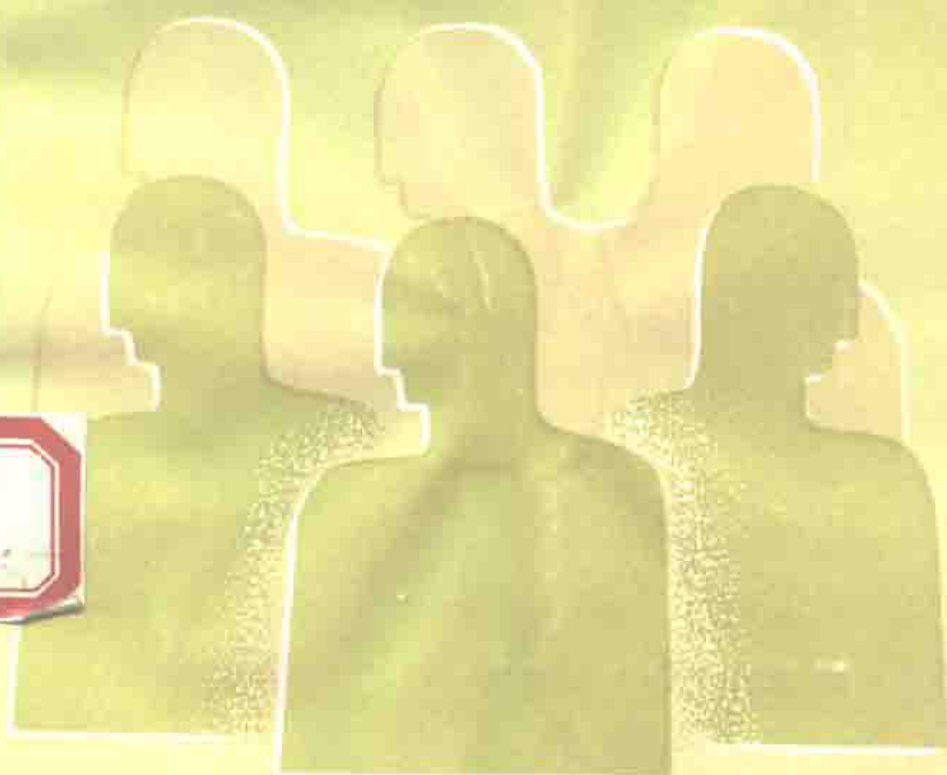


白玉金 薛晓红 编著
山西科学技术出版社

治疗肝肾病

效方·按摩·食疗



效方·按摩·食疗丛书

卢祥之 主编

治疗肝肾病效方·按摩·食疗

白玉金 薛晓红 编著

山西科学技术出版社

晋新登字5号

治疗肝肾病效方·按摩·食疗

白玉金 薛晓红 编著

山西科学技术出版社出版 (太原并州北路十一号)

山西省新华书店发行 太原新华印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 4.625 字数: 105千字

1992年10月第1版 1992年10月太原第1次印刷

印数: 1—7300册

ISBN 7—5377—0609—3

R·266 定价: 2.90元

序

我在政府部门工作时，经常到省城各类医院了解情况，亲睹过医疗室外待诊的“长龙”，也曾深入乡村调查过尚待强化的医疗技术、尚待改进的医疗设施。其时，为百姓“解除病痛”的愿望久积在心，几乎成了我的心病。直至到新闻出版系统工作，当成掇的医学书籍搁置案头，从中我似乎看出了患者与医书之间的端倪：一是百姓缺乏卫生保健常识，致使患病率增加；二是大量的医书或为学术专著或为理论争鸣，艰深晦涩，均是出版给医生们看的，群众得不到一般的医疗知识，病无巨细当然全得上医院。《效方·按摩·食疗丛书》的主编卢祥之同志邀我为这套医疗科普丛书写个序，我想就从此谈起。

国家“八五”规划，把医疗卫生工作的重点放到农村，是从中国的国情出发的，有鲜明的群众观点，其意义的深远正在于要求医疗工作更好地为基层服务。党把为人民服务作为对出版工作的一个最根本要求，繁荣出版，就是满足人民群众不同层次的、多方面的、健康的精神需求。从目前的出版状况看，消遣性、娱乐性图书的比例不断增长，学术著作较少，即便出版也大都深奥难懂，不易为一般群众接受，而广大群众尤为需求的有很强知识性、适用性的普及类图书却寥寥甚少，不尽合理的图书结构致使群众买称心书难的呼声也越来越高。

《效方·按摩·食疗丛书》以常见的心脏病、肝肾病、妇女病、胃肠病、腰腿病、儿科病、癫痫癔病等为主要内容,共七册,详尽介绍了治疗上述病症传统的和现代的有效方剂、按摩手法和食疗方法,每一分册均基本做到了有论述、有方法、有药剂。我推荐这套书,不仅仅因为它作为医疗科普读物,精方简药,实用有效,更主要的是因为它从酝酿到付梓出版始终本着“为读者着想,为群众服务”的原则,在编辑过程中尽量适应一般读者的阅读层次和水平,对病症分析的论述详细通俗,医疗方法也简便易行。本书作为医疗科普丛书,起到了很好的导向作用,对使图书结构日趋合理,同样具有积极意义。

愿本书能做广大读者的良师益友,愿更多为人民群众服务的好书问世。

山西省新闻出版局局长 贾鸿鸣

一九九二年春于太原

目 录

第一章 肝肾的生理病理特点

第一节 肝肾的生理特点·····	(1)
一、肝的生理特点·····	(1)
二、肾的生理特点·····	(5)
第二节 肝肾病的病理特点·····	(9)
一、肝病的病理特点·····	(9)
二、肾病的病理特点·····	(11)

第二章 肝肾病的常用诊法与辨证

第一节 肝肾病的常用诊法·····	(14)
一、望诊·····	(14)
二、闻诊·····	(20)
三、问诊·····	(21)
四、切诊·····	(23)
第二节 肝肾病的辨证·····	(25)
一、肝病的辨证·····	(25)
二、肾病的辨证·····	(32)

第三章 肝病常用的治疗方法

第一节 肝肾病的辨证用药·····	(37)
-------------------	--------

一、肝病的辨证用药	(37)
二、肾病的辨证用药	(39)
第二节 肝肾病的按摩	(40)
第三节 肝肾病的食疗	(41)
第四节 肝肾病的调护	(43)

第四章 常见肝病的治疗

第一节 急性黄疸型肝炎	(45)
第二节 急性无黄疸型肝炎	(52)
第三节 重症肝炎	(57)
第四节 慢性肝炎	(62)
第五节 肝硬化	(68)
第六节 肝癌	(74)
第七节 胆囊炎	(80)
第八节 胆石症	(84)

第五章 常见肾病的治疗

第一节 急性肾小球肾炎	(91)
第二节 慢性肾小球肾炎	(97)
第三节 肾病综合征	(102)
第四节 肾盂肾炎	(109)
第五节 肾结石病	(115)
第六节 急性肾功能衰竭	(122)
第七节 慢性肾功能衰竭	(129)

附录一 四季食补	(135)
附录二 主要参考文献	(140)

第一章 肝肾的生理病理特点

第一节 肝肾的生理特点

一、肝的生理特点

肝位于腹部，横膈之下，右胁之内。肝为魂之处，血之藏，筋之宗。肝在五行属木，主动，主升。

肝居下焦，主藏血，肝又主动、主升，故肝为阴中之阳。肝为多血少气之脏，如《素问·血气形态篇》说：“厥阴常多血少气。”肝为风木之脏，内寄相火，肝又为藏血之脏，故曰：“肝体阴而用阳。”肝喜条达，《血证论》曰：

“肝属木，木气冲和条达，不致遏郁，则血脉通畅。”足厥阴肝经与足少阳胆经相互络属于肝与胆，且肝胆本身也直接相连，故肝与胆相表里。

肝的主要生理功能是主藏血、主疏泄、主筋，其华在爪，开窍于目。

（一）肝主藏血 肝藏血是指肝有贮藏血液和调节血量的功能。肝的藏血功能主要体现在肝内必须储存一定的血量，以制约肝的阳气升腾，勿使过亢，以维护肝的疏泄功能，使之冲和条达。其次，肝的藏血，亦有防止出血的重

要作用。因此，肝不藏血，不仅可出现肝血不足，阳气升泄太过等病变，而且还可导致出血。肝的藏血功能，还包含着调节人体各部分血量的分配，特别是对外周血量的调节起着重要的作用。在正常生理情况下，人体各部分的血量是相对恒定的，但是随着机体活动量的增减、情绪的变化，以及外界气候的变化等因素，贮存的血液向机体外周输布，以供机体的需要。当人们在安静休息及情绪稳定时，由于全身活动量少，机体外周的血液需要量相对减少，部分血液便藏之于肝。所以《素问·五脏生成篇》说：“人卧则血归于肝。”王冰注释说：“肝藏血，心行之，人动则血运于诸经，人静则血归于肝脏。”由于肝脏对血液有贮藏和调节作用，所以人体各部分生理活动，皆与肝有密切关系。如果肝脏有病，藏血功能失常，不仅会引起出血或血虚，而且也能引起机体许多部分的血液濡养不足的病变。如肝血不足，不能濡养于目，则两目干涩昏花，或为夜盲；若不能濡养于筋，则筋脉拘急，肢体麻木，屈伸不利等。所以《素问·五脏生成篇》说：“肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄。”

（二）肝主疏泄 疏泄是疏通畅达、升发透泄之意。肝的疏泄功能，反映了肝为刚脏，主动、主升的生理特点，是调畅气机，推动血液和津液运行的一个重要环节。肝的疏泄功能主要表现在以下几个方面：

1. 调畅气机 气机即气的升降出入运动。机体的脏腑、经络、器官等活动，全赖于气的升降出入运动。由于肝的生理特点是主升、主动，这对于气机的疏通、畅达、升发是一个重要的因素。因此，肝的疏泄功能正常与否对于气的升降

出入之间的平衡协调，起着调节作用。肝的疏泄功能正常，则气机调畅，气血和调，经络通利，脏腑、器管等的活动也就正常和调。如果肝的疏泄功能异常，则可出现两个方面的病理现象：一是肝的疏泄功能减退，即肝失疏泄，则气的升发就显现不足，气机疏通和畅达就会受到阻碍，从而形成气机不畅、气机郁结的病理变化，出现胸胁、两乳或少腹的胀痛不适等病理现象；二是肝的升发太过，则气的升发就显现过亢，气的下降就显不及，从而形成肝气上逆的病理变化，出现头目胀痛、面红目赤、易怒等病理表现。气升太过，则血随气逆，而导致吐血、咯血等血从上溢的病理表现，甚则可致卒然昏不知人，称为气厥。

此外，血的运行和津液的输布代谢，亦有赖于气的升降出入，因此，气机的郁结，会导致血行障碍，形成血瘀或为癥积、肿块，也会导致津液输布代谢障碍，产生痰、水等病理产物；或为痰阻经络而为痰核，或为水停而成膨胀。

2.促进脾胃的运化功能 脾胃的运化功能正常与否的一个极重要环节是脾的升清与胃的降浊之间的协调平衡，而肝的疏泄功能又和脾胃的升降密切相关。如肝的疏泄功能异常，则不仅能影响脾的升清功能，在上则为眩晕，在下则为飧泄；而且还影响及胃的降浊功能，在上则为呕逆暖气，在中则脘腹胀满疼痛，在下则为便秘。前者称为肝气犯脾，后者称作肝气犯胃，二者可统称“木旺乘土”。肝的疏泄，有助于脾胃的运化功能，还体现于胆汁的分泌与排泄。肝与胆相连，胆汁是肝之余气积聚而成。肝的疏泄正常，则胆汁能正常地分泌和排泄，有助于脾胃的运化功能。肝气郁结，则可影响胆汁的分泌与排泄，而出现胁下胀满、疼痛，口苦，

纳食不化，甚则黄疸等症。

3.调畅情志 《素问·灵兰秘典论》曰：“肝者，将军之官，谋虑出焉。”肝为刚脏，在志为怒，说明了肝的生理功能与精神情志活动有密切关系。正常的情志活动，主要依赖于气血的正常运行，肝的疏泄功能具有调畅情志的作用，实际上是调畅气机功能派生的。肝的疏泄功能正常，则气机调畅，气血调和，心情就易于开朗；肝的疏泄功能减退，则肝气郁结，心情易于抑郁，稍受刺激则抑郁难解，表现胸胁胀满，情绪低落，多疑善虑等症；肝的升泄太过，阳气升腾于上，则心情易于急躁，稍有刺激，即易于发怒，并见头晕目眩，失眠多梦，耳聋耳鸣等症。

此外，妇女的排卵和月经来潮、男子的排精等与肝的疏泄功能也有密切的关系。

（三）肝主筋，其华在爪，开窍于目 《灵枢·九针论》说：“肝主筋。”《素问·痿论》说：“肝主身之筋膜。”因肝主藏血，筋膜有赖于肝血的濡养。故《素问·经脉别论》说：“食气入胃，散精于肝，淫气于筋。”肝的血液充盈，才能养筋；筋得其所养，才能运动有力而灵活。如肝的气血衰少，筋膜失养，则表现为筋力不健，运动不利。故《素问·上古天真论》说：“丈夫……七八，肝气衰，筋不能动。”此外，肝的阴血不足，筋失所养，还可出现手足震颤、肢体麻木、屈伸不利，甚则瘈瘲等症。

爪，即爪甲，乃筋之延续，故称“爪为筋之余”。肝血的盛衰，可影响爪甲的荣枯。《素问·五脏生成篇》说：“肝之合筋也，其荣爪也。”肝血充足，则爪甲坚韧明亮，红润光泽。若肝血不足，则爪甲软薄，枯而色夭，甚则变形脆

裂。

肝开窍于目。肝的经脉上联于目系，目的视力，有赖于肝气之疏泄和肝血之荣养。《素问·五脏生成篇》说：“肝受血而能视。”《灵枢·脉度》亦说：“肝气通于目，肝和则目能辨五色矣。”肝与目的关系非常密切，因而肝的功能正常与否，往往在目上可以反映出来。如肝之阴血不足，则两目干涩，视物不清或夜盲；肝经风热，则可见目赤痒痛；肝火上炎则可见目赤生翳；肝阳上亢，则头晕目眩；肝风内动，则可见目斜上视等。

二、肾的生理特点

肾位于腰部，脊柱两旁，左右各一，故《素问·脉要经微论》说：“腰者，肾之府。”由于肾藏有“先天之精”，为脏腑阴阳之本，生命之源，故称为“先天之本”。肾藏精包括“精”和“气”两部分，合之称为“精气”。从临床实际而言，肾精与肾阴、肾水，肾气与肾阳、命门之火等概念是一致的。肾精是肾气的物质基础，肾气又是肾精补充的重要动力，两者互相依存，完成肾的整体功能。故古人称之为“水火之脏，阴阳之宅”。

肾居下，秉性属阴，故肾为阴中之阴。《灵枢·顺气一日分四时》云：“肾为牝藏。”肾为多气少血之经，《素问·血气形态篇》认为：“少阴常少血多气。”经脉气血多少影响及脏腑，使肾脏表现以精为体，以阳为用。肾寓水火，从阳为开，从阴为合；手少阴心属火，足少阴肾属水，水升火降，心肾相交，故肾为阴阳开合之枢机，为水火之枢。肾

主水藏精，为喜润而恶燥之脏，只有水火濡润，才能维持正常的生理功能。由于足少阴肾与足太阳膀胱经相互络属于肾与膀胱，肾与膀胱在水液代谢方面亦直接相关，故肾与膀胱相表里。

肾的生理功能为藏精，主生长、发育、生殖，主水，主纳气，促进脾胃运化，主骨生髓，外荣于发，开窍于耳和前后二阴。

（一）肾藏精，主生长发育和生殖 藏精，是肾的主要生理功能。《素问·六节脏象论》说：“肾者主蛰，封藏之本，精之处也。”肾所藏的精气包括“先天之精”和“后天之精”。先天之精是禀受于父母的生殖之精，《灵枢·本神》谓：“人始生，先成精。”《素问·金匱真言论》亦云：“夫精者，生之本也。”肾主藏精，故肾为先天之本。肾寓元阴元阳，张景岳云：“元阴元阳，所谓先天之气也。”它在人体生命活动——从孕育成形到发育壮大的整个过程中起着决定性作用。后天之精指出生以后，来源于摄入的食物，通过脾胃运化功能而生成的水谷精气，以及脏腑生理活动中化生的精气通过代谢平衡后的剩余部分，藏之于肾。正如《素问·上古天真论》之谓：“肾者主水，受五脏六腑之精而藏之。”肾中精气的主要功能是促进机体的生长发育和逐步具备生殖能力。人体生长发育和衰老过程是肾之精气盛衰所造成的，同时肾与生殖有直接关系。一些生殖系统病变往往责之于肾，肾气不足、肾精亏损等可致阳萎、遗精、早泄、不孕等症，从肾论治多可收效。

（二）肾主水 肾主水液，主要是指肾中阳气的气化功能，对于体内津液的输布和排泄，维持体内津液代谢的平衡，

起着极为重要的调节作用，所以《素问·逆调论》称“肾者水脏，主津液”。在正常情况下，津液的代谢是通过胃的摄入、脾的运化和转输、肺的宣散和肃降、肾的蒸腾气化，以三焦为通道，输送到全身；经过代谢后的津液，则化为汗液、尿液和气排出体外。肾中精气的蒸腾气化，实际上主宰着整个津液代谢，肺脾等内脏对津液的气化，均依赖于肾中阳气的蒸腾气化；特别是尿液的生成和排泄，更是与肾气的蒸腾气化直接相关，而尿液的生成和排泄，在维持体内津液代谢平衡中起着极关键的作用，故说肾主水液。如果肾中阳气的蒸腾气化失常，则可引起关门不利，小便代谢障碍而发生尿少、水肿等病理现象，如《素问·水热穴论》所说：“肾者，胃之关也，关门不利故聚水而从其类也。上下溢于皮肤，故为臃肿。”又可引起气不化水，而发生小便清长、尿量大量增多等现象。

（三）肾主纳气 人体的呼吸功能，虽为肺所主，但必须依赖于肾的纳气作用，才能保证体内气体的正常交换。《类证治裁·喘症》说：“肺为气之主，肾为气之根；肺主出气，肾主纳气，阴阳相交，呼吸乃和。”肾的纳气功能，实际上就是肾的封藏作用在呼吸运动中的具体体现。从理论上来说，肺吸入清气，必须下达于肾。从实际来说肺的呼吸要保持一定深度，有赖于肾的纳气作用。因此，肾的纳气功能正常则呼吸均匀和调。若肾的纳气功能减退，摄纳无权，呼吸就表浅，可出现动辄气喘，呼多吸少等病理现象，这即称为“肾不纳气”。

（四）促进脾胃运化 人体的消化主要是靠脾胃，但亦与肾有关。肾阳可以温煦脾胃，促进水谷的消化，命门火衰

时，水谷得不到很好的消化，可出现脾肾阳虚而致慢性腹泻。

（五）肾主骨生髓，其华在发，开窍于耳及二阴 肾主藏精，而精能生髓，髓居骨中，骨赖髓养。《素问·宣明五气篇》云：“肾主骨。”《素问·阴阳应象大论》云：“肾主骨髓。”只有肾中精气充盈，才能充养骨髓，使骨坚、发育正常。若肾精虚少，骨髓化源不足，不能营养骨髓，则骨络脆弱无力，发育不良。《素问·痿论》说：“肾气热，则腰脊不举，骨枯而髓减，发为骨痿。”

髓，有骨髓、脊髓和脑髓之分，这三者均属肾中精气所化生。因此，肾中精气的盛衰，不仅影响骨髓的生长发育，而且影响脊髓和脑髓的充盈和发育。肾中精气充足，则髓海得养，脑的发育就健全，就能充分发挥其“精明之府”的生理功能；反之，肾中精气不足，则髓海失养，而形成髓海不足的病理变化。

发为肾之外候，又为血之余。发的生长全赖于精和血，肾藏精，“精血同源”，故说其华在发。发的生长与脱落、润泽与枯槁依赖于肾中精气的盛衰。青壮年肾精充沛，毛发光泽；老年人肾气虚衰，毛发变白而脱落。

肾开窍于目及二阴。《灵枢·脉度篇》云：“肾气通于耳，肾和则耳能闻五音矣。”耳的听觉功能，有赖于肝的精气充养。若肾精不足则耳袭、耳鸣。二阴，即前阴外生殖器和后阴肛门。前阴有排尿和生殖的作用，尿液的排泄有赖于肾的气化，肾阳不足、气化不利，则见尿频、尿少或遗尿。人的生殖功能为肾所主；大便的排泄，亦受肾的气化作用，才能顺利排泄。肾阴亏损可致肠液枯涸而大便秘结，肾

阳虚衰则气化无权而致阳虚便秘或阳虚泄泻，肾气不固则可见久泄滑脱。

第二节 肝肾病的病理特点

一、肝病的病理特点

(一) 病因

1. 外邪侵袭

肝病的发生与湿热之邪和疫毒之气侵袭人体有关。其为疫毒之邪者，具有一定的传染性，兼有湿邪者，有粘着缠绵的特点，病程较长，缠绵难愈或反复发作。

2. 饮食不节

就肝病而言，湿浊内聚是发病的重要内因。《灵枢·百病始生篇》说：“风雨寒热不得虚，邪不能独伤人……此必因虚邪贼风，与其身形，两虚相搏，乃客其形。”肝病患者发病之前，大多嗜食肥甘厚味，尤其是嗜酒成癖，日久脾胃运化失常，水湿不能化为精微而成湿浊，内湿不化，外湿更难除，内外相引，而成肝病。

3. 情志因素

肝主疏泄而性喜条达，情志怫郁，气机失于调畅以致肝气郁结，气郁日久又致血郁，肝疏泄失常，横逆克犯脾土，脾运受阻，又致湿邪内生，三者互相影响，使肝病迁延难愈。

4. 体质因素

肝脏素虚，或劳倦、劳欲过度，肾精亏虚，肾失所养，

脾运不及，影响肝胆之疏泄；脾胃虚弱，无以敷布精微以养肝致肝虚，肝脏体用失衡，致肝病容易发生。

（二）病机及发病

1. 肝病有虚有实

肝藏血，主疏泄，体阴而用阳。肝藏血功能失调致失血过多，或久病损耗，或脾胃虚弱血液化生不足，致肝血不足，则出现肝阴、肝血亏虚之证。肝血亏虚，不能濡养筋脉则肢麻不仁，关节屈伸不利；血虚不能上荣头目，则眩晕，目花，两目干涩，视物模糊不清；血虚化燥生风，致虚风内动，皮肤瘙痒或筋挛、肉瞤、痲痹等病理表现。肝阴不足，阴不制阳，肝之阳气升浮亢逆，多见眩晕，耳鸣，面红目赤，情绪易于激动等症。上述病理变化多见于肝病后期。肝疏泄功能失常，可出现气郁火盛、肝胆湿热等实证。见于精神刺激、情志抑郁不畅，肝失疏泄，肝气郁结，在气机郁滞的部位，可出现胀满疼痛等症；若痰气或气血互结，在其结滞的部位出现肿块，如癭瘤、梅核气、两乳胀痛或结块、肝脾肿大等。肝郁气滞，郁而化火可致肝火上炎，见头胀头痛，面红目赤，急躁易怒，耳轰鸣或暴聋等临床表现。因气能行血，气滞日久，致血行受阻，出现气滞血瘀，见胀满疼痛，瘀斑及积聚癥瘕等病理表现。肝的疏泄功能失常，影响脾胃的升清降浊功能；运化失常，湿浊内生日久化热，熏蒸肝胆或胆汁分泌排泄异常，终致胆汁外溢，而出现黄疸及腹部胀满，口干口苦，大便不调，小便黄赤等症状。

2. 肝病的演变和转归

肝病发生之后，其演变主要取决于邪正斗争的形势和阴阳盛衰的程度，随着邪正消长和阴阳盛衰的变化，病机与症