

· 研究报告 ·

“人与天地相参”与中医康复理念相关性探讨

尹露, 严隽陶, 伍丹丹

(上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院, 上海 200437)

摘要: 随着中医康复理念的确立与发展,《黄帝内经》中“人与天地相参”这一核心理论再获医家重视。欲明中医之理,需先明宇宙自然之规律,遵循自然之理为中医康复治疗的基础,所谓“圣人之治病也,必知天地阴阳,四时经纪”。顺于自然,和于自然,谨守“无伐化,无违时”,方能受天地造化之功,愈人身未复之疾。

关键词: 人与天地相参; 中医康复; 整体观念; 杂合以治

Discussion on the correlation between ‘correspondence between human and universe’ and the concept of traditional Chinese rehabilitation

YIN Lu, YAN Jun-tao, WU Dan-dan

(Yueyang Hospital of Integrative Chinese and Western Medicine, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai 200437, China)

Abstract: With the establishment and development of the traditional Chinese rehabilitation concept, the core theory of ‘correspondence between human and universe’ in *Huangdi Neijing* has been valued by doctors again. To understand the truth of Chinese medicine, we need primarily know the laws of the universe, and the basis of traditional Chinese rehabilitation is to follow the laws of nature, so called ‘treating disease of the saint must know the changes in the yin and yang of the universe firstly and the law of four seasons’. In accordance with nature, harmony with nature, and observing ‘do not replace the creation, do not violate the seasons’, successfully get the merits of the universe, and heal the unresolved body.

Key words: Correspondence between human and universe; Traditional Chinese rehabilitation; Holistic concept; Comprehensive treatment

康复医学是一门新兴独立的临床学科,致力于解决病、伤、残者的功能障碍并使其最大限度的回归社会生活的一门医学。中医康复学是现代医学的补充与完善,在康复治疗中有着不可替代的指导意义。文章旨在通过浅析“人与天地相参”与中医康复理念的相关性,探讨这一核心理论在中医康复中的应用,为临床康复治疗提供新思路。

“人与天地相参”理论依据

“人与天地相参”为《黄帝内经》中提出的重要理论思想,旨在揭示人与自然是统一整体,人身乃自然界中一部分,遵循自然之规律,随自然而变化,受自然支配和制约。《灵枢·岁露论》概言之“人与天地相参,与日月相应也”,四时日月气候变化均影响人体内阴阳平衡。“人以天地之气生,四时之法成”,《素问·宝命全形论》中提出自然界影响人体的因素虽多,但最重要的当属四时变化,四时通应于五脏,四时变化可影响脏腑阴阳。而《素问·生气通天论》中提出一日之朝夕变化亦影响人体阴

阳,“平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭”,又有《素问·八正神明论》详细阐述了日月寒温变化对人体气血运行及肌肉经络等的影响。此外,《素问·脉要精微论》认为脉象亦随着四时阴阳变动而上下浮沉,脉搏应四时而动,“与天地如一”。彭子益先生将宇宙之理,即天地阴阳“圆运动”规律阐释的颇为详尽,指出人身为一小宇宙,亦遵循宇宙“圆运动”之规律:太阳之热,为万物生命的元素,人秉天地阴阳大气而生,欲得着人身之理,唯有通晓大气阴阳“圆运动”之理^[1]。由此可知,“人与天地相参”理念中,“相参”一词应为顺应、符合之意,即人应积极顺应自然,做到“与天地同纪”。

中医康复理念

康复医学自20世纪80年代传入我国,融入中医学的康复理论与技术,吸收现代康复“功能取向”的理念及评估方法,逐步形成具有中国特色的“中医康复学”。其内涵包括现代康复与中国传统康复两部分,以及在我国临床实践中发展成熟的理论、

经验和方法,目的是使功能障碍者的潜在能力和残存功能得到充分发挥,减轻或消除因病残带来的身心障碍。中医康复学以中医基础理论为指导,以阴阳五行学说、脏腑经络学说等为基础,运用针灸、推拿、药物、传统功法、食疗、自然疗法以及调摄情志等多种方法的辨证康复^[2-3]。《素问·异法方宜论》曰:“圣人杂合以治,各得其所宜”,中医康复治疗以“杂合以治”为重要原则,强调应根据病情采用合理的综合治疗方法,重视培养患者主动康复意识,升提病患自身正气使疾病向愈,体现了中医康复的辨证康复、整体康复及综合康复理念^[4-5]。而“辨证康复”思想及四诊合参的检查方法,与现代康复的评估理念一致,旨在发现和改善引起功能障碍的内在原因。此外中医康复重视“疗养结合”的原则,《素问·五常政大论》曰:“其久病者,有气从不康……无代化,无违时,必养必和,待其来复”,意即强调医者在康复治疗时,应指导帮助患者调摄精神与形体,主动积极顺应自然,使机体与自然保持协调统一从而达到最佳康复效果。

从“人与天地相参”谈疾病发生

《素问·至真要大论》曰:“夫百病之生也,皆生于风寒暑湿燥火,以之化之变也”,提示气候寒温失宜可致人患病,而四时之气,更伤五脏,《素问·金匮真言论》曰:“故春善病鼽衄,仲夏善病胸胁,长夏善病洞泄寒中,秋善病风疟,冬善病痹厥”。此外地理环境差异亦能产生人体不同病理变化,《素问·异法方宜论》提示:“东方之人易生痈疡;西方之人病生于内;北方之人多生胀满;南方之人病多拘挛疼痛;中央之人病多痿厥寒热”。可见自然界四时气候地域等变化,均能因影响体内脏腑气血运行,使与外界环境顺应失常而致病,但违背自然之理更是诸病之源。因今人多嗜食肥甘辛酒,加之反季食物、冷饮盛行,故脾胃易伤;人秉天地阴阳大气而生,动则生阳,而今熬夜晚起已是年轻者的常态,晚起兼日间体能运动甚少,则阳气升提不及,熬夜日久暗耗阴精,则未老先衰;人体脏腑阴阳失衡,经络气血失调,故各种慢性病发病风险亦随之增加且趋于年轻化。而康复医学中所聚焦的患者功能障碍问题,在中医康复理念中亦属于疾病本身的一种外在反映,是脏腑阴阳失衡,经络气血失调的结果。

重视“人与天地相参”如何康复

《素问·疏五过论》云:“圣人之治病也,必知天地阴阳,四时经纪”。人身乃自然界中一部分,欲明中医之理,需先明宇宙自然之规律。《素问·四气调神大论》曰:“故阴阳四时者,万物之始终也,死生之本也,逆之则灾害生,从之则痼疾不起,是谓得道”,即倡导人要顺应自然,秉受天地精华,才能保养真气,康健延寿。若有疾患,论治首当顺应四时节令,不可违时妄治,即《素问·五常政大论》谓之:“必先岁气,无伐天和”。如“春夏养阳,秋冬养阴”,意即人要顺应自然万物生长之气,顺从四时阴阳之变。而因地理环境不同所得之病则应究其各方环境及患者病理特点辨证施治,故有东方之民病,“其治宜

砭石”,西方之民病,“其治宜毒药”,北方之民病,“其治宜灸焫”,南方之民病,“其治宜微针”。人的生命活动符合自然规律才能康健延寿,正如《素问·上古天真论》所言:“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”。

中医康复虽秉承了现代康复医学以解决功能障碍为主的治疗理念,但将功能障碍视为疾病的一种状态,强调从整体辨证施治,使脏腑阴阳平衡,经络气血调达,其宗旨始终是致力于解决患者身心功能障碍。同时中医康复能较好地把握医院治疗到社区康复的过渡阶段,制定良好的运动处方,以期能充分发挥患者的潜在能力和残存功能,故现今众多临床研究者热衷于中医康复疗法如传统功法的研究,除了解决局部功能障碍外,还关注疾病的根本问题,整体施治,以期发挥机体代偿能力,促进肢体功能障碍的恢复。

“人与天地相参”在中医康复中的应用

1. 杂合以治 从康复治疗的角度来讲,“人与天地相参”为治疗之理,“杂合以治”为治疗之法,中医治疗讲究理法方药丝丝入扣,理为法的基础,为治疗之总纲。遵循自然之理为中医康复治疗的基础,欲明中医之理,需先明宇宙自然之规律,顺于自然,和于自然,谨守“无代化,无违时”。究其能用之法综合运用,以达最佳康复疗效。疾病得之于自然,必应顺应于自然,受天地造化之功,方能愈人身未复之疾。

2. 疗养结合 中医康复治疗强调“疗养结合”原则,正确的“疗养”需动静结合,静指调养身体,为调畅情志,静心修身,天地造化之功无可代替,不违背时令之气,静待正气来复。动指引导鼓励患者配合相应的主动训练,而在主动训练方法中中国传统功法发挥了绝对的优势。例如帕金森病的康复治疗,一般康复期较长、疗效缓慢,因此集疗与养结合,能充分发挥自我调节修复能力。传统功法通过肢体训练,既能舒筋通脉、调畅气血,利于患者肢体功能障碍的恢复;又能充分调动患者的积极性,增强防御能力。在功法熟练之后,可嘱患者配合意念与呼吸,使动作协调自然,以达形神合一,意气相和,发挥调理身心、协调阴阳之作用,从而提高康复效率。

3. 中医整体观念 《灵枢·邪客》曰:“天有四时,人有四肢;天有五音,人有五脏;天有六律,人有六腑;天有冬夏,人有寒热”。天地自然统一,人与天地相参,人体内部的是一个有机整体,在康复治疗中尤应重视整体观念。从整体出发认识和分析疾病,所谓“盖有诸内者,必形诸外”,把局部功能障碍与全身的脏腑、气血、阴阳的盛衰相联系,做到“治病求本”。所以康复治疗时除遵循自然之理这一重要原则外,还需考虑自然与人体的有机联系,人体局部功能障碍与整体的有机联系,促使身心功能障碍全面康复。

小结

现代康复学是建立在现代医学理论基础上的—门医学分

支,在功能障碍的认识、评估及治疗等功能补偿方面有一定优势。而中医康复是在现代康复概念的基础上,通过中医临床和中医养生有关功能康复的内容整理、提高后建立起来的新的中医学分支;有着中国五千年传统文化底蕴,有中医学深厚的理论基础和丰富的临床实践经验,是对现代康复医学的补充与完善;在强调整体康复的同时,重视辨证康复,主张杂合以治、疗养结合的综合康复方法。

中医康复技术的应用空间广阔,如推拿、针灸、传统功法等已被列入康复治疗规程出现于诸多专著和教材中。随着《关于促进中医药传承创新发展的意见》的提出,促进中国传统康复与现代康复技术融合,突破中西康复技术应用的壁垒,同类技术相互吸收并形成标准化的技术规程势在必行。充分发挥中医药特色康复理念与技术,坚持“中西医并重”,则中医康复将继续在中医学科体系中惠及于民。同时我们是自然中的一部

分,除了利用自然所创造的便利条件,更应积极倡导顺应自然、尊重自然、保护自然的绿色发展观念,以更好的长养自身,疗愈疾病。

参 考 文 献

- [1] 彭子益,李可.圆运动的古中医学.北京:中国中医药出版社,2007:1-16
- [2] 侯彦宏,苏庆民,蔡秋杰.中医特色康复优势及发展策略研究.中华中医药杂志,2019,34(1):212-214
- [3] 张大尉,张虎.浅析《黄帝内经》中医康复学的理论与思想.中西医结合心脑血管病杂志,2018,16(15):148-150
- [4] 李晶.试述中医康复的内涵、优势和发展趋势.中医临床研究,2018,10(33):124-125
- [5] 徐基民,李艳丽,李明玉.中西医结合康复医学发展的现状分析.中国康复医学杂志,2015,30(10):1054-1055

(收稿日期:2019年5月16日)

· 研究报告 ·

筋滞骨错理论之“辨三症”初探

赵启, 赵明宇, 袁帅, 张向东, 鲍铁周, 申晟

[河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院), 郑州 450000]

摘要: 经过大量的临床探索和总结,筋滞骨错理论已经成为临床治疗颈肩腰腿痛疾病有效指导思想和方法,辨三症是笔者在运用筋滞骨错理论临床实践中反复思考和探索提出的一种新的诊疗思路和方法。通过对慢性颈肩腰腿痛疾病常见临床症状进行总结归类,细分为一类(劳损类)症状、二类(继发类)症状和三类(失代偿类)症状三类,探讨每类病症发生发展规律和病症自身特点,指导确定相应诊治方法。临床观察表明,辨三症在慢性颈肩腰腿痛疾病临床诊治中具有执简驭繁,思路清晰,疗效确切等优点。

关键词: 筋滞骨错理论; 辨三症; 颈椎病; 颈腰综合征; 疼痛

基金资助: 河南省中医药科学研究专项(No.2016ZY2026),河南省中医管理局国家中医临床研究基地专项(No.2017JDZX012),2019年度河南省中医药拔尖人才培养项目专项(No.2019ZYBJ23)

Preliminary study on the theory of ‘differentiation of three symptoms’ of Jinzhi Gucuo

ZHAO Qi, ZHAO Ming-yu, YUAN Shuai, ZHANG Xiang-dong, BAO Tie-zhou, SHEN Sheng

[Luoyang Orthopedic Hospital of Henan Province (Orthopedic Hospital of Henan Province), Zhengzhou 450000, China]

Abstract: After a lot of clinical exploration and summary, the theory of Jinzhi Gucuo has become an effective guiding ideology and method for the clinical treatment of diseases of Neck-shoulder and lumbocrural pain. ‘Differentiation of three symptoms’ is a new thinking and method of diagnosis and treatment put forward by the author in the application of the theory of Jinzhi Gucuo in clinical practice. The common clinical symptoms of chronic neck-shoulder and lumbocrural pain were summarized and classified into three categories: strain symptoms, secondary symptoms and decompensated symptoms. The occurrence and development rules and characteristics of each type of disease were discussed, and the corresponding diagnosis and treatment methods were determined. Clinical observation shows that the three cases have the advantages of simple control,

通信作者: 赵明宇, 河南省郑州市郑东新区永平路100号河南省洛阳正骨医院(郑州院区)颈肩腰腿痛科, 邮编: 450000
电话: 0371-85965155, E-mail: zmyym2003@163.com