

学术论坛

# 伏邪痹病的病机与辨治方法

□霍秀红

韦绪性是第五批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师，从事医疗、教学、科研工作50余年，临床经验丰富，擅长运用经方分期论治常见疼痛、疑难病等。笔者有幸作为学术继承人，跟随韦绪性老师学习，将其诊治伏邪痹病的经验摘要整理如下。

## 伏邪痹病的理论基础

《黄帝内经·素问·痹论》提出“风寒湿三气杂至，合而为痹也”的观点，为历代医家论痹、治痹的理论渊薮，然而对痹病病机的探究却见仁见智。根据痹病反复发作、顽固难愈、证型较多、证多兼夹、正虚邪实，且互为因果等特点，其病因绝非仅为发病初期之“风寒湿三气杂至”一言可概之，且病机错综复杂。对此，韦绪性老师提出了伏邪痹病理论。其临床表现，具有外感病史，疼痛在肢体、经络，疼痛反复发作，病程较长，具有顽固难愈，肌肉、关节疼痛固定不移，关节屈伸不利，得热痛减，遇寒痛甚；或肢体酸楚疼痛、沉重、肿胀，举步无力，便溏；或关节肿大僵硬，皮肤瘀斑，舌质黯紫有瘀斑，舌苔白腻，脉沉缓或沉弦紧等特征。其多见于西医之风湿性关节炎、类风湿关节炎、反应性关节炎、肌纤维炎、强直性脊柱炎、增生性骨关节炎等。

## 病因病机析要

“风寒湿三气杂至”，仅是伏邪痹病发生的外在条件；风寒湿热等邪气痹阻筋脉、骨节、肌肉，致使营卫行涩，经络不通，筋爪失荣，骨节失养，而发生疼痛、肿胀、酸楚麻木，或肢体活动不便。而先天禀赋不足、产后体虚、年老虚损、过度劳

累等因素，在痹病的发病过程中起着重要的作用。类风湿关节炎、强直性脊柱炎患者有明显的家族疾病史倾向，即说明先天禀赋不足，“其本脏自生之病”是主要病因，而“风寒湿三气”只是发病或加重病情的诱因而已。

伏邪痹病的病机转化特点：一是久痹湿必伏，由于湿性黏腻，故临床证治痹，风邪可祛，寒邪能散，热邪易清，而湿邪难除，湿聚成痰更易发展为痼疾。二是久痹肾必伤，使其精气亏虚，骨节失养而不用，关节也易成为留邪之所，而五脏之虚，唯元气难补。三是风药必伤阴（血），用麻黄、羌活、独活之类风药治疗痹病，虽然可缓一时之痛，但是因其辛温燥烈，久用势必耗伤阴血，阴血愈虚，深入筋骨，而痹病难愈。

## 伏邪痹病论治心悟

纵览历代医家治痹用药之道，多以祛邪、通络为原则，而伏邪痹病绝非法邪祛法所能根治。究其原因，除了重视传统的久痛多瘀、久病人络之说外，大多以温

肾散寒、宣痹通络为法。

治疗伏邪痹病的关键在于因势利导，疏达外透，应依据取太阳为少阴之法，即使太阳证不显，亦应在扶正的基础上，加桂枝等以疏达太阳经脉，使邪外透。同时，还应重视养血活血，即所谓“治风先治血，血行风自灭”。韦绪性老师在分析伏邪痹病特点的基础上，创制“蠲痹笑痛方”，该方由《太平惠民和剂局方》之小活络丹化裁而成。该方包括制附子20克，桂枝、炒白术、苍术、当归各15克，蜈蚣2条，制天南星、制川乌、醋乳香、醋没药各12克，鸡血藤30克，炙甘草25克，制马钱子0.8克。制马钱子研末分3次冲服，连服7天后停用。需要指出的是，用川乌、附子治疗伏邪痹病，不可盲目强调久煎。用其逐寒止痛时，煎煮时间不宜过长，宜将其捣为细末，开水煎煮30分钟，尝无麻味即可。本方为治疗伏邪痹病肾虚寒凝、湿瘀阻络证之通用方。在该方中，川乌可温经活络、祛风除湿、散寒止痛；制天南星可燥湿活络，以祛经

络之痰，消解散结，并能祛风，善于止痛；乳香与没药善行走窜，擅长舒筋活络、化痰止痛。其中，乳香辛温香润，以行气、活血为主；没药苦涩，擅长活血散瘀，以化痰、消滞为要，二药相配，气血同治，取效明显。蜈蚣可通经活络，引诸药直达病所。加制附子、桂枝，以增强温肾、散寒之功效。苍术、白术与桂枝、附子相配伍，以化湿、消滞为要，二药相配，气活血，善于通络舒筋，与马钱子相配，可预防马钱子所致全身肌肉抽搐之毒副作用；鸡血藤能养血活血，善于通络舒筋，其与当归配伍，寓有“治风先治血，血行风自灭”之义；重用炙甘草，取其补中益气，缓急止痛之功效，又可以减轻川乌、附子及马钱子的毒副作用。如此组方，标本兼治，相辅相成，则正气复邪易祛，邪气祛则正自复，经络气血宣通，而痹病自愈。（作者供职于安阳职业技术学院，本文由全国名老中医韦绪性指导）

# 中医诊断疾病的基本方法

□刘戴维

中医学是一门具有悠久历史和丰富经验的医学体系，它以整体观念和辨证论治为特点，强调人体与自然环境的和谐关系。在中医诊疗过程中，诊断是非常重要的环节，而中医诊断方法主要有4种，即“望、闻、问、切”。这些方法各有特点，相互补充，共同为中医诊断疾病提供了全面信息。

## 望诊

望诊是中医诊断方法中最直观的一种，主要通过观察患者的面色、舌苔、舌质、指甲等外部表现来判断病情。望诊的主要内容包括以下几个方面：

**面色** 中医认为，面色可以反映人体的气血状况。正常人的面色应红润而有光泽，若面色发黄、发白、发黑等，则可能与脏腑功能

失调有关。**舌苔** 舌苔是指舌头表面的一层薄膜，它可以反映人体内部的病变。正常的舌苔应薄白而湿润，若舌苔厚腻、干燥、黄褐色等，则可能与湿热、痰浊、血瘀等病理变化有关。

**舌质** 舌质是指舌头的实质部分，它可以反映人体脏腑的气血状况。正常的舌质应红润而有光泽，若舌质淡白、紫暗等，则可能与气血不足、瘀血阻络等病理变化有关。

**指甲** 指甲可以反映人体的营养状况和气血运行情况。正常的指甲应呈粉红色，若指甲苍白、黄褐等，则可能与气血不足、瘀血阻络等病理变化有关。

## 闻诊

闻诊是通过嗅闻患者的气味、

呼吸声、咳嗽声等来了解病情的方法。闻诊的主要内容包括以下几个方面：

**气味** 人体的气味可以反映脏腑的功能状态。如口臭可能与脾胃湿热有关，体臭可能与肝胆湿热有关。

**呼吸声** 呼吸声可以反映肺脏的病变情况。如喘息声可能与痰饮阻肺有关，呼吸音低可能与气虚有关。

**咳嗽声** 咳嗽声可以反映肺脏和咽喉的病变情况。如干咳无痰可能与燥邪伤肺有关，咯痰色黄可能与湿热蕴肺有关。

## 问诊

问诊是中医通过询问患者的病史、症状、生活习惯等来了解病情的方法。问诊的主要内容包括以下几个方面：

**病史** 了解患者的病史、家族史等，以便找出病因和病机。**症状** 询问患者的症状，如疼痛的部位、性质、持续时间等，以便判断病位和病性。**生活习惯** 了解患者的饮食习惯、作息时间、情绪状态等，以便找出诱发疾病的因素。

## 切诊

切诊是通过触摸患者的脉搏来了解病情的一种方法。切诊的主要内容包括以下几个方面：

**脉象** 通过触摸患者的脉搏，可以了解脏腑的病变和气血的运行状况。如脉浮可能与表证有关，脉沉可能与里证有关，脉细弱可能与气血不足有关。

**脉搏** 通过计算患者的脉搏次数，可以了解气血的运行情况。如

脉搏过快可能与热证有关，脉搏过慢可能与寒证有关。

**脉力** 通过感受患者的脉搏力度，可以了解气血的盛衰程度。如脉力过大可能与实证有关，脉力过小可能与虚证有关。

总之，“望、闻、问、切”四诊是相互联系、相互补充的，它们共同为中医诊断疾病提供全面的信息。在临床实践中，中医需要根据患者的具体情况，灵活运用四诊法，准确地判断病情和制定治疗方案。同时，中医诊断还强调个体差异和动态观察，所以中医在诊断疾病过程中，应依据患者的病情变化，随时调整和完善治疗方案，以取得满意的治疗效果。（作者供职于河北北方学院附属第一医院中医科）

# 中药配方颗粒的优势

□郭先帅

冬季呼吸道疾病高发，多种呼吸道疾病交织。其中，儿童病例数量明显增加，甚至发展成为支气管炎、肺炎。

中医认为，这是外邪侵入人体，导致脏腑功能失调，肺脏受损而发病。医院药房有中成药、中药配方颗粒等方剂。中药配方颗粒具有方剂调配、服用方便等特点，受到患儿家长的欢迎。

## 什么是中药配方颗粒

中药配方颗粒是由单味中药饮片经水提、分离、浓缩、干燥、制剂而成的颗粒。它在中医理论指导下，按照中医临床处方调配后，供患者服用。目前，中药配方颗粒被纳入中药饮片管理范畴，它的特点是不用煎煮、服用方便、疗效确切。

## 中药配方颗粒的优势

**疗效可靠** 中药配方颗粒是采用符合药物特性的提取方法制成的。与家庭煎煮方式相比，中药配方颗粒按照药物特性的提取方法，提取的有效成分高，保留了中药饮片的性味等特征，药效比较强；该提取方法满足了辨证论治、随证加减的要求。多项研究文献报道了中药配方颗粒能缩短治疗周期，不论是痊愈率还是有效率，均优于中成药、汤剂。

**质量安全** 按照标准汤剂的要求，在制备的各个环节，以最优化生产工艺及质量标准保证中药配方颗粒质量。在临床研究中，不良事件报告及安全性分析结果显示，中药配方颗粒不良事件发生率较低，一过性的不良事件在停药后均能

缓解。**服用方便** 中药配方颗粒不需要煎煮，即冲即服，不受时间和地点限制；体积小、密封良好，服用量少，药量可控；保质期长，养护简单；携带保存方便，适用人群广泛；随证加减，符合病情需要；运用中药智能化调配系统提升了效率，制药效率高、速度快。

## 中药配方颗粒的使用方法

**冲服方法** “一倒”，将中药配方颗粒倒入杯中。“二润”，加少量开水湿润，搅拌。“三溶解”，再倒入开水，用勺子搅拌使颗粒溶解。“四服药”：待药液温后服用，严格遵照医嘱。

**注意事项** 冲药用水须为开水（90摄氏度~100摄氏度），视药味多少及药量大小，加水量为100毫

升~200毫升；要搅拌5分钟，使其充分溶解。其中，有一部分不溶物为正常现象，混合后全部服下。这些不溶物可能是颗粒本身的超微粉，比如川贝母、田三七等，也可能是含油脂、胶质、淀粉较多的药物，比如车前子、山药等。

**服药剂量** 遵照医嘱，服药时间应根据病情和药性而定，一般情况于饭后半小时服用；如果出现结块现象，请勿服用；服药期间，不宜喝浓茶、咖啡等，不宜吃生冷、油腻、辛辣的食物，以免影响药效。将中药配方颗粒放在阴凉、干燥的地方储藏，不用放在冰箱里保存，因冰箱内湿度较高，易吸潮结块。对于开封较久后引起结块的中药配方颗粒，建议不再继续使用。

## 中药配方颗粒的疑问

**合煎问题** 传统中药饮片是合煎，而中药配方颗粒是单煎，两者在疗效上是否等效，是现阶段最主要的疑问，比如四逆汤合煎能增效解毒，强心作用增强而持久，毒性下降。单味中药配方颗粒的成分含量比煎煮汤剂高，可能加重不良反应，比如山豆根颗粒不良反应发生率高于汤剂中的山豆根。

**质量监管问题** 中药配方颗粒从生产工艺、备案、流通到使用环节，在质量监管方面有一定困难。仅凭有效成分不能确定药品的来源与质量。

**价格相对较高** 中药配方颗粒的制备工艺相对复杂，人员、设备等附加值较高，增加了医疗成本。（作者供职于郑州大学第一附属医院）

# 失眠的病因与调理措施

□韦冬梅

失眠是一种常见的睡眠障碍，具有难以入睡、睡眠质量差、早醒等特点，导致患者白天疲劳、注意力不集中等问题。中医认为，失眠与心、肝、胆等脏腑功能失调有关。在临床上，中医调理具有独特的优势和方剂，对于改善失眠症状具有显著效果。本文主要讲解失眠的中医调理方法，帮助大家提高睡眠质量。

## 中医对失眠的认识

首先，中医对失眠病因的解释，具体内容如下。

失眠的病因包括情志失调、饮食不当、病后虚弱和禀赋不足等。情志失调包括抑郁、焦虑等不良情绪，影响心神，导致失眠。饮食不当包括暴饮暴食、过度饮酒等不良饮食习惯，影响脾胃功能，导致痰湿内阻，影响心神。病后虚弱和禀赋不足是指患者身体虚弱，导致心神失养，出现失眠症状。

其次，中医对失眠的辨证分型。中医根据中医理论来分析，将失眠分为以下5种类型：**心脾两虚型** 该型表现为失眠多梦、心悸健忘、神疲乏力等，多因年老体弱或久病失养所致。**心胆气虚型** 该型表现为失眠多梦、易于惊醒、胆怯、心悸等，多因受到惊吓或突然遭受打击所致。**肝火上扰型** 该型表现为失眠多梦、烦躁易怒、口干口苦等，多因情志不畅或饮食不当所致。**心肾不交型** 该型表现为失眠多梦、腰酸膝软、头晕、耳鸣等，多因肾阴亏虚或心火旺盛所致。**食滞胃脘型** 该型表现为失眠多梦、脘腹胀满、打嗝等，多因饮食不当或脾胃功能虚弱所致。

失眠分为以下5种类型：

**心脾两虚型** 该型表现为失眠多梦、心悸健忘、神疲乏力等，多因年老体弱或久病失养所致。

**心胆气虚型** 该型表现为失眠多梦、易于惊醒、胆怯、心悸等，多因受到惊吓或突然遭受打击所致。

**肝火上扰型** 该型表现为失眠多梦、烦躁易怒、口干口苦等，多因情志不畅或饮食不当所致。

**心肾不交型** 该型表现为失眠多梦、腰酸膝软、头晕、耳鸣等，多因肾阴亏虚或心火旺盛所致。

**食滞胃脘型** 该型表现为失眠多梦、脘腹胀满、打嗝等，多因饮食不当或脾胃功能虚弱所致。

## 失眠的中医调理方法

**针灸** 该疗法是一种有效的治疗失眠的方法。针灸通过刺激特定的穴位，可以调和气血、平衡阴阳，达到提高睡眠质量的目的。常用的穴位包括神门穴、三阴交穴等。患者应选择正规的医疗卫生机构，由经验丰富的中医师

师针灸。

**中药内服和外用** 中药内服是治疗失眠的主要方法之一。中医可以根据辨证分型结果，采用不同的中药方剂治疗失眠。常用的中药包括酸枣仁、茯苓、远志等，具有养心安神、调和脾胃等作用。中药外用多采用中药足浴的方法，改善局部血液循环，达到治疗失眠的目的。

**按摩** 该疗法可以放松身心，缓解肌肉紧张和疼痛程度。按摩头部可以促进头部血液循环，缓解头痛和失眠症状。足部按摩可以刺激足底穴位，调节内分泌系统，改善睡眠质量。全身按摩则可以缓解疲劳和紧张情绪。

**气功和冥想** 气功和冥想是中医调理身体常用的方法。气功疗法主要通过特定的呼吸练习和身体姿势来调节身心，促进睡眠。冥想是一种深度放松身心的技巧，帮助人们缓解压力和紧张情绪，提高睡眠质量。切记，失眠患者最好在专业医师指导下进行治疗。

专业医师指导下进行治疗。

**饮食调理** 饮食对于失眠的治疗和预防具有重要意义。首先，要避免暴饮暴食，保持适度的饱腹感。其次，要尽量减少辛辣、油腻、咖啡因等刺激性食物的摄入量；多吃清淡、易消化、养心安神的食物，比如红枣、桂圆、莲子、百合等。此外，患者可以在睡前适量饮用热牛奶或蜂蜜水，促进睡眠。

**起居调适** 起居有节是中医提高睡眠质量的重要环节。首先，患者要建立规律的作息时间，尽量在固定的时间上床睡觉和起床。其次，要营造一个安静、舒适的睡眠环境，保持床铺整洁、干燥、柔软，以利于入睡。此外，患者要尽量避免夜间工作和娱乐活动，避免兴奋。在睡前可以听轻柔的音乐，促进入睡。

**心理调适** 心理调适是治疗失眠的一种方法。患者要积极面对压力和负面情绪，学会释放压力和调节不良情绪。比如，患者可

以与亲朋好友交流，寻求支持；参加一些放松身心的活动，比如瑜伽、冥想、绘画等。此外，如果失眠情况严重，患者要寻求专业心理咨询师或治疗师的帮助。

**中药预防** 中医根据患者的情况，开具中药预防失眠。常用的中药包括酸枣仁、茯苓、远志等，这些中药具有养心安神、调和脾胃等作用，可以改善睡眠质量。通过中药调理，能够缓解疲劳和紧张情绪，促进身体康复。

综上所述，中医在失眠的治疗中具有独特的优势。通过针灸、中药内服外用、推拿、练气功、冥想、饮食起居调适及心理调适等方法，能够改善失眠症状，提高患者的生活质量。然而，在实际治疗中，还要注意个体差异和操作规范等因素。同时，加强中医药人才培养，有助于充分发挥中医药在治疗失眠中的作用与优势。（作者供职于河池市第一人民医院）

## 中医人语

坚持中医药原创思维，构建中医药原创思维体系。中医药原创思维是根植于中医药传统文化，揭示生命科学、构建基本理论、指导医疗实践的创造性思维方法和模式。只有坚持原创思维才能保证中医药学术守正创新，才能产生原创性发明、原创性技术和原创性成果。因此，若要构建中医药学术体系，中医药原创思维体系的构建至关重要。

## 探索中医药原创思维的普遍规律

应全面审视中医药学产生的时代背景，研究中医药学与中国传统文化体系、思想体系的关系，对中医药原创思维的渊源进行学理性梳理，探索中医药原创思维的“根”与“魂”。我们应认真梳理中医药学在历史发展的过程中与其他学科的相互作用与辩证关系，研究中医药历代医家的学术思想产生的背景，探寻中医药学术代表人物的知识结构，对中医药代表性的原创性学术思想的作用机理，从个案研究中探索中医药典籍、重要医家与原创思维的共性特征，探索中医药原创思维产生的普遍规律。

## 从文化的角度反思原创思维的缺失

要从中西文化思想融通共生和相互对比的高度研究中医独有的思维模式，从中西方文化的比照鉴别中，揭示中医思维方式的基本内涵和根本特征。要在我国传统文化和哲学的整体关照下，深刻反思我国传统思维本质内涵的丢失，深刻反思现代中医药学术体系内部中医药原创思维的丢失，更要站在中医药未来学术创新的角度，深刻反思中医药原创性学术创新的缺失和不足。

## 促进中医药思维方法创新

要清醒地认识中医药原创思维的不足和局限，研究和诠释中医药原创思维在文化、哲学、语言、文字、理论、方法、实践方面的内涵与界定，形成体系化的学术内涵。充分利用和吸收现代科学技术、现代哲学、多元文化和其他学科发展的最新成果，促进中医药思维方法方法和学术视野的创新，始终坚持开放和动态发展的原则，构建层次化、体系化的中医药原创思维，为中医药学术体系的构建提供根本指导。（作者供职于河南中医药大学）

# 中医养生与阴阳平衡的关系

□郑捷锋

五行学说是中医理论中的重要组成部分，五行代表了宇宙中5种基本的力量或元素，即木、火、土、金、水。五行学说认为，宇宙万物都是由这5种基本要素所构成，它们的盛衰变化影响着宇宙和自然的运行，也直接关系到人类的健康。而中医则把人体看成一个“小宇宙”，由五脏、六腑、五官、九窍等组成，与五行元素相对应。

## 五行与五脏的关系

在中医理论体系中，五行与五脏有着密切的对应关系。比如肝属木，与胆相表里；心属火，与小肠相表里；脾属土，与胃相表里；肺属金，与大肠相表里；肾属水，与膀胱相表里。这种对应关系不仅表明了五脏之间的相互依存关系，还揭示了五脏在生理功能上的相互制约和平衡。

## 保持阴阳平衡

阴阳平衡是中医理论的核心，也是人体健康的基本条件。在中医看来，人体内部的各种生理活动都有阴阳之分，阴阳平衡则身体健康，阴阳失衡则疾病丛生。因此，保持阴阳平衡是中医养生的关键。

## 调节阴阳平衡的方法

**饮食调理** 通过饮食调节来平衡五行元素，是一种常见的养生方法。例如，肝火旺的人，可以多吃一些清淡的食物来降火；心火旺的人，可以多吃一些苦味的食物来清心火。此外，人们还可以根据五行元素的特点来选择相应的食物。

**针灸** 针灸和按摩是调节阴阳平衡的方法。通过刺激相应的穴位和经络来调节五行元素的平衡。例如，针刺肝经上的空位可以疏肝理气。

**推拿** 推拿是一种通过手法作用于人体特定部位的治疗方法，可以促进气血流通、舒缓肌肉紧张程度。根据五行理论，推拿可以对不同的脏腑和经络进行调节，以达到身体平衡的目的。比如，推拿心经可以清心降火。

**中药调理** 中药是调节阴阳平衡的重要手段之一。通过使用具有相应功效的中

# 原创思维是中医的「根」

□朱剑飞

药来调节脏腑功能。例如，使用柴胡疏肝散，可以疏肝理气；使用黄连上清丸，可以清心降火。

**调整生活方式** 保持健康的生活方式也是调节阴阳平衡的重要方法之一。例如，保持充足的睡眠、适度运动、良好的情绪等都可以调节脏腑功能。

## 养生法则

**饮食调整** 根据五行理论来分析，不同的食物对应不同的脏腑和经络，所以可以通过合理饮食来调节人体的阴阳平衡。例如，肺热咳嗽者，宜多吃清肺的食物，比如梨、藕等；食欲不振者，宜多吃酸味食物，比如山楂、酸奶等；精血亏虚、消瘦乏力者，宜多吃养阴的食物，比如海参、鱼翅等；肺病疮毒、暑热烦渴者，宜多吃清火的食物，比如苦瓜、绿豆等；脾虚食少、肺虚咳嗽者，宜多吃甘味食物，比如山药、红枣等。

**适度运动** 坚持适度运动可以调节阴阳平衡。例如，打太极拳可以调和身心平衡；跑步可以增强肺部功能。

**情绪调节** 保持良好的情绪也是调节阴阳平衡的重要方法之一。例如，通过调节情绪来舒缓肝气郁结等问题；通过保持乐观的心态来增强心肺功能等。

**养生方法** 在选择养生方法时，可以根据自己的体质特点来选择相应的养生方法，调节阴阳平衡。例如，泡脚可以调和气血平衡；按摩可以增强脾胃功能等。

总之，随着科学技术的不断发展和群众健康意识的提高，五行学说与中医养生知识的应用也在不断发展。未来，我们可以研究五行与中医之间的作用机制，进一步应用五行养生法和中药调理等方法，提高群众的健康水平，推动中医药文化的传承和创新发展。同时，我们应加强科学研究和临床验证，不断完善中医药理论和诊疗方法，以便为广大群众提供优质的中医药诊疗服务。（作者供职于仪陇县第二人民医院）