

《黄帝内经》 天干地支理论

李秉信

加州五系中醫藥大學針灸與東方醫學博士

台灣新竹清華大學核工-工程與系統科學碩士

目录

- 《黄帝内经》中的天干地支理论
- 天干与人体对应关系
- 地支与人体对应关系
- 天干地支在中医中的应用
- 总结

01

《黄帝内经》中的天干地支理论

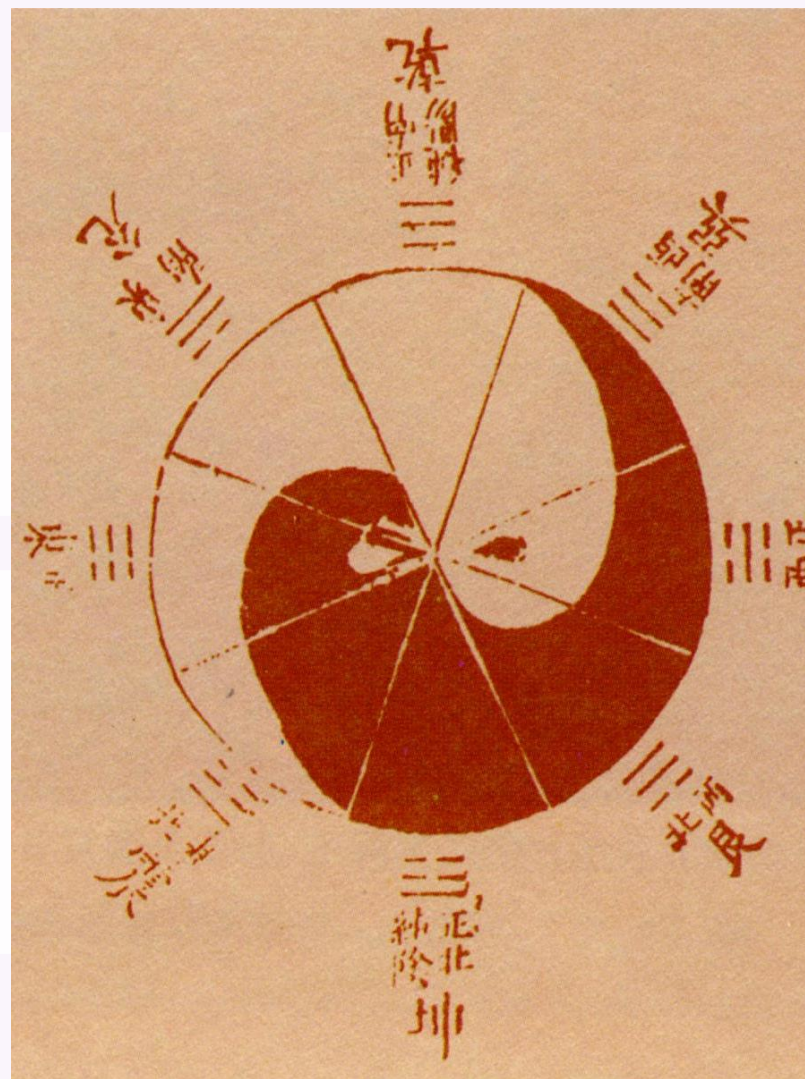
《黄帝内经》中的天干地支理论

天干地支

天干地支，简称“干支”，源自中国远古时代对天象的观测，天干承载的是天之道，地支承载的是地之道。

紧密联系

天干地支共同构成了中医理论中时间、空间与人体脏腑经络之间的紧密联系。



02

天干与人体对应关系

天干与人体对应关系



● 甲 (Jia)

代表头和胆，象征新生和开始，与头部作为人体的指挥中心相呼应，胆则主决断，寓意着勇气和创新。

● 乙 (Yi)

对应颈部和肝，乙与柔韧相关联，颈部的灵活性正如乙木之柔软，肝藏血，主疏泄，调节情绪。

● 丙 (Bing)

与心脏和小肠对应，丙属火，象征热情和动力，心脏是血液循环的动力源，小肠则是消化吸收的重要器官。

天干与人体对应关系

01

丁 (Ding)

对应胸和心包络，丁也是火，但较丙更为内敛，心包络保护心脏，丁火之温煦恰似其作用。

02

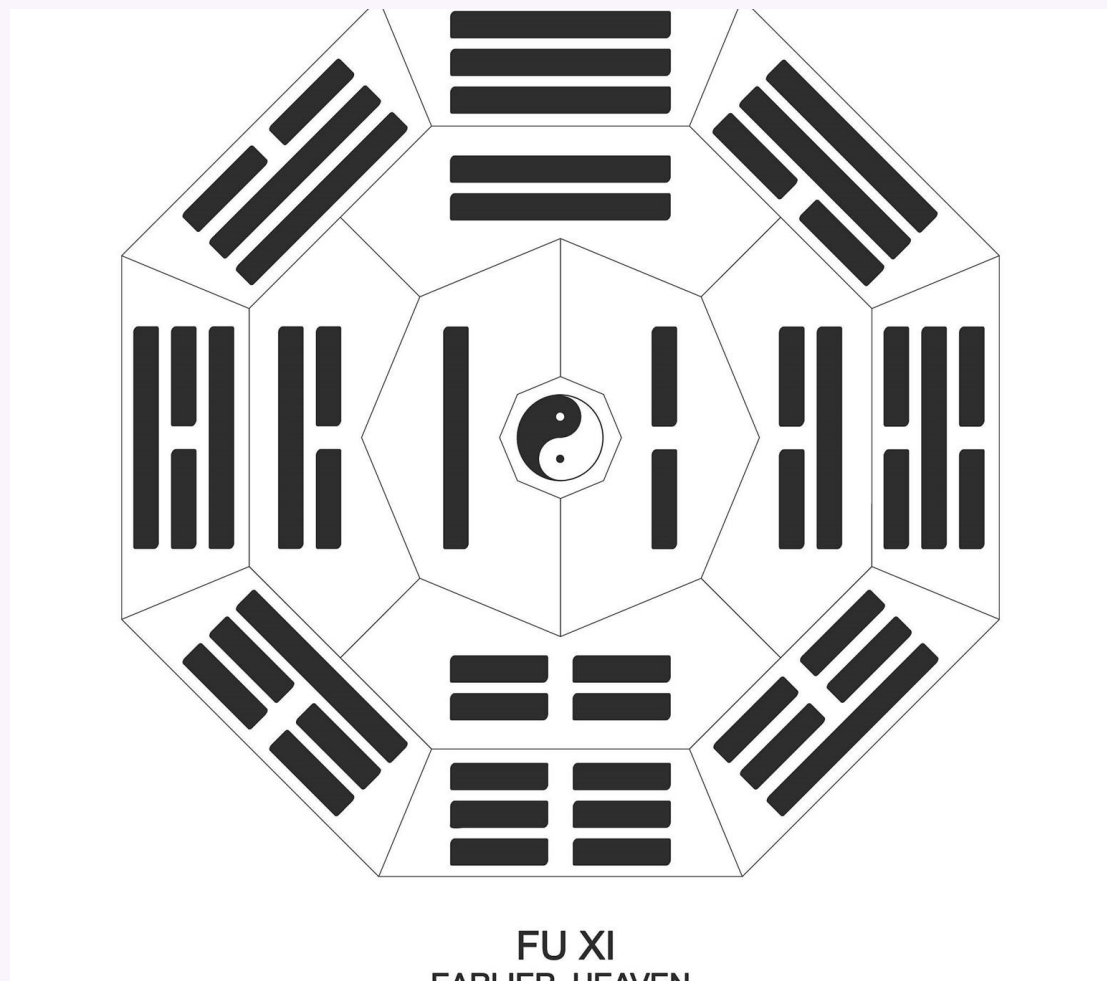
戊 (Wu)

与胃和脾对应，戊土厚实，胃脾同属中土，负责消化吸收，为后天之本，象征稳定与滋养。

03

己 (Ji)

对应腹部和脾脏，己土细腻，与戊土一起构成脾胃系统，强调内在的调理与转化。



天干与人体对应关系

庚 (Geng)

与大肠和肺对应，庚金锐利，大肠排泄废物，肺主呼吸，两者皆有清除与净化的功能。

壬 (Ren)

与膀胱和三焦对应，壬水浩荡，膀胱主水液代谢，三焦则调节全身的气化功能，与壬水流通的特性相符。

辛 (Xin)

对应肺和气管，辛金细小，与肺及呼吸道相关，强调的是精微物质的交换与呼吸系统的敏感。

癸 (Gui)

对应肾脏和生殖系统，癸水代表着滋养和生长，肾脏和生殖系统则与生命的繁衍和生长密切相关。



03

地支与人体对应关系

地支与人体对应关系



子 (Zi)

对应腿脚、膀胱和肾，子水象征流动与净化，膀胱与肾主水液代谢，是生命力的基础。



丑 (Chou)

对应足部、脾脏和大肠，丑土湿润，脾主运化，大肠与脾相表里，维护消化吸收功能。



寅 (Yin)

对应腿、膝盖和肝胆，寅木生机勃勃，象征春天的开始，肝胆之气在此时最为旺盛。

地支与人体对应关系



● 卯 (Mao)

对应腰、臀部和肝，卯木纯正，与肝脏的疏泄功能相对应，强调身体的柔韧与平衡。

● 辰 (Chen)

对应背腰部、脾和胃，辰为湿土，与脾胃相配，象征身体的支撑与营养的转化。

● 巳 (Si)

对应面部、心和小肠，巳火温暖，与心火相应，小肠主吸收，面部反映整体健康状态。

地支与人体对应关系

午 (Wu)

对应心脏、眼睛和小肠，午火炽烈，心主血脉，眼为心之苗，体现精神与视力的明亮。

未 (Wei)

对应胃、腹腔和脾，未土温热，强化脾土的滋养与消化功能，与腹部的容纳与转化相合。

申 (Shen)

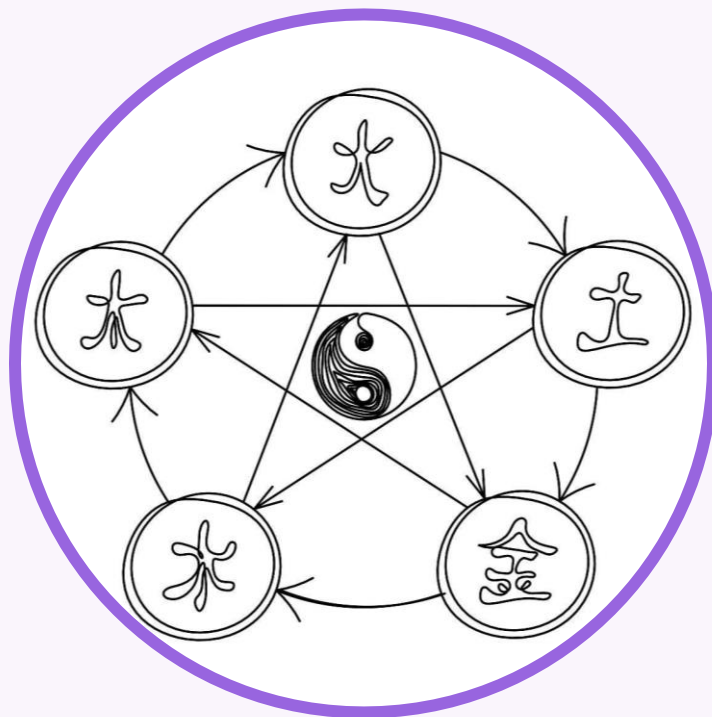
对应大肠、经络和肺，申金锐利，大肠与肺相表里，经络连通全身，强调气机的通畅。



地支与人体对应关系

酉 (You)

对应肺、鼻、皮肤和大肠，酉金清脆，与呼吸系统、嗅觉及外在防御（皮肤）相关。



戌 (Xu)

对应心包、头部和胃，戌土包含火性，心包保护心脏，头部为思虑之所，与胃的思维消化相似。

亥 (Hai)

对应肾脏、耳朵、骨骼和膀胱，亥水深邃，肾藏精，主骨生髓，耳为肾之外窍，膀胱排泄体内废水。

04

天干地支在中医中的应用

时间医学



子午流注

中医认为人体的生理和病理变化与自然界的周期变化相呼应，子午流注是中医时间医学的原理。



脏腑经络

天干地支的应用不仅限于时间医学，还深入到中医的诊断、治疗、养生等多个方面。



对应关系

天干地支与脏腑经络的对应关系，为中医诊断、治疗和养生提供了重要的理论依据。

五行生克

五行对应

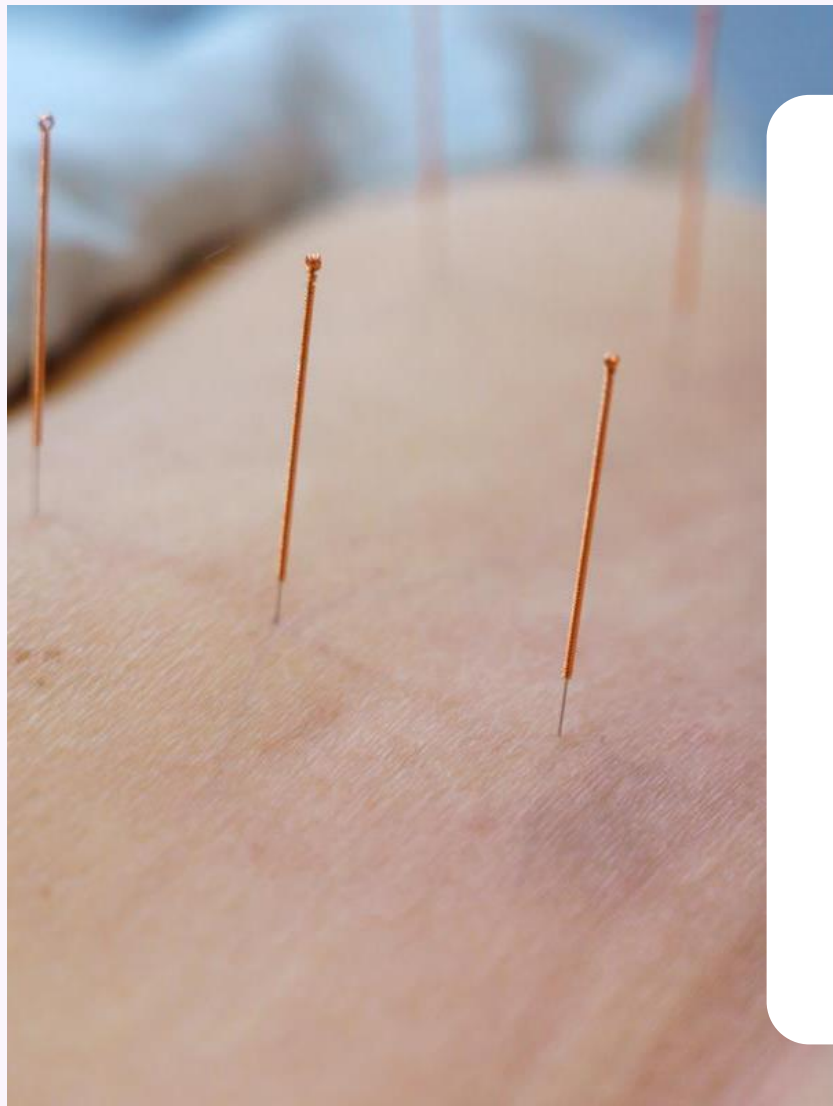
天干地支与五行相对应，中医通过分析患者出生年月日时的干支五行，判断其体质强弱、脏腑间的关系以及可能的疾病倾向。

生克关系

五行的相生相克关系帮助医生理解病症的相互影响和转化，从而制定更为精准的治疗方案。



针灸与推拿



脏腑功能

在选择治疗时机和穴位时，中医会考虑天干地支与脏腑经络的对应关系，以达到最佳治疗效果。

自我修复

在“甲”日进行针灸或推拿治疗，可能更有助于激发人体的自我修复能力。

饮食调养

01

调养身体

中医根据个人的天干地支属性和季节变化，推荐适宜的食物来调养身体。

02

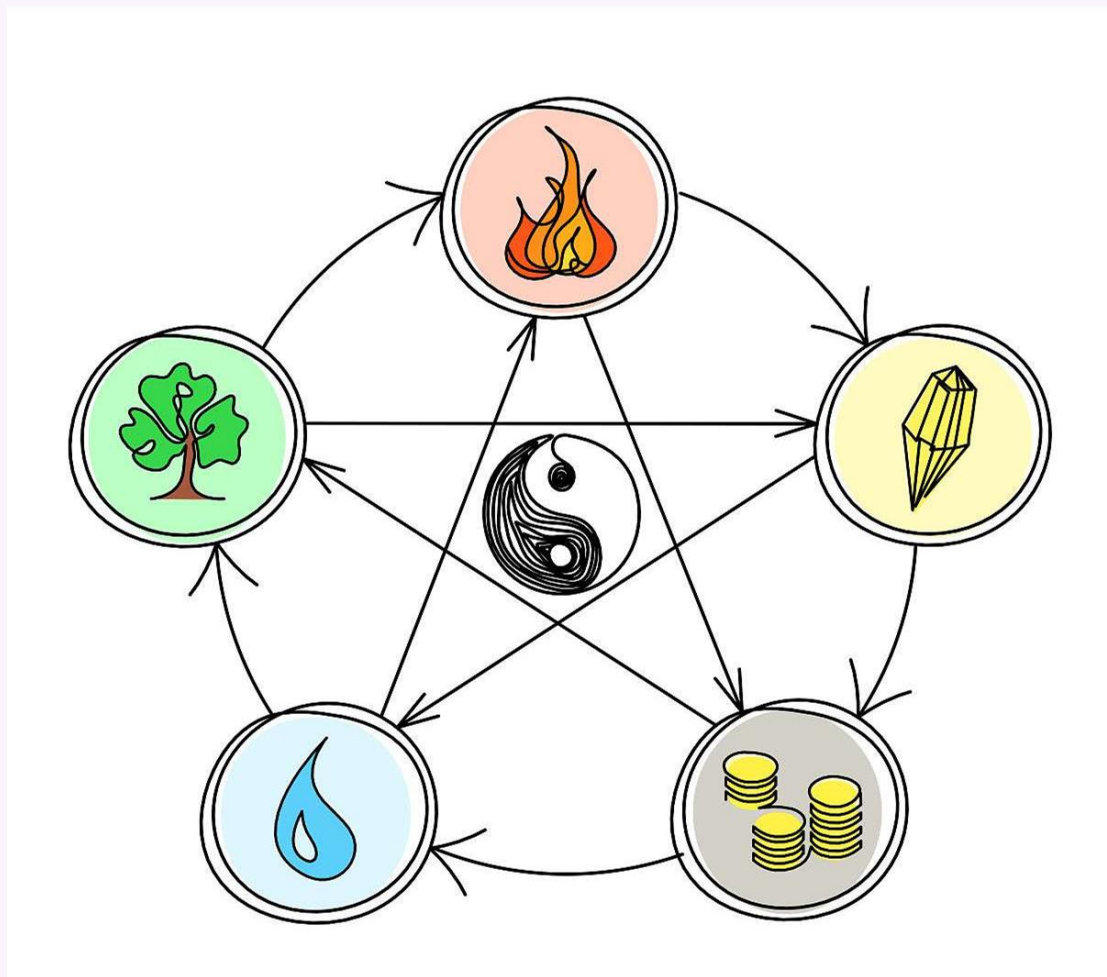
助肝气生发

属木之人（甲乙日出生）在春季应多吃绿色蔬菜，以助肝气生发。

03

防心火过旺

属火之人（丙丁日出生）在夏季则宜多食清淡食物，以防心火过旺。



生活作息

顺时养生

中医倡导“顺时养生”，即按照四季变化和一天中的时辰来安排作息。

小憩养心神

午时（正午）则是心经当令之时，小憩片刻有助于养心神。



睡眠养肝血

子时（夜半）是胆经当令之时，宜睡眠以养肝血。

预防疾病

通过遵循这种生活作息规律，可以有效预防疾病、保持健康。

情志调摄

调整心态

天干地支还对应着人体的情绪和心理状态，中医指导人们通过调整心态、情绪管理来预防疾病。

怒伤肝

属木之人（甲乙日出生）应注意控制情绪，避免过度愤怒以免伤害肝脏。



疾病诊断与预后

天干地支与病因分析

在中医诊断中，天干地支被用来分析疾病的病因、病机，结合生辰八字、发病时间及症状表现等信息，全面了解患者病情。

个性化治疗与转归预测

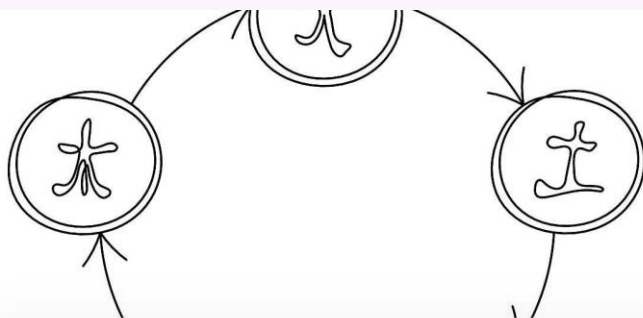
天干地支还用于推断疾病的转归和预后情况，为医生提供有价值的参考信息，制定个性化的治疗方案。



05

总结

总结



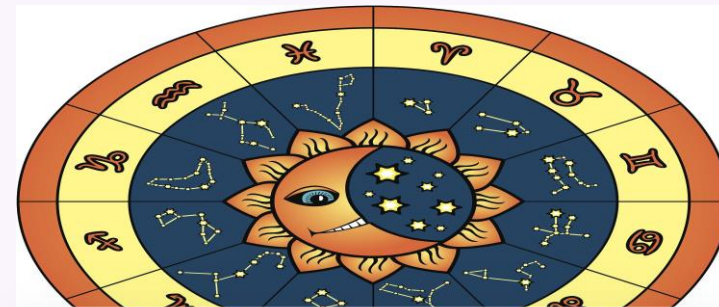
天干地支

天干地支作为中医理论体系中的重要组成部分，不仅具有时间记录的功能，更蕴含着丰富的生命信息和自然规律。



生命信息

通过深入挖掘天干地支与人体生理、病理、自然规律等方面的内在联系，中医能够更好地理解人体的运行机制。



预防治疗

天干地支指导中医预防和治疗疾病，通过掌握天干地支的知识和应用技巧，有助于提高中医学习和实践的效果。



THANKS

感谢观看

