

从“百病生于气”论治老年病

徐 放¹, 尹远平²

(1. 沈阳市中医院 辽宁 沈阳 110003; 2. 辽宁中医药大学, 辽宁 沈阳 110032)

摘 要:以《内经》“百病生于气”为宗旨,从老年的生理、病理、养生、老年病的防治论述了气的减弱、失度、失常与老年、衰老、老年病的作用和特点,提出老年病与气相关的特殊性。把护气、调气、补气相结合,分步骤、分层次抗老、防衰、治疗老年病。

关键词:百病生于气;老年病

中图分类号: R592

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2009)09-1836-02

“百病生于气也”可见“气”对于疾病的发生具有重要的作用。它源于《素问·举痛论》如众所周知的那样其义为:多种疾病的发生,都是由于气的失常所致^[1]。其实这个“气”不仅仅指气机,它是一个广义之“气”就是概括指人的各种生理功能。人的一生与“气”息息相关,人的生理功能正常与否,直接影响着人的寿命。生长壮老已的生命过程,是不可抗拒的。老年病的形成无不与“气”的失常有着密切的关系。“百病生于气”直接指导老年病的治疗,也直接指导老年病的预防。即调“气”以治疗,养“气”以预防。其目的就是抗老防衰治病。就是“治病求本”,“治未病”。

1 “气”与老年 衰老及老年病

随着时间的推移,人的生命,必然出现“气”的变化。就如人有生、长、壮、老、已一样,“气”即人的生理功能也随年龄的增长有着规律性的变化,这是人生理功能正常反应的表现。老年、衰老、老年病是有其本质区别的。其区别的根本在于“气”。

1.1 老年是“气”之自然减弱 《素问·上古天真论篇》曰:“能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”可见老年是人的生命正常生理的一个必然过程^[1]。如《素问·上古天真论篇》以肾气为根本,用肾气之盛衰探讨了“老”的原理: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。”而《灵枢·天年》又以“天年”为题,进一步论说“老”。“四十岁,五藏六府十二经脉,皆大盛以平定,腠理始疏,荣华颓落,发颇斑白,平盛不摇,故好坐。五十岁,肝气始衰,肝叶始薄,胆汁始减,目始不明。六十岁,心气始衰,苦忧悲,血气懈惰,故好卧。七十岁,脾气虚,皮肤枯。八十岁,肺气衰,魄离,故言善误。九十岁,肾气

焦,四藏经脉空虚。百岁,五藏皆虚,神气皆去,形骸独居而终矣。”等等,“老”是人生命的必然,只能“抗老”。人的生长壮老已虽说生理变化与病理改变交错难分,但是有规律可循,因此在老年的“气”也应该与人的生命过程是统一的。因此老年的“气”不是失常。而是生理功能的减弱。

1.2 衰老是有源有因而“气”失度 衰老是本已“老年”,也就是在特定的生理环境下,又兼“气”失度。衰老的实质不仅仅是正常老年应有的体征特征提前出现,而且必然有造成“气”失度的原因。《素问·阴阳应象大论篇》曰:“能知七损八益,则二者可调,不知用此,则早衰之节也。年四十,而阴气自半也,起居衰矣。年五十,体重,耳目不聪明矣。年六十,阴痿,气大衰,九窍不利,下虚上实,涕泣俱出矣”等等。衰老是在致病因素的作用下形成的。主要表现在几个方面:

形态的衰减——须发早白、脱落、齿枯而落、好坐、行动迟缓等。

神志异常——视力、听力、味觉、嗅觉。

思维异常——精、神、魂、魄、意、志、思、虑、智的改变。易激动、烦恼、苦悲忧,固执、孤独,甚至神思呆滞,淡漠,反应行为迟钝、准确性差,语言重复、甚至善误、独语或不语等。

1.3 老年病是“气”失常 老年病,不是发病仅仅以年龄来划分的,不是疾病发生在老年人身上就叫老年病,而是有其特点,就如“小儿稚阴稚阳之体”一样。在“老年”这一特殊体质因素下,或在“衰老”的基础上,由于各种致病因素的作用,导致的“气”失常。老年病的范围很广,在临床见证多:如眩晕、头痛、心悸、胸痹、中风、消渴、痴呆、肥胖、癯闭、痹证、癥瘕、积聚等等,危害极大。但是都围绕着“气”

- [13] 司全明,吴根诚,曹小定.电针对脑缺血大鼠体感诱发电位及脑梗塞体积的影响[J].针刺研究,1998,23(1):36-39
- [14] 易玮,许能贵,靳瑞.针刺对局灶性脑缺血流量的影响[J].新中医,2001,33(10):75-78
- [15] 杜元灏,石学敏.针刺对急性脑缺血鼠脑组织ATP酶及细胞色素氧化酶的影响[J].上海针灸杂志,1999,18(4):38-

39.

- [16] 许能贵,马勤耘,侯思伟.电针对局灶性脑缺血大鼠兴奋性氨基酸含量的影响[J].中国针灸,1999,19(7):431-433.
- [17] 张艳玲,李创鹏,马雅玲.针刺治疗急性脑梗塞对NTFa IL-6及肌力的影响[J].中国针灸,2001,21(11):677.
- [18] 许能贵,马勤耘,许冠茹,等.电针对局灶性脑缺血大鼠脑血流量、脑组织含水量、SOD、MDA的影响[J].针刺研究,1998(3):175.
- [19] 马岩,郭义,张静,等.手井十二刺络放血对实验性脑缺血大鼠缺血组织Na⁺K⁺浓度影响的动态观察[J].中国针灸,1997(9):562

收稿日期:2009-04-10

作者简介:徐放(1957-),女,黑龙江滨县人,主任医师,研究方向:心血管疾病、老年病。

失常而出现。

比如胸痹,《灵枢·营卫生会》曰:“老者之其肌肉枯,气道涩,五脏之气相搏,其营气衰少,而卫气内伐。”“气道涩”指气滞,瘀血、痰浊凝聚。在这样的基础上,又加之“气虚血”,“其营气衰少,而卫气内伐。”因此同样是胸痹,老人与青壮年就有相当大的区别。这是因为不同的年龄段“气”有生理性的多少、强弱。这也就决定了治疗原则和预防方法步骤的不同。

2 “气”与老年病病因病机的特殊性

《内经》有“九气”致病,“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,寒则气收,灵则气泄,惊则气乱,劳则气耗,思则气结。”(《素问·举痛论篇》)虽然这里仅举九气为病,它揭示了气具有其特殊性——就是气是运动的^[1]。“气之不得无行也,如水之流,如日月之行不休,……如环之无端,莫知其纪,终而复始。其流溢之气,内灌脏腑,外濡腠理。”(《灵枢·脉度》)气布散于全身,无处不到,无时不在,运行不息,不断地激发脏腑经络组织器官的生理活动。气的活动运行正常,就是人体生理。气的活动失常,则为人体的病理。它阐明了引起“气”失常的病因病机有主要 3 个方面——外感六淫之邪、情志异常、劳倦。无论什么原因导致疾病都不离“气”失常的这九种情况。气是运动的,而且具有运动形式和运动规范,有循行的轨道。随气循行的有血液、津液。生理上气能生津液生血,气能行津液血,气能摄津液血,津液血能载气,血为气母,病理上气的失常,即气郁、气滞、气虚,可以直接影响血津液的循行。推动血液津液运行的力量减弱,则血行迟缓,流行不畅,为痰为饮为瘀血。还有气机逆乱,血津液亦随气的升降出入逆乱而异常,血随气升等,因此老年病的形成是即以“气”失常为始动,痰湿瘀滞为结果,却又有特殊性——“气”为“痰湿瘀滞”而失常。

2.1 “老衰”的体质决定老年病病因病机的特殊性 这是“痰湿瘀滞”的特性决定。老年病病因病机错综复杂,病变为退行性的,即“衰老”为基础,“气”衰为根本,因此发病过程是缓慢的,对于“气”的影响是逐渐积累的。初期见形体脏腑和功能衰减、退化,疾病表现繁杂,病程长,缠绵难愈,经常复发。继则逐渐加重,老病交并,一旦患急症,则极为危重。甚至迅速死亡。

2.2 老年的体质特点 决定了老年病的病理产物多 这是“痰湿瘀滞”的结果。老年生理功能逐渐衰减。“气”运行不畅,气血津液运行失常,在疾病的过程中,为痰为饮、为瘀为滞。又由于“气”的衰弱,使瘀血、痰饮、水湿、宿食等病理的中间产物堆积,这样又可以导致“气”失常。病症可见局部,可见全身,症候多变。而且病理产物往往又成为继发的病因,进一步促使疾病的发展。

2.3 老年病“以情志致病为长” 这是“痰湿瘀滞”的主要致病因素。情志致病是老年病的主要致病因素,即是病因又是诱发因素,不同的情志导致“气”的失常不同,老年病是多种不良情志混杂,多脏器同时受病,或者一脏多种病理表现。老年病虚实夹杂、标本难分,多为疑难杂症。

3 从“气”防治老年病

“百病生于气”从理论上高度概括了疾病的发生、发展、变化的规律,所以要抗老——防衰——治病,保养生命,必须重视“气”。老年病的本质就是“气”失常。《素问·评

热病论篇》对于劳风病的预后有这样的论述:“精者三日,中年者五日,不精者七日,”说明老年病的治疗一定要有步骤,分层次。

3.1 首先要护“气”防“气”失常 治未病 此为老年病调“气”之常。《素问·上古天真论篇》“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄作劳,故能形与神俱,而尽终其天年,度百岁乃去。”文字上没有直接言“气”,但却处处以调“气”为要。其实它从“九气”致病因素入手。言“法于阴阳”既是顺应四时,养正避邪;言“和于术数”——锻炼身体,强筋壮骨使“寒热”之邪不得相犯,使气不“收”不“泄”;曰“饮食有节”——节制饮食,滋补气血;曰“起居有常”——按时作息,怡养神气;曰“不妄作劳”——劳逸结合,保全形气,使“气”不“耗”;“恬淡虚无,精神内守,病安从来?”保养精神,益气全形,形与神俱,尽终天年,使气不“上”不“下”,不“缓”不“消”,不“结”不“乱”。从而使气正常运行,“谨察阴阳所在而调之,以平为期”(《素问·至真要大论篇》)。这是养生和即病防变的措施与原则。同时还提出“导引按蹻”“吐纳精气”“饮食有节”“谨和五味”使“气”运行调畅,规矩成方圆,使气的循行规范,行走于自己的经隧之中。

3.2 继之要调“气”复“气”正常 治已病 此为老年病调“气”之变。“百病生于气”旨在说明注重治“气”在临床上的重要意义。明·张景岳言:“凡病之为虚为实,为寒为热,至其变态,莫可名状,欲求其本,则止一气字足以尽之。”“所以病之生也,不离乎气,而医之治病,也亦不离乎气”(《景岳全书》)。

治病求本,防病求因。老年病的调“气”,不仅仅养气、护气,还要注意老年病的特殊性。驱除体内的病理产物,达到调气的目的。“气”弱“气”失常是老年病“痰湿瘀滞”病理机制的关键,痰饮、水湿、瘀血形成是使老年病复杂化的病理基础。所以在老年病的治疗中,调“气”注重治水先调气,治血先调气,明·朱丹溪有“顺气为先,”“善治痰者,不治痰而治气,气顺则一身之津液亦随气而顺矣”(《丹溪心法》)之说。气可行水利湿,气可运血祛瘀,“气行则血行”,气可解郁导滞。一言以蔽之,气可以使痰饮、水湿、瘀血转化而排出体外。

复“气”要维护“气”的特性——运动。“五藏之道,皆出于经隧,以行血气,血气不和,百病乃变化而生,是故守经隧焉”(《素问·调经论篇》)。老年病的病理产物堆积还可以壅塞经隧,所以老年病调气的另一特点——宣通府气,开窍道,给邪以出路。开鬼门、洁净府,畅魄门,利呼吸。这四者即是生理代谢产物的排泄通道,又是病邪外出的门户和通道。老年人便、溺、汗排泄不畅,对“气”的影响更为突出,变证百出。因此其启闭直接关系到气的功能正常与否。正是“魄门亦为五藏使”(《素问·经脉别论篇》)之理。

总之,“百病生于气”是人类疾病发生的病因病机的高度概括——气失调。气的生理病理决定老年病具有特殊性,决定老年病病因病机的特殊性,决定老年病预防和治疗的特殊性。气与老年病密切相关,防治老年病应宗“百病生于气。”

参考文献

[1] 王宏图[M] 内经讲义. 北京: 人民卫生出版社, 2002 141