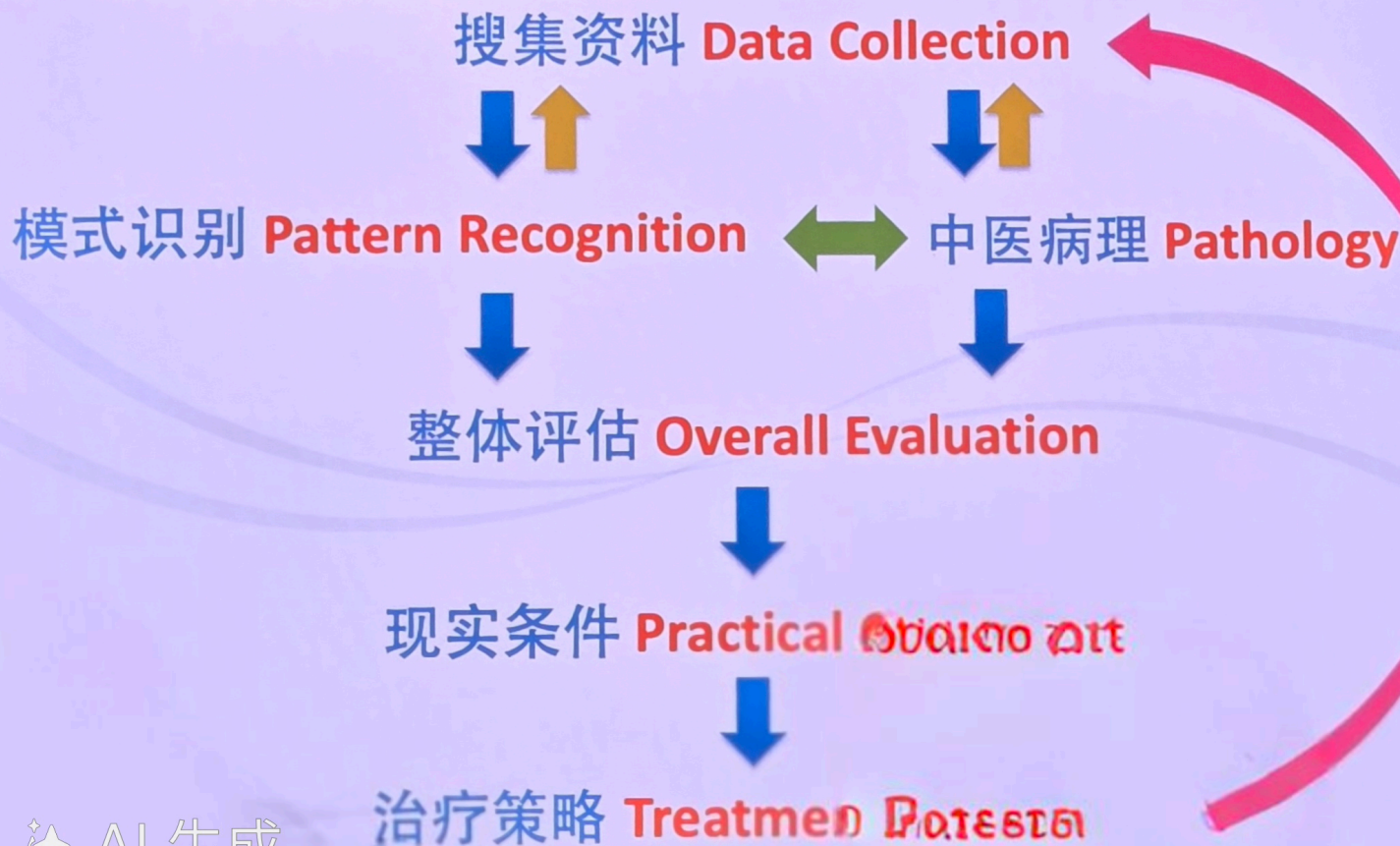
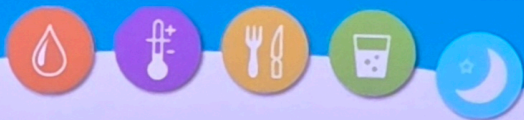


中医临床看诊



望闻问切



- **望诊**：神、面色、眼、舌、头发、皮肤、身体、动作、分泌物、排泄物、与人互动...
- **闻诊**：说话、呼吸、咳嗽、身体发出的各种声音、身体的各种气味、排泄物的气味...
- **问诊**：寒热、睡眠、饮食、口味、口渴、汗、各种痛症、五官、月经、性功能、大便、小便...
- **切诊**：脉诊、腹诊、耳诊、背脊、穴位、经络...

问诊：寒热



- 最近两三周有没有觉得体温不太正常？发烧、体温偏低，或早晚温差明显？大约多少度？
- 异常是持续的还是间歇性？一天中什么时候最明显？持续多久？
- 这一年来，平时手脚是暖的还是冷的？是否一年四季都如此？
- 身体怕冷、怕热、怕风？会不会忽冷忽热？会不会上半身热下半身冷、左冷右热、某个身体部位温度异常？
- 睡觉时会突然发热或发冷吗？
- 这些冷热感别人摸得到吗？还是只有自己感觉？
- 平时是否因天气变化特别容易感冒、患感冒或中暑？

问诊：流汗



- 白天流汗正常吗？运动、天热、吃饭时出汗和别人差不多吗？还是你特别多汗、少汗、无汗？
- 有没有特定时段或部位出汗，例如下午固定出汗、头汗特别多、身体不汗？
- 晚上睡觉有没有盗汗？盗汗时觉得冷还是热？
- 出汗时会伴随心悸、口渴、怕风、头晕吗？
- 汗液性质如何？清淡、黏腻、腥臭、黄浊？

问诊：睡眠



- 平常几点上床睡觉？多久能入睡？如果不固定，时间范围大约如何？
- 上床前一个小时内，是否喝很多水，或者一直玩手机、看电脑？
- 睡眠品质如何？夜里是否多次醒来？醒来时是否小便或大便？醒后多久才能再睡着？
- 是否多梦？梦境让你觉得惊恐、愤怒、悲伤、担心、思绪纷乱？
- 半夜是否打鼾、磨牙、呼吸中止？
- 几点起床？自然醒还是闹钟吵醒？起床后精神好不好？
- 白天容易疲倦吗？有固定时段特别想睡？
- 平时午睡吗？多半睡多久？午睡后精神改善吗？还是仍感疲倦或头晕？

问诊：胃口



- 每天三餐会按时感觉到饿吗？有没有不饿或突然饥饿？
- 每天三餐都有正常吃饭吗？还是不吃早餐，或者跳过某一餐？原因为何？
- 食量正常吗？有没有吃一点就饱或总觉吃不饱？
- 是否容易胃胀、反酸、恶心、打嗝？
- 味觉嗅觉正常吗？喜欢重口味还是清淡？偏甜、辣、酸、咸？
- 是否偏食？特别喜欢或讨厌的某种食物？
- 必须吃热的或冷的食物才觉得舒服吗？
- 最近饮食习惯有没有明显改变？体重有没有突然增减？

问诊：饮水



- 正常人大约每两个小时会有些口渴，需要喝水。平时多久会口渴？口渴时，会喝正常量的水、一口气喝很多水、少量慢慢喝，还是渴了也不太想喝水？
- 每天喝水量大约多少？
- 喜欢喝热水、冷水还是室温水？
- 平时常喝茶、咖啡、含糖饮料、酒类吗？是否用这些饮料来代替纯水？

问诊：大便



- 多久大便一次？一天几次？或者多少天才大便一次？
- 大多情况下，大便形状如何？香蕉状、颗粒状、松散、水样腹泻？干硬、软、黏稠？还是每几天便秘喝和腹泻交替？
- 有没有未消化的食物渣？
- 如果腹泻，是黄臭水样还是清稀水样？
- 大便颜色有异常吗？墨绿、灰白、黑便？有血吗？鲜红还是暗红？
- 大便有没有油脂、透明胶状物？
- 有没有痔疮、肛门下坠感、排便疼痛？

问诊：小便



- 平时多久小便一次？喝水后会不会很快就想尿？
- 正常的小便量大约三百到四百毫升，也就是大约将近两杯水，尿量偏多还是偏少？
- 尿液颜色是清、黄、褐、橘红、绿或其他异常颜色？
- 有没有泡泡、杂质、油质？
- 小便时疼痛或灼热感？
- 是否小便不易排出、力道不足、断续、滴漏、不尽？刚小便完又想再去小便？上床睡觉前得小便多次才放心？
- 是否容易漏尿、尿急忍不住、尿床？

问诊：妇科



- 正常月经周期，从是上次月经第一天到这次月经第一天，间隔是28天，你月经周期几天？是否提前、延后或不规律？
- 经期持续几天？量多的天数几天？量多的那几天，出血量正常吗？量减少后的那几天，出血量正常吗？
- 经血颜色鲜红、暗红、淡？有无血块？
- 经前或经期有头痛或偏头痛、乳房胀痛或刺痛、腰酸痛、腹痛、经痛、脚肿、肚子寒冷、怕冷怕热？
- 有白带、黄带吗？有异味吗？
- 经前或经期有容易生气、悲伤等情绪的起伏吗？
- 排卵期大约为上次经期开始后两 周左右，排卵期有无异常出血、腹痛或阴部疼痛、白带、黄带等

问诊：男性性功能



- 健康男性，早上快要起床时阴茎会自然勃起，称为晨勃。你大多时候都有晨勃、一周几天有晨勃，或者已经很少有晨勃，这样的情况多长时间了？
- 是否性欲过盛或低落？
- 性功能正常吗？是否勃起过久、勃起困难、硬度不足、早泄、无法射精就疲软？
- 是否有射精时疼痛、精液不足、精液有血迹、精液颜色或味道怪异等等的现象？大约多久了？
- 久坐或睪丸或阴部疼痛吗？

问诊：疼痛



- 身体有哪些部位疼痛、麻木、胀满、水肿吗？
- 疼痛是刺痛、胀痛、隐痛、抽痛？
- 发作时间是持续性或间歇性？一天中什么时候最明显？发生持续多久、频率如何、严重程度如何？有没有什么规律或行为条件下会发生会加重或减缓？
- 是否影响睡眠、情绪、正常活动？
- 你认为可能是受伤、关节炎、或者其它你能猜想到的原因吗？

问诊：情绪



- 最近心情如何？是否常紧张、焦虑、忧郁、沮丧、难过、易怒、担心？
- 曾经有过自残或自杀的念头？
- 工作生活压力大吗？和家人、朋友、同事关系如何？
- 专注力好吗？是否容易疲倦或头脑混沌？
- 有无胸闷、心悸、气短？何时加重或缓解？
- 当你感到疲惫时，是头脑疲惫不想做事、身体四肢无力、头脑和身体都累？

问诊：最近重大变化



- 最近是否搬家、换工作、家庭事故、手术、分娩，或其它重大事件？
- 是否长期服用某些西药、中药、西药、保健品？
- 是否常做三温暖、热瑜伽、艾灸、泡冰水浴等？
- 最近是否有突然减少或增加药物使用？
- 是否酗酒、抽烟、使用大麻或其它毒品？
- 是否有什么特殊情况希望医生知道的？