

# 姚勤从脾论治脱发经验介绍

徐霜俐<sup>1</sup>, 姚勤<sup>2</sup>, 刘天舒<sup>3</sup>

1. 湖南中医药大学, 湖南 长沙 410208
2. 湖南省中医药研究院, 湖南 长沙 410006
3. 湖南省中医药研究院附属医院, 湖南 长沙 410006

[关键词] 脱发; 脾; 虚; 湿; 滞; 经验介绍; 姚勤

[中图分类号] R249 [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415 (2016) 09-0176-02

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2016.09.078

姚勤老师系湖南省中医药研究院文献信息研究所副所长, 研究员, 硕士研究生导师, 为国家中医药管理局中医药文化宣传教育基地负责人。姚老师师从著名中医学家刘炳凡老先生, 近40年来一直从事中医理论与临床研究工作, 积累了丰富的中医临床经验。姚老师临证善于从脾胃入手治疗各种疑难杂症, 笔者有幸侍诊左右, 受益匪浅, 现简单介绍姚老师治疗脱发的临证经验。

## 1 病因病机

姚老师认为脱发病因繁多, 不外乎虚、湿、滞三端: 虚则主要以脾虚运化不足而致气血亏虚; 湿则为水液运化不及而致痰湿内聚; 滞则乃气机不畅而致气滞络阻; 故提出治疗脱发以健脾补虚生新、化湿祛痰消浊、行气祛瘀通络为主的治疗原则, 验之临床, 疗效颇佳。

1.1 虚 《脾胃论·脾胃胜衰论》云: “夫胃病其脉缓, 脾病其脉迟……此阳气衰落, 不能生发……或皮毛枯槁, 发脱落。”姚老师认为, 脾主运化为后天之本, 气血化生之源, 毛发的生长和营养必须由脾运化的水谷精微来提供, 若脾虚运化不足, 则气血生化乏源, 毛发缺乏营养而干枯、脱落; 同时元气又赖脾胃之气充养, 若脾胃之气不足, 不利于激发毛发的生长。《素问·上古天真论》曰: “女子七岁肾气盛, 齿更发长……五七, 阳明脉衰, 面始焦, 发始堕……丈夫八岁肾气实, 发长齿更……五八, 肾气衰, 发堕齿槁……”<sup>[1]</sup>, 表明头发的生长润泽源自于脾肾, 而脾虚阳明脉衰, 发干脱落, 表现在前, 随着脾虚及肾, 脾肾两虚, 则出现更严重的脱发, 甚至秃顶。虽肾为先天之本, 肾藏精, 肾精可化生血液, 滋养毛发, 但脾为后天之本, 可以通过调补后天来培补先天之不足。

1.2 湿 脾为生痰之源, 喜燥恶湿, 脾在五行中属土, 而脾

的阳气易衰, 阴气易盛, 若脾运化水液的功能减弱, 土虚则水侮, 可造成水湿上犯、侵蚀发根, 从而阻碍头发的营养吸收而引起脱发。《素问·五藏生成篇》云: “肾之合骨也, 其荣发也, 其主脾也, 是故……多食甘, 则骨痛而发落。”提出脱发与嗜食肥甘厚味之品密切相关, 姚老师认为肥甘厚腻之物易困脾, 脾困则运化失常内生痰湿, 易致脱发。痰湿蕴久化热, 湿热熏蒸致毛发的生长环境不良而脱落, 同时热邪又可耗血伤阴造成头发营养不足而加重脱发。故脱发、掉发, 并非完全属于脾肾亏虚, 尚有体质虽健, 形满体肥却发质稀疏者, 则是由于水湿、痰湿、湿热导致脱发。

1.3 滞 姚老师认为脾为气机升降之枢纽, 对津液气血具有输布作用, 五脏之精气, 始归于脾运, 脾气盛才能使精气正常输布。若脾的气机升降功能失调, 母病及子, 会影响到肺的正常功能, 肺能将脾所输布的津液与水谷精微, 布散于全身, 以达到“熏肤, 充身, 泽毛”的作用。若肺的道路受阻, 水谷精微不能正常输布来滋养毛发, 影响毛发的润泽和生长。若思虑伤脾, 脾胃虚弱则易影响气机升降运行, 日久气机不畅, 疏泄失常, 可累及三焦水道而进一步加重脾虚, 水湿内停导致脱发。

脱发一证, 与虚、湿、滞密切相关, 但临床上并非某一因素单独致病, 常常相互兼杂、互相影响。或以虚为主, 兼以湿滞; 或以湿为主, 兼以虚、滞; 或以滞为主, 兼以虚、湿; 但总离不开脾, 故治疗上以脾为中心, 健脾补虚、化湿祛痰、行气祛瘀通络为基本治疗原则。

## 2 方药组成

常用处方: 党参 15 g, 苍术、法半夏、陈皮、厚朴、丹参、黄精、菟丝子各 10 g, 当归 12 g, 砂仁、炙甘草各 5 g,

[收稿日期] 2016-03-26

[作者简介] 徐霜俐 (1989-), 女, 在读硕士研究生, 研究方向: 名老中医学术经验传承研究。

[通讯作者] 姚勤, E-mail: 2406102872@qq.com。

茯苓 30 g。药渣熬水泡脚，健脾祛湿、活血通络，并在此基础上辨证加减，如肝肾阴虚、精血不足，而湿邪不甚者可酌加制首乌、旱莲草、白芍等；兼肝气郁滞的加柴胡、郁金、百合、合欢花等；兼焦虑失眠的患者加茯神、夜交藤、炒枣仁等。观其组方用药，用健脾益气、补土生金之代表方六君子汤加减，一可通过健脾来行气化湿，二可通过健脾而补气血。方中党参，具有补气血、养阴和胃、平肝之效；苍术，能彻上彻下，燥湿而化痰饮，芳香辟秽，胜四时不正之气；厚朴，燥湿除满，助苍术加强健脾燥湿之力；厚朴、陈皮二药气味芳香，能辅助苍术醒脾调中，固护胃气。方中丹参，功同四物，既能活血而不伤正，又能清血中之火，安神定志；黄精，味甘性平，具有健脾益肾、补气养阴、润肺之效；菟丝子补肾填精，守而不走，温而不燥，滋而不腻；气轻质润之当归，能走能守，养血活血；少量芳香气浓之砂仁，既能化湿醒脾，又善行脾胃气滞，能防滋补药碍脾胃；甘平而润之炙甘草，补脾益气，能增强健脾之效，又能调和诸药。脱发日久的患者或多或少都有一些肝郁，如不及时疏肝，恐子病及母，加重脾虚，故方中可酌情加用疏肝理气之品。

### 3 病案举例

例 1：程某，女，45 岁，2014 年 9 月 23 日初诊。脱发 1 月，整个头部只见稀疏几根头发。2014 年 5 月初因感冒发烧不退，曾去湘雅医学院附属医院门诊进行检查，治疗后烧退，但出现全身水肿，贫血严重，病因不明，初步诊断为血液系统相关疾病，医院已下病危。后就诊于湖南省中药研究院附属医院，间断服用中药，水肿明显消退，但脱发严重，伴有全身瘙痒，胃脘不适。舌淡红、苔薄白，脉细。处方：党参、丹参、赤芍、法半夏、刺蒺藜、厚朴、炒栀子、白术各 10 g，陈皮 12 g，生黄芪 30 g，茯苓、制首乌各 15 g，五味子、砂仁、炙甘草各 5 g。服用 14 剂。服药 1 周余，头发已不再脱落，患者自诉下肢瘙痒，观其无异常。舌淡红、苔薄白，脉细。处方：生黄芪 25 g，茯苓 30 g，党参 15 g，丹参、防风、法半夏、厚朴、炒栀子、川芎、当归、杜仲、牛膝各 10 g，陈皮 12 g，五味子、砂仁、炙甘草各 5 g。服用 14 剂。坚持服药 1 月余，头发已陆续长出。

按：本例患者以脱发为主症，平素易感冒，此次脱发主因脏腑功能严重失调导致病后体虚水肿，贫血。姚老师认为患者水肿数月，水湿上犯发根，侵袭发根，引起脱发，其病后脾不能正常化生气血，加重贫血，故以健脾行气化湿、养血活血为主。方用六君子汤加减以健脾益气消肿，益气养血。味甘性平之党参，甘温补中健脾胃，益气生血。甘温之北黄芪，补益中土，温养脾胃，同时又可健脾益气利水。党参偏于养阴补中，北黄芪偏于补阳实表，两者合用，一阴一阳，共奏益气健脾补中利水之功。丹参活血通经，善走血分之赤芍，活血通经，散瘀消肿，行气止痛。苦寒清降之炒栀子，轻清上行，外解肌肤之热，内清心肺三焦之火，以防病久化热，又可调和药性。味

酸性温之五味子，酸涩收敛，酸甘化阴，性温而润，下纳肾气，防止辛散太猛，散中寓收，既不留邪，又滋养肾阴。甘淡而平之茯苓，既可祛邪，又可扶正，补而不腻，利而不猛，与黄芪相须而用，既补又行，补而不壅，行不伤脾，加强其健脾益气，利水消肿之效。苦甘而涩、温而不燥之制首乌，大补精血，主补主守主静；苦泄性平之刺蒺藜，辛散疏风，主泄主走主动，解风疹痒，两味合用，相互制约，共奏补肾益精，熄风止痒之效。砂仁化湿行气、和胃醒脾，又防止诸药阻碍脾胃，与厚朴、陈皮配伍，以缓解胸脘胀满、腹胀之症，炙甘草补脾益气、调和诸药。

例 2：周某，女，35 岁，2015 年 11 月初诊。脱发半年，头顶脱发范围约 2 cm×2 cm，后侧头发稀疏，有脂斑溢出，近半年逐渐出现脱发，面色少华并伴心悸、耳鸣。饭后胃脘不适，易打嗝，纳可，小便次数多，大便正常，寐不安，入睡困难。曾多处求医诊治未见好转。舌淡红、边有齿印，苔黄腻，脉细数，重按无力。处方：党参、苍术、丹参、法半夏、陈皮、厚朴、炒栀子、杜仲、牛膝、香附各 10 g，茯苓 30 g，当归、太子参、菟丝子各 15 g，砂仁、炙甘草各 5 g。服用 7 剂。1 周后复诊，服药后脱发明显减少，睡眠、心悸好转，平素家务后易乏力酸胀，上方加用生黄芪 30 g，粉葛根 30 g，继续服用 14 剂。患者 2 周后复诊，睡眠已明显好转，脱落处头发已有长出，发质细软色黄，头部脂溢减少，其他症状改善。舌淡红、苔薄白，脉弦细数。因患者自诉经期将至，经前月乳房胀痛不适，月经量少，上方去炒栀子加郁金、丝瓜络各 10 g，益母草 15 g，继续服用 14 剂。2 周后患者复诊，上方坚持服药 1 月余，现头发稠密乌亮，已无脱发。

按：本例患者以脱发为主症，发质油腻，可见明显的油脂分泌，舌苔黄腻、边有齿印，容易乏力。姚老师认为此脱发属于脾虚浊盛，有化热表现，重在健脾化浊。女子以血为本，而血之生化在脾胃，故用健脾益气、补土生金之代表方六君子汤加减，通过健脾来行气化浊、补气血。味甘性平之党参，甘温补中健脾胃，益气生血；太子参补气养阴；丹参养血活血化痰，又能清热安神；厚朴、陈皮助苍术燥湿化痰；苦寒清降之炒栀子轻清上行，外解肌肤之热，内清心肺三焦之火以养心安神，又调诸药温燥之性；《内经藏象》注：“发为血之余，精足则血足而发盛，”故杜仲、牛膝、菟丝子补肾填精，养血安神；甘温之当归，养血活血；味辛性平之香附，芳香走窜以疏肝理气，通调三焦气滞，以防女子肝气郁结之用；砂仁化湿行气、和胃醒脾，又防止诸药阻碍脾胃，与厚朴、陈皮配伍，以缓解胸脘胀满、腹胀之症；炙甘草补脾益气，调和诸药。

### 【参考文献】

- [1] 王洪图. 内经选读[M]. 上海：上海科学技术出版社，1995：35.

(责任编辑：冯天保，郑锋玲)