

# 论 肺 气 宣 发 与 肃 降

辽宁中医学院中医基础教研室 刘树新



肺居胸中，为五脏六腑之华盖，上连气道，开窍于鼻，而主一身之气。《素问·五脏生成篇》说：“诸气者，皆属于肺”。人体之气是不断运动的，其运动形式不外升降出入，人体脏腑经络，气血阴阳都以升降出入为其活动形式。《素问·六微旨大论》说：“升降出入无器不有”，“非出入，则无以生长壮老已；非升降，则无以生长化收藏”。气机升降出入是人体物质代谢与能量代谢的基本形式，是生命活动所必需的。

“出入废则神机化灭，升降息则气立孤危”（《素问·六微旨大论》）

气机升降出入，是各个脏腑的综合作用，但肺之宣降对整体气机的升降出入至关重要，而且肺之宣降又是对立统一的。掌握宣发与肃降的对立统一关系对理解机体气机的升降出入及指导临床疾病的诊治有其重要意义。本文从生理、病理、治疗几方面，对肺气的宣发与肃降之对立统一关系作以概括论述。

宣发，即宣布，发散之意。有向上向外布散的作用。肃降，是清肃下降之意。有向下向内的作用。上与下；外与内是对立的，肺气的宣降功能不仅是对立的，而且还是统一的，是相反相成的。没有正常的宣发，就不能很好地肃降；没有正常的肃降，就不能很好地宣发。宣降息，则呼吸停止，生命随之告终。

## 一、肺气有宣有降才能吸清呼浊

肺主气司呼吸，是靠肺气的宣降作用完成的，通过宣发作用，向上通畅气道，向外通畅汗孔，将体内产生的浊气排出体外。通过肃降作用，自然界中的清气才能吸入于肺，下纳于肾。肺气有宣有降，才能吐故纳新，维持体内清浊之气的代谢，呼吸才能调匀。若肺气虚衰，宣降无力，则宗气不

足。“宗气积于胸中，出于喉咙，以贯心脉，而行呼吸焉”。（《灵枢·邪客篇》）

“宗气者，动气也，凡呼吸语言，声音，以及肌体运动，筋骨强者，宗气之功用也。虚则短促少气，实则喘喝胀满。”（《读医随笔》），《灵枢·刺节真邪篇》又说：

“宗气不下，脉中之血凝而留止。”可见宗气不足不仅呼吸功能减弱，而且还会出现血液循环障碍的病理变化。若进一步发展，肺气衰竭，失其宣降，清气不入，浊气不出，则呼吸停止，血行心跳也随之而停止，生命也就完结了。肺外合皮毛，开窍于鼻，外邪无论从皮毛还是口鼻侵入机体，均易首先犯肺而致肺气郁闭，宣降失司，发为胸闷、喘咳等症。

## 二、肺气有宣有降才能布精微排废物

水谷精微由脾上输于肺，通过肺气的宣发向外布于皮毛，向上布于清窍。《灵枢·决气篇》说：“上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉，是谓气。”上焦开发即指肺的宣发作用。肺气又通过肃降作用，将气血津液灌注于五脏六腑。肺气有宣有降，人体表里上下各个组织器官才能得到气血津液的滋润、营养，从而发挥其功能活动，以维持生命活动。

肺与大肠相表里，肺气的肃降有助于大肠气机的通畅，糟粕的排泄。故肺气有宣有降，则精微得布，废物得出，从而维持人体新陈代谢的正常进行。若肺气虚衰，宣降无力，则将影响精微的输布及废物的排泄。清空失养可见眩晕、健忘官窍功能减退；皮毛失养，则可见皮毛憔悴，卫外不固等症；脏腑失养则功能衰退。肺气不降，腑气不通，可致二便排泄障碍。

## 三、肺气有宣有降水液才能正常输布与排泄

肺在水液代谢方面的作用，主要是肺气的宣降作用，表现为以下两方面。一是水液的输布：清中之清通过肺的宣降作用，向雾露一样弥漫于全身。向上滋润官窍，补益脑髓；向外润泽皮毛；向内濡养脏腑。二是代谢后水液的排泄：部分清中之浊由汗孔排出而为汗，《灵枢·决气篇》说：“腠理开泄，汗出溱溱是谓津。”清中之浊的大部分，通过肺的肃降作用，通调水道，下输于肾。经肾的气化作用，将其浊中之清上输于肺，布于全身。浊中之浊形成尿下输膀胱，排出体外。故小便通利与否同肺气密切相关，因而有“肺为水之上源”，“肺主行水”之说。《素问·经脉别论》说：“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。”由此可见肺的宣降对人体水液代谢有着重要作用。若外邪袭肺，宣肃失司，则可影响水液的输布与排泄，出现无汗、尿少形成水肿、痰饮等证。

#### 四、肺失宣降的治疗

肺气宣发与肃降的对立统一关系，不仅表现在生理方面，病理上也是如此，通称为“肺失宣降”。一般来说，外邪犯肺，多以肺气不宣为主，肺气不降为辅。内伤则常以肺失肃降为主，肺气不宣为辅。故在治疗上也各有侧重。如外邪犯肺，肺气不宣，则治宜祛邪宣肺。诸如：解表宣肺、化痰宣肺、清热宣肺、散寒宣肺、润燥宣肺法等。因肺为娇脏，不耐药物气味之偏，宜轻宣。所谓

肺“上焦如羽，非轻不举”。但若肺气上逆为患，则当降气平喘，方剂如“苏子降气汤”之类，用药宜苦降酸收，质重的沉降之品。由于肺气的宣降作用是对立统一的，因此宣肺有助于降肺气，降肺气也有助于肺气的宣发。如风邪袭表犯肺而形成的“风水”之证。治疗则用祛风宣肺之法，肺气得宣，自然有助于肃降、从而收到利尿消肿之功效。

#### 结 语

综上所述肺气的宣发与肃降虽然是对立的，但又是肺功能活动不可分割的两个方面。在生理上肺气有宣有降，才能吸清呼浊，维持正常调和的呼吸；肺气有宣有降，才能朝百脉，行气血，布精微，排废物；肺气有宣降，水道通畅，才能维持正常的水液代谢。总之肺气有宣有降，气机调畅，升降出入有序，脏腑组织器官才能协调共济，使人体成为一个有机整体。《素问·灵兰秘典论》说：“肺者，相傅之官，治节出焉。”古代医家把肺比作封建社会的“相”，有辅助君主，治理国家的作用。从上述内容不难看出，肺主治节是靠肺气的宣降作用完成的。在病理方面：肺气不宣可导致肺气不降，肺气不降，也会导致肺气不宣故临床上通称为“肺失宣降”。在治疗上：宣肺不仅可解表发汗，平喘止咳，又可收到利尿、通便的功效。肃肺降逆也有助于肺气的宣发。因此肺气的宣降作用是对立统一的，掌握这一对立统一关系，对认识人体的统一性完整性，对辨证施治具有重要意义。

### 方 剂 趣 味 歌 诀 选 录

中医研究院 刘寿永

#### 越 婢 汤

〔汤头〕越婢有三十吗？

注 越婢有三石麻。三：在本人所编汤头中为常用药对草、姜、枣。

〔组成〕炙甘草 生姜 大枣 石膏 麻黄 奔豚汤

〔汤头〕秦琼将要奔豚，甘当半个里根。

注 芩芎姜药奔豚，甘当半夏李根。

〔组成〕黄芩 川芎 生姜 芍药 甘草 当归 半夏 生葛 李根白皮

#### 四 兽 饮

〔汤头〕四兽五梅三国六君。

注 四兽乌梅三果六君。三：草姜枣；六君：六君子汤。

〔组成〕乌梅 炙甘草 生姜 大枣 草果 人参 白术 茯苓 陈皮 半夏 银翘散

〔汤头〕银翘河牛吃草根梗叶穗。

注 银翘荷牛豉草根梗叶穗。

〔组成〕金银花 连翘 薄荷 牛蒡子 淡豆豉 生甘草 芦根 苦桔梗 淡竹叶 荆芥穗