

常见

老年病的中医治疗

CHANG JIAN LAO NIAN B

ZHONG YI ZHI LIAO

李建生

任汉阳

夏克岐

主编

中国农民出版社

编委会名单

主 编	李建生	任汉阳	夏克岐	
副主编	封银曼	韩群英		
编 委	任汉阳	刘建国	李华利	李建生
	张运可	张红慈	封银曼	夏克岐
	晏 君	徐 敏	韩群英	樊蔚虹

内 容 提 要

该书共分为 4 大部分。首先介绍了老年病学的有关概念和中医药学对衰老和老年病的认识及延缓衰老的历史与进展。对衰老的机理和各系统衰老变化与疾病的关系进行了重点介绍,并且对老年病的特点和治疗原则作了详细的论述。在第四章各论中,作者对 20 种老年常见病按其病因病理、临床表现、辅助检查、诊断和鉴别诊断、中医药治疗、诊治要点和临床经验举例顺序均围绕“老”字进行详细论述。本书注重科学性、系统性和实用性。该书内容新颖、简明扼要、切合临床实际,适合于广大临床医务人员和医学院校师生在医疗、教学和科研中使用,也可供老年保健工作者和有一定文化程度的离退休老年朋友保健、自疗参考。

序 言

现代中医老年病学是一门年轻的学科,但追溯其历史则源远流长,肇始于早期的医疗保健活动之中。其范畴囊括了养生调摄、延缓衰老、疾病证治、针灸、气功、导引、按摩以及食疗、药膳等。我国素以花甲称老,60周岁退休。预计到2000年,我国老年人将超过1亿。因此,人口专家认为21世纪将是“老龄化时代”。老年人经验丰富,知识渊博,他们的健康和长寿,对国家和人民是宝贵的财富。中华民族素有养老奉亲、尊敬老人的社会美德。中医老年病学正是以祖国医学数千年养生抗老理论和临床实践相结合研究探索人类衰老的机理、人体的老年性特点和变化,阐述老年人常见病、多发病的诊疗防治方面的有关问题。近年来,中西老年病学迅速发展,学科分细,知识密集,但较系统的老年病中医药防治专著,尚属缺如,常引以为疚。

门人李建生博士,志立于医,尤以老年病学为重,自强不息,博闻广识,中西兼备,勤于实践,基础技能和临床知识渊博。在繁重的教学、科研及临床工作之余,协诸从事老年病研究的教授、讲师等中青年学者,青灯黄卷,笔耕不辍,日以继夜,寒暑三易,始成《常见老年病的中医治疗》一书。该书以概述、病因病理、临床表现、辅助检查、鉴别诊断、中医药治疗、临证精华等为论述体例,规矩方圆,信而有征。汇中西医学之通要,纳名流诸家之精粹,博而不繁,详而

有要,析微阐奥,皆有得之言,诚为当今中医老年病学研究专著中之佳作。

适值是书付梓,作为先学,内心深感欣慰。后生可畏,来者可嘉,术继有人,实乃中医老年病学之幸事,爰乐为之序。

上海中医药大学教授、附属
龙华医院中医内科主任医师 姚培发
博 士 生 导 师

1994年12月5日于上海

前 言

随着科学技术的发展、社会经济和生活条件的改善、人类的平均寿命正逐渐延长,人口老龄化迅速发展。老年人的医疗保健问题日益受到世界各国的重视。老年病学随之蓬勃发展,业已成为医学领域中一门独立的新兴学科。老年病的防治和延缓衰老为该学科的主要组成部分。中医药对于老年病的防治和延缓衰老有着悠久的历史和丰富的经验,日益显示出其作用的优越性。目前,关于这方面的专著尚不多见,切合临床实际应用者更少。因此,为了适合老年常见病的防治和老年保健的需要,我们参考了国内外最新资料,结合临床实际工作的经验,编写了《常见老年病的中医治疗》一书,以飨读者。

全书共分4个部分,分别介绍了老年病学的有关概念和中医药学对老年病与衰老的认识及延缓衰老的历史与现状;衰老的机理和衰老与老年病的关系;老年病的特点和治疗原则;老年病的诊断与治疗。在分别叙述老年常见病时,以实用性为原则,按疾病的病因病理、临床表现、辅助检查、诊断与鉴别诊断、中医药治疗、诊治要点和临床经验举例之顺序进行详细论述。

本书注重科学性、系统性和实用性,突出“老”、“新”、“实”三字。所谓“老”,即强调老年人的特点,无论是基础理论部分,还是临床诊断与治疗方面均从老年的病理生理出发。所谓“新”,即注重介绍老年病学的新进展与新观念,使其内容具有一定的先进性。所谓

“实”，即实用，克服以往专著中只谈病名而后治疗和缺乏诊断标准等不足。在理论叙述上深入浅出，通俗易懂；在治疗方法上尽可能全备。本书适合于广大临床医务人员和医学院校师生在医疗、教学和科研中使用，也可供老年保健工作者和有一定文化程度的离退休老年朋友参考。

在编写过程中，承蒙我的导师、著名老年病学专家、上海中医药大学姚培发教授为本书赐序，在此表示衷心感谢。

由于老年病的防治是一个涉及多学科的问题，而每位作者的专业面与深度有限。因此，不全面甚至错误之处都可能存在，敬希广大读者和专家批评与指正。

李建生 博士

1994年11月20日于郑州

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 老年、老化及衰老	(1)
第二节 老年学、老年医学及老年病	(2)
第三节 中医学对老年病的认识	(3)
第四节 中医学对衰老病因的认识	(5)
第五节 中医药延缓衰老的历史与进展	(9)
第二章 衰老与老年病	(14)
第一节 衰老的机理	(14)
第二节 衰老与老年病的关系	(18)
第三章 老年病的特点与治疗原则	(28)
第一节 老年病的临床特点	(28)
第二节 老年病药物治疗的特点	(29)
第三节 老年病的中医辨证原则	(32)
第四节 老年病中医治疗原则	(34)
第四章 常见老年疾病	(38)
第一节 高血压病	(38)
第二节 冠心病	(50)
第三节 充血性心力衰竭	(62)
第四节 慢性支气管炎	(73)
第五节 肺炎	(85)

第六节	肺原性心脏病	(93)
第七节	慢性胃炎	(106)
第八节	消化性溃疡	(118)
第九节	泌尿系感染	(128)
第十节	前列腺增生症	(143)
第十一节	糖尿病	(156)
第十二节	甲状腺机能亢进症	(170)
第十三节	甲状腺机能减退症	(183)
第十四节	骨质疏松症	(189)
第十五节	更年期综合征	(199)
第十六节	脑卒中	(211)
第十七节	痴呆	(227)
第十八节	抑郁症	(238)
第十九节	便秘	(252)
第二十节	阳痿	(262)
附:主要参考文献		(274)

第一章 绪 论

随着社会的发展和科学技术的进步,经济条件、生活水平及工作环境的不断提高与改善,人类的平均寿命正在逐渐延长。由于人口老龄化的迅速发展,老年人的医疗保健问题日益受到各界的关注,老年医学随之蓬勃发展,现已成为医学中的一门独立的新兴学科。

第一节 老年、老化及衰老

在我国古代文献中对老年的界定有不同的记载。《说文》中载“七十曰老”,是指七十岁为老年。在先秦文献中,类似的说法较多。在中医文献中,较多的认识是以五十岁为老年人的起点,如《灵枢·卫气失常篇》中云“人年五十以上为老,二十以上为壮”,《千金方》引《小品方》说“三十岁以上为壮,五十岁以上为老”。由此可知,从先秦至唐代以五十以上为老年的看法比较普遍。

年龄是一持续增长的过程,随着时序年龄的增加,人类通常对人的年龄阶段划分为:幼年期(0~5岁)、童年期(6~11岁)、青春前期(12~17岁)、青年期(18~24岁)、壮年期(25~44岁)、老年前期(45~59岁)、老年期(60~89岁)、长寿期(90岁及以上)。WHO规定65岁以上为老年期,欧美等国家采用了这一规定。1980年12月亚太地区第一次学术会议上指出该地区以60岁以上为老年人。根据我国实际情况,于1982年4月中华医学会老年医学会在北京常委会经过研究决定60岁以上作为我国老年的标准。目前我国老年人的年龄分期按以下标准:老年前期(45~59岁)、老年期(60~89岁)、长寿期(90~99岁),寿星(100岁及其以上)。

机体从生长发育到成熟期后,随着年龄的增长,机体形态和机能上所出现的进行性衰退性的变化,这种变化称为老化,其特点是形态功能的退行性改变;机体对内外环境的适应力逐渐减弱。老化与衰老有密切关系,衰老是指生物体老化终期阶段的表现,即老化的结局与结果,而老化是指衰老的动态过程。

第二节 老年学、老年医学及老年病

老年学是研究衰老的机理、特征、变化及有关老年各方面问题的综合性学科,也是新兴的多学科性的边缘科学。其内容较为广泛,包括老年生物学、老年社会学、老年心理学和老年医学等。主要使用社会学的研究方法和现代及传统医学的诊断、防治及保健等方法。

老年医学是研究人类衰老的原因和机理、老年性变化以及老年病防治的一门独立学科,其内容包括老年基础医学、老年临床医学和老年预防医学。临床上又将老年医学分出若干分支学科,如老年心脏病学、老年消化病学、老年妇科学等。其目的是延缓衰老、防治老年病及保持老年人身心健康与长寿。

老年病的防治是老年医学中主要内容之一。老年病大致分为:一是老年期特有的疾病,是老年人在老化过程中,由于机体形态与功能逐渐衰退而发生的疾病,如老年性白内障、前列腺肥大等。二是多见于老年期的疾病,这类疾病不局限于老年人,其他年龄阶段的人也可发生,只是随着年龄的增加其发病率及死亡率明显增高,如冠心病、高血压病等。三是老年人与青壮年人都可发生的疾病,没有明显的年龄性差异,如感冒、肺炎等,其所不同的是,青壮年人发生这类疾病,一般恢复较快,而老年人多因体质衰弱,疾病恢复缓慢,甚至可诱发它病而死亡。

第三节 中医学对老年病的认识

老年病及老年病学并非传统中医学的名词概念,但就中医学发展史而言,人类在长期生活实践中及其与疾病做斗争的过程中,对于延缓衰老和防治老年病方面逐渐有了系统的认识。随着社会的进步和科学技术的发展,中医学对防治老年病的研究不断发展。

早在春秋战国时期,诸子蜂起,百家争鸣,延缓衰老和防治老年病的体系随之而产生。孔子在《论语·乡党》和《孔子家语·观乡射》中认为,有规律的生活,劳逸结合、注意饮食卫生是养生防老的有效措施,并主张适量饮酒,以祛病延年。道家学说的创始者——庄子和老子主张顺乎自然,少私寡欲,以养生祛病。据《史记》记载,在先秦时期,我国已有专治老年病的医生。《史记·扁鹊仓公列传》中记载,医学家扁鹊闻之周朝爱老人,过周之雒阳时,即随俗而成为耳目痹医。所谓耳目痹医,大概是由于耳聋、眼花、腿脚不灵症状为老人常见病症,故称治疗老年病的医生为“耳目痹医”,以示专长。可见,当时对老人常见病已有了一定的认识,并有相应的治疗方法。成书于秦汉的《黄帝内经》首先确定了古代老年人年龄界线和“七七”、“八八”肾气虚衰的生理规律,将养生保健学说引用到医学中来,并强调“老者之血气衰”、“阴精所奉其人寿”等观点,这对后世防治老年病的实践有重要的指导意义。后汉时期,张仲景的《伤寒杂病论》虽非老年病之专著,但其中的辨证规律及若干方剂,如桂枝汤、小建中汤、理中丸、麻子仁丸、肾气丸和炙甘草汤等,对于老年病的辨证治疗,具有较好的效果。据记载,这一时期亦出现过类似老年病学专著,如《彭祖养性经》和《彭祖养性备急方》。汉末名医华佗,重视体育疗法,创立了五禽戏,并流传至今,为中老年人喜爱的传统健身运动。在《神农本草经》中共载中药 365 种,分为上中下三品,其上品药物为补养之品,多有补益强身、延年益寿的功

能,提倡以药物增强体质和防治老年病。后世医家据此而创制了不少延年防病的方剂。这一时期的诸家学说为中医药延缓衰老及防治老年病体系的形成与发展奠定了基础。

隋唐时代著名医家孙思邈在总结前人经验的基础上,撰写了《千金翼方》,首先列出“养老大例”、“养老食疗”和“退居”,创立了我国初具规模的老年医学和老年教育学体系,该书较13世纪西方Roger Bacon所著的《老年人的治疗和青年人的保护》一书早600余年。孙思邈将老年病治疗归纳为饮食治疗和药物补益两大类,列出了食疗药物200余种,方剂17首,促进了老年食疗学的发展,并且重视养性服药和防病延年。宋·陈直著的《养老奉亲书》一卷,较西方Folyer在1724年著的《老年保健医药》早六个世纪,为世界现存的最早的老年医学专著,该书系统阐述了老年病的病机,将护奉养突出预防,法重脾胃治重食疗,全书列方剂232首,其中食疗方剂占70.1%。金元时代,刘完素的老年多阴虚阳亢、李东恒的老人有脾虚湿热、张从正的老人宜慎用药补和朱丹溪的老人当养阴理脾之理论与实践经验,大大丰富了中医药防治老年病的内容,促进了老年病学体系的形成。

明代医家张介宾在总结前人理论及经验的基础上,在理论上和实践中有所创新,认为欲养生长寿则必养形,而欲养形则必保精血。因此,在临床上景岳多以养精血为主,所创制的左归饮、左归丸、右归饮及右归丸等是防治老年病的有效名方。明·汪绮石在所著的《理虚元鉴》中提出了治虚证的大法,并论述了防治老年病的一系列措施,对于后世中医药防治老年病的实践有着一定的指导意义。明代李时珍的《本草纲目》收录了传统益寿药物206条253种,集延缓衰老药物之大成,并批判了金石、红铅之误谬,倡导用动植物药如首乌、柏子仁、胡麻仁、刺五加、人胞等,充分肯定了这些药物的作用。清代名医叶天士在《临证指南医案》中,对于某些老年病的辨证治疗有丰富的经验,认为老年病以肾、脾、胃之虚弱多见,

故治疗上多采用补法,尤以补脾益肾为主,指出“老年衰惫,无攻病成法,大意血气有情之属,栽培生气而已”。根据临证经验,提出了具有重要指导意义的治疗老年病的方法,如“高年下元衰惫,必得釜底暖蒸,中宫得以流通”,“积著于胃,脘中痹痛,高年宜和不宜攻”,“高年最虑风痺,宜清上宣通,勿进刚燥及腻滞之药”等,这些理论与经验充实和丰富了中医老年病学的内容。

建国后,老年病防治的研究受到了党和国家的重视。近几十年来,北京、上海、广州、武汉等地区相继成立了老年病防治研究机构及老年医学会,并且多次召开了不同层次、不同地区的学术会议。有关老年学、老年医学和老年病学的学术著作陆续出版,并且发行了《中华老年医学杂志》、《老年学杂志》、《国外医学·老年医学分册》、《实用老年医学》等刊物,为提高老年医学和老年病学工作者的水平及普及有关知识做出了贡献。在全国范围内,从基本理论到临床疾病的防治及延缓衰老药物的研究,正在蓬勃地开展,并且取得了可喜的成就。老年用药如清宫八仙糕、清宫寿桃丸、春回胶囊、还精煎、活力苏、至宝三鞭丸、固真方等先后问世。同时,在继承和发扬祖国医学遗产方面也做了大量工作,如气功、食疗、针灸及按摩的研究和总结老中医治疗老年病的经验等。通过中医、西医和中西医结合工作者及有关学科研究人员的协作与努力,相信在2000年全国跨入老龄社会时,中医药防治老年病及延缓衰老的研究将会对我国老年人健康长寿做出更大的贡献。

第四节 中医学对衰老原因的认识

祖国中医学对于衰老过程及其原因的认识有着悠久的历史,诸医家在长期的临床实践中,从不同角度认识衰老发生的机制,从而形成了许多学说,现择有代表性的论述如下。

一、肾气虚损

肾在人体的生长发育及衰老等生理过程中起着重要作用,正

如《素问·上古天真论》中记载“女子七岁，肾气盛，齿更发长。二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下，故有子。三七肾气平均，……七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭”。“丈夫八岁，肾气实，发长齿更。二八肾气盛，……三八肾气平均。……五八肾气衰。……七八肝气衰，……天癸竭，精少，肾脏衰，形体皆极”。可见，人的生命过程是随肾气旺盛而成长，继而随着肾气的衰弱而衰老，反映了肾气与机体生长发育及衰老有密切关系。后世医家在论及衰老之因时亦多责于肾之亏损，朱丹溪强调肾阴虚损，虚火妄动，最易致衰。明·张景岳认为，肾藏精而赖于命门，“命门之火，谓之元气；命门之水，谓之元精。五液充则形体赖而强壮；五气活则营卫赖以和调，此命门之水火，即十二脏之化源。”充分肯定了肾在生命活动中的作用。清·叶天士结合临床实践，阐明了肾气在衰老中的作用，在《临证指南医案》中指出，“男子向老，下元先亏”，“高年下焦根蒂已虚”。

肾为先天之本，主藏精，为生育之源，主骨生髓，开窍于耳司二阴。肾气充足，则精力充沛，骨坚牙固，耳聪目明，二便调畅。从而维持了人体的正常生理活动。反之，年龄至五八后，则肾气虚损，致使身倦喜卧、骨松牙脱齿摇、耳鸣目花、小便溺而不畅等老态毕现。

肾为先天之本，故衰老及体质强弱与先天精气盛衰有关。先天之精气受之于父母，即“以母为基，以父为楨”，以孕育新的生命。精气盛衰决定了人之寿夭，即“凡此形体血气，既已异于上寿，则其中寿而尽，因有所由，此先天之稟受然也”（《景岳全书》）。“稟气湿则体强，气薄则体弱，体弱则命短，命短则多病、寿短”（《论衡·气寿篇》）。而肾藏精，为基和楨的基础，可见，肾与遗传有关。先天稟赋强者，肾气必沛然；稟赋弱者，肾气多虚弱，常致使机体未老先衰。

临床调查研究表明，随着增龄，肾虚证出现率逐渐增加，老年人以肾虚证为多见，由此可见，肾虚是人体衰老的主要原因之一。近年来对“肾本质”的研究结果表明，肾阳虚证不仅是肾上腺皮质

轴功能紊乱,而且在不同靶腺轴也有不同环节不同程度的失调,这是神经内分泌系统潜在变化,老年人甲状腺轴与性腺轴的异常表现和肾阳虚证相似。非老年人肾阳虚证者与衰老有相似的下丘脑—垂体—靶腺系统的功能改变。补肾方药对老年人下丘脑—垂体—靶腺系统具有明显的改善作用,从而推论肾虚与衰老有密切关系。

二、脾胃虚弱

脾主运化,为气血生化源泉,故有后天之本之称。人体生长发育及维持生命活动的物质都赖于脾胃供给,而饮食物中营养物质的吸收全依靠脾的转输和散精功能。若脾胃虚弱,则维持生长发育所需的营养物质必将受到影响,从而促进衰老的发生。如《素问·上古天真论》中载“五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕”。近年的研究结果支持衰老与脾胃有关的认识,在研究脾虚证的报道中提示,脾虚证有消化系统功能障碍的表现,而健康老年人具有相同的变化。临床病理解剖资料表明,中医辨证大部分病例(82.1%)虚证累及两脏以上,以脾肾虚象最常见,胃肠道有病理变化者占88.5%,肾有病理变化者占86.7%,其中80岁以上病例全都有胃肠道及肾的病理变化。临床证候调查发现老年人脾气虚证及脾阳虚证者占总数的11.6%,以上资料表明,脾胃虚弱与衰老有密切关系。根据“上下交病治其中”的理论,在延缓衰老和防治老年病时,调理脾胃不可忽视,对于高龄老人尤为重要。

虽然肾气虚损和脾胃虚弱为衰老的主要原因,但是由于人体是一有机的整体,衰老是机体的组织器官随着增龄所出现的器质性和功能性整体衰退性变化,所以衰老与其他脏腑也有密切关系。《灵枢·天年篇》中载“五十岁,肝气始衰,肝叶始薄,胆汁始减,目始不明。六十岁,心气始衰,苦忧悲,血气懈惰,故好卧。七十岁,脾气虚,皮肤枯。八十岁,肺气衰,魂魄离散,故言善误。九十岁,肾气焦,四脏经脉空虚”。可见,五十岁后,五脏功能递增龄而衰退。由

于脏气功能低下,与脏气有关的生理活动必将受到影响,从而出现相应的老年性改变,如老年人指甲变脆、增厚,在指甲上常出现纵条的嵴,这是肝虚所致,盖“肝之合筋也,其荣爪也”。心主身之血脉,由于老年人心气虚弱,则心脉与血的运行都会发生改变,正如《灵枢·天年篇》中载,“六十岁,心气始衰,……血气懈惰”。

人之五脏在生理上相互协调,在病理上相互影响,如肾阳不足,命门火衰,不能温煦中土而致脾胃虚弱。肾阴不充,元阴不足,上不能济心养神,下不能滋水涵木,而致心肾不交或肝肾阴虚。肝失疏泄,木克伐脾土,而致脾胃受损,或脾胃虚弱,土壅木郁,而使肝木失于畅达。可见,一脏功能失调,常影响到有关脏气,从而使衰老更为复杂和多变。

三、阴阳失调

“人生有形,不离阴阳”,“生之本,本于阴阳”,说明人的生命活动是以体内阴阳为依据,以阴阳协调与平衡为健康的保证。而阴阳失调必将导致疾病或衰老的发生,正如《素问·生气通天论》中云:“阴平阳秘,精气乃治;阴阳离决,精神乃绝”。当人进入老年阶段,由于阴阳平衡失调,从而使机体出现种种衰老的征象,如“年四十,而阴气自半也,起居衰矣”,“人五十以上,阳气日衰,损与日至,心力渐退,忘前失后,兴居怠惰,……视听不稳,多退少进,……食欲无味,寝处不安”。朱丹溪在《养老论》中,从老年人阴阳虚损方面讨论了阴阳失调的种种病理特点,即衰老的征象,指出“人身之阴阳,难成易亏,六七十后,阴不足以配阳,孤阳几欲飞越”,“夫老人内虚脾弱,阴亏性急。内虚胃热则易饥而思食,脾弱难化则食已而再饱。阴虚难降则气郁而成疾”。故人们认为阴阳俱虚或阴阳平衡失调都可导致衰老的发生。

四、气化减弱

气化是指通过气的运动而产生的变化,即指精、气、血、津液各自的代谢及其相互转化。《素问·经脉别论》中载“食气入胃,散精