

脾不升清是肥胖的基本病理机制

陈贵海^{1*} 陈焕新¹ 杨仕权¹ 曾晓艳² 施学丽³ 臧知明¹

(1. 广西中医药大学中医基础理论教研室, 广西壮族自治区南宁市明秀东路 179 号, 530001;

2. 湖南中医药大学临床中药学教研室; 3. 广西中医药大学科技处)

基金项目: 国家自然科学基金资助项目(81060279); 广西中医药科技专项资助项目(GZKZ10-035)

* 通讯作者: 382065570@qq.com

[摘要] 探讨脾不升清在肥胖形成过程中的作用机制, 为临床治疗提供新思路。认为多食少动可导致阳气不振、清阳不升; 脾不升清、精气郁滞是肥胖的根本病理机制, 气虚痰湿是由脾不升清所引起的、加剧肥胖的病理因素; 肥人气虚、肥人多痰的观点, 可能根源于审症求因、因源于证的病因学特点; 临床上应当配伍防风、升麻、葛根等疏达肝气, 升发中气, 醒脾助运, 以助谷气上升和精微物质的利用, 提高临床治疗效果。脾不升清是肥胖的基本病理机制, 佐风药以升清阳可提高临床疗效。

[关键词] 肥胖; 脾不升清; 精气郁滞

历代医家多认为气虚痰湿是肥胖的基本病机。现代体质学说曾以“肥胖痰湿质”命名肥胖体质。目前临床上也主要以健脾益气、燥湿化痰为主进行治疗。但是导致肥胖的原因是多食、少动, 单纯从气虚生痰湿方面解释肥胖病机有失偏颇, 而且治疗肥胖的临床效果亦不很理想。现从肥胖的病因、病机、发展趋势等方面阐述脾不升清、精气郁滞在肥胖形成过程中的作用, 为临床治疗提供新的研究思路。

1 多食少动是精气郁滞的直接原因

肥胖的主要病因是暴饮暴食和运动量不足, 久坐不运则脾阳不振, “贪于取”可损伤脾胃。脾阳不振、清阳不升导致精气不得布达, 精微物质不能为脏腑功能活动利用, 郁滞于体内而引起气虚湿滞、痰浊膏脂瘀积, 形成肥胖。

1.1 多食与精气瘀滞

食物所化生的水谷精微可滋养脏腑, 充养形体, 以维持正常的生命活动, 但摄食太过便会导致肥胖, 摄入食物过多是形成肥胖的重要原因。过食之所以导致肥胖, 并不是因为消化吸收功能即脾胃运化水谷的异常, 而是在于精微物质体内代谢过程的紊乱。也就是说过食致肥的前提条件是水谷之精仍能为人体所吸收。

摄食过多损伤脾胃, 脾胃已伤而尚能消化食物、吸收精微, 应当是损伤了脾的升清作用。脾不升清则水谷精微不得布达, 不能为人体所利用, 积于体内而成膏脂, 发为肥胖。所以脾不升清, 气化失职, 精气郁滞是形成肥胖的病理关键。

1.2 过逸与精气瘀滞

进食过量只是一个相对的概念, 判定过食与否

的依据在于消耗的多少(主要取决于活动量的大小)。在正常情况下, 机体消耗精气以维持生命活动, 同时在生命活动中摄入谷食以补充精气。一旦摄入与消耗的平衡被破坏, 则导致或瘦或肥的异常现象。所以过食本身并不能使人发生肥胖, 只有在过食同时伴有活动量不足、打破了摄入与消耗的平衡, 谷食精气的供给超过生命活动所需的情况下才能形成肥胖。寒带地区肥胖率高于热带和亚热带、重体力劳动者或运动员往往在活动量变小后迅速肥胖便是非常明显的例证。所以在肥胖的形成过程中, 消耗过少较之饮食因素更为重要。

四末为阳气之根, 适度活动四肢, 可振奋机体阳气, 推动气血运行, 促进脏腑气化。若较长时间安闲少动, “久卧伤气, 久坐伤肉”(《素问·宣明五气》)。阳气失于振奋, 精气瘀滞从而导致形体肥胖, 易于出现动则心悸, 气喘汗出, 或抗邪无力, 易感外邪等改变。“肥人者, 柔胜于刚, 阴胜于阳者也”; “肉以血成, 总皆阴类, 故肥人多有气虚之证”^[1]。总之, 从阴阳的角度而言, 阳之化气不足, 阴之成形有余, 便导致肥胖。而脾主四肢肌肉, 所以安闲少动引起阳不化气的实质即为脾不升清, 气化失司, 精微物质不为机体所利用。

2 精气郁滞是肥胖的基本病理因素

古人多认为, 肥人多气虚、多痰湿, 脾虚不运是肥胖的病机基础, 痰湿阻滞是肥胖的重要病理因素, 肥胖的临床表现也主要包括湿盛土实和中气不足两个方面。但是气虚痰湿只是精气郁滞的结果, 而非肥胖的病理关键。

2.1 肥胖与气虚痰湿的关系

古人多认为,肥人多气虚痰湿,肥盛之人实为肥盛气衰,如“肥人湿,沉困怠惰,是气虚”^{[2]493};“肥人气虚生寒,寒生湿,湿生痰,……故肥人多寒湿”^[3];“大抵素禀之盛,从无所苦,惟是湿痰颇多”^[4];“水走肠间,漉漉有声”(《金匱要略·痰饮咳嗽病》)等等,均强调气虚痰湿在肥胖体质的主要证候特点。肥胖的临床表现以气虚和痰湿为主,如肢体困重、多睡少醒、少动懒言、舌质淡嫩、苔白腻等。正是基于气虚、痰湿等临床表现,在“审症求因”的思想指导下,得出了肥人气虚、肥人多痰的理论观点,因而健脾益气、燥湿化痰便成为最常用的治疗方法。但是“数食甘美而多肥”之人,由于脾不升清,精微不布,“其气上溢”而发为“脾瘕”(《素问·奇病论》),足以证明气虚痰湿只是脾的气化失常、精微物质输布代谢障碍、精气郁滞的结果。

2.2 精气郁滞是气虚痰湿的病理基础

气虚是久坐不运的结果,由精郁不得化气而致。“形肥知其气虚,久坐知其不运,而其气愈弱”^{[5]16}。运动不足,阳气不得升发,脾阳不振,不能升布水谷精气,精微物质不能化气而推动机体生命活动,导致气的生成乏源,脏腑机能减退而发为气虚。

膏脂是精微郁滞的产物,也是肥胖形成的重要标志,由精气郁滞不化而成。人之肥者气必虚,肥盛之人实为肥盛气衰。多食少动导致脾阳不振,清气不升,气化失常,精微物质不能被机体利用。精郁不化在导致气虚的同时,精微郁滞于体内而成为膏脂,从而导致肥胖的发生。

痰湿是津液停聚的产物,是肥胖的又一重要病理因素,由脾不布津而产生。“脾胃俱旺,则能食而肥;脾胃俱虚,则不能食而瘦;或少食而肥”^[6]。脾虚而清阳不升,水精不布,郁而不用则聚水津而成痰湿。“脾气不足,土不生金,膈中怯弱,则力不能达于肌肉,而停于肠胃,蕴而成痰矣。已达于皮膜者,又或力不能运达于筋骨,故有皮里膜外之痰也”^{[7]89}。痰湿聚于皮里膜外导致或加重肥胖。

总之,精微物质不能被利用而郁滞于体内,是导致气虚、痰浊膏脂郁滞,形成肥胖的病理关键。气虚、痰湿膏浊等病理因素可以进一步引起机体倦怠少动,从而加剧肥胖。但是气赖脾升,精赖气化,津赖气布,血赖气运,脾气升清是精微物质化气生血,营养全身的前提条件。所以脾不升清是形成肥胖的根本机制。

3 脾不升清是精气郁滞的根本机制

3.1 脾气升清是运化水谷、输布精气的关键

“升清”源于“阳气升发”说,“清阳出上窍,浊阴出下窍;清阳发腠理,浊阴走五脏;清阳实四肢,浊阴归六府”;“清气在下,则生飧泻;浊气在上,则生胀”(《素问·阴阳应象大论》)。一旦清阳不升,浊阴不降,便脏腑气化失常,物质代谢和能量代谢障碍。脾主升清是指清阳的升发主要依赖于脾,源于“脾气散精”、“灌溉四旁”的功能。《素问·经脉别论》中“食气入胃,散精于肝,淫气于筋……”;“饮入于胃,游溢精气,上输于脾。脾气散精……”等均强调脾胃的升清布散作用在饮、食物代谢过程尤其是水谷精微输布过程中的重要性。“数食甘美而多肥”之人,由于脾不升清,精微不布的“脾瘕”病人,由于谷气不循常道,上溢于口,则容易发为消渴(《素问·奇病论》)。

3.2 脾气升清是脏腑气化的前提条件

脾气升清是水谷精气化生气血、营养脏腑形体的前提条件。脾主升清与人体阳气升发密切相关,直接关系到人体精气血津液的生成、输布、运行和功能的发挥。清阳上升主要依赖于脾主升清,只有脾气升清,清阳升腾,浊阴下降,才能谷精四布,脏腑、肢体、九窍才能得到充养。精血津液只有在脾气升清的情况下,才能化气行血布津,维持脏腑机能。“谷气胜元气,其人肥而不寿”^[8];“元气胜谷气,其人瘦而寿”^{[2]793}。也就是说构成机体的精微物质,均需在脾气升清的作用之下才能为机体所用,维持正常的生命活动。

3.3 脾不升清、精气郁滞是肥胖的根本病理机制

若脾不升清,则清阳不布,精不化气而郁滞,形成气虚、痰浊膏脂郁积等病理变化,产生肥胖。“肉以血成,总皆阴类”;“肥人者,柔胜于刚,阴胜于阳者也”^[1]。“盖人之肥瘦,由血气虚实使之然也,气为阳而主轻微,血为阴而主形体,……血实气虚则肥,气实血虚则瘦”^[9]。所以肥胖乃血实气虚、阳不化阴所致。杨泉的“元气”、张介宾的“阳”,以及刘完素的“气”,均具有化精为气的功能,均与“阳气升发”密切相关。“谷气胜元气”,“血实气虚”的实质在于脾气不升,清阳失司,气化不行,阳之化气不足,阴之成形有余,谷气精微不为所用。

总之,肥胖以脾虚不升为本,气滞血瘀、痰湿膏脂郁滞为标,以脾不升清、阳气不布、精气郁滞为根本病理机制。

4 脾不升清与肥胖发展趋势

精不化气则为痰浊、膏脂,气郁不用为气滞,血行不畅为血瘀,津液停滞则为痰饮水湿,气滞血瘀、痰瘀互阻是肥胖的病机发展趋势。

“肥人多湿多滞,故气道多有不利”^[1],气不为用则为气郁气滞,血不为用则为血瘀。另一方面,脾胃为气机升降的枢纽,肥胖之人,脾气不足,清阳不升,升降之枢失司,则气机运行不畅,进而影响血液运行导致气滞血瘀。

脾不升清,精不化气,“元气既虚,必不能达于血管,血管无气,必停留而瘀”^[10]。所以肥胖之人在气虚的同时,往往由于气虚行血无力,血行迟缓而导致血瘀。总之,精不布则肥,血不行则瘀。脾不升清、精气郁滞不仅是肥胖发生的关键,也是胖人多瘀的基本机制。

“痰为血类,停痰与瘀血同治”^{[7]89},痰湿之邪易于阻滞气机、影响血脉运行。“富贵之人,安居厚奉,脏腑经络,莫不痰涎胶固,气机凝滞,不能流通”^{[7]123};“痰壅其脉,血不能行”^{[7]11}。若痰饮窜入经络,又可影响血液运行,久必气机不畅,痰浊阻滞,血脉瘀阻,痰瘀互结。所以“肥盛多痰之人,终日劳动,不知困倦,及静息,反因倦身痛者,是劳动之时气鼓痰行,静息即痰凝阻其气血也”^{[7]137}。所以痰饮与瘀血常常相互影响,终至痰瘀互结。而且对于女子来说,“肥人多痰而经阻,气不运也”^[11]。又可因痰阻冲任而见月经不调,甚或闭经、不孕。

总之,精气郁滞不仅是形成肥胖的基本病理因素,而且由于精气郁滞与痰湿瘀血相互影响,最终导致气血郁滞、痰瘀互结,迁延不愈或变生他疾。

5 讨论

古人极少单独治疗肥胖,多是治疗肥胖相关性疾病(如中风、消渴等)时兼顾其气虚痰湿体质。如肥胖之人中风,“若果痰气壅滞,则不得不先为清利,宜于前治痰之法随宜暂用。若无痰而气脱卒倒者,必宜四君、六君,或十全大补汤、大补元煎之类主之”^[1]。“若是肥盛妇人,禀受甚厚,恣于酒食之人,经水不调,不能成胎,谓之躯脂满溢,闭塞子宫,宜行湿燥痰,用星、夏、苍术、台芎、防风、羌活、滑石,或导痰汤之类”^{[5]210}。明代万全在《妇人秘科》中主张,以化痰行气导滞为主,用二陈汤加芎归汤、苍术导痰丸作为治疗肥胖妇人不孕的主要方剂等等。健脾益气、燥湿化痰至今仍然是最主要的治疗方法。

肥人气虚、肥人多痰的观点,可能根源于“审症求因”,因源于证的病因学特点。虽然气虚痰湿在肥

胖的发展过程中具有重要意义,但是多食少动是肥胖的主要原因,脾不升清、精气郁滞是肥胖的根本病理机制。气虚痰湿只是由脾不升清所产生,是肥胖加重的病理因素。所以在健脾益气、燥湿化痰的同时,应当“佐风药以升清阳”,以升麻、葛根、防风、羌活、陈皮之属以疏达肝气、升发中气、醒脾助运,助谷气上升和精微物质的利用,以提高临床治疗效果。

参考文献

- [1]张介宾.景岳全书[M].李继明,整理.北京:人民卫生出版社,2007:239.
- [2]沈金鳌.杂病源流犀烛[M].田思胜,整理.北京:人民卫生出版社,2006.
- [3]杨士瀛.仁斋直指方[M].孙玉信,朱平生,点校.上海:第二军医大学出版社,2006:27.
- [4]陈修园.陈修园医学全书·医学实在易[M].林慧光,主编.北京:中国中医药出版社,1999:594.
- [5]朱丹溪.朱丹溪医学全书[M].田思胜,主编.北京:中国中医药出版社,2006.
- [6]李东垣.脾胃论[M].北京:人民卫生出版社,2005:7.
- [7]周学海.读医随笔[M].杨洪震,点校.北京:人民军医出版社,2010.
- [8]徐坚.初学记[M].北京:中华书局,1962:659.
- [9]刘完素.素问玄机原病式[M].孙治熙,孙峰,整理.北京:人民卫生出版社,2005:31.
- [10]王清任.医林改错[M].李天德,张学文,整理.北京:人民卫生出版社,2005:40.
- [11]汪昂.汪昂医学全书·本草备要[M].项长生,主编.北京:中国中医药出版社,1999:376.

(收稿日期:2013-01-24;修回日期:2013-03-11)

[编辑:黄健]

石家庄炎黄针灸推拿专修学校招生

石家庄炎黄针灸推拿专修学校是一所理论与实践相结合的全日制针灸推拿专修学校。多年以来,恪守“严谨、求实”校训,严抓教学质量和教学水平。2013年培训项目如下。

1. 针灸推拿培训班:学期4个月,3月1日、7月1日、11月1日开学。教材为大专教材的针灸学、推拿学、中医基础理论、中医诊断学、解剖学、中药学。讲授治疗多发病、常见病、疑难杂症等,学会为止。2. 高级针灸师进修班:学期15天,每月10日开学。重点讲授腹针、火针、舌三针、锋针、头皮针治疗半身不遂、高血压、肠炎、胃炎、结肠炎、头痛、妇科病、皮肤病、更年期综合征等。3. 按摩师资格等级培训班:学期1~2个月全日制,每月1日开学,学费600元。考试合格颁发国家中、高级职业资格证书及河北省卫生部门中医按摩师上岗证书。4. 中医正骨班、手诊手疗班、小儿推拿班常年招生。在本校结业学员优先帮助在河北省内开诊、推荐工作。

地址:河北省石家庄市桥西区广平街69号

电话:0311-83819019、13131169949、15631134533

网址:www.yhzhzenjiu.com,QQ:392644549