

《内经》有关衰老性病变的认识

薛雨芳 (广州中医药大学, 广州 510407)

摘 要 《内经》对衰老引起的各种生理、病理变化有精辟论述, 对不同时期各种变化特征的描述尤为详细, 阐述了发生变化的原因、机制; 为了延缓衰老、防治病变《内经》还明确提出了“治未病”的观点。

关键词 衰老性病变 《内经》 病理生理特征

中图分类号 R 259. 92

《内经》在描述衰老引起的各种变化时, 常把生理性变化与病理性改变一起讨论; 在论述养生防老、祛病延年措施时, 常将抗衰老与防病变相提并论。《内经》对生、长、壮、老等不同阶段的生理、病理变化有非常精妙的观察和概括; 在养生保健、治未病等思想观点中蕴含着丰富的抗衰老、防病变的原则和方法。它不仅承认衰老是客观的、是不以人们的意志为转移的, 同时又认为采取有效措施延缓衰老性疾病的发生与发展也是可行的, 抗老延年以“度百岁乃去”(《素问·上古天真论》), 并“非逆天以强求, 亦不过复吾之固有”(张景岳)。

1 衰老是生命活动的客观过程和必然趋势

《内经》认为“生、长、壮、老、已”是人类生命活动的全过程, 衰老是这一过程中的不可避免的环节之一, 是不可逾越的客观阶段。《素问·上古天真论》通过对肾气盛衰变化的描述, 阐明了这一思想, 认为女子“五七”35岁、男子“五八”40岁即开始进入衰老阶段, 出现相应的衰老势态和特征。《灵枢·天年》则以10年为一阶段, 具体描述了每个阶段生理、病理变化特征, 指出50岁以后肝、心、脾、肺、肾依次进入衰老阶段, 到“百岁, 五脏皆虚, 神气皆去, 形骸独居而终矣”。衰老的客观必然性, 得到中外学者的一致公认。

衰老的最终结果是生命的结束、机体的死亡。生命机体由“壮”而“老”而“已”, 既是衰老的过程又是衰老的结果, 衰老是“走向死亡”的同义词。因此, 人的自然寿命是有一定限度的。

《素问·上古天真论》曰:“而尽终其天年, 度百岁乃去”。天年, 就是天赋的年寿, 也就是自然寿命。《灵枢·天年》有3次提到人寿为百岁:“人之寿百岁而死”、“百岁乃得终”、“百岁, ……形骸独居而终矣”。张介宾也明确指出:“人之气数, 固有定期”(《类经》)。这与现代研究对人类寿命是有限的这一认识是一致的。

2 衰老引起的生理病理变化具有整体性、时限性、持续退行性

2.1 生理病理变化的整体性

整体性是指衰老所引起的各种变化是全身性的、是脏腑功能活动的普遍下降。《内经》认为衰老引起的各种变化是全身性的、而不是局部性的, 是五脏六腑、四肢百骸等功能的普遍下降、而不是某一脏某一腑的功能减退。不仅是五脏系统主要功能活动的生理病理改变, 而且还有五脏系统在志、液、体、窍等诸多方面衰老不足的表现。如《素问·上古天真论》认为女子“五七, 阳明脉衰, 面始焦, 发始堕; 六七, 三阳脉衰于上, 面皆焦, 发始白; 七七, 任脉虚, 太冲脉衰少, 天癸竭, 地道不通, 故形坏而无子也”。男子“五八, 肾气衰, 发堕齿槁; 六八, 阳气衰竭于上, 面焦, 发鬓颁白; 七八, 肝气衰, 筋不能动; 八八, 天癸竭, 精少, 肾脏衰, 形体皆极, 则齿发去”。观察之详尽, 归纳之精要, 至今使人赞叹不已。其它在《灵枢·天年》《素问·脉要精微论》等处还有类似描述。

俞征宙等普查了878例中老年人, 认为“衰老是一个整体的变化过程, 不是某一脏器单个虚损, 而是多脏器相互受累, 进而影响全身性功能的减退”^[1]。现代有关中老年脏器功能生理病理变化的大量研究也充分证明: 在衰老过程中, 机体组织退化、功能减退是各系统、器官、组织变化的共同特点。在衰老过程中, 作为生命活动的具体形式——代谢呈普遍下落, 这不仅指糖、脂、蛋白质、核酸、矿物质五大类物质的代谢, 而且其它与此有关的酶、激素、免疫和神经递质等的代谢也都是如此^[2]。“人类的衰老过程, 实际上就是全身器官功能逐渐降低的过程”^[3]。美国老年学家Shock也认为个体的衰老是各脏器衰老的总合^[3]。

2.2 生理病理变化的时限性

时限性是指衰老引起的各种生理、病理变化, 一般都发生在生命过程的特定阶段。衰老是机体经历

过生长、发育、成熟等不同阶段之后才开始发生的。《素问·上古天真论》认为,女子五七 35 岁、男子五八 40 岁开始出现衰老;而《素问·阴阳应象大论》认为:“年四十,而阴气自半也,起居衰矣”。目前,老年医学对于人类衰老发生的时间认识也不一致。总之,衰老及其相应变化并不是从生命一开始就发生,而是生命个体生长发育到一定阶段后才开始出现的。

时限性,也指在机体衰老过程中,机体内部各系统开始衰老的时间并不一致、衰老的速度也不一样。虽然衰老性改变是全身性的,但并不是说一旦进入衰老期,所有衰老征象就会全部出现。例如《内经》在《上古天真论》《天年》《阴阳应象大论》等篇中,具体描述了五脏系统功能衰退的时间顺序、各脏腑组织衰老的不同速度等。如女子“五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕”,男子“五八,肾气衰,发堕齿槁”;“五十岁,肝气始衰”,“六十岁,心气始衰”等等。而现代医学研究发现胸腺在 28 岁左右即出现重量减轻、功能减退,而且变化较快;而肾皮质的生长在 30~50 岁才达到顶峰,以后才逐渐退化。

2.3 生理病理变化的持续退行性

持续退行性是指衰老性变化一旦发生,就会随着时序年龄的增加而不断进行,组织退化、功能丧失不断加重,最终导致生命结束、机体死亡。因此,持续退行性同时也就决定了衰老的单向性或不可逆性。如《素问·上古天真论》认为男子“五八,肾气衰,发堕齿槁”,到“七八,肝气衰,筋不能动;八八……肾脏衰,形体皆极”。《灵枢·天年》则认为“二十岁,肝气始衰”,到“百岁,五脏皆虚,神气皆去,形骸独居而终矣”。《素问·阴阳应象大论》也说:“年四十而阴气自半也,……年六十,阴痿,气大衰”。上述描述都说明了衰老引起的各种变化呈进行性地、累加性地向着组织退变、功能减弱方向发展,与处于生长、发育阶段的变化特征恰好相反。

现代医学研究发现,人类在 30 岁以后,多种生理功能便开始减退,年龄每增加 1 岁,功能约减退 1%^[9]。心血管系统的心搏出量随增龄以每年 1%

的速度呈下降;90 岁老人与 30 岁青年相比,肺残气量增加 100%,肺活量下降 25%,最大通气量下降 50%;肾的实质 85 岁一般要丧失 30%,肾小球滤过率 90 岁老人较 20 岁青年人下降约 46%,肾血流量减少约 53%;工作能力从 30 岁至 60 岁下降了 35%^[9]。

3 防治衰老性病变必须采取综合措施

《内经》对于延缓衰老、预防病变持有积极态度,并且十分明确地提出“治未病”的观点。认为衰老及其变化虽有其自身规律,但也可受多种因素影响和制约,因而生命个体的衰老速度各不相同、寿命长短存在差异,可以出现“真人”“至人”“圣人”“贤人”等不同寿命水平。认为采取有效措施延缓衰老的发生与发展也是切实可行的。

至于如何有效地抗衰老、防病变《素问·上古天真论》《素问·四气调神大论》等篇都强调不能单纯依赖某一种方法而必须采取综合性措施。在“天人相应”的整体思想指导下,它特别强调顺应自然、调摄精神情志、保养正气以及防止病邪的侵害等方面。“顺四时而适寒暑”“服天气,而通神明”,目的在于顺应自然;“恬淡虚无”“积精全神”“精神内守”,旨在使“形体不敝,精神不散”;保养正气的同时又强调“虚邪贼风,避之有时”,就是要使“僻邪不至,长生久视”。总之,从起居作息到饮食卫生,从修身养性到治病用药都必须以此为宗旨。

参考文献

- 1 俞征宙,陈文发,俞宜年,等.从增龄对本虚标实证的影响探讨中医衰老的机理.中国中西医结合杂志,1992,12(2):80
- 2 郑集.代谢在衰老过程中的改变.生命的化学,1992,12(2):1
- 3 夏廉博.衰老生物学.上海:知识出版社,1987.2
- 4 Moradian AD.当前衰老分子生物学研究的概况.赵增翰译.国外医学·老年医学分册,1992,13(2):49
- 5 刘占文.中医养生学.上海:上海中医学院出版社,1989.56
- 6 福建省老年人大学,福建省红十字会.老年保健与长寿.福州:福建科学技术出版社,1987.20

(收稿日期:1998-09-11)

Pathological Changes in Senility Described in *Canon of Medicine*

Xue Yufang

(Guangzhou TCM University, Guangzhou, 510407)

ABSTRACT The various physiological and pathological changes during senility are described in great detail especially the feature of changes during different stages. This classic not only describes the causes and mechanism of the changes, but also puts forward the idea of “preventive treatment of disease” so as to delay aging and prevent pathological changes.

KEY WORDS Pathological changes in senility, *Canon of Medicine*, pathological and physiological features