

中医对衰老的认识

冀小伟¹ 指导:张连城^{2*}

(1. 天津中医药大学,天津市南开区玉泉路 88 号,300193; 2. 天津中医药大学第二附属医院)

* 通讯作者: badalumax@163.com, 13821560932

[摘要] 衰老既是一种病理变化,又是一种不可避免的生理过程。探索人类衰老的机理,以便采取措施,综合治理,重视调护、预防等是非常必要的。中医学对人体衰老的认识和机理的探究颇具特色,通过查阅古代中医学文献和现代相关文献,就中医学对衰老的认识和机理进行了归纳和总结,如肾虚与衰老、脾虚与衰老等,以期对今后防治衰老的研究提供一些参考。

[关键词] 中医学;衰老;机理

衰老(ageing senescence)又称老化,通常是指随着正常状态年龄的增加,自身机能的减退,内环境稳定能力与应激能力及结构发生退行性退变,趋向死亡,不可逆转的现象^[1]。中医认为,衰老是生命过程的必然规律,地球上一切生物,从有生命开始,无不遵循生、长、壮、老、已的自然规律。但衰老在个体之间有很大差异,它是各种内外因素综合作用的结果。《灵枢·天年》曰:“人之寿,百岁而死”。说明人若尽其天年可活到百岁。探索人类衰老的机理,采取措施,综合治理,重视调护预防,还是能达到延缓衰老的目的,所以防止衰老,延长寿命是医学界、生物学界共同关注的重要课题之一,其中中医学对人体衰老的认识和机理的探究较多,现概述如下。

中医对人体衰老或早衰的认识源远流长,内容极其丰富。两千多年前,《黄帝内经》就已经有了对人类衰老过程的记载,如《素问·上古天真论》曰:“女子七岁,肾气盛,齿更发长。……五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕;六七,三阳脉衰于上,面皆焦,发始白;七七,任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也”;又“丈夫八岁,肾气实,发长齿更。……五八,肾气衰,发堕齿槁;六八,阳气衰竭于上,面焦,发鬓颁白;七八,肝气衰,筋不能动;天癸竭,精少,肾脏衰,形体皆极”。可见衰老并非老年才开始,而是生物体在其生命过程中生长发育到成熟期以后,生物体在其形态结构和生理功能等方面就开始出现一系列慢性、进行性、退化性的变化。

中医学认为,衰老主要是由肾气虚、脾气虚、脾肾两虚、精血津液亏虚、精气神虚衰以及阴阳失调等原因引起。近年来人们对“血瘀致衰说”开始重视,血瘀既是衰老进程的必然结果,又是促使衰老加重、加快的重要因素,故也成为衰老过程中的一个关键环节。

1 主虚说

1.1 肾虚与衰老说

《黄帝内经》指出,肾为先天之本,主藏精,内寓元阴元阳,肾中精气是生命机体的原始物质,是脏腑功能活动的原始动力^[2]。明代虞抟《医学正传》曰:“肾气盛则寿延,肾气衰则寿夭。”以上均说明肾虚是衰老的根本原因,与人体衰老的速度、寿命的长短密切相关。其中肾主骨生髓,髓通于脑,诸髓者,皆属于脑。随着生命进程的发展,则常会表现以脑为核心的各种老化征象,甚至发展成痴呆等。

1.2 脾虚与衰老说

脾胃为后天之本,气血生化之源,能够长养五脏六腑,是人体抗邪防病治病、保养生生之气、延年益寿之关键。若脾胃虚弱,气血不足,生机低下,全身各脏器都会受到影响,就会出现早衰之象。正如《脾胃论》曰:“内伤脾胃,必暗伤人寿命”^[3]。现代医学通过实验研究也证实了这一观点,健脾可调节能量代谢和改善物质代谢;改善内分泌功能及微量元素代谢;改善免疫功能和减轻自由基损伤,并能延长细胞寿命^[4]。

1.3 脾肾两虚与衰老说

脾胃为仓廪之官,水谷之海,后天之本,气血生化之源。人体生长发育,维持生命的一切物质,都靠脾胃所化生。若脾胃虚损,气血生化不足,则肾之精气不得充养而虚衰,从而加速衰老。如丁其誉在其著《寿世秘典·调摄》中曰:“胃强则肾充而精气旺,胃病则精伤而阳事衰。”那么脾肾两虚必将会导致机体的衰老。

1.4 精血津液虚与衰老说

精血津液是构成和维持人体生命活动的基本物质,如《素问·金匱真言论》曰:“夫精者,生之本也。”

明代薛立斋曰：“盖父精母血，因感而会，精之施也，血能摄精，故有子。”以上均认为生命的遗传基础来自于父精母血，而且是脏腑经络、形体官窍等功能活动的物质基础。另外，朱丹溪《格致余论》曰：“人生至六十、七十以后，精血俱耗，头晕目眩，肌痒尿数，鼻涕牙落，涎多寐少，足弱耳聩，健忘眩暈，肠燥面垢，发脱眼花，久坐兀睡，未风先寒，食则易饥，哭则有泪……”。由此林水淼等^[5]总结认为各种衰老表现根源于精血虚衰，并通过相关实验证实，精血虚衰是产生衰老变化的重要机制。另外，随着年龄的增加，人体的体内津液会随之减少，津液亏虚必将导致衰老或促进衰老。

1.5 精、气、神虚衰说

精、气、神为人之生命的根源，精充可以化气，气盛可以全神，神全则阴平阳秘，脏腑协调，气血畅达，从而能够祛病延年。中医认为，若三者亏耗，则是衰老的征象^[6]。

1.6 阴阳失调与衰老说

阴阳是一切事物变化的根据，阴阳的变化直接影响着生命的发生、发展、衰老、死亡的过程，如《黄帝内经》曰：“阴阳者，天地之道也，万物之纲纪，变化之父母，生杀之本始……”；“生之本，本于阴阳”。人体的阴阳只有在矛盾运动中处于平衡状态，生命才充满活力，若阳气虚弱可累及阴精不足，或阴精耗损也可累及阳气化生无源，均导致阴阳失调，则衰老早至。如《黄帝内经》云：“年四十，而阴气自半也，起居衰矣。”《备急千金要方》曰：“人五十以上，阳气日衰。损与日至，心力渐退，忘前失后，兴居怠惰。”可见阴阳失调，可导致衰老的发生。总之，不管是生理性衰老还是病理性衰老，衰老的过程就是阴阳失去平衡或阴阳两虚的结果，正所谓：“阴平阳秘，精神乃治，阴阳离决，精气乃决”。

2 主虚实说

2.1 气虚血瘀与衰老说

气血是构成人体的基本物质，是人体脏腑经络等组织器官进行生理活动的物质基础。颜德馨等^[7]根据“气血不和，百病乃变化而生”的观点，提出了人体衰老的主要机制在于气血失调、气虚血瘀的观点。同时应用具有益气化瘀作用的方药“衡法Ⅱ号”进行抗衰老临床与实验研究，疗效肯定，并证实益气化瘀药物可逆转气血失衡，使气血重新趋于平衡而达到延年益寿的目的。韩明向等^[8]提出“虚—瘀—衰老模式”，以益气养阴活血为原则组成寿星宝，经实验证明有抗衰老的作用。还有临床资料表明，人体进

入老年期都有明显的气虚血瘀征象，会引起神经、内分泌、免疫、合成代谢功能及主要脏器功能减退和紊乱，表现有脑老化征象，说明气虚血瘀是脑衰老的基础^[9]。

2.2 肾虚血瘀与衰老说

当肾气不充时，则元气匮乏，肾阳虚则温煦血脉失司，肾阴虚则脉道失濡，甚则阴阳两虚，皆可导致血瘀。肾虚为衰老之本，血瘀为衰老之标，血瘀可使衰老加速，而衰老又使血瘀加重，因此，两者可以相互影响^[10]。

2.3 脾肾两虚夹瘀与衰老说

脾肾两虚是衰老的主要机理之一，若肾阳亏虚，阴寒内盛则致血瘀；肾之阴血亏少则阴虚火旺，致血脉涩滞成瘀。若脾胃虚损，生化无源，气虚则血滞。而随着机体生、长、壮、老的发展，脾肾已虚，可致血瘀，反之血瘀又加重了脾肾两虚，虚瘀相互影响，从而加速衰老，如杨丽华等^[10]提出了脾肾虚衰夹瘀的观点，并认为其可能是衰老的主要机制。

2.4 痰瘀夹杂与衰老

随着年龄的增长，人体的脏腑逐渐虚衰，机能逐渐下降，以致津液代谢失调，则聚而成痰，而血液运行不畅，则可导致血瘀。痰瘀又可相互促生。当血瘀阻滞时，可致津液代谢失常，从而导致痰饮的产生，正如唐容川《血证论》所言：“血积既久，亦能化为痰水。”而痰浊内停，阻滞血脉，影响血运，亦可促成血瘀。

中医学早就认识到“百病皆因痰作祟”。痰阻血瘀形成后，又反过来影响人体机能的发挥，加重脏腑虚衰，使精血津液运行更为不畅，促生痰瘀，从而使脏腑更加虚衰，形成恶性循环，最终导致脏腑功能衰败促成衰老以至死亡。《素问·灵兰秘典论》则对血瘀有专门论述，曰“主不明则十二官危，使道闭塞而不通，……以此养生则殃”。由此说明血脉瘀滞不通有碍养生长寿^[11]。

3 结语

人体的衰老是一个非常复杂的过程，不可能仅用一种学说就可以解释衰老过程中的所有问题，是各家学说中的致衰因素共同导致了人体的衰老。中医学对人体衰老机理的研究很多，虽多以虚、虚实夹杂立论，但应全面综合地了解影响衰老的因素。只有重视理论的前导作用，才能促进中医药对衰老认识以及抗衰老研究的长足发展，并在中医理论指导下辨证施治，以达到延缓衰老以及减少各种由衰老引起的机能下降疾病的目的。

• 病例报告 •

胸腺五肽联合中药治愈慢性乙型肝炎 1 例

朱 云^{1,2} 李永纲¹ 王立福¹ 赵雨来¹

(1. 中国人民解放军第三〇二医院,北京市丰台区西四环中路 100 号,100039; 2. 解放军医学院)

基金项目:国家“十二五”科技重大专项(2012ZX10005010-002-002)

★ 通讯作者:zynorway@126.com,13601352197

[摘要] 观察大剂量胸腺五肽联合疏肝健脾、清热利湿中药治疗 1 例伴丙氨酸氨基转移酶(ALT)水平升高的慢性乙型肝炎患者,以探讨提高乙型肝炎病毒(HBV)感染患者细胞免疫反应的中西医结合治愈慢性乙型肝炎的可能性。

[关键词] 慢性乙型肝炎;疏肝健脾;清热利湿;胸腺五肽

1 病历介绍

患者,女,25 岁,未婚,无乙型肝炎家族史,2010 年 6 月因乏力在当地医院诊断为“慢性乙型肝炎”,给予保肝降酶治疗后肝功能恢复正常出院。2011 年 1 月因乏力、尿黄入住中国人民解放军第三〇二医院,化验乙肝五项:HBsAg、HBeAg、抗 HBe(+),抗 HBs、抗 HBs(-);HBVDNA 定量 1.39×10^5 IU/ml;肝功能:白蛋白/球蛋白(A/G)43/37 g/L、直接胆红素/总胆红素(DB/TB)40.2/52.9 μ mol/L、丙氨酸氨基转移酶(ALT)1721 U/L、天冬氨酸氨基转移酶(AST)659 U/L、碱性磷酸酶(ALP)110 U/L、谷氨酰转肽酶(GGT)80 U/L、总胆汁酸(TBA)40 μ mol/L、胆碱酯酶(CHE)5514 U/L。肝脏穿刺病理检查提示:肝细胞区域性水样变性,散在点灶状坏死,窦周炎较明显,汇管区明显扩大,纤维组织增生,纤维间隔形成,中等量炎细胞浸润,轻度界面炎。病理诊断:慢性病毒性肝炎乙型(G2S2)。给予复方甘草酸苷、还原型谷胱甘肽保肝

降酶治疗。考虑患者为青年女性,根据肝脏穿刺病理结果,符合抗病毒治疗标准,建议患者行干扰素抗病毒治疗。但患者考虑干扰素副作用,要求中西医结合诊治。

症见:面色稍晦暗,肝区不适,纳差,轻度乏力,尿黄,舌质红,脉弦数。中医辨证:肝郁脾虚,外感湿热。治则:疏肝健脾,清热利湿。处方:党参 45 g,川芎 15 g,虎杖 15 g,金银花 30 g。同时给予胸腺五肽每次 20 mg,每日 1 次,肌肉注射。1 个月后复查肝功能正常,临床症状缓解,获生化学应答,停用复方甘草酸苷、还原型谷胱甘肽;2 个月后复查 HBVDNA 定量转阴,获病毒学应答;3 个月后复查乙肝五项:HBsAg、抗 HBe(+),抗 HBs、HBeAg、抗 HBe(-),获血清学应答;3 个月后复查乙肝五项:抗 HBe、抗 HBc(+),HBsAg、抗 HBs、HBeAg(-),乙肝治愈。停用胸腺五肽,每日以金银花 30 g 开水泡服,至今乙肝未复发。

参考文献

- [1]童坦君,张宗玉.衰老机制及其学说[J].生理科学进展,2007,38(1):14-18.
- [2]刘洋,张立侠.龚廷贤延缓衰老理论初探[J].吉林中医药,2008,28(3):158-159.
- [3]钟毅,孙立,朱秉匡.脾肾两虚夹瘀夹痰理论与衰老机理探讨[J].中医杂志,2000,41(6):325-327.
- [4]陈玺.健脾抗衰老的研究[J].中医药信息,1993,1(6):2-6.
- [5]林水淼,赵伟康,徐品初,等.“精血虚衰”理论在中医延缓衰老研究中的地位与作用[J].上海中医药杂志,2000,34(4):8-11.
- [6]张卫,吴焕淦,王米渠.中医传统衰老学说及其防治原则概述[J].中华中医药学刊,2008,26(2):265-266.
- [7]颜德馨,胡泉林,王平平,等.气虚血瘀是人体衰老的主要机制[J].中国医药学报,1989,4(2):10-12.
- [8]韩明向,周宜轩,李平,等.“虚一瘀一衰老”模式初探[J].安徽中医学院学报,1992,11(3):2-6.
- [9]鞠宝兆,李季.益气活血法抗脑老化的实验研究[J].辽宁中医杂志,1997,24(11):524.
- [10]杨丽华,马春.中医衰老机理探析[J].吉林中医药,2008,28(12):862.
- [11]侯俊林.对中医衰老学说的再认识[J].江苏中医药,2009,41(9):4-5.

(收稿日期:2013-03-15;修回日期:2013-04-22)

[编辑:黄 健]