



现代中医
新思维丛书

田胜利
何春梅

著

伏病论

FUBING
LUN

伏病概念

伏病的中医传变表达

伏病与心理

伏病与督脉

伏病基因诊断

伏病电磁波动诊断技术

伏病证候诊断

伏病脉诊

伏病谨防

伏病中药治疗

伏病针法

伏病灸疗

伏病督脉护理疗法

伏病运动治疗

临床应用

伏病学说哲学思想基础
生命的存在和运动

全国百佳图书出版单位
中国中医药出版社

现代中医新思维丛书

伏 病 论

田胜利 何春梅 著

中国中医药出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

伏病论/田胜利,何春梅著. —北京:中国中医药出版社,2015.6

(现代中医新思维丛书)

ISBN 978-7-5132-2439-0

I. ①伏… II. ①田… ②何… III. ①伏气温病-中医治疗法 IV. ①R254.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第057965号

中国中医药出版社出版

北京市朝阳区北三环东路28号易亨大厦16层

邮政编码 100013

传真 010 64405750

三河西华印务有限公司印刷

各地新华书店经销

*

开本 880×1230 1/32 印张 9.25 字数 215千字

2015年6月第1版 2015年6月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5132-2439-0

*

定价 30.00元

网址 www.cptcm.com

如有印装质量问题请与本社出版部调换

版权专有 侵权必究

社长热线 010 64405720

购书热线 010 64065415 010 64065413

微信服务号 zgzyychs

书店网址 csln.net/qksd/

官方微博 <http://e.weibo.com/cptcm>

淘宝天猫网址 <http://zgzyychs.tmall.com>

前 言

中医对于人类的未来是非常重要的。

中医药最具原创思维,虽然古老,但不落后,代表了未来医学的发展方向;中医药面临巨大需求,大健康产业蓬勃发展,中医药创新、创业大有可为,不仅有利于服务健康,也将推动产业结构调整。

然而要学好中医,却并非易事!

目前举世公认的中医临床水平下降,其症结就在于中医西化严重,一些中医“乐此不疲地学习西医”,丢掉了中医思维,变成了会用西药而不会辨证用中药的挂牌中医。这种现象不容忽视,在临床上真正运用好中医思维进行预防、诊治疾病的上工不多。为什么会出现这种现象呢?关键在于人们对中医学所经历的思维道路较为生疏。

要学好中医,最为关键的一点是什么呢?我认为是掌握和运用好中医思维!中医不只是搭搭脉、扎扎针,也不是西医的替代、补充,在治疗各种疾病以及“治未病”三阶段(未病先防、既病防变、瘥后防复)方面都有一套完整的思想体系和诊疗方案。了解和体味古代中医在创造中医学过程中所表现的思维方式和方法,了解

中西科学分道而行的思维因素,能使人们更有效地学习中医,同时也架起了一座通向中国传统文化、通向中医学的桥梁。

那么,什么是中医思维呢?一般而言,中医思维,体现在辨证施治、审证求因、整体观以及恒动观等方面。“医者,意也”。下面通过一个案例来帮助读者从中体会中医思维。在生活中和临床上,经常遇到缺钙的人,虽然长期补钙,但只要一停药,腿就抽筋,原因何在?其实,治疗缺钙,最主要的不是补钙,而是减少“钙流失”,因为我们每天的食物中都含有钙,只要不存在“钙流失”或者流失的较少,人体才不会缺钙。人体的钙流失是由谁负责的呢?根据中医理论:“肾主骨,肾主封藏。”肾亏了,封藏不够了,患者骨中的钙就会流失掉,补肾就是增强封藏能力,就是阻止或减少钙流失,只有这样人体才能不缺钙。也许有人会问,缺钙了为什么会腿抽筋?其实这个问题可以转换一下,那就是:“肾虚了,为什么腿会抽筋”?在《黄帝内经》的病机十九条中有一条:“诸痉项强,皆属于湿”。也就是说,腿抽筋,腿部肌肉痉挛,是因为湿邪引起的,湿邪停留于小腿,所以才会出现小腿肌肉痉挛,而这湿邪又是如何形成的呢?肾虚之后,对水液的代谢出现了障碍,水湿停留所致。明白了这些,也就明白了补肾治疗腿抽筋的真正意义。临床经常采用温补肾阳,舒筋活络,祛风除湿的中药,如淫羊藿、伸筋草之类治疗此类疾病,取得好的疗效,这就是中医思维。这种思维与西医“头痛医头,脚痛医脚”的思维显然不同,中医思维在此更显示出优势。

然而,现实是,中医学作为传统医学,人们在学习它的过程中存在一些障碍,使得人们难以形成学习传统科学的知识氛围;难以体会传统思维的规律;难以理解中医学的知识内涵。对学习来说,反差着实太大,具体表现在,要在现代科学文化环境中学习和

继承距今两千多年的中医学，学习内容与知识基础和文化环境形成了多维反差：在科学发达的今天，学习两千多年前的传统科学所形成的时代反差；已掌握的现代科学知识 with 古老医学知识形态所形成的反差；已熟悉的现代科学与陌生的古代科学所形成的知识环境的反差；已习惯的现代思维与从未体验过的传统思维形成的思维模式的反差。由上述反差构成学习中医学的障碍，从而影响学习效率。

“工欲善其事，必先利其器。”中医学作为中国传统医学知识和智慧的结晶，中医思维方法则是其智慧之器。研究中医思维方法，无论是对掌握、理解中医学理论知识，提升中医理论水平，还是提高临床分析问题、解决问题的能力，以及正确认识中医学与现代科学的关系，有效利用现代科学技术开展中医学的科学研究，促进中医学学术的健康发展，都具有十分重要的意义。

有鉴于此，作为一名资深岐黄出版人，以及曾经的中医药大学教师和临床医师，多年来，我一直想出版一套关于中医思维的专业书籍。几年前适逢田胜利博士拿来“伏邪内伤临床路径”的书稿，针对书稿，彼此相谈甚欢，我看了书稿后，建议将书名改为《现代中医新思维——伏邪内伤临床路径》，这是一本理论与实践皆备的创新性中医专业书籍，值得中医内科临床医师阅读。这本书不一定能解决当前内科疾病的所有问题，然而肯定会对中医临床治疗方法有所裨益，有助于中医临床医师拓展辨治疾病的视野。作者结合现代疾病谱发病特征，依据《黄帝内经》伏邪内伤理论，在临床长期实践基础上，原创性地提出“现代内科疾病伏邪内伤特征、演变规律及诊治原则”的中医新思维。这本书出版后，获得读者好评，并获得华东地区科技图书二等奖。

之后接到江西中医药大学刘红宁教授的电话，说他们团队正

构思着准备撰写一本《伤食论》的中医专著，由此启发我，可将此类图书做成一个系列——“现代中医新思维丛书”。今年田胜利博士和何春梅博士撰写了《伏病论》一书，此书为单行本《现代中医新思维——伏邪内伤临床路径》的升级版，内容更系统、完善，具丰富的中医原创思维，成为“现代中医新思维丛书”的第一分册。我希冀有更多的中医界的专业人士对中医思维进行积极探索，以提升中医临床疗效，开拓中医临证思路，继承、发展、创新中国传统医学中的科学内涵和中医思维，让中医独特的预防、治疗、康复“三位一体”的方法更加规范有效。

我在积极寻找着这样的中医人，他/她会是你吗？欢迎加入撰写“现代中医新思维丛书”行列！

谨以此套丛书向现代“中医思维”致敬！

单宝枝 博士

QQ: 519943747

新浪微博：单宝枝中医药编辑

2015年2月8日

中医之道在于“正”文化

(代自序)

中医之道，在“正”文化，在至正，在从正，在守正，在养正，在扶正。

明确医道根本，才能通达天人相应；通达天地，才能明白人的社会属性与动物属性；明白了人的基本属性，才能知道精神、心理、躯体的互根互用；知道了身、心、灵，才能通晓病理生理；通晓机制，才能说疾病；知道了疾病，才能研究疾病的原委、转归。疾病从无到有，从有到重，从重到亡，都是有规律可循的，都是可以干预和控制的。病有其因，疾有其变。只有与时俱进，了解疾病的成因和演变，才能逐步走近医道。沉溺医术，忽略医道，必致医道沦丧，术之不显，疾病泛滥。

《易经》曰：“乾道变化，各正性命。”《素问·刺法论篇》说：“正气存内，邪不可干。”《难经》云：“正经自病。”三者所言是正文化的源泉。所谓中医，实乃大医至正，正道之医。

欲掌握医道，必先有至正；欲有至正，必先从正；欲先从正，必先守正；欲先守正，必先养正；而后才可扶正。至正溯源，实事求是地研究医学，研究人体，研究身、心、灵。所以医道之本在“正”

文化。

“正”从一，一是根本，就是中医的“一元论”，是中国“天人合一”文化的运用与体现。《素问·至真要大论篇》所言的“必伏其所主，而先其所因”，强调疾病的一元论，强调审因论治，中医的“因时因地因人制宜”是“正”文化在方法论上的具体应用，是中医活的灵魂，所以从正就是守一。

现代科学揭示人体其生命本质存在只不过是宇宙大磁场中的一个粒子，在宇宙磁场运动中的一个表现。人体既不能摆脱外界条件的影响，依据外在条件而存在，也不能摆脱外界条件的作用而自行存在并生存。一元论对生命存在的价值不仅仅局限在哲学层面，更重要的是对生命活动存在根本性指导认识。这个根本性指导认识会构成现代中医预防医学和临床医学的具体方法。

后工业时代，人们以动物性饮食习惯为主，脑力劳动者成为人群的主体，运动减少，思虑增多，熬夜，工作压力超负荷，情绪过激，环境及食品污染，夫妻生活的不和谐等，这些成为疾病的主要原因。这些因素导致的疾病原因已经不再以外感“风、寒、暑、湿、燥、火”六淫为主，转而以六腑脏器内环境改变，导致内生“湿、火、毒、痰、瘀、积”六浊为核心。疾病的演化不再按六经传变，或卫气营血传变，或三焦传变，而是由络到经，由经至脏，由脏至脏络的传变规律。抓住这些根本性转变，才能掌控疾病的根本规律，实现疾病防控。抓住这些根本性转变，才是中医文化的守一，才是中医的医道精神，才是中医的世道精神。也就是坚持中医的发展和创断，也就是与时俱进。所以医道也就是“世道”。

“正”从止，《大学》谓“知止”，“在止于至善。”要实现疾病防控的至善，必须知止，知止就是守正。健康之道离不开“止”，“嗜欲太甚，立心不常，淫放纵逸，有阙摄养”，都是不知止的行为。如此人

体必然产生“湿、火、毒、痰、瘀、积”六浊，六浊潜伏、传变和瘀滞，必然导致各种疾病产生。要远离六浊，就要坚守五正，即至正、从正、守正、养正、扶正。只有坚持五正，才能恬淡虚无，精神内守，坚守以五谷杂粮植物性食物为主的饮食习惯，科学运动，合理作息，适龄婚育，与环境和谐相处，定期调摄、修复、自养。如此，健康才能“止于至善”，才能远离疾病。

治病救人不是简单地针对疾病严重状态的对症处理，或者患者的临终关怀。而是真正传播至正、从正、守正、养正和扶正医学知识，未病先防，防患于未然。建立大众科学正确的生活、工作秩序，以及维护良好的自然环境。这才是医道的本旨。

“正”数理是五，如《伤寒杂病论·序》：“夫天布五行，以运万类，人禀五常，以有五脏，经络府俞，阴阳会通，玄冥幽微，变化难极，自非才高识妙，岂能探其理致哉！”正的数理五行运用，是中医法理不二的高度切合和智慧运用，是“养正、扶正”的核心关键，通过五行生克制化，推演天、地、人的关系，推演人与万事万物的关系，推演人机体内外的关系，推演人机体内脏腑、经络、四肢百骸的关系，从运动、医药、饮食、功能调整以及外部环境改善五个方面以道御术，才是医道正解，才能系统管理健康，做到真正的健康。

运动、医药、饮食、功能调整以及外部环境改善这五个方面，犹如中医五行，生克制化，相辅相成，相互影响。构成人体健康不可或缺的五要素。世界卫生组织(WHO)在《迎接21世纪的挑战》报告中指出“21世纪的医学，不应该继续以疾病为主要研究领域，应当以人类的健康作为医学的主要研究方向。”

伏病学说发扬医道精神，研究当代人疾病规律，提出系统、整体防治方案，预防为主，临床为辅的学说。中医把长夏称为“伏”，五行属土，季节多湿火，当代人疾病首先从湿火形成，进而产生湿

毒,再发展为痰瘀,直至积结;当代人多数疾病与动物性饮食习惯相关,疾病首当其冲,侵犯脾土,脾土受邪,变化演生出众多疾病。因此,降伏当代人疾病,首当从湿火着手,首重脾经。故伏病学说谨守六浊认识,坚守传播五正文化,运用五行方法论,研究时下疾病演化规律,从健康五要素着手,系统防治时下疾病,还世道以健康!

田胜利 何春梅 博士

2015年2月8日

目 录

第一章 伏病的免疫和传变	1
第一节 伏病概念	2
第二节 伏病与免疫	8
第三节 伏病的中医学传变表达	11
第四节 伏病与心理	18
第五节 伏病与督脉	24
第二章 伏病诊断学	34
第一节 伏病基因诊断	35
第二节 伏病电磁波动诊断技术	44
第三节 伏病证候诊断	49
第四节 伏病脉诊	77
第五节 伏病罐诊	87
第三章 伏病治疗学	96
第一节 伏病中药治疗	101

第二节	伏病针法	134
第三节	伏病灸疗	137
第四节	督脉护理疗法	142
第五节	伏病运动治疗	155
第四章	临床应用	162
第一节	2型糖尿病临床路径	163
第二节	代谢综合征临床路径	184
第三节	睡眠障碍综合征临床路径	203
第四节	慢性疲劳综合征临床路径	215
第五节	焦虑障碍临床路径	232
第六节	过敏反应临床路径	243
第七节	乳腺小叶增生症临床路径	251
第五章	伏病学说哲学思想基础：生命的存在和运动	262
	262
第一节	一元论与生命的存在	263
第二节	谐振现象与脏腑系列的形成	267
第三节	衍射论与生命的运动	272
跋	281

第一章 伏病的免疫和传变

《伤寒杂病论》提出“千般灾难，不越三条：一者，经络受邪，入于脏腑，为内所因也；二者，四肢九窍，血脉相传，壅塞不通，为外皮肤所中也；三者，房室、金刃、虫兽所伤。以此详之，病由都尽。”明确了疾病的三个来源。在农耕时代，由于当时生产力低下，生产关系以封建制度为核心，自然环境优越，人们以植物性食物为主，体力劳动是主要工作方式，人际关系比较简单，休养方式天然，导致了当时民众普遍存在“正气”不足，外邪容易自体表侵袭人体，正所谓“邪之所凑，其气必虚。”当时的衣食住行相对比较简单，导致自然环境的变化严重影响人体内环境，从而形成致病因子自体表侵入人体的“六经传变体系”的朴素唯物疾病认识观。相比较之下，我们人类进入后工业时代，生产力已经发生翻天覆地变化，生产关系也明显不同于农耕时代，与此同时出现自然环境的恶劣变化，导致我们现在民众以动物性食物为主，以脑力劳动为主要工作方式，休养方式更加“主观”化，人际关系复杂，情绪波动明显，自然环境或居住环境污染严重，这个时代仍采用古典中医提倡的“六经传变体系”认识和防治疾病，就显得有些画地为牢，疗效难以保证了。

第一节 伏病概念

伏病是指非自身成分异常聚集在人体细胞、组织、器官及体液等中,形成伏病因子,这些伏病因子是能导致人体发生疾病的潜在的最根本致病因素,从而使人体形成一种病理状态,这种病理状态称之为伏病。伏病的出现可能与现代生活方式、工作方式以及自然环境改变有关。

一、伏病流行病学调查

现代人每天接触的化学性毒物约 1180 种,人均摄入农药化肥每天约 200 μg ,肉类激素 150 μg 。每年死于室内污染的人数约 110000。肉类激素导致内分泌紊乱人群接近 2000 万。美国住院患者的药物不良反应发生率高达 20%~30%,每年因药物不良反应住院者约占总住院人数的 2%~5%以上,严重和死亡病例约占 0.2%。我国因药物不良反应住院者每年达 250 万人,其中严重反应为 50 万,因此死亡者为 19.2 万人。

二、伏病诊断标准

1. 主观症状

便秘、食欲减退、睡眠障碍、关节或肌肉酸痛、性欲减退、皮疹或青春痘、神疲乏力。

出现上述症状 2 个以上即可确诊;如只有一个症状,伴有下列客观指标之一亦可确诊。

2. 客观指标

(1) 超重和(或)肥胖: 体重指数(BMI) $\geq 25.0 \text{ kg/m}^2$ 。

(2) **高血糖**: 空腹血糖 ≥ 6.1 mmol/L(110 mg/dl)和(或)餐后2小时血糖 ≥ 7.8 mmol/L(140 mg/dl),和(或)已确诊糖尿病并治疗者。

(3) **高血压**: 收缩压/舒张压 $\geq 140/90$ mmHg,和(或)已确诊高血压并治疗者。

(4) **血脂紊乱**: 空腹血甘油三酯 ≥ 1.7 mmol/L(150 mg/dl),和(或)空腹血 HDL-C < 0.9 mmol/L(35 mg/dl)(男), < 1.0 mmol/L(39 mg/dl)(女)。

(5) **高尿酸血症**: 非同日两次空腹血尿酸水平: 男性高于420 mmol/L,女性高于360 mmol/L。

三、伏病形成原因

伏病形成基于两个基本生理状态的改变:一个是代谢系统的改变;另一个是神经-内分泌-免疫系统的改变。

1. 湿因子

代谢系统的改变是主要发生了有害代谢物的蓄积和慢性炎症反应。这两者形成主要来自我们生活方式的四个基本方面的改变:第一,动物性或油煎性食物过多;第二,运动尤其有氧运动太少;第三,思虑太过,现代人经常思考很多问题,想很多事情,担忧很多东西;第四,性生活过多或过少。当然还有其他方面的来源。

这些代谢系统的改变我们统称之为“湿因子”,是借助传统中医学“湿”的概念,因为这两者描述的内涵基本一致。

湿因子是指由于现代饮食、运动、生活及工作方式等因素导致免疫系统黏膜屏障发生慢性炎症反应或体内脂质代谢紊乱的致病因素。

动物性食物里富含蛋白质、脂肪、胆固醇、甲硫氨酸(一种含硫的氨基酸)和可食用酸。这些营养成分在人体需要范围内对人体

是有益的。但是当摄入上述这些物质的量超过我们新陈代谢的解毒和清除能力时,就会产生大量的降解酶、自由基、内生毒素等内生有害物质,潜伏在我们的各个基本生理系统,作用于免疫系统黏膜屏障,形成慢性炎症反应或体内脂质代谢紊乱,改变细胞、组织、器官及体液等的正常生理功能。

蛋白质摄入量超过需求,代谢产物是尿酸、尿素等有害物质,这些就是“湿因子”,作用于消化道、泌尿道等免疫黏膜屏障,主要是通过肝脏和肾脏清除。一方面由于异体蛋白的长期刺激可能会引起免疫紊乱,从而导致自身免疫病;另一方面就是清除这些毒素会产生大量自由基,进而损坏我们自身的组织和器官。

脂肪代谢的胆固醇和甘油三酯,就是“湿因子”,除了沉积在血管,导致血管硬化以及高脂血症,还可以引起胰岛素抗性增强,从而引发心脏病、中风和 2 型糖尿病,甚至肿瘤。

过量消耗含硫氨基酸(如甲硫氨酸)会产生“湿因子”,潜伏在体内,导致口臭、体臭和有害的胃肠胀气。甲硫氨酸代谢产生的高半胱氨酸是引发心脏病、中风、周围血管病、静脉栓塞、痴呆、阿尔茨海默症和抑郁症的危险因素。硫能促进癌性肿瘤的生长,毒害肠道组织。含硫氨基酸代谢产生的硫酸是自然界中酸性最强的酸之一。

总之,动物性食物的过度摄入,容易产生湿因子,导致人体内环境酸化,引起慢性酸中毒。

肾主骨,骨是维持身体酸碱平衡的主要缓冲系统。它通过释放碱性成分(碳酸盐、柠檬酸盐和钠盐)来抵消这些“湿因子”引起的酸性成分,造成骨骼成分溶解,引起“湿因子”干扰骨质代谢,导致骨质疏松。同时,动物性食品中的“湿因子”酸性成分还会提高体内可的松(类固醇)水平,造成骨成分进一步流失。