

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2025.24.005

当代名医

韩明向基于五行体质学说运用五行膏方经验

丁健^{1,2}, 叶如欣², 王卉^{1,2}, 薛倩^{1,2}, 高雅婷¹, 李泽庚^{1,2,3}✉ 指导: 韩明向¹

1. 安徽中医药大学第一附属医院, 安徽省合肥市梅山路101号, 230031; 2. 安徽中医药大学; 3. 安徽省中医药科学院中医呼吸病防治研究所

[摘要] 总结韩明向教授以五行体质学说为指导拟定五行膏方的临证经验。根据五行体质、因人制宜和治未病思想, 对木、火、土、金、水五种体质进行辨识、判断和干预, 并拟定五行膏方依照相对应体质的人群进行调理, 纠正脏腑失衡, 以防治脏腑病变。针对木形体质肝郁化火、肝阴不足者, 拟定木方龙眼橘皮膏; 针对火形体质心阴不足、瘀热阻络者, 拟定火方玉竹黄精膏; 针对土形体质脾虚湿蕴、气机壅滞者, 拟定土方山楂麦芽膏; 针对金形体质肺气亏虚、痰饮内停者, 拟定金方人参玉竹膏; 针对水形体质湿浊内停、郁热瘀阻者, 拟定水方薏苡茯苓膏。

[关键词] 五行体质; 五行膏方; 名医经验; 韩明向

韩明向(1940—), 安徽中医药大学第一附属医院主任医师、教授, 第四届国医大师, 首届全国名中医, 第二、四、五、六批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师。从事中医内科临床与教学60余载, 擅长治疗呼吸系统疾病、心血管疾病、老年病等, 提出“虚-瘀-衰老”模式防治老年性疾病; 并运用“虚瘀毒”理论论治呼吸系统疾病, 建立肺气虚分度分级体系, 拟定参芪温肺方、肺结节方、芪玉三龙方等治疗呼吸系统疾病的有效验方。

五行体质是《黄帝内经》中论述较为全面且系统的体质分类方法, 依据五行学说将人的体质类型划分为木、火、土、金、水五类^[1], 可为疾病预防和养生保健提供思路与指导。韩明向教授提倡“固本培元”“中正平和”的养生观念^[2-3], 对中医养生学与中医体质学均有独到见解。其结合五行体质辨识和长期临床经验, 提出“五行膏方”的中医体质调理模式, 因人制宜, 对不同体质人群施以不同五行膏方, 各膏方相辅相成, 以防治五脏病变, 从而达到预防疾病、延缓衰老、提高生活质量的目的。现将韩老师基于五行体质学说运用五行膏方的临证经验总结如下。

1 五行体质学说阐释

中医体质理论认为体质禀赋于先天, 摄养于后天, 其实质是以中医实践观、理论观与哲学观为指导, 对个体及群体在生命过程中的状态进行评估, 从而揭示人体所处状态的本质特征与内在规律^[4]。《灵枢·阴阳二十五人》云: “先立五形金、木、水、火、土, 别其五色, 异其五形之人, 而二十五人具矣”, 首次提出“五形人”概念。体质与阴阳、五行联系密切, 五形人理论构建了五行体质的基本分型, 在临床辨识方法上创制了“四诊合参”的五行体质判定体系^[5]。《外台秘要》《景岳全书》《四诊心法要诀》等诸多医籍皆在此基础上进一步丰富和发展了五行体质学说, 并详述各型体质的心理特性及其兼型表现^[6], 使该学说得以全面深化与拓展。五行体质学说不仅充分展示了各种体质所具有的基本要素, 也为把握不同人群在生理状态下的体质特征、症状以及疾病的走向、防治方法、病理体质的调理等提供了可供借鉴的依据^[7]。

五行体质具有“形神合一”的动态稳定性特征。体质作为先天禀赋与后天环境共同塑造的固有特质, 表现为长期稳定的生理倾向性, 症状则是体质偏颇与外界因素相互作用产生的阶段性病理反应^[8], 体质是决定患者在相对长的时间内病机保持

基金项目: 国家自然科学基金(82374399, U20A20398); 安徽省科技厅临床医学研究转化专项(202204295107020045)

✉ 通讯作者: ahzyfb@sina.com

稳定的关键要素^[1,9]。韩老师认为,症状是体质偏颇在特定时空条件下的外显表现,二者呈现“体质为基,症状为标”的关系,五行失衡、体质偏颇贯穿个体疾病形成和演变的全过程。同时五行体质与五脏特征息息相关,以火形体质为例,心阴不足的体质特点具有终身倾向性,但在不同年龄阶段可能表现为青春期口舌生疮(实热证)、中年心悸失眠(虚热证)等不同症状。综上,五行体质辨识可指导不同体质人群的调摄干预,又能通过概括和解读人群体质特征以应对动态变化的致病因素,预测疾病的发生发展方向,为解释人体生理、病理现象以及指导养生保健和疾病治疗提供了独特的视角和方法,从而实现未病早防、已病防变、瘥后防复的目的。

2 以五行体质为指导运用五行膏方的临床思路

膏方集滋补、调理、预防、祛病于一体,寓补于治,治中寓补,补治并重,能益五脏六腑之阴阳气血,滋阴扶阳,益气养血,适用于虚损、慢性顽疾。韩老师强调,临床辨识体质需综合形体特征、生理功能及病理倾向进行判定,根据五行体质学说拟定五行膏方,并提出“体质-症状-疾病”特色的预防与治疗方法。膏方配伍遵循固本调质、顺势祛邪原则,既针对个体体质实施五行相生调节,又根据当前症状进行五行制化干预,通过膏方长期调理体质偏性以“治未病”,并运用膏方及时干预缓解症状以“治已病”。五行膏方主要适用于具有明显五行体质偏颇的人群,如木形体质肝郁脾虚者、火形体质心阴不足者等;对于体质较为平和、无明显偏颇的人群,一般不建议使用。对于患有慢性疾病且符合五行体质特征的患者,如慢性支气管炎的金形体质患者、慢性关节炎的水形体质患者等,可在医师指导下使用五行膏方进行调理。对于因体质偏颇导致的亚健康状态,如轻度失眠、情绪抑郁、消化不良等,五行膏方也可作为调理手段。

2.1 木形体质——龙眼橘皮膏

木形之人,《灵枢·阴阳二十五人》所述“比于上角,似于苍帝。其为人,苍色,小头,长面,大肩,背直,身小,手足好”为其典型形体特征,结合此类人群精力充沛而善思虑、性格直爽易情绪波动、舌红、苔薄黄、脉弦细数等症状体征,以及“能春夏,不能秋冬”(《灵枢·阴阳二十五人》)的季节适应性特征,若其临床表现以肝失疏泄为主,见有夜间难寐、情志抑郁、胁胀纳呆等症状,

则进一步支持木形体质的诊断。

韩老师指出,木形体质者易肝失疏泄,常见肝郁化火、肝阴不足病机,易出现情志失调,治当疏肝解郁、益气养血、安神定志。临证自拟五行膏方之木方龙眼橘皮膏,组成:陈皮6g,佛手6g,玫瑰花6g,代代花6g,百合6g,人参6g,龙眼肉9g,酸枣仁3g(上药经三煎、过滤、浓缩后收膏,加入与清膏等量之蜂蜜或木糖醇后密封,冷藏贮存)。方中陈皮为“行郁理气之佳药”(《长沙药解》);佛手、玫瑰花疏肝理气,和血散瘀,使气血同调,且佛手又与陈皮相须为用,可增强理气解郁安神之效;代代花、百合理气解郁,开郁散结而畅肝滞,又可养阴安神;人参大补元气,与龙眼肉、酸枣仁相伍具有益气养血、安神定志之功,且酸枣仁与百合配伍能增强除烦安神之效。针对木形体质病机属肝阴不足、肝郁化火者,龙眼橘皮膏可调理以失眠、多梦易醒为主症的原发性失眠,因焦虑抑郁、慢性疲劳等引发的继发性失眠,同时对木形人常见的自主神经功能紊乱、围绝经期综合征、轻度焦虑状态等亚健康问题亦具有预防作用,还可预防木形体质者因长期情志不畅导致的肝胆系统疾病、心脑血管疾病等。临床应用该膏方时以木形体质为首选适应人群,肝郁脾虚、阴虚火旺者可辨证使用,湿热内蕴、实火亢盛者及妊娠期妇女应慎用。服用期间需忌食辛辣燥热之品,并建议结合四季气候变化调整剂量,如春季肝气升发之际可酌减疏肝类药物。

2.2 火形体质——玉竹黄精膏

火形之人,《灵枢·阴阳二十五人》所述“赤色,齿本宽,尖脸,小头,好肩背、髀腹,小手足”为其形体特征,结合此类人群面色红润、行动迅捷、思维敏锐但性情急躁、舌红绛、少津、脉数或结代等症状体征,以及“能春夏,不能秋冬”(《灵枢·阴阳二十五人》)的季节适应性特征,若其临床表现以心阴不足、瘀热阻络为主,见有心悸胸闷、烦热盗汗、口渴便秘等症状,则进一步支持火形体质的诊断。

火属阳邪,五行应心,可煎灼心阴致心阴不足、瘀热阻络,火形体质者治当益气养阴、活血通络,临证自拟五行膏方之火方玉竹黄精膏,组成:生晒参3g,玉竹6g,黄精6g,沙棘6g,西红花3g,当归6g,薤白3g,香橼3g,葛根6g。方中生晒参“主补五脏,安精神,止惊悸,除邪气,明

目, 开心益智, 久服轻身延年”(《神农本草经》), 可大补元气, 助心阳振奋, 复脉固脱; 玉竹甘寒柔润, 滋养心阴, 生津止渴; 黄精补气养阴; 沙棘、西红花、当归活血散瘀, 以畅血络; 薤白辛散苦降, 通阳散结, 行气导滞, 开胸痹而通心阳; 香橼辛散理气宽中, 调气机以畅心脉; 葛根养阴生津, 通经活络, 且能调和药性, 引诸药入经。针对火形体质病机属心阴不足、瘀热阻络者, 玉竹黄精膏既适用于治疗冠心病、心律失常等器质性心血管疾病, 尤对现代医学常见的交感神经亢进型高血压及微循环障碍引发的胸痛具有治疗作用, 又可改善高血压病前期、糖耐量异常等代谢紊乱状态。临床应用时需把握瘀热并存、虚实夹杂的病机特点, 以火形体质伴舌下络脉迂曲、寸口脉涩者为最佳适应人群, 气阴两虚、瘀阻心脉者可辨证使用。实热炽盛、痰火扰心者及出血倾向者应禁用。服用期间需忌食肥甘厚味及烈酒, 并建议根据昼夜节律调整服药时间, 如午后阴火亢盛时段可增加服用频次以强化滋阴降火之效。

2.3 土形体质——山楂麦芽膏

土形之人, 《灵枢·阴阳二十五人》所述“为人黄色, 圆面, 大头, 美肩背, 大腹, 美股胫, 小手足, 多肉, 上下相称”为其形体特征, 结合此类人群性格敦厚、行动沉稳、舌淡胖有齿痕、苔白腻、脉濡缓等症状体征, 以及“能秋冬, 不能春夏”(《灵枢·阴阳二十五人》)的季节适应性特征, 若其临床表现以脾虚湿蕴、气机壅滞为主, 见有脘痞纳呆、肢体困重、大便黏滞等症状, 则进一步支持土形体质的诊断。

土形体质者易脾失健运, 内生湿浊, 壅滞气机, 治当健脾化湿、消食导滞、调畅气机, 临证自拟五行膏方之土方山楂麦芽膏, 组成: 山楂 6 g, 炒麦芽 6 g, 莱菔子 6 g, 人参 6 g, 陈皮 3 g, 茯苓 6 g, 荷叶 2 g。方中山楂味酸甘, 收敛并济, 功善生津开胃、消食化积、行气散瘀, 《本草经疏》载其“味酸气冷, 然观其能消食积, 行瘀血, 则气非冷矣”; 炒麦芽醒脾开胃, 有助于恢复脾之升清运化功能; 莱菔子以其辛散下行之力, 促气机通顺, 消饮食积滞; 人参专于益气固本, 健脾气以资其化源; 茯苓健脾和胃, 化湿而不伤正, 与人参合用补中寓利、补而不滞, 助脾胃功能得复; 陈皮健脾开胃、理气消食、燥湿化痰以调中; 荷叶轻清升散, 化湿降浊, 升发清阳。针对土形体质病机属脾虚湿

盛、气机壅滞者, 山楂麦芽膏可适用于功能性消化不良、慢性胃炎、餐后饱胀综合征等消化系统疾病, 亦可治疗代谢综合征、单纯性肥胖症等痰湿体质相关病症, 还对血脂异常、动脉粥样硬化早期改变及胰岛素抵抗具有预防作用。临床应用时以土形体质伴舌苔厚腻、腹型肥胖者为最佳适用人群, 但若其他体质者出现脾虚湿困、食积内停证候时亦可辨证使用。湿热蕴结、腑实燥结者及急性胃肠炎发作期患者应禁用, 服用期间需忌食生冷、油腻及甜黏之品, 并建议根据饮食节律调整服药时机, 如餐后半小时温服以增强消食化积之效。山楂麦芽膏消补并行的组方特点既能化解膏方滋腻之弊又可恢复中焦运化功能。

2.4 金形体质——人参玉竹膏

金形之人, 《灵枢·阴阳二十五人》所述“为人方面, 白色, 小头, 小肩背, 小腹, 小手足, 如骨发踵外, 骨轻”为其形体特征, 结合此类人群肤色白皙、行动敏捷而性急心静、舌淡红偏干、脉细无力等症状体征, 以及“能秋冬, 不能春夏”(《灵枢·阴阳二十五人》)的季节适应性特征, 若其临床表现以肺气亏虚、痰饮内停为主, 见有咳喘气促、痰白清稀、畏寒易感等症状, 则进一步支持金形体质的诊断。

肺为娇脏, 不耐寒热, 肺金易感邪而虚, 无力布散津液致痰饮内停, 治当益气补肺、温阳化痰, 临证自拟五行膏方之金方人参玉竹膏, 组成: 人参 6 g, 百合 6 g, 玉竹 6 g, 山药 6 g, 茯苓 6 g, 陈皮 6 g, 白果 3 g, 干姜 3 g, 当归 6 g, 炙甘草 3 g。方中人参、百合一补一润, 合用可增强健脾益肺、养阴生津之效, 气阴双补, 且百合之润可缓人参之温, 使补而不燥, 为韩老师以温阳化痰之法治疗慢性阻塞性肺疾病的常用药对, 有助于缓解咳嗽、气喘、痰多、乏力等症状; 山药、茯苓健脾益肺, 培土生金; 陈皮、白果理气化痰, 敛肺平喘, 二者一散一收, 使肺气宣降得宜; 干姜辛热温阳、散寒祛痰, 当归活血祛瘀, 两药配伍, 辛温与温润相济, 以温肺祛瘀、散寒通络, 使肺气调和; 玉竹润肺养阴, 以和肺燥之伤; 炙甘草调和诸药, 兼能健脾益气润肺。针对金形体质病机属肺气不足、痰饮内停者, 人参玉竹膏既适用于慢性阻塞性肺疾病、支气管哮喘等呼吸系统疾病稳定期, 亦可改善反复呼吸道感染、过敏性鼻炎等免疫紊乱状态, 同时对因肺卫不固导致的肺纤维化进程、气道高反应性及免疫

功能低下具有预防作用。临床应用时以金形体质伴呼吸系统疾病稳定期为典型适用人群,肺脾两虚、寒饮伏肺者可辨证使用,痰热壅肺、阴虚火旺者及急性感染发作期患者应禁用。服用期间需忌食生冷、海鲜及腌渍之品,并建议遵循“冬病夏治”原则在立秋后开始膏方调补以顺应肺金敛降之性。

2.5 水形体质——水方薏苡茯苓膏

水形之人,《灵枢·阴阳二十五人》所述“为人黑色,面不平,大头,廉颐,小肩,大腹,动手足,发行摇身,下尻长,背延延然”为其形体特征,结合此类人群肤暗欠泽、行动迟缓而耐力持久、舌淡胖有齿痕、苔白滑、脉沉迟等症状体征,以及“能秋冬,不能春夏”(《灵枢·阴阳二十五人》)的季节适应性特征,若其临床表现以湿浊内停、郁热瘀阻为主,见有关节疼痛、晨僵肿胀、项背疼痛等症状,则进一步支持水形体质的诊断。

韩老师认为,水形体质者,其根本在于肾之气化功能不及,主水失常。肾为水脏,司膀胱开阖,肾气不充则水液代谢迟缓,湿浊内停。湿浊易与他邪相合为病,若湿浊久羁,郁而化热,或与体内瘀血相结,即可形成湿热瘀互结,痹阻络脉之证,故水形体质者病机关键在于湿浊内停、郁热瘀阻。治当利湿化浊除热、祛瘀通络,临证自拟五行膏方之水方薏苡茯苓膏,组成:薏苡仁 9 g,茯苓 6 g,赤小豆 6 g,栀子 3 g,百合 6 g,木瓜 6 g,葛根 6 g,姜黄 3 g。方中薏苡仁、赤小豆、茯苓三药联用紧扣“湿”之病机,共奏利湿化浊、通调水道之效,其中《神农本草经》载薏苡仁“主筋急拘挛,不可屈伸,风湿痹,下气”,其可渗湿除痹,临床常用于治湿痹、筋挛、骨弱等所致的筋脉挛急疼痛者;葛根辛散发表祛邪,姜黄行散活血、通络止痛,能外散风寒湿邪、内化瘀血痰浊,木瓜益筋和血、祛湿除痹止痛,三药共同增强舒筋活络止痛之功;因寒湿可郁而化火,郁火伤津,以栀子、百合清郁热而养津。针对水形体质病机属湿浊内停、郁热瘀阻

者,薏苡茯苓膏适用于类风湿关节炎、骨关节炎等退行性骨病,亦可调理高尿酸血症、代谢性骨病等内分泌紊乱状态,还对因肾虚湿瘀导致的骨质流失、关节软骨退变及痛风石形成具有预防作用。临床应用时以水形体质伴指关节冷痛、腰膝酸软等为典型适用人群,肾虚湿痹、痰瘀阻络者亦可辨证使用,湿热痹证急性发作期及阴虚火旺者应禁用。服用期间需忌食海鲜、啤酒之类,并建议在阴雨季节来临前月余开始膏方调治以增强卫外固摄之力。

3 小结

韩老师以五行体质学说为基础拟定五行膏方调和脏腑之阴阳,纠偏扶正,既可预防脏腑失衡,又可治疗已生之病变,旨在延缓天年之衰、预防慢性疾病、提高生活质量,为养生防病提供了临床思路。

参考文献

- [1]韩鹏鹏,王天芳,吴秀艳,等.关于五行体质现代研究的思考[J].中医杂志,2022,63(17):1607-1610,1615.
- [2]丁健,陶慧,程刚,等.韩明向分期分证治疗慢性阻塞性肺疾病经验[J].中医杂志,2025,66(8):780-785.
- [3]丁健,王卉,林静,等.国医大师韩明向治疗肺结节的用药规律研究[J].湖南中医药大学学报,2024,44(4):689-695.
- [4]张树生.对中医体质本源的认知与探索[J].中医杂志,2019,60(10):815-818.
- [5]吴长汶,陈淑娇,杨小婷,等.五行人的形态特征与体质分类的临床意义[J].中华中医药杂志,2016,31(7):2725-2727.
- [6]韩鹏鹏.基于古代文献的“五行人”身心特征辨识体系研究[D].北京:北京中医药大学,2021.
- [7]刘汉红.中医五行人之体质辨识[J].湖北中医杂志,2015,37(1):36-38.
- [8]张炜捷,王健英,尹相宜,等.中医五行人研究现状及相关体质辨识方法的研究进展[J].中国医药导报,2020,17(20):38-41.
- [9]杨树英,谢波.浅谈中医体质辨识与灸方调理治未病[J].中国中医药现代远程教育,2011,9(20):42-43.

HAN Mingxiang's Experience in Applying Five-Phase Paste Formulas Based on the Five-Phase Constitution Theory

DING Jian^{1,2}, YE Ruxin², WANG Hui^{1,2}, XUE Qian^{1,2}, GAO Yating¹, LI Zegeng^{1,2,3}

1. The First Affiliated Hospital of Anhui University of Chinese Medicine, Hefei, 230031; 2. Anhui University of Chinese Medicine; 3. Institute of Respiratory Disease Prevention and Treatment of Traditional Chinese Medicine, Anhui Academy of Chinese Medicine

ABSTRACT To summarize the clinical experience of Professor HAN Mingxiang in formulating five-phase paste formulas under the guidance of the five-phase constitution theory. Guided by the concepts of five-phase constitution, treating in accordance with individual differences, and treating disease before it arises, Professor HAN identifies, evaluates, and intervenes in the five types of constitutions (wood, fire, earth, metal, and water), and formulates corresponding five-phase paste formulas to regulate populations with these constitutions, correct the imbalance of *zang-fu* organs, and thereby prevent and treat *zang-fu* organ disorders. For individuals with wood-constitution who present with liver stagnation transforming into fire and liver *yin* deficiency, the wood formula *Longyan Jupi Paste* (龙眼橘皮膏) is formulated; for those with fire-constitution characterized by heart *yin* deficiency and static blood-heat blocking collaterals, the fire formula *Yuzhu Huangjing Paste* (玉竹黄精膏) is created; for people with earth-constitution suffering from spleen deficiency with excessive dampness, and stagnation of *qi* movement, the earth formula *Shanzha Maiya Paste* (山楂麦芽膏) is designed; for individuals with metal-constitution showing lung *qi* deficiency and internal phlegm-fluid retention, the metal formula *Renshen Yuzhu Paste* (人参玉竹膏) is prepared; for those with water-constitution presenting with kidney *yang* deficiency and cold-dampness obstruction, the water formula *Yiyi Fuling Paste* (薏苡茯苓膏) is developed.

Keywords five-phase constitution; five-phase paste formula; experience of famous doctors; HAN Mingxiang

(收稿日期: 2024-11-20; 修回日期: 2025-03-08)

[编辑: 姜冰]

广告

欢迎订阅 2026 年《中医杂志》

《中医杂志》(ISSN 1001-1668, CN 11-2166/R)是由中华中医药学会和中国中医科学院主办的中医药综合性学术期刊。创刊以来始终坚持“以提高为主, 兼顾普及”的办刊方针, 是我国中医药界创刊早、发行量大、具有较高权威性和学术影响力的国家级中医药期刊之一, 是中文核心期刊和科技核心期刊、中国精品科技期刊、首届国家期刊奖获得者和中国期刊方阵双奖期刊、新中国 60 年有影响力的期刊、中国百强科技期刊、中国百种杰出学术期刊, 中医药科技期刊分级目录 T1 级期刊。荣获第五届中国出版政府奖期刊奖, 第二届、第三届、第四届中国出版政府奖期刊奖提名奖。

《中医杂志》主要栏目中当代名医和临证心得分别介绍名老中医和临床医生辨证用药治疗疑难病的经验; 临床研究介绍中医药治疗的新方法、新成果; 学术探讨、思路与方法、循证中医药、病例讨论、综述、百家园等栏目, 提供最新学术观点、研究成果与治疗方法, 成为学习中医药、研究中医药, 不断提高临床及研究水平的良师益友。

《中医杂志》为半月刊, 每月 2 日和 17 日出版, 每期定价 40.00 元, 全年 960 元。国内读者可以到全国各地邮局办理订阅手续(邮发代号: 2-698), 也可与本刊读者服务部联系邮购, 邮购免邮费。电话: (010) 64035632, (010) 64089195。国外发行: 中国国际图书贸易集团有限公司(北京 399 信箱, 邮编: 100044, 代号: SM140)。

本社地址: 北京市东城区东直门内南小街 16 号, 邮政编码: 100700。

网址: <http://www.jtcm.net.cn>。

