

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2020.23.018

从血虚肝郁论纤维肌痛综合征的病因病机

焦娟, 韩曼, 付静思, 彭秋伟, 姜泉*

中国中医科学院广安门医院, 北京市西城区北线阁 5 号, 100053

[摘要] 提出纤维肌痛综合征可从中医学“筋痹”论治。阴血亏虚是导致筋脉空虚、外邪侵袭, 以及血不荣筋、筋失所养而罹患纤维肌痛综合征的重要病因病机。阴血亏虚还可造成肝失所养, 而发为肝痹, 除肝脏本脏患病外, 肝气郁结、枢机不利还常引起其他四脏以及胆腑的病证, 易致津液代谢失常, 血行不畅, 形成津停湿阻、气滞血瘀, 导致百证丛生。

[关键词] 纤维肌痛综合征; 筋痹; 阴血亏虚; 肝气郁结

纤维肌痛综合征 (fibromyalgia syndrom, FMS) 是以全身广泛性疼痛为特征的一种特发性风湿病, 常伴有多种非特异性症状, 如疲劳、失眠、认知功能和躯体功能障碍、抑郁、焦虑、头痛、晨僵等^[1]。本病女性发病明显高于男性, 比例大约为 2:1 至 7:1^[2-3]。根据发病特点和证候表现, 纤维肌痛综合征可以中医学“筋痹”论治^[4]。筋痹的发病多以脏腑功能失调、正气不足为内因, 风寒湿热等邪气侵袭为外因, 其基本病机为筋脉痹阻、筋膜失养。其中阴血亏虚既可导致筋脉空虚、外邪侵袭, 又可造成血不荣筋、筋失所养; 同时阴血亏虚, 则肝血不足, 所致之肝气郁结、失于疏泄, 可影响其他脏腑功能以及气血津液的运行, 导致百证丛生。现详述如下。

1 不良生活习惯易致阴血亏虚、肝气郁结病证

《黄帝内经》中就指出了不良的饮食起居习惯会导致人体疾病的发生, 如《素问·上古天真论篇》云“今时之人不然也, 以酒为浆, 以妄为常, 醉以入房, 以欲竭其精, 以耗散其真, 不知持满, 不时御神, 务快其心, 逆于生乐, 起居无节, 故半百而衰也”。而现代人生活节奏快, 饮食不规律, 熬夜、长时间使用电脑和手机等电子产品致使生活工作压力大、情志不畅, 造成人体阴血暗耗、阴血亏虚。

血由中焦后天所化生, 内注五脏六腑, 外养筋脉。《灵枢·决气》曰“中焦受气, 取汁, 变化

而赤, 是谓血。”若饮食不节, 脾胃损伤, 则血之生化乏源; 肝藏血而济心, 熬夜则血不归肝, 肝血不归则无以济心, 日久则耗伤心肝之血。同时, “目受血而能视, 足受血而能步, 掌受血而能握, 指受血而能握”(《素问·五脏生成篇》), 肝开窍于目, 用眼过度, 同样耗伤肝血, 出现视物模糊、视力减退; 脑髓与肾精一体同源, 思虑过度, 则损耗肾精, 导致早生白发、脱发等。此外, 情绪急躁, 心肝火旺或相火妄动, 则可进一步加重阴血的耗伤。

以上情况在女性尤甚。女子以血为本, 随年岁增长, 而阴血尤易不足, 如《素问·上古天真论篇》云“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……”。《灵枢·五音五味》中的“妇女之生, 有余于气, 不足于血, 以其数脱血也”即指此而言。《景岳全书·妇人规》亦云“妇人所重者在血, 血能构精, 胎孕乃成。欲察其病, 惟以经候见之, 欲治其病, 惟以阴分调之”, 强调了治疗女性疾病须注重女性生理特点, 从阴分(血)辨治。同时, 女性感情细腻、思虑较多, 当代女性还承担着工作和家庭的双重压力, 从而导致肝气不舒, 发生气机郁滞、暗耗阴血的病证。

2 阴血亏虚, 则筋脉空虚, 易致邪气痹阻筋脉, 而致筋痹

阴血亏虚是筋脉空虚、外邪侵袭的重要病因。《素问·痹论篇》曰“风寒湿三气杂至, 合而为痹, ……以春遇此者为筋痹。”明代马蒔注曰:

* 通讯作者: doctorjq@126.com

“肝气衰则三气入筋，故名之曰筋痹。”肝主筋，在四时合于春，肝之气血虚衰，则于春日易感受风寒湿之邪气，客于其所主，而发为筋痹。《诸病源候论》云：“此由体虚腠理开，风邪在于筋故也。春遇痹，为筋痹，则筋屈，邪客关机，则使筋挛。”《中藏经》也认为“大凡风寒暑湿之邪入于肝，则名筋痹”。肝主藏血，当阴血亏虚时，更易发生筋脉空虚、外邪易乘虚而入而致筋痹的病证。

这种情况在“产后痹”这一痹病中尤为典型。女性产后气血双亏，百脉空虚，营卫失调，腠理不密，若起居不慎，风寒湿邪趁虚而入，稽留筋脉、关节、肢体、经络。《素问·痹论》曰：“痹在于骨则重，在于脉则血凝而不流，在于筋则屈不伸，在于肉则不仁。”可见，妇女产后感受外邪，痹阻筋脉，可致使肢体关节疼痛、酸楚、麻木，故部分产后痹亦属筋痹。

3 阴血亏虚，则血不荣筋、筋失所养，而致筋痹

肝主筋，主司人体运动，为“罢极之本”。人之运动，由乎筋力，筋之充养源于肝血，故肝血充足，则筋力强健，运动灵活，且能耐受疲劳，故《素问·五藏生成篇》曰：“足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄”。肝为罢极之本是指肝为人体力量最强大并能耐受疲劳的根本，主要表现在：其一，木曰曲直，筋主屈伸，同气相求，人体关节的屈伸、肢体的运动，由乎筋之弛张，筋之运动而形成的屈伸，类同“木曰曲直”之性，故筋之功能与肝相关。其二，肝藏血，血养筋。筋，即筋膜，其附于骨而聚于关节、连接关节，主司运动的组织，包括肌肉、肌腱和韧带等。筋之功能依赖肝血之濡养，《素问·经脉别论篇》云：“食气入胃，散精于肝，淫气于筋”，肝血充足，筋膜得养，关节运动灵活有力，故曰“肝主筋”“肝生筋”“肝藏筋膜之气也”。

若阴血亏虚，则肝血不足，筋膜失养，而致筋痹，如喻嘉言《医门法律》指出：“筋痹，必因血不荣养”。若久行久动，则筋力疲惫，即所谓“久行伤筋”。若肝血亏虚，筋膜失养，则见肢体麻木，筋力减退，甚或屈伸不利，如《素问·脉要精微论篇》所言：“膝者，筋之府也，屈伸不能，行则僂附，筋将惫矣”。老年人筋力减退，活动不便，易于疲劳，即是年老血亏、筋膜失养之故。肝血亏虚，血不养筋，还可发生关节、肌肉疼痛、酸楚之筋痹，如《诸病源候论》云：“肝藏血而候

筋，虚劳损血，不能荣养于筋，致使筋气极虚；又为寒邪所侵，故筋挛也”。

4 阴血亏虚，则肝气郁结、失于疏泄，百证丛生

肝主藏血与主疏泄的功能相互为用，动静有常。肝主藏血，依赖阴血的滋养才能发挥其正常的疏泄作用；肝主疏泄，血之运行有赖于肝脏，当全身关节筋脉运动时，肝血在肝气的疏泄下濡润滋养筋脉。二者之间相互依仗，相互影响。《素问·五藏生成篇》曰：“人卧则血归于肝”，王冰注曰：“肝藏血，心行之，人动则血运于诸经，人静则血归于肝脏。何者？肝主血海故也”；肝主藏血，肝血充足，贮调相宜，则心有所主，心气推动血液运行周身，需要肝气的条达疏泄；若肝气郁结，气机失畅，则血行为之瘀阻。《血证论》也阐释了肝藏血和主疏泄二者的关系，论述肝受养于血，则其条达之性得柔，曰：“肝藏血焉。至其所能藏之故，则以肝属木，木气冲和条达，不致遏郁，则血脉得畅。”

阴血亏虚，进而肝气郁结、失于疏泄，除肝本脏患病外，还常引起其他四脏以及胆腑的病证，导致百证丛生。人体是一个有机整体，气血调畅是维持机体生命活动的关键。肝主疏泄功能正常，则气机通畅，升降出入有序，气血津液输布正常，则心火之气宣通、脾土之气运化、肺金之气收敛、肾水之气封藏皆能保持协调平衡，故有“五脏以肝为贵”之说。当人体阴血不足时，则肝之疏泄功能不能正常进行。《温病条辨》曰：“肝主血，肝以血为自养，血足则柔，血虚则强”，是以枢机不利，失于条达，则五脏皆受其害。《知医必辨》指出：“人之五脏，惟肝易动难静，其他脏有病不过自病……，惟肝一病，即延及他脏。”黄元御《四圣心源》认为：“风木者，五脏之贼，百病之长。凡病之起，无不因于木气之郁。”肝气不通，则气血运行郁滞，经络阻滞，各脏腑活动异常，在本脏则形成肝气郁结，日久可见肝（阴）血亏虚等病变，同时又欺强凌弱，累及他脏，而出现上冲犯心、横逆克脾、直逆侮肺、下陷扰肾、肝胆同病等各种复杂的五脏六腑病证，五脏皆受其累，故“五脏以肝为贼”。

此外，肝气郁结，易致血行不畅，津液代谢失调，形成气滞血瘀、津停湿阻，引起气、血、痰、火、湿等郁证。肝气郁结不仅可以由七情不遂，即

(下转第 2112 页)

的机制,为虚证刺血提供实验依据^[18-19]。总体来看,尽管刺血疗法的研究较多,但存在理论研究不深入、机制探索不系统的问题。今后应加强刺血疗法的理论研究,探索其作用机制,实现易水学派刺络放血理论传承创新,更好地指导临床实践。

参考文献

- [1] 周章玲,刘丽平.《黄帝内经》刺血络法之我见[J].成都中医药大学学报,2003,26(3):40-42.
- [2] 罗天益.卫生宝鉴[M].北京:中国中医药出版社,2017.
- [3] 权春分.浅谈张元素针灸学术成就[J].甘肃中医,2009,22(10):7-8.
- [4] 魏之琇.续名医类案[M].上海:上海古籍出版社,1991:78-79.
- [5] 胡明德,魏珂,田年秀,等.“金元四大家”刺络泻血疗法研究[J].环球中医药,2015,8(9):1124-1127.
- [6] 丁光迪,文魁.东垣医集[M].北京:人民卫生出版社,1993:405.
- [7] 李杲.兰室秘藏[M].北京:人民卫生出版社,2005.
- [8] 李杲.东垣试效方[M].上海:上海科学技术出版社,1984:366.
- [9] 李晓泓.论刺络补虚[J].北京中医药大学学报,1999(1):73-74.

- [10] 李杲.脾胃论[M].北京:人民卫生出版社,2017.
- [11] 张介宾.景岳全书[M].北京:中国医药科技出版社,2016:7.
- [12] 贾云芳,侯仙明,张选平,等.东垣针灸法补遗及临床应用举隅[J].中国针灸,2016,36(2):212-216.
- [13] 陈燕荔,郭扬,郭义,等.刺络放血疗法的临床运用概况[J].中华针灸电子杂志,2017,6(1):22-25.
- [14] 裴莹,陈泽林,金颖,等.刺络拔罐法对内毒素致热家兔的退热作用及机制研究[J].中华中医药学刊,2019,37(7):1588-1592.
- [15] 王广军, HOSSEIN A, 张宇沁,等.从微循环角度探讨放血疗法的机理[J].陕西中医,2010,31(6):709-710.
- [16] 陈水金,洪昆达,龚德贵,等.温针灸配合委中穴拍打放血治疗腰椎间盘突出症 43 例临床观察[J].中医杂志,2015,56(12):1034-1037.
- [17] 廖辉.点刺放血治疗慢性疲劳综合征 32 例疗效观察[J].中国针灸,2004,24(2):19-20.
- [18] 马庆宇,赵慧玲.刺血疗法作用机理的现代研究概况[J].国际中医中药杂志,2009,31(2):179-181.
- [19] 吴云.刺络泻血对 HCC 模型大鼠免疫 T 淋巴细胞亚群(CD3⁺T、CD4⁺T、CD8⁺T)的影响[D].北京:北京中医药大学,2016.

(收稿日期:2020-06-15;修回日期:2020-07-10)

【编辑:贾维娜】

(上接第 2108 页)

“因郁致病”,也可以由湿热、痰饮、瘀血等引起,即“因病致郁”,从而产生诸多病证。《读医随笔》指出“凡病之气结、血凝、痰饮、脓肿、腹胀、痞厥、癫狂、积聚、痞满、眩晕、呕吐、咳嗽、哮喘、血痹、虚损,皆肝气之不能舒畅所致也。或肝虚而力不能舒,或肝郁而力不得舒,日久遂气停血滞,水邪泛滥,火势内灼而外暴矣。”故阴血亏虚、气血痰火湿郁,是因肝致痹的主要病因病机。其中,以阴血亏虚为本,气血痰火湿郁为标。

阴血亏虚,肝气失于疏泄,导致患者出现弥漫性疼痛、疲乏、失眠、情绪失调、头痛等多种纤维肌痛综合征的非特异临床症状。因此,阴血亏虚、肝气郁结是纤维肌痛综合征的重要病因病机。

参考文献

- [1] WOLFE F, CLAUW DJ, FITZCHARLES MA, et al. The

American college of rheumatology preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia and measurement of symptom severity [J]. Arthritis Care Res (Hoboken), 2010, 62(5): 600-610.

- [2] WOLFE F, ROSS K, ANDERSON J, et al. The prevalence and characteristics of fibromyalgia in the general population [J]. Arthritis Rheum, 1995, 38(1): 19-28.
- [3] VINCENT A, LAHR BD, WOLFE F, et al. Prevalence of fibromyalgia: a population-based study in Olmsted County, Minnesota, utilizing the Rochester Epidemiology Project [J]. Arthritis Care Res (Hoboken), 2013, 65(5): 786-792.
- [4] 焦娟,殷海波,冯兴华,等.纤维肌痛症中医病名探讨[J].中医杂志,2019,60(1):20-23.

(收稿日期:2019-05-14;修回日期:2020-08-03)

【编辑:侯建春】