

痰湿体质辨识调理的文献源流考察

¹遼寧中醫藥大學 科技產業處 · ²圓光Digital大學 韓方美容研究所

鞠宝兆¹ · 金曉哲² *

Literature Research on Identification and Recuperation of the Phlegm-damp Constitution

Ju Bao-zhao¹ · Kim Hyo-chul² *

¹Dept. of technology and industry, Liaoning University of Traditional Chinese Medicine

²Institute of Oriental Beauty Art, Wonkwang Digital University

Objectives : To find the causes, the development factors and trend of phlegm-damp constitution in previous dynasties, Chinese medicine books were reviewed, to provide literature basis.

Methods : The paper looks into the references to phlegm-damp constitution in Traditional Chinese medicine classics literatures, to analyze the its causes, the development factors, and the recuperation methods.

Results : Phlegm-damp constitution is one of common type of human constitution. The development trend of phlegm-damp constitution is Xiaodan(消瘴), similar to the dispersion-thirst disease, stroke, chest discomfort, asthma, infertility to name a few.

Conclusions : The phlegm-damp constitution is related to the natural endowment and the acquired life style and behavior factor. General recuperation is a basic and effective approach for preventing and treating the constitution.

Key Words : Phlegm-damp constitution, Literature research , *Huangdineijing*(黄帝内经)

I. 序 論

* Corresponding Author : Kim Hyo-chul, Institute of Oriental Beauty Art, Wonkwang Digital University, Daerim-dong, 437 DorimcheonnoYeongdeungpo-gu, Seoul, 150-827, KOREA

金曉哲, 圓光DIGITAL大學校, 韓方美容研究所

Tel : 82-70-7730-0091,

Email : somagim@hanmail.net

Received(27 October 2016), Revised(14 November 2016),

Accepted(15 November 2016)

体质, 简称为机体素质, 是指人体秉承先天(指父母)遗传, 并受后天多种因素影响, 所形成的与自然、社会环境相适应的功能、形态、结构以及外在气质上相对稳定的特殊性。体质的“体”强调个体在脏腑、气血形质上的差异性, 体质的“质”与个体脏腑、气血的功能特点差异密切相关。自《黄帝内经》以来, 历代医家对体质发生因素、表现分类、发病倾向、养生调理都有丰富的论述。¹⁾

痰湿体质是中医体质学说对临床各类体质现象所划分的病理性体质类型之一，也是肥胖人群中的主要体质类型。本文以传统中医典籍文献为依据，分析探讨痰湿体质的发生因素、辨识要点、易发疾病、调理方法，为中医辨体养生和常见病预防提供文献依据。

II. 本 論

1. 痰湿体质的辨识要点

《黄帝内经》及后世历代医家虽然没有明确提出规范化的“痰湿体质”概念，但以“肥人”、“膏人”、“肉人”、“脂人”、“肥贵人”、“膏粱之人”、“膏腴脂人”、“湿家”、“尊荣人”等表达形式，对痰湿体质的形体特征、功能状态、心理气质等方面进行了描述。

关于肥胖人群的辨识，《灵枢·逆顺肥瘦》提出：“此肥人也，广肩膀，项肉薄，厚皮而黑色，唇临然，其血黑以浊，其气涩以迟。”²⁾说明肥胖人湿多气涩血浊，犹似痰湿兼夹血瘀体质。《灵枢·卫气失常》进一步把肥人分为膏、脂、肉三个类型，并从形体营养状态、气血多少、寒热反应等方面，对肥胖人和正常人进行了比较，其文曰：“腠肉坚，皮满者，肥。腠肉不坚，皮缓者，膏。皮肉不相离者，肉。黄帝曰：身之寒温何如？伯高曰：膏者，其肉淖而粗理者，身寒，细理者，身热。脂者，其肉坚，细理者热，粗理者寒。黄帝曰：其肥瘦大小奈何？伯高曰：膏者，多气而皮纵缓，故能纵腹垂腴。肉者，身体容大。脂者，其身收小。黄帝曰：三者之气血多少何如？伯高曰：膏者多气，多气者热，热者耐寒。肉者，多血则充形，充形则平。脂者，其血清，气滑少，故不能大。此别于众人者也。黄帝曰：众人奈何？伯高曰：众人皮肉脂膏，不能相加也，血与气，不能相多，故其形不小不大，各自称其身，命曰众人。”³⁾从以上经文可以看出膏人偏于腹型肥胖，肉人偏于全身性肥胖，脂人偏于矮型肥胖。⁴⁾

此外，在《黄帝内经》中的“五形人”分类中也有相关论述，《灵枢·阴阳二十五人》将人分为金、木、水、火、土五形。其中“土形之人……其为人黄色，圆面，大头，美肩背，大腹”⁵⁾，似为痰湿体质的全身性肥胖；而经文中对水形人的描述“水形之人……面不平，大头，廉颐，小肩大腹”⁶⁾，似为湿热体质的腹型肥胖。⁷⁾

《灵枢·通天》曰：“太阴之人，多阴而无阳，其阴血浊，其卫气涩，阴阳不和，缓筋而厚皮……其状黧然黑色，忿然下意，临临然长大。”⁸⁾这种阴多阳少，血浊气涩，身体沉重，筋缓皮厚，性格内向等特征，也趋向于痰湿体质。

可见《黄帝内经》中的肥人、膏人、脂人、肉人、土形人、水形人、太阴人与痰湿体质特征极为相近。

汉代张仲景的《金匱要略》中也有类似痰湿体质的描述，《金匱要略·痉湿喝病脉证并治》中曰：“湿家，其人但头汗出，背强，欲得被覆向火，若下之早则哕，或胸满小便不利，舌上如苔者。”⁹⁾此外，《金匱要略·血痹虚劳病脉证并治》云：“夫尊荣人，骨弱肌肤盛。”¹⁰⁾这里的湿家、尊荣人，是指平素湿气较重，营养过剩的甘肥贵人，似为痰湿体质。

在汉代之后，历代医家也都有相关的论述。南宋医家杨士瀛的《仁斋直指方》中曰：“肥人气虚生寒，寒生湿，湿生痰……故肥人多寒湿。”¹¹⁾元代朱丹溪的《丹溪治法心要·痰》中曰：“矣脉伏而大者，痰也。眼胞，眼下如烟熏黑者，亦痰也。凡人身上、中、下有块，是痰。”¹²⁾清代王燕昌在《王氏医存·肥人多痰》中曰：

man. Journal of Shanxi College of Traditional Chinese Medicine. 1996. 19(3). p.5.

5) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.150.

6) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.151.

7) Qian YF. The formation and modern research of the theory of phlegm dampness constitution of the fat man. Journal of Shanxi College of Traditional Chinese Medicine. 1996. 19(3). p.5.

8) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. pp.170-171.

9) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.11.

10) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.33.

11) Yang SY. Rezhai Zhi Zhi Fang. Second Military Medical University Press. 2006. p.27.

1) Wang Q. TCM Constitutional Theory. China Medical Science Press. 1995. p.195.

2) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.99.

3) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.141.

4) Qian YF. The formation and modern research of the theory of phlegm dampness constitution of the fat

“肥人多痰，大半因湿……盖不病则津液为脂膏，病则作湿酿痰也。”¹³⁾

以上都阐明了肥人阳气不运，寒湿内生，津液凝聚成痰，发为痰湿体质。同时也反映了痰湿体质与阳虚体质、气虚体质、血瘀体质容易存在相兼的特点。

2. 痰湿体质形成因素

1) 先天禀赋

父母体质刚柔强弱，精气阴阳状态直接影响子代身体的质量。《灵枢·天年》曰：“人之始生，以母为基，以父为楨。”¹⁴⁾ 说明了人的体质是以母体的精血和父体的阳气为基础，先天禀赋不同决定了体质的差异。

痰湿体质同样具有遗传基础，如《泰定养生主论》曰：“余自思父母具有痰疾，我禀此疾，则与生具生也。”¹⁵⁾ 此外，《幼幼集成》中提出“胎肥”，其文曰：“是亦在胎时，母食甘肥，湿热太过，流入胞中，以致形质虚肥。”¹⁶⁾

2) 后天获得

人出生后，生命活动中的饮食起居、精神情志、地域气候、年龄性别、疾病影响等因素，均会影响体质状态。《诸病源候论》最早提出“劳伤之人，脾胃虚弱，不能克消水浆，故为痰饮。”¹⁷⁾ 《杂病源流犀烛》指出：“由于脾胃寒湿生痰，或饮啖过度，好食油面猪脂，以至脾气不利，壅滞为痰。”¹⁸⁾ 张从正《儒门事亲》提出：“膏粱之人，起居闲逸，奉养过度，酒食所伤，以致

中脘留饮胀闷。”¹⁹⁾ 李东垣在《医学发明·诸腹胀大皆属于热》中说：“膏粱之人，或食已便卧，使湿热之气不得宣化，致令腹胀满。”²⁰⁾ 王纶《明医杂著》中指出：“痰者，脾胃之津液，或为饮食所伤，或因七情、六淫所扰，故气壅痰聚。”²¹⁾ 李东垣《医学发明·脚气论》中说：“盖湿之害人皮肉筋脉而属于下，然亦有二焉：一则自外而感；一则自内而致。北方之人，常食撞乳，又饮之无节，且渔乳之为物，其形质则水也，酒醋亦然。人之水谷入胃，胃肠气蒸腾，其气与味宣之于经络，化为气血。苟气元不充，胃气本弱，饮食自倍，脾胃乃伤，其气与味不得宣畅，旁通水湿之性。”²²⁾ 《临证指南医案·湿》中说：“湿从内生者，必其人膏粱酒醴过度，或嗜饮茶汤太多，或食生冷瓜果及甜腻之物……其人色白而肥，肌肉柔软。”²³⁾

以上说明了痰湿体质的形成，与饮食肥甘油脂过度、生冷瓜果甜腻、起居安逸清闲、饮酒饱食便卧、久居阴冷潮湿之地、劳伤脾胃虚弱、精神情志不畅等多种因素密切相关。

3. 痰湿体质易发疾病

痰湿体质之人易发的疾病包括：消瘿、中风、胸痹、鼾眠、哮喘，以及不孕等。

1) 消瘿

《素问·通评虚实论》曰：“凡治消瘿，仆击，偏枯，痿厥，气满发逆，甘肥贵人则高粱之疾也。”²⁴⁾ 《素问·奇病论》曰：“肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢，转为消渴。治之以兰，除陈气也。”²⁵⁾ 消瘿是

12) Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2003. p.596.

13) Wang YC. Wang medical deposit. Phoenix Science Press. 1983. p.89.

14) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.132.

15) Wang G. On the main theory of Thai regimen. Academy press. 2003. p.157.

16) Chen FZ. You You Ji Cheng. People's Medical Publishing House. 2006. p.69.

17) Ding GD. General Treatise on the Cause and Symptoms of Diseases. People's Medical Publishing House. 2000. p.97.

18) Shen JA. Miscellaneous origin of rhino candle. China Medical Science Press. 1994. p.250.

19) Zhang CZ. Confucian's Duies to Their Parents. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2006. p.70.

20) Li DY. Li Dongyuan's Medical Encyclopedia. China Medical Science Press. 2011. p.183.

21) Wang L. Collection of experiences of famous physicians in the Ming Dynasty. Academy press. 2007. p.64.

22) Li DY. Li Dongyuan's Medical Encyclopedia. China Medical Science Press. 2011. p.187.

23) Ye TS. A guide to clinical practice. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2008. p.266.

24) Wang B. Shigehiro recharge Neijing Suwen. Academy press. 2004. p.203.

25) Wang B. Shigehiro recharge Neijing Suwen. Academy

指五脏柔弱，气机刚强，内热消灼的病证。张介宾注曰：“消瘴者，三消之总称，谓内热消中而肌肤消瘦也。”²⁶⁾说明肥胖之痰湿体质易发消渴病（糖尿病）。

2) 中风

《素问·通评虚实论》中曰：“仆击、偏枯……甘肥贵人则膏粱之疾也。”²⁷⁾说明“甘肥贵人”是中风易发的人群。此后的许多医家都对此有进一步的认识和发展，如宋·王怀隐《太平圣惠方》中曰：“凡人体肥有风，肉厚则不得外泄，喜为热日中黄。”²⁸⁾明·张景岳《景岳全书·杂证谟·非风》中曰：“肥人多有非风之证，以肥人多气虚也……然肥人多湿多滞，故气道多有不利。”²⁹⁾

3) 胸痹

《灵枢·本脏篇》曰：“肺大则多饮，善病胸痹，喉痹，逆气。”³⁰⁾尤在泾云：“胸中……阳痹之处，必有痰浊阻其间。”³¹⁾李以义在《百病生于痰》一书中认为：“至于膏粱厚味，使脾不健运而聚湿生痰，或为痰湿素盛之体，或气虚痰浊内生，或先天不足，遗传体质，素有脂质增高之伏痰，或因七情六淫之为患，均促使体内无形之痰加速形成。”³²⁾以上均说明，痰湿体质与胸痹之病发病的密切联系。

4) 鼾眠

痰湿体质与睡眠过程中打鼾也关系密切。《诸病源候论·卷三十一·鼾眠候》曰：“鼾眠者，眠里咽喉间有

声也。人喉咙，气上下也……气有不和，则冲击咽喉，而作声也。”³³⁾其文中又指出“其有肥人，眠作声者，但肥人气血沉厚，迫隘咽喉，涩而不利亦作声。”³⁴⁾

5) 哮喘

痰湿体质与哮喘也有一定关系。《仁斋直指附遗方论·喘嗽》指出：“惟夫邪气伏藏，凝涎浮涌，呼不得呼，吸不得吸，于是上气促急。”³⁵⁾此处即指痰浊壅盛之喘证而言。朱丹溪在《丹溪心法》中也指出：“凡喘便有痰……哮喘必用薄滋味，专主于痰。”³⁶⁾

6) 不孕

痰湿体质可以导致不孕。《医宗金鉴》言：“或因体盛痰多，脂膜雍塞胞中而不孕。”³⁷⁾此外，《济阴纲目》亦曰：“身体肥胖，子宫膜脂长满。经水虽调亦令无子。”³⁸⁾

此外，朱丹溪曾提出“肥人痰多，瘦人火多”的理论，为中医体质理论奠定了理论基础。痰湿体质易导致月经不调，《丹溪心法》中有谓“肥胖，饮食过度之人而经水不调者，乃是湿痰。”³⁹⁾《丹溪心法·子嗣》中指出：“经不行者非无血也，为痰碍所不化也。”⁴⁰⁾也即痰湿体质易致经水不调，并提出肥胖所致经水不调的治法：“肥胖饮食过度之人而经水不调者，乃是湿痰，宜半

press. 2004. p.302.

26) Zhang JY. Lei Jing. Shanxi Science And Technology Publishing House. 2013. p.535.

27) Wang B. Shigehiro recharge Neijing Suwen. Academy press. 2004. p.203.

28) Wang HY. Taiping Shenghui Fang. People's Medical Publishing House. 1982. p.522.

29) Zhang JY. Jingyue Quanshu. Shanghai Scientific & Technical Publishers. 1983. p.530.

30) Shi S. Transliteration in Ling SU(灵枢). Academy press. 2014. p.116.

31) You Y. Jinkui yaolue heart code. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2001. p.68.

32) LI YY. All diseases result from sputum. Academy press. 1988. p.107.

33) Chao YF. General Treatise on the Cause and Syntoms of Diseases. China Medical Science Press. 2011. p.170.

34) Chao YF. General Treatise on the Cause and Syntoms of Diseases. China Medical Science Press. 2011. p.170.

35) Yang SY. Rezhai Zhi Zhi Fang. Second Military Medical University Press. 2006. p.257.

36) Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2005. p.182.

37) Wu Q. The Golden mirror of medicine. People's Medical Publishing House. 2003. p.1146.

38) Wu ZW. Synopsis of Treating Women's Diseases. China Medical Science Press. 2014. p.98.

39) Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2005. pp.297-298.

40) Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2005. p.306.

夏、滑石、茯苓、白术、香附、川芎、当归。”⁴¹⁾ 其在《金匱钩玄·子嗣》中指出：“肥盛妇人不能孕者，以其身中脂膜闭塞子宫，而致经事不能行，可用导痰汤之类。”⁴²⁾

4. 痰湿体质调理方法

痰湿体质的调理方法主要分为温脾强肾调其本和行气化痰利水治其标两方面。

1) 温脾强肾调其本

《素问·至真要大论》曰：“诸湿肿满皆属于脾。”⁴³⁾ 为调理痰湿体质奠定了基础。

《景岳全书》曰：“故治痰者，必当温脾强肾以治痰之本，使根本渐充，则痰将不治而自去矣。”⁴⁴⁾

《医贯》曰：“盖痰者病名也，原非人身之所有。非水泛为痰，则水沸为痰，但当分有火无火之异耳。肾虚不能制水，则水不归原，如水逆行，洪水泛滥而为痰，是无火者也，故用八味丸，以补肾火。阴虚火动，则水沸腾，动于肾者……是有火者也，故用六味丸以配火。此不治痰之标，而治痰之本也。”⁴⁵⁾

《圣济总录》提出：“脾胃者仓廩之官，播百物气泽，以卑诸脏腑者也。脾土也，土能制水，则水不溢，虚损之人脾胃气弱，故于水谷不能克消，土气不能胜水，津液停积，结聚上隔，是为痰也。今补虚兼以助脾之药，则痰自消矣。”⁴⁶⁾

《素问病机气宜保命集·咳嗽论》中曰：“痰湿咳嗽，脉缓面黄，肢体沉重，嗜卧不收，腹胀而不消化，宜白术丸(南星、半夏各一两，白术一两半为丸，生姜汤下)。”⁴⁷⁾

以上均指出了温脾强肾对调理痰湿体质的重要性，可起到治本的作用。

2) 行气化痰利水治其标

《金匱要略·痰饮咳嗽病脉证并治》中的“病痰饮者，当以温药和之⁴⁸⁾”及“短气有微饮，当从小便去之⁴⁹⁾”的原则，为后世调治痰湿体质方药的创制奠定了理论基础。其书中记载的治疗“心下有痰饮，胸胁支满、目眩⁵⁰⁾”的苓桂术甘汤，治疗“心下有支饮，其人苦冒眩⁵¹⁾”的泽泻汤、治疗“心下痞，隔间有水，眩悸⁵²⁾”的小半夏加茯苓汤、治疗“吐涎沫而癫眩⁵³⁾”的五苓散等均后世治痰湿病证及调治痰湿体质的基本方，其中茯苓、泽泻、白术、半夏等药为后世调治痰湿体质的常用药物。

后世医家对此也有论述，《济生方·哮喘痰饮门·痰饮论治》中曰：“温利之差，可以无害；若顺气为先，分导次之。气顺则精液流通，痰饮运下，自小便出。”⁵⁴⁾

《圣济总录·痰饮门痰饮统论》中曰：“人之有形，借水饮以滋养。水之所化，凭气脉以宣流。盖三焦者水谷之道路，气之所终始也。三焦调适，气脉平匀，则能宣通水液，行入于经，化而为血，灌溉周身。三焦气涩，脉道闭塞，则水饮停滞，不得宣行，聚成痰饮，为病多端……善疗此者，要以宣通气脉，则水饮无所凝滞。”⁵⁵⁾

元代的朱丹溪提出：“实脾土，燥脾湿，是治痰之本法也。”⁵⁶⁾ 但其在《金匱钩玄·痰》中说：“凡治痰，用利药过多，致脾气下虚，则痰反易生多。”⁵⁷⁾ 因此，对于

People's Medical Publishing House. 2005. p.98.

48) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.68.

49) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.68.

50) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.68.

51) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.70.

52) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.71.

53) Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007. p.72.

54) Yan YH. Yan Ji Sheng Fang. China Medical Science Press. 2012. p.31.

55) Zhao J. Shengji Zonglu. People's Medical Publishing House.1987.p.1154.

56) Zhu ZH. Danxi Danxi medicine set-heart to conquer. People's Medical Publishing House. 2003. p.596.

57) Zhu ZH. The mysterious golden hook. People's Medical Publishing House. 2006. p.14.

41) Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2005. pp.297-298.

42) Zhu ZH. The mysterious golden hook. People's Medical Publishing House. 2006. p.62.

43) Wang B. Shigehiro recharge Neijing Suwen. Academy press. 2004. p.603.

44) Zhang JY. China Medical Science Press. 2011. p.110.

45) Zhao XK. Thorough knowledge of medicine. Academy press. 2005. p.92.

46) Zhao JC. Shengji Zonglu school note. Shanghai Scientific & Technical Publishers. 2016. p.1782.

47) Liu WS. D. pathogenesis gas should protect life in.

利水之药的使用也须把握尺度。

在利水的同时也要注意行气的使用，正如《秘传证治要诀及类方·停饮伏痰》中说：“善治痰者，不治痰而治气，气顺则一身之津液亦随气而顺矣。”⁵⁸⁾

明代医家王纶著《明医杂著痰饮》中说：“痰者，脾胃之津液，或为饮食所伤，或因七情、六淫所扰，故气壅痰聚。谚云：肥人多痰，而在瘦人亦有之。”⁵⁹⁾ 其文中又指出：“痰生于脾胃，宜实脾燥湿；又随气而生，宜顺气为先，分导次之；又气升属火，顺气在于降火。”⁶⁰⁾ 明确提出了实脾、燥湿、顺气、分导、降火治痰大法。

痰湿体质积累日久，往往体、病、证同时存在。其调理原则当以体质为本，病、证为标，或调体以治病，或治病兼顾调体。⁶¹⁾

III. 考察及結論

《黄帝内经》中的肥人、膏人、脂人、肉人、土形人、水形人、太阴人与痰湿体质特征极为相近。肥人阳气不运，寒湿内生，津液凝聚成痰，发为痰湿体质。同时痰湿体质与阳虚体质、气虚体质、血瘀体质容易存在易于相兼的特点。

痰湿体质的形成有先天禀赋和后天获得两方面因素。人的体质是以母体的精血和父体的阳气为基础，先天禀赋不同决定了体质的差异。痰湿体质的后天获得与饮食肥甘油脂过度、生冷瓜果甜腻、起居安逸清闲、饮酒饱食便卧、久居阴冷潮湿之地、劳伤脾胃虚弱、精神情志不畅等多种因素密切相关。

痰湿体质的人有多种易发疾病，包括：消瘿、中风、胸痹、鼾眠、哮喘，以及不孕等。痰湿体质的调理

方法主要分为温脾强肾调其本和行气化痰利水治其标两方面。

致謝

本篇论文的研究经费由韩国圆光Digital大学赞助(2016年课题经费)。

References

1. Wang Q. TCM Constitutional Theory. China Medical Science Press. 1995.
2. Shi S. Transliteration in Ling Su(灵枢). Academy press. 2014.
3. Zhang JY. Jinkui Yaolue. Academy press. 2007.
4. Yang SY. Rezhai Zhi Zhi Fang. Second Military Medical University Press. 2006.
5. Zhu ZH. Danxi's medicine set-heart to conquer. People's Medical Publishing House. 2003.
6. Wang YC. Wang medical deposit. Phoenix Science Press. 1983.
7. Wang G. On the main theory of Thai regimen. Academy press. 2003.
8. Chen FZ. You You Ji Cheng. People's Medical Publishing House. 2006.
9. Ding GD. General Treatise on the Cause and Symtoms of Diseases. People's Medical Publishing House. 2000.
10. Shen JA. Miscellaneous origin of rhino candle. China Medical Science Press. 1994.
11. Zhang CZ. Confucian's Dues to Their Parents. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2006.
12. Li DY. Li Dongyuan's Medical Encyclopedia. China Medical Science Press. 2011.
13. Wang L. Collection of experiences of

58) Dai YL. Tips and treatment of esoteric certificate. China Press of Traditional Chinese Medicine. 1998. p.83.

59) Wang L. Collection of experiences of famous physicians in the Ming Dynasty. Academy press. 2010. p.62.

60) Wang L. Collection of experiences of famous physicians in the Ming Dynasty. Academy press. 2010. p.61.

61) Wang DP, et al., Citing of diagnosis and treatment of diseases correlated to the phlegm-dampness constitution. China Journal of Traditional Chinese Medicine and Pharmacy. 2012. 27(9). p.2348.

- famous physicians in the Ming Dynasty. Academy press. 2007.
14. Ye TS. A guide to clinical practice. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2008.
 15. Wang B. Shigehiro recharge Neijing Suwen. Academy press. 2004.
 16. Zhang JY. Lei Jing. Shanxi Science And Technology Publishing House. 2013.
 17. Wang HY. Taiping Shenghui Fang. People's Medical Publishing House. 1982.
 18. Zhang JY. Jingyue Quanshu. Shanghai Scientific & Technical Publishers. 1983.
 19. You Y. Jinkui yaolue heart code. China Press of Traditional Chinese Medicine. 2001.
 20. Li YY. All diseases result from sputum. Academy press. 1988.
 21. Chao YF. General Treatise on the Cause and Symptoms of Diseases. China Medical Science Press. 2011.
 22. Zhu ZH. Dan Creek medical set Dan Creek heart method. People's Medical Publishing House. 2005.
 23. Wu Q. The Golden mirror of medicine. People's. Medical Publishing House. 2003.
 24. Wu ZW. Synopsis of Treating Women's Diseases. China Medical Science Press. 2014.
 25. Zhu ZH. The mysterious golden hook. People's Medical Publishing House. 2006.
 26. Zhang JY. Jingyue Quanshu. China Medical Science Press. 2011.
 27. Zhao XK. Thorough knowledge of medicine. Academy press. 2005.
 28. Zhao JC. Shengji Zonglu school note. Shanghai Scientific & Technical Publishers. 2016.
 29. Liu WS. D. pathogenesis gas should protect life in. People's Medical Publishing House. 2005.
 30. Yan YH. Yan Ji Sheng Fang. China Medical Science Press. 2012.
 31. Zhao J. Shengji zonglu. People's Medical Publishing House. 1987.
 32. Dai YL. Tips and treatment of esoteric certificate. China Press of Traditional Chinese Medicine. 1998.
 33. Wang L. Collection of experiences of famous physicians in the Ming Dynasty. Academy press. 2010.
 34. Qian YF. The formation and modern research of the theory of phlegm dampness constitution of the fat man. Journal of Shanxi College of Traditional Chinese Medicine. 1996. (19)3.
 35. Wang DP, et al.. Citing of diagnosis and treatment of diseases correlated to the phlegm-dampness constitution. China Journal of Traditional Chinese Medicine and Pharmacy. 2012. 27(9).