

从气机升降理论探讨针灸与肠道菌群的关系

宁玉楼, 成泽东*

(辽宁中医药大学针灸推拿学院, 辽宁省沈阳市皇姑区崇山东路 79 号, 110847)

摘要 肠道菌群与人体健康之间存在着密切的联系, 肠道菌群稳态的改变会引起相应的疾病, 恢复原有的稳态则可治疗相应疾病。针灸作为中医疗法的重要组成部分被广泛应用于临床, 针灸的作用目的是达到阴平阳秘, 使机体恢复稳态, 与肠道菌群稳态在本质上具有一致性, 而中医气机升降理论则可以用于针灸治疗肠道菌群失调疾病方面的理论分析。

关键词 肠道菌群; 气机升降; 针灸疗法; 肠道微生态

现代医学研究证实, 人体肠道内寄生着多种微生物, 这些肠道微生物被称为肠道菌群, 它们组成肠道的微生态环境, 可分为共生性细菌(专性厌氧菌为主)、机会性细菌、致病性细菌^[1]。在正常人体内, 这些肠道微生物之间相互作用维持肠道微生态的稳定, 使机体处于健康的稳态, 一旦稳态失衡不仅会引起肠道微生态的失调, 还会产生相应的症状甚至产生疾病^[2]。肠道菌群的失调包括定植部位、菌群数量、种类改变和生物学特性上的异常变化等。气机升降理论是中医理论体系的重要组成部分, 它从动态来阐述机体的稳态, 是对生命活动的高度概括^[3]。《素问·六微旨大论》曰“非出入, 则无以生、长、壮、老、已; 非升降, 则无以生、长、化、收、藏。是以升降出入, 无器不有。”针灸治疗的目的是达到阴平阳秘, 使机体恢复稳态, 而肠道菌群的平衡对人体生命健康有着重要的意义, 这种中西医认识上的一致性可用于中医针灸治疗肠道菌群失调方面的理论分析。

1 气机升降理论

《黄帝内经》奠定了气机升降理论的基础, 之后东汉张仲景将气机升降理论运用于临床, 其后宋、金、元各派医家学术争鸣与创新进一步充实了气机升降理论, 明清医家则在前人基础上有了新的理论创新、应用和建树^[4]。

人体正常气机升降运动是由五脏六腑共同完成的, 就五脏六腑生理功能而言, 五脏以升为主, 六

腑以降为要。脏腑气机升降主要涉及脾、胃、肝、肺四脏。脾胃是气机升降的枢纽, 肝肺是气机升降的关键, 脾胃为后天之本, 运化和转输全身的气血津液, 同时脾主升, 胃主降, 脾升胃降共同调节全身气机畅达。《医碥》曰“脾胃居中, 为上下升降之枢纽”, 因此脾胃为气机升降的枢纽。肝属木通于春, 主升发, 肺属金通于秋, 主收敛和肃降。《临证指南医案》曰“但人身气机, 合乎天地自然, 肺气从右而降, 肝气由左而升, 肝病主降曰迟, 肝横司升曰速。”《灵枢·经脉》曰“肝足厥阴之脉, 起于大趾丛毛之际, ……其支者, 复从肝别贯膈, 上注肺。”以上均说明肺与肝的生理联系密切, 且主要体现在气机升降调节方面, 肝升肺降, 对全身气机的通畅、气血的调和起着重要的作用, 因此肝肺是气机升降的关键^[5]。

2 气机升降、针灸与肠道菌群之间的联系

2.1 气机升降理论在针灸治疗中的应用

《灵枢·刺节真邪论》曰“用针之要, 在于调气。”针灸最为显著的功效就是调节气机, 且调理气机升降是针刺调气的关键, 通过调理脏腑经络的气机升降, 以畅达气机、升清降浊, 恢复阴平阳秘的状态, 达到治疗疾病的目的。

针灸调节气机升降以“脏腑-经络-腧穴”基本关系为基础^[6]。首先是脏腑, 针灸治疗中主要依据脏腑生理功能和特性来调节脏腑气机升降, 使其恢复“阴平阳秘”。其次是经络、腧穴, 针灸主要通过调节经络之气, 使之归于平秘^[7]。经络是气机升降的通道, 十二经脉是人体结构的重要组成部分

* 通讯作者: 849690698@qq.com, 13363708857

分,其作用的发挥依赖于气机升降运动,如人体内宗气、原气、营卫之气等的运行都需要通过经络来运行全身。十二经脉升降方式主要为:相表里的两经是脏气升则腑气降,腑气升则脏气降;手足同名经是手经脏腑之气升则同名足经之气降,足经脏腑之气升则同名手经之气降。针灸主要通过腧穴上施以手法来调节脏腑经络气机升降。腧穴乃经络气血转运交会之所,有上升作用的如百会、长强,有下降作用的如肺俞、中脘、太冲,有双向调节升降作用的如足三里、天枢等^[6-7]。

针灸在临床上调节气机升降的方式有很多,如《金针赋》曰“及夫调气之法,下针至地之后,复人之分。欲气上行,将针右捻,欲气下行,将针左捻”,论述了以针灸行针手法可调节气机升降。合理应用配穴方法也可以调节气机升降,如远端配穴法、上下配穴法、左右配穴法等。针灸通过多种调节方式使气机升降平衡,达到阴平阳秘。

2.2 针灸对肠道菌群的调节

2.2.1 肠道菌群与疾病 正常的肠道菌群对人体健康有重要作用。肠道菌群失调不仅会引起肠道微生态的失调,还会产生相应的症状甚至产生疾病。中医学认为,阴平阳秘,人体才会保持健康,一旦这种动态的平衡被打破,出现阴阳失调,人体就会出现各种症状,产生疾病,正如《素问·阴阳应象大论》所云“阳胜则热,阴胜则寒”。肠道菌群失调发病的本质与中医学有着密切的联系。现代医学认为,微生态的平衡与失调是机体健康和疾病的核心,而肠道菌群是微生态的一部分,由此可以看出,肠道菌群的平衡与失调也是机体健康和疾病发生的核心之一,而这里的平衡与失调其实就相当于中医学的阴平阳秘与阴阳失调。Zackular 等^[8]研究发现,肠道菌群与内分泌疾病、心脑血管疾病、炎症性肠病和自身免疫性疾病等具有相关性,因此肠道菌群失调与疾病有着密切的联系。

2.2.2 针灸与肠道菌群 针灸可以通过各种方式作用于腧穴以此来调节脏腑经络气机的升降,使机体恢复阴平阳秘。研究发现,肠道原籍菌失去优势而致病菌增多时就会产生疾病,疾病又可进一步加重肠道菌群的失调程度,而这些失去优势的菌群很多都是益生菌^[9]。针灸通过作用于不同穴位可改善肠道菌群的多样性及有益菌群的含量^[10],因此,针灸可以改善失调菌群的比例,对肠道菌群具有调节作用。

2.3 气机升降理论与肠道菌群

中医学认为,气机升降失调是疾病发生的内在

机制之一,疾病产生后会引引起机体整体或局部的变化。针灸治疗疾病过程中,若疾病由气机不畅、升降出入失调引起,临床上一一般以通畅气机、平衡升降为治疗原则,并确立相应的治法,如《素问·阴阳应象大论》曰“其高者,因而越之;其下者,引而竭之”。在病理状态下经常可以应用气机升降理论来指导针灸调节肠道菌群。

2.3.1 脾胃气机升降与肠道菌群 脾胃是气机升降的枢纽,脾胃的某些功能与肠道菌群关系密切,如消化吸收、免疫防御等,这些符合中医学“脾胃为后天之本”“脾旺不受邪”等理论^[11]。脾胃气机升降正常对肠道环境稳态有重要的意义,一旦脾胃气机升降失调,肠道微生态环境也会发生相应的改变,如脾气虚则无法正常升清,会影响其他脏器,使脏腑之间的平衡遭到破坏,从而导致肠道菌群的失调;而肠道菌群失调也会反过来加重症状,使机体出现纳差、乏力、泄泻或便秘、腹胀等症状。现代医学研究证明,肠道菌群中的双歧杆菌、类杆菌、乳杆菌等会产生各种酶,参与机体对营养物质的消化吸收,若这些肠道菌群失调就会出现腹泻、纳差、便秘等症状^[12]。脾虚湿盛泄泻患者的粪便中双歧杆菌较正常人明显减少^[13],针灸治疗中经常运用足阳明胃经的天枢穴,可取得良好的治疗效果。如陈以国^[14]认为,天枢穴关乎人体气机升降、阴阳开阖,主要通过调节气机升降来治疗疾病,可补虚,也可用泻实,具有典型的双向调节作用。由此可以看出,脾胃气机升降失常所表现的症状与肠道菌群失调时表现的症状具有一致性,说明肠道菌群的失调与中医脾胃气机升降有着密切的联系,而针灸可以调节脾胃气机升降使肠道菌群恢复稳态。

2.3.2 肝肺气机升降与肠道菌群 肝肺是气机升降的关键,气机沿肝气升发之道上升,沿肺经肃降之道下降,肝与肺之气升降相因,对维持肠道环境的稳态具有重要意义。肝肺之气升降协调则安,反之则病症百出。如肝肺升降失序,可使肝气郁而化火,上逆侮肺,影响肺气肃降,津液失于布达,出现大肠腑气不通,津亏便秘;肺失肃降则可使肝失条达,疏泄不利,造成肠腑气机郁滞,产生便秘^[15]。研究结果表明,便秘患者双歧杆菌属、乳酸杆菌属数量较正常人群显著下降^[16],针灸治疗此类疾病可选期门、太冲、尺泽、上巨虚等穴。十二经气血运行,始于手太阴,终于足厥阴,循环无端,周而复始,穴当气血归入之门户,故名期门,

具有疏肝理气的作用。太冲乃肝经原穴,具有平肝、清热利湿功能,可平肝降火。尺泽位于手太阴脉经,至此如水归聚处,故名尺泽,具有清肺降气的作用。上巨虚为大肠的下合穴,具有通调腑气功能。采取这种调理肝肺气机升降的方法常会收到较好效果,如刘书坤^[4]治疗因肝木化风逆乘肺金,引起肺失清肃而咳喘的患者取太冲、侠溪、尺泽、鱼际穴,收到较好疗效;肖航航^[14]基于左肝右肺气机升降相关理论治疗便秘亦收到良好疗效。由此可以看出,肝肺气机升降失常所产生的某些疾病会有肠道菌群的失调,而针灸可以调节肝肺气机升降使肠道菌群恢复稳态。

综上所述,肠道菌群失调(菌群比例失调和菌群定位转移)会产生疾病,疾病又会进一步加重肠道菌群失调,形成恶性循环,而气机升降理论可以很好地阐述肠道菌群与针灸疗法之间的关系。目前,肠道菌群对人体健康所表现出来的作用越来越受到重视,针灸疗法在调节肠道菌群中所起的作用也日益受到人们的关注,临床和动物实验都证明了针灸疗法有助于肠道菌群稳态的维持。今后应进一步探索和研究针灸和肠道菌群之间的关系,促进针灸和微生物生态的结合与发展,使针灸更好地服务于人类健康事业。

参考文献

- [1] 汪志明,李宁. 肠道微生态与营养支持 [J]. 中国实用外科杂志, 2012, 32(2): 167-169.
- [2] 朱强. 肠道微生态系统与肠道黏膜屏障 [J]. 山东医药,

2011, 51(35): 100.

- [3] 朱向东. 气机升降理论探析 [J]. 中医研究, 2006, 19(9): 1-2.
- [4] 刘书坤. 气机升降理论在针灸临床中的应用 [J]. 北京中医药, 2013, 32(5): 364-365.
- [5] 陆寿康. 刺灸法 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2007: 54.
- [6] 张汗. 气机升降与抑郁症大脑半球功能侧化的相关性研究 [J]. 成都: 成都中医药大学, 2014.
- [7] 陈以国. 气机升降话“天枢” [J]. 辽宁中医杂志, 2012, 39(12): 2337-2338.
- [8] ZACKULAR JP, BAXTER NT, IVERSON KD, et al. The gut microbiome modulates colon tumorigenesis [J]. MBio, 2013, 4(6): e00692-13. doi: 10.1128/mBio.00692-13.
- [9] 郭慧玲. 肠道菌群与疾病关系的研究进展 [J]. 微生物学通报, 2015, 42(2): 400-410.
- [10] 覃佩兰. 基于脑肠轴学说探讨针灸对肠道菌群调节的思考 [J]. 时珍国医国药, 2015, 26(11): 2712-2714.
- [11] 彭鑫. 《伤寒论》阳明、太阴病证与肠道微生态及人体反应性关系研究 [J]. 北京: 北京中医药大学, 2008.
- [12] 吴国琳. 肠道微生态的中医本质探讨 [J]. 中华中医药学刊, 2015, 33(11): 2586-2588.
- [13] 卢林, 杨景云, 李丹红. 脾虚湿盛泄泻患者肠道微生态及舌部菌群变化的临床观察 [J]. 中国微生态学杂志, 2007, 19(4): 333-334.
- [14] 肖航航. 基于肝肺相关理论治疗便秘的体会 [J]. 中医药信息, 2015, 32(1): 47-48.
- [15] 冯啸波. 顽固性便秘患者金陵术后的疗效、营养及肠道菌群的改变 [J]. 上海: 第二军医大学, 2012.

Relationship between Acupuncture and Intestinal Flora: Based on the Theory of Qi Movement Ascending and Descending

NING Yulou, CHENG Zedong

(Acupuncture and Massage School, Liaoning University of Chinese Medicine, Shenyang, 110847)

ABSTRACT Intestinal flora and human health have close relationship. The change of intestinal flora steady state may lead to corresponding diseases. Restoring original steady state may treat corresponding diseases. Acupuncture, as an important part to compose Chinese medicine therapy, is widely used clinically. The effect of acupuncture is to balance Yin and Yang and make body restore steady state, which has consistency with intestinal flora steady state in essence. The theory of Qi movement ascending and descending in Chinese medicine could be used to make theoretical analysis of acupuncture treating diseases of intestinal flora alteration.

Keywords intestinal flora; Qi movement ascending and descending; acupuncture therapy; intestinal microecology

(收稿日期: 2016-05-23; 修回日期: 2016-06-16)

编辑: 黄 健