

益肾调督疗法治疗心肾不交型不寐的理论探讨

(1.广西中医药大学第一附属医院,广西南宁530023; 2.广西中医药大学,广西南宁530001)
庞勇¹ 谭磊²

摘要 心肾不交型不寐主要是由于心火不降、肾水不升导致火炎于上,水亏于下,水火不济,心肾无以交通以致心神失养而经常不能获得正常睡眠为特征的一类病证。益肾调督疗法结合督脉与脑、心及肾的相互关系,通过益肾填精及通督调神使肾水上达于心以安君火,君火下临于肾以温肾水,兼以补养脑髓,从而实现心肾交通,水火既济,心神安宁。

关键词 不寐 心肾不交 益肾调督

中图分类号 R256.23

文献标识码 A

文章编号 1672-397X(2014)12-0008-03

不寐,中医古籍亦称“不得卧”、“不得眠”、“目不瞑”,是指以经常不能获得正常睡眠为特征的一种疾病。轻者表现为入睡困难,或入睡后易被惊醒,醒后不能再入睡;严重者表现为整夜不能入睡,常伴有头痛、头晕、健忘等。长期不寐易引起病人心烦意乱、焦虑、抑郁或恐惧心理,导致精神活动率降低,妨碍社会功能。中医认为不寐的病位主要在心,与肝、脾、肾的气血阴阳及脑功能失调有关。中医学对不寐的辨证治疗可以根据临床表现据证分型^[1],其中以心肾不交型最为多见。而心肾不交型不寐主要是由于心火不降、肾水不升以致火炎于上,水亏于下,水火不济,心肾无以交通所致。目前,西医普遍采用相关镇静药物治疗该病,疗效不佳,且易使患者产生耐药性及成瘾性。近些年来,一些中医医家提出从督脉论治该

病的治疗思路,而益肾调督疗法正是在此基础上结合督脉与脑、心及肾的相互关系,通过益肾填精及通督调神使肾水上达于心以安君火,君火下临于肾以温肾水,兼以补养脑髓,从而实现心肾交通,水火既济,心神安宁。现将该法简要探讨如下。

1 通督调神的理论基础

1.1 督脉与脑的相互关系

脑为奇恒之腑,为精髓汇聚之处,元神所居之腑。《素问集注》曰:“诸阳之神气,上会于头,诸髓之精,上聚于脑,故头为精髓神明之腑。”《素问·脉要精微论》记载:“头者,精明之腑。”可见,人体的精神活动与脑密切相关。督脉起于小腹内,下出于会阴部,向后、向上行于脊柱的内部,上达项后风府,进入脑内,上行巅顶,沿前额下行鼻柱,止于上唇内龈交穴。《难经·第二十八难》曰:“督脉者,起于下极之俞,并于脊里,上至风府,入属于脑。”《素问·

骨空论》曰:“督脉者,起于少腹以下骨中央……与太阳起于目内眦,上额交巅上,入脑络,还出别下项……上系两目之下中央。”从循行上分析,督脉不仅主干直接入属于脑,其分支又络于脑,可见督脉与脑有着直接或间接的联系。且督脉为“阳脉之海”,起着总督诸阳的作用,故督脉脉络瘀阻、运行不畅则会导致脏腑精微及经脉之气不能上注于脑以养脑益髓,清阳之气不能上升以供神明之用,故而出现睡眠障碍及情绪焦虑抑郁。在治疗方面,督脉通髓达脑,是传输精气的重要通道,通调督脉可使脏腑精微及经脉之气输注于脑以充养脑髓,从而起到安神定志之功效。曹辰虹等^[2]在《以督脉为主治疗抑郁症116例》一文中提到抑郁症病位在脑,运用督脉为主治疗该病的总有效率为86.21%。曹奕^[3]报道从督脉治疗癫痫、儿童多动症及颈性眩晕等与脑部密切联系的相关疾病都取得了满意的效果。综上所述,督脉与脑无论是在循行路线还是治疗疾病方面都有着密不可分的关系。

1.2 督脉与心的相互关系

督脉的循行较为复杂,上下纵横,分布较广。经研究发现督脉循行路线共四条,其中一条从少腹直上,通过肚脐,向上连贯心脏,进入喉部,向上到达面颊,环绕嘴唇,抵达目下的中央部位。《素问·骨空论》记载:“督脉者……其少腹直上者,贯脐中央,上贯心,入喉,上颐环唇……不得前后,为冲疝。”从对这条循行路线的描述可见督脉贯心,与心脏有着密切的联系。在近代,运用督脉治疗心脏相关疾病在临床上也取得了一定成效。唐爱菊^[4]用悬灸和电针督脉神道至阳穴对冠心病患者心电图即刻效应影响的观察中发现,电针与悬灸督脉神道至阳穴均能改善心肌缺血,且针灸并用对治疗冠心病具有协同作用。刘宝华^[5]电针至阳穴观察实验性急性心肌缺血家兔血浆中cAMP、cGMP的含量,得出结论:电针至阳穴可以提高家兔心肌对缺氧缺血的耐受力,改善心肌的缺血缺氧状态。综上所述,督脉循行与心密切相关,且督脉腧穴对心脏相关疾病有着特殊及有效的治疗作用。而不寐之病位在“心、脑”,心主神明,和脑一样是人体情志、思维的活动中枢。中医学将脑的功能统归于心。《医学衷中参西录》记载:“人之神明有体用,神明之体藏于脑,神明之

用处于心。”结合督脉与心的密切联系,通过调理督脉使神明有所属,心神得以安,从而达到宁心安神之功效。

1.3 督脉与肾的相互关系 督脉源于胞中,出于会阴,两络于肾。督脉之循行一条以足太阳合贯脊属肾;一条以循肩膊内,夹脊抵腰中络肾。《素问·骨空论》曰:“督脉者,起于少腹以下骨中央,女子入系廷孔……合少阴上股内后廉,贯脊属肾……入循脊络肾。”从督脉的循行分布来看,督脉与肾有着密切联系。再者,督脉隶属于奇经八脉,奇经八脉通过交会穴和八脉交会穴与十二正经发生直接或间接的联系,李时珍在《奇经八脉考》中记载:“督脉与足太阳、足少阴会于长强。”可见,督脉与足少阴及足太阳相通。而就奇经八脉的作用而言,奇经八脉对余络起统率、联络和调节气血盛衰的作用。正经与脏腑直接相联系,奇经八脉则通过正经与脏腑间接相关,而督脉又与足少阴相通,因此,通过调理督脉可以起到沟通和调节肾精盈亏的作用。肾精充盈则脑髓得充,心神得养,从而起到养心安神之功效。

2 益肾养心的理论基础

2.1 肾与心的相互关系 肾与心无论是从经脉循行还是从五行制化方面都有着密切的联系。从经脉循行上分析,足少阴肾经在足小趾与足太阳膀胱经衔接,联系的脏腑器官有喉咙、舌,属肾,络膀胱,贯肝,入肺,络心,在胸中与手厥阴心包经相接。《灵枢·经脉》曰:“肾足少阴之脉……贯脊,属肾络膀胱;其直者,从肾上贯肝膈……其支者,从肺出络心,注胸中。”《灵枢·经脉》记载:“足少阴之别,名曰大钟……并经上走于心包,下外贯腰脊。”而另一方面,迪丽努尔等^[9]提到手少阴心经循行路线虽然与肾无直接关系,但手少阴之脉从心系上肺,足少阴之脉入肺中,肺气呼吸升降清浊交换时,则心肾之气得以交流。由此可知,肾经的循行不仅与心包经有着直接的联系,同时也与心经间接相关。再从五行制化的角度来看,肾属水,心属火。一方面,当心火过亢,肾水不足时,导致水虚火旺,则出现水虚火侮的相侮传变,《医学衷中参西录》记载:“肾虚则水精不能上输以镇心,而心易生热,这是由肾而病及心也。”另一方面,当心火不及,肾水太过之时,导致水多火熄,发生相乘传变,《素问·生气通天论》曰:“味过于咸,大骨气劳短肌,心气抑。”从二者制化关系来看,肾与心密不可分,两者中的任何一方出现过亢或偏衰均可引起另一方阴阳失衡。因此,协调好二者的制化关系使肾水上达于心以安君火,令君火下临于肾以温肾水,从而实现水火既济、心肾相交,这是治疗心肾不交型不寐的重要方法。

2.2 肾与脑的相互关系 肾与脑相关联的理论早在《内经》中就有所论述,只是没有明确提出“肾通于脑”,而是通过经脉的循行走向来间接阐述了二者的相互联系。《灵枢·经脉》记载:“膀胱足太阳之脉……上额交巅;其直者,从巅入脑络……挟脊抵腰中,入循脊,络肾属膀胱……”另一方面,肾与脑又通过督脉紧密相连,《难经·第二十八难》曰:“督脉者,起于下极之俞,并于脊里,上至风府,入属于脑。”肾与脑不仅在经脉循行上联系密切,在生理功能上也相互影响。脑为髓之海,髓海生于肾,肾精充足则脑髓得以充实,从而脑功能得以正常发挥。江爱娟等^[7]采用补肾生髓法治缺血性脑卒中模型动物,发现该法能通过增加缺血侧脑室下区 Nestin、缺血半暗带区 NSE 数量,增强 GFAP 的表达,促进局灶性脑缺血后神经干细胞的增殖分化,并能促进缺血半暗带 BDNF 和 bFGF 的表达,抗脑缺血后损伤,有利于脑缺血后神经功能的恢复,同时又能通过促进皮质脑缺血半暗带 GAP-43 和 SYP 表达,有利于脑缺血后突触重塑和神经细胞轴突的再生,促进脑卒中后神经功能恢复。赵清超等^[8]采用线栓法制做大鼠大脑中动脉闭塞局灶性脑缺血再灌注模型,治疗后用免疫组化法检测脑组织 IL-1 β 和 ICAM-1 的表达,发现补肾醒脑方有效部位能明显改善因缺血所致的神经行为功能缺失。另一方面,髓海空虚,精明之府失养,脑的生理功能不能得到正常发挥,故而导致精神病理症状的发生。《灵枢·海论》记载:“髓海有余,则轻劲多力,自过其度;髓海不足,则脑转耳鸣,胫酸眩冒,目无所见,懈怠安卧。”可见,肾与脑对人体生理功能的正常发挥起着重要的协调作用。结合肾与脑的密切联系,通过益肾填精从而使脑髓得以充养,对实现调精养神具有重要意义。

3 现代医学对督脉的认识

督脉起于大脑下项中循脊入骶,其分布与人体脊柱重叠,是大脑皮质脊髓束的全程走行。现代医学研究发现,脊柱与人体诸多内脏有密切联系,刺激脊神经可以改变紊乱的信息通道,清除异常的病变信息。脊柱作为人体的中枢部位,其治疗作用可直接改善人体大脑和全身的气血运行。在现代医学临床中,督脉也常被应用于治疗不寐、眩晕、脑炎、瘧病以及中风后伴随症等心脑血管相关的内科疾病,且取得了一定的治疗效果。从现代解剖学角度看,督脉所处解剖位置相当于脑脊神经系统,而其所属穴位即分布于脑、脊髓部位。故针刺穴位后信息较直接地传入中枢神经系统内,从而发挥其特异性神经-体液调节功能^[9]。通过对人体的督脉即中枢神经系统的调节,从而更好地达到治疗不寐的作用效果。

王金贵运用调冲通脉腹部推拿法治疗功能性 内科疾病的经验

李东红¹ 谭涛² 李华南²

(1.天津中医药大学研究生院,天津 300193; 2.天津中医药大学第一附属医院,天津 300193)

指导:王金贵

摘要 腹部推拿作为津沽地区最有代表性的传统推拿技艺,在天津地区已经有数百年的发展历史。王金贵教授结合现代科学研究,逐渐补充并完善了津沽腹部推拿理论,进一步阐释了冲脉的循行与气血阴阳表里的关系,在传统腹部推拿基础上,运用“调冲通脉腹部推拿法”治疗肠易激综合征、紧张性头痛、广泛性焦虑症、疲劳综合征等功能性内科疾病,疗效显著。

关键词 津沽推拿 调冲通脉 腹部推拿 内科疾病

中图分类号 R25 **文献标识码** A **文章编号** 1672-397X(2014)12-0010-03

天津经过数百年的发展,逐渐形成具有包容性、开放性、创造性的地方文化氛围,促进了津沽脏腑推拿名家及各个学术流派的学说不断汇集、薪传,最终形成了具有地区特色的津沽脏腑推拿疗法。津沽脏

腑推拿疗法,又称腹部推拿,即医者于患者腹部施术,借助特定腧穴以及手法补泻,调节人体脏腑经络,从而达到祛病疗疾的目的。

天津中医药大学第一附属医院王金贵教授在

基金项目:国家自然科学基金(81373762);天津市高等学校科技发展基金项目(20130209);天津市高等学校科技发展基金项目(20120210);2012年国家临床重点专科(中医)建设项目

4 益肾调督疗法治疗心肾不交型不寐的优势

益肾调督疗法治疗心肾不交型不寐继承了针灸治疗疾病的传统优势。笔者认为该疗法既避免了因长期服用镇静安眠药物所产生的耐药性及成瘾性,又在治疗不寐疾病的过程中协调了脑、心、肾等诸多脏腑间的相互关系,在治标的同时又注重了对本的顾护,从而真正地做到了治病求本,标本兼治的治疗原则。

综上所述,益肾调督疗法治疗心肾不交型不寐具有经络学及现代医学的理论基础,基于督脉对脑、心、肾的调节作用及肾与心、脑相互联系的理论基础,运用该疗法治疗心肾不交型不寐具有其自身的优势,值得在临床上推广应用及继续深入研究。

5 参考文献

- [1] 国家中医药管理局. 中医病证诊断疗效标准. 北京: 中国医药科技出版社, 2012: 31
- [2] 曹辰虹, 陈静. 以督脉为主治疗抑郁症 116 例. 辽宁中医杂志, 2013, 40(8): 1682
- [3] 曹奕. 督脉在中医脑病治疗中的地位和作用. 中医药临床杂志, 2012, 24(11): 1035

- [4] 唐爱菊. 悬灸和电针督脉神道至阳穴对冠心病患者心电图即刻效应的影响. 济南: 山东中医药大学, 2006
- [5] 刘宝华. 电针至阳穴对实验性急性心肌缺血家兔血浆 cAMP、cGMP 含量的影响. 中国康复医学会运动疗法专业委员会第九届全国学术会议论文选编, 2007: 177
- [6] 迪丽努尔, 赵晓红, 安冬青. “心神水火”理论探微. 新疆中医药, 2005; 23(2): 1
- [7] 江爱娟, 胡建鹏, 王键, 等. 两种中药复方对局灶性脑缺血再灌注大鼠 Nestin、NSE 和 GFAP 表达的影响. 北京中医药大学学报, 2009, 32(10): 679
- [8] 赵清超, 胡久略, 黄显章. 补肾醒脑方有效部位对脑缺血再灌注大鼠白细胞介素-1 β 和细胞间黏附分子-1 表达的影响. 中国实验方剂学杂志, 2010, 16(15): 136
- [9] 夏勇, 谷世, 李伟, 等. 电针对急性全身性青霉素诱发大鼠癫痫体感诱发电位的影响. 北京中医药大学学报, 1998, 21(5): 61

第一作者: 庞勇(1955-), 男, 学士学位, 教授, 研究方向: 针灸“治未病”的临床与实验研究. gxglt2014@163.com

收稿日期: 2014-07-27

编辑: 傅如海