

《醫方明大論十之三》 EP33

素問22 藏氣法時論・第二段 五臟病與季節時辰對應（十之三・p.274-278）

素材：《醫方明大論》十之三；內容為學習整理，非醫療建議。

對照：十之七～十 EP018（素問22 藏氣法時論）

亮點・一句話

同一個病，夏天好、秋天重、冬天潛伏、春天再發——素問22 第二段把五臟病排出一張「癒→甚→持→起」的時程表。

開場鉤子：病不是一條直線

夫邪氣之客於身也，以勝相加，至其所生而愈，至其所不勝而甚，至於所生而持，自得其位而起。（p.278）

病有四期：在相剋節氣加重、輪到相生季節而癒、被相剋季節壓得更重、回到本命節氣又發作。

肝病示範：癒於夏、起於春

病在肝，愈於夏，夏不愈，甚於秋，秋不死，持於冬，起於春，禁當風。（p.274）

春肝最忙、夏肝輪休所以好；秋金剋木所以重；冬潛伏；隔年春再發。

一天也有一張表：慧甚靜

肝病者，平旦慧，下晡甚，夜半靜。（p.274）

寅卯（清晨）木時最舒服、申酉（下午）金時最難過、子時（半夜）平靜；日期則是甲乙發病、丙丁癒、庚辛加重、壬癸潛伏。

心與脾的時程

病在心，愈在長夏，甚於冬，持於春，起於夏，禁溫食熱衣；心病者，日中慧，夜半甚，平旦靜。（p.275）

病在脾，愈在秋，甚於春，持於夏，起於長夏，禁溫食飽食濕地濡衣；脾病者，日昃慧，日出甚，下晡靜。（p.275）

肺與腎的時程

病在肺，愈在冬，甚於夏，持於長夏，起於秋，禁寒飲食寒衣；肺病者，下晡慧，日中甚，夜半靜。（p.276）

病在腎，愈在春，甚於長夏，持於秋，起於冬，禁犯燂爍熱食溫炙衣；腎病者，夜半慧，四季甚，下晡靜。（p.277）

兩張對應表抄清楚

季節：肝起於春／癒夏／甚秋／持冬；心起於夏／癒長夏／甚冬／持春；脾起於長夏／癒秋／甚春／持夏；肺起於秋／癒冬／甚夏／持長夏；腎起於冬／癒春／甚長夏／持秋。（p.274-277）

日期同節奏：本病日發病→相生日癒→相剋日加重→所生日潛伏（肝甲乙→丙丁→庚辛→壬癸，其餘比照）。

五臟所欲與補瀉

肝欲散，急食辛以散之，用辛補之，酸瀉之；心欲軟，急食鹹以軟之，用鹹補之，甘瀉之；脾欲緩，急食甘以緩之，用苦瀉之，甘補之。（p.278）

肺欲收，急食酸以收之，用酸補之，辛瀉之；腎欲堅，急食苦以堅之，用苦補之，鹹瀉之。

子午流注：十二時辰配臟腑

p.274-277 右側附「子午流注」圓形圖：膽子時、肝丑時、肺寅時、大腸卯時、胃辰時、脾巳時、心午時、小腸未時、膀胱申時、腎酉時、心包戌時、三焦亥時。

五臟「慧／甚／靜」的時辰，就落在這張圖上。

收一句：先定五藏之脈

必先定五藏之脈，乃可言間甚之時，死生之期也。（p.278）

病程時間表要從脈象確診才說得準——在潛伏期還是加重期，脈象先講話。

收束：一句話

知道了「什麼時候」，下一步是「長什麼樣」。下一集素問22・第三段「五臟病的症狀」——實證虛證怎麼分、該取哪條經。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP33

素問22 藏氣法時論・ 第二段 五臟病與季節 時辰對應

開場鉤子：病不是一條直線

夫邪氣之客於身也，以勝相加，至其所生而愈，至其所不勝而甚，至於所生而持，自得

病有四期：在相剋節氣加重、輪到相生季節而癒、被相剋季節壓得更重、回到本命節氣

肝病示範：癒於夏、起於春

病在肝，愈於夏，夏不愈，甚於秋，秋不死，持於冬，起於春，禁當風。（p.274）

春肝最忙、夏肝輪休所以好；秋金剋木所以重；冬潛伏；隔年春再發。

一天也有一張表：慧甚靜

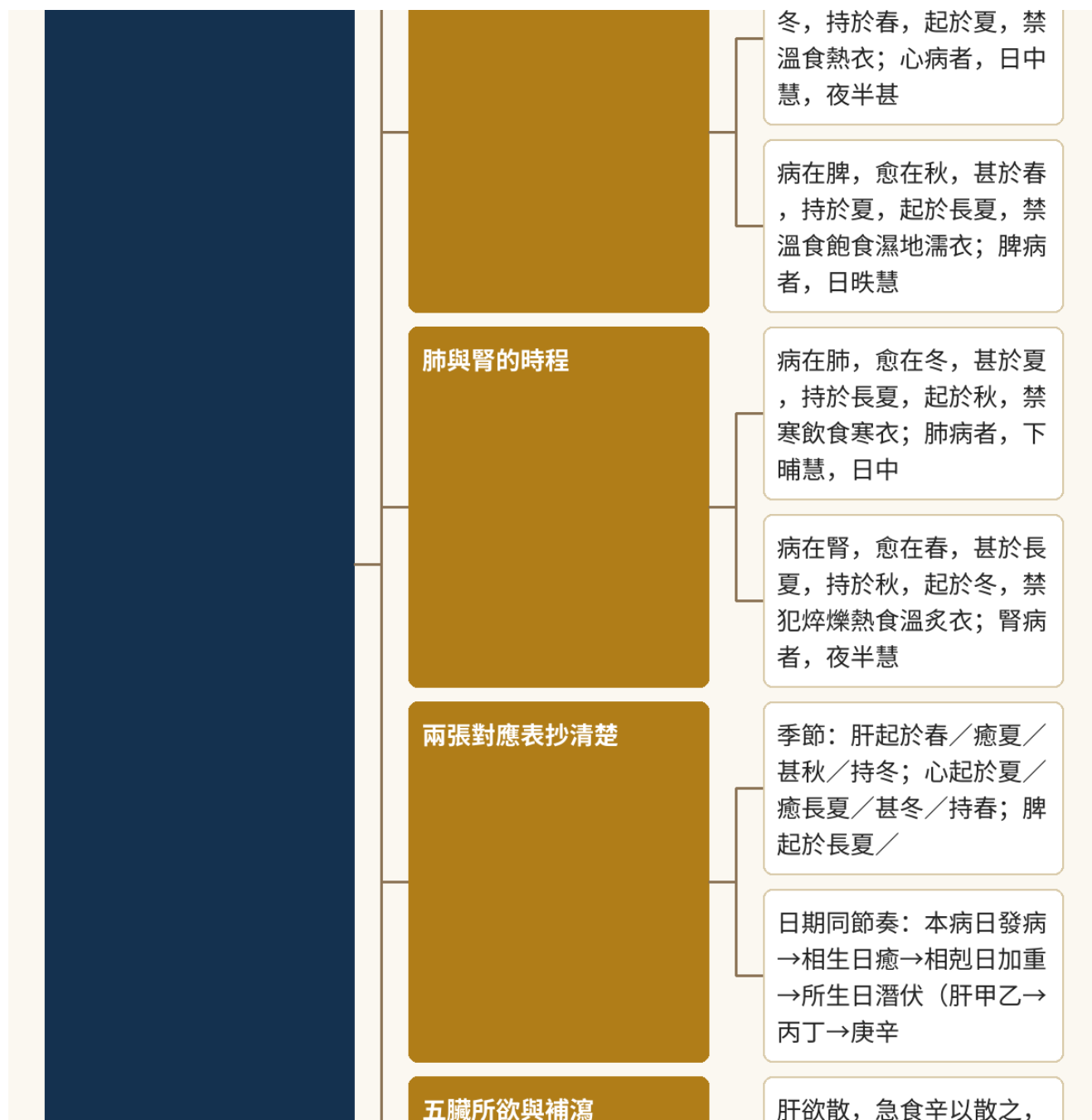
肝病者，平旦慧，下晡甚，夜半靜。（p.274）

寅卯（清晨）木時最舒服、申酉（下午）金時最難過、子時（半夜）平靜；日期則是甲

心與脾的時程

病在心，愈在長夏，甚於

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

