

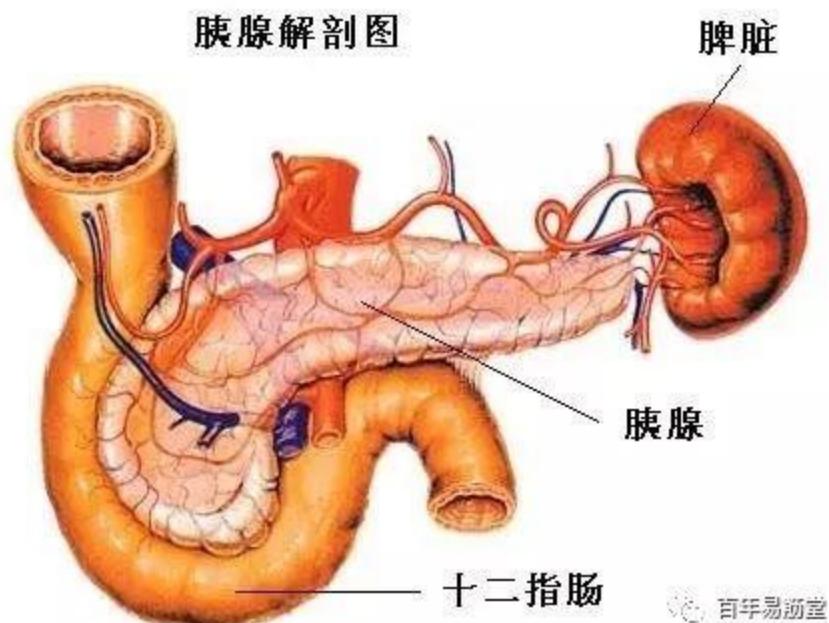
## 第十讲 脾的色诊

### 一、 中西医脾的认知

中医与西医对脾的认识有很大的差异：

在中医理论中，脾为五脏之一，不单纯是一个解剖学的概念。中医认为脾主运化，包括水谷精微和运化水液，比如人吃进去食物靠脾来转化为营养物质并运输全身，同时调节体内水液代谢；脾还统血，维持血液在脉管中正常运行。并且中医的脾和胃相表里，两者相互配合完成食物的消化吸收等诸多功能，在人体气血津液生成和运行等过程发挥关键作用，也与人的精神状态有关联。

西医所说的脾是一个淋巴器官，主要功能是免疫，例如脾内的淋巴细胞可以产生抗体，过滤血液中的病原体，衰老血细胞等异物，是人体免疫系统的重要组成部分。当人体受到细菌、病毒等病原体侵袭时，脾会发挥免疫作用来对抗。



### 二、 脾脏的生理功能

## 1、脾主运化。

运化水谷精微，是指脾对食物的消化吸收和运输作用。食物进入胃后，经过初步消化，再由脾将水谷化为精微物质，并将其吸收、传输到心肺，再通过心肺的作用化生气血，营养全身。

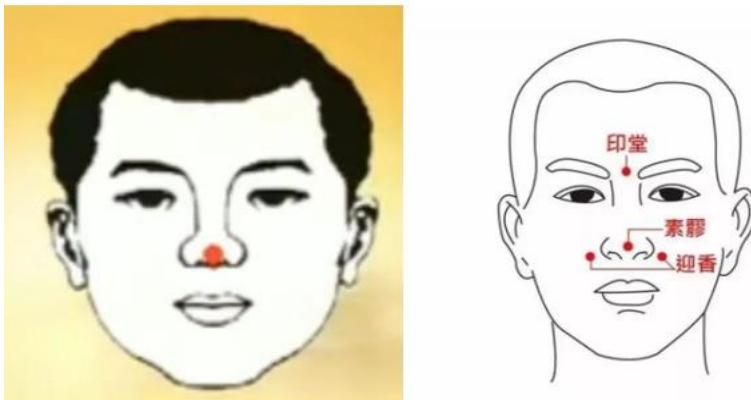
运化水液，是指脾对水液的吸收、传输和布散的作用。脾把人体所需的水液运输到全身各组织器官，以发挥滋润濡养作用，并将代谢后水液传输至肺和肾，通过肺、肾的气化功能，化为汗和尿排出体外。如脾运化水液功能失常，应可能导致水湿停留，产生水肿等问题。

## 2、脾主统血。

脾主统血，是指脾有统摄、控制血液在脉中正常运行而不逸出脉外的功能。脾气健旺，就能保证血液在脉中正常循环。如脾气虚弱，统血功能失常，就会出现各种出血症状，如便血、尿血、崩漏等。

## 三、脾的色部定位

脾的色部在鼻头，在面部最高的部位，因此称之为面王；因为准确的在鼻头部位，所以又叫准头。我们总以为鼻头是尖的，轻轻的摸一摸就会发现，我们每个人的鼻头都有一个坑，中医叫这个坑叫素髎穴。素髎穴正好是前正中线和鼻尖交点，这个地方相当于脾脏的色部。



## 四、常色与病色

正常脾脏的色部，应当是明亮、润泽、含蓄的黄色，脾脏的色部比其它脏腑的色部会偏黄一些，更亮一些。观察周围的人，正中线包括从眉毛到鼻头，这个区域都特别地亮，鼻头的部位格外的亮，这是我们脊髓功能正常，这是脾脏功能运化功能正常的一个重要的特征。

如果脾脏病了，就会以这一点为中心，向周围扩散，或者向中央抟聚。因为脾脏能够化生饮食水谷的营养，它是我们出生之后，一切营养的来源，所以中医认为脾为后天之本，一切生理活动的本源。因此脾脏的色部，在面部不但是高高在上，而且有至关重要的作用。如果发现鼻头改变了颜色，发现鼻头不明亮了，不润泽了，这个人身体就会有严重的疾病。

## 五、脾有哪些病症

脾病的主症，纳呆、腹胀、腹泻、便溏。

纳呆是指胃的受纳功能呆滞，也被称为“胃呆”。胃主受纳(受，接受；纳，容纳)，如果胃的受纳功能降低，就会出现食欲减退的情况，也可称为纳呆、纳少或食少。

腹胀在中医里是一种常见的症状表现，一般称为“痞满”。中医认为人体的胃、肠功能以通降为顺，吃进去的食物经过消化吸收，约4个小时要从胃排入小肠，再到大肠，最后形成粪便排出，这个过程需要脾胃之气的推动，气的运行正常则消化吸收功能良好，不会产生腹胀；反之，气的运行不畅，即气滞时，就会出现腹胀的症状。此外，脾胃功能减退，气虚推动无力，或者气的运行被湿邪等阻碍，也会导

致腹胀，例如老年人因脾胃功能衰退，腹胀较为常见。从部位上看，腹胀的部位可以是上腹部（中医称为胃脘部），也可以是中下腹部，甚至整个腹部胀满如鼓。腹胀还会伴随多种症状，如患者可能食欲不佳，甚至没吃几口就胀得难受，不敢多吃；有的感觉胃部像被石头堵住；有的夜间腹胀影响睡眠，还可能伴有精神不佳、易疲劳、口干口苦、嗳气、反酸、口中粘腻、大便溏稀或便秘或粘滞不爽等症状。

腹泻主要表现为排便次数明显增加，一天可达数次甚至数十次，而且大便质地清稀，水与粪分开，像水一样，发病往往比较急，常伴有腹痛、肠鸣等症状。便溏是指大便不成形，质地比较软、黏，排便次数一般不增加或者仅有轻微增加，大便稀但水粪不分。

有的人不想吃饭，什么都不想吃，吃什么都不香，这是脾气虚的缘故，这是脾脏运化生理功能减退的缘故。这些人的鼻头一定是淡黄色，一定没有别人那么明亮，一定没有别人那么润泽。时间长了之后，由于脾不运化水谷，引起全身的营养不足，它就会从鼻头的淡黄，逐渐发展到整个的面色淡黄，叫做满面黄色。这时脾不运化的结果已经影响到了全身，所以黄色也就扩展到了满脸，影响到全身每一个脏腑，每一个形体，每一个肢节。

中医认为脾除主运化之外，还有开窍，脾开窍于口，其华在唇和唇四白。脾开窍于口，就是脾脏的运化功能正常，他就想吃，他就能吃，他吃什么都香。如果脾脏的运化功能不正常，他就不想吃，他就不能吃，他就吃什么都不香，表现在嘴懒得吃东西。

我们的嘴唇，尽管男女有鲜艳程度的不同，但是嘴唇基本上是红

色的，是明亮、润泽的。如果脾脏的生理功能不正常，脾气虚的话，嘴唇的颜色就会变淡，就会变浅，明亮、润泽的程度就会减轻。这叫脾失健运。

唇四白，就是口唇周围不到一毫米的部分，如果这一圈明亮、润泽的黄色，说明脾的运化功能正常；如果这一圈暗淡无光，说明脾的运化功能不好。观察一个人脾的运化功能好不好，一是看鼻头，看脾脏色部的颜色，二是看嘴唇的颜色，三是看唇四白的颜色。如果鼻头淡黄而嘴唇的颜色变浅、变淡，唇四白的颜色变浅、变淡失去光泽，这个人一定不爱吃东西、吃不多、吃不香，稍微吃一点东西肚子就胀，吃的越多胀的越厉害，跟吃多吃少根本没有关系。另外，大便也不好，拉肚子。拉肚子有两种，一种是拉稀，但是水和粪能够分开，还有一种水粪不分，黏黏糊糊混合得很均匀，这两种情况都是因为脾病引起的。

脾的色部发红的人，一般来说，脾有热能吃，但不能运化，和胃有热不同，胃有热特别能吃，吃了一会就饿，叫做消谷善饥，因为胃的主要功能是主消化的，胃的生理功能亢进之后，特别能消化，吃了让就饿。脾有火表现为口干舌燥，特别爱喝水，喝了水不解渴，而且容易有四肢发热的症状。如果脾脏生理功能减退四肢就偏凉。



如果鼻头部位的颜色淡白色，甚至苍白色，说明脾的功能减退，病人营养不及，能量减退，出现脾的虚寒证，除了纳呆、腹胀、腹泻、便溏这四个主证以外，会出现胃脘冷痛，就是胸骨分岔的地方和它周围发凉、发疼，经常喜欢用热的东西去捂着它，经常喜欢用手去按着它去揉它，才能稍微减轻一些，喜温喜按。这个病人平常喜欢热饮热食，一口凉的东西都不敢吃，吃完之后就难受，而且还有四肢容易发凉的症状。说不上冷，但四肢永远不是热乎的，永远是凉的，叫做四肢不温，鼻头脾脏的色部颜色苍白，或者颜色偏白时，我们一定要考虑有没有脾虚寒证的存在。

中医治疗脾虚，用几粒理中丸就能解决问题。如果理中丸吃的是过的话，脾虚寒会转变成脾的火热证。那么大便就不是稀了，大便就会干燥。中医治疗疾病讲究合适的限度。

如果脾脏的色部发灰、发黑，就好像我们洗脸时没洗干净，这是脾有湿的征象。脾主运化水湿，如果脾脏的生理功能减退，痰饮水湿就会在人体内部堆积，形成水饮痰湿这些病理产物；如果人体内部痰饮水湿太多，也会影响脾的运化功能，与环卫清洁未打扫一样，遍地

都是垃圾，脾脏和湿邪的关系也是这样。



湿邪先犯脾，脾病必生湿。不论我们人体外界的湿，还是内部的湿，只要有湿首先影响脾的生理功能。只要有脾的运化功能失常，肯定就会引起人体内部的痰饮水湿，所以中医说脾为生痰之源。脾没有好好工作，或者是脾没法好好工作，于是人体的痰才会多。肺为储痰之器，肺只不过是痰盂，通过它把痰咳出来而已，真正的根源在脾。

很多脾脏的病都是饮食习惯不好形成的，可见舌苔特别厚，特别油腻，这都属于痰饮水湿的范畴。痰饮水湿，鼻头颜色深黄、污浊，舌苔又白又厚又腻，唇四白发暗，口唇发暗发污浊，肯定是湿证。可用健脾利湿的方药。

有的人大脚骨干疼，白天轻些夜晚加重，疼痛难忍，甚至于别人在屋内走动走动，他都能感觉振动，感觉大脚骨干疼痛难忍，一宿一宿睡不着觉，有的人不但疼痛，而且在关节部位长出很多结节，这叫痛风结节、痛风病。吃好多消除嘌呤的药，吃了好多防止嘌呤产生的药，效果都不明显。这些人鼻头色部，基本上都是黄而污浊的。用健脾利湿的方药，坚持下去效果很好。当然必须改变不良的饮食习惯，

按《黄帝内经》饮食有节制的要求，避免吃肥肉，不再吃海鲜，不再喝酒，只有这样脾湿的病才能彻底治愈。

鼻头发灰，这些人往往是不想吃东西，吃完东西往往肚子又胀，有时感觉胃里咣咣有水声，甚至肠子里咣当咣当地响，肚子胀、大便稀，这种情况是水饮引起的，必须在健脾利湿的基础上，祛水逐饮。中医有个很好的方子五苓散，五苓散针对相当一部人富贵病，痛风、血尿酸增高、水饮都有很好的疗效。



脾的色部发青发暗，代表病情危重，如果青色遍布鼻头和鼻梁，叫色部并连，为肝脾不合。肝气不舒，一生气胃就疼，一生气就不下饭，长此以往造成肝脾不合或者是肝气犯胃，这种情况持续的时间比较长，如果病人四肢不温，那么已经引起脾阳虚，这个病症格外地严重，这时单治脾就不行了，应当在健脾益气的同时，必须要舒肝理气。只有调整好肝和脾的关系，这个病证才能痊愈，否则发展下去的话，病情是非常严重的，甚至有生命危险。在健脾利气同时，要疏肝理气。



## 六、胃火和脾火的区别

胃火，医者于诊于治皆不陌生，但说起脾火，医者有不知就里者，对脾火和胃火更难于区分。

胃火是指胃热炽盛化火的病变，胃火炽盛，可延足阳明胃经上炎，症状表现为烦热、口渴、牙疼、牙龈肿烂、牙宣出血、颐肿、面赤、便秘等。

胃火主要由饮食不节所所致，比如过食肥甘厚味、酒酪煎炸之品，或暴饮暴食等。脾火也与饮食有关，但多缘于形、神两因。从形体上而言，疲劳过度是形成脾火的一个重要因素。疲劳首伤脾气，脾气主升，受到损伤则气虚不支，不升反而下陷，郁而化火，故说越累越上火，此即脾火，此即气虚生热之谓。从精神层面而言，思虑伤脾，则脾气抑郁而脾火由生。脾火多表现为长期低热不退，或手脚发热，困倦乏力，食欲不振，口疮绵绵，久之脾阴渐耗，营卫不荣，而见体瘦、脉细数或虚数者，则或成虚劳之患。

可见，胃火多实火，脾火多虚火。治疗胃火，可以清热通降或养阴清降之法，以顺其主降之性，可以清胃散或玉女煎治之；脾火之治与胃火截然有别。脾火因虚陷而生，治之当甘温益气，如兼阴亏者当建中养阴透热，以复脾气主升之功，甘温益气宜补中益气汤，建中养阴透热可以小建中汤合竹叶石膏汤加葛根、青蒿、银柴胡等化裁。

## 七、中医对痛风的理解

中医对痛风的理解与西医有所不同，它不仅仅关注疾病的表面症状，而是从整体出发，考虑人体的内在平衡和外部环境的影响。

### 1、痛风的成因

在中医理论中，痛风被认为是多种因素相互作用的结果。中医认为痛风的形成与肝肾功能失衡、外感风寒湿热之邪以及饮食不节等因素有关。肝主疏泄，调畅气机；肾主水，主持和调节人体的水液代谢。若肝肾功能失调，气机不畅，水液代谢失常，便会导致痰湿内生，为痛风的发生埋下伏笔。此外，外感风寒湿热之邪是痛风发病的重要诱因。当人体正气不足时，风寒湿热等邪气便会乘虚而入，与体内痰湿相结合，阻滞经络，导致气血瘀滞，从而引发痛风。饮食不节也是痛风发病不可忽视的因素。长期摄入高脂肪、高嘌呤的食物，如肥肉、动物内脏、海鲜等，会使体内痰湿加重，进而增加患痛风的风险。

### 2、痛风的中医症状

痛风的症状在中医看来，主要表现为关节红肿热痛、活动受限等。同时，根据患者的体质和病情不同，还可能出现其他兼症，如口渴、

心烦、小便黄赤等热象表现，或者畏寒肢冷、腰膝酸软等寒象表现。这些症状都反映了患者体内阴阳失衡、脏腑功能失调的病理状态。

### 3、痛风的中医治疗

中医治疗痛风的原则是辨证论治，即根据患者的具体症状、体质和病情，制定相应的治疗方案。中药内服方面，中医会根据患者的具体症状，选用具有祛风除湿、活血化瘀、清热解毒等功效的中药进行治疗。如独活、防风等祛风除湿药，桃仁、红花等活血化瘀药，以及金银花、连翘等清热解毒药。这些药物能够针对痛风的病因和症状，发挥治疗作用。外敷方面，中医常采用具有消肿止痛、活血化瘀等功效的中药进行外敷治疗。针灸和推拿也是中医治疗痛风的常用方法。总之，中医治疗痛风注重整体观念和辨证论治的原则，通过综合运用中药内服、外敷、针灸和推拿等方法，旨在调整患者的阴阳平衡和脏腑功能，从而达到治疗痛风的目的。

### 4、痛风的中医分型

中医将痛风分为不同的证型，常见的有湿热蕴结型、寒湿痹阻型、肝肾不足型、痰淤闭阻型等。不同的证型采用不同的治疗方法。例如，对于湿热蕴结型痛风，可以选用清热利湿的药物；对于寒湿痹阻型痛风，则可以选用温经散寒、祛风除湿的药物；对于肝肾不足型痛风，可以选用滋补肝肾的药物；对于痰淤闭阻型痛风，则可以选用化痰祛瘀的药物。

综上所述，中医对痛风的理解是多层次的，它不仅关注疾病的症状，更重视疾病的根源和人体的整体平衡。通过辨证论治的方法，中

述而不作 20241201

医能够为痛风患者提供个性化的治疗方案，帮助他们缓解症状、改善生活质量。