

# 《李时珍教切脉》

## 图书基本信息

书名：《李时珍教切脉》

13位ISBN编号：9787229017675

10位ISBN编号：722901767X

出版时间：1970-1

出版社：重庆出版社

页数：238

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《李时珍教切脉》

## 前言

《李时珍教切脉》是对明代大医药学家李时珍所撰《濒湖脉学》的当代解读。李时珍，字东璧，蕲州（今湖北蕲春）人，是明代著名的医药学家，出身于医学世家，年少时即随父亲诊脉看病。其父总结历代医籍，并结合自己的临床经验而著有《四言举要》。而李时珍在其父的基础上，博采众家之长，发皇经义，又著《濒湖脉学》，因其晚年号濒湖老人，故以此而命名，是历代初学脉诊之人的案头读本。原书分“七言脉诀”与“四言举要”两个部分。“四言举要”部分是由其父李言闻（字子郁，号月池）根据宋代崔嘉彦《紫虚脉诀》进行删补而成，比较全面地论述了脉象的机理、诊脉之法、五脏平脉、辨脉提纲、诸脉形态、诸脉主病、杂病脉象等；而“七言脉诀”部分，则是介绍了二十七种不同脉象的形态特征、相类似脉的鉴别，以及单脉与多脉相兼所主的病证等。在中医四诊“望、闻、问、切”中，切脉虽然位于四诊之末，但却是不可忽视的最重要的一环。中医断病，四诊相互关联、内外对应。望形色、闻声息、问环境习惯，皆主要观察外显现象；而查内部的气血、阴阳、虚实、寒热等病理情况时，则以切脉为主。简言之，望、闻、问三诊是诊病之现象，而切脉才是诊病内部的根本，是医生下药制方的决断依据。虽然诊病要四诊合参，但中医的特点是以内治为主，因此准确地掌握切脉尤其重要。作者在脉诊上的最大贡献，是在西晋王叔和所著《脉经》的基础上，又增补了三种脉象，将《脉经》所述的二十四种脉象发展成为“浮、沉、迟、数、滑、涩、虚、实、长、短、洪、微、紧、缓、芤、弦、革、牢、濡、弱、散、细、伏、动、促、结、代”，共计二十七种脉象，在发展中医脉诊理论以及断病的准确度等方面又推进了一大步。之后李士材的《诊家正眼》又在此基础上新加入了“疾脉”，至此，形成了后世医家沿用至今的二十八种脉象。另外，原书将复杂的脉象形象化、简单化地描述，是其又一突出的风格特色，使读者更易理解掌握，并且全书均以歌诀形式编纂，简洁明了，朗朗上口。比如“体状诗”，其以大量形象生动的比喻，将脉象的形态特征浅显地呈现在我们眼前。以浮脉为例，“七言脉诀”中用“浮脉惟从肉上行，如循榆荚似毛轻。三秋得令知无恙，久病逢之却可惊”这样简单的四句概括浮脉，形容其脉位——“惟从肉上行”，即脉位浅；形态——“如循榆荚似毛轻”，即手摸如触羽毛；切脉断病的意义——“三秋得令知无恙，久病逢之却可惊”，即医家推断预后情况是良好或不好。

# 《李时珍教切脉》

## 内容概要

《李时珍教切脉》内容简介：迄今为止，中医的精义和灵魂仍然只存在于传统中。中医不只重视养疗之方、调治之法，中医更重视对身体的全面理解。更在乎对“自然”的亲近。中医是一种生活方式。是一种哲学态度，更是一种日常行为。中医甚至认为，即使疾病也具有某种健康倾向。

回归到真正的中医世界。首先应从中医名典的阅读开始。

脉象是脉搏跳动时指下的形象。脉象的产生与心脏的搏动、肺气的敷布、脾统血、肝藏血、肾精化血以及人体气血的盈亏与脉道是否通利等密切相关。当脏腑气血有病时，人不一定会有所察觉，但最初的信号必然会从脉象上首先表现出来，这就是中医所说的“脉病人不病”。

切脉不仅是医家诊病的重要手段，而且在日常生活中，即使是常人，也可以通过把脉来了解自己身体的健康状况，以便能及早地对身体进行保养和调理。有的放矢，是有效保养的关键。也是防止“养生却反而伤身”的前提。

明代医圣李时珍所撰《濒湖脉学》，对人体二十七种脉象、手感相类似的脉象、多种脉象同时出现的情况以及每种脉象的应用都作了细致而全面的论述，该书虽是论述脉象最好的著作，却难以为常人理解运用。因此，《李时珍教切脉》不仅完成了今译，即对《濒湖脉学》的二十七种脉象，以及李时珍之后《诊家正眼》新增的~种脉象的切法和用法进行了全面解读。而且还提供了多种实用的脉象与人身症状相互合参的诊病方法。

## 书籍目录

卷一 人人皆有脉气经络与脉气脉与经络不同 / 脉气从何而来 / 有脉气，血脉才能运行 / 切脉以了解十二经脉与奇经八脉的走向为基础人体之气有三中医将气分为营气和卫气脉气的形成运行图从脉象表现判断气血情况寸口脉可以反映全身气血的变化情况在寸口脉切不到的脉也可能是正常脉睡可以养气血，睡也可以损气血一天十二时辰的人体正常脉象正确的医家切脉法人高矮不同，医家切脉时三指的松紧也应不同 / 男女寸口脉有左右之别 / 人的气血与魂魄神谷的关系 / 切脉七诊法 / 切脉有九候法在寸口如何切脉寸、关、尺三部所对应的脏腑一招四式养气血从生病到病愈，切脉能知道一切传统全身三部九候诊法常用诊脉的方法和步骤四季、五脏的正常脉象脉象因人、因时而异 / 从脉象看五脏的情况 / 各个季节的正常脉象各不相同寸口脉象的正常变化图以四季的正常脉象为依据断病四季切脉判病法饮食五味对脉象的影响与各种面部病色相应的脉象人的情志表现与脉象的变化卷二 脉有浮沉迟数病有寒热表里从四种基本脉象辨病的表里与寒热从脉的快慢与沉浮可知病在部位及身体的寒热如何切四种基本脉象浮脉和容易与其相混的脉 / 沉脉和容易与其相混的脉 / 迟脉和容易与其相混的脉 / 数脉和容易与其相混的脉 / 四种基本脉象的综合运用浮脉和容易与其相混的脉的比较图沉脉和容易与其相混的脉的比较图迟脉和容易与其相混的脉的比较图数脉和容易与其相混的脉的比较图自己给自己把把脉从各种脉象诊病与浮脉相应的病在体表 / 与沉脉相应的病在脏腑 / 得迟脉说明病人外感寒邪，或体内有寒，滑脉说明体内邪实壅盛，涩脉则说明邪气内聚 / 弦脉说明病在肝胆，紧脉说明人体受寒或某部位疼痛 / 长、短、细、大、虚、实各脉所示的病 / 缓、濡、弱、微、动、革各脉所示的病 / 促、结、代各脉所示的病感染风邪的脉象与身体表现感染寒邪的脉象与身体表现暑邪致病的脉象与身体表现燥邪致病的脉象与身体表现湿邪致病的脉象与身体表现火邪致病的脉象与身体表现常见相兼脉象与主病卷三 脉分妇幼切脉更能知病之可治与不可治杂病的脉象中风与中痰的脉象 / 风、寒、暑、湿邪病的脉象 / 切脉知生死 / 饮食劳倦内伤的脉象 / 疟疾、泄泻、下痢及呕吐的脉象 / 咳喘的脉象 / 失血与淤血的脉象 / 遗精、白浊、三消、淋闭与便结的脉象 / 癫、狂与痫病的脉象 / 喉痹与眩晕的脉象 / 痛证的脉象 / 脚气、痿病、痹病与五疸的脉象 / 水肿胀满的脉象 / 积聚与中恶的脉象 / 痈疽的脉象 / 肺痛与肠痛的脉象发汗可治病养生病脉若有神、有根、有胃气则人能活各种内伤的常见脉象各种原因所致腹泻的脉象各种原因所致咳嗽的脉象消渴病(糖尿病)的症状形成风热或虚火所致喉痹(咽炎)的脉象眩晕症的常见外治法头痛病因与脉象各种原因所致腰痛的脉象各种原因所致脚气的脉象各种痹病的脉象积聚的形成与痈疽的形成与脉象早晚关注脉象变化很重要妇女和幼儿的脉“喜脉”切法 / 切妇人脉可知胎儿情况 / 切小儿的脉：一指定三关女性生理周期期间的脉象变化妇女妊娠各阶段的脉切各年龄段小儿的脉奇经八脉诊法督脉病的脉象 / 任脉病的脉象 / 冲脉病的脉象 / 阳蹻脉与阴蹻脉病的脉象 / 脉象 / 阴维脉与阳维脉病的脉象用任督二脉养气血仙家以“打通任督二脉”而高寿切脉知生死没有胃气的脉 / 虚大无根的脉 / 脉形散乱的脉十种预示病危的脉卷四 像最高明医家一样，切出二十八种脉象浮脉脉象，与浮脉手感相近的脉 / 用浮脉诊病认识浮脉并动手切按切脉时，如何甄别浮脉与相近的脉用浮脉诊病沉脉脉象 / 与沉脉手感相近的脉，用沉脉诊病认识沉脉并动手切按切脉时，如何甄别沉脉与相近的脉用沉脉诊病迟脉脉象 / 与迟脉手感相近的脉 / 用迟脉诊病认识迟脉并动手切按切脉时，如何甄别迟脉与相近的脉用迟脉诊病数脉脉象 / 与数脉手感相近的脉 / 用数脉诊病认识数脉并动手切按切脉时，如何甄别数脉与相近的脉用数脉诊病滑脉脉象 / 与滑脉手感相近的脉，用滑脉诊病认识滑脉并动手切按切脉时，如何甄别滑脉与相近的脉用滑脉诊病涩脉脉象 / 与涩脉手感相近的脉，用涩脉诊病认识涩脉并动手切按切脉时，如何甄别涩脉与相近的脉虚脉脉象，与虚脉手感相近的脉，用虚脉诊病认识虚脉并动手切按切脉时，如何甄别虚脉与相近的脉实脉脉象 / 与实脉手感相近的脉 / 用实脉诊病认识实脉并动手切按切脉时，如何甄别实脉与相近的脉用实脉诊病长脉脉象 / 与长脉手感相近的脉 / 用长脉诊病认识长脉并动手切按切脉时，如何甄别长脉与相近的脉短脉脉象 / 与短脉手感相近的脉 / 用短脉诊病认识短脉并动手切按切脉时，如何甄别短脉与相近的脉洪脉脉象 / 与洪脉手感相近的脉 / 用洪脉诊病认识洪脉并动手切按切脉时，如何甄别洪脉与相近的脉用洪脉诊病微脉脉象 / 与微脉手感相近的脉，用微脉诊病.....

## 章节摘录

插图：经络与脉气脉与经络不同脉，存在于活体之中。只有在活着的人体身上才可以找到脉。脉，因气而出现，气盛则脉盛，气微则脉微。脉，依气而生，有气才有脉。脉，是血脉的意思。这里的脉，其实就是指脉管，它在人体中起着隧道的作用。脉是气血运行的先决条件，是容纳血液并让其运行其中的有形器官。它像网络一样遍布于我们的全身，如同大地上遍布的大小不等的河流，分布在机体的每个角落。这样的分布使脾胃运化的水谷精微能输布全身，并起到濡养人体的作用，从而保证了生命的正常活动。脉不是一个孤立的结构，它内和心脏相合，外布于皮肤肌肉之间，这样的分布使得血液在心脏的作用下循行于全身，最后回到心脏，形成人体的血液循环系统，从而使机体上下相通、内外相应。这很典型地体现了中医所讲求的“整体”观念，它将血脉和整个机体紧密联系起来，以一种“整体”的眼光认识血脉的生理作用，从而把握血脉与机体的关系，这才是中医的文化精髓。不仅如此，血脉的运行还与呼吸紧密相关。于此，在后文中会详细讲解，在此不多做介绍。在现代中医的实际运用中很多时候将“脉”与“经络”视为是同一个概念。事实上，“脉”与“经络”不完全是一回事，在中医中是先有“脉”的概念，且它是运行血气的一种人体结构。而“经络”是秦汉时期医家为解释人体的感传现象，从当时的水利工程学中引进而确立的中医术语。二者起源不同，描述的对象也不一样。古代经络概念在起源上是“脉”的同类，时间上是“脉”的后续，文献上是“脉”的代名词。《汉书·艺文志》说：“医经者，原人血脉、经络……以起百病之本。”它把“血脉”与“经络”并列，说明这两者是不一样的。经络是由经脉、络脉、十二经筋、十二皮部和奇经八脉所组成。经络在内能连属于脏腑，在外则连属于筋肉、皮肤。脉，有“经脉”与“血脉”之分。中医的“脉”不仅仅是指试“脉”的脉，它包含两层意思：一是指血脉，二是包括十二经脉与奇经八脉统称的十四经脉。有时候，中医中的试“脉”的脉，又指动脉的血管搏动。

## 《李时珍教切脉》

### 编辑推荐

《李时珍教切脉》：切脉并不玄奥：医家切脉，在常人看来极为深奥，但就浮、沉、迟、数四种基本脉象而言，只要结合自觉症状，用正确的手法细心把脉，即使不是医家也极易掌握。大医家级切出二十八中脉象，而二十八种脉象均由四种基本脉象变化而来，常人只要能切出四种基本脉象，便不难领悟变化而出的其他脉象，所磁盘切脉首先在于切出四基脉。在四种基本脉象中，脉的沉、浮指触力度极易辨识，而脉的迟、数说穿了就是脉动的快慢，所以辨识也极为简单。脉会告诉你身体是否健康：六邪之气侵人人体的，必然引起营卫二气的变化，而脉的浮、沉、迟、数则是这种变化在脉象上的具体反映，因此只要能在寸口切出某一脉象，便能诊知病的性质、轻重和病所在的部位。我们常说的体内有寒，或体内有热，或体是否虚，通过把脉就能了解得一清二楚，也只有如此才能在生活中用正确的访求祛寒泻热，以及补虚；也只有这样，才不会因为方法不当而出现“闭寒”或“燥热生火”等加重病状的情况。病在肌表，或病在肮脏，通过切脉更能准确分辨。知道了病所在的部位，对病的轻重，自己才能做到心中有数，也才能有效地避免误区或被医家所误。准确诊断才能有效调养：中医望、闻、问、切，虽然四者需要相互合参，但切脉一直是医家倚重的最主要方法，虽然诊病准确，常人却很少涉及，这无疑是日常调养常步入误区的根本原因。体证与解读精读今解本，中医修习自助。李时珍，明代大医家。三十八岁被武昌楚王召任“奉祠正”。兼管良医所事务，其后进京任太医院院判，有极为丰富的诊疗经验。切脉最能了解身体的真实情况详细讲解二十八种脉象的切法与用法全国解读中医脉学经典《濒湖脉学》

## 《李时珍教切脉》

### 精彩短评

- 1、挺详细的解说，可惜就是没有那么多脉摸，能实践一下就好了
- 2、书的质量和内容都很不错，建议购买
- 3、就是非常难学，自己不专业
- 4、值得購買，脈象解釋得很詳細。
- 5、这本书质量不错值得购买
- 6、感觉讲得比较通俗易懂，对于我这个没有一点中医基础的人来说，能看懂。很喜欢的一本书。价格还如此便宜，送货也很快。满意。
- 7、还可以了，就是太细了，反而不知道该怎么用了。
- 8、之前在书店里看到本脉法指要，那本就非常不错，这本倒也还可以，只是内容感觉没脉法的多
- 9、虽然书比较轻，印刷也不是很完美，有些个注释里的非常小的字不是非常清晰，但是正常字都很清晰的，我认为是正版书籍。内容很多很全面。走马观花看了一下，非常好。
- 10、这本书详细讲解了脉，是初入门的好书。
- 11、这本书是国内第一本以图文并茂的方式讲人体脉象的书，语言平实，内容精细，不愧为经典之作！
- 12、原本想买这本书看看的，忽然发现某评论似曾相识，于是对比了一下，果然一字不差，呵呵！看来评论不可信，还是不买这本书了。
- 13、啊，看不懂
- 14、虽然纸张一般，但这个价，这个厚度，还是值了，内容比较丰富，有脉图，还有一些调养气血的小气功，比较实用。
- 15、内容翔实 不同于一般的脉学书 编入了好多课外养生等课外知识 非常不错 有利于中医文化的熏陶 而且对于各种脉讲的也很细致 值得一读
- 16、我买了这本书，书有一股淡淡的中药材香，书图文结合，二十八脉向都用图示，一目了然。书最后附录了李治民先生的脉学金口诀。喜欢这本书，通俗易懂。

# 《李时珍教切脉》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)