

# 从“形寒饮冷则伤肺”论治痛经

李筠 贾波

(成都中医药大学基础医学院,四川成都610072)

**摘要** 行经期为月经周期中的秋季,而肺主秋,故肺主月经周期中的行经期,而经行腹痛属于行经期病变,故在治疗痛经时不应忽视肺。“形寒饮冷”为痛经的主要病因之一,根据《内经》云“形寒饮冷则伤肺”,故在临床上遇到“形寒饮冷”所导致的痛经,可据此病因而考虑使用宣肺散寒法治疗。附验案1则以佐证。

**关键词** 肺(中医) 痛经 月经周期 形寒饮冷 宣肺散寒

**中图分类号** R271.113 **文献标志码** A **文章编号** 1672-397X(2018)11-0014-02

痛经是指妇女在经期或经行前后,出现周期性的小腹疼痛。历代医家多以活血化瘀、温经通络等法治疗痛经,而忽略对痛经的主要病因——“形寒饮冷”进行治疗。本文将通过研究肺与月经的关系、肺与痛经的关系,探讨以宣肺散寒法治疗痛经的可能性,以供临床参考。

## 1 肺与痛经的关系

痛经又称经行腹痛,属于行经期的病变。而基于阴阳理论的月经周期调理法将月经周期分为4个阶段:行经期、经后期、经间期、经前期。并认为行经期重阳必阴,排出经血,通过转化让位于阴,治疗以活血调经为主;经后期阴长阳消,主要是阴长运动,治疗以滋阴养血为主;经间排卵期重阴必阳,排出精卵,由阴转阳,治疗以活血化瘀、疏肝通络为主,以促进阴阳的转化;经前期阳长阴消,主要是阳长运动,治疗以补肾助阳为主。然而,这种方法在临床上使用时偏重于调理肾阴、肾阳,而忽略五脏六腑与月经周期的关系,尤其是肺与月经周期的关系。

阴阳的升降浮沉可形成一年四季,如《灵枢·论疾诊尺》记载:“四时之变,寒暑之胜,重阴必阳,重阳必阴……此阴阳之变也。”若将阴阳细化为四时,阴转化为阳的时期为春,在月经周期属于排卵期,其在脏为肝;阳长的时期为夏季,在月经周期属于经前期,在脏为心;阳转化为阴的时期为秋,在月经周期为行经期,在脏为肺;阴长的阶段为冬季,在月经周期为经后期,在脏为肾;脾不独主时,斡旋于中,以养四脏<sup>[1]</sup>。

行经期为月经周期中的秋季,而肺主秋,故肺主月经周期中的行经期。经行腹痛属于行经期的病

变,应该由肺主之,所以,治疗痛经不应忽略肺。

## 2 “形寒饮冷”为痛经主要病因

痛经的病因有情志所伤、六淫为害、起居不慎等,但“形寒饮冷”是导致痛经的主要原因之一,如刘玉祁等<sup>[2]</sup>曾调查过163名患有原发性痛经的女大学生,发现78.53%的患者因食用冰品冷饮或以冷水洗衣服引起或加重痛经。《诸病源候论》也认为痛经是由于外受风寒所导致,其记载:“妇人月水来腹痛者……受风冷之气,客于胞络,损伤冲任之脉。”《女科要旨》亦云:“经前产后,忽遇饮冷形寒……此经候不调、不通、作痛、发热之所由也。”《圣济总录·妇人血气门》中提出“寒气所客”是痛经的病因。张景岳也认为外受风寒是痛经的主要原因,其在《景岳全书·妇人规》中记载:“或因外寒所逆,或素日不慎寒凉,以致凝结不行则留聚为痛。”可见,痛经的病因以外感寒邪与饮食生冷为主。

对于形寒饮冷能导致痛经,历代医家多从寒主收引,血脉受阻,不通则痛的角度解释。故在治疗上偏向于温经活血而治疗里寒证,但却忽略了感受外寒这个病因,也因此忽略了肺与痛经的关系。《灵枢·邪气脏腑病形》明确指出“形寒饮冷则伤肺”,而且《素问》也记载:“皮毛者,肺之合也,皮毛先受邪气,邪气以从其合也。其寒饮食入胃,从肺脉上至于肺,则肺寒。”张志聪注解:“手太阴之脉起于中焦,还循胃口,寒饮入胃,则冷饮之邪从肺脉而上至于肺矣。”可见无论是感受寒邪,还是饮食生冷都可能会导致肺失宣降,从而影响行经,引起痛经。

现代医学认为部分痛经可能与经血排出不畅有关。经血排出不畅则会导致子宫加强收缩以“挤

出”经血,从而引起或加重痛经。而子宫颈管狭窄不通畅是导致月经排出不畅的主要原因之一。朱丹溪曰:“上焦闭,则下焦塞。”下焦的子宫颈管不通畅,也可能由于形寒饮冷,上焦之肺失宣降所导致。如舒驰远<sup>[3]</sup>治一难产病人,因其身热无汗,腰背疼痛,辨为寒气伤营,服麻黄汤后汗出热退而顺利产子。可见,如果形寒饮冷导致的上焦闭塞,亦可导致下焦的宫颈管不通畅,使经血排出困难,子宫因此而加强收缩,欲助经血排出,从而引起痛经。

### 3 以宣肺散寒法治疗痛经

古人治病十分重视针对病因进行治疗,甚至还有以“因”命名的书籍,如《三因极一病证方论》《脉因证治》《症因脉治》等书。陈无择在《三因极一病证方论》中指出:“凡治病,先须识因,不知其因,病源无目。”还提出治病必须要清楚病因,不然则会误诊:“不知其因,施治错谬,医之大患,不可不知。”《医学源流论》中记载:“凡人之所苦谓之病,所以致此病者谓之因……凡病之因不同,而治各别者尽然,则一病治法多端矣。”治疗痛经也应该重视审因论治,根据病因进行针对性的治疗,才能取得良好的效果。既然“形寒饮冷”是导致痛经的主要原因,那么针对此病因,宣肺散寒法也应该是治疗痛经的主要方法之一。

临床报道中,有许多医家运用宣肺散寒法治疗痛经也取得了良好的疗效,如彭艺丛<sup>[4]</sup>治疗李某痛经十余年,经期感寒则会腹痛加重,处以麻黄汤加减:麻黄10g,桂枝12g,炙甘草6g,水蛭4g。患者服药3剂疼痛消失,后调理半年痊愈。许金珠<sup>[5]</sup>治疗周某,女,16岁。因经期感寒而出现痛经,伴有小腹疼痛拒按,得温而减,面青肢冷,恶寒身痛,脉紧。以麻黄附子细辛汤加味治之:麻黄、细辛各5g,制附子、当归、制香附、苍术、炒白芍各10g,失笑散(包)15g。患者服3剂后诸症悉除,随访1年未复发。柴程芝等<sup>[6]</sup>治疗一患者,20岁,痛经5年,经前受凉、饮冷后疼痛会明显加重。以葛根汤治之:葛根20g,生麻黄5g,桂枝15g,炒白芍15g,生姜10g,红枣20g,炙甘草10g。服7剂后,痛经明显减轻。下次经前又服用原方7剂,痛经已完全缓解,未再复发。王丽莉<sup>[7]</sup>以自拟通经汤(麻黄3g,炮姜5g,五灵脂、蒲黄、当归各15g,益母草、元胡各20g,莪术10g)温经散寒,活血止痛,治疗痛经33例,结果痛经完全消失26例,总有效率为96.9%。

### 4 验案举隅

丁某,女,20岁,护士。2017年11月27日初诊。患者诉其13岁初潮就经行腹痛,至今已7年余。

每次行经即小腹胀痛不舒,无明显的冷热感,经前乳房作胀,曾服行气解郁、活血止痛的中药,痛稍减。刻诊:正值经前,乳房胀痛,胸闷,梦多,无口渴口苦,纳可,舌红、苔薄白,脉弦。辨证为肺失宣降、肝气郁结。治以宣肺散寒,疏肝解郁。以香苏散加味。处方:

紫苏叶10g,桔梗10g,瓜蒌皮10g,陈皮10g,香附10g,益母草15g,川芎10g,白芍15g,当归10g,生甘草6g,生姜3片。3剂。

患者服药第2日月经来潮,小腹仍胀痛不舒,但稍有减轻。次月月经来潮前仍服上方3剂,月经来潮时,小腹已完全不痛,乳房亦不胀。患者自感不可思议。

按:患者为原发性痛经,经行小腹胀痛,乳房作胀,脉弦,有明显肝气郁结之象,虽无明显的肺失宣降之象,但考虑肺主行经期,下焦经血排出不畅而作胀作痛,故仍以宣肺法开上焦。以紫苏叶、桔梗、瓜蒌皮宣降肺气,上焦得宣,下窍排出经血自自然通畅。再以香附、陈皮行气解郁,佐以益母草、川芎、白芍、当归活血调经,故痛经得止。

### 5 结语

综上所述,肺主月经周期中的行经期,而经行腹痛属于行经期病变,故在治疗痛经时不应该忽视肺。而且,“形寒饮冷”为痛经的主要病因之一,根据《内经》云“形寒饮冷则伤肺”,故在临床上遇到“形寒饮冷”所导致的痛经,可据此病因而考虑使用宣肺散寒法治之。

### 参考文献

- [1] 周雯,李筠,吴承艳.基于四时与月经周期的关系探讨从肺与大肠论治闭经[J].四川中医,2016,34(4):19.
- [2] 刘玉祁,余廷芬,朱江,等.基于调查的中重度原发性痛经中医病因病机探讨[J].中华中医药杂志,2012,27(1):57.
- [3] 舒驰远.舒驰远伤寒集注[M].武国忠,点校.北京:人民军医出版社,2009:152.
- [4] 彭艺丛.麻黄汤新用[J].中医药学报,1993,21(4):41.
- [5] 许金珠.麻黄附子细辛汤临床新用举隅[J].江西中医药,2001,32(5):27.
- [6] 柴程芝,寇俊萍,朱丹妮,等.葛根汤辨证治疗原发性痛经[J].世界中西医结合杂志,2012,7(3):244.
- [7] 王丽莉.自拟痛经汤治疗原发性痛经33例[J].黑龙江中医药,1994,23(3):40.

第一作者:李筠(1989—),男,博士,中医医史文献专业。

通讯作者:贾波,博士,教授,博士研究生导师。jiabocdutcm@126.com

修回日期:2018-05-31

编辑:傅如海