

# 第二天培训学习资料

## 一、健康脉象

也叫致中和脉象，经络柱状图不出现红色也不出现黄色

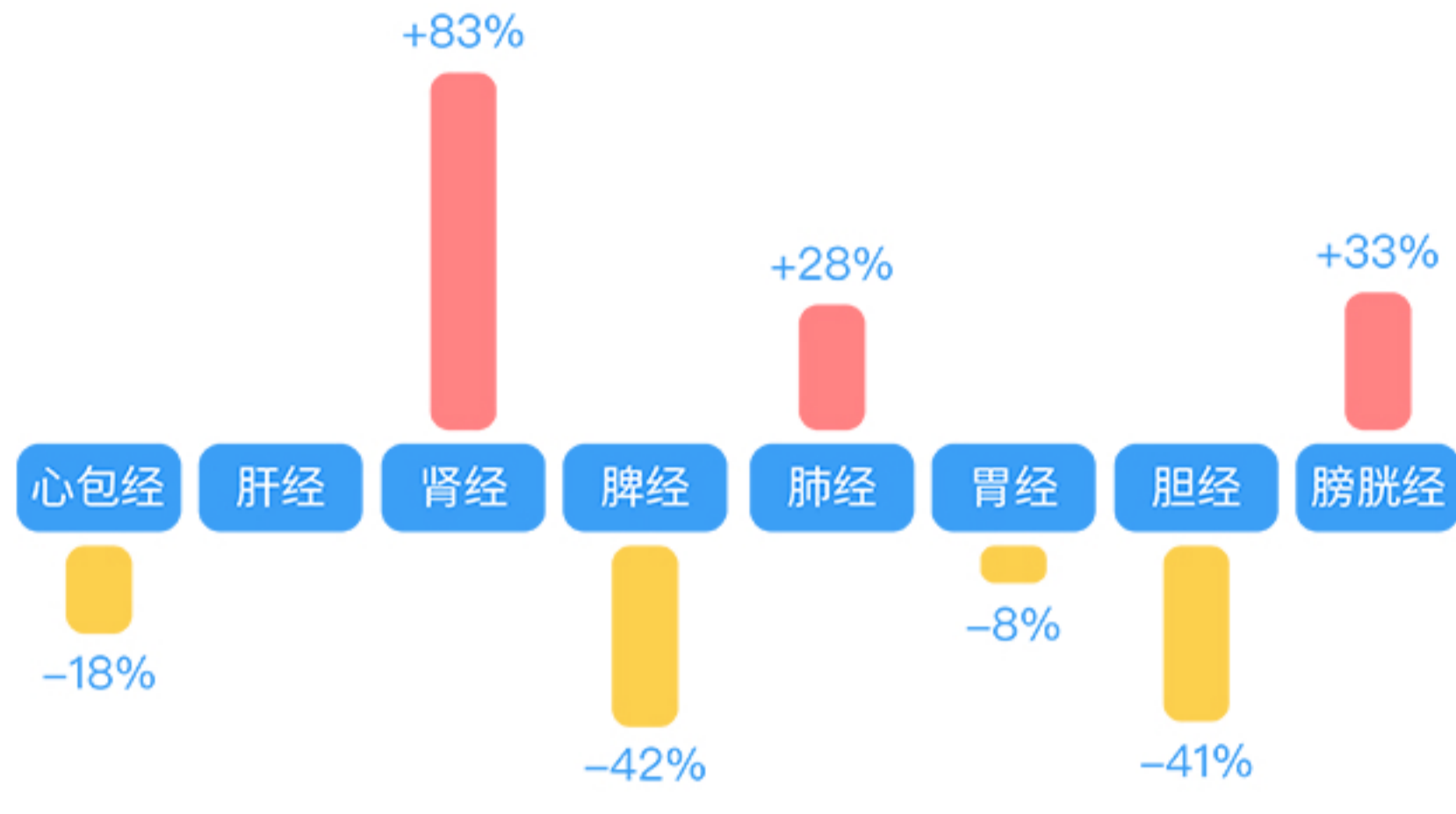
例如：



## 二、应激态

(所有的诊脉结果都必须先排除应激态，如果是应激态脉象不做体质、脏腑、疾病风险等判断，等身体平复到非应激态脉象再测量)

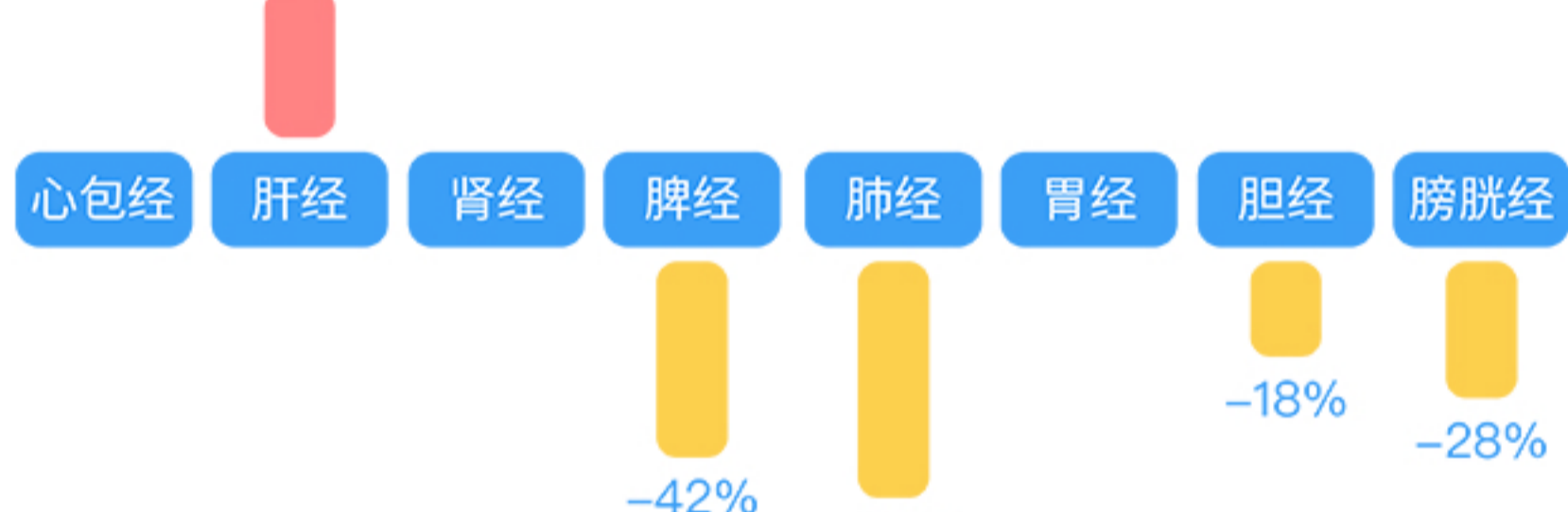
例如：



1. 典型特征：  
肺经  $\geq 0$ ，肾经、膀胱经红色升高，脾经、胆经黄色下降  
简单观看三高两低交错出现
2. 应激态包含：  
喝酒、运动、女性特殊时期（生理期、排卵期、怀孕）、病毒感染（感冒、腹泻、鼻炎发作等等）
3. 应激态期间，肝超过30为严重要引起重视

## 三、血脂

例如：



1. 长期抽烟的人容易肺虚，增加血脂风险
2. 肺  $\leq -20$ ，越低风险越大

## 四、血压

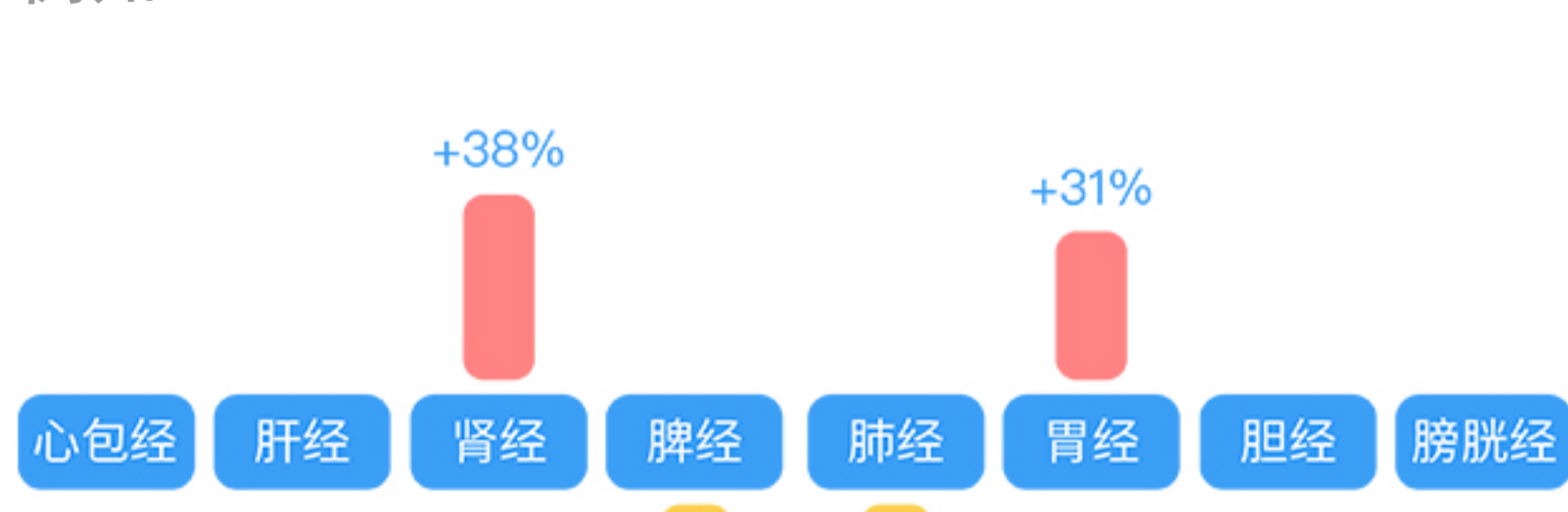
例如：



1. 肝  $\geq 20$ 、肺  $\leq -20$ ，肝越高肺越低风险越大
2. 同时伴有胆经和膀胱经  $\geq 20$ ，考虑脑充血情况，这两条  $\geq 50$ 需警惕脑出血型中风
3. 建议服用降压药之前测量，否则会检测不出高血压风险，服用降压药2小时后可再次测量观测降压药疗效，以上变好视为有效。
4. 年龄越大越准确，尤其是老年人，20-35岁需询问是否有家族遗传，多讲风险不讲病。
5. 极少数表现为低血压，需靠问诊。
6. 长期抽烟的人容易肺虚，增加血压风险。

## 五、血糖

例如：



1. 脾经长期  $\leq -30$ 可诊断血糖风险，越下降风险越大
2. 95%为高血糖，少数人为低血糖患者，需结合问诊
3. 建议服用降糖药或注射胰岛素之前测量，否则会检测不出高血糖风险，服用降糖药或注册胰岛素2小时后可再次测量观测降糖药疗效，脾经升高视为有效。
4. 年龄越大越准确，尤其是老年人，20-35岁需询问是否有家族遗传，多讲风险不讲病。
5. 免疫力差的人也会脾虚。