

# 浅析仲景之沉脉

邢崇溢<sup>1</sup> 金春宇<sup>1</sup> 刘 阁<sup>2</sup> 阚俊明<sup>1</sup>

(1.长春中医药大学,吉林长春130117;2.河南中医药大学,河南郑州450003)

**摘要** 在《伤寒杂病论》中仲景对沉脉的描述十分丰富,原文中虽以沉脉为主,但在主症及辨证论治上却又有所不同。沉脉有生理病理之分,生理性沉脉见于肥胖之人,病理性沉脉主里亦主表;主阳虚,少阴多见;主水饮。通过对《伤寒杂病论》中相关沉脉的条文进行浅析,以便探究平脉辨证之理,更好地指导临床实践。

**关键词** 《伤寒杂病论》;张仲景;沉脉;汉朝

**中图分类号** R241.1 **文献标志码** A **文章编号** 1672-397X(2019)09-0011-02

脉诊为中医四诊之一,在四诊中有着重要的地位。《黄帝内经·脉要精微论》中有“微妙在脉,不可不察”的记载。仲景对脉学也极为重视,在《伤寒杂病论》中仲景以辨脉法、平脉法为开篇,且在以后的每篇中以脉证并治为题,其所著《伤寒论》398条原文中152条论及脉象,《金匮要略》前22篇中145条论述脉象,可见仲景对脉学的重视程度。在论及脉象的原文中,关于沉脉的记载54条,可以看出沉脉在仲景脉法中是重要的。试通过相关条文间“单沉脉”的比较研究,以探讨“沉脉”的病机特点。

## 1 沉脉的脉象和脉理

关于沉脉的记载最早见于《内经》。在《内经》中称沉脉又为“石脉”,前人多以水行润下,如棉裹砂,如水投石来形容。在《脉经》中十分精要地描述了沉脉的脉象为“举之不足,按之有余”。李延昱在《脉诀汇辨》中提到“沉行筋骨,如水投石,按之有余,举之不足”。沉之为义,如石之沉水底也,其脉近在筋骨,有深深下沉之势明确地说明了沉脉的位置在下、在筋骨之间。《难经·四难》云:“沉者,阴也”,黄杰熙在《实践脉学》中提到“凡脉沉为脏脉,以阴寒立论”,皆指出了沉脉的脉理。在临证中沉脉的病机多为邪实内郁、阳气被遏或正气亏虚无力鼓动血脉。若邪气阻遏,气血不得外达而致的脉沉当有力,多为实;正气虚无力鼓动血脉而致的脉沉无力,多为虚。因此,在临床治疗时应明析沉脉的脉理,辨清沉脉的虚实。

## 2 沉脉的临床意义

**2.1 生理性沉脉** 仲景《平脉法》中之“冬沉夏洪”,这是指正常的脉象,不是病脉。李时珍在《濒湖脉学》中论及五脏平脉时也提到:“春弦夏洪,秋毛冬

石,四季和缓是谓平脉。”在临床诊脉中肥胖之人脉象也多为沉脉。肥人之脉在《伤寒杂病论》中也有描述:“肥人当沉……瘦人当浮。”这是因胖人,脂肪厚,脉位较深,需重按,此为生理性脉象。又如《濒湖脉学》中所云:“女子寸兮男子尺,四时如此号为平。”在这里的“女子寸”指的是女性寸脉沉,“男子尺”指的是男子尺脉沉,以上皆属于生理性之沉脉,不属于病理性沉脉。

**2.2 病理性沉脉** 在《伤寒杂病论》中病理性沉脉主里亦主表;主阴寒盛,主少阴经病;主水饮<sup>[1]</sup>。

**2.2.1 沉脉主里亦主表** 在《伤寒杂病论》中沉脉多见于里证但亦主表。如《金匮要略·水气病脉证并治》篇云:“寸口脉沉滑者……名曰风水”,风水病机乃为风邪阻于肌表、肺失通调而导致的水湿内停、风水相搏击之表证,此时的沉脉,为水湿在表,抑制了脉道,故而出现了沉脉。《伤寒论》148条“伤寒五六日,头汗出,微恶寒,手足冷,心下满……脉沉,亦在里也”。此处脉沉乃是阳微结与纯阴结的重要鉴别点。阴微结多见阳衰阴盛之证候,恶寒不发热,属里证。阳微结既有发热恶寒之表证,亦有心下满、口不欲食、大便硬之里证。又如218条“伤寒四五日,脉沉而喘满,沉为在里证,而反发其汗……久则谵语”。这里的沉脉是指脉位而言,“脉沉喘满……而反发其汗”说明沉主里,然亦主表。此沉脉乃表邪闭于肌表,里气壅滞,里热成实所致,此时脉沉必沉紧而有力。国医大师李士懋教授也认为:“沉脉可见里证,但未必一定主里证,沉脉不是判断里证的主要依据,沉脉也可见于表证。”<sup>[2]</sup>李士懋教授<sup>[3]</sup>指出在温病初期脉也可见沉脉,此时之沉脉因温邪上受,首先犯肺,

肺气郁闭,气机不畅而导致,此时的沉脉必定是数而有力或沉而躁数的。表证本可见浮脉,当阳郁而外达时,脉多见浮。但在外邪袭表,正气不足的情况下,营卫多见亏虚。如果正气不足,营卫亏虚,则不能鼓动血脉,此时就不容易形成浮脉,而多见沉脉。因此表寒重证、正虚外感之人者可见脉沉<sup>[4]</sup>。

2.2.2 沉脉主阳虚,少阴多见 在《伤寒论》中沉脉主阳虚,少阴病中多见。如301条“少阴病,始得之……脉沉者,麻黄细辛附子汤主之”。305条“少阴病,身体痛……脉沉者,附子汤主之”。323条“少阴病,脉沉者,急温之,宜四逆汤”。366条“下利,脉沉而迟,其人面少赤……病人必微厥。所以然者,其面戴阳,下虚故也”。《金匱要略·水气病脉证并治》中,“水之为病,其脉沉小,属少阴……脉沉者,宜麻黄附子汤,浮者,宜杏子汤”。

以上5条皆主里阳虚。少阴虚寒证,应以无热恶寒为主,不当发热而发热,称其为反发热,发热多为太阳受邪,然而太阳病其脉当浮,今脉不浮而沉,是少阴虚寒之征象,此乃少阴阳虚复感外邪而兼表,条文中的反发热也提示非太阳表证而热,此时应与其进行鉴别。对于此时的脉沉、发热,仲景在301条提出了治以麻黄附子细辛汤,麻黄发汗解表,附子温经扶阳,细辛外助麻黄解表,内助附子温阳,内外合治,以温经发汗,表里双解。305条身体痛,手足寒,疑似太阳表实麻黄汤证,但手足寒、脉不浮而沉为阳虚有寒。原文中身体痛、骨节痛、手足寒为里阳虚寒所致,用附子汤复阳散阴。323此条之言脉而无证,因以少阴病冠首与281条可相互参看,可以看出此时的沉脉应是脉沉微细,急温之可推知,此时少阴阳气已虚,阴寒内盛急投以四逆汤以回阳,四逆汤中附子辛热,温肾回阳,甘草健脾益气,干姜温脾散寒,三药合用,共奏回阳救逆、温补脾肾之效。水气病中,脉沉小,属少阴,必沉小而无力,以少阴阳虚水停为因,治以麻黄附子汤,以附子温阳,麻黄鼓舞阳气,开达玄府,宣通三焦。以上几条皆表明了“沉脉”的病机与阳虚证有密切的关系,在《伤寒论·伤寒例》中有“尺寸俱沉者,少阴受病也”的描述,可见沉脉在少阴病中多为常见。

2.2.3 邪遏脉沉,多见饮邪 《金匱要略》中也有多条条文涉及沉脉。在痰饮咳嗽篇中言:“胸中有留饮,其人短气而渴……脉沉者,有留饮。”以脉沉指有饮邪内停。在水气病脉证并治篇第5条:“里水者,一身面目黄肿,其脉沉……越婢加术汤主之。”第8条:“寸口脉浮而迟,浮脉则热,迟脉则潜,热潜相搏,名曰沉……沉伏相搏,名曰水。沉则脉络虚,伏则小

便难……即为水矣。”第11条:“夫水病人……小便不利,其脉沉厥者,有水,可下之。”第28条:“问曰:黄汗之为病,身体肿……脉自沉,何从得之?师曰:以汗出入水中……宜黄芪芍药桂枝苦酒汤主之。”

以上几条均说明沉脉主阴邪,脉沉为水饮之邪阻遏而致。第5条水湿之邪聚于里,故脉沉。水聚,气化不行则小便不利,里水外溢则一身面目肿,水蓄阳遏而化热,湿热熏蒸则为黄汗,仲景以越婢加术汤散风清热,宣肺利水。在第8条中,浮为阳主表,则为表热,迟为阴,主里,故脉潜,表热陷于里,与水搏结,导致脉由浮而转沉,此沉脉乃水热互结所致。第11条脉沉厥乃水势太盛停聚于内,阻碍阳气,脉气不达所致。仲景提出此时可用下法,下之气机畅达脉可出。第28条脉沉乃水遏而脉沉,水入内遏阳气而化热,水热交蒸故见黄汗。留饮乃痰饮留而不去,内于脏腑,阻遏阳气而见脉沉。“脉得诸沉,当责有水,身体肿重”,此乃水气病的主脉主证,其病机亦为饮邪内阻。沉脉在《水气病脉证并治》除了揭示病机外,仲景还以沉脉来测其预后,如水气病脉证并治中第10条所言:“脉得诸沉,当责有水,身体肿重,水病脉出者死。”虽水病脉见沉,但此条水病脉出者死,暗示并非水阻气机,而是指邪盛正衰,预后不良<sup>[5]</sup>,因此判曰“死”。

### 3 小结

在《伤寒杂病论》中涉及沉脉条文之多,不仅有单沉脉也有沉之兼脉,文章仅从单沉脉进行了浅析,虽为单沉之脉但主病不同,主证复杂多变,临时不应一概而论,应以沉取有力无力为纲,沉而有力为实,沉而无力为虚,辨清沉脉之虚实,灵活运用,具体分析,做到“观其脉证,知犯何逆,随证治之”,只有这样才能明确病机,治疗准确。

### 参考文献

- [1] 于晓飞,王天芳,薛晓琳,等.《素问》中“浮”脉与“沉”脉含义简析[J].中医杂志,2014,55(9):732.
- [2] 冯瑞雪,张紫微,张再康.国医大师李士懋先生脉诊新说[J].北京中医药大学学报,2016,39(5):395.
- [3] 李士懋.脉学心悟[M].北京:中医古籍出版社,1994:20.
- [4] 徐明.脉学纵横谈[M].哈尔滨:黑龙江科学技术出版社,1987:34.
- [5] 张仲景.金匱要略[M].2版.北京:人民卫生出版社,2011:333.

第一作者:邢崇溢(1992—),女,硕士研究生,研究方向为六经辨证及仲景学术思想研究。

通讯作者:阙俊明,医学博士,副教授,硕士研究生导师。13180867320@163.com

收稿日期:2019-04-21

编辑:吕慰秋