

温阳法治疗慢性荨麻疹刍议

李宏军* 桂金萍*

慢性荨麻疹是皮肤科常见病,多发病,病程短者数月,长者数十年,往往夜间发作,白天消退,严重影响患者生活质量。西医治以抗组胺剂,往往停药即发。近年来,中医治疗慢性荨麻疹的优势日益受到重视。本文就慢性荨麻疹的病因病机及治疗体会做一分析,与同道探讨。

1 病因病机

荨麻疹,俗称风疙瘩,中医学称其为“瘾疹”、“风瘙”、“风瘙隐疹”、“赤疹、白疹”等^[1]。《素问·四时刺逆从论》云:“少阴有余,病皮痹隐疹。”隋·巢元方《诸病源候论·小儿杂病诸候·风瘙隐疹候》云:“小儿因汗,解脱衣裳,风入腠理,与血气相搏,结聚起相连,成隐疹。风气止在腠理,浮浅,其势微,故不肿不痛,但成隐疹痒耳。”又云:“邪气客于皮肤,复逢风寒相折,则起风瘙隐疹。若赤疹者,由凉湿折于肌中之热,热结成赤疹也。白疹者,由风气折于肌中热,热与风相搏所为。”荨麻疹自《黄帝内经》至《诸病源候论》虽异名而同类,都强调风邪在发病中的作用,风性轻扬开泄,为阳邪,同气相求,易袭阳位,故好发于上部、肌表、腰背等处,风性善行而数变,行无定处,也与本病风团发生及消退迅速,此起彼伏,消退后不留痕迹一致。

慢性荨麻疹发病有十分明显的时间特点,往往夜间发病,此与卫气及其运行规律密切相关。《素问·生气通天论》曰:“阳气者,一日而主外,平旦人气生,日中而阳气隆,日西而阳气已虚,气门乃闭。”而《灵枢·营卫生会》曰:“卫气行于阴二十五度,行于阳二十五度,分为昼夜,故气至阳而起,至阴而止。故曰:日中而阳隆为重阳,夜半而阴隆为重阴……夜半为阴隆,夜半后而为阴衰,平旦阴尽,而阳受气矣。日中为阳隆,日西而阳衰,日入阳尽,而阴受气矣。”这些经文充分说明自然界的阴阳之气在一天之中存在昼夜盛衰消长规律。人禀自然之气生,也就逐渐形成了同步于自然运动的生理节律周期。从某种意义上讲,疾病变化的节律性就是由于某种因素作用于机体后干扰了机体的正常节律而产生的一种异常表现;反之,节律异常有可能导致疾病的发生或加重。“风伤卫,寒伤营”,“贼风虚邪伤人,阳受之”,此阳即卫阳,卫气有温养肌肤腠理,调节汗孔之开合,保卫体表防御外邪的作用。卫气化生于中焦水谷精

微之气后,赖下焦肾气的作用而行遍周身。五脏之中,肺有宣散卫气之功,肺气不宣,则卫气不能达于全身,故古人云“肺主气,属卫”。慢性荨麻疹患者,多腠理疏松,卫外不固,夜间体表卫气稀少,抵御外邪之力更差,不耐风寒,故本病多睡觉前发病或者病情加重,起床后卫行于阳,重新疏布肌表,正邪交争,故而也常常发病或者病情加重。

2 治疗方法

慢性荨麻疹的发病多为卫外不固,风邪外袭,故而其治疗宜温阳益卫发表,可以麻黄附子细辛汤与玉屏风散合方治之。《古今名医方论》中柯琴谓玉屏风散:“邪之所凑,其气必虚。故治风者,不患无以驱之,而患无以御之;不畏风之不去,而畏风之复来,何则?发散太过,玄府不闭故也。昧者不知托里固表之法,遍试风药以驱之,去者自去,来者自来,邪气留连,终无解期矣。防风遍行周身,称治风之仙药……为风药中之润剂,治风独取此味,任重功专矣。然卫气者,所以温分肉而充皮肤,肥腠理而司开阖,惟黄芪能补三焦而实卫,为玄府御风之关键……是补剂中之风药也,所以防风得黄芪,其功愈大耳。白术健脾胃,温分肉,培土以宁风也。夫以防风之善驱风,得黄芪以固表,则外有所卫;得白术以固里,则内有所据,风邪去而不复来。”而麻黄附子细辛汤中麻黄散寒解表,附子温经助阳,细辛助麻黄解表,助附子温经。麻黄、附子相配,一发一补,使表解而无损于阳。“少阴有余,病皮痹隐疹”、“营出于中焦,卫出于下焦”,故以附子助肾阳,使卫阳生生不息。二方合用,附子合白术、黄芪,温肾阳健脾胃,补肺益卫固表,麻黄防风相须为用,驱邪之力强,发在表之风,一味细辛,温里发表,沟通内外。本药多含辛温发散药物,故煎煮时间不宜过长,先以冷水浸泡30min,加盖武火煮沸,文火煎煮10min即可。本方意在温阳,故其服药时间也值得探讨。

3 典型病例

温某,女,26岁,病程3个月。自诉于旅游时夜间在海边吹风后患病,每夜夜间9时及早晨5时左右发病,以上半身为主,色红白相间,2h左右自行消退,瘙痒不适。前医遍用依巴斯汀、地塞米松、钙剂及中药汤剂治疗,停药即发。其素体畏冷,终年手足欠温,舌淡苔白微

臑、脉沉细 据其脉证,诊为阳气亏虚,风邪久羁 故予麻黄附子细辛汤合玉屏风散治之:(熟)附子 10g,(炙)麻黄 10g,细辛 5g,(炙)黄芪 30g,白术 18g,防风 10g,乌梅 10g,五味子 10g,炙甘草 10g,7剂 药后患者诉大便秘,第3日起风团较前有所加重,第5日起风团渐消退,后再未起疹,嘱再服3剂,以收全功,后随访2月未再复发。服此方之人,往往药后病情有所加重,此为正常。正如郑钦安《医法圆通·服药须知》所云:“大凡阳虚阴盛之人……服辛温十余剂后,忽然周身面目浮肿,或发现斑点,痛痒异常,或汗出,此是阳药运行,阴邪化去,从七窍而出也,以饮食渐加为准 服辛温十余剂,或二十余剂,或腹痛泄泻,此是阳药运行,阴邪化去,从下窍而出也。”本案中加乌梅 五味子以防细辛、麻黄发散太过耗伤肺气,又防诸药温燥伤津,并为佐制之用 炙甘草

调和诸药,兼佐使之用。令开中有合,使散不伤正,收不留邪 清代名医徐灵胎在《慎疾刍言》中指出:“服药早暮不合其时,不惟无益,反能有害”。服药时间宜与日周期中阴阳消长、气机升降节律相应 日周期中清晨至午前为阳旺气升时区,午后至子前,为阴旺气降时区 补阳升散方药,应于阳旺气升时服用;补阴沉降类方药,应于阴旺气降时服用 故本方以早晨7时及日中12时前各服1次为宜

参考文献

[1] 张晓杰,田代华. 荨麻疹中医病名溯源 [J]. 中医文献杂志, 2004, 22(1): 15- 16.

* 湖北省襄樊市中医医院皮肤科 (441000)

食疗防治高血压病

李红卫¹ 田玲² 杨冰¹ 周莉¹

高血压是一种常见的心血管疾病,是以动脉血压增高为主的临床症候群。分为2型:一是原发性高血压病,约占本病的90%,是以血压升高为主要表现而病因尚未清楚的一种独立疾病,其发病多认为与长期精神紧张和情绪波动、遗传、肥胖、高盐饮食等有关。二为继发性高血压病,其血压升高仅是某些疾病的表现之一。根据中医学的理论,此病发生是由肝、肾、心三脏阴阳的消长失衡所致,其表现以本虚标实为特点。治疗早期宜平肝潜阳,中期宜滋阴潜阳,后期则以滋补肝肾、育阴助阳为基本法则。

1 预防食疗

莲子心、决明子、山楂、枸杞子、刺五加等,用开水冲泡当茶饮。胡萝卜汁、芹菜、菊花、荷叶等,加米煮粥,都是可以预防高血压、高血脂的保健食品。土豆、芋头、茄子、海带、莴笋、冬瓜、西瓜、牛奶、绿色蔬菜、小米、荞麦面、豆类及豆制品,含钾、钙、镁丰富而含钠低,有保护心血管和降压作用,可多吃。

2 辨证食疗

2.1 肝阳上亢

早期高血压病的一种常见类型,症见眩晕头痛,面红目赤,烦躁易怒,便秘尿黄,舌红苔薄黄,脉弦数或弦滑等。治法:平肝潜阳,清热镇静。食疗方可选用①醋泡花生仁:花生仁适量,用醋浸泡1周后,每晚睡前嚼食7~8粒;或将花生仁焙干研成细粉,每日服2~3次,

每次1.5g,连服月余。②鲜芹菜汁:鲜芹菜250g,洗净,用沸水烫2min,切碎绞汁饮服,每次1小杯,每日2次。③绿豆海带粥:绿豆、海带(切碎)各100g,粳米适量,同煮成粥,晚餐食用。

2.2 阴虚阳亢

多见于本病中期,症见眩晕头痛,五心烦热,腰膝酸软,耳鸣健忘,舌红苔薄,脉弦细数。治法:滋阴潜阳,滋养肝肾。食疗方用①何首乌粥:何首乌60g,入砂锅煎取浓汁,去渣,入粳米100g,大枣3枚,冰糖适量,同煮为粥,早晚服用。②菊花乌龙茶:杭菊花10g,乌龙茶(或龙井茶)3g,泡茶饮用。此方对阴虚阳亢或肝阳上亢型高血压均宜。此茶不宜太浓,以免引起失眠及心跳加快。③淡菜芹菜汤:淡菜、芹菜各10~30g,每日煮汤喝,15日为1个疗程。

2.3 阴阳两虚

此型多见于本病晚期,以老年患者或妇女绝经期尤为常见。症见眩晕头痛,视物模糊,心悸失眠,腰酸耳鸣,尿频肢冷,遗精阳痿,舌质淡红,苔薄白或少苔,脉沉弦或沉而细数。治法:补肾益精,育阴助阳。食疗方用①昆布海藻煲黄豆:昆布、海藻各30g,黄豆150~200g,文火煲汤,少加白糖调和,日服2次。②胡萝卜粥:鲜胡萝卜适量,粳米60g,胡萝卜块与粳米煮粥,粥成调冰糖适量,煮1~2沸即可,常服食。③首乌饮:桂圆肉30g,当归20g,何首乌20g,洗干净,加水适量煎煮,