

任保平 著

HESANYUAN

ZHONGYIYANLIAN

和三元 中医演练

新中医

新体系

新疗法

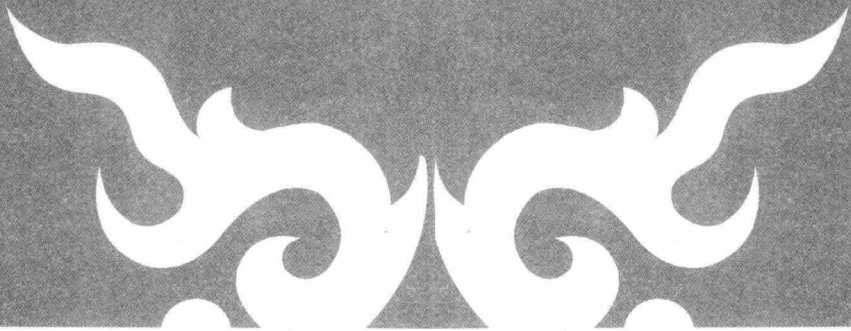
XINTIXI XINLIAOFA



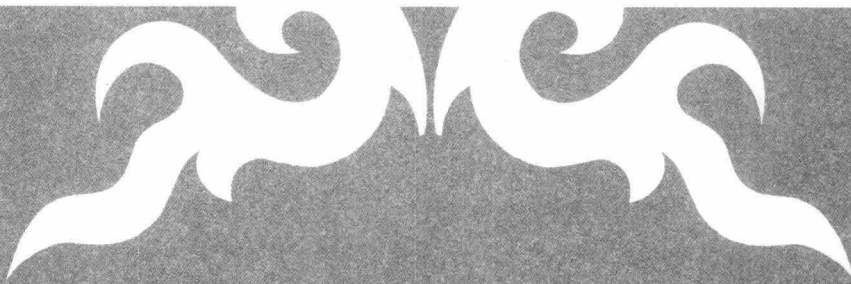
解读生病背后的秘密
取《内经》之理论 《伤寒》之用药

分享现代中医的智慧和方法

中医古籍出版社



和三元 中医演练



中医古籍出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

和三元中医演练 / 任保平著. - 北京: 中医古籍出版社, 2010. 9
ISBN 978 - 7 - 80174 - 905 - 5

I. ①和… II. ①任… III. ①中医治疗学 IV. ①R242

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 183910 号

和三元中医演练

任保平 著

策划编辑: 邓永标 杨 昱

责任编辑: 孙志波

装帧设计: 凤凰树

出版发行: 中医古籍出版社

社 址: 北京市东直门内南小街 16 号 (100700)

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京市后沙峪印刷厂

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 28.875

字 数: 525 千字

版 次: 2010 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80174 - 905 - 5

定 价: 58.00 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换

自序

偶有所得，立为三元，临证备考，细化充填，历时几载，数易其稿而成册，以寒立论，百病从生。脉不易平，方不易从，心诊不一，施治不同，医之难事也。取《内经》之理论，《伤寒》之用药，划人体为三元，辨证与辨病相结合，析其根本，重证而不重病，重调而不重治，各从三元，异病同治，人为整体，不必一一治疗。脏在内，象于外，一调而他症俱失，一调则不治而治，此三元医疗之魂也。因出于临床，所论不当，在所难免，敬请斧正。

任保平
2010年6月

说 明

一、“和三元中医”说明：三为三焦，元为元气，和为调理。由于本论理、法、方、药俱备，实属新中医、新体系、新疗法，故取名“和三元中医”。

二、内容说明：全书共分为五章，第一章、第二章为理论部分，其中“三元导论”依据传统中医理论归纳总结了三焦脏腑及其生理、病理，并对“三元”进行了初步定位与阐释；三元基论则以寒立论，病理上提出了“因寒致痉、因痉致瘀、因瘀致肿、因肿致痛、因痛致病”的病理机制，生理上将人体划分为气路、血路、水路、食路、胆汁路、髓路六大通道，并且详细论述了气血津液营卫流程，使某些概念进一步清晰。第三章、第四章为临床部分，其中“三元方论”依据三元理论拟定了上元散、中元散、下元散等三大主方和六个辅方，根据三元特性在三元辨治的指导下统治临床各科杂症，其特点是三元辨治、整体调理，充分体现了中医整体观念和辨证施治的两大特点。第五章是后来补充上的，目的是通过大量的临床实践资料来灵活运用三元医疗，使整个体系更完整、更详尽、更有效。后附病案引录，以便查阅。

三、写作说明：2000年确立框架，历时十年写作，章节清晰、由浅入深、中西糅和、规范方便，有感其重要价值，故成其册。

四、书中所列西治方案仅供参考，不解之处可以商榷，不对之处敬请指正！

目 录

自 序	(1)
说 明	(3)
第一章 三元导论	(1)
第一节 脏腑及其相互关系	(1)
一、脏腑及其生理关系	(2)
二、脏腑及其病理关系	(10)
第二节 三焦与卫气营血	(19)
一、三焦辨证	(19)
二、卫气营血辨证	(22)
第三节 三元初略	(23)
一、三元定位	(23)
二、三元与三焦脏腑的关系	(24)
第二章 三元基论	(25)
第一节 三元生理	(25)
一、气路	(25)
二、血路	(26)
三、水路	(28)
四、食路	(30)

五、胆汁路	(32)
六、髓路	(33)
第二节 寒 论	(37)
一、经典寒论	(37)
二、因寒致痉、因痉致瘀、因瘀致肿、因肿致炎、因炎 致痛、因痛致病	(40)
第三节 气血津液营卫流程及其说明	(55)
一、“心者，君主之官，神明出焉”	(57)
二、营出于中焦，卫出于下焦	(58)
三、卫气与神经系统密切相关。内脏神经通过心来实现 功能，躯体神经通过肺来实现功能	(58)
四、气血营卫	(60)
五、津液	(62)
六、先天与后天	(63)
七、命门	(65)
八、心肾相交	(69)
九、卫和津名不同，为什么却都有“温分肉，充皮肤” 的作用？	(69)
十、为什么肺与足太阳同主卫表？	(71)
第三章 三 元 方 论	(72)
第一节 三元基本方	(72)
一、芍药甘草合用解痉	(73)
二、芍药量 $\geq$ 甘草量解痉	(74)
三、白芍的运用	(76)
四、甘草的运用	(76)
第二节 三元正方	(77)
一、上元散（丹）	(77)
二、中元散（丹）	(87)
三、下元散（丹）	(97)
第三节 三元辅方	(106)
辅方一：承气方	(106)

辅方二：开鬼门，洁净府，去菟陈莖方	(107)
辅方三：黛维散	(116)
辅方四：非淋散	(117)
辅方五：净皮霜	(118)
辅方六：生肌散	(118)
第四章 三元辨治	(120)
第一节 三元正方的基本特性	(121)
第二节 三元所主	(131)
一、心从肺治，肠从肝治，脑从肾治	(131)
二、头痛为寒治上，失眠为痰治中，头晕为水治下	(136)
三、皮病治上，肿病治下	(140)
四、肠病治胃，胃病治胆，逆者治肾	(143)
五、咽炎治胃，鼻炎治肺	(148)
六、上消主通，下消主升	(151)
七、大便治胃，小便治肾	(154)
八、头病治上，脑病治下	(156)
九、更年期治心，“甲亢”治肝，糖尿病治上	(159)
十、妇科治中多因气，男科治下多因亏	(166)
十一、漏下治脾，奔衄治肝	(168)
十二、震颤治上，拘挛麻木治下	(173)
十三、积病治中	(177)
十四、乳病治下亦治中	(179)
十五、结核治上	(184)
十六、颈椎治上，腰椎治下，四肢关节治风湿	(185)
十七、风治表，寒治上，湿治中，水治下	(190)
十八、经行过度治中，经行不足治下	(196)
十九、萎治中，缩治上，肥大治下	(198)
二十、脑血管痉挛合并心肌缺血（心急）治上，头蒙下 肢困乏为湿（头蒙）治中	(202)
二十一、三元判定勿虑血压。阴虚血黏则压高，从阴治 下；阳虚血稀则压低，从阳治上	(205)

二十二、急则治其标，以主症定三元。缓则治其本，上中 治上，下中治下，上中下治上。养生调理从上	(209)
二十三、中元主脏，上下分阴阳；上病治下，下病治上	(214)
二十四、辨痛	(215)
二十五、心动悸、脉结代辨	(224)
二十六、辨奇恒之府	(229)
二十七、辨五官	(231)
二十八、辨小便	(234)
二十九、辨舌脉	(238)
三十、穴治	(239)
三十一、戒烟戒酒与新病新症	(239)
第五章 三元杂论	(241)
附录一 三元疗法的诊治程序	(435)
附录二 补肾歌	(438)
附录三 三元疗法实用表	(440)
附录四 临床常见疾病对症处置参考表	(441)
附录五 各方配用参考表	(442)
病案引录	(443)

第一章 三元导论

第一节 脏腑及其相互关系

五脏包括心、肝、脾、肺、肾，六腑包括胆、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱，奇恒之府包括脑、脉、骨、髓、胆、女子胞。狭义的脏腑是指五脏六腑，广义的脏腑不仅包括了五脏六腑、奇恒之腑，而且还包括了精、神、气、血、津液、便、溺及与人体脏腑活动有关的各种组织器官，如肺主皮毛，开窍于鼻；心主血脉，开窍于舌；肝主筋腱，开窍于目；脾主肌肉，开窍于口；肾主骨骼，开窍于耳。

人体是一个以五脏为中心，以心为主导，通过经络联属关系，把人体各部分组成一个既分工合作又与外界环境相通的有机的整体。所必需的氧气、水、食物就像植物所需要的阳光、水、肥一样，必须从自然中摄取，为我所用，而且人体时刻处于六淫、七情当中，制则生化，亢则有害。所以脏腑内在的平稳协调，以及人体与外界环境的整体统一，是机体维持生命活动的基础。如果脏腑失衡，阴阳失调则会产生种种疾病，因此疾病、发展、形成、转归，主要与脏腑的功能状态有密切的关系。三元医疗立足于三焦元气，突出三元辨治与整体调理，使脏腑恢复自身的功能，则气自能行，血自能运，邪自可去，积自可化……从而达到复其所固有，去其所本无的目的，为此必须了解脏腑及其生理、病理关系。

一、脏腑及其生理关系

藏象表

五脏	五音	五色	五行	五味	五轮	五脉	五液	五病	四季	六淫	七情	其华	所生	所克	所藏	所合	表里	开窍	所主	喜恶
肝	角	青	木	酸	黑眼	弦	泪	语	春	风	怒	爪	心	脾	魂	筋	胆	目	主藏血 主疏泄 主运动	喜条达 恶抑郁
心	徵	赤	火	苦	血络	钩	汗	噫	夏	暑	喜	面	脾	肺	神	脉	小肠	舌	主神明 主血脉 主汗液	喜宁静 恶热扰
脾	宫	黄	土	甘	眼睑	代	唾	吞	长夏	湿	思	唇	肺	肾	意	肉	胃	口	主运化 主统血 主升清	喜健运 恶湿困
肺	商	白	金	辛	白眼	毛	涕	咳	秋	燥	悲	毛	肾	肝	魄	皮	大肠	鼻	主呼吸 主通调 主声音	喜宣发 恶窍闭
肾	羽	黑	水	咸	瞳子	石	溺	欠嚏	冬	寒	恐	发	肝	心	志	骨	膀胱	耳	主骨 主藏精 主脑髓	喜封藏 恶燥亏

（一）《内经》有关藏象论述

《素问·六节藏象论》：“藏象何如？岐伯曰：心者，生之本，神之所居也；其华在面，其充在血脉，为阳中之太阳，通于夏气。肺者，气之本，魄之所居也；其华在毛，其充在皮，为阳中之太阴，通于秋气。肾者，主蛰，封藏之本，精之所居也；其华在发，其充在骨，为阴中之少阴，通于冬气。肝者，罢极之本，魂之所居也；其华在爪，其充在筋，以生血气，其味酸，其色苍，此为阳中之少阳，通于春气。脾、胃、大肠、小肠、三焦、膀胱者，仓廪之本，营之所居也，名曰器，能化糟粕，转味而入出者也；其华在唇四白，其充在肌，其味甘，其色黄，此至阴之类，通于土气。凡十一脏，取决于胆也。”

《素问·宣明五气篇》：“五味所入：酸入肝，辛入肺，苦入心，咸入肾，甘入脾，是谓五入。”“五藏所恶：心恶热，肺恶寒，肝恶风，脾恶湿，肾恶燥，是谓五恶。”“五藏所化：心为汗，肺为涕，肝为泪，脾为涎，肾为唾，是谓五液。”“五藏所藏：心藏神，肺藏魄，肝藏魂，脾藏意，肾藏志，是谓五藏所藏。”“五藏应象：肝脉弦，心脉钩，脾脉代，肺脉毛，肾脉石，是谓五藏之脉。”“五气所病：心为噫，肺为咳，肝为语，脾为吞，肾为欠、为嚏，胃为气逆、为哕、为噎，大肠、小肠为泄，下焦溢为水，膀胱不利为癃，不约为遗溺，胆为怒，是谓五病。”

（二）脏腑的基本特征

脏腑具有各自不同的生理机能及基本属性，正像人的性格不同一样，各有喜恶。《灵枢·本藏》：“五藏者，所以藏精神血气魂魄者也。”《灵枢·五藏别论》：“所谓五藏者，藏精气而不泻也，故满而不能实。”意思是说，五脏

具有贮藏饮食物所转化的精微的功能，因其主藏精气而不输泻，所以说“藏而不泻”。至于“满而不能实”，则进一步说明了五脏只可充满精气，而不容任何饮食之物有所实的意思。

六腑的性能，《灵枢·本藏》：“六府者，所以化水谷而行津液者也。”《素问·五藏别论》：“六府者，传化物而不藏，故实而不能满。”说明六腑的基本性能是消化水谷，泌别清浊，传送糟粕，因其只可容纳饮食物，而不能藏精气，所以说“实而不能满”。《素问·五藏别论》还说：“水谷入口，则胃实而肠虚；食下，则肠实而胃虚。”更是形象地描述了胃肠在受纳传化饮食物过程中的动态变化，进一步阐明了六腑“泻而不藏”的性能，后世所说的“六腑以通为用，以降为顺”就是根据腑的这种特性提出的。

奇恒之腑从形态而言，都是中空，与腑相近；就性能而言，主藏蓄阴精，则与脏类似，所以《素问·五藏别论》“此六者，地气之所生也，皆藏于阴而象于地，故藏而不泻，名奇恒之府”，以别于其他的脏腑。这时需要说明的是，“胆”虽为六腑之一，但它在功能上并不接受水谷和传化糟粕，与其他各腑显然不同，所以又把它列入奇恒之腑的范畴。

综上所述，五脏的基本性能是“藏而不泻，满而不实”；六腑的基本性能是“泻而不藏，实而不满”。

脏腑各有喜恶，各有不同的特定的生理特性。

1. 心喜宁静而恶热，病则心悸

心主神明。祖国医学把大脑皮层的精神意识和思维活动归于心，所以《灵枢·本神》：“所以任物者，谓之心。”《素问·灵兰秘典论》：“心者，君主之官，神明出焉。”神明，既指人的精神活动和思想意识，这就进一步指出了接受外界事物而发生的思维活动是由心来完成的。心气充足则血脉充盈，心情舒畅，宁静而致远；心气不足，血不养心，则心悸而烦躁。反之，如果心情舒畅，恬淡虚无，则神不惊而心不慌，精力充沛，反应敏锐。所以心喜宁静，在治疗心脏疾患时一定要注意使用益气养阴，镇静安神，有严重失眠者，可适当用一些安眠药品，以减轻神经的兴奋性。

心主神明，为君主之官。明君宜清不宜昏，热扰则神昏；热陷心包则谵语；痰火扰心则癫狂。

胸痹（冠心病）虽属阴盛阳微，胸阳不振，但阴盛为寒闭，阳微为阳郁不展，并非真正的阳虚，阳郁则可化热，正所谓“气有余便是火”。所以治疗胸痹时以开为主，佐以清降。

如果心发生了病理变化，就可能出现心悸、心烦、失眠，甚至精神失常。

2. 肝喜条达则恶风，病则胃酸烧心

肝为刚脏，体阴而用阳。意思是说，肝主藏血而为人体的运动发源地，

所以《素问·六节藏象论》：“肝者，罢极之本。”罢极，即耐受疲劳的意思。人体在劳动时，肝脏把贮藏在血液供给全身，使肢体或大脑发挥其力量与作用，而不致有疲劳的感觉，因此有“足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能摄”等论述。肝喜条达而恶抑郁，主要表现在肝主疏泄上。

肝主疏泄，具体来说，主要表现在以下四个方面：一是指肝具有某些精神情志活动的功能。祖国医学认为人的精神情志活动除了为心所主宰外，与肝也有密切的关系。《素问·灵兰秘典论》：“肝者，将军之官，谋虑出焉。”《素问·六节藏象论》：“肝者……魂之居也。”《灵枢·本神》还进一步指出：“肝，悲哀动中则伤魂，魂伤则狂忘不精。”肝的疏泄功能正常，则精神舒畅；反之，肝的疏泄失职，则情志抑郁。这是肝脏功能对人体精神情志活动影响的一面；另一方面，外界的精神刺激，尤其是大怒或情绪过度忧郁等，又常常使肝的疏泄功能失常，而出现肝气郁结或肝气横逆等病理现象。其二是指肝具有疏通气血的功能。因为肝的疏泄功能与气机的调畅有密切关系，而气之与血，“气为血之帅，血为气之母”，“气行则血行，气滞则血凝”，故肝的疏泄功能正常，人体气血流通。如肝失疏泄，肝气郁结，气不行血，则血行不畅，可出现胸胁满，月经不调，甚则因气滞血行艰涩而淤结，形成癥瘕积聚、妇女闭经等症；如疏泄太过，则血行逆乱，气逆于上则吐血、衄血，气乱于下则月经过多、崩漏等症。临床上常用调理肝气，疏通气血的方法治疗上述疾病而获得疗效。其三是指肝脏有促进胆汁分泌与排泄，协助脾胃消化的功能。胆汁的形成，来自肝脏，所谓“借肝之余气，溢入于胆，积聚而成”。而胆汁的排泄，有赖于肝脏的疏泄。因为胆汁是参与消化食物不可缺少的物质，所以肝脏疏泄功能正常与否，直接关系到胆汁的分泌与排泄，而影响消化功能，又因脾为至阴之脏，“其性兼静”，必赖于肝的疏泄作用，使中焦气机升降有序，司其运化之职。若肝失疏泄，就会影响到脾胃的消化功能和胆汁的分泌与排泄，从而出现一系列病变，如临床上常用疏肝利胆法来治疗胆囊炎。若肝郁而影响脾胃功能，称为“肝脾不和”或“肝气犯胃”，治以疏肝理脾或疏肝和胃。其四，肝的疏泄功能，还表现为疏利三焦，通调水道的作用。肝的疏泄功能正常，能使上下四旁的气机调畅；如果肝失疏泄，气机郁滞，影响三焦的通利，以致水液排泄障碍，易形成水肿、臌胀等症。

肝喜条达而主疏泄，所以治疗由肝形成的疾病时应疏肝理气解郁。

肝恶风是指肝病时多表现为“风”的症状。肝藏血而主筋、主运动。筋即筋膜，包括肌腱、韧带，筋膜的主要功能是联络关节，主司运动。筋之所以能正常活动，主要依赖肝血的滋养。肝血充盈，淫气于筋，则肢体灵活，强健有力；肝血不足，筋脉失养，则筋脉拘挛，肢体麻木，屈伸不利；如邪热过盛，耗伤肝血，血不养筋，则可出现手足搐搦、震颤麻痹，甚则角弓反

张。所以《素问·至真要大论》：“诸风掉眩，皆属于肝。”说明拘挛抽风之症与肝有密切的关系。从血虚生风这一点讲，与其说是肝恶风，不如说是肝恶血虚，肝血不足则生风。

如果肝脏发生病理变化，疏泄不利，则会发生胃酸烧心。

3. 脾喜运而恶湿，脾病腹胀

脾主运化包括化水谷精微和运化水湿两个方面。

运化水谷精微，是指脾脏具有消化系统方面消化、吸收和运送营养物质的功能。《素问·太阴阳明论》：“脾为胃行其津液。”张景岳也说：“五味入胃，由脾布散，故曰五味出焉。”这里说的“行”、“布散”，都是指脾能协助胃进一步消化饮食物，并吸收其中的精微部分，运输至全身，以营养五脏六腑，四肢百骸。对于脾的这种功能，程杏轩在《医述》中说：“饮食入胃，有气有质……得脾气一吸，则胃气有助，食物之精气得以尽留，至其有质无气，及纵之使去，幽门开而糟粕弃矣。”这正是对脾主运化的具体描述。正因为脾主运化水谷精微，是人体营养物质的重要来源，所以历代医家都十分强调脾在人体生理上的重要性，称它为“后天之本”。脾虚而营养缺乏，症见面黄、食少、腹胀、便溏、四肢乏力。临床上补脾法不仅用于脾胃虚弱病证，也广泛运用于其他脏腑慢性病变之属于虚证者。

脾主运化水湿，是指体内的水液，通过脾的运输以及肺的肃降，下达于肾，在肾气的作用下，然后变成尿液由膀胱排除体外，使体内各个组织器官既得到津液的充分濡养，又不致有水湿潴留，从而维持着体内水液代谢的动态平衡。脾气健旺，则消化吸收传输功能旺盛，人体营养物质充沛，水液代谢正常；反之，若脾气虚弱，运化不健，就会出现纳减、食入难消以及营养不良等现象；或因水液代谢障碍，以致停水积饮，酿湿成痰，出现浮肿、咳嗽、泻泄等症，所谓“诸湿肿满皆属于脾”、“脾为生痰之源”即指此类。水湿停留反过来壅滞脾气，土壅木郁，进一步影响脾的运化功能，所以说脾喜燥而恶湿，临床上利用“脾主运化”的理论对脾虚湿盛而致泻泄者多采用燥湿健脾的方法。对脾虚水停而致水肿者多采用健脾利水的方法。

4. 肺喜开而恶寒，肺病咳喘

肺喜宣发、肃降。宣发，是宣布、发散的意思，是指肺气贵于宣通开发；肃降，肃是清肃，降是下降，指肺气以清肃下降为顺。若肺失宣发、肃降之性，就会引起肺气郁闭或上逆而出现胸闷、咳嗽、气喘等症。肺脏只有保持宣发、肃降的特性，才能完成司呼吸、通调水道等生理功能。平时所说的“开天窗”、“提壶揭盖”、“开鬼门，洁净府”都说明肺喜宣通开发的属性。

肺主宣发而喜开主要表现在以下两个方面：

(1) 肺气通于天而窍于鼻。肺主气，司呼吸，所以《素问·阴阳应象大

论》：“天气通于肺。”这里所说的“天气”，即指空气。人体通过肺的呼吸，自然的清气被吸入，体内的浊气被呼出，使体内气体得到交换，维持了人体清浊之气的吐故纳新。肺的呼吸功能是依靠肺气的宣散和肃降来实现的，肺有宣有肃，气就能出能入，气道通畅，呼吸平和。反之肺失宣降，则气道不畅，呼吸不利，可引起咳嗽、气喘。

(2) 肺主皮毛而排汗。《素问·五藏生成篇》：“肺之合皮也，其荣毛也。”皮毛包括皮肤、汗腺、毛发等组织，是抵御外邪侵袭的藩篱。皮毛的这种功能，主要是依靠流布于体表的卫气的作用来实现的，故《灵枢·本藏》：“卫气者，所以温分内，充皮肤，肥腠理，司开合者也。”而卫气之所以能发挥这种作用，主要是依靠肺气的调节和宣发力量。《灵枢·决气》中“上焦开发，宣五谷，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉”就是这个意思。同时皮毛的营养也有赖于肺气宣发敷布，肺气充足则皮毛润泽，肺气虚衰则皮毛枯槁，故《素问·经脉别论》：“肺朝百脉……输精于皮毛。”根据肺输精于皮毛的关系，临床上许多皮肤病当从肺治疗，益气养阴、宣肺固表，使肺气充足，营卫调和，皮肤腠理得气血滋养而开合有度，当汗则汗，当固则固，熏肤，充身，泽毛，皮毛滋润光洁而富有弹性，皮损病理组织也因肺气宣发与肃降方能逐步得以吸收康复。

肺为娇脏，恶寒也恶热，寒主收引，寒则气闭，毛窍闭塞，则肺气呼吸不利，所以《素问·至真要大论》：“诸气氛郁，皆属于肺。”风寒袭表，腠理闭塞，肺气不得宣散而郁闭，一方面出现咳嗽气喘，另一方面由于外邪稽留不去，郁而化热，热则伤阴，热则肺焦，终成气阴两虚，所以治疗肺病时又应当予以表散，使营卫协调，营卫利则肺气利，宣降正常则咳喘自愈。

5. 肾喜蛰而恶燥，肾病腰痛

《素问·六节藏象论》：“肾者，主蛰，封藏之本，精之处也。”蛰即伏藏之意。所以《素问·上古天真论》：“肾者主水，受五藏六府之精而藏之。”说明肾的主要功能就是主藏精。这种精主要包含两层意思：一是后天之精。后天之精指的是后天之精气，来源于食物的精华部分，是营养人体各组织器官，维持人体生命活动的基本物质。二是先天之精。先天之精指的是通过肾气和天癸的作用所产生的精，如卵子、精子。它是人体生育繁殖的基本物质，既男女媾和的精气，这部分精的生成、储藏和排泄由肾主管。先天之精与后天之精是相互为用的，先天之精有赖于后天之精的充养，后天之精也依靠先天之精的作用，才能不断生化，两者是相互影响的。清代程杏轩引《怡堂散记》：“肾者，主受五脏六腑之精而藏之，故五脏盛乃能泄，是精藏于肾而非生于肾也。五脏六腑之精，肾藏而司其输泄，输泄以时，则五脏六腑之精相续不绝。”具体地论述了肾受脏腑之精而藏之，又及时地输泄给脏腑的动态关系。

肾藏精而属少阴，也体阴而用阳，《素问·灵兰秘典论》：“肾者，作强之官，伎巧出焉。”意思是说肾是作用强力的官，肾中精气充盛则身体强壮，精巧多能。所谓肾恶燥者，是指精宜足而不宜涸，肾气不足，精不化血，则肝肾阴虚，津液枯涸，血燥气滞，临床出现腰痛乏力、脑痛胫竣、遗精早泄等肝肾阴亏的症状。朱丹溪说“阴常不足，阳常有余”恐怕与肾蛰不足有关，但“有形之血不可速生，无形之气所当急固”，“善补阴者必于阳中求阴，善补阳者必于阴中求阳”，宜阴阳双补，健脾和胃，恢复气血生化之源，使后天之精旺盛，后天养先天，先天之精因后天而封藏，精血旺盛，五脏六腑俱得滋养，身体自然安康。

6. 胃喜润而恶燥，胃病呕恶

胃主腐熟水谷，不仅需要胃阳的蒸化，更需要胃阴的濡润，如果胃中缺乏津液，胃的通降就会发生障碍。另一方面，从胃的病理变化来看，因胃为阳土，容易亢而燥而之症，胃阴每多受伤，胃阴不足，则胃失濡润，胃中干燥，燥则食物滞涩下行不利，影响胃的通降功能。胃气上逆则呕恶、呃逆、噎气。治疗这类病变时，宜于甘凉、濡润以养胃阴，使胃气得通降，不宜用刚燥之品重伤胃津。叶天士所谓“阳明胃土，得阴自安”、“胃喜柔润”，就是针对胃在生理、病理上的这种特征提出来的。临床根据胃的这种特性，在治疗胃溃疡、慢性胃炎等疾病时，对胃阴不足者，常用一贯煎、益胃汤之类以滋养胃阴，顺其通降之性，每获良效。

7. 六腑以通为用，以降为顺。胆病口苦，三焦病水肿，肠病泄泻，膀胱不利为癃、不约为遗尿

六腑包括胆、胃、大肠、小肠、三焦和膀胱。六腑当中以胃最为重要，因饮食物首先入胃，而后消化、吸收、布散、排泄。《素问·经脉别论》：“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，水精四布，五经并行。”所以说六腑以胃为主体，胃主降浊，以降为顺。

六腑的基本功能是消化水谷、泌别清浊、传送糟粕。所以《灵枢·五藏别论》：“六府者，传化物而不藏，故实而不能满。”饮食物在胃经过初步消化后成为食糜，而下传于小肠，经过小肠的进一步消化，绝大部分消化产物在小肠内被吸收入机体，只留下未经吸收的食物残渣，从小肠进入大肠。大肠的主要功能在于吸收水分，并作为消化后残余物质的暂时贮存所，达到一定程度时即行排便。

虽然胆囊、膀胱、大肠有暂时贮存的功能，但胆附于肝，肝之余气贮于胆而为胆汁；膀胱附于肾，肾之余气贮于膀胱而为尿液；大肠俯于胃，胃之余气贮于大肠而为粪便。根据《内经》关于六腑泻而不藏、实而不满的特点，胆、膀胱、大肠也应保持动态的通畅。六腑通则饮食能化，六腑通则五脏皆安。清肠清肠，神清气爽，也即这个道理。

胆汁味苦，逆则口苦。

三焦水道，病则水肿。

小肠病变主要表现在小便方面。病在小便。如《脏腑标本用药式》：“小肠本病，大便水谷利，小便短，小便血……”

大肠的功能主要是吸收水分、贮存糟粕。病在大便，如大肠虚寒无力吸收水分则肠鸣、腹痛、泄泻；大肠热蕴，销铄水分过多，则肠液干燥，大便秘结不通。

（三）脏腑之间的生理关系

人是一个有机的整体，人体与自然界之间，脏腑与脏腑之间，脏腑与组织之间都有着密切的关系。这种关系主要表现在以下几个方面：

1. 表里关系

胃主收纳，脾主运化，统主水谷。脾与胃以食相表里。

肝之余气泄于胆而为胆汁，胆附于肝。肝与胆以胆汁相表里。

国外文献报道“胃肠内气体，主要依靠肠壁血液循环吸收，由肺部排除”、“肠内的气体经肠壁血液循环吸收再由肺部排泄之量，较由肛门排泄之量高出约20多倍”。肺与大肠以气相表里。

小肠内的消化极其重要。在这里，食物受到胰液、胆汁和小肠液的化学作用，以及小肠运动的机械作用，绝大部分消化产物在小肠内被吸收入机体，成为血液中营养物质的重要来源，心脏把富含氧气及血液营养的血输送到全身，自身心肌也得到营养。心与小肠以血相表里。

肾主水液，现代医学认为肾是一个泌尿器官，尿液通过输尿管排入膀胱，《素问·灵兰秘典论》“膀胱者，州都之官，津液藏焉，气化则能出焉”，气化指肾的气化功能。肾与膀胱以水相表里。

2. 三元生理关系

其他脏腑之间的生理关系包括气路、血路、水路、食路、胆汁路、髓路六个方面。因在第二章三元基论中有详细论述，从略。

3. 气机关系

脏腑之间的关系实质上是气机关系。气机的表现形式是升降出入。脾主升，胃主降，肝为之枢纽。心随胃下降于肾，肾随脾上升于心，肺胃同司肃降。

升：肾为先天，为命门元阳生成之处，元气是人身生化的原动力，它的作用是激发和推动脏腑的功能活动，而五脏六腑之气的产生也根源于元气。如《难经·六十六难》：“脐下肾间动气者，人之生命也，十二经之根本也，故名曰原。”命门寓存于两肾之间，伺机而发动，饮食如胃刺激脾胃开始消化，运化一动，元阳随之升动，使脾胃得以温煦，消化功能得以运行。脾主升清并为胃行其津液，