



中医保健丛书

ZHONGYI BANGNI ZHI WEIBING

# 中医帮你 治胃病



专家科学指导 健康生活保障

林青 邢廷国/主编

第二版

健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

# 中医帮你治胃病

ZHONGYI BANGNI ZHI WEIBING

主 编 林 青 邢延国



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

---

**图书在版编目(CIP)数据**

中医帮你治胃病/林 青,邢延国主编. —北京:人民军医出版社,2008. 1

(中医帮你防治常见病)

ISBN 978-7-5091-1386-8

I. 中… II. ①林…②邢… III. 胃疾病—中医治疗法 IV. R256. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 176955 号

---

策划编辑:石永青      文字编辑:王会军      责任审读:李晨

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社      经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱      邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)51927300—8754

网址:[www.pmp.com.cn](http://www.pmp.com.cn)

---

印刷:北京国马印刷厂      装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:21      字数:343 千字

版、印次:2008 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~6000

定价:35.80 元

---

**版权所有 侵权必究**

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

# 中医 帮你 治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

## 内容提要

本书主要介绍了胃病的基础知识、病理分析、预防办法和中医特色疗法，以及胃病患者的日常保健、生活禁忌等几个部分。全书从中医的角度出发，突出了中医特色，且具有语言通俗易懂，实用性、指导性强等特点，是胃病患者及研究者的理想参考书。

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

## 序

近年来，随着社会、经济的高速发展，人们生活水平不断提高，大家在充分享受生活的同时却忽视了对健康的防护。由于每个人都有这样或那样的生活习惯，比如吸烟、嗜酒、偏食、不爱运动等，长期得不到正确的调整，致使多种常见病乘虚而入。

高血压、糖尿病、高脂血症、冠心病、胃病、肝病、肾病等严重影响着人们的正常生活。跑医院成了人们的家常便饭，且大多都是接受西医治疗，症状缓解便不去管它。日后一旦遇到诱因，这些疾病、便会卷土重来，且一次比一次严重。在人们走投无路、身陷困境而无以自拔的时候才想起中医。中医对症状缓解的效果不像西医那样立竿见影，但通过对患者自身的调理，可提高患者的免疫力，从而使疾病得到根治！

有鉴于此，也为了对大家的健康生活能有所帮助，我们特别邀请了国内外的中医专家编写了本套丛书“中医帮你防治常见病”，也许会对您解决疾病有所启发。

中医专家再次提醒广大朋友，要想不生病、少生病、生病后能尽快康复的惟一途径就是：多了解健康方面知识！太多的事例说明了很多人不死于疾病，而是死于对疾病发生、发展、防治的无知！

如果本套丛书能为您的健康生活有所帮助，我们将感到十分欣慰。希望广大读者多提宝贵意见，对我们的工作有所促进！

编者

2007年11月

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

## 目 录

第一章 中医帮你认识胃病 .....	1
一、胃与胃病 .....	1
二、胃的生理功能 .....	3
三、中医对胃病的认识 .....	5
四、中医眼中的各类胃病 .....	7
(一)急性胃炎 .....	7
(二)慢性胃炎 .....	8
(三)胃、十二指肠溃疡 .....	9
(四)胃下垂 .....	11
(五)胃肠神经官能症 .....	12
(六)溃疡性结肠炎 .....	13
(七)腹泻 .....	14
五、中医对胃病并发症的认识 .....	15
六、中医解读胃溃疡 .....	17
(一)胃脘痛的病因病机 .....	18
(二)胃脘痛的辨证分型 .....	19
七、中医解读胃炎 .....	20
(一)急性胃炎的特征与症状 .....	20
(二)慢性胃炎的特征与症状 .....	21
第二章 中医帮你分析胃病 .....	23
一、中医分析胃病发病原因 .....	23
二、中医分析胃病早期信号 .....	27
三、中医分析胃病临床症状 .....	29
四、中医分析胃病的诊断方法 .....	34

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

(一)胃病的自我诊断方法 .....	34
(二)胃病的常规检查与诊断 .....	40
五、中医分析胃病易患人群 .....	45
六、中医分析胃病的危害 .....	47
<b>第三章 中医帮你预防胃病 .....</b>	<b>49</b>
一、预防胃病发生、发展 .....	49
(一)预防胃病的发生 .....	49
(二)预防胃病的发展与转变 .....	53
(三)预防胃病的复发 .....	54
二、日常保健防胃病 .....	55
三、科学饮食防胃病 .....	56
四、中医帮你防胃炎 .....	59
(一)正确认识胃炎 .....	60
(二)饮食预防胃炎 .....	61
(三)生活细节中预防胃炎 .....	64
五、中医帮你防胃溃疡 .....	67
(一)从饮食预防 .....	68
(二)从精神上预防 .....	69
(三)利用按摩预防 .....	71
(四)日常起居中预防 .....	72
<b>第四章 中医帮你治疗胃病 .....</b>	<b>76</b>
一、按摩疗法 .....	76
(一)按摩的要求 .....	76
(二)常用按摩手法 .....	77
(三)按摩时的注意事项 .....	83
(四)辨证按摩 .....	84
二、拔罐疗法 .....	89
(一)拔罐简介 .....	89
(二)急性胃炎拔罐法 .....	90

# 中医 帮你 治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

(三)慢性胃炎拔罐法 .....	92
(四)脾胃保健拔罐法 .....	95
三、贴敷疗法 .....	96
(一)贴敷疗法介绍 .....	96
(二)辨证贴敷法 .....	99
(三)对症贴敷法 .....	103
四、针灸疗法 .....	104
(一)针灸疗法简介 .....	104
(二)胃病针灸疗法 .....	105
五、艾灸疗法 .....	107
(一)艾灸疗法介绍 .....	107
(二)胃病艾灸疗法 .....	109
六、刮痧疗法 .....	112
(一)刮痧疗法介绍 .....	112
(二)胃病的刮痧疗法 .....	115
七、熏洗疗法 .....	120
(一)熏洗疗法介绍 .....	120
(二)胃病的熏洗疗法 .....	123
八、音乐疗法 .....	126
(一)音乐疗法介绍 .....	126
(二)胃病的音乐疗法 .....	128
九、心理疗法 .....	132
(一)喜怒哀乐与胃病 .....	132
(二)心理因素对胃病的影响 .....	132
(三)胃病心理疗法 .....	134
十、运动疗法 .....	141
(一)运动疗法的原理 .....	141
(二)运动疗法的作用 .....	142
(三)常见的几种运动疗法 .....	142
(四)胃病的气功疗法 .....	143

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

十一、饮食疗法 .....	144
(一) 饮食治疗的原则 .....	144
(二) 饮食治疗的注意事项 .....	145
(三) 主食疗法 .....	146
(四) 副食疗法 .....	147
(五) 菜肴疗法 .....	153
(六) 羹汤疗法 .....	164
(七) 药茶疗法 .....	181
(八) 药酒疗法 .....	186
十二、中药疗法 .....	193
(一) 胃病患者用药须知 .....	193
(二) 中草药疗法 .....	199
(三) 中成药疗法 .....	234
(四) 中药方剂疗法 .....	242
<b>第五章 胃炎的民间传统疗法 .....</b>	<b>244</b>
一、整体调节，辨证用药 .....	244
二、消积导滞，祛除夹证 .....	246
三、平调寒热，阴阳调和 .....	247
四、辨证为主，肝肺同治 .....	248
五、甘柔通降，疏肝化滞 .....	250
六、健脾和胃，消滞祛瘀 .....	251
七、和降胃气，补气养阴 .....	252
八、清热祛湿，温胃养阴 .....	254
九、衷中参西，多法并用 .....	255
十、理气建中，养胃扶正 .....	257
十一、健脾除湿，标本兼治 .....	259
十二、精心选药，辨证施治 .....	260
十三、和胃祛湿，清热养阴 .....	263
十四、健脾补虚，温阳泻火 .....	264
十五、理气和胃，祛瘀通降 .....	265

# 中医 帮你 治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

十六、以通为补，调和气血 .....	267
十七、辨证施药，综合防治 .....	269
十八、以通为法，分型论治 .....	271
十九、祛瘀散滞，虚实兼治 .....	274
二十、清热解毒，疏肝理气 .....	276
<b>第六章 胃病患者的调养与护理 .....</b>	<b>279</b>
一、胃病患者起居调护 .....	279
二、胃病患者饮食调护 .....	284
三、胃病患者运动调护 .....	289
四、胃病患者精神调护 .....	295
五、胃病患者四季调护 .....	298
六、老年患者自我调护 .....	303
七、各类胃病患者的调护 .....	304
<b>第七章 胃病患者的生活禁忌 .....</b>	<b>310</b>
一、胃病患者的日常禁忌 .....	310
二、胃病患者的饮食禁忌 .....	311
三、胃病患者的运动禁忌 .....	313
四、胃病患者的心理禁忌 .....	317
五、胃病患者的用药禁忌 .....	317
<b>附录：治疗胃病常用穴位 .....</b>	<b>321</b>



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

## 第一章 中医帮你认识胃病

### 一、胃与胃病

胃是近似袋状的器官，它从左膈下向右横跨上腹部，胃的大部分位于左肋部，小部分位于上腹部。胃的入口处称贲门，与食管下口相连接；胃的出口处称幽门，与十二指肠球部相连接；胃的底部位于贲门的左侧，为贲门水平以上膨隆部分；胃体位于胃底和幽门部之间，占胃的最大部分；幽门管与胃体之间的部分称幽门窦，或称胃窦，这是炎症和溃疡的多发部位（图 1-1）。

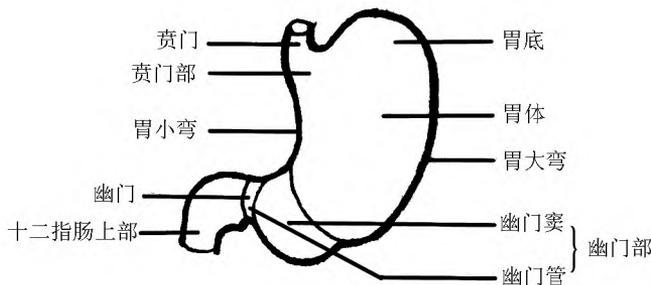


图 1-1 胃的各部分名称

胃有两个面，即前面（前壁）和后面（后壁）；两个弯，即小弯和大弯。胃靠近前腹的一面称胃前壁，相对的一面称胃后壁；胃前壁和胃后壁相连接的上缘称为胃小弯，下缘称胃大弯。胃大弯的形态和位置多因人而异。胃下垂的病人，其胃大弯的最低点可在盆腔内。胃是一个空腔脏器，成年人胃的容量为 1~3 升。由于胃壁的肌肉较发达，胃容量因饥饱的不同，可发生较大变化，胃的形态在饥饿时可缩成管状，而饱餐之后可扩大到饥饿状态时的 1~10 倍，下界可垂至脐下。由于人的体型差异，胃的形

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

态也有所不同。在 X 线下观察，常见有以下几种（见图 1-2）：

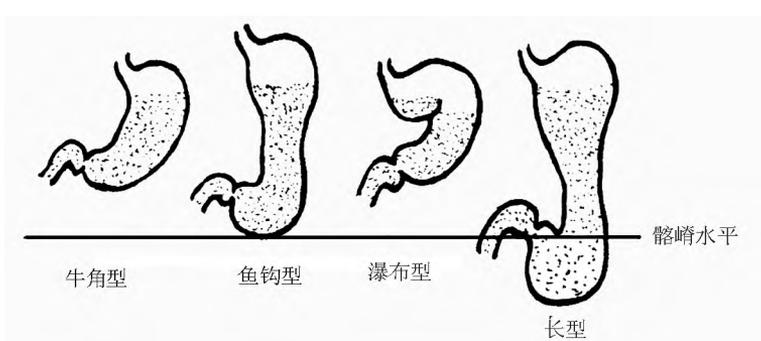


图 1-2 X 线下胃的分型

正常体型的呈鱼钩型胃，指胃体、胃底、胃窦的各部分宽度大致相等；矮胖体型的多为牛角型胃，指胃的位置较高，多位于上腹部，胃的下缘常在脐以上，全胃稍倾斜而偏居横位；瘦长体型的多为长型胃，胃体和幽门较宽大，胃的内腔上窄下宽，其胃体垂直下降。还有一种瀑布型胃，其胃底在胃体的上后方，胃泡甚大，胃体较小，胃下界多在脐以上，因为服钡餐后，在 X 线下其形似瀑布而得名。瀑布型胃的形成可以是结肠脾曲积气挤压胃底下方，或胃下部肌肉收缩所致。

中医认为，胃是人体的六腑之一，故又称为胃腑。胃腑上口为贲门，属上脘部；胃腑下口为幽门，属下脘部；上脘与下脘之间的胃体部称为中脘。上、中、下三脘合称胃脘部。有关胃的形态和大小，古代医家进行了认真的探索，并有详细的记载，如《灵枢·平人绝谷篇》说：“胃大一尺五寸，径五寸，长二尺六寸，横屈受水谷三斗五升，其中之谷常留二斗，水一斗五升而满……”《难经》亦有类似的描述，云：“胃重二斤二两，……盛谷二升，水一斗五升。”明代医家李梴的《医学入门·胃腑赋》中记述有：“胃号太仓，俗呼为肚，上透咽门，而受其所吞，曲接小肠，而传其所腐，容三斗五升，而留亦如之”，指出胃的容积及与食管、肠的关系。清代医家王清任在《医林改错》一书中，较为详细地描述了胃的解剖形态：“胃府之体质，上口贲门在胃上正中，下口幽门亦在胃上偏右……”虽然古代的度量衡与现代不同，名称也不尽一样，然而有人研究证实，前人所描述的胃与现代医学解剖学中的胃基本相似。



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

## 二、胃的生理功能

中医认为，胃是六腑之一，是消化系统的主要脏器，与脾协同，共同完成饮食的消化和吸收。《黄帝内经》的《素问·灵兰秘典论》中云：“脾胃者，仓廩之官，五味出焉。”《素问·平人气象论》云：“人以水谷为本……”故合称脾胃为“后天之本。”胃的主要功能是储纳食物，腐熟水谷。胃气以降为顺，胃的迫降作用还包括小肠将食物残渣输于大肠及大肠传化糟粕的功能。

### 1. 胃主受纳与腐熟水谷

受纳，是指胃有接受和容纳饮食的作用。腐熟，是指饮食的摄入，先由口经牙和舌的咀嚼搅拌，然后在胃中初步消化，并停留一段时间，变成食糜。故称之为“腐熟水谷”。

《素问·刺法论》云：“胃为仓廩之官，五味出焉。”仓廩即指胃有受纳的作用。《灵枢·营卫生会》曰：“人受气于谷，谷入于胃。”《灵枢·五味》的“胃者，五脏六腑之海也；水谷皆入于胃，五脏六腑皆秉气于胃。”《素问·五脏别论》的“胃者，水谷之海，六腑之大源也；五味入口，藏于胃以养五脏气。”这些都说明胃主受纳功能的重要意义。

关于胃容纳水谷的多少，在《灵枢·平人绝谷》中有记载：“二斗，水一斗五升而满。”《难经集注·四十二难》也有记载，胃“容三斗五升”，“受水谷三斗五升，其中之谷常留”，“盛谷二斗水一斗五升”。

胃主受纳水谷，是机体营养之源。因此，胃的受纳功能强健，则机体气血化源充足，就会形神足、肌肉丰满、四肢强劲有力；反之，则化源缺乏。正如《灵枢·五味》说：“谷不入，半日则气废，一日则气少矣。”故而，称胃为“太仓”、“水谷之海”、“五脏六腑之海”。

另外，胃对其所容纳的水谷又有腐熟的作用。《灵枢·营卫生会》曰：“中焦如沤……”，形象地描绘了胃中腐熟水谷犹如浸沤之状。《难经》云：“中焦者，在胃中脘，不上不下，主腐熟水谷。”《灵枢·营卫十一难》指饮食经胃初步消化后，一部分水谷精微经胃“游溢精气，上输于脾”，脾“为胃行其津液”而输布于肺及全身；另一部分食物则由胃的通降作用，输送至小肠，进一步消化。

《灵枢·邪察》云：“五谷入于胃也，其糟粕、津液、宗气分为三团

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

……”表明胃有初步消化和吸收部分营养的作用，故称为气血化生之源。胃的腐熟作用在脏象学说中具有重要地位，如《灵枢·营卫生会》曰：“中焦，亦并胃中，出上焦之后。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，以奉生身，莫贵于此。”

## 2. 胃主通降

胃主通降，是指胃气必须时时和顺通达、下降不逆。叶天士认为：“纳食主胃……胃宜降则和。”饮食在胃中，经胃气腐熟后变为食糜，食糜由胃进入小肠。小肠泌清别浊，凡精微部分，统由脾转输诸脏腑组织，发挥营养作用。糟粕部分下传大肠，形成粪便，由肛门排出体外。胃主通降，实质上是指胃具有使食糜向下输送至小肠、大肠和促使排便等生理作用。

《灵枢·平人绝谷》曰：“水谷入胃，胃满则肠虚，至食下，肠满则胃虚，更虚更满，故气得上下……”，说明胃气通降对全身气机的升降有重要的调节作用。胃的通降，以降浊为主，降浊是受纳的前提。因此，任何原因影响了胃的通降，都会形成胃气郁滞。不仅影响食欲，而且浊气不降，上逆则发生口臭，脘腹胀满，大便秘结；甚则胃气上逆，表现为暖气酸腐、恶心呕吐、呃逆等。《伤寒论》所谓“胃家实”而用承气汤类治疗，其目的就是促使胃气通降而名“承气”。胃气停滞，糟粕秘结，里结为实，是正气不得舒顺也，以汤荡涤，使塞者利而闭者通，正气得以好顺，是以承气名之。可见承气汤的作用就是承胃气之降。也指出胃气以降为顺的特性，对临床有着重要指导意义。胃的受纳、腐熟和通降作用是胃的消化饮食有序的生理过程，如果其间的有序活动遭到破坏，即可导致胃的各种功能失调，发生各类胃的病证。

## 3. 胃主咽部、舌苔

胃主咽部，是指饮食必须经过咽部，通过食管，才能进入胃中，中医称“咽喉者，水谷之道也”。咽喉与胃关系密切，在生理上互相联系，病理上相互影响。胃气顺和，通降正常，则咽部畅通，不肿不痛，无梗塞之感。如果胃气不足，通降无权，则咽部梗阻难咽；如胃火炽盛，上及于咽，则咽部焮红疼痛。

胃主舌苔，是指舌苔由胃气上蒸所生。因此通过舌苔的色泽、厚薄、润燥等变化，可观察胃及其他脏腑的功能是否健全。如胃气充足，胃的受纳腐熟功能正常发挥，则舌苔薄白，干湿适中；痰湿停胃，阻遏胃气，则舌苔白腻或白滑；胃热炽盛，则见舌红苔黄燥或起芒刺；胃阴亏虚，不能



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

上蒸生苔，则舌光无苔等等。所以通过观察舌苔的变化，可以诊断胃的寒热虚实。

## 三、中医对胃病的认识

中医学认为，胃是六腑之一，是消化系统的主要脏器，与脾协同完成饮食的消化和吸收。脾胃合称为“后天之本”，在五行中属土，脾与胃的经脉相互络属，构成表里关系，所以在生理功能上有协同作用，但也有区别，脾主运化，胃主受纳；脾主升，胃主降；脾喜燥，胃喜润。在病理方面，脾与胃二者往往相互影响，但胃病亦有自己的特点。胃的主要生理功能是受纳和腐熟水谷，胃的运动特点是主通降，胃的特性是喜润恶燥。胃的病理变化主要体现在这些方面的失常。例如胃的受纳、腐熟功能失常，大多表现为两种情况，一是因胃气虚致受纳和消化无力或胃气不降，出现食欲减少或噎腐吞酸等受纳腐熟不及的症状；二是因胃中火旺，出现消谷善饥，下行过快等胃纳腐熟太过的表现。又如胃降失常，亦为病理状态。若胃气虚弱、传送无力的胃降失常，会致食物停滞胃中，产生胃脘胀满疼痛，食欲缺乏等症；若胃气不降，气机阻滞的胃降失常，则易出现胃脘胀满、暖气等症；若胃气上逆可导致呃逆、呕吐等症。中医认为，人以胃气为本。胃气的盛衰在人体生命活动中既发挥着重要作用，同时也决定了胃本身消化功能的强弱。如胃气不足，则胃不能纳，脾不能运，则消化吸收功能受阻，继则气血化生无源，形体消瘦，脏腑皆衰。胃主受纳腐熟水谷的生理功能，除了靠胃气的推动、温煦作用外，还需要胃液（阴）的濡润滋养。如果胃阴不足，会导致胃的受纳腐熟功能的失常。另外，脾胃在五行中属土，五行之间存在相生相克的关系，其他脏腑的疾病，常常导致胃病发生。

中医认为，胃病的发生主要由于邪气侵犯人体或体内因素引起。脾胃功能紊乱、邪盛正衰和阴阳气血失调，会导致胃的寒热、虚实、痰瘀的变化。其病机表现主要有以下几种：

### 1. 气机阻滞

胃腑以通为顺，各种内外因素，都可以导致胃的气机阻滞，引起胃腑的受纳、运化、传导功能失常，而形成各种病症。如外邪侵犯，阻滞胃腑，或情志不舒，肝气犯胃，以及痰饮、湿浊、瘀血等病理产物停于中

# 中医帮你治胃病

专家科学指导  
健康生活保障



健康的体魄、长寿的秘诀，来自于生活的细节。  
中医专家告诉您：如何养护自己的胃。

焦，可使脾胃运化无力。或是久病阴虚，胃肠失于濡润，涩而不行，胃的功能不能正常发挥，皆能阻碍胃腑的气机升降，而出现胃脘胀痛、呃逆、暖气、泛酸、饮食乏味等症状。

## 2. 胃失和降

中医认为，脾胃为人体气机升降的枢纽。脾主升，承担饮食中的营养精微物质的吸收和输布全身的责任；胃主降，主要承担饮食物的消化和传送的任务。脾胃气机升降的协调，是保证脾胃功能正常发挥的重要因素之一。胃升降方面的病变，主要表现为胃失和降。饮食失调，情志失控，外邪侵袭，内蕴湿热，气滞血瘀，都可能导致胃气受阻，胃失和降。胃气失降，常见有脘腹胀闷疼痛，以及大便秘结等症状，不仅可以影响食欲，而且因浊气上泛而出现口臭、噯腐等。胃气失降而反上逆者，可见胃脘胀闷、暖气、恶心、呃逆、泛酸、呕吐等症状。如胃降太过者，则出现易饥、肠鸣、泄泻等证。胃失和降是消化系统功能紊乱的表现。

## 3. 寒热失调

胃病是寒热失调的病理变化，纠正寒热失调也是胃病辨证论治的重要内容。

胃热证的形成，除了暑热之外邪侵犯胃腑外，风、寒、湿、燥等邪侵入于胃，亦能化热致病。如过食辛辣温燥之品易于化火生热；劳倦内伤，能化热伤胃；情志不遂，气郁日久，也可化火犯胃。其他脏腑的热病，亦能传及胃腑导致胃热证，如肝火犯胃、胆火移胃等。邪热郁结胃腑，胃气失和，常见胃脘灼热疼痛，且拒按；胃火炽盛，功能亢进，见多食易饥；热邪灼伤血络，迫血妄行，可致吐血、便血；胃火循经上炎，出现牙龈红肿疼痛，口干口臭；热邪伤津，则见渴喜冷饮，大便秘结等。

胃寒证多因寒邪侵袭，久病失治，或胃阳素虚，寒自内生，或过食生冷食物，都可致寒凝胃腑，阻滞气机，胃气失和，临床表现为胃脘部冷痛，得温痛减，遇寒疼痛加剧。如兼有胃气上逆，表现为恶心呕吐。如寒邪损伤胃阳，水饮不化而随胃气上逆，则出现口淡乏味，口泛清水等。

## 4. 阴阳失衡

人体脏腑有阴阳两方面，阴阳平衡协调是健康的基础。疾病的发生，大多因体内阴阳失衡所致。脾胃也需阴阳平衡协调，才能发挥正常的功能。胃的阴阳不足，大多因病后伤阴伤阳所致。胃阳虚，多在胃气虚弱的基础上发展而来，或因用药苦寒、过食寒凉。临床常见胃脘绵绵冷痛，食量减少，脘腹痞闷，喜温喜按，食后症状能缓解。胃阳亏虚，胃的受纳腐



熟功能减退，饮食入胃后，无力消化，随着胃气上逆，而出现呕吐清水，或夹有不消化食物等。

胃阴不足可能的原因有：温热病后期，胃阴耗伤，或因呕吐腹泻太过，体内津液大量丧失，或因肝气郁结，气郁化火，损伤胃阴。胃阴不足，津液缺乏使胃失濡润，则胃的受纳腐熟的功能失常。临床上常见胃脘隐隐灼痛，脘腹痞满，烦闷不适，饥不欲食，或干呕呃逆，口干舌燥等。

## 5. 气滞血瘀

气滞血瘀，是指由于气机运行不畅，而致血行滞慢，甚则瘀滞不通所出现的病理变化。古人有“初病在气，久必入血”，“气结则血凝”之说，意思是气病不愈，迁延日久会导致血病；气机郁滞，常常伴随着血行不畅，甚则血凝成瘀，出现气滞血瘀病证。可见气病与血病，既有病情的轻重久暂之分，又有病理上的相互影响。

胃病的气滞血瘀证，多因胃病日久失治，邪滞气血而造成。另外肝脉瘀阻，营血失调，血瘀食管或胃腑；或胃肠及腹腔内疫毒感染，化腐成脓；或癥瘕、积聚等，久积未除，阻滞气机，瘀滞血络都可导致气滞血瘀的证候。临床表现为胃脘刺痛，或痛如刀割，常在夜间加重，痛处拒按，舌质紫暗或见紫斑、紫点。若络脉损伤，血溢脉外，可见出血，如呕血、便血等。

## 6. 脾胃虚弱

胃病日久，或他病长期染身，常导致脾胃虚弱、中气不足，而引起运化功能失职。思虑过度或劳倦均能损伤脾气，脾气虚则胃气亦虚，出现脾胃中气虚乏，表现为胃张力低、蠕动弱，临床常见口淡无味，纳呆，胃脘痞闷，或隐隐作痛，呕吐清涎，神疲乏力等症。

## 四、中医眼中的各类胃病

### （一）急性胃炎

急性胃炎是比较常见的一种胃肠疾病，引起急性胃炎的因素有多种，它易在短时间内发生，是造成胃黏膜、胃壁出现炎症的一种胃部疾病。

#### 1. 特点

急性胃炎发病急促，往往以迅雷不及掩耳之势到来，且病情持续时间