

经验 传承

引用:孙倩,李姗姗,杨少宁,等.以“温阳益气,活血降浊”之法助力肾病夏治[J].现代中医药,2023,43(4):31-34.

以“温阳益气,活血降浊”之法 助力肾病夏治^{*}

孙倩¹ 李姗姗¹ 杨少宁¹ 于小勇^{2**}

(1. 陕西中医药大学,陕西 咸阳 712046;2. 陕西省中医医院,陕西 西安 710003)

摘 要:根据中医“治病求本”和“标本兼治”的治疗原则,对慢性肾脏病患者后期出现的水肿、短气、腰酸、乏力、畏寒肢冷等脾肾阳虚的症状,采用“温阳益气,活血降浊”之法进行冬病夏治,以达到预防及治疗虚寒性疾病的目的。“温阳益气”是对脾肾阳虚患者阳气亏虚,以温阳益气之法提升人体元阳之气,增强患者抗病邪能力;“活血降浊”是在顾护人体正气时,同时以活血降浊之法祛除水湿、瘀血、痰浊等病理产物的过程。因此,肾病夏治的临床应用对预防和治疗慢性肾脏病至关重要。

关键词:慢性肾脏病;肾病夏治;温阳益气;活血降浊;冬病夏治

中图分类号:R256.5 **文献标识码:**A

文章编号:1672-0571(2023)04-0031-04

DOI:10.13424/j.cnki.mtcm.2023.04.006

慢性肾脏病是指各种原因导致的肾功能进行性恶化,临床表现多以蛋白尿、血尿、水肿^[1]为主,是继肿瘤和心脏病之后危害人类公共健康的主要疾病之一^[2]。根据慢性肾脏病的临床表现,可归属于中医“血尿”“尿浊”“水肿”“虚劳”“关格”“肾衰”等范畴,多由先天禀赋不足、饮食不当、劳倦过度,或年老肾亏,或肾病日久失治误治等因素引起人体脏腑功能的失调及气血阴阳的不足,常可因外感六淫而加重肾脏病的损害,病属本虚标实,本虚常以脾肾阳虚为主,标实为水湿、瘀血、痰浊等病理产物的蓄积。冬病夏治运用“天人合一”和“未病先防”等中医基础理论,以“春夏养阳”“长夏胜冬”等中医养生指导思想为基础,在夏季三伏天人体和自然界阳气最旺的时候以扶正祛邪、温阳散寒、调和脏腑阴阳之法治疗在冬季易发或易加重的虚寒性疾病^[3],同时增强人体抵抗力。“温阳益气,活血降浊”之法和冬病夏治一脉相承,对慢性肾脏病患者进行冬病夏治可以起到很好的

预防及治疗作用。

1 冬病夏治理论基础及临床应用

《素问·四气调神大论》曰:“冬三月,此谓闭藏,水冰地坼,无扰乎阳……逆之则伤肾,春为痿厥,奉生者少。”“夫四时阴阳者,万物之根本也,所以圣人春夏养阳,秋冬养阴,以从其根。”强调冬天自然界阳气深藏,阴寒之气旺盛,寒邪易侵袭人体可损伤肾脏;提出“春夏养阳,秋冬养阴”之顺应四时阴阳的养生之法^[4]。对于阳虚为本的患者来说,体内寒、痰、瘀之邪沉伏日久^[5],加之冬季阴寒之气的侵袭会加重原有病情,缠绵难愈;对于体弱或亚健康者来说,冬季易感寒邪之气诱发感冒;根据中医阴阳平衡的治疗原则,以“寒者热之”为法在夏季自然界三伏天阳气最旺盛之时辅以散寒助阳药物或非药物治疗以提升人体元阳之气,增强抵抗病邪的能力达到预防疾病发作及治疗的目的。从现代作用机制研究角度出发,冬病夏治可以调节机体免疫、协调神经系统、增强肺功能、减

* 基金项目:陕西省科技厅社发攻关一般项目(2017SF-298);西安市科技计划项目(2019115613YX011SF044[9])

** 通讯作者:于小勇,主任医师。E-mail:gub70725@126.com

少氧自由基的生成与释放、调节树突状细胞免疫功能,通过多位点作用增强机体的免疫力^[6],这与中医提升人体正气恰好相符。

冬病夏治的临床运用十分广泛,在防治各种呼吸道疾病、妇科病、过敏性疾病、风湿类疾病、胃肠道疾病等已取得显著疗效,已被广大群众所接受。冬病夏治在临床上多以中医外治法为主,如穴位贴敷、针灸、拔罐、刮痧等,其中以三伏贴最为常见。陈景等^[7]对患有支气管哮喘的患儿采用穴位贴敷进行冬病夏治,患儿的咳嗽、胸闷症状得到改善,能减少患儿肺部的损伤,提升患儿的生命质量。张加权等^[8]对处于稳定期的慢性阻塞性肺气肿患者进行冬病夏治中药穴位贴敷治疗,此类患者的急性发作次数及住院次数均有所减少,活动耐受力增加,肺功能及生活质量得到改善。赵海霞^[9]分析冬病夏治“中药三伏贴”对改善阳虚体质患者的影响,对冠心病、肺系疾病、脾胃虚寒型、风湿免疫性疾病、妇科寒性痛经型、儿科厌食型的有效率均在 70% 以上,冬病夏治疗法能改善患者临床症状、增强抵抗力。刘宁等^[10]则研究得出三伏贴能改善阳气亏虚、血瘀水停证慢性心衰患者的心功能、改善患者的预后。夏志宏等^[11]得出对患有轻中度风寒湿痹痛痹的膝关节患者来说,冬病夏治穴位贴敷配合红外线照射疗效优于单纯西药组,可以对沉痾宿疾起到很好的疗效。李珍兰等^[12]对冻疮患者在常规护理治疗基础上,以温阳通经方冬病夏治敷贴后外涂“冻疮水”法进行治疗,其疗效明显优于蛇油冻疮膏外用后涂“冻疮水”,冬病夏治治疗冻疮具有很好的临床效果。因此,如何掌握冬病夏治的适应症并灵活运用,需要不断的临床实践研究探索。

2 “温阳益气,活血降浊”之法在慢性肾脏病中的运用

根据中医“治病求本”和“标本兼治”的治疗原则,“温阳益气”是对慢性肾脏病脾肾阳虚患者阳气亏虚,以温阳益气之法提升人体元阳之气,增强患者抗病邪能力;“活血降浊”是在顾护人体正气时,同时以活血降浊之法祛除水湿、瘀血、痰浊等病理产物的过程。在临床上,“温阳益气,活血降浊”之法在延缓慢性肾脏病进展方面已得到普遍

运用。刘新教授^[13]认为慢性肾功能衰竭患者主要病机为脾肾阳虚,兼有血瘀和毒浊等病理产物的蓄积,并创立了“温阳活血降浊”治疗方法,其所创药“壮肾排毒方”临床疗效显著,具有降低患者血肌酐、尿素氮、抗肾纤维化等作用,可以改善患者症状及延缓慢性肾衰的进展。余承惠教授^[14]认为慢性肾脏病患者多病程日久,加上风湿毒邪易侵袭机体,故此病多属虚实夹杂,治疗时重视补益与温阳药的运用。余老通过四诊合参,认为临床上“有病无证”的初诊患者多兼有气虚或阳虚之象,在清热解毒利湿的同时,顾护肾气以扶正,加用温补脾阳之品以温化湿邪。张云鹏教授^[15]认为在肾脏病后期,脾肾虚衰,湿浊内聚,经络淤阻,治疗采用温阳降浊,活血攻下,健脾利水之法,临床上多运用具有通腑泄浊之效的大黄辨证用药。李俊^[16]研究了 80 例慢性肾功能衰竭患者,观察温阳益气活血通络汤联合常规西医治疗组疗效强于单纯西医治疗组,得出温阳益气活血通络汤可以改善患者临床症状及肾功能,提高患者生活质量。

3 肾病夏治临床运用

有研究发现,慢性肾脏病患者在冬天病情更容易加重,严重者可直接进入尿毒症期。冬季天气寒冷,易受寒邪侵袭引发感冒加重肾脏损害;寒冷使皮肤腠理闭合,不易排出体内毒素;寒冷刺激亦可使人血管收缩,血压升高,亦会加重肾脏负担^[17]。慢性肾脏病患者后期多表现为水肿、短气、腰酸、乏力、畏寒肢冷等症状,辨证可为脾肾阳气虚衰,阳虚寒凝、浊瘀内阻;气血津液运行不畅,则可兼见水湿、瘀血及痰浊,临床上治疗可采用“温阳益气,活血降浊”之法达到标本同治的目的。根据天人相应原则,四时之中,夏季阳气最盛,人体阳气亦最盛,此时温补阳气、活血降浊使得阴阳协调、气血畅运、寒邪得化、瘀通浊消,疗效更佳,故临床上“肾病夏治”的运用也十分重要。

3.1 肾病夏治治疗对象的选择 根据中医养生指导思想,肾病夏治的治疗对象对患有虚寒性疾病的患者疗效更佳。慢性肾脏病患者后期多以脾肾阳虚为主,患者若脾肾阳虚,运化功能失常,火不暖土,则纳差便溏或五更泄泻;阳虚阴寒内盛,则神疲乏力,畏寒肢冷,面色㿔白;肾阳虚,膀胱气

化不利,则腰膝酸软或腰部冷痛,夜尿频多清长;阳虚水泛则面肢浮肿,按之凹陷难复;舌淡胖,苔白滑,脉沉细弱为阳虚阴盛之象;若湿浊内蕴,横逆犯胃,则恶心呕吐,口淡黏腻;若瘀血内阻,则面色黧黑或口唇紫暗,腰痛固定,舌紫暗或有瘀斑、瘀点,脉细涩。故临床上可根据患者的临床表现进行辨证,选择脾肾阳虚的患者进行冬病夏治。

3.2 肾病夏治治疗方法的选择

3.2.1 内服中药汤剂 慢性肾脏病患者久病缠绵难愈易致脾肾阳虚,借助天时之利,此时内服温阳益气药物疗效更佳,使得元阳之气得以温养,体内寒邪之气得以祛除;湿为阴邪,得阳易化;气为血之帅,气行则血行,瘀血易消;同时,再予以活血降浊药物加快水湿、瘀血、痰浊的祛除。临床上可以运用真武汤或附子理中丸加减,常用中药如附子、白术、白芍、干姜、茯苓、桂枝、党参、炙甘草等。

3.2.2 穴位贴敷疗法 《本草纲目》记载:“治大腹水肿,以赤根捣烂,入元寸,贴于脐心,以帛束定,得小便利,则肿消。”可见穴位贴敷治疗疾病是有一定的疗效的。穴位贴敷是指在夏季三伏天时在人体相应穴位上贴敷使皮肤发红、起泡甚至化脓的刺激性的药物^[18],药效经皮吸收后通过经络的传导作用来调整人体脏腑阴阳盛衰,是融经络、穴位、药物为一体的综合性的治疗方法。对脾肾阳虚的慢性肾脏病患者,穴位贴敷治疗仍以温补脾肾为主,辅以活血降浊,药饼主方可用黄芪、附片、干姜、当归、丹参、川芎、白术、白芍、酒萸肉、茯苓、泽泻、炙甘草,敷贴穴位可选肾俞、脾俞、命门、腰阳关、神阙、气海、关元、足三里等。

3.2.3 烫熨疗法 烫熨疗法是加热特定的物品或药物,使其在人体表面局部皮肤或者经络穴位上进行持久稳定的烫熨,通过温热刺激皮肤,起到疏通经络、调畅气血、温阳散寒等作用达到防病、治病的目的^[19]。正如《素问·血气形志》所言:“形苦志乐,病生于筋,治之以熨引。”临床上常制成烫熨贴或中药烫熨包,热敷于人体肾俞穴和脾俞穴以温补脾肾、助阳益气,改善脾肾阳虚型慢性肾脏病患者纳呆泄泻、畏寒肢冷、腰膝酸软、小便不利、夜尿频多清长等症状。

3.2.4 针灸治疗 《癸巳类稿·持素毕》记载:

“宗气营卫,有生之常,针灸之外,汤药至齐。”针灸治疗是一种常见的中医内病外治法,在中医辨证论治基础上,通过针刺人体特定穴位或燃烧艾绒温灼穴位表面的皮肤以达到疏通经络、调和阴阳及扶正祛邪的目的。目前,已有不少研究证实针灸治疗对慢性肾脏病的明确疗效性。潘海燕^[20]在研究电针太溪穴和阴谷穴对慢性肾脏病患者的肾动脉血流即刻效应的对比观察时,得出二者均能改善肾脏的缺血状态,促进毒素排出,太溪穴的疗效更佳。王欢等^[21]在对 32 名非透析慢性肾脏病患者进行艾灸肾俞穴后,观察患者的肾动脉舒张末期血流速度加快、肾脏阻力指数下降,能改善患者肾血流状态,可以作为一种常规的辅助治疗肾脏病的方法。程力等^[22]研究发现隔姜灸可以改善慢性肾衰竭患者的恶心呕吐症状。因此,临床上治疗慢性肾脏病患者,针刺与艾灸多联合运用,常选取五脏背腧穴以温补脾肾,配合具有行气活血、祛风除湿功效的穴位,如肾俞、脾俞、大肠俞、膀胱俞、太溪、足三里、丰隆、地机、曲池等。

3.3 肾病夏治的注意事项 在进行肾病夏治时,治疗时间应选择在三伏天阳气充足的时候,最好在晴天的上午进行,临床上以穴位贴敷最为常见。治疗时间上,成人一般贴敷 6 ~ 8 h,儿童则在 2 ~ 4 h;同时,注意观察患者局部皮肤状态,若皮肤灼痛、瘙痒、红肿明显且难以耐受时应立即结束治疗,必要时涂抹药物治疗缓解症状。在治疗期间,饮食上宜清淡饮食,慎食冰冻、辛辣刺激及发物食品,戒烟戒酒,保持情志舒畅;尽量避免吹电风扇和空调,尤其不能直接将冷风吹到贴敷部位影响药物吸收;慢性肾脏病患者应适度饮水,充盈血管,注意休息,避免劳累。烫熨疗法及针灸治疗可参照穴位贴敷及患者耐受程度酌情运用。对于药物过敏、有严重皮肤病、感冒发热、血糖控制不良等患者一般不建议进行肾病夏治。

4 讨论

慢性肾脏病已成为危害人类健康的公共健康问题之一,其治疗原则包括原发病的治疗、并发症的防治及危险因素避免和纠正,如何有效延缓慢性肾脏病患者肾功能的进展是困扰临床医生的一个重大难题^[23-25]。目前,慢性肾脏病患者多以

西医药物治疗、营养支持治疗、替代治疗为主,辅以中医中药辨证论治缓解肾功能恶化。临床上,运用中医进行内外兼治已取得不错疗效,肾病夏治之“温阳益气,活血降浊”之法理论就是对中医外治法理论的浅析及拓展,在一定程度上可以对慢性肾脏病患者起到预防和治疗作用。

肾病夏治的临床运用尚存在一定的不足,仍需要不断的完善。肾病夏治只是中医辅助治疗疾病的一种方式,并不能完全替代西医治疗,在治疗期间切记盲目的减药和停药;肾病夏治对治疗虚寒性的病症疗效显著,在临床运用时需要辨证论治,对症取穴,不能一概而论之;肾病夏治的疗效受到患者依从性的限制及个体差异的影响,其疗程时间较长,很多患者自觉无明显疗效而未能坚持治疗;较少的文献能从现代医学的角度分析肾病夏治的疗效性,使肾病夏治的运用缺乏一定的说服力。尽管,肾病夏治临床的运用存在很多局限性,其“温阳益气,活血降浊”功效对延缓慢性肾脏病患者肾功能进展是有一定疗效的。目前对肾病夏治研究文献量很少,有待进一步的探讨以明确其临床具体治疗方案的运用,使其得到更大的普及。

参考文献

- [1] 权浩浩,程小红,张晓凤. 基于“扶正祛邪”理论探讨慢性肾脏病的中医治疗方法[J]. 辽宁中医杂志,2020,47(12):66-68.
- [2] 姚勇. 慢性肾脏病病因与流行病学[J]. 中国实用儿科杂志,2011,26(6):404-406.
- [3] 崔红生. 冬病夏治与中药穴位贴敷[N]. 中国中医药报,2015-07-03(004).
- [4] 王亨飞. 从《黄帝内经》“春夏养阳”探析“冬病夏治”[J]. 中国中医基础医学杂志,2016,22(11):1451-1452,1541.
- [5] 高志平. 冬病夏治论析[J]. 中国针灸,2014,34(4):401-404.
- [6] 叶琛琛,王勤,王敏华,等. 冬病夏治贴敷治疗常用方剂及现代作用机制初探[J]. 临床医药文献电子杂志,2020,7(37):191-192.
- [7] 陈景,刘莎莎,喻闽凤,等. 穴位贴敷冬病夏治防治小儿支气管哮喘的疗效观察[J]. 中国实用医药,2020,15(20):167-169.
- [8] 张加权,周明姬,王珍秀. 冬病夏治中药穴位贴敷防治慢性阻塞性肺疾病稳定期 56 例临床观察[J]. 湖南中

医杂志,2020,36(3):4-6.

- [9] 赵海霞. 冬病夏治“中药三伏贴”改善阳虚体质的临床研究[J]. 世界最新医学信息文摘,2017,17(28):157-158.
- [10] 刘宁,宋宪波,谭莉娜,等. 三伏贴防治慢性心力衰竭阳气亏虚、血瘀水停证队列研究[J]. 中医杂志,2020,61(1):53-57.
- [11] 夏志宏,沈治祥,蔡晓辉,等. 膝关节痛痹症型的冬病夏治疗效观察[J]. 中医临床研究,2019,11(29):79-82.
- [12] 李珍兰,胡波,王来银,等. 温阳通经方冬病夏治配合护理治疗冻疮[J]. 光明中医,2013,28(2):371-372.
- [13] 黄彩兰,刘新. 刘新教授治疗慢性肾衰经验总结[J]. 西部中医药,2019,32(7):83-85.
- [14] 吴艺青,陈继红. 余承惠运用温阳药治疗慢性肾脏病经验探析[J]. 江苏中医药,2019,51(8):21-24.
- [15] 董兴刚. 张云鹏教授治疗慢性肾功能衰竭的经验[J]. 时珍国医国药,2004,(8):534.
- [16] 李俊. 温阳益气活血通络汤治疗慢性肾功能衰竭的临床效果[J]. 黑龙江中医药,2019,48(6):35-36.
- [17] 王琳. “冬病夏治”助力慢性肾脏病康复[N]. 上海中医药报,2016-07-08(011).
- [18] 张斯杰,欧江琴. 三伏贴的治未病理论基础及运用[J]. 中国中医基础医学杂志,2019,25(4):519-521.
- [19] 马影蕊,张玉倩. 烫熨疗法的现代临床应用[J]. 世界中西医结合杂志,2016,11(6):868-870,874.
- [20] 潘海燕. 电针太溪、阴谷对慢性肾脏病患者肾动脉血流即刻效应的对比观察[D]. 济南:山东中医药大学,2007.
- [21] 王欢,张红梅,徐佳美,等. 艾灸对慢性肾脏病患者肾血流动力学的影响[J]. 针刺研究,2018,43(11):722-724,729.
- [22] 程力,熊飞. 隔姜灸治疗慢性肾衰竭出现恶心呕吐临床观察[J]. 中国中医急症,2012,21(5):820.
- [23] 徐蕾,马晓燕. 基于“肠-肾轴”理论治疗慢性肾脏病研究进展[J]. 陕西中医药大学学报,2022,45(3):114-119.
- [24] 徐进,蒋春波. 中药黄芪治肾病“机理”说[J]. 陕西中医药大学学报,2022,45(2):127-131.
- [25] 柳小远,于小勇. 2020 年版中成药治疗慢性肾脏病 3-5 期(非透析)临床应用指南解读[J]. 现代中医药,2021,41(5):14-18.

(修回日期:2021-11-26 编辑:巩振东)