

《黃帝內經 × 醫方法門》 EP58

靈樞18・營衛生會——營氣與衛氣怎麼生、怎麼走

素材：《醫方明大論》黃帝內經系列（十之七～十）；內容為學習整理，非醫療建議。

本篇定位

靈樞第十八篇，《醫方明大論》**十之九**。經名釋義：「營氣衛氣的生成、運行，以及營衛產生的身體現象。」

游老師科判綱目

1 營衛關係六問（氣從何來／陰陽交會／何謂營／何謂衛／營從何生／營衛交會） | 2 營衛兩氣運行廣達（晝夜陰陽各行二五、日陽夜陰半夜會合） | 3 營衛循行路徑對疾病的影響（上焦／中焦／下焦之所出）。

三診辨證

一診・動力：**營在脈中、衛在脈外**；衛氣**行陰二十五度、行陽二十五度**。

二診・結構：三焦所出——**上焦如霧、中焦如漚、下焦如瀆**。

三診・通訊：**老少睡眠之別**——壯者「晝精而夜瞑」；老者「營氣衰少、衛氣內伐，故晝不精，夜不瞑」。

重點條列

- **老人夜不眠**：不是心事多，是「**營氣衰少、衛氣內伐**」——氣血衰、氣道澀。
- **三焦像三個關卡**：上焦如霧（蒸散）、中焦如漚（腐熟）、下焦如瀆（排水）。
- **「奪血者無汗，奪汗者無血」**——血與汗同源，**貧血者別再猛發汗**。