

气象相当正常,是较好的年辰。故上文“同正宫,己丑太乙天符”,这是今年气候可能运行的又一种模式。

表 1 五运、五步每步七十三又分八十七刻

	主运	客运	时间
初运	少角	少宫	大寒——春分后十三日
二运	太征	太商	春分后十三日——芒种后十日
三运	少宫	少羽	芒种后十日——处暑后七日
四运	太商	太角	处暑后七日——立冬后四日
五运	少羽	少征	立冬后四日——大寒

表 2 六气分六步每步六十天又五刻

	主气	客气	时间
初之气	厥阴风木	厥阴风木	大寒——春分
二之气	少阴君火	少阴君火	春分——小满
三之气	少阳相火	太阴湿土(司天)	小满——大暑
四之气	太阴湿土	少阳相火	大暑——秋分
五之气	阳明燥金	阳明燥金	秋分——小雪
终之气	太阳寒水	太阳寒水(在泉)	小雪——大寒

运气学说认为,正常的天气气候,是受“九星悬朗,七曜周旋”周期性运动的影响按春温、夏热、长夏湿、秋燥、冬寒的次序,成为一年四季,年年如此,恒居不变。主客加临是主气和客气之间相互作用。“上下相遘”的结果,使气候变化多端,年年不同。现在气候学认为一年中地球表面接受太阳辐射能量周期性变化是形成寒来暑往、春夏秋冬四季交换的根本原因,而大气环流的异常可使季节提前或延后,缩短或延长,甚至出现极其罕见的天气气候现象。一古一今说法有相当程度的吻合。由于 2009 年运气衰弱不足,虽然运气同化,但此种多元化的领导机制,欠于协调,纪岁之气不能对纪步的间气实行有效控制。再看立秋到秋分,正是四之气纪步之时,四之气主气是太阴湿土与客气少阳相火是相生的关系,又是地气同天气的关系,地道顺应天道。因此少阳相火卒然而起,淫胜无制,变气肆虐。

这种触遇而作,变异性气候与前面所说的两种气候运行模式并不相同,因为太过、不及、平气两种模式的气候年景都是与五星运行相应的有规律的气候现象,是气候运行之常。气之交变产生的卒然而动的气候,是气候运行之变,变与常是不相应不一致的。按运气学说原理,

有胜就有复,有变同样有复。而且变到何种程度,就要复到什么程度。相火过胜,燥金受制,其子寒水必将来报复。而且今年是太阳寒水在泉主终之气,主气正是太阴寒水、三寒相合。2009 年冬将有寒潮侵袭,甚至造成灾害。我国幅员辽阔,地形复杂,重庆不过局部一隅之地,按胜复法则,全国大部分地区是否也会冬来暴寒呢?答案也是肯定的。因为寒潮每次侵入我国都是极地大陆气团南下。通常经新疆侵入,或经贝尔加湖进入内蒙,冷空气来到秦岭受阻,折而向东后,又继续南侵,席卷华北、华东平原,进到四川盆地时速度减慢,已是强弩之末。所以重庆出现寒潮,全国大部分地区在所难免。秋天非常短暂,立冬后极地大陆气团陡然南下,冷高压及其前锋连续侵袭,寒潮迭降,未到小雪全国大部分地区大雪飞扬,天肃地凝、遍野冰雪。太阳病本寒而标阳,或从其标,或从其本,故《伤寒论》太阳病变化多端。气候情况人居环境古今不同,又在治疗的强力抗击之下,病情不会像古籍所载那样发展,更不会刻板地出现那些症状和证候群。

“触遇而作,卒然灾合”异常气候,是很难预测的,但运气学说仍然提出一些规律性的原则。①异常的灾变性质气候大多发生在运气不及之年,纪岁之气失于制约,间气倔起,其来虽不可预,但察其动而后知。②灾变气候仍服从于胜复原则,而且可以部分知道报复的时间。燥金之复发于五之气;寒水之复,发于终之气或二、三气前后;君相火之复,发于夏或夏秋之交;湿土之复,发于四季之后十八天。③灾变是打破正常的气象运动平衡,复是恢复其平衡,如果有变无复,地球上有些生物面临灭顶之灾。而且变多少,就复多少,“其者复甚,微者复微”存在一种量化的关系。

每年齐夏秋冬的气候运行中,有常也有变。常者多而变者少。常者能够预测,变者仍可预防。运气学说提出今年有“温厉流行”和“虫食甘黄”,说明二千多年前形成体系的运气学说仍有强大的生命力。但学习古籍必须结合现实,不能胶柱,己丑年即将过去,庚寅年的气候如何?又将拭目以待,继续学习。

* 重庆市江津区人民医院 (402260)

环境制约论在中医痰湿体质形成中的作用

何 威* 杨 洁*

痰湿体质是中医体质学说研究中七分法的一个病理类型,是指由于人体脏腑阴阳偏颇,气血津液运化失司,造成水液内停而痰湿凝聚,形成以黏滞重浊为主要特征的体质状态。主要表现为体态偏胖、口黏、痰多、胸闷、多汗且黏、身重不爽等。痰湿体质作为基本的中医体质类

型之一,与多种生活习惯疾病有关,如亚健康、冠心病、高血压、糖尿病、高脂血症、脑卒中等疾病的发生、发展有着密切关系。中医体质学说认为,体质是由先天遗传和后天获得所形成的、个体在形态结构和功能活动方面所固有的、相

对稳定的特性,与心理性格具有相关性。其基本原理概括为:体质过程论、心身构成论、环境制约论、禀赋遗传论等 4 个基本原理。其中,环境制约论认为,环境、社会对体质的形成与发展有着重要的制约作用。也就是说,在个体体质的发展过程中,生活条件、饮食构成、地理环境、季节变化以及社会文化因素都可产生一定的制约性影响,有时甚至可起到决定性的作用。

1 膳食结构变化对痰湿体质的影响

饮食物具有滋养五脏,增强体质的作用。如《素问·六节脏象论》指出:“五味入口,藏于肠胃,味有所藏,以养五气,气和而生,津液相成,神乃自生。”而膳食结构不合理,会损伤人体体质。如《素问·五脏生成篇》则指出:“多食咸,则脉凝泣而变色……此五味之所伤也。”我国传统的膳食结构以谷类食物为主,特点是低脂肪、低能量密度、高碳水化合物和高膳食纤维。2000 年中国国民营养与健康状况调查显示,我国国民膳食结构发生改变,主要表现为动物性食物和油脂摄入量明显上升,而谷类食物、蔬菜、水果的消费量下降,与 1992 相比,有明显差异,这是一种“高密度能量”的膳食结构,造成脂肪摄入过高及健康食物摄入减少,慢性病危险将因此增加。调查还发现高血压、糖尿病、血脂异常的患病率较前一次调查具有明显增高。1989~2000 年的 12 年间,超重率由 15% 增加至 28.2%,增长幅度为 88%。

偏嗜肥甘,即是《灵枢·逆顺肥瘦》篇所说:“肥人……其为人也,贪于取与”;《素问·奇病论》:“素食肥甘,肥者令人内热,甘者令人中满。此种膏粱厚味,油腻腥膻,易积湿生痰,而成痰湿。”故有《张氏医通》:“膏粱过厚之人,每多痰”及《杂病源流犀烛》:“饮啖过度,好食油麦猪脂,以致脾气不利,壅滞为痰”之说。更有朱丹溪“肥白人多痰湿”(《格致余论》)之著名论断。李东垣亦在《脾胃论》中指出饮食失节,过嗜膏粱酒醴,则影响脾胃的运化功能,致使痰湿内停。

2 生活方式

随着社会经济的发展,新技术、新设备的应用,职业性体力活动的强度在降低,家务劳动在减少,人们生活方式和体力活动模式也随之发生变化,生活方式趋向静态的变化,体力活动严重不足。2002 年 WHO 在世界卫生报告中指出,每年由于体力活动不足导致全球 190 万人死亡;12% 缺血性心脏病,11% 缺血性中风,14% 糖尿病,16% 结肠癌及 10% 乳腺癌由体力活动不足引起。缺乏足够的体力活动与罹患心血管疾病、糖尿病和肥胖病关系密切,并可增加患直肠癌、乳腺癌、高血压、血脂异常等的危险性。

2002 年中国人群体力活动和体育锻炼调查显示,人群中只有 11.7%、20.5%、44.7% 和 23.0% 的调查对象分别从事非常轻、轻、中等和重体力劳动的工作。虽然,从事中等和重体力劳动的人有 44.7% 和 23.0%,但是考虑到技术革新和进步,此种工作强度仍在不断的下降之中。人群中只有 18.04% 的人参加体育活动。男性和女性分别为 19.0% 和 16.0%。3.74% 的人采用静坐生活方式。因此,体力活动不足,是我国目前居民生活方式的主要表现形式。

生活方式的变化,体力活动不足,多静少动,易造成“久卧伤气,久坐伤肉”(《素问·宣明五气论》),《吕氏春秋·尽数篇》谓:“形不动则精不流,精不流则气郁。故使中焦壅滞,脾失健运,水湿停聚,酿生痰湿。”王琦等通过对中医痰湿体质相关影响因素进行研究,发现低运动水平、喜食油腻之物是影响痰湿体质的重要因素。因此,痰湿体质,在其形成和发展过程中,受到后天环境因素的影响和制约,其中膳食结构与生活方式是两个重要的方面。

* 福建省泉州医学高等专科学校 (362000)

五 形 人 论

江 锡 权*

古有五形人之论,《灵枢·二十五人》篇将人秉赋不同的各种形体,归纳为金、木、水、火、土五形,又按五色、五音及太少阴阳属性再分为 5 类,而为五五二十五种人的类型,从而判断人的寿夭、病情预后以及临诊确立治疗原则,选择针刺方法。内经各篇反复教导医生观察患者。诊治疾病,必须“合乎人形,阴阳四时”。《内经》的二十五型分类较为复杂,所列特征难以掌握,故后世医家尽管大多学过该篇,而实用探讨者甚少。但人体按五形分类,既有理论根据,也有客观指征。今以 20 年观察,辑简舍繁,仍按五形分形,抛砖引玉。

1 五行正局

金形取端方,色白,面、耳、口、鼻、肩、手、足皆白色端方,眉目清秀、唇齿得配、腰腹正圆、指掌端方、身材匀称、色白气清、洁身自好、声音和润、动静规模、行事干练。水形取圆肥,色黑,头、身、耳、口、鼻、手皆圆肥,面圆体发、耳轮圆厚、眼大眉粗、小肩、腹大而垂、臀圆而丰、后看如伏、面观如仰,指掌圆肥、骨正肉肥、色黑带润、音圆而清、动止宽容、不卑不亢。土形取厚重,色黄,头、面、身躯、四肢敦厚肥大重实。头大、面丰厚、耳厚大垂珠、颈粗、鼻准丰隆、口阔唇厚、颐丰、背宽腰厚如龟、骨重肉实、指掌厚