

論文選輯

1961 — 1962

福建中医学院 編印
福建省中医研究所

1963年8月

目 录

基础理论

祖国医学的养生学	赵 葵 (1)
✓营卫气血概述	西医学习中医班第一班 (3)
談津液	傅瘦生 (7)
談“存津液”与“重胃气”	林古恒 (10)
試論命門之火	西医学习中医班第五組 (11)
✓祖国医学气化說的探討	傅瘦生 (13)
学习运气学說的体会	胡作德 (16)
✓冲、任、督、带四脉初探	陈雨蒼、胡作德 (18)
論“邪之所凑，其气必虛”	孙文发 (20)
✓素問病机十九条初探	傅瘦生 (20)
虛証的辨証論治	周紹奇 (24)
✓实証的辨証論治	朱梅南 (26)
✓辨証論治法則在針灸疗法上的应用	黃宗昂 (30)
略論祖国医学的汗法	西医学习中医班第四組 (33)

內 科

✓对温热病运用卫气营血辨証施治的研究	吳云山等 (34)
✓对温病辨証論治的体会	西医学习中医班第六組 (35)
✓談談瘧疾	朱梅南 (39)
✓急性传染性肝炎湿热型辨証論治探討	李麗霞 赵正山 (41)
✓温邪誤补热壅咽喉邪陷心包內閉外脫証一例报道	內科教研組 (44)
肝硬化腹水辨証論治的經驗介紹	鄭基韓 (47)
哮喘病的辨証論治	陈桂英 (48)
哮喘病的辨証論治	严守正 (49)
慢性腎盂腎炎治驗介紹	李選冬 (51)
根据异病同治原則治疗尿崩溺血	李健頤 (53)
中西医结合治疗精神分裂症 150 例	陈以敦等 (54)
对血症辨証論治的一些体会	徐幼鳴 (57)
瘰癧辨証論治	叶今桂 (60)

婦 科

治疗 625 例閉經总结	孙朗川 孙幼椿 (62)
梅蓉治疗子宫出血 59 例小結	孙幼椿 (64)
我对中医带下病治疗的点滴体会	胡作德 (65)
✓針灸配合中葯治疗阴挺的初步观察	黃宗昂 (68)
四物湯的应用	孙朗川 (70)

儿 科

麻疹的辨証与治疗	刘幼巖 (73)
治疗小儿脊髓灰质炎后遗症的經驗介紹	陈俊鴻 黃光斌 (74)
談小儿“变蒸”	吳紹庵 (75)

外、伤科

頸淋巴腺結核的中医綜合疗法	陈树榕 (78)
---------------	------------

治疗 304 例鸡眼胼胝初步观察·····	李学耕 (81)
中医伤科对“伤筋”的辨证与治疗·····	吳緝庵 (82)
中医伤科对于外伤創伤的診療簡述·····	陈尙志等 (84)
木芙蓉散治疗扭挫伤 984 例疗效报告·····	陈尙志等 (86)

眼 科

消砂二号治疗砂眼 169 例初步报告·····	陈明生 (87)
翳赤眼辨证分型及其治疗規律·····	陈明生 (88)

机制探討

簡化太极拳生理机制的初步观察·····	陈尙志等 (90)
蒸汽疗法的生理机制探討·····	陈尙志等 (94)
推伤疗法机制的初步探討·····	赵竟成 董礼平 (100)
中医对肾脏炎水肿病理机制的初步探討·····	伤寒教研組 陈雨蒼 (102)

医 史

試談金元医家的学术論点·····	李学耕 (107)
試論张子和三法的若干特点·····	吳緝庵 (111)
吳师机的外治法·····	赵正山 (113)
中医按摩史略·····	楊希賢 (115)

整理老中医經驗

介紹朱梅南老中医运用五行学說治疗无黄疸型肝炎和慢性肝炎的經驗·····	朱惠文 (117)
陈明孝老先生治风經驗·····	廖初梅等 (119)
叶有福老先生望面診病的經驗·····	蔡宗敏 (123)

教 与 学

溫病教学中的几个重点問題·····	林可华 (125)
对溫病学上几个問題的商榷·····	林可华 (128)
虛劳的辨证論治·····	学徒孙平撫 (132)
肺痿和肺癰的辨证治疗·····	学徒郑則敏 (133)
我对中风辨证治疗的体会·····	学徒周銘先 (134)
談中风閉証脫証和治风八法·····	学徒郑錦芳 (135)
临証实习应用小柴胡湯的体会·····	学徒馬世英 (136)
中医外科辨证摘要·····	学徒郑則敏 (140)

文献整理

六年来本省中医防治流行性“乙型”脑炎經驗綜述·····	潘明继、陈文岳 (143)
十二年来我省中医治疗传染性肝炎資料綜述·····	陈金城、廖初梅 (152)
古代文献有关痢疾辨証的記載·····	吳緝庵 (162)
介紹古代文献有关瘧疾的記載·····	吳緝庵 (163)
伤寒論运用汗法的研究·····	吳緝庵 (164)
伤寒論中有关溫法应用的探討·····	林传滄 (169)
葯物归經的初步文献整理·····	本草教研組 (173)
談中医学論文中关于引用古代文献記載問題·····	吳緝庵 (177)

书 評

《溫病条辨》和《溫疫論》的关系·····	林可华 (181)
----------------------	-------------

祖国医学的养生学

赵 葵

祖国医学的养生学,实际上还包含着有关卫生学、营养学、保健学、生理学和心理学以及药物等丰富内容。它的目的,是为了强健体质,预防疾病,防止早衰和延长寿命。这种宝贵的医学遗产,几千年来,广泛流传,功效卓著,说明它有极大的科学价值。

人类生活在大自然中,最宝贵的是生命,最幸福的是健康。有宝贵的生命,又有强健的体魄,才能从事日常生活劳动。毛主席说过:“无病是战斗的资本,健康是跃进的保证。”所以预防保健在我们社会主义的国家里,被提到首要的地位,这是不难理解的。

养生的指导原理

我们祖先远在二千多年以前,就注意到这个保健问题,并积累了丰富的与大自然和疾病、早衰作斗争的宝贵经验。在长期的实践中,寻求和发现了“天人合一”的规律。所谓“天人合一”,就是人与自然的关系,也就是机体与环境统一性。人体是有机的整体,同时更确切地肯定了人体与外界环境的不可分割性。这些就是“天人合一”的观念。根据这个规律,用之养生,则能长保健康;用之治病,则可促其速愈。因为养生与治病,同是“扶正祛邪”,理论是一致的。

祖国医学里提到自然界中一切生物的生长、发展、衰颓和毁灭,都是随着春夏秋冬四时时序的变化而变化,因而认识到生物与自然是一个不可分割的整体。人类是自然界生物之一,自不能例外,也应该和万物一样,必须生活在一定的时间和空间里。物质世界是不断的运动和变化着,人的机体也是不断运动和变化着,并且随时随地作出对自然环境适应性的调节,因此机体内部的生理活动,也必然要受着大自然的制约。如一年之中,有春温、夏热、秋凉、冬寒的更递变化;一日之中,也有昼暖、夜凉的不同。天气又有风、霜、雨、雪的变化。这些外在因素的改变、渐变、或突变,会直接影响到机体内部各脏器的活动;机体为了保持正常的生活,就必须引起应有的反应,如果这种反应失常,便会发生疾病。所以天气热时,人的腠理与毛孔弛张,故而多汗;天气冷时,腠理致密、肌肤栗起,故汗少而多尿。这说明人在日常生活中,时时刻刻要与自然界发生密切的关系;自然界的变化,随时随地可影响到人的生活活动,甚至产生各种病变而危及生命。

一切生物虽然都有它适应自然环境的本能,但是又受着自然环境一定的限制。人体也是如此。人体虽然具有对自然界的调节本能,但是也有一定的限度;假使自然的变化过于急剧,超过了机体调节机能的能力,或者机体本身不够健全,不能作出适应性的调节,会使机体处于失调的病理状态,形成疾病。因此体会到机体能否与外在环境统一,首先还是决定于机体的内在环境能否统一;而机体内在环境的统一,又必须依赖脏腑之间互相联系、互相制约,以保持平衡的状态。祖国医学里所谓“阴平阳秘,精神乃治”,就是指这个道理。

我们知道,疾病的发生,虽然有的着重于外因,有的着重于内因,但是不能把它孤立来看,必须两者联系起来,才能正确认识疾病。外因是变化的条件,内因是变化的根据,外因必须通过内因,才能发挥作用,只有内外因条件具备的情况下,才产生了疾病的征象。祖国医学对疾病的征象,叫着“正邪相争”,所谓“正”,是指正气,是人体的抵抗力;所谓“邪”,是指不正常的风、寒、暑、湿等的时气,以及有害人体的因素(包括体内产生的邪)。正胜于邪,即是健康,邪胜于正,即是疾病,邪正两者是不能并存的,一定要在人体正气不足的情况下,邪气才能侵入人体为害。所以祖国医学里有“正气存内,邪不可干”的结论。

我们祖先也体会到人无百年不敝之身,但是在这百年之中,仍需要保持机体能经常适应环境的本能,始克尽享天年。他们根据人体与环境统一的原则,总结出一套善于适应自然变化的保养身心的方法。如:春季三个月是万物生发的季节,春回大地,天地间出现了一片生气勃勃,欣欣向荣的气象。当这季节里,人们应该比冬季晚些睡,早些起,多在户外活动,吸取新鲜空气,衣着宽松,头发也不要扎得太紧,使身心都得到舒畅活泼,以适应春季“养生”的道理。夏季三个月,是万物成长发育的季节,艳阳天气,一切植物都长得茂盛茁壮,开花结子,这时人们应该比春季晚睡早起,不要过于厌恶日光,去避热趋凉,要使毛孔疏松,阳气得泄;同时心情更要舒畅喜悦,避免发怒,这是适应夏季“养长”的道理。秋季三个月,是万物成熟收成的季节,天高气急,景物萧条,这时人们应该比夏季早卧但要早起,使精神宁静,肺气匀

和，以应付萧杀的秋气，这是秋季“养收”的道理。冬季三个月是万物闭藏的季节，草木凋零，昆虫蛰伏，水冰地冻，到处是阳衰阴盛的现象，这时人们应该避寒就暖，勿使阳气外泄，精神要保持镇静，这是适应冬季“养藏”的道理。古人这些春养生气，夏养长气，秋养收气，冬养藏气，都是利用环境因素，来加强人的体力，因为春夏两季，是万物生长的季节，是属于阳气发泄的时候，对于人体来说，就要注意养阳；秋冬是万物收藏的季节，是属于阴气收敛的时候，对于人体来说，就要注意养阴。这种养阴养阳的道理，就是顺应自然变化，也是有力的掌握了人体的完整性和人体与环境的统一性。可见养生的积极意义，就是基于人与自然相关联的思想，来指导人们知道适应自然的变化，避免外邪的侵袭，并积极地把握和利用自然的变化规律，来达到益寿延年的目的。

养生的原则和方法

养生的基本要求，有两个方面：就是对外避免邪气，对内保养正气。这两者之间，决定的关键，在于人体内在的正气。正气又称元气、真气，是维持生命活动最基本的动力，在人体中占着重要的地位，如果正气不足，抗力亦衰，所以有“百病皆始于气”之说。因此增强个体正气，是非常重要的。

现在将有关日常生活中，从各方面来保养身心，以达到健康的原则和方法，简单介绍如下：

(1) 关于保养精神方面：精神与内脏的关系是非常密切的，这是从整体的观点得出的结论，在祖国医学里有“形神合一”的说法，也就是形体与精神统一的意义。我们在临床上可以看到有很多的疾病，是由于精神上的损伤而形成的。因为精神与情志，关系到整体的机能。如精神充足的人，它的五脏六腑功能协调。四肢百骸坚强充实；相反的，精神不足的人，虽有气血骨肉，亦因精神萎靡不振，而至百病丛生，所以保养精神，是养生极重要的一件事。所谓保养精神，就是使情志要有适当安静的程度，不要过于波动。如盛怒的人，就会感到气逆于胸中，饮食不下，甚至呕血。这在祖国医学里叫着“怒则气上，怒气伤肝”。又如受惊吓的人，会感到浑身无力，站立不住，甚至大小便也控制不了，自行流出。这在医学里叫着“恐则气下，恐能伤肾”。我们常说的喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，医学里叫着七情，这些情志过于激动，都会影响脏腑的功能，虽然说精神刺激，是大脑的事，但是它所表现的各种不同病情，又是属于各脏腑的功能病变症状，这就是精神与内脏关系密切的说明。所以我们在日常生活中，必须精神宁静，乐观愉快，以保持正气充足，作到精神和形体上的保持正常，这才是真正预防病邪侵袭的有力保证。

(2) 关于锻炼身体方面：精神修养，虽然重要，但精神不能离开形体，所以形体的锻炼也是预防疾病的重要措施，古人有“户枢不蠹，流水不腐”的提示，这说明人体也要经常活动，才能保持健康的。养生家对这方面不仅重视，而且还在实践中，总结出几种切实可行，有益身心的锻炼方法，我们今天常见的气功疗法，按摩疗法，以及医疗体育，如太极拳、八段锦等等，这些方法，对锻炼身体，都有一定的作用，只要经常不断的练习，就积累可以达到身体健康，预防疾病的目的。以太极拳来说，它的柔软运动，能使一身筋、骨、血、肉轻松活泼，它不但练筋骨，也在练气。再如气功疗法，我们都知道它能医治很多种的疾病，无病之人，经常练习，更能益寿延年。气功也就是从“气”字上练功夫。“气”是人身的一切活力，是生命的渊源，人身从呼吸一直到脏腑气脉运行，都有一定的规律，古人在活着的人体上，于清静休息中，发现了“内景”的规律，也就是气血在人体运行的规律，从而得出一套调息静养的方法，使人从安静中求得精神活动的改善，并从而改变内脏的活动机能。由此可见，锻炼的主要精神，不是专为肌肉发达，而是以调和气血为主，气血调和，百病不生。所以按摩、气功、太极拳、八段锦等的锻炼，都是基于这个精神来制订的。

(3) 关于调节饮食方面：俗语说：“病从口入”，这说明有许多疾病是由于饮食不节而产生的。所以注意饮食的调节，是防止胃肠病的重要关键。所谓调节，就是不要过饥过饱，不要暴饮暴食，不要偏食偏嗜。总的一句话，要取其适当。过于饥饿，固然不好，吃的太多，也是有害，祖国医学里就有“饮食自倍，肠胃乃伤”的提出。因为肠胃消化的能力，有它一定的限度，超过它的消化能力，反而阻碍营养的吸收。同样地，肠胃又有一定的容量，如在一个时间里，吃多了或喝多了，也会伤及肠胃。还有单纯地或只喜欢吃某一种的东西，日子长久，也会生病。如过吃咸味的东西，味过于咸，会发生肾病。同样地偏食五味，都会生病。至于鸡、鸭、鱼、肉，虽然富于营养，但是过量的食用，反而有害，祖国医学里有“膏粱之变，足生大疔”。这说明过于摄取肥美的食物，会生湿积热反易产生痛疮的病变。此外，对于食物的温度，也同样要注意，如天气炎热，人们都喜欢吃冰冷的食物，如果吃得太多中焦积冷，会发生腹痛、腹泄的病变。这都是超过肠胃耐受的能力。养生家不仅对食物主张节制，就是吃药或吃补药，也不能例外，都禁止超量。这是把食物与药物同样看待的。我们知道，食物的摄取，是机体生长、发育、维持和增进健康的泉源，但是它主要依赖于健康的消化器官来吸收，所以从节制饮食方面来保持胃肠健康，也就是保持整

体健康的一种办法。

(4) 关于作息有常方面：祖国医学里告诉人们说：“起居有常，不妄作劳”，就是说在日常的生活中，劳动和休息，都要有适当的安排。所谓“不妄作劳”，不是不要劳动，而是不要过度疲劳，或是在应该休息的时间而去劳动。我们知道，劳动本来是人类的本能，如果一个人饱食终日，不事劳作，就会使血脉不畅，筋肉松弛；但是过度疲劳，也会引起人体抵抗力下降而致病。但这也不排除脑力劳动在内，因为人体的每一种动作，都有一定的维持限度，如果作得时间太长，就会产生疲劳，所以久立、久坐、久卧、久行、久视，都能损人，可见劳逸结合的精神，处处都要遵守的。

(5) 关于节制性慾方面：精、气、神是人身最宝贵的东西，它和形体是不可一刻分离的。人的生命存在一日，精、气、神就存在一日，因此它是生命的主要征象。健康的人，精、气、神表现得充溢活发，当发生疾病的时候，精、气、神因遭受到损害，也就表现出异常的现象。精、气、神虽然是三件东西，实际上是三位一体。精是水谷所化生的营养物质，为人体各种机能和活动的物质基础，气是人体生理活动的功能，神是人体一切活动的外露表现，所以说有精才有气，有气才有神，而精是人身最宝贵的东西，有了它就能供应各组织器官的需要，并制造各种的分泌物。人身的精液，既然是水谷精微所衍化之物，自应多加爱惜，勿使亏耗，免伤元气。性生活是人类生殖的本能，所以叫做“食色性也”。但是也同饮食一样，应该节制，如果过事损伤，就会发生口干、头晕、腰痠、腿软，浑身无力、失眠、心悸等所谓神经衰弱的现象，这都是由于精液缺乏所产生的症状。所以养生

家按春生、夏长、秋收、冬藏的精神，作出春一、夏三、秋二、冬藏的限制，这就是避免精液枯竭，正气耗散、造成未老先衰的现象。虽然这种规定，是对一般而言，不必过于拘泥，但对其存精液、保正气的精神，是要掌握的。

从以上五个方面的养生原则和方法来看，可以体会到，人的健康，应形神并重，就是说不仅要有健康的形体，而且要有饱满的精神，所以养生的方法，应从形神两方面着手，做到饮食有节，起居有常，心情愉快，并从事适当的体力劳动，与体育锻炼，以达到身心并健的目的。总的说来，就是用一切可能的办法，从各方面来加强整体的健康，保存正气，以适应自然的变化，不受外邪侵袭。我们知道，疾病的发生，不外内外二因，但外因必须通过内因，才起作用，医学里所谓“邪之所凑，其气必虚”，就是这个道理。因此，个体的养生方法，就显得更加重要。祖国医学的养生学，正是基于这一见解而来的。

小 结

养生保健，是无病先防，有病早治，这是祖国医学的优良传统，并且养生的基本理论，又是唯物论的，健康的，多样化的，和行之有效的。它带有普遍现实性，能为广大人民喜爱接受，如气功、太极拳等，有我国民族的风格和特色，尤其所提倡的饮食生活方法，都适合我国人民的习惯与需要，并且它又有独特的、完整的一套理论体系，作为实践的指导，值得我们进一步的去整理提高和发扬光大。我们今天在三面红旗的光辉照耀下，有这样美好的条件，应该把祖国医学的养生学更好地用来为人类的繁荣、幸福、和健康而服务！

营 卫 气 血 概 述

西医学习中医班第一班

人体是一个完整的有机体，各部门必须保持密切的配合与联系。我们已经知道了五脏六腑，奇恒之府的生理功能，但是人体如何维持生命活动力，外而防御外邪的侵入，内而进行经常性的新陈代谢，以适应内外环境的变化，这个任务就由营卫气血来加以完成。

一、营卫气血的涵义

营卫气血是祖国医学重要理论之一。营是指营养与营运过程。卫是指卫外机能与体温调节作用。气除

了现代医学所指的呼吸功能以外，更重要的是具有调节内外环境，动力作用与气化作用。血是指现代医学的血液循环，是营养物质的基础，以及精神活动的物质基础。

因此，营卫气血是研究人体的防御机制、营养、呼吸以及血液循环等知识，在预防疾病与临床治疗上提供出科学的依据，但应该指出的，营卫气血是讨论人体的生理功能，而温病学说中所讨论的卫气营血是作为临床辨证论治的纲领，与本节所讨论的内容是应加以区别的。

二、营卫气血的生化过程

营、卫、气、血均来自人体由外界所摄取食物饮料中的精微物质（精微物质指养料而言），但是其生化过程又各有所异，当食物饮料由口入胃以后，经过胃的消化与腐熟作用，分为二部分：一部分由脾轉輸运化，一部分直下小腸，通过小腸的分別清浊作用，清则为水分，通入膀胱，經膀胱自前阴排出体外，浊则为糟粕，通入大腸，經大腸由后阴排出体外，前者为小便，后者則为大便，而养料则通过脾的运化作用，化为津液而被人体吸收，营卫气血都是由此化生而成，营由精微物质中最精华的部分化生而成；卫由精微物质中悍烈的部分化生而成；气由水谷之气結合呼吸之氣化生而成，而血則由营分泌津液而生成。经过吸收之精微物质，运输之途径虽各有不同，但最后均归之于肺，通过肺之氣化作用，成为宗气，以供給全身各組織的需要，肺是氣化的总机，故“肺主一身之氣”的重要意义也在于此。

（一）营的生化过程

营是由精微物质中最精华部分化生而成，《素問痺論》說：“营者，水谷之精氣也”。营自精微物质化生以后，注入中焦，上輸到肺，经过肺的氣化作用，分布到五脏六腑、四肢百骸等处，以营养全身。

（二）卫的生化过程

卫是由精微物质中悍烈部分化生而成，《素問痺論》說：“卫者，水谷之悍氣也”。因为卫的性质是运动迅速而流利，不受經脉的約束，运行于皮肤之內，分肉之間。《类經圖翼》說：“卫气出于下焦，漸升而上，行于皮肤之間”。因水谷精氣，经过消化吸收之后，輸于五脏，而腎受五脏六腑之精而藏之。当身体需要时，再由下焦腎，上輸到中焦，而入上焦肺，經肺朝百脉及氣化作用，再輸精于皮毛，以起保卫人体、防御外邪侵入的作用。

（三）氣的生化过程

人体的氣，主要有呼吸之氣及宗氣、真氣三種。宗氣为胃腑水谷精氣之所生，与呼吸之氣相結合，通于五脏，行于十二經隧之中，为脏腑經脉之宗，故曰宗氣。真氣为人体生命活动最基本的能力，它是由先天的精氣，与后天的谷氣，結合自然界在天的空氣，三者汇合而成，如《灵枢刺节真邪篇》說：“真氣者，所受于天，与谷氣并而充身也”。說明真氣是先天的精氣，与后天自然界呼吸的空氣，及水谷之氣，三者結合而成，有充养身体的作用。

（四）血的生化过程

血是由营所分泌的津液化生而成，血是指血液，《灵枢邪容篇》說：“营气者泌其津液，注之于脉，化以为血”。血由营化生以后，在血脉中运行，上归

于肺，通过肺的氣化作用，成为人体营养物质的基础。（附图一）

三、营卫气血的生理功能

（一）营的生理功能

营能輸送营养物质，周流全身循环，具有营养与营运的功能。

1. 营能把经过吸收之营养物质，輸送到人体各部組織中去，以維持人体的生命活动力，《素問痺論》說：“营者……和調于五脏，洒陈于六腑，乃能入于脉也，故循脉上下，貫五脏，絡六腑也”。当营运发生障碍，会产生痛肿之疾患。

2. 营能輸布津液，供給全身的营养需要，內而五脏六腑，外而四肢百骸，故某些精神刺激时，失营所养，則产生失精，脱营之类之疾患。

（二）卫的生理功能

卫能調节体温均衡与发挥卫外功能。

1. 卫能充实皮肤，使肌肤强健，以保卫机体，防御外邪之侵犯，故《灵枢本藏篇》說：“卫气和則分肉解利，皮肤調柔，腠理致密矣”。腠理是指皮肉組織的紋理，如由于卫的虛弱而不能充养皮肤，肌肉則产生麻痺症状。

2. 卫能温暖肌肉，使汗孔开闔得到調节，《灵枢本藏篇》說：“卫气者，所以溫分肉，充皮肤，肥腠理，司开闔者也”。因此，人体遇到寒冷空气的刺激，則毛孔收縮而多尿，遇到高热空气則毛孔弛张而出汗，通过水分的調节而保持人体产热与散热的体温平衡，故在高温作业下的工人，因体温調节失去平衡而致中暑。

（三）氣的生理功能

氣能調节内外环境，推动人体生理活动，氣化作用以及呼吸功能。

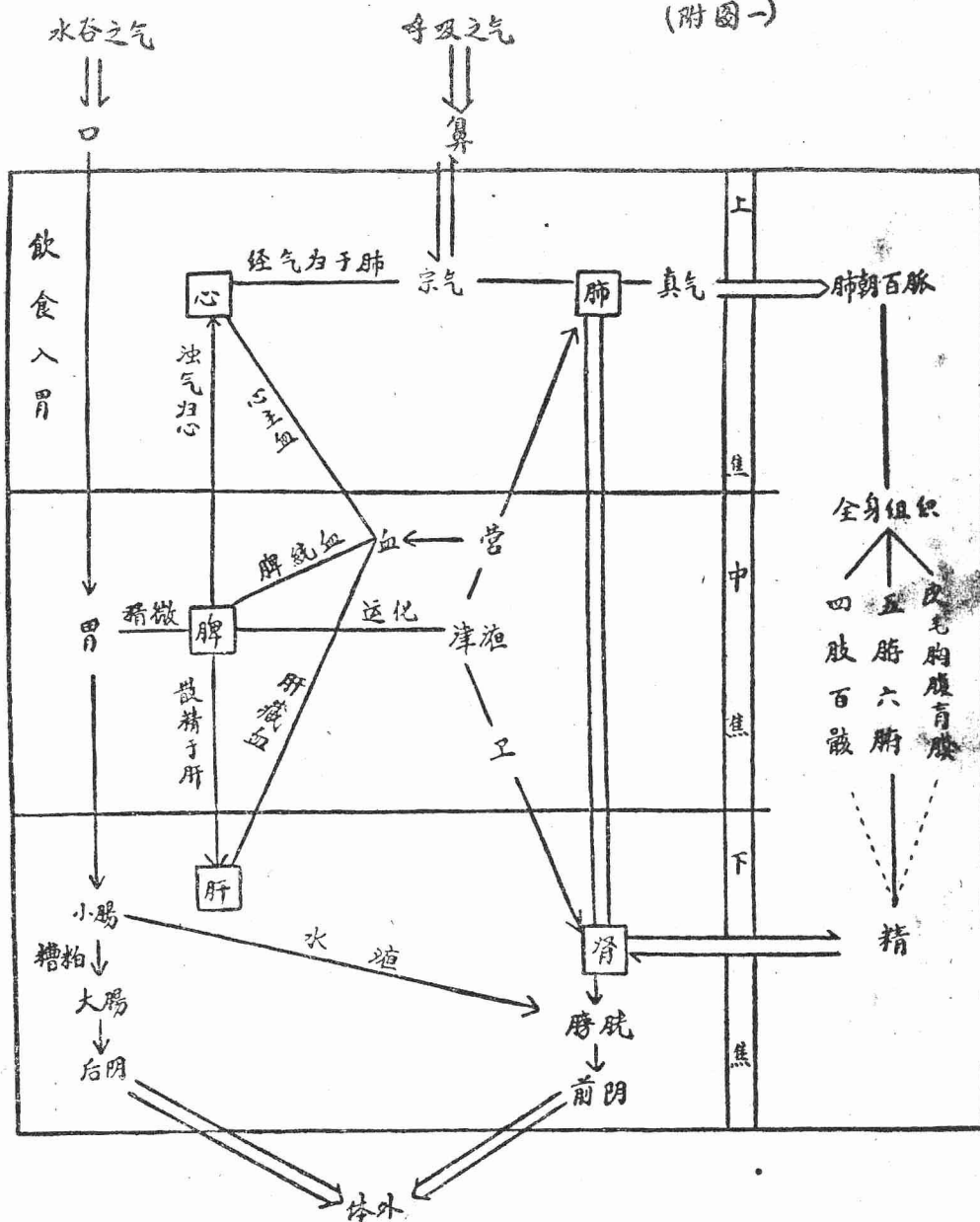
1. 真氣具有預防疾病的重要意义，《素問上古天眞論》說：“虛邪賊風，避之有时，恬憺虛无，真氣从之，精神內守，病安从来”。說明真氣的盛衰，与疾病的发生有很大的关系，真氣胜过邪氣則为健康，反之，如邪氣胜过真氣則为疾病，临床上产生体乏、倦怠、懶言、少气等症状，指“真氣虛”而言。

2. 氣具有动力作用，氣能推动人体一切营养物质的运动，全身組織由于得到氣的充养，故血能运行，津液能輸布，水道能通利，汗尿能排出体外，故临床上以調氣、行氣、补氣之类藥物作为治疗疾病的原则，因此有“治血、治水先治氣”之說。

3. 氣具有化生万物的作用，人体所以能把营养物质供应全身，又能把新陳代謝的废物排出体外，內而营养、消化、循环、呼吸，外而視、听、言、行都是由于氣的化生作用的結果，故营、卫、气、血必須通

营卫气血生化过程图解

(附图一)



过肺的气化作用才能发挥其生理功能。如膀胱气化发生障碍，则产生蓄水症。经络之传导也是由于气化作用的结果，故针灸发生疗效谓之“得气”。

4. 气具有呼吸功能，呼吸是气的具体表现，而且呼吸与脉搏的跳动有密切的关系，从“气聚则生，气散则死”这句话可以体会到如果人体停止了呼吸，也就失去了生命，气由肺所主宰，同时，肾具有调节气机的功能，故有“肺主行气，肾主纳气”之说。

气功疗法，是吐纳法的一种，通过精微的呼吸作

用，而能舒畅周身，四肢轻快，如释重负，在医疗预防中有重大的意义，与气的作用甚为密切。

(四) 血的生理功能。

血是维持人体生命的主要物质，是营养与精神活动的物质基础。

1. 血是营养的物质基础，血在血脉中循行，心主血，心是血液循环的原动力，通过心的作用，将血的养料输送到全身组织，《素问经脉别论》说：“食气入胃，浊气归心，淫精于脉，脉气流经，经气归于

肺，肺朝百脉，输精于皮毛”。这说明古人早在二千年之前已经知道营养物质吸收入血液循环的规律，是世界上伟大的创举。但是，血的循环，必须依赖气的动力，故有“气为血之帅，气行则血行”之说，血的循环可以从脉搏的跳动，具体的反映出来，故血的循环失常则发生血虚、亡血、血崩、血漏等疾病，而血盛的人形体强壮，血虚的人形体虚弱，因此血是人体生命活动的基本物质。

2. 血是精神活动的物质基础，血除了上述功能之外，血的盈亏与精神活动的旺盛，意识的灵敏，有很大的关系，因此失血过多可发生精神病变，故蓄血症伴有善忘、如狂等症。

四、营卫气血的循行途径

营卫气血的循行，与经络学说有密切的关系，古人认为营是按照十四经的次序而进行的，卫虽然不是按照十四经的次序而进行，但是在白天则散布于阳经的穴位，晚上则循行于五脏，故《灵枢营卫生会篇》说有“营在脉中，卫在脉外”之说。

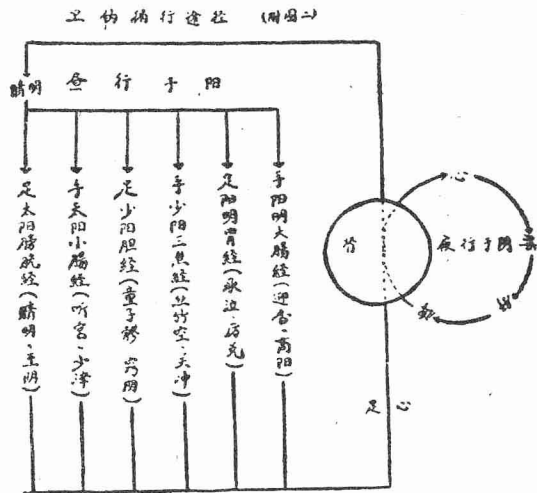
(一) 营的循行，根据《灵枢营卫生会篇》说：

“营周不休，五十而复大会，阴阳相贯，如环无端”。营每天早晨从手太阴肺经开始，依次行于手阳明大肠经，足阳明胃经，足太阴脾经，手少阴心经，手太阳小肠经，足太阳膀胱经，足少阴肾经，手厥阴心包经，手少阳三焦经，足少阳胆经，最后到足厥阴肝经而终止，次日早晨复会合于手太阴肺经，并在肺部汇合卫，如此循行十二经为一周。同时，其分支也从手太阴肺经作为起始点，循督脉、任脉，最后也还注于手太阴肺经终止，营就如此川流不息地循行着。（参考经络循行图）

(二) 卫的循行，根据《灵枢营卫生会篇》说：

“卫气行于阴二十五度，行于阳二十五度，分为昼夜，故气至阳而起，至阴而止”。卫每天早晨从足少阴肾经开始，散行于足太阳膀胱经之睛明、至阴，手太阳小肠经之听宫、少泽，足少阳胆经之童子髻、窍阴，手少阳三焦之丝竹空、关冲，足阳明胃经之承泣、厉兑，手阳明大肠经之迎香、商阳，晚上出于足心，复会合于足少阴肾经，依次循行于肾、心、肺、肝、脾五脏之阴分，次日早晨，复沿足少阴肾经上行，会合于睛明。如此白天二十五度，晚上二十五度

合为一周。（附图二）



(三) 气血的循行，同样是建立在经络学说的基础上的，与营卫的循行是不可分割的。一般来讲血是与营在一起进行，气是与卫在一起进行。根据《医宗金鉴》说：“以其定位之体而言，则气血，以其流行之用而言，则曰营卫”。但是，其也曾有人提出，营卫是沿经络循行，而气血则在血脉中进行，目前尚未取得一致，今后有进一步研究之必要。

总之，营、卫、气、血四者虽各有不同的功能，但是保持在相互促进、相互制约的关系，是不可截然孤立的。

(一) 营与卫，营主营养，卫主卫外，卫推动了营的营养内脏的功能，而内脏得到营的营养，又保证了卫外功能的健全，如营弱卫强则发生太阳中风的表虚证，故以桂枝汤来调和营卫。

(二) 气与血，气血之间的密切关系已在其生理功能中详述，故临床上常在补血药中加入理气药配合应用，才能发生疗效。

(三) 营与血，陈幼勤说：“营为血中之气，血有营则为活血，血无营则为死血”。故营的循行发生障碍，也会影响血的通畅，临床上发生痛肿之类疾患，就是由于无营而造成死血的后果。

(四) 气与卫，气通过卫而发生卫外机能，卫又取决于气的盛衰，故气虚则卫不能致密，卫弱则不能抵抗病邪的侵犯。

談 津 液

傅 瘦 生

(一) 津液的概念及其在体内的生化概况

“津液”是指人体所吸收的水谷精微，它是人体在正常生理状况下体内一切水液的总称。它的组成是水分以及饮食中精微物质，是维持机体生命活动不可缺的营养物质。“津液”在概念上原是两种东西。《内经》说：“腠理发泄，汗出溱溱是谓津，……谷入气满，淖泽注于骨，骨属屈伸，泄泽补益脑髓、皮肤润泽是谓液”；“水谷皆入于口，其味有五，各注其海，津液各走其道，故三焦出气，以温肌肉充皮肤为津；其流而不行者为液”又说：“夫水也，循津液所以化水谷而行津液者也”不仅很明确地给津液下了定义，并且也指出了它的生化来源是由自水谷、饮料，通过机体脏腑活动功能的“气化”作用，使变成一种液状的营养物质，营润泽脏腑，官窍、四肢，皮毛、补益脑髓和营养全身的作用。其所以区别为津为液，大体说来，仅是就其性、状的清浊，分布部位的表里而言：一般认为前者清稀而布于体表属阳；后者浓浊而布于体内属阴。所谓清浊、表里、阴阳仅是相对的概念而言，实际上津与液无论在其生化过程中，以及在生理表现、病理变化上均无明显的界限，很难把它当做两件东西截然分开，因此在医学上更多情况下都是“津液”并称。

中医学认为人体生命力的发生和维持生命活动，主要是禀赋先天父母的精气，同时还须依赖后天水谷精气的给养，说明水谷精气是维持人体生命活动的基本物资，而“津液”是其中极其主要的一种。《内经》说：“黄帝曰：‘人之寿夭各不同，或夭寿、或卒死，或病久，愿闻其道，岐伯曰：……气以度行，六腑化谷，津液布扬，各如其常，故能久长’”又说“平人不食饮七日而死者，水谷津液皆尽故也”可见津液被认为是决定健康寿夭的一个主要因素，是人体一种至为宝贵的营养物质。它要由外界饮食不断地供给来源，才能不断地化生，源源不绝地供应机体需要，否则来源断绝，而内在津液消耗到一定程度时，生命也就将濒于死亡。因此津液生成之后，它在机体内是要经过不断的代谢衍化，为机体机能所利用，其被机体利用外的最终剩余部分，又要变成废物，排出体外，同时又要受着脏腑功能和机体外界环境的影响衍化而消耗。脏腑功能的失调，以及外界环境的影响

响，可使津液亏损或津液的转化物增多，反之津液的不足和津液转化物的增多，也能影响脏腑功能而产生病变。

津液的含义并不等于就是体内一切水液的总称，实际上在中医学里津液是指体内最宝贵的液状营养物质，而当津液机体胜利后的残余部分，转化为废料的水分，在一定常度内只能在机体内渐时滞留，而要适时排出体外，这种津液的转化物，实际上已经是由津液转化为另一物质，早已失去津液的作用，就不能目之为津液的范围，因此，在中医学里，这个界限是有严格的划分的。

津液的生化代谢过程，是一个非常复杂的人体水谷“气化”过程，《内经》里说：“五谷入于胃也，其糟粕、津液、宗气分为三隧”“中焦……此，所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微上注于肺脉，乃化而为血，以奉身，莫贵于此”说明饮食物首先要经过胃的容纳腐熟，化为精微，然后脾为胃行其津液，由脾吸收运化输布。其中津液与糟粕是同时开始的相对产物，糟粕向外，津液向内，通过全身脏腑的功能活动，调节输布分别运行全身。所以中焦脾胃称为“水谷之海”后天之本，生化之源，也就是指津液的化生开始于此。因此在中医学上往往“重胃气”与“存津液”并重，而成为论治上的两个最高原则。由此可知，脾胃功能的正常与否，和津液的化生输布，休戚相关。肺主气而位上焦，有肃降之权，全身气血津液之运行输布必借其宣发作用。《内经》上说：“饮入于胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水津四布，五经并行”“谷入于胃，仍输之肺，流溢于中，布散于外”都说明由于肺气的肃降宣发，津液乃得布散，因此有“肺为水源”的论说。以“气能化水，水可化气”的自然界物理变化现象：来阐述人体津液的“气化”，同时说明了三焦水道的通畅，经络血脉的流通，都必赖于肺气的调节作用。肾为水脏，膀胱为水府，三焦为水道，为津液的关系以及与津液转化废料的排泄，更其密切。《内经》上说：“肾者水脏主津液”“肾者主水，受五脏六腑之精而藏之”“膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出焉”三焦者，决渎之官，水道出焉”“膀胱者，津液之府”难经里也说“三焦者，水谷之道路，气之所终始也”，说明肾是主津液的主

要器官，津液成于五脏最精专部分为精而储之于肾；且全身脏腑功能的“气化”动力，必赖于肾中命门真火的温养，始得生化，但当津液由肺气的宣发节制，输布全身各处后，其被机体利用后的剩余部分，又必赖于命门真火的作用，通过三焦气化而渗入膀胱，这时还必须经过肾的气化作用，一方面将膀胱里所储藏水液的有用部分，化气上腾，并通过肺气作用，化气为津，弥漫渗透于皮肤官窍以及全身各部；而另一方面，通过命门真火的推动作用，将剩余部分转变成废为料，排出体外。而在这个气化过程即所谓“膀胱气化作用”中，上下升降，由水化气，由气化津，三焦又是中间通路，所以三焦通畅，升降不失其常，则津液的生化，输布各得其所。这说明肾、膀胱以及三焦对于津液的关系非常密切。此外如肝、心等脏以及大肠、小肠等生津液也不无关系。从上述所述，可知津液的生化输布代谢过程，是非常复杂的，而且与全身每一脏腑功能活动都有密切关系，其中特别与脾、肺、肾三脏更为密切。所以在中医学上对于人体水液的認識就有“其本在肾，其标在肺，其制在脾”的論說，来作为指导临床治疗水液输布失调病变的理論依据。

由于津液的生化代谢过程，是脏腑功能活动复杂交叉、相互依赖、相互制约所构成一个整体气化作用所决定；相反的，人体脏腑功能的活动，又必仰赖于津液的濡润和给养。因此津液亏损，势必影响了机体“气化”作用，产生病变。

津液为水谷之精气，是人体最为珍贵的一种液状营养物质，以阴阳的概念来说，自是属于阴的范畴。我们知道，维持人体生命活动的基本物质——（阴），不外营、卫、气、血、精神津液，而这些都是水谷精气一气所化，如内经“黄帝曰：‘余闻人有精气津液血脉，余以为一气耳，今乃辨为六名……’”“谷始入于胃，其精微者先出于胃之两焦以溉五脏；别出两行营卫之道”脾胃受谷……中焦出气，如露，上注谿谷，而渗孙脉，津液和调，变化而赤为血，血和则孙脉先满，溢乃注于络脉，皆盈，乃注于经脉“五味入口，藏于肠胃，味有所藏，以养五气，气和而津液相成，神乃自生”……更多記載，都說明了它們在機體內完全是相互資生、相互轉化的關係。它們之間，在生理和病理狀況下，都是相互影響，任何一種耗損時，都會引起津液的傷亡，發生病變，雖然在論述生理狀況時，它們往往分別來看，甚至對立來看，然而在臨床更多情況下，“津液”是廣泛地包括這些內容，甚至也包括了腦髓、精液等。同時在許多場合下，津液又泛指為機體的抵抗力——正氣，如臨床治療法則有“救陰”，“保津養陰”等，即是顧全津液以保持人體正氣抗病力的意思。從上述所述，可知津液在機體

生理上的重要作用。以現代醫學觀點來看，可以包括了血液、組織液、淋巴液，以及腺體所分泌的漿液和粘液等這類東西的內容，是直接或間接作用於臟腑功能以維持整個生命活動的重要物質。

（二）津液的衍化与耗損

中醫學中對於津液的基本概念，既然認為它是一種取之於外，生之於內的液狀營養物質，所以它必然是要不斷生化，不斷代謝，源源不絕地給養臟腑器官組織的需要。所以機體在正常生理狀況下，津液是從不同的道路衍化為不同的形態，去供應全身各部組織的需要，最後部分又轉化為廢料，排出體外，以調節機體水液的平衡局勢。因此，舉凡從人體排出的物質，都可以說是津液的化身。而津液的耗損，概括起來也不外兩方面：一即生理上的代謝與衍化；一即病理上的消耗與傷亡。當機體各部組織機能活動以及機體臟腑功能為了適應外界環境變化，必然地要使津液消耗，或因津液衍化物增加而消耗。如內經上說“水谷入於口，輸於腸胃，其液別為汗；天寒衣薄則為溺與氣；天熱衣厚則為汗；悲哀氣閉則為泣；中熱胃緩則為唾；邪氣內逆則氣為閉塞而不行，不行則為水腫”“五臟化液，心為汗，肺為涕，肝為淚，脾為涎，腎為唾”等等，都說明了機體在外界自然環境、四時氣候以及情志刺激等的影響下，要相適應地使體內津液衍化為其他物質，來協調人體的陰陽平衡。

津液既是人體一種至為珍寶的營養物質，因此可想而知，津液在病理概況下，自然是只有“津液亏损”，“亡津液”的不足病變，就絕不會因津液過多而致病的，否則就失去了津液的意义。但是在臨床上看往往看到有由於臟腑機能病變，出現了津液的分布、調節等各方面的變異，或因於病理變化，致津液的生化過程不能按道而成；致津液轉化為另一種物質如痰、飲、水、濕等液體的滯積，而危害着機體的正常活動，產生病變。然而這種病理變化，是属于津液在病理變化下津液衍化物量的增多和滯積，而實際上在質的方面已經改變，完全失去了津液的含义。因此絕不能把它說成是津液過量所造成的病理狀況，必須把它和津液嚴格划分起來，稱它為水、為濕、為痰、為飲等，是有一定意义。

津液在病理狀況下的耗損，在中醫學里叫做“亡津”“亡液”或“亡津液”。上而述過，津與液常是相提并論的，在本質上原是很難截然分開的東西，在病變上有时仅仅用来区别病變輕重的解說而已。如肉經上說“津脫者，腠理開，汗大泄；液脫者，骨屬屈伸不利，色夭，腦髓消，唾酸，耳數鳴”等，一般認為津脫未必液脫，液脫必然津脫，津脫輕而液脫重；然而在更多情況下，“亡津”即是“亡液”，也就是

杂、作用广泛，所以导致津液伤亡的原因，也是极为繁多，概括起来，主要有以下几方面：一是由于某种原因造成脏腑功能衰弱，胃气因之亏竭，中宫无权、水谷精气化源断绝，续继无援；而体内津液又不断消耗，势必酿成津液枯竭。一是由于某些原因引起大汗、大泄、大吐、大失血等，导致津液伤亡：如因某些病理变化或因误治，误用汗、吐、下或利尿行血等药品导致津液脱亡。上面述过津液与汗、血，以及人体所排出的水分，都是相互影响的，汗为心液，血汗同源，故“夺血者无汗，夺汗者无血”而津液又为生血的物质基础，津血同源血气同类，因此大泻、大吐、大汗、大失血时，最易耗伤津液。一是由于六淫化火，或五志化火，销炼真阴，也是导致津液伤亡的主要原因之一。因为火邪最易灼津；而由于津愈亏，正气愈衰则热愈熾。热愈熾则津益亏，所以壮热不退必然出现了口苦咽干、舌絳苔燥、唇焦齿枯、大便干燥、小便短赤、渴喜饮水，甚至神昏谵语等一系列津液伤亡的特征症状。因此在临床治疗上往往退热即以存津，生津即可退热，而这类的津液伤亡与病变的机轉是休戚相关。上述这些，都是属于病理状况下津液的伤亡情况。

（三）“津液”在辨证论治上的指导作用

中医临床上辨证论治的最大特色，是始终地贯穿着“天人相应”和“机体整体观念的指导思想，它的病因论以及论治等各方面都是反对机械的“惟邪论”，强调了外因必须通过内因而后起作用的，但是也并不否定了外因的作用，承认内因是根据，外因是条件；认为疾病的整个过程中所表现的症状，就是“邪”“正”相争过程中两方消长的反映，并且着重了病人正气在疾病变化过程中所起的决定性作用。因此在论治时，认为“攻邪即以固正，扶正可以祛邪”，把“扶正祛邪”“攻邪勿伤正气”作为整个治疗过程中的指导原则。在扶正方面来说，不是回阳，就是救阴，而“顾全津液”则被列为首要的原则。辨别津液是否亏亡，在辨证上就有了头等的重要意义。如在临床上从辨别寒热、辨大小便、辨口渴、辨汗、辨舌质舌苔、辨齿、辨脉等来测知体内津液伤亡的情况，从而决定了“攻邪”“扶正”或“扶正祛邪”的治疗法则以及制方用药，在整个中医治疗学中是贯穿着这一精神成为中医治学上独特的一环。

从伤寒论和温病学辨证的角度来看，后代医家多认为“伤寒多亡阳，故重于回阳，温病多伤津，故重于救阴”，其实亦不尽然。从《伤寒论》的六经辨证里可以看出张仲景是处处警惕着是否有亡津的病情，把辨别津液损伤的情况作为临床上汗、吐、下等立法制

后，复发汗小便不利者，亡津液故也”，“阳明病，自汗出，若发汗，小便自利者，此为津液内竭，虽鞭不可攻之，当须自欲大便、宜蜜煎导而通之”阳明病，其人多汗，以津液外出，胃中燥，大便必鞭，鞭则谵语，……等等，说明了临床上许多复杂病情，要从津液观点，加以辨别，不然盲施攻伐，必将致成“坏病”。所以在论中醇醇戒告，津液亏损不可攻邪，如“脉微”“尺中脉迟”“咽干”“淋家”“衄家”“亡血家”“汗家”等，这些立法莫不从“津液”观点立论，而与津液理论息息相关。同时在伤寒论中，不止一次地说明因误治而引起津液伤亡的不良后果，如：“发汗多，重发汗者，亡其阳，谵语脉短者死”“因发其汗，出多者，亦为太过，太过者为阳绝于里，亡津液，大便鞭也”叮嚀戒告，攻邪勿伤津液，唯恐津液伤亡导致坏病，并且也非常重视保护津液，用养阴救津疗法以增加体内津液，加强机体的抗病力，处处体现了“存津液”的观念。

从温病的“卫”、“气”、“营”、“血”、“三焦”辨证的角度来说：在温热病的整个治疗过程中，把“保津养阴”治疗法则，提到最高的原则上去。吴鞠通的《温病条辨》一书自始至终是贯穿着“津液”的理论，总的精神：认为温热病的发生，无论是新感伏邪，都极易化火化燥，销炼津液，而在病变中机体津液存亡问题，是决定温热病预后好坏的关键，在治疗上处处要防止因误汗误吐误下而更伤津液。在另一方面，即使病已临劫津伤阴的地步时，就须用生津增液护阴的药品，以救阴存津，认为“留得一分津液，便有一分生机”。因此在温热病的治疗过程中，根据卫气营血三焦的辨证纲领，辨别病邪以及伤津的情况，采用了间接或直接的养阴保津的治疗法则。例如病在上焦，温邪先伤于手太阴卫分，津液未伤，虽然其治疗规律是以祛邪为主，然而唯恐过汗妄汗，劫炼阴津，故法当辛凉解表，治以轻清宣透之剂。若因病人素质阳虚，加之热伤阴的，只可采用“清热滋阴”或“滋阴发汗”等补正攻邪，同时并举以免津液伤亡。如若病在中焦，表邪传里犯及脾胃，由“卫”及“气”，邪盛而正气渐衰，阴津渐伤为其病能特征，所以治疗当以祛邪与扶正并重，则当采用清热保津，或急下存津，甘寒生津等，或于泻下方法中佐以“补养”“增阴液”“宣肺气”“开心窍”等药物。另一方面如太阴温病口渴甚者又当用甘寒药以生津滋阴，增加抗病机能。又而病入下焦，邪传肝肾，正气衰弱，阴伤津竭，这时以“扶正”为主。采用甘寒生津，咸寒滋阴，以及育阳潜阳等法，以大剂滋阴之品，填补肝肾真阴之伤竭，使阴复阳留，否则不从救津着想，则阴竭于上，阳浮于上，阴阳离绝之危候。正如吴鞠通说：“热

病未有不耗阴者，其耗之未尽则生，尽则阳无留恋必脱而死亡也。”从上所述，温病的治疗以“保津养阴”为总的原则。

从脏腑辨证的角来说：津液的伤亡是造成脏腑内虚的主要病因之一。《内经》上说“邪气盛则实，精气夺则虚”所谓正气也就是指人身气血，津液，精神，……等维持机体生命活动的基本物质，以及这些物质作用于机体所产生的生理功能而言。前者所谓阴，后者所谓阳，而造成脏腑内虚的局势，不是阴虚，就是阳虚，然而阴虚与阳虚又是相互传变的。津液精血的化生，必赖于阳气之作用而后成；而阳气又必须由水谷精气和天气所化生，精血津液亏亡则阳气无源以生，而过度损伤阳气则又影响了阴精的化生。无论是阴虚阳虚，首要问题在于正气的补养，而其基本法则重在调理脾胃，因为内虚疾病多为慢性消耗性病变，所以调理脾胃，补充营养是治虚促进健康的重要环节。这更进一步说明了“重胃气”“存津液”在中医临床论治上是两个基本原则，往往并重。从脏腑实证来说，“实则泻之”，然则“攻邪勿伤正气”也是医家所不能忽略的，《内经》书中醇醇告诫治病用药时，勿伤胃气，顾全正气为主。综上所述，可知无论在伤寒、温病以及内伤杂病等治疗上，不管治法，制方，用药多种多样式，但是顾全津液，保护正气，都是它们总的

原则，补阳可以救阴，救阴可以回阳，阴阳互根，如影随形，而这些都直接或间接和津液的理论息息相关，都是在阴阳五行理论的指导下办证立法的。

结 束 语

(一) 祖国医学的“津液”学说，是建筑在阴阳五行的学理理论体系上，是一个极为复杂的人身水谷气化学说，它的生化、代谢、衍化过程不仅与全身脏腑功能活动有着相互资生的密切关系，同时和营养机体的营卫精气血脉等以及人体所有的排出物如汗、尿、唾、涕、涕、涎等津液的衍化物甚至在病理情况下津液的转化物如痰、饮、水、湿等都有相互影响的密切关系，其中任何一项发生异常变化，都会随着机能的变异而被影响，所以“津液”说充分地体现了祖国医学特色的机体统一性，同时也指导了临床辨证施治的整体观念。

(二) 津液学说运用在临床辨证施治上，突出地反映了内因决定外因的病因论，认为正气的充沛旺盛，是决定疾病的首要问题，因此在论治上主张顾全正气保护津液，强调了“攻邪勿伤正气”，“扶正”与“攻邪”分别并重，把“重胃气”“存津液”提到论治中的最高原则，成为中医治疗学中独特的一环。

谈“存津液”与“重胃气”

林 古 恒

津液是人体内一切正常有机活动所需的水液的总称，也可以理解为人体新陈代谢的一种主要的液状营养物质。津属阳，液属阴。津是较为稀薄的，散而不留，液是较为浓厚的，留而不散。凡能弥漫散布于全身，润濡肌肉，充养皮毛的为津；凡能灌注关节，使关节屈伸自如，并渗溢于骨空脑腔，以及流注体表润泽皮肤的为液。津液虽有阴阳的分划，但实际是一体的，所以通常津液并称。

津液的来源产生于水谷精微，是营养物通过脾胃的加工分化而变成的“专精”物质。《内经营卫生会篇》说：“中焦所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺，入化而为血，以本生身。”可知人体精神、意识、思维等活动，以及精、脉、骨、髓的补充濡养，无处不是依靠津液的作用。所以津液是生养心身的有力物质，是新陈代谢的补偿基础。

古人又认为精、气、津、液、血、脉六者一气化成。所谓“一气化成”，就是中焦气化所生成，也就

是说它们同是来源于胃中水谷精微。津、气、精三者属阳，代表人体活动功能；液、血、脉三者属阴，代表人体活动物质。养生家常常提出“积津生气，积气生精”医学家提出“积液生血，积血生脉”如果人体津液损耗，会导致气血亏虚，而气血亏虚也会引起津液的不足。所以“津液”的保养，古今养生家、医学家都有共同观念。

胃气，是指脾胃功能的总称。脾胃功能何以又称“胃气”？因为它有腐熟水谷、运化水谷作用。脾与胃合作，能够变化津液，输布精气。《内经灵枢经脉篇》说：“食气入胃，散精于肝，淫气于筋；食气入胃，泄气归心，淫气于脉，脉气流经，经气归肺，肺朝百脉，输精于皮毛”。又说：“饮食入胃，游溢精气，上输于脾，脾气散精，上归于肺，通调水道，下输膀胱，水津四布，五经并行”。可见精气水津等营养物质生化游布，都有赖胃气的作用。《内经平人氣象论》又说：“五谷入于胃也，其糟粕、津液、宗气

分为三隧。宗气积于胸中而行呼吸，营气泌其津液化而为血，卫气出于肝气之慄疾而行于四末分内之间”。可知“胃气”是包括宗气、营气、卫气，即人体内最主要的元气。胃气的有无，即元气的存亡。李东垣在他所著《脾胃论》说：“元气之充足，皆由脾胃之气无所伤，而后能滋养元气”所以胃气盛则人体壮实，胃气衰则人体怯弱。李氏又说：“胃中元气盛则能食而不伤，过时而不饥，脾胃俱旺，则能食而肥，脾胃俱虚，则不能食而瘦，或少食而肥，虽肥而四肢不举”，所以人的体表肥瘦，不在饮食多寡，而在胃气（元气）的盛衰。

胃气的重要性既如上述，故胃气的有无决定生命的存亡。《内经平人氣象论》说：“人以水谷为本，故人绝水谷则死，无胃气亦死”。病人胃气有无，可以两方面观察，一是从饮食情况观察，一是从脉象观察。《内经宣明五气篇》说：“脾病不能为胃行其津液，四肢不得禀水谷气，气日以衰，脉道不利，筋骨肌肉，皆无气以生，故不用焉”。因为脾主四肢肌肉，胃气一伤，饮食欠进，则肌肉瘦削，四肢不举。又《厥论》说：“脾主为胃行其津液者也，除气虚，则阳气入，阳气入则胃不和，胃不和则精气竭”，病人转到阴阳气血衰竭，就是临于垂亡的无胃气象征。“得谷者昌，绝谷者亡”就是这个道理。从脉象方面来说，胃气虚弱，或脾元告匮的末期，病人必定出现特殊的脉象。这些异脉内经称为“真脏脉”。《平人氣象论》说：“所谓无胃气者，但得真脏脉，不得胃气也”所说无胃气的真脏脉，就是五脏病变垂危的

脉象。如：春脉如弦应肝，夏脉如钩应心，秋脉如毛应肺，冬脉如石应肾；如果春脉弦劲强直，或细软如毛，夏脉洪实坚大，或坚结如石，秋脉花虚而散，或洪大鼓指，冬脉劲强如弹，或细弱无伦等，都是胃气已亡，邪气独甚之脉。《内经至机真脏论》说：“胃者五谷之本也，脏气必因胃气乃致……故病甚者、胃气不能与之俱至……故曰死”即元气衰败、阴液阳津极度告竭的阶段。

存津液与重胃气，是中医治病的主要法则。汉代张仲景著《伤寒杂病论》，用汗、吐、下三大法，其所立三百九十七法一百一十三方，归纳总则不外“存津液”。因为外感病，在邪正斗争中，不断消耗体内津液。存津液方法，即所以补偿机体津液之不足。观其开篇第一章治太阳病，服桂枝汤取发其汗后，加啜糜粥自养，就是寓保津液意义。在《金匱》什书里，他主张温、清、补三大法，列症候为二十四门，立方一百七十多，治疗总则归纳起来，不外“重胃气”。《金匱》多记述内伤疾病脉证治法。因为内伤疾病，必元气先伤，只有胃气强健，身体才易康复。观其开篇第一章云：“夫治未病者、卫肝之病，知肝传脾、当先实脾、四季脾土不受邪，即勿补之。”便可知重胃气的重要性。张仲景是祖国医学发明家，他立法处方都围绕着整个机体出发。他处理外感热性病主张存津液，内伤慢性病主张固全胃气。两者虽然这样划分，实际任何疾病的治疗方法都要“保津液”“重胃气”并重。这是医门法律，无可否定的。

試 論 命 門 之 火

西医学习中医班第五组

命门学说在祖国医学理论中是独特而重要的一环，对生理、病理及诊治运用各方面起着很大作用，值得进一步探讨研究，兹将我们学习后的初步认识介绍如下。

一、对命门之火的部位和名称的探讨

命门之火存在于命门中，古人对命门位置的認識大致有五：①《素問——刺禁論》：“七节之旁，中有小心”。②《难經——三十六难》：“肾两者，非皆肾也，其左者为肾，右者为命门”。③《灵枢——根结篇》：“命门者，目也”。④針灸中命門穴位在第十四椎下。⑤認為命門居于两肾中間，命門火包含在腎水之中。陈士鐸：“命門者，先天之火也，此火

无形，居于水中”。我們認為最后一种說法較為妥當，因为祖国医学中有些名詞是很难單純从解剖上去理解，往往是代表一部分功能而言，所以应属于腎的机能的一部分較為完善。

对命門之火的名稱，古代医家和書籍中提的很多，如：腎火、真火、腎阳、真阳、元阳等等，其实名称虽多而其涵义則相同，在临床实际运用中也是如此。所以我們認為命門火与腎阳等名称涵义相同，命門火即組成腎的生理功能的一部分，因此有腎不但为水脏，也为水火之脏的提法。

二、命門之火的特点

1. 命門火和体质的关系：腎为先天之本，命門火

腎又為腎的功能一部分，因此腎的強弱、命門火的盛衰和先天稟賦以及後天調養有關。張景岳：“命門有火候，即元陽之謂也，即生物之火也，然稟賦有強弱，則元陽有盛衰”。《中醫診斷學》一書中說：“人的稟賦如有不足，真陰真陽也就因之減弱”。在臨床上有素體陽虛的人和老年體虛火衰等現象就可說明。

2. 命門之火為龍雷之火宜蟄藏：古人認為命門火為相火的一種，宜潛藏真水之中，若相火離位則可出現虛火上炎、戴陽、格陽等症狀，在治療上就宜引其真陽下降，使火歸位才對。

3. 和真陰關係密切：陰陽互根是祖國醫學理論中一個基本觀點，陽無陰不能依附，陰無陽不能生長，所以命門火與腎陰有著密切關係，陰虧則出現陽亢，虛火時炎，口燥舌焦，潮熱便秘，脈數無力等現象，治療上宜補陰以配陽則虛火自降。

三、命門之火的生理作用和病理現象

在祖國醫學理論中命門火具有複雜的生理作用，被稱為先天元氣蘊藏之所，為生化之源泉。陳士鐸《石室秘錄》中列舉十二臟都要命門火的溫養，可見其廣泛重要。下面是我們從理論和臨床中對命門火功能的主要方面的一些體會：

1. 命門火是人體臟腑機能活動的動力：張景岳說：“火能生氣，火能化神”，又說：“命門為元氣之根，五臟之陰氣非此不能滋，五臟之陽氣非此不能發”；“凡壽天生育及勇怯精血病治之基，無不由此元陽足與不足以為消長盈縮之主”。其所指標能相當廣泛。在臨床上海命門火衰微真陽不足時表現的症狀也有多方面，如：全身症狀有畏寒怕冷，懶言少氣等；消化系統症狀有唇淡口和、飲食不化、便溏泄瀉等；運動系統有四肢倦怠、腰冷酸痛、下肢痿軟等；循環系統有咳逆跗腫、脈大無力等；生殖泌尿系統有遺尿滑精，陽萎早泄等。當然這些症狀不一定同時全部出現，可能偏重某一臟器方面，總的說來命門火不足多為全身寒冷機能衰退的現象。所以我們認為命門火的作用在廣義上是一種人體生命活動力，包括生長抗病，精神活動等多方面。過去有人把命門火比為西醫理論中的腎上腺，我們感到它在作用上雖有某些相似處，但尚不夠全面，實際上包括了一部神經、內分泌、體液等作用在內，很難在西醫理論中劃分出一個明確的範圍。

2. 命門火有助消化的作用：脾胃主運化腐熟水谷，但需要命門之火來蒸暖，這就是火能生土。嚴用和說：“腎氣若壯，丹田火徑上蒸脾土，脾土溫和，中焦自治，膈開能食”。因此命門火衰就會出現消化不良而泄瀉的症狀，稱為腎泄或五更泄，為泄瀉之一種。

3. 調節水的代謝：人體水分除賴脾肺運化輸布

外，還需腎的氣化。內經：“腎者胃之關也，關門不利，故聚水而從其類也，上下溢於皮膚，故為浮腫。”但關口開閉和腎陰腎陽有關，陰主關而陽主開，若腎陽不足，腎虛命門火衰，則氣化無授，關口闔多開少，水液滯留即成為水腫。所以治療水腫，溫腎也是方法之一。此外臨床上也有一飲一溲，水便清白，命火式微，火衰不能化氣，致氣虛不能化液，水不得火而有降無升成為消渴病的，也宜用補命火治療。

4. 納氣的作用：肺主氣，司呼吸大氣，但大氣能攝入又和腎有關。腎的納氣作用使氣下降，陰陽相交，呼吸乃和。張景岳說：“虛喘者無邪，元氣虛也”。所以腎虛火衰可以為喘的原因之一；老人氣衰，命火式微，不能攝納，就會出現喘咳不得臥的現象。此種喘咳多屬虛喘腎喘，要用溫補腎氣治療。

5. 命門火和生殖機能有關：腎藏五臟六腑之精及生殖之精，命門火衰不能攝納固藏時，可有陽萎滑精等症狀；命門火旺則會有陽舉性欲旺盛等情況。

6. 命門火和肌肉運動等有關：腎主骨，腰為腎之府，腎經脈抵腰脊中，精氣不足，則骨枯髓虛，出現腰冷酸痛、下肢痿軟等症狀，臨床上海腰痛骨痠有用補腎壯火治療，也是方法之一。

綜上所述，可見中醫理論中命門火的作用，是牽涉到西醫理論中各方面，不能以一個系統來概括的。

四、有關命門之火的用藥舉例

命門火的作用廣泛而重要已如上述，因此在臨床上海常常運用命門火的理論進行治療，但由於腎臟多虛証而少實証，因此用藥方面多屬補劑。命門火衰的則用溫補腎陽藥，所謂“益火之源以消陰翳”；若腎陰虛而現虛火上揚的則用滋陰藥，所謂“壯水之主以制陽光”。此外火衰時還可以用一些對症治療藥，如收瀉固腎一類的，分別舉例如下：

1. 溫補命門火藥：多為溫熱性藥，由於火衰機能衰退，所以給以熱性興奮性藥物，使機體功能加強。如：附子、肉桂、巴戟天、補骨脂、肉蓯蓉、鹿茸、淫羊藿等，方劑如：金匱腎氣丸、右歸丸等。

2. 滋養腎陰藥：命門火衰時不但須補火而且宜配合滋陰，使陰陽互相生長，也可說是增加機體和組織器官的物質，則機能也恢復了。如：龜板、鱉甲、女貞子、熟地、阿膠、天冬、枸杞等。方劑如：六味地黃丸、左歸丸等。

3. 收瀉固腎藥：多用於命門火衰時出現的症狀對症用藥。如：龍骨、牡蠣、五味子、桑螵蛸、復盆子、芡實等。方劑如：金鎖固精丸、桑螵蛸散等。

小 結

本文對祖國醫學理論中的命門之火作了簡單的初

步探討，認為命門應在腎水之中，命門火為腎功能之一部分，其生理作用廣泛而重要，為全身機能活動的動力，能助消化，調節水的代謝，助納氣，和生殖機能等多方面均有關係，並就臨床治療命門火的用藥作

了舉例，其中有不妥之處，尚待同志們不吝指正，以便共同研究，整理提高。

（本組成員：金鍵行、曹迺達、林捷生、方璋理、潘明繼、陳岩、莊杰盾、石隱玉、陳良盛）

祖 國 醫 學 氣 化 說 的 探 討

傅 瘦 生

一、“氣化”說的基本概念

“氣”的涵義極為廣泛。遠在先秦時代，我國哲學就以“氣”這一概念來認識和理解物質世界。在當時，由於歷史的不斷發展，社會生產力的提高和生產關係的遷變，神權思想發生了動搖，人們對大自然的認識，也由空虛轉向實際。經過了長時期對自然界的觀察和體驗，逐漸追求到一切事物構成的最初根源。他們認為一切事物的組成，必有其“元”。這個“元”就是充滿在宇宙間一種微細到肉眼不能看到的無形物質，因為它用肉眼不能看到，故後來就用“氣”來概括之，如古人說：“元者，氣也，無形以起，有形以分，造起天地，天地之始也。”^①可知古人心目中的“氣”為一種最微細的物質的基本粒子，是一種無形的存在。宇宙之中，大至天地，小至於事物，莫不是“氣”的運動變化所形成的，而“氣”就是物質的原始狀態，它是古人在研究物質世界時對於物質運動內在因素最原始的理解，為構成世界的原始材料的最小單位。

基於這一概念，古人試圖以此進一步來說明和理解一切物質世界發展變化的根據，解釋物質運動變化的各種現象和規律，於是從“氣”轉化為兩個抽象的概念——陰陽，創立了陰陽學說，用陰陽來概括一切事物和現象的屬性及其變化，說明物質的內部和外部都存在有對立矛盾的兩方面。但是事物的錯綜複雜變化，用陰陽的矛盾統一來說明，又感到不夠，因之又結合了五行學說，來進一步演繹分析。其所謂“行”，也就是為天行“氣”的意思^②。由陰陽變易而生五行，而五行的變化，歸納起來又不外是陰陽，於是陰陽五行說，來作為說理工具，就能更完善地說明物質的相互滋生、制約和複雜互變的運動規律。所以“氣”是陰陽五行說的物質依據，陰陽五行說又是分析氣的運動變化規律，兩者是不能相舍而談。

古人既然認為事物或現象，都是“氣”不斷運動變化的結果或反映，但是無形之“氣”變成有形之物，或由有形之物變為無形之氣，其中就須經過一個複雜

的變化過程。《內經》上說：“物生謂之化，物極謂之變。”^③又說：“夫物之生從乎化，物之極由乎變，變化相薄，成敗之所由也。”^④“氣始而生化……氣終而象變”^⑤意味著一切物質是在永恆的運動着，不是由氣變形，就是由形變氣，無形之氣合而生出有形之物，而有形之物敗壞至於滅亡，可以變為無形之氣，物質是永恆不滅的自有而無，自無而有，因果互變，永無停息。凡是某種物質轉變為另一種物質，或由一種物質分解為多種物質，或由多種物質綜合變為一種物質，都是屬於“氣”的生化作用，因此把這個生化過程稱為“氣化”。

二、“運氣”說的“氣化”

祖國醫學的運氣學說，是古人以陰陽五行說為核心，在天人相應和整體觀念的思想指導下，結合了古代天文、地理、曆算等各方面自然科學知識，以推算每年自然氣候變化的規律，以及一年四季氣候的異常變化，作為一種執簡馭繁的論理工具，從而研究自然環境，四時氣候與疾病的關係，廣泛地應用到醫學上去，作為研究六淫外感疾病的臨床診斷治療用藥上的參考。因此從“氣化”這一概念上進一步闡述發揮，說明了由於陰陽五行之氣的錯雜互變，遷轉不息的結果，就出現了自然氣候的遷變和影響了萬物的生、長、化、收、藏。如《內經》上說：“寒暑燥濕風火，天之陰陽也，三陰三陽上奉之；木火土金水，地之陰陽也，生長化收藏下應之。”^⑥又說：“夫變化之為用也，……在天為風，在地為木；在天為熱，在地為火；在天為濕，在地為土；在天為燥，在地為金；在天為寒，在地為水；故在天為氣，在地成形，形氣相感，而化生萬物。”^⑦說明在天之陰陽為無形之氣，在地之五行為有形之質，而五行之氣在天運化又為無形之氣。由於氣有多少，形有盛衰，於是產生了六氣之化。故六氣之化于天，為天之陰陽，在地則三陰三陽上奉之，如風化厥陰，熱化少陰，濕化太陰，火化少陽，燥化陽明，寒化太陽，這就是所謂六元一氣所化。因此六氣謂本，三陰三陽謂標，而六氣之中的氣又互

变，有从本化者，有从标化者，有不从标本而从中气化者。由于六气的递转变化，下应时令，就产生了春、夏、秋、冬四时气候的寒热温凉；再由于六气的胜复迟速、升降，上下盈虚的太过或不及，就产生了四时气候的异常变化。古人从长期的观察体验，找出规律，以五运六气之化，分司天地，作为论理工具，这是运气学说中的六气“气化”的涵义。

三、人体机能的“气化”说

以“气”来解释人体生理机能的，古籍早有记载，如庄子说：“人之生，气之聚也，聚则为生，散则为死。”⑧孟子说：“气者，体之充也”⑨王充也说过“人之所以生者，精气也，死而精气灭”⑩这些都是认为“气”是人体生命基本活动的客观形态。祖国医学理论是建筑在阴阳五行说的基础上，因此《内经》里处处是以“气化”这一概念贯穿应用到医学的范畴里，更以丰富的内容来阐述了人体“气化”意义。如：“天复地载万物悉备莫贵于人，人以天地之气生，四时之法成”⑪说明了人的生存和机体的生命活动都是仰赖于气。关于人体气化的重要性，在《内经》里更有进一步的说明。如：“出入废，则神机化灭；升降息，则气立孤危。故非出入，无以生长壮老已；非升降，则无以生长化收藏。是以升降出入，无器不有……化有大小，期有远近，四者之有，而贵常守，反常则灾害至矣。”⑫指出了气的运动不特乎升降出入，且要保持着永恒运动，不能有所偏差。如果升降出入运动不能保持正常，就会发生灾害；如果一旦静止，就会灭亡。自然界物质的本性和运动规律是如此，而人是自然界万物之一，自然不能例外。一个人的生长壮老死，实际上也就是“气化”的结果或反映。人体上那一部分“气化”障碍，就表现了病变，“气化”静止，人就死亡。由此可见举凡人体内一切充养物质，莫不是“气”的范畴，一切功能活动也莫不是“气化”的表现，健康的人就是“气化”正常。

我们知道，一个人之具有生命力，首先是禀赋了先天父母的精气，形成胚胎之后，又必须有后天水谷的精气和空中天气以给养，才能持续不断地长成壮大。这三种气的结合，就是人体生命的活动力，叫做真气。其中后天之气须赖先天之气的活动力才能生化和吸取，而先天之气又是后天之气所化生的。所以概括的说，人除了依靠先天父母所赋给的生命力外，主要是仰赖于后天水谷之气，也就是仰赖于饮食的给养。根据《内经》说法，当水谷入胃之后经过胃之腐熟，其中精微部分（水谷精气）由脾吸收别出营气和卫气两行，营气行于经隧之中，泌为津液注入脉管化赤以为血液，以传于肺，由上焦宗气的宣发推动，和天气汇合，输送到脏腑经络四肢皮毛以及全身各组织，以

奉养全身。其水谷精气的刚悍部分为卫气，不入于经隧之中，而是弥漫地散布于经隧之外，皮肤分肉骨髓之间，以营卫外作用。在这个过程中，津液又是和营卫同时产生的相对产物，又是互为转化的物质。所以津液也随着分布全身以营着濡润官窍、关节充盈骨髓和脏腑精气等的作用。此外，当水谷精气由脾运化输布全身之外，其一部分搏而不行积在胸中的大气为宗气，它是贯心脉通于肺出喉咙而司呼吸，把水谷浊气由呼而出，把空中清气由吸而入，与水谷精气合而化为身身的真气以供养全身，同时又作为气的推动力量（当然其中的机转是非常复杂的）。由此可见气的生成是来自水谷精气和空中天气。气的分布是全身无处不到。由于分布不同，作用各异，因此就有营气、卫气、宗气、阴气、阳气、脏腑之气、经络之气等，总而言之，都是一气所化，而皆统率于肺。也说明了人体气化作用并不局限于机体的某些脏腑或器官，而是发生在人体的每一部分，也就是说气之所到，都有气化作用。从这里可以理解，人们每天必须摄取多种的饮食，使变为体内的精血津液等多种多样的营养物质，同时又要按照机能活动的需要和外界环境影响而相互转化，并且这些物质之能够使脏腑、器官、组织发生活动能力等，都必须经过气的生化作用而后才能实现的。因此人体生理机能的“气化”说，就不同于从器质立论，而是一个统一的整体，然而它和脏腑的功能活动也是不可分割的相互关联着。

（一）“气化”与脏腑功能的关系

脏腑的功能活动和脏腑之间的功能协调，要依赖于气的生化作用，而脏腑的功能障碍或失调也会影响“气化”而发生病变。肺朝百脉而主司呼吸，统率人身诸气。上焦宗气通于肺，又是气的动力，血气津液的运布都要赖之。以其象天居高以临下，天气必须下降，故气之下降必由于肺。肺之功能如果发生障碍，如肺气虚，或气机壅塞，则肃降失职，气滞于内，天气不降则气化失常。肾为水脏属阴位低而象地。地气必须上升，和肺脏一高一低，象如天地。气之升降，有赖肺肾两脏。肺主气，肾主水，气可化水，水可化气，故气之本在肾；水之源在肺。而肺主行气，肾主纳气，气的上下阴阳相交，升降相召运动如常，而后脾胃始能吸收运化，精气始得四布，水湿才能下行，这是人身阴阳上下升降的道理。且肾间动气与“气化”关系尤甚，因为命门内藏真火，是先天元气所蕴藏的处所。它能推动胸中大气，是生命的最初动力。肾间动气为命门真火的征象，故命门火衰，则“气化”不能。气化与三焦也有密切的关联。三焦部位包罗最大，上至于肺，下至于肾、膀胱，所有脏腑功能活动都是在三焦的领域内进行的。它有总领五脏六腑营卫经络