

Puls differentiering Vol.8

	Pinyin	Dansk	Taktil beskrivelse	Billedlig beskrivelse	Tolkning	Ubalance mønstre	Typiske Kombinationer	Div.	
Dybde (viser hvor Qi er engageret af "noget")									
7 Overfladiske Pulse	Fu Mai 浮脉 (1)	Overfladisk Dette er den overordnede Overfladiske puls, de 6 efterfølgende er variationer	Flydende, Føles kraftig ved let tryk, aftager ved dybere tryk og genvinder fuld styrke når trykket lettes	Som træ der flyder på vand, hopper op til overfladen igen	Yang/Qi er i den ydre/øvre del af kroppen. 1) Ydre patogen (Xie Qi): Qi & Yang er i det ydre for at bekæmpe Xie Qi. 2) Yin /Xue Xu, kan ikke forankre Yang Qi, der stiger til overfladen. 3) Slim, fra Milt flyder over til Cou Li & skubber yang mod overfladen. (Se underinddelinger nedenfor)	Xie Qi i det Ydre Yin Xu Xue Xu kraftig Qi xu (& ved ekstrem Yang Xu), Madstagnation stag af slim i øvre Jiao.	+ Spændt + Hurtig + Langsom + Uden styrke + Tom under	Vind Kulde Vind Varme Ydre Vind Kulde Wei Qi Xu Indre Xu	<u>Yang Puls</u>
	Hong Mai 烘脉 (2)	Overflydende	Overfladisk + Stor / bred + Fuld / kraftfuld + Glat	Som en bølge der skyller op mod fingeren, kammer over og mister styrke. Kommer kraftigt, afgår roligt. Som oversvømmelse i flod, der strømmer ud og op over brinkerne. Hoved & krop, ingen hale.	1) Ekstrem Yang (Yang Wang) i øvre & ydre del af kroppen – Ydre Xie Qi transformeres til indre varme på Qi el. Yang Ming niveau, kampen mellem Xie og Zheng → varme der driver Qi + Jin Ye ud til overfladen. 2) Indre Varme (Nei Re / Nei Huo) fra kronisk ubalance i Zang Fu. (Yang = masser af Qi på samme sted)	Shi Varme (ekstrem)	+ Hurtig +Markant Overfladisk + Glat	↑ Varme Ydre Varme Slim-Varme	<u>Yin i Yang Puls</u> Ses ofte under feber
	Xu Mai 虚脉 (3)	Tom	Overfladisk + stor/bred + kraftløs, svag i dybden. (kan føles forholdsvis kraftig i overfladen)		1) Yin kontrollerer (forankrer) ikke Yang → flyder op & ud (Flaws) 2) Qi holder ikke puls samlet → Puls bliver bredere/større (Maciocia)	Yin X Xue Xu Qi Xu Jing Xu (sommervarme)	+ Hurtig	Yin xu varme eller Sommer varme	<u>Yin Puls</u>
	Ge Mai 革脉 (4)	Trommeskind <i>Ses sjældent i klinikken (Oftest forværring af 3, Xu Mai)</i>	Overfladisk + Bred og + Hård / spændt + Hul / Rodløs	Som udspændt trommeskind: hård & fast udenpå og ingenting nedeunder	Yang og Qi er stadig i øvre og ydre del af krop samtidig med massivt tab af Blod / Jin Ye på kort tid. Pulsen er hård og spændt da der stadig er Qi. Qi har endnu ikke fulgt blods forsvinden.	Xue Xu (akut, massivt) Jin Ye Xu (akut, massivt) Ekstremt Nyre Yin/Jing Xu			<u>Yin Puls</u>
	Kou Mai 芤脉 (5)	Hul (Løgstilk)	Overfladisk (let hård i overfladen) + Bred + Svag (Wu Li) + Hul/tom/ rodløs (Wu Gen) (har en klar afgrænsning når man ruller over pulsen)	Som en Løgstilk, let hård, rund & bred, men kollapser når man trykker hårdere. Som stilken på et forårsløg.	Ved pludseligt Blod eller Jin Ye tab, hvor Yang Qi stiger mod overfladen, da Blod /Yin ikke kan forankre det. (Overaktiv Yang) Ofte forværring af (3) Xue Mai (4) Ge Mai.	Xue Xu (akut, massivt) Jin Ye Xu (akut, massivt) Ekstremt Nyre Yin/Jing Xu	+Hurtig	Yin xu varme eller Sommer varme	<u>Yin Puls</u>

	San Mai 散脉 (6)	Spredt "scattered"	Overfladisk + Bred, meget svag. Ved let tryk føles den: 1) Uden kant på hver side af fingeren (≠afgrænsning) 2) Ikke i stand til at samle en bølge, bliver fragmenteret føles som prikker på fingerspids. Forsvinder v/kraftigt tryk (rodløs) (Giovanni: ikke nødvendigvis overfladisk, men blot "spredt" der, hvor man møder den)	Er beskrevet som flyvende blade eller fjer i vinden.	Kan være en videreudvikling fra Ge Mai og Kou Mai Alvorligt underskud af Yin & Blod → Yang flyder til overflade og øverst i kroppen. Qi Xu bevirker at blodkar mangler Qi til at holde inde. Karvæggen føles derfor utydelig.	Xue Xu (alvorligt) Yin Xu (alvorligt) + Qi Xu			<u>Yin Puls</u>
	Ru Mai 濡脉 (Ruan) (7)	Svampet	Overfladisk (kan kun mærkes overfladisk) + Fin = tynd (smal diameter) + Svag / Kraftløs (Wu Li) + Rodløs, forsvinder ved let tryk	Som en silketråd flydende på vandoverfladen	Yang i øvre & ydre del af kroppen. 1) Milt Qi Xu, der ikke kan transformere og transportere. Derved akkumuleres Fugt i midterste Jiao, "Tan Yin" (Vandigt Slim, der flyder over til Cou Li og skubber Yang mod overfladen). 2) Xue Xu pga. Milt Qi Xu.	Fugt + Qi Xu Xue Xu	+ Hurtig + Langsom	Fugt – Varme Fugt – Kulde	<u>Yin Puls</u> Korresponderer med sensommer
4 Dybe Pulse	Chen Mai 沉脉 (8)	Dyb Dette er den overordnede Dybe puls. De 3 efterfølgende er variationer	Dyb. Kan kun mærkes ved kraftigt tryk. Og styrken tage til når man presser dybere	1) Som en bomuldsugle på sand, blød på overfladen men stærk og stiv længere nede. 2) som en sten i vand, man kan kun finde den ved at føle i dybet.	Yang er i det Indre og nedre del af kroppen. 1) + Svag: ikke nok Yang til at løfte op til overfladen. 2) + Fuld: Xie Qi Blokerer for frit flow af Yang til overfladen.	Ubalance i det indre: Yang Xu Qi Xu, Qi stag. Madstagnation Slim & Fugt Xue stase Kulde	+ Langsom + Hurtig + Fuld + Spændt + Glat + Trådet	Indre kulde Indre varme Indre Shi (Xie) Indre stagn. Slim Fugt/Qi/Xue Xu	<u>Yin Puls.</u> Er mere normal om vinteren & hos overvægtige
	Rou Mai 弱脉 (9)	Svag	Mærkes kun i dybden, Dyb + Svag/kraftløs (Wu Li) Er uden styrke når man ruller over pulsen		Underskud i det indre: 1) for lidt Yuan Qi & Xue 2) for lidt Yang til at løfte op & ud	Qi Xu Xue Xu Jing Xu Yang Xu Ofte Nyre/Jing ubal.	+ Langsom + Ru	Yang Xu kulde Xue & Qi Xu	<u>Yin Puls.</u> Hos gamle, en naturlig følge af ældnings-Processen
	Fu Mai 伏脉 (10)	Gemt	Meget Dyb Tæt på knoglen, føles "skjult" Meget svag (Forværring af 9, Rou Mai)	Gemt under knoglen, "Jord i Jord" Pulsen findes "under senerne"	En videre udvikling af "Chen Mai" 1) Alvorligt underskud. 2) der kan også være Kulde, Toksisk Ild eller Slim, der blokerer Yang (Xie Qi kan "dukke op", hvis puls styrkes)	Ekstrem Yang Xu Kulde stag. i det indre	+ Hurtig + Langsom	Indre Varme Indre Kulde	<u>Yin Puls</u>
	Lao Mai 牢脉 (11)	Låst (Hæmmet, "fanget")	Meget dyb + Lang + Fuld / kraftfuld + Hård, fast & strenget puls	Som en guitar streng, føles kun dybt nede, hård og fast "Jord i Jord"	Yang er fanget i det Indre, enten af Xie qi (Indre Kulde), Xue stase → Smerte!	Kulde Qi stagnation Xue stase Madstagnation	+ Langsom + Ru	Indre Shi Kulde Xue Stase	<u>Yang i Yin Puls</u> En alvorlig ubalance

Hastighed (udtryk for Varme – Kulde forhold i kroppen)

Hastighed (udtryk for Varme – Kulde forhold i kroppen)									
Hurtige Pulse	Shu Mai 倏脉 (12)	Hurtig Hurtigere end 90 BPM. (tæl 15 sek. Og gang med 4) (Traditionelt) Eller over 5 slag pr. respirations cyklus. (behandlerens egen) Kan føles ”fremme på beatet”	<i>Pulsen behøver ikke at være hurtig selv om der er varme tilstede: evt. Fysisk aktivitet Alderdom Fugt-varme Slim Kombineret Varme & Kulde Ny Yin Xu + Yang Xu Falsk varme – Sand Kulde</i>	Hurtig puls er tegn på Varme. Varme øger aktiviteten af Qi & Xue, der agiterer Hjertet. Yang Qi styrer pulsens hastighed. Accelererer Yang Qi, vil pulsen stige, dette kan ske enten på baggrund af. 1) Overaktiv Yang skaber Varme 2) Yin Xu kan ikke forankre Yang (Kaotisk separation af Yin & Yang som følge af Traume) 3) invasion af Ydre Varme	Varme	+ Svag/ Overfladisk/ Tom + Fuld + Overfladisk + Glat + Dyb	Yin Xu Varme Shi Varme Invasion af Ydre varme Slim-Varme/ Fugt-Varme Indre Varme	<u>Yang Puls</u> Varme skabes også af naturlige processer. f.eks. fysisk aktivitet, Chok, opstemthed, nervøsitet, seksuel ophidselse.	
	Ji Mai 疾脉 (13)	Ilende (Meget hurtig) ”Racing” Hurtigere end 120 BPM. (Traditionelt) Over 7-8 slag pr. respirations cyklus. Er som Hurtig Puls, bare hurtigere.		Overskud af Ild/Yang der udtørre Yin. Yin & Yang er under adskillelse, Xue pumpes mangelfuldt (Hjerte flimrer)	Ekstrem varme	+ Svag + Fuld + Overfladisk + Dyb + Glat	Yin Xu Varme Shi Varme Invasion af Ydre Varme Indre Varme Slim-Varme / Fugt-Varme	<u>Yang puls</u> Sjældent i almindelig praksis	
Langsom	Chi Mai 迟脉 (14)	Langsom Ofte under 60 BPM. (Traditionelt) Eller mindre end 4 slag per respirations cyklus		Kulde. Opstår pga. 1) Yang Xu (kulde) der ikke kan bevæge blod hurtigt nok. 2) Kulde (Shi) blokerer for Yang og hæmmer Xue i sin bevægelse ved at trække blodkarrene sammen.	Yang Xu Shi Kulde	+ Svag + Fuld / spændt + Overfladisk + Dyb + Glat	Yang Xu Shi kulde Invasion af Ydre Kulde Indre Kulde Slim- / Fugt Kulde	<u>Yin Puls</u>	
	Huan Mai 缓脉 (15)	Moderat 1, Normalpuls, men ses stor set aldrig da vi alle i en eller anden grad har ubalancer. 2, Lettere langsom (50 – 60 BPM)	Som forårsvinden der blæser i piletræet	1) Normal puls, balanceret Yin & Yang. 2) Patogen puls: for megen fysisk aktivitet / for lidt hvile. Qi på overarbejde i længere tid.	1) Balance 2) Qi Xu	+ Overfladisk + Dyb + Ru + Langsom & Tynd	Ydre Fugt eller Vind Fugt stagnation Xue Xu Yang Xu	<u>Balanceret Yin & Yang</u>	

Styrke (Udtryk for Shi eller Xu tilstand)

Styrke (Udtryk for Shi eller Xu tilstand)									
Fuld	Shi Mai 实脉 (16)	Fuld	Fuld / Kraftig Bred Hård/spændt Lang - I alle 3 Niveauer		Overskud tilstand af enten kulde eller varme.	Shi tilstande	+ Langsom	Shi Kulde	<u>Yang Puls</u>
							+ Hurtig	Shi Varme	
							+ Spændt	Shi Kulde	
							+ Glat	Slim	
Tom	Tom puls indgår i kombination med andre kvaliteter (Se ovenfor og nedenfor)								
Bredde (Qi & Yang holder Blod inde – Yin & Blod giver pulsen fylde)									
Bred/Stor	Da Mai 大脉 (-)	Stor	Bred = Stor diameter. Flyder over sine grænser		Da Mai, tages ofte ikke med i pulsbeskrivelse, da den aldrig optræder alene.	Varme	+ Fuld	Shi Mai	<u>Yang Puls</u>
							+ Svag	Xu Mai	
							+ Moderat	Varme	
Tynd/Fin	Xi Mai 细脉 (Xiao) (17)	Trådet/Fin (også kendt som Xiao Mai "Lille Puls")	Som en tråd Tynd (i diameter) Svag (Wu Li) Blød	Føles som en tynd silke tråd "Edderkop Silke", blød og luftigt. Men mærkes tydeligt. (Alternativ beskrivelse: Trådagtig = blødt luftigt garn uden fast struktur = uden substans)	Der er ikke Xue (Yin & Jin Ye) nok til at fylde blodårerne ud, og der er ikke Qi nok til at give pulsen styrke. Enten pga. Qi Xu eller Fugt.	Xue Xu Qi Xu Yin Xu	+ Hurtig	Yin Xu varme	<u>Yin Puls</u>
							+Langsom	Qi/Xue Xu + kulde	
	Wei Mai 微脉 (18)	Minimal/ Kraftløs <i>Er en mere ekstrem udgave af den Trådede Puls</i>	Ekstrem Fin, Kraftløs (Wu Li) "Forsvindende" Bliver af og til væk Knap følbart		Samme mekanismer som i Xi Mai	Ekstrem Qi Xu Ekstrem Yin Xu Ekstrem Xue Xu Ekstrem Jin Ye Xu	+ Hurtig	Yin Xu Varme	<u>Yin Puls</u> Udvikles pulsen under sygdom er det alvorlig! Hos rask person er det ikke alvorligt
							+ Langsom	Qi/Xue Xu + Kulde	
							+ Ru	Xue xu	

Puls længde

Puls længde									
Lang	Chang Mai 长脉 (19)	Lang	Kan føles ud over Cun & Chi position, oftest op ad armen.		Den lange puls, er enten: 1) Konstitutionel, sund, et udtryk for der er rigeligt qi i midt Jiao og at øvre & nedre jiao kan kommunikere gensidigt. 2) Varme, altid i forbindelse med andre pulskvaliteter, ofte pga. overaktiv Lever Yang	Ping Mai – sund puls Varme (ofte Lever) Oprørsk Lever Qi	+ Hurtig	Varme	<u>Yang Puls</u>
							+ Strengt	Oprørsk Le Qi	
Kort	Duan Mai 短脉 (20)	Kort	Føles kortere end en normal Puls, Den generelle puls mærkes kun i 1, Guan + Chi 2, Guan + Cun Eller: 3, Guan	Når Pulsen kun føles i Guan, beskrives den som: "Kort, uden Hoved & Hale" Eller som en skildpadde, der trækker hoved og ben ind i skjoldet	1) Pulsen når ikke frem til Cun Position, da Milt Qi ikke løfter klar Yang til Hjerne og Lunger. 2) Puls føles kun i Cun og Guan position, da der er Xu i nedre Jiao. Yang er ikke rodfæstet. 3) Pulsen føles kun i Guan. Qi er "fanget" i Midterste Jiao. Stagnation af Qi, Blod, Slim eller Mad.	1, Milt Qi Xu 2, Yin Xu 3, Qi stagnation, Mad stagnation	+ uden styrke	Qi Xu	<u>Yin Puls</u>
							+ Fuld	Stagnation	
							+ Fuld & Hurtig	Stagnation der skaber Varme	
							+ Glat	Slim Stagnation	

Form, Konsistens & Kvalitet (Div. andre Pulse)

Strengt	Xian Mai 弦脉 (Gan) (21)	Strengt	Pulsen er hård/ tynd/ presser tilbage mod fingeren. Mærkes bedst ved at "Presse & løfte". Når man løfter langsomt, føles det som om pulsen har travlt med at komme op til overfladen igen. Samt ved at "Skubbe", glid med huden op og ned, som et vibrato, arterien kan mærkes som én lang streng.	Som en spændt buestreg, en tynd guitar E-streng. "Rammer fingrene".	Den strengede puls er tegn på øget spænding/forstyrrelse i puls flowet. En af leverens funktioner er at sikre et frit, fleksibelt og blødt flow af Qi i kroppen. Strengt Puls afspejler Stagnation af Qi.	Lever Ubalancer Lever Qi Stagnation Xue stase Stagnation af Slim Smerte	+ Hurtig	Stagnation der skaber Varme	<u>Yang Puls</u> Hører til foråret
							+ meget hurtig	Lever Ild	
							+ Langsom	Kulde stagnation i Lever Mai	
							+ Glat	Slim	
Spændt	Jin Mai 紧脉 (22)	Spændt ("Rebagtig")	Spændt, stram Bredere diameter (end strengt puls) Kan føles i de 3 dybder. Dybden afgør hvor problemet findes.	Som spændt, stramt, snoet reb. Er bredere/tykkere end Xian mai (Mere Qi og Blod end Xian Mai)	Pulsens frie flow er dæmpet pga. Kulde eller smerte der stagnerer Lever Qi.	Kulde Smerte	+ Langsom	Kulde	<u>Yang i Yin Puls</u> Flaws: " den ses ikke ofte i vesten & ses mest hos fysisk hårdt arbejdende mænd
							+ Overfladisk	Invasion af Vind Kulde	
							+ Dyb & Fuld	Indre Shi Kulde	
							+ Dyb & Svag	Yang Xu Kulde	
							+ Glat	Kulde + Slim Stagnation	

Ru	Se Mai 涩脉 (23)	Ru (Hakkende)	Føles tynd, "3 & 5 Puls" dvs. pulsslaget stiger & falder både i styrke & tempo. Hvis man gentager pulstælling, vil den være forskellig fra gang til gang. Springer ikke slag over. Kan også føles hakkende, tør, "knytrende", som sandpapir under fingrene, eller negle ned over en skiffer tavle.	Som at skrabe en kniv ned over bambus: 1, led kommer med skiftende interval 2, led kommer med skiftende størrelse 3, kniven giver en ru, hakkende, tør følelse. Pulsen kan sammenlignes med en bæk der begynder at tørrer ud.	Qi & Xue bevæger sig ikke frit. Pulsen har mistet sin sunde glathed pga. for lidt Xue i årene.	Xue Xu Xue stagn. Forhindrer dannelse af nyt Blod. Jin Ye Xu Jing Xu	+ Trådet + Fuld + Svag + Svampet + Dyb + Bundet	Qi + Xue Xu Xue Stagnation Qi + Xue Xu Qi + Xue Xu med fugt Qi + Xue Xu Xue stagnation pga. Xu eller Shi Kulde.	<u>Ofte Yin Puls</u>		
	Glat	Hua Mai 滑脉 (24)	Glat	Føles, blød, rund, glat Smutter, er olieret, Fedtet. Den "glider" under fingrene.	Glat og blød, som at rulle perler i en skål. Som et stykke våd sæbe mellem hænderne. Som at smutte mandler. Klassisk " som vanddråber på en ands ryg"	Kan være en normal sund puls "Ping Mai", der har rigelig "You Wei" (Mave Puls). Når pulsen er patogen (Bing Mai) er det et tegn på Slim eller Fugt. Fugt/Slim stagnation skaber Varme, Varme får puls til at flyde hurtigere gennem blodkar, Fugten gør at Varmen ikke udtørre Jin Ye. Samlet giver det glat puls.	Slim Fugt Madstagnation Varme Graviditet	+ Overfladisk + Dyb + Hurtig + Langsom + Stor+ Svag	Vind Fugt/Slim Slim, Fugt eller Madstagnation Slim – Varme / Fugt – Varme Fugt – Kulde/ Slim – Kulde Slim Varme Qi Xu → Fugt/Slim	<u>Yang i Yin Puls</u>	
		Vibrerende	Dong Mai 动脉 (25)	Vibrerende (Bevægende)	Glat Hurtig Fuld Kort Mærkes ofte kun i Guan, "uden hoved & hale" Konstant vibrerende Selvom Dong Mai er en underkategori af "hurtige Pulse", er der ikke nødvendigvis Varme tilstede.	Ryster, rejser sig op som en (roterende) "Vibrerende Bønne" Som om den ikke kan bevæge sig.	Chok, traume, frygt, akut/ekstrem smerte. PTSD. Fysisk og emotionel nødssituation (evt. kronisk) Qi i kaos, Separation af Yin & Yang. Qi's 4 retninger har mistet deres koordinering. Qi & Xue mister deres gensidige næring & bevægelse - og skaber pulsen.	Chok Ekstrem/akut Smerte PTSD		<u>Yang Puls</u>	
			Uregelmæssige Pulse (springer slag over)								

3 uregelmæssige Pulse	Jie Mai 结脉 (26)	Knudret (Bundet)	<u>Springer hjerteslag over</u> Langsom Springer slag over med uregelmæssigt interval		Hjertet bevæger ikke Xue frit pga.: 1) Yin Kulde 2) Akkumulation af Xie Qi i det indre 3) Slim /Xue Stagnation 4) Hjerte Yang/Qi Xu	Kulde Qi stagnation Xue stase Slim/Madstagnation Hjerte Qi/Yang Xu	+ Fuld + Svag	Kulde stag. i det Indre/Qi stag/ Xue stase/ Slim el. Mad stag. Hjerte Qi Xu/ Hjerte Yang Xu	<u>Yin Puls</u>
	Dai Mai 代脉 (27)	Afbrudt	<u>Springer hjerteslag over</u> Mere langsom Stopper med regelmæssigt interval (pausen kan være skræmmende lang)	Ofte over en lang cyklus helt op til 50 slag.	Tegn på at Zang organer er udmattede, specielt Hjerte Qi Xu. Qi er for svag til at holde Xue i bevægelse. Er pauserne ved hver 4. slag eller hyppigere er det en alvorlig situation. Hjerte arytmie som skal tilses af læge!	Zang organ ubalancer. Stag. af Slim / Xue / Hj Qi Hjerte Yang Xu			<u>Yin Puls</u> Ses ofte hos Ældre patienter. Hjerte Arytmie
	Cu Mai 促脉 (28)	Springende	<u>Springer hjerteslag over</u> Hurtig (+ 90 BPM) Springer slag over med uregelmæssigt interval	Som snublen under hurtig fortravlet gang. Som om hjertet slår så hurtigt, at pulsen ikke kan følge med.	Opstår pga. af Varme eller Ild. 1) Overaktiv Hjerte Yang → Hjerte Varme/Ild. 2) Xie Qi + stagnation af Qi Xue eller Slim	Ekstrem varme Der spreder sig til Hjertet, Udmattet Hjerte Qi & Yang, Hjerte Ild	+ Kraftig + Svag + Meget svag	Shi varme Ekstrem Yin Xu Yin & Yang er begyndt at separere	<u>Yang Puls</u> Alvorligt når pulsen springer hvert 5-7 slag over. Hjertetilfælde

Kilder:

- Li Shi Zhen "Bin Hu Ma Xue" (Pulse Diagnosis).
- Lu Yubin "Pulse Diagnosis"
- Ted Kaptcuck "The web that has no weaver"
- Bob Flaws "The secrets of Pulse Diagnosis"
- Giovanni Maciocia "Foundations of Chinese Medicine"
- Nigel Ching "Kunsten at diagnosticere med Kinesisk Medicin"
- Kurser v. Giovanni Maciocia, Bob Flaws m.fl.
- Kompendiet er udarbejdet i samarbejde mellem Joachim Hauser & Lars Schuster