

第五讲 红色

一、常色

红色是红黄隐隐，红中有黄、黄中有红，红黄均匀地混合在一起，红黄各居其位，颧颊部位以红为主，其他的部位以黄为主，红和黄逐渐地深浅变化。

所有的生理的黄，都是明亮、润泽、含蓄的，生理的黄包括主色、客色和变色。主色说的是从出生一直到死，终生不变的基本面色偏红。一般来说，凡是从三岁开始面色偏红，那么基本上终生都是偏红的，这叫主色。我们每个人夏天的时候，因为日光照射的影响，面色都偏红，这叫做客色。当我们情绪激动的时候、兴奋的时候，我们的脸色也会发红，当喝了酒的时候脸色也发红，当说了谎话的时候、当羞愧的时候脸色都会发红，这属于变色。所有生理的主色、客色、变色，都是红黄隐隐，都是明亮、润泽、含蓄的，这是生理的红色，也即常色。

二、病色

凡是只剩下了红，没有黄色，或者不明亮、不润泽、不含蓄，都是病色。如果面部黄色完全消退，红色不明亮而晦暗，红色不润泽而干燥，红色不含蓄而暴露，都是病色。

三、红的病色所主哪些疾病？

最容易出现红色的病症是热证，热证是中医辨证的一个词汇，根据程度不同可分为温、热、火。温，比较轻，热，比较重，火，最重。

温热都是从人体的外部而来，周围环境太热，或者是产生了温热

性的致病因素，引起了人体的温症和热症。火，大多数都是人体内部自生的，比方说心火盛、肝火旺、牙上火，所有这些就是我们人体内部自生的。

火有生理病理之分。火分为两种，一种是小火，一种是大火。中医把小火叫做少火，少火生气，少火是脏腑正常产生的热能、热量，因此人体离不开少火，少火是生理的。如果这个火大了，这个病就是上火了，这是病理的火。

生理的火有一个特点，它是从上往下走，比方说心火，心火下行到胃，就可以温胃，就可以使胃能够消化食物；心火下行到小肠，就可以使小肠把饮食营养和糟粕区分开，使营养得以吸收；心火下行到肾，它就可以加强肾藏精的功能，而且使肾精不寒。

一旦心火由小火变成了大火，我们说这个人有心火了。一旦心火往上走了，我们就说这个人上火了，他就会心情烦躁，他就会失眠多梦，他就会口舌生疮，他就会小便红赤。

所以生理的火是小火，生理的火是从上向下降的，病理的火是大火，病理的火是从下向上升的，就像自然界的火苗一样，呼呼往上冒，所以我们的眼睛也红了，所以我们的舌头也红了，所以我们满口都是口疮，所以我们的脸也红赤了。

热症有五个特点：热、赤、稠、燥、动。热就是发热，就是发烧，就是体温升高。赤就是我们的面色，我们的五官七窍全都发红。稠是因为热症消耗了我们人体内部的津液，所以所有的排出物都变得粘稠。比方痰变粘稠了、小便变粘稠了、大便变得干燥了。燥是干燥，我们

的脸色除了发红以外，显得很干燥，我们的舌苔除了发黄、舌色发红以外显得很干燥，这都是热的征象。寒症的人十分老实，表情淡漠，说话也少，活动也少，热症与寒症相反，热症的人表情丰富，言语特多，多言多笑多动。如果寒症的喜欢蜷缩在床上睡觉，那么热症的人喜欢四仰八叉的仰卧，而且喜欢多动，一会翻过来一会翻过去。

凡是具备热、赤、稠、燥、动的人就是热症，凡是没有这五个特点的就不是热症。其中面色红赤，颜面五官红赤是它重要的征象。

中医把热症分为两种，一种是实热症，一种是虚热症。大部分是实热症，实热症的症状都比较剧烈；虚热症一般来说，病程比较长，它是慢慢得的，它的症状也都比较轻、比较缓和。

实热症是满脸通红，包括鼻尖、包括耳朵、包括下巴颏，红色特别深浓，烧不退这个红色就不减退。虚热一般来说是午后开始发作，傍晚的时候最重。实热是满面通红、圆圆正赤，虚热是两个颧颊淡红，定时而发，定时而退。

实热症的发热是全身都发热，热度很高，虚热症的发热，往往是自我发热的感觉，它也不是全身发热，而是两个手心和心口窝发热，两个脚心和心口窝发热，中医管它叫做五心发热。实热症的发热，发热在体表，发热在皮肤和肌肉，而虚热症的发热是从里向外透发，中医管它叫做骨蒸，就好像从骨头里蒸发出来的，这种热是非常难受的。

实热非常好治，中医有句话，叫做体若燔炭，汗出而散，整个身体热的就像是烤羊肉串的炭，红红的、热热的，用手不敢去碰，但是你只要浇上点水，这个炭就灭了。实热症尽管烧的烫手，但是出一身

汗，让热邪随着汗从毛孔发散出来，这个热立刻就退了。虚热不是这样，虚热治疗起来相当困难，因为它是人体内部的精血、津血不足所引起的，必须慢慢、慢慢地，把人体内部精血、津液补足起来，才会逐渐地消退。

实热症病人的面色红赤深浓而且鲜明，部位广泛，时间持续，也就是持续性满面通红，其特点是高热不退。虚热症病人的颜面可见娇嫩浅淡的红色，部分局限于两侧的颧颊，时间不持续而发作有定时，多在午后或者傍晚发作，其特点是低热。

红赤色还是心病的征象，满面红色主心病，生理上火是小火是向下走的，病理的火是大火往上行的，那么心火上延的一个标志，就是面色红赤。中医的心，不但是血液运行的中心，而且是精神活动的中心，中医管它叫做心主神。所以人的精神不是安定，人的精神活动是不是正常是由心脏所决定的。

心火扰乱了心神，就会引起人的神志不安，甚至于发狂，甚至于狂乱，用现代医学的话来说，病人就会狂躁，病人就会失去理智。心火上延的人，平时可能是一个挺文静的人，因为心火上延，扰乱了心神，病人可能会登高而歌、弃衣而走、打人骂人，中医认为这种表现是心火过盛的表现。中医治疗，既不用胰岛素休克，也不用电休克，不用使病人遭受这么大的痛苦。清心泻火，把病人过旺的心火把它清泻下去，使神志安定，这个病也就安定下来了。

当然，往往心火上延的人，都伴有痰迷心窍。中医认为本来不傻的突然变傻了这是痰，只有把这个痰豁开，这个糊涂就变得聪明了。

如果人本来挺文静的，突然变得疯狂了，这是心火盛，如果又糊涂又疯狂，这是痰火都盛。中医采用不同的方法，痰盛的滚痰豁痰，火盛的清心泻火，痰火都盛的既豁痰又清火。所以中医治疗精神病，基本的治则就是一个化痰，就是一个清火，这是两项基本的治则。

从脸色上看，凡是火盛的，那么面色就红赤，凡是痰盛的面色就污浊，又污浊又红赤的，那是痰火扰心的标志。所以脸上红赤，既主热症，包括实热症和虚热症，又主心病。我们必须区别情况不同处理。

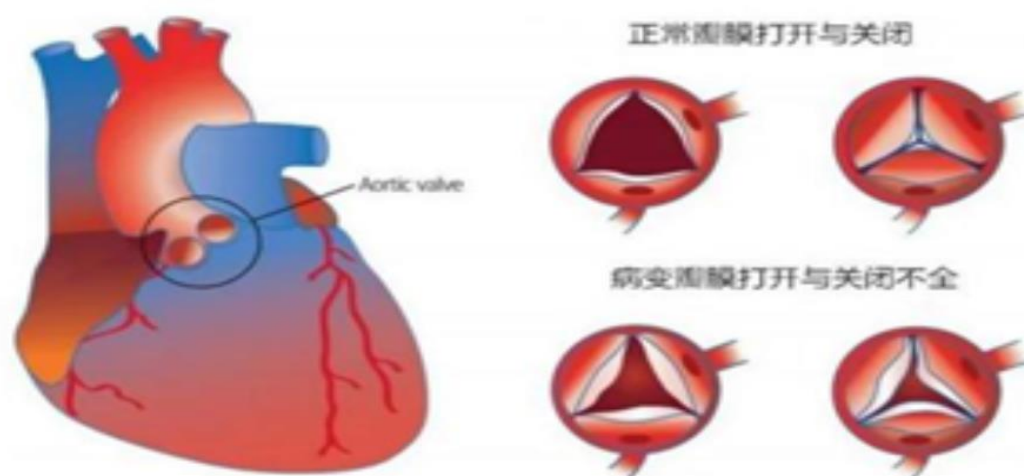
红赤色出现在脸上，也标志着有一些危重的病症。《黄帝内经》五色篇，赤色出于颧，大如拇指，病虽小愈，必卒死。人的脸色由红和黄两种颜色组合而成，红黄各居其位，红色在颧颊，但是这种红色，必须有黄色掺杂其间，叫做红黄隐隐，而且红和黄之间自然地过渡，如果这个红色里边，没有了黄色，表现为一种暗红色；如果这种红色，没有逐渐变青变成黄色，而是转聚在两个颧颊部，像拇指肚一样，这叫做转聚之色，转聚之色一般都是病情深重的标志。如果这个人在颧颊部出现拇指大的暗红色，这个人肯定有慢性病。这个慢性病可能时轻时重，甚至于表面看起来好像是好了，但是他肯定会突然间死亡。

面部正常色为红黄隐隐，如果面部只有红没有黄，并在两颧出现两块像拇指大的暗红色转聚不散，说明病情危重。这句话看起来非常神秘，实际上用现代医学来解释，非常容易理解。赤色出于颧，大如拇指，病虽小愈，必卒死，往往出现在现代医学的两种病，第一种病是肺结核空洞，肺结核空洞的，在两颧出现淡红或者暗红，它往往会因为某一次空洞损伤了肺里边的大血管，病人大咯血而死亡。再一种

情况出现在现代医学诊断的二尖瓣狭窄，合并关闭不全的病人，这种病人多出现在风湿性心脏病，二尖瓣是心脏里一个非常重要的瓣膜，当二尖瓣该开的时候开不开，该关的时候关不严，血液就会在二尖瓣来回地穿梭，这是风湿性心脏病晚期经常出现的征象，病人往往是反复发作，心力衰竭，往往在第二次、第三次、第四次心力衰竭的时候，突然间死亡。所以中医两千多年以前的论证，和现代医学关于疾病的论述，关于疾病预后的论述，可以说是不谋而合。



二尖瓣狭窄面容



红赤色还有一种特殊的情况，病人面部、口唇、眼睑，呈现樱桃

红色，这种红色往往是一氧化碳中毒的标志。在救护车来之前，可掐病人的人中先救治。

红赤色既可能是好的征象，它代表着我们的气血充足，也可能是不好的征象，比方说高血压的人脸色经常红赤，更年期的女性脸色经常红赤，有实热症的人脸色满脸红赤，有虚热症的人两颧淡红，有危重病的人两颧暗红大如拇指抟聚不散，一氧化碳中毒的人脸红口唇呈樱桃红色，所有这些有病的颜色，都提示着病人，有轻重不同的疾病。

4、两颧红如拇指主猝死

人脸的两个颧部，如果出现大小如拇指般的红色印记，边缘清晰，颜色明显，请务必考虑其心肺功能是否异常，应抓紧时间做全面检查和及时治疗。否则，患者容易在近期内发生猝死。

说这话，有人可能觉得玄乎其玄了，甚至有点“跳大神”的味道。

《素问·脉要精微论》告诉我们：“夫精明五色者，气之华也”。我们的五脏精气，皆体现在面部。《灵枢·五变》告诉我们：“颧骨者，骨之本也。颧大则骨大，颧小则骨小”。这是第一次提出，颧骨和颧部的重要性。《灵枢·热病》告诉我们：“大颧发赤，哕者死”。这明确提出，颧部发红和死亡之间的连带关系。到了《灵枢·五色》，先贤告诉我们：“赤色出于两颧，大如拇指者，病虽小愈，必猝死”。可见，古人已经明示：即便病情有所缓和，但是只要颧部还有红色，大如拇指，就要考虑卒死的风险。

这里面的道理何在呢？原来，面部的两颧属于少阴经脉所循行。少阴经，有手少阴心经，和足少阴肾经。其中，颧发红，为心经异常。颧发黑，为肾经异常。

对于此，有没有验案来证实呢？

一个小男孩，年纪 15 岁，父母离异，母亲有精神病。这个孩子自幼性格孤僻，不愿意和同学交往，沉默寡言，身体瘦弱。某天晚上，自觉心胸闷痛。父亲带着他赶紧到医院。医家急用独参汤调治。虽然状态有所缓和，但是两颧部位发红，印记大如拇指，十分明显。

后来，患者父亲来开药的时候，医家反复问及，孩子两颧是否依旧发红。父亲说依然有红色印记。医家表示，必须对患者密切观察，不能大意。孩子父亲说好。

哪里知道，不久后的一天晚上，患儿在睡梦中忽然大声呻吟。可是父亲却以为，孩子是在说梦话，不予理睬。结果第二天早晨，孩子没起来。上前观察，发现孩子已经去世，头顶床头，双拳紧握，指甲发青，牙咬嘴唇，面容十分痛苦。父亲追悔莫及。

这是一个很典型的例子。与之类似的，曾有一患者，在等待就诊的时候，忽然闯进诊室，两颧发红，大如拇指，然后扑向桌子，只说一句“我心中难受”，接着就不省人事。后抢救无效死亡。

由此可见，颧部发红，色泽边界明显，大小如拇指（和一般的脸红不一样），作为少阴经的一种异常表现，对心源性猝死有一定的预报意义。而且，这样的经验，早在《黄帝内经》的时代就已经形

成，足可见中医学望诊，虽古老却准确。这种深植与临床的经验，是值得我们重视、玩味和研究的。生活中，如果遇到此类情况或病人，应尽早重视，及时检查和抢救。

把中医学里面的精华理念、经验、知识，传授给他人，这是一件功德无量的事情。

