

三焦腑辨证治疗 代谢综合征 及相关疾病

宋永贵 编著

学苑出版社



三焦腑辨证治疗 代谢综合征 及相关疾病

宋永贵 编著



學苑出版社

图书在版编目(CIP)数据

三焦腑辨证治疗代谢综合征及相关疾病/宋永贵编著.
北京:学苑出版社,2014.4

ISBN 978-7-5077-4485-9

I.①三… II.①宋… III.①代谢病-综合征-三焦
辨证-中医疗法 IV.①R259.89

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 060676 号

责任编辑:陈 辉 付国英

出版发行:学苑出版社

社 址:北京市丰台区南方庄2号院1号楼

邮政编码:100079

网 址:www.book001.com

电子信箱:xueyuan@public.bta.net.cn

销售电话:010-67675512、67678944、67601101(邮购)

经 销:新华书店

印 刷 厂:北京市广内印刷厂

开本尺寸:890×1240 1/32

印 张:7.625

字 数:219千字

印 数:0001—3000册

版 次:2014年5月第1版

印 次:2014年5月第1次印刷

定 价:28.00元

宋永贵：男，1941年生，副主任中医师。从事中医内科临床工作50年，发表国际论文3篇，国家级论文10余篇。

1958年就读于金马卫校中医班，1961年在舒兰市平安卫生院参加工作并拜师于郭元卿，后又拜师于朱兴（舒兰市四大名医之一）。临证四十年一直在基层卫生院工作。2001年退休后应聘于广东省东莞市老干部门诊部中医专家诊室工作。工作中发现老年患者当中约70%以上患有代谢综合征及相关疾病，用三焦腑理论指导治疗有疗效高、执简驭繁的效果，2005年开始潜心研究，2010年着手撰写《三焦腑辨证治疗代谢综合征及相关疾病》一书。



前 言

随着人们生活水平的提高，生活方式也发生了改变，高胆固醇、高血压、高体重人口的比例逐年上升。诸如社会的变革、繁重的工作、激烈的竞争、紧张的情绪、免疫力的下降，这种“自我创造的危險”使疾病谱发生了根本性的改变，危害生命的杀手不再是传染性疾病，而是身心疾病，也称代谢综合征。有人做过统计，目前国人每8个成年人中至少有1个患有代谢综合征，有三分之二的人死于与不良生活方式有关的疾病。我国现已步入老龄化社会，未来患病人数将会进一步增加。代谢综合征开始症状不明显，往往被多数人忽略，一旦诊断为糖尿病、心脑血管病，甚至癌症时，已经错过了最佳的治疗时机。

代谢综合征（MS）是与糖、蛋白质等营养物质不能正常进入细胞内、生理代谢产物不能及时排出体外有关。正如《素问·六微旨大论》所说：“非其位则邪，当其位则正，邪则变甚，正则微”。中医学虽无代谢综合征这一病名，但从中医临床中经常可见到的由于气滞、血瘀、痰浊造成的三焦阻滞证，均与代谢综合征有关。三焦阻滞证是本文首次采用的证名，中医学术界多年来关于三焦“有名有形”和“有名无形”之争影响了三焦辨证的发展。三焦也应该和其他腑一样有盈亏通滞的病理变化。本文为了便于临床辨证论治，所以



大胆使用“三焦阻滞证”这一证名。因为代谢综合征所包括的心脑血管病等 10 余种疾病，按中医辨证论治都与脾虚肾亏引起的气血津液运行障碍形成的痰浊、血瘀有关，痰浊、血瘀形成后，滞留体内成为新的致病因素，造成三焦气化失司，升降出入失常；升降出入失常反过来加重脾虚肾亏，而使代谢产物堆积，变成痰浊血瘀。如此相互促进，形成恶性循环，这种恶性循环，最终形成了三焦阻滞证。根据中医学辨证论治的“证同治亦同”的原则，可以将代谢综合征所有疾病都统一在三焦阻滞证下进行辨证论治治疗。本书通过 10 余种常见的代谢综合征以及与三焦腑有关疾病对心、肝、脾、肺、肾及脑的病理影响的剖析，基本可指导其他代谢疾病的治疗，希望能举一反三。

本人认为代谢综合征及相关疾病均与三焦腑关系密切，都可以用三焦腑辨证论治，并以三焦腑辨证为纲，以气血津精辨证为目，从而达到纲举目张的目的。

因本人年过七旬，精力有限，只能抛砖引玉，希望有识之士继续探索。本书是在前人的基础上，再加上个人的一孔之见而著成，在此对本书所引用文献的相关作者表示衷心的感谢，不妥之处敬请广大读者指正。

宋永贵

写于吉林舒兰

二〇一三年中秋



目 录

第一章 三焦简介	(1)
一、三焦的组织结构	(1)
二、三焦的生理功能	(3)
三、三焦的病理变化	(6)
(一) 气	(6)
(二) 血	(7)
(三) 津液	(8)
(四) 精	(9)
四、三焦病的辨证论治	(10)
第二章 代谢综合征	(13)
一、诊断	(13)
二、病因病机	(14)
(一) 发病原因	(14)
(二) 继发病因	(15)
(三) 病机	(15)
三、治疗	(16)
(一) 早期治疗	(16)
(二) 典型病例	(17)
四、个体调养与调治	(18)



第三章 消渴病(糖尿病)	(25)
一、诊断	(25)
二、病因病机	(26)
(一) 发病原因	(26)
(二) 继发病因	(26)
(三) 病机	(27)
三、治疗	(29)
(一) 从脏腑、痰瘀论治	(29)
(二) 典型病例	(34)
(三) 常用的治法运用	(35)
四、调养与康复	(38)
(一) 饮食调养	(38)
(二) 食疗药膳	(38)
(三) 适当运动	(39)
(四) 情志调养	(40)
第四章 脂肪肝	(41)
一、诊断	(41)
二、总病因病机	(42)
(一) 原发病因	(42)
(二) 继发病因	(43)
(三) 病机	(43)
三、脂肪肝的分类	(46)
(一) 酒精性脂肪肝	(46)
(二) 非酒精性脂肪肝	(54)
四、脂肪肝的临床常用药	(63)
五、脂肪肝的食疗药膳	(73)



(一) 肝气郁结型脂肪肝的食疗药膳	(73)
(二) 痰浊中阻型脂肪肝的食疗药膳	(74)
(三) 肝胆湿热型脂肪肝的食疗药膳	(75)
(四) 肝肾阴虚型脂肪肝的食疗药膳	(76)
(五) 痰瘀互结型脂肪肝的食疗药膳	(78)
(六) 脾肾阴虚型脂肪肝的食疗药膳	(79)
(七) 营养缺乏性脂肪肝的食疗药膳	(80)
(八) 血脂异常的食疗药膳	(81)
六、脂肪肝的康复	(82)
(一) 饮食	(82)
(二) 运动	(82)
(三) 娱乐	(83)
第五章 冠心病	(84)
一、诊断	(84)
(一) 一般诊断	(84)
(二) 实验室检查	(84)
(三) 心电图	(86)
二、病因病机	(86)
(一) 原发病因	(86)
(二) 继发病因	(87)
(三) 诱发因素	(88)
(四) 病机	(88)
三、治疗	(89)
(一) 急救治疗	(89)
(二) 辨证治疗	(90)
(三) 分证论治	(91)



(四) 典型病例	(106)
(五) 冠心病临床常用中药	(107)
四、冠心病的调养	(114)
(一) 饮食调养	(114)
(一) 运动调养	(116)
(二) 心理调养	(117)
第六章 慢性肾功能衰竭	(118)
一、诊断	(118)
二、病因病机	(120)
(一) 原发病因病机	(120)
(二) 诱发病因病机	(122)
三、治疗	(123)
(一) 分型治疗	(123)
(二) 变证治疗	(129)
(三) 典型病例	(130)
(四) 药物康复	(132)
四、肾功能衰竭的临床常用药物	(133)
五、肾功能衰竭的调摄与护理	(143)
(一) 肾功能衰竭的食疗药膳	(143)
(二) 饮食有节, 起居适宜	(145)
(三) 戒房劳, 慎孕产	(145)
(四) 调情志	(146)
第七章 痛风	(147)
一、诊断	(148)
二、病因病机	(148)
三、治疗	(149)



四、预防	(152)
第八章 中风	(153)
一、诊断	(153)
二、病因病机	(154)
(一) 病因	(154)
(二) 病机	(155)
三、治疗	(157)
(一) 辨证论治	(157)
(二) 针灸治疗	(162)
(三) 典型病例	(163)
(四) 食疗药膳	(165)
(五) 临床常用药	(166)
(六) 中医护理	(174)
四、预防	(174)
第九章 肺间质纤维化	(176)
一、诊断	(176)
二、病因病机	(177)
(一) 原发病因	(177)
(二) 继发病因	(177)
(三) 病机	(178)
三、治疗	(180)
(一) 分期治疗	(180)
(二) 典型病例	(185)
(三) 肺间质纤维化的常用药	(186)
四、调养与康复	(194)
(一) 饮食调节	(194)



(二) 食疗药膳	(195)
(二) 运动康复	(197)
(三) 生活调养	(197)
第十章 老年痴呆	(198)
一、诊断	(198)
二、病因病机	(199)
(一) 发病原因	(199)
(二) 继发病因	(200)
(三) 病机	(200)
三、治疗	(203)
(一) 分证论治	(203)
(二) 典型病例	(208)
(三) 综合治疗	(209)
第十一章 多囊卵巢综合征	(213)
一、诊断	(213)
(一) 主要临床表现	(213)
(二) 实验室检查	(213)
(三) B超检查	(214)
(四) 腹腔镜检查	(214)
二、病因病机	(214)
(一) 病因	(214)
(二) 病机	(215)
三、治疗	(215)
四、典型病例	(217)
第十二章 干燥综合征	(220)
一、诊断	(220)



(一) 一般诊断	(220)
(二) 实验室检查	(220)
二、病因病机	(220)
(一) 病因	(220)
(二) 病机	(221)
三、治疗	(222)
(一) 辨证论治	(222)
(二) 典型病例	(226)
(三) 辅助治疗	(228)
(四) 食疗药膳	(228)



第一章 三焦简介

为了更好地理解三焦和气血津精的辨证，首先阐述三焦的组织结构、生理功能、病理变化及辨证论治。三焦属于六腑之一，是藏象学的一个特有的名称。由于三焦腑的某些具体概念在《黄帝内经》中论述不十分明确，再加上《难经》提出“有名无形”之说，因此而引起后世医家的争论，争论的焦点是三焦的解剖形态，“有名有形”和“有名无形”。本人认为是《难经》表述不清，“有名无形”可能是有名而无一定形态。但三焦是什么形态的器官并不重要，而重要的是历代医家对三焦腑的生理功能的认识是基本一致的。决不能因“有形”、“无形”之争影响三焦辨证的正常发展。

一、三焦的组织结构

三焦就是身体之膜腠，凡是经络、脉管、管道及身体内外、上下、表里之间的膜腠以及脏腑之膜腠均属三焦。筋是膜的主干，膜是筋的延展，津气由此升降；腠是膜中空的组织间隙，是元气的通道，也是气血津液可以灌注的地方，膜腠遍及全身，外通肌表，内连脏腑，上至巅顶，下至涌泉，五脏六腑无所不有，表里、上下无所不包，随形而异。有通会真元，灌注气血，渗泄体液，抵御外邪的功能。



张景岳在《类经》中说：“此三焦所以际上极下，象同六合而无所不包，观本篇六腑之别，极为明显，以其皆有盛贮，因名为府；而三焦者，曰中渎之府，是孤之府，分明有一腑。盖即脏腑之外，躯体之内，包罗诸脏一腔之大府也。”唐容川《血证论》称三焦“即人身上下内外之油膜也”。张锡纯《医学衷中参西录》说：“三焦亦是膜，发原于命门，下焦为包肾络肠之膜，中焦为包脾连胃之膜，上焦为心下隔膜及心肺一系相连之膜。又两肋之下皆板油，包其外者亦膜也”。上述明确地指出膜是三焦的组成部分。腠是膜的中空的组织间隙，《内经》称为分肉，《金匱》称之为腠，构成五脏六腑的经隧，分布全身的脉络，无一不是夹层中空的，故都是腠的组成部分。膜腠遍布全身，外通肌表、内连脏腑，上至巅顶、下至涌泉，五脏六腑、无处不有，表里上下、无所不包，随处异形，所在皆是。对于《难经》所谓三焦“有名无形”，应该理解为三焦有形质，而无一定形态。

《灵枢·本输》谓：“少阳属肾，肾上连肺，故将两脏，三焦者，中渎府也，水道出焉，属膀胱，是孤府也，是六腑之所与合者。”指出三焦下出于肾，上连于肺，三焦能联系上下两脏，说明三焦贯穿胸腹上中下三部，居于肺肾之间的脾，自然相连，三焦连接肾系，肾生化的阴精转化成元气，由此输入三焦与脾生成的水谷之气和肺吸入的清气汇合，生成三元之气，再由三焦输布五脏六腑，成为脏腑功能活动的动力。不仅三焦将五脏连为一体，六腑也不例外，所以说“是六腑之所与合者”。三焦通过经隧将人体的脏与腑相合，互为表里关系，心合小肠，肺合大肠，脾合胃，肝合胆，肾合膀胱，形成五大系统，并由三焦将五大系统合为一体，再与手厥阴



心包经相表里。厥阴心包经的功能相当于现代医学的脑膜，它不仅能替心脏受邪，还是替心发号司令的中枢，故有心主之称。三焦是五脏六腑的外卫，心包是心之外卫，手厥阴经与全身之膜体相连，全身之膜属于手少阳三焦经，所以三焦是五大系统与厥阴心主信息传递的通路或中转站。正因为三焦与五脏六腑之间存在着内在联系，故涉及多脏腑改变的代谢综合征，用三焦腑辨证治疗定能快速取得疗效。

二、三焦的生理功能

三焦为脏腑功能活动输送能源。三焦是由筋膜和膜理构成的，膜腠无处不有，所以外通肌表，内连脏腑，上至巅顶，下至涌泉，表里上下，无处不在，无所不包。由吸清呼浊的气道，运行营血的脉络，输送胆液胰液的通道，传导水谷的胃肠，流通精水的经隧共同组成气血津精运行出入的网络系统，为脏腑功能活动输送能源。所以《中藏经·论三焦虚实寒热生死顺逆脉症之法》说：“三焦者，……总领五脏六腑、营卫经络、内外左右上下之气也；三焦通则内外左右上下皆通也，其于周身灌体，和内调外，荣左养右，导上宣下，莫大于此也。”

三焦是气血津液升降出入的通道，更是卫气升降出入之所。上下之气莫不由此升降，表里之气莫不由此出入。脏腑形骸全赖这条通道输送津气方能进行正常的功能活动，使脏腑形骸获得阳气的温煦和阴津的濡养，肺吸入之清气，脾胃腐熟水谷之气，肾化生之精气，经三焦气化为气血津精，运行全身内外，成为脏腑功能活动的能源。营血以脉为通道，



津气以三焦为通道，营行脉中，卫行脉外，构成两大运输系统，流注五脏六腑、四肢百骸。

三焦是神志运转的通路。三焦为机体输送气血津精营养物质的同时，神志随之同步抵达，这是因为气血津精是神的载体。神是人体生命活动的总称，能调节人体各部组织的正常活动，能维持人体与外界环境的统一。《素问·八正神明论》说：“血气者，人之神，不可不谨养。”只有血气充盛，血脉和利，才能精神充沛，神志清晰，思维敏捷，活动自如。

三焦是气血津精化生之所。《灵枢·五癃津液别》说：“三焦出气，以温肌肉充皮肤为其津，其流而不行者为液”。饮食水谷的受纳、消化和营养物质的吸收、布散，以及糟粕的排泄，都说明三焦是气血津液、物质代谢与能量转换及化生的场所。所以《难经·六十六难》说：“三焦者，原气之别使也，主通行三气，经历于五脏六腑。”三焦是脏腑功能活动的空间，气血津精在此生成和相互转化，在三焦的统领下各司其职，肺为水之上源，肺气得宣，水道通调；脾主运化水湿，脾健运则土能胜湿；肾能气化则水精四布，使津液运行有序。

三焦与五脏密不可分。三焦通过经脉将以五脏为中心的五大系统联为一体，并通过气血循环灌注，对脏腑组织起温煦濡养作用，促使气血津精的互生互换和能量与代谢物质的交换，保持人体阴阳平衡。三焦能总领五脏六腑、营卫经络、上下左右之气，主要是因为三焦能通行元气。《难经·三十八难》说：三焦“有原气之别焉，主持诸气”。元气为生命之根，根于脐下肾间，发源于肾，由先天之精所化生，赖元阴滋养濡润，但元气生成后必须经由三焦之通道方能布散而达