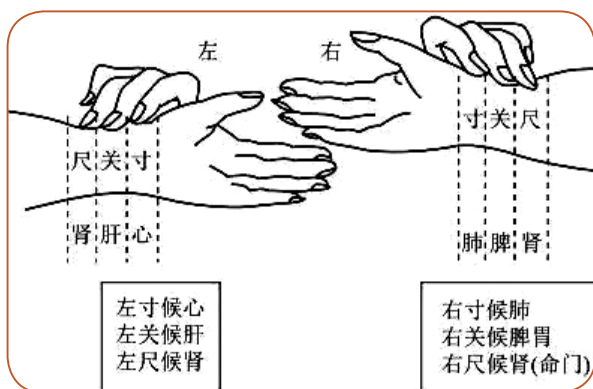


映肝胆情况，左尺反映肾情况。右脉：右寸反映肺情况，右关反映脾胃情况，右尺反映肾情况。

由于力道掌握不同，感受也不一，不是每个人脉诊都能准确辨证，所以脉诊可作为一个参考。但如果没有这部分信息，就不够全面。



### 如何区别平脉和病脉

平脉就是健康人的脉象。据《黄帝内经》记载，清晨“阴气未动，阳气未散”，此时脉诊最能反映一个人的脉象是否正常。

那么正常脉象是什么样的？是种合柔悠扬之态。《黄帝内经》中形容的正常脉象是非常有诗意的，即像鸡举足，鸡践地。当鸡处于安静状态时，走路时鸡爪提起来然后慢慢放下去，这叫作“如鸡举足，如鸡践地”，这是正常脉象。以前脉象有24种，后来扩展到28种，仅凭手指来判断二三十种脉象确实有难度，于是古人摸索出一条规律，即脉辨六纲，就是脉诊时弄清楚表、里、虚、实、寒、热六方面，这六纲中要注意四要，

即迟、数、虚、实。

古人脉诊时，由于没有钟表，医生通常用自己的一呼，表示脉跳两次；一吸，表示脉跳两次，这叫一息四至（相当于1分钟脉搏跳动数为60次），这是正常脉搏在一定时间内的脉搏数。超过四至，患者体内可能有热性的病理变化；不足四至则可能有寒性的病理变化。

迟脉是脉搏的次数减少，一息达不到四至；数脉是一息五至以上；虚脉就是脉象空虚、无力，甚至有时几乎摸不着脉；实脉就是有力的脉象，象征患者的正气还可以，所患疾病属实证。

### 从脉象看预后

通过脉诊可以判断患者的预后情况，即看脉的三气是否存在，这三气是指神气、胃气、根气。

神气存在，就是脉象不但应之有力，且整齐，脉搏跳动有规律，而跳三下停一下的代脉等就属于没有神气的表现；胃气存在，就是脉来和柔悠扬，既不快也不慢，既不大也不小，既不浮又不沉；根气存在，就是在尺脉加压时，看看关脉、寸脉是否存在，能诊到则说明脉的根气在，患者即使还未痊愈，经过治疗，是可以恢复的，否则预后就不好。

总体而言，三气存在，虽病但不严重；少一气，病人预后会有问题；少二气、少三气，则说明预后不好。📖