

“治未病”思想在皮肤病防治中的指导意义

杨素清¹ 周兢兢¹ 刘畅²

(1.黑龙江中医药大学,黑龙江哈尔滨 150040; 2.黑龙江中医药大学附属第一医院,黑龙江哈尔滨 150040)

摘要 皮肤病往往反复发作,迁延不愈,瘙痒疼痛剧烈,使患者痛苦不堪,严重影响患者正常生活,且临床尚无特效治疗方法。“治未病”思想作为中医学重要的防治思想,在皮肤病的防治中可以提早介入,通过“未病先防,见微知著,已病防变,病愈防复”途径,截断病程进一步传变,弥补该病治疗上的不足。医者诊疗时,以“治未病”思想为指导,对皮肤病的防治至关重要。

关键词 皮肤疾病 预防和控制 中医学

中图分类号 R275

文献标志码 A

文章编号 1672-397X(2017)04-0005-03

目前随着环境的改变,皮肤病的发生愈发频繁,临床治疗手段虽越发多样,但依然无法改变皮肤病复发率高的历史局面。由于病因比较复杂,临床形态和部位又各不相同,西医对本病的治疗以内服抗组胺药,外用糖皮质激素和免疫调节剂为主,以减轻患者痛苦为主要目标,缺乏足够的循证医学证据。据研究,银屑病、慢性荨麻疹、慢性湿疹等慢性皮肤病不同程度地影响了患者的生活质量^[1]。目前湿疹对患者生活质量的影响已经超过以糖尿病为主的某些内科疾病^[2]。因此临床对皮肤病的治疗存在巨大的挑战,以几千年来经久不衰的治未病思想为指导,为皮肤病的防治提供了新思路。

治未病思想最早在《内经》中提出:“圣人不治已病治未病,不治已乱治未乱,此之谓也。夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎。”提出了未病先防,有病早治,既病防变的思想,相当于现代的预防医学思想。其内容有四大方面:未病先防,扶正御邪;见微知著,先时治疗;既病防变,防微杜渐;病愈防复,避开病因。而始终贯穿着四大方面的便是人体正气。王左原^[3]认为“治未病”思想的核心是先机扶正,正气的盛衰是“治未病”的关键所在,确立以扶助正气为主,防止疾病因正气损伤而发展、传变的“治未病”原则。

1 未病先防,扶正御邪

皮肤病病因复杂,以虚为先。《内经》有言“正气

存内,邪不可干,邪之所凑,其气必虚”,皮肤病虽发于外,但其病因大多数是内虚所致。现代医学认为带状疱疹发生的前提是免疫功能低下,带状疱疹病毒才被激活。而带状疱疹后遗神经痛尤其多发于年老体弱和免疫功能低的人群,免疫功能低下即中医所言之“正虚”,因此提高人体正气才是未病先防的核心思想。《灵枢·百病始生》曰:“风、雨、寒、热,不得虚邪,不能独伤人。卒然逢疾风暴雨而不病者,盖无虚,故邪不能独伤人;此必因虚邪之风,与其身形,两虚相得,乃客其形。”六淫之邪只有在正气不足时才会趁机侵犯人体而致病,说明病与不病的根本取决于人体正气强盛与否,而使人体正气强盛可通过外界补益之法和自身锻炼加强。然极虚之患由于虚不受补而不可妄用补益之剂,所以顾护正气的关键是加强锻炼,增强自身免疫力,提高卫外之力。正如宋代邵雍所言:“知君病后能求药,不若病前能自防。”

1.1 防六淫之邪 《灵枢·百病始生》记载:“夫百病之始生也,皆生于风雨寒暑,清湿喜怒,喜怒不节则伤脏,风雨则伤上,清湿则伤下,三部之气,所伤异类。”百病主要由六淫之邪入侵而伤,风邪所致皮肤病以瘙痒和皮疹为主,变化迅速,消退亦快,风邪易夹热邪、湿邪、寒邪共同致病,夹热易发为皮疹引起颜面红斑等过敏性疾病;夹湿易发为湿疹、白癜风、赤游风等;夹寒易致寒冷性荨麻疹、雷诺病等。《诸病源候论》说:“凡瘙痒者,是体虚受风,风入腠理,与血气相搏,而往来于皮肤之间,邪气微,不能冲击

基金项目:国家自然科学基金资助项目(81373639)

为痛,故但瘙痒也”,因此瘙痒性皮肤病首责于风,风为阳邪,易伤津耗液,使皮肤失于滋润,且风邪与正气搏击于腠理,使肌肤气血失和而致瘙痒剧烈,风邪致病易夹寒邪、热邪、湿邪,故祛风邪的同时亦要防所夹寒、热、湿邪的侵袭。风寒证临床常用桂枝、麻黄、艾叶、炮姜、防风等;风热证常用银花、连翘、蝉蜕、桑叶、紫草等;风湿证常用苦参、苍术、荆芥、防风、土茯苓等。张少聪根据自己临证经验,认为荨麻疹、湿疹、皮肤瘙痒症、过敏性皮炎等瘙痒性皮肤病多由风邪夹寒、热、湿邪合而为病,常用消风散合麻黄连翘赤小豆汤加减,方中防风、荆芥祛风疏散表邪,蝉蜕息风解痉,麻黄、杏仁、生姜发汗宣散表邪以“开鬼门”,连翘、赤小豆、桑白皮清热利湿以“洁净府”,兼有解毒之功,诸药合用共为解表散邪、清利湿热之剂,临床取得满意疗效^[4]。

1.2 调情志,养睡眠 皮肤作为人类与外界接触的第一门户备受关注,尤其年轻人更加注重自己的容貌,一旦面部痤疮发生,久病不愈者,因心理素质低,情绪波动大,以致寝食难安。《素问·至真要大论》有:“诸痛痒疮,皆属于心。”如对神经性皮炎的治疗,陈彤云教授从心、肝论治,以重镇安神、平肝潜阳之品为君药,药用龙骨、石决明、珍珠母、夜交藤为主,辅以清热凉血止痒之品,矿石类药物重沉降,夜交藤养心安神。诸药合用,重镇潜阳,去怯安神。陈教授认为使患者情绪改善,睡眠安稳,瘙痒减轻,才能解决神经性皮炎的主要问题^[5]。除此之外,其他剧烈瘙痒的皮肤病如湿疹、皮肤瘙痒症、外阴白斑等都可加这几味药,情绪不舒者还可加柴胡、郁金、菊花,心烦失眠者加栀子、酸枣仁、远志,情绪与睡眠能够反映人的精神状态。现代研究认为人的精神状态、心理变化对皮肤的影响极大。当精神受到创伤、心情抑郁、压力过大并长期受到刺激时,可导致自主神经失衡,影响皮肤营养,降低皮肤的免疫力而发生一些皮肤病^[6]。可见心理变化和皮肤病的发生二者互为因果,只有调控好自己的情志,才能达到“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”之境界。孙思邈在《备急千金要方》中分享睡眠养生之道:“半醉酒,独自宿。软枕头,暖盖足。能息心,自瞑目。”现代医学研究认为睡眠能提高人体自身免疫力,如皮肤瘙痒症患者常因瘙痒剧烈,难以入眠,自身免疫力下降,抗邪能力不足,形成恶性循环,使病情加重。因此,保证充足高质量的睡眠,避免过度劳累,有助于患者皮损的愈合,提高患者整体生活质量。

2 见微知著,先时治疗

司马迁说过:“使圣人预知微,能使良医得早从事,则疾可已,身可活也”,否则“病久则传化,上下不并,良医弗为”(《素问·生气通天论》)。从细小的变化可以推断疾病的发展阶段和预后好坏,有助于良医早期干预疾病,扼杀疾病于萌芽之中,否则病久邪气入里,上下不通,再好的医生也不能救治。相当于现代医学的“早诊断”“早治疗”。比如银屑病患者早期的表现通常为淡红色点状斑丘疹,部分患者发病前有发热、咽痛的病史,少数患者指甲甲板呈点状凹陷。临床医生若能根据自己的经验“见微知著”,从细节发现疾病的初期征兆,提早截断病程的发展,就能避免疾病恶化以致最终“良医弗为”的结果。

3 已病防变,防微杜渐

当皮肤病明确诊断时,治疗上要求及时截断疾病进程,同时防止产生变证,正如张仲景所言“见肝之病,知肝传脾,当先实脾”,肝火所致的瘙痒性皮肤病以养血柔肝、清热泻肝火为主,同时不忘顾护脾胃。王玉玺教授在治疗湿疹的过程中非常注重脾胃的调理,总以健脾利湿为基本治则辨证加减,或清热健脾利湿,或滋阴健脾利湿,或燥湿健脾利湿,或健脾化湿。临证多以白术、茯苓、泽泻、苍术、薏苡仁、陈皮、厚朴等健脾利湿、行气化湿药为基本药物随症加减^[7]。补脾与化湿相得益彰,不可偏颇,由于“脾胃为后天之本”,“内伤脾胃,百病由生”,补脾实则补后天正气,正气强盛,邪不可干。对于血热性红斑病、系统性红斑狼疮、皮炎的治疗,禚国维教授常在凉血的同时加上补肾之品,方用六味地黄丸、二至丸(女贞子、旱莲草),加赤芍、生地黄、牡丹皮、紫草、丹参、桑葚子等化裁;若热毒尚未驱尽,皮肤红肿焮痛,或起脓疱者,治宜清热解毒使邪祛尽,兼顾滋阴补肾以防伤正。禚教授常用六味地黄汤加蒲公英、白花蛇舌草、鱼腥草、半枝莲、石上柏、蚤休等^[8]。陈明岭教授在皮肤病的治疗上十分重视补气益血,扶正御邪,善于用当归补血汤加味治疗瘙痒症、斑秃、带状疱疹后遗神经痛、局限性硬皮病、甲沟炎等,方中黄芪大补脾肺之气,以资气血之源;当归补血和营,以充实造血物质,如此阳生阴长,气旺血生^[9]。中医治疗皮肤病的优势就在于能够防患未然,截断邪气可能的发展方向,同时顾护正气,防病复发。

再如婴儿湿疹,中医称之为“奶癣”,《外科正宗》记载:“奶癣,儿在胎中,母食五辛,父餐炙爆,遗

热于儿,生后头面遍身发为奶癣,流脂成片,睡卧不安,瘙痒不绝。”本病多因胎中遗热遗毒,或饮食失调,脾失健运,内蕴湿热,外受湿热之邪而致。赵炳南认为婴儿皮肤娇嫩,湿疹应以金银花、薏苡仁、菊花、蒲公英等甘寒清热药为主,煎水哺喂,且因婴儿湿疹多与消化不良有关,故常用除湿汤化裁,以求健脾利湿,兼有清热之效^[10]。小儿为稚阴稚阳之体,且“肝常有余,脾常不足”,治疗以清热除湿为主不可伤正,兼顾补脾健脾扶助正气。何海珍等^[11]通过对比研究 45 例婴儿湿疹病例,分析发现细节护理可以避免患儿搔抓,使患儿生活环境温度适宜,避免风寒入侵。患儿全部母乳喂养,同时母亲饮食清淡忌食辛辣腥发之物,减少异性蛋白过敏。因患儿尚小,没有配合治疗和自我护理的意识,在瘙痒等症状的驱使下,对患处的搔抓等动作会加重病情,延长病程。所谓细节护理就是中医讲的“治未病”思想,“未病先防,清淡饮食;已病防变,避免搔抓”,在婴儿湿疹防治中有着举足轻重的地位。

另外传统刺络放血和火针疗法具有祛除病邪、疏通经络、活血化瘀等作用,研究证明刺血疗法能调动人体的免疫功能激发人体内的防御机制,增强免疫力^[12]。配合瘙痒性皮肤病的治疗能够达到立竿见影的止痒效果,且防止疾病沿经络传变。

张志聪言:“病久者,邪留而不去也。传者,始伤皮毛,留而不去,则入肌腠;留而不去,则入于经脉冲俞;留而不去,则入于募原脏腑。化者,或化而为寒,或化而为热,或化而为燥结,或化而为湿泻。”告诉我们疾病的发展是一步步传变的过程,若不及时阻断疾病的传变过程,只能导致病情愈加严重,预后凶险,因此“已病防变”是疾病治疗中最重要的一环。

4 病愈防复,避开病因

皮肤病的发展是循环往复的过程,其中最具代表性的慢性荨麻疹,其特点即缠绵难愈,愈后易发,瘙痒难耐。由于病因复杂,治疗上也没有特效的手段,因此对于慢性荨麻疹应当防重于治。积极避开常见的致病因素,如海鲜、牛羊肉、蛋类等蛋白性食物,青霉素、呋喃唑酮等药物,以及冷热变化和精神因素的影响,同时顾护正气,防病复发。

5 结语

由于皮肤病致病因素多样,少数明确病因的皮肤病可以直接从截断病因入手,防止复发,但对于大多数皮肤病来说,病因无法明确,若仅凭借现代医学手段必定捉襟见肘。因此预防皮肤病的发生,

延缓疾病的发展,在治疗中强调祛邪扶正以防变他证,病愈后顾护正气防病复发。利用以上“治未病”思想结合现代医学资源,有目的、有计划、有组织地提高患者健康状况与生活质量,将是当前皮肤病防治的重要方向。

参考文献

- [1] 袁玲玲,刘爱英,肖林华,等.慢性皮肤病对患者生活质量的影响[J].中国麻风皮肤病杂志,2006,22(11):925.
- [2] 张建中.中外皮肤病诊疗指南[M].北京:中华医学电子音像出版社,2014:1.
- [3] 王左原.《内经》“治未病”思想的核心—先机扶正[J].中国中医基础医学杂志,2008,14(4):255.
- [4] 张少聪.消风散合麻黄连翘赤小豆汤加减治疗瘙痒性皮肤病举隅[J].中国中西医结合皮肤性病学杂志,2007,6(4):230.
- [5] 仓田,王萍,王宝玺,等.陈彤云治疗神经性皮炎经验[J].中医杂志,2013,54(5):380.
- [6] 王红,陈宏.皮肤病心理因素的相关研究进展[C]//第五届全国中西医结合变态反应学术会议论文集.2011:164.
- [7] 殷红武,冯云倩.王玉玺教授从脾胃论治皮肤病经验[J].现代中医药,2013,33(1):6.
- [8] 欧阳卫权,谢婷,范瑞强.禩国维运用补肾法治疗顽固性皮肤病[J].广州中医药大学学报,2014,31(3):456.
- [9] 黄丹,陈明岭,赵金凤,等.当归补血汤在皮肤病中的应用[J].河南中医,2013,33(1):130.
- [10] 北京中医医院.赵炳南临床经验集[M].北京:人民卫生出版社,2006:175.
- [11] 何海珍,吴素平,陈旭东.细节护理在婴儿湿疹治疗及复发预防中的重要作用[J].中国现代医生,2015,53(24):154.
- [12] 中华医学会皮肤性病学分会免疫学组.湿疹诊疗指南(2011年)[J].中华皮肤科杂志,2011,44(1):5.

第一作者:杨素清(1964—),女,医学博士,主任医师,博士研究生导师,研究方向为中医药治疗疑难性皮肤病。ysq_6410@163.com

收稿日期:2016-11-17

编辑:傅如海

