

百 家 园

糖尿病标本病传探

标与本为疾病过程中主要矛盾或矛盾主要方面与次要矛盾或矛盾次要方面的综合概括。明辨标本,对于确立治疗原则,指导用药具有十分重要的意义。糖尿病是多因素导致多脏腑功能的损害,脏腑气血失调又可导致多种并发症,本标相传,病情复杂,变化多端,故须在不同阶段,针对不同并发症,辨明标本,按法治之。

1 脏腑为本,三消为标

糖尿病以多饮、多食、多尿为特征,渴而多饮为上消,病本于阴虚肺燥;消谷善饥为中消,病源于胃热炽盛;渴而便数有膏为下消,病根于肾虚。实际上,三多症状往往同时存在,仅表现有轻重程度不同。正由于三消症状各有偏重,故冠以上、中、下三消之名作为辨证的标志,虽分三消,但其病机性质则一,均与肺、胃(脾)、肾有密切关系,《圣济总录·消渴门》:“原其本则一,推其标有三”即是此意。肺、胃、肾三者虽各有偏重,但往往又互相影响。肺燥、胃热、肾虚,三者可同时存在,多饮、多食、多尿亦常相互并见。

糖尿病三消以脏腑为本,而脏腑之本源于肾。肾为元阴元阳之府,肺金与之相生以清肃敷布,《仁斋直指方》指出:“天一生水,肾实主之。膀胱为津液之府,所以宣行肾水,上润于肺。故识者以肺为津液之脏,自上而下,三焦脏腑,皆囿于天一真水之中,《素问》以水之本在肾,末在肺者此也。真水不竭,安有所谓渴哉。”可见热盛消谷灼津虽为上消、中消的病理之一,然真阴不足,肾虚无以气化,直趋下行,水谷精微从尿中不断消耗,必饮水自充而多饮,此多饮因于多尿;阴虚内热消谷则多食,此为下消、中消的又一病理途径。

总之,糖尿病的病理过程,以脏腑为本,三消为标,而脏腑之中,肾虚水亏为病之本,肺胃燥热为病之标。故本病虽有上中下之分,其实总不越阴虚燥热,津润热淫而已。

2 气血阴阳为本,燥热瘀瘀为标

初期以阴虚为本,燥热为标;糖尿病之形成,多因素体禀赋不足,或过食肥甘嗜酒无度化热伤阴,或五志化火灼伤阴液,或过用温燥药物耗液伤津,或房室不节精血耗伤。诸因素均可致阴精亏损,燥热内生。阴虚燥热又互为因果,燥热则伤阴,阴虚则生内热,如此燥热甚阴愈虚,阴愈虚燥热愈甚,终发糖尿病。总之,糖尿病的病机以阴虚为其发病的关键,初始多见阴虚热盛证,阴虚在肺肾,热甚在脾胃。

中期以气阴两虚为本,湿痰瘀血为标;糖尿病进一步发展,燥热不除,津伤日久,必致气耗,张仲景以白虎加人参汤治之,清热勿忘保气,况糖尿病一旦发病,食入之物质不能化生气血而多从小便排出。精微物质日渐消耗,加之本有阴精亏损,气失之化生基础,日久必虚。反之,气虚化生无权阴精更少,遂成气阴两伤之候。此外,病之初期,应用大量清热药,虽热除而津未复,加之正气的消耗,亦致气阴两虚证。气虚以脾气虚为主,阴

虚以肾阴虚为要,故消渴病中期以脾肾为主。

脾主运化,为胃行其津液,是津液生化输布之枢机,脾气虚弱,津不上布则口渴欲饮;脾不为胃行其津液,则水谷津液直趋下焦,使小肠分清别浊紊乱,肾之开阖失司,津液水谷俱输膀胱则溲多尿甜;津液流失,不归于肺,心火上攻,故口燥咽干,阳明胃土化燥内炽于中焦,则善饥消谷。可见,脾虚不运,亦致口燥咽干,口渴欲饮,消谷善饥,溲多尿甜之三消诸症。此时若仍以养阴清热虽有治本之意,惟阴津流失不止,阴阳终究不能平衡,治当从脾着手,通过益气健脾,可恢复其化输津液和布化精微之功能。

气阴两虚,短期难以扭转,或失于治疗,气虚津停血阻,阴虚灼津熬血,势必“因虚致痰”、“因虚致瘀”,痰浊瘀血内阻,变证丛生,故气阴两虚是糖尿病缠绵不愈的主要症结。

后期阴阳两虚,是糖尿病发展的趋势;糖尿病发展到后期,阴损及阳,加之气虚不能助阳或脾虚湿蕴,湿困脾阳,必致阴阳两虚。脾肾阳虚,气化失职,水液有降无升,阳气不固,故小便清长而尿多,甚则“饮一溲二”,小便如膏而尿甜;阳虚水液不得蒸发上升以化津,故见口渴、饮多而渴仍不止;肾阳不足,不能温煦脾胃,水谷之精不得输布周身脏腑,精微随小便而速下排,故食不为肌而消瘦。

此外,阳气不足,水气亦可泛溢皮肤而为面浮虚肿;甚则气不化水而小便癃闭不通;阳虚命门火衰,性功能减退而为阳冷、早泄;脾肾阳虚,水谷不化,亦可致泄泻或五更泄,此皆消渴变证。阳虚亦致瘀血,更使病情复杂多变。

综上所述,糖尿病之病机,可概括为初期为阴虚燥热,病进则气阴两虚,日久伤阳,阴阳两虚,其所涉脏腑,总以肾虚为本,涉及肺脾胃,因虚致痰、生痰在病变发展中起重要作用。

3 痰湿瘀血,是并发症之本

痰湿、瘀血虽非同一种病理产物,但其形成原因有许多共同之处,二者常相继发生终致痰瘀互结。

近年来,从血生化和血液流变学等方面对糖尿病进行临床观察和实验研究表明,该病全血比粘度、血浆比粘度、红细胞压积、红细胞电泳时间、红细胞变形能力以及血胆固醇、甘油三酯均高于正常人,血液呈现凝、聚、浓、粘状态。从病理上也发现本病存在着胰腺纤维化、肾小球硬化及动脉硬化等变化,故普遍认识到瘀血痰浊贯穿于糖尿病的全过程。

痰湿瘀血,是糖尿病的重要病理基础。糖尿病的发生,可因痰瘀损伤脏腑而成,而糖尿病日久,气阴两虚或阴阳俱损,更加重痰瘀的形成,使病变日渐加剧。若痰瘀阻肺,肺燥失润,可见糖尿病合并肺部感染、肺结核等;若痰瘀阻于心脉,可见糖尿病合并冠心病;若阴阳枯竭,痰瘀阻络,蒙蔽清窍而为糖尿病合并脑血管病变;经脉失养,不通则痛,则见糖尿病合并神经病变;痰浊上蒙清窍,则合并高血压病而为头晕目眩等;肝肾不足,痰浊内阻,精血不能上荣于目,则合并视网膜病变眼底出血等;瘀血内停,痰湿泛溢肌肤,可见糖尿病并发肾病而出现水肿等。此

外,痰瘀内阻,郁而化火,蕴毒成脓,发为疮疖、痈疽;痰湿化热,湿热阻滞,蕴结肝胆,则并发肝炎而为腹胀胁痛;湿热下注,则多发泌尿系感染、外阴瘙痒等。

总之,痰湿瘀血是糖尿病的重要病机,是形成并发症的原因所在,瘀血痰浊为本,并发症为标,故祛瘀化痰是治疗糖尿病并发症的有效方法。

承德医学院中医系(067000) 梁广和

张景岳中年修身 4 法

明代医家张景岳根据《内经》人生四十,脏腑经脉其盛已定,腠理始疏的生理规律,提出“人于中年左右,当大为修理一番”(《景岳全书》,下同)的观点,目的是在“再振根基”,有可能使后半生得到强健。此种主张,对于今天中年人修养身心,亦有现实意义。

1 养元神

张景岳云:“在人曰神志,故曰事其神者神去之,休其神者神居之,知生气之主在乎心,此元神之不可不养也。”就是说,神志为心所主,用心过度,可以伤神,平衡心理,可以养神。其实,神志虽为心主,但包涵精神活动的两个方面。神系心的部分功能,即心神,亦系大脑的功能,即元神;志系志向,或由意念积累所形成的认识。神与志,不过是内脏功能的外在表现,如脉搏、目光、言语、思维、肌肉、气息、大小便等的动态变化,并可由此察其有神或无神。张景岳亦认为,神乃无形,变幻倏忽,体认较难,若神全去,则表明人体机能亦止息矣。从而可以说明两点:一是神在人体的重要性,二是神病治疗较难。从现今临床常见的某些神经症久治不愈、症多反复,亦得到证实。由于人在 40 岁之前,恃其神旺,非苦读而求功求名,即冥思成家立业,继之俸亲抚子,惓惓使其神疲而不知然,故此时“元神不可不养”。养元神无非是养心脑,一要调整心态,二要适当用些养神药物,可选用肉苁蓉、何首乌、黄精、灵芝、核桃仁之类,以填精养脑、补髓益智,既可保持脑血流量的恒定,又可起到间接保护脑细胞的作用。若伴有头昏、失眠、记忆力减退等症,还可酌加菟丝子、补骨脂(女性用)、五味子、酸枣仁、柏子仁、石菖蒲、远志之属。

2 惜血气

张景岳说:“在人曰血气,气为阳,阳主神也,血为阴,阴主形也。血气若衰,则形神俱败,此营卫之毫厘当惜也。”此处讲爱惜血气的重要性,意思是血为形体,气为功能,形体赖血以养,功能以气为支撑,二者既不可分离,也不可衰败,相互依赖,又相互影响。然而,血气乃与营卫同类,皆为人体的精微物质,由食谷所化生。卫气本于命门,达于三焦,以温肌肉、筋骨、皮肤,慄悍滑疾,无所约束;营气出于脾胃,以濡筋骨、肌肉,充满推移于血脉之中而动缓。卫气为热气,其作用既能温肌肉,又能化水谷;营气为湿气,其功能既可滑利经隧,又可充润发肤。故卫气虚则病寒,实则病热;营气虚则皱揭稿涩,实则淖泽附肿,光浮于外(《读医随笔》)。相对血气,营卫虽为外围,但二者不谐或俱虚,均可影响人生之根本。人至四十,脏腑经脉虽盛,但腠理已疏,现代医学亦认为中年人大多有合成性代谢和分解性代谢的相对平衡状态,渐至分解性代谢大于合成性代谢,由于中年“每恃血气之强”而“奔趋竭力”,必益使营卫俱损,不仅体重渐趋减轻,体力精神渐见衰退,而且易感邪气而多病,故爱惜营卫丝毫不能马虎,爱惜营卫就是爱惜血气。爱惜血气之法,一要平时加

强体质锻炼,二要适当选用一些相应药物,如黄芪、人参、甘草、山药、白扁豆、大枣、当归、枸杞子、龙眼肉、阿胶浆之类。参、芪、豆、枣、草、山药益气固卫,以增强网状内皮系统的吞噬能力,提高抗病能力;归、杞、桂圆、阿胶养血和营,并可增加冠脉动脉血流量,降低心脑血管细胞的耗氧量,于中年固腠理最宜。

3 慎克伐

张景岳曰:“在人曰克伐,……克伐者危事也,未有日加剝削,而不致残伤元气者,此消耗之不可不慎也。”这里是说人因好胜而损伤体力的危险性和当心无谓消耗体能的重要性。一般在 40 岁之前,“恃其少壮,何所不为”,志向昂扬,性格上好胜,生活上不注意饮食起居,最易损害健康。如在志向上,困于名利者有之,困于名者,每有“飞腾”之念,焦思切心,劳筋伤骨;困于利者,“止知财能养命”,奔波不已,不知竭尽精力,“浩气受抑”。在性格上,好胜者有之,“只喜人不负我,非骄矜则好胜”,争端遂起,事无大小,怨恨醉心,不知最损肝脾。在生活上,困于酒色者有之,困于酒者,“但知米汁之味甘”,不知“曲孽之性烈”,潜移其咎,殃及精血;困于色者,但图“娇艳可爱”,不知“伐命之说”,非成劳损,即“染秽恶”,更有“相思之失心”而成“郁结”。既至四十,原已“阴气自半”,再加克伐,元气必愈残伤。元气包括元阴、元阳之气,乃先天之精所化生,后天摄入营养以滋生,为人体生化动力之源泉,元气一伤,则生命根基即已动摇,故张景岳认为,“在人总在元气,但使元气无伤,何虞衰败?元气既损,贵在复之而已。”何以复之?笔者以为,一要节制食欲及酒色,二要借以药物适当滋补。气血虚,可选服五福饮(人参、熟地黄、当归、白术、炙甘草),若伴失眠,加酸枣仁、远志;肾阳虚,出现神疲气短,阳痿遗精,选用右归丸,若血压高减鹿角胶;肾阴虚,症见头晕眼花,自汗盗汗,舌干舌燥,腰酸腿软,可选用左归丸;肾阴肾阳虚而不明显,且见憔悴瘦弱、精神疲困者,可用六味地黄丸,并可随症加减。

4 断疑贰

张景岳说:“在人曰疑贰,今日云姑且,明日云将就,……然致坐失机宜,变生倏忽,又焉知耽阁之大害,此当机之不可不断也。”这就是说,人在自身正气不足或生理机能减退的时候,往往不自知或者半信半疑,不是姑置勿论,就是勉强应付,孰知失去调理的良机而能酿成大病。因此,即使衰减证候一时难于确定,也要见微知著,当机立断,采取相应防范措施以阻止其发展。正如张景岳所说,“损其一,浅犹肤也,损其二,深犹经络也,损其三四,则连脏腑矣。”而脏腑之虚,又有虚的相应征象,如心情抑郁,或精神萎靡属于神病,神主于心脑,必由于心脑之虚;呼吸短少,属于气病,气主于肺,乃由于肺虚;筋力之疲困,属于血病,血主于肝,是因肝虚;腰膝酸软,不耐久立,属于骨病,骨主于肾,乃由于肾虚;四肢之软弱,属于肌肉病,肌肉主于脾,是为脾虚。辨其所虚,适其所用,庶几“亡羊补牢,犹有未晚”。若“当其微也,使不知徒薪爨户,则将为江河,将寻斧柯,恐无及于事矣”,此亦张景岳“有病早治,无病早防”的修身思想。对于脏腑之虚的相应具体措施,张景岳虽未明提,但笔者认为,应当平素注意摄生,如心脑之虚,必须戒烦恼,调节心理承受能力,“宠辱不惊,心脑自宁”;肺虚当戒烟,因烟辛能耗散肺津肺气,吸入于肺不利,再者勿急躁怒语,“调息寡言,肺金自全”;肝虚宜戒酒,酒气伤肝,“杯酒无顾,肝木自舒”;脾虚少食糖、盐,甘主脾,过食甘则壅,脾恶湿,盐多则生湿,“少糖淡盐,脾土不蚀”;肾虚