

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2014.18.022

百 家 园

《太平圣惠方》治疗“腰脚疼痛”的食治方剂分析

丁 毅[△] 王国为 夏洁楠 徐世杰^{*}

(中国中医科学院中医基础理论研究所, 北京市东直门内南小街 16 号, 100700)

基金项目: 中国博士后科学基金资助项目 (2013M530856); 中国中医科学院基本科研业务费自主选题资助项目 (YZ-1301)

摘要 《太平圣惠方》认为, 腰脚疼痛是“由肾气不足, 受风邪之所为也。劳伤则肾虚, 虚则受于风冷, 与真气交争, 故腰脚疼痛”。强调“宜以食治之也”, 《太平圣惠方》所载食治腰脚疼痛共有 5 大类型 9 首方剂, 分为肝肾虚热型、风湿型、肾气虚损型、肾脏虚冷型、肾脏风冷型, 方如梅实仁粥方、豉酒方、婆罗粥方等, 除了针对病证风、寒、湿的药物外, 还运用米、面等与其相伍, 可见注意脾胃的调理是提高治疗腰脚疼痛疗效的一种有效途径。

关键词 太平圣惠方; 腰脚疼痛; 痹病; 食疗

《太平圣惠方》是我国第一部由政府组织编修的大型综合性方书, 以临床实用为目的, 充分反映了北宋前期的医学水平, 具有较高的临床参考价值。《太平圣惠方》对痹病的认识主要是继承《黄帝内经》与《诸病源候论》的观点, 认为腰脚湿痹是“风、湿、冷三气相攻而成也。气胜则通行流转, 不为留滞。风、湿、冷气胜, 则住于腰脚, 是为湿痹。……风湿痹, 冬多中人血脉腠理, 则为诸风矣。本由外风邪, 入于经络气俞也”^{[1] 588}。腰脚痛是“由肾气不足, 受风邪之所为也。劳伤则肾虚, 虚则受于风冷, 与真气交争, 故腰脚疼痛”^{[1] 836}。

对于腰腿痛的痹病, 《太平圣惠方·食治腰脚疼痛诸方》认为, “宜以食治之也”^{[1] 3127}, 强调痹病不仅可以用中药治疗, 还可以用食疗方法治疗。“食疗”、“食治”一词起源于唐代孙思邈的《备急千金要方》, 曰“夫为医者, 当须先洞晓病源, 知其所犯, 以食治之, 食疗不痊, 然后命药”。他还指出“食能排邪而安脏腑, 悦神爽志以资血气。若能用食平病、释情遗疾者, 可谓良工”^[2]。这种重视食疗的思想, 对后世产生了深远影响。而其食疗的重要理论来源于《黄帝内经》, 指出“天食人以五气, 地食人以五味”; “气味合而服之, 以补益精气”; “五谷为养、五果为助、五畜为益、五

菜为充”^[3]。

《太平圣惠方·食治腰脚疼痛诸方》共有 9 首方剂, 大致可以分为 5 类。

1 肝肾虚热型

治腰脚疼痛, 不可转侧, 梅实仁粥方。“梅实仁、米, 上煮米令半熟。即下梅实仁相和。搅令匀。候熟。空腹食之”。梅实即乌梅, 梅实仁即是乌梅的种仁, 又称作梅核仁。《证类本草》记载: “梅核仁亦可单用, 味酸, 无毒。能除烦热”^[4]。《本草纲目》记载其“气味酸、平, 无毒。主治: 明目, 益气, 不饥, 除烦热”^[5]。其他本草书籍没有明确记载梅实仁有治疗腰脚疼痛的功效, 在《本草逢原》中只是提到“明目益气, 除烦热, 能治妇人子宫中风气积滞”^[6]。

我们认为, 梅实仁“明目, 益气, 不饥, 除烦热”, 有“补中益气, 清肝虚热”之功效。按照方证对应的原则, 梅实仁粥方主要治疗肝肾虚热的腰脚疼痛型风湿病。梅实仁粥方与张仲景《伤寒论》芍药甘草汤有异曲同工之妙, 后者芍药酸收苦泄, 益阴养血, 泻肝热, 炙甘草缓肝和脾, 酸甘相合, 滋阴养血, 使筋肉得养而拘挛自除。

2 风湿型

2.1 治下焦风湿, 腰脚疼痛, 行走无力, 豉酒方
“淡豆豉、附片、薤白、川椒, 上件药相和。

* 通讯作者: xushijie6666@sohu.com

△ 中国中医科学院中医基础理论研究所站博士后

炒至薤熟，投于三升酒中，更煎四五沸，每取一小盏，搅粥食之”。淡豆豉主“两脚疼冷”与炮附片散寒除湿，主治风寒湿痹，共奏祛风寒之效；薤白通阳散结，治“中风寒水肿”，起到祛风寒湿之效；花椒主“寒湿痹痛，开腠理，通血脉，坚齿发，调关节”，陈自明《妇人大全良方》就有外用花椒治疗寒湿脚气的记载，可见花椒在此起到引经之用，以达到驱寒逐湿之功。炮附片、薤白、花椒都是辛热之品，淡豆豉在此起相佐作用，共同起到祛风寒湿痹功效。

2.2 治风湿痹，腰膝疼痛，牛膝叶粥方

“牛膝叶、米，上于豉汁中相和，煮作粥，调和盐酱，空腹食之”。牛膝叶，祛风湿、活血、利尿、解毒，功同根，主“寒湿痿痹”；白米，芳香悦脾。脾主四肢，牛膝叶与米相配，可以更好地治疗腰膝风湿痹。

3 肾气虚损型

治肾气虚损，腰脚疼痛，羊肾馄饨方。“五味子、山茱萸、干姜、川椒、桂心，上件药，捣细罗为散，每日取羊肾一对，去脂膜细切，入散两钱，木臼内杵泥，作馅用，和面捻作馄饨，以水熟者，和汁食之”。五味子主“劳伤羸瘦，补不足，强阴，益男子精，养五脏，除热，生阴中肌”；山茱萸补益肝肾，收敛固脱，逐寒湿痹，两者共奏强阴益精，安五脏之效；干姜温中散寒，主治寒湿痹痛，“逐风湿痹”；桂心补火助阳，散寒止痛，温经通脉，花椒温中止痛，除湿，达到逐风湿痹的功效；羊肾补肾气，益精髓，还起到引经之功。此五药共奏补肝肾祛风湿之效。

4 肾脏虚冷型

4.1 治肾脏虚冷，腰脚疼痛不可忍，桂心酒粥方

“桂心、好酒，上暖酒和桂心末，空腹分为二服，搅粥食之”。桂心辛甘热，补火助阳，散寒止痛，温经通脉；酒通血脉，行药势，能使桂心之药力达到全身四肢，两者相伍主治肾阳虚之风寒痹痛。

4.2 治肾气虚冷，腰脚疼痛，转动不得，羊脊骨羹方

“羊脊骨、羊肾、羊肉、葱白、粟米，上炒肾肉断血，即入姜葱五味，然后添骨汁，入米重煮成羹，空腹食之”。羊脊骨“虚劳寒中羸瘦，补肾虚，通督脉，治腰痛”；羊肾补肾虚，益精髓；羊肉温中暖肾，主治腰膝酸软，虚劳羸瘦；葱白通阳，主“伤寒骨肉痛，……除肝邪气，安中，利

五脏”；粟米主“养肾气，去胃脾中热，益气”。此方用羊脊骨、羊肾、羊肉血肉有情之品温中补肾；粟米健脾胃益气；葱白通阳，以达到治疗肾虚冷之痹病。

5 肾脏风冷型

5.1 治肾脏风冷，腰脚疼痛，转动不得，羊脊骨羹方

“羊脊骨、葱白、粳米，上以水七大盏，煎骨取汁四大盏，漉去骨，每取汁二大盏，入米二合，及葱白椒盐酱作羹，空腹食之”。羊脊骨“虚劳寒中羸瘦，……补肾虚，通督脉，治腰痛”；葱白通阳，主“伤寒骨肉痛，……除肝邪气，安中，利五脏”；粳米补气健脾，除烦渴。此方治疗的痹病类型较上方为轻。

5.2 治肾脏风冷，腰脚疼痛，婆罗粥方

“牛膝、白面，上将牛膝于面中拌，作婆罗粥，熟煮十沸，滤出，则以熟水淘过，空腹顿食之”。牛膝补肝肾，强筋骨，活血通经，主“寒湿痿痹，四肢拘挛，膝痛不可屈伸，……补中续绝，填骨髓，除脑中痛及腰脊痛，……益精，利阴气，止发白”；白面“养肝气，止痛”。

5.3 治下焦风冷，腰脚疼痛，转动不得，宜吃猪肚炙方

“猪肚、酒、附子，上以椒葱盐酱并酒，附子末拌和，煮作角炙，空腹食之，兼饮酒一两盏，勿令过度”。附子散寒除湿，主“寒湿痿痹拘挛，膝痛脚疼，冷弱不能行步，腰脊风寒”；猪肚补虚损，健脾胃，“主补中益气”。附子、用酒猪肚以补先后天，用酒通血脉，行药势，治疗下焦风冷之痹病。

可以看出，《太平圣惠方》所载食治腰脚疼痛诸方中，除了针对病证风、寒、湿的药物外，还运用米、面等与其相伍，如梅实仁粥方、豉酒方、婆罗粥方等方剂，这是借米、面之力调护脾胃，另有引风湿之药入脾经四肢之效。在《金匱要略》记载治疗寒湿附着肾经、病属下焦的肾着病，运用的就是温脾胜湿之法，方中采用白术、茯苓健脾渗湿，干姜、甘草温中散寒。可见注意脾胃的调理，是提高治疗风寒湿痹疗效的一种有效途径。

食疗是一种自然疗法，利用日常饮食起到防病治病的作用，可以和药物治疗相媲美，正如《备急千金要方》所述“济命抚危者，医也。安身之

(下转第 1618 页)

治疗的理论体系。

4 阴阳信息观

阴阳系物质、系功能，而有物质、有生命，就有信息。在阴阳信息观看来，四时万物不仅具有具体的阴阳象数属性，同时也具备生命的全能动态与信息传感。生物全息律提示我们，生物的部分与整体之间，在同一层次的事物之间，事物与系统之间，都是息息相关的，天、地、人是相互感应的整体，并具有两种特性，即全息性和阴阳性。其实，由亿万个细胞形成的人体，“这亿万个细胞中的每一个都包含着人体的信息”^[308]。人体存在着复杂的信息传出网和信息接收传入网，并进行着相应的调节，使人能与天地合一，人体自身也在动态中得以保持阴阳平衡。

阴阳信息观认为，人体外部的许多部位都是整个信息的集中反映处，如形体信息、面息、脉息、舌息、呼吸息、声息、目息、鼻息、手掌息、足息等，这与后来的全息律是相通的。人体的正常生理，必然通过信息而反映到外部来，人的生命，就是各种生理信息的综合表现过程；人的疾病，就是各种疾病的病理信息的表现过程。值得注意的是信息整体性，即人之信息与天地自然信息为一体，相互感应；人体的自身信息内外也是一个整体，并通过动态调节以维持人的生命。同时也要重视信息具有阴阳特征，这不仅指在生理上随着时、日、月、季节、年等五运六气的阴阳变化而相应变化，在病

理上随着疾病的病位属性不同也变化不同，或重、或轻、或愈、或死。人体的疾病信息随其病位、病性之不同，亦显见于相应系统或局部。疾病的症状是疾病反映出的信息与求助信号，而所辨的证，是通过信息对疾病的定位与定性，是治疗救助的核心，所进行的治疗是根据所需救助的部位、性质、程度不同，因而采取的措施、所用的药、具亦有所不同。此外，中医阴阳信息观认为，气主动，信息的传出与接收、传入的能源与动力在于气，并具体在于阴阳二气。“气具有全息性”^[73]，气虽无形，但可以通过无形通道与有形通道遍行于人体上下内外，这就形成了人的上下内外复杂的信息网。

综上，中医阴阳学说集生命哲学观、阴阳运动观、阴阳象数观、阴阳信息观之大成，而以上四观涵盖了中医从思想观念到临床和科研全过程。中医阴阳学说系中医文化的基因，其博大精深值得深入研究。“观”的本质是观点，是对客观事物的看法，属于思想意识范畴，本文对四观做一粗浅阐述，意在抛砖引玉，希望引起中医学术界对此的重视。

参考文献

- [1] 黄峻波. 易经图文大百科 [M]. 昆明: 云南人民出版社, 2012.
- [2] 张其成. 医学与中医 [M]. 南宁: 广西科学技术出版社, 2007.

(收稿日期: 2014-03-21; 修回日期: 2014-05-23)

[编辑: 崔京艳]

(上接第 1612 页)

本,必资于食。救疾之速,必凭于药。不知食宜者,不足以存生也。不明药忌者,不能以除病也。……长年饵老之奇法,极养生之术也”^[7]。食疗的理论基础是基于食物与药物一样也具有“四气五味”、升降沉浮和归经。顺应四时的自然变化,根据“辨证食疗”,采用“热则寒之,寒则热之;虚则补之,实则泻之;燥则润之,湿则祛之”的食疗原则。虽然食疗取材中有日常饮食成分,但是食材与草药都有性味偏颇,所以要注意其安全事项,如《金匱要略》所言:“所食之味,有与病相宜,有与身为害,若得宜则补体,为害则成疾”^[7],以及《备急千金要方》所说“食不欲杂,杂则或有所犯,有所犯者,或有所伤,或当时虽无灾苦,积久为人作患”^[7]。

参考文献

- [1] 王怀隐. 太平圣惠方 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1958.
- [2] 孙思邈. 备急千金要方 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2009: 471.
- [3] 王冰. 黄帝内经素问 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2012: 46, 101, 102.
- [4] 唐慎微. 重修政和经史证类备用本草(下) [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2013: 1293.
- [5] 李时珍. 本草纲目(下册) [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2013: 937.
- [6] 张璐. 本草逢原 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 1999: 865.
- [7] 张仲景. 金匱要略方论 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963: 81.

(收稿日期: 2014-02-15; 修回日期: 2014-05-19)

[编辑: 黄健]