·理论研究·

从冲脉试析针灸治疗肠易激综合征

高 纺

(安徽中医药大学中医学院,安徽 合肥 230012)

[摘要]冲脉具有维持生命机能及延续生命的生理特性。冲脉为“五脏六腑之海”,藏元精元气;冲脉为“十二经之海”,受十二经及督脉气血渗灌。冲脉在循行及病症上均与少阴、阳明经有着密切联系。冲脉为“血海”,担负着阳明经气血的补充与濡养,与胃肠疾病联系密切。肠易激综合征的中医病因病机也表明,冲脉与该病密切相关。因此,冲脉可作为治疗肠易激综合征的首选经脉,临床可选择天枢、大肠俞、曲池、上巨虚、公孙等穴进行治疗。

[关键词]冲脉;足少阴经;足阳明经;肠易激综合征

[中图分类号]R246.1 [DOI]10.3969/j.issn.2095-7246.2020.05.002

肠易激综合征(irritable bowel syndrome, IBS)属于应激性胃肠疾病,是一种持续或间歇发作,以腹痛、腹胀、排便习惯和(或)大便性状改变为临床表现的肠道功能紊乱性疾病。IBS临床分为4型,其中便秘型肠易激综合征(constipation irritable bowel syndrome, IBS-C)发病率为10%~15%,60岁以上老年人IBS-C发生率为18%~23%[1]且以女性患者居多[2]。多数学者认为,IBS的病因病机以“肝郁脾虚”为主,而赵荣莱[3]则认为本病病因病机多为本虚标实,以“本虚”为主,“标实”则为肠道腑实,但实多因虚所致,并将本病分为阴虚肠燥、脾虚气滞、脾肾阳虚3型,其中以阴虚肠燥型最为常见。孙建华[4]则认为IBS病因病机的关键是“脑神失调,肠腑失用”,提出“调神健脾,通腑行滞”的治疗原则。综合各家学说及临床经验,对IBS病因病机的认识无非以“虚”和“郁”为主,目前尚未有关于经脉与IBS病因病机关系的论述。笔者从冲脉改善IBS“虚”和“郁”的临床症状方面,探讨其作为治疗IBS的首选经脉的原因,并为针灸曲池、上巨虚、天枢、大肠俞、公孙等穴治疗IBS提供理论依据。

1 冲脉的生理特性

《说文解字》中“冲”是合并字,合并“冲”和“衝”。“冲”,从水从中。“冲,涌摇也”,引申为冲虚、冲和,即有“动”之意。“衝”从行从重,引申为通道,即“通”之意。因此,杨上善在《太素·卷十》中云:“其气壮盛,故曰冲脉”,说明冲脉既可输送气血于全身脏腑,又四通八达于全身经络。故又称之为“血海”和“十二经之海”。之所以把冲脉作为“海”,是因为古人把十二经脉——手足三阴三阳脉比喻成江河,其经脉之气皆汇集于冲脉,即为阴阳之气汇聚成的“冲和之气”,而阴阳两仪浑圆一体,即化生万物之精髓元气也。故冲脉实为生命之根本,万物化生之源泉,是全部的阴阳精气发生之本原。因此,冲脉即为元精元髓,如《灵枢·五癃津液别》:“五谷之津液和合而为膏者,内渗注于骨空,补益脑髓,而下流于阴股,阴阳不和则使液溢而下流于阴,髓液皆减而下,下过度而虚,虚故腰背疼而胫痠。”综上所述,冲脉具有两种基本的生理特性:一种是能够维持生命机能,一种是能够延续生命的机能。而此二种生理特性必为先后天之精气充养。而IBS的病因病机以“虚”为本,指脏腑气血阴阳的亏虚,导致“实”为表象,结合冲脉为元精元髓生化之根本,故将冲脉作为IBS治疗的首选经脉。研究者在临床实践或动物研究中,介于冲脉的病理生理特性,选取公孙、天枢、大肠俞、曲池、上巨虚等为主穴,治疗IBS取得了显著疗效[5-6]。

2 冲脉与先、后天之本的关系

《灵枢·五味》:“胃者,五脏六腑之海也,水谷皆入于胃,五脏六腑皆禀气于胃。”胃为五脏六腑之海,与冲脉亦为“五脏六腑之海”同,人体不可能有两个相同本原,故冲脉与胃同,与阳明胃经同。人一出生就有了脑髓、骨髓和脊髓,是禀受于父母的生殖之精。《灵枢·经脉》:“人始生,先成精,精成而脑髓生,骨为干。”这说明子代是禀受于父母的生殖之精。《素问·上古天真论》:“肾者主水,受五脏六腑之精而藏之。”综上,肾与冲脉均藏元精元气。《灵枢·动输》:“冲脉者,十二经之海也,与少阴之大络,起于肾下,出于气街,循阴股内廉,邪入腘中,循胫骨内廉,并少阴之经。”说明冲脉不仅与肾经并行,而且

基金项目:国家自然科学基金项目(81904294);安徽高校自然科学研究重点项目(KJ2018A0297)

作者简介:高纺(1980-),女,实验师

合而为一，禀受精气于先天之本。《素问·痿论》："冲脉者，经脉之海也，主渗灌谿谷，与阳明合于宗筋，阴阳揔宗筋之会，会于气街。"冲脉与阳明经"合于宗筋"，"会于气街"，故亦禀受精气于后天之本。因此，从冲脉与先、后天之本的关系来看，冲脉与足少阴经、足阳明经也是统一的。曲池穴为手阳明经之合穴，合者和也，有调和之意，故合穴可治"逆气"；合者全也，阴经合穴五行属水，阳经合穴五行属土，水土交融，先后天之本，在合穴达到高度统一，故合穴可治疗因虚所致的"逆气里急"。部分足阳明经与冲脉相并行，手足阳明经"同气相求"，故取手阳明之合穴曲池。上巨虚为大肠之下合穴，"合治内腑"；且"冲脉者，为十二经之海，其输上在于大杼，下出于巨虚之上下廉"(《灵枢·海论》)，故上巨虚穴为冲脉气血所输注的重要腧穴，能够治疗大肠腑病。现代临床研究[7-8]表明，针刺上巨虚、曲池治疗功能性腹泻、功能性便秘疗效确切。

3 冲脉与十二经及督脉气血渗灌

《素问·痿论》："冲脉者，……阳明为之长，皆属于带脉，而络于督脉。"明代医家张景岳在《类经》卷九中总结道："其上自头，下自足，后自背，前自腹，内自溪谷，外自肌肉，阴阳表里无所不涉。"从上述条文可以看到，冲脉与督脉、足太阳经(大杼属膀胱经)、足阳明经(上巨虚、下巨虚)关系较为密切。《难经·二十八难》云："督脉者，起于下极之输。"下极之输即会阴。《针灸甲乙经》："会阴，任脉别络，侠督脉、冲脉之会。"《素问·骨空论》中记载："督脉者，起于少腹以下骨中央……至少阴与巨阳中络者合。少阴上股内后廉，贯脊属肾。与太阳起于目内眦，上额，交巅上，入络脑……夹脊抵脑中……上贯心。"由此可见，冲脉与督脉、膀胱经、肾经、心经关系极为密切。督脉通过一条主干，若干条分支与诸阳经、阴经直接或间接相交会和联系。督脉行脊柱里，上贯心，上行入脑，与心脑有密切的联系。中医称脑为"元神之府"，认为脑是人体一切精神活动的首府。大肠俞为膀胱经腧穴，通于督脉，可调情志，又为大肠腑之背俞穴。天枢穴既是大肠募穴，又在足阳明胃经上。《会元针灸学》中指出："天枢者，天是上部之气，枢是枢纽，司传输，清气达胃府，上通肺金，转浊气通肠部，故名天枢。"肺与大肠相表里，肺的宣发肃降直接关系到大肠功能的正常与否。因此，天枢穴具有升降气机、通达上下之功效，又有"腧穴所在，主治所在"之功效[9]。且天枢穴与大肠俞属于"俞募配穴"，共治大肠腑病。以上为选取大肠俞穴、天枢穴作为主穴治疗IBS提供理论依据。

4 冲脉病证

古代医籍对冲脉与少阴阳明经并行理论均有不同记载。如《灵枢·逆顺肥瘦》记载："夫冲脉者，五脏六腑之海也，五脏六腑皆禀焉。其上者，出于颃颡，渗诸阳，灌诸精；其下者，注少阴之大络，出于气街，循阴股内廉，入腘中，伏行骭骨内，下至内踝之后属而别。其下者并于少阴之经，渗三阴；其前者，伏行出跗属，下循跗，入大指间，渗诸络而温肌肉。"由此可见，冲脉在腹部和下肢与肾经并行，且合而为一。《针灸甲乙经》明确指出冲脉与足少阴经在腹部交会穴有22个。而《难经·二十八难》则认为："冲脉者，起于气冲，并足阳明之经，夹脐上行，至胸中而散也。"由此可见，冲脉与足阳明胃经，在气冲穴有交集，然后与之并行。虽两部经典说法不一，但均说明冲脉循行中合而并行少阴阳明之经。

冲脉病证和少阴阳明经亦有着极为密切的联系。《素问·骨空论》："冲脉为病，逆气里急。"《难经·二十九难》中记载："冲之为病，逆气而里急。"由于冲脉的原始精气是通过阳明和少阴发生的，冲脉病证也是由阳明病或少阴病逐渐发展而成，主要表现为胸腹气逆而拘急等。冲脉病证与IBS非常类似。IBS的主要症状为腹痛、腹部不适及便秘[10]。《兰室秘藏》："凡逆气上冲，或兼里急，或作燥热，皆冲脉逆也……或虚坐而大便不得者……逆气里急隔咽不通，大便不行者。""逆气"，无非是虚实两证。肾为先天之本，"主纳气"，肾气虚，肾不纳气则表现为气机上逆。六腑以通为用，以降为顺，如阳明气盛，胃气不降，亦表现为气机上逆。因此，从冲脉的病证看，冲脉与足少阴经、足阳明经是统一的。"公孙"穴为足太阴脾经的络穴，属脾络胃，通冲脉。"肝随脾升，胆随胃降"，脾胃为后天之本，气机升降之枢，脾气升则五脏皆升，胃气降则六腑皆降。公孙穴连接脾胃两经，《素问·五脏生成》云："支鬲胠胁，下厥上冒，过在足太阴、阳明。"而足太阴经筋"结于肋""两胁痛"为其病证，故公孙可治疗肝气不舒之郁证，亦可治疗"腹胀，嗇嗇然大便不利"(《脉经·脾足太阴经病证第五》)之便秘。此外，《灵枢·经脉》："足太阴之别，名曰公孙……实则腹中切痛。"《标幽赋》："脾冷胃痛泻公孙而立愈。"腹痛、脾冷、胃痛之类的"里急"症亦可取公孙进行治疗。临床运用电针公孙、内关穴治疗功能性消化不良，能改善患者临床症状，调整胃肠节律[11]。

5 冲脉与胃肠疾病的理论联系

根据《灵枢·逆顺肥瘦》对冲脉循行的记载，冲

脉分三支:一支上行,在咽喉上部的后鼻道出,渗灌精气于诸阳经;一支向下,在足少阴经脉的大络注入,从足阳明胃经的气冲部分出,顺沿大腿内侧向下走行,入膝窝中,沿小腿胫骨内侧下行,至足内踝后,沿跟骨上缘分出两支,并行于足少阴经,冲脉之精气灌注于足三阴经;一支前行,至足内踝后,沿跟骨深部上缘处分出,行足背入大趾间。此外,冲脉是五脏六腑之海,五脏六腑皆禀受其气血的濡养。当经络脏腑气血有余时,冲脉能加以涵蓄和贮存;经络脏腑气血不足时,冲脉能给予灌注和补充,以维持人体各组织器官正常生理活动的需要。在调节气机升降方面,冲脉在循行中并于足少阴,隶属于阳明。冲脉有调节某些脏腑胃肠气机升降的功能,如冲脉气逆可表现为气从小腹上冲,或呕吐、恶心、咳唾、吐血,或腹内拘急疼痛,胸脘攻痛等胃肠疾病症状。因此,冲脉与阳明经有着密切的关系,阳明经本是多气多血经脉,而冲脉是十二经之血海,担负着阳明经气血的补充与濡养。若冲脉元气不足继而导致阳明经气脉的衰竭,失去濡养脏腑之功能,就会表现为胃脘胀满。姜揖君认为,冲脉与阳明共主胃肠疾病,冲脉升降出入失常,可发为气逆之症。因此,其在治疗冲脉病中以通任脉、督脉为主,调摄阳明、少阴、厥阴经脉为辅,根据经脉之间的关系,整体辨证施治,分别轻重[12]。

6 结语

冲脉既输送气血于全身脏腑,又四通八达于全身经络。故称之为"血海"和"十二经之海",亦为"五脏六腑之海"。冲脉实为生命之根本,万物化生之源泉,是全部的阴阳精气发生之本原,冲脉即为元精元髓。因此,冲脉与足太阴脾经、足阳明胃经、足少阴肾经、手阳明大肠经密切相关。在临床选穴中,公孙穴为足太阴脾经的络穴,属脾络胃,通冲脉。天枢穴既为大肠募穴,又在足阳明胃经上,肺与大肠相表里,因此,天枢穴具有升降气机、通达上下之功效,又有"腧穴所在,主治所在"之功效。且天枢穴与大肠俞属于"俞募配穴",共治大肠腑病。曲池穴为手阳明经之合穴,合者和也,有调和之意,故合穴可治"逆气";合者全也,阴经合穴五行属水,阳经合穴五行属土,水土交融,先后天之本,在合穴达到高度统一,故合穴可治疗因虚所致的"逆气里急"。部分足阳明经与冲脉相并行,手足阳明经"同气相求",故取手阳明之合穴曲池。上巨虚为大肠之下合穴,"合治内腑";且《灵枢·海论》认为,上巨虚穴为冲脉气血所输注的重要腧穴,能够治疗大肠腑病。

综上所述,冲脉为治疗IBS首选经脉,临床可选取天枢、大肠俞、曲池、上巨虚、公孙等穴进行治疗。

参考文献:

[1] 李湘力,蔡敬宙,林泳,等.腹针治疗老年便秘型肠易激综合征的疗效及对生活质量的影响[J].中国老年医学杂志,2015,35(10):5552-5554.

[2] CHANG F Y, LU C L. Irritable bowel syndrome in the 21st century: perspectives from Asia or South-east Asia [J]. J Gastroenterol Hepatol,2007,22(1):4-12.

[3] 翟兴红,王和天.赵荣莱教授治疗肠易激综合征(便秘型)经验[J].中华中医药杂志,2006,21(1):43-44.

[4] 梁世杰,徐万里,吴晓亮.孙建华教授针刺治疗肠易激综合征学术思想探析[J].针灸临床杂志,2017,33(6):53-56.

[5] XU M H, HE H Y, GAO R R. Clinical observation on acupuncture treatment for constipation due to intestinal qi stagnation[J]. J Acupuncture Tuina Sci,2016,14(6):401-406.

[6] 高纺,盛红梅,张田宁,等.针刺不同穴方对便秘小鼠肠运动的影响[J].针刺研究,2017,42(1):62-66.

[7] 王斌,赵盼盼,王卫刚,等.针刺上巨虚、曲池治疗功能性腹泻的疗效观察[J].陕西中医药大学学报,2019,42(6):92-95.

[8] 王斌,袁海光,王卫刚,等.针刺上巨虚、曲池治疗功能性便秘的疗效观察[J].中医药信息,2016,33(5):71-72.

[9] 袁卫华.选取"天枢"、"大肠俞"、"曲池"、"上巨虚"为主穴治疗便秘型肠易激综合症分析[J].中医药临床杂志,2018,30(7):1209-1211.

[10] 方秀才,刘宝华.慢性便秘[M].北京:人民卫生出版社,2015:230-231.

[11] 洪枫.电针公孙、内关穴治疗功能性消化不良疗效观察[J].上海针灸杂志,2016,35(1):38-40.

[12] 杜琳,张章,刘颖.姜揖君教授治疗冲脉病经验总结[J].中国中医药现代远程教育,2012,10(1):25-26.

(收稿日期:2020-05-18;编辑:张倩)