

朱丹溪对老年医学论述撮要

朱 星

(贵阳中医学院, 550002, 贵州贵阳 //男, 1975 年生, 助教)

关 键 词: 朱丹溪; 老年医学; 综述

朱丹溪为元代著名医家, 是我国医学史上滋阴降火的倡导者, 其理论和临床实践经验对后世医学的发展影响甚大。同时, 丹溪也是我国历史上的养生学家, 其养生思想对祖国预防医学、心身医学及老年医学均作出了巨大贡献。现就其对老年医学的贡献作一论述:

1 重视摄养阴气精血

朱丹溪在《格致余论》中专列一篇《养老论》对老年医学作出深入阐述, 他认为: “人生至六十、七十以后, 精血俱耗, 平居无事, 已有热证”,^[1]而将其原因归纳为“阴难成易亏, 六七十后, 阴不足以配阳, 孤阳几欲飞越”。^[1]可见丹溪对衰老原因的认识, 不外两方面, 一方面是阴精耗损, 另一方面是阴不藏阳, 虚火上扰, 因此强调在身命过程中, 须重视摄养精血, 以增强体质, 延缓衰老。

动静得宜 丹溪认为相火主动, 为延缓生命所必需, 但如果相火妄动又易耗伤阴精, 加速衰老。因此相火之动需“动皆中节”^[1]。但是, 由于受外界因素的影响, 人心易致相火妄动, 而相火妄动皆因阴亏于内。因此针对这一点, 丹溪强调“人心听命乎道心, 而又能主之以静”,^[1]从而使得阴精内守而奉养于内, 达到健康长寿的目的, 实即是需动静得宜, 阴阳互济, 以怡养天年。

节欲保精 丹溪认为“古人必近三十、二十而后嫁娶, 可见阴气之难于成, 而古人之善于摄养也”。^[1]因此他从保护阴精出发, 提出了“一年之虚”、“一月之虚”、“一日之虚”, 告诫人们要“暂远帷幕, 各自珍重, 保全天和”,^[1]从而提出了节欲保精的论点, 这对后世影响也很大, 明代万全就在这一基础上作了进一步的发挥。

2 处处顾护脾胃之气

朱丹溪十分重视脾胃之气, 处处不忘顾护胃气, 因此, 对于老年病的防治提出了胃气论思想, 指出养老也需保护胃气。

补肾不如补脾 丹溪从后天根本出发, 认识到了阴虚阳亢, 木旺侮土的问题, 指出“老人内虚脾弱, 阴亏性急, 内虚胃热则易饥而思食, 脾弱则难化则食已而再饱, 阴虚难降则气郁成痰, 至于视听言动, 皆成废懒, 百不如意, 怒火易炽”。^[1]因此, 他认为“脾得温则易化而食味进”,^[1]从而提出了“补肾不如补脾”^[1]的观点, 对后世影响颇大。

茹谈饮食 另外一方面, 朱丹溪还从后天根本出发, 认识到了饮食对于人体健康的重要性, 认为饮食得当, 则有益养生, 反之则足以致病减寿。因此, 丹溪在《格致余论》中也列专篇《茹谈论》来阐述自己养食的观点。他认为食物有“出于天赋者, 有出于人为者”^[1]两类, “天之所赋者, 若谷菽菜果自然冲和之味, 有食人补阴之功; 人之所为者皆烹饪调和偏

厚之味, 有致疾伐命之毒”^[1]。他这里所强调的补阴之味, 主要包括两方面, 一方面是指未经烹调燔炙的膏粱厚味; 另一方面是指自然冲和之品谷、菽、菜、果等素食, 他将《内经》谷、畜、菜、果中的“畜”更换为“菽”, 将血肉之味排斥在食养之外, 是具有独特之处的。

可见, 丹溪所谓茹谈饮食, 实即是主张食物天然素净, 清淡而避免烹饪, 从而以养胃中纯和之气。此论实本于《内经》, 而又受孙思邈“学谈食”的影响。

3 老年病案举例

便秘 津枯化燥, 大便秘结是老年人的常见证候。朱丹溪在《养老论》中举其老母亲为例, 提出了对老年人大便秘结的治疗, 给以补胃补血之药, 随天令加減, 从而遂得大腑不燥, 面色莹洁, 虽觉瘦弱, 终是无病, 老境得安。并创立一方, 用参、术为君, 补脾益气, 以牛膝、芍药为臣, 柔肝润下, 陈皮、茯苓为佐, 理气化痰, 春加川芎以升春气, 夏加五味子、黄芩、麦冬清金保肺, 冬加当归身、倍生姜, 调和营卫。可见丹溪在治疗上也重视脾胃之气, 标本兼治。

泄泻 朱丹溪在《丹溪心法·泄泻》中例举了老年人泄泻的两例病案, 一例为老年人奉养太过, 饮食伤脾, 常常水泻, 亦是脾泻。此实为过食肥甘厚味, 食滞于内, 损伤脾胃, 脾不运化, 水湿内停, 而发为“脾泻”。故丹溪治宜健脾和中, 化滞升清, 药用白术、白芍调理肝脾, 配以半夏、黄芩辛苦苦降, 以神曲、山楂消食化滞, 并以荷叶烧饭为丸, 和中升清, 此即寓有洁古枳术丸之意。另一病例为一老人年七十, 面白, 脉弦数, 独胃脉沉滑, 因饮白酒作痢, 下血谈脓水, 腹痛, 小便不利, 里急后重。此实为饮酒过度, 酒为辛热之品, 酒伤于内, 湿热内蕴, 损伤脾胃, 而见诸证。故丹溪治以补脾益气、理气化湿, 药以参术为君, 甘草、滑石、槟榔、木香、苍术共为佐, 下保和丸。其疗效显著, 第二日前证俱减, 独小便不利, 以益元散与之安。此二例虽均为泄泻, 但一为食物所伤, 一为饮酒所伤, 而其治疗各不相同, 二者虽均有脾胃损伤, 均需补益脾胃, 但食伤当兼以消食化滞, 而饮伤当兼以理气化湿。可见丹溪治病是善于灵活变通的。

4 结 语

朱丹溪对老年医学的发展具有重大贡献, 其许多养生观点至今仍具有很大的实用价值, 对老年病的治疗也积累了丰富的临床经验, 对我们现今临证治疗具有重要借鉴意义。当然, 由于受历史的局限, 丹溪学说也受到了程朱理学的一定影响, 其养生学中也有一些不适之处, 不过这并不影响到丹溪作为我国医学史上的一位养生学家, 其对老年病学的发展功不可没。