

【理论探讨】

何晓晖对“胃喜为补”理论的临床发挥*

花 梁¹ 何晓晖^{2△}

(1.海南省妇幼保健院,海口 571199; 2.江西中医药大学,南昌 330006)

摘要:“胃喜为补”是叶天士对《黄帝内经》(以下简称《内经》)食疗思想的继承和发挥。何晓晖教授对“胃喜为补”理论具有深入的研究和独到见解,提出“胃喜”“胃厌”“口喜”等概念,指出“胃喜为补”的3个要点,并结合“胃质学说”理论从体质胃质因素、地域环境因素、饮食嗜好因素、疾病病理因素等方面解释“胃喜”产生的机理,将“胃喜为补”理论结合衡法灵活应用于临床实践,指导脾胃疾病的诊断、治疗、康复和预防,效果斐然。

关键词:胃喜为补;名医经验;何晓晖

中图分类号:R247.1 文献标识码:A 文章编号:1006-3250(2019)03-0308-03

何晓晖教授从事临床工作40余年,擅长治疗各种疑难性疾病,尤其对消化系统疾病治疗经验丰富。他善于中医理论的探索和总结,首创“胃质学说”“脾胃病治疗衡法”“脾胃学说”等,颇具学术影响。根据“胃质学说”“脾胃病治疗衡法”理论,对叶天士“胃喜为补”理论进行创新和发展,并灵活应用于临床实践,指导脾胃疾病的诊断、治疗、康复和预防,效果斐然。笔者有幸师从何晓晖教授临床侍诊两年,此文试将其对“胃喜为补”理论的传承、发挥和应用等加以总结,以飨同道。

1 胃质学说

1.1 胃质的概念

何晓晖在脾胃病临床工作中发现,不同人胃的特质亦存在差异性,这种差异性深刻影响着胃病的发生、发展、转归和预后。基于《内经》理论,《灵枢·本脏》中“肉坚大者,胃厚;肉𦐇么者,胃薄;肉𦐇小而么者,胃不坚;肉𦐇不称身者,胃下”等有关胃质差异的论述,首先提出“胃质”概念,创立“胃质学说”,认为“胃质是指胃的形态和功能相对稳定的特质”,并提出“胃质可分”“胃质可辨”“胃质可调”的学术观点^[1]。

1.2 胃质的调护

中医体质学说认为,体质的稳定性是相对的,后天的各种因素如环境、营养、精神等使体质具有动态可变性。胃质的形成一样是先天和后天因素长期共同作用的结果,既动态可变又相对稳定。胃质可分为胃正常质、胃气虚质、胃阳虚质、胃阴虚质、胃气郁质、胃蕴热质、胃湿热质、胃瘀血质等。机体在亚健康状

态下,疾病尚未发生但胃质已发生偏颇,此时可通过“胃喜”饮食纠正胃质的偏颇,从而预防胃病的发生。若胃病已然发生,此时依据“胃喜”饮食顾护胃气,有助于胃病的治疗与预后。胃质的调护、胃喜为补的理念,贯穿脾胃病的预防、治疗及康复全过程。

2 “胃喜为补”的含义

“胃喜为补”是清代医学大家叶天士提出的观点,他在《临证指南医案·虚劳》中写道“少年形色衰夺,见症已属劳怯,生旺之气已少,药难奏功,求医无益,食物自适者,即胃喜为补,扶持后天,冀其久延而已。”^[2]“胃喜为补”的论点是对《内经》“五味入胃,各归所喜”理论的继承和发展。“胃喜为补”有重要的临床指导意义,尤其是能指导脾胃病的预防、诊断、治疗和康复。

“胃喜”即“饮食自适”,适合自身口味,进食后觉胃中舒适、人身舒坦;反之则叫做“胃厌”。“胃喜为补”是指机体在生理或病理状态下,为适合自身口味、顺应脾胃喜好而选择适宜的食物,从而对人体产生补益的作用。“胃喜为补”包括三个要点,一是口味上适宜,二是食入后胃部乃至全身舒适,三是有节有度,有利于健康。

“胃喜”不等于“口喜”。“口喜”仅是适合自身口味,但进食后胃中不适,多食则损伤身体。《内经》说:“生病起于过用。”过度迷恋于美食、节制无度、暴饮暴食,贪一时口腹之欲,实则劳损脾胃,损害身体,如古人所言“若贪爽口而忘避忌,则疾病潜生。”^[3]

3 “胃喜”产生的机理

3.1 体质胃质因素

不同的体质,机体的阴阳盛衰、脏腑强弱、气血盈亏等存在差异,机体缺乏的某种物质各有不同,所喜之物和所厌之物自然也不一样。何晓晖首创“胃质学说”,认为每个人的胃质不同,有胃寒、胃热、胃虚、胃实之差异,不同的胃质所喜及所厌亦有差异^[4]。如常说牛奶可以养胃,但在临床上有不少病人一喝牛奶就烧心反酸。大多数胃病患者吃了红薯后胃胀痛等症

*基金项目:国家中医药管理局全国名老中医药专家传承工作室建设项目(何晓晖传承工作室,国中医药人教发【2014】20号)

作者简介:花 梁(1994-),男,江西抚州人,住院医师,医学硕士,从事脾胃病防治与中医基础理论研究。

△通讯作者:何晓晖(1952-),男,教授,主任医师,从事脾胃病防治及汪江医学、中医基础理论研究,Tel:15970692199,E-mail:renqiao666@qq.com。

状加重,但临床上也有个别病人吃了红薯后胀痛反而缓解。大部分的人多吃辣椒会出现便秘或排便后肛门灼痛,但也有人一吃辣椒则大便通畅。

3.2 地域环境因素

东南西北中区域不同,气候不同,生活习惯不同,人的饮食嗜好也不同。“南甜北咸,东辣西酸”,便是人体生活于不同地域中产生的相应性生理变化。北方之人,为了御寒而喜吃姜、蒜且多食盐,便形成了“口重”的习惯。西南之人,气候潮湿,辣椒、花椒辛温祛湿,故形成了喜好麻辣的饮食习俗。

3.3 饮食嗜好因素

有些人在平素生活中养成了特殊的饮食习惯,“胃喜”成为平日嗜好之物。有的人嗜好烟酒,有的人嗜好浓茶咖啡,有的人嗜好肥腻,有的人嗜好甘甜,有的人嗜好辛辣,有的人嗜好酸咸,有的人嗜好烧烤等,还有一些人有特殊的偏嗜,如嗜食槟榔、杨梅、胡柚皮、巧克力等。长期偏嗜某物易形成不良的饮食习惯,必然导致机体阴阳失衡,导致疾病发生。正如《素问·至真要大论》所说“气增而久,夭之由也。”这类“胃喜”实为“口喜”,口里舒服,胃却受累,伤害身体,成为了重要的致病因素。

3.4 疾病病理因素

有些疾病可能会导致患者出现对某些食物的偏爱,如在临床常看到有些血脂高的患者特别嗜食肥肉,糖尿病患者食欲旺盛且爱吃甜食,肠道寄生虫患儿嗜食异物如泥土、生米、草纸等。李用粹《证治汇补》引《类案》指出“好食茶叶、生米、草纸、怪异等……悉属虫症。”这种“胃喜”也可认为是一种“口喜”,是疾病病理变化的一种反映,也是一种疾病信号,应引起医生的重视。妇人妊娠期间,偏嗜酸辣等食物,一般不属病态。

4 “胃喜为补”的临床应用

4.1 指导疾病诊断

饮食和口味是人体脾胃生理功能和全身功能状态的反映。临床上通过问诊了解病人饮食和“胃喜”情况,能帮助确定某些病证的病位和病性。《景岳全书》说“素喜冷者,内必有热;素喜热者,内必有寒。”^[5]“阳明胃经热炽,大热大汗,必有口渴喜冷饮;胃热阴伤也常常出现口干且喜凉饮,脾胃阳虚者喜热食则胃中舒适。《难经·六十一难》指出“问其所欲五味,以知其病所起所在也。”^[6]”如脾胃虚弱者常喜性温味甘之品,肝胃阴亏者常喜酸味,脾虚湿困者常喜辛味。

“胃厌”是与“胃喜”相反的一种临床表现,如食滞胃脘,腐熟失职所致之厌食;肝胆湿热、脾失健运所致之厌油;湿阻中焦、脾胃湿困所致之恶甜食;妇女妊娠、胎气上逆所致厌食呕恶,这些既是疾病发生的信号,又是对机体的自我保护。此时不能偏信网络或者电视宣传某一食物有益而强制病人进“胃

厌”食物,否则利少弊多。

在临床辨证论治中,何晓晖十分关注服药后的胃喜、胃厌反应,将其视为药效的重要反馈信息。作为判断用药是否妥当和调整药物的重要依据,如用药对证者,病人则自觉胃中舒适,则常常病症减轻,治疗效果较好。反之,服药后胃中不适,甚至恶心欲吐、厌恶抵触,提示可能用药不对证,需调整药物和治法。

4.2 指导疾病治疗

古人云“药不在贵,对症则灵;食不在补,适口为珍。”临床通过分辨胃质,推荐纠正胃质偏颇食物,进而了解这些食物中的“胃喜”之物,利用食物四气五味之偏以调整脏腑之偏。如胃气虚质患者,可选用具有补脾健胃益气作用的食物,如山药、扁豆、粳米、牛肉、黄鱼等;胃阳虚质患者,可选用具有温中补阳的食物,如羊肉、猪肚、鸡肉、韭菜、核桃等;胃阴虚质患者,可选用清补胃阴的食物,如鸭肉、银耳、梨、绿豆、甘蔗等;胃气郁质患者,可选用具有理气健脾作用的食物,如大麦、萝卜、豆豉、丝瓜、柑橘等;胃湿热质患者,可选用清利化湿的食物,如薏苡仁、小米、赤小豆、鲫鱼、苦瓜等;胃蕴热质患者,可选用清热生津作用的食物,如豆腐、绿豆、苦瓜、西瓜、鸭肉等;胃瘀血质患者,可选用具有活血化瘀作用的食物,如木瓜、山楂、香菇、黄酒、葡萄酒等。如张锡纯所言“凡病人酷嗜之物,不可力为禁止,尝见患痢者,有恣饮凉水而愈者,有饱食西瓜而愈者。总之,人之资禀不齐,病之变态多端,尤在临证时,精心与之消息耳。”^[7]

何晓晖常说“胃肠为囊,无物不受。”饮食不节最易损伤脾胃引发疾病,也是导致胃肠病反复发作、迁延难愈最重要的原因。临床治疗胃肠病除药物治疗外,更重要的是饮食调理。首先要求病人纠正不良饮食习惯,节制饮食偏嗜;二是指导患者饮食疗法,根据病证的寒热虚实,施以寒热温凉食物辅助治疗;三是告知患者饮食禁忌,要遵循“胃喜胃厌”规律,除生、硬、冷、烫和滞气食物外,不能一概而论,而是因人而异、因病而异,病人可以通过饮食后的感受来摸索自己适宜和禁忌的食物,如牛奶、豆浆、米粉、辣椒及水果等,“胃喜”的则宜吃,“胃厌”的则不宜吃,但宜吃的也不能过度,要有节制。

4.3 指导康复养生

何晓晖擅长用“衡法”治疗脾胃病,衡法即“平衡”之法,通过平调、平治达到人体阴阳、脏腑、经络、气血、津液、升降、出入的相对动态平衡^[8]。衡法原则不仅能指导用方用药,也可用于指导人们健康养生饮食,从而预防脾胃病的发生。《素问·脏气法时论》曰“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气。”五谷、五果、五畜、五菜,不同的食物有不同的性味,能入不同的脏腑组织而各自发挥补益作用。何晓晖倡导“平衡

饮食”亦为饮食中庸之道,在疾病的康复和养生保健中须遵循“胃喜为补”理论。但凡事过犹不及,如脾胃喜甘,甘入脾,多食甘以补之,甘者令人中满,若服之过量必生痞满,“胃喜”不治变生病源。指导饮食也需因人而异,辨证施膳。病后饮食调养时,要考虑病人的依从性,不能拘泥于标准食谱,要适度照顾到病人的口味和喜恶,不能强求病人进食强烈排斥和反感的食物,更不能一味地给病人吃广告里所谓的“补品”。

5 结语

何晓晖结合自创“胃质学说”及“脾胃病衡法治疗”思想,进一步对“胃喜为补”创新发展,释义“胃喜为补”为机体在生理或病理状态下,为适合自身口味、顺应脾胃喜好而选择适宜的食物,从而对人体产生补益的作用,并从体制胃质因素、地域环境因素、饮食嗜好因素、疾病病理因素等方面解释“胃喜”产生的机理。不同体质,脏腑强弱存在差异,所喜之物不同;区域不同,气候不同,人们饮食嗜好不同;特殊偏嗜、过食某物,劳伤脾胃;疾病诱使进食习

惯改变,疾病信号,谨慎小心。何晓晖将“胃喜为补”理论灵活应用于临床实践,指导脾胃疾病的诊断、治疗、康复和预防。临床上通过问诊了解病人饮食和“胃喜”情况,能帮助确定某些病证的病位和病性;利用食物四气五味之偏以调整脏腑之偏;平衡饮食因人而异,辨证施膳。何晓晖通过“胃喜为补”理论的临床发挥,临床中医辨证难治性疾病,尤其是消化系统疾病效果斐然。

参考文献:

- [1] 何晓晖.脾胃病新探新识新方[M].北京:人民卫生出版社,2012:163.
- [2] 叶天士.临证指南医案[M].北京:人民卫生出版社,2006:25.
- [3] 忽思慧.饮膳正要[M].北京:中国中医药出版社,2009:13.
- [4] 何晓晖.胃质的探讨及其在胃病防治中的应用[J].实用中西医结合临床杂志,2006,6(6):3.
- [5] 张景岳.景岳全书[M].北京:人民卫生出版社,2007:386.
- [6] 王洪图.难经白话解[M].北京:人民卫生出版社,2004:105.
- [7] 张锡纯.医学衷中参西录[M].北京:人民卫生出版社,2006:289.
- [8] 何晓晖.衡法在脾胃病治疗中的应用[J].江西中医药,2011,7(7):42.

收稿日期:2018-08-10

(上接第301页)

熏之”等症。反复的失治误治,甚至可能危及生命。因此,温病的治疗应该禁汗、下和火攻。那应治与何法?用清热法。182条说到“问曰:阳明外证云何?答曰:身热,汗自出,不恶寒,反恶热”。而温病也有“自汗出”,“发热”“不恶寒”,还多了“渴”,“渴”和“出汗”都是伤津液的表现,当然阳明病也有渴,像“阳明四大症”就有提到。因此温病和阳明外证的治疗是一样的。那阳明外证又是什么呢?阳明病有两大类,一种就是“又热又实”,里热严重,实结在里,即“阳明之为病,胃家实是也”,治疗应用下法。而另一种是“但热不实”,只有热,里还没成实,这时候腹征就按不出来,只能看“外证”,即“阳明外证”,里还未成实,不可用下法,应予白虎汤清热。因此仲景在《伤寒论》中就提出温病不同于太阳病的观点,治疗方法上更与和伤寒、中风有所不同,应参阳明外证。

6 创新与不足

胡希恕解读《伤寒》,有创新也有不足,最大的创新是将八纲与六经结合,以八纲统六经,提出《伤寒论》六经八纲理论体系。而第二大创新就是从“津液”和“能量”角度去解释仲景脉学,使研究伤寒不再仅拘泥于症状及脉象,更深入到为何会出现这些症状和脉象,使“脉证”更加浅显易懂。

然亦有不足之处。一、弃《易经》而谈伤寒。受时代影响,仲景在写《伤寒论》的时候,参杂了周易术数部分内容,如第7条“发于阳,七日痊;发于阴,六日愈。以阳数七,阴数六故也。”这种思想受时代限制难免有点牵强附会之言,但对于我们推断疾病的发生发展和预后还是有一定帮助的,比如五运六气学说就是在这种思想指导下发展起来的,至今仍

在治疗疾病中发挥着重要作用。中医许多思想受到时代影响,存在着“不以数推,以象求之”的特点,或许现代科学没法解释,但亦不能完全否定。第二个不足是对《伤寒论》中小青龙汤、小柴胡汤、四逆散等方后的加减法进行否定。胡希恕认为此为王叔和添加,不足为据。但未学认为加减方不论是谁添加,有用就吸收,没用就暂放,辨证地进行批判继承。此外,由于胡希恕对仲景脉学的研究并未留下太多的书面资料,只在段治钧编著《胡希恕讲仲景脉学》^[4]一书的总论、第一章(浮脉)、第二章(沉脉)和一些讲座中偶尔提及,虽然段治钧教授亦有在其基础上进行发挥,但其并未完全从“津液”和“能量”角度去解释仲景脉学,不免可惜,这或许可作为以后我们进行的一个方向。

7 总结

胡希恕解读《伤寒论》的角度新颖,内容创新,其中也存在一些不足和理论的矛盾之处,但其创建的“六经八纲”理论体系确实极大方便了学者理解、运用《伤寒论》,为《伤寒论》的学习者和研究者留下了一笔宝贵的财富,希望后来者能在其基础上不断完善,以更好的指导临床。末学学识有限,不足之处还望雅正。

参考文献:

- [1] 胡希恕讲述.胡希恕金匮要略讲座[M].北京:学苑出版社,2012:5-22.
- [2] 胡希恕讲述.胡希恕伤寒论讲座[M].北京:学苑出版社,2009:411.
- [3] 胡希恕注按.冯世纶解读.经方医学六经八纲读懂《伤寒论》[M].北京:中国中医药出版社,2014:221-222.
- [4] 段治钧编著.胡希恕讲仲景脉学[M].北京:中国中医药出版社,2017:1-66.

收稿日期:2018-07-18