

莫日根教授基于五运六气论治便秘经验*

安大伟¹ 史圣华² 李晓丽³ 徐 铭¹ 莫日根^{3,4,Δ}

摘要:便秘是临床常见疾病,患病率高,容易复发。莫日根教授经过多年临床实践与经验积累,运用五运六气理论治疗便秘颇有心得,疗效显著。临证重视与岁运相对应脏腑在便秘中的作用,结合运气理论辨证、用药。主张结合五运六气察源识机各从其治;重视气机疏润郁秘;因邪制宜却疾防秘。针对壬寅年肝木太过运气气化偏性影响,莫教授通过抑木调肝、清热利湿、提壶揭盖论治便秘;从解郁安神,健脾养肺着手调畅便秘患者负性情绪;将便秘患者出生及刻下五运六气偏性分析贯穿便秘治疗和预防,顾护偏弱脏腑。合用经方与“运气”方药,减少便秘的复发。

关键词:便秘;五运六气;莫日根

doi:10.3969/j.issn.1003-8914.2024.02.043

文章编号:1003-8914(2024)-02-0354-04

Experience of Professor Mo Rigen in Treating Constipation Based on Five Evolutive Phases and Six Climatic Factors

AN Dawei¹ SHI Shenghua² LI Xiaoli³ XU Ming¹ MO Rigen^{3,4,Δ}

(1. Grade 2021 Graduate, Inner Mongolia Medical University, Inner Mongolia, Hohhot 010110, China;

2. School of Traditional Chinese Medicine, Inner Mongolia Medical University, Inner Mongolia, Hohhot 010110, China;

3. Inner Mongolian Autonomous Region Hospital of Traditional Chinese Medicine, Inner Mongolia, Hohhot 010020, China;

4. Inner Mongolia Mental Health Center, Inner Mongolia, Hohhot 010010, China)

Abstract: Constipation is a common clinical disease with high prevalence and easy recurrence. Professor Mo Rigen applied the theory of five evolutive phases and six climatic factors in the treatment of constipation, with significantly curative effects. In clinical diagnosis and treatment, combine the theory of five evolutive phases and six climatic factors to syndrome differentiation traditional Chinese medicine. In Renyin, the treatment of constipation can be treated by suppressing wood and regulating the liver, clearing heat and removing dampness, lifting pot and uncovering cover method, the negative emotions of patients with constipation can be adjusted from relieving depression and calm the nerves, invigorating spleen and nourishing lung, analyzed the five evolutive phases and six climatic factors of constipation patients at birth and at the time of treatment and apply them to the treatment and prevention of constipation, took care of the weaker viscera to reduce the recurrence of constipation.

Key words: constipation; five evolutive phases and six climatic factors; Mo Rigen

莫日根,男,主任医师,教授,硕士生导师,内蒙古第十二批“草原英才”工程高层次培养人才,首届内蒙古自治区人民好医师,青城健康卫士团队成员,内蒙古自治区中医药中青年领军人才。全国名老中医药专家传承工作室负责人,全国老中医药专家学术经验继承人,国家住院医师规范化培训优秀教学主任。现任中国中医药研究促进会中医全科及养生分会副会长,中

华中医药学会肛肠专业委员会委员,内蒙古自治区医师协会中医分会会长,内蒙古自治区中医药学会医务工作管理分会主任委员。从事脾胃及肛肠疾病的诊疗、教学、科研工作 20 余年,主持多项科研课题,发表学术论文 42 篇,出版专业书籍 7 部。

便秘是临床上的常见多发疾病。中国成人便秘发病率为 4%~6%,并随年龄增长而升高,60 岁以上人群患病率可达 22%,且女性多于男性^[1]。便秘属小疾,迁延日久易诱发一系列肛肠疾患;造成焦虑抑郁等负性精神心理;增加心脑血管疾病患者的心脑血管重大意外事件风险,严重影响患者生活与工作质量,应及时治疗^[2]。中医学认为,便秘病机核心为大肠传导失司,肠腑气机不畅,与体质禀赋、感受外邪、饮食不节、情志不畅等先后天因素密切相关。莫教授临证注重“天人相应”这一整体观念,认为五运六气学说中气化理论、运气病证纲领、气象学、运气养生理论与便秘的

* 基金项目:内蒙古自治区中医药中青年领军人才项目(No. 内卫中(蒙)传承字(2022)108 号);内蒙古自治区卫生健康科技计划项目(No. 202201123);内蒙古自治区卫生健康科技计划项目(No. 202201124)

作者单位:1. 内蒙古医科大学硕士研究生 2021 级(内蒙古 呼和浩特 010110);2. 内蒙古医科大学中医学院(内蒙古 呼和浩特 010110);3. 内蒙古自治区中医医院肛肠科(内蒙古 呼和浩特 010020);4. 内蒙古自治区精神卫生中心(内蒙古 呼和浩特 010010)

Δ 通信作者:E-mail:nmgzyymrg@sina.com

诊治、预防相契合,便秘的治疗中灵活运用运气理论,临床疗效较好。现将莫教授运用五运六气理论治疗便秘的临证经验总结如下。

早在《黄帝内经》中就指出便秘病位在大肠,与脾、胃、肾、肠等脏腑相关。《诸病源候论》中“肺与大肠合”理论及叶天士所云:“肝病必犯土……便或溏或不爽”,表明便秘相关脏腑通过五行生克制化关系相互关联,《伤寒杂病论》指出了六淫邪气及机体脏腑虚实与便秘发病机制的相关性,而五运六气学说就阐述了五行、五脏、五志、五季、六气的生克制化关系及天地之气对脏腑影响的周期性变化,是《黄帝内经》病机理论中对“天人合一”这一阴阳五行学说的集中体现^[3],《医学入门》^[4]中也有:“经络明,认得标;运气明,认得本”的论述,因此莫教授提出,便秘的诊治要综合考虑气象变化、气候特征,了解天地之气的气化偏性对机体及便秘发病的影响,以更全面地分析病因病机,完善治法治则,提高便秘治疗效果。

1 天人相应 依五运六气察源识机 治便秘于势

五运即木、火、土、金、水,结合天干以推测岁运。六气即风、寒、暑、湿、燥、火,配地支来推测司天、在泉之气和 6 个时段的气候变化规律,主气次序与五行相生顺序相同,每年固定不变;客气次序与年份岁支有关,以厥阴风木→少阴君火→太阴湿土→少阳相火→阳明燥金→太阳寒水的顺序迁移,从运与气之间,观察其生治与承制的关系,判断该年气候的变化与疾病的发生,是预防疾病发生及临床诊疗思路的重要参考。结合时下(2022 年)五运六气特征:壬寅年岁木太过,脾土受邪,肺金受侮,少阳相火司天,厥阴风木在泉,须防肝、脾、肺脏诸证。而便秘的病机与肝之疏泄、脾胃运纳、肺下施魄门密切相关,且壬寅年在运气同化中属同天符之年,岁木太过与在泉之气五行均属木,运与气相会,彼此没有胜复,形成一年中肝木偏旺,一气独胜的异常气候现象,易致人体肝气疏泄失司,横克脾土则脾胃运纳失常,上刑肺金则津液输布不及,更容易形成腑气不通,津亏肠燥,糟粕不出的条件,因此莫教授提出以肝木为基论罹患疾病,从抑木调肝、清利湿热、提壶揭盖三方面着手论治壬寅年便秘。

1.1 壬寅之年 岁木太过 抑木调肝治便秘 《素问·气交变大论》曰:“岁木太过,风气流行,脾土受邪……上应太白星”。风气盛行,与岁运相对应的肝脏即可发病。自辛丑年大寒至本年春分为初之气,客气少阴君火加临主气厥阴风木,风火两燔;三之气(小满至大暑)主客少阳相火叠加,风火相煽,会出现情绪易激易怒、眩晕等症状,亦会影响到脾胃、肺肠等脏腑气机升

降,莫教授认为时令肝木偏性是壬寅年便秘发病的自然诱因,治疗时常配伍醋柴胡、白芍、川楝子、郁金等,发挥“木郁达之”之意,疏肝理气,清降肝火,减弱五运六气偏性对相关脏腑的影响,对肠中积滞,莫教授常以火麻仁、柏子仁、桃仁、瓜蒌、枳实、厚朴、槟榔等润肠行气为主,一方面是壬寅年导致便秘发病的自然之气多责之相火、风木,对应于脏腑则责之于肝,肝火得清、肝气得疏有利于肠腑气机通畅;另一方面促进恢复大肠自主传输功能,以防药物依赖。同时少佐健脾益肺的党参、太子参、白术、桔梗、杏仁等,防肝木乘脾侮肺,是据五运六气之意,预先顾护偏弱脏腑功能,发挥“先安未受邪之地”的作用。

1.2 木郁土壅 湿热蕴生 清利湿热治便秘 岁木太过,肝木独盛,风气流行则脾土易受侵害,土气无权则患消化不良性疾病的几率增加,便秘便属其一。壬寅年脾气的激发和推动受到肝木抑制,木郁土壅,水液代谢失衡酿生水湿痰饮,湿与热结则难分难解,故有便意频数、肛门灼热、便而不爽等症状。此年春风至小满为二之气,客气太阴湿土加临主气少阴君火,雨水多,湿气盛,火被湿遏,易成湿热,莫教授认为此时的湿热蕴结便秘实则木郁土壅,须从肝脾论治,抑木扶土,清利湿热。方药可予四逆散、四君子汤、四妙散加减,配伍郁金、香附、黄芩、栀子、砂仁、厚朴、白扁豆等加强抑木调肝、清热燥湿、健脾行气之力。肝木得疏,脾气得健,气机通畅,则湿热除,肠腑通利。四之气(秋风至小雪)燥金之客加临湿土,湿燥掺杂,健脾利湿基础上少佐桔梗、杏仁作为诸药舟楫,培土生金,顾护肺脏。

1.3 木亢侮金 宣上通下 提壶揭盖治便秘 壬寅年少阳相火司天,火气下临,肺脏之气上从天气,燥金之气起而用事,火热烧灼,革金且耗。肺为娇脏,外邪侵袭必先受之,肺合大肠,五行属金,壬寅年肝木独盛,上刑肺金,耗灼肺阴,气机通降与津液传输均受影响,腑气不通,肠道失于濡润,糟粕不出发为便秘。莫教授认为,木火刑金导致的津亏肠燥便秘,治疗可从清肝泻火,宣降肺气,清肺润肠着手,重视肝肺两脏在壬寅年便秘发展中的影响,上焦气机宣畅则下焦肃降正常。五之气(秋风至小雪)虽燥金为主气,但有太阳寒水加临,此种情况较少见;终之气(小雪至大寒)风木之客加临太阳寒水,冬行春令,则多出现上述情况。莫教授临证中依“提壶揭盖”法自拟方:柴胡、白芍、桑叶、黄芩、紫苏子、枳实、郁金、栀子、火麻仁、柏子仁、杏仁、瓜蒌、厚朴、槟榔、酒大黄、麦冬、甘草。以清肝火降肝逆,润肺燥肃肺气,即达到“上窍开,下窍通,上源润,下源滋”便秘自除的效果。

2 气机为本 据五运六气疏润相济 治郁秘各得其所

莫教授临证发现,便秘患者常存在情志不畅的现象,病机多责之于气机失调。壬寅年岁木对肝脏气机的影响在精神心理情绪方面表现也较明显。有研究明确了便秘患者具有较高的焦虑、抑郁倾向,较男性来说,女性更容易产生^[5]。焦虑、抑郁等负性精神心理因素会引起肠炎、便秘等胃肠疾病,女性更加敏感^[6,7]。《黄帝内经》中就有情志不遂,肝失疏泄则肠腑通降异常的描述。现代医学脑肠轴理论也论证了便秘与焦虑、抑郁、精神分裂症之间的双向影响^[8]。莫教授认为便秘与情志之郁属于五运六气学说中的五运之郁,五运之气有胜复之变,人体气机升降也对应失调,与相关脏腑功能及情志变化密切相关。壬寅年岁木太过,肝条达功能受气化偏性影响而疏泄太过,肝木独盛后不仅累及自身,且可横克脾胃,上刑肺金,扰乱心火,患者多表现为大便秘结难出,伴胁肋胀闷或疼痛、烦躁易怒、焦虑失眠、血压偏高,甚至有出血倾向等症状,故莫教授从疏肝解郁养心安神健脾养肺着手调畅气机,改善壬寅年便秘患者的精神心理状况。

2.1 疏肝解郁 理气通腑畅气机 焦虑、抑郁等心理障碍与肠腑开阖异常互为因果,治疗时畅情志与通积滞相互配合,对平素性情急躁易怒的便秘患者,莫教授在润肠通便的基础上配伍决明子、知母、石决明等平肝抑肝、清解火热;针对忧虑抑郁的便秘患者则配伍柴胡、郁金、白芍、枳实等,以调畅舒展气机,气机畅则肠腑通。若肝郁日久化火伤津,便质干结加重,燥屎艰涩难行,莫教授在疏肝、润肠的基础上再添大黄、桃仁、栀子、芦荟等,以降肝火、柔肝缓急、助腑气下行。邪气偏性得减,肝木条达,则肠腑积滞易除,壬寅年疏泄少阳之法须贯穿便秘患者调畅情志始终。

2.2 养心安神 调和气血宁情志 心主神志,情志失调,首先影响心神,清代医家喻昌认为“五志唯心所使”。壬寅岁半之前可见厥阴风木、少阴君火、少阳相火相互加临,木火两旺,其病气拂于上,易扰心神,心神被扰则其主宰的脏腑生理功能受到影响,诱发或加重便秘。莫教授对便秘的治疗注重顾护心神功能,壬寅上半年便秘患者情志的调畅在疏利肝胆的基础上偏重清心安神,配伍柏子仁、酸枣仁、知母、麦冬等养心安神润肠,神志得养,气血调畅,则肠腑通利。

2.3 健脾养肺 刚柔并济解忧思 壬寅岁半之后可见湿土、燥金、风木夹杂,对便秘患者情志的调畅也要结合健脾疏木扶金之法。五志论中思虑与脾相关,专思一事气驻一物,则脾气留而不行,针对思虑太过的便秘患者,莫教授在润肠通便基础上常结合逍遥散健脾疏

肝解郁,佐以郁金、香附、佛手、香橼等加强活血行气解郁之力。忧悲在五志论中与肺相关,忧悲过度则肺气衰。针对肺气郁而不行,大肠失于通降的便秘,莫教授临证中配伍黄芪、太子参、紫苏子、杏仁等,以补肺润肠,祛邪扶正,达到宣上、畅中、通下的效果。

便秘患者情志之郁责之于肝失疏泄,壬寅年气化偏性易致肝木疏泄太过,负性情绪加重,因此保持开朗乐观的平常心也是改善胃肠功能,保持大肠正常传输的重要举措。莫教授临证重视对便秘患者的心理疏导,耐心宣讲便秘相关知识,鼓励患者养成良好的生活习惯,消除焦躁、忧虑、抑郁的不良心理及情绪,必要时莫教授还嘱患者进行便秘患者生活质量(PAC-QOL)测评、精神心理状况(症状自评量表 SCL-90)测评,以明确具体病情,结合相关的专业治疗。

3 却疾防病 借五运六气察其苗兆 早调秘勿遗患

五运六气理论是各项生命活动受气象周期性变化的论述与依据,其指导下的“治未病”理念在临床中显出优势^[9]。便秘属于慢性疾病,病程长,易复发,影响患者身体及心理健康,也是心脑血管疾病并发症的诱因^[10,11],降低了患者的生活质量。在便秘的防治过程中,正确的调养是防止复发的重要举措,调养方式除调畅情志、调整饮食、足量饮水、适度运动等方面外,莫教授结合五运六气提出以下观点。

3.1 究病之根 清补平衡 人体胎孕时期及出生时感受天地间五运六气的气化,影响人体体质形成及发病倾向,莫教授临证中结合便秘患者出生及就诊年份,依据五行生克乘侮及岁运周期性变化规律,预先加强偏弱脏腑功能,使脏腑与自然界达到相对平衡的生理状态。如壬年出生或就诊,岁木太过,乘脾土,侮肺金,故在便秘调养过程中尤重抑木扶土养金,在一般调养措施的基础上,注重舒缓过激情绪;饮食熟软,白色和黄色食物为宜;适度运动,慢跑或快走,健脾气畅肺气,增加胃肠蠕动。

3.2 因邪制宜 调重纠偏 五运出地,静且少变,岁运主管一年气化特点,六气出天,动且多变,对人体健康的影响也呈周期性、多变性。因此便秘的调养也应该有所侧重,如壬寅年相火司天,上半年火热偏盛;风木在泉,下半年风气偏盛,初之气风火两燔,调养宜重视调畅情志,清心泄热,饮食清淡,以防热结肠腑;二之气湿气较盛,食疗可添薏苡仁、陈皮、茯苓粉,加强锻炼,适度发汗振奋脾气;三之气主客少阳相火叠加,火热气盛,要注重调控过激情绪,以防诱发他症,每日保持足够的饮水量,常吃水果,防大便干结;四之气燥金湿土驳杂,调养以二之气健脾利湿的方法为基础,防治腹满

身重,食疗可再添麦冬,上防肺燥;五之气阳气渐去,防寒保暖,运动以微微出汗为佳,可增加腹部按揉练习,做腹式呼吸;终之气风偏盛,气候偏温,宜抑肝养金,莫教授嘱患者以桑叶、合欢花、麦冬、决明子泡水代茶预防便秘复发。

4 验案举例

杨某,男,42岁,1980年10月11日出生。2022年2月8日初诊。主诉:反复排便困难2年。患者自述近2年反复大便干结难排出,3~5d排1次,便质干如羊粪状,自行口服芦荟胶囊、通便灵等药物后大便困难仍反复出现。为进一步诊治,求治于莫教授门诊。电子纤维结肠镜示:直肠黏膜脱垂。现症见:大便稍干,便意差,5~7d排1次,腹胀不适,口鼻咽干,左侧头部偶有胀痛,纳少寐差,小便黄,舌红少津苔少失润,脉数。西医诊断:功能性便秘。中医诊断:便秘,肝郁肺热,津亏肠燥证。治法:疏肝清肺,润肠通便。莫教授以抑木调肝削弱气化偏性影响为基础,以疏理少阳、清肺润肠为依据对证治便秘,拟方:柴胡12g,白芍10g,枳实10g,栀子10g,郁金10g,桑叶10g,黄芩10g,紫苏子10g,火麻仁10g,厚朴10g,柏子仁10g,杏仁10g,瓜蒌10g,酒大黄10g,槟榔10g,甘草6g。7剂,日1剂,水煎分早晚2次温服。嘱患者疏泄焦虑情绪,忌食辛辣肥甘厚腻之品,多食水果蔬菜,多饮水,每日按揉腹部,养成定时排便的习惯。

2022年2月16日二诊:自诉腹胀减轻,大便2d排1次,便干较前缓解,小便正常,纳寐稍有改善,头痛自觉不甚明显,仍有口鼻干燥。上方酒大黄减用6g,加白茅根6g,生地黄10g,玄参10g,麦冬10g。6剂,服法同上。

2月23日三诊:自述各症状好转,大便形质正常,1次/d,纳寐可,无头痛,口鼻干燥明显较前改善。上方去酒大黄,6剂,服法同上,以巩固疗效。嘱患者舒畅情志,合理饮食,规律作息。

按语:该患者为便秘,属肝郁肺热,津亏肠燥证。患者出生于1980年10月,庚申年岁金太过,燥气流行,燥金伤肺,金运有余,肝木被伐易生郁热,在泉之气为厥阴风木,感邪易致燥热相临。就诊于2022年2月8日,岁运木太过,风气流行,岁半之前少阳相火主之,初之气又少阴君火加临,郁热借机诱发,火借风威,风纵火势,燥热之邪上及口鼻头面,下耗大肠津液,一番燥热津亏之象,故有大便干涩,燥如羊屎。风火相煽,肺热津亏,致口鼻咽燥,侵犯少阳则一侧头部胀痛。治以疏肝解郁,清热润肺,润肠通便。方中柴胡、枳实疏肝理气,升清降浊;白芍、甘草、郁金清热凉血柔肝,清

透少阳郁热,削弱邪气偏性;桑叶、黄芩、杏仁、紫苏子上清肺热润肺燥,下顾护津液润肠,是“提壶揭盖”之法;火麻仁、柏子仁润肠通便;厚朴、槟榔助肠腑气机下行,导滞破结;栀子清泻三焦火热;酒大黄攻下行滞通便,涤荡肠腑实热,中病即止,以免在肠燥津亏的基础上加重津液耗伤。二诊患者便秘症状好转,肠腑积聚大热已除,减量荡涤肠腑的酒大黄,加生地黄、麦冬、玄参滋阴生津,增液行舟;加白茅根以生津止渴,兼给热邪出路。三诊患者诸症状明显改善,去酒大黄,全方以滋阴生津润肠为主,巩固疗效,以达“正气存内,邪不可干”之效,改善大肠功能。

莫教授认为,临床对疾病的诊疗要偏重当年的五运六气偏性,出生时岁运特点可作为机体禀赋基础及长期体质调节的参考,辨证的同时结合运气特点,分析天、人、邪气之间的动态关系遣方用药。岁木太过之年,便秘的治疗在润肠的基础上注重抑木调肝扶土生金,并重视调畅气化偏性对患者情志的负性影响,依据五运六气周期性变化做好调护,审查病机,无失气宜,经方与“运气”方药的合用对疾病的诊疗相得益彰,事半功倍。

参考文献

- [1] 中华医学会消化病学分会胃肠动力学组,中华医学会外科学分会结直肠肛门外科学组. 中国慢性便秘诊治指南(2013,武汉)[J]. 胃肠病学,2013,18(10):605-612.
- [2] 王冬冬,吴相柏. 功能性便秘的诊治进展[J]. 中国全科医学,2019,22(24):3016-3022.
- [3] 顾植山. 从阴阳五行与五运六气的关系-谈五运六气在中医理论中的地位[J]. 中国中医基础医学杂志,2006,12(6):463-465.
- [4] 明·李时珍. 医学入门[M]. 田代华,整理. 北京:人民卫生出版社,2006:197.
- [5] 黄钢丁,叶进. 慢性便秘与精神心理因素关系的研究进展[J]. 临床消化病杂志,2019,31(3):187-189.
- [6] 张硕果,钱海华,张丹. 从中医情志理论角度分析加味通便汤对慢性便秘的心理障碍疗效[J]. 辽宁中医杂志,2021,48(3):62-65.
- [7] 吴嘉媛. 女性便秘特点的调查分析[D]. 北京:中国协和医科大学,2008.
- [8] 刘秦浪,孙林梅,孙慧,等. 从脑肠轴探讨功能性便秘伴情绪异常发病机制的研究进展[J]. 世界中医药,2022,17(4):579-582,589.
- [9] 曹昭,张璐,陈有源,等. 五运六气在“治未病”中的应用浅析[J]. 中国医药指南,2018,16(11):244-245.
- [10] 杨阳,范羽飞,李秋月. 急性心肌梗死患者便秘预防过程质控指标的建立与实施[J]. 护理学杂志,2021,36(15):41-43.
- [11] 中国医师协会肛肠医师分会,中国医师协会肛肠医师分会肛肠疾病专业委员会,中国医师协会肛肠医师分会临床指南工作委员会. 慢性便秘围手术期处理中国专家共识(2021版)[J]. 中华胃肠外科杂志,2021,24(12):1035-1040.

(编辑:李佳丽 收稿日期:2023-05-08)