

中医体质分类判定表

中医体质分类判定表

平和质（A 型）

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
（1）您体力充沛吗？	1	2	3	4	5
（2）您容易疲乏吗？ *	1	2	3	4	5
（3）您说话声音低弱无力吗？ *	1	2	3	4	5
（4）您感觉胸闷不乐，情绪低沉吗？ *	1	2	3	4	5
（5）您比一般人耐受不了寒冷（冬天是寒冷，夏天的冷空调。电扇等）吗？ *	1	2	3	4	5
（6）您能适应外界自然和社会环境变化吗？	1	2	3	4	5
（7）您容易失眠吗？ *	1	2	3	4	5

吗?*					
判断结果： ☐ 是 ☐ 基本是 ☐ 否					
注： 标有*的条目须逆向计分，再用公式转化					

气虚质（B 型）

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
（1）您容易疲乏吗？？	1	2	3	4	5
（2）您容易气短（呼吸短促，喘不上气）吗？	1	2	3	4	5
（3）您容易心慌吗？	1	2	3	4	5
（4）您容易头晕或站起时眩晕吗？	1	2	3	4	5
（5）您比别人容易患感冒吗？	1	2	3	4	5
（6）您喜欢安静，懒得	1	2	3	4	5

(7) 您说话声音低弱无力吗?	1	2	3	4	5
(8) 您活动量稍大就容易出虚汗吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

阳虚质(C型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
(1) 您手脚发凉吗?	1	2	3	4	5

(2) 您胃腕部、背部、腰膝部怕冷吗？ *	1	2	3	4	5
(3) 您感到怕冷，衣服比别人穿得多吗？ *	1	2	3	4	5
(4) 您冬天更怕冷，夏天不喜欢冷空调、电扇等)吗？ *	1	2	3	4	5
(5) 您比别人更容易患感冒吗？ *	1	2	3	4	5
(6) 您吃（喝）凉的东西会感到不舒服或者怕吃（喝）凉的东西吗？	1	2	3	4	5
(7) 您受凉或吃（喝）凉的东西后，容易腹泻拉肚子吗？ *	1	2	3	4	5
判断结果： ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

阴虚质（D 型）

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
（1）您感到脚心发热吗？	1	2	3	4	5
（2）您感觉身体、脸上发热吗？	1	2	3	4	5
（3）您皮肤或口唇干吗？	1	2	3	4	5
（4）您口唇的颜色比一般人红吗？	1	2	3	4	5
（5）您容易便秘或大便干燥吗？	1	2	3	4	5
（6）您面部两颊潮红或偏红吗？	1	2	3	4	5
（7）您感到眼睛干涩吗？	1	2	3	4	5
（8）您感到口干咽燥，总想喝水吗？	1	2	3	4	5
判断结果： ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

痰湿型(E 型)

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
(1) 您感到胸闷或腹部胀满吗？	1	2	3	4	5
	1	2	3	4	5

(2) 您感觉身体沉重不轻松或不爽快吗?					
(3) 您腹部肥满松软吗?	1	2	3	4	5
(4) 您有额部油脂分泌多的现象吗?	1	2	3	4	5
(5) 您上眼睑比别人肿(上眼睑有轻微隆起的现象)吗?	1	2	3	4	5
(6) 您嘴里有黏黏的感觉吗?	1	2	3	4	5
(7) 您平时痰多,特别是感到咽喉部总有痰堵着吗?	1	2	3	4	5
(8) 您舌苔厚腻或有舌苔厚厚的感觉吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

湿热型(F 型)

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
(1) 您面部或鼻部有油腻感或者油亮发光吗？	1	2	3	4	5
(2) 您脸上容易生痤疮或皮肤容易生疮疖吗？	1	2	3	4	5
(3) 您感到口苦或嘴里有苦味吗？	1	2	3	4	5
(4) 您大便有粘滞不爽，有解不尽的感觉吗？	1	2	3	4	5
(5) 您小便时尿道有发热感、尿色浓（深）吗？	1	2	3	4	5
(6) 您带下色黄（白带颜色发黄）吗？（限女性回答）	1	2	3	4	5
(7) 您的阴囊潮湿吗？（限男性回答）	1	2	3	4	5

判断结果： ☐是 ☐倾向是 ☐否

瘀(G 型)

请根据近一年的体验和感觉，回答以下问题	没有根本无	很少有一点	有时有些	经常相当	总是非常
(1) 您的皮肤在不知不觉中会出现青紫瘀斑（皮下出血）吗？	1	2	3	4	5
(2) 您两颧部有细微红斑吗？	1	2	3	4	5

(3) 您身上有哪里疼痛吗?	1	2	3	4	5
(4) 您有额部油脂分泌多的现象吗?	1	2	3	4	5
(5) 您面色晦暗或容易出现褐斑吗?	1	2	3	4	5
(6) 您会出现黑眼圈吗?	1	2	3	4	5
(7) 您容易忘事 (健忘) 吗?	1	2	3	4	5
(8) 您口唇颜色偏黯吗?	1	2	3	4	5
判断结果: ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

气郁型(H 型)

请根据近一年的体验和感觉, 回答以下问题	没 有	很 少	有 时	经 常	总 是
----------------------	--------	--------	--------	--------	--------

	根本无	有一点	有些	相当	非常
(1) 您感到闷闷不乐。情绪低沉吗？	1	2	3	4	5
(2) 您精神紧张、焦虑不安吗？	1	2	3	4	5
(3) 您多愁善感、感情脆弱吗？	1	2	3	4	5
(4) 您容易感到害怕或受到惊吓吗？	1	2	3	4	5
(5) 您肋肋部或乳房胀痛吗？	1	2	3	4	5
(6) 您无缘无故叹气吗？	1	2	3	4	5
(7) 您咽喉部有异物感，口吐之不出，咽之不下吗？	1	2	3	4	5
判断结果： ☐ 是 ☐ 倾向是 ☐ 否					

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/268022001000006116>