

望面部五色可辨病症性质



在日常生活中,人们常常通过看面色判断身体状态。比如见到自己的朋友身体很棒,常常会形容其面色红润有光泽;看到某位朋友面色苍白,常常会问他“是否身体欠佳”等等。望面色是望诊的重要内容之一,是中医师诊察病情的重要方法,具有重要的临床意义。

说到望面色,大家可能会想到历史上著名的“扁鹊见蔡桓公”的故事。扁鹊三见蔡桓公,每见一次都说他身体有病,不治将更加严重,而蔡桓公却不以为然。在第三次扁鹊见到他时,转身就跑,而没过几天蔡桓公就病死了。这则故事一方面说明蔡桓公讳疾忌医,错过了最佳的治疗时机,最终丧命;另一方面也让人赞叹扁鹊诊断技术的高超,仅凭望诊,就能够知晓患者疾病的部位及严重程度。在中医“望、闻、问、切”四诊中,望诊排在首位。中医经典《难经》中对望诊有高度的评价,称“望而知之谓之神”。

面部色泽有助疾病判断

望面色包括望面部颜色和光泽两方面内容。面部颜色可体现人体血色是否正常,光泽可反映精气是否充沛。望面部色泽之所以能够判断疾病,是因为人体面部的血管十分丰富,体内气血充盛或衰弱,容易通过面部色泽变化显现出来。如面色红润有光泽多数是气血充盛;面色淡白无华多

与气血不足有关;面色口唇干红则是内热的表现;午后或晚上两颧潮红则是阴虚火旺的表现……按照中医传统理论,各脏腑在面部有相应的反应区,面部色泽浮沉及局部色泽的变化,不仅能区分病变部位的表里,而且能审查病变所在的脏腑。

一般认为,左脸颊属肝,右脸颊属肺,额

头部属心,鼻尖属脾,下颌部属肾。具体怎么运用呢?举例说明:根据青春痘出现在脸部的不同部位,可推断出相应的脏腑病变。如青春痘长在额头部,多属心火上炎;长在鼻尖部多为脾胃蕴热;而长在脸颊两侧的则多属肺热或肝胆火旺;长在下颌部则属于肾阴亏虚,或下焦湿热等。

指甲上的“记号”会透露健康状态

指甲就像身体的显微镜,身体健康不健康,常常就会在指甲上留下“记号”。

健康的指甲,红润、坚韧而呈现弧形,平滑而有光泽,指甲根部的甲半月呈灰白色。根据指甲颜色、形态的变化,可透露许多疾病的征兆。以形状而言,指甲中央膨出,指端末梢膨大如鼓槌,称为杵状甲,是心血管疾病、肺气肿、先天性心脏病、动脉剥离等疾病的标志。

指甲中央向下凹陷呈汤匙状的指甲,通常有缺铁性贫血,或是有甲状腺异常等疾病。至于指甲下弯如钩而指甲背弓起的人,心脏功能多半不太好,应到心脏科检查。指甲扁平,表示消化系统的功能较差,易患消化不良或慢性胃炎。

指甲颜色的改变也反映身体健康。指甲中间出现一条黑线,很多人会以为是外伤或是细菌感染;其实有可能是黑色素瘤,不能轻忽。若发现此黑线有加深、往外晕开的情形,赶快找皮肤科医师检查。

对中医而言,指甲为“爪甲”,和“肝血”的健康有关,如果肝血的丰润度够,指甲就会平滑、健康;反之,指甲会有斑点、绉摺、波浪或是变形、变色的现象。这里所讲的肝血跟西医里的“肝”不同,是指气血的循环,循环不佳会影响内分泌系统及消化系统。

值得注意的是,当指甲严重变薄而脆,甚至会痛时,常是气血不足,或有其他慢性消耗性疾病。有些先天不足或中医所谓肾气不足的人,指甲也会较软,而且合并有耳鸣、腰痛、记忆力减退、掉发等情形。指甲严重变厚、枯萎无泽而脆弱,常见于老年人、甲癣、类风湿、骨质疏松及营养不良者。

当然,指甲的质地非一成不变,指甲会随着身体气血循环及个性体质的改变而产生变化。

据新华网

常色和病色的区分

说起健康的面色,人们总会想到“白里透红”这个词,可亚洲人都是黄皮肤,那健康的脸色到底是什么样的呢?要知道答案,首先我们要了解面色可分为常色和病色这两大类。

所谓常色是指健康人的皮肤色泽,特点为红黄隐隐,明润含蓄,就是明亮润泽,红黄之色隐藏于皮肤之内,不特别显露于外,这是精神充沛,气血津液充足,脏腑功

能正常的表现。

常色又有主色和客色之分。主色就是人与生俱来的基本面色,有些人肤色偏黑一些,有些人偏白一些,一生中相对稳定基本不变。客色就如同客人一样,作客一段时间就会离开,也就是说面色除了主色外,还会因季节、气候、情绪等因素的变化而发生变化,比如春天面色稍青,夏天面色稍红,秋天面色稍白,

冬天面色稍黑;白天面色红润些,夜晚面色暗淡些;开心时面色红润,发怒时面色青黑,悲伤时面色少泽,恐惧时面色苍白。但不论面现何色,只要具备明润含蓄的特点,这些都属于正常的生理变异范畴。

病色是指人在疾病状态下面部的异常色泽,其特点是晦暗枯槁。面部病色的显露程度反映为光泽的有无,及受疾病轻重的影响。

由面部五色分辨病症性质

面部病色可分为青、赤、黄、白、黑五种,分别提示不同脏腑和不同性质的疾病,称为五色主病。当然,五色主病的五色,不是大红大黑的绝对色,而是以肤色为基色,相对偏向于青色、红色、黄色、白色和黑色的相对色,是人体内脏腑经络气血在不同状态下变化的外在表现。

青 色

面部青色明显,多认为与寒证、痛证、气滞、血瘀和惊风有关。当患者面色发青,伴有畏寒肢冷等症状时,这是人体感受寒邪,血行不畅,出现瘀血,瘀色外露于面所致,此时当服用如干姜、肉桂等药物温阳散寒,或者选取肾俞穴、腰阳关穴、命门穴等进行艾灸;当患者面色发青,伴有情志不舒,两侧胁肋胀痛,这是由于肝气郁滞,血行不畅所致,此时可服用柴胡疏肝丸、逍遥丸等疏肝解郁的中成药;当患者面色青灰,伴有口唇青紫,心胸闷痛,这多属于心绞痛,多因瘀血内阻,痹阻心脉,心脉不通而成,可服用麝香保心丸、丹参滴丸等活血化瘀的药物并及时就医;当小儿出现眉间、鼻柱、嘴唇周围颜色发青,同时伴有高热,多属惊风或惊风先兆,可服用安宫牛黄丸、羚羊角粉来息风定惊。

赤 色

面部出现赤色,一般认为与热证有关,不过这种热有虚实之分。当出现满面

通红,伴随有高热、口渴、大汗出等症状时,多为实热证,可服用白虎汤、白虎加人参汤,如在夏季还可以多食西瓜以清热生津;当出现两颧潮红,伴有手脚心热,夜间睡眠时出汗,心情烦躁多为阴虚内热,可服用百合、玉竹、石斛、麦冬等滋阴的药物;当一位久病重症患者,原本面色晦暗,突然两颧泛红,就像化过妆一样,这是虚阳外浮的表现,属于病情危重之象,此时需立即治疗。

黄 色

亚洲人肤色普遍较欧美人士偏黄,但面色过黄,且不明润多与脾虚有湿相关。若患者面色黄,脸色发枯,没有光泽,身体消瘦,这属于“萎黄”,多为脾胃虚弱,气血不足所致,可服用党参、白术、熟地、当归等健脾养血的药物;若患者面色黄,而人体虚胖,这属于“黄胖”,多为脾气亏虚,湿邪内停所致,可服用薏苡仁、茯苓等健脾利湿的药物,配合针灸足三里、丰隆等穴位;如果患者出现“三黄”即目黄、身黄、小便黄,这是“黄疸”的表现,其中黄色鲜明如同橘子皮的颜色称为“阳黄”,多为湿热内蕴的表现,可以服用茵陈、虎杖、金钱草等清热利湿退黄的药物;黄色晦暗如同烟熏色的称为“阴黄”,多属寒湿内困,此时可以服用茵陈、附子、干姜、白术等药物,以温化寒湿退黄。

白 色

面色发白多与身体虚弱、大失血或受严

寒侵袭有关。若面色淡白无华,这属于气血亏虚,可服用党参、黄芪、龙眼肉、大枣等补益气血的药物;若面色苍白,伴有身体剧烈疼痛,此为实寒证,可服用党参、干姜、肉桂等以温中散寒。

黑 色

面色发黑,使人首先想到的是肾虚,因“肾主水”,水色上泛至面部,则显色黑;再者与血瘀有关,血液运行受阻,长久聚在某处,显于面部则晦暗。此外还与寒凝有关,因为“血得温则行,得寒则凝”,寒邪闭阻经脉,血液运行不畅,同样显于面部也呈黑色。

肾虚引起的,还会伴有腰膝酸冷、阳痿或不孕,多属肾阳虚,可服用金匮肾气丸、右归丸温补肾阳;若伴有腰膝酸软,手足心热,耳鸣,遗精,多属肾阴虚,可服用六味地黄丸滋补肾阴。血瘀导致的,还会伴有疼痛且于夜里加重,皮肤粗糙等,可服用当归、川芎等活血化瘀的药物。若寒凝经脉导致的,则可以服用理中丸温阳散寒。

面色不仅反映人的身体健康程度,还反映其精神状态。面色红润会让人觉得精力充沛,快乐开朗;而面色苍白,会让人觉得没有干劲和斗志。

总之,面色变化常常在身体状态异常的早期表现出来,在日常生活中运用中医望面色的基本方法,可以及时了解机体的健康状况,同时也为防治疾病起到积极的作用。

(文中所出现的方药请在医师指导下服用)
据中医中药网