

马王堆医书对当代男科疾病临床治疗及调护的影响

李波男¹, 何清湖^{1*}, 周兴²

(1. 湖南中医药大学, 湖南省长沙市岳麓区含浦科教园, 410208; 2. 湖南中医药大学第一附属医院)

摘要 长沙马王堆汉墓出土了 14 种医书, 其中《十问》《合阴阳》《天下至道谈》《养生方》《杂疗方》对性的理论、治疗调护以及房中养生保健等作了深入而全面的论述。这些性医学著作的房中理论主要包括天人相应、阴阳相济, 七损八益、开阖有度, 神形相安、身心同调, 食养生精、药食合用。对现代男科疾病如少弱精子症、早泄、勃起功能障碍的治疗及病后调护均具有重要的指导意义。

关键词 马王堆; 医书; 男科疾病

1973 年底在长沙马王堆三号汉墓出土了大批文物, 其中出土医书共计 14 种, 包括《足臂十一脉灸经》《阴阳十一脉灸经》(甲本、乙本)、《脉法》《阴阳脉死候》《五十二病方》《养生方》《杂疗方》《胎产方》《却谷食气》《十问》《合阴阳》《天下至道谈》《杂禁方》《导引图》。据考证, 大部分医书的成书年代早于《黄帝内经》, 填补了我国医学史上的许多空白, 为经络学、脉学、方药学、保健学以及性医学的溯源提供了更为久远的可考文献资料^[1]。其中《十问》《合阴阳》《天下至道谈》《养生方》《杂疗方》对性的理论、治疗调护以及房中养生保健等作了深入而全面的论述, 不仅是我国也是世界现存最早的性医学著作, 对当代男科疾病的临床治疗具有一定的指导意义。本文旨在结合当代男科临床疾病探讨马王堆出土医书房中理论对当代男科疾病临床治疗及调护的指导作用。

1 天人相应, 阴阳相济, 治疗少弱精子症

《素问·阴阳应象大论》云“阴阳者, 天地之道也”; 《庄子·达生》云“天地者, 万物之父母也”, 由此可见, 阴阳与天地是生命之本。在马王堆医书《十问》第一问中便探讨了万物与阴阳的关系, “黄帝问于天师曰: 万物何得而行? 草木何得而长? 日月何得而明? 天师曰: 尔察天之情, 阴阳为正, 万物失之而不继, 得之而赢”, 表明天地万物的生长变化都通过阴阳变化来实现, 若万物

不顺应阴阳之道就不能生存和繁衍, 若谨守其道则能繁荣昌盛^[2]。在《十问》第四问, 容成答曰: “君若欲寿, 则顺察天地之道。天气月尽月盈, 故能生长。地气岁有寒暑, 险易相取, 故地久而不朽。君必察天地之情而行之以身”, 再次强调人需顺应自然界阴阳变化之规律, 趋利避害, 则能健康长寿^[3]。《十问》第九问云“夫卧, 使食糜消, 散药以流刑者也。辟卧于食, 如火于金。故一夕不卧, 百日不复”, 指出遵循日常睡眠规律有助于食物的消化和吸收, 使人精力充沛, 睡眠不足则精力疲乏很难恢复如初。在马王堆医书中还有很多论述天人当相应、阴阳当调和的实例, 具有防病于未然的前瞻性。随着现代社会的发展, 一方面因为人们对自然环境的破坏, 导致生存环境的质量下降。如研究表明, 各种环境因素的变化, 特别是近年来认识的环境激素物质中所表现的具有雌激素样活性物质的广泛存在和与人们的密切接触, 低剂量、长期暴露的蓄积作用, 是导致男性精液质量下降的直接原因^[4]。另一方面随着人们生活节奏的加快, 越来越多的男性长时间使用手机、电脑, 身体长期暴露在电磁辐射中, 导致正常精子的数量降低, 精子畸形率增高, 造成受孕率降低及胎停^[5]。提示在指导男性备孕及治疗少弱精症的过程中应高度重视生活起居有常的重要性, 顺应四时之变, 审夫阴阳, 和于术数。

2 七损八益, 开阖有度, 治疗早泄

《孟子》曰“食、色, 性也”; 《礼记》云: “饮食男女, 人之大欲存焉”, 表明性生活如同饮

基金项目: 国家自然科学基金(81673984, 81774324)

* 通讯作者: hqh1111@tom.com

食一样,是健康成年男女双方共同的需要。结合现代男科学对早泄的定义:阴茎未插入阴道、插入阴道时或阴茎在插入阴道后不足 1 分钟即发生射精,致使性功能正常的妻子在性交中不能达到性欲高潮和性满足者^[8]。可知和谐的性生活需要满足两个条件:一是时间大于 1 分钟,二是双方满足有高潮。男性的高潮即是射精,而女性达到高潮时的表现相对较多。在《合阴阳》中对交合之道的全过程进行了详尽的描述,指出女方性兴奋和性高潮主要表现为“五声”“十征”,并论述了男子性交方式的“十势”和女子性交过程中的“八动”。这些姿势或体位的变换方法值得现代男科行为治疗中借鉴,通过把握性交过程中的不同性兴奋表现来采用不同的性交方式,以求达到和谐满意的性生活。《合阴阳》中强调了男子在性交中“坚守精室,乐而不泄”的原则,即控制射精来逐渐延长性交时间,与现代医学治疗早泄的行为疗法颇为相似。《天下至道谈》曰“交欲为之,曰智(知)时”,“不欲强之曰绝”,表明只有男女双方产生了强烈的性欲时才是最佳的同房时机,若女方没有欲望而男方强行进行交合,男子易早泄,容易导致性生活的失败^[9]。马王堆出土医书中对早泄治疗具有指导意义的论述还包括“固精少泄”“七损八益”理论。《天下至道谈》云“呜呼慎哉,神明之事,在于所闭。审操玉闭,神明将至”,指出性生活的关键在于闭精少泄,坚守闭精之道,则精神元气就会到来。对于频繁手淫而诱发的早泄患者,减少或戒除手淫从而开阖有度显得尤为重要。“七损八益”的房事养生理论和方法对治疗早泄也提供了一定思路。“七损”是指应该避免对身体有害的七种情况,即精道闭塞、虚汗外泄、精液短竭、阳不举、心须意乱、勉强交接、急速泻精等。“八益”指对身体有益的八种行为,即调治精气、招臻津液、掌握恰当的交接时机、蓄养精气、调和阴液、积存精气、等待精气盈满和定倾等^[8]。两性交合应避免“七损”,遵从“八益”,可使性机能长期处于旺盛阶段,不致过早衰老。由此看来,在青壮年时期节制房事,固精少泄,开阖有度,把握“五声”“十征”之时机,运用“十势”“八动”之技巧,遵从“七损八益”之道是保证男女满意性生活之大法,也是当今治疗早泄的准则。

3 神形相安,身心同调,治疗勃起功能障碍

《天下至道谈》曰“怒而不大者,肌不至也;

大而不坚者,筋不至也;坚而不热者,气不至也”,从不大、不坚、不热三方面阐述了阴茎勃起的过程,认为阴茎的勃起需要肌气、筋气、神气三者皆至。阴茎的勃起是一个复杂的过程,除需要身体条件满足外更需要心理条件满足才能做到完美的交合,如《十问》所云“神和内得,云(魂)皇,五藏(藏)固薄,玉色重光,寿参日月,为天地英”^[8]。说明了神志情绪调和内守才能将五脏精气聚集,精气聚集也是阴茎勃起的必备条件。因此,在治疗勃起功能障碍时除用药物使人体精气充足外,更应该重视心理疗法让充足的精气聚集。在《天下至道谈》与《合阴阳》中均提出了“不先女人”的原则,曰“人人有善者,不先女人。女人有之,善者独能,母予母怠,母作母疑,必徐以久,必微以持,如已不已,女乃大怡”,表明在两性交合时要抓住女性性欲的时机进行,不可过早或延误,不可冲动或迟疑,应充分考虑到女性的情绪和感受,这样才能达到愉悦身心的作用^[10]。虽然勃起功能障碍是存在于男性的疾病,但它会影响男女双方的性体验和精神心理状态,对整体生活质量、家庭和谐造成严重的负面干扰。而女性对勃起功能障碍的态度和采取的措施反过来又会影响男性的心理状态、寻求治疗的积极性以及对勃起功能障碍诊疗的有效性^[11]。在治疗男性勃起功能障碍时除给男性心理疏导外也应指导其女性伴侣参与勃起功能障碍的诊疗活动,对男性给予支持、理解和安慰,以减少因疾病带来的负面心理负担。

4 食养生精,药食合用,调护男科疾病

《十问》《天下至道谈》均提出了聚精、蓄精的养生原则,认为“以精为充,故能久长”“食阴拟阳,稽于神明”^[12]。《养生方》《杂疗方》认为食疗滋补、药食合用可达到治疗疾病的目的^[13],对以慢性病程为主的男科疾病的治疗具有重要的借鉴作用。《十问》记载了食物毒韭,曰“卧时食何是有?淳酒毒韭。草千岁者唯韭,故因而命之。其受天气也早,其受地气也葆,故辟摄壤怯者,食之恒张;目不察者,食之恒明;耳不闻者,食之恒聪;春三月食之,苛疾不昌,筋骨益强,此谓百草之王”。认为厚韭菜,接受天地之精华,可以使人耳聪目明,情志舒畅,筋骨强劲。《十问》对醇酒也有记载,曰“酒者,五谷之精气也,其入中散流,其入理也彻而周,不胥卧而究理,故以为百药由”。强调酒为百药之长,聚五谷之精气,有兴阳

起痿之功。《十问》中曰“夫鸡者，阳兽也，发明声聪，伸头羽张者也。复阴三月，与韭俱彻，故道者食之”，认为鸡属于阳，食用可以聪耳明目，鸡蛋和韭菜同食可有滋阴通阳之功。《十问》中记载的毒韭、醇酒、鸡蛋均可养精生精，对男性疾病如少弱精子症勃起功能障碍均是调养之佳品。又如《养生方》中治阴方“取黄蜂百，以美酱一杯渍，一日一夜而出，以汁渍痘糗九分升二。每食，以酒饮三指撮”。这种用大黄蜂、肉酱、面粉制作含药面粉用来治疗阳痿的方法用法灵活、药食合用，为当代中医男科用药提供了新思路。《杂疗方》对食物疗法也有颇多记载，其记录的 40 余首方中食物性药物占有很大比重，主要有枣糕、菱角、蜜、鱼、鳖、鸡蛋、鹌鹑蛋、羊肉等。这些食物含有丰富的优质蛋白，而现代研究表明，优质蛋白是形成精液的主要原料，在预防男性不育以及防治前列腺炎等方面具有重要意义^[4]。

综上所述，马王堆出土医书提出的房中理论，不仅指出了两性房中养生的重要性，也详细地记载了男性疾病预防、治疗的具体方法，对现代男科疾病的预防与治疗具有重要的指导意义，其学术思想值得进一步去发掘，并将其与当代医学结合起来，更好地服务于大众。

参考文献

- [1] 何清湖,周兴. 马王堆古医书养生思想浅谈 [J]. 中医药文化, 2009, 4(5): 49-51.
- [2] 陈洪,何清湖,陈小平. 论马王堆养生文化的价值取向

- [3] 中华中医药杂志, 2014, 29(12): 3689-3691.
- [4] 刘蔚. 简论马王堆医书《十问》“审夫阴阳”生命观及现实价值 [J]. 湖南中医药大学学报, 2014, 34(3): 1-3, 27.
- [5] 张树成,贺斌,王弘毅,等. 有关环境与男性精液质量变化的几个问题: 我国男性精液质量下降的最新数据 [J]. 中国计划生育学杂志, 2003, 11(3): 189-191.
- [6] 包华琼,蔡敏,陈可,等. 计算机电磁辐射对男性精液质量影响 [J]. 重庆医学, 2012, 41(11): 1108-1110.
- [7] 何清湖,秦国政. 中西医结合男科学 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 237-239.
- [8] 陈洪,何清湖. 房中守精: 坚固两性和谐 [N]. 中国中医药报, 2013-07-25(8).
- [9] 王立. 马王堆医书中性医学文献概论 [J]. 中医杂志, 1995, 36(10): 624-626.
- [10] 何清湖. 周兴. 谭同来. 马王堆古汉养生大讲堂 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2009: 28-29, 230.
- [11] 魏一苇,何清湖,刘禹希. 马王堆养生理论研究的现状与展望 [J]. 湖南中医药大学学报, 2014, 34(9): 62-65.
- [12] 董良,陈帝昂,张培海,等. 女性心理因素对男性勃起功能障碍的影响 [J]. 中国性科学, 2015, 24(7): 117-119.
- [13] 黄巍,何清湖,姚勤. 论马王堆医书中的饮食养生理念与方法 [J]. 湖南中医杂志, 2013, 29(7): 6-8.
- [14] 喻燕姣. 马王堆医书与饮食疗法 [J]. 华夏文化, 1994(21): 110-111.
- [15] 赵文,王祖龙. 古今男性养生四合理 [J]. 中国性科学, 2017, 26(3): 97-98.

(收稿日期: 2018-04-23; 修回日期: 2018-05-25)

编辑: 黄 健

《中医杂志》(英文版) 欢迎投稿

Journal of Traditional Chinese Medicine (《中医杂志》(英文版)) (ISSN 0255-2922, CN 11-2167/R) (双月刊) 由中华中医药学会与中国中医科学院联合主办, 是我国中医药界具有权威的中医药英文科技期刊, 现发行和交换 90 多个国家和地区。

《中医杂志》(英文版) 自 1981 年创刊以来一直坚持正确的办刊宗旨, 国际影响力不断提升。2010 年入选 SCI-E (《科学引文索引》扩刊版), 2011 年获得中国中医科学院自主选题项目资助, 2013 年获得“中国科技期刊国际影响力提升计划”资助, 自 2012 年起连续被评为“中国最具国际影响力学术期刊”。本刊先后被国际知名文献数据库 MEDLINE、CA《化学文摘》、EM《医学文摘》等收录, 是 MEDLINE 收录的第一份中国出版的中医药期刊, 是 SCI 收录的 30 余种全科医学和替代医学期刊中唯一一本中国传统医学综合性学术期刊。

《中医杂志》(英文版) 主要栏目包括循证研究、理论研究、基础研究、临床观察、中药研究、文献研究、思路与方法、综述等。内容以报道中医药基础、临床研究成果和科研前沿进展为主, 覆盖中医药学科各个领域。欢迎广大专家学者积极投稿。作者可直接登录本刊网站 <http://www.journalctcm.com> 投稿。

联系邮箱: jtcmen@126.com。电话: 010-64089190。

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