

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2015.17.022

艾灸疗法中灸感、灸温、灸量与灸效关系

王桂英¹, 王耀帅^{2*}, 王玲玲²

(1. 东南大学附属中大医院, 江苏省南京市鼓楼区丁家桥 87 号, 210009; 2. 南京中医药大学第二临床医学院)

摘要 通过梳理古籍中关于灸感、灸温、灸量及灸效的记载, 探讨其相关关系, 提出艾灸的温通作用与灸感、灸温、灸量、灸效等密切相关, 灸感、灸量和灸温相互影响, 艾灸临床要严格操作, 控制好灸量、灸温、灸感, 才能取得最佳灸效。

关键词 灸感; 灸温; 灸量; 灸效

艾灸疗法在我国已有数千年的历史, 如《孟子·离娄》曰“七年之病, 求三年之艾”。汉代许慎所著《说文解字》^[1]中扼要说明了灸法, 曰“灸, 灼也, 从火(音‘久’), 灸乃治病之法, 以艾燃火, 按而灼也”。我们对古籍所载灸法资料中灸感、灸温、灸量及灸效的关系进行了分析、总结, 现探讨如下。

1 灸感

“灸感”是施灸过程中人体出现的特殊感知和反应, 包括局部及全身性的感觉。除此以外, 还包括施灸后可以被肉眼观察到的变化, 如红晕、出汗、肌肉跳动等。由于灸感与灸效密切相关, 又能给施灸过程中及时调整灸量带来参考信息, 因而在临床上有很大的实用性, 不过至今尚未发现古人对灸感有过系统的总结, 古代医家有关灸感的描述只是散见于各类文献中。

宋代医家闻人耆年《备急灸法》^[2]曰“其艾火即随流注先至尾闾, 其热如蒸, 又透两外肾俱觉蒸热, 移时复流足涌泉穴, 自下而上渐渐周遍一身, 奇功异效盖缘于此也。”古人还将对灸感的描述与“气”“火气”“火势”相联系, 在很多古籍中灸感被称之为“气”“火”“火势”。“气”是中医学的核心观念之一, 针刺与艾灸都强调“气至而有效”, 如《灵枢·刺节真邪》曰“治厥者, 必先熨, 调和其经, 掌与腋、肘与脚、项与脊以调之, 火气已通, 血脉乃行, 然后视其病, 脉淖泽

者, 刺而平之, 坚紧者, 破而散之, 气下乃止, 此所谓解结者也”^[3], 说明灸法以“火气已通”作为判定依据, 达到通畅血脉的效果。《黄帝明堂灸经》曰“凡下火点灸, 欲令艾炷根下赤辉广三分, 若不三分, 孔穴不中, 不合得经络。缘荣卫经脉, 气血通流, 各有所主, 灸穴不中, 即火气不能远达, 而病未能愈矣”, 认为在经脉上施灸才能使火气沿着经脉远传。此外, 古人还观察到灸感并不是静止的, 而是呈现移动的状态。同时认识到灸感的激发与否与疗效密切相关, 如《备急千金要方》曰“灸六百壮, 至千壮, 当觉气下砢砢然如流水状, 亦当有所下, 其治疾之效甚众且敏”。宋代王执中在《针灸资生经》^[4]中曾描述过亲身感受, 曰“他日心疼甚, 急灸中管(腕)数壮, 觉小腹两边有冷气, 自下而上至灸处即散, 此灸之功也”。又曰“如患深、用汤洗未退, 易汤洗令消, 然后灸, 觉火气通至胸乃效, 病虽深至二十余壮, 永绝根本”, 指出艾灸的位置、灸量的大小会影响灸感, 而灸感又直接与灸效相关。明代杨继洲在《针灸大成》^[5]中则对灸感描绘得更加具体, 曰“然后灸, 觉一团火气通入肠至胸, 乃效”, 记载了在中脘穴上施灸治疗胃痛时, 灸感与灸效的密切联系。清代吴谦《医宗金鉴·刺灸心法要诀》^[6]曰“凡灸诸病, 必火足气到, 始能求愈”, 说明灸感和灸效的重要关系, 灸感越强临床疗效就会越明显。

由此可见, 古人从关注灸法过程中的灼热或灼痛走窜感已经意识到, 施灸如出现一定路径的感传, 就会收到较为明显的疗效。并认识到灸感是否出现, 能否传导到病灶, 还受到取穴是否准确、施

基金项目: 国家重点基础研究发展计划(“973”计划)(2009CB522905)

* 通讯作者: sino_rosemary@sina.com, 13914752129

灸材料是否合适、艾炷摆放是否平直、施灸时间患者的阳气是否旺盛、施灸壮数是否充足等诸多因素的影响。

2 灸温

艾叶性温,灸之可以散寒通络、回阳固脱、行气活血、防病保健。《本草从新》^[1]曰“艾叶苦辛,生温熟热,纯阳之性,能回垂绝之阳,通十二经,走三阴,理气血,逐寒湿,暖子宫,……以之灸火,能透诸经而除百病。”灸法能补火助阳,振奋精神,使人体阳气充足,增强卫外能力,利于抗邪,故可以起到治疗疾病的作用。

明代李梴《医学入门》^[2]曰“虚者灸之,使火气以助元气也;实者灸之,使实部随火气发散也;寒者灸之,使其气复温也;热者灸之,引郁热外发”,还有“凡病药之不及,针之不到,必须灸之”的认识,都是利用灸法的热刺激来治疗疾病。此外,古人认识到灸温的不同与治疗作用的差异,从而通过对火的调控来进行灸温的控制以实施艾灸的补泻。《灵枢·背腧》曰“以火补者,毋吹其火,须自灭也;以火泻者,疾吹其火,传其艾,须其火灭也。”王焘《外台秘要》^[3]中也阐述了对于灸法的补泻问题,曰“凡灸皆有补泻,补者勿吹其火,须炷自灭。泻者疾吹其火,须其火至灭也”,说明古人操作灸法补泻是通过对艾火的控制来进行的。元代朱丹溪继承《灵枢·背腧》中关于灸法补泻的理论并进行了发挥,曰“灸法有补泻火,若补火,艾炷至肉;若泻火,不要至肉,便扫除之,用口吹风主散。”朱丹溪将灸法的作用归纳为助阳宣达、大泻肺气、凿窍疏风、泄引热下、补火泄火、消肿导毒等。《灵枢·刺节真邪》曰:“火气已通,血脉乃行。”《外台秘要》曰“火气不行,不能除病也。”古代医家认为,艾灸疗效的实现是以“火气已通”为标志,而“火气已通”是以一定强度的温热刺激也就是灸温为前提的。

总之,灸温是个强度问题,艾炷灸灸温主要由艾粒大小、松紧来决定。艾条灸灸温主要由艾灸粗细、红火状态、距离施灸皮肤远近以及环境即艾灸时的氧气供给状态等因素决定。灸温与灸效关系密切,现代研究表明,灸法的效应启动与瞬时感受器电位香草酸受体亚型 1 (TRPV1) 有相关性,因此,灸温高于 43℃ 才有理想疗效^[4]。

3 灸量

古代医家在长期运用灸法的实践中,对于灸量的认识积累了丰富的知识。在《素问·骨空论》

中就提出,“以年为壮数”作为选择灸量的标准之一。南北朝时期陈延之的《小品方》主张灸量的选择与多样化的取穴及配穴间联系,用穴和灸量随证而变^[5]。《小品方》在灸量上虽有大致规定,但也强调“须准病轻重以行之,不可胶柱守株”。唐代苏敬《脚气灸方》治脚气主张要多灸、重灸、长灸,认为使用化脓灸方可取得佳效,曰“随症疗之,……常使灸疮不差为佳”。所谓“灸疮不差”者,即连续使用化脓灸,一直要灸到“风气都除,乃随疮差”,才停止化脓灸而使灸疮结成瘢痕。唐代孙思邈在《备急千金要方》论述了艾炷的大小与灸之生熟的理论,曰“头面目咽,灸之最欲生少;手臂四肢,灸之欲须小熟,亦不宜灸;胸背腹灸之尤宜大熟,其腰脊欲须少生。”有关掌握生熟的尺度,孙思邈认为,“大体皆须以意商量,临时迁改,应机千变万化,可以一准”,“凡言壮数者,若丁壮遇病,病根深笃者,可倍多于方数;其人老小羸弱者,可复减半,……仍须准病轻重以行之,不可胶柱守株”等。上述观点既有原则性,又有灵活性,大小生熟也可因人因病而宜,以知常达变。王焘亦主张因人而异决定灸量,曰“衰老者少灸,盛壮者多灸”。

宋代窦材《扁鹊心书》^[6]认为,小病少灸,重病多灸,治病取穴少、壮数多,艾灸壮数可多达五六百壮,并注释曰“世俗用灸,不过三五十壮,殊不知去小疾则愈,驻命根则难,……凡大病宜灸脐下五百壮。补接真气,即此法也。若去风邪四肢小疾,不过三、五、七壮而已”,指出病情轻重与艾灸壮数的直接关系。关于施灸的壮数,历来主张不同。《备急千金要方》主张按体质强弱、年龄大小、病位深浅决定施灸壮数,曰“凡言壮数者,若丁壮病根深笃,可倍于方数;老少羸弱,可减半;……小儿七岁以上,周年以下,不过七壮。”扁鹊灸法施灸壮数最多,曹氏灸法及《小品方》施灸壮数居中,而《明堂灸经》施灸壮数最少,曰“扁鹊灸法,有至三五百壮、千壮;曹氏灸法,有百壮,有五十壮。《小品》诸方亦然;惟《明堂本经》云,针入六分,灸三壮,更无余治。”《铜人腧穴针灸图经》则主张,“惟以病之轻重而增损之。凡灸头项,止于七壮。积至七七壮止;若治风则灸上星、前顶、百会至二百壮,腹背宜灸五百壮,若鸠尾、巨阙亦不宜多灸,但去风邪,不宜多灸,灸多则四肢细而无力。”高武则认为灸量应“皆视其病之轻重而用之,不可泥一说,而不知其又有一说也”,即要依据病情灵活掌握,不可拘泥

于一家之说。

由此可见,灸量与灸效关系密切。灸量由艾灸刺激强度和艾灸持续时间两个因素构成,艾条灸的施灸强度包括施灸距离和火势强弱,艾柱灸的施灸强度与艾绒的大小、松紧(软硬)和艾灸空气流通、氧气供给等因素有关。古代医家也认为,灸量与艾灸的壮数、施灸的生熟相关,要根据施灸对象的年龄、体质、病情、穴位位置、穴位特点等灵活选用合适的灸量,才能达到理想灸效。

4 灸效

针灸经络学说认为,人体产生疾病的根本原因是经络气血运行失调所致。《灵枢·经脉》曰:“经脉者,所以能决死生,处百病,调虚实,不可不通。”因此,无论针刺或艾灸,发挥疗效的关键都是疏通经络气血,即所谓“刺之要,气至而有效”。“温通”即是“以温促通”,“通”有通畅、通达、通调等含义。艾灸温通效应的客观表现也是气至病所,因此,温通是艾灸疗法取得理想效果的必要条件。

在古代众多的医书中都记载着灸法可以散寒通络、回阳固脱、行气活血、防病保健。《灵枢·官能》曰“针所不为,灸之所宜。”古人早就发现,艾灸作用具有独特的优势,可以起到针刺所达不到的效果,因而艾灸的温通作用是艾灸灸效的主要方面。“温”是灸法的主要刺激特点,灸使穴位局部的机体产生温暖的感觉。艾灸温通的刺激作用,使得经络通畅、气血流通达到治疗疾病的目的。“通”的诠释中有“通畅、通调、通达”的意思。

综上所述,古代医家对艾灸温通作用特点积累了丰富的知识,艾灸的温通作用与灸感、灸温、灸量、灸效等密切相关。艾灸在施灸部位所造成的温热刺激,造就了灸法疏通气血的效应特征,不同的

灸温、灸量造成不同的灸感,从而达到不同的灸效。通过温热刺激以温促通,是灸法温通作用的前提,灸法的功效离不开艾火疏通气血的效应特征。适宜的灸温是产生艾灸疗效的重要前提,灸温又与灸量及灸感密切相关,因此,艾灸临床要严格操作,控制好灸量及灸温、灸感,才能取得最佳灸效。

参考文献

- [1] 许慎.说文解字[M].上海:上海古籍出版社,2007:337.
- [2] 闻人耆年.备急灸法[M].北京:人民卫生出版社,1955:13.
- [3] 灵枢[M].北京:人民卫生出版社,2006:181.
- [4] 王执中.针灸资生经[M].北京:人民卫生出版社,2007:96.
- [5] 杨继洲.针灸大成[M].北京:人民卫生出版社,2006:416.
- [6] 吴谦.医宗金鉴[M].北京:人民卫生出版社,2006:628.
- [7] 吴仪洛.本草从新[M].北京:中医古籍出版社,2001:108.
- [8] 李梴.医学入门[M].上海:上海科学技术文献出版社,1997:278.
- [9] 王焘.外台秘要[M].北京:人民卫生出版社,1955:61.
- [10] Wang GY, Wang LL, Bin X, et al. Effects of moxibustion temperature on blood cholesterol level in a mice model of acute hyperlipidemia: role of TRPV1 [J]. Evid Based Complement Alternat Med, 2013; 871704. doi: 10. 1155/2013/871704.
- [11] 陈延之.小品方[M].北京:中国中医药出版社,1995:5.
- [12] 窦材.扁鹊心书[M].北京:中国医药科技出版社,2011:2.

(收稿日期:2015-01-29;修回日期:2015-04-09)

编辑:黄 健

(上接第 1518 页)

脾运,脏腑同治、升降相因、通补并施等以改善魄门失度为指征,逆转糖耐量低减为目的。

4 结语

糖耐量低减阶段类似于脾瘵病证,其发生是多脏相干或本脏自病,但均有魄门失常的表现,概脾处于中焦,与胃相表里,胃通过肠与魄门相连,其气相通,功能相互影响,因此,“魄门亦为五脏使”适合于脾瘵辨治,即协调脏腑与脾的和谐及脾脏自和,使魄门藏放有度,使机体恢复阴平阳秘。同时脾瘵各证型之间进展较快,常两证或三证同见,因而虚、滞、

热、津伤、气虚、瘀等难以截然分开,通过魄门变化等可细审分辨,为临床辨治糖耐量低减提供思路。

参考文献

- [1] 周仲瑛.“治未病”与中医学临床 [J]. 环球中医药, 2010, 3(2): 81-82.
- [2] 梁晓春.全民共筑抗击糖尿病的钢铁长城 [J]. 环球中医药, 2009, 2(6): 401-403.
- [3] 吕仁和,肖永华,刘滔波,等.分期论治糖尿病 [J]. 药品评价, 2008, 5(1): 35-37.
- [4] 柴可夫,黄晓玲.运脾法治疗糖尿病及其并发症的临床应用 [J]. 中华中医药杂志, 2007, 22(6): 367-369.

(收稿日期:2015-01-27;修回日期:2015-03-03)

编辑:黄 健