

· 论著 ·

基于“阳化气，阴成形”理论探讨现代女性“疾”与“病”状态

任朝莹¹, 陶文娟^{2,3,4}, 李明珠¹, 柴瑞婷¹, 肖雯迪^{2,3,4}, 李灿东^{1,2,3,4}

[¹广州中医药大学基础医学院, 广州 510006; ²福建中医药大学中医学院, 福州 350122; ³福建省中医健康状态辨识重点实验室(福建中医药大学), 福州 350122; ⁴李灿东岐黄学者工作室, 福州 350122]

摘要: 女子属阴, 易感寒邪, 现代不良的生活方式更易使女性“阳化气”不足而发生病理产物堆积, 处于欲病、初病的“疾”态, 或成已病的“病”态。“疾”态在早期干预可阻止病势向恶, 当“疾”态积累到一定程度, 则发展成“病”态, 再若不治, 恐将晚矣。因此, 文章从“阴成形”角度判断现代女性致病病因, 从“阳化气”角度探讨现代女性“疾”与“病”状态干预, 强调把握病势对预防病情发展的作用, 希冀发扬《黄帝内经》中“阳化气, 阴成形”的智慧, 为现代女性健康管理提供一定借鉴。

关键词: 阳化气, 阴成形; 现代女性; 阴邪凝聚; 状态干预; 女性健康管理

基金资助: 国家自然科学基金联合基金项目(No.U1705286)

Discussion on the stage of ‘unwell’ and ‘illness’ condition among modern women based on the theory of ‘yang transforming into qi, while yin constituting form’

REN Zhao-ying¹, TAO Wen-juan^{2,3,4}, LI Ming-zhu¹, CHAI Rui-ting¹,
XIAO Wen-di^{2,3,4}, LI Can-dong^{1,2,3,4}

[¹School of Basic Medical Sciences, Guangzhou University of Chinese Medicine, Guangzhou 510006, China; ²School of Traditional Chinese Medicine, Fujian University of Traditional Chinese Medicine, Fuzhou 350122, China; ³Fujian Key Laboratory of TCM Health State (Fujian University of Traditional Chinese Medicine), Fuzhou 350122, China; ⁴LI Can-dong's Qi Huang Scholar Research Office, Fuzhou 350122, China]

Abstract: Women belongs to yin and susceptible to be attacked by cold pathogen. In modern time, woman's body are more easy to accumulate pathological products due to the unhealthy lifestyle, then most of them are in the sub-health state with ailment or had already in the illness condition. Early intervention of the starting of the ailment can prevent the disease deteriorating into worse, otherwise, the condition will be very sick in a certain degree, even late to cure. Therefore, this article analysis the pathogenic causes of the disease among the modern woman from the theory of ‘yin constituting form’ and discuss the intervention method to the development from ailment to the illness from the perspective of ‘yang transforming into qi’, hoping to carry forward the wisdom of ‘yang transforming into qi, while yin constituting form’ in *Huangdi Neijing*, and provide the reference function to modern women's health management.

Key words: Yang transforming into qi, yin constituting form; Modern women; Accumulation of yin pathogen; State intervention; Women's health management

Funding: Joint Funds of National Natural Science Foundation of China (No.U1705286)

“疾病”一词泛指一般的病,而在古代汉语中,“疾”和“病”具有不同含义。《说文解字》中“病,疾加也”,指出疾先于病,表示疾病发生过程的先后顺序。段玉裁注释“析言之则病为疾加”,“疾加”表

明“病”是“疾”的积累或加重。当阴阳变化超过人体正常生理范围时,先成“疾”态,如机体阳虚湿盛,则舌体胖大,舌苔厚多;当“疾”态积累到一定程度,则成“病”态,如寒、痰、湿等阴邪积聚,久之易发生

通信作者: 李灿东, 福建省福州市闽侯上街邱阳路1号福建中医药大学中医学院, 邮编: 350122, 电话(传真): 0591-22861513
E-mail: fjzylcd@126.com

囊肿、结节甚至肿瘤。“疾”到“病”的变化是动态的,“疾”态常易向愈,但在一定条件下,若不加紧干预,则从“有疾在腠理”最终发展为“病入膏肓”。女子属阴,现代女性更易因久居空调冷室,饮食肥甘厚腻、嗜食冷饮,久坐少动和着装贪美图少等阳气不足,引起阴邪积聚而具有“疾”的欲病、初病症状,甚或已成“病”的较严重状态。《素问·阴阳应象大论》中“阳化气,阴成形”阐释了阴阳相互消长与万事万物生化之间的关系。女子易受阴邪影响,与机体“阳化气、阴成形”功能正常与否密切相关,本文从“阴成形”角度阐释有形物质积聚对女性健康的影响,并从“阳化气”的角度提出女性“疾”“病”状态干预方法,以期发挥中医治未病在现代女性健康状态维护的作用。

“阴成形”:现代女性“疾”“病”状态根源

机体受到自然或社会环境、行为方式、心理等多种综合因素影响后会产生阴阳、脏腑、气血、精神之相应状态变化^[1],现代女性健康状态偏颇受阴邪多种因素影响。

1. 寒邪袭人,百病之源 诸病从寒起,十问歌中首问寒热,且自古民间认为“十女九寒”,女性体质具有多寒多虚,易感寒邪的特点。《素问·痹论》中载:“痛者,寒气多也,有寒故痛也”,外寒袭人,加之久坐不动的生活方式,阳气升发不利,不荣则痛,导致现代女性肢体关节类、颈肩腰腿疼痛比以往年龄趋于提前。寒若袭肺,气机升降失调,通调水道失司,则易发生水肿;寒及肾阳,命门火衰,上不暖土,水湿下注,可导致经闭及带下病频发;冲任失于温煦,下不暖宫,导致妊娠、产后腹痛,甚者可致不孕^[2]。《诸病源候论·疝病诸候》中载:“夫积聚者,由寒气在内所生也,血气虚弱,风邪搏于腑脏,寒多则气涩,气涩则生积聚也”,说明寒凉是积聚的直接诱因。不通则痛,各种阴邪积聚,常导致妇科痛症频发;寒性凝滞,血为寒湿所凝,久则迟滞成瘀血,现代研究中亦发现寒凝血瘀型子宫肌瘤最为常见^[3]。

2. 饮食不节,痰湿积聚 现代人饮食结构发生改变,精加工食品、肥甘厚腻、生冷寒凉、反季瓜果、人工合成等食物触手可及,而古人早在《素问·藏气法时论》中就指出“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充”的饮食搭配规律,若饮食比例失调、饮食无节,凉遏冰伏,则脾胃运化失利,壅塞动缓,痰湿孽生。若因寒凉之品,膏粱厚味而损伤脾阳,脾

阳不振,运化失司,加之久坐少动促使膏脂发生“浓缩”“凝结”“黏稠”等质态改变,则先致肥胖,继而“阴”成形太过,诱发痰、湿、浊、瘀等致病因子在体内异常积累。痰浊阻滞冲任、胞宫,轻则见经行浮肿、月经过少、月经后期、闭经,重可致不孕、癥瘕及癌变。从西医角度来看,女性肥胖常伴随性激素紊乱,出现经期错乱、排卵障碍及各类代谢综合征^[4],若糖脂代谢紊乱,易发生妊娠期糖尿病,增加早产和胎盘早剥发生率,且血糖经过胎盘时也会增加新生儿呼吸窘迫的发生率,威胁母婴健康^[5]。

3. 气机不畅,拂郁内结 阴性凝结,易于拂郁,郁则气滞血瘀,诸病蜂起。朱震亨在《丹溪心法·六郁》中表示:“气血冲和,百病不生,一有拂郁,诸病生焉”。现代快节奏的生活使得女性承受的工作、家庭等压力较之以往增大,加之各类代步工具的使用和长期缺乏锻炼等不良习惯又导致阴阳失调、虚证频发。女子以肝为天,以血为本,当肝之疏泄受到影响,气机失调则导致血液运行迟缓而致瘀^[6]。《济阴纲目论调经大法》中载:“大抵妇人经病,内因忧思忿怒,外因饮冷形寒,人之血气周流,忽因忧思忿怒所触,则郁结不行”。女子肝失疏泄,情绪忿懣,内结于内,易因虚、寒、瘀致各类月经病,气机不畅或寒邪内犯肝胃,可引发胸胁脘腹痞闷、胀满、头面四肢等处的不适。情志不遂,郁久络脉瘀阻,冲任不通,胞脉不畅,排卵障碍,又可致月经稀发,甚至不孕。

“阳化气”:现代女性“疾”“病”状态干预

疾病的发生发展有一定规律,早在战国时期《扁鹊见蔡桓公》中就已深刻阐明既病防变这一道理。因状态具有可辨性、可变性、可调性^[7],采用“阳化气”之机理,燮理女性阴阳偏颇状态,判断病势,基于治未病理念对“疾”“病”状态及时干预,方可杜绝“病在骨髓,司命之所属,无奈何也”的悲剧。

1. “疾”态初始——君有疾在腠理,不治将恐深

1.1 顺应自然 现代女子或多或少都具有“疾”态特征,即欲病和疾病初起阶段,类似于西医的亚健康,机体处于非病非健康状态,有一定不适的症状,但现代医学检验却无器官组织病变,究其原因,多因生活方式违背自然规律所致。

人以天地之气生,四时之法成,现代女性应改变易感外寒和内寒的环境,顾护阳气,防寒保暖,慎食寒凉。如今空调的使用降低了女性机体对自然的自适

应能力,饮食不节打乱了正常脾胃运化功能,使机体阴阳自和之力下降,而《黄帝内经》中“知于道,法阴阳、和术数”,概括了健康维护的基本方法,当饮食有节、起居有常、不妄作劳,知道、遵道而行,便可形与神俱、尽终天年。故“知于道”,顺应自然规律,虚邪贼风,避之有时,防止阴邪入侵,是避免女性处于“疾”状态的最基本要求。

1.2 身心同调 动则阳化气,气化功能正常是女性健康状态的根基。清代颜元“养身莫善于习动”之论以及《易·大壮·象》之“刚以动故壮,大壮利贞”都说明应通过运动来温壮阳气,温通经脉。研究表明,运动可以改善肥胖女性的各种非正常生理和心理状态,降低身体质量指数^[8],因此,办公室女性应有意识的改变久坐不动的生活方式,适当增加体育锻炼。女子多郁,易情志致病,而民间俗语“药补不如食补,食补不如精补,精补不如神补”的说法将神志调养放在了养生最高位置。舒畅愉悦的情绪有助于维护健康状态,《素问·上古天真论》中“精神内守,病安从来”也指出平和的情志状态对疾病防治的关键作用。中医特有的非药物疗法如情志相胜疗法、音乐疗法、低阻抗意念导入疗法、针刺治疗、气功、艾灸疗法^[9]等对情绪偏颇有很大改善作用,其机理在于以调整阴阳为目的改变机体的整体状态。所以,在早期欲病、初病阶段,基于中医整体观念身心同调培育机体正气,是防止女性“疾”态发展的不二法门。

2. “疾”态转“病”——君之病在肌肤,不治将益深

2.1 把握病势 “疾”态若不控制,则成“病”态。通常,“病”态的变化可指疾病因时间发展演变的趋势和疾病邪正斗争所表现出的运动趋向^[10],提前判断病证传变规律、病证外候与动态之势,方可据势采用扭转、截断、顺势、逆势等治则。

《素问·玉机真藏论》中“五脏相通,移皆有次;五脏有病,则各传其所胜”指出疾病按五行生克乘侮传变的规律。以肝为例,女子以肝为天,肝体阴而用阳,肝主疏泄之功能有赖于肾阳的温煦资助,肝病日久,子病及母,肾气受损,天癸不充,则冲任气血失调,在下可见经带杂病,在上可致乳房经络阻滞,或致乳癖加重^[11],若病久不治,肾气匮乏导致天癸失泻,则又使女子经带类疾病加深。故对“病”态的辨识中,应时刻注意把握疾病先机,判断病势的发展,因势利导,寻找规律,将“病”中状态及时给予干预截断,方可做到既病防变,减少不必要的损失。

2.2 中西医结合 西医关注实体结构,中医关注功能状态,二者在结构与功能上互为补充。对于已“病”态的诊断,西医因指标数据客观化,可解决中医面对患者“无证可辨”、存在“潜症”的情况。如女性多发恶性肿瘤卵巢癌由于卵巢的解剖学原因,早期发病不易发现^[12],常见的无症状高血压、乳腺内部病变、结节等病理指标结果,也需依靠检验仪器的检查才可尽早发现隐患。

在疾病治疗方面,西医多治标,中医多治本,中医以其见微知著、因发知受的整体诊断思维将症状与疾病本质结合。例如,痰阻胞宫,可见白带多、月经不调和不孕,痰阻经络筋骨,常见肿块、结节、肢体麻木或半身不遂等。中医角度的气、痰饮、瘀血等致病因子常是无形的,不属西医有形物质概念,但采用一定的理气、化痰、散瘀药物便可缓解相应症状。由此可见,中西医各有所长,二者应互相结合,发挥对疾病辨治相得益彰的作用。

3. “病”态渐加——君之病在肠胃,不治将益深

3.1 辨证施治 病若不治,继续传变,则到了脏腑的层面,此时,病虽已深,但遵循相应的治法治则,辨证施治,对于维持机体正常运作仍有一定效果。

在“阴成形”理论基础上,脏腑功能不足,温煦、推动无力,易导致有形物质积聚过多而内生异常肿物^[13]。通常,阴证疾病遵循寒者热之、虚则补之总的纲领,如寒湿凝聚用以温经散寒,除湿通络之法;肾阳不足予以温肾助阳,和营通络^[14]之方等。女子以血为本,气为阳,血为阴,气行则血行,气止则血止,故治血病以行气为先,香附之类是也^[15]。如《审视瑶函》中以香附、川芎等理气药为主要配伍的四物补肝散,治疗肝郁血虚之月经不调、痛经、雀目昏花效果较好;热则流通,寒则凝结,气得热则行,改变易受寒的环境,则气的生发、温煦功能正常,故治血病以热药为佐,肉桂之类是也^[15]。因肉桂气厚纯阳,主入肾经,味辛能散,味甘能补,性热助阳,通阳化气,可补元阳暖脾胃,除积冷,通血脉,治经闭癥瘕^[16]。医圣张仲景也用温阳之法治寒湿凝聚之病,且在《金匮要略》中记载“病痰饮者,当以温药和之”的治疗方案。

3.2 扶阳消积 中医认为痰瘀、寒滞、瘤毒等停留机体发为肿瘤,其形成本质原因为“阳虚不化,阴毒积聚”^[17]。女子阳常不足,现代女性多寒多虚,而

肿瘤的发生更具典型阳虚特征。研究表明,癌症患者中,阳虚与气虚体质占绝大多数,其中阳虚质的乳腺癌人群中HER-2阳性表达较高^[18]。在论及乳腺癌治疗时,《外科证治全生集》治以川乌为主的小金丹,《外科正宗》予以阳和汤加土贝母,酌加化痰、散结、降浊、祛瘀等消阴之品^[19],以温阳降浊化积,改善肿瘤微环境,抑制肿瘤生长。有研究^[20]提出,采用淫羊藿、肉苁蓉、半夏、莪术、郁金等温阳散结之品能干预乳腺癌前病变MCF-10AT细胞的增殖和促凋亡,此对阳虚质人群的干预治疗有着重要的临床指导意义。阴阳互根互用,相互消长保持平衡,临证中除了一味补阳,还需添加相应滋阴物品,即善补阳者,必于阴中求阳。如明代温补学派代表人物张景岳在方剂中大量使用熟地黄、人参等药,力倡精血“阳主阴从”之说^[21],以发挥阳得阴助而生化无穷之作用。

小结

《素问·四气调神论》中提出“人不治已病治未病,不治已乱治未乱”的治未病学说,该思想是中医养生调摄、治病防病的基本法则,也是医学的最高境界。女性有特殊的生理需要和体质特点,从疾病未发就应进行及时调整,及至病在骨髓,则司命之所属,无可奈何。在对现代女性不同状态认识的基础上,通过培补阳气,发挥气的生发、温煦功能正常,防止阴邪积聚,把握对“疾”态的调养,重视对“病”态进行辨治,方可将困扰女性的生理变化和病理痛苦减到最低,提高现代女性的生活质量。

参考文献

- [1] 陶文娟,吕忠宽,陈谦峰,等.《黄帝内经》中“衰”与“老”的状态辨识.中华中医药杂志,2020,35(11):5349-5352
- [2] 陈文彦.实用妇科疾病诊疗.长春:吉林科学技术出版社,2019:36
- [3] 苏淑仪,王文辉,叶雪英.温经汤结合督脉逐经灸治疗子宫肌瘤寒凝血瘀型临床研究.实用中医药杂志,2019,35(6):654-655
- [4] 田园园,石玉华.体重指数对辅助生殖技术助孕治疗的影响.现代妇产科进展,2020,29(4):317-318
- [5] 俞奇,庞剑霞,冯惠庆.孕前超重肥胖女性孕早期糖脂代谢与妊娠期糖尿病的发病关系.黑龙江医学,2021,45(19):2025-2026,2029
- [6] 周艳艳,任静雯,徐江雁.基于“阳化气,阴成形”探讨子宫肌瘤.中医学报,2021,36(6):1187-1190
- [7] 李灿东.中医状态学.北京:中国中医药出版社,2016:8
- [8] 徐丽娟,何璐,宋英玲,等.有氧运动对超重/肥胖女性代谢及心理健康影响的评估.中国临床保健杂志,2020,23(4):491-494
- [9] 谢奇,杨秋莉,王子旭,等.中医非药物疗法治疗抑郁症的研究述评.中国中医基础医学杂志,2021,10(11):1-6
- [10] 詹杰,李灿东.病势辨证研究辑要.中华中医药杂志,2021,36(5):2601-2605
- [11] 裴凌鹏,董福慧,惠伯棣,等.虾青素改善H₂O₂对成骨细胞损伤的影响.中国中医基础医学杂志,2007,13(8):585-587
- [12] 金银珠,沈影,韩凤娟.“阳化气,阴成形”:卵巢癌的中医证治.天津中医药大学学报,2020,39(4):403-406
- [13] 许博文,李杰,曹璐畅,等.基于“阳化气,阴成形”理论探讨扶阳消阴法在肿瘤临证中的应用.中医杂志,2020,61(9):772-775,780
- [14] 刘玉良.感悟《黄帝内经》“阳化气,阴成形”.中华中医药杂志,2016,31(12):5185-5187
- [15] 李冬华.月经病中医诊疗实用手册.北京:中国中医药出版社,2019:89-90
- [16] 郭红玉,任青玲,胡荣魁,等.国医大师夏桂成运用“阳化气、阴成形”理论防治子宫内膜息肉经验.南京中医药大学学报,2021,37(4):574-576
- [17] 夏克春,曾永蕾,郝皖蓉.从“阳化气,阴成形”来探讨恶性肿瘤的形成机制.世界中西医结合杂志,2015,10(4):573-574
- [18] 仇克萍,徐力.乳腺癌中医体质与分子分型相关基因的关联性研究.中医药信息,2019,36(4):56-59
- [19] 苏婷,石显方.温阳降浊化痰法治疗乳腺癌术后化疗患者的思路与方法.四川中医,2015,33(9):23-25
- [20] 李静蔚,刘晓菲,陈宏志.温阳散结法干预乳腺癌前病变MCF-10AT细胞的生长抑制及诱导凋亡研究.中医药学报,2013,41(4):41-45
- [21] 杨志敏,张梦若,张晓轩.从“和”探讨“阳主阴从”观.中华中医药杂志,2021,36(6):3107-3110

(收稿日期:2021年11月28日)