

从阳化气阴成形理论论治肥胖病

范晓露, 唐红珍

广西中医药大学, 广西 南宁 530000

[摘要] “阳化气, 阴成形”理论在肥胖病的发生发展及诊治过程中起着重要指导的作用。“阳化气”不足, “阴成形”太过, 构成肥胖病的重要病因; 故固本培元、扶阳抑阴是肥胖症的根本治法, 应贯穿于肥胖病诊疗的始终。

[关键词] 肥胖病; 阳化气; 阴成形; 固本培元; 扶阳抑阴

[中图分类号] R723.14 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2018) 05-0222-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2018.05.059

Treatment from Theory of Yang Transforming Qi and Yin to Shape up Body for Obesity

FAN Xiaolu, TANG Hongzhen

Abstract: The theory of "yang transforming qi and yin to shape up body" plays an important guiding role in the occurrence and development as well as diagnosis and treatment of obesity. The deficiency of "yang transforming qi" and the excessiveness of "yin shaping up body" constitute the important causes of obesity. Therefore, it is the fundamental method of reinforcing the vital essence and strengthening the original qi, and tonifying yang and controlling yin to cure obesity, which should be used throughout the diagnosis and treatment of obesity.

Keywords: Obesity; Yang transforming qi; Yin shaping up body; Reinforce the vital essence and strengthen the original qi; Tonify yang and control yin

肥胖病目前被认为是全球性的公共卫生问题, 与肥胖相关的疾病有心脑血管疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病、2型糖尿病等众多病种, 严重威胁人类健康^[1]。中医学认为, 肥人虽胖, 但机体气血偏衰, 阴阳失调, 属于标实本虚之证。肥胖病本虚属于“阳化气”不足, 致使“阴成形”所产生的病理产物痰湿瘀过多, 这些痰浊湿邪停聚于体内不化, 形成标实。笔者试从“阳化气, 阴成形”理论论治肥胖病, 以期对肥胖病的诊疗提供理论指导。

1 “阳化气阴成形”理论溯源

“阳化气, 阴成形”出自《素问·阴阳应象大论》。所谓“阴阳者, 天地之道也, 万物之纲纪, 变化之父母, 生杀之本始, 神明之府也”, 揭示了世间万物变化皆出自阴阳。明代医家张景岳注: “阳动而散, 故化气; 阴静而凝, 故成形。”阳主动性热, 可化气; 阴性寒主静、收敛, 可凝聚为形^[2]。阳化气的过程是“由阴化阳”, 以有形弥散成无形; 阴成形的过程是“由阳化阴”, 以无形凝聚成有形^[3]。《黄帝内经素问集注》曰: “天主生物, 地主成物。故阳化万物之气, 而吾人之气由阳化之; 阴成万物之形, 而吾人之形由阴成之。”故构成人体

本源于阴阳, “阳化气”强调了人体生命活动的过程, “阴成形”说明了人体形态及变化的形成, 二者相辅相成。“阳化气”是循序渐进的过程, “阴成形”则是“阳化气”形成的结果^[4]。只有机体处于阴平阳秘的状态, 人体才能保持健康。当“阴盛则阳病”时, 意味着阳化气不足, 阴成形太过, 阴阳之间失去平衡。

2 “阳化气阴成形”与肥胖病的关系

《景岳全书》中描述胖人: “盖人之形体, 骨为君也, 肥人者柔盛于刚, 阴盛于阳也, 且肉与血成, 总皆阴类, 故肥人多有气虚。”《丹溪心法》中有述“肥白人多痰湿”“肥白之人, 沉困怠惰是气虚”, 指出胖人体质多痰多气虚的特点。肥胖之人“阳化气”机能不足, 机体脏腑功能减退, 脾虚不能升清运化, 气虚不能推动津液运行, 使津液不能正常输布和排泄, 导致“阴成形”太过, 阴津凝敛成形过度, 生成水饮、痰浊等病理产物。而肥胖病的形成是一个长期累积的过程, 由于水湿、痰浊等病理产物阻碍了水谷津液的输布运行, 停滞于周身脏腑肌肤之间; “邪之所凑, 其气必虚”, 日久则进一步损伤机体正气, 导致阴邪偏盛, 阳气虚弱, 邪盛正衰。《医门棒

[收稿日期] 2017-08-26

[基金项目] 国家自然科学基金项目 (81660783)

[作者简介] 范晓露 (1991-), 女, 硕士研究生, 研究方向: 针药结合治疗肥胖病。

[通信作者] 唐红珍, E-mail: 1037757562@qq.com。

喝》曰：“如体丰色白，皮嫩肌松，脉大而散，食啖虽多，每日痰涎，此阴盛阳虚之质。”其揭示了肥胖病的根本病机为阴盛阳虚，阴阳之间失去平衡。卢铸之在《阳气盛衰论》里提出“病在阳者，扶阳抑阴；病在阴者，用阳化阴”的观点。因此，中医学减肥重在“调”，扶阳乃治疗肥胖病之本，固本培元、扶阳抑阴乃中医减肥的关键之处，通过宣通和温补阳气，温化人体阴翳，以此达到减肥的目的。

3 “阳化气阴成形”在肥胖病治疗中的应用

阴阳平衡的关键在于阳气足。阳气充足，则卫外固密，正气存内，邪气难以入侵，无形之邪难以化为有形之邪。此如《素问遗篇·刺法论》曰：“正气存内，邪不可干。”《素问·生气通天论》载有“阳气者，若天与日，失其所则折寿而不彰”，这说明阴阳关系中存在着阳主阴从的关系，认为阳气是机体生命活动的原动力，阳为主导^[5]。《扁鹊心书》有“阳精若壮千年寿，阴气如强必毙伤”之说，强调了扶助阳气的重要性，认为人体只有阳气充盛，方能抗邪长生。因此，肥胖病的治疗当以固本培元为主，扶助人体阳气，通过加强机体“阳化气”功能，使机体阳气处于一个相对旺盛的状态，将“阴成形”病理产物痰湿浊邪之物渐渐温化减少。肾阳乃先天之阳，是生命的根本。脾阳乃后天之阳，帮助人体吸收天地精华，运化水谷精微，推动气血运行。因先天后天之阳相辅相成，故在肥胖病的治疗中应培补先天肾阳，温运后天脾阳使人体阳气的功能恢复正常才是治本之法。程汉桥^[6]认为在肥胖的治疗中要辅助机体“阳化气”，抑制“阴成形”，其用药多选用补骨脂、紫河车、肉苁蓉、鹿茸、菟丝子等温补肾阳之品以培补先天；吴茱萸、干姜、肉豆蔻、人参、党参等温补脾胃之品以补养后天。李吉武^[7]通过临床观察，发现温阳益气活血方加减能明显改善肥胖2型糖尿病患者症状及血脂代谢，调节其肠道菌群失调；温阳益气活血方以真武汤、理中汤、四逆汤、四君子汤、四逆散为基本方，全方补助“三阴”之气，调和阴阳平衡。当今人们为了追求短期快速减肥，通过节食饥饿疗法和服用减肥药物来瘦身，如此则容易导致营养不良、水电解质紊乱、内分泌失调。其中某些减肥中成药含有芦荟、大黄、番泻叶等寒凉性的泻下药，这些药物苦寒易败胃，冰伏于中焦，损伤人体阳气，初治往往有效，久治则反而无效，加重“阳化气”不足，“阴成形”太过，缠绵不愈加速肥胖的发生^[8]。针灸减肥是一种安全健康的减肥方法，其通过刺激人体特定穴位来调节中枢神经系统和人体的内分泌以及食欲中枢等，促进胃肠蠕动以提高脂肪代谢率，调节新陈代谢，调动人体自身的调节功能，从而达到减肥的目的^[9]。郑宁^[10]通过温阳益气针灸方对气虚型单纯性肥胖进行治疗，方取足三里、气海和中脘调节气虚，治用灸法补益，温阳而不助火，治疗效果满意。吴晓亮等^[11]运用“通督温阳法”开展个体化针刺治疗单纯性肥胖，温阳不是一味地

使用温补、或者火灸的方法，而是通过刺激督脉、足太阳经为主的相关穴位，通调督脉之气，通过督脉及诸阳经经气，激发和加强阳经经气推动和温煦能力，使全身气血运行得以疏通，促进机体产生阳气温运的效应，从而恢复机体生理功能。在治疗肥胖病中应重视保护和增强人体的正气，以助“阳化气”而避“阴成形”。

4 结语

人体生命的活动，疾病的发生、发展和变化，疾病的诊治与预防皆归因于阴阳的变化与调整。“阳化气，阴成形”不仅是《内经》对阴阳关系的高度概括，更是中医学对疾病病因病机的高度概括。临床治疗肥胖病，应在“阳化气，阴成形”的理论下，根据患者的具体情况辨证分析，通过四诊合参，综合考虑阴阳之间的平衡，培元固本，扶阳抑阴，达到阴平阳秘状态，指导肥胖病的治疗，以提高临床疗效。

[参考文献]

- [1] Knecht S, Ellger T, Levine JA. Obesity in neurobiology[J]. Prog Neurobiol, 2008, 84(1): 85-103.
- [2] 张军茹, 张冠杰. “阳化气阴成形”理论及其在心衰治疗中应用价值探讨[J]. 中医药临床杂志, 2014, 26(4): 336-337.
- [3] 金丽. 唐宗海一脉相承“阳化气，阴成形”重视气化意义辨析[J]. 光明中医, 2011, 26(4): 681-682.
- [4] 宋清江, 白晓莉, 刘红燕. “阳化气，阴成形”与现代医学的代谢观[J]. 中国中医基础医学杂志, 2007, 13(8): 572, 607.
- [5] 唐农, 毛德文, 刘力红, 等. 浅谈“扶阳”的内涵与现代拓展[J]. 中医药通报, 2014, 13(5): 37-39.
- [6] 程汉桥. 浅述肥胖病的中医诊疗[J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9(12): 91.
- [7] 李吉武, 唐爱华, 赵伟, 等. 温阳益气活血方对肥胖2型糖尿病患者肠道菌群变化及脂质代谢的影响[J]. 中医杂志, 2015, 56(5): 409-412.
- [8] 刘峰, 刘浩. 从“阳化气，阴成形”反思中医治疗肥胖症的误区[J]. 国医论坛, 2010, 25(2): 11.
- [9] 张晋芳. 论肝脾胃经与针灸减肥的机理[J]. 中医临床研究, 2012, 4(10): 50-51.
- [10] 郑宁. 温阳益气针灸方对治疗气虚单纯性肥胖的研究[J]. 中国初级卫生保健, 2012, 26(8): 92-93.
- [11] 吴晓亮, 孙建华, 艾炳蔚, 等. 吴旭教授“通督温阳法”在代谢综合征个体化针刺治疗中的应用[J]. 中华中医药杂志, 2014, 29(6): 1887-1889.

(责任编辑: 冯天保)