

## • 百 家 园 •

## 历代医家论痰湿体质

聂 金 娜

长春中医药大学基础医学院内经教研室, 吉林省长春市净月经济旅游开发区博硕路 1035 号, 130117

基金项目: 吉林省中医药管理局资助项目(2010-011)

通讯方式: niejinna1111@sina.com, (0431)86172301

〔摘 要〕 痰湿体质理论源于《黄帝内经》, 后世医家对痰湿体质的成因、发病趋势及调治等方面的认识亦有补充, 从不同角度丰富和发展了痰湿体质理论。

〔关键词〕 痰湿; 体质; 《黄帝内经》; 历代医家

痰湿体质是中医体质学说对临床各类体质现象所划分的病理性体质类型之一, 也是肥胖人群中的主要体质类型<sup>[1]</sup>。中医对痰湿体质理论的认识源于《黄帝内经》。如《素问·通评虚实论》中对“肥贵人”体质类型及其特征的论述亦与痰湿体质相关。后世医家在此基础上对痰湿体质的论述不断深入, 演绎出诸多观点, 从不同角度诠释了对痰湿体质的认识, 丰富和发展了痰湿体质理论。

## 1 痰湿体质的形成

《黄帝内经》及后世历代医家虽未明确提出“痰湿体质”这一概念, 而多称为“肥贵人”、“膏粱之人”等, 但对痰湿体质的形成却有一定的认识。

## 1.1 先天禀赋是痰湿体质形成的内在基础

《黄帝内经》认为, 先天禀赋是形成与影响体质的重要因素之一。如《灵枢·寿夭刚柔》曰: “人之生也, 有刚有柔, 有弱有强, 有短有长, 有阴有阳”<sup>[2]</sup>; 《灵枢·天年》指出: 人之始生“以母为基, 以父为楫”。指出体质构成主要来源于父母之精, 即体质主要禀受于先天, 由于先天禀赋的不同将决定体质各异。后世医家在《黄帝内经》体质理论的基础上认为先天禀赋是痰湿体质形成的内在基础。

元代王珪及清代陈复正均认为, 痰湿体质具有遗传性, 提出先天禀赋是痰湿体质形成的内在基础。如王珪《泰定养生主论》提出, “余自思父母俱有痰疾, 我禀此疾, 则与生俱生也。”<sup>[3]</sup>说明若父母体内素有痰疾, 其子女则禀赋先天易形成痰湿体质。陈复正认为, 母体在妊娠时过食肥甘湿热而致痰湿内蕴, 易致子女形成痰湿体质。提出“胎肥者, 儿生下遍身肌厚, 肉色通红, 面色亦红, 而黑睛多, 时时生痰, ……此名胎肥。是亦在胎时, 母食甘肥, 湿热太过,

流入胞中, 以致形质虚肥, 血分壅热也”<sup>[4]</sup>。

## 1.2 后天失调是痰湿体质形成的外在因素

《黄帝内经》认为, 后天因素对体质的形成有重要影响。如《素问·异法方宜论》提出, 地域、生活环境及饮食习惯不同, 则体质各异; 《素问·六节藏象论》指出, 饮食物可以滋养五脏, 增强体质; 《素问·五脏生成》认为, 饮食不当可影响体质。后世医家在此基础上提出饮食失宜、起居闲逸、情志失调、外感六淫、劳伤等后天失调是痰湿体质形成的外在因素。

隋代巢元方等认为, 饮食失宜及劳伤导致脾胃虚弱是痰湿体质形成的重要外在因素。如巢元方《诸病源候论》提出, “劳伤之人, 脾胃虚弱, 不能克消水浆, 故为痰饮”<sup>[5]</sup>; 明代张景岳《景岳全书》提出, “夫人之多痰, 系由中虚使然”<sup>[6]</sup>; 清代沈金鳌《杂病源流犀烛》指出: “由于脾胃寒湿生痰, 或饮啖过度, 好食油面猪脂, 以至脾气不利, 壅滞为痰”<sup>[7]</sup>; 清代吴谦《医宗金鉴》提出: “痰者, 水谷所化之津液不能四布, 留于胸中而成者也。多因饮食无节或乳食过食厚味, 脾胃不能运化而生”<sup>[8]</sup>。

金代张从正等医家提出形体过度安逸、情志失调、外感六淫是形成痰湿体质的重要外在因素。如张从正《儒门事亲》提出: “膏粱之人, 起居闲逸, 奉养过度, 酒食所伤, 以致中脘留饮胀闷”<sup>[9]</sup>; 明代薛己注王纶《明医杂著》指出: “痰者, 脾胃之津液, 或为饮食所伤, 或因七情、六淫所扰, 故气壅痰聚”<sup>[10]</sup>; 清代李用粹《证治汇补》有“惊怒忧思, 痰乃生焉”<sup>[11]</sup>之论; 清代王燕昌《王氏医存》指出: “肥人多痰, 大半因湿, ……盖不病则津液为脂膏, 病则作湿酿痰也”, 又说: “肥人之病, 皆因脾湿至胃生痰”<sup>[12]</sup>。即明确指出痰湿体质不病时, “津液为脂膏, 病时则‘作湿酿痰’。

## 2 痰湿体质的发病趋势

《黄帝内经》中的“肥贵人”即属痰湿体质之人,提出过食肥甘厚味易形成痰湿体质,临床易引发消渴、中风、痿、厥、胸痹等病证。如《素问·通评虚实论》曰:“凡治消瘵仆击,偏枯痿厥,气满发逆,甘肥贵人,则高粱之疾也。”说明肥胖之人由于过食膏粱厚味,导致脾虚不能运化水谷精微,聚湿生痰,痰湿化热,可引发消渴、中风、痿、厥、胸痹等证。《素问·奇病论》曰:“帝曰:有病口甘者,病名为何?何以得之?岐伯曰:此五气之溢也,名曰脾瘅。夫五味入口,藏于胃,脾为之行其精气,津液在脾,故令人口甘也,此肥美之所发也,此人必数食甘美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满,故其气上溢,转为消渴。”“脾瘅”指“消渴”。即指过食肥甘导致脾虚不能运化水谷精微,痰湿内蕴,里热熏蒸,可转为消渴。

金代刘完素与《黄帝内经》的观点一致,提出痰湿体质易患中风。其《素问玄机原病式》指出:“或言肥人多中风由气虚,非也。所谓腠理致密,而多郁滞,气血难以通利,若阳热又甚而郁积,故卒中也。”<sup>[13]</sup>指出了肥人患中风并非由气虚所致,而是由于体内气血运行不利,受热瘀滞导致卒中,即中风的发生。

宋代杨仁斋及元代朱丹溪在《黄帝内经》理论的基础上,提出痰湿体质与肥胖密切相关,丰富了痰湿体质的发病趋势。如杨仁斋《仁斋直指方论》提出,“肥人气虚生寒,寒生湿,湿生痰。……故肥人多寒湿。”<sup>[14]</sup>说明痰湿体质是肥胖人群易发的主要体质类型。朱丹溪《丹溪治法心要》提出:“肥白人多痰湿”<sup>[15]</sup>;“肥人属痰”;“肥人多痰湿”等。说明古代医家对肥胖之人多属痰湿体质已有明确认识,认为痰湿体质之人,体内多痰湿,发病之后多表现为肥胖。

朱丹溪还提出“百病多兼痰”的观点,说明痰湿体质还可引发多种病证。如晋代王叔和最早认识到女子肥胖易导致不孕,扩展了痰湿体质发病趋势的范围。其《脉经》指出:“肥人脉细,胞有寒,故令少子。其色黄者,胸上有寒”<sup>[16]</sup>。

明代张景岳认为,痰湿体质的肥人体内多气虚,易导致三焦气化不利,体内多湿多滞,可形成类中风。其《景岳全书》曰:“肥人多有非风之证,以肥人多气虚也。何以肥人反多气虚?盖人之形体,骨为君也,肉为臣也。肥人者,柔盛于刚,阴盛于阳者也。且肉以血成,总皆阴类,故肥人多有气虚之证。然肥人多湿多滞,故气道多有不利”。

## 3 痰湿体质的调治

《黄帝内经》认为,人体水液代谢与肺、脾、肾三

脏关系密切,水液代谢障碍治疗当调补肺、脾、肾,尤其重视脾气的作用。如《素问·至真要大论》提出,“诸湿肿满,皆属于脾”的观点。即痰湿体质的形成与脾脏关系密切。后世医家在此基础上对痰湿体质的调治又提出了新的观点。

### 3.1 “病痰饮者当以温药和之”

汉代张仲景提出治疗痰饮当用“温药和之”以纠正痰湿体质的观点。其《金匮要略》提出,“病痰饮者,当以温药和之”<sup>[17]</sup>。原文还记载了具体的方药,如“心下有痰饮,胸胁支满目眩”的苓桂术甘汤;“心下有支饮,其人苦冒眩”的泽泻汤;“心下痞,隔间有水,眩悸”的小半夏加茯苓汤;“吐涎沫而癫眩”的五苓散等,进一步丰富了痰湿体质的治法及方药。

### 3.2 调适三焦以助宣通水液

《圣济总录》认为,三焦气涩可导致水饮停留,聚成痰饮,提出调适三焦之气以宣通气脉调治痰湿体质的观点。《圣济总录》曰:“人之有形,借水饮以滋养。水之所化,凭气脉以宣流。盖三焦者水谷之道路,气之所终始也。三焦调适,气脉平匀,则能宣通水液,行入于经,化而为血,溉灌周身。三焦气涩,脉道闭塞,则水饮停滞,不得宣行,聚成痰饮,为病多端。……善疗此者,要以宣通气脉为先,则水饮无所凝滞。”<sup>[18]</sup>深入扩展了痰湿体质调治的思路与方法。

### 3.3 补脾胃之气以布散精微

宋代《圣济总录》及明代李中梓均认为,脾胃气弱,不能布散水谷精微,可导致痰饮形成,提出痰湿体质重在补脾胃。如《圣济总录》提出,“脾胃者仓廪之官,播百物气泽,以埠诸脏腑者也。脾土也,土能制水,则水不溢,虚损之人脾胃气弱,故于水谷不能克消,土气不能胜水,津液停积,结聚上隔,是为痰也。今补虚兼以助脾之药,则痰自消矣”。李中梓《医宗必读》曰:“痰之为病,十尝六七,而《黄帝内经》叙痰饮四条,皆因湿土为害。故先哲云:脾为生痰之源。又曰:治痰不理脾胃,非其治也。……惟脾土虚湿,清者难升,浊者难降,留中滞膈,痰而成痰。故治痰先补脾,脾复健运之常,而痰自化矣”<sup>[19]</sup>。

### 3.4 治痰当以温脾强肾为本

明代张景岳认为,中虚可以生痰,认为痰即为水,病本在肾,而标在脾,提出治痰当以温脾强肾为本,以纠正痰湿体质。如《景岳全书》提出,“凡非风之多痰者,悉由中虚使然。夫痰即水也,其本在肾,其标在脾。在肾者,以水不归原,水泛为痰也;在脾者,以饮食不化,土不能制水也。……故治痰者,必

当温脾强肾以治痰之本,使根本渐充,则痰将不治而自去矣”。

明代赵献可《医贯》中据王节斋“痰之本,水也,原于肾;痰之动,湿也,主于脾”的观点,认为肾是痰湿生成的根本,提出补肾火、滋肾水可纠正痰湿体质。其《医贯》中提出,“盖痰者病名也,原非人身之所有。非水泛为痰,则水沸为痰,但当分有火无火之异耳。肾虚不能制水,则水不归原,如水逆行,洪水泛滥而为痰,是无火者也,故用八味丸,以补肾火。阴虚火动,则水沸腾,动于肾者,……是有火者也,故用六味丸以配火。此不治痰之标,而治痰之本也”<sup>[20]</sup>。

综上所述,《黄帝内经》及历代医家均认为,先天禀赋和后天失调是痰湿体质形成的原因,而临床的消渴、中风、痿、厥、胸痹、肥胖、女子不孕等是痰湿体质的易发病证,而痰湿体质的调治,则重视脾胃、肾、三焦等脏腑,用药及治法则提出“当以温药和之”。痰湿体质是一种常见的体质类型,对人类健康的危害较大。通过对痰湿体质的研究,可为干预及纠正痰湿体质,实现对相关重大疾病的预防及治疗提供重要的理论依据。

#### 参考文献

- [1]王琦.中医体质学[M].北京:中国医药科技出版社,1995:195.
- [2]张珍玉.灵枢经语释[M].北京:中国医药科技出版社,1983:76.
- [3]王珪.泰定养生主论[M].北京:学苑出版社,2003:157.
- [4]陈复正.幼幼集成[M].北京:人民卫生出版社,2006:69.
- [5]丁光迪.诸病源候论校注[M].北京:人民卫生出版社,2000:97.
- [6]张介宾.景岳全书[M].北京:中国中医药出版社,1994:132.
- [7]沈金鳌.杂病源流犀烛[M].北京:中国中医药出版社,1994:250.
- [8]吴谦.医宗金鉴[M].北京:人民卫生出版社,2005:122.
- [9]张从正.儒门事亲[M].北京:中国中医药出版社,2006:70.
- [10]王纶.明医杂著[M].北京:人民卫生出版社,2007:64.
- [11]李用粹.证治汇补[M].北京:人民卫生出版社,2006:67.
- [12]王燕昌.王氏医存[M].南京:江苏科学技术出版社,1983:89-91.
- [13]刘完素.素问玄机原病式[M].北京:中国中医药出版,2006:103.
- [14]杨仁斋.仁斋直指方论[M].上海:第二军医大学出版社,2006:27.
- [15]朱丹溪.丹溪治法心要[M].北京:中国中医药出版社,2007:337.
- [16]王叔和.脉经[M].成都:四川科学技术出版社,2008:92.
- [17]陈纪藩.金匱要略[M].北京:人民卫生出版社,2004:385.
- [18]赵佶.圣济总录[M].北京:人民卫生出版社,1987:1154.
- [19]李中梓.医宗必读[M].北京:人民卫生出版社,1995:517.
- [20]赵献可.医贯[M].北京:学苑出版社,2005:92.

(收稿日期:2012-09-09;修回日期:2012-10-22)

[编辑:黄健]

## 基层医生手穴诊疗培训班招生通知

为了发掘民族瑰宝、弘扬中医精粹,满足广大基层医生对中医特色诊疗的需求,中国人体健康科技促进会医药科技专业委员会、世界针联世针针灸交流中心拟于2013年5月26~28日在重庆市举办2013年国家中医药继续教育项目“第一期基层医生手穴诊疗培训班”。由中国人体健康科技促进会医药科技专业委员会副主任委员、中国老年教授协会医药专业委员会手诊分会副会长、江苏省常州市手穴诊疗研究所所长刘浩兴主讲,传授“望诊、触诊、压诊”的手穴诊疗方法。

一、培训内容:该法以中医整体观念为基石,结合中医“四诊”与经络腧穴,创造性的将中医整体理论运用于手诊,数分钟即可概知家族遗传性疾病和自身健康状况,鉴别诊断多种疑难病症,方法独特,在临床有较高的实用价值。该法还能根据掌、指的各种特征预测部分隐患。该手诊方法直观明了、易学易用,为广大医务工作者诊病寻根、治病求本、治未病提供了新思路、新方法,尤其适用于基层医疗领域。二、报名须知:每人学费1200元(含培训费、资料费等),学期3天,交通、食宿费用自理,会务组可协助安排食宿事宜。每班40人开班。学习经考核合格予以结业,颁发中英文对照的结业证书和国家继续教育学分证书(12分)。凡参加专修班学员的优秀论文,《世界中医药》杂志将优先发表。欲学习者请先交报名费50元,并附个人简况、身份证复印件(注明通讯地址、邮政编码、联系电话、邮箱以及职业等)。收到报名函后即做排名和安排。经审查合格,在开班前一个月内发入学通知。三、培训地点与住宿:第一期:重庆金考源会议服务有限公司,重庆渝北区红锦大道61号。第二期:世界针灸交流中心701会议室,绿景苑宾馆。四、联系方式:1.北京市朝阳区小营路19号财富嘉园A座302室《世界中医药》杂志社。邮编:100101,电话:(010)62143672,13901318403。传真:(010)58239066。邮箱:13901318403@139.com。联系人:王炳岐、徐晖、赵和爱。2.北京广渠门内夕照寺大街东玖大厦B座7层,世界针灸学会联合会世针针灸交流中心。邮编:100061,电话:(010)87190518,13051608026。邮箱:info@wfas-acu.org。联系人:邓爱英。