

雾霾与肺系疾病相关性的中医理论认识探微

刘 敏 吴 倩 马玉玲 曾秀娣 曹 勇

(暨南大学医学院,广东广州 510632)

摘 要 环境污染造就了雾霾这一致病邪气。雾霾于秋冬季节多发。中医认为,雾霾的本质实属燥浊邪毒范畴。肺为娇脏,喜润恶燥,易受外邪侵袭。雾霾致病多因燥浊邪毒由口鼻而入,侵袭肺卫所引起一系列肺系疾患。当今要全面诊断和治疗肺系疾病,亦不可忽视雾霾这一重要致病因素。

关键词 雾霾 肺系疾病 燥浊邪毒

中图分类号 R256.1

文献标识码 A

文章编号 1672-397X(2014)10-0016-02

随着社会科技的不断进步,生产生活逐渐趋向工业化,这一过程在带来经济效益增长的同时,也加剧了对自然环境的破坏。“雾霾”就是近年来人们较为关注的一个环境变化,据统计显示内地今年雾霾平均日数为1961年以来第一高值,而中国500个城市中仅1%空气质量达标。2013年1月雾霾事件造成的全国交通和健康的直接经济损失约230亿元,雾霾事件中仅急(门)诊健康终端的经济损失占总直接损失的98%。此外,空气污染曾经在许多国家引起关注。比如,1952年12月,英国首都发生骇人听闻的“伦敦烟雾事件”,四天时间死亡人数就达4000多人,两个月后,又有8000多人陆续丧生^[1]。现将雾霾与肺系疾病相关性的中医理论认识浅探如下。

1 雾霾的定义

古书《尔雅》上记载:“风而雨土曰霾”,而今,中国气象局《地面气象观测规范》中对“霾”的定义是:“大量极细微的干尘粒等均匀地浮游在空中,使水平能见度小于10公里的空气普遍浑浊现

象,霾使远处光亮物体微带黄、红色,使黑暗物体微带蓝色。”雾霾是雾和霾的统称。两者相互联系又有所区别。雾是大气中悬浮的水汽凝结致使能见度低于1千米时的天气现象。霾,又称灰霾(烟霞),是指硫酸、硝酸、有机碳氢化合物等粒子及空气中大量的灰尘颗粒悬浮集聚而形成的浑浊现象。

2 雾霾对人体健康的危害

雾霾不仅对人们的日常生活及出行带来不便,也对人类的健康造成了极大的威胁。据报道,中国每年因城市大气污染而造成的呼吸系统门诊病例在35万人以上,而且呈逐年增加之势^[2]。雾霾天气,空气中的可吸入性颗粒物增多,尤以有机污染物为主,成分复杂,直径小,可随呼吸而进入支气管、细支气管最后沉降于肺泡,引起支气管炎、肺炎,诱发哮喘,加重老慢支和肺气肿等急慢性呼吸道疾病。另外,长期生活在雾霾环境中,会提高肺癌的发病率^[3]。钟南山院士指出,雾霾天气比香烟更易致癌。近30年来,中国公众场所吸烟率不断下降,肺癌患

5 妙用藤类

藤类入络源于取类比象之意。《本草便读》:“凡藤类之属,皆可通经入络。”藤类蔓延缠绕,犹如网络,纵横交错,无所不至,形如络脉。因此,随证可加络石藤、海风藤、忍冬藤、鸡血藤、大血藤等藤类药物以理气活血,散结通络。

6 参考文献

- [1] 清·叶天士.临证指南医案.北京:人民卫生出版社,2006
- [2] 烟建华.内经选读.北京:学苑出版社,2004
- [3] 谢忠礼,韦大文.从《临证指南医案》探讨叶天士络病学说

的主要思想.河南中医学院学报,2006,21(1):15

- [4] 明·马蒔.黄帝内经灵枢注证发微.北京:学苑出版社,2007
- [5] 朱慧萍.叶天士治奇络病法则及用药特色.中华中医药杂志,2009,24(1):13

第一作者:钱月慧(1971-),女,硕士,副教授,从事中医教学和临床工作。eqih@163.com

收稿日期:2014-06-08

编辑:傅如海

病率却上升了4倍多。这必须引起人们的警惕及重视。

此外,雾霾还容易增加心脑血管疾病发病的风险,如引起冠心病、促发中风;可吸入悬浮颗粒刺激眼、鼻、咽喉及皮肤,可引发结膜炎、过敏性鼻炎、咽炎及过敏性皮炎等。

3 中医理论阐释雾霾与肺系疾病发生发展的相关性

3.1 中医整体观念 所谓整体观念即认为人体自身及人体与外界环境是相统一的。人体是一个有机的整体,构成人体的各个组成部分在结构上不可分割,在功能上相互协调,在病理上相互影响。此外,人体与自然界也是密不可分的,自然界的变化随时影响着人体,人类在能动地适应自然和改造自然的过程中维持着正常的生命活动。然而,人类对自然界的改造应有度且顺应自然发展的客观规律,因为一旦人类在改造自然的过程中打破了与自然界协调相处的平衡点时,自然界就会以它的手段来报复人类。雾霾的产生就是一个很好的例子。

3.2 雾霾为致病邪气,易于侵袭肺脏 雾霾成分复杂,其气态污染物主要是二氧化硫、氮氧化物、一氧化碳及烃类等有毒物质,而气溶胶粒子中含有二氧化硅、石棉、铅、汞等重金属,其中对健康影响巨大的主要是直径小于 $10\mu\text{m}$ 的气溶胶粒子,如矿物颗粒物、硫酸盐、硝酸盐和汽车废气等,这些有毒的有机物,经呼吸作用和血液循环作用而影响全身,它们在人体中不断积累,对人体多种内脏器官有致癌、致畸和致突变作用^[4]。《类经》中有“金郁之发……大凉乃举,草树浮烟,燥气以行,霖雾数起”之说,金风至则燥气行,阴气凝则霖雾起。中医的病因学说是据证求因。秋冬季雾霾期大量涌入的呼吸系统疾病门诊患者,其症状集中表现为口鼻干燥,鼻黏膜出血,干咳,黏痰难咯,甚或痰中带血丝^[5]。由此可见,雾霾属外邪范畴,主要是燥浊邪毒侵袭人体致病。

肺脏在五脏六腑之中位居最高,经由口鼻等器官与外界环境相通,称为“华盖”,有覆盖和保护诸脏、抵御外邪的作用,故外感邪气首先侵袭肺脏。又肺为娇脏,不耐外邪侵袭,燥邪犯肺,容易致使肺气失宣,气机失调,从而出现咳嗽、咳痰等症状,鼻为肺之窍,肺脏感邪亦会出现鼻塞、流涕等症状。

3.3 雾霾好发季节与肺病多发关系 燥是秋天的主气,因肺为清虚之脏,喜润恶燥,秋季本易出现一系列燥邪犯肺的表现,如口干、多饮、干咳、鼻痒、皮肤干燥脱屑等,此皆因燥邪易致津液匮乏,机体干

枯不润所致。雾霾多发于秋冬季节,属燥浊邪毒范畴,与秋之燥气相辅相成,致邪毒强大,可见患者急性起病,病情进展快,症见咳嗽剧烈,痰多色黄,甚则高热,神昏谵语,病情危重。

3.4 雾霾影响心情,损耗正气 雾霾天,终日雾霾缭绕,太阳光弱,人体中的松果体会分泌出较多的松果体素,它使得甲状腺素、肾上腺素的分泌减少。甲状腺素、肾上腺素是唤起细胞工作的激素,一旦减少,就会导致细胞不活跃,人便会处于抑郁状态,情绪低沉,很容易感觉到疲惫^[6]。情志因素常常会影响人体的生理功能,抑郁、低落等负面情绪在一定程度上会耗伤人体正气,引起气虚,气虚无法固摄肌表,人体抵抗能力减退,致使外邪更易侵袭肺卫,耗伤肺金,引起肺失濡润之症。

4 雾霾致病的预防保健

“虚邪贼风,避之有时”,雾霾天要尽量减少室外活动,如需外出,可佩戴口罩以避免与外界邪气的直接接触。另外,中医食疗对于雾霾所致的肺系疾病有着预防及改善作用,如猪血、莲藕、芹菜可帮助提高肺脏排除异物的功能;银耳莲子羹、百合、冰糖雪梨可以润肺化痰生津;黄芪炖鸡、人参、大枣、白术可补气健脾,增强机体抵抗力;燕麦、大豆、橙子可以改善情绪,疏解郁结之气。

5 结语

雾霾,秋冬多发,属燥浊邪毒,易袭肺脏,肺属娇脏,为华盖之官,心之上属,开窍于鼻,易受外邪损害。雾霾致病多因燥浊邪毒由口鼻而入,伤及肺卫,从而引起一系列肺系疾患。雾霾的出现与当今肺系疾病的多发有着不可忽视的关系。综上所述,为了人类可持续发展战略的顺利实施,政府调控、生产生活方式的改善及相关研究的开展也变得越来越有必要,迫在眉睫!

6 参考文献

- [1] 雾霾中国.[OL].[2013-01-15].<http://www.infzm.com/content/85163>
 - [2] 谭敦民.雾霾与肺癌.百科知识,2010(4):48
 - [3] 许慧慧,张江华.雾霾对健康的影响与预防.生命与灾害,2013(2):6
 - [4] 潘铭.浅谈雾霾对人体健康的影响.微量元素与健康研究,2013,30(5):65
 - [5] 张沁园,刘静,张思超,等.浅论秋冬季雾霾期呼吸系统疾病的辨治.山东中医杂志,2014,33(2):83
- 第一作者:刘敏(1988-),女,硕士研究生,中医内科学(呼吸方向)专业。

通讯作者:曹勇,tcaoy@163.com

收稿日期:2014-07-01

编辑:傅如海