**中医基础理论要点**

# 藏象

## 基本概念

藏是以五脏为中心的五个生理功能系统，象则是外在的现象和比象。

## 藏象学说特点

### 五脏系统功能观

### 五脏阴阳时空观

## 脏腑分类及各自功能特点

### 分类

依据形态结构与生理功能特点，将内脏分为脏、腑和奇恒之腑三类。

五脏：肝、心、脾、肺、肾（心包络）

六腑：胆、小肠、胃、大肠、膀胱、三焦

奇恒之腑：脑、髓、骨、脉、胆、女子胞

### 功能特点

五脏内部组织相对充实，生理功能是化生和贮藏精气，**藏精气而不泻，满而不能实**

六腑多呈中空，生理功能是受盛和传化水谷，**传化物而不藏，实而不能满**

奇恒之腑功能上贮藏精气与五脏相似，形态上中空与六腑相似，似脏非腑

### 临床意义

病机上脏病多虚，腑病多实。治疗上五脏宜补，六腑宜泻。脏实都泻其腑，腑虚补实其脏

# 五脏

## 心：

五行属火，为阳中之太阳。心藏神，在志为喜，在体合脉，其华在面，在窍为舌，在液为汗，与小肠相表里。为君主之官

心主血脉：心气推动血液运行于脉中，流注全身，循环不休，发挥营养作用

心主神明：心具有主宰五脏六腑、形体官窍等生命活动和意识、思维等精神活动功能

## 肺：

五行属金，为阳中之少阴。肺藏魄，在志为悲，在体合毛，其华在毛，在窍为鼻，在液为涕，与大肠相表里。相傅之官，肺主治节。

肺为华盖，居高位主行水，为水之上源。易受外感六淫

### 肺气宣发

一是呼出体内浊气，二是将脾输至肺的水谷精微和津液上输头面诸窍，外达皮毛肌腠，三是卫气于皮毛，把腠理司开阖，并将津液化为汗液排出体外。

### 肺气肃降

清肃与下降的运动形式。一是吸入自然界清气，下纳于肾以资元气。二是将脾输至肺的水谷精微和津液向内向下布散，下输于肾成为尿液生成之源。三是肃清肺和呼吸道内的异物，保持呼吸道的洁净。

肺阴主凉润、肃降，肺阳主温煦、宣发。

**肺喜润而恶燥，燥易伤肺。**

### 肺主气司呼吸

肺主呼吸之气。诸气者，皆属于肺。吸入自然界清气，呼出体内浊气。肺气肃降，吸入清气。肺气宣发，呼出浊气。气机失常，则胸闷、咳嗽、气喘等。

肺主一身之气的生成和运行。肺者，气之本。元、宗、营、卫气等都要通过肺吸入

### 肺主调通水道

肺为水之上源。“饮入入胃，游溢精气，上输入于脾，脾气散精，上归于肺，调通水道，下输于膀胱”，对体内水液输布、运行和排泄有疏通和调节作用。肺气宣发，向上向外散布。肺气肃降，向下向内。

### 肺朝百脉

全身的血液都要通过经脉而会聚于肺，经肺的呼吸进行气体交换，而后输布全身。血液运行，依赖于肺气助心行血的作用。心气不足，心血运行不畅，也会影响肺气宣降功能。

### 肺主治节

1. 治理调**节**呼吸运动，2、调节全身气机，3调节**血液**运行，4、调节**津液**的代谢

## 脾：

五行属土，为阴中之至阴。脾藏意，在志为思，在形体为四肢和肌肉，其华在唇，在窍为口，在液为涎，与长夏之气相通。后天之本，气血生化之源。

### 生理特性

1. 脾气宜升，脾主升清。将胃肠吸收的水谷精微上输于心、肺、头面，通过心、肺的作用化生气血营养全身。脾气升清与胃气降浊相对。苦脾气虚弱不能升清，浊气赤不得下降，则上不得精微之滋养而见头晕目眩、精神疲惫，中有浊气停滞而腹胀满闷，下有精微下流则泄泻。
2. 升举内脏。脾气上升能维持内脏位置的相对恒定。
3. **脾喜燥恶湿**。脾气健运，水液运化正常则无痰饮水湿停聚

### 脾主运化

运化水谷和水饮两部分内容。指脾具有将水谷化为精微，吸收并输布全身的生理功能。是整个饮食代谢过程的中心环节。小肠中的食物，在脾气作用下进一步消化吸收，分为清浊两部分。清者在脾的作用下输送全身，分为气、血、精、液，养全身。脾能将水饮化为津液，吸收并转输到全身。

### 脾主统血

脾气有统摄血液运行于脉中，不使其逸于脉外的作用。是气的固摄作用的体现

### 脾应长夏与脾应四时

脾属土，与长夏相通应，即夏至-处暑之间。气候炎热，雨水较多，湿热互结，脾弱者此时易为湿伤。脾属土，居中央，主四时，以四季之末各十八日统领肝、心、肺、肾四脏，表明上时之中皆有土气，故脾不独主某一时令。

## 肝

肝者，将军之官，谋虑出焉。在五行中属木，阴中之少阳。肝主疏泄而藏血，调和气血。

肝藏魂，在志为怒，在体合筋，其华在爪，在窍为目，在液为泪，与春气相通应

### 肝主疏泄

肝具有维持全身气机疏通畅达，通而不滞，散而不郁的生理功能，其中心环节是调畅气机。疏泄作用失常，表现有三：1、肝气郁结，情志抑郁。2、肝气亢逆，疏泄太过而急燥易怒。3、肝气虚弱，疏泄不及，因虚弱而郁滞。

疏泄功能对情志活动发挥调节作用，反过来情志异常会影响肝气疏泄进而造成郁结。

肝气疏泄，促进和协调脾胃之气的升降运动，疏泄异常既可影响脾气升清，也可致胃失通降、胃气上逆。称之为“肝脾不和”或“肝胃不和”，五行为“木乘土”。

促进胆汁泌泄，胆汁的分泌和排泄是在肝气的疏泄作用下完成的。肝气郁结可能会导致胆汁郁积，形成结石，而疏泄太过可致胆汁上逆出现口苦等。

调畅血液的正常运行。肝气郁结会血行不畅，肝气上逆则血随气逆，血不循经。

肝气疏泄，气机通畅则津液输布正常。

### 肝主藏血

**贮藏血液、调节血量和防止出血**的功能。肝有“血海”之称，肝血可濡养全身形体官窍，筋、爪、目等。血不荣则肢体麻木、筋脉拘挛、肌肉颤抖。冲脉起于胞中而通于肝，肝血充足则流流冲脉则月经按时来潮，故以肝血为经血之源。

调节血量，有充足的血液贮备，才能有效进行调节。

防止出血，肝为藏血之脏，具有收摄血液、防止出血的功能（功能牵强）

### 生理特性

肝主升发，指肝气向上升动、向外发散，生机不息之性。肝阴不足会升发太过会肝火上炎。肝阳不足升发不足，见肝脉寒滞。

肝喜条达而恶抑郁，肝属木，肝气以疏通、畅达为顺，不宜抑制、郁结。

肝为刚脏，肝气升动太过，易于上亢、逆变。临床上肝病多见阳亢、火旺、热极、阴虚而致肝气升动太过。**肝体阴而用阳**，以血为体，血属阴。肝主疏泄，以气为用，气属阳。

## 肾

肾五行属水，为先天之本。肾藏志，在志为恐，在体合骨，其华在发，在窍为耳和二阴，在液为唾，与冬气相通应。肾喜润而恶燥

### 肾主藏精

肾贮存、封藏精气以主司人体生长发育、生殖的生理功能。精气的构成，以先天之精为基础，以后天之精为补充。一、肾主生长发育与生殖。二、肾为脏腑之本。肾气由肾精所化，分为肾阴和肾阳。

肾阴具有滋润和濡养作用，肾阳具有推动、温煦和振奋作用。肾阳为脏腑阳气之本，温煦全身脏腑形体官窍。肾阳虚衰，脏腑功能减退会出现精神不振、腰膝酸软、畏寒肢冷等病证。肾阴为脏腑阴液之本，宁静和抑制脏腑各种功能，肾阴不足，抑制、滋润作用减退，会出现五心烦燥、潮热盗汗、口干形瘦等虚热病证。

**临床意义：由于肾阴和肾阳是各肮脏阴阳之本**，肾的阴阳失调时，会导致其它各脏阴阳失调。肝失肾阴滋养为“水不涵木”，表现肝阳上亢或肝风内动。心失肾阴上承为心火上炎或心肾阴虚。肺失养则咽燥、干咳等肺肾阴虚证。脾失肾阳温煦则五更泄泻、下利清谷等肾阳虚之证。心失温煦则心悸、脉迟、肢冷等心肾阳虚。

1. 肾主生髓化血。精能生髓，精髓化生血液，是血液生成的另一种方式。

### 肾主水

肾具有主持和调节人体水液代谢的功能。肾的蒸腾气化及温煦作用，能调节津液代谢相关脏腑功能。津液代谢过程中，输布于全身的津液，通过三焦水道下输于膀胱，在肾气的气化作用下，清者上输于肺重新参与代谢，浊者生成尿液

### 肾主纳气

肾具有摄纳肺吸入的清气而维持正常呼吸的功能。肾气摄纳肺所吸入的清气，保持吸气的深度，防止呼吸表浅。吸气依赖肺气肃降，但要维持一定的深度，还要依赖于肾气的摄纳潜藏

### 系统联系

**肾在体合骨，荣齿，其华在发**。

肾具有生髓而充养骨骼的功能。肾精充足则骨骼发育坚固有力。肾精不足，骨髓生化无源，则可出现小儿囟门迟闭、骨软无力，老年人则易于骨折。

齿为骨之延续，赤由肾中精气充养。小儿齿迟，成人牙齿松动或过早脱落，多于肾精不足有关。发之色泽荣枯是肾脏功能的反映

**肾在窍为耳及二阴**

肾精濡养于耳而维持听觉功能。前阴的排尿和生殖功能为肾所主

## 各脏腑之间关系

对五脏之间关系的理解，应注重五脏生理功能之间的相互资生、相互制约及相互协调，以及五脏在调节精神、气血及津液等方面的相互关系。

心与肾五行为火与水的关系。心火下降、以资肾阳，使肾水不寒。肾水上济，以滋心阴制约心阳。两者阴阳水火升降互济，称为心肾相交。失常则为“心肾不交”，表现上实下虚

# 六腑

六腑，是胆、胃、小肠、大肠、膀胱、三焦的合称。功能是受盛和传化水谷，生理特点是“泻而不藏，实而不能满”。

## 胆

胆具有贮藏和排泄胆汁的生理功能，胆汁参与食物的消化和吸收，依赖于肝的疏泄功能。

胆者，中正之官，决断出焉，胆有“中精之腑”之称。胆形态中空，类似六腑，其内盛藏胆汁又与五脏功能类似，所以称为**奇恒之腑**。

## 胃

上接食管，下通小肠，与脾以膜相连。生理功能是主受纳和腐熟水谷。

受纳是接受和容纳之意，胃为水谷气血之海。而腐熟，是饮食经过胃的初步消化，形成食糜的过程。这个过程必须与脾气运化相配合，脾胃合称后天之本，气血生化之源。

### 生理特性

#### 胃主通降

胃气具有向下运动以维持胃肠道通畅的生理特性。胃气不降会出现纳呆脘闷、胀疼、大便秘结等症状。胃气反逆会恶心、呕吐。脾胃并居于人体之中央，为脏腑气机升降的枢纽。脾气升则肝肾之气皆升，胃气降则心肺之气皆降。

#### 胃喜润恶燥

胃依赖阴液以维持其正常的生理功能，燥热之害易伤胃阴。所以使用苦寒泻下之剂，应中病即止

## 小肠

位于腹中，上端于胃的幽门相接，下端与大肠的阑门相连。

### 主受盛化物

小肠具有接受容纳胃腐熟之食糜，并进一步消化的功能。

### 主泌别清浊

小肠对食糜作进一步消化，并将其分为清浊两部分的生理功能。清者经脾气传输全身，浊者是食物残渣和水液，残渣传送到大肠形成粪便，水液经三焦到膀胱形成尿液。尿少而便溏时，采用“利小便而实大便”的方法治疗泄泻

### 主液

小肠在吸收谷精的同时，吸收大量津液的生理功能。

## 大肠

大肠位于腹腔之中，其上口在阑尾处与小肠相接，其下端连接肛门。

### 主传导糟粕

大肠为传导之官，接收小肠传递的食物残渣，吸收水分形成粪便，经肛门排泄。苦湿热蕴结大肠，会出现腹痛、里急后重、下痢脓血等。

其传导作用，还有胃气通降、肺气肃降、脾的运化及肾的推动作用有关。肺与大肠相表里肺气肃降有助于糟粕的排泄。

### 主津

从食物残渣中吸收水分，参与体内津液的代谢。吸收不好会肠鸣、腹泄，而大肠实热伤津则会秘结不通。

## 膀胱

与肾相连，下有尿道，开口于前阴。主贮藏和排泄尿液，膀胱者，州都之官，津液藏焉。

膀胱中尿液的排泄，由肾气及膀胱的气化作用调节。

## 三焦

属六腑之一，有名而无形

### 六腑之三焦

脏腑之中，三焦最大。生理功能是运行津液和通行元气**。**

#### 运行津液

三焦者，决渎之官，水道出焉。

三焦是全身津液上下输布运行的通道**，**具有疏通水道、运行津液的作用**。**

#### 通行元气

三焦者，元气之别使。三焦是一身之气上下运行的通道

### 部位之三焦

#### 上焦

横膈以上的部位，包括心、肺两脏以及头面部。**上焦如雾**，宣发卫气、输制水谷精微、血和津液。

#### 中焦

横膈以下、脐以上的部位，包括胃、小肠、肝、胆等脏腑。**中焦如沤**，中焦负责消化饮食物。

#### 下焦

脐以下部位，包括肾、大肠、膀胱、子宫、精室等。**下焦如渎，**下焦负责排泄二便。

# 奇恒之腑

奇恒之腑是脑、髓、骨、脉、胆、女子胞的总称。形态中空似腑，功能似藏，藏精气而不泻。

## 脑

脑为髓海，诸髓者皆属于脑。主宰生命活动、精神活动和主感觉运动。

## 髓

是骨腔中䯧脂状的精微物质。充养脑髓、滋养骨骼和化生血液

## 女子胞

主月经产生和孕育胎儿。

天癸，是肾精和肾气充盈到一定程度体内产生的一种精微物质，对生殖起促进作用。女子胞与冲、任、督、带及十二经脉均有密切关系。女子以血为本，经水为血液所化，月经的排泄、胎儿的孕育均领带于血液，进而于心、肝、脾关系密切。

# 精

## 基本概念

广义之精包括气、血、精液等人体一切精微物质。狭义之精专指生殖之精。精是构成和维持人体生命活动的最基本物质，是人体生命的本原。贮藏于脏腑、形体和官窍之中。

## 生成、贮藏和输泄

### 生成

来自于父母的先天之精及清气和水谷转换的后天之精，以先天之精为本，依赖后天之精生长发育。

### 贮藏和输泄

藏于脏腑身形中，而输泄有两种方式：一是分藏于各脏腑，濡养脏腑。二是生殖之精的施泄繁衍生命。生天之精由脾肺等转输到各脏腑，成为脏腑之精

## 精的功能作用

繁衍生命，生长发育，濡养脏腑、形体和官窍，化生气血。精能化血是血生成来源之一。

# 气★

## 基本概念

构成和维持人体生命活动的基本物质。

## 生成

先天之气来源于父母，由先天之精化生，是生命活动的原动力。而后天之气，由水谷精气和自然界清气结合而成。

气的生成依赖于全身各脏腑的综合作用。肾为生气之根，脾胃为生成之源，肺为生气之主。

## 运动和变化

人体之气是运动不息的。气的运动称为气机，一般分为升、降、出、入四种基本形式。升与降、出与入是对立统一的矛盾运动，体现了脏腑功能之间的协调平衡。

心肺在上，其气宜降。肝肾在下，其气宜升。而脾胃居中土，脾升而胃降，协调四脏之气的升降运动，为气机升降之枢纽。

气化指气的运动所产生的各种变化 。

## 功能

### 推动作用

激发人体的生长发育、各脏腑经络的生理功能，促进精、血、液的生成和运行，兴奋神精活动。

### 温煦作用

温煦全身脏腑、经络、官窍等，得温而行，得寒而凝。

### 防御作用

卫气护肌肤，抗御外邪的作用。正气存内，邪不可干

### 固摄作用

对液态物质的固护、统摄和控制。如固摄血液、汗液、尿液等

### 中介作用

气感应到传导信息，以维系机体整体联系的作用。

## 分类

### 元气

以先天精气为基础，赖后天精气充养，而根源于肾的气。由肾中先天之精化生，根于命门，通过三焦系统流行于全身。推动和激发人体生长发育和生殖功能，调节各脏腑、经络、官窍等的生理活动。

### 宗气

由呼吸清气与水谷精气所化生而聚于胸中之气。**行呼吸、行气血、资先天**。

宗气上走气道，推动肺的呼吸。凡呼吸、语言、发声皆与宗气有关。

宗气贯注于心脉，推动心脏血液运行。沿三焦向下运行，能资助先天元气

### 营气

由饮食水谷所化生的精气，行于脉中，具有**化生血液、营养周身**的功能。因其富于营养称为营气，行于脉中，是血液的重要组成部分，多“营血”并称。

营气属阴，卫气属阳，又有营阴和卫阳之称

### 卫气

由饮食水谷所化生的悍气，行于脉外，具有温煦皮肤、腠理、肌肉，司汗孔开合与**护卫肌表**，抗御外邪的功能，所以称为卫气。

卫气来源于脾胃运化的水谷精微，行于脉外，不受脉道约束，布散全身。

**防御外邪**，布于肌表，使外邪不能侵入机体。

**温养全身**，布散全身，发挥其温养作用维持各脏腑肌肤的生理活动。

**调节腠理**，司汗孔开合，调节汗液的排泄来维持体温的相对恒定。

# 血

## 概念和来源

血液，行于脉中，循环流注于全身，具有营养和滋润作用的红色液态物质。

水谷精微和肾精是血液化生的物质基础，在各脏腑共同作用下化生为血液。

其中脾胃为血液化生之源，脾胃运化生成的精微物质是血液的主要构成成分。肾藏精，精生血，肾精充足则化生有源。

## 影响因素

血循环行于脉中，其运行有赖于气的推动、温煦和固摄作用。

心主血脉，心气是推动血液运行的动力。肺朝百脉，主治节能助心行血。肝藏血，主疏泄，调畅气机也是保证血行正常的重要环节。脾主统血，脾气健旺则能固摄血液在脉中运行。

## 功能

濡养作用，血具有营养和滋润全身的生理功能。化神作用，血是机体精神活动的主要物质基础。血液充足则精神充沛。

# 津液

津液包括津和液，是人体一切正常水液的总称。质地较清稀，流动性较大，布散于体表、肌肉和孔窍起滋润作用的称为津。质地较浓稠，流动性小，灌注于骨节、脏腑、脑、髓等，称为液。两个同源于饮食水谷，可相互补充，所以津液常并称。

津液来源于饮食水谷，在脾胃的运化及有关脏腑的共同参与下生成。胃受纳腐熟，吸收水分，小肠主液，大肠主津。

津液的输布主要依靠脾、肺、肾、肝和三焦等脏腑生理功能的协调配合来完成。

脾将津液上输于肺，通过肺气宣发和肃降使津液输布全身。也可直接将津液向四周布散全身。肺气宣发肃降调通水道，肾主水，见相应功能。肝主疏泄调畅气机以行水，三焦系统本身通利水道。

而津液的排泄主要通过尿液和汗液来完成，而尿液又是最主要的途径，所以肾的生理功能在津液中最为重要。

汗液的排泄，肺气宣发，将津液外输于体表皮毛，化为汗液由汗孔排出体外。粪便的排泄也可以带走少量津液

# 气血津液之间关系

## 气与血的关系

气属阳，无形而主动，具有温煦、推动、固摄和气化作用。血属阴，有形而主静，具有滋润和濡养等作用。气为血之帅，血为气之母

### 气为血之帅

**气能生血**，气参与并为促进血液的生成。**气能行血**，气行则血行，血液必须依赖气的推动才能运行不息。**气能摄血**，使血液在脉中正常循行还不逸出。

### 血为气之母

血为气的物质基础，并作为气的运行载体。

**血能养气**，血对气具有化生作用。**血能载气**，气存在于血中，依附于血液而不致散失，赖血之运载而布于周身。