

当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。

# 中医脈診及び臨床応用

高橋楊子

上海中医薬大学附属日本校教授

善診者、察色按脈、先別陰陽・・・以治無過、以診則不失矣

『素問』陰陽応象大論

經言望而知之謂之神、聞而知之謂聖、問而知之謂工、切脈而知之謂之巧

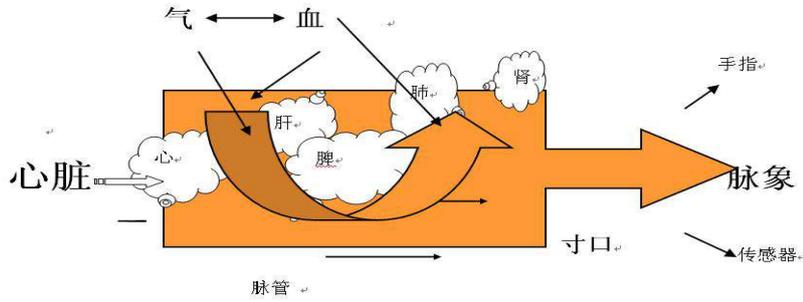
『難經』

欲知其内者、当以觀乎外、・・・蓋有諸内者必形諸外

『丹溪心法』

寸口脈の浮沈・遲數・強弱・形状などを診察して、  
脈診 → 疾病の病位・病性・邪正の状態を判断する中医学  
の独特な診断方法

## 脈(血の府)と五臓・気血の関係



- 心 → 血脈を主る
- 肺 → 気を主り、百脈に朝す
- 脾 → 運化を主り、気血生成の後天
- 肝 → 疏泄を主り、蔵血を主る
- 腎 → 精を蔵し、気血生成の先天

## 寸口脈(三部)と臓腑・機体の関係

三部 (九候)	左腕	右腕	
寸部 (浮・中・沈)	心	肺	上焦 (胸膈以上)
関部 (浮・中・沈)	肝	脾胃	中焦 (胸膈～臍)
尺部 (浮・中・沈)	腎	腎(命門)	下焦 (臍以下)

血・陰

気・陽

## 切脈法と注意事項

1. 患者の体位
2. 切脈の方法

### 【定位】

中指定関、関前定寸、関後定尺

### 【手法】

浮取(挙法)→軽く触れる

沈取(按法)→強く按じる

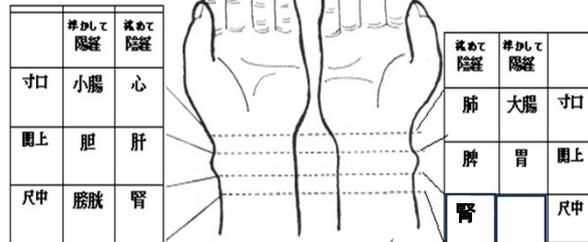
尋法 ——→①(中取)不浮不沈

②上下左右を探しながら脈を診る

総按→3本指が同時で寸・関・尺の脈を診る

単按→1本指が単独で寸・関・尺の一部脈を診る

左手橈骨動脈拍動部



持脈の要は三つあり、挙、按、尋を曰く

## 切脈法と注意事項

3. 切脈の最良時刻 **診法常以平旦**『素問』
4. “平息”のこと
5. 脈を影響する要素
  - ①年齢・性別・体型
  - ②四季変化 **春胃微弦、夏胃微鈞(洪)、秋胃微毛(浮)、冬胃微石(沈)**  
『素問・平人氣象論』
  - ③精神的
  - ④飲食物
6. 生理的な異状脈 →斜飛脈・反関脈

脈従四時、謂之可治、脈逆四時為不可治。春夏而脈沈洪、秋冬而脈浮大名逆四時也  
病熱脈靜、泄而脈大、脱血脈実、病在中脈実堅、病在外脈不実堅者、皆難治  
『素問・玉機眞藏論』

## 脈診の診断意義

### 1. 疾病の病位・病性・邪正状態を判断する

六綱脈 → 浮沈・数遅・実虚

陽脈		陰脈	
浮脈	→表証	沈脈	→裏証
数脈	→熱証	遅脈	→寒証
実脈(有力脈)	→実証	虚脈(無力脈)	→虚証

### 2. 疾病の進退・吉凶・予後を推測する

大出血の数芤滑→凶 大出血の緩(和)脈→吉  
妊娠初期の尺脈

脈の拍動を構成するには、心臓の動き・血管内の圧力・血管弾力・末梢抵抗力・血液粘度などの要素と関係する。

臨床の29脈を八つの項目から把握することができる

一. 脈位	浮脈←→沈脈
二. 脈率	数脈←→遅脈
三. 脈力	実脈・有力脈←→虚脈・無力脈
四. 血管緊張度	弦脈・緊脈←→濡脈
五. 血流の状態	滑脈・動脈←→澀脈
六. 脈の太さ	大脈・洪脈←→小脈(細脈)
七. 脈の長さ	長脈←→短脈
八. 脈のリズム	促・結・代

## 平脈(健常者の脈)

寸・関・尺三部の脈とも触れ、一息四～五至(脈拍が70回ぐらい/分)、不浮不沈、中取有力、不大不小。“有胃”“有神”“有根”の特徴がある

- 有胃 → 脈の往来は従容(ゆったりと)緩和してリズムが整える
- 有神 → 柔和有力(やんわりして、力がある)
- 有根 → 尺脈は有力、或は寸・関・尺の三部は、沈取にしても絶えない

## 一. 脈位の分類

(一)浮脈 (脈象の部位が浅い、軽く触れてすぐわかる)

【特徴】 “**拳之有余、按之不足**” “**如水漂木**”

【診断意義】

1. 表証 浮有力→表実証  
浮無力(浮緩)→表虚証  
“太陽病、脈浮者、可発汗”  
“太陽之為病、脈浮、頭項強痛而惡寒”

2. 裏虚証(浮しかも、無力・空虚感を伴う)  
浮芤→大出血、浮散→労極正虚  
浮短→気虚 “**久病逢之却可驚**”

\* 秋の脈・瘦者の脈はやや浮

【類似脈】 芤脈・革脈・散脈・洪脈・濡脈・微脈・虚脈

## 1. 芤脈（浮大・軟・中空）

【特徴】“浮大而軟、按之中央空、兩辺実” “如按葱管”

【診断意義】 1. 大出血 2. 傷津・傷陰

“諸病失血、脈必見芤。緩小可喜、数大可憂” 『瀕湖脈学』

## 2. 革脈（浮大・弦・中空）

【特徴】 “革脈、弦而芤、如按鼓皮”

【診断意義】 亡血・失精・早産・漏下 “男子失精、女子失血”

## 3. 散脈（浮散無根、リズムも一定でない）

【特徴】 “散如楊花無定迹” “或如散葉、或如糞上肥”

【診断意義】 元氣耗散・臟腑衰弱 （“浮散勞極”）

散脈無拘散漫然、濡来浮細水中綿

浮而遲大為虚脈、芤脈中空有兩辺 『瀕湖脈学』

## (二) 沈脈（脈があらわれる部位が深い、重取で分かる）

【特徴】 “拳之不足、按之有余” “如石沈水”

【診断意義】 裏証

沈有力→裏実証

沈数→裏熱、沈遲緊→裏寒痛

沈滑→痰食、沈弦→氣鬱

沈無力→裏虚証

沈弱→陽虚、沈細→氣血両虚

\* 冬の脈、肥満者の脈はやや沈

【類似脈】 伏脈・牢脈・弱脈

1. **伏脈**（脈の部位は沈脈よりさらに深い、着骨乃得）  
**【特徴】** “**沈極為伏**” “**極重指按之、着骨乃得**”  
**【診断意義】** 伏有力→邪閉証・厥証・激痛、  
 伏無力→久病正虚
  
2. **牢脈**（脈の部位は沈と伏脈の間にあり、力もあり、微弦）  
**【特徴】** “**牢脈、似沈似伏、実而長、微弦**”  
**【診断意義】** 陰寒内実・癥瘕積聚（裏実証）

**弦長実大脈牢堅、牢位常居沈伏間**  
**革脈芤脈自浮起、革虚牢実要詳看** 『瀕湖脉学』

## 二. 脈率の分類

### （一）遲脈

**【特徴】** “**呼吸三至、去来極遲**”（脈拍<60／分）

**【診断意義】**

1. 寒証 遲有力→寒実証 遲緊→寒痛 遲滑→寒痰飲  
 遲無力（弱）→陽虚虚寒
2. 邪熱結聚（陽明腑実証） →沈遲有力  
 “陽明病、脈遲・・・可攻里”  
 \* スポーツマンの脈はやや遅

**【類似脈】** 緩脈・結脈・代脈・洪脈・損脈・敗脈

### 緩脈

**【特徴】** “**一息四至**”（脈拍が60回～69回／分）

**【診断意義】** 1. 脾虚（緩細、緩弱） 2. 湿阻（濡緩、緩滑）

但し“**応指和緩、往来甚均（有胃・有神）**”→平脈

## (二) 数脈

【特徴】“去来促急” “一息六至脈流疾”(脈拍>90回/分)

【診断意義】熱証 **数脈・有力実火、無力虚火、浮数表熱、沈数裏熱** 『瀕湖脈学』

数有力→実熱・実火、数弦有力→肝火、数滑有力→痰熱・痰火

数無力→虚熱・虚火、細数無力→陰虚陽亢(火旺)・陰虚血熱

沈数→裏熱、沈数有力→裏実熱、沈数無力→裏虚熱

浮数→表熱

諸病失血、…緩小可喜、数大可憂 『瀕湖脈学』

脈若静者为不伝、頗欲吐、若躁煩、脈数急者为伝也『傷寒論』

\* 乳幼児・子供の脈は速い(赤ちゃん一息七至、児童一息六至)

【類似脈】 疾脈・促脈・動脈

### 疾脈

【特徴】“数甚為疾” “七至八至脈流薄疾”(脈拍110回/分)

【診断意義】 疾有力→陽亢陰絶、疾無力→陰竭虚陽浮越

## 三. 脈力の分類

### (一) 虚脈

【特徴】“無力之統名” 三部の浮・中・沈はすべて無力

1. 浮大無力脈→芤脈・散脈・革脈

2. 細小無力脈→細脈・濡脈・弱脈・微脈

【診断意義】 虚証(陰陽気血・臟腑諸虚)

浮細無力→血虚

沈無力→気虚、 沈細無力→気血両虚

数無力→陰虚、 遅無力→陽虚

【類似脈】

浮大無力脈→芤脈・散脈・革脈(浮脈の類似脈)

細小無力脈→細脈・濡脈・弱脈・微脈

1. **弱脈**（軟弱無力、沈、細）

【特徴】 “弱脈極軟而沈細、按之欲絶指下”

【診断意義】 気血両虚・陽気衰微

（左寸弱→心気虚 右関弱→脾虚、尺弱→腎虚・・・）

2. **微脈**（極細、軟弱無力、あるようなないような感じ）

【特徴】 “極細而軟、或欲絶、若有若無” “羹上肥”

【診断意義】 気血虚損・元陽衰微

3. 濡脈

4. 細脈

（二）**実脈**

【特徴】 “浮中沈皆有力”

“実脈、浮沈皆得、脈大而長、応指幅幅然”

【診断意義】 実証

浮実（有力）→表実証

沈実（有力）→裏実証

沈実数→裏実熱証

沈実遅→裏実寒証

\* 健常者・スポーツマン

【類似脈】 洪脈・長脈・弦脈・滑脈・緊脈

## 四. 血管緊張度の分類

(一) **弦脈** (脈管がぴんと張っている感じ)

【特徴】 “按之如弓弦状” “如按琴弦”

【診断意義】 弦為肝風、主痛、主癩、主痰、主飲 『診家正眼』

1. 肝胆病 弦大有力→肝胆実証、弦数→肝鬱化火  
弦滑数→肝胆湿熱、弦細→肝鬱乘脾・肝鬱血虚  
弦細数→肝腎陰虚陽亢 弦洪→氣滯血瘀

2. 痛証
3. 痰飲
4. 癩疾

\* 春の脈がやや弦

弦数多熱、弦遲多寒。浮弦支飲、沈弦懸痛。陽弦頭痛、陰弦腹痛

『瀕湖脈学』

【類似脈】 緊脈・革脈・牢脈・長脈

**緊脈** (弦脈よりさらに緊張する脈、如切繩状)

【特徴】 “緊脈有力、左右弾人、如絞転索、如切繩”

【診断意義】 寒・痛・宿食

浮緊→表寒 沈緊→裏寒・寒痛・宿食

(二) **濡脈**(軟脈) (浮で軟、細くて力が入れると消えそうな感じ)

【特徴】 “極軟而浮細、如綿在水中、輕手相得、按之無有”

【診断意義】

1. 諸虚証 (とくに脾虚)
2. 湿証

【類似脈】 微脈・散脈

## 五. 血流状態の分類

(一) **滑脈** (脈拍の流れが滑らかになる)

【特徴】 “滑脈・・・**如盤中走珠、如荷葉乘露**”

【診断意義】 痰飲・食滯・実熱・妊娠

\* 妊婦・健常者

【類似脈】 動脈

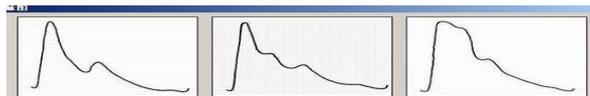
**動脈** (関部で触れて、流れが滑らかになる)

【特徴】 “動脈**見于関上、無頭尾、大如豆、厥厥然動揺**”

【診断意義】 驚恐・痛証

### 脈拍計による平脈・滑脈・弦脈の脈波形

- 平脈の脈波は、末梢循環抵抗(動脈弾力)が正常であり、また循環量が充実することと関係するので、脈波には三つの波が現われ、第二波が低いのは特徴である
- 滑脈の脈波は循環量が増加し、末梢循環の抵抗が低下することと関係するので、脈波には、第2波は第1波の降枝に融合し、二つの波しか見られないのは特徴である
- 弦脈の脈波は、主に末梢循環抵抗が増大して、動脈弾力が低下することと関係するので、第1波と第2波は融合し大きくの波になり、第3波も早めに現われるのは特徴である



滑脈図

平脈図

弦脈図

(二) **澀脈** (脈の流れは滑らかでなく、細、無力、形やリズムも整えてないもの。如軽刀刮竹)

【特徴】 “**澀、不滑也、虚細而往来難、三五不調、如雨沾砂。如軽刀刮竹**”

【診断意義】

1. 精血不足(澀無力)
2. 気滞血瘀・痰食阻滞(澀有力)

【類似脈】 散脈

## 六. 脈の太さの分類

(一) **大脈** (脈の幅は大きい)

【特徴】 “**大脈者応指満溢倍于尋常**”

【診断意義】 大有力→邪実

大無力→正虚

【類似脈】 洪脈

**洪脈** (脈の幅は大きくて来盛去衰の特徴がある、状如洪水)

【特徴】 “**指下極大、来盛去衰、状如洪水**”

【診断意義】 洪大有力→邪熱亢盛・気分熱盛

洪大無力→邪盛正衰

\* 夏の脈はやや洪

(二) 細脈(小脈) (脈の幅が細い、如糸線応指)

【特徴】 “細直而軟、若糸線之応指”

“往来如髮、指下累然”

【診断意義】

1. 気血両虚・諸虚証

細脈→血虚 細弱脈→気血両虚、細数脈→陰虚内熱

2. 湿証 細濡・細緩→脾虚湿困

\* 痩せる女性の脈はやや細

“微為陽弱欲絶、細乃陰虚至極” 『三指禪』

【類似脈】 濡脈・微脈・弱脈

## 七. 脈の長さの分類

(一) 長脈 (脈が長くて、寸か尺を超える)

【特徴】 “長脈迢迢、首尾俱端、直上直下、如循長竿”

【診断意義】 陽気有余・陽熱亢盛

長弦→肝陽・肝火 長洪数→実熱

柔軟な長脈(如循長竿)→陽気が充実して健康長寿の兆し

硬い感じの長脈(如引縄)→病気の兆し

【類似脈】 弦脈・牢脈・実脈・溢脈・覆脈

(二) 短脈 (脈が寸か関部だけが現れる)

【特徴】 “短脈澀小、首尾俱俯、中間突起、不能満部”

【診断意義】 短無力→気虚・気虧。短有力→気鬱

【類似脈】 動脈

長則気治、短則気病 『素問・脈要精微論』

## 八. 脈のリズムの分類

- (一) **促脈** 【特徴】“来去数、時一止復来”  
 【診断意義】 1. 陽熱亢盛 2. 氣滯血瘀・痰食停滯
- (二) **結脈** 【特徴】“往来緩、時一止復来”  
 【診断意義】 1. 陰盛氣結・寒痰瘀血 2. 心陽氣衰
- (三) **代脈** 【特徴】“遲中一止、良久復来”  
 【診断意義】 1. 臟氣衰弱 2. 氣滯血瘀・痰食阻滯

脈象	脈率	リズム	診断意義
促脈	速い	不規則な欠落	1. 陽熱亢盛 2. 氣滯血瘀・痰食停滯 頻脈性の不整脈、頻発性期外収縮、心包細動など
結脈	遅い	不規則な欠落	1. 陰盛氣結・寒痰瘀血 2. 心陽氣衰 徐脈性の不整脈、各種のブロックなど
代脈	遅い	規則的な欠落	1. 臟氣衰弱 2. 氣滯血瘀・痰食阻滯 第二度房室ブロック、心室性期外収縮など

## まとめ

- 脈診は、疾病の病位・病性・邪正状態を判断する

### 六綱脈

陽脈		陰脈	
浮脈	→表証	沈脈	→裏証
数脈	→熱証	遲脈	→寒証
実脈(有力)	→実証	虚脈(無力)	→虚証

- 脈診は、疾病の進退・吉凶・予後を推測する
- 脈の寸関尺三部九候は、臟腑・機体の状況を反映する
- 四診合参(捨症取脈・捨脈取症)

- 脈を構成する主な要素は、心臓の動き・血管内の圧力・血管弾力・末梢抵抗力・血液粘度などに関係している。

	共通	脈名	脈象特徴（原文）	イメージ	主病
浮脈類	脈の場所浅い・軽按則得	浮脈	挙之有余、按之不足	如水漂木	表証・裏虚証
		芤脈	浮大而軟、按之中央空、両辺実	如按葱管	大出血・傷津傷陰
		革脈	“革脈、弦而芤、如按鼓皮”	如按鼓皮	亡血失精・早産漏下
		散脈	大而散。散者、・・・、有表無裏	散如楊花	元気耗散・臟腑衰弱
		濡脈	(虚脈類の参照)		
		洪脈	極大在指下	来盛去衰状如洪水	気分熱盛・邪盛正衰
沈脈類	脈の場所深い・重按始得	沈脈	挙之不足、按之有余	如石沈水	裏証
		伏脈	極重指按之、着骨乃得	着骨乃得	邪閉証・厥証・激痛
		牢脈	有似沈、伏、実、大而長、微弦		陰寒内実・癥瘕積聚
		弱脈	(虚脈類の参照)		

	共通	脈名	脈象特徴（原文）	イメージ	主病
遲脈類	脈拍は1呼吸に4未満	遲脈	呼吸三至、去来極遲	60回以下/分	寒証・邪熱結聚
		緩脈	去来亦遲、小駛於遲	60~69回/分	脾虚・湿阻
		澀脈	細而遲、往來難且散、或一止復来	如輕刀刮竹	精血不足・氣滯血瘀・痰食阻滯
		結脈	往來緩、時一止復来		陰盛気結・寒痰血瘀・心陽気衰
數脈類	脈拍は1呼吸に5以上	數脈	去来促急	90回以上/分	熱証
		疾脈	“數甚為疾”	數脈より脈拍が多い	陽亢陰絶・虚陽浮越
		促脈	来去數、時一止復来		陽熱亢盛・氣滯血瘀・痰食停積
		動脈	見於關上、無頭尾、大如豆、厥厥然動揺		驚恐・痛証

	共通	脈名	脈象特徴 (原文)	イメージ	主病	
虚脈類	脈拍の力は弱い	弱脈	極軟而沈細、按之欲絶指下	沈細欲絶	気血両虚・陽気衰微	
		微脈	極細而軟或欲絶、若有若無	若有若無	気血虚損・元陽衰微	
		細脈	小大於微、常有、但細耳	如糸線応指	気血両虚・諸虚証・湿証	
		濡脈	極軟而浮、細	如綿在水面	諸虚証・湿証	
		芤脈	(浮脈類の参照)			
		革脈	同上			
		散脈	同上			
		代脈	“遅中一止、良久復来”			臓気衰弱・気滞血瘀・痰食阻滞
実脈類	脈拍の力は強い	滑脈	往來前却流利、展転替替然	如珠走盤	痰飲・食滞・実熱・妊娠	
		弦脈	按之如弓弦状	如按琴弦	肝胆病・痛証・痰飲・瘧疾	
		緊脈	如切繩状	如転繩索	寒証・痛証・宿食	
		長脈	“長脈迢迢、首尾俱端、直上直下、如循長竿”	如循長竿	陽気有余・実熱証	

## 【症例検討】 狭心症・心筋梗塞

**初診** 某年12月22日 男性 60歳 役員

**主訴** 息切れ、胸苦しい、疲れやすい、

**病歴** 4年前、出張から帰ったところ、急に胸重苦しくなり、救急車で病院に運ばれ、心筋梗塞と診断されて即時バルーン処置を受けていた。その後、薬を服用しているが、体調はあまり良ならず、相談にきた。

**望診** 中肉中背、顔色やや黒い

**問診** 疲れやすい。速足で歩くと、息切れ、胸苦しくなる。声がぼそぼそする。食欲正常、咽乾(少しだけ水が欲しい)、便乾(1回/2日)

**舌診** 暗紫舌やや胖大、薄白膩苔、舌中剥苔

**脈診** 沈細弱、とくに左寸弱

**既往歴** 心筋梗塞・高脂血症(服薬中)

**嗜好品** 肉食、甘いもの。もともと大酒と喫煙をしていたが、現在やめた



- 症状分析

- 弁証

- 治則

- 処方