证型。三焦辨证也属于外感温病的辨证方法，但主要用于辨治湿热病，由于湿

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

热邪气侵犯人体多始于上焦，渐次传于中焦、下焦。三焦辨证反映了湿热病的传变规律。

上述几种辨证方法，是在长期的医疗实践中总结出来的，具有不同的适用范围，具有很强的针对性，但它们之间又是相互联系、相互补充的。因此，在学习各种辨证方法时，要有机地把它们联系起来。

另外，从某种意义上说，病因也属于辨证的范畴，叫做“辨证求因”，或“病因辨证”，它是根据疾病的发展过程、临床表现特点来探求疾病的原因，从而针对病因进行治疗。

辨证和辨病的含义有何不同？

中医学的辨证，是认识人体在病理情况下，在某一特定时间内的机能状态，它是从机体反应性的角度来认识疾病的本质；从分析疾病在当时所表现的症状和体征来进一步认识这些临床表现的内在联系，从而推导出其内在病理变化的规律性，并以朴素的唯物辩证法思想进行抽象地概括，进而建立起一整套辨证的概念来反映病变内在的本质。

辨证和辨病是不同的方法，辨证可以说是对疾病进行动态的观察，是对疾病传变程序的诊断。而辨病则是对疾病进行静态的鉴别，但也能反映其特定病因作用于人体的全过程。所以，从“病”和“证”的概念来说，“病”反映着特异的病因所引起的特异性反应，反映了疾病的个性；而“证”则反映着各种致病因素所引起的非特异性反应，反映着疾病的共性。

实践证明，人体可以说是一个高度灵敏的自控系统，通过许多复杂的“反馈”机制进行着自动调节，维持着机体内在环境的稳定和统一。这种稳定和统一，只是相对的动态平衡。由于人体内外环境总是不断地变化着，一旦自动调节失灵，其微妙的动态平衡就被破坏，于是人体就表现为疾病状态。在这种情况下，机体的机能障碍，比形

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

态结构的变化更为突出和明显，而中医学正是及时地把握住这些变化所反映出来的临床表现，运用直观的方法进行观察和研究，从而在广泛的联系中来研究人体生命的动态变化，创立了一系列辨证概念。

临床应如何进行辨证?

中医学通过长期的临床实践，其辨证经验非常丰富，经常使用的辨证方法有八种之多，概括起来为两大类：一为外感热病辨证，包括六经、卫气营血和三焦等辨证；一是内伤杂病辨证，包括气血津液辨证、脏腑经络辨证。至于八纲辨证和病因辨证则贯穿于两类之中。

临床辨证方法的运用程序，一般规律是患者的主诉，或最痛苦、最紧急的症状或体征，往往就是该病的主症。首先，围绕主症先辨外感或内伤。若为外感，再分寒热，外感寒邪则属伤寒，应按六经程序辨证；外感热邪则属温病，应按卫气营血或三焦程序辨证（三焦辨证主要针对湿热病）。若为内伤，则应先辨虚实，虚证有气血阴阳之不同，应落实到脏腑经络。实证则要看属何邪气，同样也要落实到脏腑经络。

由此可以看出，临床辨证实质上就是对病变进行定位和定性。其辨证步骤简介如下：

（1）表里、脏腑经络定位，主要应从如下几方面去考虑：

①临床表现的部位特点，主要在于脏腑归属部位和经络循行部位。

②脏器功能特点。

③脏器体征特点。

④脏器与季节气候的关系和影响。

⑤脏器与病因的关系和影响。

⑥脏器与体型、体质、年龄、性别的关系和影响。

⑦发病时间及临床治疗经过特点。

http://www.55188.com理想在线证券网

如以肝病定位为例，肝经循少腹、络阴器，布于两胁，故胁肋胀满疼痛，少腹痛，腹股沟外阴部疾患，定位在肝。

肝主疏泄、藏血、主筋。故情志抑郁，胁肋胀满痞闷，出血，运动障碍等定位在肝。

肝其华在爪，开窍于目，其色青，脉弦。故爪甲干瘪，两眼干涩，视觉障碍，面色发青，脉见弦象，应定位在肝。

肝气旺于春（春天肝气偏亢），春季多风，故凡春季发病，或发病明显与受风有关，多定位于肝。

肝主怒，郁怒则伤肝。故凡发病前有明显忿怒或抑郁病史，均可定位于肝。

至于体型、年龄、性别及发病治疗经过等情况，均有一定参考价值。

（2）阴阳、气血、虚实、风火湿燥寒毒定性：主要应从两方面去考虑，一是从临床证候特点去考虑定性；一是从发病与病程特点、发病季节与诱发因素等方面去考虑定性。

如以阴证定性为例：根据证候特点，凡临床表现为功能上衰退或不足，呈退行性、抑制性病变，均可定性为阴证。凡人体正常生理活动所必需的物质缺乏或不足，或某些病理性产物的积聚、潴留，如痰饮、水邪、瘀血等，也应定性为阴证。

根据其发病和病程特点，凡发病缓、病程长、症状逐渐加重、年老及体质素虚，均可考虑定性为阴证。

又如以湿病定性为例：根据证候特点，凡临床表现为液态病理性产物偏多或潴留，以及症状表现为重浊、沉困等特点者，如浮肿、痰多、泻痢、白带多、黄疸、排泄不畅、无汗、头重肢困等，皆可定性

http://www.55188.com理想在线证券网

为湿病。

从发病季节与诱发因素来考虑，长夏主湿，故凡发病于夏末潮湿较重季节，或其发病明显与受湿如涉水淋雨，工作生活环境潮湿等因素有关者，均可考虑定性为湿病。

（3）定位与定性合参：即是把疾病的定位和定性，结合起来进行考虑。如肝病，有肝风，定位在肝，定性为风，可症见卒然眩仆、抽搐惊痫等。

肝寒：定位在肝，定性为寒，可症见瘫痪肢厥，胁肋疼痛，喜热恶寒，或睾丸冷痛，阴囊发凉，心烦不寐而多痰，呕恶，喜热饮。

肝湿：定位在肝（胆），定性为湿，如肢体不用，或合并水肿、外阴肿胀、黄疸等。

肝（胆）火（热）：定位在肝胆，定性为火为热，例如眩晕惊痫而有高热，或目赤肿痛，或喜怒易惊，不能自制。

（4）必先五胜：所谓“必先五胜”，是说在分析各种发病机转时，要在错综复杂的临床表现中，根据其病变发生、发展的变化过程，确定其究竟属于哪一脏腑，或哪一种病理生理改变在其中起主导作用。

仍以肝病风病为例：首先从定位上来分析，肝病有两种情况，一是肝（胆）本经自病，即病变原发于肝，如郁怒伤肝（胆），因郁怒而出现胁肋疼痛失眠，惊痫抽搐等。二是继发于其他脏器病变之后，如脾（胃）病及于肝，即脾虚肝木乘脾，患者先因吐泻病后，继发拘急痉挛，或饱食后夜寐不安。又如肾病及肝（胆），即先有肾病，肝病继发于肾病之后，例如肾虚肝旺，患者先有腰膝酸软、遗精、耳鸣，以后又继发眩晕头涨痛、急躁易怒、多梦失眠等症。

其次再从定性去分析：如风证，有原发性风证，病始即表现为风证，如大怒后卒然眩仆，半身不遂。有继发风证，如热极生风，即先有热证，风证继发于热证基础之上，如先发高热，然后继发惊痫抽搐。

http://www.55188.com理想在线证券网

应当指出，上述辨证方法和步骤，只是提出了辨证的程序和较为详细的思考推理方法，至于临床如何具体灵活运用，或繁或简，则应视具体情况而定。

何谓表里辨证?

表里辨证是辨别疾病部位和病变趋势的一对纲领，主要用于伤寒、温病等外感疾病的辨证论治。表里辨证说明了外感六淫邪气侵犯人体，病变部位是在表还是在里。一般而言，六淫之邪侵袭人体首先犯表，正气抗邪于表，因而形成表证。表证病位浅，在皮毛肌腠。如邪气内侵脏腑骨髓，部位深在者为里证。表证和里证可以先后出现，也可以同时出现，也可以相互转化。

表证、里证的成因为何?

表证的形成主要是外感六淫之邪始侵犯人体，正气奋起抗邪于肌表，正邪相争，使肌表营卫气血功能失调，即形成表证。个别情况下病邪由里达表也可形成表证。

而里证的形成比较复杂，主要有下述几个方面：

（1）由于表邪不解，由表入里形成里证。如发病初起发热恶寒同时并见，舌苔薄白脉浮，若失治或误治等原因，出现了发热，而不恶寒，舌苔变黄，口渴喜冷饮，此时已形成为里热证。

http://www.55188.com理想在线证券网

（2）六淫邪气直接侵犯脏腑形成里热证。如春温，是一种发于春季的温病，病一开始即为里热证。一般认为是冬季感受寒邪，至春由内外发。又如老年人或抵抗力比较低的人外感寒邪直中脏腑，形成里寒证。

（3）由于情志内伤、饮食劳倦等原因所导致的疾病也称之为里证，即病起于内之意。

表里证的鉴别要点是什么？

在外感性疾患中，分辨病在表还是在里，对于正确治疗，提高治愈率有重要意义。一般来说，病在表者，病情比较轻浅、病在里者病情比较复杂。而在治疗上，有表证者当先解除表邪，病在里应当治里，否则，病在表而反治里，有引邪入里之弊。因此，分辨疾病在表在里是十分重要的，必须鉴别清楚。临证时可从以下几个方面入手：

（1）从病程方面来看，新病，病程短者，病多在表；久病，病程长者，病多在里。

（2）从症状来看，发热恶寒同时并见者，病在表；但发热或但畏寒者均属里证。

（3）从检查所见，表证者舌苔常无变化，或仅舌边尖红，脉见浮脉。而里证者常有舌苔舌质的变化，如舌质变红，舌苔变黄变厚，而脉象不浮或沉。

表证的病机是什么？皮肤病是否属表证？

表指人体的肌表、皮毛、肌腠。形成表证时，邪正斗争主要在肌表皮毛。例如六淫之邪侵犯人体，正气奋起反抗，密集于体表，与邪相争，因而营卫气血功能失调，出现一系列表现，概括称为表证。但“温邪上受，首先犯肺”，热为阳邪，其性炎热，正邪交争，功能亢

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

奋，以阳并阳，故发热比较突出，而且速见。邪气在表，卫气功能失常，温分肉功能不足，故微恶风寒。风为阳邪，其性开泄，风邪伤人使腠理开泄，营阴不能内守，易于外泄而汗出，属表虚证。风为阳邪，卫亦属阳，两阳相并故发热。

邪气在表，营卫气血流行受阻，不通则痛。其中寒主收引凝滞，疼痛最为突出，故寒邪伤人，头痛，腰痛，骨节疼痛。

脉浮主表。表有邪气，正气抗争于体表，气血趋向于外，故脉浮现于体表。由于表有邪气，影响肺气宣发肃降功能，肺气不利，因而可见到咳嗽、鼻塞、咳痰等症状。

由上所述，表证主要指外感邪气侵入肌表正邪抗争的病理反应，以恶寒发热同时并见，脉浮苔白为主要特点。而一般所说的皮肤病，虽然病变部位也在体表，但一般不具有上述表证的特点，所以不称之为表证，仍属外科皮肤病范畴。

肌表、表、表证的概念是什么？有何不同？

肌表是指身体的部位而言，它泛指人体的表层组织，大体包括了皮毛、皮肤、皮下组织附属腺体（如汗腺）以及浅在的肌肉等组织。肌表有重要的生理功能，如防御屏障机能、对体温的调节作用（出汗与否）等，这些功能主要靠“卫气”发挥作用。正如《灵枢·本脏》篇所说：“卫气者，所以温分肉，充皮肤，肥腠理，司开合者也。”

表和肌表的概念不同，表虽然有时也指身体的部位而言，但它是一个相对的概念，表和里相对应。如脏和腑相对而言，脏属里，腑属表。如皮毛肌腠与脏腠血脉相对而言，皮毛肌腠属表，脏腑血脉属里。

而表证则与肌表、表的概念完全不同。表证是一种证候，主要由六淫之邪侵犯人体，正气抗邪于表而形成。主要特点是恶寒发热同时并见，脉浮，苔薄白。从临床实际来看，所谓表证只是机体对病邪侵

http://www.55188.com理想在线证券网

袭最初产生的反映。常见于多种急性发热性疾病的初期，多伴有急性上呼吸道感染的表现。一般所说的表证病变部位在体表只是一个相对的概念，或指一组症状而言。其病变部位并不一定在皮毛肌腠，如急性痢疾初期亦可见到表证。从这个观点出发，病变部位在体表的也不一定属表证的范围，而病变部位不在表而具有发热恶寒，同时并见脉浮苔薄白特点的也可诊断为表证。

表证入里、里证出表的临床意义是什么？

在疾病的发展过程中，表证和里证可以发生相互转化。这是由于人体是一个统一的整体，内外表里、脏腑经络相通。所以疾病发生后可以发生表、里等的转化。表证不解，由表入里，形成里证，叫做表证入里。而在一定的条件下，里证也可以出表，由表而解。这种表里传变主要决定于邪正双方力量的对比，因而了解表里证的相互转化，无论是在估计病情，推测预后，确定治法等方面都有重要的意义。如在治疗方面，原则上是病在表者当先解表，病在里者，就应治里。表里同病者当先解表而后治里或表里同治。如病在表者而治里，有引邪入里之弊。又如在估计病情、推测预后方面，表证入里，多因误治、失治，或邪气亢盛，护理不当，使正不胜邪，内传于里而形成里证，此为病进之象，为正气不能阻挡邪气的进犯，预后可能较差。

由里出表则主要是治疗护理得当，正气渐复，机体抵抗力增强，

http://www.55188.com理想在线证券网

驱邪外出肌表而解，此为病情减轻，向愈之兆。亦有初起未见表证而直入于里者，病退亦可由里出表而解。

何谓寒热辨证？寒证、热证的病因病机有何不同？

寒热辨证，是辨别疾病性质的一对纲领，是脏腑阴阳偏盛偏衰的具体体现。所谓寒证，是指因感受自然界寒邪或机体阳气不足，阴气偏盛，或脏腑机能活动衰减所表现的一类证候。其主要症见怕冷恶寒喜暖，口淡不渴，面色苍白，肢冷蜷卧，小便清长，大便溏薄，舌淡苔薄而润。这些都是由于阳气不足或受损，温煦功能减弱的表现。所谓热证，是指感受自然界温热邪气，或素体阳盛，寒从热化，或情志内伤，郁而化火等脏腑功能活动过于亢盛而表现的一类证候。其主要症见发热恶热喜凉，口渴喜冷饮，面红目赤，烦躁不安，小便短赤，大便干结，舌红苔黄，脉数。这些症状都是阳热亢奋，阴分受损所致。

寒、热证候的鉴别要点是什么？

分辨寒热，辨清疾病是属热证还是属寒证是十分重要的，这是临床用药的根据，治疗成败的关键。因此，必须分辨清楚。可以从以下几个方面进行判断：

证候	症状							
	寒热喜恶	口渴与否	面色	二便	四肢	舌苔	脉象	精神状态
寒证	恶寒喜暖	口不渴	淡白	大便溏 小便清长	不温或凉	舌质淡 苔薄白	沉迟	精神委靡
热证	恶热喜凉	口渴喜冷	红	大便干 小便短赤	四肢温 肌肤热	舌红苔黄	数	烦躁不安

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

一般说来，所谓热证、寒证，是对一组症状的概括，是由多个临床表现所决定的。在上面表格所列症状表现中，凡出现寒（或热）的阳性指标越多，就越支持寒证（或热证）的判断。仅就发热这个症状与寒证、热证的关系来说，发热可以属于热证，又常兼见口渴喜冷，便干溲赤，舌红苔黄等症状。但发热也可见于阳虚证，常兼见畏寒而不恶热，口不渴，大便或溏，尿清长，舌质淡，脉不数等寒证的表现。这时的发热不属于热证，而属于寒证。其病机为阴盛格阳，虚阳浮越的真寒假热证。对于这种发热的治疗，不能采用清热的方法，而应采用甘温除热的药物治之。

寒热错杂与寒热转化有何临床意义?

所谓寒热错杂是在病人身上同一个时间，既有寒证的表现，又有热证的表现，这是一种寒热同时并见的复杂病理现象。这种寒热错杂，既可表现为不同部位的寒热错杂，如上寒下热，上热下寒，表寒里热，表热里寒等，又可表现为同一个部位的寒热错杂，如寒热错杂于中焦之心下痞证。

辨清寒热错杂，就为治疗指明了方向。既然是寒热错杂，就决不能单用寒药或单用热药，必须寒热并用，寒能清热，热能散寒，达到热清寒散的目的。如某些慢性胃病的心下痞寒热错杂于中焦的证候，就必须寒热并用，辛开苦降，方能达到寒去热清正复痞消的目的，方如半夏泻心汤之类。

寒热转化与寒热错杂不同。寒热错杂是寒热同时并见，而寒热转化是疾病性质的转化，在疾病发展到一定的阶段，寒证可以转化成热证，热证可以转化成寒证。实质上这是阴阳转化在病理方面的具体体现。热证转化为寒证即“重阳必阴”、“热极生寒”之意。寒证转化成热证，即“寒极生热”、“重阴必阳”之意。例如高热、大汗大渴、脉洪大之阳明热证，由于出汗太多，或邪毒太盛，可突然出现四肢发

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

凉，冷汗不止，精神委靡，脉微欲绝的寒证，亦即重阳必阴之意。又如，外感风寒，表寒证，可以见到恶寒、发热、头身疼痛、脉浮紧等表现，如病情进一步发展，寒邪郁而化热，形成表热证或里热证。

在治疗上，必须根据疾病性质的改变而毫不迟疑地改变治疗方药，不可固执一方一药，延误病情。

何谓虚实?

所谓虚，是指正气不足，脏腑功能衰减。正气包括了气、血、阴、阳、精、气、神以及脏腑生理功能活动等，它具有保卫机体、免受各种致病因素的侵害，维持人体正常新陈代谢的作用，促进人体生长发育等功能。由于人体正气不足，而出现了一系列抵抗力低下，脏腑功能活动减弱的病理现象，概括称为虚证。

所谓实，指的是邪气实，邪气有余，脏腑功能活动亢盛。邪气大致包括了各种致病因素，如六淫、七情、痰饮瘀血、饮食劳倦等。邪气停留体内，正气奋起抗争，驱邪外出，正邪交争剧烈，脏腑功能亢奋，因而临床上出现了一系列病邪过盛所产生的病理现象，概括称为实证。《素问·通评虚实论》所说："邪气盛则实，精气夺则虚。"需要指出，形成虚证时，主要指正气虚，但此时邪气也不亢盛；形成实证时主要指邪气亢盛，但此时正气也不衰减，有相当程度的抗邪能力。否则，就不是单纯的虚证或实证了，而变成虚实夹杂证了。

总之，虚指正气虚，实指邪气实，概念必须清楚。分清了正邪虚实，即为"虚则补之"、"实则泻之"治疗用药打下了坚实基础，而不至于犯"虚虚实实"错误。

http://www.55188.com理想在线证券网

虚证、实证是如何形成的?

关于虚证的形成，主要有两方面的原因，即先天不足和后天失养。先天不足包括了先天发育不良，父母体弱的遗传因素或早产等导致生后脏腑功能衰减形成虚证，如先天性心脏病的心气虚、心阳虚；后天失养，如饮食失调损伤脾胃、慢性久咳损伤肺肾、房室过度损伤肾脏元真、七情劳倦伤及脏腑气血、久病失养正气受损等，均可形成虚证。而年高体衰，脏腑生理活动日渐耗损，尤多形成虚证。

实证的形成也有两个方面，一是外来邪气侵犯人体，形成邪气亢盛的实证，如外感风、寒、暑、湿、燥、火之类，形成表实证、里实证等。另外，由于脏腑功能失调，气血津液、水谷精微等在体内布散流行失去常态，形成痰饮瘀血、癥瘕积聚、食积气滞等病理产物停留体内或机能障碍而形成实证。当然这种情况，虽然由于脏腑功能失调所引起，似属虚实夹杂之证，但从临床治疗角度来看，仍以实邪为主，应采用“实则泻之”的治疗大法，所以仍属实证的范围。

何谓表虚证、表实证?

表虚证、表实证是讨论表证与虚实之间关系的问题。这是把六淫

http://www.55188.com理想在线证券网

邪气侵犯人体肌表而形成表证时分成的两大基本类型。一般说来，表虚表实的划分主要根据汗的有无。

所谓表虚证以临床表现有汗为特点，常兼见恶风、发热、脉浮缓等表现。《伤寒论》指出："太阳病，发热汗出恶风，脉缓者，名为中风。"由此可知，表虚证的成因主要是人体感受风邪，风为阳邪，其性开泄，故汗出。如从八纲虚实的概念来分析，所谓表虚证，是风邪伤人，肌表有邪气，全身正气不虚，故仍属实证的范围。

另外还有一种情况，患者素体肺脾气虚，肌表不密，抵抗力低下，容易导致六淫邪气的侵犯。当受风邪侵袭，表现为汗出等表证时，亦属表虚证的范围。但若只是肺脾气虚，卫气不固，经常汗出者，严格来讲不属表虚证，应属气虚的范畴。

六淫邪气侵犯人体，出现表证时，治当解表。如治法不当，发汗太过，遂见出汗不止如漏、恶风等症状。主要是表有邪气不解，又使肌表阳气受损，腠理开泄，故出汗如漏。这种情况既有外感邪气，又有正气受损的表现，按八纲虚实的概念来划分，乃属于虚实夹杂的范围。

以上几种情况，虽然有时也统称为表虚证，但治疗原则不同，前者属营卫不和，宜用桂枝汤解肌发表，调和营卫。而后而的情况属于虚人外感或虚实夹杂，宜用扶正解表，扶助正气，解除表邪，达到正复邪去的目的。

所谓表实证，是以临床表现无汗为特点，且常伴有恶寒发热、头身疼痛、脉浮紧而喘等表现。一般而言，是感受了寒邪，寒为阴邪，主收引，使皮毛闭塞，卫阳被郁，气血不利，故无汗、恶寒发热、头身痛等。治疗宜用辛温解表之剂，解除在表之邪。故按八纲虚实的概念来划分，表实证属实证的范围。

因此，表虚证、表实证只是表证的两大类型，是相对而言，有汗者为表虚证，无汗者为表实证。但从虚实的角度来看，原则上都属实证的范围或虚实夹杂之证。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

实证转虚、因虚致实的临床虚义是什么?

疾病是复杂的，是经常变化的。疾病发生后，正邪双方斗争，其力量对比常发生变化，因而疾病的虚实性质也要变化。实证转虚，因虚致实正是邪正双方斗争的结果。

实证转虚，就是病为实证（邪气盛，正气不衰），由于误治、失治，病情迁延日久，虽然邪气渐去，但人体正气、脏腑功能活动也受到损伤，因而疾病的性质由实转虚。例如外感性疾患，疾病初期常为实证，如表寒证、表热证等，由于治疗不及时或治疗不当，护理不得法或年高抵抗力较差，从而病情迁延不愈，正气日损，逐渐形成肌肉消瘦，纳食减少，面色不华，气短乏力，或久咳不已，动则喘甚等肺脾功能衰减的虚证。此时治疗应以加强脏腑功能，扶助人体正气，采取“虚则补之”之法。如仍守原法采用祛邪为主的方法，就有虚虚之弊。

所谓因虚致实，就是病本为虚证，脏腑功能衰减，导致体内各种代谢功能失常，产生邪实停留体内。如气、血、水等不能正常运行，产生气滞、痰饮、水邪、瘀血之类，成为实证。此时虽然邪实明显，但正气亦不足，脏腑亦衰。故因虚致实，实质上是正气不足，邪气亢盛的虚实夹杂证。例如，患者素有脾肾阳虚，水液代谢不利，在某些诱因作用下，大量水液不能排出体外，形成水湿泛滥证。一方面表现为纳食减少，疲倦乏力，腰酸腿软，面色晦暗，脉沉无力，形寒肢凉，便溏尿少的脾肾阳虚温化功能减退的虚象；另一方面又可见到因大量水液停留体内的腹部胀满膨起，腰骶、下肢浮肿按之如泥，心悸气喘不能平卧等一派邪实之象。这种水湿泛滥乃由脾肾阳虚，气化功能失常所致，故称之为因虚致实，属于虚实夹杂之证。对此，一般多采用攻补兼施的方法，补助正气之不足，攻其有形之邪，从而达到正复邪去，恢复正常代谢功能的效果。

http://www.55188.com理想在线证券网

何谓格阳、戴阳?

所谓格阳，即阴盛格阳，由于体内阴寒过盛，把微弱的阳气格拒于外，表现为内真寒而外假热的证候。这是由于阴阳不相协调而产生的格拒现象，当阴寒过盛，阳气相当衰弱，阴阳不能相互维系，从而出现了强阴把弱阳格拒于外的病理现象。正如《素问·气交变大论》所说："阴厥且格阳反上行。"此时一方面可以见到四肢厥冷，尿清便溏，舌淡苔白，神倦等阴寒过盛的表现；另一方面又可见到面红口渴，脉大身热等"热"的表现。但这些"热"象仔细分析来看，与真热不同，身虽热，而并不恶热，面虽红但不是满面通红，而是颧红如妆，游移不定。口虽渴但喜热饮，饮亦不多。故这些"热"象是假象，是阴盛于内，格阳于外的病理表现，其本质是真寒假热。

戴阳也是格阳的一种，系上下格拒类型。阴寒盛极于下，把弱阳排斥于上，从而出现面色浮红，口鼻有时出血等。《伤寒论》所说的"面色赤"、"面红如妆"，就是指戴阳证。

总之，格阳、戴阳都属于真寒假热证，其病机是阴阳格拒。格阳是内真寒外假热，阴盛格阳于体表；戴阳是下真寒而上假热，阴寒盛格阳于头面。实际上，疾病发展到阴阳格拒的严重阶段，格阳证、戴阳证常同时出现，只是名称不同而已。

http://www.55188.com理想在线证券网

重阴必阳、重阳必阴与阴重格阳、阳盛格阴、阴证似阳、阳证似阴有何不同?

阴盛格阳、阳盛格阴与重阴必阳、重阳必阴有本质的不同。如上所述，阴盛格阳、阳盛格阴是阴阳格拒现象，是寒热真假问题，如阳盛格阴，是阳热亢盛到了一定程度，不能和阴相维系，拒阴于外，出现了身大热，口大渴而喜冷饮，舌红苔黄，同时又可见到四肢厥冷的现象，四肢厥冷是假寒，而热盛才是疾病的本质，这种现象又称阳证似阴。

重阴必阳，重阳必阴，这是阴阳转化的问题，阴或阳都不是假象而是真象。阴发展到“重”的阶段可以转化成阳，阳发展到“重”的阶段可以转化为阴。寒发展到“重”的阶段，可以转化为热，热发展到“重”的阶段可以转化为寒。此阴阳寒热都是真象，不是假象，这是疾病性质发生了本质的改变。在这里需要说明，“重”是阴阳、寒热转化的条件，当事物发展到一定的阶段才能向相反方而转化，没有这个条件，转化是不可能的。另外“必”字也不可理解为“一定”的意思，事物的变化都不是绝对的，疾病亦如此，重阴可以转化成阳，重阳可以转化成阴。

阴阳、寒热在一定的条件下转化，在临床上是经常可以见到的。例如：某些急性外感性疾病，初期可以见到高热、口渴、胸痛、咳嗽、舌红、苔黄等一派热邪亢盛的表现，由于治疗不当等原因，或邪毒太盛，突然出现体温下降，四肢厥冷，遍身冷汗，脉沉微等阴寒危象。此时疾病的本质即由阳转化为阴，由热转化为寒。这里的四肢厥冷绝不是真热假寒、阳盛格阴，而是重阳必阴，是真寒证。

阳证似阴，阴证似阳与阳盛格阴、阴盛格阳本质相同。似阴、似阳，只是相似而已，其实都是假象。

现把以上三种情况简要区分如下：

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

证　候	病　机	实　质	治　法
阴盛格阳	阴阳不能互相维系，产生格拒	真寒假热	热因热用
阳盛格阴	阴阳不能相互维系，产生格拒	真热假寒	寒因寒用
重阴必阳	阴阳在一定条件下发生转化	阴证变成阳证	热者寒之
重阳必阴	阴阳在一定条件下发生转化	阳证变成阴证	寒者热之
阴证似阳	阴阳格拒产生假象	阴证是真，阳是假象	热因热用
阳证似阴	阴阳格拒产生假象	阳证是真，阴是假象	寒因寒用

何谓寒热真假?

寒证和热证是比较容易辨认的，但是当疾病发展到深重阶段时，有时会出现一些真假疑似之象，见到某些表现与本质相矛盾的症状，通常把这些现象称为假象。现象与本质是对立的统一，有假象是很自然的事。

真热假寒，就是疾病的本质属于热，而却见到一些寒的表现。热是真象，是真热，而寒的表现是表面现象，是假象，称之为假寒。例如，某些患者，症见高热、恶热、心烦口渴、便干溲赤、舌红脉数，这是一派大热、阳热亢盛之象。但又可见到四肢厥冷的表现，四肢厥冷好像是“寒”象，但进一步仔细分辨，四肢虽冷反不恶寒面恶热，不欲近衣被或欲揭去衣被，可见四肢厥冷是一种假象，称为假寒，而热才是疾病的本质。这是由于阳热盛极，格阴于外，故四肢厥冷。从阳热盛而四肢厥冷的特点出发，所以称这种厥证为热厥、阳厥。正如《伤寒论》所言：“厥深者，热亦深。”

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

而真寒假热，就是疾病的本质是寒，有时却可见到“热”的表现。但是寒是真的，是疾病的本质，“热”是表面现象，是假象。例如，某些患者，脏腑阳气衰微，表现为精神委靡，形体倦怠，形寒喜暖，四肢厥冷，尿清便溏等阴寒盛极的现象，但同时又可见身热、面红、口渴、脉大等症状，如进一步仔细分辨，身虽热不恶热面喜近衣取暖，而虽红但如妆，或游移不定，口虽渴而喜热饮，饮量不多，脉虽大但无力，从而可知，这些热象是假象，称为假热，而寒才是疾病的本质。其病理机制亦属阴阳格拒之故，阴寒盛极，格阳于外。因此，根据寒证四肢厥冷故称之为寒厥、阴厥。正如《伤寒论》所云：“少阴病，恶寒身蜷而利，手足厥冷。”

如何鉴别寒热之真假？

临证时，要善于识别证候，要透过现象认识本质，针对疾病本质进行治疗，不可为假象所迷惑。在具体区分寒热真假时，一般多从以下两个方面仔细观察：

（1）假象的出现多在四肢、头面、体表，而脏腑气血方面的变化多反映疾病的本质。例如假寒证，最多见的还是身大热而四肢凉。假热证多见于面色的改变，如面红如妆的戴阳证。又如身大热但欲近衣被，口渴但喜热饮，而在舌、脉、里证等方面，常反映疾病的本质。如脉数、舌红、苔黄、便干、尿短赤等常为真热的表现；脉迟、舌淡舌白润、便溏、尿清长等常为真寒的表现。舌的润燥常是一个可靠的指标，舌湿润水滑者常属寒证，舌干燥津液短少者常属热证。

（2）假象终究和真象不同，仔细观察不难区分。如面红来说，真热是满面通红，假热是面红如妆，游移不定。又如口渴来说，口渴而喜冷饮者，常见于热证，口渴喜热饮，饮亦不多常属寒证。

总之，辨别寒热真假，要多方面考虑，慎重鉴别，综合判断，切不可根据某一二个表现就盲目下结论。否则就会发生“寒寒热热”

http://www.55188.com理想在线证券网

之误，火上加油，或冷水加冰，后果不堪设想。

何谓虚实真假?

单纯虚证、实证辨别不难，但当虚实有真假疑似之时，辨认清楚就不那么容易了。因此，具体临证要仔细辨认。

真虚假实系指疾病的本质是虚证，而有时却见到“实”证的表现，这些“实”证表现，是假象。习惯上也把真虚假实证称为假实证。例如，正气虚弱的人，有时反出现类似“实”的表现。一方面可以见到纳食减少、疲乏无力、舌胖嫩苔润滑、脉虚无力等正气虚弱的表现，但又可见到腹胀、腹满腹痛等一些类似“实”证的表现，但仔细分析起来，腹虽胀满，但有时减轻（多在上午减轻，下午较重），和实证的腹满持续不减或减不足言不同，腹虽痛但喜按，和实证腹痛拒按不同。所以病虚是本质，“实”象为假象，即真虚假实。正如《景岳全书》所云：“至虚之病反见盛候。”

真实假虚系指实是疾病的本质，而虚是表面现象，是假象。即病属实证而有“虚”的表现。

例如，实邪结聚的病，反出现类似虚的表现，在临证时，不可不慎。阳明腑实，里热炽盛之病人，一方面见到大便秘结、腹痛持续不减又常拒按、潮热谵语、舌苔黄燥等实证的表现时，有又可见到脉沉、精神沉默、四肢不温等类似于“虚”证的表现。但仔细分辨，

http://www.55188.com理想在线证券网

可以发现，脉虽沉但沉实有力，精神沉默但说起话来却声高气粗，四末不温似阳气不足的虚寒证，但身大热，恶热，甚或潮热，故这些“虚”证的表现是一种假象，而实证表现才反映疾病的本质。正如《景岳全书》所云：“大实之病，反见羸状。”

如何鉴别虚实之真假？

虚实真假鉴别要点在于舌脉和症状的仔细审察，大凡脉有力者为实，脉无力者为真虚，舌质苍老坚敛，舌苔黄厚者，多为真实，舌质淡嫩，舌苔薄白滑者多为真虚；新病，身体较强壮者多为真实，久病，年高或身体衰弱者多为真虚。

需要指出，虚实真假很容易和虚实夹杂相混淆。从本质上来讲，这是两种完全不同类型的证候，虚实真假是一真一假，而虚实夹杂是虚证实证同时并存。而从治疗上来说，也是不相同的，虚实真假是针对真象而治之；虚实夹杂则虚实同治，补其虚攻其实，攻补兼施。在具体辨证时，不可将二者混淆，应严格区分开来。

表寒证与表热证、里寒证与里热证临床如何鉴别？

表寒与表热、里寒与里热是性质完全相反的两类证候，临床辨证时，要善于抓住症状特点、舌苔脉象等几方面进行区分。简要列表如下：

证　候	临床表现特点	舌　象	脉
表寒证	恶寒为主或已发热或未发热，头痛、身痛、骨节疼痛，无汗或喘	舌苔薄白而润	浮紧
表热证	发热明显，微恶风寒，咽喉红肿疼痛，口微渴，或咳嗽流黄涕	舌边尖红舌苔薄黄	浮数

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

证　候	临床表现特点	舌　象	脉
里寒证	形寒肢冷，面色苍白，口不渴或喜热饮，尿清便溏，或腹痛拒按	舌质淡 苔白润滑	脉沉迟
里热证	身热恶热，面红目赤，口渴喜冷，烦躁多言，尿赤便干，呼吸气粗	舌红苔黄 或燥裂	脉洪数

应当指出：

（1）表寒证以恶寒为主，疼痛比较明显，无汗。

（2）表热证以发热为主，咽喉红肿疼痛是其特点。

（3）里寒证主要指里实寒证，而里虚寒证多称为阳虚证。

（4）里热证主要指里实热证，而里虚热证多称为阴虚证。

（5）里实寒证多由直接感受寒邪所致，如贪凉饮冷等。里实热证多由感受阳热之邪或脏腑功能活动亢进所致。

虚寒与实寒、虚热与实热有何不同？临床如何鉴别？

虚寒与实寒虽然都属寒证的范围，但其病因、病机、临床表现均有根本区别，治疗用药亦不相同。所谓虚寒是指体内阳气不足，寒从内生，即“阳虚则外寒”之意。机体阳气不足，温煦生化能力减弱，机体不得温暖，故出现寒证的症状，属阳虚证的范围。而实寒是指外感阴寒之邪，使体内阴寒过盛，损伤阳气，出现寒的表现。阴寒偏盛，阴盛则寒，即“阴盛则内寒”之意。现把两证鉴别归纳如下：

http://www.55188.com理想在线证券网

证　候	临床表现特点	病因病机	治　法
虚　寒	形寒肢冷，喜温喜暖，加衣取暖可减，面色苍白，精神不振，小便清稀或下利清谷，小便清长，腹痛绵绵喜按，脉沉迟无力，舌淡苔薄润	素体阳虚，元阳不足，温煦功能减弱，或久病不愈损伤脏腑之阳，如脾肾之阳受损等	温补阳气，温中散寒，回阳救逆等
实　寒	除表寒证外，常可见到畏寒肢冷脘腹冷痛，呕吐腹泻，腹痛拒按，大便不通，或痰多清稀而喘，舌苔白	外寒内侵，或过食生冷瓜果，寒实积存体内，脏腑阳气被遏	温散寒邪，祛除寒积

虚热与实热虽然都属热证的范围，但其病因病机、临床表现、治疗方法亦有根本区别。

虚热是泛指阴、阳、气、血不足而引起的发热，分别称为阴虚发热，气虚发热，血虚发热，阳虚发热，它们之间又有不同（详见虚热的类型）。但一般所说的虚热以阴虚虚热为主，即“阴虚则内热”之意。阴液不足，不能制阳，相对阳盛，故见到热象。

实热是泛指外感阳热之邪或外感阴寒之邪从阳化热（在表化热或入里化热），或脏腑机能亢盛而出现的热证，即“阳盛则外热”之意。实热虽有在表在里之不同，但习惯上实热证多指里实热证。虚热、实热鉴别如下：

http://www.55188.com理想在线证券网

证　候	临床表现特点	病因病机	治　法
虚　热	骨蒸潮热，五心烦热，口燥咽干，颧红盗汗，脉细数，舌红少苔	素体阴亏，或治疗不当，伤津耗液；或热病后期，邪热耗阴，阴虚不制阳，虚热内生	养阴清热如青蒿鳖甲、百合固金汤之类
实　热	壮热不退，恶热喜冷，烦渴喜凉，烦躁多言，尿亦便干，面红气粗，或腹痛拒按，或口苦咽干，或痰黄胸满，舌红苔黄，脉洪数滑实	热邪炽盛，脏腑功能亢盛	清热泻火

阴虚、阳虚、亡阴、亡阳的病机和临床表现有何不同?

由阴阳的相对平衡遭到破坏引起的病变，除寒证、热证外，还有阴虚、阳虚、亡阴、亡阳四种证候。

阴虚、阳虚、亡阴、亡阳的病机和临床表现不同，其区别列表如下：

证　候	病　因　病　机	临　床　表　现
亡　阴	邪热炽盛，阴液被灼，或高热大汗，剧烈吐泻，或失血过多等使阴液大量亡失，又不能及时补充，使肝血肾精、阴津枯竭，形成亡阴之变	汗出不止，汗热面黏，四肢温，渴喜冷饮，目眶塌陷，唇焦舌萎，舌干红无苔或薄黄而干，脉洪大按之无力或细数无力，或皮肤干皱肌肉消瘦

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

证　候	病　因　病　机	临　床　表　现
亡　阳	高热大汗出，或剧烈吐泻，或突然大失血，或脏器衰微，使阴津大量丢失，阳气亦随之耗散，而突然出现亡阳	汗出淋漓，汗冷清稀，四肢发凉，呼吸微弱，面色苍白，精神淡漠口不渴或喜热饮，脉微欲绝或数疾无力，舌淡润
阴　虚	素体阴亏，或高热伤阴，或情志内伤、阴津暗耗，或房事不节损伤肾精，使阴液不足，不能滋润、阴虚不能制阳	潮热盗汗，颧红骨蒸，五心烦热，口燥咽干，心烦失眠，头晕耳鸣，夜梦遗精，脉细散，舌红少苔
阳　虚	素体阳虚气弱，或外感阴寒之邪，阳气受损，或年高脏器衰弱，或房事过度，损伤肾阳。阳虚不能温煦，脏腑机能衰减	形寒肢冷，腰膝冷痛，尿清便清或下利清谷，或小便不利、或余沥不尽或阳痿早泄，或神疲乏力，蜷卧多睡，面色㿠白，脉弱无力，舌淡胖嫩

应该指出：

（1）由于阴阳是互根的，阳根于阴，阴根于阳，故亡阳亡阴常先后出现。从临床实际来看，常是先亡阴，后可能出现亡阳。

（2）亡阴亡阳两种证候的主要区别点是：亡阳之汗是大汗淋漓，汗冷清稀不黏，四肢凉。亡阴之汗是汗出热而黏，肌肤温。

（3）亡阴亡阳与汗的关系是：亡阴亡阳都可由汗出过多而引起，叫做大汗亡阴，大汗亡阳。而亡阴、亡阳又多伴有汗出不止，故出汗是亡阴、亡阳的重要表现。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说阴阳是八纲辨证的总辨?

阴阳是辨别疾病性质的总纲。《素问·阴阳应象大论》说:“善诊者,察色按脉,先别阴阳。”这就是说,诊察疾病,辨别证候,最后都要归属为阴证或者阳证,这样就能达到提纲挈领的目的。不管内、外、妇、儿各科,疾病千变万化,如何复杂,都可以用阴阳两纲来进行概括。八纲的其他三对纲领也可用阴阳来概括。如表实热证属阳,里虚寒证属阴。

阴证、阳证的表现是什么?

一般而言,凡属慢性的、虚弱的、抑制的、静的、功能低下的、代谢减退的、无热畏寒的证候都属阴证。临床可见面色苍白,皮色暗淡,身倦蜷卧,语声低微,呼吸微弱,静而少言,精神不振,但欲卧寐,纳食减少,口淡无味,大便溏泻,小便清长,无热恶寒,腹痛喜按,脉沉迟微弱无力,舌淡胖嫩,舌苔少滑润;或疮疡塌陷,久不收口,分泌物清稀无味。

凡属急性的、亢盛的、动的、强实的、代谢旺盛的、进行性的、兴奋的证候都属阳证。临床可见身热恶寒,心烦口渴,声高气粗,面红目赤,躁动不安,甚或发狂,心烦不寐,咳嗽声重,大便都结不通,小便短赤,腹痛拒按,疮疡红肿痛热,流脓味大,舌红苔黄,脉洪滑实而数等。

但是,需要说明的是,在临床实践中,由于表里寒热虚实之间是相互联系的,交错在一起,故不能截然划分清楚。因此阴证和阳证之间也不是绝对分开的,往往出现阴中有阳,阳中有阴的复杂证候。如表寒证,表属阳,寒又属阴,故情况比较复杂。

http://www.55188.com理想在线证券网

何谓气虚和气陷?

气的病变主要表现为虚、实两方面，主要反应为脏腑功能活动的异常改变，一般可概括为气虚、气陷、气滞、气逆四种情况，气虚和气陷属于虚证范畴。

气虚，是指全身或某些脏腑机能衰退的病理反应，主要表现为元气不足，脏腑功能活动减退，以及机体抵御病邪的能力下降等方面。

气虚病证，多由劳伤过度，久病耗伤，年老体弱或饮食失调等因素所致。一般临床常见的气虚证有肺气虚、心气虚、脾胃气虚、肾气虚、肾不纳气等。气虚证多见于慢性疾患、老年患者、营养缺乏、疾病恢复期以及体质衰弱等病变。气虚证的临床表现特点是头晕目眩，少气懒言，语声低微，疲倦乏力，自汗，面色不华，诸症活动时加重，舌淡，脉细软无力等，其中尤以疲倦乏力和脉细软无力等症最为重要。

由于气虚病机是元气不足，脏腑机能衰退，元气不足则宗气必虚，宗气能出喉咙而司呼吸，贯心脉而行气血，宗气虚损，故呼吸气短而少，懒言声低而怯。

宗气不足，气血营养供应不达于周身，所以全身疲倦乏力。气虚则水谷精微不能营运于上，清窍失养，故见头目眩晕。

宗气不足则卫气虚，卫表不固，腠理疏松，汗孔开合失司，常开而少合，因而自汗频出。

http://www.55188.com理想在线证券网

气为血帅，血为气母，气虚则化源不足，血行无力而虚少，故见舌质淡，脉象细软无力。

另外，应当指出，气虚证在临床上除见上述共同脉证外，尚需根据各脏腑之功能特点，进一步分析其虚属于何脏何腑。一般来讲，各脏腑气虚之特点，多与其生理功能有关，如肺气虚的特点是“主气”功能的衰退；心气虚的特点是心“主血脉”和“藏神”功能的衰退；脾胃气虚的特点是腐熟水谷和运化精微的功能衰退以及中气的下陷；肾气虚的特点，是肾“藏精”、“生髓”、“主骨”和“气化”、“封藏”等功能的衰退。

气虚和气陷有何内在联系和临床特点？

气陷，是气虚病变的一种，是以气的无力升举为主要特征的病理反应。主要表现为脾气虚陷，脏腑机能衰退，脏器维系升举之力减弱，而造成脏器位置下移等表现。所以，气陷证多由气虚病变发展而来，多因中气不足，失其统摄维系升举之职，因虚而下陷所致。临床多见于胃下垂、肾下垂、子宫脱垂、脱肛等疾患。其临床表现的特点是既可见有气虚证的共同症状如头目昏花、少气倦怠等外，主要还表现有腹部胀坠感，脱肛或子宫脱垂，或大小便滑泄不禁等症。

什么是气滞和气逆？其临床特点如何？

在生理情况下，气运行于周身，应流行退利而疏畅。如人体某一部位或某一脏腑气机不利，气行阻滞而不畅，从而产生脏腑机能失调或障碍等病理改变，则称为“气滞”或“气郁”、“气结”。

由于人体气机升降运行多与肝主疏泄、肺主宣降、脾主升清、胃主降浊，以及肠主泌别传导等功能有关，故临床常见的气滞证多与这些脏腑之功能失调有关。形成气滞证的常见原因有如下几方面：

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）精神刺激，情志抑郁不畅，则可使肝失疏泄而致肝郁气滞。

（2）饮食失调，气机不利，可使脾胃肠之运化、升清、降浊、传导功能失调，可导致脾胃肠道气滞。

（3）外邪侵袭，阻滞肺气，肺失宣降，则可致肺气壅滞。

此外，用力努伤、跌仆闪挫等因素，则多使胸胁、腰膝等局郁组织气机阻滞，而使局部组织和关节机能发生障碍。

气滞证的临床表现是闷胀、疼痛。其特点是胀重于痛，时轻时重，时胀时消，亦常表现为“攻痛”、“串痛”性质，部位不完全固定，且每在嗳气或矢气后暂时缓解或减轻。除胀痛外，气滞证还多见胸闷、腹胀等症。其他如乳房发胀、里急后重等也多属气滞范畴。

病机：气郁壅滞，聚而不行，故胀满而闷。气机失畅，气血一时性失于畅通，不通则痛，故发疼痛。但由于为机能障碍，非有形之邪，且“聚散无常”，故其胀痛，时轻时重，时胀时消。如表现为痛无定处，游走串痛者，则多属肝气串痛。

由于气滞郁位不同，故闷胀疼痛之临床表现也各有特点。如：肺气壅滞，则可见胸满而闷痛，咳嗽喘促。肝郁气滞，则可见胁肋胀痛，或胸胁串痛，以及乳房作胀等，且常随情绪变化而增减。胃脘气滞，则可见胃脘胀痛，嗳气频作。肠道气滞，则可见腹胀，走串疼痛，矢气则舒，或便秘，或里急后重等症。

气滞证候临床多见于胃肠神经官能症、慢性胃炎、慢性肠炎、溃疡病、胆道疾病及慢性肝炎等疾患。

气逆，为气机升降失常，脏腑之气上逆，失于和降的病理反应。升降是人体气化功能的基本形式之一，如肺气肃降、胃气和降、肝气疏泄升发而不太过，则为人体气机升降和调正常的重要因素。所以，临床上气逆证，一般多指肺气上逆、胃气上逆、肝气升发太过而致的肝气上逆而言。

气逆证的成因是，肺气上逆多由外邪侵袭或痰浊壅滞，导致肺失肃降而气机上逆；胃气上逆，则多由胃寒停饮，或痰食阻滞，或邪犯

http://www.55188.com理想在线证券网

胃腑，胃气失于和降而气机上逆；肝气上逆，则常为肝郁气滞的另一种病理表现，或常与气滞同时并见。多由于大怒伤肝，肝气暴张，升发太过而上逆，或由于肝气郁滞，气郁久而化火，气火上逆而导致肝气上逆，肝阳上亢之证。此外，由于惊恐等情志因素，损伤肝肾之气，或气郁横逆而上冲，或气挟寒饮而上逆，则发作奔豚病证。

气逆证的临床表现为：肺气上逆，则见咳嗽喘息；胃气上逆则发呃逆、嗳气、恶心、呕吐；肝气上逆，则可见头痛、眩晕、昏厥，甚则呕血等症；奔豚病证，则可见气从少腹上冲胸脘咽喉等症。

一般说来，气滞、气逆属实证范围，治当理气降气，以使气机运行恢复正常。

气虚与气陷、气滞与气逆等证之治法如何？临床应用有何不同？

（1）气虚与气陷的治疗：气虚证，由于其病理主要是元气不足，脏腑机能衰退，抗病能力下降，故其治疗原则是“虚则补之”，以补气（益气）为主。常用方药如四君子汤（人参、茯苓、白术、甘草）能益气健脾。参苓白术散（人参、茯苓、白术、甘草、山药、炒扁豆、莲子肉、薏苡仁、桔梗、砂仁、陈皮、大枣）可益气健脾和胃。

气陷证，由于其病理是因气虚脏腑机能衰退而导致清气不升，升举力衰，内脏下垂等病变，故治疗应以补气为主，兼以升提之品。常用方药如补中益气汤，临床经验常加用枳壳15～30克。

http://www.55188.com理想在线证券网

由于气虚下陷，导致内脏韧带松弛，内脏位置下垂，以及小便失禁、大便滑泄、脱肛等症。其治疗方药则应于益气药中，加用升麻、柴胡、葛根、桔梗等升提药，或加用益智仁、金樱子、诃子、南米壳、赤石脂等固涩药。

（2）气滞与气逆的治疗：气滞证，由于其病理为人体某部分或某一脏腑气机阻滞，运行不畅，功能障碍，故其治疗应以理气行气为主。常用方药为五磨饮子（乌药、槟榔、木香、枳壳、沉香）、金铃子散（金铃子、元胡）。

气逆证，由于其病理为气机升降失常，气上逆而不顺降，临床多表现为肺胃之气上逆或肝气升发太过，肝阳上亢，气火冲逆于上等病理反应。故其治疗原则应以降气镇逆为主，常用方药有降气平喘如苏子降气汤（苏子、半夏、炙甘草、肉桂、前胡、厚朴、陈皮、当归、生姜）；镇逆止呕如旋覆花代赭石汤（旋覆花、代赭石、人参、半夏、生姜、甘草、大枣）；降逆止呃如丁香柿蒂汤（丁香、柿蒂、人参、生姜、竹茹、橘红）。

（3）临床常用理气行气药归类：

疏肝理气：如柴胡、香附、郁金、青皮、川楝子、元胡等。

开胃行气：如陈皮、木香、砂仁、蔻仁、佛手、莱菔子等。

通肠行气：如枳实、厚朴、木香、槟榔、沉香、大腹皮、乌药等。

宣肺降气：麻黄、杏仁、桔梗、瓜蒌、枳壳、苏子、旋覆花等。

关于理气行气药物在临床上的运用，如香附、木香、枳壳、陈皮等可用于各种气滞证，而以肠胃气滞最为适合。若肝气郁结或肝经气滞，则多用青皮、郁金、川楝子等药。由于临床上气滞多与肝失疏泄有关，故常以理气药与舒肝药同用，方如四逆散、柴胡疏肝散之类。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气虚证和阳虚证、血虚证和阴虚证各有何异同?

气属阳，血属阴，气虚和阳虚，血虚和阴虚，从病变性质来看基本上是相同的，其临床表现也有很多共同之处。但气虚和阳虚，血虚和阴虚又有不同。从病理上分析：气虚和阳虚，在总体上都是指脏腑组织机能活动的衰退和抗病能力的减退，但“气虚”则是指单纯的机能衰退，而阳虚则是在气虚（机能衰退）进一步发展的基础上，出现了阳热能量的减少和衰退（包括能量代谢的失调或衰退），以及由于阳虚，阳不制阴，产生阴寒内盛的病理反应，所以阳虚包括了气虚，而气虚则不一定阳虚，气虚可以发展成阳虚。

血虚和阴虚，则是指机体物质成分的亏损和缺乏。但血虚是指单纯的血液亏损不足，例如贫血，或具有贫血症状而血红蛋白正常之病证。而阴虚则指包括血虚在内的全身性阴液（体液）的亏损，以及阴不制阳，虚热内生，机能虚性亢奋所产生的证候。

从临床表现上分析：气虚证的临床共同症状是头晕目眩，少气懒言，疲倦乏力，自汗，活动则诸症加重，舌淡，脉虚无力等机能衰减症状。阳虚证则是在上述气虚症状表现得更加突出的基础上，阳虚生寒而出现“寒象”，见畏寒肢冷、口淡不渴等症。

血虚证的临床表现是面色苍白或萎黄，唇舌淡白，头晕眼花，心悸失眠，或见手足发麻，脉细无力等症。阴虚证除见眩晕眼花，失眠心悸，脉细少苔等血虚共同症状外，尚可兼见形体消瘦，口燥咽干等阴液不足之证。同时还常伴有低热，五心烦热，潮热盗汗，舌质红绛，脉细数无力等阴虚内热特征。

气虚与阳虚、血虚与阴虚临床表现鉴别见下表：

http://www.55188.com理想在线证券网

证候	辨证	
	共同症状	特有症状
气虚	面色皖白，或苍白，神疲乏力，自汗，懒言，声低，纳食不化，舌质淡胖	气短，乏力，动则诸症加剧，大便溏薄或见小便余沥，脉细软无力
阳虚		畏寒，四肢厥冷，面色晦暗或面色青紫，小便清长，脉沉迟，或舌青紫
血虚	瘦，眩晕目花，心悸失眠，脉细，少苔	面色苍白或萎黄，唇甲色淡而白，手足发麻，舌质淡
阴虚		低热，五心烦热，口燥咽干，舌质红绛，脉细数无力

血虚证是如何形成的？

血虚证形成原因，有以下几方面：

（1）失血过多。如吐血、衄血、产后失血、月经过多、外伤出血等。

（2）脾胃虚弱，生化不足。脾胃为后天气血生化之源，脾虚胃弱，水谷精微不能充养血液，而致血虚。

（3）七情过度，暗耗阴血。如思虑劳神则耗伤心血。

（4）瘀血阻滞。日久则新血不生而致血虚。

http://www.55188.com理想在线证券网

心血虚与肝血虚如何鉴别?

心血虚与肝血虚两证的临床鉴别，主要应从临床见症及苔脉等方面去分析，见下表：

证　候	主　要　脉　证
血虚共有症状	面色苍白或萎黄，头晕眼花，失眠，唇淡，舌淡，脉细无力
心　血　虚	兼见心悸，怔忡，健忘，失眠多梦等症
肝　血　虚	兼见两目干涩，视物模糊，手足肢体麻木或筋脉拘急，肌肉瞤动，爪甲不荣，睡眠不安，月经量少或闭经，舌淡脉细

何谓血瘀证?血瘀兼气虚、血瘀兼血虚其病因病机有何不同?临床如何鉴别?

血液是循环周流于全身经脉的。凡离开经脉之血不能及时消散而瘀滞于某一处，或血流不畅，运行受阻，郁积于经脉之内或脏器之内，都叫血瘀。由于血瘀而引起的病证，谓之血瘀证。临床多见于心血管疾病，脑血管意外，肝脾肿大，妇女月经病，异位妊娠，产后疾病，以及跌打损伤等。

血瘀证临床特点如下：

疼痛：血瘀则气血不通，不通则痛。疼痛郁位固定，其性质与气滞之攻痛、窜痛不同，多呈刺痛性质。

紫绀：多见唇甲青紫，舌色紫暗，或见紫斑、瘀点等。此皆由瘀血阻滞经脉，血运障碍缺氧所致。

肿块：瘀血积聚不散，气血不能通利，聚而成形，形成肿块。如

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

因外伤所致，则伤处组织，可见青紫肿块。如内脏组织瘀血，则可形成坚硬的肿块，是谓癥积。

出血：瘀血阻滞脉道，血流壅塞不通而致妄行，血溢脉外，故可引起出血。

肌肤甲错、面色黧黑、毛发不荣：此皆由瘀血阻滞而不祛，久则新血不生，肌肤、经脉、毛发失于营养所致。

脉象细涩或见结代：瘀血阻滞经脉，气血运行滞涩不畅，失其流利之象，故见此种脉象。

上述为血瘀证共同临床特点，但临床所见，一般并非单纯的血瘀，往往多兼气血损伤，即所谓血瘀兼气虚、血瘀兼血虚等证。

血瘀兼气虚、血瘀兼血虚两证临床鉴别如下表：

证候	病因病机	临床特点
血瘀兼气虚	气虚运血无力，血行瘀阻	素有气虚证的乏力、少气、自汗等症，又继见疼痛拒按，舌质暗或有瘀斑。有的可形成半身不遂
血瘀兼血虚	瘀血阻滞，新血不生，先瘀血后血虚；原有血虚证又因其他因素引起血瘀；各种出血证离经之血瘀滞体内	舌有瘀斑，脉象细涩。成见肿块，疼痛拒按，痛处不移。并兼见头晕眼花，心悸失眠。但血瘀和血虚见症孰先孰后出现，当结合病史病因进行分析

何谓寒客血脉和血热搏结？其临床主证如何鉴别？

所谓寒客血脉，系指机体直接感受寒邪，寒主收引，寒邪客于经脉之中，则血脉运行凝涩不畅，而成血寒之证。如临床常见之冻伤及

http://www.55188.com理想在线证券网

脱骨疽等疾患，以及妇女经期产期感受寒凉，寒邪客于冲任而成为宫寒血瘀证，多见于痛经、子宫肌瘤或息肉、不孕症等。

所谓血热搏结，系指因感受外邪，或情志所伤，肝郁气滞而致血瘀；或脏腑功能失调，或瘀血滞留等因素，郁久而化热所形成的热邪与瘀血相裹结证候，即为血热搏结证。

血热搏结证候，其病变有在肠胃、在下焦以及妇女热入血室等不同，其临床表现也各有特点。两证临床症状鉴别如下表：

证　候	特　点	临　床　鉴　别
寒客血脉	即血寒证表现为瘀血疼痛而有寒象	疼痛喜暖，得暖则减。兼见形寒肢冷，舌紫而暗，脉沉迟涩
血热搏结	血瘀证又有血热表现，证多属实或虚实夹杂	常见症状：疼痛喜冷，发热，或见出血，或有肿块，舌质暗红，脉数 血热搏结于肠胃或下焦：兼见谵语，善忘，腹胀满痛拒按，大便干色黑易解，或少腹急结，小便自利，甚则如狂或发狂 热入血室，热与血结：可见下腹部或胸胁硬满，寒热如疟，入夜谵语，月经中断等 热灼血枯：可见骨蒸痨热，肌肤甲错，皮起面屑，妇女经闭等

http://www.55188.com理想在线证券网

血热证是如何形成的?

血热证，系指血分有热或邪热侵及血分而出现之证候。血热不仅见于以发热为主症的热性病，在非发热性病中也常可遇到，如过敏性紫癜、血小板减少性紫癜、荨麻疹、多形性红斑、再生障碍性贫血等病程中亦可见到血热证候。血热证的形成原因，不外如下两方面：

（1）外邪侵袭：多因外感热邪侵袭机体，或外感寒邪入里化热伤及血分而致。如临床温热病常见之营分证和血分证，即属此类。

（2）情志郁结，郁久化火，火热内生，伤及血分：如肝郁气滞，郁而化火，内火炽盛，郁积血分而致血热为患。

血热证有何临床特点?

血热证的临床特点是，血属阴，血分有热，煎灼阴液，甚则动血。所以血热证，既有热象，又有耗血、动血及伤阴之征象，其表现分析如下：

（1）身热以夜间为甚：血属阴，黑夜属阴，天人相应则夜间人体之阴旺盛，血分有热邪，又加之卫阳夜行于内，邪正斗争明显加剧，故凡血分有热，则以身热夜甚为主要特点。

（2）心烦或躁扰发狂：心主血而藏神，血热炽盛，扰乱心神，神志不宁，轻则自觉心烦，重则躁动不安，或神志不能自守而发狂。这是血热证兼见神志紊乱的特征之一。

（3）口干不欲饮：邪热伤及血分，阴血被热邪煎灼，周身津液相对减少，故口干。但热不在气分而在血分，血中之津液被热邪蒸动而外出于脉，气机升降无碍，津液虽少尚能上承咽喉，故不欲饮水或饮水不多。

（4）脉细数，舌红绛：此皆热耗营血，阴液亏损之象。脉细为

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

血管中血容量减少，脉管充盈度减低；数为代偿性心跳加快，脉率增快所致，为机能虚性兴奋之证。舌质红绛而无苔，为典型的热在营血而有伤阴征象。

此外，尚可见各种出血证及妇女月经前期、月经量多等，皆血热炽盛，邪热迫血妄行所致。

血虚、血瘀、血热等证的治法如何？临床运用有何不同？

血虚证，由于其病理系血液亏损，不能濡养脏腑经脉，故治疗当以补血为主，或补气养血。临床通用补血方剂为四物汤（当归、熟地、白芍、川芎），所以当归、熟地、白芍、何首乌、旱莲草、阿胶等为各种血虚通用药品。

由于心主血，肝藏血，脾统血且为气血生化之源，肾精能生血，所以血虚证多与心、肝、脾、肾等脏关系密切。故临床上一般心血虚，可加用养血安神药如丹参、炒枣仁、龙眼肉等；心脾两虚，可与健脾药同用如归脾汤，为益气健脾与养血安神之代表方剂。肝血虚则可加用枸杞子、桑葚、鸡血藤等补血养肝之品。补肾则用熟地、何首乌等药。

血瘀证，由于血瘀系全身性血运不畅，或局部血液停滞之病理反应，临床多见于心血管疾病、脑血管意外、肝脾肿大、妇女月经病、异位妊娠、产后疾病等疾患。故其治疗原则，应是活血化瘀。常用方药如桃红四物汤（桃仁、红花、当归、熟地、川芎、炒白芍）；血府逐瘀汤（当归、生地、赤芍、桃仁、红花、川芎、柴胡、枳壳、桔梗、牛膝、甘草）。常用活血药为桃仁、红花、当归、丹参、赤芍、益母草、泽兰等。若瘀久证重者，则可进一步加用三棱、莪术、山甲、土鳖虫等破血消坚药物，必要时亦可加用大黄、芒硝以通下逐瘀。

至于既有出血又有瘀血见症者，由于瘀血不去，血不循经，出血

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

不易停止，故不宜单纯用止血药，而仍应加用活血化瘀药以止血。且很多活血化瘀药如三七、蒲黄、小蓟、茜草等，既有活血作用，又有止血功能。

此外，血瘀证由于发病原因、部位和轻重的不同，又有多种不同的治疗方法，如：

行气活血化瘀：适用于气滞血瘀证。如妇女痛经，可用桃红四物汤加元胡、川楝子、香附。肝郁日久，胁肋阵发性刺痛，多为肝经脉络瘀阻，则可用逍遥散加丹参、红花、郁金。

补气活血化瘀：适用于气虚血行不畅而血瘀。如血瘀脑络，半身不遂，则可用补阳还五汤加味，药如黄芪、桂枝、当归、赤芍、地龙、红花。

温经活血化瘀：适用于经络气血因受寒而瘀滞。如妇女子宫受寒，冲任瘀阻。可用元胡索散加减，药如元胡、肉桂、艾叶、当归、川芎、蒲黄、五灵脂等。

活血通下逐瘀：适用于蓄血、癥块等有瘀血停滞见症者。如妇女瘀血经闭，则可用大黄䗪虫丸（大黄、䗪虫、生地、桃仁、水蛭、干漆、虻虫等）。

血热证，因其病理为血分有热，或邪热侵及血分，故治疗当以清热凉血为主。常用方药如清营汤（犀角、生地、元参、竹叶心、银花、连翘、黄连、丹参、麦冬），犀角地黄汤（犀角、生地、芍药、丹皮）。常用药物如鲜生地、鲜茅根、紫草、丹皮、赤芍、蒲黄、地榆、小蓟等。

气滞血瘀的病因和临床表现如何？

气滞血瘀证，是由于气滞不行（包括机能障碍或机能减退），导致血液运行阻滞或障碍所出现的血液瘀滞证候。

其证形成原因，主要与精神情志和肝脏疏泄功能失常有关。

http://www.55188.com理想在线证券网

气能行血，人体血液的循行，有赖于心气的推动、肺气的敷布和肝气的疏泄，所以，中医学认为“气为血帅”，“气行则血行”。其中尤以肝之疏泄功能对人体气机的调节最为重要，一般临床常见的气滞血瘀证，多与肝气不舒有关。若情志不遂，或经常受到精神刺激，则可致肝气疏泄失职，形成肝郁气滞，由气郁气滞进而影响血液的运行，即所谓“气滞则血凝”，可形成血瘀之证，即所谓气滞血瘀证。

此外，跌仆闪挫等外伤，亦可导致机体局部气机阻滞，而使血行受阻、瘀结不行，形成外伤性局部气滞血瘀证。

气滞血瘀证的临床表现，是既有气滞见症，又有血瘀见症。如：

性情急躁，胸胁胀满：多由肝失疏泄，气机郁结所致。肝为刚脏，其经脉布于两胁，肝郁气滞，则情志疏泄失常，故心烦急躁易怒。经气郁结，气机不畅故胸胁胀满。

胸胁疼痛：气滞不畅，进而血瘀不通，气血阻滞不通则痛，故发胸胁胀痛。

兼见痞块刺痛拒按、舌质紫暗或有瘀斑，或妇女痛经、经闭、经行有块、乳房胀痛等，皆气滞则血凝之证。由于以血瘀为主，故发刺痛拒按。瘀血凝聚不散，结而成形，故为痞块癥积。

气滞血瘀之证，尤以妇科多见，若经常肝气不舒，气机失畅，气不能运血以畅行，血不能随气而流通，故发痛经。肝经郁结过久，以致胞脉闭阻，凝结成瘀，经水不得下行，故成闭经之证。

经行伴有血块：为冲任不利而有血瘀之证。

乳房胀痛：肝经脉布两胁，上贯膈而过乳房下面，故肝郁气滞血瘀，则经气不利，气血不通，而发乳房胀痛。

http://www.55188.com理想在线证券网

舌质紫暗或有瘀斑，均为血瘀之证。

何谓气血两虚、气虚失血、气随血脱？其临床表现有何不同？如何治疗？

气血两虚，是指气虚（机能衰退）与血虚（血液不足）同时存在的证候。其成因多由久病不愈，气血两伤所致。由于气血是相互为用，相互依存的，故或先有失血，而气随血耗，或先因气虚，生化功能减退，继则血少而虚亏，此皆可导致气血双虚。

气虚失血，系指因气虚不能统摄血行而见失血之证候。如因气虚下陷，而使血从下溢者（如崩漏）则称之为血随气陷。

气随血脱，是指由于突然大量出血之后而引起气随之暴脱证候（如出血性休克）。常由于外伤大量出血，或妇女崩中，或产后大量出血所致。血脱则气无所附，故气亦随之而亡失，为虚脱证之一。

上述三证，临床鉴别及立法如下：

气血两虚证，是气虚症状如少气懒言、乏力自汗与血虚症状如面色苍白或萎黄、心悸失眠等症同时并见，舌质淡，脉细而弱。此证常见于慢性消耗性疾病的后期，其治疗应当气血双补，并应把治疗重点放在补气上面，因为气能生血。

气虚失血证，是在气短、倦怠乏力、面色㿠白等气虚症状的同时，并见出血之证。若气虚统摄失权，血离经隧而溢于皮下，则为肌衄（多为血小板减少性紫癜），若气虚下陷，血随气行，则血可从下部溢出，以妇女崩漏为多见（多为功能性子宫出血），其治疗原则应当补气升提，以引血归经。

气随血脱证，主要表现为大量出血的同时或以后，突然出现面色㿠白，四肢厥冷，冷汗淋漓，血压下降，甚则晕厥，脉细数无力或见芤象。其治疗应根据血脱先益其气的原则，急投补气重剂（如独参汤或参附汤之类），且补气即可摄血，在一定程度上亦可收到止血

http://www.55188.com理想在线证券网

之功。

风痰、热痰、寒痰、湿痰、燥痰等证如何鉴别?

痰证是水液代谢障碍水湿停滞病变的一种，古人常说“水聚为饮，饮凝成痰”，其病变多由肺、脾、肾三脏气化功能失常所致。由于脾为生痰之源，肺为贮痰之器，故痰证首当责之于肺脾两脏。

风痰、热痰、寒痰、湿痰、燥痰的鉴别，主要应从痰的性状及伴有症状，以及舌苔、脉象等方面去考虑，见下表：

证候	概念	病因	病机	痰象	特殊表现
风痰	痰盛而动风或风证又有痰象	阴虚阳亢，风阳内动，痰涎内壅	风痰上扰，流窜经络，闭塞清窍	喉中痰鸣	头晕目眩，突然仆倒，口眼歪斜，舌强不语，四肢麻木，偏瘫
热痰	痰与热互结或痰盛而又见热象	感受热邪，或阳热亢盛，煎耗津液成痰	痰热互结，或内扰心神，或阴塞气机，或结滞肠胃	咳痰黄稠	烦热，喉痹，便结或发癫狂

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

证候	概念	病因	病机	痰象	特殊表现
寒痰	寒与痰凝结或痰盛而有寒象	感受寒邪，阴盛阳虚，水津不化，凝成寒痰	寒痰凝结，阴盛阳虚，阻滞经络，经气不伸	咳吐稀白痰	畏寒，厥冷，四肢不举或骨痹刺痛，脉沉迟
湿痰	痰盛兼湿象	脾虚不运，痰湿内生，或外感寒湿，束肺困脾，水湿不化，停聚成痰	脾虚湿困，痰阻上焦、中焦气机。痰湿阻遏，清阳不达四肢	痰多	胸痞，纳少呕恶，身重困倦，苔厚腻，脉濡滑
燥痰	痰证兼燥象	感受燥邪或热灼津液化燥，煎灼津液成痰	津伤化燥，燥胜则干，燥伤肺络，燥伤肠津	咳痰黏稠，量少难咯，甚或痰中带血或痰为白沫	口鼻干燥，咽喉干燥，大便干燥，舌干少津

痰饮、悬饮、溢饮、支饮诸证病变部位有何不同？临床表现如何鉴别？

《金匮要略·痰饮咳嗽病脉证并治第十二》指出："其人素盛今瘦，水走肠间，沥沥有声，谓之痰饮。饮后水流胁下，咳唾引痛，谓之悬饮。饮水流行，归于四肢，当汗出而不汗出，身体疼重，谓之溢饮。咳逆倚息，短气不得卧，其形如肿，谓之支饮。"

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

可以看出，所谓痰饮、悬饮、溢饮、支饮都是因肺、脾、肾三脏功能失常，人体水液代谢障碍，水液停滞于体内所致。由于水饮停留部位不同，故有上述四种证候。四饮证病变部位及临床表现鉴别如下表：

证候	病位	病机	临床表现特点
痰饮	水饮停于胃肠	中阳不振，运化失职，水不化气，饮食不化，停而为饮	胃脘肠间有振水音，胸胁支满，呕吐痰涎清稀
悬饮	水饮潴留胁肋，上不在胸，下不及腹	水流胁间，络道被阻，气机阻滞，升降不利	胁下胀满而痛，咳唾转侧呼吸均牵引而痛，气短息促
溢饮	水饮泛滥，溢于肌腠	脾肺运化输布失职，水饮流溢于四肢肌肉之间，发为水肿	肢体沉重而痛，肢体浮肿，小便不利或兼发热，恶寒无汗，咳喘痰多白沫
支饮	水饮停留胸膈	饮留胸膈，上迫于肺，肺失宣肃，气化不利	胸闷气短，咳逆，倚息不能平卧，浮肿多见于面部，痰沫多而色白

何谓气随液脱、液随气脱、津随气泄？

气与津液，彼此是相互依附、相互为用的关系。津液的生成、输布和排泄，都依赖于气的升降出入运动，都离不开肺、脾、肾、膀胱、三焦等脏腑的气化活动。气有固摄和气化作用，可以控制和调节津液的生成和排泄，故气旺则津足。同时，气也要依附于津液而存在，津液不亏则气足，脏腑功能正常，气化作用协调，津液的吸收和

http://www.55188.com理想在线证券网

水液的排泄就会正常。

临床上气虚不固之证，除见头晕目眩，少气懒言，疲倦乏力，经常自汗等症外，又突然发现多汗、漏汗（自汗出如漏不止）、多尿、遗尿等津液大量流失病理现象，则称之为液随气脱。一般也把漏汗不止或大汗不止，称之为津随气泄。临床上津液随阳气亡失往往伴有亡阳的表现。

反之，人身津液（体液）的大量丢失，也必然伴随有气（功能活动）的突然耗损脱失。如发汗不当（例如过汗）可导致大汗淋漓，或频繁而大量的呕吐或泄泻，则可导致突然出现面色苍白，少气乏力，心悸，甚则晕厥之证，又称之为气随液脱。故尤在泾有“吐下之余，定无完气”之说，见于《金匮要略心典·痰饮说》。

心病证有何临床特点？

心的生理功能是主血脉、藏神、开窍于舌。故病理上凡表现为血脉和神志的异常，出现心悸、失眠、神昏、发狂等症者，多考虑为心的病证。如心气旺盛，血脉充盈，则脉搏和缓有力，面色红润而光泽。若心气不足，心血亏少，则鼓动无力，血脉空虚，可见心悸，脉虚或细弱，面色白而无华。

血脉为神志活动的物质基础，心之气血充盈，则人神志清晰，思考敏捷，精力充沛。若心血不足，心神失养，则可导致神志的异常，如失眠多梦、健忘、神志不宁等症。若血热扰心，则可见谵妄或昏迷不

http://www.55188.com理想在线证券网

省人事等症。

心的病变易反映于舌，故心血不足，则舌质淡白。心火上炎则舌尖红赤或舌体糜烂。心血瘀阻则舌质紫暗，或见瘀点瘀斑。热人心包或痰迷心窍，则舌强语謇等。

总之，临床上凡血脉、神志等功能异常，乃是心病证的临床特点。心病证有虚实之分，虚证多为气血阴阳的不足，实证则多是火、热、痰、瘀等病邪的侵扰。

肺病证有何临床特点?

肺的生理功能是主气司呼吸，主宣发肃降，通调水道，外合皮毛，开窍于鼻。故病理上凡表现为呼吸功能异常，体表屏障功能异常，水液代谢异常，从而出现呼吸不利，喘息少气，咳嗽病血及鼻部、皮肤等症状者，均应考虑为肺的病证。如肺主气功能正常，则气道通畅，呼吸均匀和调。若肺气不足，则呼吸无力，或少气不足以息，语言低微，身倦无力。

肺主宣发，外合皮毛。故外邪侵袭，常可由皮毛而犯肺，从而易于出现恶寒、发热、鼻塞、咳嗽，甚则气喘等肺气不宣之证。肺卫气虚，肌表不固则自汗。肺卫邪实，毛窍闭塞，则无汗。

肺失清肃，气不得降，肺气上逆，则可见胸闷、咳嗽、喘息等症。肺失清肃，通调水道机能障碍，水液不能下输膀胱，则可见痰饮、小便不利、尿少、水肿等症。

鼻的通气和嗅觉主要靠肺气的作用。肺气和则呼吸利，嗅觉灵敏。如外邪袭肺，肺气不宣，则鼻塞流涕，嗅觉不灵。肺热壅盛，则喘促，鼻翼煽动。

总之，临床上凡主气，司呼吸，宣发肃降，通调水道功能的异常及其证候表现，乃是肺病证的临床特点。肺病证候有虚实之分，肺病虚证多为气虚和阴津不足，实证则多由风寒燥热痰等病邪侵袭犯肺

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

所致。

脾胃病证有何临床特点?

从生理功能上看，脾主运化，统血，脾主升清；胃主受纳，腐熟，胃主和降。脾升胃降，燥湿相济，共同完成饮食水谷的消化吸收与转输，所以脾胃为气血生化之源，为后天之本。故凡有关饮食水谷的受纳、消化、吸收、转输障碍，或升降失常，出现纳呆、腹胀、水肿或呕恶、泄泻等症；或因气虚下陷，统摄无权所致的内脏下垂、各种出血；以及因上述原因而造成的气血不足诸症，均应考虑为脾胃病的临床表现。

如脾失健运，消化吸收功能障碍，水谷精微转输失职，则可见腹胀、便溏、食欲不振、倦怠消瘦。脾运化水液失职，水湿潴留，则可见痰饮、水肿、泄泻。如脾气不升，反而下陷，则可见头目眩晕，久泄脱肛，或内脏下垂等症。如脾气虚衰，失其统摄之职，血失常道而溢于脉外，可见便血、崩漏、肌衄、紫斑等各种出血证。若脾失健运，气血不足，清阳不布，四肢肌肉无以充养，则可见肌肉痿软、四肢倦怠无力、口唇淡白不泽，甚则萎黄。

总之，临床上凡运化、升清降浊及统血功能失常，均为脾胃病证临床特点。掌握这些特点，即可对中焦脾胃病证进行辨证分析。脾胃病证有虚有实，脾病以虚证为多，胃病以实证常见。虚证常为气虚、阳虚或阴津的亏损。实证则多为寒、湿、燥、热、食积等病变。

肝病证有何临床特点?

肝在生理上是主疏泄而藏血，喜条达而恶抑郁，又主筋，开窍于目，其华在爪，与胆相表里。故病理上凡因疏泄失职而致之气滞血瘀，胀闷疼痛，抑郁不舒，或烦躁易怒，或风气内动，头目眩晕，筋

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

脉拘急，以及多种目疾等，均应考虑为肝之病变。

此外，肝胆疏泄功能，有助于脾胃之消化转输，故肝胆疾患，常可影响脾胃而表现为纳食与消化吸收功能的异常。

如肝失疏泄，气机失调，常表现为肝气抑郁或亢奋。肝气抑郁，表现为胸胁胀满，郁郁不乐，多疑善虑，甚则闷闷欲哭。肝气亢奋，表现为急躁易怒，失眠多梦，头涨头痛，目眩头晕。如肝失疏泄，木郁乘土，而使脾胃腐熟运化失调，则可见胸胁胀痛，急躁易怒，口苦，嗳气呕恶，腹胀腹泻等症。若兼湿热，可出现黄疸。

肝失疏泄，气机不畅，又可引起瘀血阻滞，而使经脉气血运行不利，如当前临床常见之冠心病常因肝郁气滞而诱发。此外肝失疏泄，气机不利，亦可影响水液代谢而使水液潴留，发为水肿、腹水之证。

肝主筋，主要在于筋膜有赖肝血之滋养。若肝血不足，血不养筋，则可见筋肉拘挛，肢体麻木，屈伸不利，手足震颤等症。若热邪劫灼津血，血不养筋，出现四肢抽搐，甚则牙关紧闭，角弓反张等症，称之为“肝风内动”。

肝气易亢易逆，肝气横逆，则使气机逆乱影响及血，血不循经而妄行，可出现吐血、衄血、妇女血崩等症。

爪为筋之余，肝血不足，血不荣筋，可见爪甲软而变薄，枯而色夭，甚则变形或脆裂。

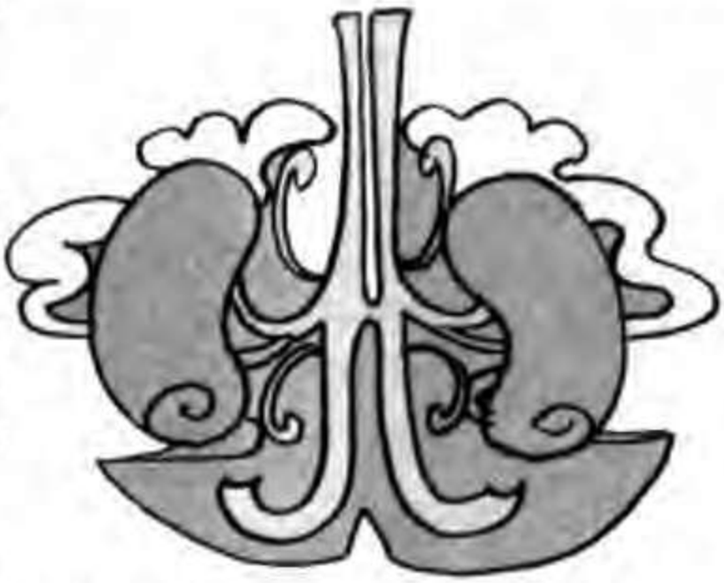
另外，眼目主要依赖肝的阴血濡养，若肝血不足，可见夜盲，或视物模糊。若肝阳上亢则目眩，肝风内动则目斜上吊。

总之，凡临床所见属于疏泄功能、藏血功能异常，以及筋、爪、目等病变反映，均为肝病证候特点。掌握这些特点，即可对肝病证候进行辨证分析。肝病临床亦有虚实之分，虚证多为肝阴肝血之不足，实证则多是肝气肝火之有余，或为湿热病邪蕴结肝胆。临床所见肝病风阳上扰之证，多属肝阳亢奋或属本虚标实。

http://www.55188.com理想在线证券网

肾病证有何临床特点?

肾的生理功能，是主藏精、生髓、通于脑，又主骨，主纳气，主水液，开窍于耳及二阴，其华在发，故病理上，凡有关生长发育、生殖机能、水液代谢的异常，脑髓骨以及某些呼吸、听觉、大小便的病变，多应从肾进行辨证分析。



例如，肾藏精功能失常，精气不足，则人体生长发育和生殖能力减退或障碍，表现为不孕症，精子缺乏症，发落齿松，以及小儿发育迟缓，筋骨痿软等症。

肾阴、肾阳为人体脏腑阴阳之根本，两者彼此相互依存、相互制约。如肾阳虚，温化功能不足，临床可见精神疲惫，腰膝冷痛，形寒肢冷，小便不利，或小便失禁，夜尿频繁，男子阳痿早泄，或女子宫冷不孕等症。如肾阴亏损，阴不制阳，相火妄动，则可见五心烦热，潮热盗汗，男子遗精，女子梦交等阴虚火旺之证。

肾的蒸腾气化作用，在人体水液代谢调节方面起着极为重要的作用。如肾虚，气化功能失常，开合不利，则会引起水液的潴留，可见水肿，小便不利等症。又如肾气虚，摄纳失权，则可见动则喘甚，呼多吸少，呼吸困难等症。又如肾精不足，耳窍失养，则可见耳鸣，听力减退等症。肾气不足，气化失常，则可见二便排泄异常。

总之，凡临床上表现为藏精、纳气、生长发育、生殖、主骨生髓、听觉、毛发及二便之排泄异常，并伴有相应的临床表现者，则多

http://www.55188.com理想在线证券网

为肾病证之临床特点。

应当指出，肾为人体元阴元阳秘藏之所，元阴元阳为人体生殖发育之根本，故宜秘藏，不宜过泄耗伤。固秘则能维持生理的正常，耗伤则根本虚衰，诸病由之而丛生。所谓“肾无实证”，即是指肾病虚证为临床所多见。因此，肾的病证虽多，但不外肾阳虚、肾阴虚、肾精亏与肾气虚等几方面。

心气虚与心阳虚两证在病理上有何联系？

心气与心阳，都属于心脏机能范畴，心阳更有热能的含义。心气主要能推动血液在脉管内运行。唐容川所谓“运血者，即是气”，《内经》所谓“宗气不下，脉中之血，凝而留止”（《灵枢·刺节真邪》），这说明宗气是通过“贯心脉”而行气血的，所以《内经》又说“出于左乳下，其动应衣，脉宗气也”（《素问·平人气象论》）。因此，心脏搏动，推动气血运行于周身，主要取决于宗气的作用，而宗气的强弱也反映了心脏的功能活动。

心阳，主要是指心脏的阳热功能，具有温煦血脉，抵御阴寒病邪的作用。心阳旺盛，阴寒之邪，不易内侵心脏，血液运行不易阻滞，心气充足，则心功能正常。

所以，心气虚，主要是指心功能的衰退，血运无力或血运不足；心阳虚则既有心功能的衰说，又有阳热温煦功能不足，阴寒之邪易于阻滞心脉，导致心脉血行不畅。

从病因上分析，心气虚、心阳虚多有一致之处，常因如下几种因素而致病：

（1）久病体虚，慢性病迁延不愈发展所致。如肺病，宗气虚损，贯心脉行气血能力减退；肾阳不足或水气凌心，损伤心气、心阳；风寒湿邪，痹阻心络，内舍于心，损伤心气、心阳。

（2）暴病伤阳耗气，多见于急性病，由于全身性阳气暴脱，导

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

致心阳、心气衰竭虚脱。

（3）年老脏气衰弱，心阳、心气不足或衰退，或先天禀赋不足，心气、心阳虚损。

从病机发展来分析，心气虚为心功能减退或衰退，而心阳虚多由心气虚发展所致，或因阴寒病邪直接伤损心阳而发病。临床上心气虚常与肺气虚同时并见，故称心肺气虚。心阳虚则多与肾阳不足有关，故又称之为心肾阳虚。

如何鉴别心气虚和心阳虚证？

关于心气虚证和心阳虚证的临床鉴别，主要应从共同脉证和不同的临床表现上去分析，心气虚证和心阳虚证的共同脉证为心悸气短，活动时加重，脉见细弱或结代。

心气虚证为上述脉证兼见面色㿠白，神疲体倦，自汗少气，舌淡胖嫩，苔白脉虚。

心阳虚为在上述脉证的基础上，又兼见畏寒，形寒，肢冷，面色滞暗，心胸憋闷，或心前区作痛，舌淡胖嫩，或紫暗。若见大汗淋漓，四肢厥冷，口唇青紫，呼吸微弱，脉微欲绝，神志模糊，甚至昏迷，多为心阳虚脱危证。

心气虚证与心阳虚证，可见于现代医学之心力衰竭、心绞痛、心肌梗死、心律不齐、先天性心脏病以及全身性衰弱、神经官能症等疾患。

心血虚与心阴虚两证有何不同？在病理上有何联系？

心血，指心血管系统的血液。血属阴，所以心阴也包括心血在内，同时又包括心的阴精和津液在内。心血和心阴，都有滋养心脏和心神的作用。故心血虚与心阴虚，多表现为阴血不足、心神失养，或

http://www.55188.com理想在线证券网

心功能虚衰等病理反应。

从病因上分析，心血虚与心阴虚的病因多为如下几方面：

（1）血的化源不足。脾胃为气血生化之源，脾虚则血少，故心血虚常与脾虚证并见，称之为心脾两虚。

（2）继发于失血之后，而导致心血亏损。

（3）见于热病后期。热病伤阴，最后伤及肾阴，故心阴虚多与肾阴虚同时并见，称之为心肾阴虚。

（4）七情内伤，"五志化火"，暗耗阴血，导致心血、心阴虚损。

可以看出，一般来说慢性消耗多伤心血；热病灼津多伤心阴；情志暗耗则多伤阴血。

从病理上分析，心血虚是单纯的血液不足，血不养心，主要表现为心神失养和心功能失常方面；心阴虚除包括心血虚外，还可见到阴虚不能制阳，心阳虚亢，虚热内生等情况。

心血虚、心阴虚临床表现亦有不同。其共同症状为心悸、健忘、失眠、多梦等。心血虚证则兼见眩晕、面色不华（苍白或萎黄）、唇舌色淡、脉细弱。心阴虚证则兼见五心烦热、盗汗、口咽干燥、舌红少津、脉细数。

心主血，血属阴，阴血不足，心失所养，故心悸。血不养心，神不守舍，故失眠多梦。血虚不能上荣脑髓，故健忘。心血虚，气血不能上荣颜面脉络，故面色不华，唇舌色淡。心血虚，血虚及气，心气亦必不足，气血不能充盈于脉，故脉见细弱。心阴不足，阴不制阳，虚火内扰，故五心烦热、盗汗、口咽干燥、舌红少津、脉细数。

http://www.55188.com理想在线证券网

心血虚证与心阴虚证，可见于现代医学的营养障碍、神经官能症、贫血、甲状腺功能亢进，以及某些心脏疾患，如先天性心脏病、心动过速、心律不齐等。

心气虚、心阳虚、心血虚、心阴虚的治疗有何不同？

心气虚证，由于是单纯心功能减退或不全，故治疗方法是补益心气，兼以养血安神。

心阳虚证，由于是既有心气虚，心功能减退，而且有热能减少，温煦力弱，心功能衰竭之虚寒征象，故其治疗则应以温补心阳，或温通心阳，兼以安神，方如保元汤或桂枝甘草龙骨牡蛎汤加减。一般温通心阳多以桂枝、附子为主药。重证则可加干姜和附子。临床如心悸甚者，重用龙骨、牡蛎、五味子。自汗加浮小麦、麻黄根以止汗。脉微则常用生脉散加减。

心阳虚证，胸阳不振，易导致心血瘀阻，胸痹不宣，故临床上心阳虚，常与心血瘀阻证并见；发作时心前区憋闷疼痛或阵痛，其治疗则宜加用行气活血化瘀药，如薤白、元胡、川芎、桃仁、红花、三七、降香、乳香等。

心阳虚脱证，则宜急用回阳救逆固脱法治之，常用参附汤、独参汤，亦可加用磁石、龙骨、牡蛎等药以重镇安神，并结合西医药进行抢救。

心血虚证，为单纯的心血虚亏，而无阴虚阳亢虚热之象。由于血虚不能荣养心神，故多伴有心神不安等症。其治疗方法是养血安神，方用四物汤加减，并可配用安神定志药如茯神、远志、柏子仁、酸枣仁、龙齿、琥珀、朱砂等。由于血虚能伤及气，益气则能生血，故临床血虚证，多并见气虚身倦、自汗等症，宜在补血方药中加用黄芪、党参、龙眼肉等补气之品。

心阴虚证，除有阴血亏损外，由于阴不制阳，虚阳亢奋，多伴有

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

虚热之象。故其治疗宜用滋阴清热安神法，方如补心丹，滋阴以清虚热。常用药如生地、元参、天冬、麦冬等药物，配以知母、黄柏等。

何谓心血瘀阻？与心气虚、心阳虚有何病理联系？心血瘀阻的临床表现和治疗如何？

心血瘀阻证，又称瘀阻心络，古称“心痹”或“胸痹”。《素问·痹论》说：“心痹者，脉不通。”《金匮要略》说：“胸痹不得卧，心痛彻背者，栝蒌薤白半夏汤主之。”所以，心血瘀阻是心脏血脉瘀阻不通所出现的证候。

心血瘀阻常继发于心气虚或心阳虚损病证之后，也可以认为是心气虚和心阳虚病证发展的一个类型。本证之形成，主要原因是心气心阳亏虚，心血供养不足，心脉失养，若再遇喜怒不节，情志内伤，或过度劳倦，或感受寒邪，或痰浊凝聚等诱发因素，致使血行滞涩不畅，瘀血痹阻心脉，不通则痛，而发作心前区憋闷疼痛。

本证多属本虚标实证候，常见于现代医学冠状动脉供血不足、心绞痛、心肌梗死等病症。

心血瘀阻的临床表现：心胸憋闷或刺痛，痛引肩背内臂，时发时止：此为心阳不振，胸阳失于宣通，或痰瘀阻塞心络，故发心前区憋闷刺痛。手少阴心经循肩背而行，故痛引肩背内臂。由于并非绝对气血梗阻不通，机体尚有自行缓解调节之机能，故疼痛时发时止。

舌紫，或有瘀点、瘀斑、脉细涩，此为瘀血痹阻之证。脉或见结代，则为心阳心气虚损兼有气滞之象。

心血瘀阻证倘严重发作，则可见心前区绞痛欲绝，不能自行缓解，口唇指甲青紫，汗出，四肢厥冷，昏厥，脉微欲绝等症。此由于心阳暴绝，心脉气血凝滞梗阻不通所致。

心血瘀阻证的治疗：主要宜用宣通心阳，活血化瘀，辛香化浊等法治之。方如枳实薤白桂枝汤、通窍活血汤及苏合香丸等。心阳暴绝

http://www.55188.com理想在线证券网

之重证，则可用参附汤或四逆加人参汤，以急救回阳，并配合西药进行抢救。

临床常用药物：

宣通心阳：桂枝、薤白、瓜蒌。

温阳益气：附子、干姜、肉桂、人参、党参、炙甘草。

活血化瘀：丹参、当归、红花、桃仁、山楂、三七、赤芍、乳香。

辛香化浊：苏合香、降香、菖蒲、郁金。

痰迷心窍与痰火扰心的病因病机有何不同？

痰迷心窍，又称痰蒙心包。其病因多由七情所伤，如抑郁、暴怒，或思虑太过，积忧久郁，则损及心脾，心气不舒，肝失疏泄则气滞，脾不运湿，则水聚饮凝，聚而成痰，痰气上逆，则蒙迷心窍；或外受湿浊邪气，阻滞气机，湿郁成痰，痰浊上蒙心窍；或素体肥胖，痰湿偏盛，复因恼怒气逆，痰随气升，上壅清窍，闭阻神明所致。

由于痰浊属阴，阴主静，心窍为痰浊所闭，则心神不用，神志为之昏蒙。故《临证指南》说："病在心脾包络，三阴蔽而不宣，气郁则痰迷，神志为之混淆。"

总之，痰迷心窍的病机主要是痰浊阻遏心窍，心神被蒙而不用，从而导致精神意识活动发生障碍。

痰火扰心，多由于七情所伤，肝气郁结，气郁久而化火，煎熬津

http://www.55188.com理想在线证券网

液成痰，痰火上扰心神；或外感热病，邪热内陷，灼液成痰，痰热闭阻包络，以致神志昏蒙，又称之为邪热逆传心包。痰火扰心的病机，主要在于火热之邪挟痰而扰乱心神，从而使神志为之狂乱失常。

痰迷心窍与痰扰心的临床表现、治疗有何不同？

痰迷心窍，多见神志痴呆，精神抑郁，表情淡漠；或神志昏蒙，举止失常，喃喃自语，出言无序；或时悲时喜，哭笑无时，不思饮食，舌苔白腻，脉缓而滑。多见于癫证范围。这主要是由于情志因素所伤，思虑太过，所求不得，肝气郁滞，脾气不升，气郁痰结，阻蔽心神，心神失常所致。痰浊中阻，脾运失健，故不思饮食，舌苔白腻。痰湿壅盛，故脉见缓滑。若见突然昏倒于地，不省人事，喉中痰鸣，舌苔白腻，脉缓滑，则为中风之证。此多由平素饮食不节，过食肥甘，脾失健运，聚湿生痰，形成多湿多痰之体。痰郁则气结，风痰偏盛，上闭清窍，致使心神闭阻不用，故昏仆不省人事。痰涎闭塞，阳气不伸，故见四肢不温，静而不烦。喉中痰鸣，舌苔白腻，脉象缓滑，均为痰湿壅盛之证。

痰火扰心，临床多见心烦口渴，不寐多梦，而赤气粗，便秘尿赤，重者突然胡言乱语，哭笑无常，狂越妄动，打人毁物，奔跑呼叫，舌红苔黄而腻，脉弦滑而有力，多属狂证。此多为暴怒伤肝，肝火暴张，挟风挟痰，痰火上扰清窍，故见心烦躁乱。阳扰而难入阴，故不寐而多梦。而赤气粗，便秘尿赤，均属肝火暴盛，内热壅盛之征。

痰火上扰，蒙蔽清窍，心神不藏，火属阳，阳主动，神志为之狂乱，故见胡言乱语，哭笑无常，狂越妄动，打人骂人。四肢为诸阳之本，阳盛则四肢实，实则能登高而体力逾常。舌红苔黄腻，脉弦滑而有力，均为痰火壅盛，阳气独张之象。

若神昏谵语或昏聩不语，肢厥，舌謇，舌缠，是为外感热邪逆传

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

心包之证，多为邪热内陷，痰热闭阻包络，蒙蔽心神所致。

根据临床分析，痰迷心窍多见于精神分裂症、抑郁型精神病、癔病、脑血管意外性昏迷等疾患。若临床兼见舌红、苔黄、脉滑数，则属热痰。一般肝性昏迷，尿毒症昏迷属热痰者较多。

痰火扰心，多见于狂躁型精神病、癔病有痰火证者，以及热性病高热期神志障碍，或神经系统感染等症。

从治疗上分析，痰迷心窍，治宜涤痰开窍，宜用温开之法。涤痰可用导痰汤加减，如半夏、橘红、茯苓、远志、甘草、菖蒲、郁金、南星、枳实等药。开窍可用苏合香丸，功能芳香解郁开窍，且有兴奋强心之功。

若昏迷系由热痰引起，宜用凉开之法，可用至宝丹或安宫牛黄丸等。

痰火扰心，治宜清心豁痰，常用礞石滚痰丸或生铁落饮加减，药如礞石、黄芩、大黄、生铁落、龙齿、茯神、竹沥等。

“伤寒”是什么意思？

伤寒是病名，为外感热病的总称。如《热论》云：“今夫热病者，皆伤寒之类也。”有广义和狭义之分，广义伤寒泛指感受四时邪气而引起的外感热病。而狭义伤寒是指因感受寒邪而引起的外感热病。此处伤寒是广义伤寒，系外感热病的总称。故《难经·五十八难》提出：“伤寒有五，有中风、有伤寒、有湿温、有热病、有温病。”可见，经文“热病”是从症状言，而“伤寒”是从病因言，故“热病”和“伤寒”之名可以互称。

伤寒发热的机制是什么？

机体感受寒邪之所以发热，是由于寒性收引，最易导致气机收

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

敛。人体的卫气除具有卫护肌表、抵御外邪的作用外，还有司腠理开合、调节体温的作用。寒邪侵入肌表，则使腠理收闭合，卫气不得宣泄，故发热。因此《素问·调经论》云："上焦不通利，则皮肤致密，腠理闭塞，玄府不通，卫气不得泄越，故外热。"张介宾注曰："上焦之气，主阳分也，故外伤寒邪，则上焦不通，肌表闭塞，卫气郁聚，无所流行而为外热，所谓人伤于寒则病为热，此外感证也。"

热病的预后情况怎样？

伤寒的预后，取决于正邪双方力量的对比和伤寒的类型，经文中"人之伤于寒也，则为病热，热虽甚不死"，说明寒邪侵袭人体，邪气虽盛，但正气未衰，邪正交争，阳气郁遏于肌表而发热，故热势（度）盛（高），但"热虽甚不死"，治用汗法，汗出邪散，诸证皆除，预后良好，即"体若燔炭，汗出而散"（《素问·生气通天论》）。"热虽甚不死"，一般属于六经伤寒单经受病。而两感于寒，是表里两经同时感受寒邪，邪气壅盛，充斥内外，伤及脏腑营卫气血，邪盛正衰的外感热病重证，若救不及时，则"必不免于死"，预后较差。经文中"死"与"不死"是指病情轻重，预后好坏。热病重证，若救治及时得当，亦有生机。

六经伤寒的临床表现及机制各是什么？

六经伤寒的临床表现及机制如下：

（1）邪入太阳：症见头项痛，腰脊强。太阳经上额交巅入脑，下项，挟脊抵腰中，邪入太阳，经气郁滞不舒，故见以上证候。

（2）邪入阳明：症见口鼻干，身热不得卧。阳明经挟鼻络于口，邪入阳明，经气不利，鼻与口失养，故见口痛鼻干。阳明为水谷之海，是多气多血之经，多气多热；又阳明主肉，邪入阳明则经气郁

http://www.55188.com理想在线证券网

滞，热郁过甚，故身热。阳盛实四肢，手足躁扰，故不得安卧。

（3）邪入少阳：症见胸胁痛，耳聋。少阳经循胁入耳中，邪入少阳，少阳经气不利，故胸胁痛，气血津液不能上承于耳则耳聋。

（4）邪入太阴：症见腹部胀满，咽干。太阴经络胃上挟咽，邪入太阴，太阴不能转输水谷之精，精气留中则生胀满；津不上承则有咽干。

（5）邪入少阴：症见口舌干燥而渴。少阴经贯肾络肺系舌本。邪入少阴，邪热燔灼，津液耗伤，故口舌干燥而渴。

（6）邪入厥阴：症见烦满，囊缩。厥阴经循阴器，络于肝。邪入厥阴，经气不利，疏泄失职，肝气郁滞则烦闷不解，阴囊收缩。

六经伤寒的传变及转愈规律是什么？

伤寒的传变规律是由表至里，由阳入阴，日传一经，六日传尽六经。病首先从太阳始，依次传及阳明、少阳、太阴、少阴、厥阴。各经的转愈时间大约在发病的第七天，邪日传一经，第十二日病愈，说明伤寒在其演变过程中在正气的作用下，有一定自愈倾向，经文中所说的日数，只是伤寒病的一般传变次序及疾病的不同阶段，其可受各种因素的影响，如邪气的轻重、正气的盛衰、治疗的及时得当与否，故不可拘泥。正如高士宗所说："一日巨阳、二日阳明、三日少阳等，乃以六日而明六经也……期虽有次，非一定也。"

http://www.55188.com理想在线证券网

伤寒的治疗原则是什么?

伤寒的治疗原则是“治之各通其脏脉”的辨证施治原则。

(1) 取经，根据病证浅深，选择相应经脉。

(2) 强调一个“通”字，即通泄治疗，对于“其未满三日者”，邪气仍在三阳之表，采用汗法，以疏通在表被郁之阳；“其满三日者”，邪热壅积于三阴之里，施以清泄之法，以泄越其里热。体现了以祛邪为主的外感热病的治疗原则。此处的日数，正如王冰所言“此言表里之大体也”，不可拘泥，临证应根据具体病情，具体分析，辨证施治。

热遗、热复的病因、病机是什么?

热遗是指热病后期，病邪遗留，余邪尚未尽除，病人饮食过多，以致邪热与谷食之热相搏结，而使热势缠绵。热复则是热病初愈，过食肉类等脂膏肥甘类助热之品，致使热病复发。关于伤寒热病的饮食护理是热病调养中的一个不可忽视的问题。由于热病之后，邪热未尽，脾胃尚虚，或热虽退，而脾胃虚弱，所以此时不宜饮食过多或过食肥甘等助热难化之物，否则余热再起，热病复发。

因此，热病期间应进食易消化食物且应少食，同时注意以清淡为主，使胃气恢复，以利于热病的康复。正如姚止庵所说：“病热少愈，胃气尚虚，食肉难化，郁而助热，热病当复发如故矣，肉固不多食，凡不可多食者而多食之，则病热有所遗焉，当禁者也。”对于热病的治疗，《素问·刺热》篇还提出采用物理降温的方法，其云：“诸治热病，以饮之寒水，乃刺之，必寒衣之，居止寒处，身寒而止也。”这些理论及方法，至今对于临床实践仍具有指导意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“两感于寒必不免于死”？

关于热病的预后，经文提出：“人之伤于寒也，则为病热，热虽甚不死。其两感于寒而病者，必不免于死。”两感预后不好，是由于：

（1）两感是表里两经同时受邪，即表里同病，病证复杂，既有表证又有里证。如巨阳与少阴俱病，不仅有头痛之表证，又有口干烦闷之里证。

（2）病情重，变化快。两经病第二日就出现腹满、谵妄，第三日出现神昏等危重征象。

（3）胃气得不到及时的补充，由于昏不知人，不能食，则胃气得不到补充，阳明经气衰，气血化源竭绝，脏腑经脉无以受气。正如《灵枢·五味》云：“故谷不入，半日则气衰，一日则少矣。”《灵枢·平人绝谷》云：“故平人不食饮，七日而死者，水谷精气津液皆尽故也。”最终邪气壅盛，正气濒竭，故曰“必不免于死”。

什么叫病温、病暑？

从经文中可以看出，无论温病，还是暑病，均是由于感受了寒邪而形成的热病，故曰“凡病伤寒而成温者”。寒虽是冬季的气候现象，但四季皆可见。夏至前寒邪伤人，其病证多兼有温热的特点，故曰病温。夏至后寒邪伤人，其病证多兼暑温的特点，故曰病暑。由此可见，用夏至前后来命名温病、暑病是季节命名。而“人之伤于寒也，则为病热”，寒邪为病因，故“伤寒”为病因命名。

http://www.55188.com理想在线证券网

什么叫“阴阳交”？其临床表现如何？

阴阳交是病名，由于阳热邪气入于阴分与阴精正气交结不解，是外感热病过程中邪盛正衰的危重证候。其临床表现是热病汗出辄复热，而脉躁疾不为汗衰，狂言不能食。其预后多不良。因为热病得汗，邪气外出，本应脉静身凉，神清能食，今反见脉躁疾、发热，说明邪热亢盛；又见不能食，是胃气衰败，水谷精气之源匮乏；狂言者，神志已乱，为失志之重证。故预后不良。

病温者汗出辄复热的原因是什么？

病温是外感风寒引起的发热性疾病，其治疗《素问·至真要大论》曰：“其有邪者，渍形以为汗”，“其在皮者，汗而发之”。《素问·生气通天论》曰：“因于寒，体若燔炭，汗出而散。”所以汗法是治疗外感热病之正法。至于为什么汗出后立即发热，经文中提出三点：

（1）复热者，邪气也：说明是邪气胜引起复热，经文指出复热是“邪气胜”，邪气胜可能有两种情况：一是汗法治疗，邪气未尽除，郁闭阳气而发热，此为实热；二是邪胜耗伤阴精、阳气，引起阴虚发热和气虚发热，此为虚热。

（2）不能食者，精无俾也（不能食者，精毋，精毋瘅也）：病温本身就有汗出发热之证，热伤气，不能食。由于不能进食，水谷精气不能补充，必致阴虚、气虚，出现阴虚、气虚发热的现象。

http://www.55188.com理想在线证券网

（3）汗者，精气也：说明汗与精气的关系。汗是由水谷精气津液转化的，《灵枢·决气》曰："腠理发泄，汗出溱溱是谓津。"外感热病虽然用汗法治疗，但是应该考虑到，如果汗出过量，耗伤气津亦会出现阴虚或气虚发热。

综上，外感热病汗出辄复热的原因，一是邪气胜发生的实热；二是邪伤气、精，不能进食或治疗不当引起虚热。实热虚热互结，单纯汗法虽能解表祛邪，但会加重阴虚、气虚发热，所以热不除。在这种情况下，发汗解表的同时，应适当予以益气养阴之品。

风厥的病证、病机和治疗是怎样的？

风厥的病证主要是汗出身热烦满，烦满不为汗解。基本病机为太阳感受风邪，热邪入少阴，随少阴经气上逆。太阳感受风邪，所以身热而汗出；热邪入少阴，随少阴经气上逆于胸中，所以烦满。治疗宜太阳少阴表里兼治，并配合汤液内服。如经文所说："表里刺之，饮之服汤。"

劳风之病的病证、病因、病机和治则分别是什么？

劳风之病的病证主要有恶风振寒、项强、视物不清、咳吐清稀白痰或稠黄痰。其病因病机为因劳受风，表邪未解又入里，或风寒入里化热，致使肺失清肃，痰热壅滞。治疗时既要宣肺利气，排除痰液，通畅气道，同时又要祛散表邪，通利经气，两方面同时并举，使内外邪气俱解。关于其预后，原文提出"（青黄涕）不出则伤肺，伤肺则死矣"，说明劳风之病治疗不当，可以发展为肺痈。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

风水的病证及病机是什么？

（1）少气时热，热从胸背上至头部，汗出手热。是由于正气更虚，阴虚生火所致。

（2）仰卧咳甚。是水邪更盛，泛溢上下，上迫于肺所致。

（3）卧则惊、口苦舌干、小便色黄。是因水邪凌心、虚火外越所致。

（4）烦不能食，身重难行。是因水邪迫脾所致。

（5）腹中鸣响，不得仰卧，咳出清水。是因水邪干胃所致。

（6）月事不来。是因水邪闭阻心包络，心气不得下通所致。

内外合邪的致咳原理是什么？

咳嗽的病因为风寒外袭，从皮毛而入，加之内伤生冷饮食。风寒外袭，“皮毛先受邪气”，而“皮毛者，肺之合也”，邪气由表及里内舍其合以伤肺；胃伤生冷，其寒“从肺脉上至于肺，则肺寒”。肺为娇脏，不耐寒凉，在两种病因中，寒冷饮食的寒气上逆于肺，而致肺寒，这是伤人皮毛的风寒之邪，乘虚伤肺的内在病因和发病的内在依据。内外合邪，使肺宣肃失常而致咳。《灵枢·邪气脏腑病形》指出：“形寒寒饮则伤肺，以其两寒相感，中外皆伤，故气逆而上行。”这说明了“内外合邪”的致病观和肺胃是致咳之源的病机。

为什么说“五脏六腑皆令人咳，非独肺也”？

此句经文概括咳嗽的发生与五脏六腑的关系。说明不单是肺使人发生咳嗽，其他脏腑亦使人发生咳嗽。

肺令人咳，在《灵枢·九针论》指出：“肺主咳。”《素问·宣明

http://www.55188.com理想在线证券网

五气》曰："肺为咳"，"皮毛者，肺之合也，皮毛先受邪气，邪气以从其合也，其寒饮食入胃，从肺脉上至于肺，则肺寒，肺寒则外内合邪，因而客之，则为肺咳"。其他脏令人咳，经文曰："五脏各以其时受病，非其时，各传以与之"，又"乘春则肝先受之，乘夏则心先受之，乘至阴则脾先受之，乘冬则肾先受之"。说明其他四脏在其相应季节先受病，然后病气传至肺而发生咳嗽。其邪传不外以经脉相传，肝经"上注肺"；心脉"复从心系却上肺"；脾经"属脾络胃，上膈"；肾经"入肺中"。此四脏通过经脉将邪气传于肺，在寒饮食互应条件下则发生咳嗽。说明五脏皆令人咳。

至于六腑令人咳，经文中未提出依据，有待探讨。

五脏六腑咳的证候特点是什么？

《咳论》将咳分为五脏咳与六腑咳两大类，无论是五脏咳，还是六腑咳，均有咳嗽的证候。

脏腑咳，除有咳嗽的共同证候，尚有突出各脏腑特有的证候，即五脏以疼痛为其特点；六腑以泄为其证候特点。这包括各脏所在部位，经脉循行所涉及的部位即经脉之气失常的证候，如：肺咳出现喘息；心咳出现心痛，喉中介介如梗状；胃咳出现呕吐；大肠咳遗屎。

其中六腑咳有可能兼有相配合的五脏病的证候，其依据是"五脏之久咳，乃移于六腑"。

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么说“此皆聚于胃，关于肺”？

此句说明虽然“五脏六腑皆令人咳”，但以肺胃两脏关系最为密切。即所有脏腑咳都是由于邪气会集于胃，涉及到肺造成的。

（1）咳与肺有关，原因有二：

①肺主咳，咳是肺的本经病变。肺主气司呼吸，主宣发肃降，若肺失宣降则发为咳嗽。

②肺是接受来自皮毛或其他四脏邪气、胃中寒气的承受者。外感内伤病因均可致咳，但其根本机制是肺在致病因素作用下，宣降失常，肺气上逆而引起。

（2）咳与胃有关，胃是接受寒冷饮食的器官，是导致肺寒的内因，寒气通过肺经，上至于肺，而致肺寒，是发生咳嗽的内在依据。

如何理解“以救俛仰”？

本句的意思是救治俯仰之证。“俛”，同俯；俛仰，指呼吸困难，张口抬肩，前后俯仰；“救”，救治。如尤在泾说：“肺主气而司呼吸。风热在肺，其液必结，其气必壅，是以俯仰皆不顺利，故曰当救俯仰也。救俯仰者，即利肺气、散邪气之谓乎。”从“以救俯仰”一句，说明病情危急，当急救之。即利肺散邪，排出脓痰，以缓解呼吸困难则病可救。否则脓痰排不出，必呼吸困难，前俯后仰，以致伤肺，甚或阻塞气道可窒息而死。提示对痰浊壅盛之证应因势利导，急当排痰，以防损伤脏气。

痛证形成的痛因病机是什么？

痛证是临床常见的病证之一，引起疼痛的原因有很多种，然在经

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

文中，论述了其主要因素，则为寒邪。寒邪之所以引起疼痛，主要病机为寒性凝滞、主收引，使血脉缩蹙绌急，气血滞涩不畅。所谓寒，既包括外寒如冻伤、感受寒邪、饮食生冷等，也包括内寒，即机体阳气虚衰、温煦气化功能减弱，出现颤抖、畏寒肢冷、肤色苍白等。

痛证的病机经文概括为“客于脉外则血少，客于脉中则气不通”，此句为一互文句，即邪气侵犯经脉内外，既可导致气血不通，亦可导致气血衰少，二者均可引发疼痛，可见，疼痛的病机无外乎虚实两端。结合《内经》其他篇章，又可分为以下几种：

（1）不通则痛。不通则痛，包括气机不通、气血不通、腑气不通等，其原因有寒邪凝滞所致，也可因燥屎内结、食积、结石等实物堵塞所为。

（2）脉络拘急收引作痛。

（3）失养作痛。气虚、血虚、阴精亏少或因血脉不畅，脏腑组织不能得到充足的气血濡养，而致不荣作痛。

（4）气逆作痛。

疼痛的诊断及辨证要点有哪些？

（1）疼痛的时间特点与程度：疼痛的时间特点与程度，常可反映病情的轻重。如“其痛或卒然而止者”，其疼痛较轻。痛有休止，说明病情轻浅；若“痛甚不休”、“因重中于寒，则痛久也”，说明病情较重；若“卒然痛死不知人”，说明阴阳有暂时离绝之势，病情更甚。

（2）疼痛对按压的反应：疼痛对按压的反应。常可反映疾病的虚实，病位的浅深。痛而拒按者，是寒热搏结，属实证；按之痛不减者，是病位较深，按之不及病所所致；按之痛减者，一是使原本凝聚之气血，得以疏散，二是使壅闭之阳气，得以通达。

（3）疼痛的牵引部位：根据经脉的循行路线及与脏腑关系，牵

http://www.55188.com理想在线证券网

引性疼痛所发生的部位，常可作为确定病位的依据。如心与背相引而痛，是寒客背俞之脉。胁肋与少腹相引而痛及少腹痛引阴股，是寒伤厥阴之脉。

（4）疼痛的寒热虚实属性：一般而言，疼痛喜温、喜按，“得炅则痛立止”者，为寒证或虚寒证；疼痛喜冷、拒按，得凉缓解者，为热证或虚热证。

（5）疼痛的兼证辨证：疼痛的兼证，亦是辨别疼痛病位及其寒热虚实的重要依据。痛兼积聚，乃邪客于小肠膜原之间，寒凝血滞之故；痛伴昏厥，是寒邪伤脏，阴阳之气不相交通所为；痛兼呕吐，为寒犯肠胃，失于和降；痛兼腹泻，为寒犯小肠，清浊不分，水谷混杂，并走大肠；痛兼便秘，乃热灼肠液，津伤化燥所致。

为什么通过望色能辨别疼痛的寒热？

通过望色可以辨别疼痛的寒热性质，一般地说，黄赤色为热，白为寒，青黑为痛。其机理在于：黄赤为火热之象，热邪亢盛，血脉充盈，故表现为黄赤，为热；热结不通，故痛。白色者，是寒邪凝滞、气血不通、血气不能上荣，故其色白，为寒痛。故《素问·举痛论》言：“黄赤为热，白为寒。”不论何种原因，凡疼痛大都是因不通所致，不通则血凝气滞，故面色青黑；另外，人体在剧烈疼痛时可引起经脉收引，收引则气血

http://www.55188.com理想在线证券网

不通，不通故面色青黑。故经脉不通，可引起疼痛，反之疼痛也可引起经脉不通，不通则面色青黑。故《素问·举痛论》言："青黑为痛。"

疼痛不知人的病机是什么?

寒气引起疼痛导致昏厥不知人，主要是由于寒气客于五脏，阴气阻绝于内，阳气浮越于外，阴阳处于暂时离绝而不交通的状态面形成的。如原文所述："寒气客于五脏，厥逆上泄，阴气竭，阳气未人，故卒然痛死不知人。"

如何根据疼病的部位推论脏腑的病变?

疼痛可以发生在身体的各个部位，常作为患者的主要症状而就诊。在询问疼痛时，除注意疼痛的性质外，还要确定疼痛的部位，这对明确诊断，推论何脏何腑的病变有重要的参考意义。因为一定脏腑组织器官的病变，常引起身体固定部位的疼痛，而疼痛又多发生在脏腑病变所在部位或脏腑经络通过的部位。

疼痛部位和病变脏腑组织的关系如下表所示：

疼痛部位	病变所属脏腑经络	病理机制
头　痛	太阳经病：头项强痛，头痛连及项背，颈项不利	头为诸阳之会，三阳经直接上行头面。足厥阴肝经亦上通巅顶
	阳明经病：前额头痛，常连及眉棱骨	
	少阳经病：太阳穴周围疼痛或偏头痛	
	厥阴肝经病：头顶痛常连及头角	

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

疼痛部位	病变所属脏腑经络	病理机制
胸胁痛	心的病变：心阳不振，心血瘀阻 瘀湿阻滞闭阻胸阳 气阴两虚心脉失养 肺的病变：肺阴虚，肺热、肺痈 风热犯肺等 肝胆经病变：肝气郁结，肝胆湿热，肝郁化火，气滞血瘀，饮停胁下等	胸在上焦，内藏心肺。肝胆居胁下
脘　痛	胃的病变：胃瘀血、胃热、胃寒、胃虚寒、胃气滞、食滞胃脘、肝气犯胃，均可引发胃脘疼痛	胃居中焦肝气横逆犯胃
腹　痛	大腹痛：脾胃病变，胃肠气滞，因寒、食、虫等 小腹痛：大肠、膀胱、胞宫等病变如湿热下注，瘀血阻滞等 少腹痛：多指小腹两侧之疼痛，多属肝经病变如寒滞肝脉	寒、热、气、血、食、虫等阻滞气机
腰　痛	肾的病变：如肾阴虚，肾阳虚。或肾虚，复受风寒、湿热之邪以及挫闪瘀血等	腰为肾之府

为什么说“风为百病之长”？

风邪具有多发易感的特点，也是其他邪气致病的先导。风邪为患，虽多见于春季，但一年四季均可发生，且风邪致病具有病位游走无定处、症状变化无常的特点。例如，风邪初入皮肤之间，“风本阳邪，阳主疏泄，故令腠理开，开则卫气不固，故洒然而寒。若寒胜则

http://www.55188.com理想在线证券网

腠理闭，闭则阳气内壅，故烦热而闷”（《类经》）。寒热病不论症状表现为寒或是热，其病因均为风。风邪从表入里，变化多端。例如五脏风证除都有多汗恶风的共同症状外，另各自具有不同的诊断要点。但尽管这些症状表现各异，其病因亦为风邪。且古人认为偏枯、疠风等严重的疾病也是风邪中于人体一侧俞穴或风邪侵犯血脉而导致。仅《素问·风论》中就列举了18种风病。故《类经》说：“风之始入，自浅而深，至其变化，乃为他病，故风为百病之长。《骨空论》曰：‘风为百病之始’也。”

五脏风证的异同点有哪些？

（1）相同点是多汗恶风，五脏风每一疾病都有多汗恶风的共同症状。

（2）不同点是五脏风各有其典型或代表症状，如肺风兼见面色惨淡而白，咳嗽气喘，昼轻夜甚；心风兼见唇舌焦燥，善怒或易受惊吓，面赤，甚则语言不利；肝风兼见善悲，面色微苍，咽干善怒，时而憎恶女性；脾风兼见身体怠惰，四肢不欲动，面色微黄，食欲不振；肾风兼见面部浮肿，腰脊疼痛不能站立，面黑，小便不利。

“寒热”病的病因、病机和病证分别是什么？

“寒热”病的病因是风邪侵于皮肤之间。病机是“风气藏于皮肤之间，内不得通，外不得泄。风者善行而数变，腠理开则淅然寒，闭则热而闷”。病证是或恶寒、食欲下降；或发热、烦闷、消瘦，时而

http://www.55188.com理想在线证券网

战栗。

寒热应如何问诊?

寒热，即恶寒发热，是疾病中较为常见的症状之一。所谓恶寒，是病人的主观感觉，常见于外感性疾患的表证阶段。这种恶寒的特点是加衣、盖被、近火取暖不能缓解。而畏寒和恶寒概念不同，多见于内伤杂病，患者感到怕冷，甚则手足不温，加衣盖被，近火取暖，可以暂时缓解。所谓发热，有两种情况，一种是指测量体温升高到38℃、39℃等；另一种系指病人自觉全身或某一局部发热，或医生触诊病人有热的感觉，便称发热。

在询问寒热症状时，要特别注意寒热的有无，寒热症状出现的先后，寒热持续的时间长短，以及寒热的关系等。弄清楚这些问题，对诊断疾病的虚实寒热在表在里有十分重要的意义。

常见的寒热表现有哪几种?其病机和临床意义如何?

常见的寒热症状有恶寒发热，但寒不热，但热不寒，寒热往来四种类型。

所谓发热恶寒同时并见，是持患者发热的同时又感到恶寒，恶寒的同时又见发热，或手摸额部感到灼手，或试表时体温升高。有的一开始只有恶寒，全身打哆嗦，但很快又兼见发热。有的发热比较明显，同时感到恶寒。

恶寒发热同时并见是重要的症状，多见于外感病的初期，即在表阶段，它是诊断表证的重要依据。外邪侵袭肌表，正邪交争于肌表，故恶寒发热同时并见。古代医家对恶寒这个症状非常重视，所谓“有一分恶寒便有一分表证”是强调了恶寒的重要性。而恶寒或寒战常是发热的前奏。正如《伤寒论》所言：“或已发热，或未发热，必

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

恶寒”，就是说，只要恶寒症状还存在，就说明了肌表还有邪气。另外恶寒发热同时并见，还要注意区分寒热的轻重。恶寒重，发热轻，兼有无汗、头身疼痛者，为外感风寒的表寒证。发热重而微恶风寒，咽喉肿痛口微渴者为表热证。

所谓但寒不热，是指病人只感到畏寒怕冷，而不发热。可表现为形寒肢冷，四末不温，面色白，脉沉迟等。这是由于人体的阳气不足，温煦功能减退所致，多属阳虚则寒的虚寒证。在外感疾病过程中，出现了但寒不热的表现，则表示疾病已发展到里寒证了。正如《伤寒论》所说：“无热恶寒者，发于阴也。”

所谓但热不寒者，是指病人只有发热，不感到恶寒。在外感热病中患者出现了但热不寒的症状说明了病不在表而在里，如邪气由表人里或直中于里，成为里热之证。常见的但热不寒有壮热、潮热，长期低热等几种。

所谓寒热往来，是指寒和热有规律地交替出现，寒来热往，热来寒往，恶寒时不发热，发热时不恶寒。寒热往来，发作有定时，一日数发，或一日一发或隔日一发，常伴有口苦咽干、目眩等症。说明了邪在少阳、半表半里之间，这时邪气不太盛，正气也不衰，正邪相争处于相持阶段。正胜则热，邪胜则寒，一胜一负，一来一往。

壮热、潮热有何不同？

壮，即盛大的意思。壮热是大热，高热不退，大热不解，是热的极盛期。主要见于里实热证。里热蒸腾，蒸蒸而热。潮热和壮热不同，是指有规律地定时而至或定时热势更高。这种发热，犹如潮水之有信，定时而至。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

潮热有哪几种?

临床上常见的潮热有阴虚潮热、阳明潮热、湿温潮热三种。

阴虚潮热：即常说的阴虚发热。每当午后开始体温升高，至下午3～5点或傍晚达到高潮，以后就逐渐下降。阴虚潮热的体温一般不算太高，多在38℃以下。其病机是阴液不足，阴不制阳，相对阳盛，虚热内生。阴虚潮热常兼见五心烦热，口咽干燥，颧红盗汗，舌红少苔，脉细数等表现。

阳明潮热：即所说的阳明经热。阳明经多气多血，抵抗力相当强大，邪犯阳明，正气抗争，因而出现大热，高热不退，属里热证。这种热同样是午后加重。其病机为下午3～5点是阳明经气血充盛，正邪相争剧烈，故定时热度升高，亦称日哺潮热。常兼见口大渴而喜冷饮，汗大出，脉洪大，或大便秘结等症。

湿湿潮热：湿热邪气侵犯人体，湿郁热蒸，湿热裹结，热在湿中。难于透达，故身热不扬，所谓身热不扬系指发热虽甚而皮肤不灼手，甚或四肢反凉；或初扪之不觉热，扪之稍久即感灼手；或发热较高而患者并不感到太热，而色不红或反淡黄。而且常伴有汗出热不解或汗出热减，继而复热，口渴不思饮，饥而不欲食，或胸闷不饥，便溏等症。湿温潮热亦午后为甚。这是由于湿热邪气困遏中焦，午后阳明经气旺盛与邪相争加剧，因而热度升高。

临床常见的虚热有几种?其临床表现和病理机制有何不同?

一般来说，虚热属于“内伤发热”的范畴。有因气虚、血虚、阳虚、阴虚的不同。其表现特点除少数发热较高以外，大多呈低热型，起病比较缓慢，持续时间较长，发热时间有一定的规体性。

（1）阳虚发热：多由素体阳虚或气虚日久发展而来，除见到一

http://www.55188.com理想在线证券网

般虚热的特点外，常兼见面浮肢肿，形寒肢冷，精神疲惫，大便溏薄，小便清长，舌质淡嫩等阳虚表现。个别情况下阳虚发热体温高达39℃，甚或40℃，但病人虽高热而面不红，舌质淡是重要特征。阳虚发热属假热的范围。其病机是阳虚阴盛，阴寒盛极，格阳于外，或阳气衰微，火不归元，浮阳外越。有人认为，阳虚发热乃属体虚之人抵抗力低，菌毒等邪侵入体内引起，可用温阳扶正的药物。因温阳扶正之品，能提高机体抵抗力，抵抗能力增强，机体就可恢复正常生理状态。

（2）气虚发热：素体气虚，或热性病后，正气受损，脏腑功能衰减而致发热。其临床表现除发热日久不止和热度不高以外，常兼见面色㿠白，食少乏力，短气懒言，劳倦则甚，舌质偏淡，脉虚弱等表现。气虚发热的病理机制有如下几种说法：

①脾气虚弱，中气不足，津液化生不足，阴津亏损，不能制阳，阳气浮越。

②肺脾气虚，卫气虚弱，烦劳则张，气虚外浮。

③脾气虚损，中气下陷，清阳不升，郁而发热。

（3）血虚发热：多由急慢性失血如吐血、衄血、便血、子宫出血、产后失血，以及饮食劳倦，脾胃虚弱，生血减少，因血液亏损而见发热。因此除见长期低热以外，常兼见心悸失眠，面色不华，唇舌色淡，自觉肌热，脉细而虚数。

血虚发热的病机是：血虚则阳气相对偏盛，阳

http://www.55188.com理想在线证券网

气无所依附而浮散于外，故为虚热。

疠风的病因、病机和病证分别是什么？

疠风是由于风邪侵入人体而引起的一种疾病，即今之麻风病。病机是风邪侵犯血脉，入里化热，气凝血热，使病人之气血秽浊不清。病证为皮肤色泽败坏、鼻柱崩坏、皮肤溃疡。

《素问·风论》记载的各种风证的命名依据是什么？

各种风证的命名依据分别是：

（1）以风邪所伤部位命名：如风邪伤肝为肝风；风邪伤心为心风；风邪入脑为脑风等。

（2）以疾病的性质命名：如风邪伤人有或寒或热的反应，称之为寒热；热在里为热中；寒在里为寒中等。

（3）以临床表现特征命名：如汗出泄漏为漏风；局部发病为偏风等。

（4）以感风邪途径命名：如房事汗出复感风邪则为内风等。

什么叫痹证？其形成原因是什么？

《内经》所论之痹，是指风寒湿邪气侵犯人体，导致以经络脏腑痹阻不通、气机阻滞不畅为病机，以疼痛为特点的一类疾病。痹，通“闭”，此处是以病机言其病名的。

对于痹证的形成原因，原文用“风寒湿三气杂至合而为痹也”句概之。经分析可知，此句为一省略句。因为风寒湿三种邪气是痹证发生的主要原因，即发病的主要条件，但是单纯的外来致病因素，在人体正气充足、调和的情况下是不会发病的。也就是《素问·通

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

篇·刺法论》所说“正气存内，邪不可干”。由此可知，此处省略了配合的对象即“正气不足”。据“逆其气则病，从其气则愈，不与风寒湿气合，故不为痹”可知，原文所指与痹邪配合的对象当指逆乱的营卫之气。总的来说，痹证的形成原因可概括为：在人体营卫之气不足或逆乱的条件下，风寒湿三气侵犯人体，致使经脉闭阻，气血凝滞不通，从而形成痹证。

各类痹证的发病机制是什么？

（1）五脏痹的形成机制：邪传于内而形成五脏痹的机制可概括为二：一是五体痹证久不愈，即经文所言的“五脏皆有合，病久而不去者，内舍于其合也”；二是各脏在其相应的季节重新感受风寒湿邪，即经文所言的“所谓（五脏）痹者，各以其时重感于风寒湿之气也”。

（2）六腑痹的发病机制：涉及内外两方而因素，内因即“食饮居处，为其病本也”。凡饮食不节制，包括过饱、过饥、偏嗜等或起居失常、生活无规律以及不利于健康的居住环境等，只要是造成了肠胃及正气的损伤，皆可成为引发六腑痹的内在依据。就外因而言，风寒湿之邪乘肠胃及正气损伤之机，由分布于肌表的六腑俞穴入侵，而发为六腑痹。即原文所说“六腑亦各有俞，风寒湿气中其俞，而食饮应之，循俞而人，各舍其府也”。

《素问·痹论》对痹证是如何分类的？

痹证的分类：

（1）根据病邪偏盛和症状特点，分为行痹、痛痹、着痹。

（2）根据病变部位，分为骨痹、筋痹、脉痹、肌痹、皮痹。

（3）根据邪气益内所侵脏腑，分为五脏痹及六腑痹。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如何判断痹证的预后?

从两方面判断痹证的预后:

(1) 感邪的性质。风为阳邪主动,其性轻扬,故以风邪为主侵犯人体面发生的痹证,由于风邪易于驱除而容易治愈。寒湿之邪为阴邪,寒主收引,性凝滞,湿性重浊黏滞,不易驱除,故以寒湿之邪为主发生的痹证,难以治愈。

(2) 病位深浅。邪在皮肤,病位轻浅,邪气易散,故易治愈。邪留筋骨间,病位较深,邪气不易驱除,故较前者难以治愈,若邪侵五脏,损伤精神气血,则预后不佳。

痹证的针刺原则是什么?

痹证针刺原则是五脏痹治疗要刺其俞穴,六腑痹治疗要刺其合穴。五体痹则根据发病部位循经取穴,即经文"五脏有俞,六腑有合,循脉之分,各有所发,各随(治)其过则病瘳也"。正如张志聪注曰:"夫营俞治经,故痹在脏者,当取之于俞,合治内腑,故痹在腑者,取之于合也,又当循形身经脉之分,皮肉筋骨。各有所发,各随其有过之处而取之,则其病自瘳矣。"

营卫之气与痹证的发生有什么内在联系?

痹证的发生,在经文中指出"风寒湿三气杂至合而为痹",说明风寒湿邪是痹证发生的外部条件,但是风寒湿邪气在人体正气强盛的情况下是不会侵犯人体面发病的,那么痹证的发生一定有其内在依据,即经文所言"逆其气则病",这里的其气是指营卫之气。营行脉中,卫行脉外,阴阳相贯,气调血畅,具有濡养四肢百骸、脏腑经络

http://www.55188.com理想在线证券网

的作用，同时与人体防御功能有着密切的关系。营卫和调则卫外御邪能力强，邪气不易侵入人体。若营卫不和，腠理疏松，防御功能减退，则风寒湿邪侵袭，内外合邪，易使脉络闭阻，气血凝滞，才会形成痹证。因此，尽管内因、外因共同作用，而发生痹证，但营卫之气的调和与否，是痹证发生的主要依据。

为什么痹证有痛、不痛、寒、热等多种不同症状？

痹证的症状之所以有上述多种表现，主要与病人体质的阴阳属性及感受风寒湿邪的轻重主次有关。若寒邪偏胜，寒性凝滞，气血不通，故疼痛剧烈，如《素问·痹论》所述："痛者，寒气多也，有寒故痛也。"若病久入深，营卫不通达。气血不足，皮肤得不到营卫的濡养，丧失了知觉，故不仁不痛，如《素问·痹论》所述："其不痛不仁者，病久入深，荣卫之行涩，经络时疏，故不通，皮肤不营，故为不仁。"有的痹证，病变部位寒冷，这是因为阳气虚、阴寒胜，阳不胜其阴，故寒，如《素问·痹论》所述："其寒者，阳气少，阴气多，与病相益，故寒也。"有的痹证，病变部位发热，这是由于阳气胜，阴气衰，阴不胜其阳的缘故，如《素问·痹论》所说："其热者，阳气多，阴气少，病气胜，阳遭阴，故为痹热。"有的痹证，病变部位多汗而濡湿，这是由于湿邪偏胜和阳衰阴胜所致，阳衰阴盛，复遇湿邪偏胜则水湿不能气化而滞留，故局部濡湿而多汗，如《素问·痹论》所说："其多汗而濡者，此其逢湿甚也，阳气少，阴气

http://www.55188.com理想在线证券网

盛，两气相感，故汗出而濡也。”

什么是痿证？

痿，是指肢体痿软无力的一类疾病，以下肢不能随意运动为主要症状。《内经》又称之为“痿躄”、“痿疾”、“痿易”等。经文中所论之痿从其症状特点言，可分为弛缓不收性痿（胫纵）和挛缩不伸性痿（筋急而挛）两大类。

痿证的病因、病机是什么？

痿证的发病原因归纳起来有以下四点：

（1）情志所伤，气郁化热致痿。见经文“有所失亡，所求不得”、“悲哀太甚”、“思想无穷，所愿不得”等。

（2）劳倦太过，耗液伤阴，阳亢生热致痿。见经文“远行劳倦”、“意淫于外，入房太甚”等。

（3）触冒暑热，伤津耗液致痿。见经文“逢大热而渴”。

（4）湿邪浸淫，久而化热致痿。见经文“有渐于湿，以水为事，若有所留，居处相湿”。痿证的病机总的来说是五脏因外感或内伤生热，致使津液气血内耗，不能营养皮、肉、筋、脉、骨等组织所致。由此可见痿证是根于内而发于外，这与痹证由五体痹证久不去，内舍于其合而成的脏腑痹不同。正如张志聪所说：“夫五藏各有所合，痹从外而合病于内，外所因也；痿从内而合病于外，内所因也。”

五脏气热致五体痿的临床特点各是什么？

五脏气热则热邪伤津耗液，不能营养皮、肉、筋、脉、骨，形成五体痿。肺气热所致的皮痿，可见皮肤收缩，干枯无泽；心气热所致

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

的脉痿，可见关节不能提举，不能站立负载身体，数溲血；肝气热所致的筋痿可见关节弛缓挛缩，以及男子滑精、女子带下等症状；脾气热所致的肉痿，可见口渴、肌肉不仁；肾气热所致的骨痿，可见腰脊不举、足不任身。

痿证的治疗及痿义是怎样的？

痿证的治疗主要有三大原则：

一是治痿取阳明。这一原则突出了调理脾胃在痿证治疗中的重要性。这主要是因为“阳明者，五脏六腑之海”；阳明“主闭宗筋，宗筋主束骨而利机关”；阳经、阴经会于宗筋，而“阳明为之长”。因此，治疗痿证除了某些有湿热者必须清湿热之外，一般多采用补益阳明之气，补养阳明之血，滋补阳明之阴的方法，使气血充盛，宗筋得滋，痿证则愈。

二是“各补其荥而通其俞，调其虚实，和其顺逆”，指出在独取阳明的原则下，还必须根据五体痿证的具体情况，针对其相对应的脏腑经络进行辨证论治，虚则补之，实则泻之。

三是“各以其时受月”，指出治疗痿证还必须贯彻“因时制宜”的原则。

如何理解“各被其荥而通其俞”的治痿原则？

“各补其荥而通其俞”，是指针刺荥穴以补其气，刺俞穴以通其气。补和通都是指针刺法而言。如吴昆注：“十二经有荥有俞，所溜为荥，所注为俞。补，致其气也；通，行其气也。”经文在“治痿独取阳明”之后，又言“补其荥而通其俞”，义在取阳明之后，仍须察其所受病之经而兼治之。如筋痿当取阳明、足厥阴之荥俞；脉痿当取阳明、手少阴之荥俞；肉痿当取阳明、足太阴之荥俞；皮痿当取阳

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

明、手太阴之荥俞；骨痿当取阳明、足少阴之荥俞。上述各补荥通俞治疗痿证的原则，体现了在治痿时，既要重视阳明，又要针对与痿证相关的脏腑经络进行辨证论治。

水胀、肤胀与鼓胀的主要临床表现是什么？

水胀、肤胀、鼓胀三者，其证候的相同点，均有全身肿胀，腹大。其不同点是：水胀，以手按其腹，随手而起，有波动感，皮泽而薄；肤胀，手按其腹无波动感，叩之如鼓，皮厚，按其腹窅而不起，腹色不变；鼓胀，腹部皮肤呈青黄色，腹筋胀起。其中水肿或在皮肤之间，或在腹腔之中，在诊断时可通过按诊加以鉴别。一般来说，按之窅而不起者，为皮下有水，随手而起者为气。若以手按其腹，随手而起，如裹水之状，为水在腹中，为水肿；若皮厚，按其腹窅而不起，叩之蓼蓼然不坚，当为皮下有水，腹中有气，为肤胀。肤胀与鼓胀的鉴别点在于，前者“腹色不变”，后者“色苍黄，腹筋起”，二者虽然“腹胀身皆大”，但鼓胀当为腹中有水，皮下无水，肤胀为腹中有气，皮下有水。

肠覃与石瘕的主要临床特征及其鉴别要点是什么？

肠覃、石瘕的病因病机、症状、鉴别要点及治疗如下表。

病名	病因病机	症　状	鉴别要点	治疗原则
肠覃	寒邪客于肠外，与卫气相搏，气血凝聚	腹内肠外有肿块，始如鸡卵，渐渐增大，日久状如怀于。肿块坚硬，推之可移，月经可按时来潮	发病缓，病程长，月经正常来潮	破血逐瘀，可导而下
石瘕	寒邪客于子门，气血瘀阻	子宫增大，腹部肿块状如怀子	发病快，病程短，月事不以时下	破血逐瘀，可导而下

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《素问·厥论》所论热厥与后世热厥是否相同?

《素问·厥论》所论热厥多由酗酒过度或纵欲过度而伤肾，导致阴虚阳亢所致，可见周身及手足烦热，小便黄赤等症状表现。故经文所论与后世之热厥概念不同，后世之热厥，乃外感热病过程中某一阶段可能出现的证候，多由于热邪内炽，不得发泄，壅遏于里，使气机逆乱而致厥，其手足反见逆冷，所谓“热深厥亦深”是也。

什么叫“开鬼门，洁净府”?

开鬼门即发汗，洁净府即利小便。水肿病的治疗，首先应使潴留的水液排出体外，通常用发汗和利小便两种方法，使水邪有出路。该治法为后世认识水肿的机理和治疗水肿提供了理论依据，对后世水肿病的辨证施治具有重大影响。如张仲景《金匮要略》据此提出：“诸有水者，腰以下肿当利小便；腰以上肿当发汗乃愈。”

精明的作用是什么?

精明的作用：视色；辨物形。《灵枢·大惑论》“五脏六腑之精气，皆上注于目而为之精”。另指出“夫睛明者，所以视万物，别白黑，审短长。以长为短，以白为黑，如是则精衰矣”。当人体气血不足，精明失养则视物不能，或视物形，视物色差误。《灵枢·决气》“精脱者耳聋，气脱者目不明”。

五脏“失守”有什么临床表现?

（1）脾脏失守，中焦有湿的“中盛藏满，气胜伤恐者，声如从

http://www.55188.com理想在线证券网

室中言”。

（2）肺气虚的“言而微，终日乃复言”。

（3）心气失守，神明之乱的“衣被不敛，言语善恶，不避亲疏”。

（4）脾肾失守，门户失约的“仓廪不藏”。

（5）肾虚膀胱不藏的“水泉不止”。

五脏“失强”有什么临床表现？

（1）精神衰败的“头倾视深”。

（2）心肺失强的“背曲肩随”。

（3）肾脏失强的“转摇不能”，及骨将败坏的“不能久立，行则振掉”。

（4）肝脏失强，筋将衰败的“屈伸不能，行则偻附”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十 脉要精微

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

脉诊的基本原理是什么?

经文指出“脉者，血之府也”，说明脉与血的关系——血在脉中。经文中列举不同脉象的诊断意义，但尚不能说明脉象形成及诊脉原理。《灵枢·本脏》指出：“经脉者，所以行血气而营阴阳。”说明经脉有运行气血的作用。这种运行的动力来自于胃气或宗气。《素问·玉机真脏论》曰：“脏气者，不能自至于手太阴，必因于胃气，乃至于手太阴矣。”《素问·平人气象论》曰：“脉，宗气也。”另一方面，《灵枢·决气》曰：“壅遏营气，令无所避，是谓脉。”体现出血脉对营血或其运行有约束和限制作用。《灵枢·营卫生会》指出“壮者之气血盛，其肌肉滑，气道通，营卫之行，不失其常”，“老者之气血衰，其肌肉枯，气道涩”。气道的通畅与否也影响分肉之间经脉气血的运行。无论是血脉，还是血脉周围的人体组织对脉中气血的运用均能产生阻力。气血的盛衰、动力与阻力的大小形成了脉象速率、脉形粗细长短、脉的强弱等不同的变化，并反映到各切脉部位。中医学以气血的外部表现判断内在气血的变化情况。

脉诊的诊断意义有哪些?

从经文举例可归纳出脉诊的意义有五个方面：

（1）根据脉象判断病与不病。如“长则气治，短则气病”。

（2）根据脉象判断气血的盛衰。如“代则气衰，细则气少”。

http://www.55188.com理想在线证券网

（3）根据脉象判断疾病。如“数则烦心”、“上盛则气高（鬲），下盛则气胀”、“涩则心痛”。

（4）根据脉象判断疾病的进退。如“大则病进”。

（5）根据脉象判断疾病预后。如“浑浑革革，至如涌泉，病进而危；弊弊绵绵，其去如弦绝者，死”。

怎样正确应用脉诊？

脉诊是一种既简单方便而又细致的诊断方法，只要应用得好，确实能很好地指导临床诊断治疗。因此就必须科学地、正确地对待脉诊，要做到正确应用，须从以下几个方面来考虑：

（1）掌握正常脉象：所谓正常脉象，即无病之脉的形象，习惯称为“平脉”。这种脉象是三部有脉，节律整齐，来去从容和缓、充实有力，又具柔和之象，一息脉来四到五至的，亦即有胃、有神、有根之脉。了解了正常脉才能进一步区分病脉。

（2）正确掌握诊脉的方法：寸关尺三部定位要准确，首先定关，关前为寸，关后为尺，三指平布，疏密适宜。按脉指力要适度，分浮中沉，细心体会。

（3）选择诊脉时间：《素问·脉要精微论》中指出：“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。”说明诊脉时要保持安静，呼吸平稳，气血调匀，此时诊得的脉象就能真实反映病情。在实际临床工作中，真正做到“平旦”诊脉是少数情况，但是诊脉的原则是保持气血和平，气血不乱。这就必须让病人进行适当的休息，使体力、精神保持相对安静状态，这样才能诊出准确脉象。

（4）诊脉时病人体位要自然：最好是端坐，伸臂自然，或仰卧位使气血流畅。必须避免阻滞血流，以防脉现假象。

（5）注意识别异常的脉管位置：如斜飞脉，即脉不见于寸口部，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

从尺部斜向手背；反关脉，即脉管呈现于寸口的背侧等情况。切不可把脉管的异常而误认为脉微，脉弱，脉沉细或无脉等假象，从而导致错误的判断。

（6）掌握气候、年龄、性别等脉象的变化：由于人的脉象是和四时气候变化相应的，《素问·脉要精微论》中说："春应中规，夏应中矩，秋应中衡，冬应中权"，即常说的春弦、夏洪、秋毛、冬石。这是由于季节气候不同而脉搏也有相应的变化，但都属正常脉象。又如在年龄、性别方面，年龄小，脉跳快，而老年人脉搏力量较弱，背壮年或体力劳动者脉搏多较有力。在性别方面，女性比男性脉搏稍弱一点。

（7）诊脉要有一个严肃的科学态度，要集中精力细心体会。不可草率按摸，主观臆断，企图使脉象符合证候。

以上几个方面作为诊脉的参考，初学者尤要注意，开始就要养成良好的习惯，严肃的态度。另外，诊脉需要大量的实践，摸的次数多了，对某一个脉体会就深刻了，才能摸得准确，才能更好地运用脉诊。

如何理解"四变之动，脉与之上下"？

应从如下两方面去理解：

（1）自然界的四时更迭，呈现着阴阳消长的变化，冬至45日，阳气微上，阴气微下；夏至45日，阴气微上，阳气微下。

（2）人体阴阳气血也随之发生相应的变化，表现在脉象上为春规，夏矩，秋衡，冬权。这是"天人相应"在脉象上的体现。

脉与四时的关系怎样？

经曰："四变之动，脉与之上下。"说明脉象受四时变化影响而

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

发生不同的变化。而且具有不同的特点：春季人的脉象，具有从容和缓圆滑之象；夏季脉象起伏方正，洪大如钩；秋季脉象清虚散涩，上下平调；冬季脉象沉石而下，必及其底。正如经文所说："春应中规，夏应中矩，秋应中衡，冬应中权。"

四时之气，同时影响人身气血的浮沉变化而使四时脉象有浮沉的变化。如经文所说："春日浮，如鱼之游在波；夏日在肤，泛泛乎万物有余；秋日下肤，蛰虫将去；冬日在骨，蛰虫周密，君子居室。"

什么是脉象夺与不夺?

脉夺：脉无胃气，如"但弦无胃"的真肝脉。主死。脉不夺，脉尚有胃气，从容和缓圆滑之象。如"弦多胃少"的病肝脉，虽病，但预后良好。

色夺：色见暴露枯槁晦暗，是真脏之色外现，预后不良。色不夺，色虽明显，无含蓄之象但有光泽，说明胃气尚存。

新病：脉小色不夺；脉与色俱不夺。

久病：色夺而脉不夺；脉与色俱夺。

诊脉独取寸口有什么理论根据?

寸口又名气口、脉口。这个地方，动脉呈现部位浅，脉管搏动明显，便于摸取，故为临床医家广泛采用。之所以称为寸口，是因为这个诊脉的地方在鱼际穴后1寸的地方。

临床上，利用寸口脉变化情况来推论脏腑气血功能的盛衰，作为诊断疾病的参考依据。根据中医基本理论，其理论根据，归纳起来，有以下几个方面：

（1）寸口部为脉之大会，为脏腑诸气的通路。在《难经·一难》中记载："十二经皆有动脉，独取寸口以决五脏六腑死生吉凶之法，

http://www.55188.com理想在线证券网

何谓也？然，寸口者，脉之大会，手太阴之脉动也。……五脏六腑之所终始，故法取于寸口也。”由此可以认为，寸口脉是指手太阴肺经之脉，是肺经气血流通的地方。同时，肺位最高，又朝百脉，全身脏腑气血循行都要流经肺而大会于寸口，故五脏六腑之气血盛衰，脏腑功能强弱都可在气口这个地方反映出来。

（2）肺脾同属太阴，有脉气相通，脾胃为气血生化之源。如《素问·五脏别论》中说：“胃者，水谷之海，六腑之大源也。五味入口，藏于胃以养五脏气，气口亦太阴也。”所以，饮食物经过胃的腐熟受纳，在太阴脾的消化运输作用下，精微物质布散于全身，对全身组织器官起到滋养作用。肺亦属太阴，肺经起于中焦，又主一身之气，肺经气血的盛衰，能够反映全身各脏腑器官的气血盛衰。

（3）肺为十二经之终始。经络是人体气血运行的主要通路，十二经气血循环流注，起于肺经又终止于肺经。营卫气血遍布周身，循行五十度又终止于肺经，复会于气口。所以诊寸口脉能够了解营卫气血的盛衰。

（4）独取寸口，方便易行，便于诊察，动脉浅在，易于触知，脉搏强弱，易于分辨，因而沿用已久，在长期医疗实践中，积累了丰富的经验，并系统地观察了各种疾病寸口脉变动情况，总结出大量的有参考价值的文献资料，以及脏腑病变和脉搏变化的客观规律，上升为脉诊理论。又验之于临床，辨证无误。因而独取寸口成为指导临床、诊治疾病的独特方法，充分体现了中医学术理论别具一格。

http://www.55188.com理想在线证券网

尺肤诊法及临床意义意什么?

尺肤诊法，主要见于《素问·脉要精微论》及《灵枢·论疾诊尺》。

将前臂腕横纹至肘横纹处、掌心向上、拇指向外的姿势分为上中下三段。然后将胸腹及其内脏置于三段的不同位置。其定位除肝脾二脏，其他脏腑的上下左右邻近分布基本与解剖学脏腑位置关系一致。头咽、下肢分置于“上竟上”和“下竟下”。

诊法内容：皮肤肌肉的缓急滑涩及燥湿、软坚等。

意义：

（1）判断疾病。如《灵枢·论疾诊尺》曰：“尺肤滑而泽脂者，风也；尺肤涩者，风痹也；尺肤粗如枯鱼之鳞者，水泆饮也。”

（2）确定病位。即经文说的尺肤各部位判定脏腑头面肢节的疾病，而且指出“前以候前，后以候后”。

为什么诊法常以平旦?

经文中可说明诊法常以平旦的依据有两个方面：

（1）“阴气未动，阳气未散”，一日中日升日落影响人身营卫气血盛衰变化。平旦之时，人体内环境气血未发生明显盛衰变化，无论是有病无病均处于相对稳定状态。

（2）“饮食未进”，提示平旦之时人处于寐而初寤状态，亦不受劳作、情绪等其他因素的影响，这些因素均可引起经脉气血变化，而有不同的脉象表现。由于没有这些因素的影响，所以平旦之时，人无论有病还是无病，均使经络气血保持原来基础上的相对稳定状态，从而反映出真实脉象。这样就可以依据脉象诊察气血的客观而真实的变化，进而诊断病与不病。所以诊法常以平旦的实质是排除诸如饮食、

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

情绪、劳动等非致病因素的干扰和自然因素的影响。

临床上实行这种诊法不必拘于平旦，如汪机所说："若遇有病，则随时皆可以诊，不必以平旦为拘也。"只要能排除干扰因素或考虑到干扰因素的影响，做到心中有数即可，如病人情绪紧张或刚刚运动之后，则诊脉前须待休息片刻。总之，医者要领会其要旨：诊脉时尽量使病人处于清静安适的状态，减少影响脉气搏动的因素，只有这样才利于察其有病之脉。

为什么说五脏失守、失强则死？

经文曰："五脏者，中之守也……得守者生，失守者死。"又曰："五脏者，身之强也……得强则生，失强则死。"中之守，身之强，言五脏有守中和强身的作用。

其守中的作用，在经文中主要体现在对脏腑机能的调控作用。五脏主藏精神志意，志意有适应、调节、控制的作用，另外五脏对六腑的功能也有调控作用。文中"言而微，终日乃复言"为五脏气虚所致，"衣被不敛，言语善恶不避亲疏者"是脏神失守。"门户不要"、"水泉不止"亦属五脏调控失守。《灵枢·本神》指出："五脏主藏精者也，不可伤，伤则失守而阴虚，阴虚则无气，无气则死矣。"

强身的作用主要体现在五脏精气对相应五体的作用。经文中所言，头倾、背曲肩随、转摇不能、行则偻附、不能久立等均为五脏精气虚、五体失养的表现。

可见人的生命活动、脏腑五体的机能全赖五脏之气为其根本，发挥其守中、强体的作用。如果五脏精气衰败，则影响身体健康，发生各种疾病现象，甚至危及生命。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如何理解“持脉有道，虚静为保”？

（1）持脉，指诊脉。道，法则。虚静，清虚宁静。保，通“宝”，珍贵、重要之意。

（2）意义：一方面是诊病时医生应清虚宁静，摒除杂念，全神贯注，这样才能辨别出复杂的脉象；另一方面是诊脉时患者也应该虚心安静，这样才能反映出真实的脉象。

什么是脉证顺逆？

脉证顺逆，是指通过辨别脉证的关系来推测疾病发展、预后、善恶。

脉搏和证候都是疾病反映于外的客观现象，即所谓“病生于内，则脉色必见于外”。

一般情况下，脉和证是相应的。也就是有是证即有是脉。如寒证，见迟脉；热证，见数脉；虚证，见虚脉；实证，见实脉。这种脉证相一致的情况叫做“顺”，所谓“顺”，即脉证相应。一般来说，脉证相应，疾病就会按着正常的发展变化规律而演变，这种变化规律容易为我们所掌握，因此可以推测疾病的变化和预后。

另外，疾病是十分复杂的，各种疾病变化是千差万别的，大多数是脉证相应，但是也有脉证不相应即脉证不相一致的现象。如外感疾病初期在表阶段，脉应浮面反沉；久病体虚脉反见浮；阳虚寒证脉反见数；热邪亢盛而脉反见迟。这种脉证不相一致的情况叫做逆。所谓逆，即脉证不相应。一般来说，脉证不相应，可能出现疾病不按正常的发展变化规律演变，面出现一些曲折的变化，或者有假象出现。临证时，要注意这种情况，要善于识别假象，不为假象所迷惑，要善于抓住疾病的本质使病情向好的方面转化。正如《素问·玉机真脏论》

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

所说："病热脉静，泄而脉大，脱血而脉实，……皆难治。"

如何决定脉证从舍？

脉证有相应之时，也有脉证不相应之时。在脉证不相应的情况下，临证判断治疗时，就有一个"舍证从脉"、"舍脉从证"的从舍问题。

《景岳全书》中说："凡见脉证有不相合者，则必有一真一假，隐乎其中矣。"故临证时必须注意审察脉证的真假。

在脉真证假的情况下，即脉反映了疾病的本质，而证是假象。那么就应"舍证从脉"，凭脉辨证施治，在证真脉假的情况下，即证反映了疾病的本质，而脉是假象，此时就应"舍脉从证"，凭证辨证施治。

脉证的从舍是一个关键的问题，此时变化比较复杂，病情比较严重，不能粗心大意，草率行事，随便从舍，必须细心分辨每一个症状表现，必须四诊合参，综合判断分析，才能从舍得宜，去伪存真，获得预期治疗效果。

脉脱的判断方法有哪些？

经文说："脉脱者，其脉空虚。"经文中的脉因其壅遏营气，营行脉中，所以脉是指血脉。当脉脱时可以从切诊、望诊去判断：

（1）切脉方式。对于伏行于分肉之间的血脉，由于深而不见，所以切脉时应仔细体会，应选取较为表浅的部位切脉。脉象，当血脉空虚时，多见细微、软弱无力的脉象，甚至可见涩脉。芤脉是最显著的血脉空虚时的脉象，芤脉轻平似捻葱、中空。

（2）视诊、切诊。多用于观察皮肤上较为表浅的皮部血络，当其塌瘪时多是血脉空虚之象。

http://www.55188.com理想在线证券网

如何理解脉象中的胃、神、根?

在脉学理论中，历代医家非常重视脉象的胃、神、根。

所谓“胃”，即脉有胃气。在《素问·平人气象论》中指出：“人以水谷为本，故人绝水谷则死，脉无胃气亦死。”由此说明了脉有胃气的重要性。一般说来，所谓脉有“胃气”，即脉来去从容，节律整齐。脉有胃气，说明了机体的消化吸收功能旺盛，使谷气入胃，五脏六腑皆以受气，气血化生充足，新陈代谢功能正常。那么表现在脉搏上就能呈现有“胃气”的形象。

所谓“神”，即神气，脉贵有神。脉有神气，是指脉来充实有力，有柔和之象。从临床实际来看，脉有神是和心的生理功能正常分不开的，心为五脏六腑之大主，主血脉而藏神。心的功能正常，血液运行通利，那么脉搏应指有力、饱满柔和。心藏神，反应灵敏，生命力旺盛，脉有“神”亦属正常之象，故脉有神与心藏神同类比象。

所谓“根”，是指尺部沉取脉来有力。这种脉，称为有根之脉。比方说，人之有尺脉，犹树之有根，枝叶虽枯，有根就能复生。人之有尺脉，病虽重笃，尚有获愈的希望。从而可知，有根之脉的重要性。实际上，有根之脉即有肾脉，尺部候肾，尺部沉取有力即肾的精气旺盛。肾为先天之本，阴阳之根，根本犹在，生机尚存，生命的源泉不绝。

http://www.55188.com理想在线证券网

总之，脉的胃、神、根是和脾胃心肾等脏腑功能正常有密切关系的，脉象有胃、神、根的表现，说明后天之本，先天之本，五脏六腑之大主等功能不衰，病情虽重，仍有转机。

如何理解“夫脉者，血之府也”？

“夫脉者，血之府也”，扼要地概括了通过切脉诊病的原理。经脉是血与气汇聚之处，脉象的变化可以反映气血的盛衰变化。正如李中神所说：“营行脉中，故为血府。然行是血者，是气为之司也。《逆顺》篇曰：‘脉之盛衰者，所以候血气之虚实’。”

为什么说“精明五色者，气之华也”？

精明，指眼睛及眼神。五色，指面部五色，包括颜色和光泽。气之华，指五脏精气的外荣。“精明五色者，气之华也”是对望面色和察目诊病原理的概括。《灵枢·邪气脏腑病形》说：“十二经脉，三百六十五络，其血气皆上于面而走空窍，其精阳气上走于目而为睛。”故全身气血之盛衰，可以由而部的色泽变化显露出来。《灵枢·大惑论》说：“五脏六腑之精气皆上注于目而为之精。”此处之“精”指视觉功能及两目之神气。因此，望目可以了解脏腑精气的盛衰及其病变。

问梦诊病的方法有解些？

问梦诊病的方法主要有：一是阴阳类比定性，如水为阴，阴盛则梦大水恐惧；火为阳，阳盛则梦大火燔灼。二是根据脏腑生理特点论梦定位，如肝气盛则梦怒，肺气盛则梦哭等。三是根据事物特点推论病因，如蛲虫多则梦众人聚集，蛔虫多则梦殴斗击伤，饱则梦给予，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

饥则梦索取等。

为什么说“气口独为五脏主”？

首先，气口属于手太阴肺经，肺主气而朝百脉，通过对气口部位脉动的切按，能诊察全身经脉及其所属脏腑的精气盛衰。其次，手太阴肺经起于中焦，而中焦脾胃是气血生化之源，“五脏六腑之气味，皆出于胃，变见于气口”，故胃气变化表现于气口。因此，通过气口可诊察脏腑气血的盛衰和胃气的盛衰，以了解五脏的生理病理变化。从气口可以诊察五脏病变的角度，可以说气口独为五脏主。

真脏脉形成的机理和诊断意义是什么？

真脏脉是指毫无胃气的脉象。生理情况下，五脏真气不仅依赖胃气的充养，同时还必须借助于胃气而到达手太阴，表现于气口。因此，气口生理脉象，是五脏真气与胃气的共同表现。病理情况下，若邪气盛而正气衰，胃气衰败，不能输布于手太阴气口，则五脏真气独见，形成真脏脉。正如经文所说：“所谓无胃气者，但得真脏脉，不得胃气也。”故真脏脉的出现，标志着病人胃气衰败，预后不良。

诊病“四德”是什么？

“四德”：一指“必知天地阴阳，四时经纪”；二是“必知五脏六腑，雌雄表里，刺灸砭石，毒药所主”；三要“从容人事，以明经道”；四是做到“审于分部，知病本始，八正九候，诊必副矣”。“四德”强调医生必须掌握脏象经络，阴阳表里，各种诊法以及针灸、药物等治法，并且要了解自然界阴阳消长变化，四时寒暑更替规律，病人所处的社会环境和心理活动，综合分析，以正确诊断疾病，确定

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

具体的治则与治法。这种疾病和自然、社会环境并重的医学思想，至今仍具有重要的现实意义。

什么是三部九候?

三部九候是祖国医学诊脉的方法。但古今所包含的内容不同。

在古代，三部九候是指一种全身性的诊脉方法，又称遍诊法。《素问·三部九候论》中详细记载了这种诊脉方法，这是最原始的诊脉记录。“一者天，二者地，三者人，因而三之，三三者九，以应九野。故人有三部，部有三候，以决死生，以处百病，以调虚实，而除邪疾。”这种诊脉的方法叫做三部九候，古代医生就是从这九个部位来诊察脉搏变化，从而分析脏腑功能活动情况。

根据《素问·三部九候论》记载，三部九候大概情况如下：

上部（头部）
- 上部天，两额之动脉，以候头角之气
- 上部地，两颊之动脉，以候口齿之气
- 上部人，耳前之动脉，以候耳目之气

中部（手部）
- 中部天，手太阴也，（寸口部）以候肺
- 中部地，手阳明也，（合谷之分）以候胸中气
- 中部人，手少阴也，（神门之分）以候心

下部（足部）
- 下部天，足厥阴也（五里或太冲）以候肝
- 下部地，足少阴也（足内踝后陷中）以候肾
- 下部人，足太阴也（冲阳之分，箕门之分）以候脾胃

这样，诊脉部位遍于全身各处，故后代医家称之为遍诊法。这种诊脉方法，为中医脉诊理论奠定了基础，但由于繁琐，诊察不便，故很少应用。

《难经》对切脉广有发挥，创立了独取寸口诊法。如《难经·十八难》记载：“脉有三部九候，各何主之？然：三部者，寸关尺也，九候者浮中沉也……”把寸口脉，分成寸关尺三部，每部都浮中沉

http://www.55188.com理想在线证券网

取法，共成九候。

汉代医家张仲景在所著《伤寒论》一书中提出了三部诊法，即人迎脉（颈外动脉）、寸口脉（桡动脉）和趺阳脉（足背动脉）。

现在临床上，脉诊也称三部九候，但只取寸口脉，把寸口脉分成三部，首先定关，关前为寸，关后为尺。称为寸关尺三部。在具体摸脉时，又根据指力的大小，每一部又分成浮中沉三候。这样在寸关尺三部，每部各有三候，故合称为“三部九候”。

由此可知，现代临床上的三部九候与《素问》上所记载的三部九候完全不同。

平息调脉的方法如何？

一次呼吸动作称为一息。一息包括呼气、吸气和定息动作，定息是呼气后吸气前的暂短间歇期。正常人一呼气脉搏跳动两次，一吸气脉搏也跳动两次。在呼气与吸气之间的间隔，脉又跳一次，故曰呼吸定息脉五动。所以平常人呼吸与脉动的关系是五动一息。

经文指出：“常以不病调病人，医不病，故为病人平息以调之为法。”即要求医生用正常的呼吸测候病人的脉跳速率，也就是经文所说“为病人平息以调之”。平息调脉的基本要求是“以不病调病人”。即医生必须以自己健康无病的状态，通过均匀调节自己的呼吸，使呼吸均匀平稳，达到常人呼吸与脉率五动一息的标准，以此去测定病人的脉搏数，衡量病人脉搏的快慢。这种方法今天仍应用于中医临床。

http://www.55188.com理想在线证券网

平息调脉法运用时应注意什么?

(1) 医者呼吸息数，必须达到常人呼吸与脉率五动一息的标准(相当17~18次/分钟)。否则测得病人的脉率就会出现相对快与慢的差误。

(2) 医者应避免深长呼吸（闰以太息)，太息则医生的一个呼吸动作时间延长，相对测得病人脉率是快的。此种情况下测得的脉数当去除。

(3) 初学者，不能准确掌握平息调脉法可以读表，按17~18次/分呼吸和72~85次/分心动大体标准计算。

判断四时五脏的平脉、病脉、死脉的依据据什么?

(1) 脉是否合于四时五脏脉体：其次是脉中的胃气，且脉中的胃气的有无多少是判断四时五脏的平脉、病脉、死脉的依据。

(2) 胃气的多少、有无：平脉：脉有胃气而微兼时令特征。如“春胃微弦曰平”。病脉：脉少胃气而应时脉象明显。如“弦多胃少曰肝病”。死脉：脉无胃气。如“但弦无胃曰死”。又胃气决定反四时脉发病迟早。如“（春）……胃而有毛曰秋病，毛甚曰今病”。

(3) 脉搏数：平脉：“人一呼脉再动，一吸脉亦再动，呼吸定息脉五动，闰以太息，命曰平人”。病脉：人一呼脉一动，一吸脉一动，曰少气”。死脉：“人一呼脉四动以上曰死”。

(4) 脉搏形象：脉有胃气则脉中有徐和之象。平脉：“平肝脉来，耎弱招招，如揭长竿末端”。病脉：“病肝脉来，盈实而滑，如循长竿”。死脉：“死肝脉来，急益劲，如新张弓弦”。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

胃气与发病迟早有什么关系?

经文曰："春胃微弦曰平，弦多胃少曰肝病，但弦无胃曰死。胃而有毛曰秋病，毛甚曰今病。"

按中医理论，脉应四时或为平脉，或为病脉，即使是病脉亦易治；脉反四时及不间脏脉病难已。四时之脉以胃气为本，如《素问·平人气象论》："春以胃气为本"、"夏以胃气为本"。胃气的多少有无决定人病与不病。

毛脉是秋时主气所反应的脉象，胃而有毛是春时不见弦脉而见反四时的毛脉。如果春时胃气脉为主而微见毛象则秋病；而毛甚，则是毛多胃少，说明胃气受损，不能抗病，即今病。突出脉以胃气为本，胃气充实，可以抵御体内外因素对机体的影响而不病或延迟发病；反之即病。

为什么说脉以胃气为本?

胃气与人的生命息息相关，胃气的多少、有无决定五脏经脉之气的变化而表现出平、病和死脉。脉以胃气为本，其理由如下：

（1）人之性命，靠谷气为养，谷气入胃，化生精微以养脏腑，故胃气为脏腑之本。如《素问·玉机真脏论》曰："五脏者，皆禀气于胃。"

（2）脉中有气和血，《灵枢·决气》说："中焦受气，取汁，变化而赤，是谓血。"所以血来源于脾胃。而脉中的气主要是营气，营气的生成来源于水谷，如《灵枢·营卫生会》所说："营者水谷之精气也"。

（3）胃气是气血运行的动力，五脏之气必须有胃气才能行于脉中，以发挥濡养机体的作用。《素问·玉机真脏论》曰："脏气者，

http://www.55188.com理想在线证券网

不能自至于手太阴，必因于胃气，乃至于手太阴矣。”

（4）胃气滋养、补充五脏之气，胃气的多少决定五脏之气的变化，并在寸口脉有所反应，如《素问·五脏别论》所说：“是以五脏六腑之气味，皆出于胃而变见于气口。”

总之，胃气是平人的常气。人一刻都不可无胃气。如脉象无胃气，则是逆象，有死亡的可能。

如何理解“胃有毛曰秋病，毛甚曰今病”？

（1）“胃而有毛”指春天脉象有胃气而兼有毛象，毛是秋天的脉象，为肺主。

（2）春见毛脉说明肝有病，然而发病有早晚。有胃气，尚能抗邪，故春天不发病，待到秋天，得时令相助才发病，故曰“秋病”。

（3）毛甚，为胃气亏虚，毛脉相对明显。正气不足以抗邪，故即时发病，故曰“今病”。

虚里及虚里诊的意义、主证是什么？

（1）据经文“胃之大络，名曰虚里”，虚里是足阳明胃经除丰隆外的又一大的络脉，其脉从胃贯穿膈膜络于肺，出于左乳下。后世亦将心尖搏动处谓之虚里。虚里诊，即对“左乳下，其动应手”处实施诊察。诊察方法，据“其动应手”和下文“其动应衣”，则知可用望诊及扪诊的方法。

（2）诊病意义：根据“胃之大络，名曰虚里，贯鬲络肺，出于

http://www.55188.com理想在线证券网

左乳下”，说明虚里脉与心肺、胃气和宗气密切相关。因此，通过测虚里的搏动，可测知心肺的功能和宗气的盛衰。

①确定病位，虚里搏动“盛喘数绝”，病在中，反映体中的胃及心肺有疾。

②判断疾病，虚里搏动“结而横，有积矣”，说明内有积聚。

③判定预后，若虚里搏动“绝不至，曰死”（跳动中断，绝而不复），预后不良。

④判定气之虚实，搏动剧烈，“其动应衣”，是宗气大泄之证。

什么是脉逆从四时、脉证相反及其临床意义？

脉从四时：即五脏脉应四时如春见弦脉，或肝病见弦脉。

脉逆四时：为不见本脏应时的脉象。如经文所说：“未有脏形，春夏而脉瘦，秋冬而脉浮大，命曰逆四时也”。

脉证相反：即脉与病不一致，如经文所说：“风热而脉静，泄而脱血脉实”。

临床凡见脉逆四时及脉证相反均属难治，正如经文所说：“皆难治，命曰反也”。

望面色的意点及临床意义是什么？

（1）望面色的重点：望五色；望色相，即沉浮、泽夭、散抟；色的分布。

（2）临床意义：

①五色辨病：如黄赤为风，青黑为痛，白为寒，黄而膏润为脓。

②色相辨病：以浮沉判定病位的浅深，色浮者主病浅；色沉者主病深；据面色的润泽与夭枯判断预后，面色润泽则预后好；面色夭枯则预后差；据散抟判定病程，病色散而不聚的为病程短暂；病色聚而

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

不散的为病程久远。

③根据色的分布判定病处，脏腑头面色部在颜面的大体分布为：五脏大体分布于鼻，六腑在鼻两侧，首面分布于前额部。

脏腑头面在颜面色部的大体分布是怎样的?

经文指出五脏在颜面色部的大体分布，是以鼻为中心，五脏大体分布于鼻，六腑在鼻两侧。首面分布于前额部。

经文曰："明堂骨高以起，平以直，五脏次于中央，六腑夹其两侧，首面上于阙庭，王宫在于下极。"

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十一 妙诊异法

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

问诊的主要内容是什么?

问诊，就是向病人或家属等询问了解病情的方法。问诊为历代医家所重视，所得材料，全面可靠，为诊断疾病提供了重要线索和依据。初学医者，必须先学习问诊，通过问诊，可以得到很多启发。

问诊涉及的范围较广，医学入门提出诊病“六十问”，张景岳以后总结出“十问歌”。现在临床上一般把问诊分为：

（1）一般情况。

（2）问起病，主要包括发病的时间、诱发因素、病的经过及治疗情况等。

（3）问既往史与家族史。包括既往身体健康状况，患过何病？家族中有什么主要疾病？

（4）问现在症状。即病人本次就诊的主要痛苦所在，这是问诊的主要内容，必须详细询问。

在进行问诊时应注意些什么?

为了获得真实病情，在具体进行问诊时应注意以下几个方面：

（1）要有科学的态度，高度负责的精神，这是对当医生的基本要求。问诊不可草草了事。

（2）要善于抓住病人的主诉。主诉往往是患者最痛苦的地方，是找医生解决的主要问题。抓住了主诉，就能抓住疾病的本质。

（3）围绕主诉，有目的全面了解病情，按辨证的原则和次序询问与主诉有关的各方面表现，不可东一句，西一句，杂乱无章。

（4）讲话要通俗易懂。不宜使用病人不易理解的医学术语。如问胃痛的病人“拒按吗？”头痛的病人“如裹吗？”发热的病人“恶寒吗？”用这些医学术语容易引起误解。当然随着医学知识的普及，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如高血压、肝炎等病名也是可以用的。

（5）避免主观、片面，防止暗示病人，企图使病人的回答符合自己的诊断。例如，为了证实病人的咳嗽属热证，就千方百计地询问痰黄吗？痰黏吗？口渴吗？大便干，小便黄吗等等，这样往往造成错误的诊断，延误病情。

（6）要善于分析，去伪存真。有些病人对问的问题顺口称是；有的则故意夸大病情，以引起医生的注意；有的甚至不说实话。因此，医生临证时，要保持头脑清醒。

（7）对危重病人的问诊既要细心，又要果断、迅速。力求迅速明确诊断，立即给予治疗，不可按老一套章程，从头问到脚，面面俱到，否则贻误病情，失去抢救的机会。

以上几条可作为问诊时的参考。总之问诊要严肃认真，力求获得真实的发病资料，以作为诊断治疗的可靠根据。

对女病人问诊有什么特点？

妇女有经、带、胎、产的生理特点。因此，在诊治女病人时要注意这方面的问题。

在月经方面，应注意经期、经量、色、质等几个方面。在正常情况下，月经周期是28～30天，量中等，不稀不稠，颜色正红，没有血块。如月经提前一周以上，甚或一月二至者，称为月经先期。多由血热或气虚所致。月经错后一周以上，或更长时间者称月经后期，多由寒凝、气滞、血虚血瘀所致。如月经错乱，有时提前，有时错后，称为先后不定期，多由肝郁所致。

在经量方面：月经量多，多由血热迫血妄行或气虚不摄所致。月经量少，多由寒凝经脉或血虚不充，或痰阻血道所致。夹有血块者，多属气滞血瘀，且常伴有痛经现象。

在月经的色、质方面：颜色淡红，甚则呈粉红色者，其质清稀，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

多属气虚或气血两虚。月经颜色深红，质稠者多为实证热证。

在询问带下时，应从量、色、质与气味等几个方面了解。带下色黄或赤，绵绵不断，其质黏稠，有臭味，常伴有急躁易怒，外阴瘙痒的，多为肝郁化热，脾虚湿盛，湿热互结，流注下焦，肝经湿热所致。

带下色白量多，如涕如唾，连绵不断，味小，常伴有纳少疲乏，面色萎黄，甚或形寒肢冷，腰部有冷感，多属脾虚运化失常，水湿下注的脾虚带下证。湿为阴邪，易伤阳气，故湿邪停留，有时可见寒象。

如带下色清，质稀如水，淋漓不止，常伴有面色晦暗，腰痛如折，小腹发凉，手足不温等表现。多为肾阳虚，寒湿内停，带脉失约的肾虚带下。如偏于肾阴虚者，则带下色黄，伴有五心烦热，耳鸣，舌红少苔，脉细数等表现。

有的患者，受湿毒侵袭，损伤带脉，面使秽浊之液下注，则表现为带下黄绿如脓，阴部奇痒，口苦咽干，身体困乏。

应该指出，在正常情况下，妇女阴道内亦有少量白色分泌物，并非病态，具有“津津常润”的作用。

生育年龄的妇女，还应简要询问妊娠、胎产情况，如妊娠者，在用药上宜慎，以防动胎。

什么叫四诊?

四诊，就是诊察疾病的方法。祖国医学诊察疾病的方法主要有四种：望、闻、问、切，简称为“四诊”。四诊是十分重要的，它是中医诊断学的重要内容，为临床辨证和防治疾病提供了客观根损。对于任何一个疾病，无论轻重难易，要做出正确诊断，达到预期的治疗效果，就必须全面了解病情，广泛收集与疾病有关的各种客观资料，详细掌握疾病发生、发展、转归及治疗情况等各方面的内容，这就要靠

http://www.55188.com理想在线证券网

"四诊"的方法。

望诊，即医生用视觉观察病人的"神、色、形、态"，作为初步估计疾病的轻重、疾病的性质以及推断预后的根据。望诊为四诊之首，这是很自然的，病人来了，医生首先看一看病人，对病情有一个初步印象。

闻诊，就是医生用听觉、嗅觉来辨别病人发出的声音和排出物的各种气味等，根据病人的语声高低，呼吸强弱，各种排出物如二便、痰浊等的异常气味，对于分辨疾病的寒、热、虚、实有重要的参考价值。

问诊，更为重要。详细询问病史，了解疾病的全部过程及病人的主要痛苦，对于分析病情，做出诊断，抓住主要矛盾，解除病人疾苦都具有十分重要的意义。问诊是临床收集资料的主要手段。

切诊，包括切脉和按诊两部分。是医生用手对病人的脉管和病变部位等触摸按压，从而获得一些较客观的体征。尤其是切脉，更为重要。

以上四种诊察方法，是通过长期的、无数人次的切身经验，经过历代医家不断总结、丰富、发展、提高，从而达到逐步完善的程度。是一种具有民族医学特色的诊断方法。实践证明，这种诊病方法，方便可靠，简单易行，有着重要的实际意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

什么叫四诊合参?

“望、闻、问、切”这四种方法各有其独特的重要作用，但又是密切相关联的。因此在临床应用时，就必须把四种诊察方法综合起来，进行分析判断。习惯上称之为“四诊合参”。只有这样，才能相得益彰，才能得出正确的诊断。那种只强调某一种诊法而忽视其他几个方面的观点是错误的。例如有的医生过分强调脉诊的重要性，所谓“病家不要开口，便知病情”是不可靠的。虽然《内经》上也有“见其色，知其病，命曰明；按其脉，知其病，知其病，命曰神；问其病，知其处，命曰工”（《灵枢·邪气脏腑病形》）的论述，但仍强调“以此参伍，决死生之分”来进行综合判断，方能准确无误。

由此可知，四诊在临床应用时，既要重视各自的独特作用，又必须四诊合参，这才是科学的态度。

望神的内容有哪些?有什么临床意义?

望神是望诊的重要内容。“神者，水谷之精气也”。神以精气为物质基础，是脏腑气血盛衰的外露象征。通过望神，可以初步判断正气的盛衰，疾病的轻重，以及预后吉凶。

望神，主要从以下几个方面来进行判断：精神好坏；意识思维和反应状态；面部表情；眼神；语言气息。

临床常把神的状态分为三种：

（1）得神：所谓得神，就是有神，指的是尚未出现神的病理改变或病情比较轻微，精神状态尚好。临床主要表现是：精神较好，意识蒙眬，思维敏捷，反应灵活，回答问题准确、迅速，面部表情自然，双目明亮灵活，语言清晰等。得神者，表示正气未伤，脏腑功能未衰，有病也较轻，预后多良好。

http://www.55188.com理想在线证券网

（2）失神：所谓失神，指的是神的病理变化比较明显或比较严重。临床主要表现是：精神委靡，意识蒙眬，思维混乱，反应迟钝，表情淡漠，目光暗淡等。更严重者，则可见神志昏迷，循衣摸床，撮空理线，或突然昏倒、目闭口开、尿便自遗等。以上这些情况，都称之为“失神”或“无神”。这说明了疾病已发展到严重阶段，正气衰败，五脏垂危，精气将夺，预后多属不良。

（3）假神：所谓假神是指在疾病的垂危阶段出现的一种假象。由于其容易迷惑人而易造成错误的判断，故应提高警惕。

假神系貌似有神，但它不符合疾病的发展规律。例如：

久病患者，消化功能衰败，因而纳食甚少或几日不能饮食，这符合病情实际。但若患者突然出现了饥饿不停，大口进食，那么这种食欲转“佳”可能是一种假象。

久病卧床不起的患者，突然要坐起来或下地行走；或病情危重，面色晦暗，精神衰疲的患者，突然间面色转红，精神兴奋，说话不停。

久病体衰已极，语声低微，少气无力，突然间语声洪亮，声高气粗。上述这些情况，都是在久病、重病、病危阶段突然出现的“好”的表现，但这完全和疾病的通常演变规律不相符合，而且大部分患者如救治不及时则死亡。由此可知，这些所谓“好”的表现是一种假象，即所谓“回光返照”、“残灯复明”。是属于阴阳欲将离决的死亡预兆。这就要求医生要善于抓住疾病的本质，识破假象，即刻采取果断抢救措施。

此外，神志的改变，还有一类精神失常的表现，临床可见于癫、

http://www.55188.com理想在线证券网

狂、痫的患者。如表情淡漠，呆若木鸡；或哭笑无常，呼号叫骂，打人毁物，登高而歌，异衣而走，言语善恶不避亲疏；或突然昏倒，不省人事，口吐白沫，肢体抽动等。此多为痰气、痰火、肝风挟痰等所致。对于这类精神失常之病变，在某种意义来讲，望神更为重要，对诊断具有决定性的意义。

如何望色?

望色，包括望面部的颜色与光泽两方面内容。面部皮肤薄嫩，血脉丰富，而且望诊方便。中医理论认为，心者，其华在面，为五脏六腑之大主。因此，根据面部色泽的浮露和沉隐，可以测知疾病的深浅。观察五色的润泽和枯槁，可以判断疾病的生死预后。

我们知道，十二经脉，三百六十五络，其血气皆上注于面，那么，面部的色泽便是气血的外荣。

我国人的正常面色是微黄而红润，具有光泽。但就个体来讲，也不是千篇一律的，有些人白一些，有些人稍黑一些，这些也属于正常面色，是不容易改变的。

色与泽两个方面的异常变化，是机体不同病理反应的表现。

一般而言，病人气色鲜明荣润的，说明病变轻浅，气血未衰，治疗较易，预后较好。如面色晦暗枯槁，缺乏华彩，无润泽之象，如同几天不洗脸一样，则说明痫变深重，精气已伤，预后多欠佳。

何为五色主病?

在望色方面，病色有五种，白、黄、赤、青、黑。五种病色与五脏疾病相应。这是在五行归类推演的基础上建立起来的。所以在临床上可以从病人面部色泽的变化来测知病变脏腑、痫变性质以及预后如何。这种情况习惯上称为五色主病。五色主病简要归纳于下表：

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五　色	主　病	分　　析
白　色	主虚证、寒证，主失血	血虚证：血少不能荣于面，故面色淡白 阳虚证：推动血行不利，阳虚水湿不化，故面色白而虚浮 气虚证：无以生血，气血不充，面部白而不华 寒证：寒主收引，血脉收缩，故面色变白 失血：血脉空虚，不能上充于面，而色苍白如壁
黄　色	主虚证 湿　证	脾虚不能运化，水谷精气不能充养肌肤，营血化生不足，不能上荣于面，其本色显露，面色萎黄。或脾虚不运，水湿停留，故面色黄而虚浮，称为黄胖 湿邪停留，郁面化热，湿热蕴蒸，迫使胆汁外溢，皮肤黄染，面色黄而鲜明如橘皮色 寒湿者，皮肤黄而晦暗，色如黄土
赤　色	主热证或戴阳证	热邪迫血充盈于面部血脉，面面部脉络丰富故面呈红色 实热者，满面通红；虚热者，颧部嫩红 如病情危重，面红如妆，游移不定，是戴阳证。是阴盛格阳于头面，属假热证
青　色	主寒证 主痛证 主瘀血 主惊风	寒主凝滞，血脉运行不利故面色发青。不通则痛，血流不畅故疼痛，面色亦青。故又主瘀血 青为肝之本色，肝又主风，称风木之脏，故青色主惊风，尤其小儿鼻柱，口周见青灰色，更是动风的先兆
黑　色	主肾虚 主水饮 主瘀血	黑色主肾虚，可见于阳气衰微。气血凝滞的重证，气血凝滞由紫而黑 水之色为黑，肾虚水邪泛滥，面色黧黑，尤其是眼窝色黑，是水饮病的见证。又面部黑斑，如蝶状，常见于妇女经带病中，多属肾虚血瘀之证

http://www.55188.com理想在线证券网

说明：①从现代医学角度来看，望面色推论心血管系统病变，心脏病常见到面部色泽的改变。如风心病的颧部暗红，肺心病的口唇、面部瘀血紫暗等，从中医角度来看，其他脏腑病变，只要影响到气血，都可反映在面部上。

②因十二经脉、气血都上注于面部，故望色除推论心脏气血的盛衰外，亦有五色主病之说。

③五色主病在临床上有一定的参考价值，但必须全面观察，综合分析才能得出正确的结论。

什么叫按诊？其临床意义是什么？

按诊，也是中医切诊的一部分内容，按诊和脉诊总称为切诊。

按诊，就是医生用手在病人的体表或患病部位进行触摸按压，以确定疾病的部位和分辨寒热虚实的一种诊断方法，又称为触诊。

《素问·调经论》记载："实者外坚充满，不可按之，按之则痛。"后世医家在临床实践中积累了许多宝贵的经验，在诊断疾病方面，确实起了很大作用。但可惜的是，由于脉诊普遍受到重视，而按诊由于封建礼教的影响没有受到应有的重视。

在长期临床工作中，确实感到按诊同样十分重要。对于确定疾病的部位，病变的性质、皮肤的寒热，水肿的程度，以及癥瘕积聚等，都有重要的实用价值。现代医学在这方面发展更为迅速，几乎成为诊断的必用方法。

目前按诊在临床上，多用于诊尺肤、四肢，诊腹部，诊虚里等几

http://www.55188.com理想在线证券网

个方面。

（1）诊尺肤、四肢：尺肤，就是上肢远侧端内侧面的肌肤，即从尺泽穴至手指一段称之尺肤部。该部位触诊比较方便。诊尺肤主要分辨肌肤的寒、热、润泽干燥、有汗、无汗等。尺肤部热者多为热邪亢盛，尺肤部凉者多为阳虚阴盛，或热深伏于里，不达四肢的热厥证。如初按热甚，久按热反转轻得多属热在表；久按热更甚者，多为热在里。尺肤部润泽的津液未伤，尺肤部干燥或肌肤甲错如鱼鳞者多为津液受损或津枯液耗，内有瘀血等。

按诊在辨别肿与胀方面更为重要。病人感到肿胀，皮色发亮，按之无明显凹陷，或随手即起的多属气胀。对此必须采用理气的方法治疗，气行则胀消。如病人感到肿胀，按之有凹陷，不能随手而起，严重者按之如泥的为水肿，是水液代谢失常，停留肌肤的病理表现。对此必须用利水的方法，使多余水液排出体外。

对关节炎患者，触诊疼痛部位，对分辨属寒属热也很重要，一般而言，关节局部发凉的多属寒痹，局部有热感的多属热痹。

（2）按胸腹：按胸部主要为诊虚里跳动。所谓虚里即左乳下内侧部，在左第四、第五肋间处，实指心尖搏动部位。用手按之，如跳动异常或节律不整者，常表示心脏有疾。如跳动急促，来去不匀，多见于心气不足或心阳虚衰。有的不用手按，即能望见其动应衣者是脏气衰微，宗气外泄的表现。诊虚里有时也作为死亡的判定方法之一，按之已不跳动，伴有神志活动消失，这是死亡的见证，这为“心藏神”提供了理论根据。

按脘部主要分辨痞证与结胸。脘部即“心下部”，胃居其中，如病人感到心下部阻塞不通，如按之软而不痛的（大多数如此）为痞证；如按之硬满而痛或手不可近者可为结胸证；心下坚硬大如盘，边如旋杯，为水饮病。按脘部还用来区分胃痛属虚属实。胃痛喜按，按之痛减，多属虚证。胃痛拒按，多属实证。

按腹部，除辨别腹痛属虚属实外，还可以用来辨别腹水的有无。

http://www.55188.com理想在线证券网

腹胀满，叩之如鼓的属气胀，叩之音实，触诊又有波动感或水声的属水臌，有腹水形成。

腹内有肿块，按之坚硬不移或痛有定处的为癥为积，其病在脏，多属瘀血证。如肿块时聚时散，痛无定处的为瘕为聚，其病在腑，多属气滞证。积聚多指大腹部肿块，而小腹部肿块多称为癥瘕，如妇科肿瘤等。

腹部触诊对诊断肠痈有重要价值，右下腹部疼痛拒按，按之痛甚的多属肠痈。

另外，按俞穴也为诊治内脏疾患的方法之一。

望舌色有哪些内容？各有何临床意义？

望舌色主要是分辨舌质颜色的深浅。舌质的正常颜色呈淡红色，叫做“淡红舌”。表示脏腑功能旺盛，气血充足调和。

在患病情况下，常可见到舌质颜色的改变。故通过舌质颜色的观察，可以作为诊断疾病的参考。

临床上常见病理舌色主要有四种：

（1）淡白舌：舌色较正常浅淡者叫淡白舌。严重时可全无血色。主病：虚证、寒证。如阳气不足、虚寒内生、或血虚、血少，不能上充于舌，故舌质淡白。临床常见于慢性肾炎、再生障碍性贫血、各种失血、营养不良等疾患。在个别情况下，淡白舌也可见于发热患者。舌淡而发热者，常属于阳虚发热。

（2）红舌：舌色较正常色深者称为红舌。主病：热证。有实热虚热之分，实热者多为外感温热邪气或风寒之邪入里化热，或脏腑机

http://www.55188.com理想在线证券网

能亢盛，火热内生。虚热者，多在内伤杂病中见到，为阴液不足，虚热内生。虚热之舌质红，常常舌苔很少或无苔。如慢性消耗性疾病。

（3）绛舌：舌色深红呈绛红色者，叫绛舌。可由红舌演变而来。绛舌主病：内热深重。在外感性疾病中，舌色绛，是热入营血的重要标志；在久病、重病等内伤杂病中见到绛舌，常表示阴液亏竭，阴虚火旺。

胃酸过多患者，有时也可见到绛舌，常呈暗红色，润泽而洁净。

红绛舌的出现，多见于急性感染性疾患的极期，或疾病的后期，常表示阴分大伤，在长期消耗性发热病的过程中，红绛舌由阴虚火旺所致。

（4）紫舌：舌色呈青紫色者称为紫舌。紫舌主病，有寒热之不同。

①紫绛色深，干枯少津，为邪热炽盛，阴液两伤，有的也可伴有黄苔燥裂。

②淡紫带青，滑润无苔，为阴寒内盛。

③舌质青紫而暗，或有紫色斑点，多见于瘀血证。如先天性心脏病、肺源性心脏病，或充血性心力衰竭等缺氧疾患。妇科患者，痛经、月经不调等病证常可见到舌有瘀血斑点，作为活血化瘀疗法的参考指标。

望舌形有哪些内容？各有何临床意义？

舌形，即舌的形状。临床上常把舌形分为老嫩、胖大、瘦薄、芒刺、裂纹、齿痕等若干种。

现把望舌形所见及其临床意义列表于下：

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

舌　形	特　　征	临　床　意　义
老　嫩	舌质纹理粗糙，形色苍老坚敛，谓之老	舌质老多见于热证实证
	舌质纹理细腻，形色浮胖娇嫩谓之嫩	舌质嫩多见于寒证虚证
胖大舌	舌色深红，舌体肿胀满口，称为肿胀舌	多见于心脾热盛患者
	舌色紫而发暗，舌体肿胀，称为水牛舌	多见于中毒或舌炎患者
	舌色偏淡，舌体胖嫩；或伴有齿痕	阳虚，水湿不化，或痰湿停留
瘦薄舌	和胖大舌正相反，舌体比正常瘦小而薄	舌体痰薄，色红绛而干者，多见于热性病后期，或慢性消耗性疾病，表示阴津被灼，阴液亏耗，或亡阴失水
		舌体瘦薄而舌色浅淡者，表示气血不足，心脾而虚
芒　刺	舌面起刺，摸之碍手	伴有黄燥苔者，多属热邪炽盛，或腑气不通，胃肠燥热，大便硬结，据此可以作为下法的指标
裂纹舌	舌面上有各种形状的裂沟	色淡白有裂纹者，表示心气不足，血虚不润。色红绛有裂纹者表示热盛伤阴，阴精亏损 舌质稍红面有裂纹，但无任何不适感，一般不作病象看待
齿痕舌	舌体边缘上可见到齿痕，如荷叶边状	舌体胖大而有齿痕者，多为阳虚，水湿不化 舌色浅淡瘦薄而有齿痕多属气血不足

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

望舌态有哪些内容？各主何病？

舌态，即舌体活动状态。临床上把舌态分成强硬、痿软、颤动、短缩、歪斜等五种。望诊所见和主病见下表：

舌　态	望诊所见	主　病
强　硬	舌体强硬，活动不灵，屈伸不便，致使语言謇涩	在外感热病中，常见于热入心包，或痰湿内阻，邪热炽盛
		在内伤杂病中，常为中风先兆，或中风之证
痿　软	舌体软弱伸卷无力	舌质淡者，多属气血两伤
		舌质红绛者，多属热灼阴伤，或阴亏已极
颤　动	舌体抖动，不能自停	外感热病中，是热极生风或热病后期，虚风内动 在内伤杂病中，常表示气血不足，或中风之象
短　缩	舌体紧缩不能伸长	舌红绛而短缩者多属热病阴伤已极
		舌胖而短缩者属痰湿内阻
		舌淡、青而湿润者，多属寒凝筋脉
歪　斜	舌体歪向一侧	中风或中风先兆

黄苔、灰苔、黑苔主病有何不同？

黄、灰、黑三种舌苔均是舌苔颜色的改变，其主病有相同之点，如都可见于里证、热证。但又有不同，一般说来：

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）黄苔：主里证热证。在外感性疾患，内伤性疾患都可见到。苔色变黄为热邪熏蒸所致，故黄色越深，热邪越盛。在外感性疾患中，舌苔变黄，常表示外邪入里变为里实热证。而且黄苔常与红舌并见，例如，各种急性炎症（消化道炎症、呼吸道炎症等）。在内伤杂病中，黄色舌苔，多见于脏腑机能亢盛，或里热炽盛。

另外，舌苔淡黄而滑润者，可见于阳虚水湿不化。

（2）灰苔：亦主里证，但有寒热之分。苔薄灰而滑润者多见于寒证或痰湿内停。苔灰而干燥者多见于热炽津伤或阴虚火旺。因此，由白苔而转化成灰苔者多为寒湿病，由黄苔而转化为灰苔者多为热性病。

（3）黑苔：多由灰苔或黄苔转化而来。常见于患病时间较久或病情较严重的阶段。黑苔主病也有寒热之分。苔黑而燥裂，甚则生芒刺，多见于热极津枯之证，一般可以见到舌苔由白转黄，由黄转黑的变化过程。如苔黑而滑润，并伴有舌质偏淡，多见于阳虚阴寒盛极之证。此黑色系主寒水，滑润者，寒水之性也。

另外，虽然黑苔主病大多危重，但也有黑苔患者（染苔不在此列）无明显自觉症状者，或只有轻微不适，故不可一见黑苔就惊慌失措。

总之，黄、灰、黑苔主病有寒热之分，必须进一步察看苔的滑润与干燥来区分寒热。苔燥，甚至生芒刺者，热盛无疑。苔滑润者多为寒盛或水湿不化。

http://www.55188.com理想在线证券网

腻苔和腐苔有何不同?

腻苔和腐苔在形态和临床意义等方面都有不同，应该区别开来。

腐苔是一种比较厚的舌苔，苔的颗粒比较粗大而疏松，形状颇与豆腐渣相似，厚厚地堆积在舌面上，容易刮脱。腐苔形成的原因多由阳热有余，蒸腾胃中腐浊之气上升而成。常见于饮食停滞，消化不良或痰浊之病。

腻苔是舌面上覆盖着一层滑腻的苔垢，苔的颗粒极其细腻，而致密，刮之难去，胶黏在舌面上。这种舌苔多由痰湿偏盛所致。常见于湿湿病、痰饮等疾患，有时食积亦可见到。

在诊断疾疾时，为何要舌苔舌质合参?

疾病是一个复杂的病理过程。在病变过程中，往往影响到舌的生理，使体内的复杂变化在舌象上反映出来。一般来说，舌质主要反映脏腑气血的盛衰，舌苔主要反映病位的深浅，病变的性质，邪正的消长。

由于人体是一个统一的有机整体，在生理上相互配合，在病理上相互影响。因此，在患病时，舌苔、舌质往往同时发生变化。因面在临床应用舌诊时，必须将舌苔、舌质的变化综合起来进行分析，不可将二者截然分开。

一般情况下，舌质与舌苔所反映的病理改变是一致的。热证见热象，如舌质红，舌苔黄；寒证见寒象，如舌质淡，舌苔白滑润。但是在某种情况下，舌苔与舌质的变化也有不一致的现象，这可能与舌质、舌苔对病理改变的反映快慢不同所致。因此在这种时候，就要综合分析，全面衡量，方能做出正确的判断。舌象是重要参考指标，但不是惟一指标，此时更要四诊合参。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

临床常见的舌象有哪几种？各主何病？

临床常见的舌象及主病见下表所示：

舌象		主病
舌质	舌苔	
淡白舌	薄白苔	阳虚，气血两虚
	薄白中剥	气血两虚，胃阴不足
	黄腻苔	脾胃虚弱，湿热内蕴
	灰黑水滑	阳虚内寒，寒湿内停
红舌	白苔	热病由卫渐入营
	薄黄	气分热盛
	黄腻	气分湿热
	黄厚而干	气分热盛伤阴津，或里实已成
	无苔	气阴两伤
绛舌	焦黄	胃肠热结，里实热证
	黑干燥裂	邪热盛极，阴枯
	无苔	热入血分，阴分大伤
青紫舌	黄燥苔	阴血枯燥，虚火内燔
	黑苔滑润	寒极
	白润	寒盛，气血凝滞

http://www.55188.com理想在线证券网

如何通过望姿态来推论疾病的寒热虚实?

望姿态主要观察病人的动静姿态以及体位的变化，由此作为诊断疾病的依据，尤其在推论何脏腑的病变以及疾病的寒热虚实方面，有着一定的参考意义。

总的来说，“阳主动，阴主静”。喜动、烦躁不安、多语狂言、登高奔跑者，多属阳证。反之，喜静的，安静喜卧，精神委靡，表情淡漠者，多属阴证。

还可通过观察病人的体位、动作、表情，来推论疾病的寒热虚实。属寒者，常缩肘屈膝，蜷缩成团，喜加衣盖被，欲近火喜暖。属虚者，多身体疲倦，动则心悸气喘，说话无力语声低微。属实者，精神亢奋，多动多言，声高气粗。

此外，半身不会动者，多为中风偏瘫；四肢抽搐、角弓反张，多属筋膜强急之风病，与肝有关；头摇不定，手指蠕动，手足细颤者，则多属虚风内动。

十二 论治宜方

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是正治法?

正治法是逆疾病征象而治，即所选药物的属性与疾病的性质相反。“逆者正治”，正治法又名“逆治”法。适用于病情轻浅而单纯无假象的疾病，所谓“微者逆之”。如：寒者热之，热者寒之，坚者削之，客者除之，劳者温之，结者散之，留者攻之，燥者濡之，急者缓之，散者收之，损者温之，逸者行之，惊者平之等。运用时应把握“适事为故”的原则。

什么是反治法?

反治法是顺从疾病表象而治。“从者反治”，反治法又名“从治”法。适用于病势较重、病情复杂并出现表象与本质不一致的疾病，所谓“甚者从之”。如寒因寒用，热因热用，塞因塞用，通因通用。反治法是针对病证表象制定的治法，但从本质上来说，药性与疾病的性质还是相反的，与正治法无区别。在运用时应注意“必伏其所主，而先其所因”，“从多从少，观其事也”，也就是先求病因，再治其病本，至于从药多少，视病情而定。

反治法的临床应用如何?

经文提出“甚者从之”、“从者反治”。如病情复杂、病势较重的疾病，往往寒热相杂，真假混淆，此时要透过现象，探求病由，摒弃假象，找出本质，此时所用药物的性质常常与所表现的假性症状的性质相顺从（但与疾病本质相违背），此即文中所说的“热因热用，寒因寒用，塞因塞用，通因通用”之法，具体应用如下：

（1）热因热用：即用热性药物治疗具有假热之象病证的方法。

http://www.55188.com理想在线证券网

如阴盛之极、阳气大虚、阴不敛阳，虚阳外越者，虽有身热、面赤、脉大等假热之象，但却喜欢盖衣被、脉大却按之空虚，自觉身热但肌肤手足扪之逆冷，此时治当回阳救逆，方用四逆汤之类。

（2）寒因寒用：即用寒凉之药治疗具有假寒之象证候的方法。运用于阳盛之极、格阴于外之证。因热邪炽盛，郁闭于里，阳气不能透达于外，肌肤四肢失温、故患者此时反见恶寒、四肢逆冷、脉沉迟等假寒之象，正所谓“热深厥深”是也。此时虽见寒象，但却不欲盖衣被，必有胸腹灼热炙手、口干舌燥、舌红苔黄而干、脉虽沉却重按必有力等里实热之象，此时治疗宜用寒凉清解之药，如白虎汤、承气汤类清热之药。里热清除，外之假寒自解。

（3）通因通用：即用通利药物治疗实性通泄病证之法，如用承气汤类攻下燥实之法，治疗热郁大肠而致的“热结旁流”。用八正散类利尿通淋之法，治疗湿热蕴结膀胱之尿频、尿急、尿痛之证。用保和丸、枳实导滞丸等荡涤积垢之法，治疗因食积而致的泄泻。用少腹逐瘀汤之类活血消瘀法治疗瘀血阻滞之崩漏等，皆属“通因通用”之法。

（4）塞因塞用：即用补益药物治疗虚性闭塞不通病证之法。如用半硫丸峻补命火而治冷秘；用润肠丸养血润燥以治产后血虚便秘；用补中益气汤治疗久病气虚、传导无力之大便秘结；用肾气丸治疗肾阳不足、膀胱气化无力之小便不利；用加味四物汤治疗血虚之闭经等。皆为“塞因塞用”之法临证运用之范例。

http://www.55188.com理想在线证券网

反佐与反治有什么不同?

两者是两个不同范畴的概念:

(1) 反治属于治疗方法范畴,又称从治法。包括寒因寒用、热因热用、通因通用、塞因塞用等内容,主要用于病情复杂,症状与本质不一致,出现假象,如真热假寒、真寒假热。治疗则应从本而治,因药物性质与症状性质一致,不同于一般的寒者热之、热者寒之的正治法,故称反治法。

(2) 反佐是属于方剂的配伍方法、服药方法的范畴。包括两方面:

①为药物的反佐。如以寒治热,反佐以少量热药;或以热治寒,反佐以少量寒药,以防寒热格拒。方如白通加猪胆汁汤,用猪胆汁即为反佐。

②为服药方法的反佐。如寒药温服,热药凉服。正如《素问·五常政大论》所云:"治热以寒,温而行之;治寒以热,凉而行之。"

如何理解"微者逆之,甚者从之"?

"微者逆之,甚者从之",是针对病的轻重提出的治疗原则。"微"、"甚"指病势而言,凡病势较轻,病情较单纯,证候与病机一致,如阳盛则热、阴盛则寒、真形易见的病证就称为微者;凡病势较重,病情复杂,证候与病机不完全一致,甚至相反的,如阴盛格阳、热深厥深、真假难辨的病证就称为甚者。"逆"、"从",指治法而言。逆治法即正治法,是逆疾病证象的性质,从正而治疗的常规治法,适用于一般的病证,即所谓"微者逆之"。从治法即反治法,是顺从疾病的某些征象(假象)。而实际针对疾病本质治疗的方法,适用于真寒假热、真热假寒及大实有羸状、至虚有盛候等特殊病证,即所谓

http://www.55188.com理想在线证券网

“甚者从之”。

“其始则同，其终则异”是对何种治法的说明？

“其始则同，其终则异”是《内经》对反治法用药特点的概括说明。反治法用药之初，其药性与疾病征象（假象）是相同的，如以热治热、以寒治寒、以塞治塞、以通治通。但经过治疗，随着病情的好转，假象消失和真相的暴露，方表明药性与病性是相逆的，仍然是以寒治热、以热治寒、以补治虚、以泻治实的相反疗法。

水肿病怎样治疗？

经文说：“治之奈何？岐伯曰：平治于权衡，去宛陈莝。微动四极，温衣，缪刺其处，以复其形，开鬼门，洁净府，精以时服。”《内经》中如此详细论述一个病证的治疗原则和治疗方法之处不多。

首先，原文指出水肿病的治疗原则是：

（1）“平治于权衡”，即以平调阴阳的偏盛偏衰。

（2）“去宛陈莝”，祛除血脉的瘀积陈腐。

其次，经文在水肿病治则的指导下，又列举了下列具体治法：

（1）辅助治疗：“微动四极，温衣”，均为水肿病的辅助

http://www.55188.com理想在线证券网

治疗手段。活动四肢，促进阳气恢复，气血流动；温衣，保护、振奋阳气，促进阳气化气行水之功。此虽为辅助之法，然其着眼于阳气，抓住了此病之根本。

（2）针刺："缪刺其处"针对瘀阻的血络，实施解结法或放血疗法恢复血脉的正常形态，使经络疏通。既有利于经脉中气血的传输，又为其他治疗奠定基础。

（3）开鬼门，洁净府：即发汗、利小便之法，是《内经》中消除水肿主要治疗手段，体现药物治疗。

（4）精以时服：餐服精美食物，汤液醪醴，以益气养精。是本病扶正的重要措施。本病的综合治疗，体现了汤液醪醴在"当今之世"、"必齐毒药攻其中，镵石针艾治其外"的运用。

消瘅的治法是怎样的?

《内经》论消瘅的证类约分为以下几种：

（1）鬲消：《素问·气厥论》云："心移热于肺，传为鬲消。"鬲消是由热薰胸膈，消灼津液，而为消渴，后世称之为上消。张景岳《类经》说："鬲消者，膈上焦烦，饮水多而善消也。"《景岳全书》又说："上消者，渴证也，大渴引饮，随饮随渴，以上焦之津液枯涸……故又谓之鬲消。"鬲消当以心烦口干、口渴多饮为主要症状特点，治法当主清肺生津。李东垣提出用白虎加人参汤。洪立正亦提出"人虚治以消渴方主之；人强用白虎汤加花粉、葛根、乌梅、杷叶及清肺药"。

（2）肺消：《素问·气厥论》云："心移寒于肺，肺消，肺消者，饮一溲二，死不治。"经文明示肺消的病机为"心移寒于肺"。张景岳《类经》释："心火不足，不能温养肺金，肺气不温，不能行化津液，故饮虽一而溲倍之。"肺消之病，病在心肺，系心肺阳气不足，不能行化水津。致水津降而不升，出现饮一溲二之虚证。关于本证的

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

治法，刘完素曾提出“补肺平心，用黄芪汤”。戴元礼又提出“专补肺气，用黄芪饮”。今人王进全《内经类证论治》提出温肺益气法，用甘草干姜汤。根据肺消的病机，及“饮一溲二”的症状，若以温肺之甘草干姜汤，再加益气之黄芪饮，或再合固气生津之生脉散，则似更为妥当。

（3）消中：《素问·脉要精微论》云：“瘅成为消中。”《灵枢·师传》云：“胃中热则消谷，令人县心善饥。”吴昆《素问吴注》释：“瘅，热邪也，积热之火，善食而饥，名曰消中。”消中即中消病，以多食易饥，心烦不安，肌肉消瘦为主要症状表现。因胃热则消谷，谷消则善饥，故其治法当主清胃泻火润燥。王叔和提出用调胃承气汤或三黄丸泻下火热。李梴提出用四物汤加黄柏、知母、石膏、黄芩、滑石清降火热；张景岳提出用玉泉散清胃火；喻嘉言又提出以大黄、甘草与人参合用“急缓互调，攻补兼施”；周慎斋还提出“专补肺阴之不足，用参苓白术散”。诸家所列方药，皆可随证选用。

（4）脾瘅：《素问·奇病论》云：“有病口甘者……名曰脾瘅……此肥美之所发也……其气上溢，转为消渴。”经文明示脾瘅转则为消渴，当系消渴的前兆病证，属消瘅之类。王冰《黄帝内经素问注·卷第十三》释：“瘅，谓热也……生因脾热，故曰脾瘅。脾热内渗，津液在脾……津液在脾，是脾之湿。”观王氏所注，脾瘅属脾之湿热证。叶天士《外感温热篇》谓：“舌上白苔黏腻，吐出浊厚涎沫，口必甜味也，为脾瘅病。乃湿热气聚，与谷气相搏，土有余也。”关于脾瘅的治法，《素问·奇病论》指出：“治之以兰，除陈气也。”兰，即佩兰，气味芳香，能醒脾化湿，清暑辟浊，可除脾胃中的温热陈腐之气。《用药法家》载：“兰草其气清香，生津止渴，润肌肉，治消渴脾瘅。”临床用之，屡有效验。

（5）肾消：《素问·刺热》云：“肾热病者……苦渴，数饮，身热。”《灵枢·邪气脏腑病形》又云：“肾脉……微小为消瘅。”肾热病苦渴数饮，是火热之邪耗伤肾水。肾脉数小，是指肾精亏损。因肾

http://www.55188.com理想在线证券网

水亏耗、肾精亏损所致的消瘅，便是肾消，后世称为下消。《景岳全书·卷三十八》说："下消者，下焦病也，小便黄赤，为淋为浊，如膏如脂，面黑耳焦，日渐消瘦，其病在肾，故又名肾消也。"肾消一证，当有阴阳之分，一为阴虚肾消，系水虚不能制火，属"肾热病"。如《丹台玉案·三消》说："肾水一虚，则无以制余火。火旺不能扑灭，煎熬脏腑，火因水竭而益烈，水因火烈而益干，阴盛阳衰构成此证。"其症见口燥咽干，口渴尿多，小便黄赤或浑浊如膏脂，腰膝酸软，五心烦热，舌红脉细数等。治宜滋补肾水，王叔和用六味地黄丸；赵献可提出用六味地黄丸加五味子、肉桂；陈士铎又提出用合治汤。二为阴阳两虚肾消，系阴损及阳，阳不化气，气不摄津，属"肾脉微小"之消瘅。《景岳全书·三消》说："阳不化气，则水精不布……而饮一溲二，以致泉源不滋，天壤枯涸者，是皆真阳不足，水亏不下之消症也。"其症见饮一溲二，面色黧黑，形瘦耳焦，腰膝酸软，舌淡，脉微细等。治宜温补肾气，张仲景用肾气丸；陈士铎提出用引火升阳汤。临证时当观其脉证，分别治之。

综析《内经》所论消瘅的病因病机与证候分类，其内容丰富，义理详备。联系后世医家所述，《内经》中既包含了如朱丹溪等所提出的上、中、下三消之分，也包含了如张景岳所提出的阴消、阳消之辨。它对临床辨治消渴病确有一定的启发和指导意义。

http://www.55188.com理想在线证券网

《内经》所述水肿病的治法对后世有什么指导意义?

《内经》对水肿病的认识，对现代临床仍具有很高的指导意义。

近年来运用活血化瘀法治疗慢性肾炎和尿毒症取得了满意疗效，其治疗原理就是受到“去宛陈莝”治法启迪，当是“去宛陈莝”之法的现代临床验证。

受“开鬼门，洁净府”的启发，《金匮要略》以“腰以下肿，当利小便；腰以上肿，当发汗乃愈”垂示后世，为后世治疗水肿之常法。

经文中提出的“微动四极，温衣”的调护方法，虽为辅助之法，然其着眼于阳气，抓住了水肿病之根本。提示治疗水肿应重视阳气，阳虚当温补，阳郁当宣通。仲景治水诸方，每有附子、桂枝、麻黄、白术、黄芪之类，温补、生发阳气。阳气振奋宣通，水肿自消。这也是对此种认识的最好例证。“精以时服”对慢性疾病的治疗与饮食护理，更有其重要作用。

五脏所苦应如何治疗?

经文中所示从以下两个方面进行治疗：

（1）表里相合两经主治。以针刺为主。经曰“十二经脉者，内属于腑脏，外络于肢节”、“决死生，处百病，调虚实”。首先，五脏病可取各自经脉治疗，然后，五脏病取其相合之经治疗。脏腑功能相合，经脉又表里络属，取相合的经脉治疗，有从阳引阴之意，以求阴阳的平衡。

（2）运用药食、五味治疗。药食、五味各有作用，经文曰“辛散、酸收、甘缓、苦坚、咸软”，运用药食治疗五脏所苦，多采取逆五脏之所苦而从五脏之所欲选择相应作用的药味。使五脏所苦得解，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

亦防止了五脏所苦之病的发生。

如何理解“毒药为邪，食物养正”？

对这一问题的理解应参照《素问·五常政大论》中“大毒治病，十去其六；常毒治病，十去其七；小毒治病，十去其八；无毒治病，十去其九；谷肉果菜，食养尽之。无使过之，伤其正也。不尽，行复如法”。

《内经》中认为“正气存内，邪不可干”、“邪之所凑，其气必虚”，说明发病与否，正气起决定作用，正气的损伤可因病邪攻伐损伤，而且病后服药、饮食摄入不足或不进食均可对正气有不同程度损伤。尤其是病后，应据药物毒性的大小，决定药物治疗时间、祛病程度。余病应用文中所说五谷、五果、五畜、五菜的五味加以调养，使正气得到恢复，驱余邪外出，使病痊愈。

什么是“气味合而服之”？

主要是理解“合而服之”的两种形式。王冰注曰：“气为阳化，味曰阴施。气味合则补益精气矣。其一，相同气味相合，如“肝色青，宜食甘，粳米牛肉枣葵皆甘。”即谷肉果菜中同一气味配合应用，可以增进这一气味的作用。其二，不同气味相合，有主有次。如“肝欲散”中“食辛以散之”、“用辛以补之”是同一气味的增补与加强，发挥辛味发散的主要调治作用；“酸泻之”用酸味起收敛作用。属不同气味搭配使用。

如何实施药毒补泻从其五脏之所欲？

应用作用相反的药味，一补一泻相配合调治疾病。其补其泻以适

http://www.55188.com理想在线证券网

应五脏之性与否来分辨，张介宾："顺其性者为补，逆其性者为泻。"例如，"肝欲散，急食辛以散之，用辛补之，酸泻之"。"用辛补之"是从其肝之所欲，增加散气之功，可视为辅助之药。用酸味药，可防止辛味药散泄太过。

咳嗽的针刺治疗大法是什么？

咳嗽的针刺大法是分经论治，根据不同类型之咳嗽，选用不同俞穴。《素问·咳论》"治脏者治其俞，治腑者治其合，浮肿者治其经"，指出病在脏刺其俞穴，五脏经脉上的俞穴又称原穴，原穴是治疗五脏疾病的俞穴，故曰"治脏者治其俞"；病在腑刺其合穴。《灵枢·邪气脏腑病形》"合治内腑"；久咳面浮刺其经穴，以疏通经络，《灵枢·九针十二原》"所行为经"。

什么叫"间者并行"？

"间者并行"即病情轻缓者，应标本兼治。也就是说，病轻缓者未必独治其本。从临床实际情况看，病证属纯阳纯阴、纯虚纯实者少，虚实夹杂、表里相兼、新旧同病者多。在病势不甚急危的情况下，多数应标本同治。当分析标本偏颇的侧重，或治标顾本，或治本顾标，或标本齐顾。如《伤寒论》第18条载"喘家作，桂枝加厚朴杏子佳"。素有咳喘宿疾，复中风邪，新病旧恙标

http://www.55188.com理想在线证券网

本同治，临床治慢性支气管炎急性发作，多循此治则。

什么叫“甚者独行”？

“甚者独行”即指疾病严重者，必须根据实际情况，标急则独治其标，本急则独治其本，是谓“独行”。如《伤寒论》第93条有“伤寒，医下之，续得下利清谷不止，身疼痛者，急当救里；后身疼痛，清便自调者，急当救表”。按先病为本，后病为标分，表证身疼痛为先病，属本；里证下利清谷为后病，属标。现标病为急故先以四逆汤救里治标；俟里病缓解则相对地说本病为急，故继以桂枝汤救表治本。

“标本相移”是指什么？

《素问·标本病传论》认为先病为本，后病为标，急则治标，缓则治本。标本先后的治疗原则并不是一成不变的，必须根据疾病的轻重缓急灵活处理。

一般地说，标根于本，病本能除，标亦随之而解，则先治其本，即先治其先发之证。若在疾病的发展演变过程中，标病将要危急生命，或在诸多病理矛盾中，标病成为突出的重要矛盾时，当先治标，否则恐贻误病机，甚则戕及生命。经文提出的“中满”及“小大不利”只是举例而已。

常用的四种服药方法是什么？

一是凉药热服，“治热以寒，温而行之”。要求治疗热病，用寒凉的方药，在药汤尚温热时服用。

二是热药凉服，“治寒以热，凉而行之”。说明治疗寒性病证，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

应用热性方药，必待药汤凉后再服用。

三是凉药凉服，“治温以清，冷而行之”。治疗温热病证，当用清凉方药，要等待药汤冷后才可服用。

四是热药热服，“治清以温，热而行之”。凡治疗寒性病证，当用温热方药，要趁药汤热时服用。

知标本逆从的意义有哪些?

《内经》运用标本理论的根本目的，不仅是为了解释某些病理现象，更主要的是立足于指导治疗原则的确定。标本所代表的对应的双方，必有一方是主要的、本质的，而另一方是次要的、现象的。因而在治疗时必须根据标本的特性等具体情况，确定先标后本，或先本后标，或标本兼治等治疗原则。这在临床上面对纷繁复杂的病情，有助医生能执简驭繁，把握疾病的本质，并据此进行有效的治疗，故本节说：“知标本者，万举万当，不知标本，是谓妄行。”

怎样理解人有客气、有同气?

客气、同气注说不一，归纳起来有六点：

一指运气学说中的客气、主气，如张介宾注：“客气者，流行之运气也，往来不常，故曰客气。同气者，四时之主气也，岁之相同，故曰同气。”

二是指两种不同的病气，如马莳注：“病气有二，病本不同，而彼此相传者，谓之同气。”

三是以自然界之六气为客气，而人身与之相应的气为同气，如张志聪注：“客气者，谓在天之六气。同气者，谓吾身亦有此六气而与天气之相同也。”

四指来自体外的风寒暑温燥火为客气，而人身六经之气为同气，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如吴昆注："风寒暑湿燥火感人，随经而客，谓之客气。而风人而厥阴受之，寒人而太阳受之，暑人而少阴受之，湿人而太阴受之，燥人而阳明受之，火人而少阳受之，此同气也。"

五是以外邪为客气，同气作"固气"，即人体原来就有的病气，如《新校注》云："按全元起本，'同'作'固'。"

六是从邪气正气为解，丹波元简注："盖客气谓邪气，同气谓真气。"

诸说皆有根据。有些学者认为《新校注》之注为当，言人有新感之邪而生病者，亦有因体内潜伏的固有之邪而发病者，此正如《灵枢·贼风》之"因邪留而未发"，即为佐证。

为什么说"无使过也，伤其正也"？

此句用以强调治疗疾病过程中无论是药物治疗还是后期的饮食调养，均应适可而止，以防过量伤正。

（1）药物治疗时，药物在祛除人体病邪的同时也必然会给人体带来一定的毒副作用。如有毒之药的毒性本身即可伤人，而无毒之药久服亦可伤人，因此经文强调"有毒、无毒治病，十去其六、七、八、九"，这也即是历代医家均强调的终病即止之意。

（2）疾病后期进行饮食调养时，也应该注意不要过量。虽然水谷五味入胃以后，各归其所喜之脏，以增强相应脏器的生理功能，但若长久地增补，又可使脏器偏胜，而导致新的疾病发生。此即《素问·至真要大论》所强调的"久而增气，物化之常也，气增而久，夭之由也"之意。

怎样理解"谷肉果果，食养尽之"的含义？

经文指出用药治病，当遵循一定的准则，即使无毒治病，也只能

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十去其九，余邪则当“谷肉果菜，食养尽之”。也就是说，虽余邪未尽除，不一定非药物攻伐不可，因病邪正衰，其大势已去，在停药后，选用五谷五畜五果五菜，因为谷肉果菜如同药物亦具备五味，可以祛邪；同时又可以调养五脏精气，使正气恢复强盛，则余邪自能消退，说明饮食调养在治疗过程中具有助正祛邪的作用。

饮食调养在治疗疾病的过程中有什么作用？

食养在治病过程中的作用，主要表现为扶正气、祛邪气。在疾病发生、发展和治疗过程中，由于病邪的作用，常导致脏腑精气不足、功能活动减弱，这就更易为邪所害。所以，善治病者，能根据患者身体需要，有目的、有选择地调配饮食，借助饮食五味的功能祛除邪气；亦借助五味的功能、五味所入，调理五脏使脾运胃纳，卫气渐旺，气血逐渐充盛，则正盛邪祛，余邪常可不治而自退。

什么叫“刺有逆从”？

指针刺等治法有逆治和从治的不同。逆治是病在本而治标，病在标而治本；从治为病在标而治标，病在本而治本。治与标本相反，如“有其在本而求之于标，有其在标而求之于本”谓之逆治；治与标本相得，如“有其在标而求之于标，有其在本而求之于本”则称为从治。

如何理解“先热而后生中病者治其标”？

本句经文说明病发先后，先有热，后生中满。热为病本；中满为病标。因为“中满”一证，主要病变在脾胃（或它脏病变影响脾胃），虽为标病，但脾胃为后天之本，五脏六腑之海和气血生化之

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

源，其功能正常与否，关系人的生命活动。若不急治，以消中满，就会导致谷不入，食不纳，后天化源竭绝，出现不良后果，故先治中满。

对热病的施治法是怎样的?

对热病治疗的总则为《热论》所言“其未满三日者，可汗而已；已满三日者，可泄而已”，说明热病治疗有汗、泄的不同法则。其治疗的手段主要是施以针刺法。《灵枢·热病》详论刺热的针具选用，病位表浅者，以镵针按摩筋脉扶正祛邪；邪在肌肉，善惊卧不安者用圆利针以治其暴利之气。穴位的选用，《内经》中亦非常强调，《水热穴论》中的59穴就是专为热病而设，头部25穴“以越诸阳之热逆也”；胸背部的8穴“以泻胸中之热也”；阳明经的8个穴位“以泄胃中之热也”；肩背、下肢的8个穴位“以源四肢之热也”；五脏俞穴傍的10个穴位“泄五脏之热也”，根据热病程度，病位不同，取用不同的穴位。“热病三日气口静，人迎躁者”，可刺阳经穴位以发汗；“身热甚，阴阳皆静者”，则针刺速度宜快，“刺诸热者，如以手探汤”，疾刺可却邪又不伤正。但暑源之证，虽多汗却不可止汗，“暑当与汗皆出，勿止”，否则有闭门留寇之弊。

在施治时要注意病势，邪盛病重则暂缓针刺，可避免因攻邪而大伤正气，待病情方张之热已过，再攻邪则有事半功倍之疗效，故言“无刺熇熇热，无刺漉漉之汗……方其盛也，勿敢毁伤，刺其已衰，事必大昌”。

此外，在热病过程中，有9种危重证候，不能施行针刺，因其皆为邪盛正衰之死证。如“一曰汗不出，大颡发赤，哕者”，为虚阳上越，胃气衰败之证；“二曰世而漉满甚者”，脾气败绝也；“三曰目不明，热不已者”，为脏腑精气败竭；“四曰老人，婴儿，热而腹满”，乃正气虚衰，脾气衰败；“五曰汗不出，呕下血者”，此阴血耗伤太

http://www.55188.com理想在线证券网

甚；“六曰舌本烂，热不已者”，为三阴俱伤之败象；“七曰咳而汗不出，出不至足者”，真阴亏竭也；“八曰髓热者死”是肾气败竭之证；“九曰热而痉者”，是热极生风也。

《内经》还记载了可以用各种物理降温的方法以配合泻热。如“诸治热病，以饮之寒水乃刺之，必寒衣之，居之寒处，身寒而止也”。同时，饮食须清淡、少量，切忌荤腥，因邪热易与谷食之热合，致使“病热少愈，食肉则复，多食则遗”。

如何理解“小大不利治其标”？

“小大不利治其标”意谓凡是疾病后出现二便不通利的，当先治二便不利之标。因若二便不利，则表示肾脏气化失司，六腑传化无权，脏腑失调，邪无出路，证情危急，虽为标病，亦当先治。否则，不仅本病难治，甚至还会危及生命。

药、食治病的法度是什么？

药物与食物（谷肉果菜）均有强身健体、防病祛邪的作用，但其在治疗疾病中要依据一定的法度：

（1）根据疾病的新久，制方大小和药物有毒无毒及毒性大小确定疾病治疗的程度。如《素问·五常政大论》曰：“大毒治病，十去其六；常毒治病，十去其七；小毒治病，十去其八；无毒治病，十去其九。”

（2）余病借助食疗，扶正以祛邪。如《素问·五常政大论》曰：“谷肉果菜，食养尽之。”无论是药治或食疗，均需掌握一定尺度。

http://www.55188.com理想在线证券网

（3）如余病，食养而病不尽除，可以重复药物治疗，仍遵循以上法度。《素问·五常政大论》曰："不尽，行复如法。"

阴阳虚衰所致寒热的治疗是怎样的?

经文提出"寒之而热者取之阴，热之而寒者取之阳"。对此注家认识不一：

（1）认为这是阴虚证、阳虚证的治疗原则。如王冰注："此言益火之源，以消阴翳，壮水之主，以制阳光，故归求其属也。"

（2）认为此指反治法，其热与寒均为假象。如高世拭注："诸寒之而热者，以寒为本，故取之阴，当以热药治之。诸热之而寒者，以热为本，故取之阳，当以寒药治之。夫寒之而热，治之以热，热之而寒，治之以寒，所谓求其属以治也。"

（3）认为是反佐法。如张志聪注："夫寒之而不寒者，真阴之不足也。热之而不热者，真阳之不足也。是以病不解而久用寒热，偏胜之病反生，故当求其属以衰之……取之阴取之阳者，谓当补其阴而补其阳也。夫以寒治热、以热治寒，此平治之法也。补阴以胜热，补阳以胜寒，乃反佐之道也。"

观后文"治其五气，是以反也"，王冰之注似较合经旨。"治寒以热"、"治热以寒"的法则，是治疗寒、热的常法。但对因阳气不足、无以抑阴的虚寒证，或阴气不足、无以制阳的虚热证，仅治其相对偏盛的阴盛或阳亢，则愈伤其本来不足之阴阳，从而导致阴更胜或阳更亢。故必须补阳以抑阴，即"益火之源，以消阴翳"，或滋阴以制阳，即"壮水之主，以制阳光"，最终达到阴平阳秘，疾病痊愈。这种补阳、滋阴的法则，是治疗寒热虚证的变法，也为后世辨识、治疗虚寒、虚热证树立了楷模。益火之源，用甘源之品；壮水之主，用甘寒之品。

http://www.55188.com理想在线证券网

《内经》提出了怎样的方制?

《内经》根据药物作用的主次确立“君、臣、使”的组方原则。提出“主病之谓君，佐君之谓臣，应臣之谓使”、“偶之不去，则反佐以取之”。指出方剂中，针对病变主要方面，发挥主要治疗作用的药称为君药。辅助君药以加强其疗效的为臣药。使药是引药达于病所或调和诸药的药物。

制方要有一定法度的目的是什么?

因病情有轻重不同，病邪有在上在下之别，病位有浅深之分，病势有缓急之异，这就要求治法分轻重缓急，方药没有奇偶大小，所以，制方也就应有一定的准则。正如经文所说：“气有高下，病有远近，证有中外，治有轻重，适其至所为故。”其目的就是为了使药力直达病所，适合治疗各种各样的病证。

《内经》对方剂是如何分类的?

经文提出了大、小、缓、急、奇、偶（重）、反佐等方剂的分类：

（1）大方：即药味多而药量小的方剂。《素问·至真要大论》曰：“大则数少，小则数多，多则九之，少则二之。”又曰：“君一臣

http://www.55188.com理想在线证券网

二，制之小也；君一臣三佐五，制之中也；君一臣三佐九，制之大也。”

（2）小方：即药味少而药量多的方剂。依据同上。

（3）奇方：“君一臣二”、“君二臣三”等，即由单数药味组成之方。经文指出病在上、在外者宜用奇方治疗。

（4）偶方：“君二臣四”、“君二臣六”等，即由偶数药味组成之方。经文指出病在下在内者，宜用偶方治疗。

（5）缓方：“缓则气味薄”，即药性为和缓之方。临床上主要适用于人体上部的病变。如经文说“补上治上制以缓”。因缓方选药气味均薄，故药性主升，药力和缓，恰至病所。

（6）急方：“急则气味厚”，即药性峻急之方。临床上主要适用于人体下部的病变，如经文说“补下治下治以急”，因为急方选药气味均厚，故药性主降，药力峻急，能直达病所。

（7）反佐：“偶之不去，则反佐以取之，所谓寒热温凉，反从其病也”。即主方内反佐以与病情寒热性质相同之药，以治寒热真假而易格拒之疾。

根据经文所提出的方剂分类，后世归纳为“七方”，这些不同方剂的组方原则，为方剂学的发展奠定了基础。

为什么会出现“有病热者，寒之而热”、“有病寒者，热之而寒”的变化？

临床上之所以会出现“有病热者，寒之而热”、“有病寒者，热之而寒”的变化，是因为没有分清寒热病证的虚实之性，不懂得虚热与实热、虚寒与实寒，病本不同，治疗亦异的道理。误把虚热当实热治，用苦寒泄热，虚寒证作实寒治疗，用辛温散寒。阴虚不能制阳之发热，若以苦寒泄热，则不惟阳热不减，且阴愈伤而火愈炽；对阳虚之寒，若不明此“寒”乃阳虚失于温煦所致，盖用辛温发散，则

http://www.55188.com理想在线证券网

不但阴寒不退，而反伤阳气，且阳愈耗而寒愈盛，所以均可见“新病复起”。

正确的治疗方法应是阴虚热证，因病本于阴虚，故应滋阴以制阳，“壮水之主，以制阳光”，其热自退；阳虚寒证，因病本是阳虚，故应补阳以抑阴，即“益火之源，以消阴翳”，其寒可自消。

什么是因势利导的治疗原则？

“因势利导”作为《内经》的治疗原则之一，它包含两方面的含义：一是根据邪气的部位施治，尤其是以实邪为主的病证，应根据邪气所在部位和性质而采取相应措施，使之从最简捷的途径，以最快的速度排出体外，以免病邪深入而过多的损伤正气。如经文所云：“因其轻而扬之，因其重而减之……其高者，因而越之；其下者，引而竭之；中满者，泻之于内。其有邪者，渍形以为汗；其在皮者，汗而发之。”二是根据邪正盛衰而择时治疗，如“其盛，可待衰而已”。

如何理解因其衰而彰之？

对于本条治法的解释，大多数注家认为衰即指人体正气虚衰，而正衰当用补益之法以彰之。但从上下文来看，此种解释似乎较为片面。因上文的“因其轻而扬之，因其重而减之”。两治法中的“轻”、“重”均指病邪而言，故本句经文中的“衰”应当指病邪，是指病邪将尽而正气未复这个时期。因邪气已衰，而正气不足，此时当用补益之法，以彰正

http://www.55188.com理想在线证券网

气。例如临床上水肿病人用逐水药后，肿势大体消退，但脾肾阳气未复，仍处于“衰”之状态，于是就要用温阳健脾或温补肾阳之法，使脾与肾的阳气得到补充，相得益彰，又例下文“形不足者，温之以气；精不足者，补之以味”，还可参照《素问·汤液醪醴论》中阳虚水肿的辅助治疗“微动四极”、“温衣”，其作用是保护、振奋阳气，借以疏通经脉，有利于水肿的消散。因此对本条治法的含义，从以上两方面来理解似乎较为全面。

什么是“其高者，因而越之”？

高，指病位较高，邪在上焦；越，指从上部发越病邪之法。需要指出的是，此种治法很多，面非特指涌吐之法。张介宾注曰：“越，发扬也，谓升散之，吐涌之。”如对病邪壅滞于肺所致胸闷、痰涎壅盛、咳嗽者，此乃肺气不宣之故，应采用宽胸利膈、宣通肺气排出痰液之法以治之。

什么叫“血实”？怎样治疗“血实”？

血实，指血并于一处，滞面不行所致血脉壅滞瘀阻之证。决之，即放血、破瘀之类，包括刺络、砭石放血、药物以活血破瘀等。

如何理解“其盛可待衰而已”？

对于本句解释，历代医家大体有两种说法：一是张介宾认为是指留针之法，即邪盛之时，治疗应留针不出，直至邪气衰退后出针面停止治疗；二是扬上善认为是指待衰面治，即病邪正盛时，要等待邪气稍衰后针刺而治之。针刺留针之法，现为后世所习用，面待衰面治，亦有临床意义，故二说可相互补充，但要从以下几方面全面分析理解

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

待衰而治的含义：

（1）在《内经》中，有关待病势衰退而治的记载并不少见。如《灵枢·逆顺》篇云："《兵法》曰：无迎逢逢之气，无击堂堂之阵。刺法曰：无刺燔燔之热，无刺漉漉之汗，无刺浑浑之脉，无刺病与脉相逆者……故曰：方其盛也，勿敢毁伤，刺其已衰，事必大昌。"可见，《内经》受古代兵家"避实就虚"作战思想启发，提出了待衰而治的治疗方法。

（2）待衰而治的主要目的是避免伤及人体正气，并非言病盛不可以治，而是告诫人们此时治疗，其效果不佳，但并不意味着对于病势盛的危重病人，一定要等到病势衰时才予以治疗。临证中应根据实际情况灵活运用。

（3）待衰而治只是针对某些周期性发作的疾病而言，应在其未发作之前治疗，因为这个阶段的邪气较弱，正气相对旺盛。如能给予适宜的治疗，则可收到良好的治疗效果。如对疟疾、痛经等病的治疗，应用此法均能取得满意疗效。

如何理解"其慓悍者，按而收之"？

关于本条经文，注家说法不一，有释为针法的；有注为按摩手法的；有指治疗漉汗不止之证的等。慓悍，指邪气急猛而言；按，抑制；收，收敛，制伏之意。对于邪气急猛的病证，采用适当措施，以遏其势，以缓其急，待病势收敛，病情缓解后，再审因论治。比如：阳虚不固，汗出不止，治宜助阳益气，固表敛汗；暴泻不止者，急当涩肠固脱止泻。又如卒中昏厥，急漉针刺以救厥逆等皆是。掌握了这一法则，有助于指导对急症的处理，临床上遇到急暴病证，当本着"急则治标"的原则，首先控制病情的恶化，缓解其病势，然后再针对病机治疗，从而制伏之。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

“其盛，可待衰而已”和“其慓悍者，按而收之”两者是否互和矛盾？

（1）其盛，可待衰而已：“盛”、“衰”均指病势、病邪而言。病邪正盛时，要等待邪气稍衰后针刺而治之。关于待病势衰退而治的思想在《灵枢·逆顺》、《素问·疟论》篇均有记载。《内经》中提出病势盛不可刺的理论，其意义在于保护正气。这一重视正气的思想是《内经》中重要的学术观。我们应体会其精神实质，不能机械地理解为任何疾病在其病势鹊张时，均不采取积极的治疗措施而消极地等待。也正是如此，后文又施出了“其慓悍者，按而收之”的治法。

（2）其慓悍者，按而收之：慓悍，指邪气急猛而言。对于邪气急猛的病证，采用适当措施，以遏其势，以慓其急，待病势收敛，病情缓解后，再审因论治。

两种治法并不相互矛盾，因二者是针对不同病情提出来的。“其盛，可待衰而已”适用于某些周期性发作的疾病的治疗，如疟疾、痛经等等。而“其慓悍者，按而收之”施适用于某些急重病证如阳虚不而、汗出不止者或卒然昏厥等疾病的治疗。

标本的含义是什么？

标本的本义是指草木之根与梢，即本是指草木之根；标又称末，为草木枝叶末梢，后常用其表示相对的概念，用来概括说明事物的本质和现象，因果关系及病变过程中矛盾的主次关系等。《内经》在对标本概念的运用中，十分重视标本含义的相对性，并用以揩示事物的上与下、表与里、先与后、本体与效应、患者与医生、六气与三阴三阳属性等对应双方的主次先后及轻重慓急。就具体内容而言，《内经》所言标本之所指有六：

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

（1）疾病先后标本。病之先成者，如病因、病机及原发病、先发病为本；病之后生者，如因病因病机而引发的病证、症状、继发病、后生之病者为标。经文所言者是。

（2）经脉标本。经脉起始之处为本，经脉所过之处为标。如《灵枢·卫气》所云："能知六经标本者，可以无惑于天下。"

（3）六气阴阳标本。运气学说认为，风寒暑湿燥火天之六气为本，其所产生的气候特点及其三阴三阳属性为标。

（4）水肿病证的主次病机标本。如《素问·水热穴论》说："其本在肾，其末在肺，皆积水也。"

（5）医患病治之间的标本关系。如《素问·汤液醪醴论》说："病为本，工为标，标本不得，邪气不服。"

（6）病在上、在外、在气者为标，病在下、在内、在精血者为本。如《灵枢·师传》篇曰："春夏先治其标，后治其本；秋冬先治其本，后治其标。"

综上所述，《内经》关于标本的含义甚多，应用的范围甚广，它既可以表示相互对应的两种事物，也可以表示一事物内部存在的两种相对的属性。大凡具有根本的、重要的、内在的、本质的、开始的、中心的等特性多属于"本"；而具有次要的、外在的、枝节的、现象的、后起的、终极的、周围的等特性多属于"标"。《素问·至真要大论》称"夫标本之道，要而博，小而大"，正说明标本可以作为多种事物的抽象属性，具有一定的普遍意义。

病发标本先后理论的临证运用是怎样的？

《内经》十分重视病发标本先后理论的临证运用，正如经文所言："知标本者，万举万当；不知标本，是谓妄行。"又说："夫阴阳逆从标本之为道也，小而大，言一而知百病之害。少而多，浅而博，可以言一而知百也。"足见病发标本先后理论的重要性和临证运用的

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

广泛性。

就经文内容而言，病发标本先后理论的临证运用主要体现在以下几方而：

（1）治病求本：一般来说，标根于本，病本能除，标亦随之而解。所谓“治病必求于本”，是治疗中的根本大法。

（2）标急治标：在一般情况下标病不急时要治其本，但在疾病发展演变过程中，标病将要危及生命，或在诸多病理矛盾中，标病成为突出的主要矛盾时，当先治标，否则恐贻误病情，甚则危及生命。经文提出的“中满”及“小大不利”只是示范而已。

（3）标本先后：“病发而有余，本而标之，先治其本，后治其标，病发而不足，标而本之，先治其标，后治其本”。这是根据病证虚实确定标本先后治则，具体实践时应结合虚实的轻重缓急，审证论治，而非固定格式。

（4）间者并行：即病情轻浅者，应标本兼治。

（5）甚者独行：即指疾病严重者，必须根据实际情况，标急则独治其标，本急独治其本。

总之，《内经》为我们充分展示了灵活实用标本的种种范例，对今天的临床实践颇有启迪。从中我们再一次体味经文所言“言标与本，易而勿及”的深刻含义。

为什么说治病求本?

“标”、“本”是中医学用来分辨疾病主次先后、轻重缓急的理论。它主要提示，哪是疾病的本质，哪是疾病的外在表现，哪是疾病的主要矛盾，哪是疾病的次要矛盾。所谓“标”，即是指疾病的现象，本则是疾病的本质。所以《类经·标本类》说：“谓天地之运气，人身之疾病，变化无穷，无不有标本在也。”可见标和本在疾病过程中是客观存在的。因此，分清标本，才不致被错综复杂的各种症

http://www.55188.com理想在线证券网

状所迷惑，才能抓住疾病的本质，予以正确的治疗。正如《素问·标本病传论》所说："知标本者，万举万当，不知标本，是谓妄行。"

疾病是复杂的，又经常处于发展变化之中，因此，"标"与"本"也不是一成不变的，它是一个相对的辩证概念。它有多种含义，例如：正与邪相对而言，正为本，邪为标，因为正气具有抵抗病邪侵入的能力，正气存内，邪不可干。正气不足，才可能邪气进入，引起疾病。同时治疗的目的，也是为了恢复正气，达到身体健康的目的。又如从病因和症状来讲，病因为本，症状为标，病因是引起疾病的根本原因，它决定着疾病的性质、种类和证候特点，而症状是疾病的外在表现，是内在脏腑病理变化在外的反映。治疗要抓住疾病的本质，针对病因进行治疗，病因已除，症状自然就能消失。又如内脏与体表而言，内脏是本，体表为标，内脏是藏精气主精神意志的，具有重要的生理功能，而体表的功能也靠内脏来维持，而体表的病变又常常是内在脏腑病变的反映，治疗也从内脏入手。又如旧病与新病而言，旧病为本，新病为标。原发病为本，继发病为标。

分辨"标"、"本"是为确定治疗原则提供根据。一般情况下，治疗疾病，必须抓住疾病的本质，从根本上入手，针对引起疾病的根本原因进行治疗，先治本后治标，即"治病求本"，这是中医治疗学的总原则。治疗疾病不可头痛治头，脚痛治脚，见热清热，见寒散寒，这样往往不能从根本上治愈疾病。

疾病是复杂的，是千变万化的，因此，临证时要善于从复杂的表

现中，透过现象，找出疾病的本质，抓住主要矛盾，从而解决根本问题。

异法方宜的基本内容是什么？

异法方宜，即适宜方土的不同治法。方土不同，地理环境有别，决定气候条件有差异。物产、生活、饮食习惯、饮食结构的差异及疾病种类性质不同，而产生不同治疗方法。

（1）东方：是天地之气始生之方，时当春令。故其气候特点偏于温和；环境的特点是靠近海边，盛产鱼盐；生活特点是食鱼嗜咸，易外发疮病；治疗的特点是发病多在肌表，故宜用砭石治之。所以砭石疗法是从东方传来的。

（2）西方：是盛产金玉，遍地砂石的地区。故其气候特点是收引劲急，类似于秋令的清凉肃杀气候；环境特点是多高厚土山，其地多风，水土之性刚强；生活特点是不讲究穿衣而披兽皮或穿毛布。吃的是酥酪膏肉一类的厚味饮食；体质特点是比较肥胖，不易为外邪所侵犯；致病特点是多为饮食不节、七情失调等内伤所致；治疗特点宜用药物治其内。所以，药物治病之法是从西方传来的。

（3）南方：为阳气最盛，万物生长繁茂的地区。故其气候特点偏于炎热，类似于夏季；环境特点是地势低下，水土较弱，雾露常聚；生活特点是喜欢吃酸味和发酵过的食物；体质特点是经文理而色赤；疾病特点是易发生筋脉拘挛、肌肤麻痹一类疾病；治疗特点是宜用微针浅刺，以

http://www.55188.com理想在线证券网

祛除在表之邪。所以，九针治病方法是从南方传来的。

（4）北方：为天地之气闭藏的地区，其地势高，故其气候特点是风寒凛冽，类似于冬天；环境特点是依山陵而居，习惯于野外居处，生活特点是以牛羊乳为主食，体质特点是由于气候寒冷，乳食又性寒，因此人体多脏寒；治疗特点是宜用灸法来温阳散寒。所以，艾灸疗法是从北方传来的。

（5）中央：地区地势平坦而湿润，故其气候特点是寒温适宜；环境特点是地平多湿，物产丰富；生活特点是食物品种较繁杂，较少劳动；体质特点是体弱阳虚，易伤于湿；致病特点是痿痹、厥逆、寒热；治疗特点是宜用导引按摩之法运行气血，以祛除疾病。所以，导引按摩的治病方法是由中央地区传出来的。

“一病而治各不同，皆愈”是什么愈理？

“一病而治各不同，皆愈”，经文回答曰：“地势使然也。”因为东西南北中五方区域不同地理形势亦异，人们的生活习惯、身体素质各具特点，常见病、多发病也有所不同。所以，治疗方法也各有所宜。尽管各地治法不同，但都是根据当地人们的具体情况出发，针对疾病病机而施治，所以都能取得好的疗效，这就是因地制宜、因人制宜的治疗原则。如东方多痈疡、南方多挛痹等。疾病不同，自然治疗方法不同，即经文所举的砭石、毒药、艾灸、九针、导引按跃。砭石切开排脓；九针疏通经络而解除痹痛，艾灸纳热以驱寒。其道理在于说明不同的治疗手段与方法对不同疾病有不同的治疗作用。

经文中“一病”二字，注家均未作注释，根据经文阐发“地势使然”，地理环境不同，决定气候、习俗、疾病的发生各有差异之理，可以考虑“一病”当是“异病”。这就要求医生在临床治病中必须了解情况。

（1）“得病之情，知治之大体”：即必须了解病人所在的地理、

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气候、生活习惯及体质与发病等特点，全面而详尽地了解病情，从面决定采取与之相宜的治疗方法。

（2）“杂合以治，各得其所宜”：即古代五方人民积累总结出来的五种治病方法，各有其适应的范围，因此，必须全面地掌握这些治法，从面达到“治所以异，面病皆愈”的良好治疗效果。这就是因地、因人治宜的治疗原则。

“圣人杂合以治”这句话有什么实践意义？

“杂合以治，各得其所宜”，谓掌握了针刺、药物、导引按跃、砭石、灸焫等多种治疗方法，就能根据天时地域之宜，五方之人的不同体质及具体病情，分别获得满意的治疗效果。经文指出，要达到这个目的必须做到“得病之情，知治之大体”，这就启示一要精通多种医疗技术，二要遵循因地、因人制宜的原则，灵活施治。

什么是标本不得？

病为本，工为标，标本不得，邪气不服。患者的神机为本，医工的治疗措施和方法为标，如果患者体内的神机衰败，则不能使医工的治疗措施和方法发挥应有的作用。此论点精辟地论述了病人和医生、疾病和治疗之间的辩证关系，反映了处理好标本关系的重要性。

为什么说治病要因人因地制宜？

《素问·异法方宜论》从治疗学角度，创立“因地制宜”、“因人制宜”的治疗原则。认为不同地域、不同气候环境、不同饮食生活习惯、不同体质，有不同的发病特点，因此，在治疗时，就要采取不同的治疗方法。这是古代医家在长期实际观察、医疗实践中总结出来

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

的。这些医学思想，与现代气候区划理论、医学气象学思想、医学地理学思想相一致，即使在医学、科学发达的今天，《内经》的这些思想和理论对临床实践仍具有重要的指导意义。

如何理解“四时五脏，病随五味所宜”的意义?

五谷、五果、五畜、五菜等药食有五味，五味分属四（五）时、五脏，药食气味在治病中各有不同的作用。气味偏盛的药食能攻逐邪气治疗疾病，五谷杂粮用以滋养五脏，水果类可以营养脏腑，牛、羊等禽、畜类之肉能补益脏腑精气，葵、藿、薤、葱、韭等蔬菜可补充五谷杂粮、水果、肉类等的不足，从其他方面营养五脏。五谷、五果、五畜、五菜等既是维持人类生命过程不可缺少的食品，又是驱逐邪气治疗疾病的药品。既能分别补益不同的脏气，又能共同作用，增强正气，祛除邪气，促进康复。但是，五味分别归属四（五）时五脏，所以选择应用，要根据春、夏、（长夏）、秋、冬季节不同，五脏之气偏盛、偏衰，以及苦、欲等具体情况，以其所宜而用之。

汤液醪醴在不何时期的应用如何?

（1）上古圣人作汤液醪醴，为面不用：因上古圣人注重养生之道，善于适应自然环境，调控精神、嗜欲，身心偏康而无病，故“为而弗服也”。

（2）中古之世，道德稍衰，康之万全：到了中古时期，人们对待养生的态度有所变化，不太注重养生之道，使身体素质稍差，故“邪气时至”，但仍可“服之万全”。

（3）今之世“必齐毒药攻其中，镵石针艾治其外也”：当今之世（《内经》作者所处时代）人们违逆养生法则而致疾病丛生，如《素问·移精变气论》所言：“当今之世不然，忧患缘其内，苦形伤其

http://www.55188.com理想在线证券网

外，又失四时之从，逆寒暑之宜，贼风数至，虚邪朝夕，内至五脏骨髓，外伤空窍肌肤，所以小病必甚，大病必死。”病至如此程度，则非汤液醪醴之所能及也，而必配以药物，针刺艾灸法综合治疗方可奏效。

经文通过汤液醪醴在三个不同时代应用效果的对比，意在说明养生治病的重要性，体现了《内经》预防思想。同时我们也可以看到，人们对养生的忽视，知识的缺乏，以及从单纯应用汤液醪醴治病，到药物、针石等综合方面的运用，表明了疾病的变化由简单到复杂，也说明了医学自身的发展。

如何理解“孤精于内，气耗于外”？

“孤精于内，气耗于外”是对水肿病机的补充。但对此认识分歧较大。一种意见认为是精中无气，阴内无阳，故曰“孤精”。气，指阳气。如张介宾注：“精中无气，则孤精于内；阴内无阳，则气耗于外。”第二种意见认为“精”指五脏之精，“气”指肺脏呼吸之气。如杨上善注：“虽有五脏之精，而外少吐纳之气。耗，少也，肺伤竭也。”第三种意见认为“精”指肾精，“气”指肺气。如高世拭注：“肺主气，肾藏精，精气相交。今孤精于内，气耗于外，水天上下，不相通矣。”王冰之解可谓第四种观点，他认为“精”为阴精，“气”为阳气。“孤”为损削，“耗”为耗伤。曰：“阴精损削于内，阳气耗减于外，则三焦闭溢，水道不

通，水满皮肤，身体水肿。”此上四说似均难合经文本意。结合上文“五脏阳以竭”作阳气虚损、失于蒸化之解，此处“孤精”应指停聚体内的水湿，“气”指上文之“阳”即阳气。当津液化为水湿充斥肌肤为水肿，此种水湿又为阴邪，故而更伤机体之阳。此解正与“津液充郭，其魄独居”相应。所以才有“形不与衣相保”、“形施于外”、“四极急而动中”等全身高度浮肿的症状。

诊治疾病的“四易”和“四难”指什么？

“四易”指的是“形气相得，谓之可治；色泽以浮，谓之易已；脉从四时，谓之可治；脉弱以滑，是有胃气，命曰易治”。

“四难”指的是“形气相失，谓之难治；色夭不泽，谓之难已；脉实以坚，谓之益甚；脉逆四时，为不可治”。

这些体现了中医理论的整体观，指出诊治疾病时，必须观察人的形体、神色、色泽、脉象等各种征象，才能辨别疾病的易治和难治。

如何理解“五脏阳以竭”？

一者认为，“竭”通“遏”，即五脏阳气阻遏不通、不能化水，是经文水肿病的病机，这一认识主要是因为原文描述的肿势较重，主要采用“去宛陈莝”、“开鬼门，洁净府”等祛除实邪的方法，因此其证候当属实证，且在治疗后的结果中提到“五阳已布”的缘故。

一者认为，“竭”即衰竭，由于五脏阳气衰竭、无力化水，形成水肿，原文描述

http://www.55188.com理想在线证券网

的症状虽多为实证，治法也多为祛邪之法，但证之临床，阳虚不化致水肿者较为常见，也往往可形成较严重的肿势，此时虽属虚证，治疗常遵循“急者治其标”的原则，运用“去宛陈莝”和“开鬼门，洁净府”等急祛水邪的方法，且原文在治疗结果的描述中提到“精自生，形自盛”等句，可作为对虚证理解的依据。

两种认识均有道理，当灵活理解与掌握。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十二 宝命全形

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

养生的原则是什么?

关于养生的原则,《内经》主要提出五项:

一曰法于阴阳。顺应自然界阴阳消长、寒暑变化规律调养自身,使人体适应自然界阴阳变化之道,增加对自然界寒暑变化的适应能力。

二曰和于术数。运用一些养生方法,如导引、按跻、吐纳、吞津等,以达到健身防病的目的。

三曰饮食有节。即食物的五味不偏嗜,食物的寒温适度,忌过饥过饱等,以固护脾胃。

四曰起居有常。即生活起居、工作要有规律。

五曰不作妄劳。无论是劳心、劳力,还是房劳,都应该适度,做到"形劳而不倦",以免伤精耗气。如此才能形体健壮,精神饱满,健康长寿。

养生纲领是怎样的?

经文提出了养生的两大纲领。一是对外要适应自然界环境,避免六淫之邪的侵袭,即"虚邪贼风,避之有时"。二是对内要调养精神志意,避免精神刺激、情志变化,即"精神内守"、"恬惔虚无"。人与自然界息息相通,自然界阴阳之气的盛衰变化,不仅使自然界有春

http://www.55188.com理想在线证券网

夏秋冬四季的变更，人体的生理机能也随之有规律性的变化，人体必须调节自身功能，以增强对自然界变化的适应能力，避免四时不正之气的侵袭，这就是养生。正如经文所说："法于阴阳，和于术数"、"虚邪贼风，避之有时"。《素问·生气通天论》亦云："苍天之气，清净则志意治，顺之则阳气固，虽有贼邪，弗能害也，此因时之序，故圣人传精神，服天气，而通神明。""因时之序"、"服天气"就是顺应自然界四时的变化规律养生，"通神明"是指要使天人阴阳统一起来，以达到外邪不能侵袭的养生目的。而精神志意活动，是五脏精气活动的反映，但志意又能反过来控调人的精神和脏腑活动。《灵枢·本脏》所云："志意者，所以御精神，收魂魄，适寒温，和喜怒者也。""志意和，则精神专直，魂魄不散，悔怒不起，五脏不受邪矣"。所以，情绪安定，精神畅达，减少妄想及患得患失的思想情绪，即"志闲而少欲"才能气血充盛，运行和畅，阴阳平衡，达到养生防病的目的。

什么是真气?

《灵枢·刺节真邪》云："真气者，所受于天，与谷气并而充身者也。"这里的"天"是指自然界的空间环境，从达一环境中接受的物质为天阳之气，即呼吸之气。如张介宾注曰："气在天者，受于鼻而喉主之。"马莳曰："真气者，与生俱生，受之于天日，与谷气相并，而充满于身者也。"说明真气成于后天，是由人呼吸的天阳之气与水谷精微之气相结合而成，具有充养周身，供人身生理活动之用的物质。《素问·刺节真邪》又云："真气者，经气也。"即指运行于经脉的气血，可见，真气是由人呼吸的自然界清气与脾胃所化生的水谷精气化合而成，在经脉中运行，输布于人体不同部位，构成人体各种生理之气。人体的各种机能活动与抗病能力都与真气密切相关，是人体生命活动的动力，又叫正气。如行于脉中的称为营气，散于脉外的

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

谓之卫气，布于脏腑的是脏腑之气等。

男女生长发育和生殖的规律是什么？

《内经》将人体的生长发育生殖规律分为三个阶段：其一为生长发育期，即女子7～14岁；男子8～16岁，齿更发长，天癸至，女子月经来潮，男子有排精现象，始有生殖能力。其二为壮盛生殖期，即女子21～28岁；男子24～32岁，此时智齿生出，筋骨坚强，身体壮盛，发长极。其三为衰老期，即女子35～49岁；男子40～64岁，此时阳明脉气渐衰，面色日渐憔悴，头发枯白开始脱落，天癸渐竭。女子月经闭止，男子精液稀少，丧失生殖能力。面肾气的盛衰，是导致人体生长发育生殖变化的主要因素。因此，姚止庵注云："男女之壮也，并始于肾气之盛实，其后也，亦由于肾气之衰微。人之盛衰，皆本源于肾。"

什么叫"更年期"？

人的一生从幼年到成年的过渡时期，称"青春期"。当年龄进入40多岁以后，由于人体生理机能的逐渐衰退，睾丸或卵巢的分泌功能也随之减弱，从而造成一时性的内分泌失调，出现精神情志、神经血管以及组织器官等一系列生理功能变化的临床症状。这就是更年期。但是，更年期症状都是暂时的，如果能在1～2年内不被更年期症状所困扰，并保养得法，就可以顺利度过更年期面进入老年期。

更年期是每个人生命过程中必然经历的一个阶段。《素问·上古天真论》说："女子七七，任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。丈夫七八，肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极。"意思是说妇女到了49岁，就要不来月经面失去生育能力，男子到了56岁，就身体渐虚，肝肾精气不足面性功

http://www.55188.com理想在线证券网

能低下。古人的这段话说明更年期女性要比男性来得早，但在年龄上倒不那么绝对，因为它与种族、家族、气候、营养以及个人健康等因素有关。一般来说，我国妇女在45～55岁，男性在55～65岁之间。

在更年期男女各有何生理变化?

男性在更年期的生理变化和症状表现比较轻微，有些人甚至在不知不觉中度过了更年期。症状明显的可出现精神上郁闷、烦躁、孤僻、易怒，以及失眠多梦、阵阵发热和性欲低下。工作上感到体力欠佳、精力不足、优柔寡断、缺少主见以及记忆减退等。出现上述症状的原因，与睾酮水平降低有关。过去由于对男性更年期缺乏认识，常将上述症状当作神经官能症或神经衰弱来治疗。其实只要消除不必要的思想顾虑，完全可以不治而愈。

妇女进入更年期后，由于卵巢功能减退，雌激素分泌水平时高时低，因此首先最突出的症状是月经周期的延长和月经量的紊乱。有的是二三个月，甚至半年来一次月经，经期短，经量少；有的是不来则已，一来十多天，几十天经血淋漓不断，血量增多，甚至出现“血崩”样的大出血而导致贫血病症，发生这种情况，应该及时去医院诊治。在月经紊乱的同时，还会出现心血管系统的症状。如阵阵潮热涌向头、颈、胸部，或沿脊柱到全身，发作时间短但次数频繁。随着潮热而面部潮红，自感头昏头涨，眼花耳鸣，胸部不适，出汗后又觉全身怕

http://www.55188.com理想在线证券网

冷。情绪上急躁易怒，或多愁善感，孤僻多疑，给旁人有异样的感觉。另外，有的人还会出现皮肤麻木、刺痒，如虫行蚁走感，或关节、肌肉疼痛等感觉过于敏感的异常现象。上述症状，大多由于卵巢功能的衰退与内分泌腺之间的失调所造成的暂时现象，医学上将更年期中多种多样、五花八门的临床表现归纳为“更年期综合征”。因为这些症状主要是妇女的主观感受，自我描述，具有游走不定的特点而无固定的、确切的病变部位，往往受气候、环境、情志等因素的影响而时隐时现，时轻时重。就像人们常说的那样：它是功能性的紊乱，不是器质性的病变。因此，处在更年期内的妇女，大可不必为此忧心忡忡，精神恐惧，应当以科学的态度、正确的认识来对待这种生理变化。

冲、任二脉与生长发育的关系是怎样的?

经文指出冲、任二脉的盛衰对人体生长、发育与生殖的重要作用。《灵枢·五音五味》云：“冲脉任脉，皆起于胞中，上循背（《甲乙》、《太素》为‘脊’）里，为经络之海。”《灵枢·逆顺肥瘦》：“夫冲脉者，五脏六腑之海也，五脏六腑皆禀焉。”人的五脏六腑、四肢百骸皆需气血的不断濡养才能发挥正常的生理功能，生殖机能亦是如此。冲、任二脉气血旺盛，则月经按时来潮。

妊娠期，月经停止，冲、任二脉之气血供养胎儿之用。哺乳期，冲、任之气血供泌乳之用。衰老期，冲、任二脉气虚，则脏腑四肢百骸失养，故“年老而无子”。

天癸的生成、征象及作用分别是什么?

天癸是肾精中具有促进生殖机能成熟的物质。《素问·上古天真论》云：“肾者主水，受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛乃能泻。”

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

《太素》："肾者主水"为"肾者生水"，而经文中"天癸"二字在《甲乙·形气盛衰大论·第十二》皆为"天水"。据此"水"指天水，亦即"天癸"。肾者主水即肾主天癸。《太素》"肾者生水"即肾生天癸。

因此，根据经文"受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛乃能泻"可以得出，天癸的生成是以五脏盈余的精气为物质基础的，其精气藏于肾，在肾气的作用下形成具有促进生殖机能的物质。天癸的征象：女子月经，男子排精。天癸的作用：促进生殖机能成熟。

《内经》中养生的论述有哪些？

概括起来有：精神愉快的修养；饮食起居的调节；环境气候的适应；增强体质的锻炼。并对养生法的基本原理进行了讨论，阐述了若不按此养生则对健康和寿命会带来危害。而且还对老年人的生理活动和病理表现，衰老的原因，死亡的因素，以及各种影响寿命的问题都作了论述。因此从祖国医学角度来讲，《内经》已基本奠定了中医老年保健学或中医养生学的理论基础。

除《内经》外，中国古代还有哪些哪要养生著作？

《养生论》，晋代嵇康著。此书重点介绍人是可以长寿的，但要长寿就必须懂得养生之道，而养生重在养神。除养神之外，还主张弃厚味，服补药，饮清泉，浴阳光，节色欲等。这些见解确实对健康有益。

《千金要方》、《千金翼方》，唐·孙思邈著。孙氏突破了庄子的"无欲无为"之戒，提出了积根的养生思想，即主张"不但饵药餐霞，其在兼于百行，百行周备，虽绝药饵足以遐年"。指出养生的方式方法多种多样，不仅仅是服补药、食美味。尤其反对单纯的静养，

http://www.55188.com理想在线证券网

而强调适当的运动。认为“养生之道，常欲小劳，但莫大疲及强所不能堪耳。且流水不腐，户枢不蠹，以其运动故也”。所以书中对于按摩、导引、调息诸法做了细致的描述。此外，书中还强调了道德修养，俭朴生活，老勿忘学，注意卫生的养生特点，对后世养生学的发展极有启发。

《泰定养生主论》，元·王珪著。此书的特点是：认为人之摄养必须自幼及壮到老，都要有一定原则及方药。作者指出：“婚合、孕育、婴幼、童壮、衰老，宜摄避忌”，以“御未然之病”，则具有很明确的“治未病”观点，也就是说，防衰老要立足在未老之前。

《类修要诀》，明·胡文焕编。此书主要收集自古以来的养生修炼歌诀、警言、格言。例如：“笑一笑，少一少；恼一恼，老一老；斗一斗，瘦一瘦；让一让，胖一胖”。“戒暴怒以养其性，少思虑以养其神，省言语以养其气，绝私念以养其心”。“服药千朝，不如独宿一宵；饮酒一斛，不如饱食一粥”。这些谚语、格言是有助于养生防老的。

《老老恒言》，清·曹慈山辑，是老年人的养生专书。作者从老年生理特点出发，总结了一整套衣、食、住、行的浅近易行的养生方法。指出“以方药治未病，不若以起居饮食调摄于未病”。主张动静结合的老年养生法，并根据老年脾胃衰弱的特点，编制了各种营养粥谱等，对抗老防衰有一定帮助。

《内经》中论述四十岁“好坐”，这是什么道理？

（1）“好坐”：说明40岁是

http://www.55188.com理想在线证券网

生长发育盛衰转化时期，生理功能开始衰退；此期具有旧疾新患，虚实夹杂的身心特点。如“四十岁，五脏六腑十二经脉，皆大盛以平定，腠理始疏荣华颓落，发颇斑白，平盛不摇，故好坐”。

（2）细查病原，强调虚实辨证，注意养生保健。

《内经》论述六十岁“好卧”是什么原因？

（1）人年60岁，生理功能、心理活动均呈衰老状态，显于外的老态用“好卧”概括。如“六十岁，心气始衰，苦忧患，血气懈惰，故好卧”。

（2）生机衰退，脏腑阴阳气血俱衰，因虚生实，浊物积聚，形成虚实夹杂、标本互制的状态，在病种、病程及其诊治上，都有其特点。

http://www.55188.com理想在线证券网

十四 阴阳应天

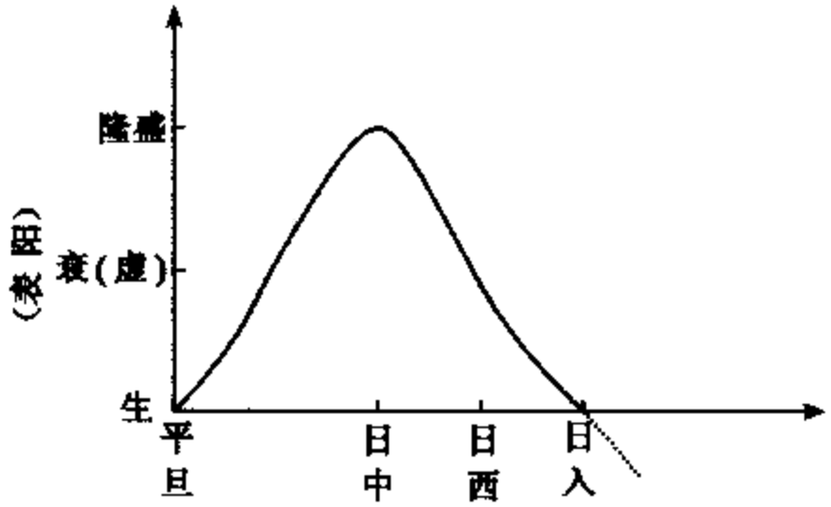
http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

如何利用一天中阳气在肌表的盛衰变化来养生防病?

一日中阳气在肌表的盛表变化，如经文曰："阳气者一日而主外，平旦人气生，日中而阳气隆，日西而阳气已虚，气门乃闭"。说明人身阳气在肌表的盛表变化与太阳的起落相关。一日，指白天，生，进也，像草木出生土上。人气生，说明平旦之时，阳气柔弱。一日中阳气在肌表的盛衰变化是，早晨阳气在肌表弱小，日中隆盛，日西阳气在肌表又减弱，日人阳气内收而人里。



一日中阳气在肌表的虚衰变化

养生防病，经文曰："是故暮而收拒，无扰筋骨，无见雾露，反此三时，形乃困薄。"文中强调日暮不要进行户外活动，其道理是日暮之时，阳气在肌表虚衰，防病能力弱，如此时进行户外活动，则会导致阳气发越，使本来在肌表不足的阳气加重损失，减少或失去其卫外作用，因此勿过劳以免扰动筋骨，如遇雾露，也易伤害阳气，并且外邪乘虚而人，则易使人得病。

经文提示"反此三时，形乃困薄"，说明不仅在日暮要注意养生防病，平旦、日中亦应予以注意。平旦，人的阳气虽然出表，但仍弱

http://www.55188.com理想在线证券网

小，故当从日暮要求养生防病；日中虽然阳气隆盛、抗病力强，但过度劳累亦会使阳气发越、散失，表虚不固，也容易使邪气外侵而发病。日中应该注意“劳而不倦”，或汗出时躲避风寒邪气。这样才能达到健康防病的目的。

“春夏养阳、秋冬养阴”的实质是什么？

“春夏养阳、秋冬养阴”是经文提出的“四气调神”养生原则，但历代注家对此注释不一，莫衷一是。王冰认为是阴阳互制，即春夏阳盛，宜食寒凉抑制亢阳，“全阴则阳气不极”，秋冬阴盛，宜食温热抑制盛阴，“全阳则阴气不穷”。张介宾认为是阴阳互根，即春夏养阳，为秋冬阴之基，故春夏每因风凉生冷，伤其阳气而患疟泄等病；秋冬养阴，为春夏阳之基，故秋冬每因纵欲过度，伤其阴而患火证。高士宗认为四时的太少阴阳是万物的根本，所以春夏养阳使少阳、太阳之气生。秋冬养阴，使太阴、少阴之气藏。《千金·脾劳门》曰：“春夏养阳，秋冬养阴，以顺其根本矣。肝心为阳，脾肺肾为阴，逆其根则伐其本。”综上，王、张氏所注与文义不符，难合经旨。高氏、《千金》所注与文义贯通，但高氏未注明少阳、太阳、太阴、少阴所指。而《千金》明确指出阴阳所属，即阳为肝心，阴为肺脾肾，当从。根据如下：

（1）文义贯通：经文言“逆春气则少阳不生，肝气内变……”，

http://www.55188.com理想在线证券网

后言“四时阴阳者，万物之根本也”、“春夏养阳，秋冬养阴”，均探讨四时阴阳与脏腑疾病的关系。

（2）四时之气与五脏相通，即春、夏、长夏、秋、冬分别通于肝心脾肺肾，以及四时与五脏病的关系。可知春夏养阳当为调养肝、心之气，以防春夏时邪伤之；秋冬养阴，当为调养肺脾肾之气，以防秋冬时邪伤及肺脾肾。

四季气象特点及相应的养生方法是什么？

四时气象的特点及生长收藏规律，提示人类必须顺从四时阴阳变化调摄精神，合理安排生活起居，以健身防病。若违反四时阴阳消长规律，则不仅会伤害相应五脏，还可能会在下一季节发生病变（见下表）。这种养生、养长、养收、养藏的方法，是对《素问·上古天真论》“法于阴阳”这一养生法则的具体运用。这种适应四时之变的养生方法，对保健防病，有一定的指导意义。

四时气候特点及相应养生方法见下表。

	四季的气候与物候特点	四季调神养生方法	逆四时养生的危害
春季	阳气初生，气候转暖，万物萌生，欣欣向荣，即“春三月，此谓发陈，天地俱生，万物以荣”	生活起居要“夜卧早起，广步于庭，被发缓形，以使志生”。保持心情舒畅，精神焕发	“逆之则伤肝”或使肝气内郁，或使肝气开发太过。则出现至夏则“夏为寒变，奉长者少”
夏季	阳气旺盛，万物繁荣茂盛，开花结果。即“夏三月，此谓蕃秀，天地气交，万物华实”	生活起居要“夜卧早起，无厌于日”。加强户外活动以利阳气宣畅，“使志无怒”以调神	“逆之则伤心”，或“秋为痎疟，奉收者少，冬至重病”

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

续表

	四季的气候与物候特点	四季调神养生方法	逆四时养生的危害
秋季	阳气渐收，阴气渐盛，万物即将凋落。即“秋三月，此谓容平，天气以急，地气以明”	生活起居要“早卧早起，与鸡俱兴”。意志宁静，情绪安定	“逆之则伤肺”，或“冬为飧泄，奉藏者少”
冬季	阳气入藏于里，阴寒之气最盛，万物潜伏闭藏。即“冬三月，此谓闭藏，水冰地坼，无扰乎阳”	生活起居要“早卧晚起，必待日光”。精神志意宜潜伏忌张扬	“逆之则伤肾”，或“春为痿厥，奉生者少”

如何理解“从四时阴阳则生，逆之则病”？

自然界阴阳之气的消长变化，产生了春夏秋冬的寒暑气候变化，而万物则有生、长、化、收、藏的生化过程。因此阴阳的相互作用、消长盛衰变化，是万物从生化到死亡的根本，故四时阴阳是万物的始终，是死生之根本。

古代养生防衰的基本观念有哪些？

古代养生防衰的基本观点有：

（1）外避虚邪：人与自然是统一的整体，养生防病，却老延年，必须取法于自然界四时阴阳的变化规律，注意预防四时不正气候的侵袭。

（2）内养精神：古人非常重视精神情志的调养，避免精神刺激，情志变动，提出“恬惔虚无，真气从之，精神内守，病安从来”，及“志闲而少欲，心安而不惧，形劳而不倦”、“嗜欲不能劳其目，淫邪

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

不能惑其心”等，这些都是内养精神的一个重要方面。

（3）注重真气：真气在人体生长发育的一系列生理变化过程中，起着决定性作用，生命的寿夭无不关于此，掌握养生之道，就是为了保养真气。面后天调养精神是保证真气发挥作用的根本途径，只有真气充足，才能使人尽终天年。

肾气在人的生长、发育、生殖过程中的作用如何?

肾为先天之本，肾气是促进人体生长发育和生殖机能成熟的物质基础，在人的生命过程中，惟有肾气盛，才能化生天癸，而使人具有生殖能力。同时，人的机体也在不断生长发育，以至成熟。肾气由逐渐旺盛，发展到平衡充足，又由此逐渐下降衰少，天癸也将日趋乏竭，人的生殖功能也因之而渐渐丧失，人体由肌肉满壮，筋骨隆盛，变得老态龙钟，行步不正。可见，人的生命过程，实质是肾气的盛衰过程。在这个过程中，如果充分重视肾气，保养真气，就可以却老延年。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

十五 脏气法时

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

什么是治未病?

《内经》中“治未病”的含义有两种：其一是养生防病，其二是针对疾病初期、刚有先兆表现时给予早期治疗，已病防变。

关于养生防病，经文将疾病与战乱相比拟，说明顺应四时养生对预防疾病发生的积极意义。养生防病的关键是“形与神俱”，既要采取各种摄生手段与方法，使人体适应四时变化，避免外邪侵袭，如《素问·上古天真论》的五大养生法则及四季不同养生方法，同时还要调摄精神，减少不良精神刺激，使五脏元真通畅，疾病不生。

关于早期治疗已病防变，《素问·刺热》云：“肝热病者，左颊先赤；心热病者，颜先赤；脾热病者，鼻先赤；肺热病者，右颊先赤，肾热病者，颐先赤。病虽未发，见赤色者刺之，名曰治未病。”说明此时五脏热病已有，但还未成未发，要求医者在病未成刚有先兆表现时就及时施予治疗，此即《素问·八正神明论》言“上工救其萌芽”，《灵枢·逆顺》云：“上工刺其未生者也，其次，刺其未盛者也。”《素问·离合真邪》：“邪之新客来也，未有定处，推之则前，引之则止，逢而泻之，其病立已。”《素问·阴阳应象大论》：“故邪风之至，疾如风雨，故善治者治皮毛，其次治肌肤，其次治筋脉，其次治六腑，其次治五脏。治五脏者，半死半生也。”

http://www.55188.com理想在线证券网

另外《内经》早期治疗还包括某些定时发作的疾病，先其发时而治。《素问·刺疟》云："凡治疟，先发如食顷，乃可以治，过之则失时也。"治疗于疟病发作之先，是取其正邪交争之前，以正气攻伐邪气，令邪气欲起而顿伏，正气方兴而大振，正盛邪衰，则病祛邪除。这些论述都提示医者，对于疾病要抓紧时机早期治疗，在控制邪气蔓延的同时，也可避免正气的过度损耗，有利于病人健康恢复。

"治未病"在中医养生学说中占有非常重要的地位，在"治未病"思想的指导下，祖国医学制定出一套行之有效的养生防病方法，如外避邪气、内养精神、身体锻炼、生活起居规律等。早期治疗、已病防变的"治未病"内容已经成为后世防治疾病的重要措施。如《金匮要略》"见肝之病，知肝传脾，当先实脾"，就是"治未病"思想的具体表现。

为什么说人的寿夭与先天禀赋有关?

人出生后的健康与寿命，与先天禀赋密切相关，先天禀赋决定于父母的孕养，因人而异。先天发育良好，则五脏功能健全，阴阳协调，气血旺盛，营卫运行和畅，六腑能很好地受纳、腐熟、传化水谷，津液能输布濡养全身各部。这样使正气充盛，腠理致密，外邪不易侵扰，寿命就能长久。

另外，从头面发育状态也可反映出人的禀赋强弱。如人面部骨高肉满，皮肤红润光泽，说明气血充盛，营卫通畅；鼻孔深长，则反映清浊之气和畅吐纳，如此之人则能长寿不衰。

体质的含义是什么?

《内经》虽然蕴藏着丰富的体质学说理论，但却没有"体质"一词，常称体质为"质"、"身"、"形"等。后世一些古医籍也常常以

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

“禀质”、“体”、“资质”、“气质”、“气体”等称体质。较早提出“体质”一词的是张景岳，如他在《景岳全书·杂证谟·饮食门》中讨论体质与攻法的关系时说：“知体质贵贱尤有不同，凡藜藿壮夫，及新暴之病，自宜消伐。”此后，在清代叶天士、吴鞠通等论著中，也相继出现“体质”一词。然而，他们对体质一词的含义，均未阐明。近十多年，随着体质学说研究的不断深入，医学界对体质的含义也展开了热烈的讨论，仁者见仁，智者见智，说法不尽相同，归纳起来，大体有以下三个方面：

（1）身体素质：身体素质包括形体和生理功能素质。倾向于体质为身体素质看法的人，认为体质是在生长发育过程中形成的代谢、功能与结构上的特殊性。这种特殊性往往决定着个体对某种致病因素的易感性以及产生疾病的倾向性，表明形体结构和功能素质并重的观点。但是，有的人论体质侧重于生理功能，不重视形体结构，认为体质的“体”即生理，“质”即特性。体质即是个体在先天遗传的和后天生长发育的基础上所表现出来的相对稳定的生理特性。还有的人则提出，体质是机体的自我调控能力和对外环境的适应力，这种自我调控能力和对外环境的适应力，实际上是身体素质的体现。

（2）心理素质：心理素质包括个体在某种环境中形成的比较稳定的气质、性格和能力等心理功能特征。有人据此认为《灵枢·阴阳二十五人》和《灵枢·通天》是我国古代医家对人的气质、个性特点的探索，它包括了现代心理学家所指的个性、性格、气质诸概念的内容。还有人认为，《灵枢·阴阳二十五人》是用五行类比法把人分成二十五种典型性格特征。他们都倾向于把上述《内经》中所讨论的人体体质内容纳入心理学的研究范畴。

（3）心身素质：这是从“形神合一”观点出发，主张体质包括身体素质和心理素质。因此，有人认为体质应包括气质，是人通过先天禀赋、后天调养所形成的与自然、社会环境相适应的形态结构、气化功能、神志活动方面所表现的特性。有的人虽然也承认体质应包含

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

心理性格，然而从它们之间的密切程度看，认为体质仅表现为与心理性格的相关性。从本质上看，这种“相关性”的提法仍然属于心身素质说。

综上所述可见，体质的含义至今尚未定论，其分歧的主要原因是，持身体素质说者，基于现代学科分化的现状，认为属于生理功能特征的体质与属于心理功能特征的气质、性格、能力等不应混为一谈。并且，如果从哲学角度来看，体质和气质分别属于肉体和精神两个不同的概念，两者虽然密切相关，但肉体不等于就是精神，因此不能用体质概括气质。持心理素质和心身素质说者，立足于宏观，从中医整体观念出发，强调“神”的主导作用和形神互根关系。由于他们研究体质含义的着眼点不同，所以得出的结论各异。

对于体质含义的讨论，目前仍在继继，一时还不能取得一致的意见，相信随着体质学说研究的不断深化，不久将会达成共识。

人能长寿的原因有原些?

人类长寿的原因有：

（1）先天禀赋：

①生理功能健全，即五脏坚固，气血运行正常，皮肤致密，脾胃健运等。

②头面发育状态良好，即“使道隧以长，基墙高以方”。

（2）后天调养：即采取各种养生手段，外避邪气，内养精神。

《内经》中指出的养生学主要包括哪些内容?

所谓中医养生学，就是在中医理论指导下，运用中医特色来研究人类生命规律，阐述增强体质，预防疾病，以达到延年益寿的理论和方法的一门学科。

http://www.55188.com理想在线证券网

中医养生学一向重视《内经》所提出的“天人相应”的学术思想。这是因为人的生命活动与大自然息息相关，诸如人们平日所必需的衣、食、住、行，都有赖于大自然的赋予，因此对于自然界的各种变化，人体必须要与它相适应。只有这样，才能求得人体本身与自然环境和周围环境的相互统一而保持健康。因此，顺应自然、调摄精神、保养正气是中医养生学的三个主要内容。

顺应自然，就是顺从四时气候的变化，适应周围外界环境，使人体与自然环境协调，这是养生所要遵循的基本原则。《内经·素问》讲：“阴阳四时者，万物之终始也，死生之本也。逆之则灾害生，从之则苛疾不起。”这就告诉人们要顺从正常自然之气及其寒暑变化，建立有规律的生活起居，对于养生健体是有益处的。

调摄精神、舒畅情志是养生学的又一重要内容。这是因为人的各种精神情志活动与人体的生理活动、病理变化有密切的联系，这种联系，中医称之为“形神合一”。简单地说，“形”指人体外部形态；“神”指精神意识和思维活动以及生命活动的外在表现，神是不能离开形体而独立存在的。因此，形体强壮的人，一般都精神饱满，而精神饱满健旺，反过来又能促进形体健康。这就说明了调摄精神在养生学中的重要性。

另外，调摄精神中还包括调畅情志。中医认为，人的情志有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七种，称为“七情”。七情是人体对客观事物不同的情感反应，在一般情况下，人的情感能保持相对稳定而具有一定的适应性。但是，突然强烈或长期持久的精神刺激，并超过了人

http://www.55188.com理想在线证券网

体本身的心理承受力，使气机逆乱，功能失调，就会导致疾病的发生，甚至危及生命。例如我们在生活与工作之中，常可见到大发脾气之人，往往面红耳赤，甚则昏厥，这在中医叫做“怒伤肝”。另外像人逢喜事，激动不已而诱发心绞痛的，称“喜伤心”；郁闷思虑过度而无食欲的，为“思伤脾”；悲伤哀号导致胸闷气憋的，是“忧伤肺”；突然遭受惊吓以致大小便失禁的，称之为“恐伤肾”。因此，中医养生主张人的心境宜常处在“恬淡虚无”、“积精全神”的状态之中，用现在的话来说就是：既要保持思想活动的健康，又要防止内在精神刺激因素的产生。总之要培养乐观的情绪、坦荡的胸怀，因为最能使人短命夭亡的，莫过于长期的不良情绪和恶劣的心境。

保养正气是中医养生的核心内容。中医认为，气是构成和维持人体生命活动的基本物质。只有正气健旺，人体各脏腑之间，人体与自然环境之间，才能维持着正常的生理功能和相对的阴阳平衡，所谓“正气存内，邪不可干”，就指此而言。所以，保养正气的基本方法，一方面运用气功、导引、体育锻炼以及琴棋书画等来增强体质，调摄精神，陶冶性情；另一方面从饮食起居、生活习惯、医疗保健来保精益气，使人体“阴平阳秘”，健康无恙。

五脏与四时的关系如何?

《内经》强调“天人相应”，“人以天地之气生，四时之法成”。在这一理论基础上形成了五脏应四时（五时）的关系。二者关系大体体现在以下几个方面：

（1）五脏之气与四时（五时）之气相通应。《素问·六节脏象论》“心者，……通于夏气；肺者……通于秋气……”。

（2）四时（五时）主五脏。《素问·脏气法时论》“肝主春……心主夏……脾主长夏……肺主秋……肾主冬”。

（3）在发病关系方而，《素问·金匮真言论》“东风生于春，病

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

在肝……中央为土，病在脾”。多篇经文中均提出四时之气与五脏的发病相互对应的关系，也说明在不应时的情况下，邪气可以通过其他关系与途径侵犯他脏。

（4）在养生方面，依据五脏应四时（五时）的关系，《素问·四气调神大论》倡导适应四时生长收藏的规律养生。总结出“四时阴阳者，万物之根本，所以圣人春夏养阳，秋冬养阴”的养生法则。

什么是顺应自然养生法?

自然界有一条法则，叫做适者生存，或又称适者健康。适，就是适应、顺应的意思。人生活在大自然当中，那么人体的一切生理、心理活动就要与自然界常处在一种相对的和谐与统一之中。因此，人类的健康与长寿就必然和大自然息息相关了。

中医学早在2000多年以前就已经认识到“适四时，益寿年”的养生方法，例如《内经·素问》说：“四时阴阳者，万物之根本也。……逆之则灾害生，从之则苛疾不起。”这就是说，一年四季的气候变化，是自然界的正常规律，亦是一切生物生长发育的基本条件，倘若违背这个规律，就要遭受灾害或疾病缠身，顺应它就体健而百病不生。这就是中医学所谓“天人相应”，即人体与自然界相互关系的理论依据。大家知道，四季气候变化的突出表现是春温、夏热、秋凉、冬寒，生物随着这种气候变化的影响，也逐渐产生并形成了春生、夏长、秋收、冬藏的相应规律，人也不例外。这是因为人类在其进化过程中，为了生存，也逐步具备了适应自然界的良好人体结构和生理上的应变能力。因此，所谓顺应自然的养生方法，就要求人们在生活起居等方面，要按照四季气候的不同特性来调节自已，正像《灵枢·本神》篇所说：“智者之养生也，必顺四时而适寒暑”。从面强调人体顺应四时自然变化的目的，就是为了加强人体适应自然的能力，以利用自然的有利因素，抵抗自然变化的不利因素，来保证人体

http://www.55188.com理想在线证券网

的健康长寿。

谚语云：一年之际在于春。当春回大地，气候转暖，生机勃勃的时候，按中医所说，即人体内的阳气亦随春季之到来而升发。此季应随气温而逐渐减衣，并调整作息，晚睡早起；多从事户外活动（如踏青等），使身心愉快，情志舒畅；饮食不宜过饱，并少食辛辣。夏季炎热，阳光充沛，体热熏蒸，汗淋如雨，体力消耗较大。因日长夜短，使睡眠不足，故当以午睡补充，但卧不当风、不贪凉；宜常饮水而不食生冷不洁之物；常洗浴，使皮肤疏松洁净，使体热外泄。秋季有“一场秋雨一场凉”之说，植物逐渐凋谢，生物始眠，早晚温差悬殊。中老年人宜随气温变化勤添换衣，应常运动，食宜温暖；体弱者可择适宜补药服用，以增强抗病能力。冬季寒冷，万物闭藏，人体也应该避寒就温。起居上应早睡晚起，饮食宜增加营养，并应因地制宜地加强自我健身运动，使气血流畅，筋骨强壮。

另外，顺应自然养生还应包括适应环境和适应偶发事件变化这两方面。例如南方气候多潮湿，北方气候多干燥，平时人们均能适应各自生活的水土环境。倘若一旦南北搬迁居住地，就可以从水土不服的现象中得到印证。还有的人虽未变更居住地，只是调换了一下工作单位，因所见均是陌生人而产生一种心理压力，或抑郁寡欢，久之亦能影响健康。其他如中年丧偶、老年丧子，以及事业上的失败、天灾的降临、同事间的矛盾等突发事件，都应该以顽强的毅力，豁达的胸怀来疏散、解脱由此而产生的悲愁压抑或痛苦哀伤的情绪，使心理迅速恢复常态。

http://www.55188.com理想在线证券网

气候变化对人的情绪和健康有什么影响?

许多人都有这种切身体会：气候阴晴冷热的变化，往往对人的情绪产生一定的影响。每当秋高气爽、天气温和，人们的精神状态往往乐观条达，心情舒畅；每当寒风阴雨、干燥闷热的天气，人的心情就会变得烦躁易怒或抑郁低沉。这是什么原因呢？《素问·四气调神论》讲："贼风数至，暴雨数起，天地四时不相保，与道相失，则未央绝灭。"这就是说，气候的突然变化可以影响人体的生理功能，而生理功能的改变又能影响人的精神状态。

在各种气候变化中，要属气温对人的影响最大了。春秋两季，当气温在18～22℃时，人们不仅感觉舒适，心绪稳定，而且学习和工作效率也特别高。倘若环境温度超出34℃时，则不仅使人大汗淋漓，酷热难受，而且心情也焦躁不安，容易发生诸如过食冷饮、凉水冲身、夜卧当风等对健康有害的过激行为。但是，当环境温度下降到10℃以下，人的情绪就变得沉闷而低落了；低于4℃时，就会严重影响大脑思维，使工作量下降，令人委靡不振而容易发生事故。因此，国家劳动保护部门每到夏、冬两季，总要采取防暑降温、取暖保暖的措施。

为什么骤热骤冷的气温能对人的情绪产生这么大的波动呢？中医学里讲：阴阳既是自然界万物生长之根本，也是维持人类正常生存的必要条件。一般情况下，人体的阴阳常处在相对的平衡之中，以保证日常工作、生活的正常进行。夏冬两季，虽然由于自然气温的热与冷，超过或不足于人体体温的正常界限，但人体为了与自然气温相适应，自身具有生理调节能力来与它相平衡。倘若持续高温或寒冷，或者是突如其来的气温变化，其强度超出人体生理调节范围，或不能立即与它相适应，这样的话，就不仅仅是情绪上的改变，甚至还会导致疾病的发生。除冷热气温变化外，诸如阴雨、潮湿、大雾、大风等天

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

气，也都能影响人的思维及其注意力，应该引起人们的重视。

上述气候变化，对于健康人来说尚能调节与适应。但对于体弱或患有某些疾病的人来说，由于生理调节功能低下，就容易出现旧病复发，或使病情加重。例如秋冬或冬春季节交替之时，常有寒流或大风天气，由于日夜温差加大以及低温寒流的刺激，胃病患者易诱发胃与十二指肠溃疡；高血压及冠心病患者易诱发中风（脑血管意外）和心肌梗死；老年慢性支气管炎患者，则因支气管痉挛而加重哮喘。另外，像冬季气候该冷不冷，空气中的各种病菌、病毒趁机大量繁殖，从而增加传染病的感染机会。如最常见的咽炎，有因病毒感染，有因异味刺激，容易得而不易愈，虽不影响整体健康，但常年咽喉干燥，咳痒难忍，皆与冬春干暖节气有关。

总之，在了解因气候变化影响情绪及健康的原因之后，属情志方面的，应适时加以自我调适和顺应；属身体方面的，应平时加强锻炼，增强身体的应变能力，并合理安排作息。只要人们掌握顺应气候变化的自我保健方法，一般就能应付自如了。

生活环境与健康长寿有何关系？

生活环境自古以来就受到人们的重视。《内经》讲道："一州之气，生化寿夭不同，其故何也？岐伯曰：高下之理，地势使然也。崇高则阴气治之，污下则阳气治之，阳胜者先天，阴胜者后天，此地理之常，生化之道也。……高者其气寿，下者其气夭，地之小大异也，小者小异，大者大异。"这段话说明生活环境的好坏，与寿命的长短有一定的关系，而且环境好坏的程度愈大，则寿命的差距也愈大。近几年来，通过大量实例调查发现，山区、农村年逾百岁的长寿老人较多，而城市的长寿老人则要偏少。这是什么原因呢？因为山区、农村的气温、气压、湿度较低，并且有绿阴遍地的森林，清凉舒适的气候，潺潺不绝的山泉，安静优雅的环境，又因远离闹市，既无"三

http://www.55188.com理想在线证券网

废”污染，亦无噪音骚扰，空气新鲜，饮食清淡，种种因素对促进人体新陈代谢，调节机体生理功能有益。其次，山区农村人口密度稀，疾病传播少，并经常能就地取材获得新鲜蔬菜与水果，有利于健康长寿。因此，我国唐代著名医家孙思邈在其年老时，要另辟山清水秀的地方建屋植树，种花修池而活到一百余岁。更难怪那些修行养性的和尚道士们，也要选择深山老林来建造他们的寺庙，这就使我们懂得了古人所言的“崇高则阴气治之”、“高者其气寿”的基本道理。

相对来说，长期生活在城市的人们，其自然环境确有不尽如人意之处，亦有许多不利因素。因为城市居室一般狭小，人口密度大，这就增加了疾病的传播机会；工业、交通排出的“三废”多，而绿叶植物少，使空气的洁净度也降低；某些食物经运输、加工有增加被污染的可能，就更谈不上新鲜了。人生活在如此错综复杂的环境之中，虽借助于自身的调节、适应机能，以保持与自然环境变化的相对平衡，但人体的这种调节适应能力是有极限的，当有害的环境因素长期作用于人体或超过一定限度，就要危害健康而引起疾病。因此，长期生活在城市的人们，要尽可能地、因地制宜地去创造条件来改善居室及其周围的生活环境。例如在住宅旁种些树木，阳台上植些花草，有防尘、减低噪音和调节空气的作用。冬季保暖但不忘通风换气，并时常在地面洒些水以维持空气湿度；夏天降暑可安窗帘、门帘以避强光直射，但忌讳在穿堂风下眠卧。总之，改善生活环境的方法很多，人们可因时因地去采取保护性的措施。

http://www.55188.com理想在线证券网

长寿之道都指哪些方面?

古往今来，有谁不想在人世间多活几年，又有谁不希望自己健康长寿。因此，几千年来在延年益寿这个问题上，一向有着科学与迷信的斗争。古代的人们，为了寻求“长生不老”的途径，曾有不少热衷于拜神服石者。特别是那些身居高位的帝王、权贵，为使自己能永久地处在统治地位，指使神道方士鼎炉炼丹，以冀松柏之寿，羽化登仙，其结果均华年早逝，呜呼哀哉。既然人世间根本不存在什么“长生不老药”，那么，能不能争取多活些日子，以尽天年呢？我们说，人寿是可以延长的。但不是靠神灵的保佑，也不靠仙丹的作用，而是要靠我们自己去遵循养生的科学方法来步人长寿之道。因此，长寿之道的实质，就是我国中医养生学的基本内容，它包括勤运动、畅神志、慎起居、节饮食、适环境、练气功、辅药物。

勤运动：中医认为“流水不腐，户枢不蠹”，“形不动则精不流，精不流则气郁”。意思指人体要经常不断地运动或劳动，以保证新陈代谢的需要，因为“生命在于运动”！

畅神志：强调养生要练形练神相结合。《内经·素问》说：“静则神藏，躁则消亡。”就是说，人若保持神志安宁，性情舒畅，就能少生病，即便有病，亦较易治，故要做到“使志无怒，使志安宁”。

慎起居：要求人们应养成按时作息的良好习惯，有劳有逸，既不沉溺于各种业余消遣，又能保证足够睡眠。否则将影响工作，有害健康，得不偿失。

节饮食：饮食宜定时定量，冷热适宜。中医讲“饮食自倍，肠胃乃伤”，故当改掉暴饮暴食或食不洁之物的陋习。少食厚味，多食清淡，不沾烟酒，有益健康。

适环境：指人体要适应自然环境的变化。《内经·素问》说：“人以天地之气生，四时之法成。”又说：“天食人以五气，地食人以

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

五味。”说明人类就是靠天和地提供的各种物质而生存。因此，人们既要适应自然环境的各种正常变化，又要主动改造自然环境，为我所用。

练气功：通过练功，来对形体与精神意识进行自我锻炼。气功主张动静结合，静养神，动练形，既防病，又强身。

辅药物：运用药物来强身防病、延年益寿，虽说是一种消极、被动的养生方法，但对于年老体弱之人，可以斟酌借助。健康者忌用。

调神养生有哪些内容?

所谓“调神养生”，简单地讲就是在安静的环境中静心养神，调适情志。古人认为神在于养，情在于节，因此中医历来认为调摄精神是人类长寿的根本。

调神养生在我国已有2000多年的历史，它包括安心养神、四时调神、以心治神、情感节制、精神寄托等几方而，这些内容对中老年人的养生保健有一定指导意义。

（1）安心养神：《内经·素问》讲：“……恬惔虚无，真气从之，精神内守，病安从来。是以志闲而少欲，心安而不惧，形劳而不倦，气从以顺，各从其欲，皆得所愿。”这段话的意思是讲思想上纯正、心神上平静、情绪上乐观并内无杂念的人，能体健而不得病。这就要求人们以宽阔的胸怀去对待生活中的无端琐事。《寿世青编》说得好，“未事不可先迎，遇事不可过扰，既事不可留住，听其自来，应以自然，任其自去”。是指身外之物不可追求，既来之事不要烦恼，过去之事不得缠绕，听之任之，不为所动。清代郑板桥的一句名言“难得糊涂”，就是要人们讲究一点超凡处世哲学，所谓“跳出三界外，不在五行中”，安心处世，光明磊落，乐观开朗，随遇而安，这才是安心养神的灵丹妙方。

（2）四时调神：人的精神情志往往随四季节气变化而变化。古

http://www.55188.com理想在线证券网

人根据这一规律，提出了四时调神健身法。即遵照春夏秋冬四季不同特点，采用不同方式，使精神情志随之而活泼向上（春）、畅达愉快（夏）、恬静收敛（秋）、藏而不泄（冬）。这与人体昼夜神情变化是一致的，如清晨舒展活跃，白日精神饱满，傍晚安神悦志，睡眠静心无虑。四时调神得法，有利于人体阴阳协调、气血平和，以适应外界气候的变化，保持精神情志的稳定与健康。

（3）以心治神：心病当以心药治。所谓心药，就是指现代心理疗法的一种。由于心病起自于自己，因此“解铃还须系铃人”，其他任何药物是治愈不了心病的。所以“以心治神”就是告诫人们要随时调节自己的情绪，不要独自苦思冥想，忧愁伤悲，或愤愤不平。一旦气结成病，不仅无药可医，还要影响健康。正如古人所讲：“自家心病自家知，起念还当把念送，只是心生心作病，心安哪有病来时”。

（4）情感节制：善于节制情感，是精神修养高雅的体现。“闻过则喜”一词之所以获得褒意，是指有的人对待别人给自己提出的批评，不仅不生气，反而感到高兴。古人说：“克己可以治怒”，《贤文》讲：“忍得一时之气，免得百日之忧”，指的都是忍怒宽容、节制情感的方法。显然，适当控制自己情绪，是保证健康的措施之一。

（5）精神寄托：人到垂暮之年，总会有一种失落感，这是因为离退休后在家无所事事造成的。因此，老年人在离开工作岗位后，只要体力许可，仍宜找些事做。南宋诗人陆游说：“灯前目力依然在，且尽山房万卷书。”只要人老心不老，对工作和事业充满信心，就不

http://www.55188.com理想在线证券网

会觉得老态已至。这说明老年人只要在精神上有所寄托、有所追求的话，仍然会老当益壮地发挥自己的余热，安度晚年。

为什么说“脾胃是生命的根本”？

俗话说：“人是铁，饭是钢。”说明人是每天离不开饮食的。但是，若无一副健全的胃肠消化器官，纵然有满桌的美味佳肴，确也有点心有余而力不足了。因为脾胃功能不好的人，往往在美餐之后，有得不偿失之感，甚至会因此而加重脾胃疾病。因此，脾胃消化吸收功能的好坏，将直接关系到人体的健康与长寿。

中医学认为：胃主受纳，脾主运化。这是指吃到嘴里的食物，首先要经过牙齿咀嚼，唾液拌和，下咽至胃，由胃受纳。然后经胃之腐熟，分解混匀成食糜，通过“胃气主降”的作用，将食糜运送至十二指肠、空肠，这就是中医所指的“脾运”功能。食物在胃、胰等胃肠激素的作用下，促进胃蛋白酶、胰酶等消化酶的大量分泌，将“水谷精微”中的氨基酸、葡萄糖、甘油脂肪酸等营养物质，依赖“脾气主升”的作用，经气、血、津液的运行而输布到全身。这个过程，则可以理解为脾所主“化”的生理作用。由此可见，所谓“脾主运化”，“运”指机械性消化，“化”指化学性消化及其代谢过程而已。但是，脾胃虽为人体的消化器官，运化水谷精微之枢纽，若要完成饮食营养的消化吸收，合成新的气、血、精、津液的全过程，还必须得依赖心、肝、胆、胰、肺等其他脏腑的相互配合。需要说明的是，中医所讲的脾，并不是西医解剖学中的脾脏，而是既泛指脐周腹部小肠的消化吸收，又概括了胃、肠、肝、胆、胰等消化器官的生理功能。因此，脾胃功能健全，则体丰肤泽，面色红润，四肢强劲，精力充沛；反之则肌肉消瘦，面色萎黄，四肢无力，神疲力乏。

“有胃气则生，无胃气则死”。这是古人用以观察病人病势轻重进退、生死存亡的辨别方法。也就是说人在生病时，只要还能吃饭，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

表明胃气尚存，气血化源未绝，谓之“有胃气则生”，病势可望由重转轻，预后良好。若病到已不能进食，标志胃气已绝，气血生化无源，便是“无胃气则死”，病势将由轻转重，逐渐恶化，危及生命。《内经》说：“安谷者昌，绝谷者亡。”例如三国时代的蜀国丞相诸葛亮，他之所以活了54岁就死了，主要在于他平日政事繁多，操心费力，又长期进食甚少，导致思虑伤脾、营养不足、胃气衰败的缘故。这就告诫人们：若不注意日常的饮食起居，不护养胃气，就有可能损害健康，缩短寿命。中医学认为，导致脾胃疾病的原因，不外乎饮食不节、寒热不适，或情志郁闷、忧思困脾等因素，因此预防上亦要从节饮食、适寒热、畅情志这三方面做起。《脾胃论》说：“百病皆由脾胃衰而生”，“治脾胃即可以安五脏”。这不仅使我们对脾胃认识有所启发，同时对我们临床治疗脾胃疾病亦有所借鉴。

脾胃既是人体五脏六腑气机升降的枢纽，也是人体气血生化之源和赖以生存的“水谷之海”。历来有“肾为先天之本，脾为后天之本”的说法，因此，我们说“脾胃是生命的根本”。

中医所说的“肾”与健康有何内在联系？

肾，西医学说它是人体泌尿系统的一个脏器，位于腰1～3椎左右两侧，形如蚕豆，其生理功能则主管尿液分泌排泄和调节人体水液代谢。倘若肾脏患病，一般均侵害其实质。因此，西医临床诊断有肾小球肾炎、肾盂肾炎、肾结石、肾结核等病名。中医就不同了，中医对肾的生理病理认识并不局限于肾脏本身，其范围、含义则要广得多。例如肾小球肾炎，中医却要分肾阴、肾阳、肾实、肾虚等不同的临床证候，故治疗上往往会出现几位病人同患一种病而处方却各异，或者说不是同一种病面处方竟完全一样。这就是中医辨证治病的基本特色。正因如此，中医认为：肾除了主持人体水液代谢外，其主要方而还具有主藏精、主骨、主司二便、主管人体生长发育、生殖繁衍等

http://www.55188.com理想在线证券网

生理功能。由于肾所主的器官大多在腰以下，所以又有“腰为肾之府”之说。

在日常工作、生活中，人们常将某个人的营养状况或某件事的物质条件之不足，形容成“先天不足，后天亏损”。这种比喻可以说是从中医的“肾为先天之本”借用过去的。所谓“先天”，就是指肾所藏的精。肾精又有先天、后天之分，先天之精来源于父母，也就是形成胚胎的原始物质，它具有促进人体生长发育和繁殖后代的功能。先天之精不足，在小儿则骨软无力，智力不全；在成人则精少不育，经闭不孕。后天之精来源于饮食营养，经脾胃消化吸收而成，并滋养着全身的脏腑和组织器官。后天之精亏损，则可导致全身营养失调，体弱多病。但是，先天之精必须依赖后天之精的不断滋补来得以充实；而后天之精的产生又离不开先天之精的温化促成，两者相互依存，是维持人体生命活动的基本物质。因此，保肾固精是有助于人体健康的。

其次，肾还具有“主骨、生髓、通于脑”的功能。这是因为肾能藏精，而精又能化生髓，髓居骨中，骨靠髓来充养，髓又聚汇于脑。所以《内经》有“肾生骨髓”，“肾不生则髓不能满”，“脑为髓之海”之说。说明肾气充足则骨质坚固，体格健康；精足髓充则脑力灵敏精巧。反之则骨质疏松，行走无力；而髓海空虚就迟钝健忘。因此，临床常以补肾益肾法治疗骨科及内科的神经衰弱等不同病证，就是这个道理。

http://www.55188.com理想在线证券网

另外，肾还主管二阴、耳窍，并且“其华在发”。所谓二阴，即指尿道和肛门，为肾之下窍。肾功能正常时，尿液、粪便的排泄才能各走其道。当肾气虚时，可导致小便失禁或排尿不尽；肾阳亏虚则大便溏泄；肾阴不足可致便秘。再有，耳为肾之上窍，肾气充足则听觉聪灵，肾气虚损则耳鸣耳聋。老年人大多耳背失聪，均与肾虚有关。因此《内经》说“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣”。头发的营养虽来源于血，但发的生机却根源于肾气。肾气充实之人，头发茂密乌黑光泽；肾气虚弱的人，则毛发稀疏脱落，或变白无光泽。《素问·五脏生成》篇讲：“肾之合骨也，其荣发也。”就是说明肾藏精，精足则血盛，血盛则发荣，发为血之余的基本道理。

由上可见，中医所说的肾，不仅与人体健康有密切的内在联系，同时对养生抗衰也具有积极的意义。

中医对健康人的生理特征有什么论述？

怎样才是健康？无病就算健康吗？对于这个问题，近年来世界卫生组织下了新的定义：健康不仅仅是不得病，除了身体健康之外，还应包括心理健康以及社会交往方面的健康。换句话说：健康应是在精神上、身体上，以及社会上保持健全的状态。

中医对于健康一词虽无什么定义，但在判断一个人健康与否，论述却比较具体，一般有以下几方面。

（1）两眼有神：中医认为：“神藏于心，外候在目。”眼的视觉好坏，不仅可以反映心脏功能是否良好，同时也反映眼与五脏六腑功能关系密切，因为“五脏六腑之精气皆上注于目”，这说明眼睛是脏腑精气汇集之地。因此，两眼炯炯有神，体现了脏腑功能强盛，是健康的一大标志。

（2）面色红润：面色是人体五脏气血的外在反映。《素问·脉要精微论》说：“夫精明五色者，气之华也。”这就是说，脏腑气血旺

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

盛，就面色红润，若气血虚亏，则面色枯槁无泽。

（3）语声洪亮：人的声音由肺气所发，故声音洪亮，说明肺的功能良好。

（4）呼吸微徐：指人的呼吸要从容不迫，不急不缓。《难经》说："呼出心与肺，吸入肝与肾。"说明呼吸与人体的五脏功能密切相关。

（5）情绪稳定：中医历来认为情志过于激烈是致病的重要因素。人若精神恬静，大脑皮质的兴奋与抑制作用就能保持正常状态而自能内外协调，心理疾病就不易发生。

（6）牙齿坚面：中医学讲："齿为骨之余"，"肾主骨"。牙齿坚固，反映肾气、肾精充足。

（7）腰腿灵便：中医认为，腰为肾之府，"肾虚则腰惫矣"。腰腿灵便，步履从容，说明筋肉经络、四肢关节都很强壮，有独立生活能力，有利于抗老防病。

（8）胖瘦适宜：过胖过瘦皆为病态。中医认为，胖人多气虚，多痰湿；瘦人多阴虚，多火旺。都容易患中风、消渴（糖尿病）或咳喘、痰火等病证。胖与瘦，前者反映摄入储存太多，后者说明机体营养不足，或消耗太大。

（9）脉象匀缓：脉象可以反映人的气血及其运行状态。脉象从容和缓均匀，说明健康状况良好。所以《素问·调经论》指出："血气不和，百病乃变化而生。"可见，通过切脉，能够判断人的健康状况是否良好。

（10）头发润泽：中医认为："发为血之余"，"肾者，其华在发"。头发是否润泽，反映了肝的藏血功能和肾的精气盛衰。因此，从头发的生长、脱落、黑白、润泽，能体现一个人的健康状况。

（11）记忆良好：人的记忆全依赖于脑，脑为元神之府。《灵枢·海论》说："脑为髓之海"，脑髓又来源于肾精。髓海充盈，是保证精力充沛、记忆力强、理解力好的物质基础，同时也反映了肾

http://www.55188.com理想在线证券网

精、肾气的强盛。

人体为什么会衰老?

人的一生总要经历生、长、壮、老、衰、死六个阶段，它既是人体生命活动的全过程，也是自然界一切生物生命发展的必然规律。随着年龄的增长，中年以后，人体各脏腑功能均会出现不同程度的生理或病理性退化，这个退化过程，就叫做“衰老”。那么，人为什么会衰老呢?

现代医学认为，人在年龄增长过程中，身体不断遭受来自自然界的物理、化学等不利因素的影响，使体内组织细胞不断地耗损和补偿。人体的这种补偿能力一旦衰弱，而使耗损大于补偿，人也就衰老了。当然，这里所说的衰老，并不是身体全部功能都同时衰老，而是指某一部分先表现出“老化”的象征。例如前额皱纹变深变厚，或皮肤出现棕色色素沉着斑，或下眼睑肿胀而有“眼下袋”等。可以说，衰老是人体内部发生的一种复杂的生理变化过程。因此，现代医学对衰老的原因曾提出“生物钟、自由基、细胞遗传”等学说；或者认为是由于“内分泌失调、免疫功能改变、溶酶体膜损伤、蛋白质交叉结合”等导致的结果。

中医认为：促使衰老的原因有自然因素、社会因素和个人因素三方面，但以个人因素最为重要，其中又包括生活失调、起居失慎、工

http://www.55188.com理想在线证券网

作劳累、疾病纠缠、不知节养、不加锻炼等。从理论上讲，有以下三点：

一是气血亏损。气血是人得以生存的物质基础，其生化来源在于脾胃。气行则血行，说明血的运行依赖气的推动，因此，健康长寿的关健在于气血。人体气血充足，运行通畅，则能滋养脏腑，安定情绪，活动关节，润泽皮肤毛发。气血损伤，不能营养全身，就可以出现衰老征象。我国元代医家朱丹溪说："人生至六十、七十之后，精血俱耗；此及五十，疾已蜂起，气耗血竭。"说明中年以后，气血不足，脏腑间功能失调，不仅多病，亦易衰老。可以说：气血两虚是衰老的本质。

二是神虚精耗。"神"既指脑的思维，也是人体生命活动现象的总称，包括思维、意志、知觉、动作。生理方面有魂、魄、意、志、思、虑、智，病理方面有喜、怒、忧、思、悲、恐、惊。神主宰着生命活动，而"精"是生命起源和生长发育的物质基础。精生神，神归精。人之所以神虚精耗，脑力损伤，在于平时精神负担过重，或思虑过度，或情志过急，或抑郁寡欢，从而加快了机体的衰老进程。

三是阴阳失调。人体的阴阳必须处在相对的平衡状态之中，所谓"阴平阳秘"才能维持正常的生命活动。《内经·素问》讲："人生有形，不离阴阳"，"生之本，本以阴阳"，均说明人的生命活动都有赖于阴阳二气的调和。但是人到中年以后，由于阴阳平衡逐渐失调，或因自然界致病因素的袭击，增加了患病的机会面出现衰老。唐代医家孙思邈说："人五十以上，阳气日衰，损与日至，心力渐退，忘前失后，兴居怠惰。"就明确指出中年以后，阳气日渐衰落，阳气虚损，阴气则自然亢盛，阴阳二气既然不能平衡，那么心悸健忘、倦怠无力等一派衰老的征象也就逐渐表现出来了。

总之，人总是要衰老的，这是必然规律，但是延缓衰老却是人为的。这就需要人们在长寿之道上去努力了。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

年老等于衰老吗?

在单位或家里，我们可以经常听到同事、亲人在那里发出“老了，不中用了”的叹息。为此，有的老人则以年岁大、工作力不从心为由以期退休而度余年。其实，这种叹息是把年老与衰老的两个不同概念混为一谈所产生的错觉而已。这种错觉对在老年期如何保持身体健康和掌握心理平衡是有害无益的。年老，是指人的年轮记号，亦是自然规律，它既不能人为控制，亦不能随意支配，而是活一年，长一岁。按我国传统说法，人到六十岁为一花甲，亦就是一轮。衰老，则是指一个人身心状况的衰竭程度，体现在每人身上，它不像年轮那样有明显的分期界限，只要经过自身保养得当，是可以往后推迟的。因此青年人不必以年轻而沾沾自喜，老年人则更不要为此而忧郁伤感，需要做的是怎样采取我国传统的养生保健方法来增强体质，延缓衰老。

古诗云：“人生七十古来稀。”这是因为我国古代的科学、文化、医疗水平低下而短寿者多。所以，长此以往则给人们造成了一种片面认识，以为人到了老年就必然会随之衰老，因而也就接近了生命的终点。这种消极的宿命论是不足取的。其实在我国古代也有不少老而不衰的事例，如战国的武将廉颇、三国时代的黄忠，年满八十仍能骑射打仗、驰骋疆场，并饭量超人；唐代医家孙思邈，年逾八十仍精力充沛，才思敏捷，并写出数十万言医学巨著。又如美国的爱迪生，八十多岁还从事科学研究，硕果累累。他们的长寿秘诀在于平时的养生保健。这样说来，古人、洋人能老而不衰，我们何以就老而不中用了呢？因此，一要平日勤用脑，多看书报，常思维，以防脑功能的早衰。二应保持乐观情志，遇事要正视、达观，拿得起，放得下，使情绪条达稳定。三当保持规律的生活，使起居有常，劳逸结合。四需注意饮食卫生，保证营养需要。五宜坚持体育锻炼，并持之以恒。六要

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

正确对待疾病，“既来之，则安之”，要有战胜疾病的信心。七应节制性生活，房事过度则伤身。这七条可以说是养生防衰的有效经验。对于“老之将至”再防老来讲，虽说亡羊补牢，但不是没有收益，倘若用于年轻人“未老先防”，则更胜一筹。到那时，就不是“人生七十古来稀”，而是“人活百岁不为奇”了。

抗老防衰有哪些具体方法?

长寿，是自古至今人类对生命活动的美好愿望。早在2000多年前我国就已有了关于长寿和养生方面的详细记载，以后历代医家又从民间汲取发展了延缓衰老、益年增寿的经验，积累了丰富的养生知识。由于古代不少医学家又都是养生学家，因此，人们大多认为“老中医养生有术”是有一定道理的。例如东汉名医张仲景，虽然生活在战乱频繁、疫病蔓延的环境之中，但年寿却超过了古稀之年；唐代的孙思邈，被后世尊为“药王”，寿更长了，享年102岁。为什么自古名医多长寿呢？这是因为他们懂得养生之道，懂得抗衰老的一些方法，也就是说他们掌握了延年益寿的具体措施。

要做到延年益寿，就要采用一些修身养性、抗老防衰的方法，一效来说有以下几方而。

（1）调养精神：所谓精神调养，就是要有正确的人生观和必要的品德修养及精神调摄。古人说：“养生莫如养性，养性莫如养德”，“有德则乐，乐则能久”。就是说，养生首先要养其根本，那就是立志养德、清心寡欲、调神畅志、乐观开朗。只有有了好的道德风貌，精神才能安静、平和、乐观、愉快。

（2）规律的饮食起居：要建立早睡早起的习惯、定时定量的饮食制度和有劳有逸的生活方法。上述三点，符合人体脏腑生理卫生学的原则。因为规律的生活，使人们的日常活动符合脏腑、气血生理功能的节律性。若能长期按照脏腑生理活动的变化来安排生括，是但进

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

健康与长寿的重要因素。

（3）适当的运动与劳动："生命在于运动"。适量的活动可以流通气血，强身健体。中医学的"动则不衰"就说明运动对人体的益处。另外，经常力所能及地参加一些劳动，在锻炼身体的同时，又能开发智力和技巧，延缓脑、体功能的衰退，对促进老年人的身心健康有重要意义。不过唐代孙思邈在《千金要方》中说："养性之道，常欲小劳，但莫大疲及强所不能堪耳。"这就是说，运动、劳动既要不间断，又不能过度疲劳，凡事均要循序渐进，适可而止。

（4）合理的饮食：老年人的饮食，提倡清淡、温热、熟软，禁用油腻厚味，黏硬生冷，这是因为老年人的肠胃消化功能比较弱的缘故。因此，老年人应多吃一些富有营养的清淡食品，如植物油、蔬菜、水果、粗粮、豆类、乳酪等，还要注意食品的温热与熟软。

（5）适量的补益：中医尽管有"药补不如食补"之说，但对于年老体虚之人，适量服用补药还是有益的。因为补药能滋养肝肾，调补气血，提高机体的抗病防衰能力。但是补益有养阴、助阳、益气、补血等不同方法，因此，应该针对个体之间的差异和病证的不同属性，有目的地选用补品，禁忌滥服补药。

（6）舒适的生活环境：有人曾对125位长寿老人的生活环境进行一番调查，其中94人生活在农村，31位生活在城市，但他们的居住共同点，都以土建平房为主，而且空气新鲜，阳光充足，通风良好，地势干燥，周围静谧。看来良好的生活环境，是他们得以长寿的原因之一。孙思邈在《千金翼方》中指出："山林深远，固是佳境，背山临水，气候高爽，土地良沃，泉水清美……若得左右映带岗阜形胜最为上地，地势好，亦居者安。"我国人民的居住环境，尤其是城市居民，虽不像古人所描写的那样优越，但若能远离喧嚣嘈杂、尘土飞扬的闹市而搬到郊区去居住，既可利用上班途中锻炼身体，又能在郊外呼吸清新空气，日子久了，必能增进身心健康。

大体来说，上述六个方面概括了抗老防衰、延年益寿的主要内

http://www.55188.com理想在线证券网

容，但具体到行动上，又非一朝一夕就能成功。因此，养生健身、抗老防衰，贵在坚持不懈，持之以恒。

中医所说的“发为血之余”是怎么回事？与养生有什么关系？

“发为血之余”是中医基础理论的一句术语，意思是说，头发是人体气血的外露部分，又是脏腑的一面镜子。因为头发的秀丽与萎黄、茂密与稀疏，能及时反映出体内气血的盈亏和脏腑功能的盛衰。

中医认为，主管人体毛发生长的营养虽来源于血，但其生机却根源于肾。肾精充沛，毛发就光泽；肾气虚衰，毛发白而脱落。因为“肾主骨髓”，肾精足则血旺盛，血旺盛则毛发得以润养而生生不息。所以《素问·五脏生成》篇讲：“肾之合骨也，其荣发也”，就说明了头发与肾的生理关系。

现代医学也认为，人体的头发与骨髓盛衰有关。血液是供给毛囊营养的主要物质，血液中的红、白细胞都在骨髓中形成，而骨髓的衰退是缺乏类黏蛋白和骨胶质引起的，缺乏这些物质就直接影响头发的生长。

一般来说，头发变白是全身逐渐衰老的信号之一，常言道：“人老先从头上老，白的多，黑的少”。也就是说，从头发的变化，大致可以看出肾的精气的盛衰及其衰老的演变过程。当然，也有某些少年白发，俗称“少白头”，以及至老仍满头青丝而鬓黑者，这大多因身体禀赋不同或遗传因素所致。

导致头发过早地变白或脱落的原因，这里面还有一个精神情志因素。中医学认为，剧烈的情绪波动，强烈精

http://www.55188.com理想在线证券网

神刺激，过度的忧郁思虑，都能使头发早白、脱落。相传在我国春秋时代的一位武将名叫伍子胥，为躲避追缉，途经文昭关，因过不了关口而焦虑万分，一夜之间竟使须发全都变白，居然使守关人不能认出而混过关口。这个故事虽然有些夸张，但已能说明头发与精神情志状态有密切的内在联系。所以《千金要方》说："忧愁早白"，以及"思虑太过，则神耗气虚血散而鬓斑"是有一定道理的。

另外，在日常生活中由于不注意自身保养，或因疾病关系，使头发发质变黄变脆，甚至脱落的例子也是屡见不鲜的。例如油性皮肤的人，又嗜好酒肉肥腻，就容易得脂溢性皮肤病，从而使头发成片脱落，称之为"脂溢性脱发"。洗头烫发过勤，使用化学药剂过度，使头发失去原有的光泽而变得枯黄易断。患有内分泌疾病，或长期大剂量地服用某些抗癌药物，亦能促使过早脱发。突发性的失血性疾病，如宫外孕、产后大出血等，可在短期内使大量秀发脱落。由此看来，保持身体健康和良好的生活习惯，预防皮肤及脏腑疾病的发生，是保证头发正常完美的先决条件。

怎样保养头发？

（1）要保持轻松愉快的心情：俗话说："笑一笑，十年少；愁一愁，白了头。"头发的变白与脱落，往往和心境烦闷，精神过于紧张有关。而保持良好的情趣，从容乐观，不仅能促进身体健康，亦有利于头发的养护。

（2）勤梳头，常按摩：隋朝的《诸病源候论》说："千过梳头，头不白。"梳头不仅仅为了修饰头发、美化容颜，它关系到长寿延年的大事。历代中医书多强调"发多梳，则明目祛风"，"梳头百余梳，散头风，熟寝至明"。若能在梳头以后配合十指缓慢地自前额发际向头顶至脑后发际作环状按摩十余次，就能起到疏通气血、散风明目、荣发固发、促进睡眠的作用。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

（3）要科学地护养头发：当今的妇女，尤其是年轻姑娘，比较热衷于洗发做发烫发，这本无可非议，但总的原则是洗发、烫发不宜过勤。那么怎样才算适中呢？元代的王珪讲："除夏日以外，五日一沐。"言外之意，夏季要间隔三四天就得洗一次。古人的洗发次数可供参考，但总的来说，洗发次数要因人、因时，并根据头发的不同情况来定。一般来说，干性头发（即枯燥无光泽者）宜十天洗一次；中性头发（即不油不燥者）一周洗一次；油性头发应四五天洗一次。另外，烫发能保持美观的发型，但烫发免不了要用碳酸氢钠、氨水等化学药剂，这些药剂对头发本身有一定损伤，再加上电热处理，常使头发变得发黄发脆而失去原有的光泽和弹性。因此，烫发以半年或更长一些时间为宜，对小孩则更禁忌。

（4）加强护发食物营养：饮食宜多样化而不偏食。平时应多吃一些粗粮、豆类、绿色蔬菜瓜果等含维生素 B、维生素 A、维生素 E 较多的食物。例如西红柿、土豆、菠菜中含铜、铁等微量元素，对头发生长及色泽是必不可少的原料。总之，只要合理调配饮食营养，对促成满头秀发的生长及身体各部位的生理需要大有益处。

总起来说，头发的荣华与枯萎，反铁了人体脏器的旺盛与衰退。因此，历代养生家把保养头发的方法，看成是健康与长寿的重要措施之一。

"五劳所伤"是怎么回事？怎样调适？

"五劳所伤"是中医学的一个病因名词，最早可见于《素问·宣明五气》篇，即"久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋，是谓五劳所伤"。这段话的意思告诉我们，视、卧、坐、行、立是人体所具备的五种体态功能活动，这五种体态功能，既不能长时间的不活动，又不能活动过度，反之就会影响人体健康。拿"视、行"来说，人们常有这样的切身感受，如读书报、看影视时间

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

过久，又得不到适当休息或睡眠的补充调节，就觉得头昏眼花，精神委靡。又如长时间的奔跑疾走，用力不当，也会引起下肢关节、韧带、筋腱的劳损或扭伤。也许有人会问：久视、久行，无非是眼睛疲劳，肌肉酸疼而已，又怎么会伤血、伤筋呢？这是因为中医学讲：肝藏血，开窍于目，主筋。肝血不足会引起眼睛、筋腱功能活动的衰退；反过来眼睛、筋腱的过用，又会导致肝血亏损。所以有“久视伤血，久行伤筋”之说。再说卧、坐、立这三种体态功能，若长期静止不动，则损伤人的气、肉、骨。设想一个人无病老躺着，别说长久只需一天就足以使其食少气耗，浑身无力。另有那些从事久坐、久立工作的人们，由于职业的需要，使其长期处在一种单调的坐、立姿势，他们当中，有因肢体皮肉不用而萎缩消瘦或壅胀浮肿，有因久站使骨骼关节发育畸形而活动障碍。因此，“五劳所伤”概括了养生学劳逸适度，动静结合的实质内容。

近年来，有学者曾针对“五劳所伤”，结合我国传统的养生学说，提出“适视养血，适卧养气，适坐养肉，适行养筋，适立养骨”的说法，谓之“五劳所养”。此说法对于我们日常的生活、工作来说是可以借鉴的。工作之余，适当地看些书报、影视以及自然景色，或适当卧床休息，可以调节自己的精神情志，使心情愉快，增加食欲，有利于血液的化生，也可以缓解消除头脑、肢体以及内脏的疲劳。适当的站立、走动或跑步，对于久坐工作的人来说，有利于肢体筋腱的柔韧和强健，使全身各处骨骼关节受力适宜，若持之以恒，可形成健美的体态。适当的静坐休息，还可以使久立、久行之人的肢体皮肉逐渐丰满健美。例如某些运动员，一旦停止运动锻炼而增加静坐休息，体重就会增加，这就是“适坐养肉”的原因。当然，任何事情都得一分为二，这里所说的“五劳所伤”与“五劳所养”，只是辩证地说明视、卧、坐、行、立这五种体态功能活动的利与弊，若重视这些利弊，并能在日常的生活和工作中加以适当的自身调节，就可以达到保健、防病、延年的目的。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

不良情绪为什么能导致疾病?

人是有感情的动物，所谓“七情六欲，人皆有之”。人生活在社会之中，社会上又存在着各种矛盾，这些矛盾无时无刻不在干扰、冲击着人们的工作、学习与生活，人们为了应付、解决这些矛盾，在付出精力的同时，难免要产生一些情绪上的波动。这些波动只要没超出人们心理上的承受能力，就属于正常的情志活动而不影响身心健康。一旦遇到强烈的外界刺激，并超出了心理承受能力，就会导致体内阴阳气血、脏腑功能的异常变化而发生疾病。正如《内经·素问》所言：“怒伤肝、喜伤心、思伤脾、忧伤肺、恐伤肾”等。一般来说，像突发性的强烈刺激，如暴怒、骤然惊吓等，可一下子使人致病。像忧、思、悲三种情绪波动，当时虽不强烈，但若连续持久地让心境处在忧郁之中，积久也要成病。那么，不良情绪导致疾病的道理究竟是什么呢?

中医认为，因情志因素引起疾病的基本道理，主要是影响人体内部的正常生理环境，具体反映在气机失常、阴阳失调两大方面。

人体可以说是一部完整的机器，机器的正常运转在于动力，而人的一切功能活动都有赖于气的推动。按中医理论讲，当身体健康时，五脏六腑之气都能按照各自的生理路径运行。例如脾气主升，能将食物中的营养物质输布全身；胃气主降，则把胃中之浊气（即胃内食糜）下送到小肠、大肠。肝气喜畅、胆气主泄，肝胆在协助脾胃消化吸收、输送营养的同时，还维护着人体正常的精神状态和情绪表现，从而保证脏腑气机升降出人的正常生理功能。倘若这种功能因受情绪的强烈波动而遭到破坏，临床上便会出现气机紊乱、气滞不行等气机失常的病理表现。生活中常能看到有人在大发脾气时而红耳赤、声高气粗，事后又自诉胸腹胀满、不欲饮食，严重的还会因大怒而导致呕血昏厥。这类症状在中医临床上称作“肝郁气滞”、“肝气犯

http://www.55188.com理想在线证券网

胃”、“肝气上逆”或“肝逆气闭”，它严重干扰了人体气机升降的正常运行，对健康极为不利。所以《内经·素问》说：“百病生于气也，怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下，惊则气乱，思则气结”，是很有科学道理的。

阴阳学说，是中医学的理论核心，并用来说明人体生命活动对立统一的两个方面，阴阳在体内只有经常地保持相对平衡，才能维持正常的生理功能。但是，激烈的情志活动能损阴伤阳，破坏人体阴阳的平衡。例如发怒时所表现的面红耳赤，声高气粗，就已经反映了肝阳偏盛、肝气上逆的临床症状；而连续持久的思虑、忧郁，就有可能导致阴盛阳衰的病证。所以中医有“暴怒伤阴，忧虑伐阳”的论述，说明情志过于激烈是促使人体阴阳失调、产生疾病的根本原因。

现代医学认为，不良情绪常常是诱发心血管、消化系统疾病的主要因素。研究认为，精神上的愤怒、焦虑、恐惧，可引起一系列自主神经机能变化，促使血管收缩、血压升高。如果长期使情志处在激烈的紧张状态之中，这种机能变化便可固定下来而成为不可逆转的病理现象。因此，临床上常见的高血压、冠心病、脑血管病的头痛、脑血管意外以及胃炎、胃溃疡等疾病，一般与持久的精神紧张状态有关。因此，要想身体健康，首先精神情志要健康，这才是人们养生延年的根本要旨。

http://www.55188.com理想在线证券网

老年人有什么心理特点?

有关心理因素和健康长寿的关系，《内经》中就已注意到了，“怒则气上，喜则气缓，悲则气消，恐则气下”，以及“大怒伤肝，过喜伤心，思虑伤脾，悲忧伤肺，惊恐伤肾”。古人的这些戒语，说明良好的心境、稳定的情绪是保证健康无疾的重要条件。

对于老年人来说，由于人体各组织器官的逐渐衰老以及生理功能的退行性变化，心身对社会、自然环境的适应能力也在日益降低。诸如社会上的某些变革、观念上的部分更新等，年轻人则能够顺乎潮流，不以为然，而对老年人的思想、行为、生活来说，却会产生强烈的影响。因此，老年人在这个时期需要努力维持心态平衡，正确对待、处理而临的矛盾。在日常生活中，多数老人比较注意生理健康，认为只要不得病就是身体不错，而不太注重心理上的健康与否，甚至有个别老人在已经产生明显心理障碍时还固执己见，而不承认自己的心理疾患。其实，不健康的心理不仅可以引起心身疾病，还会影响老年人的生活与工作。例如老年人在心境不佳时，即便吃美味佳肴也会觉得味同嚼蜡；在神情恍惚、心烦意乱时，即使是做平时习惯的事情和工作，也会时常出差错，这些都说明了老年人心理健康的重要性。

老年人的心理特点按正常发展来说，是与生理老化同步进行的。但由于每位老人的社会经历、文化层次不同，故他们之间的心理特点表现也较复杂，一般有以下几方面。

（1）记忆力减退：老年人的记忆特点往往对中青年时代的往事记忆犹新，而对眼前的事情却随时遗忘，有的甚至话到嘴边，竟临时遗忘了。因此，老人总爱唠叨往事，百聊不厌，面对新事物的出现，反应比较淡漠。

（2）感知觉迟钝：老年人由于生理上感知觉系统的老化，可表现出听觉、视觉、味觉、嗅觉的减弱。如对事物反应迟钝、模糊、分

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

辨不清，因而认错了人、听错了话、闻不出气味、吃不出味道等。另外，因感知觉障碍还能引起老人的某些错觉和幻觉。如视物变形、时间停顿、旧事如新等。

（3）思维与想像的弱化：老年人由于在感知和记忆方面的减退，思维想像能力比较低下，特别在创造性思维方而，远不如青壮年机智。主要表现有思维奔逸，漫无边际，唠叨没完；或思维迟钝，缺乏主题，语言缓慢，词汇短缺，联想间断，逻辑紊乱等。

（4）情感变化：一般来说，一个人的性格若在青年时期是乐观奋进型的，那么到了老年也多仍然是乐观热情、助人为乐的。但也有的老人例外，由于社会、家庭环境的突然变化，诸如朝夕相伴的配偶突然去世，或因子女、财产纠纷等，会使他们变得心境抑郁、忧心忡忡、沉闷寡言。总之，多数老人在遇到不顺心的事情时，容易出现情绪波动，甚至因情绪的反复无常导致疾病的发生和病情的加剧。因此，老年人在精神上不宜受大的刺激。

我们在了解老年人的基本心理特点后，应采取什么样的方法以维护老人的心理健康，以及作为老年人自己应如何调适自身的心理变化，使他们愉快地度过晚年，却是十分重要的。

饮食适度为什么有益长寿?

《内经·素问》讲："食饮有节，起居有常……，度百岁乃去"，而"饮食自倍，肠胃乃伤"，这说明适度饮食与健康长寿有密切关系。

有人曾对90岁以上的长寿老人做了一番调查，发现70%以上的老人每日多是二餐或是三餐稀饭一餐干饭，并常年如此。他们的饮食特点大多以清淡素食为主，也有素荤相兼的，但尚未发现有以荤食为主的。他们从不偏嗜某种食物，也不暴饮暴食，数十年的人生旅途，使他们养成了适度摄取低热量食物和适当活动的生活习惯，这就是他

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

们得以长寿的秘诀所在。

古代养生家历来主张老年人在饮食方面要定时适量，少量多餐。如晋代的张华在《博物志》中说："所食逾少，心开逾益；所食逾多，心逾塞，年逾损焉。"清代曹慈山在《老老恒言》中也讲："凡食总以少为有益，脾易磨运，乃化精液，否则极易之物，多食反致受伤，故曰少食以安脾也。"古人虽强调老年人的饮食宜少些，但却主张多吃蔬菜。如《养生随笔》所言："蔬菜之属，每食所需。"因为蔬菜中食有丰富的维生素类和纤维素，维生素类则是生命所必需的营养物质，而纤维素则有助于润肠通便，预防结肠癌。另外，老年人还应食人一定量的食蛋白质丰富的食物，如鸡蛋、牛奶、瘦肉等，以补充机体营养，增强抗病能力。

近几年来，随着人们生活条件的不断改善，某些中老年人不大注意饮食量，也就是说吃得很多，每餐必饱，结果导致体重增如，人肥体胖，大多数人腹部脂肪增厚而外凸，俗称"将军肚"。现代医学认为，肥胖的人容易得冠心病、高血压。那么中医又是怎么讲呢？明代敖英在《东谷赘言》中说："多食之人有五患，一者大便数，二者小便数，三者扰睡眠，四者身重不堪修养，五者多患食不消化。"所以龚廷贤在《寿世保元》总结说："食惟半饱无兼味，酒至三分莫过频。"此言较有科学道理。

古代医家还特别强调饮食不宜过咸。中医认为，饮食五味偏亢就会损伤脏腑。如咸多伤心，酸多伤脾，苦多伤肺，辛多伤肝，甘多伤肾等。《内经·素问》讲："味过于咸，大骨气劳，短肌，心气抑"；"多食咸，则脉凝泣（涩）面变色"。另据国外研究报道，饮食过咸，能导致高血压病的发生。因此，清代曹慈山指出："凡食物不能过咸，但少加使淡，淡则物之真味真性俱得"。可见多食盐对老年人极其有害，所以古人主张食宜淡些确实是养生益寿的经验总结。

总之，古代养生家是比较讲究吃的学问。如唐代《千金要方》中提到"人之当食，须去烦恼"，就是说进食前不能生气。又有"食

http://www.55188.com理想在线证券网

当熟嚼”以及“食毕当漱口数过，当行步踌躇”等等。均说明我国自古就十分重视饮食的防老延年作用。因此，人们只要在日常生活中注重饮食上的适度，即不过饥过饱、不暴饮暴食，定时定量、五味适宜，多食清淡、少食肥腻等，就能获得健康的体魄、充沛的精力而安度晚年。

“一日三餐”有何学问?

别小看这“一日三餐”，它不仅仅是我们为了生存而每日务必完成的进食任务，主要是因为它关系到人体的健康与长寿。生活中常可见到，有人每日三餐不误，适时定量，而身强力壮，精力充沛。有人则不然，虽每餐必进，但却体弱消瘦，或疾病缠身。这是什么原因呢？中医学讲，脾胃是人体的后天之本，气血生化之源，人体脏腑、四肢、皮毛的营养，全依赖脾胃的供给，而脾胃消化、吸收功能的健全与否，又直接与饮食的数量、质量、性味以及摄取的方法、习惯等密切相关。倘若三餐不当，则可损伤脾胃而有害健康。因此“一日三餐”历来是我国养生学所重视的主要内容之一。

《内经·素问》有“食饮有节，起居有常，度百岁乃去”；《养生镜》有“食宜早些，食宜缓些，食宜少些，食宜淡些，食宜暖些，食宜软些”的载述；《寿世保元》的“不欲苦饱，不欲食后便卧及终日稳坐”等等，都是古人饮食养生的宝贵经验，可供我们借鉴。我国民间也有“早吃饱、午吃好、晚吃少”的谚语，说明“一日三餐、饮食有节”，对于养生保健来说，其意义是十分重要的。

http://www.55188.com理想在线证券网

今归纳几点，供参考。

（1）食宜适时适量：若每日三餐，食之有时，脾胃适应了这种进食规律，就有助于对食物的消化吸收。食量上，唐代孙思邈曾说："不欲极饥而食，食不可过饱；不欲极渴而饮，饮不欲过多。"说明在极度饥渴的情况下暴饮暴食是要损伤身体的。俗话说："少吃多滋味，多吃伤肚皮。"

（2）食宜细嚼慢咽：咀嚼能分泌大量唾液，唾液中的淀粉酶、溶菌酶既能帮助消化，又能杀灭细菌，减轻胃肠负担。《医说》上讲："食不欲急，急则损脾，法当熟嚼极细咽下。"故"狼吞虎咽"不足取，青年人尤当引以为戒。

（3）食宜专心勿语：进食若无外界干扰，则咀嚼体体有味。若喋喋不体，口沫四溅，既不卫生，又妨碍自己与他人进食，很不雅观。尤其是饭桌训人，最能抑制他人食欲，当属禁忌。

（4）食宜清洁卫生：不食腐败不洁之物，少食生冷、黏腻、腥辣之物。食不宜过烫、过凉，否则均可引起消化道疾病。

（5）食后宜缓行：俗话说："饭后百步走，活到九十九。"饭后散散步，有利于食物的消化和人体的体息，但应避免跳跃、登高等剧烈活动。饭后若稳坐或即卧，可导致"中满不消，脾胃大伤"的病证。

"食疗"是怎么回事？

食疗是中医预防保健、养生延年的辅助疗法之一，是通过食物种类的合理调配，运用恰当的烹调方法或炮制加工，以达到防病治病和强身健体的目的。食疗的优越性在于能辅避免单纯药物治疗的副作用，使人在不知不觉中却病健身，故乐于被病人接受。俗话说"三分治疗，七分调养"，这调养当中，主要就是食疗。

食疗在我国已有很久的历史。早在西周时代，就有了食医、疾

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

医、疡医、兽医的职能记载，其中的食医，就是当时专门为帝王配膳的营养保健医生。另外，《内经》也曾指出："毒药攻邪，五谷为养，五果为助，五畜为益，五菜为充，气味合而服之，以补养精气。"说明古人很重视食物疗养、五味调和的养生方法。

我国古代有"药食同源"的说法，这是因为药物来源于植物，植物衍生出药物的缘故。因此，所谓"药食同源"，就是说植物（食物）与药物一样，也具有"寒热温凉"四气和"辛甘苦酸咸"五味的特性，只是食物的性味与药物相比，较为平和而已。所以古代医家认为"药物多用于攻病，食物多重于调补"。但在调补时必须要考虑到中医"热者寒之，寒者热之"的治疗原则，这是指热性病或一向怕热的人，宜选用豆类、蔬菜和瓜果以及龟鳖等凉性食物；对正气不足、体弱怕冷的人，应以牛羊肉、禽类、葱姜以及胡桃等温性食物为主。若违背于此，就有可能导致"火上浇油"或"雪上加霜"，而有碍健康。

食疗的具体方法就是药膳，而药膳的主要形式有两种，一是将单味药物加工成食品，如茯苓饼；二是将药物掺入于食品之中，如各种药粥。药膳在剂型上有粥羹、鲜汁、饮料、酒、速溶剂以及糕点食品、各种菜肴等。在这些剂型的制作上，既能保持药物的疗效及其营养价值，又能使其成为色香味俱全的美味佳肴，这是烹制药膳的重要环节。

食疗虽能却病健身，但毕竟是中医的一种辅助疗法，仅适合于年老体虚之人，它不能完全代替药物疗法。唐代医家孙思邈指出："安身之本必资于食，救疾之速必凭于药。"就说明药疗与食疗是不相同的。食疗是用来养身防病的，药疗才是去病救疾的。即使如此，食疗在预防保健、疾病康复过程中仍占有主要地位，并且已被越来越多的人们所接受。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

为什么服用补药要在冬季?

冬季是一年四季中气候严寒，水冰地裂，自然界的动植物均处在眠伏收藏的寒冷季节。人体也同样顺应着自然界的变化，进入代谢缓慢、物质贮存的阶段，《内经·素问》所言："冬三月者为封藏"。这就是说，到了冬季，人们尽管捂着厚厚的棉衣，但全身皮肤毛孔密闭，出汗较少，活动也少，摄入体内的营养物质也容易贮藏，再加上冬季饮食荤食量大为增加，正是养精蓄锐的大好时期，因此说，冬季是服用补药的最好季节。

另一方面，按照中医脏腑学说来讲，"肾"是人体藏精（贮藏营养物质）的重要器官。《素问·六节脏象论》说："肾者，主蛰（即生机内藏之意），封藏之本，精之处也……，通于冬气。"冬季吃些补药，将大量的营养物质存于肾内，以保证来年春季的生机勃发，达到养生健体的目的，这就是中医"藏于精者，春不病温"（即不得热性病）的含义所在。

俗话说：冬令进补，春天打虎。这种说法不仅符合中医养生学理论，也顺应了自然界春生、夏长、秋收、冬藏的客观规律。因为冬季进补，较之其他季节，对于平衡人体阴阳、疏通肢体经络、调和全身气血具有更多的优越性。许多老人均有切身体会，只要在冬季针对性地服用一些补药，第二年春夏就身轻体健，或者说能减少患病的次数。因此，每当冬季来临，许多体弱老人就准备吃些补品，这既有调理健身的性质，也含有中医"治未病"的预防医学思想内容。实际上，它已经成为我国民间传统的防病强身、扶虚补亏等"自我摄生法"的一种措施。

但是"补"是针对"虚"来说的，只有当身体正气虚亏，阴精不足的时候给予进补，则最为适宜。老年人由于机体生理功能减通，抵抗能力低下，一到冬季，往往阳气虚衰，表现为全身畏寒、手足不

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

温、气短乏力等；倘若在阳气不足的基础上又兼有阴精亏损，也就是缺乏身体机能活动的原动力，那么此时的临床表现还可见有精神委靡、面色皖白、语声低微、舌淡脉弱等一派精气欲脱的虚象。因此，冬季对上述体虚老人运用“食补、药补”来加以调理，也就是中医所谓的“形不足者，温之以气；精不足者，补之以味”，以达扶正培本、“阴平阳秘”的目的是十分必要的。

不过，冬季进补必须因证因人而异，要针对不同的虚证，择用不同的补品。如阳虚者选用补阳助阳之品，气虚者选用补气益气之品，就能获得预期的调治疗效。加果阳虚者反用寒凉滋阴补品，就会重伤其阳，虚之更虚；阴虚者反用温热助阳之品，将会耗伤其阴，于身体不利。因此，冬季进服补药之前，最好能得到中医师的临床诊察和指导，切不可盲目滥服。

节食能减肥吗?

“爱美之心，人皆有之”。女性都希望自己长得苗条多姿，并具有一个健美、匀称的体形。然而也有部分女性在青春期阶段，由于体内雌激素分泌旺盛，使身体逐渐丰满发胖。照理说这也是正常生理现象，因为女性丰富的体脂是一种很好的能量仓库，有利于将来完成生儿育女的使命。但倘若过分的腰圆体胖，就显得行动笨拙，不大协调了。为此，对于那些体形不太苗条，尤其是比较肥胖、大腹便便的青年女性来说，常采用强迫自己尽量少食的方法来减肥。她们大多错误地认为，只要每日少吃或不吃，再加上超负荷的体力活动，就会去掉体内多余脂肪。更有甚者利用催吐、轻泻的方法来减肥，殊不知以上方法不仅不能减肥，反而有损健服，严重者还将危及生命。

《内经》讲：“胃者，水谷之海，六腑之大源也。五味入口，藏于胃以养五脏气……是以五脏六腑之气味，皆出于胃。”又说：“得谷者昌，绝谷者亡。”意思指人体五脏六腑的生理功能活动强弱与

http://www.55188.com理想在线证券网

否，在于脾胃水谷精气的不断补充，说明饮食营养是人体赖以生存的必要条件。那种依靠尽量少吃，压缩进食量的减肥法，只能使全身组织器官缺乏营养，代谢失调，导致身体虚弱，并由此而带来严重的全身性疾病，这是得不偿失的。

人体过度肥胖，除遗传因素外，固然有平日吃得太多的原因，也有平素不爱体育活动的一方面。因此，一般来说，减肥要从适量地控制饮食和适当的体育活动两者结合起来进行。但是，“适量控制饮食”不等于“饥饿节食疗法”，而是在饮食上要选择性地少吃些大米、面粉等含淀粉、糖类较多的主食，常吃些粗纤维的绿叶蔬菜及水果，并配合以低强度、长时间的体育活动，诸如快步行走、长途步行、慢跑、游泳、骑自行车、爬山等，原则上以腹内不觉饥、精神不委靡为宜。这样就既不因进食减少而影响身体对营养的需要，又能逐步消耗体内多余的脂肪。不过减肥需要一个持久的过程，非一朝一夕而成。因此，树立信心，坚持不懈，是减肥者成功的关键所在。

如何看待性生活?

一提到“性”，许多人就视它为洪水猛兽而忌讳莫及。之所以会这样，是因为人们总把性问题看成是人类生活中最隐秘的事情，而且还往往和黄色、淫秽之属联系在一起。其实，人类的性行为本来就是人类生活中一种最普遍的行为，因为每个人都是性行为的产物。早在

http://www.55188.com理想在线证券网

我国春秋时代的《易经》就已指出："人承天地，施阴阳，故设嫁娶之礼者，重人伦，广继嗣也。"这就是说，男女之间若没有性关系，就不能繁衍后代，没有后代，社会就不能发展前进了。

虽然"性"是人类繁衍生存的一种生理本能，但是从中医的节欲保精，养身健体来说，已婚男女应该适当节制性生活。《内经·素问》指出："以酒为浆，以妄为常，醉以入房，以欲竭其精，以耗散其真，不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。"这是说，如果追求一时欢快而纵欲过度，使精损神耗，元气散失，违反了正常生活的规律，那么到50岁人体就衰老了。《三元延寿参赞书》曾对"性"的认识归纳为"欲不可早、欲不可纵、欲不可强、欲不可绝"四方面，郑金生先生并对此予以阐发，今辑取大意，介绍给读者。

我国古代历来有"不孝有三，无后为大"，或"早生贵子早得福"的封建伦理思想，因此那时的早婚现象比较盛行。中医认为：女子虽14岁来月经，男子虽16岁精气盛，但并不意味着他们的生殖系统和全身状况发育得十分成熟。因此，过早结婚或过性生活将会有损健康。中医书有不少这方面的劝告，如"未笄之女，天癸（月经）始至，已近男色，阴气早泄，未完而伤"。这段话的意思是，未成年（未笄）的姑娘，月经才有不久，就和男性同房，这样就使身体还未发育完全就受到损伤。又如"精未通而御女以通其精，则五体有不满之处，异日有难状之疾"。这是说男子年龄甚轻，连第一次遗精（中医讲精满则溢，睡中遗精，表明其精已满）都没有，就强行发生性行为，就使没有发育完全的身体及其内脏器官受损，将来会产生难以名状的奇症怪疾。所以，对于年龄还小的男女，中医不主张他们过早结婚，认为"男破阳太早则伤其精气，女破阴太早则伤其血脉"。而对于南北朝医家褚澄所说："男虽十六而精通，必三十而娶；女虽十四面天癸至，必二十而嫁"，我们则可以借鉴。

有的人虽然成年后结婚，但性欲亢盛，或性生活放纵而无节制，

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

这是损人健康的重要原因之一。中医认为“欲多则损精，精损则伤五脏”。因为每一次性行为，无论男女，五脏都要参与其事，哪一脏的脏气不足，都会影响性生活的和谐。纵欲则不但丢失过多的精液，同时也损及五脏之精。因此，性生活过频的人，常见有目眩无光，神气减少，腰膝酸软，齿浮发落的症状。纵欲还逐渐消耗人的精力，使人精疲神乏，外强中干而徒有躯壳，一旦遇风寒袭击，必滋生他疾。

性生活的和谐与否，和身体素质有关，更重要的是男女双方应该共同创造一个惬意的性交环境和气氛。任何一方未达“神和意感”的境地，欲强交接，就会产生心理上的恐惧和厌恶，久之则形成恶性循环。这就是“欲不可强”的一方面。其次，性生活不能强力粗鲁，过分用劲。《内经·素问》告诫说：“因而强力，肾气乃伤，高骨乃坏。”说明伤了肾气，也就有损于骨骼。所谓“强力人房则精耗，粗耗则肾伤，肾伤则髓气内枯，腰痛不能精仰”。过度性交的人首先感到腰痛无力，就是因为损伤了肾的精髓，面“腰为肾之府”也。

至于性生活的频度以每周或每月多少次为适宜，这要根据年龄和自身条件来决定。《素女经》说：“人年二十者，四日一泄；三十者，八日一泄；四十者，十六日一泄；五十者，二十日一泄。”一泄就是排一次精。古人的次数规定，倒不必拘泥，但至少可以肯定，随着年龄递增，性生活的次数也就逐渐递减。总之，性生活后的第二天，以不感到疲劳和委靡不振为宜。

中医音乐养生是怎么回事？

音乐养生是中医养生学的一个组成部分。运用音乐来调剂人们的精神生活，改善人们的精神状态，从面起到预防、治疗某些心理情志疾病的作用，这在我国很早已有文字记载了。

那么音乐养生的道理是什么呢？战国时代的公孙尼在《乐记》中说：“凡音之起，由人心生也，物使之然也。”明代张景岳在《类

http://www.55188.com理想在线证券网

经附翼》解释说："乐者音之所由生也，其本在人心之感于物。"这就是说，音乐首先感受于人心，而心在中医生理学中又主宰着人的神与志，一曲活泼欢快的乐曲能使人振奋精神，激发情趣；而一首优美雅静的乐谱却让人畅志抒怀，安定情绪。相反，一曲悲哀低沉的哀乐，却能催人泪下，悲切不已。这就是所谓外因通过内因来调节心理上的不平衡状态。因此，音乐对于人的心理具有康复情志、娱乐养生的意义。

音乐发展至今已有四五千年的历史了。由于人们生活在大自然之中，因此，上古时代的人类最先接受的娱乐内容必然是大自然的湖光山色，以及风涛倾耳、瀑布欢腾、潺潺泉水、虎啸猿啼、空山鸟语、蝉鸣蛙噪等优美的天然乐章，这可以说是最原始的自然音乐了。人们生活在这种环境之中，身心必然要与大自然的天然乐章相协调，如此天长日久地闻听自然音乐之美，就能使他们的心境自然而然地处在良好的状态之中。自然音乐发展到后来就形成了民间音乐和宫廷音乐，所谓《下里》、《巴人》、《阳春》、《白雪》就指上面所言。古代帝王为了遣怀畅志，常以宫廷音乐来消除政务烦恼或康复情志疾病。金代医家张从正认为音乐是一味很好的良药，对于情志、精神郁闷不舒所引起的疾病，只要不断给予"笙笛"一类的音乐"良药"，就能治愈。这说明音乐不仅能改善外部环境的美好气氛，也能调节人体的内心世界。

近些年来，中医学比较重视音乐医疗和康复养生，并强调人体形

http://www.55188.com理想在线证券网

与神的统一。中医认为："天有五音，人有五脏，天有六律，人有六腑"，于是在《内经·素问》中便记述了"宫、商、角、徵、羽"这五种不同的音阶，并进一步将它落实到五脏，就出现了"脾在音为宫，肺在音为商，肝在音为角，心在音为徵，肾在音为羽"。那么为什么五脏能与"五音"相应呢？这要从中医"形神统一"的整体观加以理解。朝鲜金礼蒙的《医方类聚》说："脾好音乐，丝竹（乐器）才闻，脾即磨矣。"经观察证实，音乐确能促进消化液的分泌和吸收功能，但是否直接作用脾胃所致，这还需要进一步研究证实。从脏腑学说来讲，五音合五脏；从五行学说理解，心属火，脾属土。音乐感受于心，然后根据五行生克规律，即"火能生土"，故心受之能对脾胃产生影响。其他各脏的原理也基本如此，都是通过音乐所产生的精神意识活动来使"五脏以应五音"的。所以《晋书·律历上》指出："是以闻其宫声，使人温良而宽大；闻其商声，使方廉而好义；闻其角声，使人恻隐而仁爱；闻其徵声，使人乐养而好施；闻其羽声，使人恭俭而好礼。"说明音乐不但影响感情变化，而且也包括情志变化。不过对于古人的经验之谈，我们只能参考而已。

总之，不同的音乐乐曲对于不同年龄层次的人们，确实具有一定的怡情养生及康复医疗作用，愿人们在轻松欢快的旋律中欢度自己的一生。

中年人应怎样进行自我保养？

中年期可以说是人生的第二个黄金时代。因为这个时期，人的精力充沛，思想成熟，经验丰富。他们是各个工作岗位的中坚力量，或是政绩突出的业务骨干。但是，由于中年期人体的生理功能日趋下降，体质状态正悄悄地进入由盛趋衰的转折时期。而一部分人有因肩挑工作与家庭两副重担，有因经常埋头干事业而忽视了自身的健康，心力交瘁，疾病染身，以致过早出现发、齿脱落，视力减退，步履迟

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

缓，记忆力下降等早衰现象。因此，加强中年期的自我健康保养是十分重要的。

所谓自我保养，就是自己起来和虚弱、疾病、衰老做斗争。也就是说，经过主观努力，采取养生保健措施来保护自身的健康。因此，中年保健必须要遵循以下几点：

（1）要少坐多动：俗话说：“人老腿先老。”常见有长年从事办公室工作的中年干部，不知不觉地感到两腿行走无力，人也变得疲倦发懒，这既是长期不爱活动，机体怠惰松弛的缘故，也是衰老开始的信号。应在调节饮食营养的基础上，加强运动次数，如散步、爬山、游泳或进行各种小运动量的球类活动。只要坚持不懈，可使腿部肌肉及全身骨骼和关节健壮有力，延缓老化过程。

（2）要少愁多乐：情绪对健康有明显影响。中年人一般都上有老、下有小，衣食住行样样操心，工作及家庭双重心理压力较重，容易产生情绪波动。中医所说的“七情”致病学说就足以说明，若持续的紧张心理则会造成精神上的疲劳，导致机体气血运行的紊乱而产生诸多疾病。因此，在情绪激烈或郁闷时，要及时进行自我克制或转移，正确对待人世间的不平之事，减少自我心理冲突，保持坦荡而稳定的心绪。对任何事若心胸宽畅、温和达观，则对身心有益。

（3）要营养适宜：合理地调配饮食营养是保证中年人身体健康的重要环节。饮食不调则营养不足，饮食过多则“长膘发福”，这些均于健康不利。

（4）要劳逸适度：中年人无论从事脑力、体力劳动，工作强度一般均较大。因此，既不能长期熬夜奋战，亦不宜在工作之余贪玩好耍，浪费精力；甚或酗酒打牌，摧残身体。中医的“五劳所伤”以及“不欲甚劳，不欲甚逸”等古训，就是劳逸适度的养生之道。

（5）要学会自我查体：中年人对自己的健康状况有一大致了解是很有必要的。例如在经过活动后有胸闷心慌的感觉，就应想到有无冠心病的可能；原因不明的消瘦乏力，食欲不振或大便发黑等，要警

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

惕消化系统的病变。又有长期干咳、痰中带血，或血尿，或低热不退，或眩晕等，均要去医院进一步检查。另外，通过眼看手摸来发现身体的一些可疑体征，如皮肤、腹部有无肿块，乳房有否结节，阴道有否不规则流血等。这就需要人们掌摸一些基本的医学卫生知识，以及时发现疾病征兆而去医院就诊。

（6）要节制性生活：性生活是夫妻日常生活之一，与生俱来，亦是一切生物得以生存繁衍的本能。但是中年人的性生活，一般说来应顺其自然，原则上要避免因性生活造成疲劳，委靡不振，影响工作和学习。《内经》讲："不知持满，不时御神，务快其心，逆于生乐，起居无节，故半百而衰也。"就说明如果性生活过频，就会导致早衰，影响健康。因此，每周过一次性生活，作为频度来说是比较适宜的。

（7）要善于调节业余生活：劳累一天，工作之余，丰富一下家庭或个人的业余生活，对身心有益。诸如听音乐、跳舞、看影视，或游览、垂钓、集邮、种花等活动，不妨因地制宜地采纳一些，日久必有益处。

为什么称中年期为"多事之秋"？

中年，一般指40～60岁这一阶段，人的年龄进入这一时期，就好比一年四季已进入了秋季。秋季既是自然界硕果累累的黄金时节，也是秋风萧瑟，花木凋谢枯萎的开始。人也同样，当步入中年后，由于智力发展达到最佳水平，故能在事业上做出一定的业绩和成就。但不能不看到，中年人大多肩负工作与家务的重任，生理机能已由成熟而逐渐转向衰退。因此，了解中年期的生理特点，采取行之有效的养生方法来防病抗衰，是十分必要的。

《素问·阴阳应象大论》曾对中年期的生理特点有如下论述："年四十而阴气自半也，起居衰矣。年五十，体重，耳目不聪明矣。

http://www.55188.com理想在线证券网

http://www.55188.com理想在线证券网

年六十，阴萎，气大衰，九窍不利，下虚上实，涕泣俱出矣。”这就是说，年过40岁，脏腑功能将由盛转衰，由强转弱。经文还说：“五八，肾气衰，发堕齿槁。六八，阳气衰竭于上，面焦，发鬓斑白。七八，肝气衰，筋不能动，天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极。”均指出在中年期因生理功能衰退，将逐步出现面部皱纹增多，头发花白，腿脚行动不便以及性功能减弱等身体衰老的现象。

那么现代医学对此又有什么论述呢？西医学认为，衰老或老化是随着年龄的递增而逐渐发生的一种生理、病理性的退行性变化，它具有长期持续性、易受多种因素影响等特点。总的来说，随着年龄增加，人体原有的储备力减少，适应力减退，抵抗力下降和发病率增加。因此步人中年以后，由于体内无机物含量增多面使骨质疏松，脊椎骨骼有压缩，背部和下肢肌肉的强度减弱等原因，可常常出现关节肌肉不舒服的感觉，严重的发生骨质增生、骨折和骨关节病。中年以后，血管壁钙的含量逐渐增加，动脉壁的弹性下降，对血压的反射性调整能力也减退，因而既容易出现高血压病，也容易出现直立性低血压，诸如久蹲之后，突然站立时出现头晕、眼前发黑，以致晕倒的现象。血压和血脂的升高，都是导致冠心病、脑血管意外的主要因素。另外，中年人消化液的分泌量以及热量的需要和代谢率也日益减少，因此，从消化功能和热量需要来看，中年人应适当减少进食量。倘若吃得多，又缺少运动量，无疑使过多热量转化成脂肪面积聚体内，增加体重并加重心脏负担。中年期又面临着更年期，更年期内的中年人，无论男女，都会出现情绪不稳定、血压升高的表现，面女性更为突出。因此，更年期内对身体的调适保养得当与否，也是保证老年期身体健康的重要因素。

鉴于中年人对家庭、事业及社会负有较重的责任，而他们往往疏忽自身的生理转变及其疾病的潜在因素，因此说中年期为人生的“多事之秋”阶段是有道理的。但是，多事之秋可以变为硕果累累的金色之秋。其中的奥秘，就是要重视中年时期的身心保健。

http://www.55188.com理想在线证券网