

·理论研究·

中医衰老学说研究的再思考

薛雨芳(广州中医药大学博士生 广东 510407)

关键词:衰老;老年病;原因;机制

衰老与抗衰老研究,已成为当今国际最重要的医学课题之一。中医学在长期的医疗实践中,对人类衰老机制形成有许多独特的认识。近年来,有关中医衰老理论的文献不断增加,提出的有代表性的中医衰老学说就有七八种之多^[1]。然而,这些学说对衰老的原因与机制未作明确区别,常将衰老与老年病混为一谈。为了更好地推动中医衰老学说的研究和发展,有必要对上述几点进行讨论,以便于形成一个统一而完善的中医衰老理论。

1 衰老与老年病的关系

1.1 衰老与老年病有区别

衰老(Senium, Senescence)与老化(Senescence, Aging)常相提并论。衰老或老化是老年期变化的简称。目前关于衰老尚无统一定义。《辞海》将衰老定义为:“生物体在正常环境条件下发生的机能减退,逐渐趋向死亡的现象。”夏廉博等认为:“衰老是一切细胞生物随着时间的推移,自发的必然过程,在机体和组织的各级水平出现有害的改变并表现出功能、适应性和抵抗力的减退。”郑集认为:“衰老是机体结构、代谢功能以及适应性逐渐衰退的现象”^[2]。沈自尹等认为:“自然衰老的机体可视为‘生理性肾虚’”^[3]。这些观点的共同特点都一致认为衰老是人类生命活动中的一种正常现象、自然规律。国际老年学会于1993年7月也明确指出:“老化是生命历程中的一部分,是‘正常’现象,而不是人体的一种疾病。”衰老具有时间性、整体性、进行性等特点。

老年病,至今亦无公认的定义。多数学者认为,老年病即老年人所患的具有其特点的疾病。所以,实际上老年病包括三大类:一类是仅发生在老年人中的疾病,如前列腺增生、绝

经期综合征等;一类是老年期的多发病,如高血压、慢性气管炎等;一类是老年人与青年人同样容易发生的疾病,如感冒、一般外伤等。老年病一般具有以下特点:病因多不明显,症状和体征不典型,病程长,恢复慢,并发症多等。

可见,衰老虽然是机体功能下降,但却是一种正常生理现象;老年病是一种疾病,当属异常现象。衰老是生命活动中必然发生的,老年病则是老年人偶然发生的。衰老是规律性的,无法逃避;老年病则是可以预防的,并非每个人都会罹患。衰老是无法根治的,但可以通过一定手段延缓它的发生与发展;老年病不仅是可以通过预防的,而且是可以有效手段彻底治愈的。

1.2 衰老与老年病有联系

衰老具有时间性,是个体进入中老年阶段后才发生的。老年病是老年人所发生的疾病,因而是个体(老年人)在衰老基础上发生的疾病。可见,老年病包含衰老因素,衰老是共性,老年病是个性;共性寓于个性之中,衰老既可以在健康老年人身上体现出来,也可以在患病老年人身上体现出来。

衰老虽然不是疾病,但却容易导致老年人发病,形成老年病。衰老本质上是机体组织结构、生理功能及适应能力逐步削弱、退化的过程。人是一个生理、心理、社会三位一体的有机整体,因而时刻会受到来自体内外环境的各种刺激,这样,处于衰老阶段的生命个体(老年人)则更加容易遭受不良刺激而发病。据统计,75岁以上的老年人单纯因衰老而死亡者,每10万人中只有205人,仅占0.2%。老年学之父、英国学者Korenchevsk也指出,人类个体的死亡目前主要是由于疾病的损害造成的^[4]。

1.3 衰老与老年病相互影响、相互作用

衰老是老年病的重要内因。衰老使得老年人对体内各种刺激的抵抗力、适应性和自身稳定性下降。因此,有些刺激即使正常也非常容易导致疾病的发生,形成老年病。反之,老年病又可促进衰老。衰老是客观的,是由先天遗传所决定的,但生命个体的衰老速度可受多种因素的影响和制约。在人类的生活过程中,有许多因素可以促进衰老、加速死亡。如社会因素引起的精神过度紧张、忧郁、恐惧、生活困难、营养缺乏等,环境因素造成的阳光不足、空气水土污染等,个人不良生活习惯形成的劳逸不均、起居失常、性欲过度、饮食不节等,与职业因素有关的化工、农药、放射性物质、重金属等对机体的直接伤害等。上述诸多因素可以直接或间接地作用于人体,造成机体组织变异、功能紊乱,进而引起疾病、加速衰老、促进死亡。可见,疾病尤其是老年病,对衰老的影响更大。衰老易患疾病,疾病促进衰老,衰老与老年病更易形成恶性循环,致使临床老年病的证型复杂、处理棘手、缠绵难愈。

2 衰老的原因与机制

中医衰老学说是中医关于衰老形成的原因、机制和结果等的认识体系,它不仅要寻找衰老的原因,而且要探讨衰老的机制,还要摸索延缓衰老的有效途径。目前,国内学者提出的中医衰老学说主要有:脾胃虚弱衰老说、津液不足衰老说、气虚血瘀衰老说、肾虚血瘀衰老说、脾肾两虚夹瘀衰老说以及脾肾虚衰、胃肠郁滞致衰说等。这些学说每一个都有其理论依据、临床根据、实验论据,都能说明衰老的某一方面的问题,但都没有把握衰老的根本机制。它们对衰老的原因与机制未作明确区别,且将衰老等同于老年病。脾胃虚弱、津液不足、气虚血瘀、肾虚血瘀、脾肾两虚夹瘀以及脾肾虚衰、胃肠郁滞等都是常见的老年病证,但它们最多是代表了中医临床老年期常见病、多发病的典型证型,不能代表中医老年病,更不能代表中医衰老学说。因此,这些学说只能说是关于老年病的中医主要证型的概括和总结。

肾虚衰老学说是中医传统的衰老学说,它认为肾虚是衰老的根本原因,肾中精气由盛渐亏是导致机体组织结构、生理功能逐渐衰退的内在机制,补肾填精是延缓衰老的根本大法。肾中精气是生命机体的原始物质,是脏腑功能活动的原始动力;同时,肾元精气又有一个由弱到强、至盛而衰的变化规律。生命活动进行到一定阶段,肾元精气逐渐亏虚,由此而决定的结构和功能也开始减退,因而机体的衰老也就必然发生。肾元精气虽有自身变化的规律,但又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。同时,也正因为如此,人们才可以通过各种有效的养生手段、甚至包括直接服用各种填精补肾之品,影响肾元亏虚的进程、延缓衰老的速度,从而达到健康长寿的目的。衰老虽然根源于肾元亏虚,但又不是疾病,因为“肾中精气亏损的表现形式多种多样,在一定条件下,肾中精气虽已亏损,但其阴阳失调的状况却不很明显”^[3],尽管此时容易发生疾病,但本质上仍属于阴平阳秘的健康状态。因此,衰老与阴阳失调的老年病有着本质区别。老年病作为一类疾病,其病位不仅可以在肾,而且可以在心肝脾肺等脏;其病理性质不仅可以是虚,而且可以是寒热虚实。可见,肾虚衰老说不仅正确地区分了衰老的原因和机制,而且也明确了衰老与老年病之间的关系,它才是中医学关于人类衰老机制较为完善的衰老学说。

参 考 文 献

- 1 杜怀棠,周丽珍.近10年中医衰老学说研究述评.北京中医药大学学报,1995,18(2):2~7
- 2 郑集.从代谢观点看衰老机制.中华老年医学杂志,1983,2(1):52~56
- 3 沈自尹,王文健,胡国让,等.肾虚与衰老的研究.中医杂志,1987,28(10):777~779
- 4 窦国祥.衰老机制剖析.铁道医学,1993,21(6):373~375
- 5 印会河主编.中医基础理论.上海:上海科学技术出版社,1984.40

(收稿日期:1996-12-12)