

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 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

重,声重如钟、胸有城府、气魄宏大、举止安详。火形取尖露,色赤,耳、鼻、目、口、齿皆露,头长而尖、耳高露廓、鼻挠、准尖、口尖唇掀露齿、指尖红活、须发微赤而稀少、声音焦烈、神气筋骨皆露、面色红活、性情暴躁、聪明敏捷、动上发扬。木形取瘦直,色青,头面瘦长、耳长竖立、眉清秀、眼细长、鼻修直、唇红须清、腰瘦而圆、形体修长挺拔、指掌瘦长、手纹理细秀,色青气秀、声音清亮、言语温柔、动作优雅、亭亭玉立。五形与五色相合,如木形色青、土形色黄、金形色白、水形色黑、火形色赤方为正局。谓之得其纯。

## 2 五形合局

观世之人五行正局甚少,而以五形合局居多,如:水形兼金、木形带水等,取其相生之义,称为顺合。又如金行兼木、水形兼土等取其相克之义是为逆合。

### 2.1 五形顺合

金形人兼骨肉厚实,为金逢厚土;木形人若色黑气静为水木相资,若面色红活为木火通明之象。凡土形色黄带红、木形色青带黑等等,《黄帝内经》谓之“形色相得,

富贵大乐”。

### 2.2 五形逆合

土形人若指掌细长或须多浓乱为木来克土,土形人不宜声细步轻、气暗色滞;金形人若头尖、耳尖或须眉赤色、声音焦烈等为火来刑金;木形人头面身手瘦削枯细而色白者,为金型弱木;火形人忌目圆、耳大、鼻丰、口阔、腹大为水来克火;水形人耳尖而反或色红无须为水火相逆,水形人皮白如粉,骨露肉浮或皮滑肉冷者为肾水泛滥,多肾阳虚惫。

五形逆合又有形胜色,色胜形之分。如木形之人色黄,黄属土为木克土,是形胜色,其害较微。若木形色白,白属金为金克木,谓之色胜形,其害大。若遇庚辛属金的年月,再感受外邪则病矣。五形人形色相得,曰得其纯,得其纯者为顺,顺者强;形色不相得,曰得其驳为逆,得其逆者弱。强者雄感邪难犯,弱者遇感邪易干。《灵枢》谓:“形胜色,色胜形者,至其胜时年加,感则病失行则忧矣”。

\* 重庆市江津区人民医院 (402260)

# 七情致月经病的共性研究

孙天琳\* 周叔平\*

陈修园认为,“若害怒则气逆气滞则血滞……加之经血渗汤干其间,遂成亥穴,淋漓无有已也”,“盖被惊则气血错乱,经脉斩然不行”。又“世有室女、童男,积想在心,思虑过当,多致劳损,女子则月水先闭。”从上可知,人的七情内伤可引起脏腑、经络、气血功能的紊乱,从而导致月经病的发生,且其发病各有其特性。然而,笔者认为,虽然情志所致经病症状多种多样,病证又有寒热虚实之分,但并非无规律可寻。在症状、证候、病机以及治法上有其共性。探讨研究其共性,利于临证正确诊治,变“不易治”为“易治”。冀藉此提高情志所致月经病的疗效。

## 1 七情致月经病机理、证候共性

月经病病因的多样性就决定其症状证候的多样性。情志为病者是其中重要原因。七情为病虽如前述,各有其致病机转与特性,但其中又有规律和共性可循。

无论何种情志失调致病,均以损及气机为关键。从而出现气逆、气滞、气陷、气结、气郁等气机的病理变化。而妇人以血为本,以血为用。肝藏血,肝调血。故叶天士说“妇人以肝为先天”。而气之与血:“气为血之帅,血为气之母”,“盖以血之行、止、顺、逆,皆由一气率之而行也。”

无论何种情志失调致病,主要损伤病位均为冲任气血。月经源自冲任,以血为本,以血为用,经期是泄而不藏的耗血失阴过程。此间受任何因素干扰,必然首犯冲任气血。

无论何种情志失调致病,皆易导致脏腑气机失调。从而引致脏腑功能失司,精气血津液的代谢失常,冲任不调,发为月经病。在生理上肝主疏泄气机,疏泄情绪;脾位中州,气机升降之枢纽;肾为主开合之脏,司胞宫的藏泄。病理上,若情志失调肝脾肾功能失司,必然气血失调,冲任为病。

而肝司冲脉血海。可见,以上机转均与肝密切相关。《素问》云:“气血不和,百病乃变化而生。”因而,凡情志过激所致月经病,最终大都可出现:经前可见肝气疏泄、肝气郁结的急躁、抑郁、烦闷、易怒、惊怯、失眠或寐浅等情绪不宁症状,及胸乳胀痛、胁肋少腹不舒或疼痛等肝的经气不利症状。经期则可见肝藏血、调血失司的经血不畅,夹有小血块,或多或少不定,或先或后无时,或崩或闭;或见肝脾失和的经行泄泻;“气有余便是火”,肝气火上逆则经行头痛。

例如“怒、思、恐”三种情志都可以成为闭经的病因:怒则伤肝,肝失疏泄,使气郁气逆,经血瘀滞,瘀血阻于脉道而致闭经;思则气结,脾失健运,日久不解,易致肝气郁滞,经血不得下行而闭经;惊恐过度,常使气下气乱,失去对血的统摄和调控而致闭经。这时虽然闭经之因不同,但是细察全身症状与妇科临床特征,常可发现上述的肝经气机病理表现。

## 2 七情致月经病治法、用方共性

七情致病,各有特点。因而用方用药也各有不同。