

◆思路研究◆

## 浅析痰湿体质与朱丹溪倒仓法

成志俊

义乌市中医医院, 浙江 义乌 322000

**[摘要]** 中医体质学说将体质分为九种, 其中痰湿体质是最为常见的一种体质, 深入研究痰湿体质的治则治法具有重要意义。朱丹溪在《格致余论》中提出“倒仓论”, 其独特的用药特点、服用方法及显著的疗效深深有一定的启迪意义。作者尝试从痰湿体质出发, 通过黄牛肉治痰湿之本; 吐下之法祛除胃痰; 尿液清利大肠, 推陈致新; 顺畅情志以调气机; 牛肉汤调节肠道菌群环境等方面探讨朱丹溪的倒仓法在痰湿体质治疗中的作用机理及临床应用价值。

**[关键词]** 痰湿体质; 朱丹溪; 倒仓法; 作用机理

**[中图分类号]** R241.4 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2018) 11-0233-03

**DOI:** 10.13457/j.cnki.jncm.2018.11.070

### A Brief Analysis on Phlegm-Dampness Constitution and Daocang Method of ZHU Danxi

CHENG Zhijun

**Abstract:** Chinese medicine constitutional theory concludes nine kinds of constitutions, among which phlegm-dampness constitution is the most common one, so it is of great significance to study the treatment principles for phlegm-dampness constitution. ZHU Danxi put forward the theory of "Daocang method" in *Further Discourses on the Properties of Things*, and its unique characteristics of drug application, administration and significant curative effect had certain enlightenment significance. The author of this article tried to start from the phlegm-dampness constitution to explore the mechanism and clinical application value of Daocang method of ZHU Danxi in treating this constitution from the following aspects: treating the essence of phlegm-dampness with yellow cattle meat, eliminating stomach secretions by means of expiration and inspiration, clearing the large intestine by urine, get rid of the waste and bring forth the fresh, adjusting emotions to regulate functional activities of qi and regulating intestinal flora environment with beef soup.

**Keywords:** Phlegm-dampness constitution; ZHU Danxi; Daocang method; Mechanism

中医体质学说将体质分为9种类型, 其中痰湿体质是最为常见, 也是研究较多的一种体质。近年来, 随着社会压力的增加和饮食结构的改变, 具痰湿体质的人数在总体质学类型中占有很大比例, 对痰湿体质的研究, 无论是为发病机理分析, 还是辨证用药都提供了重要价值和意义。本研究将从以下几方面进行论述, 具体如下。

#### 1 何谓痰湿体质

痰湿体质是指机体脏腑功能失调, 水湿不能运化, 水液停于机体, 凝聚成痰湿, 以湿性重浊黏滞为主要特征的体质

状态<sup>①</sup>。其主要特征表现为以下几个方面: ①形体特征: 湿性趋于下, 故见形体肥胖、腹部肥满松软; ②常见表现: 主症为面部皮肤油脂分泌过多, 体虚容易出汗, 且汗黏, 胸闷气短, 痰多, 难以咳出, 口干不欲饮。次症为面色淡黄而暗, 眼胞微浮, 容易困倦, 怠卧懒动, 身重不爽, 喜食肥甘甜黏之品, 大便正常或不实或黏滞不爽, 小便不多或微混, 舌体胖大, 舌苔白腻, 口黏腻或甜, 脉滑; ③心理特征: 性格偏温和善良、稳重、恭谦、和达、多善于忍耐, 喜欢甜蜜感。④发病原因及部位: 主要与外感寒湿之邪侵犯机体, 暴饮暴食损伤脾胃, 父母

**[收稿日期]** 2018-01-23

**[基金项目]** 全国中药特色技术传承人才培养项目

**[作者简介]** 成志俊 (1975-), 男, 药学硕士, 副主任中药师, 主要从事中药特色技术研究工作。

先天禀赋不足，体虚易感，年老久病，缺乏运动等因素关系密切。发病部位：由于湿为阴邪，易凝聚成痰，痰随气动，走串全身。滞于脑络，故见中风；滞于心脉，故见胸痹心痛；所以痰湿体质常因痰湿留滞部位不同而出现不同的病症；⑤发病倾向：易患胸痹、消渴、中风等病证，易感湿邪，对梅雨天气或潮湿环境敏感，且适应能力差；⑥治疗原则：《素问》有“湿淫于内，治以苦热，佐以酸淡，以苦燥之，以淡泄之”。应以燥湿化痰为治疗大法，平素注意调护，改善痰湿体质，防止痰湿病证。由此可见，痰湿体质具有很强的现实意义<sup>[2]</sup>。如今，随着现代生活节奏的变化，人们的饮食结构也发生了很大变化，喜进食肥甘厚腻之品已经成为饮食中的主要口味。李东垣《脾胃论》也指出了饮食失节，过嗜膏粱酒醴，则会影响脾胃的运化功能，致使痰湿内停。

## 2 何谓倒仓法

倒仓法，首次载于朱丹溪《格致余论》，之后在《丹溪心法·论倒仓法》中进行了详细论述。朱丹溪自称此法得之于“西域异人”。“倒仓法”名释：肠胃为市，以其无物不有，而谷为最多，故曰仓。仓，积谷之室也。倒者，倾去而涤濯使之洁净也。倒仓法只有黄牛肉一味，其制法如下：选用黄色肥牛腿精肉二十斤或十五斤，顺取长流急水于大锅内煮，等水耗少再添加水，不可用冷水，以肉烂成渣为度。后滤去渣，留牛肉汤。不加任何作料。服用方法：患者坐于不通风处，先温服一钟（现相当于158.2g）<sup>[3]</sup>，然后续服至七八钟。等到病患不想再喝了，再强行加服一到两钟。等到身体皮、毛感觉到疼痛时，患者会出现上吐下泻的症状为止。吐下后调养：吐利后可能会出现口渴，不可以给患者水喝，这时可以取患者的小便让患者饮用，谓之：轮回酒，可以服用一到二碗。等一到二日后，患者自觉饥饿难忍，可以给患者淡粥。等到三日以后，可以给与蔬菜汤食用。注意事项：①冬天用此法需要温热肉汤服下；②服药期间会出现身体疼痛的症状，这时需要坚持服用；③行此法前一月，不可以行房事；使用此方法后，半年内不可以行房事；④五年内不可吃牛肉；⑤用此法要顺畅情志。服用此法效果：丹溪云其可“半月觉精神焕发，形体轻、沉悉定矣”。

倒仓法治疗范围极广，丹溪云其可“治瘫、疡、蛊、癩诸证”。笔者认为，这与痰饮有着极大的关系，因为“怪病多由痰作祟”。

## 3 倒仓法治疗痰湿体质的机理

倒仓法治疗痰饮疾病有着独特的理论原则。清代医学家李用粹指出“痰饮变生诸症，形似种种杂病，不当为诸杂病牵掣作名，且以治痰为先，痰饮消则诸症愈”<sup>[4]</sup>。具体从以下几个方面探讨。

**3.1 黄牛肉治痰湿之本** 中医学认为，胃为受盛之官，主受纳、腐熟水谷。饮食物进入胃中，将饮食物腐熟消化，水谷精微吸收于体内，非精微物质留毒不散，日久积聚，导致各种疾

病的出现。病从口入，百病皆由胃生。另外，脾为生痰之源，过食肥甘厚腻之品，容易损伤脾胃，脾胃虚弱，运化水湿无力，易形成痰湿；或脾虚不能散精，精微不能上输于肺，日久也会形成痰湿。朱丹溪云：“夫牛，坤土也，黄上之色也；以顺为，而效法乎健以为功者，牡之用也；肉者，胃之药也，熟而为液，无形之物也；横散入肉，由肠胃而渗透肌肤毛窍爪甲无不入也；积聚久则形质成，依附肠胃，回薄曲折处，以为栖泊之窠旧，阻碍津液血，熏蒸燔灼成病。自非剖肠刮骨之神妙，孰能去之？又岂合勺铢之丸散，所能窺犯其藩墙户牖乎？夫牛肉全重浓和顺之性，润枯泽槁，岂有损也？”其意为：牛色黄入脾经，肉入胃经，而选牛腿肉为取其走窜之性，可以搜刮积聚在肠胃中的毒物。

**3.2 吐下之法祛除胃痰** 胃之痰，主要因饮食不节、损伤脾胃，脾胃运化无力形成痰湿；或因暴饮暴食，饮食不消而成食痰；或喜食肥甘厚味之品，内生湿热，酿成湿热痰；或贪凉饮冷，中阳受损，水饮不化，聚而成寒痰、痰饮；或饥饱无节，胃气虚损而成虚痰；或肝失疏泄，木郁克土，或肝火横逆犯胃，亦能导致胃之气机失常而生痰。中医有汗、吐、下、温、清、和、消、补等八大治法。使用倒仓法之后会出现吐下的症状，此为吐下之法。通过吐法和下法可以将胃中稽留的顽痰水饮祛除掉，解决有形痰湿。下痰法多适用于痰热结实、寒痰结实、痰食结于胃肠等病证。正如《明医杂著》提出的“在中者下之”“痰在肠胃间，可下而愈”<sup>[5]</sup>等。

**3.3 尿液清利大肠，推陈致新** 在使用倒仓法后一到两日内不可饮用水，但是可以饮用服药之人自己的尿液，此为取尿液的作用。《本草纲目》记载：“气味：咸，寒，无毒。主治：……主久嗽上气失声，及症积满腹。……利大肠，推陈致新，……。”可见，尿液在倒仓法中的作用不能忽视。许振国等<sup>[6]</sup>认为，尿液中含有很多肠道有益菌，服用之后可以调节肠道内的菌群平衡。

**3.4 顺畅情志以调气机** 气能载津，津液的输布需要依靠气的推动，当机体受到内外之邪侵犯时，出现气机紊乱，导致津液输布功能障碍，凝聚成痰，痰阻经络，进而加重气机不畅，恶性循环。因此，在使用倒仓法时一定要保持心情舒畅，气机调和，不可为外物所干扰或影响，这就强调了气机通畅的重要性，气机通畅可以使全身的津液运行通畅，经络通畅，从而避免痰湿的生成。

**3.5 牛肉汤调节肠道菌群环境** 肠道菌群的调节是一个复杂微生物过程。研究表明，肥胖可能与肠道菌群失调导致脂质代谢异常有关<sup>[7]</sup>。倒仓法的主要原材料是牛肉汤，而在现代微生物培养中，牛肉汤作为细菌的培养基已经得到广泛应用，因此服用牛肉汤后，人体肠道较前更适宜于肠道菌群的生长发育。有益菌群的生长对于肥胖和早老性痴呆的缓解有着极大的帮助，因此，牛肉汤对于痰湿体质呈现肥胖体征的患者有积极的作用。

#### 4 倒仓法的现代改进及应用

赵正山<sup>®</sup>利用腐泔(制豆腐时滤出的淡黄色清液,又叫豆泔水)代替牛肉,并加入饴糖一起服用。《本草纲目拾遗》载腐泔具有“味甘淡,情清凉,有通便下痰、通癃闭、去垢腻”的作用,其作用和牛肉汤相似。另饴糖为小麦制品,入脾胃经,故作引经药。两种食物相合能够产生倒仓法的作用。赵正山利用改进的倒仓法加减变化治疗肝脏转氨酶增高、膀胱结石等疾病取得满意的效果。

#### 5 总结

综上所述,朱丹溪的倒仓法能明确治疗痰湿体质的作用机理,经过现代改进后的倒仓法更具有临床实用性。可在临床中加以实践和验证。

#### [参考文献]

- [1] 孙秋苗,倪诚. 中医痰湿体质与方药干预研究述评[J]. 辽宁中医药大学学报, 2011, 13(8): 207-210.  
[2] 王济,王琦,李玲孺,等. 痰湿体质系列研究与4P医学

模式的实施[J]. 中华中医药杂志, 2012, 27(10): 2611-2613.

- [3] 赵令竹,卢健,林大勇. 丹溪倒仓法探究[J]. 光明中医, 2015, 30(1): 9-12.  
[4] 清·李用粹. 证治汇补[M]. 太原: 山西科学技术出版社, 2011: 57.  
[5] 明·王纶,撰,薛己,注. 明医杂著[M]. 南京: 江苏科学技术出版社, 1985: 74.  
[6] 许振国,刘军. 丹溪“倒仓法”奥义探析[J]. 河南中医学报, 2008, 23(5): 95-96.  
[7] 王豪,瞿正万. 总抗氧化状态、高敏C反应蛋白联合血脂检测在早发性痴呆症诊断中的应用研究[J]. 检验医学, 2006, 21(5): 465-467.  
[8] 赵正山. 倒仓法的改进及其应用[J]. 福建中医药, 1983, 14(1): 63-64.

(责任编辑: 刘淑婷)

## 切脉针灸治疗恶性肿瘤思路探析

廖桂雅, 刘宇, 龙顺钦

广东省中医院, 广东 广州 510120

**[摘要]** 恶性肿瘤在我国的发病率及死亡率呈现逐年递增趋势。切脉针灸作为中医学的一部分, 在恶性肿瘤治疗上有其独特的治疗效果及优势。笔者通过对切脉针灸的深入研究, 剖析梳理其中蕴含的主要思想内涵, 系统分析俞氏切脉针灸的原理机制, 并探讨其在恶性肿瘤中的具体运用。

**[关键词]** 恶性肿瘤; 切脉针灸; 分期治疗

**[中图分类号]** R246.5 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2018) 11-0235-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2018.11.071

### A Preliminary Study on Pulse Acupuncture for Malignant Tumors

LIAO Guiya, LIU Yu, LONG Shunqin

**Abstract:** There is an annually rising trend in the incidence and the mortality rate of malignant tumors in China. As a part of Chinese medicine, pulse acupuncture has its characteristic therapeutic effect and advantages in treating malignant tumors. Through the further research on acupuncture based on feeling pulse, the authors dissected and teased out the main thoughts, systematically analyzed the mechanism and theory of pulse acupuncture of Yu's, and discussed its specific application in treating malignant tumors.

**Keywords:** Malignant tumors; Pulse acupuncture; Treatment by stages

**[收稿日期]** 2018-07-23

**[基金项目]** 广东省中医药局资助项目 (20171115)

**[作者简介]** 廖桂雅 (1980-), 女, 主治医师, 研究方向: 中西医结合治疗恶性肿瘤。

**[通信作者]** 龙顺钦, E-mail: thinkinglong@126.com。