

浅论艾灸十大温效及临床应用

刘 春 吴中朝*

(中国中医科学院针灸医院,北京市东城区东直门内南小街 16 号,100700)

* 通讯作者:wutcm@sina.com

[摘要] 在临床实践的基础上,结合现代艾灸防病治病机理和历代文献中有关灸法作用的论述,将艾灸按其功效的特点和主治疾病的不同,归纳为十大温效,即温通效应,温经效应,温润效应,温升效应,温降效应,温散效应,温化效应,温御效应,温摄效应,温补效应。

[关键词] 灸法;艾灸效应;温通效应;温化效应

《灵枢·官能》曰:“针所不为,灸之所宜”;《医学入门》亦曰:“药之不及,针之不到,必须灸之”。艾灸以其独特的功效,历来为医家所推崇,广泛应用于治疗疾病与养生保健。艾灸是利用温热刺激作用于穴位或患处以达到防病治病目的的外治方法。温热刺激是艾灸的本质特征,是其取效的关键。在对艾灸的作用机制进行广泛研究的基础上,结合艾灸的临床作用特点和古代文献的认识,将艾灸的治疗效应概括为艾灸温效。千百年来,灸火得以传承,皆与其温效有关,艾灸的温效值得总结与发掘。

根据其功效的特点和主治疾病的不同,艾灸温效可归纳为以下 10 个方面,简述如下。

1 温通效应

通是通畅、通利、通达之意。灸火可活跃脏腑气机,行气活血。温热刺激作用于特定的穴位,可治疗各种气血壅滞,气血不畅之病症,由此形成的临床效应称为温通效应。《灵枢·刺节真邪》云:“火气已通,血脉乃行”;《神灸经纶·说原》云:“灸者,温暖经络,宣通气血,使逆者得顺,滞者得行。”就是指艾灸的温通效应。

现代研究表明,以艾灸治疗气滞血瘀所致的疼痛性疾病具有较好的疗效,从中医的角度来理解,就是艾灸的温通效应^[1]。主要用于各种痛症、以肿胀为特点的疾病(如腹胀)及各种气滞所导致的病症(如气滞所致的便秘)等。临床可局部灸、循经灸、对症灸。

2 温经效应

经指经脉,温经是针对四肢经脉寒凝而言。寒主收引,寒性凝滞,寒主挛缩,寒主闭塞。经脉因寒而不畅的病证,多有寒凉、冷颤、疼痛、拘挛、收缩、苍白等症状。艾灸的温热之性,对于因寒邪外侵或阳虚不能温煦而致的寒滞经脉的种种表现,皆有较好

的治疗作用,这种作用可以称为艾灸的温经效应。朱丹溪曰:“血见热则行,见寒则凝。”气温则血滑,气寒则血涩,寒则气收。《灵枢·刺节真邪》曰:“脉中之血,凝而留止,弗之火调,弗能取之。”此“火调”主要是指艾灸的温经效应而言。如李宁等^[2]运用灸腰阳关和犊鼻穴为主治疗膝关节骨性关节炎时,出现明显的循经感传现象而产生较好的疗效,这种疗效产生的基础是艾灸的温经效应。

温经效应主要用于风寒湿痹,肢端寒凝证,手足冻疮,雷诺病,骨质疏松,四肢抽筋等。临床以四肢特定穴灸、局部灸、循经灸为主。病久或病及全身的,可配灸背俞穴、督脉、任脉经穴。

3 温润效应

润与干、燥、阴虚相对而言。阴虚则燥,津亏则干。虽然艾灸性质温热,但运用得当,亦可产生滋阴生津或促进津液布散等作用,这就是艾灸的温润效应。艾灸的温润效应主要体现在两个方面:其一,阴液不足。人体无阳则阴不生,无阴则阳不长。艾灸以温热而鼓舞阳气,以促阴生,以滋阴液。其二,人体津亏,或因于失液,或因于气虚,或因于气结,或因于阳碍,或因于湿阻。艾灸能益气阳,振奋气机,散湿滞,除阴霾,布津液,利津生。以上二者,皆足以润燥益阴。《针灸聚英》云:“骨蒸劳热,灸四花穴。”古代“四花”穴用于肺癆,而肺癆多阴虚,其四花穴(双胆俞、双膈俞)就是艾灸温润效应具体应用的体现。《灵枢》云:“阴阳俱虚,火自当之。”对于阴阳俱虚的,自当更加适用于艾灸以温润之。

温润效应主要用于多种阴虚而无严重内热者;津液亏虚者;湿邪内阻而津常者;以及干燥性病证,如干燥综合征等。临床以辨证施灸、背俞穴施灸为宜,结合对症与病部施灸(如干眼症亦可灸眼周等)。

4 温升效应

升是针对陷下方面的病证。陷下病证包括三个方面,一为有形的解剖学意义上的内脏位置下陷之病证;二为功能学方面的清浊不分之病证;三为阳衰欲竭之危急重症等。《灵枢·禁服》云:“陷下者,……故宜灸之”;《灵枢·经脉》云:“陷下则灸之”;《灵枢·官能》云:“经陷下者,火则当之”;《伤寒论》云:“少阴病吐利,手足逆冷,……脉不至者,灸少阴七壮”。艾灸的这种以升提举陷,升位固置,升清降浊为特点的临床作用,可以称为温升效应。

温升效应主要用于中气不足,内脏下陷,如胃下垂、肾下垂、子宫脱垂及脱肛;清阳不升,清浊相混的病证,如久泻、久痢、头晕昏蒙等,以及病延脉虚、经脉陷下等。临床主要是灸相应脏腑的背俞穴、募穴、特定穴,并辨证结合对症取穴施灸。

5 温降效应

降是针对临床病机该降不降的病症。五脏以守为要,以藏为本,六腑以降为和,以降为顺。气机当降不降,则病必由生,上逆为病。《素问·至真要大论》曰:“上者下之”;《素问·阴阳应象大论》曰:“五脏不和,则七窍不通。”此足以说明脏气上逆之害;《灵枢·脉度》曰:“六腑不合,则留为痛”;《素问·五脏别论》亦曰:“六腑者,传化物而不藏”。生理上腑以通为用,功能上是以降为顺,以降为和,以降为常。艾灸的温降效应,可以使人降其浊气,顺其阴阳,和其脏腑,使腑脏功能正常。例如在用艾灸治疗饮食不节、肝气犯胃或胃寒等原因所致的呃逆时,用灸胃的募穴中脘的方法每获佳效,皆因艾灸温降效应作用于胃气上逆这一关键环节所致^[3]。

温降效应主要用于肺气上逆之咳嗽、气喘、咯血、鼻衄;肝气上逆的胁胀、头晕、目眩;胃气上逆的呕吐、呃逆、暖气、泛酸、呕血等。临床针对脏腑病机与症状之差别,以灸脏腑背俞穴、募穴及特定穴为主,并结合症状局部或对症施灸。

6 温散效应

散主要是散风、散寒、散湿。用于六淫外邪入侵所出现的表证,如症见恶寒发热,头身痛,脉浮;或用于疹透不畅,或有表证者,艾灸温以发散,温以开泄,可促使病人汗出,而达到外邪从汗而外泄,表证得以解除。这种临床作用,可以称为艾灸温散效应。故《素问·阴阳应象大论》云:“其有邪者,渍形以为汗;其在皮者,汗而发之。”

温散效应主要用于普通感冒、外感风寒,肢体风

湿疼痛,寒邪直中,部分传染病、急性病的早期,寒湿痢的逆流挽舟,皮肤病等。临床多灸肺、大肠经,膀胱经和督脉等经脉腧穴,以解除外感风寒等症状。同时也适用于手太阴肺经、足太阳膀胱经的循行路线和脏腑等其他病症,如有表证的皮肤疾病、部分感染性疾病的早期等。利用艾灸的温散效应治疗外感六淫之邪侵犯肌表时,施灸的过程中当以微微汗出为宜,以使表邪随汗而去。

7 温化效应

化有散化、溶化、化开、化解之意。结聚之证应当消散,艾灸对于上述血、气、痰、浊郁结的病理产物或病症需借用艾灸的温化效应治疗。《素问·至真要大论》曰:“结者散之”。临床很多有“结聚”性质的疾病,如痰结、气结、瘀血、癥瘕、积聚等,发挥艾灸温化效应,应用其行气、化痰、通络、散结等机理,能取得非常好的疗效,甚至可收到奇效。现代研究表明,血瘀、痰结等状态是许多疾病发生发展过程中的重要环节。艾灸的温散效应有助于降低血脂^[4],改善血瘀症状^[5],从而对冠心病、高脂血症等疾病有较好的预防和治疗作用。

温化效应主要适应于瘰癧、瘰聚、痰核、肿块、血肿、结节等病理产物及相关病症。临床多以局部施灸为主,并适当应用循经与辨证取穴施灸。

8 温御效应

御指御防、御卫、御护等。对于肌腠空疏,卫表不固,外邪易袭等病症,艾灸温御效应明显。《灵枢·百病始生》曰:“风雨寒热,不得虚,邪不能独伤人。卒然逢疾风暴雨而不病者,盖无虚,故邪不能独伤人。此必因虚邪之风,与其身形,两虚相得,乃客其形。……其中于虚邪也,因于天时,与其身形,参以虚实,大病乃成。”《灵枢·口问》云:“故邪之所在,皆为不足。”《温热论》云:“肺主气属卫”,对于肺气不足,表卫空疏,营卫失调所致防外邪侵害,可通过艾灸的温御作用,使腠理致密,表卫坚固,抵御邪袭。

温御效应主要用于体虚易于感冒;太阳中风证;过敏性鼻炎,皮肤因受风或感寒而瘙痒等。临床多灸脾经、肺经、膀胱经等经穴,或加督脉、手阳明经的穴位施灸。

9 温固效应

固指固摄、固收、固涩等。对于津液外泄,肾不摄纳,脾不统血,心不敛汗等,艾灸温固效应明显。《素问·至真要大论》云:“散者收之”。通过艾灸的温固作用,可摄纳肾气以止喘;固摄肾精以防泄,统

摄脾气以止血,固护心气以敛汗,固摄津液以防失,固摄胞宫以止脱,固摄冲任以止崩;固涩脾津以摄唾,固涩疮疡以生肌,固摄回阳以救逆等。如有人用灸神阙、涌泉的方法治疗小儿汗证,发挥了艾灸的温固效应的优势^[6]。

温固效应主要用于老年喘息、皮肤及内脏出血如紫癜等;多汗;大量失液性休克;中风、弱智之涎液不收;疮疡溃烂久不收口;以及阳脱阴竭、生命垂危之大汗淋漓、四肢厥冷、脉微欲绝的脱证等。临床一般病证宜常规用灸,辨证与对症取穴施灸,以缓图收功。危急重症急救,宜大艾炷隔盐重灸,冀以速效,回阳救逆。

10 温补效应

补具有补助、补益、补充等含义,温补效应是艾灸最重要的效应之一。机体虚弱,气、血、阴、阳不足,可用艾灸温补效应,扶阳补气、滋阴生血。《素问遗篇·刺法论》云:“正气存内,邪不可干”;《灵枢·官能》曰:“阴阳皆虚,火自当之”;《灵枢·经脉》云:“虚则补之”。《扁鹊心书》曰:“保命之法,灼艾第一”;“人于无病时,常灸……虽未得长生,亦可保百余年寿矣”。《医说》亦云:“若要安,三里不能干”。因此说,艾灸可以养生保健,延年益寿。同时艾灸的温补效应,也是防病抗病的基础。自古迄今的医学实践证明,艾灸温补效应是行之有效的,故而被人们广泛应用,至今不衰,并随着时代的推进,还将被进一步得以验证与发挥。如有人提出老年人衰老本质主要是以阳虚为本,尤以肾阳虚衰为主,瘀血内阻为

标的观点。艾灸因其温补效应的存在,成为历代养生保健、抗老防衰的重要手段^[7]。

艾灸温补的应用,可适合于各类人群,更可以用作治未病。临床选穴一般为足三里、气海、关元、命门、膏肓等穴,灸量宜小,灸程宜缓,优选灸材,择以灸时,因人而异,积累效应。

总之,灸法是中医的重要治疗手段,是防病保健的重要方法。温热刺激是灸法的本质特征,以此为基础形成的临床作用可以称为艾灸温效,而其中最重要即本文所总结的十大温效。合理应用艾灸,根据其功效拓宽治疗范围,可大大提高临床疗效。

参考文献

- [1] 吴中朝,王玲玲,刘跃光,等. 艾灸从瘀论治中老年痛症的临床研究[J]. 中国针灸,1998,18(9):523-525.
- [2] 李宁,吴滨,张永宁. 艾灸配合运动疗法治疗膝关节骨性关节炎疗效观察[J]. 中国针灸,2002,22(11):729-731.
- [3] 张洪彬. 艾灸中脘治疗呃逆 150 例[J]. 临床军医杂志,2002,30(3):124.
- [4] 吴中朝,王玲玲,徐兰凤,等. 艾灸对高脂血症调脂作用的研究[J]. 上海针灸杂志,1997,16(6):5.
- [5] 吴中朝,王玲玲,刘跃光,等. 老年血瘀证的艾灸临床研究[J]. 江苏中医,1997,18(4):32-33.
- [6] 韩长根,闫支花. 灸治小儿自汗、盗汗 24 例[J]. 上海针灸杂志,2007,26(10):8.
- [7] 吴中朝,王玲玲,徐兰凤. 试论老年人阳虚挟瘀衰老本质[J]. 江苏中医,1994,15(11):39-40.

(收稿日期:2013-03-11;修回日期:2012-03-25)

[编辑:侯建春]

第 21 次全国特色医疗名医学学术会暨海参崴考察的通知

第 21 次全国特色医疗名医学学术会由北京聚医杰医药科学研究院会同有关学会联合主办,会议主题为中医、中西医结合特色疗法治疗各种皮肤病及疑难杂症,拟定于 2013 年 7 月 9 日—12 日在黑龙江省哈尔滨市召开。欢迎各级中医皮肤病名医及疑难杂症名医、乡村医生、民间中医等报名参会。

一、会议内容:1. 专家讲座:特邀中医皮肤病、疑难病专家作特色疗法的学术讲座;2. 学术交流:重点交流中医、中西医结合治疗各种皮肤病、疑难病及常见病经验;3. 中医专利培训:特邀中医专利研究专家张来祥主任作中医知识产权保护及申请专利方法的培训;4. 评选表彰在中医皮肤病、疑难病等方面的特色医疗名医;5. 成立皮肤病研究专家委员会;6. 会后组织赴俄罗斯海参崴参观考察。二、征文要求:运用中医药、中西医结合特色疗法治疗各种皮肤病、疑难杂症及常见病多发病的经验。稿件需打印,并附 200 字以内作者简介。三、有关说明:1. 评选优秀论文;2. 颁发继续教育学分证书;3. 颁发会议纪念品及学术资料;4. 入选论文会后安排在相关杂志上发表;5. 赠送《实用中医验方 100 首》等资料;6. 参会费用:报名费 200 元,会务费 950 元,食宿及参观考察费用自理。四、会议报名:参会报名注册费 200 元、交流论文(无论文者也可报名)、2 寸彩照 4 张、作者简介、表彰申请及赴海参崴报名资料(护照复印件、2 寸白底彩照 4 张)请于 6 月 25 日前用快递寄至北京 100036—98 信箱,哈尔滨会议会务组叶续宗收,邮编:100036,论文也可发 E-mail:13366005273@163.com,联系电话:010-63772051、13366005273、18600893817。

欢迎登录 www.zgtsyl.com、www.ylwsxx.com 查询。