国医大师禩国维调五脏以养肤之经验

梁家芬 裴悦 熊述清 刘维 袁娟娜 李红毅

(广东省中医院, 广东广州 510120)

指导: 禩国维

摘要 国医大师禩国维教授认为阴阳失衡、五脏六腑失调是产生皮肤疾病的主要原因, 临证治肤以“中”“和”为道, 长期临床实践中形成“平调阴阳, 治病之宗, 以和思辨”的学术思想。皮肤与气血密切相关, 气血充盛、脏腑调和, 才能使皮肤健康。禩老擅长调五脏以养肤; 通过润肺、益肺使气血运行通畅以养肤; 通过健脾、补脾使气血生化之源充盛以养肤; 通过静心、常笑、清心之法使心气足、血脉通以养肤; 通过疏肝、理气之法调节气血输布以养肤; 通过平衡肾之阴阳使精足血旺以养肤。附验案1则以佐证。

关键词 皮肤病; 中医美容; 调和五脏; 禩国维; 名医经验

基金项目 国家中医药管理局中医学术流派传承工作室建设项目(LP0119045); 国家中医药管理局第二届国医大师传承工作室建设项目(国中医药办人教发〔2015〕24号)

皮肤乃一身之表, 是健康、美丽的重要标志, 养肤、美肤也越来越受到关注。中医美容可通过中药和传统疗法来达到美容的目的, 因效果确切、安全性高而广获好评。中医学认为, “有诸内必形诸外”, 内脏疾病会反映在皮肤表面, 进而影响美感。皮肤疾病往往是人体内脏腑功能不协调的外在表现, 人是有机整体, 脏腑功能正常, 则血气在全身流通顺畅, 使皮肤健康美观。因此, 中医美容更注重整体调理, 使身体气血充盛, 脏腑调和。

禩国维教授为第二届国医大师, 全国中医药杰出贡献奖获得者, 有“皮肤圣手”之称, 其临床治肤以“中”“和”为道, 形成了“平调阴阳, 治病之宗, 以和思辨”的学术思想, 强调身心和谐, 饮食调和, 阴阳平衡, 百病不生。笔者有幸拜禩老为师, 常侍诊左右, 现将禩老调五脏以养肤之经验介绍如下。

1 调肺以养肤

《素问·五脏生成》云: “肺之合皮也, 其荣毛也。”肺主皮毛, 是指肺通过宣发作用, 将气血、津液输布到皮肤毫毛, 以滋润营养周身皮肤、肌肉。皮毛, 包括皮肤、汗腺、毛发等组织, 是一身之表, 也是现代人越来越重视和追求的美容对象。

气与血是人体内两大基本物质, 在人体生命活动中占有重要地位, 如《素问·调经论》曰: “人之所有者, 血与气耳。”气是血液生成和运行的动力, 血是气的化生基础和载体, 因而有“气为血之帅, 血为

气之母”之说。肺主气, 肺从自然界吸入清气和呼出体内浊气, 实现体内外气体交换的新陈代谢。肺健则能行气血以滋润濡养肌肤, 使皮肤润泽、有弹性; 若气血运行不畅, 不能上达而荣养头面, 则皮肤失去光泽而出现面色㿔白或者暗黄, 气血瘀滞不畅, 或者瘀久化热, 将会出现黑变病、黄褐斑、痤疮等。如治疗黄褐斑时, 禩老虽多从肝脾肾入手, 然肺主呼气, 肾主纳气, 金水相生, 肺主气, 脾益气, 脾土生肺金, 故禩老也常加入润肺、益肺之品如山药、沙参、冬瓜仁、桔梗, 这与黄褐斑在头面、在皮肤及肺为华盖、主皮毛的理论相契合, 注重益肺气往往能事半功倍。

肺能将脏腑代谢后所产生的浊液下输于肾和膀胱, 生成尿液。生命离不开两样东西, 一是空气, 二是食物。人体内负责运化空气的是肺, 负责传导食物的是大肠。“肺与大肠相表里”, 所以如果肺出现病变, 大肠运输糟粕的功能将受到影响, 肺功能失常, 腑气不通, 糟粕不行, 秽浊之气熏蒸, 会使肌肤晦暗无光。研究表明, 肠道微生物失衡常常与多种皮肤病如玫瑰痤疮、特应性皮炎、银屑病等相关^[1-3]。因此, 肺功能正常对肌肤的润泽有着很重要的作用。禩老建议, 日常食疗可选择百合、玉竹、沙参、山药、霸王花、银耳、梨、萝卜、蜂蜜、马蹄、甘蔗等润肺之品。

肺为华盖、五脏之天, 肺气宣发卫气于体表, 使腠理致密, 肌表坚固, 邪气难以入侵, 卫气的强弱与

肺脏有着密切关系,肺脏损、卫气弱则可出现荨麻疹、多汗等皮肤疾患。如慢性荨麻疹患者常见风团色淡、疲倦乏力、动则多汗,舌淡、苔白,脉细等表现,乃肺气虚,卫表不固,当治以益气固表,禩老常用玉屏风散加减。若虚不受补者,为防黄芪之温燥,易黄芪为五指毛桃以平补肺气之虚;若大便成形、瘙痒甚、口干者,可加北沙参以养肺阴、益肺气,并取其能治身痒之效,《神农本草经》言沙参“补中,益肺气,久服利人”^[4],《本草纲目》言其可“补虚,止惊烦,益心肺,并一切恶疮疥癣及身痒,排脓,消肿毒”^[5];汗多者,加乌梅、煅牡蛎敛阳固表;血虚明显者,加熟地黄、白芍养血补血;夜间瘙痒甚者,加远志、酸枣仁安神止痒,生龙骨、珍珠母重镇安神、息风止痒;大便溏烂脾虚甚者,加山药、党参健脾益肺气;瘙痒甚者,加钩藤、蒺藜祛风止痒。

2 调脾以养肤

脾主运化、升清,《素问·玉机真脏论》云:“脾为孤脏,中央土,以灌四傍……”脾的主要功能是运化水谷与水液,此乃皮肤所需要的营养物质。脾能将其消化后产生的水谷精微、水液上输于肺,化生气血、津液等营养物质,滋养皮肤。脾胃为气血生化之源,皮肤需要气血来滋养,故皮肤的好坏与脾胃功能息息相关。如脾的功能出现异常,皮肤就会因失去正常的濡养而出现病变^[6],如紫癜、白斑、面色萎黄、面色唇色淡白无华等。脾开窍于口,其华在唇,若其功能异常,化生气血少,津血不能滋润充养肌肤则会出现口唇干裂、脱皮、瘙痒而发生唇炎。治疗唇炎,禩老常以健脾益气、养阴生津为法,方选参苓白术散加减。因唇干脱屑多见,乃肺脾阴虚之象,禩老常以北沙参代替人参或党参,助山药、茯苓、白术等加强益肺脾之阴,并加生地黄养肾阴,达到补先天以养后天、金水相生之效,加“风中之润剂”防风祛风止痒、乌梅润燥生津并能抗过敏止痒^[7]。《素问·至真要大论》曰:“诸湿肿满,皆属于脾”,湿疹为皮肤科最常见的疾病之一,禩老认为脾虚是湿疹发病的一个重要因素。湿疹的表现虽在皮肤,然病位在中焦脾胃,脾胃功能正常与否,直接关系到本病的症状轻重。如患者舌体胖大有齿印、脉象沉细,脾虚湿困之象明显,禩老用白术、茯苓、太子参、薏苡仁等健脾渗湿之品助脾胃运化。如患者舌质滑、少苔,则有肾气不足之征,用山萸肉、山药、芡实等益肾固元,助水湿气化。辨治儿童湿疹时,因小儿具有脏腑娇嫩、形气未充、脾常不足的生理特点,故尤其要注意调理脾胃。禩老临证擅用健脾化湿之五指毛桃,其

清香可口,香可醒脾,可给脾胃补充“动力”,具有益气健脾化湿之功。禩老强调,思伤脾,若患者平时工作、学习压力大,应嘱其适当放松,自我调节,劳逸结合,静养脾胃。

3 调心以养肤

《素问·六节藏象论》曰:“心者,生之本,神之变也。其华在面,其充在血脉。”心主血脉的功能是由心气的作用来实现,心气旺盛,才能使血液在脉中运行不息,将血中营养物质供给全身的组织器官,从而使面色荣润有光泽,口唇红润。心气不足,血脉亏虚,行血无力,心血瘀阻,面色苍白无光泽,甚至面色口唇晦暗青紫。“心在志为喜”指心的生理机能和情志的喜有关,所以心情喜悦往往能面色红润有光泽。反之,悲伤、恼怒或者焦虑会使面容失色而无光泽。心为阳脏而主通明,像太阳一般照耀万物,使万物生机勃勃,生生不息。禩老总结的养生之法就有静心、常笑,皆与心相关。心藏神,是指心具有主宰五脏六腑、形体官窍的一切生理活动和精神意识思维活动的功能。平时的工作、学习需要劳心费神,若不适度用神,久而久之就会出现心神耗伤、消耗心血,从而出现神志不宁、失眠、心悸、健忘、面色苍白、神疲乏力等表现,故需要适度调心修心。《素问病机气宜保命集》指出:“神太用则劳,其藏在心,静以养之”,禩老常用静坐的方式修心。禩老对待患者总是温和带笑,常嘱患者要保持乐观的心态,乐观也是治疗疾病的一道处方,常笑的患者往往比愁眉苦脸的患者康复得更快^[8]。如普秃患者常因毛发全脱而满脸愁容,见心烦气躁、失眠健忘,伴有手足心热、口舌生疮、大便干结,舌红、少苔,脉细数。此乃心阴不足,禩老常用天王补心丹加减,治以养心安神、补心治本为主。待心神得养,睡眠改善,再加强补肾之品以促头发生长,心肾两顾,患者容貌得以恢复。再如特应性皮炎患儿常因瘙痒而睡眠不安,见情绪敏感、舌尖红有齿痕、小便黄等。此乃脾虚心火旺盛,禩老常用参苓白术散合导赤散加减。方中灯心草、淡竹叶、连翘清心火,看心火旺盛程度药用一到三味不等。麦冬、百合清心安神,布渣叶、独脚金健脾消滞,山药、莲子、甘草健脾益气,生地黄、玄参凉血降火。并配合防风、地肤子祛风止痒。如出现夜惊、失眠、心烦,可易莲子为莲子心,以形补形,宁心安神定惊,心神安宁则肌肤得养。

4 调肝以养肤

肝藏血,有贮藏血液、调节血量的功能。肝主疏泄,能调节气血津液的输布,通过调节脾胃的气机升

降促进胆汁的分泌和排泄,促进食物消化吸收,调畅情志,还能促进男性排精和女性排卵,改善男女生殖系统。肝血充足,则面色红润、视物清晰、爪甲红润有光泽;若肝血不足,则面色无华、两目干涩、爪甲不荣。肝气舒畅,则能协调其他脏器的功能,共同维持皮肤的美态;若肝气郁结,则颜面气血失和,面生色斑。禰老认为,黄褐斑的病机乃肝郁脾虚或肾虚火旺、灼络成瘀,常以疏肝理气、健脾益气、滋肾养阴、活血通络为法。方选柴胡疏肝散或逍遥丸合六味地黄丸加减,药用柴胡、白芍、郁金、枳壳、泽泻、淮山药、山萸肉、牡丹皮、茯苓、熟地黄、北沙参等。“百病生于气”,故在辨证的基础上常加强疏肝理气,可加川楝子、玫瑰花、菊花、素馨花等。广东人喜饮花茶,如菊花能清肝明目,玫瑰花能疏肝美颜、顺气解郁、通经止痛、活血化瘀,入血分,对黄褐斑肝气不舒者有较好的功效。“怒则伤肝”,禰老强调养肝养肤要制怒,可适当户外走动,舒畅情志,以疏理、调达体内的抑郁之气,减少怒气产生,才能保养皮肤。

5 调肾以养肤

肾为先天之本,是五脏六腑精气生成的根本场所。肾阳像太阳一样温煦其他脏器,肾阴像泉水一样灌溉滋润其他脏器,故肾脏是其他脏器的根本。肾精充沛则五脏气血旺盛,肌肉骨骼充实健美,肢体活动有力,肌肤有光泽,容貌美丽。肾精不足,则面色皴白、肌肤晦暗,出现黑眼圈、脱发、黄褐斑等。在日常生活中,保养肾脏要珍惜精气,节戒色欲,肾虚之人容易出现腰膝酸软、夜尿多、怕冷、阳痿早泄、易掉头发等,从而影响容貌。禰老擅用的补肾方有二至丸、水陆二仙丹。二至丸方中女贞子、墨旱莲二药分别在冬至和夏至采摘,故名二至,具有滋补肝肾、明目乌发的功效。时下年轻人熬夜多,易耗伤阴血,出现眼睛干涩、头发油腻、脱发等,此为肝肾阴血亏虚而虚火旺的表现,服用二至丸能养阴清热、补益肝肾。禰老擅用二至丸治疗脱发、痤疮、脂溢性皮炎等损美性皮肤病^[9-11]。水陆二仙丹方中金樱子、芡实二药,一在水而一在陆,故名。金樱子可固阴治脱、补中益气,补五脏而养气血,善治梦遗、精滑、崩漏、吐血等,是固阴养阴之佳品;芡实补肾益脾、祛湿止泻、固肾涩精。二药配伍,能使肾气得补,精关自固,从而遗精、遗尿、带下黜除,临床常用于治疗早泄、夜尿症等^[12-13]。

生理条件下,肾之阴阳通过脏腑经络供给皮肤营养和能量,使皮肤发挥正常的生理功能;病理情况下,肾之阴阳虚衰可影响皮肤的司开阖功能,使其易遭病邪入侵。禰老认为,肾虚是许多皮肤顽症反复

发作、缠绵难愈的重要因素,皮肤病久病不愈亦影响到肾,称为“久病及肾”,对此禰老常选用六味地黄丸、知柏地黄丸、肾气丸、缩泉丸等经典补肾名方,临床取效甚佳。

如治疗久病之雄激素性脱发,禰老认为其主要病机为肾阴不足、相火过旺,以补肝肾之阴兼化湿浊为主要治法,方选二至丸合六味地黄丸加减。配合经验药如:蒲公英、桑叶、布渣叶清热燥湿,去油脂、生发;松针生毛发、安五脏;薄盖灵芝益气补中生发。若伴有夜尿多、腰酸,加水陆二仙丹;若伴头屑多、头皮瘙痒,加蔓荆子、蒺藜、防风。

禰老还常推荐患者辅以食疗,如用黑木耳、枸杞炖乌鸡汤补益肝肾。黑木耳有滋养阴分、宁血、止血的作用;乌鸡善养阴分,补气养血,黑色属水入肾,鸡属木类通肝,能调动肾中精华,化生气血,为人体所用,故能补益肝肾;枸杞子具有滋肾、润肺、补肝、明目的功效,能治肝肾阴亏见腰膝酸软、头晕、遗精等症者。

6 验案举隅

彭某,男,5岁。2018年11月15日初诊。

主诉:四肢、躯干起红斑、丘疹,有渗液伴瘙痒3个月。患儿3个月前四肢、躯干出现红斑、丘疹伴瘙痒,搔抓后起水疱,糜烂渗液,曾在外院诊治,考虑为湿疹,予抗过敏药物治疗,效果欠佳,皮疹无明显消退,瘙痒剧烈。为求中医治疗,遂至禰老门诊就诊。刻下:神清,精神可,四肢、躯干散在红斑、丘疹、水疱,有抓痕、脱屑,皮损处可见黄色渗液,部分结痂,纳一般,眠欠佳,大便偏烂,小便调,舌淡舌尖稍红、苔微黄腻,脉细。西医诊断:湿疹;中医诊断:湿疮(脾虚湿蕴证)。治以健脾利湿、祛风止痒。方选自拟方健脾渗湿方加减。处方:

太子参10g,茯苓10g,山药10g,生薏苡仁10g,防风10g,布渣叶10g,灯心草3扎,生甘草5g,生地黄10g,徐长卿5g,紫苏叶5g,蝉蜕5g。7剂。每日1剂,水煎,早晚饭后温服。

2018年11月22日二诊:患儿服药后皮损减轻,渗液减少,少许新发皮疹,仍瘙痒,纳可,眠欠佳,大便成形,小便调,舌淡、苔微黄腻,脉细。予初诊方加白鲜皮10g,7剂。

2018年11月29日三诊:患儿药后总体好转,皮疹、抓痕、脱屑减少,渗液减轻,间有反复,见少许新发皮疹,以下肢为主,瘙痒,纳可,眠一般,二便可,舌淡、苔白微腻,脉细。予二诊方加粉萆薢10g,易茯苓为土茯苓10g,生地黄增量至15g,14剂。

2018年12月13日四诊:患儿药后皮疹大部分消退,瘙痒明显减轻,纳眠可,二便调,舌淡、苔薄白,脉细。予三诊方加鸡内金10g,易土茯苓为茯苓10g,14剂。诊毕,禩老建议患者以五指毛桃瘦肉汤为食疗方平时饮用。

药后随访半年,未见复发。

按:中医学认为湿疹是由于素体脾弱,禀赋不足,加之饮食失调,湿热内蕴,或外感风、湿、热诸邪相搏于皮肤所致。本案患儿大便烂,舌淡舌尖稍红、舌苔微黄腻、脉细为脾虚湿蕴之象;脾虚生湿,湿郁化热,加之脾虚易外感风、湿、热邪,诸邪蕴结肌肤,故发为四肢红斑、丘疹,有糜烂渗液,伴瘙痒。证属脾虚湿蕴,治以健脾利湿、祛风止痒,方选禩老自拟方健脾渗湿方加减,该方由参苓白术散化裁而来。方中太子参、茯苓、布渣叶、山药、生薏苡仁健脾祛湿以治其本,紫苏叶、防风、蝉蜕、徐长卿祛风止痒,灯心草、生地黄、生甘草清心凉血、清热解毒。诸药合用,共奏健脾利湿、祛风止痒之功。二诊时,风、湿、热渐有去路,但仍瘙痒,予初诊方加白鲜皮以清热燥湿、解毒止痒。三诊时,仍有渗液,舌苔白微腻,病情间有反复,新发皮疹以下肢为主,此为湿邪困阻,致邪去不畅。故易茯苓为土茯苓,加粉萆薢,以加强健脾除湿解毒之力,同时生地黄加量以凉血清热。四诊时,病至后期,外邪渐清,本虚为主要矛盾,改土茯苓为茯苓,加鸡内金以健运脾土,以治其本。纵观治疗全程,诸药和调,使得郁结之风、湿、热邪得以分消,正气得以恢复,病情向愈。

7 结语

禩老享有“皮肤圣手”的美誉,擅长治疗各类皮肤病,且重视养生护肤,无论治病还是养生,皆追求达到和谐平衡的状态,常运用食疗、保健等手段来补益脏腑、通调气血、综合调理,达到形体和容貌的和谐统一。常见的损美性皮肤病如黄褐斑、痤疮、脱发等,均与脏腑、气血功能紊乱相关,肺主皮毛、脾胃为气血生化之源、心主血、肝藏血、肾藏精皆与气血及养肤的关系密切。脏腑功能正常,气血津液及经络功能和调,则皮肤红润有弹性、毛发爪甲润泽、肌肉丰满、身躯挺拔、行动矫健,给人以外形上的美感。

同时,也应重视心理上的和谐健康,精神愉快、思维敏捷、大度豁达,给人以气质上的美,故从内而外的美才是皮肤真正的健康。

参考文献

- [1] 李璨宇,纳猛.4种微生物与玫瑰痤疮发病的关系[J].临床皮肤科杂志,2023,52(1):58.
- [2] 向志,郝志敏,崔盘根,等.肠道-微生物-皮肤轴与银屑病相关性的研究进展[J].皮肤性病诊疗学杂志,2022,29(6):588.
- [3] 胡笑笑,田晔.基于人体微生物群的特应性皮炎研究进展[J].中国微生态学杂志,2022,34(11):1338.
- [4] 吴普,述.孙星衍,孙冯翼,撰.神农本草经[M].南宁:广西科学技术出版社,2016:40.
- [5] 李春深,编著.本草纲目[M].天津:天津科学技术出版社,2018:44.
- [6] 朱铭华.浅谈皮肤病从脾论治[J].江苏中医药,2005,37(8):42.
- [7] 郑伟灏,覃骊兰.过敏煎及其单味药抗过敏作用的实验研究进展[J].中国实验方剂学杂志,2019,25(17):194.
- [8] 章泽钊,钟程,张子圣,等.国医大师禩国维从“心”论养生[J].广州中医药大学学报,2018,35(5):904.
- [9] 莫俊熙,黄咏菁,禩国维,等.国医大师禩国维运用二至丸治疗皮肤病经验摘要[J].中国医药导报,2021,18(8):141.
- [10] 余丽娟,刘亚梅,李红毅,等.国医大师禩国维教授治疗顽固性脂溢性脱发1例[J].中国中西医结合杂志,2020,40(4):497.
- [11] 钟程,张子圣,刘城鑫,等.国医大师禩国维教授治疗脂溢性脱发经验[J].中华中医药杂志,2018,33(1):133.
- [12] 张星,韩紫阳,颢盼,等.基于网络药理学和分子对接技术探讨徐福松教授水陆二仙丹治疗早泄的作用机制[J].中华男科学杂志,2022,28(2):149.
- [13] 徐朝辉,赵卿,梁彪,等.刘龙民教授运用水陆二仙丹为主方治疗老年性夜尿症临证经验[J].中国民族民间医药,2021,30(19):79.

第一作者:梁家芬(1985—),女,医学硕士,主治医师,研究方向为中医药治疗皮肤病。

通讯作者:李红毅,医学博士,主任医师,博士研究生导师。lihongyich@126.com

收稿日期:2023-10-20

编辑:张硕秋

中医学是打开中华文明宝库的钥匙