

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2025.04.005

思路与方法

基于中医动静观从“火”论治注意缺陷多动障碍

周康宁¹, 袁振华¹, 张菁¹, 王俊宏²✉

1. 北京中医药大学第一临床医学院, 北京市朝阳区北三环东路 11 号, 100029; 2. 北京中医药大学东直门医院

[摘要] 从中医动静观视角探讨注意缺陷多动障碍 (ADHD) 的病机及治疗, 根据 ADHD 症状表现分为“动型”和“静型”。认为精血不足, 脑髓、心血失养为静型 ADHD 核心病机; 神志过用、饮食失宜致龙雷之火妄动为动型 ADHD 主要病机。治疗首当辨动静, 静型 ADHD 聚焦脾肾, 宜补后天以滋先天, 上奉心神, 充养脑髓, 使气血充盛、精足神强, 改善注意力缺陷症状; 动型 ADHD 应取静治之法, 宜补、运、潜, 达滋阴潜阳、温补脾肾之功, 使龙雷之火归位。结合小儿生理特点, 建立动静观辨治体系, 旨在为临床治疗 ADHD 提供参考。

[关键词] 注意缺陷多动障碍; 儿童; 阴阳学说; 动静观; 龙雷之火

注意缺陷多动障碍 (attention deficit hyperactivity disorder, ADHD) 是起病于儿童期的常见慢性神经发育障碍性疾病, 在我国儿童中发病率约为 6.4%^[1], 主要表现为与年龄不相符的注意障碍、活动过度、冲动。根据临床表现可将 ADHD 分为注意缺陷型、多动/冲动型、混合型三种亚型, 以及轻、中、重三种病情程度^[2]。由于 ADHD 常与其他疾病合并出现, 且缺乏具有鉴别价值的生物学检测指标, 故本病的早期及正确诊断对改善患儿预后具有重要意义。ADHD 的发病机制尚不清晰, 西药的作用靶点及起效途径较为单一, 且部分患儿可能由于年龄尚小、病情程度较轻, 或因厌食、失眠、思睡等药物副作用而不能应用西药治疗^[3]。中医药治疗 ADHD 具有安全性高、多组分多靶点起效等特点, 有一定优势^[4]。我们在临床实践中发现, ADHD 患儿的动静失常与其阴精不足而致阴阳失和密切相关。因此, 我们从中医动静观出发, 以阴阳学说为基础, 结合小儿生理特点分析认为 ADHD 的核心在于阴精不足, 导致脑髓、心血失养 (静型 ADHD) 或龙雷之火妄动 (动型 ADHD); 在治疗上静型 ADHD 重在补益阴精, 动型 ADHD 则采取静治之法, 以平调阴阳, 恢复机体动静平衡。现总结如下, 以期为本

病的治疗提供新思路。

1 中医动静观的起源和阐释

1.1 动静观的基础是阴阳运动

动静观是中国古代哲学的重要内容^[5], 阴阳二气的动静交替、循环变化产生了五行及自然界万物, 动静则是阴阳二气产生的根源, 这一“阳动阴静”的哲学概念逐渐渗透到医学理论之中。《素问·宝命全形论篇》言:“人以天地之气生”“天地合气, 命之曰人”, 提示气是人体生命的原动力。《素问·举痛论篇》云:“余知百病生于气也, 怒则气上, 喜则气缓, 悲则气消, 恐则气下, 寒则气收, 炅则气泄, 惊则气乱, 劳则气耗, 思则气结”, 指出气机失调是疾病发生的基本机理。《素问·六微旨大论篇》云:“出入废则神机化灭, 升降息则气立孤危。非出入无以生长壮老已, 非升降无以生长收藏。升降出入, 无器不有。故器者, 生化之宇, 器散则分之, 生化息矣。”可见《黄帝内经》用气的运动变化来阐释人体活动, 认为人体是一个不断运动的整体, 即人的生灭终始为气升降聚散运动的表现, 还将其运用到疾病的发生、诊断及治疗中。后世朱震亨在《格致余论·相火论》中提到:“天主生物, 故恒于动, 人有此生, 亦恒于动”, 指出运动是物质存在的基本形式, 强调生命的动态性^[6]。然而静也是必要的, 动属阳乃无形之气, 静

基金项目: 国家自然科学基金 (82274581); 北京中医药大学 2023 年度基本科研业务费项目 (揭榜挂帅项目) (2023-JYB-JBZD-011)

✉ 通讯作者: drjhwang@bucm.edu.cn

属阴乃有形之体。人体以静为体，以动为用，静是动的物质基础，动乃静的功能表现，气化运动贯穿生命活动的始终，对立双方在无穷的运动中取得稳定和统一，动和静的对立统一构成了人体生理活动的动静观。动和静不仅是万物发生、发展及变化的根源和形式，也是人体生理、病理活动的两个方面^[7]。

1.2 “动静相召”则“阴阳自和”为健康的前提

《素问·天元纪大论篇》云：“动静相召，上下相临，阴阳相错，而变由生也。”正常状态下，脏腑经络、气血津液皆处于不断运动状态中，相对静止为运动的另一种表现形式，也是事物存在和发展的必要条件，动静相召的运动使事物处于“中和”的稳定状态。

在人体中，气的运动由五脏六腑共同完成，脾胃居于中焦，为上下升降之枢纽。《医学求是·血证求源论》云：“土位于中，而火上、水下，左木，右金。左主乎升，右主乎降。而升降之权，又在中气，中气在脾之上、胃之下，左木、右金之际。水火之上下交际者，升则赖脾气之左旋，降则赖胃土之右转也。故中气旺，则脾升而胃降，四象得以轮旋。中气败，则脾郁而胃逆，四象失其运行矣。”可见脾胃促进肝、肺、心、肾等脏腑气机之运转，又防止其过度升降；而肝左升，使阳气升发，气机调畅，肺右降，使浊气下降，通调水道，为气机升降之关键；心位于上，肾位于下，心火降、肾水升则水火既济而阴阳续接、生机不绝，为气机升降的根本。五脏气机各自协调制约，周流不息，动静有度，稳定有序，从而维持机体生生不息之机，使人体处于阴阳自和、动静相召的健康状态^[8]。在中医动静观体系下，阴阳自和是生命体内的阴阳二气在生理状态下的自我协调和病理状态下的自我恢复平衡的能力，蕴含阴阳二气运动功能正常、动静相辅相成之意。若阴阳二气中正和谐的健康状态被打破，则机体处于“动静失宜”的“失和”状态而发为病。

2 阴精不足致动静失宜为 ADHD 的主要病机

ADHD 患儿的典型表现是精神涣散、多语多动，其中注意缺陷型的症状表现为难以集中注意力，较少表现多动、冲动等症状，外在表现以“静”为主，故我们将此种亚型归为静型 ADHD。多动/冲动型患儿表现为活动过度、冲动多语，伴有一定程度的注意力不集中；混合型则兼见神思涣散和冲动、多动表现，神思涣散和多动/冲动的程

度较接近。由于此二型皆存在多动、冲动表现，其外在表现以“动”为主，故将此两种亚型归为动型 ADHD。不同于成人疾病存在诸多病理产物，小儿脏腑轻灵，病机单纯，从中医动静观的角度看，ADHD 的病机总归阴精不足而致阴阳失和、动静失宜。

2.1 静型 ADHD：阴精不足，脑髓、心血失养而致神思涣散

静型 ADHD 以爱走神、记忆力差、丢三落四为主要表现，呈现一派“静”象，但其思绪飞扬、兴趣多变，本质仍为“动”。肾为先天之本，主藏精，精舍志，主骨生髓、上通于脑。《灵枢·天年》言：“以母为基，以父为楫”，小儿之肾气乃父母精气的延续和体现^[9]，父母的生育年龄及备孕期、孕期身体健康状况影响小儿之先天精气。若父母生育时年龄较大，工作、生活负担致心理压力较重，饮食、作息不规律，均可致小儿先天精气不足。《小儿药证直诀》言：“肾主虚，无实也”，如遇先天肾气不足或病后损伤肾气，则精血不能上荣，髓海虚空，肾志不足，志伤则喜忘，故见神思涣散、健忘、丢三落四等表现。

脾乃后天之本，气血生化之源，若先天不足，后天养护得当亦可滋养先天。小儿脾常不足，若后天过食肥甘厚味损伤脾胃，或不当的喂养方式使小儿养成挑食习惯，致脾胃虚弱、气血化生乏源，则见后天不足不能充养先天或累及先天。脾藏营舍意，“意”是一切神志活动的开端，脾在志为思，思出于心，而脾应之。《灵枢·平人绝谷》云：“神者，水谷之精气也”，可见脾与心主神明有关，神志活动的完成离不开脾化生之气血的濡养^[10]。脾将化生之精微上奉于心、荣于脑，下充于肾，为人体的神志活动提供物质基础。若脾生化乏源，则心神失养，脑髓失充，故见神思涣散、记忆力减退、自制力差诸症。

肾精、脑髓及脾化生之精微皆属阴，可见静型 ADHD 病因总归阴虚，阴精不足致脑失濡养、心神不定、肾志不足是其基本病机。

2.2 动型 ADHD：阴虚阳亢，龙雷之火妄动而致活动过度

动型 ADHD 之妄动病机与火密切相关。《素问·至真要大论篇》病机十九条中提到：“诸热瞀瘵，皆属于火”“诸禁鼓慄，如丧神守，皆属于火”“诸躁狂越，皆属于火”，指出火邪与“动”及神明逆乱有关。朱震亨在《格致余论》提到：“火内阴而外阳，主乎动者也，故凡动皆属于火”，指出火

性主动的特征。另外,小儿体属纯阳,阳主升散,为生长发育的动力,儿童时期本就处于阳气相对偏旺的生理状态,阳盛最易生热化火。然而火有生理、病理之分,亦有内外、虚实之别。ADHD 患儿则常表现为脾气急躁、易激惹、冲动、肢体活动过度、兴趣多变、舌质红等火象,此乃龙雷之火妄动所致。

2.2.1 神志过用致龙雷之火妄动 静型 ADHD 多动表现不明显,往往不易被察觉。《医理真传》言:“坎为水,属阴,血也,而真阳寄焉。中一爻,即天也。天一生水,在人身为肾。一点真阳,含于二阴之中,居于至阴之地,乃人立命之根,真种子也。诸书称为真阳。”肾为水脏,蕴含真阴、真阳,对应坎卦,真阳寄于真阴之中,其真阳为龙雷之火,即龙潜渊中^[11]。静型患儿若未及时干预,随着阴虚程度加重,肾阴下亏,水浅则龙出,龙火离位妄动,不能潜藏^[12],表现为多动、冲动等一派阳亢之“动”象。

龙雷之火为人体动气,易动难静,宜藏而不露,蕴而不宣,其动而中节,静而守位,动静有度,方能温煦周身,气血和畅,神气安宁^[13-14]。“五志之动,各有火起”“五志之动,皆为阳动”,可见五志与火之密切关系^[15]。另外,若小儿接触电子产品过早过多,声、光刺激频繁,加之课业繁忙,神志过用则精血耗伤,五志劳烦而动火。龙雷之火离位妄动,动静失制,转为贼火,变化莫测,扰乱神明,使神不潜藏,魂不能守,魄不能收,意不能达,志不能专,在外则表现为活动过度、冲动、脾气急躁之象。

2.2.2 饮食失宜致龙雷之火妄动 徐灵胎在《医学源流论》中言:“小儿纯阳之体,最宜清凉,今人非太暖,即太饱”,《素问·奇病论篇》言:“肥者令人内热,甘者令人中满”,可见过度喂养小儿为诸医家所诟病。小儿本具生机,后天之物适当即可,过补无益。另外,若产妇过用滋补,亦可致阴精不化,郁而化热,乳汁火邪偏盛,随母体转于婴儿,致婴儿乳积于胃,化为顽痰,致痰火相结。小儿脾常不足,若过食肉类、甘甜、生冷之品,则易致谷气留滞,壅遏中焦气机,则气血生化乏源。肝失濡养,疏泄失常,雷火引动,可见情绪急躁、亢奋易怒。

《医理真传·五行说》云:“五行之要在中土,火无土不潜藏”,可见脾土对火之制约作用;若脾土虚弱,则不能伏火,肾精亦不得充养,阴精不

足,则虚火内生,真阳之气外越,龙雷之火妄动,亢害为病,表现为多动、冲动、多语等一派“动”象。

3 基于中医动静观治疗 ADHD 的具体思路

3.1 静型 ADHD: 补后天而滋先天, 精血上荣则神思集中

静型 ADHD 的病机为阴精不足,但其不足程度较轻,未致明显阳亢之动象。现代医学对 ADHD 发病机制的研究多集中于脑部神经递质代谢^[16]。王清任在《医林改错》中提到:“灵机记性,不在心而在脑”,又言“看小儿初生时,脑未全,囱门软,目不灵动,耳不知听,鼻不知闻,舌不言。至周岁,脑渐生,囱门渐长,耳稍知听,目稍有灵动,鼻微知香臭,舌能言一二字。至三四岁,脑筋渐满,囱门长全,耳能听,目有灵动,鼻知香臭,言语成句”,指出脑之视、听、嗅等感官及记忆、语言、思维等功能,体现了中医学“脑”与现代医学“脑”功能的一致性,虽现代医学与中医对“脑”之认识不尽相同,但可见 ADHD 发病与脑的密切联系。

脑为髓海,居阳位,为清气所居,脾运则清阳升于脑,精微达于脑;脑为元神之府,精以生神,精足神强,肾精充则肾志足,亦可充脑髓濡脑神。静型 ADHD 以神思涣散为主,因脾肾不足,致阴精衰少,不能上奉于心,不能上荣于脑,故心神失养、脑髓失充,心藏神、脾舍意、肾藏志、脑主灵机记性功能失常。治疗时宜滋阴健脾、补肾益智,脾得健运则后天充足,亦可上奉心神、下滋先天,肾精得养,则脑髓得充。张介宾善用熟地黄^[17],言其“禀至阴之德,气味纯静……阴虚而神散者,非熟地之守不足以聚之……阴虚而躁动者,非熟地之静不足以镇之”(《景岳全书》),故我们治疗 ADHD 时首选熟地黄。另外可遣五味子、枸杞子、茯苓、山药、桑椹等品以健脾益气,温肾益精,使心神安定,肾志充足,脑髓得补,脑神得濡,从而改善静型 ADHD 之神思涣散、记忆欠佳、反应迟钝、兴趣多变诸症。

3.2 动型 ADHD: 动病应取静治之法, 宜滋宜潜以抑妄动之火

“静治”是中医动静观指导下的治法内容,动病应取静治之法^[18]。《证治汇补·火症》载:“火宜静养,火之为物,静则退藏,动则亢上,不拘五脏六腑十二经中,动皆属火,当恬憺虚无,镇之以静”,指出火病应静治,静能退火、制亢、镇潜,

无论虚火、实火均可用之。动型 ADHD 的本质是阴精不足，龙雷之火失于潜藏、上奔无制，故对于龙雷之火妄动而致 ADHD 之动象，亦应采用静治之法，正应唐宗海在《血证论》中所言：“肾水充足，则火之藏于水中者，韬光匿影，龙雷不升”。药分阴阳，有归经、四气五味、升降浮沉之别，其轻重、刚柔、动静之性皆有不同，静治之法宜遣静药。从理论上讲，动静药性与四气五味、升降浮沉存在交集，若以药物“四气”论动静，则温热药属动，寒凉药归静；以药物“五味”论动静，则味辛者属动，酸、苦、甘、咸味属静；从升降浮沉角度辨动静，则升、浮属动，沉、降属静^[19]。然动静是相对的，同一动静属性之品又可再分动静，故对动静药性之判定并非绝对，且用药部位、炮制方法可改变药物动静之性，部分药物又兼见动静二性^[20]。对于 ADHD 之用药，若以四气五味、升降浮沉细分动静则难免繁琐。

纵观不同医家对“静药”之见解，多以药物功效论动静，如《景岳全书·传忠录》言：“药有阴阳，性动而走为阳，性静而守为阴”“气味有阴阳：阴者降，阳者升。阴者静，阳者动”“气味之动静：静者守而动者走。走者可行，守者可安”，其言静药守而不走，多为味厚之品，具有滋养、填补、收摄、徐缓等特点。叶桂所言之静药以滋阴、补血、填精、补摄之品为多^[21]。近代名医岳美中则论静药有补气养血健脾之功，动药则善调气活血^[22]；国医大师王琦亦言静药多为味厚滋腻之品，善治阴虚火动、阳亢风动、邪气走窜诸证^[23]。在 ADHD 的治疗中，亦应根据药物的功效分动静，选用静药以平抑妄动之火，同时配以适量动药以调和药性。

引起 ADHD 妄动之龙雷之火，本质为阴虚阳亢，即阴虚而致真阳外越，故治疗禁用凉血清火之法，恐转助其虐，治宜温补宜健运，宜滋宜潜宜徐缓，用药可参叶桂运用静药之理，其理有四^[24]：一则以静药益阴和阳，二则以静药填补固摄，三则潜阳熄风，四则补益滋润。因此，对于 ADHD 动证，宜在静型 ADHD 滋阴基础上，加用潜阳之药，滋潜兼顾，方可导龙入海，使“动”象消失。可在用熟地黄、五味子、枸杞子、麦冬、山药等品基础上，加用龙骨、龟甲、珍珠母、鳖甲等品，以达滋阴潜阳、降火止动之功。中医治病注重阴阳平衡、刚柔并济，用药亦应动静结合，顾及静药不善走行而致滋腻、呆滞、凉遏之弊，可配伍少许平和、健运、疏理之动药^[19]，如黄芪、陈皮、白芍等品，

令“静”方之中蕴含一丝“动”机，使静而兼动、补而不滞，从而制龙雷之火之妄动，使其归位，令五志处于“动而中节”的状态，从而改善 ADHD 阳动有余之多动、冲动、易怒表现。

4 小结

本文从中医动静观视角对 ADHD 展开分析，强调因阴精不足而致阴阳失和、动静失宜在 ADHD 发病中的重要作用。根据症状及指南分型将 ADHD 简化为“静型”“动型”两种主要类型，在阴阳学说指导下，静型 ADHD 主因阴精不足而不能上荣，治疗应补后天而滋先天，以滋阴健脾、补肾益智为主，使精血上荣而神思集中。动型 ADHD 为阴亏程度加重而致龙雷之火妄动，应取静治之法，宜遣静药，宜补、宜运、宜滋、宜潜，使动静相宜、龙雷之火归位。基于中医动静观探讨 ADHD 的辨治思路，为中医药治疗 ADHD 提供了思路和方法，可为临床实践提供参考。

参考文献

- [1] LI F, CUI Y, LI Y, et al. Prevalence of mental disorders in school children and adolescents in China: diagnostic data from detailed clinical assessments of 17 524 individuals [J]. J Child Psychol Psyc, 2021, 63(1): 34-46.
- [2] 刘靖, 郑毅. 《中国注意缺陷多动障碍防治指南》第二版解读[J]. 中华精神科杂志, 2016, 49(3): 132-135.
- [3] 中国中西医结合学会儿科专业委员会情志病学组, 中国中药协会儿童健康与药物研究专业委员会神经精神学组. 注意缺陷多动障碍中西医结合诊疗专家共识[J]. 中华中医药杂志, 2023, 38(4): 1674-1679.
- [4] 韩新民, 袁海霞, 杨江, 等. 儿童多动症中医学研究现状分析[J]. 中华中医药学刊, 2020, 38(2): 4-7.
- [5] 舒金城. 试论周敦颐的动静观[J]. 江汉论坛, 1984(3): 47-51.
- [6] 尚力. 浅析朱丹溪的“动静观”与理学之关系[J]. 上海中医药杂志, 2002, 36(6): 37-39.
- [7] 刘星. 中医动静观刍议[J]. 山西中医, 1990, 6(6): 1-3.
- [8] 严倩, 王雄文, 郑文江. 阴平阳秘与自稳态[J]. 中医杂志, 2019, 60(10): 845-848.
- [9] 边海云, 陈利国. “以母为基, 以父为楫”刍议[J]. 江苏中医药, 2008, 40(10): 3.
- [10] 于迎, 宁艳哲, 贾竑晓. “脾藏意主思”的现代心理学内涵[J]. 中国中医基础医学杂志, 2018, 24(7): 890-893.
- [11] 池伟东, 郑旭威, 庄娟娜. 卦中探源: 解析神秘龙雷之火[J]. 北京中医药, 2014, 33(8): 614-616.

- [12]刘洋. 龙雷之火病机总论[J]. 中医药通报, 2023, 22(3): 46-47, 68.
- [13]孙文熙, 李津, 陈梦彤, 等. 浅析龙雷之火[J]. 辽宁中医药大学学报, 2020, 22(5): 193-195.
- [14]李琳珂, 蔡永敏. “龙火”“龙雷之火”“雷火”的辨析及考证[J]. 中国中医基础医学杂志, 2020, 26(3): 299-300, 311.
- [15]赵玉芝, 陈凤芝, 王丹. 《景岳全书》论五志之火[J]. 长春中医学院学报, 1996, 12(4): 2.
- [16]LEVY F. Dopamine vs noradrenaline: inverted-U effects and ADHD theories [J]. Aust N Z J Psychiat, 2009, 43(2): 101-108.
- [17]丁子惠, 李佳欣, 李萍. 张景岳用熟地黄特色之管窥[J]. 中医杂志, 2018, 59(3): 259-261.
- [18]陈树章. 试论动静中药之配伍运用[J]. 山西中医, 1987, 3(3): 44-46.
- [19]邢庆昌, 胡文慧. 论“动静药性理论”在中医处方中的运用[J]. 空军医学杂志, 2020, 36(2): 180-182.
- [20]袁颖, 金素安, 何世民, 等. 中药动静刚柔特性及其临床应用分析[J]. 上海中医药杂志, 2015, 49(1): 66-68.
- [21]陈旭, 贾波. 《临证指南医案》药性“刚、柔、动、静”辨析[J]. 中医杂志, 2020, 61(1): 88-90.
- [22]陈新宇. 岳美中老中医遣方用药经验研讨[J]. 湖南中医杂志, 2007, 23(4): 62-64.
- [23]王琦. 王琦用药 30 讲: 第 2 讲动静论[J]. 天津中医药, 2014, 31(6): 323-324.
- [24]栾光一, 姚鹏宇. 叶天士基于“肝体阴用阳”理论治疗肝风经验[J]. 中医药导报, 2020, 26(7): 24-28.

Treatment for Attention Deficit Hyperactivity Disorder from the Perspective of "Fire" Based on the Dynamic and Static Concept of Traditional Chinese Medicine

ZHOU Kangning¹, YUAN Zhenhua¹, ZHANG Qiang¹, WANG Junhong²

1. First School of Clinical Medicine, Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100029; 2. Dongzhimen Hospital, Beijing University of Chinese Medicine

ABSTRACT From the perspective of dynamic and static concept in traditional Chinese medicine, we explored the pathogenesis and treatment of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). ADHD is categorized into "dynamic type" and "static type" based on symptom presentation. It is believed that the core disease mechanism of static type ADHD refers to insufficiency of essence and blood, as well as the loss of nourishment of brain marrow and heart blood; the dominant mechanism of dynamic type ADHD refers to excessive use of the mind and improper diet lead to the excessive movement of dragon-thunder fire (symbolizing hyperactivity). The treatment should first differentiate between static type and dynamic type. The treatment for static type focuses on the spleen and kidney, and involves replenishing the acquired constitution to nourish the congenital, supporting the heart and spirit, and enriching the brain and marrow, so as to ensure sufficient *qi* and blood, abundant essence and strong spirit, thereby improving symptoms of attention deficits. The dynamic type should be treated by static method, and involves using calming medicinals to supplement, transform, and subdue to reach the aims of enriching *yin* and subduing *yang*, warming and supplementing the spleen and kidney, which helps restore the dragon-thunder fire to its balance. Based on the physiological characteristics of children, a dynamic-static differentiation and treatment system is established to provide a reference for the clinical treatment of ADHD.

Keywords attention deficit hyperactivity disorder; children; *yin-yang* theory; dynamic and static concept; dragon-thunder fire

(收稿日期: 2024-07-12; 修回日期: 2024-08-19)

[编辑: 贾维娜]