

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2023.04.007

基于“脑-肠轴”学说探讨调神配穴在针刺治疗功能性胃肠病中的运用

孙丽¹, 李静²✉, 刘洁希¹, 李康², 姜珊¹

1. 南京中医药大学, 江苏省南京市栖霞区仙林大道 138 号, 210029; 2. 南京中医药大学附属南京中医院

[摘要] 功能性胃肠病以胃肠功能紊乱为主要表现。现代医学已明确脑-肠轴在功能性胃肠病的发病中具有重要意义, 这与中医理论中脑神和胃肠相互影响的观点相契合。以此为基点, 提出脑神紊乱为功能性胃肠病的重要病机, 并强调调神配穴是稳定和提高针刺治疗该病疗效的关键。详细论述调神配穴在针刺治疗功能性胃肠病中的思路和内涵, 选取百会、印堂、本神、太冲等相关穴, 有助于胃肠功能的恢复; 在调神的同时再辨证论治、对症施治, 联合健脾、和胃、通肠等, 以达脑肠同治、治病求本的目的。

[关键词] 功能性胃肠病; 脑-肠轴; 针刺疗法; 脑肠同治; 调神

依据 2016 年发布的《罗马 IV: 功能性胃肠病》中的定义, 功能性胃肠病 (functional gastrointestinal disorders, FGIDs) 也被称作脑-肠互动障碍, 是一组胃肠功能紊乱的疾病^[1], 其中以肠易激综合征 (irritable bowel syndrome, IBS)、功能性消化不良 (functional dyspepsia, FD)、功能性便秘 (functional constipation, FC) 等最常见^[2]。2021 年的一项大规模跨国流行病学调查显示, FGIDs 的患病率高达 40%^[3]。现代医学主要采取对症治疗, 症状易反复发作, 加之 FGIDs 患者常有症状重叠的现象出现, 增加了治疗难度^[4]。其中难治性 FGIDs 还需进行抗抑郁治疗, 但由于抗抑郁药的副作用以及用药观念因素, 患者接受度较低。针刺治疗 FGIDs 明确显示出可观疗效, 操作安全无明显不良反应, 且可以通过增加调神配穴达到脑肠同治的目的^[5-6], 具有良好的应用前景。因此, 本文重点探讨调神配穴在针刺治疗 FGIDs 中的运用, 具体阐述如下。

1 脑神紊乱是 FGIDs 的重要病机

中医理论中, 脑神和胃肠存在内在的联系, 根据文献及临床经验, 我们认为主要表现在两个方面。一是脑神通过“下行通路”影响胃肠。神有

广义和狭义之分, 广义的神泛指生命活动的外露征象, 体现气血盛衰及脏腑功能强弱, 狭义的神是指人的意识、思维、情绪等。《锦囊秘录》中记载: “脑为元神之府, 主持五神, 以调节脏腑阴阳, 四肢百骸之用”, 说明五脏皆上归于脑, 神明有制, 脾、胃、肠等脏腑的正常功能才能维系。二是胃肠通过“上行通路”影响脑神。首先, 从经络角度, 《灵枢·经脉》云: “胃足阳明之脉……至额颅”“足阳明之别……上络头项”, 指出足阳明经脉从头走足, 循行经过颅脑, 即经络连属胃肠和脑。FGIDs 等脾胃病可循着经络路线影响脑部, 致情绪失常。其次, 从生理角度, 脑神统帅作用也依赖于各脏腑的正常生命活动。脾胃乃气血生化之源, 而气血津液是生命构成所需的基本物质, 也是脑神赖以濡养的物质基础。若脾胃功能正常, 则荣血和气, 津液相成, 神乃自生, 脑神的功能就能得到保障; 若脾胃虚损, 不能上充脑窍, 神无所依, 则出现郁怒忧思等情志失调症状。

现代医学从肠道菌群、神经递质等方面对脑-肠轴进行了研究^[7], 证实其具有双向调节作用, 这恰恰印证了传统医学中脑神与胃肠相通的理论。中枢神经系统通过神经、免疫、内分泌等复杂途径与肠神经系统密切联系, 精神障碍可以导致消化系统功能异常, 消化功能障碍亦会传递异常信号至中枢

基金项目: 江苏省青年医学重点人才项目 (QNRC2016130); 南京市卫生科技发展专项 (YKK19096)

✉ 通讯作者: fsyy00305@njucm.edu.cn

神经系统, 导致脑功能异常, 发生各种精神问题^[8], 如此形成恶性循环, 增加疾病的治疗难度。

FGIDs 主要表现为胸骨后疼痛、上腹疼痛、胃胀、腹泻、便秘等, 还有相当比例的 FGIDs 患者存在睡眠障碍、焦虑、抑郁等精神症状^[9]。通过以上对脑与肠内在联系的分析, 我们认为脑神紊乱是 FGIDs 的重要病机。若神乱无制, 则难以调控五脏六腑, 并削弱中焦脏腑的生理功能, 使脾虚失运、胃脘气滞、肠腑失通, 出现腹泻、消化不良、便秘等症状。

2 调神配穴是稳定和提高针刺治疗 FGIDs 疗效的关键

基于以上对 FGIDs 的病机认识, 在针刺治疗时应将脑神作为主要治疗靶点之一, 选取与脑神相关的腧穴, 从脑神调节胃肠。合理的调神配穴将有助于健脾、和胃、通肠, 是稳定和提高针刺治疗 FGIDs 疗效的关键。

2.1 调神配穴的内涵

针对神有广义和狭义的区别, 我们认为调神的作用可以分为两个方面。一方面是从整体改善机体, 使主宰生命活动的神得到调节, 促进广义之神更好地统筹脏腑功能及气血运行; 另一方面是改善异常的情志, 纠正不良认知, 即调神配穴包括“调广神”与“畅情志”两个方面。“调广神”是指针刺可以直接调节大脑功能, 激发人体经气, 神与气相守方可发挥主宰五脏生命活动之用。《类证治裁·内景综要》言: “神生于气……气化神”, 针刺后患者的经气得到激发, 神便可随着气生而至, 神气游行, 充分发挥主导作用, 统调五脏虚实, 阴阳相衡。如此, 机体从整体得到调节, 有助于从根本上消除胃肠诸症, 提高疗效。“畅情志”的含义除针刺能调节情绪外, 还应包括纠正不良认知。FGIDs 患者常伴随焦虑抑郁等情绪障碍, 产生对自身及外界事物的不良认知, 针刺时需重点关注。临证时可以通过选择相关穴位直接调摄疏导患者七情, 恢复大脑常态, 一方面能有效缓解患者情志症状, 一方面精神状态改善后也可激发脑-肠轴的良性调节, 恢复消化系统功能。更重要的是, 调神后患者心情舒畅, 身心安宁, 能纠正、减少患者不恰当的想法, 帮助其树立正确的认知, 对疾病持包容的态度, 从内心积极配合治疗, 从而产生事半功倍的效果。总的来说, 针刺治疗 FGIDs 时对脑神的调节为重中之重, 需贯穿治疗始终。

2.2 调神配穴思路

从调神配穴的内涵出发, 选择恰当的调神穴位十分关键。督脉源自胞中, 入颅络脑, 总督一身之阳气, 被称为“阳脉之海”, 与大脑联系紧密。因此, 调节脑神应首选督脉穴位, 可选取百会、印堂等作为主穴, 以达到调神通脉的目的。百会位于巅顶, 百脉之会, 为督脉与足太阳经交会穴, 是通神健脑的要穴。研究表明, 针刺百会可以增加大脑内多巴胺、去甲肾上腺素、5 羟色胺含量, 进而改善大脑功能, 减少情绪症状^[10]。印堂位于额部两眉之间, 擅治情志疾病, 有镇静安神之功。印堂所处部位为三叉神经支配范围, 刺激三叉神经能够引起皮质兴奋性改变, 影响中枢神经调节, 缓解抑郁等不良情绪症状^[11]。此外, 还可选取肝胆经穴位, 如太冲和本神。足厥阴肝经与督脉会于巅顶, 肝主疏泄, 具有维持全身气机疏畅的功能, 故取肝脉穴位, 可以疏肝解郁、通督调神。太冲穴是肝经原穴, 为调畅气机之要穴。肝经循行“上出额”, 有研究通过对抑郁症患者进行功能磁共振扫描发现, 肝经与额叶也存在一定的联系, 针刺太冲穴能使额叶功能发生改变, 减轻抑郁^[12]。肝胆互为表里, 胆经穴位本神穴为诸神之本, 位于胆经与阳维脉交汇之处, 阳维脉又与督脉相通, 可达定志调神之效。从脑部结构来看, 本神位于大脑额叶区, 而额叶又与神志情感相关, 且 FGIDs 患者前额叶皮质为重点异常脑区^[13], 故选用本神穴在调节情志方面较为敏感。总之, 正确进行调神配穴是稳定和提高针刺治疗 FGIDs 疗效的关键, 不仅能充养督脉、疏通脑神、畅达情志, 还能进一步帮助和胃健脾、通调肠腑, 实现脑肠同治的目的。

3 调神配穴在针刺治疗 FGIDs 中的应用

3.1 调神健脾法治 IBS

IBS 有四种亚型, 其中以腹泻型 (IBS-D) 最为常见。IBS-D 属于慢性泄泻, 脑神失职为核心病机, 脾虚失运为次要病机, 主要证型有肝郁脾虚、脾虚湿盛、脾肾阳虚等, 其中最常见的是肝郁脾虚证。针对其核心病机, 治疗时需重视调神。孙建华团队^[5, 14-15]对“调神健脾”针法治疗肝郁脾虚型 IBS-D 进行研究, 以百会、印堂、太冲为主调节中枢情志, 同时以天枢、足三里、上巨虚、三阴交健脾疏肝, 从优化肠道菌群、减少粪便中短链脂肪酸含量、调节信号表达、改善失眠焦虑评分等角度证实了该针法的有效性。龚然等^[16]也曾以“调神”

为治则治疗脾虚湿盛型 IBS-D, 不仅在腹痛程度、腹泻频率、大便性状等方面得到改善, 也降低了血清 γ -干扰素、胃动素、白细胞介素 6 的水平。便秘型肠易激综合征 (IBS-C) 的病机也为脑肠互动异常, 且证型多与脾虚相关。有研究^[17]显示, 采用“调神健脾”法治疗 IBS-C 后, 腹泻腹痛症状及生活质量评分的改善均优于口服乳果糖。由此可以看出, 针刺治疗 IBS 时, 调神为治疗之关键, 选取百会、印堂、太冲等穴位, 充实髓海, 濡养神明, 调节失眠焦虑等异常情志, 可恢复中枢功能以调整肠道菌群, 影响胃肠激素分泌, 改善肠道免疫。IBS 与脾虚相关, 故在调神的同时, 需针对性进行健脾调治, 联合选择天枢、三阴交等脾胃经相关腧穴, 改善脾胃功能, 促进气血津液化生输布, 充养全身, 反过来又可强化脑神之功。在此基础上, 肝郁者再取期门等穴以疏肝, 湿盛者再取阴陵泉等穴以化湿, 肾虚者再取太溪等穴以温肾, 充分做到辨经与辨证相结合, 调理脾胃肠之气血阴阳, 以实现脑肠共治的目的, 腹痛腹泻、情绪失常等诸症自可得以缓解或消除。

3.2 调神和胃法治疗 FD

脾胃为脏腑气机升降之枢纽, 脾升胃降, 统筹消化系统的生理功能。若胃失通降, 易致胃脘胀满、疼痛不适。FD 的病机要点在于脑神失常, 胃失和降, 多因肝滞、食积等因素诱发, 病位主要在胃, 所以调神应为治疗的重点。曾有学者^[18-19]应用调神法治疗 FD, 取百会、印堂、神庭、本神等调神, 取中脘、气海、天枢、足三里等和胃并强化脑肠双向调控作用, 患者早饱感、尼平消化不良指数 (NDI)、失眠焦虑评分、钡条胃排空率增加幅度等明显改善。调神和胃针刺治疗 FD 需要做到以下三点: 一需调节脑神, 以制神之乱, 改善睡眠质量及失常情志, 通过脑神影响胃肠的下行通路调整脏腑, 畅达胃脘气机; 二需和胃, 选取胃之募穴、背俞穴、下合穴等, 不仅可以梳理中焦气机, 通调脾胃升降, 减轻胀满不适, 亦可改善脑部前扣带回皮质、眶额回等区域的结构及功能^[20], 进一步调节中枢; 三需依据肝滞、食积等诱发因素的不同, 兼以理气疏肝、消积导滞等, 加强消化不良症状的改善。以上可全面调控脑-肠轴作用通道, 调神有助和胃, 发挥良好的协同作用, 有效缓解患者胃脘饱胀不适、精神抑郁等症状。

3.3 调神通肠法治疗 FC

FC 主要以排便费力、大便秘结为临床表现,

其实证居多, 且多因气滞所致。病机以神机失司为主, 致气机壅滞, 大肠传导失司, 腑失通利, 糟粕内停, 干结难下, 或因情志异常, 肝气郁结; 或因饮食不节, 胃肠积热; 或因外邪侵袭, 肺脾气虚; 或因内伤劳倦, 气虚阳衰, 故调神针法在 FC 的治疗中同样具有关键意义。孟祥蕾等^[21]运用“调神畅情三六九”针法治疗 FC 后, 患者生活质量、排便次数等均得到改善。与 IBS 及 FD 的治疗原则相同, 针刺治疗 FC 也需抓住本病的关键病机, 以调神为重, 通过取印堂、本神等穴位调整神之枢机, 从而对全身脏腑经络气血进行调节, 使肠腑得通, 大便得解, 促进胃肠动力的恢复。具体针对便秘症状取大肠俞、天枢、上巨虚、支沟等穴位通利肠道, 增强传导功能。脑为髓海, 髓海的充盈离不开脏腑津液的濡养灌注。而大肠主津, 大肠功能的改善有助于津液的恢复, 使生髓之源得以充足, 进而髓海满、脑神健。最后, 不可忽视辨证论治, 肝气郁结配太冲、期门, 胃肠积热配内庭、合谷, 肺脾气虚配脾俞、气海, 气虚阳衰配关元、肾俞, 共同促进大肠气机正常运行, 以期统筹发挥脑-肠轴双向调节效应, 达到调神通肠的目的。

4 结语

综上所述, 现代医学脑-肠轴学说是传统医学中脑神与胃肠相通理论的印证, 大脑与胃肠以此为媒介处于互相影响、双向调节状态。对于 FGIDs, 脑神紊乱为其病机的核心, 社会心理因素越来越受到人们关注, 故深度挖掘调神配穴思想对于治疗该病具有重要意义。基于以上认识, 我们认为调神配穴是稳定和提高针刺治疗 FGIDs 疗效的关键。针刺治疗该病时应重视调神, 合理进行调神配穴, 使髓海有养, 情志调和, 通过调脑神从而加强健脾、和胃、通肠的作用, 促进脑与胃肠的良性互动, 达到脑肠共治的目的。

参考文献

- [1] DROSSMAN DA. Functional gastrointestinal disorders: history, pathophysiology, clinical features, and Rome IV [J]. *Gastroenterology*, 2016, 150(6): 1262-1279.
- [2] 梁谷, 梁列新, 覃江. 我国不同人群功能性胃肠病患病率及其影响因素研究进展 [J]. *中国全科医学*, 2011, 14(11): 1275-1278.
- [3] SPERBER AD, BANGDIWALA SI, DROSSMAN DA, et al. Worldwide prevalence and burden of functional gastrointestinal disorders, results of Rome Foundation global

- study[J]. *Gastroenterology*, 2021, 160(1):99-114.
- [4]柯美云, 宋志强. 功能性胃肠病症状重叠的新思考[J]. *胃肠病学*, 2006, 11(8):449-450.
- [5]李静, 陆瑾, 孙建华, 等. “调神健脾”配穴针刺改善腹泻型肠易激综合征症状和睡眠质量:随机对照试验[J]. *中国针灸*, 2017, 37(1):9-13.
- [6]郭静, 孙建华, 陈璐, 等. 针刺双向调节效应:“调神健脾”法针刺治疗肠易激综合征多中心随机对照试验亚组分析[J]. *中国针灸*, 2021, 41(8):845-850.
- [7]STRANDWITZ P. Neurotransmitter modulation by the gut microbiota [J]. *Brain Research*, 2018, 1693 (Pt B): 128-133.
- [8]TGMPDINAN, CRYAN JFP. The microbiome-gut-brain axis in health and disease [J]. *Gastroenterol Clin N*, 2016, 46(1):77-89.
- [9]DROSSMAN DA, TACK J, FORD AC, et al. Neuromodulators for functional gastrointestinal disorders (disorders of gut-brain interaction): a Rome Foundation working team report[J]. *Gastroenterology*, 2018, 154(4):1140-1171.
- [10]何崇, 王玲玲, 董洪涛, 等. 针灸对帕金森病大鼠模型脑内单胺类递质含量的影响[J]. *针刺研究*, 1998 (1):44-48.
- [11]SHIOZAWA P, DUAİLİBI MS, SILVA MEDA, et al. Trigeminal nerve stimulation (TNS) protocol for treating major depression: an open-label proof-of-concept trial [J]. *Epilep Behavior*, 2014, 39: 6-9. doi: 10.1016/j.yebeh.2014.07.021.
- [12]易洋, 徐放明, 谢洪武, 等. 从针刺太冲穴治疗抑郁症探讨肝经与额叶联系的静息态功能磁共振研究[J]. *中国中西医结合杂志*, 2011, 31(8):1044-1050.
- [13]马培宏, 尹涛, 孙睿睿, 等. 基于磁共振技术的功能性胃肠病中枢病理变化研究现状[J]. *世界科学技术-中医药现代化*, 2021, 23(6):1784-1791.
- [14]陈璐, 徐万里, 裴丽霞, 等. “调神健脾”针法对腹泻型肠易激综合征患者肠道菌群及粪便短链脂肪酸含量的影响[J]. *中国针灸*, 2021, 41(2):137-141.
- [15]裴丽霞, 孙建华, 李丹丹, 等. 调神健脾针法对腹泻型肠易激综合征患者的TLR 2/4、MYD 88、NF-κB影响[J]. *辽宁中医杂志*, 2022, 49(7):188-192.
- [16]龚然, 谭海成. 调神健脾针法联合腹针治疗脾虚湿盛证腹泻型肠易激综合征临床研究[J]. *针灸临床杂志*, 2021, 37(7):20-24.
- [17]裴丽霞, 朱莉, 孙建华, 等. 调神健脾配穴针刺治疗便秘型肠易激综合征:随机对照研究[J]. *中国针灸*, 2015, 35(11):1095-1098.
- [18]徐因, 刘莉宁, 杨志军, 等. “老十针”合调神穴治疗功能性消化不良临床观察[J]. *辽宁中医杂志*, 2015, 42(12):2404-2406.
- [19]蒋汶汐, 蒋希成, 孙远征. 调神法针刺治疗餐后不适综合征临床研究[J]. *针灸临床杂志*, 2021, 37(9):6-10.
- [20]陈丽, 孙睿睿, 何昭璇, 等. 基于磁共振技术的功能性消化不良患者中枢影像特征研究进展[J]. *中国中西医结合杂志*, 2019, 39(11):1404-1408.
- [21]孟祥蕾, 王顺. “调神畅情三六九”针法治疗功能性便秘的疗效研究[J]. *黑龙江中医药*, 2019, 48(2):213-215.

Application of the Point Combination of Regulating the Spirit in the Treatment of Functional Gastrointestinal Disorders by Acupuncture: based on the “Brain-gut axis” Theory

SUN Li¹, LI Jing², LIU Jiexi¹, LI Kang², JIANG Shan¹

1. Nanjing University of Chinese Medicine, Nanjing, 210029; 2. Nanjing Hospital of Chinese Medicine Affiliated to Nanjing University of Chinese Medicine

ABSTRACT Functional gastrointestinal disorders (FGID) is mainly manifested as gastrointestinal dysfunction. In modern medicine, brain-gut axis takes an important role in the pathogenesis of FGID, consistent with the point that brain spirit and gastrointestinal tract are mutually interacted with each other in traditional Chinese medicine (TCM). Based on this, it is proposed that brain disorder is a main pathogenesis of FGID, and point combinations to regulate spirit is addressed as a key to stabilize and improve the curative effect of acupuncture in treating the disease. The thought and connotation of point combinations to regulate spirit in the treatment of FGID by acupuncture is discussed in details, claiming that the acupoints such as Baihui (GV 20), Yintang (EX-HN3), Benshen (GB 13), and Taichong (LR 3) can be selected to restore the gastrointestinal function. At the same time, the method of fortifying the spleen, harmonizing the stomach, or unblocking the intestine should be combined based on pattern differentiation and symptomatic treatment, so as to treat the brain and intestine simultaneously, and treat the root of the disease.

Keywords functional gastrointestinal disease; brain-gut axis; acupuncture; treating the brain and intestine simultaneously; regulate the spirit

(收稿日期: 2022-07-01; 修回日期: 2022-09-14)

[编辑: 贾维娜]