

中药研究

从《证类本草》不老药的研究中探讨 抗衰老指标及抗衰老机理

倪 健 伟

本文所引《证类本草》系《重修政和经史证类备用本草》，该书广泛地辑录了宋以前本草学文献，是现存最早、内容较为翔实可信的药学著作。鉴于目前中医老年学的研究多从医理方面加以阐发，本文试从药物治疗效的角度，探讨一下抗衰老指标及抗衰老机理的问题。

本文的设计思路是以明确标有“不老”“延年”“增寿”等功效的药物为抗衰老药，再统计这些抗衰老药的药效、主治中各指标的出现数，计算出现率，据此分析抗衰老指标和抗衰老机理。

初步统计《证类本草》中有抗衰老药114味。114药中8药有毒，占7.2%，其中7味为矿物药。统计结果表明，114药以性味甘平为主流，与后世抗老药性味相符，其中有毒或药性偏、无抗老作用的药只占极少数。所以选《证类本草》“不老药”，对其性味、功效或主治进行统计，据以探讨抗衰老的指标及其机理，我们认为是可行的。

抗衰老指标

首先统计上述114味药各功效的出现率。轻身在114味药中出现95次，出现率为83.3%；明目出现45次，占39.5%；润泽皮肤出现40次，占35.1%；坚筋骨出现38次，占33.3%；聪耳出现23次，占20.2%；长肌肉与黑毛发各出现22次，各占19.3%；强阴出现17次，占14.9%；益智出现15次，占13.2%；强志出现13次，占11.4%；耐寒暑出现9次，占7.9%；坚齿出现7次，占6.1%。

那么，上述功效确能作为抗衰老指标吗？下面就此作一分析。首先将这些指标按五脏系统粗略归类，如附表所示。

《灵枢·天年篇》指出：“五十岁，肝气始弱，肝叶始薄，胆汁始灭，目始不明。六十岁，心气始衰，苦

附表 抗衰老指标与五脏关系表

脏	生 理 功 能	抗 衰 老 指 标
心	藏神，主血脉	益智，黑毛发
肝	藏血，主筋，开窍于目	黑毛发，坚筋，明目
脾	主肌肉	长肌肉
肺	主气，外合皮毛	润泽皮肤
肾	藏精，生髓，主骨，开窍于耳及二阴	益智，强志，坚阴，坚骨，坚齿，聪耳

忧悲，血气懈惰，故好卧。七十岁，脾气虚，皮肤枯。八十岁，肺气衰，魄离，故言善误。九十岁，肾气焦，四脏经脉空虚。百岁，五脏皆虚，形骸独居而终矣^{〔1〕}。阐明了人的衰老是随年龄增大，五脏功能相继退化的结果，表现于外则为目不明、皮肤枯、言善误等。从附表看出，《证类本草》正是抓住了五脏衰于外的这些表现，作为“不老”“延年”“增寿”药物的抗衰老指标。表中未列“轻身”“耐寒暑”，这是因为上述二项都是综合性指标，很难单独归某一脏。“耐寒暑”指的是增强机体对外界温度的适应能力，其在《证类本草》抗衰老药的药效中，出现率很低，仅占7.9%。出现率最高的是“轻身”，达83.3%。有人指出，在古本草中的“轻身”药对肥胖症的治疗可能较有意义^{〔2〕}。实际上“轻身”药的药效并不主要在减肥，它包含有更广泛的意义。概而言之，“轻身”是指机体壮健轻捷、灵巧有力状态，这种状态有赖于机体对外界刺激反应和观察思维的迅速准确。通过观察机体整体是否壮健轻劲灵活等，得出一个衰老程度的总概貌，再深入细察视力、听力、智力、肌肉、筋骨……等各项具体指标，两者结合，共同构成一个完整的、具有宏观意义的抗衰老指标体系。

由于受技术手段的限制，中医只能采用直观观察的方法，该指标体系也不例外。但正如 Morris Rockstein 指出：“一个人的容貌除非为‘美容外科手术’改变过，它将是衡量此人衰老速度的一种良好标志”^{〔3〕}。

而且这些指标与五脏系统有机地结合在一起, 可以在脏腑学说指导下, 用于抗衰老。因此, 这一抗衰老指标体系具有现实意义。

抗衰老机理

由于《证类本草》多结合医理以阐明药理, 为我们分析抗衰老机理提供了客观依据。现仍以114味抗衰老药为对象, 依不同机理分成补虚、祛邪、协调三大类。

一、补虚以抗衰老

衰老是指脏腑气血功能的衰退。损者益之, 在《证类本草》114味抗衰老药中, 有关其功效的记载补益类所占比重最大。其中益气出现53次, 出现率为46.5%; 益精髓出现28次, 出现率为24.6%; 益五脏、补虚羸各出现13次, 出现率各为11.4%; 强力出现10次, 出现率为8.8%。说明补益作用在抗衰老机制中具有十分重要意义。

以上统计看出, 补虚记载以益气(含补中)及益精髓为主, 说明脾、肾二脏与抗衰老关系密切, 其中益气出现率(46.5%)更较益精髓出现率(24.6%)高出近一倍, 提示脾胃在抗衰老中的作用不容忽视。对此, 历代医家如朱丹溪、李东垣、李时珍, 近世名医岳美中等多有阐发, 指出老年病“补肾不如补脾”。强调脾胃的重要, 并不是否认肾在抗衰老中的重要作用。从附表看出, 12项抗衰老指标中, 肾脏占6项, 足见肾对抗衰老的重要意义, 因目前对肾虚与衰老关系的研究已较多, 故不再详述。以上两者一补先天, 一补后天, 共同起着延缓衰老的主力军作用。

补益类另几项为益五脏、补虚羸、强力, 都属“广谱”补益作用。正如前述, 衰老是五脏功能衰退的结果, 故这几项“广谱”补益作用, 虽出现率比补脾益肾低一些, 但有其特殊意义, 可与补脾益肾作用相呼应, 相得益彰。

二、祛邪以抗衰老

随着机体衰老, 脏器生理功能减退, 一些代谢产物、有害物质不能及时消除, 易在体内蓄积, 这是生理衰老的结果。但从中医角度看, 这些代谢产物的蓄积都属“邪”的范畴, 祛除这些“邪”则成为抗老的重要措施。

在《证类本草》114药中, 有祛邪方面记载的有祛虫22次, 出现率为19.3%; 利小便21次, 出现率为18.4%; 通大便2次, 出现率为1.8%; 祛瘀6次, 出现率为5.3%。统计表明, 祛邪类中出现率最高的是“祛虫”(含解蛊毒)。“祛虫”是古代养生学的一个重要概念, 如范晔《后汉书·华佗传》中载, “阿从佗求方,

可服食益于人者。佗授以漆叶青螭散……言‘久服去三虫, 利五脏, 体轻, 使人头不白’, 阿从其言, 寿百余岁。”可见对“祛虫”不应机械看待, 它是指祛除有害因素, 以利健康长寿。现代医学也认为, 随着年龄的增长, 机体会产生一些物质, 促使衰老, 如自身中毒说、自由基学说、交联键理论等。当然“祛虫”不可能和这些一一对上号, 但也不能断然肯定它们之间毫无关联, 有待于今后进一步研究。

其次为“利小便”, 统计时将“利水道”也归入该项内, 即该机制包括促进体内水液代谢和加快排出两个方面。老年人气化无力, 体内水液代谢和排泄功能都日趋衰退, 易停蓄为患, 可适当地用些通利水道药, 以加快代谢废物的排出, 旺盛新陈代谢, 从而延缓衰老。

再次, 祛瘀的出现率为5.3%, 表明它也起着一定的抗衰老作用。由于老年期体质多虚, 气血运行无力, 具有虚中夹瘀的倾向。从细胞水平来看, 老年期微血管基底膜增厚, 增加了周围血液供应的阻力, 改变了细胞周围的环境, 最终导致器官衰老和功能减退^[4]。因此, 适当地运用祛瘀的方法, 促使老年人的气血流畅, 从而保持机体功能旺盛, 具有重要意义。

祛虫已无须多说, 耐人寻味的是后两项, 利水道以调整机体水液代谢, 祛瘀以流畅气血, 两者共同构成了对机体气血津液代谢的调整。气血津液贵在运行不息, 滞则为邪。在重视补虚的同时, 适当地用些行气血、利水道的药物, 以助气血津液的正常运行, 构成了抗衰老的另一重要方面。以气血津液为目标, 可以说基本抓住了祛邪以抗衰老的本质规律。

三、协调以抗衰老

在《证类本草》114味抗衰老药中, 统计其功效的记载, 协调类比重大于祛邪类, 可见协调作用又是抗衰老的重要机制之一。为便于分析, 可将其分为“安五脏”、“安精神”和“除众病”、“和百药”两类。前一类在于调整机体内部环境, 后一类在于消除或预防外来疾病、药物等的不良影响, 共同协调机体, 使其平和, 以达延缓衰老之目的。统计结果, 安五脏出现22次, 出现率为19.3%; 安神出现28次, 出现率为24.6%; 除众病出现15次, 出现率为13.2%; 和百药出现3次, 出现率为2.6%。据以上出现率分析, 前一类要比后一类大得多, 可见中医学更重视机体本身因素对抗衰老的作用。

老年期, 由于各脏器衰退速度不一和协调作用的减弱, 本身就存在脏腑功能平衡紊乱的倾向, 加上易受各种外界因素的影响, 更易加重这种紊乱而加速衰老。故安和五脏, 使其功能互相平衡协调, 具有很重

要的抗衰老意义。从药理来看,安和(补)五脏的药物可以人参为代表,具有较好的适应原样作用,可纠正脏腑功能过或不及之偏,这可能是它安和五脏,协调内环境稳定的机理之一。另外,情志的过分波动,也是引起脏腑功能紊乱的重要因素,《内经》对此多有论述,如《举痛》篇提出了“百病皆生于气(情志)”的著名论点。老年期由于脏腑功能衰退、目耳心力的退化,对外界刺激无法作出准确的反应,对不良精神因素的自我消除功能也大大减弱,情志因素尤易导致脏腑功能的紊乱,故适当运用含安和精神作用的抗老药,以防情志过极,有助于保证脏腑功能的平衡稳定,以利于机体良好内环境的形成。

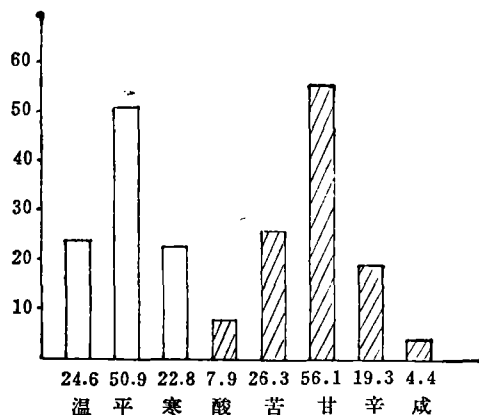
后一类的“除众病”和“和百药”则主要在于消除外来疾病和药物等对机体内环境稳定的不利影响。“除众病”意在消除各种可加快衰老的疾病因子,这里包含着一个中医特点,即一部分中药可治多系统的疾病,对病情复杂的老年病有其独特的优点。“和百药”指的是这些药物可调和药性,起有“缓冲剂”的作用。因老年人多体弱,不堪峻剂攻补,用这类“缓冲剂”可预防药物因素对老人正气的伤害。现代药理学研究发现,由于靶器官、作用部位药物浓度等的改变,不良反应发生率老年人比年轻人高3~7倍,有些不良反应甚至可引起死亡,说明这类“缓冲剂”用于老年期,不仅对毒烈药物,即使对普通药物也有特殊意义。

总之,老年期的特点之一是存在内外环境平衡紊乱的倾向。现代医学的研究也发现,老年人机体的自稳作用范围很窄。年轻的个体在外环境骤然变动的条件下能很快恢复和维持机体内环境的稳定。衰老过程的一个特点即衰老的个体对恢复机体自稳作用的速度逐渐减慢,尤其是在应激情况下更为明显⁽⁴⁾。所以运用一些协调类抗老药,以保持机体内外环境的稳定,从现代医学的观点看,对抗衰老也是很有意义的。

四、性味分析

性味是药效的规律性总结。对抗衰老药物的性味分布进行分析,可有助于对抗衰老的进一步认识。首先将统计结果图示如下。

附图可见,甘平药构成了抗老药的主流,扭转了宋以前养生抗老偏用金石温燥之流弊,这一原则为后世所继承和发扬,直至今日。附图中苦、辛药也占相当比例。苦能泄、燥、坚阴;辛虽可润养,但主要偏于行气、行血、表散,即苦、辛药都偏泻。它们和抗衰老有何关系呢?就笔者所见,国内尚无这方面研究,这是《证类本草》提出的又一个课题。日本在这方面有些动向,例如对衰老重要表现之一的痴呆症,日本有



附图 抗衰老药 114 味的药性、药味分布图

人报道用以苦味药为主的黄连解毒汤和以辛味药为主的加味抑肝散流浸剂进行治疗,对各种老年性痴呆都取得一定疗效⁽⁵⁾,值得引起我们注意。象黄连,早在《本经》即已指出“久服令人不忘”,徐灵胎对此解释为“苦入心能补心也”⁽⁶⁾。另外,辛味药之行气、行血作用,对机体气血津液代谢所可能有的影响,都很可能包涵有抗衰老研究的新的途径。

结 语

本文根据《证类本草》有关抗衰老药物的功效,对中医抗衰老指标和抗衰老机理作了探讨,这是很初步的工作。今后应在此基础上,就具体指标、具体药物,尽量结合生理、病理、药理、药化等多方面的知识进行研究。以补肾为例,具聪耳、益智、健骨等功能,可具体分析其对老年听力、痴呆、骨骼(例老年骨质疏松症)的影响,这样就有可能在药物学的基础上,带来中医老年病学的分科。

本文承蒙颜正华教授审阅,特此致谢。

参 考 文 献

- (1) 中医研究院中医研究生班:黄帝内经注评下册·灵枢部分。303页,1980年12月印。
- (2) 忻家础等:中药材(2):32,1985。
- (3) 肖德楨编译:老年生物学与医学。第1版,第3页,科学出版社,1981。
- (4) 陶恒乐主编:中国医学百科全书·老年医学。第1版,第2页,上海科学技术出版社,1984。
- (5) 桑名昭治:汉方医学9(2):24,1985;早野泰造等:汉方医学9(4):23,1985。
- (6) 清·徐大椿编著:神农本草经百种录。第1版,第38~39页,人民卫生出版社影印,1956。