

# 《内经》“治未病”思想在慢性肾脏病防治中的意义

于 敏<sup>1</sup>, 史耀勋<sup>2</sup>, 田 溢<sup>2</sup>, 王安娜<sup>2</sup>, 赫 岩<sup>2</sup>, 李 萌<sup>2</sup>, 李伟惠<sup>2</sup>

(1. 解放军第 307 医院心肾科, 北京 100071; 2. 吉林省中医药科学院, 吉林 长春 130021)

**摘 要:** 慢性肾脏病 (CKD) 是临床常见多发病, 也是严重危害人类健康的重要疾病, 对其早期防治意义重大。《内经》中“治未病”的实质包括未病先防、将病防发; 既病防变及早期诊治。概而言之, 就是预防疾病的发生和发展, 防患于未然。即未病之前, 防止疾病的发生, 已病之后, 防止疾病的传变及早期诊治以防止疾病转深转重。强调以“预防为主”。分别从未病先防、将病防发; 既病防变及早期诊治几个方面来论述《内经》中“治未病”思想在慢性肾脏病防治中的指导意义。

**关键词:** 内经; 治未病; 慢性肾脏病

中图分类号: R221

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2008)12-2723-03

## Significance of Ideology of "Treating the Undiseased" in Internal Medicine to Prevention and Treatment of Chronic Kidney Disease

YU Min<sup>1</sup>, SHI Yao-xun<sup>2</sup>, TIAN Mi<sup>2</sup>, WANG Anna<sup>2</sup>, HE Yan<sup>2</sup>, LI Meng<sup>2</sup>, LI Wei-hui<sup>2</sup>

(1. The 307th Hospital of PLA, Beijing 100071, China; 2. Jilin Province Academy of Chinese Medicine Sciences, Changchun 130021, Jilin, China)

**Abstract** Chronic kidney disease (CKD) is a common clinical multiple morbidity but also an important disease which seriously endangers human health. It is really significant to the early prevention of CKD. The rule of "Treating the Undiseased" in Internal Medicine includes prevention before disease occurs, stops the disease's occurrence; prevention of contagion when disease has existed, early diagnose and treatment. To sum up, prevention of the occurrence and development of diseases, prevention of the well. That is before the disease to prevent the occurrence of disease, after the disease to prevent the contagion of disease, and to give early diagnosis and treatment in order to prevent disease to deep-tum. It is emphasis on the "prevention first". This paper tries to the guiding significance that to use the ideology of "Treating the Undiseased" in Internal Medicine to the prevention and treatment of CKD from the aspects of prevention before disease occurs, stop the disease's occurrence; prevention of contagion when disease has existed, early diagnose and treatment.

**Key words** Internal Medicine; treating the undiseased; chronic kidney disease

目前, 慢性肾脏病 (Chronic kidney disease, CKD) 在全球范围的发病率呈逐年增加的趋势, 已成为继心脑血管疾病、肿瘤、糖尿病之后又一个严重危害人类健康的重要疾病, 还是导致高血压及心脑血管疾病的高发病率和病死率的一个重要原因<sup>[1]</sup>。从多个区域性 CKD 流行病学调查结果来看, 我国 CKD 患病率约为 10%, 40 岁以上人群的患病率高达 18.7%, 但知晓率还不足 10%。由于肾脏具有强大的代偿能力, 因此 CKD 具有缓慢渐进的自然病程且发病十分隐匿, 早期常无症状, 若不经常检查尿液很难发现肾脏的病理变化, 亦不会积极防治, 因此易失去早期干预治疗的最佳时机, 病情可缓慢进展致终末期肾病 (ESRD), 治疗棘手, 预后十分凶险。因此积极预防可以大幅度降低 CKD 的患病率, 早期诊断及早期治疗可逆转病情, 并显著延缓肾功

能的恶化速度, 推迟进入透析的时间, 改善患者的生活质量, 并为家庭和社会带来裨益。CKD 的防治已成为全球性公共健康问题, 必须引起国家、政府、医务人员及全社会人群的高度重视。中医学早在《黄帝内经》即有论述, 如《素问·上古天真论》篇中提出了“法于阴阳, 和于术数”的养生纲领, 又在《素问·四气调神大论》篇中提出了著名的“治未病”的理论: “是故圣人不治已病治未病, 不治已乱治未乱, 此之谓也。夫病已成而后药之, 乱已成而后治之, 譬犹渴而穿井, 斗而铸锥, 不亦晚乎!” 此段原文反映了《内经》防重于治的预防为主的学术思想。可见, 中医学早在两千年前就已经认识到了未病先防, 预防为主的重要性, 即所谓“治未病”, 与当今医学界所倡导的对于疾病要采取及早诊断, 积极预防的思想是不谋而合的。“医学不仅是关于治病的科学, 更应是关于健康的科学”; “好的医生应是使人不生病的医生, 而不仅是把病治好的医生”。上述观点是当今国际医学界的共识也是医学的最终目的。这种先进的医学观就是中国两千多年前提出的“上工治未病”思想<sup>[2]</sup>。

收稿日期: 2008-07-27

作者简介: 于敏 (1963-), 女, 吉林长春人, 主任医师、教授, 硕士研究生导师, 博士研究生, 研究方向: 中西医结合肾脏病的临床及研究工作。

## 1 《内经》中“治未病”的涵义

“治未病”就是预防疾病的发生和发展,防患于未然,它是中医学思想的基本内容之一。认识“治未病”的内涵,首先是对“未病”的认识。“未”的含义可作“不、没有和即将”解,病的含义有广义和狭义之分。广义之病指失去健康的状态;狭义之病指具体疾病。《内经》所论“未病”含义有三<sup>[3]</sup>:其一为未患病的健康状态;其二为邪伏而未发病的状态;其三为疾病进程中邪气将要累及的状态。与“未病”的三层含义相对应,“治未病”的精神实质也当包括三层含义:一为未病先防、将病防发,二为既病防变,三为早期诊治。

## 2 《内经》中“治未病”思想在慢性肾脏病防治中的指导意义

《内经》对“治未病”的认识、阐述以及大量中医古籍的进一步阐发,予以后世很深的启示,为预防医学提供了理论依据,说明中医学十分重视疾病的预防。人类为求生存而在适应环境以及与自然界各种危害因素的不断斗争中,愈加认识到“重治轻防”、“只治不防”的严重错误性,愈加重视“预防为主”,掌握了防病养生之道,摸索出许多防病于未然的经验和方法。中医学中顺乎四时,调养情志,生活有节,体育锻炼就是人们长期积累的预防措施<sup>[4]</sup>。笔者深思《内经》原文,并结合自己的临证体会,就“治未病”的思想谈其在临床慢性肾脏病防治中的指导意义。

### 2.1 未病先防及将病防发

2.1.1 未病先防 即防病于未然,提出了预防为主的思想,强调了防病的重要性,这与西医预防医学的预防为主的精神基本上是一致的。中医经典著作《内经》非常重视人体正气的作用,因此,在《素问》开篇及其后的各篇中论述调气及养生,亦即“治未病”的一些原则方法。强调人在平时就应从生活起居、饮食劳倦、精神情志等方面进行调节,并且对外要“虚邪贼风,避之有时”,在内要做到“恬淡虚无,真气从之,精神内守”以预防疾病的发生。《内经》的小金丹方“服十粒,无疫干也”,更是开创了药物预防之先例。

对“未病”状态,中医学讲究平调阴阳,保持阴阳平衡,人才能够免于疾病的侵扰。物质世界是一个阴阳世界,人体也是个阴阳的小世界;人体的小世界是与人体外的大世界相应的,即“天人合一”。所谓阴阳平衡,包含两个方面的内容:一是人体自身内部的阴阳平衡,二是人体与外部环境的平衡。这里的“外部环境”主要指自然环境,包括气候环境和地理环境等。可是阴阳的平衡又是一种动态的平衡,不可能一蹴而就和一劳永逸,《素问·上古天真论》说:“上古之人,其知道者,法于阴阳,和于术数,饮食有节,起居有常,不妄劳作。”本着这种精神,《素问·四气调神大论》提出了著名的“春夏养阳,秋冬养阴”的养生方法。故适应季节变化、配合当时当地的环境而吃、穿、作、息非常重要。这在 CKD 的防治上有着深刻的指导意义。本着《内经》“治未病”的理论,对没有肾病的人群(即健康人群)就要积极预防 CKD 的发生,要教育他们平时应做到减少盐的摄入,饮食宜清淡,要合理膳食,忌暴饮暴食,尤其是动植物性蛋白质不可过多摄入,以减轻肾脏负担;适当多饮水,及时排尿,不憋尿;积极防治感冒;控制体重,并有计划地坚持体力活动及体育锻炼;戒烟并避免酗酒;避免滥用药物,如需用药应在专科医生指导下应用,以防药物性肾损害的发

生;每年应定期检查尿常规和肾功能等。

2.1.2 将病防发 所谓“将病防发”,也可称为“邪伏防发”,即通过治疗邪伏未发之“将病”状态,防止疾病的形成。《素问·调经论》在论述五脏之微病状态时,提出了按摩、针刺及放血等治疗此类“未病”状态的具体方法,为将病防发的思想示范性地提供了临床操作方法。后世医家对此也有一些探讨,如明代龚廷贤针对中风病的欲病阶段,提出了具体的预防方法,认为“凡人初觉大指、次指麻木不仁,或手足少力肌肉微掣,三年内有中风之疾,宜先服愈风汤、天麻丸各一料,此治未病之先也。”又云:“于未病之先,服竹沥枳术丸,可祛去之。若与搜风顺气丸间服,何中风之有?”其所设“愈风汤”一方,针对“初觉风动,服此不致倒仆,此乃治未病之圣药也”,说明能按法服药者,可预防中风病发作,反之则常发生中风。对高危人群即患有可能引起 CKD(如糖尿病、高血压病、高脂血症、高尿酸血症、肥胖、肿瘤等)的人群应进行积极有效的原发病治疗,以防止 CKD 的发生。除上述措施外,还应该做到积极控制危险因素如高血压、糖尿病、高尿酸血症、肥胖、高脂血症等,应在专科医师指导下坚持药物治疗,使血压、血糖、血脂、血尿酸等严格控制在理想范围内,饮食上还要注意低糖、低脂、低嘌呤等;每年至少应查 3~5 次尿常规,尿微量白蛋白及肾功能等,以便及早发现 CKD,早期干预治疗。

### 2.2 既病防变

即防止疾病发生传变。《素问·刺热》曰:“病虽未发,见赤色者刺之,名曰治未病”。《灵枢·逆顺》曰:“上工刺其未生者也;其次,刺其未动者也……故曰,上工治未病,不治已病,此之谓也。”此处所谓“未发”、“未生”、“未动”,实际上是疾病初期,先兆已现,即疾病早期症状较少且又较轻的阶段,在这种情况下,及时发现,早期诊治无疑起着决定性作用。强调在疾病发作之先,把握时机,予以治疗,从而达到“治未病”的目的。《内经》中除上述明确提出“治未病”的概念外,还有一些隐含治未病思想的篇章,如《灵枢·贼风》提出的“故邪”概念,《素问·刺法论》篇所云“以法刺之,预平疴。”由此可见,《内经》的“治未病”方法是从实际出发,因而比较全面而周到。这种经典的“治未病”思想,无疑对后世产生了巨大而深远的影响。疾病已经发生,应针对疾病潜在变化趋势,依据其规律采取阻截措施,早期诊治,防止其深化与播散。外感疾病,邪气由表向里侵害,或循经传变,或按卫、气、营、血传变,或按三焦传变等。如“邪风之至,疾如风雨,善治者治皮毛,其次治肌肤,其次治筋脉,其次治六腑,其次治五脏,治五脏者半死半生也”。因此,一旦疾病发生就要早期诊治,将病邪阻截在皮毛、太阳经、卫分、上焦,杜绝其深入。

对已有早期 CKD 的患者要给予积极有效的治疗,重在逆转或延缓 CKD 的进展,以期尽最大可能保护受损肾脏,推迟进入慢性维持性透析时间,提高患者的生活质量,延长患者的生存时间。除上述预防措施外,还应做到:积极治疗原发性肾脏疾病,控制蛋白尿水平,宜优质低蛋白饮食以减轻肾脏负担,通常每日 0.6~0.8g/kg 体重,对肾功能受损严重者,每日进食蛋白质的限制应更加严格,但也应同时防止营养不良的发生;积极纠正 CKD 急性加重的危险因素(如感染、心衰、梗阻、血容量不足、休克等),避免使用肾毒性药物并积极治疗并发症如水、电解质、酸碱平衡失调及肾

# 中医“治未病”思想的内涵探讨

朱向东, 李广远, 刘 稼, 程畅和

(甘肃中医学院, 甘肃 兰州 730000)

**摘 要:** 实施治未病工程, 首先要明确“治未病”的基本内涵, 认为“未病”的本意所指为一种特殊的状态, 即“病前状态”——既非健康, 也非疾病, 而是从健康至疾病至疾病之间必然存在的一种中间状态, 治未病的内涵及其具体应用主要包括未病养生, 重在预防(治其未生); 欲病救萌, 防微杜渐(治其未成); 适时调治, 防其发作(治其未发); 已病早治, 防其传变(治其未传); 瘥后调摄, 防其复发(瘥后防复)等 5 个方面, 明确了治未病的基本内涵, 将为进一步研究中医治未病理论的运用奠定基础。

**关键词:** 治未病; 内涵

**中图分类号:** R221

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1673-7717(2008)12-2725-03

## Study on Connotation of "Preventive Treatment" in Traditional Chinese Medicine

ZHU Xiang-dong LI Guang-yuan LIU Jia CHENG Chang-he

(Gansu College of TCM, Lanzhou 730000 Gansu China)

**Abstract** It is the first thing to make the connotation of the "Preventive Treatment" clear before to carry out the "Preventive Treatment" project. In this article, the "not falling ill" means a special state; it is a sub-health state; neither is health nor is illness. It is a kind of intermediate state between health and illness. The connotation of the "Preventive Treatment" and its applications are as follow: five aspects to focus on preventing to cure before a disease; to treat a disease at its initial stage; to prevent deterioration in the course of treatment; to prevent recurrence. Understanding the connotation of "Preventive Treatment" well would be a sound foundation for further study on theory of "Preventive Treatment" in Traditional Chinese Medicine.

**Key words:** Preventive Treatment; connotation

“治未病”这种防患于未然、预防为主的思想最早可以

追溯到殷商时代, 如《尚书·说命》中说到“惟事事, 乃其有

性贫血等。

### 2.3 早期诊治

任何疾病的发生都是由小到大, 由轻转重, 由浅至深的。所以, 临床上应在疾病的萌芽阶段就能够诊察出来, 并给予及时的治疗, 防止疾病转深转重。“治未病”, 通过调节阴阳平衡, 防止疾病发生, 早期诊治, 避免疾病进一步发展及恶化, 协调整体, 增强正气的祛邪、抗病、康复能力。对于 CKD 的早期诊治意义重大, 只有做到早期诊治, 才能防止 CKD 的进展, 延缓其走向 ESRD 的进程, 提高患者的生存质量, 并能大大改善 CKD 的预后, 给家庭和社会减轻负担, 造福于人类。笔者认为, 在今后的教学、科研及医疗实践中, 应加强“治未病”理论思想的研究, 尤其要重视 CKD 的防治工作, 号召全社会人员, 同心协力, 有效提高我国 CKD 的知晓率、早期诊断率及治疗率, 以期最大程度地降低 CKD 给患者、家庭及社会造成的危害, 这也是我们医务

工作者尤其是肾脏病医务工作者的神圣职责。

总之, “防患于未然”是人们长期经验和认识的总结, 中医“治未病”思想源远流长, “治未病”的思维及内涵, 是中医预防医学的精髓与核心。其思想将会在现代预防医学中渗透、融合, 大放异彩, 发挥其不可忽视的作用, 证明其不可磨灭的独特理论的正确性。现代医学模式给中医预防医学的发展带来了新机遇和广阔的发展前景, 继承、发掘和完善中医预防医学, 使中医预防医学产生系统的学科理论, 丰富新的方法, 是一项能促进医学发展, 甚至能改变未来医学方向的神圣使命<sup>[5]</sup>。

### 参考文献

- [1] 李学旺. 慢性肾脏疾病的临床常见问题 [M]. 北京: 中华医学电子音像出版社, 2007: 1.
- [2] 周宝宽, 崔家鹏. 治未病与亚健康 [J]. 中华中医药学刊, 2007, 25(9): 1910-1912.
- [3] 金光亮. 《内经》未病概念与“治未病”理论探讨 [J]. 北京中医药大学学报, 2006, 29(12): 804-806.
- [4] 林锦洪. 仲景治未病思想及其现实意义 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2002, 12(5): 263-264.
- [5] 姜月华. 中医预防医学初探 [J]. 江苏中医, 2000, 21(1): 6-7.

收稿日期: 2008-07-19

作者简介: 朱向东(1973-), 男(回族), 内蒙古兴安盟人, 讲师, 硕士研究生, 主要从事中医药抗衰老和中医基础理论研究。