

# 论湿热分消法

姚实林<sup>1</sup>, 王琦<sup>2</sup>

(1. 安徽中医学院, 安徽 合肥 230038 2. 北京中医药大学, 北京 100029)

**摘 要:**对湿热分消法作了较系统的诠释, 包括除热中之湿、清湿中之热、消湿热兼夹、上中下内外分消湿热4个方面, 对临床治疗湿热之邪具有一定的指导意义。

**关键词:** 湿热; 湿热分消法

**中图分类号:** R242

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1009-5276(2006)04-0672-02

华岫云《临证指南医案·湿案按》曰:“湿为重浊有质之邪, 若从外而受者, 皆由地中之气升腾; 从内而生者, 皆由脾阳之不运。”外感之湿, 或从上, 或从下, 或遍体皆受; 内生之湿, 必因膏粱酒醴过度, 或嗜饮茶汤过多, 或食生冷瓜果及甜腻之物。《临证指南医案·湿案按》又曰:“若其人色苍赤而瘦, 肌肉坚结者, 其体属阳。此外患湿邪, 必易于化热。若内生湿邪, 多因膏粱酒醴, 必患湿热、湿火之症。”湿热之成因, 常因湿邪逢阳盛之体酝酿而成, 或湿热二气杂至, 合而伤人。湿为热之窠臼, 湿热常胶结难解。分消法是祛除湿热之邪的基本方法, 笔者试就此探讨之。

## 1 消其缠结

1.1 重在祛湿 使湿去热孤 湿热胶结, 湿为因, 热为果, 湿重而热轻, 宜祛湿为先, 湿去则热易清。贵在分部祛湿, 给邪出路。《临证指南医案·湿案按》曰:“人身若一小天地, 今观先生治法, 若湿阻上焦者, 用开肺气, 佐淡渗, 通膀胱, 是即启上闸, 开支河, 导水势下行之理也。若脾阳不运, 湿滞中焦者, 用术、朴、姜、半之属, 以温运之; 以苓、泽、腹皮、滑石等渗泄之”。清·沈金鳌在《沈氏尊生书》中说:“湿在上, 宜防风, 风能胜湿, 犹湿衣悬透风处则易干也; 湿在中, 宜苍术, 犹地上有湿, 灰多则渗干也; 湿在下, 宜利小便, 犹欲地干, 必开水沟也; 湿在周身, 宜乌药、羌活等; 湿在两臂, 宜桑条、威灵仙等; 湿在两股, 宜牛膝、防己、萆薢等。分其部位而治之, 何患不效?”湿邪伤人, 或从表侵, 或从内生; 或阻上焦, 或阻中焦, 或阻下焦, 因湿性重浊, 故以阻滞下焦为多。肺主通调水道, 脾主运化水湿, 肾主水液。治上焦者, 宜宣通肺气, 用杏仁、桔梗; 治中焦者, 宜温健脾阳; 治下焦者, 宜淡渗利湿。故治湿邪, 应因势利导, 常用上中下分消, 或表里分消——发汗、利小便以导其湿, 或前后分消(大便溏泄不爽, 小便短赤者, 利不便以实大便)。以下治法, 分别适合于祛除各个部位的湿邪。 风药胜湿(祛风胜湿)。其理有二: 一为风属木, 湿属土, 湿气大胜, 以所胜平之; 二为风湿常合而杂至, 风药味辛, 性善走窜, 具有升浮之性, 可升腾阳气, 有利湿邪之祛除。以独活寄生汤、防风汤为代表方。常用药物有羌活、独活、秦艽、防风、细辛、豨薟草, 其中羌活、独活、防风有“微微汗之”之意, 湿邪在表、

周身疼痛者尤宜。风药胜湿当属表里分消法, 使湿从表解。

升阳祛湿。脾主升清化湿, 脾之阳气下陷, 则湿邪内生, 若阳气升达, 其湿浊自化, 治宜升阳除湿法。是法重在升阳, 清阳上升, 浊阴下降。如李东垣的升阳除湿汤、升阳泻湿汤, 均用升麻、柴胡、葛根等升阳之品, 借其升浮之力, 以升发清阳, 舒展脏腑气机, 阳气升腾, 湿浊可化。升阳祛湿药多升阳达表, 亦使湿从表解。 健脾(苦温)燥湿。脾主运化水湿, 喜燥恶润。若脾失健运, 则湿邪内生; 反之, 湿浊困脾, 则脾阳不运。宜以苦温燥湿药治之, 常用白术、苍术、草豆蔻等健脾燥湿之品, 或用人参、黄芪等健脾之品合陈皮、半夏等燥湿化痰之品。湿阻中焦, 多见胃脘痞闷、恶心欲吐、苔腻脉滑之证。《素问·至真要大论篇》曰:“中满者, 泻之于内”。因此, 健脾燥湿当属上中下分消法。 芳香化湿。化湿, 是用芳香醒脾之品, 化除湿邪的一种方法, 对脾虚湿滞或湿壅脾胃之证尤宜, 常与燥湿药同用。如化湿之代表方藿香正气散即以化湿之藿香配以燥湿之陈皮、半夏、厚朴、白术; 治中焦湿滞的不换金正气散更是以化湿之藿香配燥湿之平胃散加半夏; 治疗中焦湿热的连朴饮, 以化湿之石菖蒲, 配以清热燥湿之黄连, 行气燥湿之厚朴、半夏等。常用的芳香化湿之品为藿香、佩兰、砂仁、石菖蒲。化湿亦属上中下分消法。 温化水湿。水湿与痰饮同类, 皆属阴邪。《金匱要略·痰饮咳嗽病脉证并治第十二》曰:“病痰饮者, 当以温药和之。”常用方为苓桂术甘汤、真武汤等, 常用药有桂枝、肉桂、附子、白术等。温化水湿之品多作用于中焦脾胃与下焦肝肾, 故属上中下分消法。 淡渗利湿(利水渗湿)。《素问·至真要大论篇》曰:“湿淫所胜, 平以苦热, 佐以酸辛, 以苦燥之, 以淡泄之”。王冰注曰:“治湿之病, 不下小便, 非其治也”。湿邪重浊, 常趋下位。《素问·至真要大论篇》曰:“其在下者, 引而竭之”。包括淡渗脾土和通利肾水两个方面, 常用方为五苓散、八正散等, 常用药有茯苓、猪苓、泽泻、滑石、车前子、通草、木通等。淡渗利湿药多作用于中焦和下焦, 属上中下分消法, 给邪出路, 导水湿从小便而出。 行气化湿。气行则津行, 气滞则津停。故在祛湿方剂中, 常配行气之品, 常用药物如陈皮、柴胡、青皮、半夏、木香、砂仁、枳实、厚朴、草豆蔻等。行气化湿法多宜于中焦湿滞。

1.2 重在清热 使热清湿解 适宜于热重湿轻, 重在清湿中之热, 使热解湿孤。 清热燥湿。《素问·脏气法时论篇》曰:“脾苦湿, 急食苦以燥之”。《素问·至真要大论篇》

收稿日期: 2005-10-13

作者简介: 姚实林(1969-), 男, 安徽桐城人, 助理研究员, 博士研究生, 研究方向: 中医基础理论。

曰:“热淫所胜,平以咸寒,佐以苦甘,以酸收之。湿淫所胜,平以苦热,佐以酸辛,以苦燥之,以淡泄之”。清热燥湿药多性味苦寒,苦可燥湿,寒可清热。常用方有黄连解毒汤,常用药有黄连、黄柏、黄芩、苦参、龙胆草等。清热利湿。“热者寒之”,“淡可渗泄”。清利湿热之品性味多甘、淡、苦、微寒或寒,常用药为泽泻、车前子、滑石、通草、茵陈蒿、灯芯草、金钱草、虎杖等。常用清热之品与淡渗之品组成清热利湿之剂,如茵陈蒿汤、八正散、龙胆泻肝汤、三仁汤等。

## 2 消其兼夹

**2.1 消其血瘀** 湿乃津液代谢障碍,湿邪久郁可以化热;血液乃水谷津液化赤而成,瘀乃血液运行障碍。湿热与血瘀互为因果:湿热久蕴,气机不利,血行不畅,导致瘀血内生;反之,瘀血阻滞经脉,气机不畅,导致水谷精微不能运化,停蓄体内而成痰湿水饮,湿邪久蕴,逢阳盛之体则变化为湿热。湿热与瘀血常胶结难解,化瘀有利于气机通畅,从而促进水液代谢正常,使湿去热孤。常用化瘀之品为川牛膝、刘寄奴、蒲黄、姜黄、益母草、茜草、当归、赤芍、桃仁、红花、丹参、虎杖、赤小豆、三棱、莪术、泽兰、水蛭、乳香、没药、大黄、三七、五灵脂等,常用化瘀祛湿之剂为蒲灰散(《金匮要略》)、当归贝母苦参丸(《金匮要略》)等。

**2.2 补其阴虚** 湿热与阴虚关系密切,互为因果。一方面,阴虚则火旺,灼津为痰湿;阴虚则气弱,气化失常而成痰湿;阴虚则气滞,气机失调而成痰湿。痰湿郁滞日久可以化热。另一方面,湿热内蕴亦可导致气机不畅,影响津液生成;热邪可煎熬津液,日久亦会损耗阴津。因此,清利湿热之剂亦须配伍养阴生津之品,如知母、生地黄、麦冬、白芍、当归、沙参、玉竹、鲜石斛、鲜芦根等,如龙胆泻肝汤中配用生地黄、当归滋阴养血,以防苦寒伤阴。滋阴与清利湿热相互为用,滋阴有助于气化之复常,使湿邪易除、热邪易清;清利湿热亦可调畅气机,防热邪煎熬阴津。

## 3 数法合用 分消其势

湿热之邪可从外受,亦可自内生。受病之所,或在表,或在里,或在上焦肺,或在中焦脾胃,或在下焦肝肾。其用药总以苦辛寒治湿热,概以淡渗佐之,或再加风药。甘酸膩浊,在所不用。《临证指南医案·湿案》曰:“肺金清肃之气下降,膀胱之气化通调,自无湿火、湿热、暑湿诸症”。在上焦常责肺失宣降,杏仁、桔梗可开宣肺气,启上闸,开支河,导水势下行;在中焦常责脾失健运,治疗宜健脾与升阳相互为用,使脾气健运,清阳上升,则浊阴自降;在下焦宜淡渗泄利,导水湿于小便;在表者,用辛散走表之风药,微微汗之。

总之,治疗湿热为患,应注意如下方面问题:在运用风药治湿时,用量较轻,以防损伤正气。因湿多生于脾虚,故清热利湿亦常辅以健脾益气之品。清热利湿药多为苦寒之品,易于凝滞,应佐以辛温走散之品,如防风、苍术、羌活、藁本、升麻、麻黄、独活等。清热利湿药易于伤阴,故清利湿热之剂亦须配用养阴护津之品,如知母、生地黄、白芍、当归等。湿热胶结,湿为热之窠臼,治之当重除湿,湿去热易除。湿热与瘀血常相互兼夹,清热除湿之剂常伍以活血之品,使“血行水亦行”。临证时应量湿热之轻重,察其成因,或宣肺,或健脾,或淡渗利小便,或微微汗之以解表,或去其兼夹,上中下内外以分消其势,消其缠结。兹以当归拈痛汤为例,说明湿热分消法之精妙。

当归拈痛汤出自《济生拔萃方》,方中羌活苦温,透关节胜湿,防风甘辛温,散经络中留湿,二者均为“风药胜湿”之意;升麻、葛根苦辛平,味之薄者阴中之阳,引而上行,以苦发之也,取“升阳化湿”之意;白术味甘温,和中除湿,苍术体轻浮,体力雄壮,能去皮肤间腠理湿,二者均取“健脾燥湿”之意;血壅而不流为痛,当归身辛散之,滋阴以除湿;人参、甘草甘温,补脾养正气,使苦药不能伤脾胃;苦参、黄芩、知母、茵陈苦寒以泄热;治湿不利小便非其治也,猪苓甘平,泽泻咸平,淡以泄之。诸药合用,分消湿热。

## Separately Dispelling Therapy for Dampness-heat Pathogens

YAO Shi-lin<sup>1</sup>, WANG Qi<sup>2</sup>

(1 Anhui College of TCM, Hefei 230038 Anhui China; 2 Beijing University of TCM, Beijing 100029, China)

**Abstract** The connotation of separately dispelling therapy of dampness-heat pathogens is discussed. It includes four aspects such as the separation of dampness from heat, the separation of heat from dampness, the separation of accompanied pathogens from dampness-heat and the separate elimination of dampness-heat from the exterior, the interior, the upper, the middle and the below of the body. It is of great significance for the treatment of dampness-heat pathogens in clinics.

**Key words** dampness-heat pathogens; separately dispelling therapy for dampness-heat pathogens

