

从“百病生于气”谈功能性便秘的治则

李国菁¹, 王行宽², 冯兴中¹

1. 首都医科大学附属北京世纪坛医院中医科, 北京 100038

2. 湖南中医药大学第一附属医院, 湖南 长沙 410007

[关键词] 便秘; 百病生于气; 气机失调; 调畅气机

[中图分类号] R249; R256.35

[文献标识码] B

[文章编号] 0256-7415 (2014) 01-0230-02

“百病生于气也”始见于《素问·举痛论》，其曰：“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，灵则气泄，惊则气乱，劳则气耗，思则气结。”旨在说明各种情志变化、寒热失调及劳累等均可致使气机逆乱或失调，从而成为多种疾病发生的病因病机，历代医家重视调畅气机的理论依据即渊源于此。

功能性便秘是指结肠、直肠及肛门功能异常导致的便秘，是一种常见的肠功能紊乱性疾病。临床表现为排便次数减少，大便排出困难，排便间隔时间延长或大便干燥，或排便不尽感，或下坠感等，但结肠、直肠检查无器质性病变。人群中约有50%以上的人曾受到便秘的困扰。中医学认为，功能性便秘病位在大肠，主因大肠传导功能失常，又与肝、脾、胃、肾、肺等脏腑气机失调密切相关。笔者试从百病生于气入手，结合临床体会，探讨功能性便秘的治疗法则。

1 “百病生于气”与便秘

人体脏腑经络、气血津液、营卫阴阳，都有赖于气机升降出入而相互联系；人体的生命活动，内而消化循环，外而视听言行，无不是脏腑升降出入的体现。就五脏而言，心肺在上，主降；肝肾在下，宜升。其中肝之升发，肺之肃降为一对升降的两方面；心火下降，肾水上升，共同构筑成阴阳平衡体；脾胃居于中焦，脾气上升，胃气下降，为一身气机升降之枢纽。而六腑，虽传化物而不藏，以通为用，宜降；

但在传化饮食过程中，亦有吸收水谷精微，化生津液作用，可见六腑亦是降中寓升。五脏六腑的气化正是在这种升已则降，降已而升，升中有降，降中有升的状态中，共同维系着机体的新陈代谢与动态平衡。若气机失调，升已不降，降已无升，升降混乱，则易致人体发病。

便秘一病，多与肝、肺、脾、胃、肾之气机失调有关。引起气机失调的因素很多，如情志失调，肝气郁结，疏泄失常，导致大肠气机郁滞；外感、内热、阴虚等致肺失宣降，肺金肃降无权，腑气难以下行；脾气亏虚或脾气壅滞，脾之运化失职，大肠传导无力；胃热炽盛，下传大肠，燔灼津液，大肠热盛，燥屎内结；肾阴不足，肠失濡养，便干不行；肾阳不足，大肠失于温煦，传运无力，大便不通。所以便秘虽小恙，却应注重调理气机，多脏调燮，综合治理。

2 调畅气机的具体运用

2.1 疏肝气以畅气机 肝主疏泄，调畅气机，助脾运化，并疏利胆汁，输于肠道，促进水谷精微之吸收。王孟英谓：“肝气逆则诸气皆逆”（《王氏医案》）。《四圣心源·卷二·六气解》曰：“凡病之起，无不因于木气之郁，以肝木主生，而人之生气不足者，十常八九，木气抑郁而不生，是以病也。”《医经精义·脏腑通治篇》亦云：“肝与大肠通，肝病宜疏通大肠，大肠病，宜平肝为主。”脾胃功能之调畅，多赖于肝气之疏通。肝气条达，疏泄有度，则大便有常。若情志不遂，肝气郁结，则肺失宣降，脾气失

[收稿日期] 2013-08-18

[作者简介] 李国菁 (1977-), 女, 博士研究生, 副主任医师, 研究方向: 心脑血管疾病、消化系统疾病的中西医结合治疗。

[通讯作者] 冯兴中, E-mail: fengxz9797@sina.com.

运,大肠传导失职,三焦气机不利,肠腑不得宣畅而致便秘。故治疗时需注重调畅肝胆气机,临床习用四逆散以疏肝理气,肝气得舒,“木疏土则脾滞以行”(《医碥》),即是若兼见脾气郁滞之象,亦可使气机得畅,则便秘自通。

2.2 宣肺气以开上痹 肺为华盖,与大肠互为表里。华佗《中藏经》云:“大肠者,肺之腑也,为传导之司,监仓之官。肺病久不已,则传入大肠。”肺气的宣肃有助于大肠传导功能的发挥。肺主宣发,通调水道,输布津液,则大肠得以濡润;肺主肃降,肺气下达,则大肠传导正常。倘若肺失清肃,津液不能下达,可见大肠传导失职,糟粕内停,大便艰涩不畅,从而形成便秘。如《医经精义·脏腑之官》云:“大肠之所以能传导者,以其为肺之腑。肺气下达,故能传导。”亦如《王氏医案》所云:“治节不行则一身之气皆滞。”故治疗便秘应遵循丹溪“肠痹之治,以开肺气为先”、“开上窍以通下窍”之旨,采用宣通气机、肃降肺气的方法,加入归经于肺的瓜蒌、苦杏仁、桔梗、紫菀、百合之类宣肺而助肃降,宣导大肠,使肺气得降,行气于腑,津液下达,腑通便调,出纳有序,寓“下焦治上”、“提壶揭盖”之意。

2.3 理脾气以疏壅滞 便秘虽属大肠传导功能失常,亦与脾胃运化功能关系甚为密切。脾胃同居中焦,互为表里,脾主运化,胃主受纳,脾主升清,胃主降浊,为气机升降之枢纽。如《医学求是》所云:“升降之权,又在中气,升则赖脾气之左旋,降则赖胃气之右转也。”脾气升则水谷之精微得以输布,胃气降则水谷糟粕得以传化。脾升胃降,纳化正常,气机畅达,则五脏安和,六腑通畅。若脾胃升降失调,气机壅塞,饮食积滞停滞于中焦,一方面水谷精微不能敷布,糟粕不能下行;另一方面脾胃气机壅遏,胃肠呆滞,从而导致排便困难。治疗应不忘理脾行气,促进脾胃的升清降浊之功,药用厚朴、木香、陈皮、柴胡、枳实等。

3 功能性便秘治则——疏肝理脾,宣肺通腑

综上所述可见,便秘之疾,其病位虽在大肠,但传导失司涉及肝、肺、脾等多脏气失调,故治疗绝不能仅仅囿于阳明大肠而理应多脏综合治理。笔者结合临床经验,认为疏肝理脾、宣肺通腑为便秘的通用之

法,并自拟肠痹汤。药物组成:柴胡、枳实、苦杏仁、紫菀、火麻仁、青皮各10g,白芍、玄参、生地黄各15g,百合、全瓜蒌各20g,甘草5g。本方由四逆散、麻仁丸、增液汤加宣肺药物化裁而成。方中柴胡升发阳气、疏肝解郁;枳实、青皮疏肝破气、消积导滞,与柴胡为伍,升降并用,加强舒畅气机之功,并奏疏肝理脾之效。苦杏仁上肃肺气、下润大肠;瓜蒌宽胸散结、润肠通便,且有“舒肝郁、润肝燥、平肝逆、缓肝急”之功(《重庆堂笔记》);百合、紫菀濡润肺金,四者共奏调肺气以通腑气之效。白芍敛阴养血、柔肝缓急;火麻仁性味甘平,质润多脂;玄参滋阴润燥、壮水制火,启肾水以润肠燥;生地黄养阴清热、壮水生津,四者益阴增液以润肠通便,使肠燥润、津液行、腑气通。综观全方,一则疏肝气、一则宣肺气、一则理脾气、一则通腑气,具有宣降结合、下不伤正、润而不膩之功,使肝气疏、脾气行、肺气宣,则腑气自通,大便自调。女性患者、老年患者可加当归、肉苁蓉;腹胀者,可加木香、槟榔、厚朴、莱菔子;便后痔血者,加地榆炭、槐花;胃肠燥热明显,可加熟大黄、芦荟;久病多瘀,可加桃仁;临厕努挣、气短乏力,可加黄芪、党参。

4 病案举例

李某,男,57岁。2011年5月10日初诊:便秘10余年,数日乃至1周始解,大便干结如栗状,腹胀不痛,口干苦,纳可,舌淡红、苔薄黄,脉弦细。肠镜检查无异常,诊断为功能性便秘,证属肝失疏泄、肺失宣降、脾气郁滞、肠失传导所致大便秘结。处方:苦杏仁、紫菀、柴胡、枳实、白芍、厚朴、火麻仁、桃仁、青皮、当归各10g,百合、全瓜蒌各20g,生地黄、玄参各15g,芦荟5g,甘草3g。7剂,每天1剂,水煎服。2011年5月20日二诊:前方从肝、肺、脾、肠并治,服药时大便软,日解1~2次,停药后2天1解,偏干,口微干,舌淡红、苔薄黄,脉弦细。再拟开肺疏肝、理脾润肠为法。处方:苦杏仁、柴胡、黄芩、厚朴、枳实、火麻仁、芦荟、白芍、玄参、生地黄、麦冬、青皮各10g,百合、瓜蒌各20g,甘草3g。继服7剂,大便转正常,仍予原方加减调治1月而愈。

(责任编辑:冯天保)