

DOI: 10.13288/j.11-2166/r.2015.22.001

学术探讨

适应性平衡：中医药疗效的核心机制

吴深涛*

(天津中医药大学第一附属医院南院区, 天津市西青区昌凌路 88 号, 300381)

摘要 中医药疗效的核心机制是适应性平衡作用。以许多慢性疾病经中医药治疗后检测指标或病灶虽然无明显变化, 但其症状和体征却明显改善这一普遍的临床现象为切入点, 从中医学传统的辨治思维、临床实践及相关研究等多角度探讨了中医药疗效特征及作用机制。认为中医学系统关联的整体观融天人合一、环境因素、脏腑相关等承制相因的学术思维, 以及中药复方个性化配伍等非线性复杂作用机制, 成就了中医药所特有的即适应性平衡作用。适应性平衡不只是构筑相对的健康状态, 其动态递进的新平衡亦是疾病痊愈的基础。

关键词 适应性平衡; 中医药疗效; 疗效机制

随着现代检测技术的发展, 西学东渐之前许多经中医辨治后症状消除而谓治愈的疾病, 从现在的疗效评价体系看来则难被认同。但是许多现代医学病理及治疗靶点明确却治疗无效的疾病, 经中医辨治后尽管指标无明显改变但患者痛苦却显著改善亦是事实。可见消除改善状态是中医药所具有的特征性优势, 这种优势源于中医药防治疾病的整体观念、辨证论治等独特的学术思维方式, 特别是防治环节中的系统综合调节, 而再深究其核心机制, 则是中医药的适应性平衡。中医学自古重视“阴平阳秘”和“以平为期”的平衡防治观, 随着时代发展和对疾病认识的持续深化, 亦应不断丰富其原有的学术内涵, 以进一步阐释中医药的疗效机制。

1 适应性平衡的内涵

适应性平衡是指在疾病状态下, 人体通过自我或药物调节机能来适应病理变化以构筑新的平衡状态, 从而使机体达到相对健康或恢复健康的能力。在强调以指标复常为疗效评价标准的现代, 回顾有些在古时所谓治愈的病证可能只是缓解而非痊愈, 我们也确实在临床中常会遇到这样的情况, 有些患者经中医辨证治疗后症状消除且状态恢复良好, 但检测诸如血糖、血压或肿瘤形态等相关疗效指标却并未复常或无显著变化。病未痊愈但症状体征消

失, 其原因是中医药的调节使机体产生了一种能适应这种病理变化(失调)的新平衡状态, 其核心机制即为适应性平衡。即使是现代医学的诊治水平, 也只有小部分疾病能够实现病理意义上的完全复原, 更多的疾病仍是缓解病情, 这主要就是通过病理适应性平衡产生新的相对健康的状态, 使人与疾病长期共存。因此, 古之“阴平阳秘”的内涵并非只限于健康的生理平衡状态, 也包括了病理适应性平衡状态, 亦可称为相对健康状态, 而这两种状态的产生均源于适应性平衡, 因而动态的适应性平衡也是疾病痊愈的基础。

2 适应性平衡是健康的基础

中国传统文化中无论是道学的顺应自然, 还是儒家的中庸思想, 均强调顺势而变、中和而不极。受其影响中医学认为, 人“阴平阳秘”的健康状态源于人与外界自然、体内脏腑经络、气血阴阳之间处于一种“和”的动态平衡, 并取决于人能否适应这些因素的变化, 因为“人以天地之气生, 四时之法成, ……人能应四时者, 天地为之父母”(《素问·宝命全形论》)。所以, 养生强调“春三月, ……夜卧早起, ……以使志生, ……夏三月, ……夜卧早起, ……使气得泄, ……还要“圣人春夏养阳, 秋冬养阴, 以从其根”(《素问·四气调神大论》)。如此, 方能外与自然相应, 内则脏腑经络各司其职而相适、制衡, 即“凡此十二官者, 不得相失也”

基金项目: 国家自然科学基金(30973728)

* 通讯方式: shtaowu@163.com, 13752262891

(《素问·灵兰秘典论》), 通过适应相得而至“太阳为开, 阳明为阖, 少阳为枢, ……太阴为开, 厥阴为阖, 少阴为枢。三者者, 不得相失也”(《素问·阴阳离合论》)之平衡状态。笔者认为, 此“枢”不仅仅是枢纽而有相生之意, 更具有相适应之内涵。通过开、阖、枢的适应相生来维系阴阳, 最终达到“与万物沉浮于生长之门”的平衡状态。

3 病机核心——脏腑气血不相适应而失衡

无论外感还是内伤, “生病起于过用, 此为常也”(《素问·经脉别论》)。人与自然不适应而被“邪之所凑”, 必“动静相召, 上下相临, 阴阳相错, 而变由生也”(《素问·天元纪大论》)。若纷争不解, 或正不胜邪, 或荣弱卫强, 或出入升降失司, 则现“阴盛而阳病, 阳盛则阴病”“两者不和”的失衡状态; 于内因而言, 若人与社会不适应或不能养慎, 起居失节, 以妄为常, 则生诸如“大怒则形气绝, 而血菀于上”“高粱厚味, 足生大疔”等百病诸疾, 然其内在病机无外张景岳所言“五脏相移, 精气相错”, 则必功能失衡而生病变。此外, 还有些自然的变化因人类的活动转为持续性异常, 如大气变暖、海洋温度升高及雾霾持续等, 人类机体只能通过自身调节和改变与之适应, 产生适应性的再平衡, 但如果这种变化超出机体的适应范围则易内外失衡而发群体性疾病。可见病之生变从因而论虽有多原性, 但其致病的实质乃是人体未能顺应于天运和情志等因素的变化, 导致脏腑经络气血间的不相适应而失其平衡。诸病已成, 如能运气复常或以药食“因而和之”, 使脏腑气血相适应而恢复其“阴平阳秘”的生理平衡状态, 即“是谓圣度”; 次则通过适应性调节“令其条达”至病理适应性平衡, 即相对健康状态。若二者均失则难免“阴阳离决, 精气乃绝”。

4 中医药治疗作用的核心机制——适应性平衡

中医学虽无适应性平衡之谓, 其义却贯穿学术体系。如《灵枢·岁露》曰“人与天地相参, 与日月相应也”。防治理念亦强调“以平为期”, 其最具代表性者无外乎“和”^[1]。《黄帝内经》论治强调“因而和之, 是谓圣度”, 所谓和者, 即调节之意。中医言治之道, 虽主张过者夺之、不及益之, 但重用“观其虚实, 调其逆从, 可使必已”(《素问·热论》)之和法。具体言及和之范畴则如张景岳谓“和之义广矣, 亦犹土兼四气, 于寒、热、温、凉无所不及, ……中和为贵”。笔者认

为, 中医的和字更具使其适应之义, 如通过调节药物性味相合而使脏腑气血相适应, 从而达到恢复阴阳气血平衡的目的, 此亦“阴阳反他, 治在权衡相夺”(《素问·玉版论》)。和者, 调致适应, 其大法亦融于扶正和祛邪两方面。

4.1 扶正气是适应性平衡的主要途径

“正气存内, 邪不可干”, 中医学极其重视正气在疾病中的主导作用, 故治亦重扶正, 而适应性调节当为其重要内涵。其作用具体可体现于内外两端: 外者, 与自然相适应, 如《素问·脏气法时论》中主张“合人形以法四时五行而治”, 用药应“因天时以调血气者也”(《素问·八正神明论》); 内者, 调节体内正邪、脏腑经络、气血阴阳间的失衡以使相适应, 需“审其阴阳, 以别刚柔, 阳病治阴, 阴病治阳, 定其血气, 各守其乡”(《素问·阴阳应象大论》), 以适其位应其职。后世医家更深化于此, 如张仲景谓“见肝之病, 知肝传脾, 当先实脾”可谓典范, 脾未虚而先实之, 实后新状态之脾是为适应已病实之肝; 叶天士“滋肾水以先安未受邪之地”, 肾未虚而先济之以承将至温热之耗等, 此“实”“安”即意调节相关脏腑使之适应病态的变化从而构筑新的平衡。这种新平衡大多是病理适应性平衡而非复原生理平衡, 但是持续动态的适应性调节, 会使脏腑气血间适应性不断递进, 促进机体自我修复而再产生新的平衡, 最终可能恢复生理平衡而痊愈。总之, 扶正是通过提高机体对诸病因所致病理变化的适应性作用, 从而构筑新的平衡状态以达到相对康复或完全康复的目的。

4.2 祛邪之法亦内寓适应性平衡

中医传统理念中邪气多实, 于病“邪气盛则实, 精气夺则虚”(《素问·通评虚实论》), 此亦张从正“医之道, 损有余, 乃所以补其不足也”之重攻下的依据, 然正如许叔微所言“邪之所凑, 其气必虚, 留而不去, 其病为实”。实证之成必有正气内虚之因, 所以中医祛邪虽用攻法, 仍强调“以平为期”, 即使聚毒药以攻邪, 亦主张“衰其大半而止”或“中病即止”, 继以五谷、五果、五畜等调养消息之, 避免邪去正伤而难复, 其实质即内寓适应性平衡之意。如“急者缓之, 坚者软之, 脆者坚之, 衰者补之, 强者泻之, 各安其气, 必清必静, 则病气衰去, 归其所宗”(《素问·至真要大论》)。恽铁樵释“各安其气”谓之“佐以所利, 和以所宜”^[2], 实是强调无论是扶正还是祛邪均当“和以所宜”, 此和即调节各因素使之相应

适宜才能安其诸气,以求构筑正邪间、脏腑气血间新平衡之状态。当然适应性作用尚不能解释中医攻邪作用的全部机制,但应为其重要机制之一。

5 中医疗效机制研究的启示

5.1 中药的适应原样作用

所谓适应原英文翻译为 adaptogen,是由原苏联科学家拉扎雷夫 1947 年提出的^[3],他定义为一种可通过产生非特异性抵抗力,从而使有机体可中和不利的物理、化学或生物应激的药物,使紊乱的机能恢复正常的作用。现常指药物的提高应激状态类作用,而中药的此类作用更为突出。如人们在去高海拔区时常预先服用红景天制剂来提高机体抗高原缺氧的能力,研究发现,其能通过预防毛细血管的收缩而加快血液循环,从而提高对缺氧环境的适应性。药理研究证明,其具有抗缺氧、抗疲劳、抗氧化、抗衰老、免疫调节、抗病毒、防辐射等多种药理学作用^[4]。而补益类中药如人参、五味子、党参等大都具有类似的广泛作用和独特的双向调节、多向调节作用。这种适应新环境的超强生理应激能力即是中药适应性平衡作用的一个重要方面,特别是补益类中药的主要作用机制之一。

5.2 祛邪中药的适应性作用

常用的解毒、祛痰、化瘀等祛邪中药除对抗作用外,亦包括有适应性调节的作用,此亦前述“衰其大半而止”的内在依据。如我们在研究化浊解毒法治疗糖尿病脂毒性所致胰岛素抵抗的实验中,发现,化浊解毒中药并非直接降低胰岛素抗体和游离脂肪酸等脂毒性因子的水平,而是下调肝脏二酰基甘油酰基转移酶 2 (DGAT2)。该因子是脂肪细胞中控制三酰甘油合成的限速酶,在细胞甘油脂类的代谢中起着重要作用,使二酰基甘油加上脂肪酸酰基形成三酰甘油。研究表明,DGAT2 过度表达使组织三酰甘油合成增多,过多的三酰甘油在胰岛中堆积会对胰岛 β 细胞产生毒性作用,引起继发性胰岛素分泌障碍。化浊解毒方药能显著下调脂代谢异常伴胰岛素抵抗大鼠肝脏 DGAT2 mRNA 表达 ($P < 0.01$),相应地可能使其适应病理状态下的脂代谢速度并减少三酰甘油、总胆固醇及游离脂肪酸,从而改善胰岛素抵抗^[5]。

5.3 高质量的带病生存与适应性平衡

无论是西医主张对抗治疗还是中医侧重自我修复,现今多数慢性病仍只是缓解病痛,从而能带病生存。而同样是带病生存,中医药在提高生存质量

方面所具优势已广为人瞩目。在笔者曾诊治过的西方患者中,特别是合并多种慢性病、长期劳损性及神经衰弱等神经内分泌系统疾病的患者,多数都有接受现代医学诊治的病史,其诊断明确、病程长、指标相对稳定,但仍长期为各种病痛症状和体征所苦,而经中医综合疗法辨治后其症状和体征均得到明显缓解,甚至完全消失。虽然可能有人种、敏感性等因素,但仍能显示在这方面中医药相对于西医药所具有的优势,而此优势则正是基于中医药的适应性平衡机制。笔者认为,该机制可分为两类,一是部分修复性平衡:如某些冠心病其血管堵塞的面积、程度经中医药治疗后与症状、体征同时明显改善,说明患者可能被修复部分病灶或建立了侧支循环;二是未修复性平衡,即主要指标及病灶无变化,但症状、体征等状态显著改善。两者均属于病理适应性再平衡,是一种病情延缓、稳定或改善的相对健康状态,如癌症患者的带瘤生存、慢性肾功能衰竭患者的中药维持生存等,其发展及预后则取决于适应性平衡的能力和持续时间等。适应性平衡的具体作用机理虽尚不明确,但极有可能是通过神经-内分泌-免疫系统之间的信息通路和相互反馈调节来实现的,因而也应是机体进一步自我修复和康复的重要基础。

6 结语

随着科技的发展人们对疾病观察的手段更加多样和精确,对疾病的认识亦不断深入,但是人体是一个多变量相关联和动态开放的非线性系统,决定了疾病生变的多因关联性和复杂性。比较而言,在指标、病灶的改变上中医不如西医,但改善症状和状态方面,特别是功能失调性疾病的治疗领域则中医明显优于西医。这是由于与病因、病理及作用靶点明确的还原性思维的现代医学不同,中医学是从系统关联的整体观认识疾病,其承制相因思维融天人合一、环境因素、脏腑间的承制关系,以及药物之七情和合等因素调整恢复脏腑生理功能^[6],从而赋予其异病同治、同病异治等思维方式和治疗手段的多样性,以及中药复方个体化配伍等非线性复杂作用机制,亦成就了其辨治后即使指标未变、病灶未除却症状消失、状态明显改善这一疗效特性,而其核心机制正是适应性平衡。总之,中药的作用从宏观上讲是恢复“阴平阳秘”之衡态,具体而言则首先发挥适应性平衡作用而非对抗和破坏为主,是助人体各系统针对病理因素的影响,调节人

体机能以适应病理变化,使各系统由失衡状态到构筑新的平衡状态。适应性平衡的结果:一是恢复常态,即是恢复至原来的生理健康状态,如某些能治愈的疾病和自限性疾病;二是大多情况下达到新平衡状态的相对健康状态,就是调节机体对病理影响的适应性平衡,显著提高了带病生存者的生存质量。适应性调节是平衡的基础,平衡是适应性的结果和发展,而如何使适应性平衡由相对健康之平衡达至完全康复的平衡则应是现代中医学不懈追求的目标。

参考文献

[1] 田永衍,王庆其.张仲景“和”思想研究[J].中医杂志,

2013,54(4):280-282.

[2] 恽铁樵.群经见智录[M]//民国名医著作精华.王致谱,主编.福州:福建科学技术出版社,2005:10.

[3] 邓国刚,徐士春.补益药的适应原样作用[J].中成药研究,1985(11):30-31.

[4] 郑红,马军杰.红景天适应原样作用的研究进展[J].高原医学杂志,2005,15(3):62-64.

[5] 周祥,章清华,闫冬雪,等.化浊解毒方对脂代谢异常伴胰岛素抵抗大鼠肝脏组织 DGAT2 mRNA 表达的影响[J].中医杂志,2013,54(5):412-414.

[6] 吴深涛.承因相制:中医学防治疾病之核心思维[J].中医杂志,2011,52(4):274-277.

Adaptive Balance: Core Mechanism of Chinese Medicine Efficacy

WU Shentao

(South Section of First Affiliated Hospital of Tianjin University of Traditional Chinese Medicine, Tianjin, 300381)

ABSTRACT The core mechanism of Chinese medicine therapeutic efficacy is adaptive balance effect. Take the common clinical phenomenon that symptoms and signs of many chronic diseases are obviously improved after Chinese medicine treatment but without significant changes in results of laboratory test or pathological examination as the breakthrough point, the author explores the mechanism of Chinese medicine efficacy from angles of traditional Chinese medicine therapeutic thinking, clinical practice and related researches, etc. The author holds that the whole view related to Chinese medicine system is an academic thinking, including correspondence between man and universe, environmental factors and Zang-Fu relationship, and other interactions. These academic thinking and nonlinear complex mechanism, such as individual compatibility of herbs compound, achieve the unique core mechanism of Chinese medicine, which is called adaptive balance effect. Adaptive balance establishes not only relative healthy status, but dynamically progressive new balance which is also the base of disease recovery.

Keywords adaptive balance; Chinese medicine efficacy; efficacy mechanism

(收稿日期: 2015-04-14; 修回日期: 2015-07-08)

编辑: 黄健

欢迎订阅 2016 年《中医杂志》

《中医杂志》(ISSN 1001-1668, CN 11-2166/R)是由中华中医药学会和中国中医科学院主办的全国性中医药综合性学术期刊。1955 年创刊以来始终坚持“以提高为主,兼顾普及”的办刊方针,是我国中医药界创刊早、发行量大、具有较高权威性和学术影响力的国家级中医药期刊之一,是中国中文核心期刊和科技核心期刊、中国精品科技期刊、首届国家期刊奖获得者和中国期刊方阵双奖期刊、新中国 60 年有影响力的期刊、中国百强科技期刊、中国百种杰出学术期刊,荣获第二届、第三届新闻出版政府奖期刊奖提名奖。

《中医杂志》主要栏目中当代名医和临证心得分别介绍名老中医和临床医生辨证用药治疗疑难病的经验;临床研究介绍中医药治疗的新方法、新成果;学术探讨、思路与方法、专家论坛、病例讨论、综述、百家园等栏目,提供最新学术观点、研究成果与治疗方法,成为学习中医药、研究中医药,不断提高临床及研究水平的良师益友。

《中医杂志》为半月刊,每月 2 日和 17 日出版,每期定价 15.00 元,全年 360 元。读者可以到全国各地邮局办理订阅手续(邮发代号:2-698),也可以与本刊读者服务部联系邮购,邮购免邮费。电话:010-64035632, 010-64089195。国外发行:中国国际图书贸易总公司(北京 399 信箱,邮编:100044,代号:M140)。

本社地址:北京市东城区东直门内南小街 16 号,邮政编码:100700。网址: <http://zzyz.chinajournal.net.cn>。