

从三焦气化理论探讨针灸治疗代谢综合征

盖晓丽

(临沂市中医医院, 山东临沂 276002)

摘要 代谢综合征(MS)的中医治疗方法日益增多,但多或重于肾,或重于脾,或从肝治,或重痰浊瘀血等,均不够全面。三焦作为六腑之一,是人体饮食水谷代谢的枢纽,直接关系着气、血、水、食的正常运行。三焦气化功能正常,则气、血、津、液得以正常生成、输布和排泄,若三焦气化不利,则生水湿、痰浊、瘀血等,发为多种代谢障碍。三焦气化功能障碍是MS的发病基础,针灸治疗以通利三焦为大法,临床选穴以胸腹部俞募配穴为主,选取参与饮食水谷代谢的重要脏腑(肝、肺、心、脾、肾)的背俞穴,如肝俞、肺俞、心俞、脾俞、肾俞、膀胱俞等,配伍腹部任脉脏腑募穴,如膻中、关元、中脘、天枢,整体调治MS。本法拓展了对代谢障碍性疾病中医病机的新认识,为针灸临床治疗各种代谢障碍性疾病提供新思路。

关键词 代谢综合征;中医病机;三焦气化;通利三焦;针灸疗法;俞募配穴

中图分类号 R259.89 **文献标志码** A **文章编号** 1672-397X(2020)08-0011-03

代谢综合征(metabolic syndrome, MS)是人体内蛋白质、脂肪、碳水化合物等营养物质代谢发生紊乱^[1],多种代谢紊乱集于一身的病理状态^[2],以腹性肥胖、糖耐量受损、高血压、血脂异常、高血黏度、高尿酸、脂肪肝等为主要表现^[3],是导致糖尿病、心血管疾病的危险因素。中医无代谢综合征的病名^[4],多根据其临床表现,如形体肥胖、多饮多食、倦怠疲乏、胸闷气短、头晕目眩等归为“消渴”“眩晕”“胸痹”等范畴论治。目前MS的中医治疗方法日益增多,但多或重于肾,或重于脾,或从肝治,或重痰浊瘀血等^[5]。笔者认为MS的多种代谢障碍皆是由于三焦气化功能障碍所致,因此从脾论治、从肾论治、从痰论治、从瘀论治侧重于三焦气化障碍中某一环节,均不够全面。笔者基于三焦在人体水液代谢中的气化作用,认为三焦气化失常是MS发生的基本病机,以通利三焦为针灸治疗大法,治疗时选取相应背俞穴,配合任脉脏腑募穴,从整体调治MS,为针灸治疗MS提供了新思路,现探讨如下。

1 三焦的形态和生理功能

三焦为六腑之一,因与五脏没有直接表里关系,又被称为“孤府”。由于现代医学至今没有在人体找到其对应器官,关于三焦的具体解剖定位一直众说纷纭^[6]。目前多数学者认为三焦作为六腑之一,有形质可言,分为上焦、中焦和下焦。《灵枢·营卫生会》云:“上焦出于胃上口,并咽以上贯膈而布胸中……中焦亦并胃中,出上焦之后……下焦者,别回肠,注

于膀胱而渗入焉。”一般认为以膈肌以上的胸部,主要包括心肺两脏,为上焦;膈肌以下,肚脐以上的上腹部,包括脾胃,为中焦;肚脐以下的下腹部,包括肾、膀胱、大肠、小肠,为下焦^[7]。

关于三焦的生理功能,首先在《难经·六十六难》有明确的论述:“脐下肾间动气者,人之生命也,十二经之根本也,故名曰原,三焦者,原气之别使也,主通行三气,经历于五脏六腑。”可见三焦是人体下焦元气运行的主要通道,与元气的运行关系密切,“通行三气”中的“三气”指的是上焦的宗气、中焦的营气和卫气,所以三焦是人体一身之气通行的道路。另外三焦的生理功能还包括参与人体水液代谢,是津液代谢的通路,故《素问·灵兰秘典论》云:“三焦者,决渎之官,水道出焉。”人体正常的津液代谢过程离不开上焦肺、中焦脾、下焦肾的协同作用,三焦是津液得以正常生成、运行、输布、排泄的重要通路,三焦在津液代谢中的这种协调平衡作用即为“三焦气化”。

2 三焦气化障碍是MS的病机关键

《素问·经脉别论》论述了津液代谢的过程:“饮入于胃,游溢精气,上归于脾,脾气散精,上归于肺,通调水道,下输膀胱,水精四布,五经并行。”可见在水液代谢的过程中,胃、脾、肺、膀胱起到了至关重要的作用,肺为水之上源,有“通调水道,下输膀胱”的作用,脾在水液代谢中起到运化、转输的重要作用,诸脏协调配合才能完成人体正常水液代谢而不变

生他病。同时《素问·经脉别论》还叙述了饮食水谷在人体中的消化吸收过程：“食气入胃，散精于肝，淫气于筋。食气入胃，浊气归心，淫精于脉。脉气流经，经气归于肺，肺朝百脉，输精于皮毛。毛脉合精，行气于府，府精神明，留于四藏，气归于权衡。”此言水谷精微的消化吸收，一方面有赖于肝气的疏泄调达作用，以濡养全身筋脉^[8]，另一方面食入于胃以后，奉心化赤，变化为血，经过肺“朝百脉”的作用，布散于各脏腑与皮毛。可见在饮食物的代谢过程中，胃、肝、肺、心均参与其中，并相互作用，缺一不可。

MS具有血糖、血脂紊乱、高血压、中心性肥胖等多种代谢障碍，属于慢性、全身性、代谢性疾病，对全身多个脏器均造成持久、广泛的伤害，不是某单一因素所导致的单一脏器病变，而是涉及上、中、下三焦多个脏腑^[9]，所以三焦气化障碍是MS的病机关键。三焦气化功能异常，气血不循常道，水谷精微无法正常输布、吸收，变生痰湿、浊脂、瘀血。痰湿滞留肌肤则发形体肥胖；浊脂充斥血脉，则成血脂异常^[10]、高血黏度；痰浊瘀血痹阻心脉，易成胸痹；瘀阻中焦，清阳不升，浊阴不降，发为眩晕^[11]；病久及阴，阴虚内热，变生消渴^[12]。

3 针灸治疗以通利三焦为大法

三焦作为六腑之一，以通降为顺，因此通利三焦法是治疗各种代谢紊乱的主要治法。陈杰^[13]发现以温通三焦为原则，针刺膻中、中脘、天枢、关元、支沟、足三里、脾俞、肝俞、肾俞治疗MS，能降低甘油三酯、总胆固醇及低密度脂蛋白含量，有效协同缓解代谢综合征患者的胰岛素抵抗状态。笔者针灸治疗MS选穴以胸腹部俞募配穴为主，选取参与饮食水谷代谢的重要脏腑（肝、肺、心、脾、肾）的背俞穴，如肝俞、肺俞、心俞、脾俞、肾俞等穴，配伍腹部任脉脏腑募穴，如膻中、关元、中脘等穴。

3.1 背俞穴

3.1.1 肺俞、心俞（上焦） 此二穴为上焦心肺两脏的背俞穴。肺俞穴可治疗肺部疾患，肺主治节，又可助心行血，推动气血运行；心俞内通于心，心主血脉，为五脏六腑之大主，与小肠、肝、胃、胆、脾、肾等多个脏腑相关。上焦心肺两脏与宗气密切相关，MS患者上焦不能发挥“如雾”的生理功能，临床可症见胸闷、头昏欲睡、心肌供血不足、颈动脉斑块等^[14]，是故针刺肺俞、心俞两穴能宽胸理气，活血化瘀，可有效调节上焦宗气的生成，恢复MS患者“上焦如雾”的生理功能。有研究发现，代谢综合征患者可在心俞、肺俞等背俞穴刮痧后出现色质紫暗的痧点，或有颜色黑紫的浮络，故倡导根据MS患者的基础体质选择

相应腧穴，如痰湿体质者针刺肺俞可畅达肺气，瘀血体质者针刺心俞以推动血行^[15]。

3.1.2 脾俞、胃俞、肝俞（中焦） MS患者中焦不能发挥“如沍”的功能，脾胃运化失常导致水湿不化或痰浊内生等，临床可见形体肥胖，尤其以腰腹部肥胖为主，易发脂肪肝、高血脂、高血糖、高尿酸、高胰岛素血症^[14]，可选取脾俞、胃俞二穴，以健脾和胃，利湿消滞。脾与胃相表里，脾俞与胃俞有协同治疗作用，故常配合使用。研究发现针刺糖尿病大鼠的“胰俞”“脾俞”“肾俞”穴，可减轻糖尿病大鼠胰腺的损伤，防治糖尿病大鼠肝脏的病变^[16]，针刺“脾俞”穴还可使血中胆固醇下降^[17]。

肝主疏泄，可调达人体一身之气机，又能促进气血畅行和脾胃运化，对于人体消化吸收功能至关重要，故选取肝俞穴可以畅达一身之气，疏肝利胆理气。研究表明，MS发病以中老年多见，高血脂、高血压均与情绪关系密切，紧张、焦虑情绪会引起交感神经过度兴奋，进而导致血压和血胆固醇含量升高^[18]^[53]。现代研究表明：针刺肝俞穴对消化道功能有一定影响^[19]，可促进肠功能正常化，舒张奥狄氏括约肌，降低胆管内压力^[20]；针刺肝俞对血糖、血胆固醇也有调整作用，使耐糖曲线高者下降，低者升高，对胆固醇高者下降明显，而对正常机体胆固醇影响不大。

3.1.3 肾俞（下焦） 下焦“如渎”的生理功能主要体现在肾与膀胱，两者是调节人体水液代谢的重要器官，参与生成和排出尿液。肾气亏虚，失于固摄，精微从尿液外排，是消渴病的重要原因之一。另外，MS的发生与先天禀赋不足关系密切，肾藏精，肾精所化之元气推动和调节人体各脏腑功能。现代实验研究表明，多种基因异常可增加MS的危险性，说明MS的发生具有遗传因素^[18]^[54]。肾俞穴是温壮肾阳、补虚培元之要穴，可广泛用于肾脏疾患，以及与肾相关的其他脏腑如肺、脾、肝、心的病症。正如《备急千金要方》云：“消渴小便数，灸肾俞二处三十壮”，《扁鹊心书》云：“肾俞二穴，凡一切大病，于此灸二三百壮，盖肾为一身之根蒂，先天之真源，本牢则不死”。研究证明针刺肾俞穴对于出现蛋白尿的高血压患者，可使尿蛋白显著减少或消失^[21]。

3.2 募穴

3.2.1 膻中（上焦） 一方面，膻中为心包募穴，心包作为心之外围，代心行令，《灵枢·胀论》云：“膻中者，心主之宫城也”，《素问·刺法论》云：“膻中者，臣使之官，喜乐出焉，可刺心包络所流”。另一方面，膻中又为气会，指胸中宗气汇聚于此穴，又为气之海（《灵枢·海论》），《医经理解》云：“膻中，两乳之中，气所

回旋处也,故又名上气海……下气海,生气之海,上气海,宗气之海。”可见膻中穴与上焦心肺二脏及宗气关系密切,饮食水谷所化营卫之气与自然界清气通过心肺的功能合为宗气,藏于膻中。经络学说中心包与三焦相表里,“三焦手少阳之脉……布膻中,散络心包,下膈,遍属三焦”,故膻中与行一身气化的三焦有关。《难经》云:“上焦者,在心下,下膈,在胃上口,主内而不出,其治在膻中。”故治疗上焦心肺诸病常选取膻中穴以益气通脉,调气活血。

3.2.2 中脘(中焦)《灵枢·卫气失常》云:“膏者,多气而皮纵缓,故能纵腹垂腴。”所谓纵腹垂腴就相当于中心性肥胖,是MS的重要体征和诊断依据。《素问·奇病论》云:“此肥美之所发也,此人必数食甘美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满。”可见MS的主要矛盾是吸收的营养物质滞留体内,不能有效转化,主要是中焦的化生障碍。中脘穴为胃募穴,位于胃脘中央,是胃腑之气汇聚之处,同时中脘穴还是腑会,是六腑之气的汇聚之所,《针灸大成》有云“手太阳、少阳、足阳明、任脉之会”,可见中脘与小肠、三焦、胃、任脉均有经脉联系。脾胃为后天之本,六腑皆禀气于胃,故中焦脾胃疾患甚至三焦病、六腑病均可针刺中脘穴以升清降浊,健脾和胃,通降六腑,畅达三焦。

3.2.3 关元(下焦) 元气是人体生命活动的原动力,元气根于肾,通过三焦运达于五脏六腑,元气不足是MS发病的根本原因。关元穴为任脉、足三阴经交会穴,又名丹田穴,此处为元气之所出,通行三焦经历于五脏六腑,另外关元穴又为小肠募穴,是小肠腑气积聚之处,穴下为膀胱、子宫,故下焦病多选取此穴,以大补元气、温补肾阳,有很好的预防保健作用。有医者经研究提出针灸调治MS首先应鼓舞元气,可选取下焦关元、肾俞等腧穴,从而鼓舞肾间动气,促进五脏六腑功能的正常发挥^[14]。

4 结语

《黄帝素问直解》云:“治脏者治其俞,五脏之俞,皆在于背。”此言治五脏病者选取后背之背俞穴。背俞穴是脏腑之气输注于背腰部的腧穴,募穴是脏腑之气结聚于胸腹部的腧穴,两者与五脏六腑关系密切。《素问·阴阳应象大论》曰:“善用针者,从阴引阳,从阳引阴。”《标幽赋》云:“岂不闻脏腑病,而求门、海、俞、募之微。”治疗同一脏腑病时常将背俞穴与募穴配合应用,称为俞募配穴法,两者一前一后,一阴一阳,相互协调,对脏腑病疗效颇著。综上所述,MS属全身气、血、津、液代谢障碍性疾病,三焦气化不利是其发病关键,故以通利三焦为治疗大法,针灸临床选穴以胸腹部俞募配穴为主,选取参与水谷代谢的

重要脏腑背俞穴与相应募穴配伍,这为针灸临床整体调治各种代谢障碍性疾病提供了新思路。

参考文献

- [1] 谢春光,陈秋.中西医结合糖尿病学[M].北京:中国医药科技出版社,2017:392.
 - [2] 王文健,张腾.中西医结合临床研究进展[M].上海:上海科学技术出版社,2014:51.
 - [3] 陈艳成.内科学[M].重庆:重庆大学出版社,2016:556.
 - [4] 倪青,闫秀峰,于春江.内分泌代谢病中成药治疗指南[M].北京:科学技术文献出版社,2016:130.
 - [5] 张丙超,许志孝,王淑静.“通利三焦”与“脂凝、脂结”(血脂异常)辨治[J].实用中医内科杂志,2018,32(1):8.
 - [6] 于慎中.论三焦有名无形无用[J].山西中医,2001,17(6):7.
 - [7] 郭霞珍.中医基础理论[M].上海:上海科学技术出版社,2006:63.
 - [8] 翟双庆,黎敬波.内经选读[M].北京:中国中医药出版社,2016:69.
 - [9] 刘卫红,张蕾,颜贤忠,等.以三焦气化理论指导脂代谢紊乱等代谢性疾病的治疗[J].辽宁中医杂志,2011,38(1):42.
 - [10] 梁蕴瑜,谢平畅,邹旭.《温病条辨》三焦辨证活用——从三焦论治血脂异常[J].新中医,2016,48(5):9.
 - [11] 陈冰,鲁卫星.三焦论治原发性高血压病探要[J].中医药学刊,2004(3):461.
 - [12] 金丽霞,金丽军,宋立群,等.基于三焦气化理论辨治糖尿病肾病[J].中医药信息,2017,34(1):44.
 - [13] 陈杰.“温通三焦”针法对代谢综合征调节作用的影响[D].石家庄:河北医科大学,2016.
 - [14] 张新晋,李敏,薛丹,等.论《内经》《难经》元气三焦思想对针灸治疗代谢综合征的启发[J].四川中医,2018,36(2):51.
 - [15] 赵晶,周厚勤.浅议代谢综合征的针灸治疗思路[J].内蒙古中医药,2009,28(2):35.
 - [16] 曾晓玲.择时电针降低实验性糖尿病大鼠血糖作用机理的研究[D].武汉:湖北中医学院,2003.
 - [17] 江丽霞.针刺对高脂血症模型大鼠干预作用的研究[D].广州:广州中医药大学,2010.
 - [18] 苏润泽.代谢综合征证治规律研究[M].太原:山西科学技术出版社,2018.
 - [19] 赵吉平,王燕平.针灸特定穴的理论与临床[M].北京:科学技术文献出版社,1998:193.
 - [20] 李修阳.耳穴贴压结合体针治疗慢性胆囊炎的临床疗效观察[D].济南:山东中医药大学,2011.
 - [21] 陈玲,张智龙.针药并用治疗高血压病早期肾功能损害的临床研究[J].内蒙古中医药,2011,30(5):53.
- 第一作者:盖晓丽(1988—),女,博士研究生,主治医师,研究方向为针灸经典理论与临床研究。gaixiaoli1988@163.com

修回日期:2020-04-15

编辑:傅如海