

《醫方明大論十之三》 EP41

靈樞74 論疾診尺（觸摸手臂皮膚診斷法）獨調其尺、從外知內（十之三・p.306-310）

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 EP087（靈樞74 論疾診尺）；本系列 EP31 三部九候論（切診）、EP39 本神論（望診）

亮點・一句話

不用望色、不用把脈，只摸手臂皮膚就能從外知內——靈樞74 論疾診尺，把診斷交回給手感與眼睛，也是十之三 41 集的最後一集。

開場鉤子：獨調其尺，從外知內

「余欲無視色持脈，獨調其尺，以言其病，從外知內，為之奈何？」（p.306）

「審其尺之急小大滑澀，肉之堅脆，而病形定矣。」（p.306）——皮膚的鬆弛緊繃、滑澀與肌肉的硬脆，就是病灶的儀表板。書上明訓：尺＝手臂（皮膚）。

風水膚脹

「視人之目窠上微癰，如新臥起狀，其頸脈動，時咳，按其手足上，窅而不起者，風水膚脹也。」（p.306）

眼瞼浮腫像剛睡醒、頸動脈搏動明顯、又咳、按手腳凹陷不彈起——這是風濕水腫病。

尺膚諸診（上）：風・虛勞・風痺・溢飲

「尺膚滑，其淖澤者，風也。尺肉弱者，解併，安臥脫肉者，寒熱，不治。尺膚澀者，風痺也。尺膚麤如枯魚之鱗者，水洩飲也。」（p.306）

皮膚柔潤有光澤→風；肌肉脆弱、怠惰嗜睡消瘦→寒熱虛勞不治；乾澀不滑→風痺；粗糙像魚鱗→溢飲（水跑到腸胃之外）。

尺膚諸診（下）：寒熱滑澀

「尺膚熱甚，脈盛躁者，病溫也，其脈甚而滑者，病且出也。尺膚寒，其脈小者，泄、少氣。尺膚炬然，先熱後寒者，寒熱也；尺膚先寒，久大之而熱者，亦寒熱也。」（p.306）

熱甚脈盛躁→病溫（書上白話作「濕病」）；脈甚而滑→汗將出；寒而脈小→泄、少氣；炬然先熱後寒、先寒久候而熱→皆寒熱。

肘臂分部之熱（書標【腸胃科】）

「肘所獨熱者，腰以上熱；手所獨熱者，腰以下熱。肘前獨熱者，膺前熱；肘後獨熱者，肩背熱。臂中獨熱者，腰腹熱；肘後麤以下三四寸熱者，腸中有蟲。」（p.307）

「掌中熱者，腹中熱；掌中寒者，腹中寒。魚上白肉有青血脈者，胃中有寒。」（p.307）——一條手臂，就是腰以上／腰以下的熱區地圖。

目之色診與目痛（書標【眼科】）

「目赤色者病在心，白在肺，青在肝，黃在脾，黑在腎。黃色不可名者，病在胸中。」
(p.307)

「診目痛，赤脈從上下者，太陽病；從下上者，陽明病；從外走內者，少陽病。」（
p.308）——由上而下在膀胱、由下而上在胃、由外走內在膽。

診寒熱：赤脈上下至瞳子

「診寒熱，赤脈上下至瞳子，見一脈一歲死；見一脈半，一歲半死；見二脈，二歲死；見二脈半，二歲半死；見三脈，三歲死。」（p.308）

眼中有紅脈貫穿瞳孔，數條定年——這是古法裡最冷峻的一頁：眼睛會預告時間。

血脈・黃疸・妊子

「診血脈者，多赤多熱，多青多痛，多黑為久痺，多赤、多黑、多青皆見者，寒熱。」
(p.309)

「身痛而色微黃，齒垢黃，爪甲上黃，黃疸也。安臥小便黃赤，脈小而澀者不嗜食……女子手少陰脈動甚者妊子。」（p.309）寸口與人迎大小浮沉相等者，病難已。

小兒診與齩齒

「診齩齒痛，按其陽之來，有過者獨熱，在左左熱，在右右熱，在上上熱，在下下熱。」
(p.309)

「嬰兒病，其頭毛皆逆上者必死。耳間青脈起者掣痛。大便赤瓣飧泄，脈小者，手足寒，難已；飧泄，脈小，手足溫，泄易也。」（p.309）

四時之變・四時之序

「四時之變，寒暑之勝，重陰必陽，重陽必陰……故寒甚則熱，熱甚則寒，故曰寒生熱，熱生寒，此陰陽之變也。」（p.309）

「故曰：冬傷於寒，春生病熱；春傷於風，夏生飧泄腸僻，夏傷於暑，秋生痎瘧；秋傷於濕，冬生咳嗽。是謂四時之序也。」（p.310）

收官：十之三 41 集收束

本集是診法的第三隻手：EP31 三部九候論是切診（脈）、EP39 本神論第二段是望診（情志外形），本集則是尺膚觸診＋望診（目・耳・小兒）。

從七篇大論的天地運氣，一路走到用手摸皮膚、用眼看眼睛——人體這本書翻到最後一頁，還是那四個字：從外知內。十之三，圓滿。

本集腦圖

《醫方明大論十之三》

EP41

靈樞74 論疾診尺

開場鉤子：獨調其尺，從外知內

「余欲無視色持脈，獨調其尺，以言其病，從外知內，為之奈何？」（p.306）

「審其尺之急小大滑澀，肉之堅脆，而病形定矣。」（p.306）——皮膚的鬆弛緊

風水膚脹

「視人之目窠上微癰，如新臥起狀，其頸脈動，時咳，按其手足上，窅而不起者，風水

眼瞼浮腫像剛睡醒、頸動脈搏動明顯、又咳、按手腳凹陷不彈起——這是風濕水腫病。

尺膚諸診（上）：風・虛勞・風痺・溢飲

「尺膚滑，其淖澤者，風也。尺肉弱者，解併，安臥脫肉者，寒熱，不治。尺膚澀者，

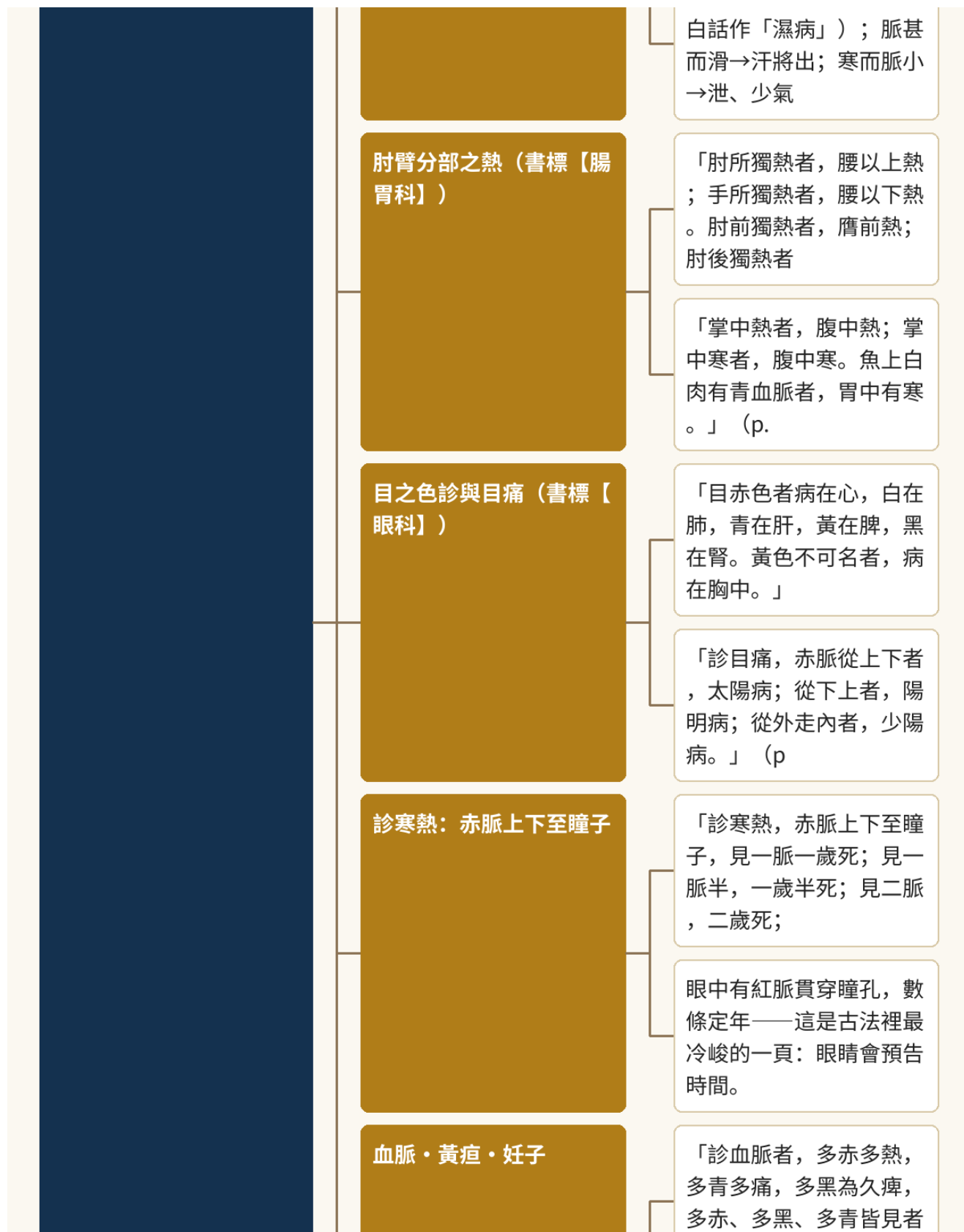
皮膚柔潤有光澤→風；肌肉脆弱、怠惰嗜睡消瘦→寒熱虛勞不治；乾澀不滑→風痺；粗

尺膚諸診（下）：寒熱滑澀

「尺膚熱甚，脈盛躁者，病溫也，其脈甚而滑者，病且出也。尺膚寒，其脈小者，泄、

熱甚脈盛躁→病溫（書上

本集腦圖（續）



本集腦圖（續）

