

试论《黄帝内经》中的量效关系

冯文林*

(南方医科大学中医药学院, 广东省广州市广州大道北 1838 号, 510515)

摘要 《黄帝内经》载有“各至其理, 无过其道”“久而增气, 物化之常也”“气增而久, 天之由也”“适其至所”以及“衰其大半而止”等体现针刺、药食量效关系的诸多内容。《黄帝内经》中针刺量效关系主要体现在针刺深度、留针时间、手法和刺激量、得气与否、针刺的次数等与效应的关系。虽然《黄帝内经》的十三方中半数存在药物用量的说明, 但是《黄帝内经》药食量效关系主要体现在药食气味适量与否和中病即止等方面。针对针刺量效、药食量效及艾灸量效探讨《黄帝内经》中的量效关系。

关键词 黄帝内经; 量效关系; 针刺量效; 药食量效

《黄帝内经》的成书奠定了中医理论的基础, 是中医临证的升华。尽管《黄帝内经》中治疗疾病大多以针刺为主, 但是其中不仅载有针刺治疗的针刺量与效应的关系, 而且还载有药食气味的量效关系。本文将针对《黄帝内经》中针刺量效、药食量效以及艾灸量效探讨《黄帝内经》中的量效关系。

1 《黄帝内经》中的针刺量效关系

针刺量是一个包括进针方向、进针深度、具体施术手法的选择、施术所持续的时间、留针时间的长短、针刺的次数等因素的综合范畴。就传统针灸理论而言, 不同的针刺量会对针灸的效果产生不同的影响, 而且现代研究也证明了针刺量效关系的存在^[1]。《黄帝内经》已将针刺的深浅等针刺量作为影响针刺效应的关键因素^[2]。

1.1 针刺深度与效应的关系

《素问·刺要论》曰“病有浮沉, 刺有浅深, 各至其理, 无过其道。过之则内伤, 不及则生外壅, 壅则邪从之。浅深不得, 反为大贼, 内动五脏, 后生大病。”《灵枢·官针》又曰“疾浅针深, 内伤良肉, 皮肤为痛。病深针浅, 病气不泻, 支为大脓”, 所以“刺骨者无伤筋, 刺筋者无伤肉, 刺肉者无伤脉, 刺脉者无伤皮……”(《素问·

刺齐论》)。而且只有选择合适的针刺深度, 才能取得较好的疗效^[3], 正如《灵枢·九针十二原》所言“故针陷脉则邪气出, 针中脉则浊气出, 针太深则邪气反沉, 病益”。此外, 针刺深度还应与四时季节相应^[4], 如《灵枢·终始》云“春气在毛, 夏气在皮肤, 秋气在分肉, 冬气在筋骨, 刺此病者各以其时为齐”。《灵枢·经水》曰“手之阴阳, 其受气之道近, 其气之来疾, 其刺深者皆无过二分”, 指出了由于手经得气快, 故针刺手经上的腧穴宜浅刺^[5]。

1.2 留针时间与效应的关系

《黄帝内经》关于留针的论述颇多, 从体质年龄、脏腑经络、四时季节等多方面界定了留针的时间^[6]。例如, 《灵枢·逆顺肥瘦》曰“年质壮大, 血气充盈, 肤革坚固, 因加以邪, 刺此者, 深而留之, 此肥人也, ……瘦人者, 皮薄色少, 肉廉廉然, 薄唇轻言, 其血清气滑, 易脱于气, 易损于血, 刺此者, 浅而疾之”, 指出了体质不同留针时间长短亦不同。《灵枢·阴阳清浊》云“故刺阴者, 深而留之; 刺阳者, 浅而疾之”, 指出了针刺属阴的脏病宜长时间留针, 针刺属阳的腑病宜短时间留针^[7]。《灵枢·经水》曰“足阳明刺深六分, 留十呼; 足太阳深五分, 留七呼; 足少阳深四分, 留五呼; 足太阴深三分, 留四呼; 足少阴深二分, 留三呼; 足厥阴深一分, 留二呼。手之阴阳, 其受气之道近, 其气之来疾, 其刺深者, 皆无过二分, 其留皆无过一呼”, 指出了针刺不同经脉时应选择

基金项目: 广东省协同创新与平台环境建设专项 (2015A070710008); 广州市科技创新委员会科普与软科学研究专项 (201609010011)

* 通讯方式: fengwenlin216@sina.com

以相应的呼吸为标准的留针时间^[1-2]。

1.3 不同手法和刺激量与补泻效应的关系

《黄帝内经》中载有因手法和刺激量的不同而产生不同的补泻效应。例如,《灵枢·九针十二原》提出了泻法要领是快进针而慢出针,刺激量以“重”为本,要摇大针孔,以泻除邪气;补法要领是慢进针而快出针,刺激量以“轻”为主,按闭针孔,使正气不得外泄,邪不能入内^[3]。《灵枢·官能》的“泻必用员”“补必用方”以及《素问·八正神明论》的“泻必用方”“补必用员”,虽然两篇的“方”“员”所指不同,但是都体现了针刺操作手法不同所产生的不同“补泻”效应。

1.4 得气与效应的关系

得气或气至与否是对针刺刺激量产生治疗效应的最为准确的界定^[4]。例如,《素问·离合真邪论》指出施以手法的时机当以得气为准,曰“吸则转针,以得气为故”;《灵枢·九针十二原》曰:“刺之要,气至而有效”。《黄帝内经》在以针刺得气为效应根本的同时,还强调了得气后应该适可而止地停止针刺,例如,《灵枢·终始》云“凡刺之道,气调而止”;“凡刺之属,三刺至谷气,……谷气至而止”。如果气已至而不出针,往往会损伤正气;反之气不至而出针,则会导致邪气滞留结聚。正如《灵枢·九针十二原》所言“刺之害,中而不去则精泄;害中而去则致气。精泄则病益甚而恒,致气则生为痛痹”。

1.5 针刺次数与效应的关系

《黄帝内经》中针刺的次数与其产生的治疗效应因不同的病证而不同。例如,《素问·刺腰痛》曰“腰痛引少腹控眇,不可以仰,刺腰尻交者,两髀腓上,以月生死为痛数,发针立已,左取右,右取左”;《素问·长刺节论》曰“病风且寒且热,炅汗出,一日数过,先刺诸分理络脉;汗出且寒且热,三日一刺,百日而已。病大风,骨节重,须眉堕,名曰大风,刺肌肉为故,汗出百日,刺骨髓,汗出百日,凡二百日,须眉生而止针”。《黄帝内经》中针刺的次数与其产生的治疗效应也因不同的体质而不同。例如,《灵枢·逆顺肥瘦》曰“广肩腋项肉薄厚皮而黑色,唇临临然,其血黑以浊,其气涩以迟。其为人也,贪于取与,刺此者,深而留之,多益其数也,……刺壮士真骨,坚肉缓节,监监然,此人重则气涩血浊,刺此者,深而留之,多益其数,……婴儿者,其肉脆,血少气弱,刺此者,以豪刺浅刺而疾发针,日再可也”。

2 《黄帝内经》中的药食量效关系

方药量效关系是研究方药剂量与疗效的关系,是临床合理用量及用量安全的保障^[5]。《黄帝内经》十三方中仅有六方有剂量或量效关系等方面的说明,如“以泽泻、术各十分,麋衔五分,合以三指撮,为后饭”(《素问·病能论》);“以四乌鲂骨一蘼茹,二物并合之,丸以雀卵,大如小豆,以五丸为后饭,饮以鲍鱼汁,利肠中及伤肝也”(《素问·腹中论》);“剉陵翹草根各一升,以水一斗六升煮之,竭为取三升,则强饮,厚衣,坐于釜上,冷汗出至足,已”(《灵枢·痈疽》);“其汤方,以流水千里以外者八升,扬之万遍,取其清五升,煮之,炊以苇薪火,沸,置秫米一升,治半夏五合,徐炊,令竭为一升半,去其滓,饮汁一小杯,日三稍益,以知为度。故其病新发者,覆杯则卧,汗出则已矣;久者,三饮而已也”(《灵枢·邪客》);“寒痹之为病也,……用淳酒二十斤,蜀椒一升,干姜一斤,桂心一斤。凡四种皆咀,渍酒中,用棉絮一斤,细白布四丈,并内酒中,置酒马矢煨中,盖封涂勿使泄,五日五夜,出布棉絮,曝干之,干复渍,以尽其汁,每渍必啐其日,乃出干。干,并用滓与棉絮,复布为复巾,长六七尺,为六七尺巾,则用之生桑炭炙巾,以熨寒痹所刺之处,令热入至于病所。寒复炙巾以熨之,三十遍而止。汗出以巾拭身,亦三十遍而止。起步内中,无见风。每刺必熨,如此,病已矣”(《灵枢·寿夭刚柔》);“小金丹方,辰砂二两,水磨雄黄一两,叶子雌黄一两,紫金半两,……炼白沙蜜为丸,如梧桐子大,每日望东吸日华气一口,冰水下一丸,和气咽之,服十粒,无疫干也”(《素问·刺法论》)。

由于药食同源,所以药食同样都存在量效关系。《黄帝内经》中更多的是对药食气味量效关系的论述。《黄帝内经》中药食气味的量效关系有如下论述,如“以平为期”“久而增气,物化之常也”“气增而久,天之由也”“适其至所”以及“衰其大半而止”等。

2.1 “以平为期”“久而增气”“气增而久”的量效关系

《黄帝内经》中记载了药食达到一定的效应目标应遵循如下三原则^[6],即“以平为期”“久而增气,物化之常”“气增而久,天之由也”。由于“五味所入,酸入肝,辛入肺,苦入心,咸入肾,甘入脾,是为五入”(《素问·宣明五气》),所以

根据证候病机应用药食时,应该“谨察阴阳而调之,以平为期”;“疏其血气,令其调达,而致和平,此之谓也”(《素问·至真要大论》)。

《素问·至真要大论》曰“夫五味入胃,各归其所喜,故酸先入肝,苦先入心,甘先入脾,辛先入肺,咸先入肾。久而增气,物化之常也;气增而久,天之由也。”张志聪注释曰“凡物之五味,以化生五气,味久则增气,气增则阴阳有偏胜偏绝之患矣。盖甚言其气味之不可偏用者也”^[6];张介宾解释曰“凡五味之性,各有所入,若味有偏用,则气有偏病。偏用即久,其气必增,此物化之常也。气增而久,则脏有偏胜,脏有偏胜,则必有偏绝矣。此致天之由也”^[7]。五味入于人体,各归相应脏气,在一定的时间和量的范围内,会对相应机体脏腑逐渐产生“增气”的良性效应从而使人体脏腑生理功能维持和促进,即“久而增气,物化之常也”(《素问·至真要大论》)。然而长久服用增加脏腑生理功能的药食,使维持和促进正常生理功能之“增气”效应持续过度地存在,反而损伤相关脏腑功能从而对机体产生反向效应,也就是说,治疗效果到一定阶段,正向疗效出现后,应当“中病即止”,而如果药食服用过量、过久,超过一定的限度,或者表现出抑制机体脏腑功能的药物效应,或者引起相应脏气偏胜,日久导致变生他病,或者机体出现与治疗相反的反向疗效,甚至导致机体出现非药物毒性损害等,《黄帝内经》把这种药食气味“时效反作用生理效应”称之为“夭”(折返)效应,即“气增而久,天之由也”(《素问·至真要大论》)^[5,8-10]。

《素问·阴阳应象大论》所说的“壮火散气,少火生气”也体现了药食气味的量效关系^[11]。如临床辨证准确,在一定的时间范围内,服用某一药食能增加相应脏腑之气,即“久而增气”,此属“少火”,能起到补虚纠偏之功;然而久服某一药食,则“气增而久”,成为病理之“壮火”,不仅无益于机体,反而致生他疾^[6]。所以药食中的用量和疗效不一定都成正比,有的则成反比^[11]。

除了药食气味过用有“夭”的变化外,《素问·五常政大论》曰“大毒治疗,十去其六,……无使过之,伤其正也”,指出毒药量与“夭”效应的密切关系,“无使过之”正是警示避免“夭”效应的发生^[12]。

2.2 “适其所至”的量效关系

“适其所至”等《黄帝内经》中的名词可谓阐释量效关系最直观的术语^[13]。《素问·至真要大

论》曰“气有高下,病有远近,证有中外,治有轻重,适其所至为故也,……补上治下制以缓,补下治上制以急,急则气味厚,缓则气味薄,适其所至,此之谓也。病所远而中道气味之者,食而过之,无越其制度也。”王冰曰“脏位有高下,腑气有远近,病证有表里,药用有轻重,调其多少,和其紧慢,令药气至病所为故,勿太过与不及也”^{[13] 529}。这段原文不仅从病位的视角阐述了治疗方药的气味达到内外高下之病所的量效关系,还论述了服药时间或饭前或饭后应根据病位远近上下而定,务必使药物的气味效力适其所至,从而延长药物作用于患处的时间,获取佳效^[13]。

2.3 “衰其大半而止”的量效关系

《素问·六元正纪大论》曰“黄帝问曰:妇人重身,毒之何如?岐伯曰:有故无殒,亦无殒也。帝曰:愿闻其故何谓也?岐伯曰:大积大聚,其可犯也,衰其大半而止,过者死。”王冰注曰:“使衰其大半,不足以害生,故衰大半则止其药。若过禁待尽,毒气内余,无病可攻,以当毒药,毒攻不已,则败损中和,故过则死”^{[13] 501}。这段原文意在指出治疗妇科妊娠病中的“邪实积聚”之病时,运用有毒、峻烈之品时应把握“衰其大半而止”的尺度;后世发展为用药物攻邪时,必须注意药物的用量,避免“久服偏胜”,应“中病即止”,即在用药时必须注意“衰其大半而止”这一尺度^[14-15]。其中“久服偏胜”是指过服或久服药物会导致药量超过本来所需的用药水平,从而破坏了机体已有的平衡状态或者失去用药之初想要达到的平衡状态^[14]。《素问·阴阳应象大论》言“气味,辛甘发散为阳,酸苦涌泄为阴。阴胜则阳病,阳胜则阴病。阳胜则热,阴胜则寒。重寒则热,重热则寒”,即指过用酸苦涌泄药(阴性、寒性药),则机体阳气损害,久之则生热性病;过用辛甘发散药(阳性、热性药),则机体阴精耗损,久之则生寒性病^[14]。

3 《黄帝内经》中的艾灸量效关系及其他

《黄帝内经》中艾灸的量效关系也有体现,例如,《素问·骨空论》曰“灸寒热之法,先灸项大椎,以年为壮数,次灸膈骨,以年为壮数”;《灵枢·癫狂》曰“治癫疾者,常与之居,察其所当取之处,病至,视之有过者泻之,置其血于瓠壶之中,至其发时,血独动矣,不动,灸穷骨二十壮,……狂而新发,未应如此者,先取曲泉左右动脉,及盛者见血,有顷已,不已,以法取之,灸骨

骶二十壮”。

《黄帝内经》中的量效关系还有“因时施量”原则^[7]。例如,临证秉承“夫百病者,多以旦慧昼安,夕加夜甚”(《灵枢·顺气一日分为四时》);“春气者病在头,夏气者病在脏,秋气者病在肩背,冬气者病在四肢”(《素问·金匱真言论》)等,注意疾病随天气气候及时间节律变化而发展的规律而采取因时施量的原则^[7]。

4 小结

《黄帝内经》的理论不仅是中医临证经验的总结,而且千百年来一直指导着中医临床实践。量效关系一直是临床中需要慎重把握的因素。《黄帝内经》中大多数病证的治疗以针刺为主,所以记载临证时针刺深浅等量效关系较多。《黄帝内经》也从不同方面记载了药食气味的量效关系,以及少量的艾灸量效关系等,这些内容成为后世临证时所遵循的指导原则。目前临床常见的过度治疗如药量过大和用药周期过长不仅违背了治疗的初衷,也导致了他病的出现,所以《黄帝内经》中的量效关系是后世量效关系的基础,也是量效关系合理运用的源头,对临床的过度治疗也有警示作用。

参考文献

- [1] 孟智宏. 论针刺量效关系 [J]. 世界中医药, 2014, 9(12): 1581-1585.
- [2] 韩林, 王舒, 樊小农. 古典文献中针刺量效关系的雏形 [J]. 辽宁中医药大学学报, 2010, 12(5): 16-18.

- [3] 常小荣. 针灸医籍选读 [M]. 4 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016: 17.
- [4] 全小林. 方药量效学 [M]. 2 版. 北京: 科学出版社, 2015: 3.
- [5] 杜武勋, 朱明丹, 张斐, 等. 中医气化论与中药愈病机理探讨 [J]. 中医杂志, 2013, 54(13): 1081-1084.
- [6] 张志聪. 张志聪医学全集 [M]. 郑林, 主编. 北京: 中国中医药出版社, 1998: 342-343.
- [7] 张介宾. 类经 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 1997: 154.
- [8] 闻晓宇, 孟庆云. 《内经》“久而增气”探思 [J]. 中医杂志, 2001, 42(1): 59.
- [9] 赖晓琴, 刘锋. 《黄帝内经》“气增而久, 天之由也”浅析 [J]. 江西中医药, 2018, 49(1): 21-22.
- [10] 阎晓宇. 从“物化之常”到“天” [J]. 中国中医基础医学杂志, 2001, 7(6): 43-44.
- [11] 崔磊. 《黄帝内经》药食气味理论初探 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2015, 13(14): 17-18.
- [12] 刘玉良, 徐晓栋, 步伊琴. 药过病所与适其至所理论探微 [J]. 中华中医药杂志, 2018, 33(4): 1248-1250.
- [13] 王冰注. 黄帝内经素问 [M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963.
- [14] 张远哲, 周宜, 李征爽. 浅谈“衰其大半而止” [J]. 中华中医药杂志, 2014, 29(8): 2505-2506.
- [15] 康波, 周宜. “衰其大半而止”发微 [J]. 湖南中医杂志, 2015, 31(1): 119-120.
- [16] 翟双庆, 黎敬波. 内经选读 [M]. 4 版. 北京: 中国中医药出版社, 2016: 43.
- [17] 宋佳, 傅延龄. 论剂量调控的“四因制宜”原则 [J]. 中华中医药杂志, 2013, 28(1): 18-20.

Discussion on Dose-effect Relationship in *Inner Canon of Yellow Emperor* (《黄帝内经》)

FENG Wenlin

(School of Chinese Medicine, Southern Medical University, Guangzhou, 510515)

ABSTRACT *Inner Canon of Yellow Emperor* (《黄帝内经》) contains many information about dose-effect relation on acupuncture, medical treatment and medicinal diet. For example, “every treatment should be to its own rationality, should not be too over or too less”, “as the origin of body’s energy, the five flavor can correct the improper qi of the zang-fu organs in treatment”, “over usage of five flavor also has bad effect on human body”, “suitable treatment should be used towards target location of disease” and “end the treatment until over half of the disease has been declined”. The dose-effect relationship of acupuncture in *Inner Canon of Yellow Emperor* is mainly reflected in the relationship between clinical effect and the depth of acupuncture, the time of needle retention, manipulation and stimulation, whether obtaining the qi, how many times of acupuncture, etc. Although half of the thirteen formulas in *Inner Canon of Yellow Emperor* have an instruction on dosage of the medicines, the dose-effect relationship of *Inner Canon of Yellow Emperor* mainly bases on the appropriate amount of properties and flavors, and ending the treatment when it grip the target disease. In this paper, dose-effect relationship in *Inner Canon of Yellow Emperor* was discussed focused on acupuncture, medicine-diet and moxibustion.

Keywords *Inner Canon of Yellow Emperor*; dose-effect relationship; dose-effect of acupuncture; dose-effect of medicine and diet

(收稿日期: 2018-05-22; 修回日期: 2018-07-10)

编辑: 黄 健