

李杲及其学术思想浅述

□黄新生

李杲,字明之,真定(今河北省正定县)人,晚年自号东垣老人,生于1180年,卒于1251年。李杲生于一个钟鸣鼎食之家,20多岁时,他的母亲患病,请了许多医生但却治疗无效。这件事对李杲触动很大,便拜张元素为师学习医学。经过刻苦学习,李杲便得到了张元素的真传并有独到见解,“尽得其学,益加阐发”。

李杲是“金元四大家”之一,是中医“脾胃学说”的创始人,他十分强调脾胃在人身的重要作用,在五运当中,脾胃属土,因此他的学说也被称作“补土派”。李杲的主要著作有《脾胃论》《内外伤辨惑论》《兰室秘藏》等,他的学术思想主要表现在以下几个方面。

脾胃为元气之本

李杲充分认识到人的元气由先天所生,后天所养,并特别重视脾胃对元气的滋养作用,他说:“真气又名元气,乃身生之精气,非胃气不能滋之。”同时,李杲还认为人生诸气皆由胃气所化,“夫元气、谷气、荣气、清气、卫气、生发诸阳上升之气,此六者,皆饮食入胃,谷气上行,胃气之异名,其实一也”。意思是说,元气虽然来源于先天,但又依赖于后天水谷之气的不断补充,才能保持元气的不断充盛,生命不竭,从而进一步认识到脾胃之气与元气的关系,认为胃气是元气之异名,其实一也。人身之气的来源有二,一是源于先天父母,二是源于后天水谷,人生之后,气的先天来源已经终止,唯一来源则在于后天脾胃。可见,脾胃之气充盛,化生有源,则元气随之得到补充亦充盛;若脾胃气衰,则元气得不到充养而随之衰退。李杲又说“脾胃为血气阴阳之根蒂”,更说明了人之血气阴阳全赖脾胃之气,脾胃为人的根本。基于以上观点,李杲诊断内伤虚损病证,多从脾胃入手,强调以调治脾胃为中心。

脾胃乃人体气机升降之枢

《黄帝内经》认为,在正常情况下,升降相替,沉浮更变,周而复始。李杲一

步认为,由于脾胃居中土,土旺四时,在四时中皆有土气,所以土在升降沉浮和万物的生长收藏过程中居于非常重要的地位,“胃为水谷之海,饮食入胃,而精气先输脾归肺,上行春夏之令,以滋养周身,乃清气为天者也;升已而下输膀胱,行秋冬之令,为传化糟粕,转味而出,乃浊阴为地者也”。脾胃不仅将水谷之精气灌溉四脏,滋养周身,同时排泄废物,还推动了脏腑精气的上下流行,循环化生。在他看来,整个气机升降的过程中,脾气的升发是居于主导地位的,有升然后有降。如果没有脾气上升,则水谷之精气无从化生血气,更谈不上精气的正常升降运行。总之,脾气升发是元气充盛的必要条件。

精气的输布依赖于脾气之升,湿浊的排出依赖于胃气之降。这样,李杲对脾胃升降作用的认识,从单纯对消化的作用扩展为对精气代谢的作用。人身精气的升降升降,依赖于脾胃的升降来完成,脾胃的升降作用对人体的作用十分重要。因此,如果脾胃的升降失常,将会出现多种病证,“或下泄而久不能升,是有秋冬而无春夏,乃生长之用,陷于殒杀之气,而百病皆起;或久升而不降亦病焉”。

脾胃内伤是病因中的要害

李杲将内科疾病系统地分为外感和内伤两大类,这对临床上的诊断和治疗有很强的指导意义。

对于内伤疾病,李杲认为以脾胃内伤最为常见,其原因有三:一为饮食不节,“夫饮食不节则胃病,胃病气短精神少而生大热,有时而显火上行,独燎其面”;二为劳逸过度,累及肌肉、四肢、先伤及脾,然后胃亦同时受病,“形体劳役则脾胃,脾病则怠惰嗜卧,四肢不收,大便泄泻,脾既病,则其胃不能独行其津液,故亦从而病焉”;三为精神刺激,“此因喜怒忧恐,损耗元气,资助心火。火与元气不两立,火胜则乘其土位,此所以病也”。

对于外感疾病,李杲认为也存在脾胃损伤情况,“肠胃为市,无物不受,无物不入,若风寒暑湿燥一气偏胜,亦能伤脾损胃”。

以上病因中李杲尤为重视情志因素在发病过程中的先导作用。他认为喜怒悲忧恐导致胃气不舒,进而元气损伤,元气既伤,则易感受外邪。

脾胃功能失调是病机中的关键

李杲认为“内伤脾胃,百病由生”,从“气火失调”和“升降失常”论述了内伤疾病的病机变化。

在“气火失调”方面,李杲认为,在正常情况下,元气与阴火是协调统一的,是对立统一两个方面,元气充沛,阴火就藏于下焦,藏于肝肾,这时阴火能够自敛,身体就处于健康状态。脾胃亏损可使元气与阴火间的正常关系紊乱,元气与阴火变成势不两立的两方面,元气不足、阴火上炎,不能自敛,致使阴火上冲并反过来消耗元气,成为“元气之贼”。“相火,下焦包络之火,元气之贼也”,这时就会出现“壮火食气”“壮火散气”等情况,气火关系的失调往往是内伤疾病的主要病理机制。

在“升降失常”方面,李杲认为,在正常情况下,脾胃在心、肺、肝、肾之间,是升降的枢纽。如果脾胃气虚,就不能维系升降的作用,心肺不能降,肝肾不能升,病变就产生了。尽管病变可能在肝、肾、心、肺,但都是源于脾胃,所谓“胃虚则脏腑经络皆无所受气而俱病”“脾胃虚则九窍不通”。

“升降失常”表现在两个方面,一种是升发不及而沉降太过,另一种是久升而不降,其根本原因均在于脾胃的升降失常。对待升降问题,李杲又十分重视生长与升发的一面,因为人的健康,生机的活跃,身体的健壮,主要依赖正气的充足。保护正气,必须重视脾胃之气的升发作用,只要元气充足,则百病不生,而元气虚损,多因脾胃之气不升而致。

创立以脾胃为论治之本的治疗方法

李杲提出“内伤脾胃为本,惟以脾胃之药为切”的治疗原则,在治疗中反复强调“养生当实元气,欲实元气,当调脾胃”“善治病者,惟在治脾”。

益气泻火

李杲认为,治脾胃内伤,气火失调,内伤热中证,“惟当以辛甘温之剂,补其中而升其阳,甘寒以泻其火则愈矣”。根据临床辨证,具体分为“益气泻火并重”“益气升阳、甘温除热”“泻火为主,以治其标”,其中最具有代表性的,便是首创甘温除热法。

甘温除热是指以性味甘温的药物为主组方剂,治疗因中气不足或气虚血亏而导致的内伤发热病的治疗方法,代表方剂是补中益气汤。补中益气汤由人参、黄芪、白术、陈皮、升麻、柴胡、当归、炙甘草组成,在用药上有三个特点,一是用人参、黄芪、白术等补脾胃之气,以助肺气固皮毛;二是用升麻、柴胡引清气上升,助长脾气升发之力;三是用炙甘草既可补中又可泻火热,以防止阴火炽盛耗伤正气。其中益气升阳为主,泻火为辅,适用于气虚清阳不升为主者。

升降清浊

李杲认为,升降失常是内伤疾病的重要病机,脾胃为升降之枢纽,因此治疗脾胃内伤证,升降清浊是重要治则,代表方剂如通幽汤、清暑益气汤等。

峻剂攻下

在治疗脾胃实证的时候,李杲常用峻剂攻下之法,代表方剂如急丸、雄黄圣饼子、神应丸等。

李杲对脾胃的生理、病理、诊断、治疗诸方面,形成了个人独成一家的系统理论,具有重要的临床意义,后世宗其说者大有人在,如王好古、罗天益、薛立斋、张景岳、李中梓、叶天士等,业内有“外感法仲景,内伤法东垣”的说法。李杲的脾胃论运用至今,效果颇佳,一直指导着脾胃疾病的治疗。

(作者供职于武汉市卫生健康委员会)

■ 养生堂

秋季,天气干燥,极易伤损肺阴,从而容易出现皮肤干燥、干咳少痰、便秘等,因此,秋季养生要防燥。

中医认为,燥为秋季之主气,而肺为“娇脏”,通过鼻与外界相通,故很容易被秋燥所伤。秋燥是秋的主气,燥易伤肺,容易引起咳嗽或干咳无痰、口舌干燥等;燥易伤津,肺津伤则可出现口舌干燥、咽痛目涩、鼻出血、干咳少痰、皮肤粗糙、大便干结等症状。因此,秋季养肺就显得尤为重要。

肺是人体重要的呼吸器官,是人体真气之源,肺气的盛衰关系到寿命的长短,因此,饮食应注意养肺,要多吃些滋阴润燥的食物,如银耳、甘蔗、梨、芝麻、藕、菠菜、猪肺、豆浆、鸭蛋、蜂蜜、橄榄等。此外,还可以适当食用一些药膳,如参麦团鱼、蜂蜜蒸百合、橄榄酸梅汤等。

百合是非常理想的解秋燥、滋润肺阴的佳品。中医认为,百合味甘、微苦,性微寒,入肺经、心经,具有养阴润肺、清心安神、清热利尿的功效。

据《神农本草经》记载,百合属百合科的宿根草本,有“主邪气心痛,利大小便,补中益气”等作用。《本草述》记载:“百合之功,在益气而兼之利气,在养正而更能去邪,为渗利和中之美药也。”百合可用于治疗阴虚久咳、痰中带血、肺结核、肺气肿、咽喉炎、胃炎、虚烦惊悸、失眠多梦、精神恍惚等。

百合共有数十种,其中百合、细叶百合和山丹三种可入药,疗效也相同。那么,秋季养阴润肺,百合有哪些吃法呢?下面,给大家推荐几种以百合为主要原料的养生粥,经常食用,可远离秋燥的困扰。

杏仁百合粥

材料:杏仁、百合各50克,川贝25克,糯米50克。

做法:把杏仁、川贝、百合洗净,加适量水煮约1小时,捞去药渣,再放入糯米,煮约30分钟。

功效:降气,润肺,止咳,改善咳嗽有痰,胸闷气短,口干舌燥等症。

百合红枣粥

材料:百合10克,山药15克,糯米30克,红枣10个。

做法:先把百合用开水泡一会,将糯米淘净,与百合、红枣用文火熬成粥,加白糖适量即成。

功效:百合甘苦微寒,能滋阴降火;山药性味甘平,滋肾润肺;糯米性温味甘,能温暖脾胃,补益中气;红枣素有天然维生素A之称,不但富含维生素C,还含有大量的维生素A。百合红枣粥防治干眼症效果好,还可明目,起到美容养颜的作用。

莲子百合粥

材料:大米150克,百合干25克,莲子25克,枸杞3克,冰糖30克。

做法:百合干用刀背碾成粉状,莲子用热水泡软,枸杞用热水稍泡,大米淘洗干净用冷水浸泡半小时。锅中放水,先放入大米、百合干烧开后,再放入莲子、枸杞,改用中火继续熬煮至熟,最后放入冰糖即可。

功效:助消化,滋阴润燥,清心安神。

百玉二冬粥

材料:百合25克,玉竹、天冬、麦门冬各10克,粳米100克,蜂蜜适量。

做法:将百合、玉竹、天冬、麦门冬洗净(若是鲜品应加倍),加适量清水,小火煮沸30分钟(鲜品煮20分钟)后取汁。药汁同梗米一起放入锅中,再加适量水,旺火5分钟改用小火,煮至米烂,加适量蜂蜜温服。

功效:对肺燥干咳、口干津伤、皮肤粗糙干燥者,均有较好的防治作用。

银耳百合粥

材料:百合、太子参、银耳各20克,冰糖适量。

做法:将百合、太子参用清水洗净,银耳浸泡后去根部黑蒂,加水适量,共煮汤,水沸30分钟后,加入冰糖。

功效:益气养阴,润肺止咳。

其他推荐

对于有慢性咳嗽、咯痰或痰黏等症者,可将百合与麦门冬、西洋参、党参、枇杷等同时熬汤后饮用。

对于经常出现干咳者,可用百合、陈皮、玫瑰花、菊花、蜂蜜代茶饮。

对于有外感风热而引起的咳嗽、咯痰、咽喉肿痛者,可将百合浙贝母放于白梨内,在锅中蒸煮后食用。

(作者供职于河南省中医院)

秋季养阴润肺 多吃这几种养生粥

□王书莉

荷叶

□葛金华

据史书记载,公元551年,梁朝始兴太守陈霸先,奉命率兵镇守京口,旷日持久的战争,炎炎似火的盛夏,使军中粮食短缺,兵士暑热不堪。梁朝民众争相以荷叶包饭,夹放鱼肉,接济梁军,慰劳将士。军心因此而大振,暑热因此而顿消。于是,陈霸先一举打败北齐鲜卑十万大军。

荷叶别名莲叶,为睡莲科植物莲的叶,生于沼泽、池塘或水田内,野生或栽培,夏季、秋季采收,晒至七八成干时,除去叶柄,折成半圆形或折扇形,干燥。

中医认为,荷叶性平,味苦,归肝经、脾经、胃经,属清热药中分属的清热凉血药,具有清暑化湿、升发清阳、凉血止血的功效,主要用于治疗暑热烦渴、暑湿泄泻、脾虚泄泻、血热吐衄、便血崩漏和产后血暈等。

荷叶寒凉伤脾胃,是升散消耗之物,因此,寒性体质、体质虚弱者不宜服用。

荷叶除了以上常见功效,还有降血脂、减肥的作用。《本草纲目》记载:“荷叶服之,令人瘦劣。”古代名媛不乏用荷叶来瘦身减肥。现代药理研究发现,荷叶有降脂减肥、降血压、抗氧化、清除自由基的作用。

(河南中医药大学供稿)

■ 读名著 品中医

王朗之死说卒中

□庄小艳

《三国演义》里,诸葛亮屡次北伐中原,把曹魏基业搅得风雨飘摇,自诩“智多星”的王朗不服气了,上奏魏明帝曹叡说:“老臣不才,愿随曹真大都督出征做军师,来日两军阵前,无须刀枪,老夫只需一席话,管教诸葛亮拱手来降,蜀兵不战自退。”

曹叡正为无人敢战诸葛亮急得火烧眉毛,一听大喜,立刻派曹真和王朗率领重兵,抗拒诸葛亮。

次日,两军相迎,王朗纵马而出,对诸葛亮说:“顺天者昌,逆天者亡。今我大魏带甲百万,良将千员,凉州之萤火,怎及天心之皓月?公猛才,抱大器,自欲比于管乐,何乃强欲逆天理、背人情而行事耶?公可倒戈卸甲,以礼来降,不失封侯之位,国安民乐,岂不美哉?”

王朗以为自己煞费苦心组织的一番高论能说动诸葛亮,谁知诸葛亮嗤之以鼻:“我以为汉朝元老重臣,必有高论,没想到竟说出此话,真是有辱斯文。我今日奉嗣君之旨,兴师讨贼,你即为谏媚之臣,只可潜身缩首,苟图衣食,安敢在行伍面前,妄称天数。你这个老奸臣,马上就要赴黄泉之下,有何面目去见二十四帝?”

王朗是汉朝元老,曹氏篡汉时归顺做官,有悖忠臣不保二主的士大夫精神。王朗本来想说服诸葛亮和他一样,放弃无休止的政权斗争,享受荣华富贵,了却残生,没想到却被诸葛亮当众揪出最不堪示人的一面挖心痛骂,尊严尽毁。王朗突然血压升高,气满胸膛,大叫一声,撞死于马下。

从王朗猝死分析,能直接夺命瞬间不治的急病,应是死于出血性卒中,中医称之为中风,是一种急性非外伤性脑局部血供障碍引起的局灶性神经损害,由于脑血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的疾病,又称急性脑血管意外。

卒中的主要临床表现为平素头晕、头痛、耳鸣、目眩、面赤,发病时突然昏倒,不省人事,口眼喎斜,舌强语蹇,半身不遂,牙关紧闭,口噤不开,两手握固,大小便闭,肢体强痉,或者日昏口

张,鼻息微弱,手撒肢冷,汗多,大小便自遗,肢体瘫软;经过救治,神志清醒后多留有后遗症,如半身不遂、言语不利、口眼喎斜等。卒中的病情有轻重缓急之别,轻者仅限于血脉经络,重者常波及有关脏腑。卒中包括缺血性卒中和出血性卒中,缺血性卒中的发病率高于出血性卒中,出血性卒中的死亡率更高。卒中好发于中老年人。西医认为,卒中主要因高血压病和动脉硬化引起;而中医认为,肝阳上亢是导致高血压病和卒中的主要因素。

王朗出征时已经76岁,身体各器官老化衰弱并发病是自然规律,被诸葛亮扎心一骂,突然心跳加快,血压升高,肝肺气机逆乱,其肝阳上亢于头部,导致脑血管骤然破裂发生猝死。

卒中在我国的发病率和死亡率都非常高,严重威胁着老年人的身体健康。王朗以76岁高龄自告奋勇对骂诸葛亮,导致气急猝死,历史可做为笑谈,而惨痛教训当警示后人。

(作者供职于孟津县中医院)

■ 读书时间

正气存内 邪不可干

□徐上凯

《黄帝内经》中的“正气存内,邪不可干,邪之所凑,其气必虚”这句话,解释了疾病是否发生的内在原因,表示只有在人体正气相对虚弱,卫外不固,抗邪无力的情况下,邪气方能乘虚而入,使人体阴阳失调,脏腑经络功能紊乱,发生疾病。除此之外,还指明了邪气是发病的重要条件。但这并不是就不顾及正气了,只是说正气在疾病发展过程中起主导地位,但也不能忽视邪气对于疾病发生的重要作用。比如,世界各地暴发的新冠病毒,我认为它就属于中医吴又可所说的疫疔,非其时而有其气,非风、非寒、非暑、非湿,乃天地间别有一种异气所感。这种异气,吴又可称之为戾气。

戾气侵入人体的途径是自口鼻而入。致病特点与新冠病毒是相同的,那不禁有些疑问?那当时尚未发现新冠病毒的危险时,为什么有的人没事,有的人就被感染了?为什么有的人被感染后死去,有的人却最终战胜病毒,治愈出院了呢?

这一切都是根源于我们的正气强弱。那怎么定义正气和邪气呢?正气,是指人体功能活动和抗病、康复能力,而邪气则泛指各种致病因素。而人体是否发病则取决于正气的盛衰。

那人体功能活动又是什么意思呢?这是一个深奥的问题,我认为与神有关。心主神,神从狭义来讲,是主我们情志、思维、意识的展现;从广义来讲,是主我们日常生命活动的外在体现。而神的正常展现需要我们人体的精微物质给予支持,即“精、气、血、津液”,精微物质充足则神充盈,则神执掌身体和谐形与神俱,故身体各个脏腑,经络能正常工作,协调合作,身体便能健康。那又有一个疑问?精微物质从哪里来?精微物质来源于我们的先天和后天之源,先天之源即肾所藏之精,后天之源则为脾胃饮食食物而化生的精微物质。

这些精微物质经过各个脏腑的各司其职,最终化为气血津液,运达输布到全身各

处,濡养滋养身体形体官窍脏腑。这就告诉我们脾胃的重要性,脾胃为后天生化之源,脾胃一旦出现问题,便会影响到精微物质的生成。而根据脾胃喜燥恶湿的特点,我们在日常生活中应少食肥甘厚味,多食平淡之味。

现在生活条件越来越好,人们想吃什么都有,多数人都喜欢吃口味的食物,则损伤脾胃致里湿内生,抑或暴饮暴食,损伤脾胃,脾与胃相为表里,互相影响,则胃气不降,脾气不升,故清气下泻而不停上厕所,浊气不降停滞则成腹胀。这与《黄帝内经》所讲的“清气在下,则生飧泄。浊气在上,则生腹胀”。由此可见,脾胃对身体的重要性。

但这也不是说身体正气是仅靠养护脾胃就可以的,还要靠日常生活中的作息、内心思想等。正如《黄帝内经》所说“饮食有节,起居有常,劳作有序”,节饮食,慎起居,不妄作劳,则可强身延寿,安享天年。反之,饮食不节,起居无常,妄于劳作,则可加

速早衰,使人夭折损寿。

总之,正气依靠神的正常运行,形体的正常运转,只有这样才能形神合一,正气才能充盛,时刻保护我们的机体免受侵害。

正气对我们的身体很重要,对健康占据着主要地位,应该极为重视。而通过《黄帝内经》所提倡的养生就是尽量减少我们对身体的损耗,保留体内的精气源源不断运达身体内外,外抵御邪气,内滋润脏腑。正气的多少是身体素质综合的体现,故在平时应做到顺应四时,养身静气,拒绝消耗我们心神的东西。对于外来诱惑,我们不能改变,但可以改变自己,让自己“恬淡虚无,精神内守”。

《黄帝内经》是古人留给后人的瑰宝,在临床与其融会贯通,会有很多意想不到的收获,而这需要我们孜孜不倦,精益求精,在实践中寻找理论,在理论中结合实践。(作者为河南省中医药研究院附属医院2017级学员)

遗失声明

息县中医院麻醉药品、第一类精神药品电子印鉴卡(编号:Y002112)不慎丢失,特申明作废。

驻马店市遂平县和兴镇李屯卫生室李强的医师执业证书(编号:210411728000122)不慎丢失,声明原件及复印件作废。

征稿

您可以发表自己的看法,说说您与中医药的那些事,或者写一写身边的中医药故事,推荐您喜爱的中医药书籍。

《读书时间》《我与中医》《养生堂》《中药传说》《杏林撷萃》《中医典故》等栏目期待您的来稿!

联系电话:(0371)85967078
投稿邮箱:54322357@qq.com