

基于“肺主肃降”从肺论治不寐

刘萍¹ 霍青²

(1.山东中医药大学,山东济南250014; 2.山东中医药大学附属医院,山东济南250011)

摘要 不寐病机多属阳盛阴衰,阴不纳阳,阴阳失交。肺属金,以肃降为顺,肺失肃降,气逆于上,可导致营卫、气机失常。五脏分属五行,五脏之间生克制化,肺气肃降不及,影响心、肝、脾胃、肾,导致心火上炎,肝气上逆,胃失和降,肾水亏虚,终致神志失养而不寐。故肃降肺气在不寐的论治中具有重要意义。

关键词 肃降肺气 从肺论治 不寐 肺失肃降

中图分类号 R256.23

文献标志码 A

文章编号 1672-397X(2018)09-0005-04

“不寐者,病在阳不交阴也”,阳气使人体躁动兴奋,阴气使人体静谧平和,阳盛阴衰,阴不纳阳,阳气亢盛于外,则机体躁动不安而不寐。肺属金,其性属阴,可制约阳盛之气,其气以肃降为顺,肺气肃降,可使阳热之气收敛下行,交于阴中,阴阳相交,阴阳和合,则寤寐有常。若肺失肃降,气逆于上,阳热之气亢盛于外,阳不交阴,扰乱心神,则发为不寐。故肃降肺气在不寐的治疗中具有重要意义。现从不同角度探讨肃降肺气治疗不寐这一理论的科学与可行性如下。

1 肺主肃降之生理特性

肺为相傅之官,助心治理调节各脏腑的机能活动及气、血、水的代谢循环^[1],唐代王冰注:“位高非君,故官为相傅。主行营卫,故治节由之。”《素问·五脏生成》曰:“诸气者,皆属于肺”,肺之呼吸运动调节全身气机运行,故肺主气。肺朝百脉,可调节脉道,运行气血,全身脏腑经络气血皆汇聚于肺,又通过肺的宣降作用按照清浊各司其属布散于全身各经脉,肺可通过百脉与各脏腑组织器官密切联系。肺主肃降,肃降意指清肃洁净、向下通降,是肺的本质特征之一,是其主气、司呼吸、运行气血的前提和基础^[2]。肺道洁净,肺气通降正常,才能吸入清气下及于肾,与水谷精微相合,生成宗气,推动全身气血津液运行;肺气下降,水谷精微及津液才能随肺气敷布全身,发挥滋养作用,余浊归于膀胱、大肠,排出体外。肺为清虚之脏,毫毛必咳,其气喜降下,其病则易于上逆,故其他内外之邪皆多影响肺使其肃降失常,故曰:“诸气贖郁,皆属于肺。”

肺在五行属金,四季中对应秋时。肺金生肾水,肺气收敛肃降,使在上之阳热之气下降,并携带精微物质入肾封藏,以升发肝气,如同秋季之肃降,削减夏季之炎热,庄稼丰收入仓库,以待来年春季万物生

发。因此肺气肃降是积蓄精微物质于肾的过程,肾为先天之本,肾有所藏,肾精充足,充养五脏,人身才会强壮。心为火脏属阳,其性炎上,肺金肃降属阴,阴阳相互制约,肺金肃降是对心火上炎太过的制约。肝性升发,其气易于上逆,肺气肃降可制约肝气升发太过,升降得宜,防止肝气上逆,甚则肝阳上亢。肺气肃降,使肾有藏,肾水涵养肝木,则肝木升发得宜,不致上亢。胃气以降为顺,肺气肃降促进胃肠浊气下行,胃有所降,容纳水谷,脾有所升,脾升胃降,中焦气机调达。夏季气血旺盛,秋季收敛,气血运行衰落,渐藏于内,肺之肃降亦使人体之气向内收藏,神气收敛,神不外散,神志安宁。因此,肺之肃降可使人体气血静谧,神有所居,自可安卧。

2 肺失肃降致不寐之病机

2.1 肺失肃降,营卫失常而不眠 营卫充盛,运行畅通,交会有时,是人体正常寤寐的基础。肺气肃降,水谷精微下行,由阳变阴,封藏于肾,滋生气血,为营卫化生之本。肺气纳入清气,合水谷之气,入心脉而化营血,以更新营卫之气。肺主卫,营卫之行协调,必藉肺气^[3]。肺气盛,肃降有度,则营卫化源充足,运行有常,卫阳出阳纳阴,睡眠规律。若肺气虚,肃降不及,营卫生化乏源,营阴亏虚,卫阳煎熬营阴,阴不纳阳,或营卫亏虚,气道涩滞,卫气运行缓慢,夜应入阴而不入,留于阳分而不眠。故治疗上当补益肺气,肺气充足则宣降有度,卫气出阳入阴有度,营卫循环如常,则人自安寐。

2.2 肺失肃降,气机失调而不眠 人体脏腑、经络的正常活动及相互联系均依赖于一身之气的升降出入。气机升降出入协调,脏腑经络功能得以发挥,人体生命才得以正常维持。气机升降出入失调则百病

由生,不寐的发生亦和气机运动密切相关。气机升降出入协调,道路通畅,阴阳得以正常相交,则可安然入睡^[4]。《素问·至真要大论》云:“诸气贖郁皆属于肺”,人体气机之“清浊升降皆出于肺”。肺气右降,肝气左升,升降循环,体内外清浊之气得以交换,气机升降协调,出入有常。若肺气不足,肃降无力,或肺气上逆,肃降不及,轻则气机不利,重则气机逆乱,阴阳失交,发为失眠。因此,从肺金着手,肃降肺气,不仅可以制约肝气之上逆,还可调理中焦气机,助清气升,浊气降,上下交泰,气机条畅,“气调则营卫脏腑无所不治”,因而阴阳交和,不寐除矣。

2.3 肺失肃降,五脏关系失调而不眠

2.3.1 肺失肃降,心火炽盛,火盛乘金 心为君主之官,内藏神,主司人体各项机能活动,人之寤寐亦由心神主宰,故不寐的发生和心密切相关。肺为心之相傅,肺气肃降,携带精微物质,下降入心,奉心化赤为血^[5],心血充足,神有所居,则寤寐正常。气可行血,肺主气功能正常,气血运行通利,五脏安和,心神得安则寐。心主火属阳,肺主金属阴,心火肺金相互制约。心火上炎之性可以制约肺金的肃降太过,防止肺气过壅,以保证呼浊纳清之功能正常;肺金肃降之气亦可制约心火,防止心火过亢,以保证君火明,神明清,血脉宁。若肺气不足,或肺热气逆,不能助心生血,神无所藏,肃降之力不足,难以克制心火,心火上炎,扰动心神,即可发为不寐。心肺位置相邻,经络相通,心经上系于肺,心火炽盛易移热于肺,引起肺热亦盛。心肺火热俱盛,耗伤肺津^[6],损及肺阴,肺阴既伤,则肺之功能失常,肺失肃降,其气上逆,“气有一息不运,则血有一息不行”,气血运行失常。气清血静,自然安眠,气血运行逆乱,气不清血不静,神志不安,则出现失眠。

故在治疗上可以通过补养肺气助心生血行血,肃降肺气来制约心火上炎。肺为心之相傅,肺之肃降功能正常,主气如常,心血得生,心火不亢,气血运行通畅,气清血静,心神得养,神志安宁,则不寐可除。

2.3.2 肺失肃降,肝气上逆,木火侮金 情志刺激为不寐的主要原因^[7],而肝主情志,故肝与不寐的发生有密切的关系。肝木属春天,地气上升,肺金属秋天,天气下降。春天升发之气遇秋天清肃之气则肃降。在人体肝左升肺右降,相互制约,维持气机升降循环有序,气血、营卫正常运行^[8]。若肺气不降,肝木亢盛之气失其制约,则肝气升发太过,逆而向上,气机逆乱,阴阳失交,发为不寐。肝气的升发作用亦可制约肺金的肃降作用,防止肺金肃降太过,肺气壅滞。如《图书编》云:“气之呼吸为魂……魄主收纳,魂主经营。”肝气升发太过,气逆于上,木火侮金,肺气不得肃降,肺气不降,则无以生肾水,肾水枯竭,不能涵养肝木,肝木既失肺金

之约束,又无肾水之涵养,则肝阳亢逆之势愈烈,肝火上炎,扰乱神魂,则不寐、心烦、多梦诸症可见。

故在治疗上可以通过肃降肺气制约肝气升发太过。肺气清肃下行,既可恢复肝气升发太过引起的肺气不降,又可制约亢逆之肝气。同时肺气下降,肾水得生,涵养肝木,肝阴充足,肝阳得涵,不致上亢。肝为将军之官,肺的相傅之令治理调达将军之官,则肝木之气自然清爽调达,井井有条,神魂安居,失眠可愈。

2.3.3 肺失肃降,胃失和降,气机壅塞 脾胃为气机之枢纽,胃气下降,脾气上升,升降相因,气机调畅,则化生气血,充养五脏,神志安居,则能安卧。脾胃共主降气,其气皆以肃降为顺,肺与大肠相表里,大肠属阳明胃,故肺胃功能上相互协调。肺气肃降助大肠传导之功,大肠为胃之延续,胃气亦促进大肠浊阴外泄,故肺胃协同促进大肠排泄糟粕。大肠传导之功正常,浊气得排,则胃气得降,故肺气可通过促进大肠传导而助胃气和降^[9]。若肺失肃降,不能助胃降浊,大肠传导迟缓,胃气上逆,脾难升清,中焦气机逆乱,浊气不行,六腑不和,气血不生,“胃不和则卧不安”。肺胃经脉相通,手太阴肺脉起于中焦,故胃气不降,浊气循经上行,亦可影响于肺,使肺失肃降,气逆于上。

故在治疗上应注重肺气肃降以助调理脾胃气机,肃降肺气既可缓解胃气上逆导致的肺气不降,又可助大肠传导,降胃肠浊气。胃既已降,水谷可纳,脾可升清,脾升胃降,中焦气机调畅,脾胃健运,气血得生,形神得养而安卧。胃气下行,浊气得降,六腑气和而寤寐有常;中焦通畅,心肾得交,水火相济而眠安。

2.3.4 肺失清肃,肾水不生,神魂不安 人体内肾水充足,上济心火,涵养肝木,心神安宁,肝木升发有度,则寤寐有常。秋天肃降之气使万物丰收,收藏于冬季。秋气促进冬气收藏,同气相求,故人体内,肺气肃降亦助肾之收藏。肺金之气的收敛肃降使阳热下降收藏于肾水之中,阳与水合而生肾气,从而化生肾阴肾阳。肺金生肾水的实质是肺携带新血津液下纳入肾封藏促生肾之气^[10]。《辨证录·咽喉痛门》中提到:“肺气清肃,自能下生肾水。”肺金之气的收敛肃降对肾气的生成具有重要作用,无肺气之收敛肃降,则肾无所藏。如果肺气虚肃降无力,或肺热气逆或痰阻气机导致肺气肃降不能,则肾水不生。肾水亏虚,摄纳收藏功能失常,心阴无济,心火亢盛,肝血无养,肝阳上亢,神气外散,难以入内,神魂无所居而不安,故出现寤寐失常。

故在治疗上应注重肃降肺气以交通心肾、涵养肝木。肺虚致肾虚,肾虚致火旺,故补肺生水以制火,“补水火自静,补金水自通”。肺以肃降为顺,顺其性者曰补,故肃降肺气,肾水可生,如《辨证奇闻·卷五·膨胀》曰:“法必补肾水制肾火,尤宜补肺金,生肾水。”肺气

肃降,亦可制约心火,使心之阳气下降于肾,心肾相交,肾得温化,肾精得生。肾水充足,上济心火,心火不亢,涵养肝木,肝气不逆,神魂得安,则寤寐正常也。

3 从肺气肃降论治不寐之治法方药

3.1 肺气亏虚,肺气不降,治当培土生金 肺气亏虚,不能进行有效的呼吸运动,呼吸表浅,则气机不能正常肃降下及于肾,或肺气亏虚,不能制约肝木,则肝气逆而向上犯肺,皆可致肺之肃降功能失常。土为金之母,肺气亏虚者当责之脾胃,脾胃虚弱,运化无力,土不生金则肺气亏虚,故可从补益脾胃之气着手,益气血生化之源而补益肺气。常用方剂如黄芪建中汤、四君子汤、紫菀汤之类,人参、黄芪、白术等益气温中,紫菀、杏仁肃降肺气,稍加麦冬、沙参兼顾肺阴。脾胃得补,培土生金而补益肺气,肺气充足,呼吸运动协调,则肃降有度。

3.2 肺阴不足,肺气不降,治当滋养肺阴 肺性喜润恶燥,肺阴为肺气宣降功能实现的基础,肺阴的濡养和滋润功能保证了肺宣降功能的正常发挥,又防止其太过^[11]。肺为娇脏,易受病邪侵害,其喜润恶燥的特性亦决定了阳热燥气易伤其津液,津伤阴亏,肺内干燥,则宣降功能失常,引起肺失肃降。治疗上当注重补养肺阴,肺内阴津充足,湿润温和,可助肺气肃降。常用方剂如麦门冬汤。方以麦冬为君药,养肺阴,润肺燥,清肺热;人参益气助运化,使麦冬滋而不膩;紫菀、桑白皮肃降肺气,兼清肺热。肺阴得养,肺气得降,肺热得清,肺内阴津充足,肺得雾露之气灌溉湿润,则功能正常,肃降有常。

3.3 痰热阻肺,肺气不降,治当清化痰热 肺之宣降,输布津液于全身,发挥濡养作用。肺之宣降失常,津液停而为痰,阻滞气道。脾胃运化失常,中焦痰浊内蕴,亦贮痰于肺。故痰是肺系疾病中常见的病理产物,痰浊壅阻于肺,郁而化热,则致痰热形成。痰热形成后,壅阻气道,阻碍肺气下降,且能耗伤肺阴,灼伤肺体,阻滞气机,导致气血津液运行失常,愈加影响肺气肃降^[12]。痰阻与肃降功能失常相互为患,形成恶性循环。故治疗上当注重清化痰热助肺气肃降,肃降肺气以助津液输布,无生痰之由。常用方剂如清金化痰汤、越婢加半夏汤等,瓜蒌、半夏、黄连清化痰热,兼能肃降肺气,芦根、川贝滋补肺阴,桔梗、杏仁肃降肺气,痰热得清,肺阴得补,肺内清虚无邪,呼吸畅通,则肺气自然肃降有度。

3.4 肺热炽盛,肺气不降,治当清热除烦 肺热炽盛证的发生多与心火、胃热有关^[13]。心为火脏,其性上炎,心肺经络相通,故心火炽盛易移热于肺。《温热逢源》曰:“盖肺中之热,悉由胃腑上熏”,阳明胃多气多血,多见燥热之证,肺与大肠相表里,胃肠相通,故阳

明胃热多犯及于肺。心肺热盛致肺失肃降者,当清心肺之热,常用方剂为百合方之类,如百合地黄汤、百合知母汤。百合为肃降肺气之主药,方以百合清降心肺之热,宁心安神;地黄、知母清热除烦生津,以补阴液之不足。肺胃热盛者,当先清胃,乃釜底抽薪之举。方以百合知母汤加石膏等,石膏、知母可兼清肺胃之热。心胃之热得清,肺金不受火热灼伤,则肺气肃降正常。

3.5 肺气上逆,肺失肃降,治当肝胃同调 胃气不降及肝气上逆皆可导致肺气上逆,肺失肃降^[14]。六腑通降皆赖于胃腑通降,胃气不降,大肠传导失常,循经上犯于肺,则可导致肺气逆而不降。肝气升发太过,上逆冲而犯肺,“木火侮金”,可致肺气肃降失常,肺气上逆。肺胃气逆时,当兼顾通腑气、降胃气^[15]。可用宣白承气汤加紫菀、枇杷叶、百合之类,方以大黄、石膏通腑泄热,杏仁、瓜蒌、紫菀降肺化痰,百合、枇杷叶清热降肺,腑气得通,肺气得以肃降下行,肺气得降,助腑气下排糟粕,肺胃同调,清降兼施。肝肺气逆时,当肃降肺气以平肝逆,平肝潜阳以助肺降。治疗上可用天麻钩藤饮合百合地黄汤加桑白皮、地骨皮等,天麻钩藤饮平肝息风,补益肝肾,使肝气得平,肝阳得潜,百合地黄汤肃降肺气,助平肝逆,下生肾水,助潜肝阳,桑白皮、地骨皮清肺中邪热,助肺气肃降,肝气得平,肺气得降,阳热得清,则气机升降有常。

4 结语

盖肺为金,以肃降为顺,可使在上之阳气收藏于阴分,使阳入于阴,阴阳相交,阴阳和合,则安寐。阴阳为疾病之总纲,阴阳和,则百病不生。故肺的功能失常和失眠的发生密切相关。其既可通过影响营卫、气机运行,使营卫运行失常,气机逆乱而直接引起不寐;亦可通过五行生化制克影响心、肝、脾胃、肾,使心火上炎、肝气上逆、脾胃失和、肾水亏虚,终致神志失养而不眠。因此,肺失肃降是失眠发生发展的一个重要环节,从他脏论治失眠时应兼顾肃降肺气,辨证施治,必获良效。

参考文献

- [1] 李泽庚,王传博,彭波.肺主治节之我见[J].辽宁中医杂志,2010,37(1):59.
- [2] 陆健.肺失肃降的病理生理研究及其临床指导意义探讨[D].广州:广州中医药大学,2007.
- [3] 贾久丛,刘晓刚.浅谈营卫的生成运行及会合[J].中国民间疗法,2016,24(6):6.
- [4] 禹琪,宋焯闻,袁敬柏.袁敬柏教授从气机失调论治失眠[J].吉林中医药,2014,34(4):347.
- [5] 张元贵,邱仕君.论心肺相关的内在机制[J].光明中医,2016,31(15):2166.
- [6] 王甫,李如辉.论“木生火”与“火克金”的治则学意义[J].中华中医药学刊,2007,25(12):2601.

慢性阻塞性肺疾病并发症从脾论治探讨

李 芳

(广州中医药大学, 广东广州 510405)

摘 要 慢性阻塞性肺疾病病位在肺,但其发生、发展、预后与脾密切相关,肺病治脾理论已自成体系。慢阻肺发展过程中常并发呼吸肌疲劳、营养不良、免疫失衡、抑郁焦虑等肺外表现,从脾论治上述并发症具有坚实的中医理论基础及临床依据,在慢性阻塞性肺疾病治疗中广泛运用。

关键词 慢性阻塞性肺疾病 呼吸肌疲劳 免疫损害 营养障碍 抑郁焦虑状态 从脾论治 培土生金

中图分类号 R259.63 **文献标志码** A **文章编号** 1672-397X(2018)09-0008-03

中医认为慢性阻塞性肺疾病(简称慢阻肺)以肺气虚为发病基础,由于肺脾关系密切,母子相生,同名经脉同气相求,两者生理及病理关系密切。一方面,各种原因致脾气虚损,母病及子,久则导致肺气虚,成为慢阻肺发病基础,故脾虚为慢阻肺好发体质及危险因素;另一方面,肺虚日久,子盗母气,必累及于脾,而致肺脾两虚,成为慢阻肺进展的必经阶段,影响疾病发展及转归。可见慢阻肺发生、发展、预后与脾密切相关,故慢阻肺发展过程中,除咳嗽、咳痰、喘息等主要肺系症状外,常并发呼吸肌疲劳、营养不良、免疫失衡、抑郁焦虑等肺外表现,出现纳差、腹胀、易感、自汗、消瘦、情志抑郁等脾虚、脾胃失调之候。因此,在慢性阻塞性肺疾病的治疗过程中,应重视从脾论治,以达到肺病治脾、肺脾同治目的,正如《石室秘录》所云:“治肺之法,正治甚难,当转治以脾,脾气有养,则土自生金。”

1 从脾论治慢阻肺呼吸肌疲劳

呼吸肌疲劳是慢阻肺疾病进展过程中的常见并发症,可导致呼吸衰竭,成为慢阻肺患者反复急性加重及致残、致死的重要因素之一。中医学中因慢性咳喘迁延失治所致的“虚喘”“喘脱”,出现呼吸浅促、气短不续、动则喘甚等异常呼吸运动,与呼吸肌疲劳症状非常类似,这种表现与胸中宗气密切相关。《灵枢》云:“宗气积于胸中,贯心脉而司呼吸”;《读医随笔》云:“凡呼吸言语声音……宗气之功用也”;《医门法律》曰:“膻中宗气主上焦气道……或清或徐,或短或促,咸足以占宗气之盛衰”。表明宗气是一种具有走息道、司呼吸功能的物质,且肺的呼吸运动强弱与宗气的盛衰有关,呼吸浅促、气短、动则喘甚等呼吸肌疲劳表现是宗气虚衰的直接反应。可见,呼吸肌疲劳是慢阻肺“本虚标实”病机中本虚的重要环节,其病理关键在于

- [7] 马捷,李峰,宋月晗,等.从肝论治失眠的文献研究[J].中华中医药杂志,2012,27(4):1076.
- [8] 刘兰军,孙爱云.论中医肝与肺的关系[J].中医学报,2015,30(12):1767.
- [9] 张安玲.关于肺胃生理相关性的探讨[J].中医药学报,2004,32(3):3.
- [10] 徐静.“金生水”刍议[J].江苏中医药,2017,49(10):73.
- [11] 贾维刚,曲颖,宋博,等.高永祥教授从“肺为娇脏”论治哮喘病经验[J].中医学报,2015,30(11):1578.
- [12] 张安玲.肺痰热证的形成、致病与证治[J].山东中医杂志,2017,36(12):1003.
- [13] 赵岩松,崔炳南,杨进,等.胃与肺热证关系探讨[J].江苏中

医药,2006,27(5):12.

- [14] 林勇凯,朱笑星,张天成,等.从肺气以降观论治肝经湿热的思想探源[J].中国中医基础医学杂志,2015,21(12):1592.
- [15] 鲍建敏,牟重临.论肺气肃降与胃腑通降的相关性[J].浙江中医杂志,2016,51(3):160.

第一作者:刘萍(1990—),女,博士研究生,研究方向为中西医结合治疗神经系统疾病。

通讯作者:霍青,医学博士,博士研究生导师。hjq3701@163.com

收稿日期:2018-03-15

编辑:傅如海