



输布失常，津液的生成和排泄之间推动平衡，从而出现津液的生成不足、耗散和排泄过多。

以致体内的津液不足；或是输布失常、排泄障碍，以致津液在体内的环流缓慢，形成水液滞留、停积、泛滥等病理变化。津液的代谢，是一个复杂的生理过程。由于多个脏腑的多种生理功能的相互协调，才能维持正常的代谢平衡。

简要地说，津液的生成、输布和排泄，离不开气的升降出入运动和气的气化功能。气的升降出入运动正常，津液的升降出入才能维持正常的平衡；气的气化功能健旺，津液才能正常地生成、输布和排泄。所以，气的运动和气化功能，实际上调节著全身的津液代谢。

从有关脏腑的生理功能来说，津液的生成，离不开脾胃的运化；津液的输布和排泄，离不开脾的散精、肺的宣发和肃降、肝的疏泄、肾和膀胱的蒸腾气化，以及三焦的通调。这些脏腑生理功能的相互配合，构成了津液代谢的调节机制，维持著津液的生成、输布和排泄之间的协调平衡。

因此，如果气的升降出入运动失去了平衡，气化功能失常，或是肺、脾、肾等有关脏腑和有关生理功能中，任何一脏或任何一种生理功能的异常，均能导致津液的代谢失常，形成体内的津液不足，或是津液在体内的滞留，从而内生水湿或痰饮。兹分述于后：

津液不足，是指津液在数量上的亏少，进而导致内则脏腑，外而孔窍、皮

毛，失其濡润滋养作用，因之产生一系列干燥失润的病理状态。多由燥热之邪或五志之火，或发热、多汗、吐泻、多尿、失血，或过用误用辛燥之剂等引起津液耗伤所致。

津和液，在性状、分布部位、生理功能等方面均有所不同，因而津液不足的病机及临床表现，也存在著一定的差异。津较清稀，流动性较大，内则充盈血脉，润泽脏腑，外则达于皮毛和孔窍，易于耗散，也易于补充。如炎夏而多汗，或因高热而口渴引饮；

气候干燥季节，常见口、鼻、皮肤干燥；大吐、大泻、多尿时所出现的目陷、螺瘪，甚则转筋等，均属于伤津为主的临床表现。液较稠厚，流动性较小，是以濡养脏腑，充养骨髓、脑髓、

脊髓，滑利关节为主，一般不易损耗，一旦亏损则亦不易迅速补充。

如热病后期或久病伤阴，所见到的舌光红无苔或少苔，唇舌干燥而不引饮，形瘦肉脱，肌肤皮毛枯槁，甚则肉？，手足震颤蠕动等，均属于阴液枯涸以及动风的临床表现。但须指出，伤津和脱液，在病机和临床表现方面虽然有所区别，但津和液本为一体，二者之间在生理上互生互用，在病理上互有影响。

一般来说，伤津时并不一定兼有伤阴脱液；而在脱液时，则必兼有伤津。故说津伤乃伤阴脱液之渐；液脱乃津液干涸之甚。

(本文作者现为加州执照中医师，加州五系中医药大学中医及针灸研究所博士生，洛杉矶道家学术基金会易经讲师)

津液的代谢，实质上即是津液的不断生成、不断输布和不断排泄的过程。津液的正常代谢，是维持体内津液的正常输布、生成和排泄之间相对恒定的基本条件。津液的代谢失常，也就是津液的

津液的代谢失常，也是津液的

津液的代谢失常，也是津液的