

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2017.19.001

## 学术探讨

# 近十年三焦理论研究概述

于建春<sup>\*</sup>, 曹晓君, 刘云鹤, 李文涛, 贾玉洁, 韩景献, 贾英杰

(天津中医药大学第一附属医院, 天津市南开区鞍山西道 314 号, 300193)

**[摘要]** 三焦气化失常与衰老及相关性疾病密切相关。总结近十年来对三焦理论的最新认识和研究进展, 对临床具有重要指导意义的认识主要有 4 个方面: 三焦是气、血、津、液、精的生发之所和运行通道; 三焦是五行之外联系五脏六腑的另一形式; 三焦执心包令, 行使“君主”的功能; 三焦气化是生命活动之本。

**[关键词]** 三焦; 三焦气化; 衰老; 整体观; 动态联系

自 2008 年《“三焦气化失常-衰老”相关论》<sup>[1]</sup>发表以来, 在该理论指导下, 我们采用三焦针法治疗了诸多老年性相关疾病, 如阿尔茨海默病<sup>[2]</sup>、血管性痴呆<sup>[3-5]</sup>、帕金森病<sup>[6]</sup>及癌因性疲劳<sup>[7]</sup>等, 取得了较好的临床疗效。基于临床实践, 我们对三焦气化理论有了新的认识和理解, 在此将具有重要临床指导价值的认识作一总结和论述。

### 1 三焦是气、血、津、液、精生发之所和运行通道

通常认为三焦的功能主要有两个方面: 一是通行元气, 二是水液运行的通道。如《中藏经·论三焦虚实寒热生死顺逆脉证之法》云三焦“总领五脏六腑、营卫经络、内外左右上下之气也; 三焦通, 则内外左右上下皆通也, 其于周身灌体, 和内调外, 荣左养右, 导上宣下, 莫大于此者也。”明确指出三焦是气机升降出入的通道和气化场所, 故有主持诸气、总司全身气机和气化的作用。后世加以补充, 认为气升降出入的通道必然是血和津液的通道; 津液升降出入的通道必然是气的通道, 因此, 将三焦归纳为气、血、津、液运行的通道。

传统对三焦的认识未提及精的通道。“夫精者, 身之本也”(《素问·金匱真言论》), 说明精是构成人体的原始物资。气、血、津、液、精共同构成人体的基本物质, 在生命活动中互生互用, 精血同源, 其生成源于气, 其功能依赖于气的激发, 因此, 三焦也为精的通道。

关于气、血、津、液、精何处生发, 传统三焦理论并未明确指出, 但关于气、血、津、液、精的生成却散见于古医籍中。基于大量临床实践和经验, 结合气、血、津、液、精的相互转化和依存关系, 认为三焦还是气、血、津、液、精的生发之所。《素问·经脉别论》云“饮入于胃, 游溢精气, 上输于脾。脾气散精, 上归于肺, 通调水道, 下输膀胱。水精四布, 五经并行, 合于四时五脏阴阳, 揆度以为常也”; 《灵枢·决气》亦云“中焦受气取汁, 变化而赤是谓血”; 《灵枢·营卫生会》亦云“中焦亦并胃口, 出上焦之后, 此所受气者, 泌糟粕, 承津液, 化其精微, 上注于肺脉, 乃化而为血”。这三段经文明确指出, 气、血、津、液、精来源于脾胃和肺。在肾的温煦作用下, 食物经胃的腐熟, 水谷精微经脾的升清作用, 上输于上焦心肺, 在此与清阳之气结合, 通过肺的宣发肃降, 气、血、津、液、精布散全身, 内达五脏六腑, 外达皮肉筋骨, 其精藏于肾, 其血藏于肝, 其气载于血。水谷之精充养肾之先天之精, 肾精化肾气, 肾气分阴阳, 肾阴与肾阳能资助、促进、协调全身脏腑阴阳。肾阴为人体阴液之根本, 对机体各脏腑组织起到滋养、濡润作用; 肾阳为人体阳气之根本, 对机体各脏腑组织起到推动、温煦作用, 气化得行, 清者得升, 浊者得降, 气、血、津、液、精得以互化, 胃之腐熟水谷得以进行, 如此循环, 生生不息, 因此, 三焦亦是气、血、津、液、精的生发之所。这一认识扩展和深化了三焦气化理论的内涵, 认为三焦是气、血、津、液、精的生发之所

基金项目: 国家自然科学基金(30772839)

<sup>\*</sup> 通讯作者: yujianchun2000@hotmail.com

和运行通道,进一步将脏腑功能与气、血、津、液、精的生发、转化、输布、升降出入有机地联系成统一的整体,充分体现了中医的整体观,并使之成为老年病防治的指导理论。

## 2 将三焦气化与衰老及老年病联系起来,指导临床实践

中医学早在《黄帝内经》中就有论述衰老的记载,《素问·上古天真论》曰“女子七岁,肾气盛,齿更发长;二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,……丈夫八岁,肾气实,发长齿更;二八肾气盛,天癸至,……今五脏皆衰,筋骨解堕,天癸尽矣,故发鬓白,身体重,行步不正,而无子耳”。以女七男八为度,从肾气盛衰立论,重点阐释人类生殖机能盛衰表现和机理。《素问·阴阳应象大论》从年四十开始论至年六十,告诫人们不知“七损八益”,不能调阴阳、节柔刚,是早衰的关键,皆以先天精气立论。后世医家也提出了各种致衰老的学说,包括先天禀赋不足致衰说、五脏虚损致衰说、气血不和致衰说、阴阳失调致衰说、元气虚致衰说等。而三焦是先天与后天联系的通道,三焦气化使先天之精输布濡养五脏六腑、四肢百骸,也使后天受纳腐熟产生的水谷精微回纳以充养先天元精。故三焦气化的盛衰与肾气盛衰、五脏盛衰息息相关,三焦气化为机体新陈代谢提供动力,贯穿生命活动始终。三焦气化失常则肾气衰惫、五脏衰弱、阴阳失调、气血失和、形体衰变,各种病理变化也导致了三焦气化的衰滞。以三焦气化的盛衰来论述衰老的机制,则更加完善,更加系统化,能更有效地指导养生与老年病的防治。

## 3 将三焦气化与五脏六腑联系,强调中医整体观和五脏六腑的动态联系

### 3.1 三焦气化通过气、血、津、液、精将五脏六腑联系在一起

气、血、津、液、精分布、贮藏、代谢及运行于各个脏腑形体官窍中,支撑其各自的功能,并使它们之间密切配合,相互协调,共同完成人体的各种生理机能,从而维持各生理系统之间的协调有序。三焦是气、血、津、液、精升降出入的通道,通过这个通道,各种精华营养物质输送到五脏六腑以濡养脏腑器官,并把五脏六腑的代谢产物运送出去,而这也是各个脏腑维持自身功能以及相互之间物质和能量交换的内容,故三焦是各脏腑互相沟通的媒介。五脏六腑之间的联系不只局限于五行的

生、克、乘、侮范围,而是五脏六腑精气阴阳及其生理功能之间的相互制约、相互为用、相互资生、相互协调,这种大联系只有通过三焦这个大通道才能得以实现,所以三焦气化是五脏六腑相互之间的重要联系方式。

### 3.2 三焦气化是脏腑五行生克的基础

孙一奎在《医旨绪余》中论命门的功能时指出“命门乃两肾中间之动气,非水非火,乃造化之枢纽,阴阳之根蒂,即先天之太极。五行由此而生,脏腑以继相成。”命门元气是五行脏腑生成的基础,而命门元气是以三焦为通道进行输布的,通行元气是三焦的一大功能;而且脏腑根据五行生克制化的规律相互之间进行精、气、血、津、液物质和能量的交换,皆赖三焦为通道,故三焦气化是脏腑五行生克的基础。

《灵枢·天年》以 10 岁为一个阶段,论述了人体生、长、壮、老、已的生命规律,说明了中寿而尽的原因,描述了各阶段脏腑精、气、神变化相应的外部表现特征,而脏腑精、气、神的衰弱变化即是三焦气化衰废失司的表现。同时还指出衰老过程中,各脏腑功能衰退有早有晚,是按五行相生之序依次衰退的,即“五十岁,肝气始衰”“六十岁,心气始衰”“七十岁,脾气虚”“八十岁,肺气衰”“九十岁,肾气焦”“百岁,五脏皆虚”,说明五脏按五行相生之序的能量依次传递即是三焦气化的过程,当三焦气化衰退时,相互资生的能量就会依次减弱,而脏气依次衰惫。又如赵献可提出了五郁证,即五脏之郁,根据“五行相因”之理,提出了五郁相因为病,即五脏之郁往往相因为病,木郁则火亦郁,火郁则土自郁,土郁则金亦郁,金郁则水亦郁,五脏的郁证按五行相生的顺序可次第而发生,说明五脏之间气化功能的能量传递按照“五行相因”的顺序而流动,从而也说明了三焦气化是脏腑之间生克制化的基础。

### 3.3 三焦气化使人体五脏六腑、四肢百骸构成了一个整体

人体的五脏六腑、四肢百骸之所以能构成一个整体,根本在于精、气、血、津、液在全身周而复始的循环流动、无所不至,使各脏腑器官形体之间不断的相互联系、相互作用,其实这就是三焦气化的含义。《素问·灵兰秘典论》言三焦为“决渎之官”,其功能是“水道出焉”。此“水道”并非仅指水液代谢的通路,还包括了“水道”“气道”“水谷之道”“营卫之道”“经络之道”,三焦气化

总领营卫气血之生会，三焦决渎的功能就是使精、气、血、津、液在人体循环不息，濡养五脏六腑、四肢百骸，从而使“肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄……”，使人体各部分紧密联系在一起形成一个完整的功能体，所以三焦气化体现了整体观和五脏六腑的动态联系。

#### 4 三焦执心包令，实现“君主”功能

三焦执心包令，实现“君主”的功能是对三焦功能的最新认识<sup>[8]</sup>。心为君主之官，而心包络代君受邪，代君行令，但令行于谁，由谁执行却无从查考。

首先从经文入手，分析三焦与心包及心的内在关系。《灵枢经·经脉》云“三焦手少阳之脉，起于小指次指之端，……布膻中，散落心包，下膈，循属三焦”，说明三焦与心包经络相通；又云“心主手厥阴心包络之脉，起于胸中，出属心包络，下膈，历络三焦”，说明心主心包络，且心包络亦与三焦相通，勾画出心-心包络-三焦的经络联系，指出三焦具有执心包令的经络基础。分析陈士铎《外经微言》可知，三焦“借心主之气相通于上中下之间，故离心主无以见三焦之用”；“夫心主与三焦两经也，必统言其相合者，盖三焦无形，借心主之气相通于上中下之间，故离心主无以见三焦之用，所以必合而言之也”。说明三焦是借“心”来施行气化功能的，三焦之所以能够通行上、中、下之间，是借用“心主之气”。因此，三焦气化与心主之气密不可分，指出三焦布气于心包络，强调“气”在执令中的作用，“气”是令的执行者。所谓“布气”即指三焦将阳气散布于心包络，三焦气盛则心包络气盛，三焦气弱则心包络气亦弱也。如此心包络始有运行之权，即心包络可以代替“心”的功能下令于三焦，上传呈于心。而三焦则与五脏六腑相连，如此达到心之“君主之官，五脏六腑之大主”的作用。

因此，心授命于心包，通过三焦来调节五脏六腑，以实现其主宰脏腑的功能。这一认识深化了心为君主之官的理解，丰富了三焦理论的内涵，亦与三焦气化是生命活动之本相一致。

#### 5 三焦气化是生命活动之本

五脏六腑之间除了以五行所属派生的生克制化关系之外，主要通过三焦气化将它们密切联系在一起以维持人体正常的生命活动，因此三焦乃气化之总司，总领五脏六腑的功能活动。先天真元之气为生命之根本，根于脐下肾间，由肾中先天之精所

化，有赖元阴滋养濡润、元阳温煦蒸腾，使得“阴平阳秘、精神乃治”；在肝主升发的作用下，肾元之气温煦推动中焦脾胃的运化腐熟功能，水谷精微得以化生为气血，并出于上焦，与在“肺主气司呼吸”及“肾主纳气”共同作用下吸入的清气相合，聚于胸中而为宗气“宗气积于胸中，……以贯心脉，而行呼吸”，从而维持上焦心、肺的正常功能；又在肺主肃降、肾主摄纳的作用下，下行归肾，使上下阴阳相济、如环无端，如此周而复始、生生不息，故三焦气化乃生命活动之本。

在大量的临床观察和医疗实践中发现，老年病为多因素兼夹致病、多脏腑同时受累，其表现亦多种多样，广泛涉及上、中、下三焦病变，证候复杂，绝非某种单一因素导致单一脏腑的简单病变。在机体衰老过程中，三焦气化功能亦渐趋衰退、失常，三焦气化失司，则气机升降出入的通道不畅，精、气、血、津、液生化、输布障碍，不仅易致气、血、津、液、精因化源不足而日渐衰败，还会因气机郁滞而内生痰瘀浊毒等诸多实邪，复致诸脏腑功能失调，变证丛生，更损三焦气化，加重衰老病变，如此往复、乃至恶性循环。而三焦气化失司的病变，老年病每每常肇始于下焦虚损，渐次损及中焦、上焦，进而使五脏六腑的正常生理功能皆受到影响，故而导致诸多其他衰老相关疾病。

#### 参考文献

- [1] 韩景献. “三焦气化失常-衰老”相关论[J]. 中医杂志, 2008, 49(3): 200-202.
- [2] 胡起超, 孙兆元, 孟媛, 等. 益气调血、扶本培元针法治疗老年性痴呆 40 例[J]. 陕西中医, 2010, 31(3): 343-344.
- [3] YU J, ZHANG X, LIU C, et al. Effect of Acupuncture Treatment on Vascular Dementia[J]. Neurol Res, 2006, 28(1): 97-103.
- [4] 罗本华, 于建春, 吴跃强, 等. “益气调血、扶本培元”药线灸法治疗轻中度血管性痴呆患者 30 例[J]. 中国老年学杂志, 2014, 34(11): 3134-3135.
- [5] 陈艳霞, 戴东, 于涛, 等. “益气调血、扶本培元”针刺法对血管性痴呆患者脑葡萄糖代谢的影响[J]. 中医杂志, 2011, 52(13): 1124-1127.
- [6] 刘阿庆, 成海燕, 尚磊, 等. “益气调血、扶本培元”针法治疗帕金森病案[J]. 光明中医, 2012, 27(1): 100-101.
- [7] 李秀双, 付于, 于建春, 等. 三焦针法治疗癌性疲劳 40 例临床观察[J]. 中医杂志, 2016, 57(18): 1570-1573.
- [8] 韩景献. 再论三焦及三焦气化[J]. 中医杂志, 2016, 57(23): 2061-2063.

(下转第 1628 页)

- [16]贾君君,陈旭,解积萍.“肺与大肠相表里”的现代研究概况[J].中医药学报,2006,34(3):23-25.
- [17]陈海龙,关凤林,闻庆平,等.肺与大肠相表里的理论和现代研究[J].中国医师进修杂志,2006,29(9):71-73.
- [18]施维锦.胆道外科学[M].上海:上海科学技术出版社,1993:18.
- [19]田进文,石巧荣,韩成仁,等.论平滑肌系统与“肝主谋虑”“胆主决断”的关系[J].山东中医药大学学报,2004,28(4):254-256.
- [20]陈丽斌.《内经》中脾与胃的关系[J].福建中医药大学学报,2013,23(3):71-72.
- [21]姚永莉,张万岱,宋于刚.脾虚证与胃肠激素关系的研究[J].新消化病杂志,1997,5(11):728-729.
- [22]徐晨.组织学与胚胎学[M].北京:高等教育出版社,2009:214.
- [23]冯京生,任红.泌尿系统[M].上海:上海交通大学出版社,2011:62-63.
- [24]程志清,余家琦,包家立,等.“肾合膀胱”的实验研究[J].浙江中医学院学报,1998,22(1):29-31.
- [25]张声阁,陈静,李佩斌.试论经络的解剖定位[J].解剖科学进展,1998,4(4):341-345.
- [26]许继宗,汤心钰,郭雁冰,等.体感音乐低频声波对30例健康人心包经及三焦经络微循环的影响[J].中医学报,2014,29(8):1213-1217.

### Scientific Basis of Exterior-Interior Relationship between Zang-organs and Fu-organs

ZHANG Qian<sup>1</sup>, ZHOU Meiqi<sup>2</sup>

(1. Graduate School, Anhui University of Chinese Medicine, Hefei, 230038; 2. Anhui University of Chinese Medicine)

**ABSTRACT** In Chinese medicine theory, heart and small intestine, lung and large intestine, spleen and stomach, kidney and urinary bladder, liver and gallbladder as well as pericardium and *Sanjiao* (triple energizer) are in the exterior-interior relationships and influence each other both physiologically and pathologically. The communication and contact between meridians and channels build the basic framework of the exterior-interior relationship between Zang-organs and Fu-organs. Qi, blood, essence, thin and thick fluids are the basic materials to fulfil the exterior-interior function. In recent years, the results of modern research confirmed the scientific connotation of this mutual relationship from the anatomical physiology, histology and embryology. The field of lung and large intestine as well as heart and small intestine has made significant progress.

**Keywords** exterior-interior relationship of Zang-organ and Fu-organ; channels; theory of visceral manifestation

(收稿日期: 2017-06-10; 修回日期: 2017-07-25)

[编辑: 黄健]

(上接第 1623 页)

### Summary of Study on Theory of *Sanjiao* (Triple Energizer) in Recent 10 Years

YU Jianchun, CAO Xiaojun, LIU Yunhe, LI Wentao, JIA Yujie, HAN Jingxian, JIA Yingjie

(First Affiliated Hospital, Tianjin University of Chinese Medicine, Tianjin, 300193)

**ABSTRACT** Qi transformation disorder of *Sanjiao* (triple energizer) is closely related to senescence and related diseases. The authors summarize the latest 10 year's understanding and the research development of the theory of *Sanjiao*, and find 4 main aspects that have an important guiding significance for clinical practice, i. e. *Sanjiao* is both the place of birth and channel to run for Qi, blood, thin and thick fluids as well as essence; *Sanjiao* is another form of contact among five Zang-organs and six Fu-organs other than the five elements; *Sanjiao* executes the order of the pericardium, exercising the function of “monarch”; the Qi transformation in *Sanjiao* is the foundation of life activity.

**Keywords** *Sanjiao* (triple energizer); Qi transformation in *Sanjiao*; senescence; holism; dynamic relationship

(收稿日期: 2017-04-14; 修回日期: 2017-06-20)

[编辑: 黄健]