

《醫方明大論十之一》 EP2.3

第二章 2.5 身體引擎（心臟）與水冷系統（腎臟）－心臟與腎臟關係（十之一・p.71-73）

原檔：游老師第003堂 55:22 起

素材：《醫方明大論》十之一；內容為學習整理，非醫療建議。

亮點・一句話

心是引擎、腎是水箱：心臟加熱、腎臟冷卻，兩者隨時熱交換（心腎相交）；水箱一缺水，引擎就過熱。（p.71）

加熱引擎與冷卻水箱

身體要維持恆溫，需要加熱器把熱能送到全身肌肉骨骼，這個鍋爐就是心臟；心臟也要散熱，所以需要水箱——兩個水箱就是腎臟，故中醫說「腎主水」。（p.71）

肝臟提供心臟能源，腎臟提供冷卻水；腎與心臟的關係中醫稱「心腎相交」，失衡稱「心腎不交」。（p.71）

腎主水、心主火

水箱調節心臟溫度、隨時交換熱能和水，稱為相交（熱交換）；中醫五行「腎主水，心主火」就是這個道理。（p.71）

左腎供水、右腎回收

左腎臟是供水冷卻心臟的水箱，右腎臟是回收冷卻水的水箱；腎臟內部是精密濾網，回收水中的營養素。（p.71）

左腎高、右腎低：左腎冷水往上冷卻心臟，距離短才省力；右腎離心臟遠，水往下流如虹吸管，高低差越大真空拉力越大。（p.71）

左腎陰、右腎陽：力學平衡

陽在上、陰在下（天為陽、地為陰），所以左腎是陰（冷水）、右腎是陽（熱水）。（p.71）

切除一腎，腎水力氣剩一半；腎陽虛＝右腎推升力不足，腎陰虛＝左腎下降力不足——就是一個力學平衡觀點。（p.71-72）

腎臟不只水箱：造血與內分泌

腎臟兼血液過濾回收（腎絲球）；並提供製造血液的原料給脊椎，脊椎統攝血液資訊，分送原料給各臟器製造不同血球。（p.72）

腎臟是身體「水質量」的管理者，肺臟是身體「氣體」的管理者；中醫的五臟是五個系統，主流醫學只認為是五個器官。（p.72）

腎水不足→心火旺→心悸→失眠

腎水不足＝水箱冷水不夠，加上散熱不好（壇中推動熱循環力氣不夠），心臟過熱稱《心火旺》，散熱產生「心悸」，像汽車怠速點火不順的抖動。（p.72）

熱氣升到頭、腦溫過高就是「失眠」，中醫稱「陽不歸陰」——晚上大地歸陰，身體卻降不下溫。（p.72）

心火擴散上焦：肺纖維化

心火長期未處理，會擴散到上焦，肺臟、肝臟溫度升高；肺的潤濕之氣被蒸發、軟濕被烘烤成乾硬，失去收縮膨脹功能，就是「肺纖維化」或「鈣化」。（p.72）

肺膨脹收縮變小，就是呼吸急促困難，有人平常覺得吸不到氣，就是這個病因。（p.72）

肝火與膽結石；肺與皮膚

肝溫不降，肝氣到膽囊形成的膽汁水分被蒸發、由液態變結晶固態，就是「膽結石」。（p.73）

肺失潤最先表現為乾咳；肺主呼吸與毛細孔開合調節體溫，開合不順就引發皮膚病、毛髮問題——古典醫學對肺可列 25 個指標，現代健檢卻一個也沒有。（p.73）

汽車引擎過熱的比喻

如同引擎過熱，不外水箱缺水、散熱故障：短期是點火不順（心悸），長期周邊零件全損；腎水不足引發的心臟問題，最先無法散熱，逐漸延伸到肺與肝，引起肝火、肺熱。（p.73）

b).腎臟病：糖尿病與高血壓

從物理學看，腎臟病不外「本身問題」或「血液品質問題」（如水處理機故障多是水源問題）。（p.73）

糖尿病是導致腎臟疾病的首要原因（細胞吃不到糖、隱形微物質成腎臟負擔）；高血壓（血壓高高低低、流速快慢不一）也是常見原因。（p.73）

跨系列對照（相關節目）

素問05 陰陽應象大論（十之三 EP01-04）＝陽上陰下、心火腎水；素問08 靈蘭秘典論（十之三 EP24）＝君主之官與作強之官。（p.71）

素問22 藏氣法時論（十之三）＝五臟四時；素問70 五藏政大論（十之三）＝五臟寒熱燥濕氣化。（p.72）

醫方法門 26 五行學說＝水火既濟；醫方法門 35 五臟動力肺臟＝上焦火與肺纖維化；醫方法門 23 對稱平衡醫學＝左高右低的力學平衡。（p.71-73）

收束與預告

一台引擎一台水箱，一場熱交換就是「心腎相交」——水火既濟則安，水火不交則病，心火一旺，上焦全燒。（p.71-73）

下一集 EP2.4 《壇中穴的重要／壇中閉鎖病症》：看中央轉軸一旦閉鎖，全身如何受損。（p.43）

《醫方明大論十之一》
EP2.3
第二章 2.5 身體引擎

加熱引擎與冷卻水箱

身體要維持恆溫，需要加熱器把熱能送到全身肌肉骨骼，這個鍋爐就是心臟；心臟也要

肝臟提供心臟能源，腎臟提供冷卻水；腎與心臟的關係中醫稱「心腎相交」，失衡稱「

腎主水、心主火

水箱調節心臟溫度、隨時交換熱能和水，稱為相交（熱交換）；中醫五行「腎主水，心

左腎供水、右腎回收

左腎臟是供水冷卻心臟的水箱，右腎臟是回收冷卻水的水箱；腎臟內部是精密濾網，回

左腎高、右腎低：左腎冷水往上冷卻心臟，距離短才省力；右腎離心臟遠，水往下流如

左腎陰、右腎陽：力學平衡

陽在上、陰在下（天為陽、地為陰），所以左腎是陰（冷水）、右腎是陽（熱水）。（

切除一腎，腎水力氣剩一半；腎陽虛＝右腎推升力不足，腎陰虛＝左腎下降力不足——

腎臟不只水箱：造血與內分泌

腎臟兼血液過濾回收（腎絲球）；並提供製造血液的原料給脊椎 脊椎結構

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

