

# 目 次

|             |     |
|-------------|-----|
| 序 .....     | i   |
| 本書の内容 ..... | iii |
| まえがき .....  | v   |

## 第1部 脈理篇

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| 第1章 脈の基礎知識 .....                              | 3  |
| 第1節 平脈とは何か .....                              | 4  |
| 第2節 脈診の基礎となる脈 .....                           | 5  |
| 第3節 気血・陰陽・病邪と脈の関係 .....                       | 10 |
| 1. 気と脈の関係 .....                               | 10 |
| 気とは何か／気と脈の関係 .....                            |    |
| 2. 陽と脈の関係 .....                               | 14 |
| 陽とは何か／陽と脈の関係 .....                            |    |
| 3. 血と脈の関係 .....                               | 15 |
| 血とは何か／血と脈の関係 .....                            |    |
| 4. 陰と脈の関係 .....                               | 16 |
| 陰とは何か／陰と脈の関係 .....                            |    |
| 5. 病邪と脈の関係 .....                              | 19 |
| 病邪とは何か／病邪の性質と脈の関係 .....                       |    |
| 第2章 基本病脈 .....                                | 34 |
| 第1節 浮沈の脈理 .....                               | 34 |
| 1. 脈が浮く場合 .....                               | 34 |
| 病邪が表にある場合／陽邪が存在する場合／陰陽の制約関係<br>が失われた場合 .....  |    |
| 2. 脈が沈む場合 .....                               | 36 |
| 表邪が裏へ入る，あるいは内生病邪が存在する場合／陽の働<br>きが不十分な場合 ..... |    |

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| 第2節 長短の脈理                                                  | 38 |
| 1. 脈が長くなる場合                                                | 38 |
| 外感陽邪で推动作用が旺盛な場合／内生陽邪で推动作用が旺盛な場合                            |    |
| 2. 脈が短くなる場合                                                | 39 |
| 気の推動・温煦作用が低下している場合／血が不足している場合／病邪が推动作用を阻滞している場合             |    |
| 第3節 大小の脈理                                                  | 41 |
| 1. 脈が太くなる場合                                                | 41 |
| 推動・温煦作用を興奮させる陽邪が存在する場合                                     |    |
| 2. 脈が細くなる場合                                                | 42 |
| 推动作用が衰えている場合／陰血自身が不足している場合／気血運行を阻滞する病邪が存在する場合              |    |
| 第4節 遅数の脈理                                                  | 44 |
| 1. 脈が速くなる場合                                                | 44 |
| 外感病邪で心拍機能が亢進する場合／内生の実熱性興奮で心拍機能が亢進する場合／内生の虚熱性興奮で心拍機能が亢進する場合 |    |
| 2. 脈が遅くなる場合                                                | 46 |
| 陽気が不足して気の推動・温煦作用を鼓舞できない／寒邪が陽気の働きを圧迫する／病邪が推动作用を阻滞する         |    |
| 第5節 柔和有力の脈理                                                | 47 |
| 1. 脈が緊張する場合                                                | 48 |
| 気の疏泄作用が失調した場合／気血が脈管中に充満する場合／寒邪が存在する場合                      |    |
| 2. 脈に抵抗力がある場合                                              | 50 |
| 正気が充実している場合／陽邪で各種生理作用が亢進する場合／邪正相争がある場合                     |    |
| 3. 脈に抵抗力がない場合                                              | 52 |
| 気の推動・温煦作用が低下した場合／陰血自身が不足している場合／気血がともに不足している場合              |    |

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| 第6節 滑渋の脈理                                            | 54 |
| 1. 脈が滑らかな場合                                          | 54 |
| 推动作用が旺盛になる場合／痰飲、湿邪が存在する場合                            |    |
| 2. 脈が渋滞する場合                                          | 55 |
| 気の推动作用自身が低下している場合／病邪が推动作用を阻滞している場合                   |    |
| 第7節 停止の脈理                                            | 57 |
| 1. 脈が停止する場合                                          | 57 |
| 気の推動・温煦作用が低下した場合／各種生理作用が過亢進した場合／病邪により推动作用が極端に阻滞される場合 |    |
| 第8節 気血津液弁証から脈象を導く                                    | 58 |
| 1. 気の病証                                              | 59 |
| 気虚／気滞／気逆／気陷／気閉／気脱                                    |    |
| 2. 血の病証                                              | 65 |
| 血虚／血瘀／血熱／血寒／血滞                                       |    |
| 3. 気血の病証                                             | 68 |
| 気滞血瘀／気不統血／気随血脱／気血両虚                                  |    |
| 4. 津液の病証                                             | 70 |
| 津液不足／津液停留                                            |    |

## 第2部 脈診篇

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| 第1章 脈診の基礎                   | 75 |
| 第1節 患者の個体差                  | 76 |
| 性別／年齢／体格／精神状態／脈の位置／飲食／運動・職業 |    |
| 第2節 外部環境                    | 79 |
| 季節／地域                       |    |
| 第3節 脈診の基本的な方法               | 83 |
| 時間／姿勢／指の位置／指の操作／平息／悪い例と良い例  |    |
| 第4節 症候との関係                  | 87 |
| 脈症順逆／脈症從捨                   |    |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| <b>第2章 基本病脈の基準</b>          | 91  |
| 第1節 脈の深さを決める                | 91  |
| 基準位置を決定する／浮中沈の取り方／脈位置の補足説明／ |     |
| 浮沈判定の方法                     |     |
| 第2節 脈の長さを決める                | 95  |
| 脈の長さを決める基準／長短脈の取り方／長短判定の方法／ |     |
| 長短判定時の注意点                   |     |
| 第3節 脈の太さを決める                | 97  |
| 脈の太さを決める基準／大小脈の取り方／大小判定の方法  |     |
| 第4節 脈の速さを決める                | 99  |
| 脈の速さを決める基準／遅数脈の取り方／遅数の判定方法  |     |
| 第5節 脈の強さを決める                | 100 |
| 脈の強さの内容／緊張した脈と弛緩した脈／有力な脈と無力 |     |
| な脈／脈の硬さを決める基準／脈の軟らかさの基準／脈の有 |     |
| 力・無力の基準／脈の強さの取り方／脈の強さを判定する  |     |
| 第6節 脈の流れを決める                | 103 |
| 脈の流れ／脈の流れの内容／脈の流れを決める基準／脈の流 |     |
| れの基準／滑洪脈の取り方／滑洪の判定方法        |     |
| 第7節 停止を決める                  | 108 |
| 停止を決める基準／停止脈の取り方／停止の判定方法    |     |
| <b>第3章 脈診の進め方</b>           | 110 |
| 第1節 脈診表                     | 110 |
| 第2節 脈診表の使い方                 | 110 |
| 第3節 最後に                     | 112 |

## 第3部 病脈篇

|                   |     |
|-------------------|-----|
| <b>第1章 病脈の学び方</b> | 117 |
| 1. 28病脈           | 117 |

|            |     |
|------------|-----|
| 2. 各脈の学習内容 | 117 |
| 3. 六綱脈について | 118 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| <b>第2章 浮綱脈</b>              | 120 |
| 第1節 浮脈                      | 121 |
| 1. 脈象                       | 121 |
| 按じると弱くなる／浮脈の確定／歴代医家の浮脈      |     |
| 2. 類似脈                      | 123 |
| 3. 主病                       | 123 |
| 表証／裏虚証／浮脈と主病をつなぐ／表証の脈理／裏虚証の |     |
| 脈理                          |     |
| 4. 代表例                      | 124 |
| 表証の代表例／裏虚証の代表例              |     |
| 5. 注意点                      | 126 |
| 季節を考慮に入れる／裏証の回復             |     |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 127 |
| 第2節 芤脈                      | 127 |
| 1. 脈象                       | 127 |
| 芤脈の確定／どのようにして中空な脈と判断するのか／歴代 |     |
| 医家の芤脈                       |     |
| 2. 類似脈                      | 128 |
| 3. 主病                       | 129 |
| 失血／傷陰／芤脈の脈理                 |     |
| 4. 代表例（傷陰の代表例）              | 130 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩                | 130 |
| 第3節 洪脈                      | 131 |
| 1. 脈象                       | 131 |
| 洪脈の表現／洪脈の虚実／なぜ数脈としないのか／歴代医家 |     |
| の洪脈                         |     |
| 2. 類似脈                      | 133 |
| 3. 主病                       | 133 |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 4. 代表例                      | 134 |
| 陽熱亢盛の代表例／陰虚内熱の代表例／その他の代表例   |     |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩                | 135 |
| 第4節 革脈                      | 136 |
| 1. 脈象                       | 136 |
| 浮取で弦／中空／歴代医家の革脈             |     |
| 2. 類似脈                      | 138 |
| 3. 主病                       | 138 |
| 精血内虚／革脈の脈理                  |     |
| 4. 代表例                      | 139 |
| 虚寒証の代表例                     |     |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩                | 139 |
| 第5節 濡脈                      | 140 |
| 1. 脈象                       | 140 |
| 2. 類似脈                      | 141 |
| 3. 主病                       | 141 |
| 精血虧損／湿証／濡脈の脈理               |     |
| 4. 代表例                      | 142 |
| 5. 注意点                      | 143 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 144 |
| 第6節 散脈                      | 144 |
| 1. 脈象                       | 144 |
| 散・無根／拍動が一定しない／散脈の特徴／歴代医家の散脈 |     |
| 2. 類似脈                      | 146 |
| 3. 主病                       | 146 |
| 散脈の状況／陰陽離決／散脈の脈理            |     |
| 4. 代表例                      | 147 |
| 5. 注意点                      | 148 |
| 発汗に注意／文献中の散脈の表現に注意          |     |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 149 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 第3章 沈綱脈                    | 150 |
| 第1節 沈脈                     | 150 |
| 1. 脈象                      | 150 |
| 脈が沈むことの復習／沈脈の確定／性差／歴代医家の沈脈 |     |
| 2. 類似脈                     | 152 |
| 3. 主病                      | 152 |
| 裏証／沈脈の脈理                   |     |
| 4. 代表例                     | 153 |
| 5. 注意点                     | 155 |
| 表裏同病の沈脈／無病の沈脈              |     |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩               | 156 |
| 第2節 伏脈                     | 156 |
| 1. 脈象                      | 156 |
| 脈の位置の確認／歴代医家の伏脈            |     |
| 2. 類似脈                     | 158 |
| 3. 主病                      | 158 |
| 邪閉／熱厥証／陽衰／伏脈の脈理            |     |
| 4. 代表例                     | 159 |
| 5. 注意点                     | 160 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩               | 160 |
| 第3節 弱脈                     | 161 |
| 1. 脈象                      | 161 |
| 弱脈の確定／歴代医家の弱脈              |     |
| 2. 類似脈                     | 162 |
| 3. 主病                      | 162 |
| 4. 代表例                     | 163 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩               | 164 |
| 第4節 牢脈                     | 165 |
| 1. 脈象                      | 165 |
| 脈象の表現／歴代医家の牢脈              |     |
| 2. 類似脈                     | 166 |

|                                 |     |
|---------------------------------|-----|
| 3. 主病                           | 167 |
| 裏実証の内容／牢脈の不一致／牢脈の脈理             |     |
| 4. 代表例                          | 168 |
| 5. 注意点                          | 169 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                    | 169 |
| <b>第4章 遲綱脈</b>                  | 171 |
| 第1節 遲脈                          | 171 |
| 1. 脈象                           | 171 |
| 脈の速さをみる／歴代医家の遅脈                 |     |
| 2. 類似脈                          | 172 |
| 3. 主病                           | 173 |
| 寒証／病邪阻滯／遅脈の脈理                   |     |
| 4. 代表例                          | 173 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩                    | 175 |
| 第2節 緩脈                          | 176 |
| 1. 脈象                           | 176 |
| 正常な緩脈／病脈の緩脈／歴代医家の緩脈             |     |
| 2. 類似脈                          | 177 |
| 3. 主病                           | 177 |
| 中風／湿証／脾胃虚弱／緩脈の脈理                |     |
| 4. 代表例                          | 179 |
| 5. 注意点                          | 180 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                    | 181 |
| 第3節 洩脈                          | 181 |
| 1. 脈象                           | 181 |
| 拍動が不明瞭／「脈診表」／歴代医家の洩脈            |     |
| 2. 類似脈                          | 182 |
| 3. 主病                           | 183 |
| 血行洩滯の虚実／洩脈の虚実弁別／虚証洩脈の脈理／実証洩脈の脈理 |     |

|                             |     |
|-----------------------------|-----|
| 4. 代表例                      | 185 |
| 5. 注意点                      | 185 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 186 |
| <b>第4節 結脈</b>               | 186 |
| 1. 脈象                       | 186 |
| 停止する脈／歴代医家の結脈               |     |
| 2. 類似脈                      | 187 |
| 3. 主病                       | 188 |
| 五積とその脈理／七情鬱滯とその脈理／気血衰微とその脈理 |     |
| 4. 代表例                      | 189 |
| 5. 注意点                      | 190 |
| 病の軽重／無病の結脈                  |     |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 190 |
| <b>第5節 代脈</b>               | 191 |
| 1. 脈象                       | 191 |
| 停止時間が長い／脈拍の遅数／歴代医家の代脈       |     |
| 2. 類似脈                      | 192 |
| 3. 主病                       | 192 |
| 臓気衰微／代脈の脈理                  |     |
| 4. 代表例                      | 193 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩                | 194 |
| <b>第5章 数綱脈</b>              | 195 |
| 第1節 数脈                      | 195 |
| 1. 脈象                       | 195 |
| 2. 類似脈                      | 196 |
| 3. 主病                       | 196 |
| 4. 代表例                      | 197 |
| 5. 注意点                      | 198 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩                | 199 |
| <b>第2節 動脈</b>               | 199 |

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 1. 脈象                     | 199 |
| 豆の如く短い／歴代医家の動脈            |     |
| 2. 類似脈                    | 200 |
| 3. 主病                     | 201 |
| 4. 代表例                    | 202 |
| 5. 注意点                    | 202 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 202 |
| 第3節 促脈                    | 203 |
| 1. 脈象                     | 203 |
| 脈の速さ／歴代医家の促脈              |     |
| 2. 類似脈                    | 203 |
| 3. 主病                     | 204 |
| 4. 代表例                    | 205 |
| 5. 注意点                    | 205 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 205 |
| <b>第6章 虚綱脈</b>            | 207 |
| 第1節 虚脈                    | 208 |
| 1. 脈象                     | 208 |
| 浮・中・沈いずれも無力／虚脈の脈象／歴代医家の虚脈 |     |
| 2. 類似脈                    | 209 |
| 3. 主病                     | 209 |
| 4. 代表例                    | 210 |
| 5. 注意点                    | 210 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 211 |
| 第2節 短脈                    | 211 |
| 1. 脈象                     | 211 |
| 短脈の決め方／歴代医家の短脈            |     |
| 2. 類似脈                    | 212 |
| 3. 主病                     | 212 |
| 4. 代表例                    | 214 |

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 5. 注意点                    | 214 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 214 |
| 第3節 細脈                    | 215 |
| 1. 脈象                     | 215 |
| はっきりと指に応じる／歴代医家の細脈        |     |
| 2. 類似脈                    | 216 |
| 3. 主病                     | 216 |
| 気血両虚・陰血不足・精血不足の場合／病邪阻滯の場合 |     |
| 4. 代表例                    | 217 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩              | 218 |
| 第4節 微脈                    | 218 |
| 1. 脈象                     | 218 |
| 細脈と微脈の区別／脈の位置／歴代医家の微脈     |     |
| 2. 類似脈                    | 220 |
| 3. 主病                     | 220 |
| 4. 代表例                    | 220 |
| 5. 注意点                    | 221 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 222 |
| <b>第7章 実綱脈</b>            | 223 |
| 第1節 実脈                    | 224 |
| 1. 脈象                     | 224 |
| 実脈の脈象／歴代医家の実脈             |     |
| 2. 類似脈                    | 225 |
| 3. 主病                     | 226 |
| 4. 代表例                    | 226 |
| 5. 注意点                    | 227 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩              | 227 |
| 第2節 長脈                    | 227 |
| 1. 脈象                     | 227 |
| 無病脈と病脈の鑑別／歴代医家の長脈         |     |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 2. 類似脈                  | 229 |
| 3. 主病                   | 229 |
| 具体的には／長脈の脈理             |     |
| 4. 代表例                  | 229 |
| 5. 注意点                  | 230 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩            | 230 |
| 第3節 弦脈                  | 230 |
| 1. 脈象                   | 230 |
| 脈象／歴代医家の弦脈              |     |
| 2. 類似脈                  | 231 |
| 3. 主病                   | 232 |
| 正常な弦脈／肝胆病／疏泄失調の脈理／弦脈の脈理 |     |
| 4. 代表例                  | 233 |
| 5. 注意点                  | 234 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩            | 235 |
| 第4節 緊脈                  | 235 |
| 1. 脈象                   | 235 |
| 脈象／歴代医家の緊脈              |     |
| 2. 類似脈                  | 236 |
| 3. 主病                   | 237 |
| 4. 代表例                  | 237 |
| 5. 注意点                  | 238 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩            | 238 |
| 第5節 滑脈                  | 239 |
| 1. 脈象                   | 239 |
| 2. 類似脈                  | 240 |
| 3. 主病                   | 240 |
| 4. 代表例                  | 241 |
| 5. 『瀕湖脈学』主病詩            | 242 |
| 第6節 大脈                  | 243 |
| 1. 脈象                   | 243 |

|              |     |
|--------------|-----|
| 脈が太い／歴代医家の大脈 |     |
| 2. 類似脈       | 243 |
| 3. 主病        | 243 |
| 4. 代表例       | 244 |
| 5. 注意点       | 245 |
| 6. 『瀕湖脈学』主病詩 | 245 |

### [付録篇] 脈診の臨床実践の例「相兼脈」

|            |     |
|------------|-----|
| 1. 病脈の復習   | 247 |
| 【1】浮綱脈の6脈  | 247 |
| 【2】沈綱脈の4脈  | 248 |
| 【3】遲綱脈の5脈  | 248 |
| 【4】数綱脈の3脈  | 248 |
| 【5】虚綱脈の4脈  | 249 |
| 【6】実綱脈の6脈  | 249 |
| 2. 外邪による場合 | 250 |
| 【1】風寒邪     | 250 |
| 【2】湿邪      | 250 |
| 【3】熱邪      | 251 |
| 3. 臟腑弁証    | 251 |
| 【1】心肝火旺    | 251 |
| 【2】肝陽上亢    | 251 |
| 【3】肝腎陰虚    | 252 |
| 【4】肝鬱脾虚    | 252 |

|      |     |
|------|-----|
| 索引   | 255 |
| あとがき | 269 |