

疼痛类病症中医再识与扶阳疼痛学

刘立安¹, 孟月¹, 何寅家¹, 符浩楠¹, 李海霞², 陈秉杰¹, 周立群¹, 孙永章³

(¹北京中医药大学, 北京 100029; ²中国中医科学院广安门医院, 北京 100053;

³中华中医药学会, 北京 100029)

摘要: 人体在生产、生活不当习惯中长期消磨, 磨耗积累可打破机体稳态, 稳态失衡即会产生疾病, 疼痛是伴随疾病出现的必然症状, 也是机体磨耗积累和稳态失衡的“智慧性”反馈表现。在天人合一视域下, 考“疼”“痛”之本义, 知疼痛与冬日及寒气密切相关, 这与《黄帝内经》所论相合。进一步挖掘、回溯中医古文文献, 知阳气对维持人体生命状态具有决定性作用, 同时古今医家已积淀、梳理出明朗的扶阳思想。本研究综合当下社会人们的损耗性生活、工作状态和疼痛类病症的特点、机制, 将扶阳思想与疼痛诊治相粘合, 初步提出“扶阳疼痛学”, 以拓展疼痛疾病治疗思路, 同时籍顾护阳气“治未病”呼吁、倡导健康生活方式, 助力“健康中国”。

关键词: 疼痛类病症; 治未病; 扶阳; 理论解构; 阳气; 疼痛学

基金资助: 北京中医药大学教育科学研究课题(No.XJY21049), 北京中医药大学基本科研业务费新教师项目(No.2021-JYB-XJSJJ040)

Recognition of pain diseases in traditional Chinese medicine diagnosis and treatment of pain with the thought of supporting yang

LIU Li-an¹, MENG Yue¹, HE Yin-jia¹, FU Hao-nan¹, LI Hai-xia², CHEN Bing-jie¹,
ZHOU Li-qun¹, SUN Yong-zhang³

(¹Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China; ²Guang'anmen Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100053, China; ³China Association of Chinese Medicine, Beijing 100029, China)

Abstract: The human body wears away for a long time in improper habits of production and life. The accumulation of abrasion can break the steady state of the body, and the imbalance of the steady state will lead to diseases. Pain is an inevitable symptom accompanied with diseases, and is also the ‘intelligent’ feedback performance of body wear accumulation and steady-state imbalance. From the perspective of the unity of heaven and man, the original meaning of ‘pain’ and ‘pain’ is studied, and it is known that pain is closely related to winter and cold, which is consistent with the theory of *Huangdi Neijing*. Further excavation and retrospective study of ancient Chinese medicine literature shows that yang qi plays a decisive role in maintaining human life. At the same time, ancient and modern doctors have accumulated and sorted out clear ‘supporting yang’ thought. This study integrated the characteristics and mechanism of the current social people’s erosive life, work status and pain diseases, combined the ‘thought of supporting yang’ with the diagnosis and treatment of pain, and initially proposed ‘Fuyang pain science’ to expand the treatment ideas of pain diseases. At the same time, it called for and advocated a healthy lifestyle to help ‘healthy China’.

Key words: Pain disease; Preventive treatment; Supporting yang; Theoretical deconstruction; Yang qi; Pain science

Funding: Educational Science Research Project of Beijing University of Chinese Medicine (No.XJY21049), New Teacher Project of Basic Science Research Fund of Beijing University of Chinese Medicine (No.2021-JYB-XJSJJ040)

疼痛是人的病理性反映, 也是机体的保护性反应。机体通过这种反应提醒与倒逼其背后的精神主体进行主观能动地休养生息, 改正自身不当工作、生活习惯, 以复建身心的“生态平衡”。当下社会, 人们的工作压力增大, 生活节奏加快, 挤占了休息时间, 影响了睡眠质量及时长, 使人体处于过度消耗状

态。这种状态恰与《素问·上古天真论》所言“食饮有节, 起居有常, 不妄作劳”相悖, 过张而废弛, 极大地损耗人体阳气。

阳气与扶阳思想之溯源解构

《素问·宝命全形论》言: “人生有形, 不离阴阳”, 有关人体阳气的作用《黄帝内经》中也作了深

通信作者: 孙永章, 北京市朝阳区樱花东街甲4号中华中医药学会, 邮编: 100029, E-mail: SYZ516@126.com

周立群, 北京市朝阳区北三环东路11号北京中医药大学, 邮编: 100029, E-mail: zhoulunqun6080@126.com

入的阐述,李经纬、邓铁涛主编《中医大辞典》^{[1]421}释《素问·生气通天论》,认为其中“生气”乃人体的生命活动,生生之气,乃是阳气,“天”指代自然界。该篇旨在探索人体生命活动基础与自然界变化紧密相连,更着重强调了自然界之阳气对于人体具生死攸关的影响,《素问·生气通天论》载:“阳气者,若天与日,失其所,则折寿而不彰。故天运当以日光明”。进一步从大环境角度思考,人类生活在太阳系中的地球上,能接受到的最原始的加热方式应是太阳之照射。现在人类生产力发展状况及科技水平下,可利用的能源主流归根结底都来源于太阳,譬如植物可通过光合作用吸收太阳之能量,然后储存起来,最终归向多种用途。植物草木可以直接成为燃材,通过燃烧为人类提供能量;也可以成为化石,进一步化为煤炭、石油、天然气为人类开采使用;还可以为人类直接摄入,提供人类生理活动所需之能量;还可以先为动物摄入,再通过食物链将此能量传至食物链顶端的人类,也是间接之能量摄入。当然地球之本身也可以吸收部分太阳能,人类对于地球放射性物质的利用,与此途径有一定联系。而现在的太阳能电池板等技术对于太阳能的利用更加直接。总而言之,现在人类生存所需用的能量大部分都来自于太阳。今言之能量基本可以归结在中医理论中的阳气上,这可合于现代很多学者^[2-3]提出的医学物质、能量、信息体系。但是客观而言,鉴于古今思维及生活方式的差异,不可将阳气与能量二者之内涵、外延完全划等号。回归中医语言,如果没有太阳,也就失去了自然界中的阳气之所,地球上的所有生命即归于沉寂,也就毫无生气可言。以上即言自然界阳气对我们生命活动有决定性作用。

现存中医经典体系中“阳”之重要性可追溯至源头,即岐黄中的黄帝。《说文解字》^{[4]293}载“黄”字从古文“光”,且“黄”“光”古音相同。《释名疏证》^{[5]31}载:

“黄,晃也”,晃从字形言,即指日光。有学者研究^{[6]44,71}黄帝即太阳神,有四面,向四下散射光芒。在天文学中,太阳的运行平面又称“黄道”。古代医家已经充分认识到这一点,《素问·生气通天论》言:“阳气者,若天与日,天运当以日光明”。张介宾《景岳全书》谓:“天之大宝,只此一丸红日。人之大宝,只此一息真阳”。其中蕴含典型的重阳思想。“重阳气”思想于应用方面,古人发明的灸疗是最典型的例证。细思之,灸疗也是人体吸收能量的一种途径,通过植物燃烧释放热量,这些热量通过穴道直接作用于人体,为人体接收,当然这种热量归根结底也是源于

太阳。人体特定之部位吸收能量,调节人体的生理代谢,以达到防病、治病的目的。宋代灸家窦材在《扁鹊心书》中更是直接提出了:“保命之法,灼艾第一,丹药第二,附子第三”。对于其中发端于道家的丹药,窦材认为其旨在“道家以消尽阴翳,炼就纯阳”,可知灼艾、丹药、附子均着眼于补充、提升机体阳气。当然《扁鹊心书》正文开篇即“须识扶阳”之论,在认识阳气重要性和重视机体阳气上已经作了点破和自明。《素问·阴阳应象大论》载:“水火者,阴阳之征兆也”。可知阳气与命火之通应。至后世,清代医家刘沅提出:“火乃人神生化之源,无火,则不能运化”。后郑钦安师从刘沅,继承刘沅之说,提出“有阳则生,无阳则死……故曰人活一口气,气即阳也,火也,人非此火不生”。清末卢铸之又依止郑钦安,认为“人身立命在于以火立极,治病立法在于以火消阴”。直接对扶阳之义进行了明确论述。从兹至今,扶阳之义薪传,云南医家吴佩衡、川渝医家补晓岚、上海医家祝味菊、山西老中医李可均是体宗“扶阳”思想的医者。

综上所述,地球万物之生长本于太阳,太阳对于地所之阳气煦养是生气发源的必要条件。对于人体而言,同样是“人活一口气”,这口气即是作为人身大宝的“一息真阳”,保命养生与治病立法则均需重视顾护阳气,以火消阴。

疼痛本义考及其相关病症病机考异

《说文解字》^{[5]151}中载“痛”为:“病也”。《康熙字典》^{[8]728}则载:“又《增韵》楚也。疼也”。表明痛与疾病密切相关,同时其义可以与“疼”字互训。再看“疼”字,《唐韵》《集韵》^{[8]726}载其为:“徒冬切……疼痛也”。《字源》^{[9]671}解释其为:“会意字,从广,其古文字形体像病床,表示和病痛有关;从冬,冬天严寒难熬,表示疼也难以忍受。本义是痛”。说明了疼痛和冬天的严寒光景密切相关。《素问·四气调神大论》载:“冬三月,此为闭藏。水冰地坼,勿扰乎阳,早卧晚起,必待日光”,说明了人体应对冬日太阳照射相对不足出现的“水冰地坼”环境寒冷变化,也需顾护阳气。冬日寒气的产生增长,其源于太阳照射时长与强度的减少,即应于阳气之衰少。

回归中医理论中人体生理、病理角度,《中医诊断学》^{[10]19}总结,人体疼痛产生的病机集中在“不通则痛”与“不荣则痛”两个方面。关于“不通则痛”可以与上述《素问·四气调神大论》所述自然景象进行“天人合一”的比类,在自然界,冬天出现水结冰的现象,换一个说法,也就是水的流动性、通畅性变

差,何以使然,无非是自然界中寒气增强的结果。在人体应也是一样,人体气血运行通道(即经络)不通与寒气密切相关,也就把“不通则痛”之论与寒气建立起了联系。这在《黄帝内经》之中可以找到明显的佐证,《黄帝内经》一书专论疼痛者共见两篇:《素问·举痛论》和《灵枢·论痛》。《素问·举痛论》详细论述了寒气是引发人体疼痛的首要因素,五脏、经络之疼痛均与寒气所客密切相关,并举不同性质、部位之疼痛13例以阐明其与寒气之关系,具体可见表1。

表1 《素问·举痛论》记载疼痛类型与寒气所客对应关系统计

疼痛类型	寒气所客
痛或卒然而止者	寒气客于脉外
痛甚不休者	重中于寒
痛甚不可按者	寒气客于经脉之中,与灵气相薄
按之而痛止者	寒气客于肠胃之间,膜原之下,血不得散
按之无益者	寒气客于挟脊之脉
喘动应手者	寒气客于冲脉
心与背相引而痛者	寒气客于背俞之脉
胁肋与少腹相引而痛者	寒气客于厥阴之脉
腹痛引阴股者	寒气客于阴股,上及少腹
痛宿昔而成积者	寒气客于小肠膜原之间,络血之中
卒然痛死不知人,有少间复生者	寒气客于五脏,厥逆上泄,阴气竭,阳气未入
痛而呕者	寒气客于肠胃,厥逆上出
腹痛而后泄者	寒气客于小肠

《灵枢·论痛》则作了进一步总结,认为“多寒者,难已”。认为痛症如果寒气盛多,则难以痊愈;相对于寒而言,该篇还提出“黑色而美骨者”耐火炳与针石之痛。从体质角度而言,皮肤偏于黑色的人其机体寒气相对少,例如长期生活在赤道热带地区的黑色人种,其所处大环境多受太阳直射而少寒,人与环境相适应并统一,则其机体寒气较少;进一步言,白种人则可能发源于寒带,对此已经有学者作了初步研究^[1],而黄种人多生活在温带,这一点从世界人种分布客观情况看,当今仍是如此,人种与环境的思考也是合于中医“天人合一”思想的。具体至现代中医临床常见的骨关节、颈肩腰腿等外经肢体疼痛性疾病而论,在中医古籍之中多归属于“痹证”范畴^{[12]481,[13]211}。《素问·痹论》载:“风寒湿三气杂至,合而为痹也……寒气胜者为痛痹”,也直接阐明外经肢体疼痛类病症病机的主要矛盾在寒,次要矛盾在风与湿。进一步思考寒气,寒有凝滞、收引的特点,从物理学角度而言,在寒冷的环境中分子运动变慢,

物质的流动性变差,在人体即出现新陈代谢欠通畅。具体到人体无形和有形的气、血、津液,也会出现运输不畅,则可见气滞,并见瘀血、痰饮等病理产物,进一步加剧人体生理运转之不通,不通则痛。综上所述,可知疼痛类疾病“不通则痛”基本病机中蕴含的主要矛盾即是寒气。并伴见寒气而出的气滞、血瘀、痰饮等,共致不通。

不通之外尚有不荣,从中医基础理论而言,人体得气血以荣,故知不荣与气血的相对不足相关联。《素问·举痛论》又从另一个角度作了描述:“经脉流行不止,环周不休,寒气入经而稽迟。泣而不行,客于脉外,则血少”。由此可知人体局部血之衰少,与寒气也息息相关。从现代医学视角分析,物体符合热胀冷缩的规律,人体组织亦然。当人体受到寒气侵袭,局部组织出现收引、紧缩现象,组织收缩后内部密度、压力增加,使血液供应阻力加大,故可出现局部血液滋养相对不足的现象。阴主静,阳主动,兼气有推动作用。阳气不足,助推新陈代谢无力,则机体之血生化不足,推动血行之力也不足,这也是不荣之因。总之,疼痛类疾病无论不通还是不荣均基于人体经络、脏腑气血之运行状态,且与寒气(阳气衰少)密切相关。

疼痛与阳气的粘合和“扶阳疼痛学”的提出

探究疼痛类病症和阳气可知,人体之疼痛与寒气的密切相关性提示这类病症多有阴寒性质,其治当以扶助阳气,以阳消阴。即《素问·举痛论》所言“得灵则痛立止……热气至则痛上矣”。其理在于人体阳气得复,提升机体的能量状态,微观上使机体的分子运动加速,宏观上则增强对机体新陈代谢的推动力量。同时新陈代谢的加强,使得机体对于病理产物的代谢、消解力量增强,也助力于机体不通处得以通畅。就不荣则痛而言,重在涵养气血。《素问·调经论》载:“人之所有者,血与气耳”。在中医基础理论中,气为血之帅,血为气之母,相对言之,则气属阳,血属阴,具有互根互用的关系。补血必当补气已经是临床上医家用药之共识^{[14]538}。清代刘沅在其《医理大概约说》中更是明确了扶阳补气在涵养气血中的关键作用,其言:“补血必补气,气行则血行,无补血法也……阳气即元气,阴阳二气,统一于原阳”。从另一个角度而言,对于局部因蒙受寒气所导致之的组织内供血不足的疼痛类疾病,可参考《灵枢·经筋》所言“支转筋急”。《灵枢·经筋》载:“经筋之病,寒则筋急”。言经筋常见病症之“筋急”以寒邪为主要致病原因,其治也当以火热性质之手段,即

《灵枢·经筋》记载的“治在燔针劫刺,以痛为腧,以知为数”,籍阳热之力使挛缩的软组织得以舒张,改善血供代谢。故在治疗痛方面,无论不通或不荣,或二者并见,均需顾护、扶助机体阳气,据此本文初步提出“扶阳疼痛学”。在治疗疼痛类病症时,施针砭、用灸炳、遣方用药均需以扶阳思想贯之。当然也有例外,对于火热性的痈肿之病,可见红肿热痛,仍以扶阳思想临证是否妥当。刘沅又有论述:“人身以元气为主,气足则邪火自息,故古人谓火气元气,不两立也”。《黄帝内经》之中也有“火郁发之”的治法,《素问·阴阳应象大论》还记载了“其在皮者,汗而发之”“其实者,散而泻之”的治法。由上可知热性痈肿疼痛的治疗与“扶阳”不悖,当然这也并非断言“扶阳”之法在疼痛类疾病治疗中“放之四海皆准”,本文提出“扶阳疼痛学”旨在引起医学界在诊治疼痛类疾病时结合思索当下人们的生存状态与习惯,重视扶助阳气,更需因势利导,灵活结合清、消等法。

在临床上,笔者临床观察针刺联合灸贴治疗神经根型颈椎病疗效,研究重点在缓解项痹病的疼痛症状,观察组和对照组在疼痛症状改善和生活质量提升上均表现出显著性差异^[15]。在研究中,灸取膏肓一穴,《灵枢·九针十二原》有一段与膏肓相关的记载:“膏之原出于鸠尾,鸠尾一。肓之原出于腠映,腠映一”。鸠尾和腠映(即气海穴),均位于前正中线的任脉经上,鸠尾定位与膈保持同一平面,气海定位位于肚脐附近,膈与脐所在的平面为人体上、中、下三焦之分野。故刺激膏肓穴或能通过鸠尾、腠映的桥梁作用间接调节三焦之气机升降。有研究^[16]认为灸膏肓俞则三焦交通动力充足,更能加强上中下三焦之间互根互用,下焦之气得以向上温煦滋养中上二焦,中上二焦之气也能够下达下焦。这对人体整体阳气状态的提升有重大意义。此外,有学者^[17]研究针灸医家王乐亭之“老十针”在调理脾胃之外尚有改善机体代谢,助益阳气的作用。鉴于此,笔者在临床上治疗肩周炎等疼痛类疾病,常在针刺局部组织进行松解的基础上,配合“老十针”刺法,在改善患者疼痛症状方面,尤其是缓解夜间疼痛上,较仅在疼痛局部施针者,收效益佳;笔者在治疗骨关节及颈肩腰腿痛等筋伤类痛症时,常结合“动则生阳”的易筋经导引功法指导,令患者发挥适当训练以涵养阳气的主观能动性,养成良好的运动习惯,收效亦佳。有学者^[18]研究着眼于阳气,以阳气疏导理论治疗筋痹,取得了良好临床疗效。当代扶阳医家王献民重用附子以助阳抑痹,在缓解强直

性脊柱炎等疾病的顽痛方面取也得了较好的临床疗效^[19]。

任何失衡病理状态的出现绝非“一时之功”,而是在人们长期不当生活、工作习惯下,六淫、七情等内外因素共同作用,机体损伤日积月累,到达临界点,再遇诱因而发。疼痛是这一失衡状态的典型表现,疼痛表象的背后是人体气血的损伤和消耗。在当下社会,常见者即人体阳气之损耗,这也是“气血耗伤”的时代性特点,其与疼痛类病症“不通”和“不荣”的核心病机紧密相连,故在治疗疼痛类疾病时抓住其背后的“阳消”本质是必要的。当然我们也要认识到,临床上解决患者的疼痛症状,仅是提高患者生活质量、解燃眉之急的治标之法,治疗的根本在于合“健康中国”战略之呼吁,预防为主,倡导健康生活方式^[20],扶助、涵养阳气,以“治未病”。

参 考 文 献

- [1] 李经纬,邓铁涛,等.中医大辞典.2版.北京:人民卫生出版社,2005
- [2] 杨泽民.脾虚证物质能量代谢基因差异表达及其生物信息分析.广州:广州中医药大学,2012
- [3] 张柳青.中医天人合一的超巨系统理论科学建构.光明中医,2009,24(12):2360-2364
- [4] 汉·许慎.说文解字.北京:中华书局,2015
- [5] 清·毕沅.释名疏证.北京:中华书局,1985
- [6] 何新.诸神的起源.北京:北京工业大学出版社,2007
- [6] 杜贵晨.黄帝形象对中国“大一统”历史的贡献.文史哲,2019(3):139-164,168
- [8] 张玉书,陈廷敬,等.康熙字典.上海:汉语大词典出版社,2002
- [9] 李学勤.字源.天津:天津古籍出版社,2012
- [10] 朱文锋.中医诊断学.北京:中国中医药出版社,2002
- [11] 马仁忠.地理环境对种族、民族特征的影响.宿州教育学院学报,2002(4):126-127
- [12] 周仲瑛.中医内科学.北京:中国中医药出版社,2003
- [13] 路志正,焦树德,闫孝诚,等.痹病论治学.北京:人民卫生出版社,1989
- [14] 高学敏.中药学.北京:中国中医药出版社,2002
- [15] 刘立安,张姝,汤立新,等.针刺加灸贴治疗神经根型颈椎病疗效观察.中国针灸,2016,36(2):139-143
- [16] 焦乃军.膏肓俞医治“百病”理论探析.中国中医基础医学杂志,2010,16(3):239
- [17] 孙敬青,张涛.王乐亭针灸治疗体系中的脾胃思想.北京中医药,2017,36(1):41-42
- [18] 黄佩怡,梁靖蓉,刘清国,等.基于《内经》阳气疏导理论探讨经筋痹治疗.北京中医药,2020,39(9):969-971
- [19] 王献民,张宇轩.扶阳显义录.北京:科学普及出版社,2019
- [20] 中共中央宣传部理论局.新时代面对面.北京:人民出版社,2018

(收稿日期:2020年11月19日)