

## 第十九讲 眼色

### 一、眼与脏脏的关系

我们百分之八十的信息是靠眼睛获得的，眼睛对我们是至关重要的。如何通过眼睛了解我们内脏的状况，如何使我们的眼睛解除疲劳，长久为我们服务呢？

从中医色诊学的角度，眼睛是人体整体的一部分，我们的眼睛反映我们所有的内脏、所有的组织、所有器官的生理功能和病理变化。中医把眼睛分为五个部分，简称五轮：眼睑、白眼仁、黑眼仁、目眦的血络和瞳孔。

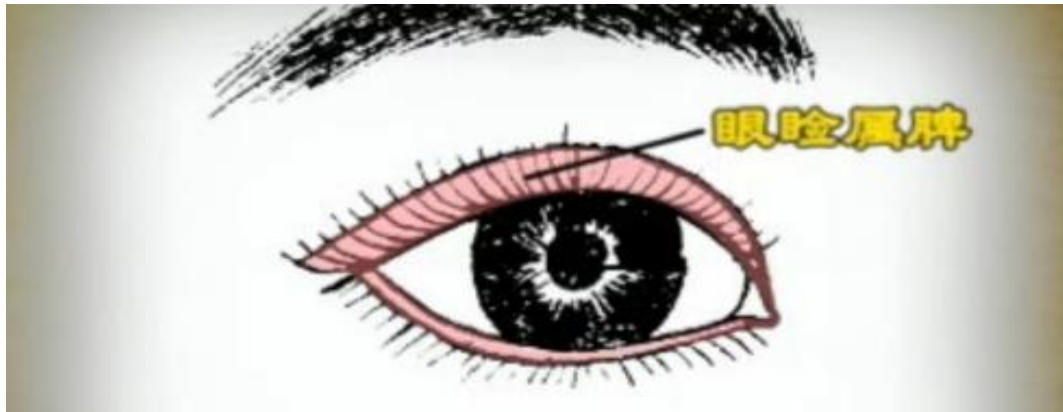


眼睛的整体与五轮的气色，分别具有不同的意义。肝开窍于目，整个眼睛的病变它属于肝，它反映整个眼睛气色的失常。

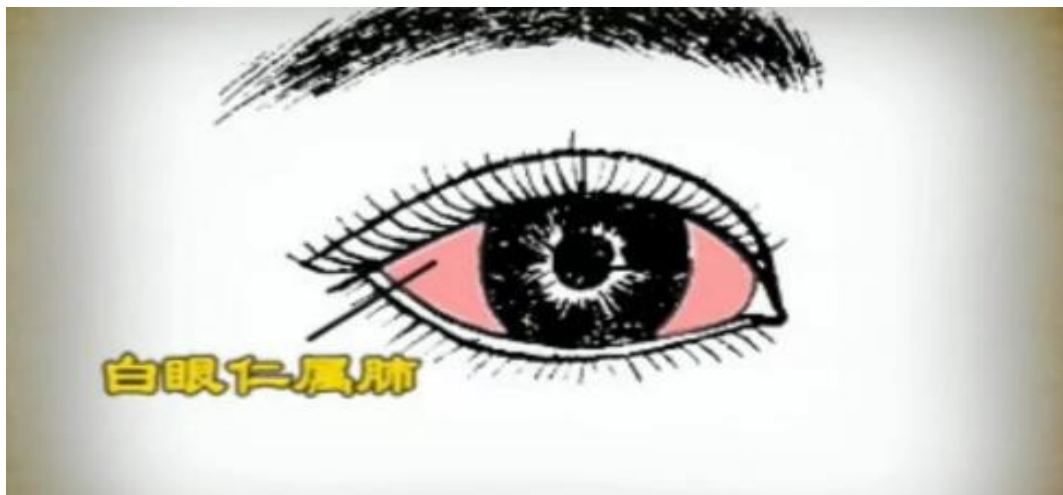


五轮第一轮眼睑，上下眼睑是脾的色部，上下眼睑的变化反映脾

的病变。



第二轮是白眼仁，白眼仁属肺，白眼仁的气色变化反映肺的病变。

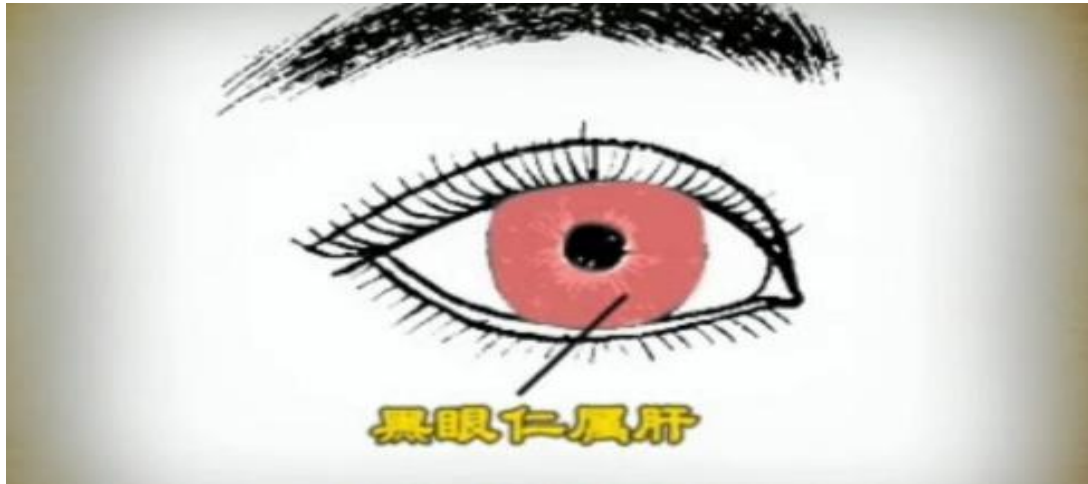


第三轮是白眼仁两侧内外眼角的气血，内外眼角的气血属于心，内外眼角的气血变化反映心脏的病变。

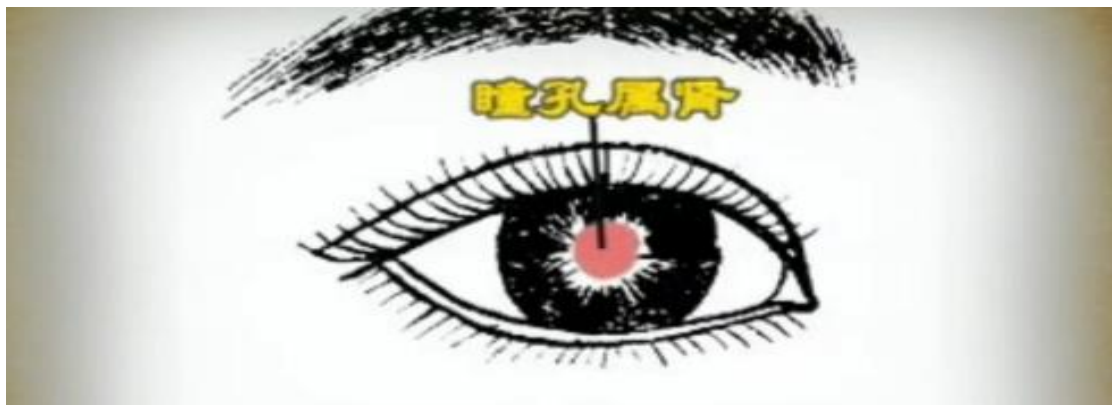


第四轮是黑眼仁，黑眼仁属于肝，黑眼仁的气色变化反映肝脏的

病变。



第五轮瞳孔，瞳孔属于肾，瞳孔气色的变化反映肾的病变。



我们可以根据整个眼睛的病变，或者是根据眼睛某一个局部的病变，来区分发生在哪一个脏腑。



## 二、眼的常色与病色

正常的眼色是什么样呢？正常的眼睛应该是黑白分明，黑眼仁和

白眼仁黑白分明，炯炯有神、眼睑平整，没有溃烂、没有异常的气色。

白眼仁能够洁白，两眦的血络粗细适中，黑眼仁乌黑发亮，瞳孔收缩自如。具备这样的眼睛就说明我们内脏生理功能是正常的，特别是肝脏的气血那是充沛的，肝脏与眼睛的联络是通畅的。

望眼睛，我们重视眼睛的气色，更重视眼睛的神采，所以能够观察眼睛的神采，这是色诊学特别强调的问题。我们看眼睛，首先要看眼神，从中医色诊学的角度，眼神基本上有这么几种情况：

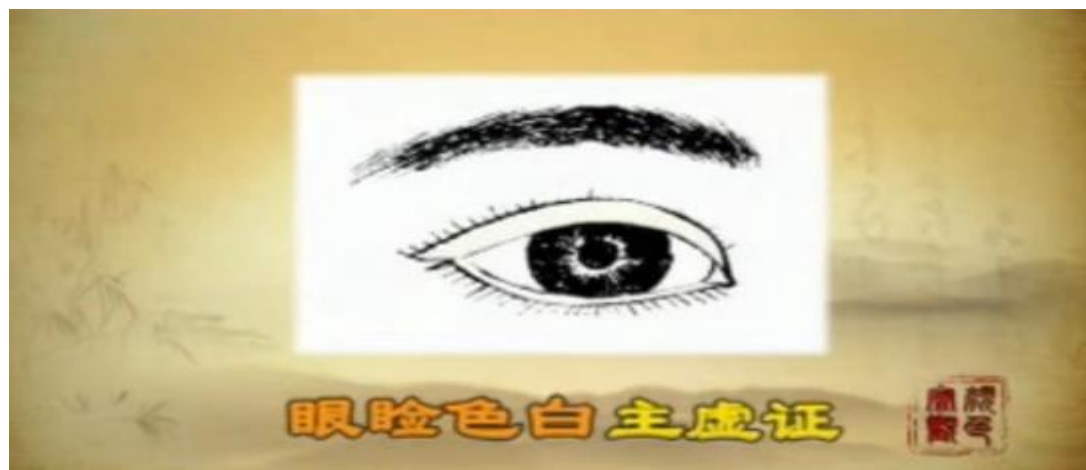
第一种是有神。日常我们与别人接触的时候，可能经常会发现，有的人特别精神，这种精神的感觉既来自人的整体，更主要的是来自人的眼神。我们说这个人真神气，那个人神气不对、无精打采，所有这些变化，主要是从眼神上体现出来的。凡是眼睛黑白分明，精彩内含的那是有神的表现，有神的人一般都是健康无病，即使有病也是轻病。反过来说，当疾病进入了危重的阶段，或者这个疾病直接危及病人的生命，黑白的区别就不那么分明了。病人眼睛往往会失去神采，这叫做无神，或者是失神。

大部分人，包括大部分病人、亚健康的人，他的眼睛处于少神的状态。这种少神的状态，既不像得神、有神，那么神采充沛，也不像无神那样，整个眼神荡然无存，而是介于两者之间，一般来说眼睛显得缺乏神采。所有这些得神、失神、少神，它也包括眼睛的气色的变化。

中医认为整个眼睛归属于肝，它可以反映肝的生理功能和病理变化。但是眼睛的每一个部分又分别与五脏相关，这是不同的色部定位。

从五轮的角度来说，我们的眼睛大体上有五个部分构成，第一个部分是眼睑，眼睑就是我们现在所说的上下眼皮。眼睑属于脾，所以眼睑的气色，直接关系到脾脏的生理功能和病理变化，我们知道脾脏是主运化的，脾脏既能够运化水谷，又能运化水湿，脾还能统血。所以眼睑的变化和脾脏密切相关。如果眼睑颜色发淡发白，那是虚证的表现。首先眼睑淡白是血虚的征象，因为血液是红的，所以血虚的时候眼睛就白，眼睑的白往往提前在整个脸发白之前出现，表现得特别明显，表现得特别灵敏。如果眼睑发白而又发暗的话，往往是气虚，气虚之后不能推动血行，血液也到不了眼睑，于是就会出现。如果眼睑苍白的的话，一般地说是脾虚寒，所有脾气虚、脾虚寒的人，都会出现不想吃饭，吃不多，吃不香，这叫纳呆。都会出现食后腹胀，吃一点东西，不论吃多少，肚子就会胀，都会出现大便不正常。但是脾虚寒证，往往在脾气虚的基础上，还会出现形寒肢冷，怕冷的感觉。这种怕冷的感觉以四肢末端最为明显。即使是比较热的天，他的手和脚与感觉不出热来，叫做四肢不温。冷的天四肢就冰凉，因为中医认为脾主四肢，所以往往会出现四肢温度不够的情况。临床上往往会综合各方面的信息，当你发现病人的眼睑颜色发白的时候，你可以看一看病人的鼻头是什么颜色，病人的嘴唇是什么颜色，病人的唇四白是什么颜色，也可以看看舌色，从而判定自己的诊断。





眼睑色黄，它既是脾虚的征象，同时又是湿证的征象，特别是其中眼睑黄而浮肿的，浮肿的越厉害，说明病人的湿证越重。

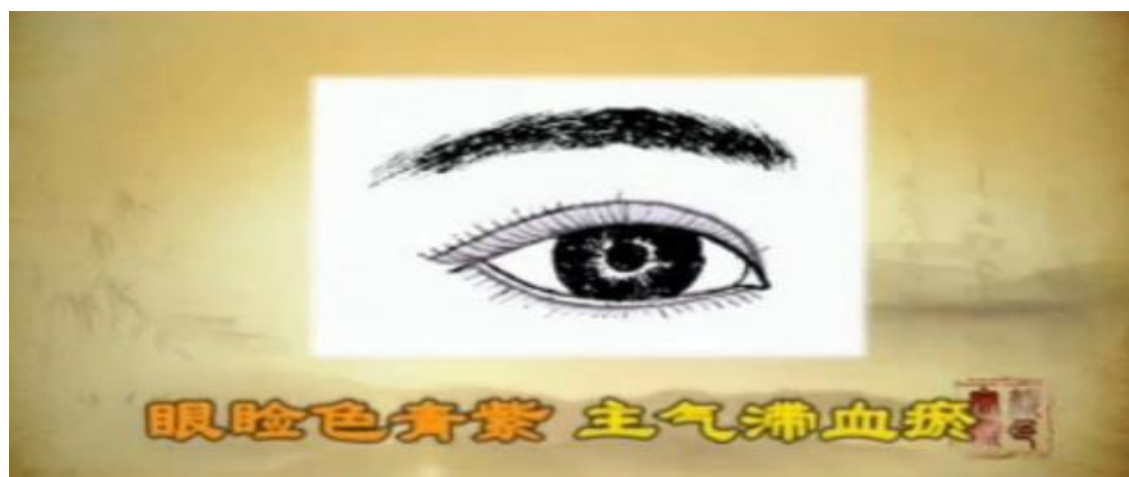


眼睑红赤，注意这是病人没有画眼影的情况下，如果眼睑红赤的话，这是热证。往往在满脸红赤之前出现，这是热证最先的表现。



如果眼睑青紫的话，这是病人气滞血瘀的表现。在眼睑青紫之中，

我们必须提一下的妇女，如果妇女下眼睑青紫，特别是下眼睑睑缘，就是睫毛这一片青紫的话，绝大多数都有月经失调或者是带下证。所以妇女要特别重视观察下眼睑的气色变化。



如果眼睑灰黑色，代表着病人生活非常不规律，要么这个人长期地失眠，要么这个人长期地晚间不睡。从疾病的角度来看，或者是肾虚的象征，或者是水饮的象征，或者是瘀血的象征。肾虚的人不但眼睑灰黑、虚浮，而且肾脏的色部，也就是颧颊的部位也是灰黑的。水饮的人，除了下眼睑灰黑以外，它的下眼睑还是蓬松的，甚至于是水肿的，瘀血的人下眼睑颜色是紫黑的、青黑的，一般不会出现水肿。



第二部分白眼仁，白眼仁本身的颜色是白的，成年人的白眼仁是瓷白色，少年儿童的白眼仁稍微偏蓝一些，偏青一些，但是绝对不能

太过。如果白眼仁太偏蓝，往往是贫血的征象。如果脸色也白，眼睛白眼仁偏蓝，血虚的诊断基本上可以成立，临床上的化验符合率达到90%多。



以观察眼白的时候，我们应当格外注意，在眼白上出现一些小的毛细血管，每一根毛细血管的末端，如果要是连上一个小小的紫黑色的点，这个毛细血管往往有固定的含义。有的代表我们身体受伤了，有的代表我们身体上的疾病，有的代表内脏发生的种种变化。在观察白眼仁的时候，我们不能不注意两个内眼角和两个外眼角，分布的一些血络，这些血络的粗细、多少、颜色，也代表着我们身体内部的信息。

如果两个内眼角的血络，颜色变淡，血络变细，这又是一个血虚的征象。相反，如果内外眼角的血络，颜色变红为粗，这是血热的征象。



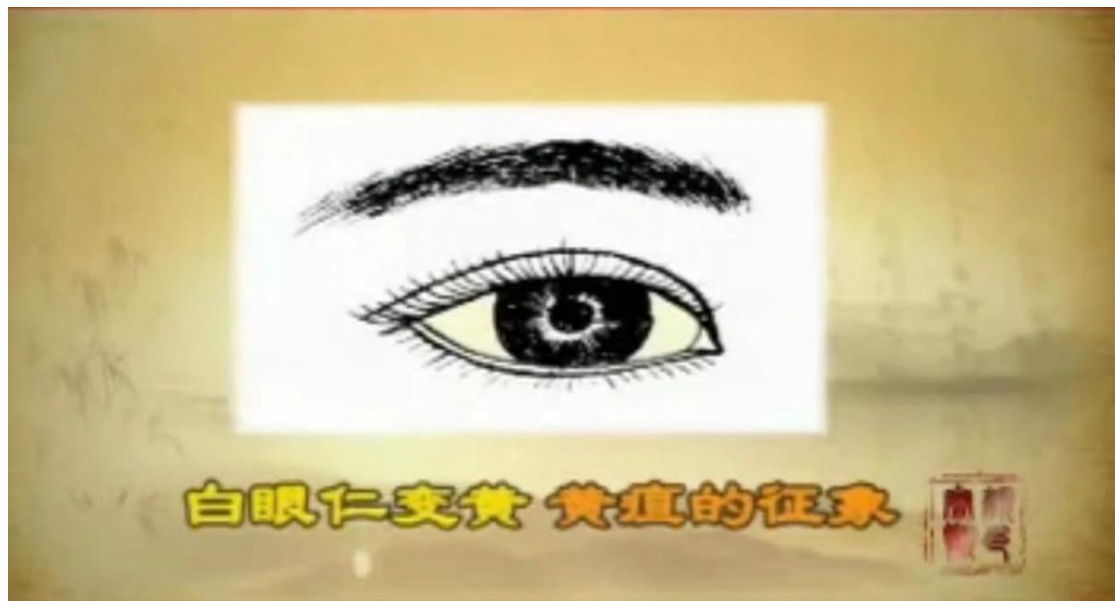


如果内外眼角的血络，颜色青紫，这是瘀血。

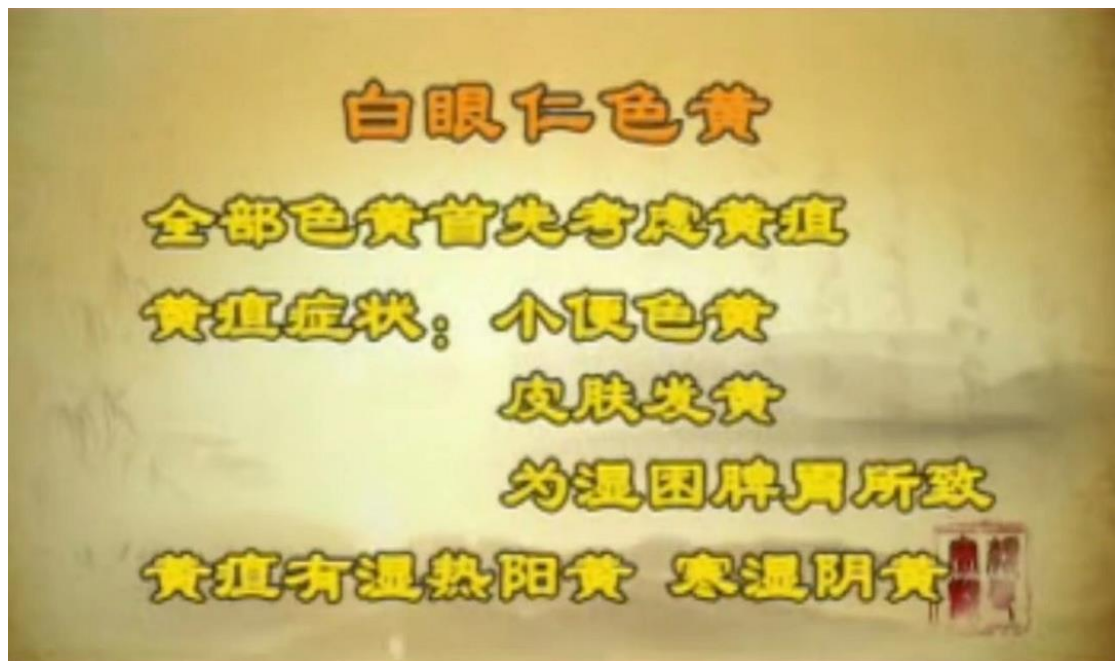


有的时候就会发现，我们的眼白整个的变成了黄色，有的时候在全身发黄之前，白眼仁全都变黄，那是黄疸的征象。这时建议翻开病人的眼皮，如果上下眼睑内部不黄，只有眼睛暴露的部分，叫做眼裂的部分发黄，那叫睑裂斑，那往往是风沙吹拂时间过长所引起的，还不是黄疸。只有上下眼睑的内侧全都变黄了，这是黄疸的征象。目黄出现的时间是比较早的，它是比较灵敏的，然后脸色就发黄，然后颊黏膜就发黄，然后全身的皮肤就发黄，尿也发黄，这时候黄疸已经形

成了。

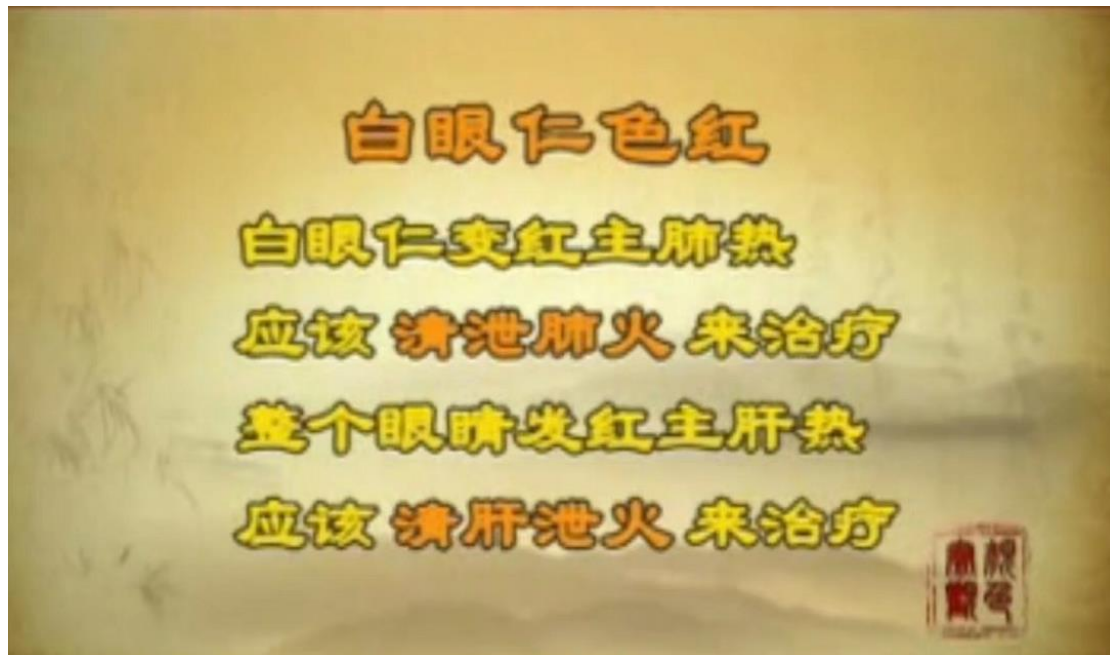


黄疸有因为湿热引起的阳黄，那么这个黄是鲜明的；有因为寒湿引起的的阴黄，这个黄就是黄而晦暗的。有发作非常迅速，发展非常快的急黄，那么白眼仁的黄，就进展非常快。也有传染性特别强的瘟黄，它的传播速度是非常快的。



因此观察白眼仁，观察白眼仁上的血络，白眼仁变红了，这是肺热。整个眼睛发红了，这是肝热。整个眼睛发红，你按照肺热去治，

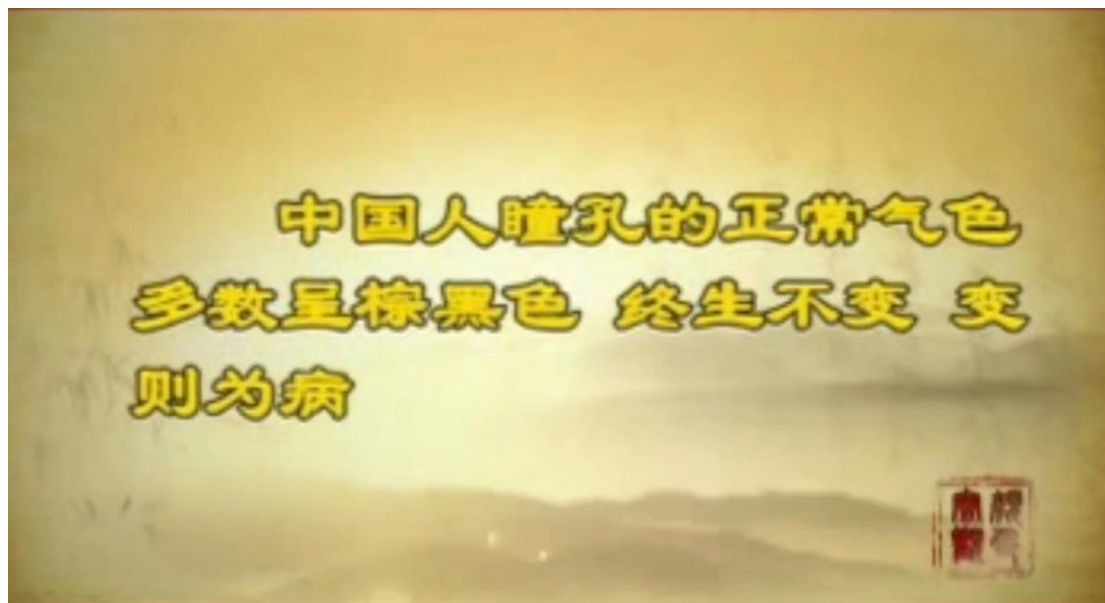
那不会见到效果。只有白眼仁发红，你去清肝泻火，也不会见到效果。只有整个眼睛各个组织都发红，去清肝泻火才能够见效。白眼仁发红，你只有清泻肺火才能够见效。按照这个思路去辨证论治，临床的疗效才会提高。



我们平常说的黑眼仁，中国人包括所有的黄种人，黑眼仁都是一种棕褐色，只不过有的人的颜色深一些，偏黑一些，有的人的颜色浅一些，偏棕色一些，基本上都是棕褐色。当然越黑显得越漂亮，越黑越显得黑白分明，显得越有神。

我们的瞳孔应当是透明的，应当充满神采，并且可以随着光线的强弱，而随时调整自己的大小，光线强的时候，瞳孔就会缩小，光线弱的时候，瞳孔就会增大。因此，我们的瞳孔随时随地，就像照机的光圈一样，在进行着调整，来调节进入我们眼底的光线。如果瞳孔这种功能失常，扩大了，收不回来了，往往是生命垂危的标志，所以在疾病特别严重的时候，观测瞳孔是中医学和现代医学采用的共同的方

法。



### 三、保护眼睛的方法

人从少年、青年、中年，步入老年的时候，我们整个眼睛和我们眼睛的各个部位，都会出现一些规律性的变化。比如进入老年之后，我们的眼睑就逐渐松弛，于是整个下眼睑就会松弛，就会造成我们眼裂的缩小。眼睛就越来越小，而下眼睑的松弛，就会造成皮肤内脂肪的膨出，于是就形成了眼袋。

每天夜里 11 点到 1 点，也就是中医所说的子时，是人体内部阴阳交接的时刻。这个时刻躺在床上，闭上眼睛，有助于身体阴阳交接，有助于体力和精力的恢复，有助于大脑的休整。这个时候，如果不睡觉的话，一方面身体要受很大的损失，一方面就会使我们下眼睑乌黑，就可以使我们成了熊猫眼，就可以使眼袋过早地出现。眼袋一旦出现，基本上就不会消除。因此，无论是从健康的角度，还是从美容的角度，都不要熬夜。很多的眼睑灰黑，很多的眼圈发黑，都是熬夜造成的。

我们看书看电脑的时候，绝对不要超过一个小时，要休息一下我

们的眼睛。第一种方法是远眺，我们可以站起来走到窗边前，找一个很远很远的物体，可以是一个塔的塔尖，可以是一棵树的树尖，也可以是一个楼顶或者是一个房屋的屋顶，也可以是远处的一条小河，我们可以把我们的眼睛，尽力地远眺，当我们远眺的目标是一个有轮廓的时候，我们可以用自己的眼睛，在保持头不动的情况下，看这个轮廓，或者我们在远眺之后，也可以看自己门窗，在门窗上选定一点，在头不动的情况下，让眼睛沿着门窗的框来回移动。

我们也可以睁着眼睛、闭着眼睛，让眼睛向上看、向右看、向下看、向左看，向上看转圈，经常不断地转动我们的眼睛，促进眼睛的血液循环，可以增强眼睛周围肌肉的力量，促进眼睛的血液循环，使眼睛得以恢复。

我们还可把我们的双手搓热，，然后从内向外，从外向内地摩挲自己的眼睛，一直摩挲到眼睛发热为止，这样的话就会使我们的眼睛得到休息。

我们看书的时候，看电脑的时候，基本上都是近视，那么只有远视的时候，我们眼球的肌肉，才得以调整，我们的眼睛的疲劳才能够消除。

当我们看书看电脑的时候，基本上是盯着一个点不动不动，因此我们要活动自己的眼球，转动自己的眼球，这是眼睛最积极的休息方法。

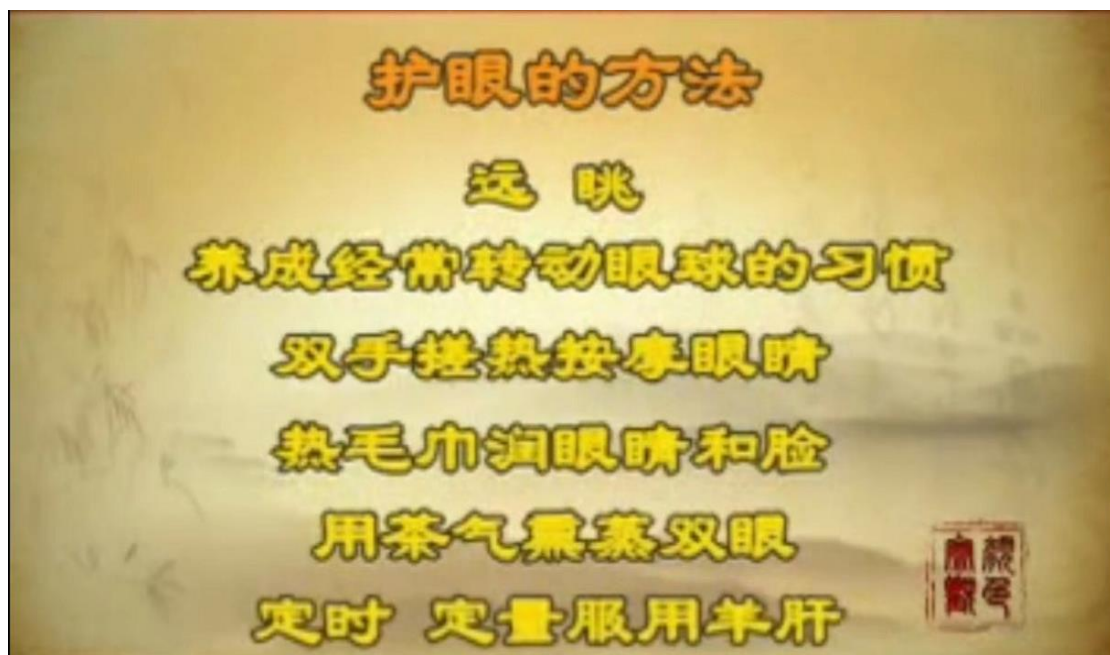
每天早晨、每天晚上，我们可以打半盆偏热的温水，先有毛巾把我们的脸围起来，然后爬在这个盆上，用热的蒸气蒸一下我们的脸，



然后用热毛巾捂一捂我们的眼睛，不但有美容的作用，而且可以使我们的眼睛的血液循环丰富起来。

我们可以用一杯绿茶，或者用一杯花茶，用手捂住杯子口，然后把眼睛放在手上，用茶叶的热气，熏蒸我们的眼睛。我们可以隔一定的时间，定时定量的吃上一些羊肝。注意羊肝是属于动物的内脏，它的胆固醇是比较高的，不适合多吃，一次吃上一两片，既不会增加胆固醇，又可以补充维生素，使我们眼睛的消耗得以补充。

我们也可以用猪肝、羊肉，做猪肝羊肉羹，加上一些大米，在大米快熟的时候，把剁碎的猪肝、羊肉放在粥里，滚好以后稍加调味服用。羊肝明目的效果最好，为什么不用羊肝呢？因为羊肝的味比较大，有的人接受不了。我们也可以用枸杞子和菊花沏水代茶，枸杞子有滋养肝肾明目的作用，菊花可以清泻肝火，可以消除我们眼睛的疲劳，调整眼睛的血管供血的情况，改善眼睛充血的状况。



#### 四、五轮说

五轮源于《内经》，其名首见于宋元年间的《秘传眼科龙木论》。五轮即肉轮（眼睑）、血轮（目眦）、气轮（白睛）、风轮（黑睛）、水轮（瞳神）。“五轮者，皆五脏之精华所发。名之曰轮，其象如车轮圆转运动之意也。”

五轮内应五脏，主要表现在：其一，五脏六腑通过经脉直接或间接与目相连。《素问·五脏生成》曰：“诸脉者，皆属于目”；《灵枢·经脉》云：足厥阴肝经，系目系；手少阴心经，连目系；足太阳膀胱经，起于目于内眦；足少阳胆经起于目外眦；手少阳三焦经的支脉至目外眦；手太阳小肠经，止于目内眦：“十二经脉，三百六十五络脉，其气血皆上注于面，而走空窍”（《灵枢·大惑论》），故曰“诸脉者皆属于目”（《素问·五脏生成》）。其二，五脏六腑之精气，皆通过经脉上荣于目。《灵枢·大惑论》曰：“五脏六腑之精气，皆上注于目而为之精。精之窠为瞳子，筋之精为黑眼，血之精为络，其窠气之精为白眼，肌肉之精为约束，裹撷筋骨血气之精，而与脉并为系，上属于脑，后出于项中。”筋骨血气肌肉与五脏相关，筋骨血气肌肉之精即指五脏之精，后世据此发展成五轮学说。

五轮说认为，目的变化不仅反映肝的生理病理，而且能够反映五脏六腑气血的盛衰变化。

1、上下眼睑由肌肉构成，脾主肌肉，与胃相表里，故眼睑为肉轮，其病变多与脾胃有关。如眼睑浮肿、皮色光亮，不红不痛，多属脾虚有湿；若红肿热痛，多为脾胃湿热；若红肿痒痛、湿烂，多为

脾经风热夹湿；若皮下生硬结，皮色不变，不痛不动者，为脾经痰湿互结；若上睑下垂，无力上举，多属脾虚下陷；若瞬目频频，或胞轮振跳，阵阵发作，则为脾虚有风。

2、两目眦血络较多，心主血脉，与小肠相表里，故目眦名血轮，其疾患多与心及小肠有关。如两眦赤脉如缕，根生胬肉，多为心肺风热、经络瘀滞。

3、白睛色白，肺主气，主白色，与大肠相表里，故白睛为气轮，其病变与肺及大肠有关。如白睛赤脉弥漫，色鲜红，多属肺经实火；若赤脉细小密布，色淡红，则为肺经虚火；若白睛暴赤，弥漫浮肿，状若鱼泡，泪热刺痛，为风热邪毒，侵犯肺经；如白睛溢血，色如胭脂，多属肺热伤络，血溢络外。

4、黑睛属肝，肝为风木之脏，与胆相表里，故黑睛为风轮，其病变多与肝胆有关。如黑睛星翳，初起色嫩，多主肝经风热；若时隐时现，经久反复，多为肝阴不足兼痰火湿邪；若翳在黑睛深层，一片混浊，赤脉满布，行经如梳，多为肝经风热毒邪、瘀热郁积。

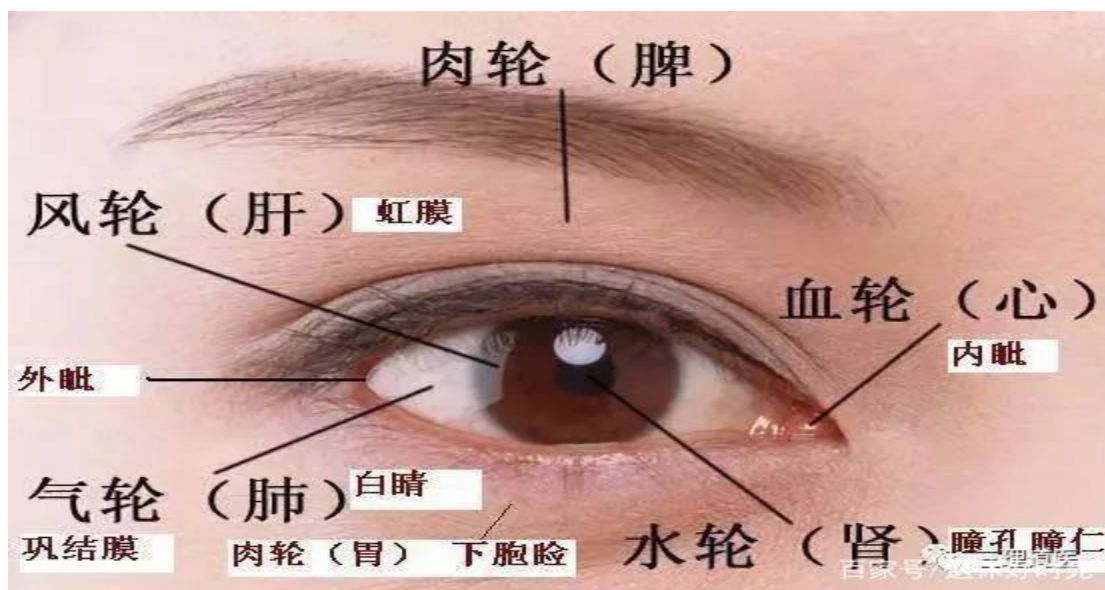
5、瞳神属肾，肾主水，与膀胱相表里，故瞳神名水轮，其病变多与肾与膀胱有关。如瞳神变形，或瞳神稍大，头昏脑胀，或瞳神缩小，微红隐痛，反复发作，均为肾阴不足，虚火上炎所致；若瞳仁内色白，视力减退，多为肾精亏虚，目失濡养。

综上所述，五轮与五脏，在生理、病理上密切相关。因此，观察目之轮位与轮病变化，即可推知五脏病变；而目部五轮相应的病变，

亦可通过调整相应脏腑的功能获得痊愈。可见，五轮学说在临床上，确实有其一定的实用价值。

但是，应当指出，五轮学说亦有其局限性。如白睛黄染，证属肝胆湿热，而非肺经病变；水轮瞳仁病变，则与多个脏腑有关，而不独责之于肾。另外，由于“目为肝之窍”，因此，无论何轮病变，皆应合肝而治。如目眦红赤，为心火及肝、心肝火旺，其治“泻心火不如清相火”，以清泻肝火为主，肝火退，则心火自消。即如近人张育三在《眼科捷要》中所说：“满眼通红，因属心家，而大角红筋胀起，名为兼肝，是肝木能生心火，用平肝之药，以去肝火，而心火自退，即扬汤止沸，不如灶底抽薪之意也。”又如白睛肿胀，当责之于肺，但也与肝有关。故《圣济总录。卷一百六》说：“白睛肿胀者，肝肺之火也。目者，肝之外候也，白睛者肿起或疼痛也。”再如，水轮阴亏、视物昏花，属肾精亏损，但多兼肝阴不足。故此《仁斋直指方》说：“肝肾之气充，则精彩光明；肝肾之气乏，则昏紫晕眩。”因此，对于目部疾患的治疗，既要注意肝与目的密切联系，又要结合局部变化，由五轮推及五脏。如此，从整体出发，全面分析，辨证论治，才能把握病情，提高疗效。

肝	——	风轮(角膜)	——	筋之精为黑睛
心	——	血轮(眼角)	——	血之精为络
脾	——	肉轮(眼睑)	——	肌肉之精为约束
肺	——	气轮(眼白)	——	其窠气之精为白眼
肾	——	水轮(瞳孔)	——	骨之精为瞳子



## 五、倪海厦眼诊

眼白的地方是诊断肺的地方。眼睛内眦是我们中医诊断心脏的地方。因为里面是红色的嘛，很红。因肺就是白色，五行上是白色。我们有青赤黄白黑，所以眼白是我们看肺的地方。

那不管是哪一种人，瞳孔都是黑色的，所以查肾脏查瞳孔。那瞳孔旁边会有一圈，这一圈是土，就是有土，土在控制水，水就不会乱跑，所以这是中医的诊断脾脏胰脏的地方。

正常眼睛的组织结构是这样子的。第二圈是很密的，一条一条接着很密也很整齐，这是正常。再外面这一圈是木就是肝脏，肝脏像木头一样，一片一片排成这样。所以我们在看瞳孔时，正中间是黑的，旁边是木。木的外面，因为把树整个包住是天地，肺就是天嘛，它把整个包住。所以，正常人是，因为肾是阴脏，当你的灯光一照到它的时候，瞳孔马上就缩起来，这是正常。阳来了，阴就会退。

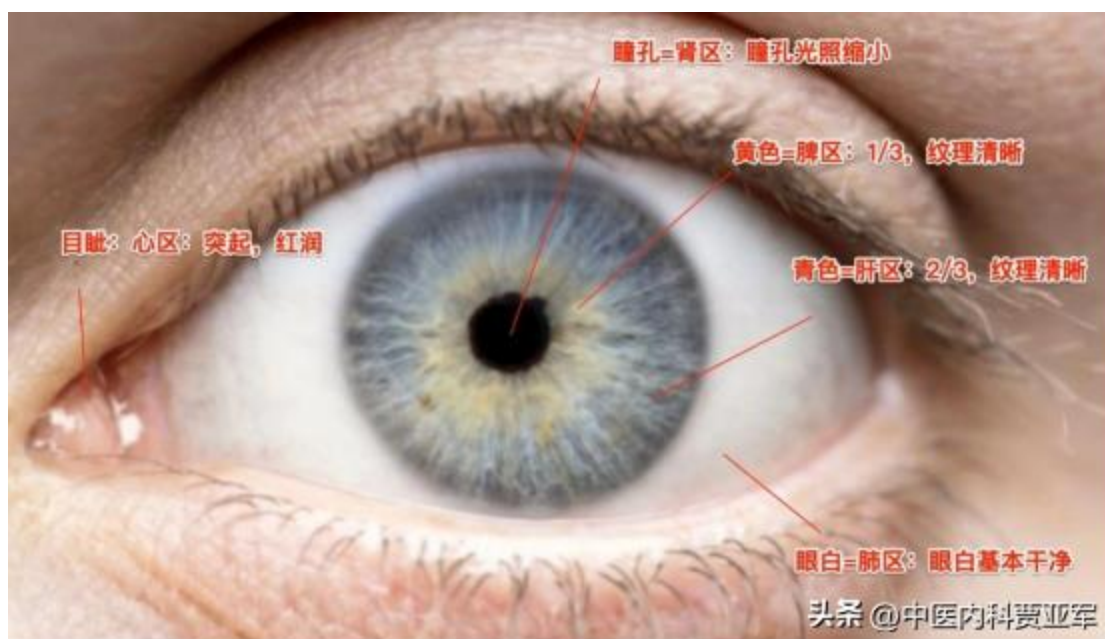
若你灯光照上去，他的瞳孔都不动，就是肾阳不够了，肾脏已经虚掉了。如果一照已经没有瞳孔或瞳孔已经放大了，这个人就死掉了，



肾气没有了，肾气没有了，心脏就没有了。所以西方医学也是对了，指出瞳孔放大就死了。

这中间还有一个比例，这个土的地方是  $\frac{1}{3}$ ，木的地方是  $\frac{2}{3}$  才是正常。你可以看到它的纹路，看得很清楚，这是正常。当有一天你看到了，有的人肺白的地方，好多白块在里面，一块一块好像面包屑一样，白白的一片一片。肺怎么里面会有白白一片一片，就是肺癌嘛！这就不需要去照 X 光了。再问：“晚上睡的好不好”，回答：“我晚上三点准时起来”，就非常清楚了！中医诊断速度就是那么快！

当你知道这纹路是正常时，一旦这纹路改变了，如果这个瞳孔变得很大，第二圈也变得大，第三圈却变很小，很多破洞在这边，瞳孔变的很大，表示已经受伤了。水反侮到木了，土也反侮到木了，这样就可以看到是那边出了问题。就在眼睛这可以看到，这是我初期告诉你们一个概念。讲《内经》时，我会再详细讲。那瞳孔越小的人越聪明，反之，就是比较笨啊。



倪海厦的这个眼诊是结合了五行理论，眼睛的瞳孔代表着肾，紧挨着瞳孔外的黄色小圈代表着脾，再往外的区域代表着肝，眼白部分代表着肺，而内眼角凸起的这个位置，代表着我们的心脏。这五个区域又分别对应着自然界的五行，而眼诊，就是根据这几个部分的状态来判断五脏的生理功能是否正常。

我们先来说心，也就是内眼角的这个红色小凸起，我们把它叫做“目内眦”，如果它过于扁平的话呢，那就可能是心阳不足，这类人呢就比较容易流汗，因为我们说汗为心之液，心阳不足，无法固摄汗液，就会出现动不动爱出汗的情况，吃个饭都满头大汗，晚上睡觉也会盗汗，还容易心慌、心悸，胸闷气短，那这时我们可以参考一个参附强心丸；如果这个地方颜色发白呢，就可能是心血不足了，这类人容易失眠，多梦，睡不好觉，那这时我们可以参考一个归脾丸。

然后我们来说肺，肺的状态可以从眼白的这个部分看出来，正常情况下我们的眼白应该会比较干净的，但如果眼白发黄、浑浊，就可能是肺里面有痰浊之邪了，比如说肺结节等等，张仲景有一个专门化肺结节的方子叫做泽漆汤，我以前也分享过，大家感兴趣的可以去看一下。那有些人眼白部分能看到红血丝，这说明肺里面的压力比较大，可能没有休息好，但如果你说我休息的很好，眼白部分还是有红血丝，那可能就是血压比较高，要警惕高血压的情况。

接着我们来说肝，肝这个部分呢面积比较大，所以也比较好观察，正常情况下这个区域应该是有一条一条的木质纹理，排列也比较整齐，但如果这个区域出现了白色，或者有裂纹，就可能是肝脏受损了，像

脂肪肝等等，那也有专门调理脂肪肝的中成药，叫做化滞柔肝颗粒，大家可以去了解一下。

然后我们来看脾，脾这个区域比较难观察，但是我们仔细看还是能看出来的，在瞳孔外的部分有一圈黄色的轮廓，这个部分就代表着我们的脾了，正常情况下这个部分的面积应该是占肝区的三分之一左右，如果这个部分的面积过大呢，就可能提示你体内的湿气过重了，这类人容易没有精神，吃不下饭，消化不良，大便容易沾马桶等等，那这时我们可以参考一个参苓白术丸来健脾利湿。

最后来看肾，也就是我们的瞳孔这个区域，瞳孔正常情况下都是黑色的，因为我们说肾为阴脏，并且黑色入肾，瞳孔也会随着光线的强弱收缩，那如果你灯光照上去，瞳孔却没有变化，或者说变化很小，这就是肾阳不足了，那我们可以参考一个桂附地黄丸来温补肾阳。那如果说灯光照上去都看不到瞳孔，或者瞳孔放大了，就说明这个人已经不行了，所以你看电视剧里面去判断一个人死亡与否，就会扒开眼睛看看瞳孔的形状。



## 六、五轮与五行的关系

中医五轮学说把眼睛各部分与五行对应。瞳仁属肾称为水轮，因为肾主水，瞳仁在内，主视觉，肾藏精，肾生髓、脑为髓海，目系通于脑。黑睛属肝为风轮，肝主风，五行属木，黑睛清澈透明，易受外界侵袭，而肝开窍于目，与风邪关系密切。两眦血络属心，是血轮，心主血，五行属火，两眦血丰富，与心主血脉有关。白睛属肺，为气轮，肺主气，五行属金，白睛色白，质地坚韧，依赖肺气的充养。眼睑属脾，为肉轮，脾主肌肉，五行属土，眼睑肌肉丰富，由脾主运化的水谷精微滋养。

水轮病变，主要是瞳仁相关的病变。如果肾精不足，会出现视觉模糊、夜盲等情况。如老年人肾精亏虚，容易视力下降，视物昏花。如果肾水亏虚，虚火上炎，可能导致瞳孔散大，眼球胀痛等症状。

风轮病变，主要是黑睛的病变。如果肝经风热，黑睛可能会出现星翳，即角膜上出现小的灰白色混浊点，眼睛有畏光，流泪、疼痛等刺激症状。

血轮病变，主要是两眦部位的病变。如果心经实火，两眦会发红、糜烂、伴有心烦、失眠等症状。心血不足时，两眦色泽淡白，而且可能出现眼睛干涩等情况，还会伴有心悸、多梦等全身性症状。

气轮病变，主要是白睛的病变。如果外感风热之邪侵犯肺经，白睛会发红，出现风热犯肺的症状，如眼痒、流泪、有分泌物等。肺经燥热时，白睛可能出现小的出血点，还伴有干咳、口鼻干燥等症状。

肉轮病变，主要是眼睑的病变。如果脾胃湿热，眼睑易红肿、起

疱，还会有眼眵增多、口臭、大便黏腻等情况。脾气虚弱时，眼睑会出现松弛，下垂的现象，还会伴有食欲不振、腹胀等脾胃虚弱的症状。

## 七、黑眼圈是如何形成的？

黑眼圈的形成，主要有以下几种原因：

1、血管型黑眼圈。这主要是因为眼周的血液循环不畅导致的。比如，长时间熬夜或者过度用眼，会使眼周的血管持续充血、血液瘀滞，透过较薄的眼周皮肤，就会形成黑眼圈。另外，随着年龄增长，眼周皮肤下的血管失去支撑结构，也容易出现这种黑眼圈。

2、色素型黑眼圈。可能是长期的紫外线照射，使眼周皮肤产生过多黑色素，或者是眼部的炎症，如过敏性结膜炎等，在炎症消退后留下色素沉着，从而形成黑眼圈。

3、结构型黑眼圈。这种情况主要和眼周的解剖结构有关。像眼周皮肤松弛、眼袋突出等，会以眼睛下方形成阴影，看起来像黑眼圈。遗传因素也会导致眼周骨骼结构的凹陷等情况，进而产生阴影型黑眼圈。