

# 从五味太过探讨“甘邪”与消渴病因的关系

吴长汶<sup>1</sup>, 张转喜<sup>1</sup>, 吴水生<sup>2</sup>, 李灿东<sup>1</sup>

(<sup>1</sup>福建中医药大学中医证研究基地, 福州 350108; <sup>2</sup>福建中医药大学药学院, 福州 350108)

**摘要:** 历代医家对消渴病病因病机的认识, 以“阴虚燥热”为总病机的“三消分治”为主流。现代条件下, 甘味太过使得机体容易从正常的“平和”状态发展到“阴虚燥热”的状态, 并在一定条件下转变成消渴病。文章试图从“甘邪”致病、“甘邪”的特性以及“甘邪”与消渴病的关系阐述“甘邪”是消渴病的主要病因及辨治基础。

**关键词:** 甘味; 甘邪; 消渴; 病因; 中医辨治

## Exploration on the relationship between the ‘sweet-evil’ and consumptive thirst pathogenesis based on theory of excess of five kinds of taste

WU Chang-wen<sup>1</sup>, ZHANG Zhuan-xi<sup>1</sup>, WU Shui-sheng<sup>2</sup>, LI Can-dong<sup>1</sup>

(<sup>1</sup>Research Base of Traditional Chinese Medicine Syndrome, Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Fuzhou 350108, China; <sup>2</sup>College of Pharmacy, Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Fuzhou 350108, China)

**Abstract:** The understanding mainstream of etiologies and pathogenesis of consumptive thirst advocated by doctors of all dynasties was ‘treating based on 3 types of consumptive thirst respectively’ based on the pathogenesis of dryness-heat due to yin deficiency. Under modern conditions, excess of sweet taste could make the calm state of body transformed into state of dryness-heat due to yin deficiency easily, and turned into consumptive thirst under a certain condition. This article expounded that ‘sweet-evil’ was the main pathogenesis and the bases of syndrome differentiation of consumptive thirst from pathogenicity of ‘sweet-evil’, characteristic of ‘sweet-evil’ and the relationship between ‘sweet-evil’ and consumptive thirst.

**Key words:** Sweet taste; Sweet-evil; Consumptive thirst; Pathogenesis; Syndrome differentiation and treatment of traditional Chinese medicine

甘味有补益、和中、缓急止痛以及调和药性的作用。在日常生活中甘味可以常食, 且多为主食, 而其他四味多为调味之用, 辅助甘味, 可以说甘味食品是我们生存的基础。随着现代生活水平的显著提高, 人们的饮食习惯逐渐倾向“三高”(高糖、高脂、高蛋白), 使得机体更加容易从正常的“平和”状态发展到“阴虚燥热”的状态, 并在一定条件下转变成消渴病。而“三高”在中医看来属于饮食五味的太过或偏嗜的结果, 从饮食补益者多归于甘味这个意义上讲, 现在人们的饮食习惯大多是甘味太过。因此, 笔者试图从《黄帝内经》等经典著作中演绎出“甘邪”作为消渴病的主要病因及辨治基础。

### “甘邪”致病

1. 五味致病 《素问·生气通天论》<sup>[1]</sup>说: “阴之所生, 本在五味; 阴之五官, 伤在五味”。“本在五味”说明人体依赖五味的滋养而生存, 而“伤在五味”则表达了五味过用, 又反过来对人体造成伤害。

也就是说人体阴精的产生来源于饮食五味(“味归形”), 但若饮食五味摄取不当, 则可使贮藏阴精的五脏受到损伤(“味伤形”)。又如《黄帝内经》云: “饮食自倍, 肠胃乃伤”、“膏粱之变, 足生大丁”, 说的是很多疾病的产生正是因为饮食失节所致。饮食所伤, 往往影响脾胃功能, 聚湿、生痰、化热或变生它病, 甚至可为肿瘤的发生创造条件。《素问·至真要大论》告诫: “久而增气, 物化之常也。气增而久, 夭之由也”。认为五味可资助增强所喜的脏腑, 此乃物质化生的常理, 但若长期偏嗜则可使相应的脏腑失调, 进而危害人体健康。如张介宾《类经》注: “凡五味之性, 各有所入, 若味有偏用, 则气有偏病, 偏用即久, 其气必增, 此物化之常也。气增而久, 则脏有偏胜, 则必有偏绝矣, 此致夭之由也”<sup>[2]</sup>。故唐容川《本草问答》<sup>[3]</sup>说: “味之平者, 不离其本性, 味之极者, 必变其本性”。东晋葛洪《抱朴子》则具体释义: “五味入口, 不欲偏多。故酸多伤脾, 苦多则伤肺, 辛多则

通讯作者: 李灿东, 福建省福州市闽侯大学城华佗路1号福建中医药大学中医证研究基地, 邮编: 350108, 电话: 0591-22861513

E-mail: fjzyld@126.com

伤肝,咸多则伤心,甘多则伤肾,五行自然之理也。凡言伤者,亦不便觉,谓久则寿损耳”。说明五味之伤多是逐渐形成的,慢慢地改变人的体质而使之有所偏颇,最终形成慢性病。故五味太过则“是谓五禁,无令多食”(《素问·宣明五气》)。五味者,辛散、酸收、甘缓、苦泄、咸软。“是故谨和五味,骨正筋柔,气血以流,腠理以密,如是则骨气以精,谨道如法,长有天命”(《素问·生气通天论》)。

2. 甘邪成因 由上得知,适当甘美之味能养脾健脾,能调和五味、滋养周身。然而,任何原因导致甘味在体内壅滞,便会引起诸多变证。如过食肥甘厚腻之品,甘美之太过,超出脾能吸收的范围,即不但化不成精微以滋五脏,反成浊邪而先困脾胃,久则入淫他脏以生诸证,故称“甘邪”;抑或病久体虚,五脏精气耗伤,此时,一方面机体欲“阴阳自和”以自救,使脾加强运化以化生气血精津以济羸弱之躯,则脾气愈虚,无力运化,饮食五味、精气津液停滞于脾,则易酿生“甘邪”淫溢五脏。另一方面,虽然五脏阴精的产生来源于饮食五味,但由于五脏潺弱,水谷五味非但未能滋养五脏,反将其伤害。即“阴之所生,本在五味;阴之五官,伤在五味”。甘为饮食药物的主味,不独先入脾,而且能统调五味入五脏,进而伤害五脏。这时正常的甘味便成了致病的“甘邪”了。此外,五志过极,最先伤气,一是耗气,一是气郁,耗气则虚,气郁则实,虚如前述。气郁则五味滞留不化,亦可化生“甘邪”。因此,先天禀赋不足或久病劳欲的五脏虚弱;暴饮暴食,过食肥甘,醇酒厚味的饮食失节;五志过极,气机郁结的情志失调,均可产生“甘邪”。故“甘邪”是在不同病因的作用下,气虚或气郁日久,使甘味不能发挥正常生理功能,反而流溢成邪,进而危害五脏而成的。因此,它既是一种病理产物,又是一种致病因素。

### “甘邪”的特性

1. 易化火化热而伤阴津 味辛甘淡为阳,所以“甘邪”具有阳邪的本质,易化火化热而伤阴津。又因五味本为阴质(“阳为气,阴为味”),为水谷阴津所化生,且甘性壅缓,故“甘邪”具有如湿邪一般流连不去、缠绵难愈的性质,易遏阻气机,进而气滞化火。因此多食甘味令人易觉“上火”感。这就使得“甘邪”容易化热伤阴,引起“阴虚燥热”而产生“消渴”,并终致肾亏疾病。如《素问·生气通天论》谓:

“味过于甘,心气喘满,色黑,肾气不衡”,《灵枢·五味》:“甘走肉,多食之,令人洞心”。

2. 易伤脾胃而致“中满” 《饮膳正要》<sup>[4]</sup>言:

“甘味弱劣,多食则胃柔缓……故中满”。“甘邪”有易生寒热、湿浊、痰饮等致病特点,因而易伤脾胃而出现“中满”等“气滞”之证,引起“胀气”“纳减”,若进一步发展可转化为“内热”“气虚”“阳虚”,并终致变证丛生:脾气滞缓,运化失常,湿壅胃胀;壅滞脾气,使脾气日久郁而化热,这种脾热,可先灼伤胃阴出现易饥多食,身体消瘦,继而波及肺阴、肾阴,出现口渴、多饮、多尿的三多症;脾气郁遏,土壅制水太过,可出现严重脱发,即《黄帝内经》说的“过食甘,则骨痛而发落”。

3. 易生痰湿而致肥胖 “甘邪”伤脾,使脾气虚弱则运化传输无力,水谷精微失于输布,化为脂肪和水湿,滞留在体内则易导致肥胖。《灵枢·卫气失常》根据人的皮肉气血的多少对肥胖进行分类,分为“有脂、有膏、有肉”3种证型。此外,《素问·奇病论》中有“喜食甘美而多肥”的记载,说明肥胖的发生与肥甘的过食和偏嗜等诸种因素所导致多余的甘味食物不得化生水谷精微营养周身,反化为膏脂,停滞不化聚湿生痰,发为肥胖。《素问·通评虚实论》有云:

“凡治消瘴,仆击,偏枯,痿厥,气满发逆,甘肥贵人则膏粱之疾也”。可知肥胖能够增加消渴病、中风、高血压等相关疾病的易患性,具有较高的先进性和预见性。

### “甘邪”与消渴病

1. 从消渴病的病因病机看“甘邪” “消渴”一名出自《素问·奇病论》,《外台秘要·消中消渴肾消方》<sup>[5]</sup>指以多饮、多尿、尿甜为特征的病证。《素问·奇病论》指出:“有病口甘者,病名为何?何以得之……此人必数食甘美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满,故其气上溢,转为消渴”。这里指出患消渴的病人大多喜食甘甜和油腻的食物,久则会酿成内热生痰生湿,以致胸腹满闷、脾运失常而发病。从《黄帝内经》这段话来理解,消渴病基本病理为过食肥甘,脾失健运。因过食肥甘致脾的运化功能减退,体内精微物质代谢紊乱,造成异常积聚而形成“甘邪”。甘胜则中满,中满湿自生,湿郁化热,热盛伤津,而成消瘴。叶天士《外感温热篇》谓:“脾瘴病,乃湿气聚,与谷气相搏,土有余也”。脾失健运,饮食所化之精微不能正常输布,升清不能而自趋下流,与津液一并外泄,故小便多而味甘,所谓“三消久而小便不臭,反作甜气”(《证治要诀》)。内火炽盛加之水谷精微大量流失,营养物质匮乏,则日渐消瘦。本病迁延日久不愈,则累及五脏,致精血阴阳俱衰,而并发多种兼症。《灵枢·本脏》说:“心脆则善

病消瘴热中……肺脆则苦病消瘴易伤……肝脆则善病消瘴易伤……脾脆则善病消瘴易伤……肾脆则善病消瘴易伤”。《灵枢·五变》说:“五脏皆柔弱者,善病消瘴”。这当理解为,五脏空虚,贼邪内生,可以产生“消瘴”,即“消渴病”。而内生之贼邪应可认为是“甘邪”。

2. “甘邪”导致消渴病的机制 “甘邪”易于脾,或游溢五脏六腑,或阻气血,或隔营卫;或化火则使机体功能亢进,消耗增多,或熬煎既久,暗耗阴津,五脏干燥,阴火内生,使机体的营养物质基础缺乏或不足。因此,“甘邪”为病,既可使机体的营养物质基础缺乏或不足,又能令机体功能亢进,消耗增多。而后者又使前者更甚,前者亦可使机体更易病理性亢奋以自救。前者称为“阴亏”,后者称为“内热”。故《丹溪心法·消渴四十六》<sup>[6]</sup>有内热致“消谷善饥,饮食倍常,不生肌肉……但欲饮冷,小便数而甜”;《景岳全书》<sup>[7]</sup>有阴亏使“水不济火,则火不归原,故有火游于肺而为上消者,有火游于胃而为中消者,有火烁阴精而为下消者,是皆真阴不足,水亏于下之证”。因此,“甘邪”的存在是消渴病的易发因素和主要病因之一,贯穿于消渴病的“未病”“将病”“已病”3种状态。阴津、精血耗伤及内热产生是消渴病及其合并症的主要病机,然而“阴虚燥热”仅能反映消渴病的“已病”状态,未能言及其“未病”和“将病”状态。当“甘邪”出现之初,多先致脾气滞缓,运化失常,湿壅胃胀,出现“胀气”“纳减”等气滞病证,此即“甘者令人中满”。其次,气滞日久,反伤脾气,气血生化乏源而可出现气虚之病证。脾虚失运,水谷精微失于输布,化为脂肪和水湿,滞留在体内则易使肥胖并逐步出现多种并发症,即是“喜食甘美而多肥”。再次,壅滞脾气,使脾气日久郁而化热,这种脾热,最早是灼伤胃阴出现易饥多食,身体消瘦,继而波及肺阴、肾阴,出现口渴、多饮、多尿的三多症,即“肥者令人内热”。

3. 从“甘邪”论治消渴 传统的观点认为消渴病发病的病机为阴虚燥热,以阴虚为本,燥热为标,根据本病三多症状的孰轻孰重分为上、中、下三消,主张上消治肺,中消治胃,下消治肾,从肺、胃、肾三消论治。本文认为传统的三消辨治只反映了消渴病

的某一方面或某个阶段,特别反映在阴虚燥热形成以后,不能完全满足临床需要。消渴病不仅与肺、胃、肾三脏有密切的联系,五脏皆与之发病有着内在联系,“甘邪”是其共同产物和联系纽带。“甘邪”还能反映消渴病的“已病”前状态,即未病和将病时的状态,故消渴病应注重从“甘邪”论治。现代医学认为,糖尿病是人体内以葡萄糖代谢紊乱为主的比较常见的代谢或内分泌疾病,临床以慢性(长期)高血糖为主要的共同特征。如其有典型“三多一少”症状者,多归属于中医“消渴”范畴,治当以五味制化和饮食禁忌治“甘邪”以纠正“阴虚燥热”为本,“三消分治”为标。然而在临床上,越来越多糖尿病患者仅有血糖升高或兼有尿糖等其它症状,而无“三多一少”等“阴虚燥热”的典型消渴病症状者,自然不能再以“三消分治”的方法治之。此时,应先辨别当下“甘邪”所显示出来的阴阳本性,在清除“甘邪”的基础上,根据病人所表现出来“湿”“燥”“火(热)”“气滞”“阴虚”“气虚”“阳虚”等致病特点加以治疗。至于如何消除“甘邪”为病,《黄帝内经》《辅行诀》多有论述五味制化,此处大有可探讨空间,留待以后阐述。对于消渴病的饮食调养,应以预防“甘邪”的产生和增加为主。《素问·热论》认为:“病热少愈,食肉则复,多食则遗”,张从正《儒门事亲》<sup>[8]</sup>说:“消渴一症,如若不减嗜欲,或不节喜怒,病虽一时治愈,终必复发”。正如《医学入门》<sup>[9]</sup>所言:“饮食滋味入腹,如汤浇雪,随小便而出,落于沟中结如白脂,肌肤日瘦者,无治法”。故消渴病饮食当少或无甘饴,而应以清淡、少量为主。

#### 参 考 文 献

- [1] 黄帝内经.北京:人民卫生出版社.2005:6
- [2] 张介宾.类经.北京:中国中医药出版社.1997:479
- [3] 唐容川.本草问答.北京:中国中医药出版社.2013:4
- [4] 忽思慧.饮膳正要.北京:中国中医药出版社.2009:48
- [5] 王焘.外台秘要.北京:华夏出版社.2009:228
- [6] 朱丹溪.丹溪心法.北京:人民卫生出版社.2005:160
- [7] 张景岳.景岳全书.北京:人民卫生出版社.2007:424
- [8] 张从正.儒门事亲.北京:中国中医药出版社.2006:61
- [9] 李梴.医学入门.北京:人民卫生出版社.2006:751-752

(收稿日期:2014年2月18日)