

借

……供中医药学专业使用

高等中医药院校创新教材

创新

中医 体质学

主编 王琦

人民卫生出版社



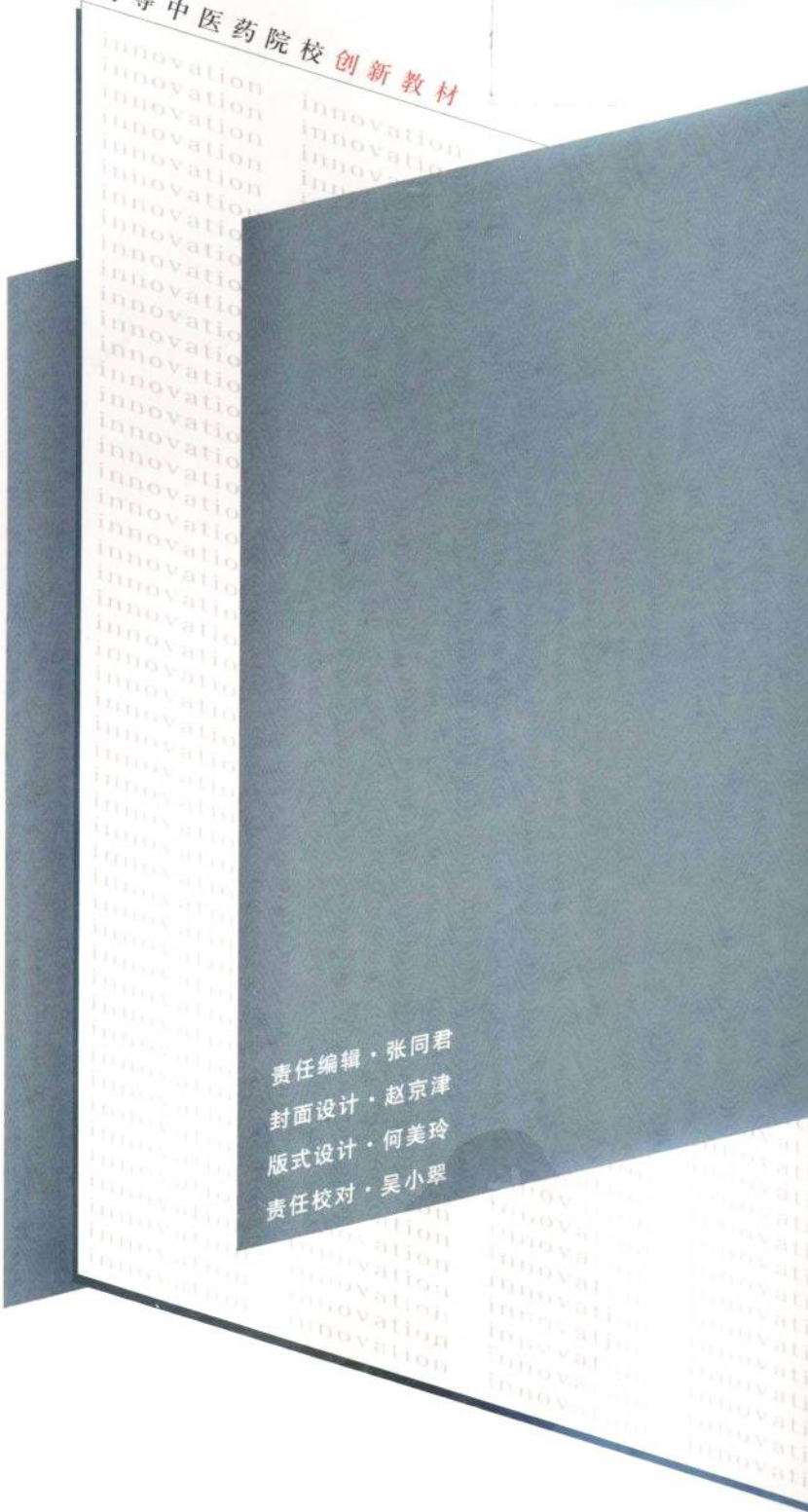
PDG

...供

R2
406

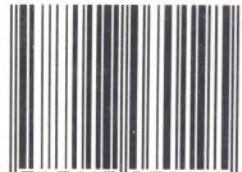
创新

高等中医药院校 **创新教材**



责任编辑·张同君
封面设计·赵京津
版式设计·何美玲
责任校对·吴小翠

ISBN 7-117-07019-6



9 787117 070195 >

定价: 19.00 元

国家“十五”“211工程”建设项目内容
国家重点基础研究发展计划(973)项目内容
高等中医药院校创新教材
供中医药学专业使用

中 医 体 质 学

主 编 王 琦

副主编 郑守曾 项 平 李德新 孙广仁
王庆其 周铭心 钱会南

人 民 卫 生 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

中医体质学/王琦主编. —北京:人民卫生出版社,
2005.9

ISBN 7-117-07019-6

I. 中… II. 王… III. 中医学:体质学-中医学
院-教材 IV. R2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 094046 号

中医体质学

主 编:王 琦

出版发行:人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址:(100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址:<http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

邮购电话:010-67605754

印 刷:北京铭成印刷有限公司

经 销:新华书店

开 本:787×1092 1/16 印张:10.5

字 数:243 千字

版 次:2005 年 8 月第 1 版 2005 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号:ISBN 7-117-07019-6/R·7020

定 价:19.00 元

著作权所有,请勿擅自用本书制作各类出版物,违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

编 委

(按姓氏笔画排列)

- | | |
|---------------|-----------------|
| 王庆其 (上海中医药大学) | 王 平 (湖北中医学院) |
| 王 琦 (北京中医药大学) | 王东坡 (贵阳中医学院) |
| 布仁达来 (内蒙古医学院) | 尼马次仁 (西藏医学院) |
| 孙广仁 (山东中医药大学) | 孙理军 (陕西中医学院) |
| 刘占文 (北京中医药大学) | 刘华生 (黑龙江中医药大学) |
| 许仕纳 (福建中医学院) | 李德新 (辽宁中医学院) |
| 任廷革 (北京中医药大学) | 朱燕波 (北京中医药大学) |
| 宋咏梅 (山东中医药大学) | 杨 靖 (长春中医学院) |
| 苏树蓉 (成都中医药大学) | 邹小娟 (湖北中医学院) |
| 吴承玉 (南京中医药大学) | 陈 群 (广州中医药大学) |
| 郑守曾 (北京中医药大学) | 项 平 (南京中医药大学) |
| 易 杰 (辽宁中医学院) | 图 娅 (北京中医药大学) |
| 周铭心 (新疆医科大学) | 洪 峰 (首都体育学院) |
| 姚实林 (安徽中医学院) | 钱会南 (北京中医药大学) |
| 梅晓云 (南京中医药大学) | 崔正植 (延边民族医药研究所) |
| 鲁明源 (山东中医药大学) | |

目 录

第一章 概论	1
第一节 中医体质学的概念与范畴	1
一、中医体质学的概念	1
二、中医体质学的性质与范畴	4
第二节 中医体质学的地位与作用	5
一、中医体质学的地位	5
二、中医体质学的作用	5
第三节 中医体质学的形成与发展	8
一、《内经》奠定了中医体质学理论基础	8
二、《伤寒杂病论》开创了中医体质理论的应用	10
三、历代医家对中医体质理论的丰富和发展	11
四、中医体质学理论体系的构建	14
第四节 中医体质学的理论基础	17
一、中医体质学的哲学基础	17
二、中医体质学的生理学基础	20
第五节 中医体质学的基本原理	22
一、体质过程论	22
二、形神构成论	23
三、环境制约论	24
四、禀赋遗传论	25
小结	25
第二章 体质的形成	27
第一节 先天因素	27
一、种族、家族遗传	27
二、婚育、种子	28
三、养胎、护胎、胎教	29
第二节 后天因素	29

一、饮食营养	30
二、生活起居	30
三、精神情志	31
第三节 环境因素	31
一、自然环境	31
二、社会环境	33
第四节 疾病与药物因素	34
一、疾病因素	34
二、药物因素	35
小结	35
第三章 体质分类	36
第一节 体质分类方法	36
一、古代体质分类方法	37
二、现代体质分类方法	42
第二节 中外体质分类的比较	46
一、中西方体质分类的比较	46
二、中日体质分类的比较	51
小结	54
第四章 体质生理	56
第一节 体质与年龄	56
一、小儿体质	56
二、青年体质	57
三、中年体质	57
四、更年期体质	58
五、老年体质	59
第二节 体质与性别	60
一、女性体质	60
二、男性体质	61
第三节 体质与心理	61
一、体质与认知	61
二、体质与情感	62
三、体质与气质	62
第四节 体质与适应能力	63
一、体质对自然环境的适应能力	63
二、体质对社会环境的适应能力	63
第五节 体质的生理特点	64
一、体质的遗传性	64

二、体质的稳定性	64
三、体质的可变性	65
四、体质的多样性	65
五、体质的趋同性	65
六、体质的可调性	66
小结	66
第五章 体质病理	67
第一节 体质与发病	67
一、体质与正气	67
二、体质与病邪的易罹性	68
三、体质与发病	68
四、体质与发病倾向	69
第二节 体质与疾病的演变	69
一、体质与病机的从化	69
二、体质与病证的性质	70
三、体质与疾病的传变及转归	71
第三节 特禀体质	72
一、过敏体质	72
二、遗传病体质	73
三、胎传体质	74
小结	75
第六章 体质诊断	77
第一节 辨体概说	77
一、辨体内容	77
二、辨体原则	78
第二节 辨体质类型	79
一、平和质	79
二、气虚质	79
三、阳虚质	80
四、阴虚质	80
五、痰湿质	80
六、湿热质	81
七、瘀血质	81
八、气郁质	82
九、特禀质	82
第三节 辨体与辨病、辨证	83
一、体质与疾病证候的关系	83

二、辨体、辨证、辨病综合运用	85
小结	86
第七章 体质与治疗	88
第一节 体质与治则	88
一、治病求本 本于体质	88
二、因人施治 权衡制宜	89
三、同病异治 异病同治	93
第二节 体质调治	94
一、平和质调体方法	94
二、气虚质调体方法	94
三、阳虚质调体方法	95
四、阴虚质调体方法	96
五、痰湿质调体方法	96
六、湿热质调体方法	96
七、瘀血质调体方法	97
八、气郁质调体方法	97
九、特禀质调体方法	98
第三节 调体宜忌	98
一、治则宜忌	98
二、药性宜忌	99
三、针刺宜忌	99
第四节 体质与治疗反应	99
一、体质与方药的耐受性及反应性	99
二、体质与针刺的耐受性及反应性	100
第五节 体质与康复	100
一、康复调体目的	101
二、辨体康复原则	101
三、辨体康复方法	102
小结	102
第八章 体质养生与预防	103
第一节 精神养生	103
一、平和质的精神调摄	103
二、偏颇体质的精神调摄	104
第二节 饮食养生	105
一、平和质的饮食调养	105
二、偏颇体质的饮食调养	107
第三节 起居养生	108

一、平和质的起居调护	109
二、偏颇体质的起居调护	110
第四节 运动锻炼	111
一、平和质的运动锻炼	112
二、偏颇体质的运动锻炼	113
第五节 体质与预防	116
一、未病先防	116
二、既病防变	118
三、体质与亚健康状态的防治	119
小结	120
附录 少数民族体质理论与应用	122
第一节 藏医学体质理论	122
一、藏医学体质理论概述	122
二、藏医学体质理论的应用	126
第二节 朝医学体质理论	131
一、朝医学体质理论概述	131
二、朝医学体质理论的应用	131
第三节 蒙医学体质理论	135
一、蒙医学体质理论概述	135
二、蒙医学体质理论的应用	139
第四节 维吾尔医学体质理论	145
一、维吾尔医学体质理论概述	145
二、维吾尔医学体质理论的应用	146
主要参考文献	152

第一章

概 论

体质现象是人类生命活动的一种重要表现形式,它与健康和疾病密切相关,早在医学起源时期即出现了对体质的认识。古希腊“医学之父”希波克拉底(Hippocrates 公元前360~前377年)在其所著的《论人的本性》一书中提出“体液说”,认为人体有4种体液——血液、黏液、黄胆汁和黑胆汁,它们的组合构成了人体的“特质”。中医对体质的论述始于《内经》,书中对体质的形成、体质的特征与分型,以及体质与疾病发生、发展、预后及治疗的关系等均有论述。

中医体质学理论体系的构建是近30多年以来,在历代医家有关体质理论与临床应用经验积累,形成大量文献资料的基础上,经近代医家的挖掘整理与理论凝练,逐渐形成并得到完善的。20世纪70年代始,王琦等明确提出了“中医体质学说”的概念,并于1982年出版了第一部专著《中医体质学说》,奠定了现代中医体质研究的理论与实践基础。随着医学研究从以“病”为中心,向以“人”为中心的方向发展,体质研究得到了普遍重视。

中医体质学是一个复杂的理论体系。它以阴阳、五行、脏腑经络、气血津液等基础理论为指导,以《内经》及历代医家的体质理论为依据,界定了中医体质及其相关概念,确立了中医体质的基本原理,对体质的形成、分类、生理、病理,体质与诊断、体质与发病、体质与治疗,体质与养生、预防,民族医学体质理论等进行了系统阐述。中医体质学理论体系的构建,为中医基础理论的发展与应用拓展了新的学术领域,为中医学和世界医学的接轨搭建了平台。

本章主要介绍中医体质学及其相关概念与范畴,中医体质学在中医理论体系中的地位与作用,中医体质学的形成与发展,中医体质学的理论基础及其基本原理等内容。其中,中医体质学的基本概念、中医体质学的基本原理是本章的重点内容。

第一节 中医体质学的概念与范畴

中医体质学作为独立的医学理论体系,概念与范畴的确立是其最基本的条件,即必须阐明体质及其相关的概念,明确中医体质学的研究与应用的领域。

一、中医体质学的概念

中医体质学的概念,包括中医体质学、中医体质及其相关概念等内容。

(一) 中医体质学

中医体质学是以中医理论为指导,研究人类各种体质特征,体质类型的生理、病理特点,并以此分析疾病的反应状态,病变的性质及发展趋向,从而指导疾病预防、治疗以及养生康复的一门学科。

中医体质学的基本内涵,即以中医理论为基础,以人类体质为研究对象,以指导疾病防治和养生康复为研究目的,包含相关概念阐述、体质分类、疾病预防、诊断、治疗,以及现代体质研究方法等一系列重要命题的学术体系。是从中医基础理论中分化出来的新的学科分支。

(二) 中医体质的概念

体质,有身体素质、形体质量、个体特质等多种含义。体,指身体、形体、个体;质,指素质、质量、性质。在中医体质学中,体质的概念是指人体生命过程中,在先天禀赋和后天获得的基础上所形成的形态结构、生理功能和心理状态方面综合的、相对稳定的固有特质,是人类在生长、发育过程中所形成的与自然、社会环境相适应的人体个性特征。表现为结构、功能、代谢以及对外界刺激反应等方面的个体差异性,对某些病因和疾病的易感性,以及疾病传变转归中的某种倾向性。它具有个体差异性、群类趋同性、相对稳定性和动态可变性等特点。这种体质特点或隐或现地体现于健康和疾病过程之中。

不同的学科对体质有不同的界定,体育学所关注的体质内涵多是身高、体重、坐高、胸围、腰围等外在形态特征及个体的竞技能力。体质人类学所关注的体质内涵不仅是其外部的形态特征,而且还包括身体内部的生理特征和生物化学特征;同时还研究在不同的群体中,现代人的体质特征和类型在个体间以及性别、年龄上的差异,并探讨产生这种变异的原因和规律;除此之外,还包括人类的起源问题,人类的种族变异问题。现代医学对体质内涵的诠释是:一定的形态结构决定一定的生理功能,并影响个性心理特征。形态结构只有合理组合才能表现出良好的生理功能,形态结构不仅包括外在的体形、体态,内在的宏观的组织、器官,而且包括微观的细胞、分子和基因。

中医体质学中的体质概念:一方面强调人体体质的形成基于先天禀赋和后天调养两个基本因素。先天因素是人体体质形成的重要基础,而体质的转化与差异性在很大程度上还取决于后天因素的影响。另一方面,也反映了机体内外环境相统一的整体观念,说明个体体质在后天生长、发育过程中是与外界环境相适应而形成的个性特征,即人与社会的统一,人与自然的统一。可以看出,中医学的体质概念与其他学科体质概念的不同点就在于,充分体现出中医学“形神合一”的生命观和“天人合一”的整体观。

“形神合一”是生命存在的基本特征。形,即形体;神,即生命功能。神生于形,形主宰于神,神依附于形,神明则形安。形神合一又称形与神俱,就是指形与神是人体不可分离的统一整体。形体健壮则精神旺盛,生命活动正常;形体衰弱则精神衰弱,生命活动异常;形体衰亡,生命便告终结,即《类经·藏象类》谓:“形神俱备,乃为全体”。基于这种“形神合一”的生命观,中医学认为,人体的体质既包括形体要素,又包括心理要素,并且二者高度统一。一定的形态结构,可表现出其特有的生理功能和心理特征;良好的生理功能和心理特征是正常形态结构的反映,并具有相对的稳定性。二者相互依存,不可分离,在体质的固有特征中综合体现出来。

“天人合一”是生命存在的客观规律。人既存在于社会之中,也存在于自然之中,所

以,每一个人的体质就必然烙上社会和自然环境因素的印迹。个体对社会和自然环境的适应能力、适应程度往往表现在其个体体质特征之中。例如:对待同一事件的态度,有人开朗乐观,有人忧郁烦恼;对自然气候的适应能力也是一样,有人“能冬不能夏”,有人“能夏不能冬”,这些生理反应都表明人与自然环境密切相关,而这一现象在中医学的体质概念中得到了充分体现。

(三) 素质、气质与性格

由于人的体质形成过程中包含着形神两方面的作用,因此体质的内涵与素质、气质、性格等问题既有区别又有联系。

1. 素质 在现代生理学概念中是指人的先天解剖、生理特点,主要是感觉运动器官和神经系统方面的特点,是能力发展的自然前提和基础,包括身体素质和心理素质两个方面。身体素质,指人体的各种基本活动能力,是人体各器官系统的功能在生命活动或形体运动中的反映。人体功能在形体运动中反映出来的力量、速度、耐久力、灵敏性、柔韧性、协调性和平衡性等能力统称为身体素质。心理素质概括了人体心理上的本质特征,是人在心理活动中表现出来的智力、情感行为、感知觉、态度、个性、性格、意志等现象。身体素质和心理素质密切相关,身体素质是心理素质的基础,心理素质在长期的显现中又影响着身体素质。在中医学体质学中,体质是特定身体素质和相关心理素质的综合。

2. 气质 现代心理学认为,气质是人的心理特征之一,是个体心理特征的总称,主要表现为情绪体验的快慢、强弱,外在表现的隐显和动作的灵敏迟钝等方面的心理特征,即表现在心理活动的强度、速度和灵活性方面典型的稳定的人格心理特征,是心理活动的稳定的动力特征。所谓心理活动的动力,是指心理过程的速度(如知觉的快慢、思维的灵活程度)、强度(如情绪体验的强弱、意志努力的程度)、稳定性(如注意力集中时间的长短)、指向性(如内倾、外倾)等。心理活动的动力特征,与遗传有关,是在人的生理素质基础上,通过生活实践,在后天影响下所形成的。气质只能使人的个性具有一定的个性企图,而不能决定其个性特征的全部内容。

在古代中医文献中,气质往往与体质混称。中医学中的“气质”,也是中国传统文化的固有术语,它源于中国古代哲学的“气一元论”思想。“人由气生,形以气充”,“人生气禀不齐”,所以,人的品行、道德也各不相同。气质,又称为气禀、气性、禀性等。故中医学所说的气质,指个体出生后,随着身体的发育、生理的成熟发展起来的人格心理特征,包括性格、态度、智慧等,较之现代心理学中所说的“气质”,有更丰富的内涵。

3. 性格 在现代心理学中是指一个人在现实中习惯化了的稳定态度和行为方式中所表现出来的个性心理特征,如骄傲、谦虚、勤劳、懒惰、勇敢、怯懦等,是人格组成的最核心、最本质的心理成分,是个性心理特征的重要组成部分。性格是一个人的遗传、生长发育、环境影响、学习教育、自我锻炼等多种先后天因素相互作用的结果。

气质和性格都具有其相应的生理学基础。体质与气质、性格分别是生理与心理两方面不同的概念,如同物质与运动、物质与精神的关系一样,既有区别,又相互联系,相互作用。中医学多从体质与气质或性格的关系中,去探讨体质问题,因此,中医体质学所说的体质和气质、性格与西方体质学和心理学所说的体质和气质或性格,其含义不尽相同。

(四) 形态、体格与体型

人体的体质特征,包含着形态结构上的一定差异性,因此,认识体质问题,必须注意在

形态、体格、体型上的表现形式。

1. 形态 是指人体的躯体结构与状态,涉及人体测量和观察的内容,包括人体各部大小、人体重量、性征、骨骼、体形及体姿等。人体形态与人体的体质存在着密切的关系。人体的形态是人体心理、生理功能及一切行为的基础。换句话说,人体的形态是体质的重要表现之一。

2. 体格 是指反映人体生长发育水平,营养状况和锻炼程度的状态。一般通过观察和测量身体各部分的大小,形状匀称程度以及身高、体重、胸围、肩宽、骨盆宽度、肌肉、皮肤和皮下软组织等情况来判断,是反映体质的标志之一。

3. 体型 是指身体各部位大小比例的形态特征,又称身体类型,它以躯体形态为基础,并与机体内在脏器结构有一定的关系,是衡量人的体格和身体大小的重要指标,也是衡量生长发育的重要指标。中医观察体型,主要观察形体的肥瘦长短,头身肢体比例,皮肉的厚薄坚松,肤色黑白苍嫩的差异。

形态、体格与体型是构成体质的形体要素,在认识和分析个体体质时具有重要的参考价值,也是中医体质分类的依据之一。

二、中医体质学的性质与范畴

(一) 中医体质学的性质

中医体质学是研究人类体质特征、体质类型、差异规律及其与健康、疾病的关系并在临床实践中对疾病防治,以及预防养生具有指导作用的理论体系,因而它属于基础与应用紧密结合的新兴学科。同时,它既是作为研究人类生命、健康和疾病问题的医学科学的一个重要组成部分,又属于临床医学中一门研究人类体质与疾病、健康关系的新的分支学科。从其学科基本结构和内容来看,它无疑是以中医理论为主体,吸收现代体质人类学和现代医学等相关学科内容而建立和发展起来的,也是一门新兴的交叉学科。

(二) 中医体质学的研究范畴

中医体质学是从中医基础理论体系中分离出来的新兴学科,是中医基础理论体系的延伸与发展。中医体质学的最大特色就在于注重基础理论与临床应用研究相结合。因此,中医体质学的研究范畴涉及中医理论和临床的各方面,大致包括以下几个方面:

1. 体质特征 人类体质的基本特征、构成要素与相互关系;体质的形成、发展、变化规律与影响因素,不同群体和个体的体质特征、表现方式及其规律;体质的基础与实验研究。

2. 体质类型 各年龄段与各群体间的体质类型、表现特征及差异规律;分型方法、标准与命名原则;不同体质类型的形成与分布规律;体质类型与疾病类型之间的关系。

3. 体质与发病 体质与疾病的好发性、多发性、病变趋向性的关系;各类体质与疾病发生、发展、临床表现、变化规律的关系及内在机制;疾病谱的体质分布规律。

4. 体质与诊断 体质与疾病诊断、辨证规律;不同体质类型与疾病诊断、辨证之间的关系。

5. 体质与治疗 各类体质发病后的治疗与预后关系及内在规律;体质与治疗方法的选择;不同体质对药物治疗的反应差异与用药宜忌;药物对体质的调节作用及其与疾病治疗的关系。

6. 体质与预防 不同体质与预防、养生的关系;各类体质的养生方法及其养生规律;体质的中药干预。

第二节 中医体质学的地位与作用

随着生命科学世纪的到来,现代医学模式正从生物医学模式向社会-生物-心理医学模式转变,人类对个体的研究将进入一个新的时代。因而,中医体质学在中医学科体系中具有重要的地位。其主要作用表现在促进中医基础理论的创新,中医临床医学、中医预防医学的发展和实现多学科交融等方面都有较深刻的意义。

一、中医体质学的地位

中医学的主要理论框架包括阴阳五行、藏象经络、气血津液、病因病机、诊断治疗、预防养生等诸多内容,而其中的天人合一、正邪相争、因人制宜、同病异治、异病同治、治未病等重要观点,无不与中医体质学相关联。因此,中医体质学在中医基础理论、中医临床医学、中医预防医学体系乃至整个中医药学中都占有重要的地位。

在中医基础理论体系中,中医体质学蕴含了中医病因、藏象理论的重要内容。中医病因理论历来强调外感六淫、内伤七情、饮食劳倦、时行疫毒、跌仆损伤等诸多因素,但体质乃是疾病发生的内在依据;中医藏象理论中既往以脏腑、经络、气血津液等为基本内核,但脏腑虚实、经气盛衰、气血津液的多少都能在体质差异上得以体现。因而,中医体质学在中医基础理论体系中占有重要的地位。

在中医临床医学体系中,中医体质学蕴含了中医诊断、治疗理论的重要内容。中医诊断理论历来以四诊分析、八纲辨证、脏腑辨证等为主要内容,但在疾病诊断中,不仅要重视辨证与辨病,体质与疾病的相关性也是不可忽略的重要方面。三因制宜是中医治疗理论的重要内容,因人制宜则是三因制宜的核心和落脚点。而因人制宜思想的实质就是根据体质差异进行疾病治疗。所以,中医体质学在中医临床医学体系中占有重要地位。

在中医预防医学体系中,重点就在于“治未病”理论,但“治未病”则主要体现在对体质的干预。由于不同体质对疾病的易罹性,疾病的发生、发展与转归不同。因而,疾病的预防必须根据体质的差异进行。所以,中医体质学在中医预防医学理论体系中占有重要的地位。

在中医学科体系中,中医体质学已成为中医基础理论学科发展新的学术增长点,随着临床流行病学、聚类分析以及分子生物学方法等在中医体质研究中的应用,中医体质学与现代科学得到了充分的交汇。由于人类对体质的研究不仅是中医学的重要内容,同时也是民族医学与西方医学研究的重要内容。因而,中医体质学在中医学科体系中,不仅和现代科学具有通约性,也是中医学与民族医学和其他医学进行对接的平台。

二、中医体质学的作用

中医体质学深化了中医对人体生命、健康和疾病的认识,对中医基础理论的创新、中医临床医学的发展、中医预防医学方法的充实起到重要的促进作用。中医体质学的深入研究,对中医药学的发展、多学科交融都具有重要作用。

(一) 创新和发展中医基础理论

1. 发展中医病因理论 传统的中医病因理论以六淫、七情学说为主,对遗传禀赋因素的认识是其薄弱环节,而现代医学对遗传学的研究已深入到分子水平。中医体质学认为,体质与疾病的发生具有明显相关性。体质强弱及心理素质等机体反应性与疾病的发生有明显关系,而七情失调、外感六淫是否发病,首先取决于机体的耐受性即体质状态。体质的不同,直接影响人的气质、性格,影响人体的七情表现和接受刺激时的反应方式,关系着疾病的发生、发展、转归、预后等。重视遗传与环境等影响体质的相关因素在疾病过程中的作用,为创立新的中医病因学提供了依据。因而,中医体质学的研究,对发展中医病因理论具有重要的作用。

2. 拓展中医藏象理论 传统的中医藏象理论以脏腑、经络、气血津液等为基本理论框架。在这一理论体系中并不包括形体、心理等内容。体质是包含脏腑、经络、气血津液、形体、心理等各种生理现象的统一体,中医体质学通过对体质特征、体质差异的研究,将拓展传统中医藏象理论的内涵。

3. 深化对证候的认识 体质因素在许多情况下决定着机体对某些疾病的易罹性和病变过程中的倾向性,证的背后常体现着个体的体质特点。证主要是在明显的、特定的、相对而言比较急剧的致病因子作用于体质以后形成的临床类型。但在一定情况下,某些证候与体质状态并不一致,因为“证”是病变过程中阶段性反应,疾病的不同发展阶段可表现出不同的症状特点,当某些疾病超越体质制约的程度,则又可反过来影响体质的改变。体质是在遗传基础上,在缓慢的、潜在的环境因素作用下,在生长发育和衰老的过程中渐进性地形成的个体特殊性。因而,中医体质学研究将深化对证候的认识。

(二) 发展中医临床医学体系

1. 体现个体化诊疗思想 辨体论治是指在疾病的治疗过程中,在确定治疗方案时应充分考虑到体质的差异对疾病的产生、发展和预后及治疗方案的影响。亦即体质的差异应体现在方剂、药物的选择与剂量上实施个性化治疗。在临床对疾病的诊治活动中,对疾病的防治措施和治疗手段应建立在对体质辨识的基础上,充分考虑到该人的体质特征,并针对其体质特征采取相应的治疗措施。在疾病发生之时,处方用药不仅要考虑对症治疗,消除疾病的临床症状,还应辨明体质,求其“本”,辨体质论治,改善体质。否则,即使疾病的临床症状已消除,但病理体质存在,仍会成为再次发病的基础。或者临床急性症状已被控制,但有些症状仍持续存在。由于体质差异,不同个体、民族、地域的人对药物的耐受性和敏感性不一,因而用药、剂量有差异,药效也有不同。中药的毒性和不良反应等问题也与体质差异有关。因此,研究不同体质类型的用药特点、饮食宜忌、养生保健,将充分体现中医重视个体化诊疗的思想。

2. 对中医诊疗体系的创新 依据新的医学实践进行学术创新,是中医持续发展的源泉和需要。“辨证论治”作为中医诊疗的主要方法,近几十年来在国内得到广泛运用与推广,但面对临床上遇到的种种困惑,使人们重新反思目前较为单一的诊疗格局。既要发挥中医辨证、辨病论治的优势,更应从疾病的本质,患者的体质特征上去寻找发病规律、病变特点,注意辨体用药,辨体用药及其宜忌,使治疗更具有全面性,并为创新中药提供新的思路与方法。对辨体论治的运用规律进行科学、系统、深入探讨,可以带动整个中医诊疗体系的创新。

3. 凸显对体质相关性疾病的辨治优势 辨体质论治方法与与体质因素具有明显相关性的疾病诊治具有优势与特色,如遗传性疾病、代谢性疾病、过敏性疾病、先天性疾病、免疫性疾病、心身疾病等。某些特殊体质类型是相关疾病发生的主要因素,如痰湿质与高血压、高血脂、糖尿病、冠心病、肥胖症等疾病均有相关性,改善体质能够获得明显疗效。对过敏性疾病的诊治,中医体质学理论,突破传统的避免过敏源和抑制过敏状态方法,从改善过敏体质这一根本问题着手,有可能带来治疗的重大变革。对遗传相关疾病,从中医体质学角度进行诊治,有助于完善与丰富中医诊疗思路。目前体质学应充分利用中医理论的优势,重点放在体质与疾病的相关性研究,找到真正的发病原因,从调整体质入手,以提高临床疗效为目的,拓展中医临床新的发展空间,并以此全面带动中医临床学科发展。

(三) 丰富中医预防医学理论

1. 实现个体预防思想 中医体质学蕴涵丰富的预防医学内容,提倡科学、积极主动的预防思想,主张和重视对个体体质状态的辨析,是辨体预防学术思想特色和个体预防的优势所在;通过对体质状态的分析,调整人体所处的偏颇状态,以预防疾病的发生,减轻病变程度。通过调理体质,治病求本,可以提高疗效,缩短疗程,促使疾病向好的愈后发展。在中医体质学中,对偏颇体质的调理可采用多种方式,如食疗、方药、养生保健方法等。预防医学是未来医学发展的重要领域,而体质与疾病的发生有明显的相关性,通过改善体质可以预防相关疾病的发生。所以,中医体质学的发展对个体预防具有指导作用。

2. 突出对疑难病的预防 随着疾病谱的改变,非感染性疾病、慢性病、多因素疾病、心身疾病等越来越多。对这类疾病的预防重于治疗,一旦疾病形成,如高血压、肿瘤、糖尿病等,只能从症状上缓解、控制,很难治愈。重视根据自身体质进行预防,通过改善体质、调整功能状态,是预防疾病发生的最佳方法。

3. 开展亚健康状态的调整 亚健康是医学研究的新领域。中医体质学的发展,为病前状态的预防提供了理论基础和指导。通过体质的调整、优化,可干预亚健康,预防疾病的发生、发展。在生理情况下,针对各种体质及早采取相应的措施,纠正某些不良的倾向性,改善和扭转病理体质,减少易发某类疾病的倾向,从而预防疾病,或减轻病变程度,缩短疗程,并使病情变化趋向于好的愈后。偏颇体质之人,体内阴阳气血已经失调,但尚未发展成疾病,处于病与未病之间。在亚健康状态下,根据各种体质类型进行辨体防治,针对体质特征选择用药,本着“急则治其症,缓则治其体”的原则,或两者兼顾,则可获得全面和有效的治疗。

(四) 促进与多学科交融

基因组学研究的巨大成就、神经信息学的迅速兴起、复杂科学、非线性理念的不断渗透等多学科交融,正揭示着对生命、健康与疾病的全方位理解。而中医体质学的发展为中医学和多学科交融、与其他医学的对话和新兴科学的接轨创造了条件。人类基因组学的研究和分子生物学的飞速发展,为中医体质学研究提供了很好的发展机遇。它与基因组学等现代科技前沿领域有很好的结合点,有利于多学科的交叉与渗透,形成新的学科增长点。有助于从分子水平阐明中医体质的物质基础和中医药改善体质的科学内涵。中医体质与中药指纹谱的研究被认为是中医领域中最有希望与现代生物科学技术相结合的两个重要方面,有望成为中医现代化研究的突破口。中医体质学属于生命科学范畴,对生命现象、体质差异规律进行深入揭示与探讨,将促进中医学与多学科的交融。