

阳虚体质理论与科学实证^{*}李雅楠 王均衡 殷雨晴 李雨丝 李英帅[#]
(北京中医药大学中医学院 北京 100029)

摘要: 阳虚体质以虚寒表现为特征,在偏颇体质中位列第三。从形成原因、生理及心理特征、在人群中的分布规律、发病倾向、调体方药等方面,结合近10年来在阳虚体质方面研究成果作为实证依据,对阳虚体质的理论进行梳理。发现了阳虚体质研究中的优势与不足,为进一步开展阳虚体质相关研究提供参考。

关键词: 阳虚体质; 流行病学调查; 文献研究; 基因组学; 代谢组学

中图分类号: R229

doi: 10.3969/j.issn.1006-2157.2017.11.003

Theory and scientific evidence of yang-deficient constitution^{*}LI Yanan, WANG Junheng, YIN Yuqing, LI Yusi, LI Yingshuai[#]

(School of Chinese Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

Abstract: The constitution of yang deficient is characterized by insufficiency-cold manifestations, and ranks the third position in biased constitution. The theory of yang-deficient constitution is sorted out from causes, physiological and psychological characteristics, distribution in people groups, incidence tendency, and formulas and medicinal for adjusting constitution on the base of achievements in the research of yang-deficient constitution for recent 10 years. The advancements and weaknesses in the study of yang-deficient constitution are found, which will provide reference for further studies.

Keywords: yang-deficient constitution; epidemiology investigation; document research; genomics; metabonomics

阳虚体质是平素身体阳气不足,以畏寒、手足不温等虚寒表现为主要特征的体质类型。在中国一般人群的中医体质流行病学调查中居于偏颇体质的第三位^[1]。随着社会现代化的发展,越来越多的人有着夜生活频繁,缺少户外运动,夏季依赖冷气,喜食生冷等不良生活方式,严重损伤身体阳气,使阳虚体质逐渐成为人们关注的重点。

1 阳虚体质的形成原因

1.1 先天禀赋不足

人类的体质差异很大程度上是先天禀赋决定的。在阳虚体质形成方面,张景岳在《景岳全书》中提到“禀赋素弱,多有阳衰阴盛者,此先天阳气不足”孕育时父母体弱、年老或早产等原因引起的先

天禀赋偏阳不足,导致个体素体阳虚的出现。同时《诸病源候论·难乳候》中写到“儿在胎之时,母取冷过度,冷气入胞,令儿著冷,至儿生出,则喜腹痛,不肯饮乳,此则胎寒,亦名难乳也。”说明母亲在孕育时用过寒凉药物或饮食不当等,也会造成子代阳虚。在阳虚体质的遗传学研究方面^[2],与有丝分裂细胞周期的调控、RNA的处理及mRNA转录后调控有密切关系的基因表达均呈现下调状态,提示阳虚体质在遗传信息传递上的能力可能呈现下降状态。

1.2 后天因素

先天禀赋决定的体质并不是恒久不变的,后天因素对阳虚体质的形成也存在一定作用。在江苏地区进行的2 043例中医体质流行病学调查中发现,

李雅楠,女,在读硕士生

[#] 通信作者: 李英帅,女,博士,副研究员,硕士生导师,主要研究方向: 中医体质学, E-mail: liyingshuai2013@163.com

^{*} 国家自然科学基金项目(No. 81302874)

National Natural Science Foundation for Young Scientists of China (No. 81302874)

阳虚体质在偏颇体质中居第一位^[3]。这可能是由于江苏位于我国冬季的供暖分界线以南,冬天没有暖气,且气候潮湿,人体感受寒湿之气,容易损伤阳气,故阳虚体质比例较高。说明在特定的气候、地理环境、社会环境等因素的影响下,可形成特定的体质特征。过食生冷、嗜酒、房劳过度等不良生活习惯和疾病、药物、医疗过度等^[4]原因都会促进阳虚体质的形成,让机体处于阳气不足的状态。

2 阳虚体质的生理及心理特征

阳虚体质在古代文献中有较多论述,包括“素体阳虚”“阳气素弱”“阳虚之体”“阳虚之质”等,其体质特征可见形寒肢冷等虚寒之象,主要是由于阳气不足、机体缺少温煦。

2.1 阳虚体质的生理特征

2.1.1 阳虚体质多见寒象

清代医家程钟龄在《医学心悟》一书中写道“阳脏者阳必虚,阳虚者多寒。”阳虚者机体产热不足,出现寒象。课题组前期对阳虚体质与平和体质进行了基因表达谱的对比研究^[5],发现与平和体质相比,阳虚体质外周血基因表达谱中,表达上调的位点有 150 个,表达下调的位点有 117 个。其中甲状腺激素受体 β 的下调,为阳虚体质不能够耐受寒冷的特点提供了分子生物学解释。用超导核磁共振谱仪分析阳虚体质者血液的代谢组学特征,证实阳虚体质者血液中脂肪酸的含量比平和质低^[6]。表明它的产能成分不足,皮下脂肪含量较少,脂肪储备不足,不能抵御寒冷。

2.1.2 阳虚体质面色柔白

古代医家多认为阳虚体质“色白而肥”。如叶天士在《温热论》中提到“如面色白,须要顾其阳气,湿胜则阳微也”。表明面色白为判定阳虚体质的重要特征。通过 VISIA 面部图像分析系统对阳虚体质面部特征采集的生理指标检测分析^[7],发现阳虚体质面部皮肤机理细腻,毛孔不明显,色斑痤疮较少,皮肤状态比其他体质好。符合阳虚体质面色柔白色淡的特点。

2.1.3 阳虚体质形体特征的古今差异

古代医家多认为阳虚体质形体偏胖。全国大样本流行病学调查结果则显示^[1],阳虚体质形成的一个重要因素是体型偏瘦。阳虚体质者超重和肥胖风险明显低于其他体质者^[8],阳虚体质与体重过低具有较强的关联性^[9],古代文献和现代研究的结果出现了一定的不一致性。通过对文献的进一步整理,发现有些医家对阳虚体质形体偏瘦有所论述。如

《丁甘仁医案》中有提到“形瘦色萎,舌无苔,脉濡细,命火势微,不能生土”。而且由于现代人的生活习惯发生了改变,有以瘦为美的审美观点,这些可能是现在阳虚体质形体偏瘦的原因。

2.1.4 阳虚体质生理功能减退

阳虚体质因为阳气缺乏,表现为虚象特征,全身生理功能减退。相关研究^[6]表明与平和体质相比,阳虚质血液中的低密度脂蛋白、脂肪酸、乳酸含量均较低,说明其能量代谢水平偏低。在有关阳虚体质者内分泌及免疫功能的研究中^[10],发现阳虚体质与下丘脑—垂体—甲状腺轴、下丘脑—垂体—肾上腺轴功能减退,以及环核苷酸系统和免疫功能紊乱具有一定的关联性。阳虚体质者不但对外来致病因子的防御能力减弱,调节内源性致病因素的能力也存在障碍,这些易造成机体进入病理状态。

阳虚体质的生理功能减退也体现在睡眠上。《灵枢·口问》中“阳气尽,阴气盛,则目瞑”。阳气缺乏,阳不出阴,心神失养则嗜睡。经过床垫式睡眠状态监测系统对夜间睡眠参数的对比^[11],发现阳虚体质组的深睡期百分比降低,总睡眠时间接近睡眠正常范围的上限。表明阳虚体质者相对嗜睡,而睡眠质量较差,醒后仍觉疲惫。

2.2 阳虚体质的心理特征

在心理特征方面,《素问·生气通天论篇》中提到“阳气者,精则养神,柔则养筋”,说明阳虚体质性格内向喜静。在对 505 例大学生中医体质类型的人格心理特征流行病学调查中^[12],运用艾森克人格问卷简式量表(中国版)反应人格心理特征。结果显示不同的体质类型人格心理特征具有相关性,阳虚体质者多内向、情绪稳定、性格沉静、精神不振。

3 阳虚体质的分布特征

使用《中医体质分类与判定》标准在全国范围内进行流行病学调查^[1],结果显示东北地区阳虚体质者较多,这与东北地区冬季寒冷,持续时间长,春秋季气温也相对较低,机体抵抗寒冷损耗阳气有关。且阳虚体质在低教育水平者中比例较高,这可能与低教育水平者多从事体力劳动,并且生存压力大,易耗伤阳气有关。

随着年龄的增长,阳虚体质的分布逐渐增加^[13]。阳虚体质与 45 岁之后的年龄段关系较强^[14],人在 45 岁以后,从年轻时的“阳常有余,阴常不足”,逐渐转变为阴阳气血失调、脏腑功能减退的状态,造成元阳减少,阳虚体质者增多。

阳虚体质在中国不同地域的城市女性中数量均

位于偏颇体质的第一位^[15],可能是当今中国中高收入和较高学历女性的主要体质类型。这类人群有着新的时代特点,她们运动锻炼量小,长期室内工作,日工作时间长,工作压力大,为了保持身材控制饮食。这些可能是此类人群阳虚体质比例相对较高的原因。

4 阳虚体质的发病倾向

《景岳全书·杂证谟·泄泻》中写道“凡脾气稍弱,阳气素不强者,一有所伤,未免即致泄泻”。阳虚体质者易出现胃肠功能紊乱。代谢组学研究表明,阳虚体质者的尿液中DMA和尿酸含量较高,印证了这一观点。阳虚体质者由于脾胃之阳不振,失于温化腐熟。与平和体质比较,阳虚体质者血液中不饱和脂肪酸含量的减少与其饮食有一定关系,阳虚体质能量代谢水平偏低,脂代谢紊乱,糖代谢紊乱^[6],亦说明其形体不健壮,营养摄入不足。

在阳虚质肠道菌群结构特征研究中^[16],阳虚体质者与平和体质者的肠道菌群结构存在一定的差异:短波单胞菌属(*Brevundimonas*)、明串珠菌属(*Leuconostoc*)、*Turicibacter*、罗氏菌属(*Rothia*)、*De-fluviitaleaceae_incertae_sedis*、*Butyrivibrio*在阳虚质中显著偏高;巨型球菌属(*Megasphaera*)、瘤胃球菌属(*Ruminococcus*)、毛螺菌属(*Lachnospira*)在平和质中显著偏高。明串珠菌属是链球菌科中的革兰氏阳性细菌,存在于各种乳制品和发酵的蔬菜中,发酵多种糖,产酸产气,微好氧或兼性厌氧,在阳虚质组中显著偏高,可能与阳虚质人群的饮食习惯有关联。瘤胃球菌属有助于细胞吸收糖分,使体重增加,在平和体质中比阳虚体质中高,说明阳虚体质吸收营养的能力下降。阳虚体质者肠道微生物的丰度个体差异性较大,菌群种类也不尽相同。这可能是其阳气不足,易受到外界因素的影响所致。体现了阳虚体质受凉或饮食生冷后易泄泻的特点。

5 阳虚体质的调体方药研究

阳虚体质是怕冷症形成的体质基础。国医大师王琦教授用桂枝加附子汤合玉屏风散为主方治疗了70多例阳虚体质怕冷症患者,该方具有祛风固表、温阳益气、调和营卫的作用,均取得满意的疗效^[17]。倪氏^[18]主张加鹿角胶、鹿角霜或鹿茸片以温通督脉、补益精血,并自创“温阳调体汤”以温通督脉、健脾益阳、补肾温阳,调理阳虚体质。

6 结语

综上所述,通过对阳虚体质的系列研究,初步明确了其形成原因、生理及心理特征、在人群中的分布

规律、发病倾向等客观指标,在临床治疗方面积累了一定的调体方药经验。在今后的研究中,应合理利用现代研究手段,进一步寻找阳虚体质特征的微观证据;开展前瞻性队列研究,明确阳虚体质易患疾病;开展病例系列研究、方药调体机制研究等,更好地为临床调体防病及成果转化服务。

参考文献:

- [1] 王琦,朱燕波. 中国一般人群中中医体质流行病学调查——基于全国9省市21 948例流行病学调查数据[J]. 中华中医药杂志, 2009, 24(1): 7-12.
WANG Q, ZHU YB. Epidemiological investigation of constitutional types of Chinese medicine in general population: Base on 21,948 epidemiological investigation data of nine provinces in China [J]. China Journal of Traditional Chinese Medicine and Pharmacy, 2009, 24(1): 7-12.
- [2] 姚实林. 阳虚质理论及其外周血基因表达谱研究[D]. 北京: 北京中医药大学, 2007.
YAO SL. Study on Yang-deficiency theory and its peripheral blood gene expression profiles [D]. Beijing: Beijing University of Chinese Medicine, 2007.
- [3] 吴承玉,骆文斌,王娜娜,等. 江苏地区2 043例中医体质流行病学调查研究[J]. 中国中医基础医学杂志, 2009, 15(2): 138-140.
WU CY, LUO WB, WANG NN, et al. Epidemiological investigation of constitution of traditional Chinese medicine of 2 043 cases in Jiangsu [J]. Chinese Journal of Basic Medicine in Traditional Chinese Medicine, 2009, 15(2): 138-140.
- [4] 王琦. 中国人九种体质的发现[M]. 北京: 北京科学出版社, 2011: 112-141.
WANG Q. Identification of the nine constitutions in Chinese population [M]. Beijing: Beijing Science Press, 2011: 112-141.
- [5] WANG Q, YAO SL. Molecular basis for cold-intolerant yang-deficient constitution of traditional Chinese medicine [J]. Am J Chin Med, 2008, 36(5): 827-834.
- [6] 李英帅. 阳虚、阴虚体质理论及代谢组学比较研究[D]. 北京: 北京中医药大学, 2009.
LI YS. Comparative study on constitution theory and metabolomics of yang-deficiency and yin-deficiency [D]. Beijing: Beijing University of Chinese Medicine, 2009.
- [7] 金沢生花. 基于中医体质学“肤-体相关论”的皮肤分类及生理量化指标研究[D]. 北京: 北京中医药大学, 2015.
JINZE SH. Study on skin classification and physiological quantification index based on “body-skin correlation theo-

- ry" of constitution of traditional Chinese medicine [D]. Beijing: Beijing University of Chinese Medicine, 2015.
- [8] 朱燕波, 王琦, 吴承玉, 等. 18 805 例中国成年人中医体质类型与超重和肥胖关系的 Logistic 回归分析 [J]. 中西医结合学报, 2010, 8(11): 1023 - 1028.
- ZHU YB, WANG Q, WU CY, et al. Logistic regression analysis on relationships between traditional Chinese medicine constitutional types and overweight or obesity [J]. Journal of Chinese Integrative Medicine, 2010, 8(11): 1023 - 1028.
- [9] 虞晓含, 朱燕波, 王琦, 等. 体重指数与中医体质类型的对应分析 [J]. 中医杂志, 2015, 56(2): 105 - 107.
- YU XH, ZHU YB, WANG Q, et al. Analysis on relationship between body mass index and Tradition Chinese Medicine constitution type [J]. Journal of Traditional Chinese Medicine, 2015, 56(2): 105 - 107.
- [10] 王琦, 姚实林, 董静, 等. 阳虚体质者内分泌及免疫功能变化 [J]. 中西医结合学报, 2008, 6(12): 1226 - 1232.
- WANG Q, YAO SL, DONG J, et al. Changes of endocrine and immune function in subjects of yang-deficiency constitution [J]. Journal of Chinese Integrative Medicine, 2008, 6(12): 1226 - 1232.
- [11] 闫雪. 平和、阳虚、阴虚和痰湿体质人群夜间睡眠生理参数的比较研究 [D]. 北京: 北京中医药大学, 2011.
- YAN X. To study and compare the characteristics of nocturnal sleep physiological parameters of balanced constitution, Yang-deficiency constitution, Yin-deficiency constitution and phlegm-dampness constitution [D]. Beijing: Beijing University of Chinese Medicine, 2011.
- [12] 唐芳, 朱燕波. 基于 505 例大学生人群中中医体质类型的人格心理特征研究 [C] // 中华中医药学会第八届中医体质研讨会暨中医健康状态认知与体质辨识研究论坛论文集. 青岛: 中华中医药学会体质分会, 2010: 97 - 101.
- TANG F, ZHU YB. Study on personality and psychological characteristics of TCM constitutional types based on 505 college students [C] // Proceedings of the Eighth Chinese Medicine Physical Fitness Seminar and Research Forum on Cognition and Physical Fitness of Chinese Medicine. Qingdao: Branch of Constitution of China Association of Chinese Medicine, 2010: 97 - 101.
- [13] 岑浩, 王琦. 不同年龄人群体质分布的调查分析 [J]. 中华中医药学刊, 2007, 25(6): 1126 - 1127.
- CEN H, WANG Q. The investigation and analysis on distribution of constitution in population of different age [J]. Chinese Archives of Traditional Chinese Medicine, 2007, 25(6): 1126 - 1127.
- [14] 邱洁, 朱燕波, 王琦, 等. 不同年龄人群中中医体质特点对应分析 [J]. 中国中西医结合杂志, 2014, 34(5): 627 - 630.
- DI J, ZHU YB, WANG Q, et al. Correspondence analysis of Chinese medical constitution features in different ages population [J]. Chinese journal of integrated traditional and Western medicine, 2014, 34(5): 627 - 630.
- [15] 方程, 赵亚, 熊卫国, 等. 2 241 例中国城市女性中医体质状况调查分析 [J]. 安徽中医药大学学报, 2014, 33(4): 26 - 29.
- FANG C, ZHAO Y, XIONG WG, et al. Investigation of traditional Chinese medicine constitutions in 2 241 Chinese urban females [J]. Journal of Anhui University of Traditional Chinese Medicine, 2014, 33(4): 26 - 29.
- [16] 黄腾杰. 阳虚质肠道菌群结构特征研究 [D]. 北京: 北京中医药大学, 2015.
- HUANG TJ. Study on structure characteristics of intestinal flora in Yang-deficiency [D]. Beijing: Beijing University of Chinese Medicine, 2015.
- [17] 张惠敏, 王琦, 杨玲玲, 等. 第十八讲关于怕冷症的中医诊治思路 [J]. 中医药通报, 2014, 13(6): 4 - 9.
- ZHANG HM, WANG Q, YANG LL, et al. Eighteenth, about the diagnosis and treatment of cold disease of Chinese medicine thinking [J]. Traditional Chinese Medicine Journal, 2014, 13(6): 4 - 9.
- [18] 马嘉轶, 倪诚. 基于体质与证候辨析的阳虚体质主药主方筛选 [J]. 中华中医药杂志, 2016, 31(9): 3443 - 3445.
- MA JY, NI C. Main medicines and formulas screening of Yang-deficiency constitution based on differentiation of constitution and syndrome [J]. China Journal of Traditional Chinese Medicine and Pharmacy, 2016, 31(9): 3443 - 3445.

(收稿日期: 2017-05-16)