

傅杰英教授针灸调体质治疗慢性腰痛病经验

赖鑫 阎路达

【摘要】 腰为肾之府,慢性腰痛多责之于肾,补肾调体是该病治疗的基础。傅教授认为体质与机体处于健康或疾病的状态密切相关,临床应不拘泥于局部病症,应辨证调体相结合。该文将傅教授以辨病-辨体-辨证的整体观治疗慢性腰痛病经验进行总结,供杏林同道赏析学习。

【关键词】 针灸调体; 慢性腰痛; 傅杰英; 临症经验

【中图分类号】 R249 **【文献标识码】** A doi:10.3969/j.issn.1674-1749.2017.07.022

1 辨体质

辨证论治、辨体识病、治病求本是中医临证精髓,傅教授认为体质与机体处于健康或疾病的状态密切相关。《灵枢·五癯津液别》:“阴阳不和,则使液溢而下流于阴,髓液皆减而下,下过度则虚,故腰背痛而胫酸。”腰为肾之府,各种慢性腰痛中医治之多责之肾虚。傅教授认为补肾调体是治疗慢性腰痛的基础,阴虚体质、阳虚体质、气虚体质是慢性腰痛的易感体质。而这些体质多兼夹痰湿、瘀血等,故体质的复杂性和偏颇程度决定了腰痛类型的多变性、治疗的困难性。具体应用上,应不拘泥于局部病症,要以辨病-辨体-辨证的整体观,从患者的疾病、证候与体质三方面整体治疗^[1]。

1.1 阴虚体质

阴虚体质多基于肺肾阴虚而阴阳水火失调状态,主要是由于体内津液精血等阴液亏少,以阴虚内热为主要特征的体质状态,并对某些疾病具有高度的易感性^[2],多见形体偏瘦、皮肤偏干、偏薄,腰膝酸软^[3]。傅教授认为该群体“肾气热,则腰脊不举”(《素问·痿论》),应“先补其阴,后泻其阳而和之”(《灵枢·终始》)。具体操作上,“肺为水之上源,肾为水之下源”,调整太阴、少阴功能,使营阴充盈,从而濡养

筋脉。“颈百劳、肺俞、膏肓”,予以捻转补法或择之一穴温针灸法滋补肺阴;选取“肾俞”行温针法充养肾阴。配以关元、归来、三阴交三组穴位,滋肾润肺、补脾益元,从而“通调水道”“水精四布”。另外,在泻阳方面,傅教授常用手太阴肺经、手阳明大肠经二经井穴点刺放血,加配肾经荣穴“然谷”针刺捻转泻法,以开通经络,补而不滞。

1.2 阳虚体质

阳虚体质是基于脾肾阳虚而阴阳水火失调的状态,多见畏寒怕冷、腰膝冷痛、尿清便烂、形体偏胖、肤色白^[3]。傅教授认为,“阳化气,阴成形”,阳气在人体内调控水谷精微的气化、转化过程,阳气不足则脾阳健运失司,痰湿瘀滞故而体胖。同时,“阳气者,精则养神,柔则养筋”(《素问·生气通天论》),阳气不足则神疲乏力、筋骨痠痹、卫外失司,内虚而风邪侵入肾府,故见腰痛。治疗上,常选用腰三针(肾俞、大肠俞、委中)为基础穴,配以“气海、关元、命门”温针灸以温补阳气。同时,注重阴阳同调,选取“归来、三阴交”联合“太溪、肾俞”行补法,共同补益元气、温阳固肾。

1.3 气虚体质

气虚体质多是基于脾虚气血不足,以气息低弱、机体、脏腑功能状态低下为主要特征的体质状态^[4]。临床表现:以疲乏、气短、自汗等气虚表现为主要特征,伴随肌肉松软不实;平素语音低弱,气短懒言,容易疲乏,精神不振,易出汗,性格内向,不喜冒险;舌淡红,舌边有齿痕,脉弱;易患感冒、内脏下垂等病;病后康复缓慢;对外界环境适应能力差,不耐受风、寒、暑、湿邪^[5]。在腰痛病中多伴肌肉酸软无力。先天之本在肾,肾应北方之水,水为天一之源。后天之本在脾,

作者单位:510405 广州中医药大学针灸康复临床学院[赖鑫(硕士研究生)];深圳市宝安区中医院针灸临床应用中心(阎路达)

作者简介:赖鑫(1990-),女,2014级在读硕士研究生。研究方向:针灸治病机理研究。E-mail:460384545@qq.com

脾为中宫之土,土为万物之母。天人合德,二气互用。“故后天之气得先天之气,则生而不息;先天之气得后天之气,始生化而不穷也”(《医宗金鉴》)。因此傅教授认为治疗应脾肾兼顾,充后天以养先天。选穴予腰三针配“百会、脾俞、章门”温针灸,健脾益气、调和气血。

1.4 痰湿体质

“痰湿体质本质上源于阳虚”,主要指脾肾的阳气相对不足。痰湿体质多见肥胖,胸脘痞闷,纳呆或头晕目眩,倦怠乏力,行动迟缓,睡多动少,腹胀,大便不畅,舌淡胖有齿痕苔白腻,脉濡滑等。仲景曰“病痰饮者,当以温药和之”,阳气能“促进废物排泄,鼓舞生机”。故对于痰湿体质之腰痛者除选用腰部常规用穴外,傅教授善用隔姜灸神阙,温针灸气海、中脘、关元、足三里、丰隆、肾俞、大肠俞来激发元阳使肾气蒸腾气化、健脾以助运化痰湿。

1.5 瘀血体质

瘀血体质者形瘦居多,情绪抑郁,健忘,易脱发,月经不调,经色暗、多血块、痛经,男性面带晦暗、紫红。舌瘀斑或瘀点或舌体紫黯,脉沉涩,瘀血体质腰痛者多呈刺痛。傅教授认为“新陈代谢最关键的部位就是血络”,并认为气郁体质在某种程度上是瘀血体质的上游阶段,那么疏肝活血是其调养方法。而针灸改善循环、祛瘀活血的效果很直接,故傅教授认为瘀血体质之腰痛者比较适合针灸治疗再配合舒展肝气,促进微循环的形体运动等。治疗多选体表浮络、舌下络脉点刺放血,心俞、膈俞、肝俞可刮痧放血,委中、期门、日月、太冲、血海、三阴交针刺、拔罐为主。

2 整体调治

2.1 细辨证

腰痛病除有体质特点外,还有明显的年龄、性别和职业规律。对于老年性的腰痛,由于原本肾虚,又加之年老体衰,或久痛体虚,致使肾精更加亏损,腰府经脉失于濡养,“不荣则痛”。傅教授常注意补肾元,调冲任,多选腰三针、气海、关元、太溪、绝骨等。对于职业性的腰腿疾病,如 IT 行业者,在正气不足的前提下,由于久坐久站、长久保持固定体位等原因,导致气血运行不畅,经脉阻滞不通,“不通则痛”。除基础穴位外,傅教授常配四关穴(合谷、太冲),金元时代针灸医家窦汉卿的标幽赋“寒热痹痛,开四关而已之”,合谷和太冲一为手阳明经原穴,一为足厥阴经原穴,原穴是调整人体气化功能的要穴。两穴一阴一阳,一气一血,一脏一腑,一升一降,共同调理全身气血,气血通则痛自愈。

2.2 心肾兼顾,注重调神

刘河间提出“坎中藏真火,升真水而为雨露也;离中藏真水,降真火而为利气也”^[6],指出心肾相交的机理。心血、心神与肾精同源互化,相互为用,如此阴阳和平,水火相济,坎离上下交通。若心肾不交,心不静,则扰乱肾火,使心火亢于上,乱其神明,精亏于下或伏而不用,则见健忘、痴呆等症;若肾精亏虚,心失所养,则见虚烦少眠、惊悸健忘等症。失眠伴慢性腰痛在临床上非常常见,往往因失眠转而腰痛,或因

腰痛辗转反侧而失眠。因此如两者并见,必同治同调。傅教授治疗以神阙拔罐、督排(穴神庭、上星、囟会、前顶、百会)、太阳、印堂针刺调神为基础用穴,再随证加减。阴虚体质者配以颈百劳、涌泉、少府、劳宫等交替使用以清心泻火,滋补心肾;阳虚或气虚体质者常伴有胆怯易惊、睡眠轻浅、心悸等症,配气海、关元等穴。如此心肾兼顾,使上火不窜、下水不寒,肾精充以养心神、心火降以资肾阳,从而使君相安位、各司其职。

3 病案举隅

患者,女,37岁,2015年12月9日初诊。主诉:腰痛5年余。腰膝酸痛,记忆力下降,偶有耳鸣,心烦;纳差,眠差,多梦易醒,醒后难入睡;便结难解、质干;月经周期正常,量可,色暗,有血块,经前乳房胀痛;平时易紧张、焦虑。舌体小,色红,舌苔薄少,质干;脉细数,左关尺细弱。辨体:阴虚体质。辨病:腰痛。辨证:阴虚火旺证。治法:滋养肝肾,滋阴降火。初诊:取俯卧位,于双侧肝俞、胆俞、心俞刮痧、走罐、放血;后颈白劳温针灸以滋水之上源,肾俞温针灸充养肾阴,针刺大肠俞、委中等;再取仰卧位,针刺定神针(印堂、阳白)以宁心安神,天枢调畅中焦气机,丘墟、阳陵泉潜降阳气,配以关元、归来、三阴交滋肾润肺,补脾益元,通调水道,水精四布。二诊:取膏肓、四花穴温针灸滋阴清热,太溪、丘墟、阳陵泉针刺滋阴潜阳;俯卧位继续取腰三针(肾俞、大肠俞、委中)、肝俞。经治3月余,腰部酸痛、眠差、便秘等症状较前明显好转,目前继续于门诊调体。

按 缘患者女性,素体阴虚,长居岭南地区,长年炎热、四季替换不显,阴湿也重,不断蒸腾津液,耗散阳气,人体会出现腠理疏松、气阴外泄,致使阴津亏耗更甚,最终形成阴虚体质。病理上患者平素思虑较多,耗伤阴血,虚火上炎,则见腰膝酸痛、耳鸣、记忆力下降等症;火旺扰神,则眠差多梦;血不濡肠,则便结难解。经滋养肝肾、壮水制火、滋阴降火及宁心安神调治后,遂症状缓解。

参 考 文 献

- [1] 林培挺,傅杰英.傅杰英针灸调理体质临证经验[J].江西中医药,2014,45(3):59-60.
- [2] 张新普,李敏,薛丹.阴虚体质易感疾病针灸调治规律探析[J].上海中医药大学学报,2012,26(6):30-31.
- [3] 傅杰英.中医体质养生-阴虚体质养生[J].家庭中医药,2012,8(7):10-11.
- [4] 李永福,尹艳,靳佩.气虚体质的研究进展[J].中医药学报,2012,40(1):91-92.
- [5] 王琦.中医体质分类与判定[J].世界中西医结合杂志,2009,4(4):303-304.
- [6] 金·刘完素.素问病机气宜保命集[M].北京:人民卫生出版社,2005:105.

(收稿日期:2016-06-15)

(本文编辑:董历华)