

人之衰老 肾为其本——试论肾虚衰老说

邓洋洋, 郑洪新

(辽宁中医药大学, 辽宁 沈阳 110032)

摘 要:衰老是人类生命过程的必然规律, 肾中精气的盛衰与衰老发生的早迟息息相关, 且贯穿于整个衰老的过程, 肾虚与衰老的关系早在《黄帝内经》中即有所论述。不仅从古代文献中进行引证, 也从肾虚致衰的现代医学理论基础加以证明, 认为人体衰老的根本是肾中精气发生了变化, 只有补肾固精, 扶其根本才能最大限度地延长人类的平均寿命, 以至渐臻天年。

关键词:衰老; 肾气; 肾虚

中图分类号: R249

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2007)12-2593-03

To Explore the Theory of Deficiency of Kidney Caused Senescence

DENG Yang-yang, ZHENG Hong-xin

(Liaoning University of Traditional Chinese Medicine, Shenyang 110032, Liaoning, China)

Abstract The senescence is the inexorable law of the life process, the kidney essence and qi is closely related with the occurrence of senescence sooner or later, and through the whole ageing process. The relation between deficiency of kidney and decrepitude was discussed in the Yellow Emperor's Internal Classic long ago. The author not only cites proof from the ancient cultural heritage, but also takes in to prove from the modern medical science theories, and thinks that ageing is since the kidney qi changes. The bestway to enhance the longevity of the human race is invigorating kidney for strengthening and nourishing kidney essence, strengthening and consolidating body resistance.

Keywords senescence; kidney qi; deficiency of kidney

衰老是指生命过程中当生长发育达到成熟期后, 随着年龄的增长机体在形态结构与生理功能方面, 呈现各种不利于自身的变化, 这些变化不断发生和发展的过程。世界卫生组织指出: “健康, 是人们享受生命最重要的前提, 特别是他们衰老的时候……”在社会人口老龄化进程不断加快的今天, 衰老问题已经成为人类面临的前所未有的重要课题。然而, 当今医学对人类衰老机制尚未形成统一认识, 对于延缓衰老的发生尚未找到有效手段。中医学在长期的医疗实践中, 对人类衰老机制认识也有所不同, 但是笔者认为在众多学说中肾虚衰老学说为根本。肾虚与衰老相关的思想源远流长, 该学说的形成与发展, 是中医学对人类衰老机制认识的不断深化过程。它深刻地揭示了人体衰老与精气衰退之间的内在联系, 数千年来对于指导人们的养生防病、祛病延年发挥着重要作用。

1 人之衰老 肾为其本

1.1 肾虚衰老说 生长壮老已是人类生命活动的客观过程, 其中由“壮”而“已”, 是衰老的过程, 也是衰老的最终结果。这一过程与肾中精气的盛衰变化密切相关。

《素问·金匱真言论》曰“夫精者, 身之本也。”认为精

气是构成人体生命的本原物质——同时推动着人体的生命活动, 而此精又为肾中所藏。如《素问·六节藏象论》曰“肾者主蛰, 封藏之本, 精之处也”。《医原》曰“肾为阴阳互根之地, 精气之本源”。可见肾在人体生长发育及衰老等生理过程中起着重要的作用。在《素问·上古天真论》篇中更是详细的记述了肾中精气由未盛到逐渐充盛, 由充盛到逐渐衰少继而耗竭的演变过程, 曰“丈夫八岁, 肾气实, 发长齿更。二八肾气盛, ……三八肾气平均, ……; 四八, 筋骨隆盛, 肌肉满壮; 五八, 肾气衰, 发堕齿槁 ……; 八八, 天癸竭, 精少, 肾藏衰, 形体皆极, 则齿发去。”这段话强调了人体的生命过程是随着肾气旺盛而成长, 继而随着肾气的衰弱而衰老, 反映了肾气直接主宰着人体的生长壮老, 关系着人体的寿夭否泰。后世医家在论及衰老之因亦多责于肾之亏损, 汉·华佗指出: “肾气绝, 则不尽天年。”(《中藏经·论肾脏虚实寒热生死逆顺脉证之法》)明·张景岳道: “神气坚强, 老而益壮, 皆本乎精也。”明·虞抟在《医学正传·命门主寿夭》说: “肾气盛则寿延, 肾气衰则寿夭。”清·叶天士也在医案中多处论述了下元、下焦虚亏与衰老的关系, 如“男子向老, 下元先亏”, “花甲以外年岁 ……到底下元衰矣”, “高年下焦根蒂已虚”等(《临证指南医案》)。这些都说明了生长壮老已与肾气盛衰的变化息息相关, 而由“壮”到“已”这个衰老的过程, 更是由肾中精气的充足与否所决定。

收稿日期: 2007-07-06

作者简介: 邓洋洋 (1981-), 女, 辽宁沈阳人, 2005 级硕士研究生。

研究方向: 中医病因病机。

若肾精、肾气之虚进一步累及肾阴、肾阳,会产生阴虚阳虚的各种症状,《素问·阴阳应象大论》提到:“年四十而阴气自半也,起居衰也,……年六十,阴痿,气大衰。”叶天士加以补充“六旬又六真阴衰”,金元四大家之一的朱丹溪也强调肾阴虚相火妄动,最易导致衰老甚至死亡,认为“相火易起,五性厥阴之火相煽,则妄动矣……阴虚则病,阴绝则死。”张景岳又将肾之根本称作命门,内寄元阴元阳,肾之精藏于此,是阴中之水,肾中气化于此,是为阴中之火。因此,可见肾虚是影响衰老的生理基础。

1.2 肾虚的形成 肾虚的形成受多种因素的影响和制约。“长短不齐者,有出于禀受,有因于人为”(《类经》),故肾虚首先是因先天禀赋的异常,即肾中精气“质”的不足。出于禀受,即指先天禀赋有盛衰之分、先天之精有优劣之别。它是由父母的生殖之精共同决定的,也是决定衰老出现的迟早、衰老速度的快慢的主要因素。“夫禀受者,先天也……先天责在父母”(《类经》),“强寿弱夭,谓禀气渥薄也……夫禀气渥则体强,体强则命长;气薄则体弱,体弱则命短”(《论衡·气寿篇》)。这种肾虚衰老由先天注定的思想,还体现在其它许多论述中,如“夫人寿之短长,元气所禀也”(《自述》),“盖人之生也……当其受生之时,已而定分焉,所谓定分者,元气也”(《医学源流·论元气存亡论》)。这些先天禀赋与衰老的关系的认识,类似于现代医学关于衰老的遗传学说,类似于遗传物质及其变化决定衰老,遗传物质受损促进衰老等基本观点。先天禀赋强者,肾气必沛然;禀赋弱者,肾气多虚弱,常致使机体未老先衰。

肾虚同时还因后天之精生成匮乏或者消耗过多,即“量”的不足,笔者认为这主要是在病理情况下,如饮食所伤、劳逸失调、房劳太过等等,都是可以引起肾虚的因素,加速着衰老的形成。如古人所云:“以酒为浆,以妄为常,醉以入房,以欲竭其精,以耗散其真……故半百而衰也”(《素问·上古天真论》)“天元之寿,精气不耗者得之”(《三元延寿参赞书》),“其元气消耗,不得终其天年”(《兰室秘藏·脾胃虚损论》),“肾气绝,则不尽其天命而死也”(《中藏经·论肾脏虚寒实热生死逆顺脉证之法》)。

1.3 肾虚衰老说与其他衰老说的关系 肾受五脏六腑之精而藏之,肾中精气是机体生命活动之本,肾阴肾阳系各脏阴阳之根本,“肾中真阳之气,涸滥煦育,上通各脏腑之阳;而肾中真阴之气,即因肾阳蒸运,上通各脏腑之阳”(《医原·五行生克论》)。“五脏之阴气,非此不能滋;五脏之阳气,非此不能发”(《类经图翼·求录》)可见,当肾中阴阳虚衰亦能导致其他脏腑虚衰。如肾与脾,脾为后天之本,肾为先天之本,脾之健运,化生精微,须借助于肾阳的推动,故有“脾阳根于肾阳”之说,因此,当肾阳不足就会导致脾阳亏虚,运化失常,水谷精微生成乏源,后天之精生成匮乏,进而损及肾阳,易导致衰老。肾与肺,两者为金水相生之脏,亦是人体呼吸之根,肾中真阴真阳之气上升交化于肺,则肺方能行治节之功和肃降之能,当肾虚无法正常交化于肺的时候,则肺气虚衰,人体内津液敷布异常,而致衰老的发生。

又当衰老之际,肾气渐衰,他脏必受影响。因病而虚时,有“久病及肾”之说,实即久虚及肾。只是初时以表现

他脏虚损为主,虚弱日久,肾中精气亏耗日盛,则最终肾脏本身的虚弱之象毕现。如肝气始衰,目始不明。肝肾同源,肝血之旺赖肾精以化,肝血不足,不能养目,经又有“五脏六腑之精气皆上注于目”之说,而肾受五脏六腑之精而藏之,肾藏精不足,不能上注于目,则目始不明;心气始衰,血气懈堕。心气赖肾元以化,肾元不足,心气虚衰,血运无力,经脉滞涩。如此等等,虽以他脏虚弱征于外,实是肾阴肾阳虚衰,不资五脏之理隐其中。所以,当前的脏腑虚弱衰老说,笔者认为其本质仍离不开肾虚。

此外,还有虚实夹杂致衰老理论,是在正虚或肾虚的基础上,强调了痰瘀致衰的重要性,但衰老的本质仍在于肾。《难经》曰:“肾气者,原气之所系。”《医林改错》说:“元气既虚,必不能达于血管,血管无气必停留而为瘀。”即肾阳虚则不能温煦血脉,肾阴虚则脉道滞涩,故肾气不充,元气亏乏,阴阳虚损,皆可由虚致实而导致血瘀。《素问·逆调论》曰:“肾者水藏,主津液”正如赵献可在《医贯》中所说:“肾虚不能制水,则水不归源,如水逆行,洪水泛滥而为痰。”可见瘀血、痰浊当与肾虚密切相关。

2 肾虚衰老的现代医学理论基础

现代医学对衰老机理的研究,从单纯的整体、器官水平,延伸到了细胞、分子水平。

2.1 肾虚衰老与免疫系统的关系 肾虚与免疫系统具有很大的相关性。肾之元气应该属于“正气”。肾主骨生髓,现代医学确证免疫活性细胞的主要组成部分,特别是在细胞免疫中起主要作用的 T 淋巴细胞,正是由骨髓的造血细胞衍生而来,为肾气与免疫之间的关系提供了依据。T 细胞在胸腺内成熟,然后循环到外周淋巴器官,与抗原接触后转化为活化状态。T 细胞一旦被激活,即产生多种淋巴因子,调节免疫应答或参与效应功能。目前对 T 淋巴细胞亚群的研究较多,发现肾虚的免疫淋巴细胞(CD₄)有降低趋势,CD₈有升高趋势。如李庆阳等^[1]分析了 149 例肾虚老年人 T 细胞亚群水平变化,发现肾虚老年人 CD₃、CD₄显著降低,CD₈显著升高,CD₄、CD₈显著降低,并呈肾气虚、肾阴虚、肾阳虚加重趋势。陈小峰等^[2]用免疫灵合剂(补肾复方)治疗 30 例肾虚病人,结果表明肾虚病人治疗后的 CD₃⁺、CD₈⁺ 细胞较治疗前明显增加,说明补肾治疗能增强肾虚病人的细胞免疫。

2.2 肾虚衰老与神经内分泌系统的关系 目前的研究表明,免疫系统内部虽有一套由细胞和分子构成的自身免疫调节系统,但它也受控于中枢神经系统的整合调节。大脑分泌的脑肽直接调节免疫反应,并通过影响下丘脑和垂体而起作用。早在 20 世纪 80 年代末,沈自尹等^[3]提出了肾虚的神经内分泌免疫网络理论,即下丘脑-垂体-肾上腺皮质;下丘脑-垂体-性腺;下丘脑-垂体-甲状腺。通过多年来对肾本质的研究证实了,下丘脑-垂体-靶腺功能减退的确是构成肾虚证的重要病理基础,具有肾虚的老年人和老年肾虚动物模型均有这三条轴不同层次和不同程度的功能紊乱,以及形态学改变^[4]。

2.3 肾虚与基因组 随着医学的发展,对肾虚证的研究也是与日俱进,深入到了基因与蛋白质组的层次上。郑振等^[5]应用 RT-PCR 技术发现肾阳虚大鼠下丘脑室旁核促

创建信息中药学及其意义

赵宏杰¹, 张笑波¹, 雷钧涛²

(1 吉林市中医院, 吉林 吉林 132011; 2 吉林医药学院, 吉林 吉林 132013)

摘要: 中医基础理论现代化是中药现代化开发研究的基本前提。信息中医学提出以血液指纹图谱建立藏象信息模型体系, 实现信息化处理海量生命信息的方法。以此为基础创建信息中药学, 创造了适合中医药研究的生理病理模型, 实现了中医学对实验动物属性的划分, 创新中药药理学研究方法, 实现中药基础理论研究客观化。对中药学进行了重新分类, 扩展了传统中药学的范围, 更解决和发展了中药应用理论, 有利于指导临床用药及开发新产品。

关键词: 信息中医学; 信息中药学; 中药基础理论; 现代化; 药理学; 方法学; 生理病理模型

中图分类号: R2-03

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2007)12-2595-02

Discussion on Creating Information Chinese Pharmacy and its Significance

ZHAO Hong-jie¹, ZHANG Xiao-bo¹, LEI Jun-tao²

(1 Jilin Hospital of TCM, Jilin 132011, Jilin China; 2 Jilin Medical College, Jilin 132013, Jilin China)

Abstract: Modernization of TCM basic theory is the basic premise of modernize development and research of Chinese pharmacy. We create model of entail information that based on blood fingerprint atlas. As a new Chinese medicine information study method, creating physiological and pathology model etc.

Keywords: information-TCM; information-Chinese pharmacy; basic theory of Chinese pharmacy modernization; Pharmacology; Methodology; Physiological and Pathology model

中医现代化的关键在于中医基础理论现代化, 中药现代化的关键也在于中药基础理论现代化。中药学是中医理论在药学上的具体应用和体现, 所以中药基础理论现代化的关键也在于中医基础理论现代化。中医基础理论现代化是中药现代化开发研究的基本前提。近年来, 笔者提出并阐述了信息中医学的概念、理论和方法, 实现了中医基础理论现代化研究的突破, 以此为基础创建信息中药学, 将实现

中药基础理论现代化研究的突破^[1-4]。

1 信息中医学在中药现代化研究中的应用

信息中医学是以信息方法为主要方法, 主要研究人的生命整体层次信息的内容及其运动规律, 扩展人类处理生命信息的智力功能的医学。

根据中医形气神理论, 结合现代生理学, 信息中医学把气血理论中气血的有形部分, 诠释为生理学意义上血液和

肾上腺皮质激素释放激素 (CRF) 的 mRNA 表达受抑。他们进一步研究了 T 细胞凋亡与肾虚证的关系, 结果发现补肾复方都能够使老年大鼠的 FasL 基因表达下调。吴志奎等^[6]研究了补肾生血药对肾虚老龄大鼠细胞 DNA 的甲基化水平的有正相关的影响。另外, 补肾生血药还能抑制原癌基因 c-myc 的表达。上述系列研究结果进一步从基因组学证明了肾虚证的本质——是机体以大脑-下丘脑-垂体-靶腺为轴心的多系统、多器官、多组织, 以至于细胞、分子水平的积累性功能减退状态的一种表现。

3 结 语

祖国医学的衰老学说众多, 笔者择肾虚而论之, 旨在强调肾中精气在机体生命活动中的重要作用。现代人在延缓

衰老的过程中, 关键是补肾固精, 扶其根本, 才能最大限度地延长人类的平均寿命, 以至渐臻天年。

参考文献

- [1] 李庆阳, 郑家铨. 老年肾虚与 T 细胞亚群关系 [J]. 福建中医学院学报, 2001, 11(2): 516
- [2] 陈小峰, 许少峰. 免疫灵合剂对肾虚病人 T 淋巴细胞免疫功能的作用 [J]. 福建中医学院学报, 1999, 9(3): 5-7
- [3] 蔡定芳, 沈自尹. 神经内分泌免疫网络中西医结合研究的进展与思考 [J]. 中国中医药报, 1988(1): 2
- [4] 沈自尹, 陈瑜. 以药测证绘制肾虚证两大基因网络调控路线图谱 [J]. 中国中西医结合杂志, 2006, 13(2): 521-525
- [5] 郑振, 沈自尹, 郑中承, 等. 补肾、活血复方对老年大鼠 T 细胞凋亡相关基因 Fas/FasL 转录的影响 [J]. 中国中西医结合杂志, 2000, 20(11): 839-841
- [6] 吴志奎, 陈智松, 陈玉英, 等. 从补肾生血药对衰老小鼠 IL-2、IL-2R 的效应探讨肾生髓与免疫调节的关系 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2001, 11(4): 200-203

收稿日期: 2007-07-10

作者简介: 赵宏杰 (1971-), 男, 吉林吉林人, 主治医师, 学士, 主要从事中医理论及临床的研究。