

“十一五”国家重点图书——实用老年医学丛书

实用老年中医学

SHIYONGLAONIANZHONGYIXUE

王新陆 主编

山东中医药大学 编



中华出版社



人民军医出版社

PEOPLES MILITARY MEDICAL PRESS

“十一五”国家重点图书
实用老年医学丛书

实用老年中医学

SHIYONG LAONIAN ZHONGYIXUE

 华龄出版社

 人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

责任编辑:林欣雨
装帧设计:王新红
封面设计:刘苗苗
责任印制:刘苗苗

图书在版编目(CIP)数据

实用老年中医学/王新陆主编;山东中医药大学编. —北京:华龄出版社,2010.9
ISBN 978-7-80178-767-5

I. ①实… II. ①王…②山… III. ①老年病—中医治疗法 IV. ①R259.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 181608 号

书 名:实用老年中医学
作 者:王新陆 主编;山东中医药大学 编
出版发行:华龄出版社
印 刷:北京画中画印刷有限公司
版 次:2010年10月第1版 2010年10月第1次印刷
开 本:787×1092 1/16 印张:32.75
字 数:820千字 印数:1~1600册
定 价:200.00元

地 址:北京西城区鼓楼西大街 41 号 邮 编:100009
电 话:84044445(发行部) 传 真:84039173

本书编委会

主 编 王新陆 李庆升
副主编 王振国 田思胜 王兴臣 刘更生
编 委 (以姓氏笔画为序)
于丽红 马学盛 马 东 王仁忠
王东梅 王兴臣 王中琳 王振国
王新陆 王斌胜 田思胜 付 强
付新利 刘更生 刘 明 刘 玲
刘清明 刘静君 刘孟宇 刘冬梅
朱文浩 齐元富 步瑞兰 李庆升
李 敏 李秀荣 吴 霞 何 永
张云杰 张俊忠 张文娟 郑 心
金银龄 胡怀强 高洪春 郭春莉
郭 栋 钱秋海 路广晁
秘 书 田思胜 王兴臣

内 容 提 要

本书为“十一五”国家重点图书《实用老年医学丛书》之一。全书共分为上下两篇,以中医药综合治疗为特色。上篇为老年中医学概论,包括衰老、老年病的证候规律、老年病治疗要点、养护及康复等内容。下篇主要介绍高血压病、冠心病、呼吸衰竭、前列腺增生症、糖尿病、高脂血症、老年期痴呆、白内障等老年常见病,以及其他循环、呼吸、消化、内分泌、风湿免疫等内科疾病和老年常见的妇科、眼科、五官科、皮肤科等疾病的病因病机、辨证施治。

本书可作为医学院校师生及临床医生参考使用。

前 言

随着科学技术的进步,社会经济、生活条件的改善和人类对生命健康的关注以及人口老龄化的迅速发展,老年人的医疗保健问题日益受到全世界的重视。在我国步入老龄化社会的今天,老年疾病的防治工作备受各界的关注,因此,老年医学业已成为医学领域中一门独立的新兴学科。

中医学对老年病的认识有着悠久的历史,《史记·扁鹊仓公列传》中记载:扁鹊“闻周人爱老人,即为耳目痹医”,为老年医学分科之始。之后,历代医家深入研究,逐步形成较为系统的理论体系和治疗方法,并一直指导着老年病的临床治疗。

目前,由于老年心脑血管疾病、糖尿病、骨质疏松、老年期痴呆、精神抑郁等常见疾患正严重影响我国老年人生存质量和健康,因此,发展老年保健医学是维护老年人健康、延缓老年病发生和防治老年病的基础,也是广大医务工作者的历史责任。

本书共分上下两篇。上篇为老年中医学概论、养生、护理与康复;下篇分老年循环系统疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病、泌尿生殖系统疾病、内分泌及新陈代谢疾病、骨关节及风湿免疫疾病、血液与造血系统疾病、神经系统疾病、精神障碍以及老年外科疾病、妇科疾病、五官科疾病、皮肤病、肿瘤及血液病等,从病因病机、诊断治疗等方面进行了论述。同时,根据老年人的特点,选取多种特殊并确有疗效的治疗方法,可供广大临床医务人员和医学院校师生在医疗、教学和科研中参考使用。

由于水平有限,书中缺点和错误在所难免,敬请广大医务工作者多提宝贵意见,以便进一步修订提高。

编 者

2010年5月

目 录

上 篇

第1章 概论	(1)
第一节 衰老.....	(1)
第二节 老年人的中医病理生理特点.....	(5)
第三节 老年人的中医证候特点和辨证规律.....	(9)
第四节 老年病的中医治疗要点	(14)
第2章 护理	(22)
第一节 老年护理的特色	(22)
第二节 老年人生活质量评估	(28)
第3章 老年病中医康复	(30)
第一节 康复医学的基本概念	(30)
第二节 中医康复理论基本观点与原则	(32)

下 篇

第1章 循环系统疾病	(38)
第一节 原发性高血压	(38)
第二节 低血压	(44)
第三节 冠心病	(47)
第四节 心律失常	(54)
第五节 原发性心肌病	(61)
第六节 充血性心力衰竭	(65)
第2章 呼吸系统疾病	(71)
第一节 慢性支气管炎	(71)
第二节 慢性阻塞性肺气肿	(77)
第三节 慢性肺源性心脏病	(83)
第四节 肺炎	(89)
第五节 支气管哮喘	(94)
第六节 支气管扩张症.....	(100)

第七节	肺结核	(105)
第八节	间质性肺疾病	(111)
第九节	肺栓塞	(116)
第十节	睡眠呼吸暂停综合征	(121)
第十一节	呼吸衰竭	(126)
第3章	消化系统疾病	(132)
第一节	反流性食管炎	(132)
第二节	慢性胃炎	(133)
第三节	消化性溃疡	(137)
第四节	上消化道出血	(142)
第五节	急性胆囊炎	(146)
第六节	慢性胆囊炎	(149)
第七节	胆结石	(153)
第八节	急性化脓性胆管炎	(156)
第九节	肝硬化	(159)
第十节	便秘	(165)
第4章	泌尿生殖系统疾病	(169)
第一节	泌尿系统感染	(169)
第二节	慢性肾盂肾炎	(172)
第三节	急性肾功能衰竭	(175)
第四节	慢性肾功能衰竭	(178)
第五节	肾病综合征	(181)
第六节	老年性尿失禁	(185)
第七节	慢性前列腺炎	(187)
第八节	前列腺增生症	(190)
第九节	老年尿结石	(193)
第5章	内分泌及新陈代谢疾病	(197)
第一节	老年糖尿病	(197)
第二节	甲状腺疾病	(205)
第三节	高脂血症	(221)
第四节	肥胖症	(227)
第五节	痛风	(235)
第6章	骨关节及风湿免疫性疾病	(242)
第一节	老年常见骨折	(242)
第二节	退行性骨关节病	(256)
第三节	腰椎间盘突出症	(261)

第四节	肩关节周围炎	(265)
第五节	类风湿关节炎	(268)
第六节	骨关节炎	(271)
第七节	颈椎病	(275)
第八节	骨质疏松症	(279)
第7章	神经、精神系统疾病	(283)
第一节	脑动脉硬化症	(283)
第二节	老年期痴呆	(287)
第三节	短暂性脑缺血发作	(292)
第四节	脑梗死	(297)
第五节	脑出血	(305)
第六节	癫痫	(313)
第七节	帕金森病	(319)
第八节	运动神经元疾病	(324)
第九节	老年抑郁症	(329)
第十节	老年精神分裂症	(334)
第8章	外科疾病	(343)
第一节	急性阑尾炎	(343)
第二节	急性肠梗阻	(346)
第三节	急性胰腺炎	(350)
第四节	直肠脱垂	(353)
第五节	痔疮	(357)
第六节	腹股沟疝	(362)
第七节	动脉硬化性闭塞症	(365)
第八节	下肢深静脉血栓形成	(371)
第9章	妇科疾病	(375)
第一节	老年性阴道炎	(375)
第二节	绝经后阴道出血	(377)
第三节	子宫脱垂	(378)
第四节	围绝经期综合征	(380)
第五节	妇科恶性肿瘤	(383)
第10章	五官科疾病	(387)
第一节	老年干眼病	(387)
第二节	年龄相关性白内障	(390)
第三节	原发性开角型青光眼	(392)
第四节	视网膜静脉阻塞	(394)

第五节	年龄相关性黄斑变性	(398)
第六节	糖尿病性视网膜病变	(401)
第七节	缺血性视神经乳头病变	(405)
第八节	老年性耳聋	(407)
第九节	老年期耳鸣	(412)
第十节	老年性鼻出血	(416)
第十一节	老年牙周病	(420)
第十二节	老年口腔黏膜症	(425)
第11章	皮肤病	(429)
第一节	皮肤瘙痒	(429)
第二节	丹毒	(433)
第三节	带状疱疹	(438)
第四节	神经性皮炎	(441)
第五节	湿疹	(444)
第六节	银屑病	(450)
第七节	皮肤鳞状细胞癌	(455)
第12章	肿瘤及血液病	(459)
第一节	食管癌	(459)
第二节	胃癌	(465)
第三节	前列腺癌	(470)
第四节	大肠癌	(476)
第五节	乳腺癌	(482)
第六节	原发性肝癌	(489)
第七节	缺铁性贫血	(495)
第八节	再生障碍性贫血	(498)
第九节	急性白血病	(502)
第十节	恶性淋巴瘤	(506)
第十一节	特发性血小板减少性紫癜	(510)

上 篇

第 1 章 概 论

随着社会的进步和医疗保健、物质生活的改善,人的平均寿命逐步提高,人口老龄化迅速发展,老年人的医疗保健问题日益受到重视。早在我国最早的医学典籍——《黄帝内经》中,已经为老年病防治奠定了系统的理论基础,经过历代医家的充实,积累了丰富的实践经验,形成了独特的理论体系。

中医学认为,人类生命的自然规律大致可分为生、长、壮、老、已几个阶段,老年阶段,意味着机体的新陈代谢活力趋向于衰退,并逐渐走向死亡。这个阶段对于人的寿命的长短,是至关重要的。至于老年期的划分,不同的时代、不同的社会,划分标准也各不相同。在我国古代文献中对老年期的界定就有不同的记载。如《灵枢·卫气失常》认为:“人年五十以上为老。”而《庄子·盗跖》上说:“人上寿百岁,中寿八十,下寿六十。”汉代许慎所撰的《说文解字》解释“老”字时说:“七十曰老……言须发变白也,凡老之属皆从老。”指出了“老”的含义应从两方面去理解,一是从年岁、寿命上大致有个划分;二是从机体衰老的程度上,大致有个划分。前者以时间为限,后者以形态为指征。目前世界上也尚未统一标准,欧美国家倾向 65 岁以上,而日本、苏联与我国均以 60 岁为界。1981 年我国第二届老年医学学术会议上建议 65 岁以上为老年。

所谓老年病,是指在老年期所罹患的、与衰老有关的具有自身特点的疾病。随着医疗保健事业的发展 and 平均寿命的延长,老年性疾病的预防和治疗已成为当代医学界迫切需要解决的问题之一。老年哮喘、肥胖病、慢性支气管炎、阻塞性肺气肿、高血压、高脂血症、老年性痴呆及脑血管疾病等成为困扰老年人的主要疾病。大体可以分为三类: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、前列腺增生等。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,只是随着年龄的增长其发病率及死亡率明显增高,如冠心病、高血压等。三是老年人与青壮年人都可发生的疾病,没有明显的年龄差异,如感冒、肺炎等,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,疾病恢复较慢,甚至可诱发其他疾病而死亡。可见老年病不仅影响身体健康,对老年人的生命也是一个很大的威胁。因此,加强老年保健,重视老年病的防治,对于保证老年人健康,延长寿命,具有重要的现实意义。

第一节 衰 老

衰老通常与老化并提,是老年期变化的简称。人体的衰老是随着年龄的增长而逐渐出现

的。一般地说,人到中年以后,各种组织结构和器官功能逐渐减退,并趋向衰亡,且不可逆转。这是生命过程中不以人的意志为转移的自然规律,是一系列生理病理过程综合作用的结果。

一、中医对衰老机制的认识

【肾气虚损】 肾乃五脏之一,为先天之本,“受五藏六腑之精而藏之”。精是构成人体的基本物质,也是人体生命活动的物质基础,精能化气,肾之精微是激发生命活动和脏腑功能的本源和动力,决定着人体整个生长壮老已的生命过程。《素问·上古天真论》中说:“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,地道不通,故形坏而无子也。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……八八,天癸竭,精少,肾脏衰,形体皆极,则齿发去。”肾脏精气的盛衰,直接支配着人的生长、发育、生殖与衰老。若肾气充足、旺盛,则人体生长、壮盛;肾气亏损,则人体衰老、早夭。明代张景岳对肾的作用,又有进一步的论述:肾所藏精之所,叫作命门。命门居两肾之间而兼具水火,为性命之本,“命门之火,谓之元气;命门之水,谓之元精。”他认为五脏为人身之本,所以“凡寿夭生育及勇怯精血病之基,无不由此元阳之足与不足以为消长盈缩之主”。可见肾气虚损是人体衰老的根本原因。

【脾胃虚弱】 脾胃为后天之本,水谷之海,气血生化之源。人体的生长发育和维持生命的一切物质,都靠脾胃供给。脾胃虚弱则正气不足,抗病能力低下,生长发育、生命活动受到影响。由此可见脾胃功能的强弱,决定着气血的生成和功能的发挥,决定各脏腑的功能活动和机体功能的盛衰,从而影响人体衰老的进程。《素问·上古天真论》中说:“五七阳明脉衰,面始焦,发始堕。”指出脾胃失司是机体衰老的重要信号。脾胃虚弱的特点在于消化功能失常,以及四肢、肌肉的变化。症状为食少纳呆,四肢倦怠,气短懒言,消瘦乏力等。

【心神劳伤】 中医学以喜、怒、忧、思、悲、恐、惊七情来概括人的情志活动。若七情适度,则精神饱满,延年益寿。老年人自控能力差,若七情刺激过度,则促成衰老,导致疾病。神伤的主要危害有以下三点:①使五脏功能紊乱,失去协调平衡,所谓:“心动则五脏六腑皆摇”以及“喜伤心”“怒伤肝”“思伤脾”“悲伤肺”。②致使气机失调,血行不畅。发生气滞血瘀,甚至出现癥瘕积聚。③神不安定,可使抗病能力减弱。中医认为情志畅达、心境乐观是一种抗邪保健的潜在力量。所谓“精神内守,病安从来”。

【肝肺气虚】 肝与衰老的关系首见于《灵枢·天年》“人生十岁,五脏始定……四十岁,五脏六腑十二经脉,皆大盛而平定,腠理始疏,荣华颓落,发鬓斑白,平盛不摇,故好坐;五十岁,肝气始衰,肝叶始薄,胆汁始灭,目始不明……百岁五脏皆虚,神气皆去,形骸独居而终矣”。明确提出了肝在衰老过程中的先导地位。肺气在人体衰老中的作用主要体现在与宗气关系上,宗气随着肺气的宣发肃降而升降出入,布达于全身,滋养脏腑经络、四肢百骸、五官九窍、骨肉筋脉,是推动人体呼吸和循环的动力。倘若肺气受损,肺不能主持一身之气,全身气机升降出入功能失常,则体内产生一系列的病理改变,如气滞痰阻、气虚血瘀、气郁食滞等等,最终会加速人体衰老。

【阴阳失调】 中医视人体为一个阴阳对立统一体。在生理情况下,机体有一种保持自稳态的能力,一般称之为阴阳平衡,是健康的保证,即所谓“阴平阳秘,精神乃治”。脏腑、经络、气血、津液等是构成人体的主要脏器和物质,这些均可用阴阳来概括,比如六腑属阳,五脏属阴,气属阳,血属阴,再就是机能属阳,功能属阴,因此,人体的生理活动离不开阴阳。没有阴精就不能产生阳气,阳气温煦脏腑功能活动,不断地化生阴精。故《素问·宝命全形论》中说:“人生

有形,不离阴阳”。《素问·生气通天论》云:“生之本,本于阴阳。”脏腑的功能各不相同,但它们之间经常处于统一协调状态,升降出入互相消长、互相制约,使人体阴阳保持动态平衡,从而进行正常的生理活动。进入老年阶段后,由于新陈代谢功能衰退,脏腑、气血的阴阳往往出现失衡。如果阴阳偏盛偏衰的病理状态得不到及时的纠正,可导致阴或阳的虚损。而阳气虚损可致阴精化生不足。反之,阴精虚损又可导致阳气化生无源。久之阴阳俱损,进而出现种种衰老现象。所以中医认为,衰老过程就是阴阳失衡,出现偏盛偏衰,阴阳任何一方虚衰,皆可使人衰老,如《素问·阴阳应象大论》说:“年四十,而阴气自半也。”《素问·生气通天论》说:“阳气者,若天与日,失其所则折寿而不彰。”《千金要方》也指出:“人五十以上,阳气日衰,损与日至。”阴阳失衡的状态长期得不到纠正,就会导致“阴阳离决,精气乃绝”,也就是生命的最后终结。可见阴阳失衡能致衰老,阴阳离决,人即死亡。故人们认为阴阳俱虚或阴阳失衡都导致衰老的发生。

【气血亏虚】 气血是人生之根本,是人体生命活动的物质基础。气血充足,运行通畅,则能“滋脏腑,安魂魄,润颜色”,七窍聪明,肢体灵活,筋骨和柔,肌肉丰盛,形体强健,精神安康。机体的健康成长与气血的盛衰有密切关系,可以说气血是生命的能源。气血不足,不能荣养全身,脏腑经络失去滋养,营卫不和,经脉失濡,出现一系列脏腑经络筋骨的损伤。不仅如此,还能引起衰老的征象。气血所以损伤,有先天因素,也有后天因素,均可导致生化之源不足。所以老年摄生,宜宁心安神,补脑滋肾,健脾益肺,养肝和血,滋化源而益气血,变不利为有利,是要特别重视的问题。

【精耗神虚】 精是生命起源和生长发育的基础,《素问·金匱真言论》说:“夫精者,身之本也。”神是脑的功能,是脑一切思维活动的总称。从生理方面说神是:魂、魄、意、志、思、虑、智;从功能方面讲,脑神协调脏腑功能,平衡全身运动。《灵枢·本神篇》说:“故生之来,谓之精,两精相搏谓之神。”明·张景岳解释说:“两精者,阴阳之精也。”说明精生神,精为阴,神为阳。由于精的作用,才能生成精神意识活动,精神是生命活动的最高体现,精神充沛则思维敏捷,聪明练达,脏腑功能协调,全身保持稳定状态,即所谓“精神内守,病安从来”“阴平阳秘,精神乃治”,生命旺盛,具有活力。反之,精神损伤,思维迟钝,头脑昏蒙,五脏六腑皆摇,活动失调,稳态破坏,身体力怯,整个机体出现衰老。

另外,在生命发展过程中男性与女性之间还存在着明显的差异。《素问·上古天真论》认为:①男性生长发育期比女性长。女性21岁左右进入生长发育的鼎盛时期,肾气充满,智齿长成。28岁左右进入成熟期,筋骨坚强,毛发长极,身体最为强壮。而男性则要24岁及32岁左右才能分别进入鼎盛期及成熟时期。②女性形态方面的衰老比男性出现的早。男性一般要在40岁左右才开始出现头发脱落;48岁左右才出现面色焦枯。③在女性衰老过程中,阳明脉衰、气血亏耗表现得比男性明显;而在男性衰老过程中,肾气的虚衰则比女性明显。因此,女性衰老现象虽然比男性出现得早,但其衰老进程较为缓慢;男性衰老现象出现得比较晚,但其衰老进程相对要快一些。这也符合中医以肾为中心的有关衰老机制的理论。

二、中医抗衰老的观点

衰老是不可抗拒的自然规律,但注意养生保健,延缓衰老却是可能的。古人云“人命在我不在天”是很有道理的。只要持之以恒重视养生保健,身体就会健康,无病而长寿。

【调和阴阳,顺应四时】 生命的根本在于阴阳二气的协调统一,阴阳平衡是身体健康的首要条件,在阴阳二者中,阳气在人体中的作用,如同太阳在自然中的作用那样不可缺少,无论形

体的强健、精神的聪慧，都以阳气的充沛不失其常度为前提，即所谓“阳气者，精则养神，柔则养筋”。阴精是生命活动的物质基础，阴精需不断地供给阳气，阳气才能发挥正常功能，阳气护卫于外，阴精才能守于中而不致泄漏，阴阳失和则会产生疾病甚至死亡，所以调和阴阳是抗衰老的首要条件。

古代医家认为“天人相应”，所以要达到阴阳调和的目的，首先必须顺应四时变化，使人体内在环境与外在环境统一，中医认为一年四季气候变化的规律为春温、夏热、秋燥、冬寒，生物也必然发生春生、夏长、秋收、冬藏的相应变化，春夏为生发的季节，万物欣欣向荣，在人体应鼓舞阳气，如夜卧早起，多做运动，亲近大自然，放松形体，精神外向，意气舒展，对周围事物充满兴趣等。秋冬为收藏的季节，秋季万物成熟收获，冬季景象萧条，人体应固护阴精、收敛神气、心志宁静等。亦即中医的“春夏养阳，秋冬养阴”的观点，这一观点也可用于指导四季用药和四季食疗。

【调神宁志，动静平衡】 情志不畅或“神”的耗损也是衰老的重要因素，通过心理调摄，维持心态宁静，心情怡愉，则可达到养生保健、延年益寿的目的。另外，脑为元神之府，为髓之海，若髓海不充，则元神渐昏，未老健忘，所以养生要注意固护阴精，元神内守，生活中情志勿过极，房事勿过度，形体勿过劳；而气血通畅离不开适量的运动，运动养生的原则是动静平衡，运动不足则气血运行迟滞，脏腑功能衰退，运动太过则耗伤气血，损伤筋骨，内脏也可致病，只有动静平衡、恰到好处的运动，才可健身长寿。因此每个人都要根据自己的情况采取不同的运动方式锻炼身体以达到延缓衰老的目的。

【饮食有节，起居有常】 合理的饮食不仅能提高机体的抗病能力，还可以治疗疾病。其一，各种食物具有各自不同的性味，对人体的阴阳、气血、脏腑的调整作用各不相同，根据脏腑盛衰与食物性味之间的关系，合理调配膳食营养，就可起到强身健体、延缓衰老的作用。其二，饮食定时定量，不过饥过饱、过冷过热、暴饮暴食，使脾胃健运，气血充足，则身体强健。

合理安排起居，有规律的生活，使之适应自然，维持阴阳平衡而达到养生保健的目的。早在《内经》中就有关于一年四季如何顺应四时变化起居养生的论述，如“春三月，夜卧早起，广步于庭，被发缓形……夏三月，夜卧早起，无厌于日……秋三月，早卧早起，与鸡俱兴……冬三月，早卧晚起，必待日光”，并指出，起居无常会导致各种疾病的发生，而居处优雅、安卧有方、衣着保暖及健康的性生活等均可使气血通畅，精力充沛，从而达到延缓衰老的目的。

【却病延年，至关重要】 一般来说，老人如无疾病，不须服药。但人到老年，气血阴阳、五脏六腑，都处于衰退失调状态，一旦得病，便诸症蜂起，且易成慢性病。所以说，疾病与衰老有着密切的关系。但长生，必先却病。老年之人，最易遭致邪犯，一旦老年气化不力，血行不畅，邪气易聚，及时地消除病邪，有利于健康长寿。对于时行疾病及急重病尤须如此，切莫延误治疗时机。

三、衰老与老年病形成的关系

衰老是人体进入中老年阶段的一种正常的生理现象，是各脏腑气血功能衰退但仍阴平阳秘的阶段，与阴阳失调、功能紊乱的老年病完全不同，但却是老年病发生发展的重要内因。衰老使得老年人对体内外各种刺激的抵抗力、适应性下降，导致了老年病的发生，而老年病一旦发生又会进一步加速个体的衰老。其相互联系主要表现在以下两个方面：①气亏血虚是衰老的基础，也是形成老年病的病理基础。由于老年期气亏血虚，各脏腑组织器官的功能减退，使机体抵御邪气的能力下降而易被邪气侵袭，不论邪气的性质如何都会进一步损伤气血，使虚损

的程度更加严重而产生各种虚损病证。如常见的老年营养性贫血,多数是由于气亏致脾胃运化功能下降,使产生血液的精微物质不足所致。②痰、瘀浊等邪是衰老进程中的必然产物,也是形成老年常见病的重要因素。痰浊与瘀血作为衰老进程中的必然产物,当聚集于机体达到一定量的时候,就会导致某些疾病的发生。在对常见老年病的研究中发现,诸如高血压、心脑血管病、慢性支气管炎、糖尿病、肿瘤等病中,痰浊或痰瘀共见的病理改变,占有相当大的比率。

第二节 老年人的中医病理生理特点

一、脏腑的生理病理特点

人到老年,机体的各种生理功能逐渐趋于衰退,新陈代谢能力逐渐降低。中医学认为,机体衰老变化的根本原因在于脏腑生理功能的衰退。老年生理变化的全身表现,都与此有关。而五脏生理功能的变化,则是衰老的关键。正如《灵枢·天年》中指出:“人生十岁,五脏始定”“二十岁血气始盛”“三十岁五脏大定”,至此以后,则五脏逐渐虚衰,衰老随之开始。

【肝脏的生理病理特点】 肝藏血,主疏泄,在体为筋,开窍于目,为罢极之本,与胆相表里。肝是储藏血液的脏器,具有调节周身血量的作用,即所谓“人动则血运于诸经,人静则血归于肝脏”,故肝血充足,则人动静有序,活动自如。然而,老年人肝脏功能趋于衰弱,其储藏血液及调节血量的功能降低,加之年老生化之源不足,故往往是藏血少而调节力差。因而,筋脉的濡养,眼睛视力的调节,均由此而发生变化。其生理改变的外在表现是:筋不能动,动作缓慢,易疲劳,视力减退。其肝脏本身的变化是,肝叶变薄,也即是现代医学所证明的老年人肝脏比青壮年时期要缩小。

如果肝中血液明显不足,以致出现血不养目、血不养筋的情况,即成为病理状态,其症状特点为:视物昏花,目眩头晕,筋肉拘挛,动作迟缓,爪甲枯槁等,这些症状,每遇劳累则加重。盖目受血而能视,筋受血而能动,今肝血不足,故目失其荣,筋失其养。目失其荣,则视物昏花,两目干涩而觉眩晕;筋失其养则拘挛而动作迟缓,肝乃罢极之本,能耐疲劳,肝血不足,则不胜劳累,故稍觉劳累,其症状即加重。临证若见此症状,皆属肝血不足。为老年病常见之候。

肝主疏泄,可条达气机,舒畅情志,流通血脉,分泌胆汁。疏泄得宜,则气机通,血脉舒,情志畅,胆汁分泌正常。老年人肝气衰,其疏泄功能渐减,往往有气机、血液、胆汁分泌功能降低的情况,如:情绪不稳,易激动,食欲下降等,为老年人肝之疏泄功能衰退的表现,其影响食欲者,如唐容川《血证论》中所说:“木之性主于疏泄,食气入胃,全赖肝木之气以疏通之,而水谷乃化。”肝木气衰,故消化力弱。

若肝气衰,以致出现胸胁胀满、不思饮食、烦躁易怒,或沉默寡言诸证者,即是疏泄失常之病理表现。肝主疏泄,疏泄失常,情志失调,故见烦躁易怒等情志异常;气机不畅,故证见胸胁胀满,消化力弱,故不思饮食。上述诸证,为肝疏泄失常的见证特点。也是老年病中常见之候。

【心脏的生理病理特点】 心主血,主神志,在体为脉,开窍于舌,其华在面,与小肠相表里。血为心所主,心脏具有推动血液循环、营养全身的功能,心血充盈,则神得以养,精神充沛。老年人心气衰弱,心脏鼓动无力,故血液运行缓慢,营运不周。心血不足,则神失所养,所以,老年人常有精神不振,神志恍惚的表现,而且行动懈怠,动则心跳,气短。正如《千金要方》中所说:“心力渐退,忘前失后,兴居息堕。”这就是老年人心气衰弱的生理变化特点。

如果在临证中,见到老年人面色皤白,心悸、气短而汗出,神疲嗜卧,舌淡而舌体胖嫩,脉见

沉弱或结代,则是老年人心气虚弱的病理表现。盖心主血,气虚,心鼓动无力,则心悸而觉心中空虚,故心悸、气短,汗为心之液,心气虚,心液外泄,故汗出;心虚,血不养神,故神疲嗜卧;面、舌均为心之外候,心虚则血不上荣,故面色皤白而舌质淡。临证常见老年患者有心悸、胸闷、胸痛等症状,系因心气虚衰,血液运行缓慢而不畅,则心脉瘀阻,胸阳不通,则发胸闷而痛;甚则面、唇青紫,冷汗出,四肢厥冷,脉微绝,此为心阳暴脱之证。亦属老年病中多见。其他如老年人失眠、多梦、心悸、心烦等证,多属心血不足所致,亦为其病理特点之一。

【脾脏的生理病理特点】 脾主运化,主统血,为气机升降之枢纽,主四肢,在体为肉,开窍于口,其华在唇,与胃相表里。脾主运化,水谷精微及水液均靠脾的运化功能来营运周身。脾乃生化之源,血液的生成及运化,也要靠脾的生血、统摄作用予以保证。其营养、充盈,则肌肉丰满,四肢强健有力。老年人脾气日衰,消化吸收力弱,故肠胃虚薄,不能消纳,常见饮食减少,每食黏腻、肉荤,即觉不易消化,常有食滞不化、胀闷之感。大便不调亦时有发生。脾不健运,四肢肌肉失养,故老年人亦常见肌肉消瘦,四肢无力,运作迟缓。这些都是脾气虚弱的生理变化特点。

如果脾虚不运,出现周身乏力,气短懒言,四肢倦怠,食少纳呆,脘腹胀满或疼痛,大便溏泻,或大便不爽等证,而且面色萎黄,舌淡、脉沉弱无力者,则是老年脾虚的病理变化。其特点在于消化功能失常,以及四肢肌肉的变化。脾虚不运,消化吸收功能失常,故食少纳呆;升降失职,气机阻遏,故脘腹胀满或疼痛;清阳不升,则大便溏泻;浊阴不降则大便不爽;脾主四肢、肌肉,中气不足,则四肢、肌肉失养,故四肢倦怠、乏力,气短懒言。此外,还有脾虚不运而致水湿内停之浮肿、中气下陷脱肛、脾虚血失统摄之出血等证,也都是老年脾虚而出现的常见证候。

【肺脏的病理生理特点】 肺主气,司呼吸,肺主肃降,通调水道,开窍于鼻,其华在毛,与大肠相表里。肺主一身之气,通过呼吸,吐故纳新,与自然界大气进行气体交换,以形成胸中之宗气,肺气通调,则气运于周身,气行则水散,故水道通畅。老年人肺气虚弱,呼吸力微,故觉得胸中气少,而吐纳不足。因而,老年人常见气力弱,语言无力;肺主皮毛,气虚则皮毛不荣,肌表防御能力减退,故老年人容易发生感冒,皮肤粗糙而干燥。这是老年肺脏生理变化特点。

若肺气虚损,证见呼吸气促、咳嗽、喘息、胸憋气短、汗出者,属肺脏病理变化。肺气虚损,气机壅塞,则呼吸气促,胸闷胸憋;肺气上逆,则生咳嗽,老人虚咳,以干咳无力为其特点;呼吸吐纳不足,故喘息;气虚肌表不固,则汗出。老年肺脏病理变化多见此证。

【肾脏病理生理特点】 肾藏精,主骨、生髓、通脑,肾主纳气,肾主水,开窍于耳,主二阴,与膀胱相表里。肾精充足,则骨坚髓充、脑得其养,则思维敏捷,精力旺盛,耳聪目明;肾气盛,则呼吸有力,吐纳充实。肾为先天之本,主生殖,肾气强盛,则生殖功能旺盛。老年人肾气日衰,肾精不充,故在生理变化上,可出现头发变白或脱落,耳鸣、耳聋,骨骼变脆,身高降低,牙齿脱落,生殖功能衰退等现象。

在病理变化上,则可出现耳目失聪、健忘、精神萎靡、腰酸、腿软、阳痿、遗精、尿便失禁等证。高龄老人还会出现畏寒肢冷、手足不温、倦怠蜷卧等证。盖肾精不充,清窍失养,故精神萎靡而健忘,耳聋;肾虚,骨髓失养,骨弱无力,则腰酸腿软;肾主二阴,肾气不足,则二阴不固,故尿便失禁,阳痿遗精;肾是相火,相火不足,元阳衰微,故畏寒肢冷、手足不温、倦怠蜷卧。老年病中属肾虚者,常见上述病理变化之证。

综上所述,老年人病理生理变化特点,关键在于五脏生理功能的衰退。脏气虚弱,则新陈代谢能力降低,生命活力减退,其生理变化特点就是出现种种“老态”特征;其病理变化特点,则是由于五脏生理功能的衰退而导致的种种失常之症状,症状表现于外,而病源生自于内,恰如

《丹溪心法》中所说：“欲知其内者，当以观乎外，诊于外者，斯以知其内，盖有诸内者必形诸外。”因而，了解和掌握老年人五脏生理、病理变化特点，对于诊查老年病症状，辨证论治，具有十分重要的意义。

二、血气精津的生理病理特点

气是维持人体生命活动的营养精微物质，其运动变化显示出人的各种生理功能活动，所以说，气是人体功能活动能量和动力的来源，生命活动的根本。

血源于水谷精微，由中焦脾胃所化生，《灵枢·决气》中说：“中焦受气取汁，变化而赤，是谓血。”血是人体生命活动的重要营养物质，其循经脉运行于周身，营养五脏六腑，濡润肌肉、筋骨、皮毛、四肢百骸。

气与血是生命活动的物质基础，二者相辅相成，维持新陈代谢的各种功能活动。气为血帅，血的运行要靠气的推动；血为气母，是气营养的主要来源，气血充足，运于周身，则机体健壮。老年人由于新陈代谢功能减退，故在生理上出现种种衰老征象，究其源，主要是由于气虚少。元代医家朱丹溪在他所著的《格致余论》中指出“人生至六十、七十以后，精血俱耗”就是这个意思。年老以后，气血不足，脏腑功能衰退，经络失养，不但容易衰老，而且还会发生疾病。老年人如果常觉气短、乏力、懒言、语言低微，并有自汗症状，即是气虚。气虚则运行无力，很容易导致机体局部的气运不畅，故而出现胀满、憋闷，气运不通，则经络阻滞，不通则痛，故也会出现疼痛。气滞所致的疼痛是胀痛为主。老年人脾胃多虚，脾气虚，则升降失职，清阳不升，则水谷不化；若气虚较甚者，还会导致气虚下陷之证。诸如：脏器下垂、腹泻、肌肉痿软无力等等。

老年人血分不足，则易出现血虚诸证。血不养心，则心鼓动无力，故心悸；心主血，其华在面，心血不足，则面色皤白而无华；肝藏血，其华在爪甲，肝血不足，则爪甲不荣；血虚不能养神，则易失眠多梦；肌肤失养，则毛发干枯，肌肤干燥；筋脉失养则肢体麻木。此皆为血虚，机体失养的病理表现。

气为血帅，气虚或气滞，影响血液运行，即所谓“气滞则血瘀”。气血运行不畅，则经络失养，出现周身串痛；气血瘀滞者，则出现疼痛，甚则出现癥瘕、积聚，以及痹证等。这是老年人发生多种急、慢性疾病的因素。

气虚不能摄血，则导致血不循经，而出现诸种出血之证。老年人脾虚，生化不足，不能统摄血液，则易出现皮肤紫斑、便血、尿血等证，老年女性还可有崩漏证。而种种出血症状，又会导致气虚加重，即所谓“气随血脱”。朱丹溪在《养老论》中指出：“比及五十，疾已蜂起，气耗血竭，筋柔骨萎，肠胃壅瘀，涎沫充溢。”

精是生命活动的物质基础，其含义有二：一是禀受于父母的先天之精，这是生殖、生长发育的基本物质；一是源于水谷精微，为后天之精。生命之形成，由精起始，《灵枢·经脉》中说：“人始生，先成精。”即此意。后天之精可补养先天之精，以促进人体的生长发育。故人体之精充盛，则生命力旺盛，长寿不衰；精不足，则生命力衰弱，会导致体弱多病，甚至早衰。

人至老年以后，阴精亏损是一个突出的生理、病理变化。精不足则不能濡养脏腑、经络，故会现生理功能低下的种种衰老表现；精亏脑髓失养，故神疲健忘；阴精不能荣养五官九窍，则耳不聪，目不明，牙齿枯，毛发脱，出现种种衰老征象，甚则导致生殖功能衰退。其在病理变化上，则会因精亏，髓海不充而发生脑转耳鸣，目眩昏冒；阴精亏损，肾不藏精，则形坏无子；阴精不足，则虚阳浮越，易引起阴虚阳亢诸证，如水不涵木，肝阳上亢之头晕头痛，急躁易怒；水火不济之心肾不交之证，失眠、健忘、虚烦等。津液是机体内一切水液的总称，清稀者称为“津”，有濡