

C 至数の異常

一息（一呼一吸）あたりの脈拍数が「至数」で、正常では一息に四至以上で五至未満である（65～80回/分程度で、70回/分前後のことが多い）。四至以下あるいは五至以上が病脈である。

1. 遅脈（ちみやく）

脈象：脈来遅緩，一息不足四至（60回/分以下）
主病：寒証

脈拍数が1分間60回に満たないものである。沈脈を呈することが多い。

大多数が寒証であるが、「熱極まれば寒に似る」で熱証のこともあり、注意が必要である。

なお、スポーツマンなどでは脈が遅で有力なことがあり、とくに症状がみられなければ病脈ではない。

(1) 寒積（実寒）

寒邪が裏に侵入して臓腑に結したもので、寒凝気滞のために脈が遅くなる。陽気が鬱するので脈は有力であり、裏証であるから沈を呈する。

(2) 陽虚（虚寒）

陽気が虚して脈気も不足するので、遅脈を呈するとともに無力である。一般には昇拳無力のために沈脈であるが、虚陽浮越を来したときには浮脈になることもある。

(3) 陽明腑実（実熱）

熱邪が燥屎とともに陽明の腑に結し、気血の流行を阻滞するために遅脈が生じる。正気が邪に抵抗するので脈は必ず有力である。

潮熱・腹満・腹痛・便秘・舌苔が黄厚・舌質

が紅などの熱証がみられるので、脈は「仮寒」であることがわかり、寒証と鑑別できる。大承気湯などで熱結を攻逐すべき状況である。

2. 緩脈（かんみやく）

脈象：一息四至（65回/分），来去怠緩
主病：湿病・脾胃虚弱

脈拍数が1分間65回ぐらいで、遅には至らないものである。

(1) 湿病

湿邪は粘滞の性質をもち気機を阻滞するので、脈がやや遅くなる。

(2) 脾胃虚弱

脾胃の運化が弱く気血が不足するので、脈気が不十分となり、やや遅くて無力を呈する。

(3) 平脈

不浮不沈でとくに症状がないのは平脈である。疾病の経過において緩脈がみられるのは正気の回復を示す。

3. 数脈（さくみやく）

脈象：一息脈来五至以上（90回/分以上）
主病：熱証

脈拍数が1分間に90回以上のもので、大多数は熱証であるが、「仮熱」のこともあるので、注意が必要である。なお、85～90回/分を「やや数」という。

(1) 実熱

熱邪が亢盛で気血の運行が加速されるために脈が速くなり、有力である。

気分熱盛では洪大となり、肝火では弦脈を呈する。