

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2017.12.022

百 家 园

“脉之浮沉”刍议

张中华¹, 许亚辉¹, 陈家旭^{2*}, 周发祥¹

(1. 河南中医药大学基础医学院, 河南省郑州市郑东新区龙子湖高校园区, 450046; 2. 北京中医药大学)

摘要 古今学者所论述的脉之浮沉, 绝大部分属于脉位之浮沉, 且观点不一; 而脉势之浮沉更是少学者明确提及。只有全面地了解脉位和脉势的浮沉, 才能在临床上更好地把握脉之浮沉, 进而更准确地对疾病加以判断和推测预后。从脉位、脉势之浮沉的判断及其临床意义, 以及四时正常脉象之浮沉等几个方面对脉之浮沉进行论述。

关键词 脉之浮沉; 脉位; 脉势; 四时脉象

中医所言脉之浮沉, 不仅包括脉位上的浮沉, 还应当包括脉势上之浮沉, 以下浅析脉位、脉势之浮沉的判断及其临床意义。

1 脉位浮沉的判断及其临床意义

1.1 脉位浮沉的判断

对于脉位浮的判断, 古今学者主要有以下 3 种观点: 1) 轻取即得, 但继续用力下按则感到脉力稍减而不空, 如《脉经》曰“浮脉, 举之有余, 按之不足”。2) 轻取即得, 即轻取即能感到脉搏搏动。如明代陶华《伤寒六书》曰“浮, 初排指于皮肤之上, 轻手按之便得, 曰浮”。3) 轻取即得, 但尚须同时诊得脉象的主体和全貌, 若不如如此, 便反映不了疾病的本质, 不得称为浮脉, 如李士懋认为, “若轻手虽可触得脉的搏动, 但沉按之, 脉较轻取时或大或细, ……或动数不宁等等, 皆非浮脉, 因轻取时, ……并非脉之全体, 全貌, 反映不了疾病的本质”^[1]。

我们认为, 脉位浮当以“举之有余, 按之不足”最为合理。轻取即得, 只能说明人体的气血能够很好地达于体表, 并不能说明人体的正气偏重在体表。而当人体感受外来邪气时, 人体的正气在不太弱或内里阻滞不甚的情况下当偏重于体表以便更好地驱邪外出, 即“不通则卫气归之”^[2], 如此脉象在浮表的部位当较其他部位有力, 即“举之

有余, 按之不足”。

对于脉位沉的判断, 稍与脉位浮不同, 古今学者的观点主要表现在以下两个方面: 1) 轻取即有而不足, 重按则较轻取有力, 如《脉经》曰“沉脉, 举之不足, 按之有余”。2) 轻取无有, 重按始得, 如《脉经》曰“一曰重按之乃得”, 亦如清代陈念祖《时方妙用》所言“轻手不得, 重手乃得, 按之肌肉以下”, 再如李士懋、田淑霄所著《脉学心悟》中所说“凡重按至筋骨乃得之脉, 不论大小迟数、有力无力, 皆曰沉”。我们认为, 脉位沉其理与脉位浮相同, 当取“举之不足, 按之有余”为是, 而“轻取无有, 重按始得”当属“举之不足, 按之有余”的一种特殊情况。

1.2 脉位浮沉的临床意义

1.2.1 脉位浮的临床意义 脉位浮主要反映了人体气血偏于体表或不能很好地内敛, 其临床意义主要表现在以下 3 个方面。1) 不病。五脏中心肺之平脉有浮象, 如《难经》所言“心肺俱浮”。四季中夏秋季节人体气机偏外而脉浮, 如《黄帝内经》所言“夏脉如钩, 秋脉如浮”。性格活泼好动者脉易浮, 如清代何梦瑶《医碕》所言“趾高气扬之辈脉多浮”。2) 表病。外感六淫, 侵袭肌表, 人体正气外达以抗邪, 如《伤寒论》所言: “寸口脉浮为在表”, 《三因极一病证方论》曰: “浮为在表”, 《濒湖脉学》曰“浮脉为阳表病居”。3) 里病。如内热盛、正虚等, 六气、五志化火, 气血痰食郁久化热, 热盛则激荡气血外达。

基金项目: 国家自然科学基金(81473597, 81630104)

* 通讯作者: chenjx@bucm.edu.cn, (010) 64286656

内热盛而激荡气血外达，气虚不能固守其位而游荡于外；血虚不能内守，气失依恋而浮于外；阴虚不能敛阳，阳浮于外；阳虚阴盛而格阳于外等皆可致脉位浮，如清代林之翰《四诊抉微》所言“内虚之证，无不兼浮”，虽有夸大，但足以说明内虚可出现脉浮。再如《伤寒论》所言“浮则为虚”“浮则无血”，《三指禅》曰“里虚而浮精血脱”等。

1.2.2 脉位沉的临床意义 脉位沉反映了人体气血不能很好地外达，其临床意义主要表现在以下 3 个方面。1) 主不病。五脏中肝肾之平脉有沉象，如《难经》曰“肝肾俱沉”。四季中冬季，人体气机偏内敛而脉沉，如《黄帝内经》曰“冬脉如营”“其气来沉以搏，故曰营”。性格内向喜静者脉易沉，如何梦瑶所言“镇静沉潜之士脉多沉”。2) 主表病。如正虚，外邪郁遏等。正虚外感而脉沉，因之正虚无力抗邪故也，如《伤寒论》所言：“少阴病，始得之，反发热，脉沉者，麻黄细辛附子汤主之”。而素体健壮者在感染某些邪气之初脉亦有沉者，如风寒、温邪等。肌表感受寒邪后，由于寒邪凝涩收引，以致腠理郁闭，经脉不畅，人体气血因之而不能外达抗邪，故而脉沉。如《四诊抉微》所言“表寒重者，阳气不能外达，脉必先见沉紧”，又曰“岂有寒闭腠理，营卫两郁，脉有不见沉者乎”。再如明代《景岳全书》所言：“其有寒邪外感，阳为阴蔽，脉见沉紧而数，及有头疼、身热等证者，且属表邪，不得以沉为里也”。感受温邪后，温邪上受，首先犯肺，而肺主气，肺气因受邪而不能畅达，气机怫郁而同样不能外达则脉沉，如《脉学心悟》所言“温邪蕴阻于肺而为热，卫阳不宣而恶寒，气血不得外达而脉沉”。表病而脉沉，古代就已经有明确的记载，临床上亦常见，而今人论及者却不是很多，值得重视。3) 主里病。脉沉主里病主要见于正虚、邪阻两个方面。气虚无力鼓荡血脉，阳虚无力推动激发气血在脉中循行，阴血虚无法充盈血脉，皆可致脉沉。情志怫逆，有形之邪阻滞等皆可致气血外达不畅而脉沉。如“沉而无力，为阳虚气陷的虚证，沉而有力，为积滞寒凝的实证”^[4]。

2 脉势之浮沉的判断及其临床意义

2.1 脉势浮沉的判断

脉势之浮沉的判断指标有多种，如脉管的扩张、收缩的快慢趋势及脉搏的“来去”等，其中最主要、最易把握且古人明确提出的是脉的“来

去”。正如元代滑寿《诊家枢要》所言“来者，自骨肉之分而出于皮肤之际，气之升也；去者，自皮肤之际而还于骨肉之分，气之降也”。若来疾去徐，则脉势浮，说明气血有向外或向上之趋势；反之来徐去疾，则脉势沉，说明气血有向内敛或向下之趋势。脉之“来去”可以理解为在一次完整的脉搏搏动中脉搏波上升时段和下降时段的势能^[4]。

2.2 脉势浮沉的临床意义

1) 反映机体健康：脉势平和，说明人体气血、阴阳平衡协调，人体健康，没有疾病。2) 反映气血在人体内的分布趋势：脉势浮反映人体气血有向外或向上游行的趋势，脉势沉反映人体气血有向内或向下游行的趋势，如《黄帝内经》所言：“来疾去徐，上实下虚，为厥巅疾；来徐去疾，上虚下实，为恶风也”。3) 反映病邪的发展方向：如清代叶霖《脉说》所言“如诊脉沉而来势盛去势衰，可知明日恐变浮也，浮者病机外出也；诊脉浮而来势衰去势盛，可知明日恐变沉也，沉者病机向内也”，又曰“如诊脉自沉鼓盛于浮者，多主温病内热汗出，内热便秘，痧疹外达之类”。

3 四时正常脉象之浮沉

首先，在脉位上，春天脉位偏沉，夏天脉位偏浮，秋天脉位偏浮，冬天脉位偏沉。四季中，冬春季属阴，夏秋季属阳，故而《素问·金匮真言论》曰“冬病在阴，夏病在阳，春病在阴，秋病在阳”，而人体脉象亦应之而春冬脉位偏沉，夏秋脉位偏浮。又因“阴中之阴，肾也”“阴中之阳，肝也”“阳中之阴，肺也”“阳中之阳，心也”，而天人相应，故人体脉象当冬天脉位沉而春天脉位偏沉，夏天脉位浮而秋天脉位偏浮。又如《难经》曰“心肺俱浮，……浮而大散者，心也；浮而短涩者，肺也。……肾肝俱沉，……牢而长者，肝也；按之濡，举之来实者，肾也。”也说明春冬脉位当沉，夏秋脉位当浮。

其次，在脉势上，春夏季节脉势浮，秋冬季节脉势沉。春夏季节，阳气升发，秋冬季节，阳气内敛，人之脉气亦当应之，如《素问·脉要精微论》曰“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”。此中，春日浮之“浮”，当指较冬日脉位浮，且“如鱼之游在波”明显要比“泛泛乎万物有余”要沉些。再如，《素问·平人

(下转第 1072 页)

体脏腑的气机升降,所谓脾气升则肾、肝之气升,胃气降则心、肺之气降。由于脾胃为后天之本,人体气机升降之枢轴,故“内伤脾胃,百病由生”(《脾胃论》),临床上,中医在调理机体时尤其注重调理脾胃。

肠道微生态理论认为,肠道是人体最大的消化器官和免疫器官,肠道菌群在机体的不同时期、不同外环境、不同部位均保持平衡状态,参与机体的代谢、能量平衡和免疫调节过程,在维持机体正常营养及内分泌系统、神经发育调控等功能中发挥了极其重要的作用。研究已证实,心脑血管疾病、糖尿病、肥胖、炎症性肠病、胃肠道癌症、自身免疫性疾病、精神心理疾病等均伴随着肠道菌群的失调,肠道微生态正成为前述疾病治疗的新靶点^[2,11-12]。肠道是中医脾胃实现功能的主要部位,肠道微生态在人体的重要作用一定程度上体现了中医学的中土思想,说明了中医脾胃在人体全身及在后天的重要作用。

综上,我们认为,肠道微生态体现了中医整体观、中医系统观、中医恒动观、中医平衡观和中医中土思想。通过现代肠道微生态理论,古老而传统的中医思想的科学内涵得以部分解析和揭示,这将有助于更好地理解中医基础理论,为促进中医现代化研究提供思路和方法。

参考文献

- [1] 杨福权,唐玉琴,淮文英,等. 肠道微生态与疾病发生发展 [J]. 大家健康(学术版),2016,10(2):2-3.
- [2] 任洁,罗彦英. 肠道微生物与肠道疾病 [J]. 中国中西医

结合外科杂志,2015,21(6):632-635.

- [3] 冯丽娜,李从荣. 肠道微生物对大脑和行为的影响 [J]. 检验医学与临床,2016,13(13):1889-1892.
- [4] 王红星,王玉平,郭晓欢. 肠道微生物群-大脑轴及其含义 [J]. 中华精神科杂志,2016,49(4):265-268.
- [5] 田祖宏,聂勇战. 肠道微生物与脑-肠轴交互作用的研究进展 [J]. 传染病信息,2016,29(5):302-307.
- [6] 张秀芬,李宏. 肠道微生物影响大脑发育和功能的研究进展 [J]. 中华实用儿科临床杂志,2016,31(12):956-958.
- [7] OGBONNAYA ES, CLARKE G, SHANAHAN F, et al. Adult hippocampal neurogenesis is regulated by the microbiome [J]. Biol Psychiatry, 2015, 78(4): e7-9.
- [8] CHO I, YAMANISHI S, COX L, et al. Antibiotics in early life alter the murine colonic microbiome and adiposity [J]. Nature, 2012, 488(7413):621-626.
- [9] 蔡子微. “魏巍预言”对中医理论研究的启迪:宏观生态理论在人体微观世界的运用 [C] //第十四届中华预防医学会微生态学学术会议论文汇编,大连:2014:1455-1457.
- [10] 蔡子微,康白. 关于中医学与微生态学在原理上的统一性 [J]. 中国微生态学杂志,1995,7(4):43-48.
- [11] SERINO M, FERNÁNDEZ-REAL JM, GARCÍA-FUENTES E, et al. The gut microbiota profile is associated with insulin action in humans [J]. Acta Diabetol, 2013, 50(5):753-761.
- [12] 罗佳,金锋. 肠道菌群影响宿主行为的研究进展 [J]. 科学通报,59(22):2169-2190.

(收稿日期:2017-01-12;修回日期:2017-02-15)

编辑:黄 健

(上接第 1069 页)

气象论》曰“春胃微弦曰平,……夏胃微钩曰平,……秋胃微毛曰平,……冬胃微石曰平”,即“春弦,夏洪,秋毛,冬石”。所谓弦,即是指脉管壁的纵向紧张度较高,即“脉管壁紧张,脉体平直而稍细长”^[9],说明人体阳气虽然生发,但尚未完全外达,就如春天虽然天气渐温,但仍然很冷一样,如《伤寒论》所言“正月二月三月尚凛冷”,可见春脉当脉位偏沉而势浮为是“洪”不仅脉位浮,而且“来盛去衰”即势浮,故而夏脉当脉位和脉势俱浮;秋脉、冬脉亦是此理,在此不再赘述。可见四时的正常脉象当是春天脉位偏沉而势浮,夏天脉位、脉势俱浮,秋天脉位浮而势沉,冬天脉位、脉势俱沉。

综上所述,脉之浮沉不仅包括脉位上的浮沉,

还应当包括脉势上的浮沉。只有熟练地掌握脉位和脉势的浮沉,才能更准确地认识四季的正常脉象,更好地在临证时判断疾病的预后。

参考文献

- [1] 李士懋,田淑霄. 脉学心悟 [M]. 北京:中国中医药出版社,2016:30.
- [2] 佚名. 灵枢经 [M]. 田代华,刘更生,整理. 北京:人民卫生出版社,2005:166.
- [3] 夏晨. 探讨《濒湖脉学》浮沉迟数脉的创新点 [J]. 中华中医药学刊,2010,28(1):41-42.
- [4] 齐向华,史良元. 脉学沙龙 [M]. 北京:人民军医出版社,2014:41.
- [5] 曹二凤,郭梅钦. 弦滑脉辨析:与傅文胜、薄震东、孙建中商榷 [J]. 河南中医,2005,25(2):17-18.

(收稿日期:2016-12-19;修回日期:2017-01-30)

编辑:黄 健