

中医执业医师《中医基础理论》辅导：气的分类与分布 PDF  
转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/248/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_AD\\_E5\\_8C\\_BB\\_E6\\_89\\_A7\\_E4\\_c22\\_248007.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/248/2021_2022__E4_B8_AD_E5_8C_BB_E6_89_A7_E4_c22_248007.htm)

人体之气，从整体上说，由肾中精气、脾胃运化而来的水谷精气和由肺所吸入的清气所组成，并充沛于全身。但具体来说，则人体的气是多种多样的，且由于其主要组成部分、分布部位和功能特点之不同，而又有各种不同的名称。主要有如下几种：（1）元气（2）宗气（3）营气（4）卫气（5）其他 概念：元气，又称“原气”、“真气”。是人体最基本、最重要的气，中医学认为元气是人体生命活动的原动力。组成与分布：元气来源于肾。元气的组成，以肾所藏的精气为主，依赖于肾中精气而化生。《难经。三十六难》说：“命门者，……原气之所系也”，即明确地指出了元气根于肾之“命门”。人的肾中精气，以受之于父母的先天之精为基础，又依赖于后天水谷精气的培育而壮大。故《灵枢。刺节真邪》说：“真气者，所受于天，与谷气并而充身者也。”可见，元气亦是由先天之精所化，又依赖水谷精气之补充而旺盛，而且后天之精气的培育具有重要的作用。故《景岳全书。论脾》说：“故人之自生至老，凡先天之有不足者，但得后天培养之力，则补天之功，亦可居其强半，此脾胃之气所关于人生者不小。”可以看出，元气的盛衰，并不完全取决于先天之禀赋，亦与脾胃运化水谷精气之功能强弱，密切相关。元气是通过三焦而流行于全身的，内至五脏六腑，外达于肌肤腠理，皆都以三焦为通道而作用于机体的各个部分。故《难经。六十六难》说：“三焦者，原气之别使也。”功能：元气的主要功

能，是推动人体的生长和发育，激发和温煦各个脏腑、经络等组织器官的生理活动。所以，元气不仅有“与谷气并而充身”的作用，而且是人体生命活动的原动力，是维持生命活动的最基本物质。机体的元气充沛，则各脏腑、经络等组织器官的活力就旺盛，机体的素质就强健而少病。故《金匱要略》说：“若五脏元真通畅，人即安和。”反之，若先天禀赋不足，或因后天失调，或因久病耗损，则可致元气生成不足或损耗太过，就会形成元气虚衰，脏腑机能低下，而产生种种病变。因此，元气是否充沛，乃是人体健康与否的重要保证。现代实验资料证实，益气助阳药有增强机体免疫功能，加速免疫力形成的作用。因此，有人提出“元气可能是机体免疫能力形成的物质基础”的论断。此外，人体的气，除了上述最重要的四种气之外，还有“脏腑之气”、“经络之气”等。概念：宗气，又称“大气”。宗，有本始之意。故在《灵枢。五味》中称之为“大气”。《医门法律。大气论》亦说：“大气，即宗气之别名。宗者，尊也，主也，十二经脉奉之为尊主也。”所以，宗气是积于胸中的后天宗始之气，宗气在胸中积聚之处，称为“气海”。故《灵枢。五味》又说：“其大气之搏而不行者，积于胸中，命曰气海。”组成与分布：宗气，以肺从自然界吸入的清气和脾胃从食物中运化而生成的水谷精气为其主要组成部分，相互结合而成。因此，肺的呼吸功能与脾胃的运化功能正常与否，直接影响着宗气的旺盛与衰少。宗气的分布，是聚集于胸中，贯注于心肺之脉，上“出于肺，循喉咽，故呼则出，吸则入。”（《灵枢。五味》）；下则“蓄于丹田，注足阳明之气街（相当于腹股沟部位）而下行于足。”（《类经。针刺类。

解结推引》) 故《灵枢。刺节真邪》又说：“宗气留于海（指胸中”气海“），其下者，注于气街；其上者，走于息道。”功能：《灵枢。邪客》说：“宗气积于胸中，出于喉咙，以贯心脉而行呼吸焉。”宗气的主要功能有两方面：一是走息道以行呼吸。凡语言、声音、呼吸的强弱，都与宗气的盛衰有关。二是贯心脉以行气血。凡气血的运行、肢体的寒温和活动能力、视听的感觉能力、心搏的强弱及其节律等，皆与宗气的盛衰有关。故清。周学海在《读书随笔》中指出：“宗气者，动气也。凡呼吸声音，以及肢体运动，筋骨强弱者，宗气之功用也。”《素问。平人气象论》说：“胃之大络，名曰虚里，贯膈络肺。出于左乳下，其动应衣，脉宗气也。”概念：营，是营养、营运之意。营气，是与血共同运行于脉中之气。营气，富于营养，故又称为“荣气”。营气与血液关系极为密切，可分而不可离，故又常常“营血”并称。营气与卫气相对而言，属于阴，故又称为“营阴”。组成与分布：营气，主要来源于脾胃所运化的水谷精气，由水谷精气中的精华部分所化生。营气分布于血脉之中，成为血液的重要组成部分，并能循脉上下，营运于全身。功能：营气的生理功能，主要有营养全身和化生血液两个方面。概念：卫，有卫护、保卫之意。卫气，是运行于脉外之气。卫气与营气相对而言，属于阳，故卫气亦是人体阳气的一部分，又称之为“卫阳”。组成与分布：卫气，主要由水谷之精气所化生，源于中焦脾胃，开发于上焦。卫气的特性是“疾滑利”，即是说卫气的活动能力特别强，流动很迅速。所以其分布则是卫气不受脉管的约束，运行于皮肤、分肉之间，熏于膏膜，散于胸腹。故《素问。痹论》说：“卫者，……

不能入于脉也，故循皮肤之中，分肉之间，熏于膏膜，散于胸腹。”功能：卫气的生理功能，主要有三个方面：一是护卫肌表，防御外邪的入侵。二是温养脏腑、肌肉、皮毛等。三是调节控制腠理的开合、汗液的排泄，以维持体温的相对恒定等。应当指出，营气和卫气，虽都以水谷之精气为其主要的生成来源，但是“营在脉中”、“卫在脉外”（《灵枢。营卫生会》）；营主内守而属于阴，卫主外卫而属于阳，两者之间的运行必须协调，不失其常，方能维持正常的腠理开合、正常的体温、正常的“昼精而夜寐”，以及正常的防御外邪的能力；反之，若营卫失和，则可出现恶寒发热、无汗或多汗，“昼不精而夜不寐”（《灵枢。营卫生会》），以及抗御外邪能力的低下等等。此外，人体的气，除了上述最重要的四种气之外，还有“脏腑之气”、“经络之气”等。应当指出，在中医学中，气的名称尚有很多。如：把机体从食物中所吸取的营养物质，称作“水谷精气”、“谷气”；把致病物质或因素，称作“邪气”；把体内不正常的水液，称作“水气”；把整个机体的生理功能和抗病能力，称作“正气”；把中药的寒、热、温、凉四种性质和作用，称作“四气”等等。由此可见，“气”在中医学中，具有一字多义的特点，有作为“性质”，有作为“功能”，亦有作为“气候”等。但这些都和本节所论述的构成人体基本物质的“气”，是有区别的。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)