

《黃帝內經 × 醫方法門》 EP69

靈樞36・五癰津液別——五種津液，為何最後腫成水？

素材：《醫方明大論》十之十（黃帝內經系列）；內容為學習整理，非醫療建議。

本篇定位

靈樞第三十六篇，《醫方明大論》**十之十**。經名釋義：「人體生化的津液有五種（尿、髓、汗、淚、唾液），五種液體代謝不通時會發生水腫。為何五種液體堵塞會演變成水腫？津液的病理變化解說——所在部位的不同，其表現的症狀和名稱也各別不同。」

游老師科判綱目

1 宣明五液・後問水腫（1.1 宣明五液：穀生五液、天寒為溺與氣、天熱為汗、悲則成泣、中熱胃緩為唾；1.2 水腫何來：邪氣內逆則氣閉塞而不行、不行則為水脹） | 2 津液特性（五味生津各注其海、津液各走其道、三焦出氣溫肌肉充皮膚為津・流而不行者為液、天暑衣厚腠理開故汗出・寒留分肉聚沫則為痛、天寒腠理閉水下留膀胱則為溺與氣） | 3 五臟如何運化五液・五液堵塞如何成疾（3.1 津液如何化成淚液：五臟角色、津聚於眼、心急肺舉、肺舉咳淚；3.2 五穀化津成髓成精：消化腸鼓、腸鼓胃緩氣上成唾、津液成膏入骨成髓、上髓下精實為一體；3.3 如合成尿：陰陽不通津液不化、水穀留腸滯留下焦、不進膀胱滯留小腹）。

三診辨證

一診・動力：**一液分五**——水穀入於口、輸於腸胃，其液別為五：溺與氣、汗、泣、唾、髓。

二診・結構：**津與液分流**——三焦出氣，溫肌肉、充皮膚者為「津」；流而不行、淖澤注於骨、補益腦髓者為「液」。

三診・通訊：**情志即訊號**——「心悲氣並，則心系急；心系急則肺舉，肺舉則液上溢……故咳而泣出」；中熱胃緩則唾出。

重點條列

- **「其液別為五」**——身體的「水」，會因為天冷天熱、心情、飲食，走不同出口。
- **「心悲氣並……故咳而泣出」**——哭到咳嗽，是心、肺、液一起連動的結果。
- **「痛」與「腫」的預告**——寒留分肉、聚沫則為痛；氣道不通、津液不化則為水脹——別小看循環卡住這件事。