

王小云教授从肝肺论治更年期综合征经验总结

聂广宁 指导：王小云

广东省中医院，广东 广州 510120

【摘要】王小云教授认为更年期综合征的辨证在肾虚阴阳失调的基础上，同时多伴有气机失调，当予以疏肝宣肺以调节气机，并以该法治疗更年期特发性水肿、失眠和抑郁等取得了良好疗效。

【关键词】更年期综合征；气机失调；疏肝宣肺；特发性水肿；失眠；抑郁；王小云

【中图分类号】R711.75 【文献标识码】A 【文章编号】0256-7415(2014)01-0023-03

王小云教授，广东省中医院妇科主任，博士生导师，师从全国名老中医路志正教授及广东省名老中医李丽芸教授，从事更年期综合征临床及科学研究三十余年。众所周知，更年期综合征主诉繁多，病情复杂，临证病机变化，易虚易实，易生寒热，治疗颇为棘手，王教授在治疗该病上积累了丰富的经验，认为该病辨证以肾虚阴阳失调为基础，同时多伴有气机失调，且善调肝肺以理气治疗该病。笔者有幸跟随王教授10年，现将其从肝肺调理气机以治疗更年期综合征的经验介绍如下。

1 从肝肺论治的理论基础

《素问·上古天真论》曰：“女子七岁，肾气盛，发长齿更；二七天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下……，七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”明确指出了肾中精气的盛衰与妇女的月经、生殖、衰老密切相关，因此，传统观点认为更年期综合征的发生多与肾气亏虚有关。但在此基础上，王教授通过长期临床观察，发现病人在肾虚基础上，多见气机郁结、气失宣降、气机逆乱、气血失调等症状。《景岳全书·妇人规》曾言：“妇人幽居多郁，常无所伸，阴性偏拗，每不可懈。”《丹溪心法·六郁》指出：“人身之病，多生于郁。”更年期女性正处于生理、社会角色的一个转型期，情绪易于激动或所思不遂，造成气失疏泄，气机郁结或

升泄太过。故王教授认为，调理更年期综合征不可忽视调理气机。而在调理气机中，通常从肝入手，疏肝解郁，但王教授在对气机的思辨中，重视肝肺同调。最早在《内经》中提到“左肝右肺”的理论，强调了人体气机阴阳升降中肝肺两脏的重要作用，肝体居右，为阴中之阳，而其气自左而主升发；肺居膈上，为阳中之阴，而其气自右而主肃降。肝的“左”与肺的“右”代表的是全身阴阳、气血升降的运行通路。肝木主升，肺金主降；肝主疏泄，调理气机；肺主肃降，主气司呼吸，两者共同作用，维持人身脏腑气机的升降运动。因此，一旦肝肺的生理功能失调，则主要表现在气机升降失常。故王教授认为，调理气机的时候，不能一味地疏肝理气，也当重视宣肺肃降，在临床实际中，应临证思辨，或重疏肝，或偏宣肺。

2 验案分析

2.1 宣肺利水治疗更年期特发性水肿 特发性水肿是指排除心、肝、肾等器质性病变，以体重增加及轻重不一浮肿为特征的一组水盐代谢紊乱综合征。一般认为是由内分泌功能失调和体位的反应异常所致，多见于生育期年龄女性，目前，在更年期女性中也比较常见^[1]。

患者，54岁，女，绝经2年，反复双下肢肿胀半年，久站或劳累后加重，多次查尿液分析、肾功能正常，在肾内科服用利尿通淋等药物调理后症状无明显

【收稿日期】2013-07-15

【作者简介】聂广宁(1979-),女,医学博士,副主任医师,研究方向:中西医治疗绝经相关疾病。

显好转,就诊时患者精神疲倦,双下肢肿胀不适,眼睑、颜面无水肿,潮热,夜间盗汗,腰膝酸软、乏力、多梦、心烦。舌淡暗、苔薄黄,脉沉细,尺脉弱而无力,寸脉偏浮。查体:双膝盖以下腿部肿胀,按之凹陷,稍后可自起,皮色如常。治疗予以宣肺利水,兼以补肾疏肝。处方:桑白皮、桔梗、郁金、女贞子、旱莲草、熟地黄、山药各15g,陈皮10g,苦杏仁5g,炙甘草6g。7剂。患者第2次就诊时,双下肢肿胀较前明显消退。

该例患者病在下焦,王教授通过整体辨治,下病取上焦肺,用宣通肺气的方法为主达到消肿的目的,因肺主气,通调水道,气行则水行,气闭则水闭,王教授巧用桑白皮、桔梗、苦杏仁,提壶揭盖以宣肺利水,同时加郁金以行散肝郁,协助肝气疏达以达到了气机宣畅并消肿的目的,但患者已过七七,肾气亏虚为本,若一味宣降气机,恐更伤阴血,故方中加入补肾养阴之品。

2.2 疏肝理肺治疗更年期失眠 失眠是更年期综合征的常见症状之一,据美国一份流行病学调查显示,66.1%的42~52岁更年期女性有睡眠障碍^[2]。失眠之症,中医学称为不寐,辨证一般与心神失养有关,然肺心同居上焦,生理密切相关,肺朝百脉、主治节,助心行血;肺主气司呼吸,其与脾胃化生的水谷精气结合成宗气后贯心脉以行气血,故肺生理功能正常,则心血得畅,心有所养,心舍稳健,则神志安定而安眠。同时失眠与肝也密切相关,人卧则魂归于肝,肝虚则不能藏魂。肝血足以涵养肝魂,则魂宁而夜寐无梦或少梦;另肝气易于郁滞,郁久化火,扰乱心神,同样易引起失眠。

患者,47岁,女,不易入睡,入睡后则多梦易醒,胸胁胀,烦躁,纳差,舌苔白腻、略偏黄,脉弦滑。治当疏肝解郁,宁心清热,兼以宣肺祛湿。处方:柴胡、栀子、白前各10g,郁金、茯神、合欢皮、白术、夜交藤各15g,白芍20g。患者服用7剂后就诊,睡眠较前明显改善。方中柴胡、郁金、合欢皮疏肝解郁,调畅气机;栀子清肝泻火除烦;白芍养血敛阴,柔肝缓急,与柴胡相配,一散一敛,相反相成,使肝不横逆,疏泄条达;茯神、合欢皮、夜交藤养心安神;白术健脾益气祛湿,以防肝郁太过,横

克脾土;白前宣肺调理气机,利湿;甘草调和诸药。诸药合用,气机得舒,湿邪得去,热邪得解,心神得宁,则失眠自愈。

王教授在肝气郁结用药中,在疏肝解郁药物基础上,喜用“三白”,即白芍、白术、白前。因肝为刚脏,体阴而用阳,以阴血为本,故疏肝同时必兼以柔肝,用白芍以柔肝养血,如脉弦明显,白芍可用30g;白术健脾益气,考虑肝脾的关系,治疗中宗仲景之意,先安未受邪之脏腑,且在气机运行中,肝木左升,肺金右降,但脾胃居中,为升降之枢纽,故安脾胃不得不重视;白前宣肺理气,协助调理宣畅气机,简单三药,兼顾肝、脾、肺,四两拨千斤,调理气机而不伤正,也体现了王教授用药之轻灵精巧。

2.3 调理气机治疗更年期抑郁 更年期抑郁目前在绝经转换期发生率逐渐增高^[3],既往更年期抑郁属中医学郁证范畴,郁证辨证基本病机如《证治汇补》云:“郁证虽多,皆因气不周流。”即气机不畅为基本病机。治法上《医方论》说:“凡郁病必先气病,气得流通,郁于何有?”可见疏通气机为郁证总的治则。然则如何疏通气机,虽然疏肝解郁首当其冲,但王教授认为,早在《素问·至真要大论》已有:“诸气贖郁,皆属于肺。”且更年期郁证最常见的是双相症状,即悲哀和烦躁同见,而肺主悲忧,肝主怒,故气郁的治疗中也当重视宣肺理气,肝肺同调。但如症状偏于肺气不宣,则首重宣肺。

患者,48岁,女,心情抑郁半年伴失眠,对生活失去信心,有自杀倾向,症状进行性加重,曾在外院精神科就诊,给予抗焦虑、抗抑郁药物治疗,但症状仍有反复。就诊时患者时而烦躁不安,时而落泪,时有恐慌,自诉生活无意义,失眠,难以入睡,胸脘满闷胀,胀及胁背部,纳差,头晕,口干口苦,大便偏干,舌质暗、苔黄腻,脉弦细,右寸滑。辨证属肺气郁结,痰热阻滞。处方:桑白皮、枇杷叶、瓜蒌皮、茯苓、竹沥各15g,柴胡、郁金、姜半夏各10g。用药3剂后,患者情绪症状明显好转,胸脘背部症状基本消失,大便通畅,睡眠改善。继续在该方基础上,加用中医情志治疗以心身同调。在辨治该患者时,王教授认为,在情绪失调及失眠的基础上,患者其他症状如胸脘满闷胀及背部、头晕、口干苦主要

集中在上焦，上焦阻滞，郁结化热，大便偏干也属于上焦肺气不宣，大肠之气不下的表现，治疗遵循和仿照叶天士“上焦清阳欲结，治肺一展气化”的原则和用药方法，方中桑白皮、枇杷叶、竹沥宣肺化痰清热；瓜蒌皮理气宽胸，兼能化痰通腑气；柴胡、郁金疏肝理气以协助调解肺气之宣降；茯苓健脾渗湿兼顾中焦；姜半夏理气兼化痰。诸药合用，肺气得宣，痰热得清，气机舒畅，则郁证得解。

另外，在更年期郁证的治疗中，王教授认为，如《医方考》所言“情志过极，非药可愈，顺以情胜”，故建议在辨证使用中药的同时，结合中医情志疗法进行心身同治。而中医情志疗法也巧妙地运用调肝和调肺，关于更年期郁证的情绪症状，以肺悲忧和肝怒为主，而在中医情志疗法^[4]中，我们设立了专门的中医情志治疗室，由专业的医生与患者首先进行心灵交流，并通过观看悲剧片等方式，诱导患者通过哭泣宣泄自己的情感，使“邪随泪泄，一哭得舒”，以情胜情，从而宣泄肝怒，情志过极产生的不利因素得以外泄；然后由医生引导患者转向积极正向的思维方式，并通过观看喜剧片等方式，引导患者开怀大笑，从而宣畅肺气，以“喜胜悲忧”，发挥七情正性效应，患者在欢笑后心气调畅，忧愁得解。既往研究实践也证明，中医情志疗法结合中药(心身同治法)获得了明显疗效^[4~6]。

更年期综合征病程长久，病机复杂，患者情绪易于波动，能够准确把握其病机实属不易。王教授多年致力于更年期综合征研究，从丰富的临床经验中已经总结新的病机理论，认为更年期综合征的肾气衰竭，

肾阴阳不调是生理性的改变，然“百病皆生于气”，气机不畅是更年期综合征中的常见证，临证时医者应牢牢把握疏理气机的原则，通过调理脏腑来达到气机通畅的目的，而常用来调理气机的脏腑即为肝和肺，理气疏肝且勿忘宣畅肺气，才能起到更好疗效。

[参考文献]

[1] 严兴海, 郑月萍, 蔡基鸿. 济生肾号汤加减治疗女性更年期特发性水肿的临床研究[J]. 西部中医药, 2012, 25(4): 8-10.

[2] Green R, Polotsky AJ, Wildman RP, et al. Menopausal symptoms within a Hispanic cohort: SWAN, the Study of Women's Health Across the Nation[J]. Climacteric, 2010, 13(4): 376-84.

[3] Joffe H, Petrillo LF, Koukopoulos A, et al. Increased estradiol and improved sleep, but not hot flashes, predict enhanced mood during the menopausal transition [J]. J Clin Endocrinol Metab, 2011, 96(7): 1044-1054.

[4] 王小云, 杨洪艳, 张春玲, 等. 补肾中药与中医情志疗法治疗绝经综合征的随机对照试验[J]. 南方医科大学学报, 2006, 26(6): 796-798.

[5] 成芳平, 王小云, 张春玲, 等. 中医情志疗法治疗绝经综合征的临床研究[J]. 实用医学杂志, 2010, 26(19): 3630-3632.

[6] 杨洪艳, 王小云, 许英, 等. 中医心身同治方案治疗绝经综合征抑郁症状的随机对照研究[J]. 广东医学, 2011, 32(16): 2209-2211.

(责任编辑：刘淑婷)

=====

· 书讯 · 欢迎购买《新中医》杂志合订本。合订本便于收藏，易于查阅，最有益于读者。1996 年每套 53 元，1997 年、1998 年每套各 55 元，1999 年、2000 年每套各 67 元，2001 年、2002 年、2003 年、2004 年每套各 88 元，2005 年、2006 年每套各 110 元，2007 年、2008 年每套各 130 元，2009 年、2010 年每套各 150 元，2011 年每套 200 元，2012 年每套 230 元（均含邮费）。欲购者请汇款至广州市机场路 12 号大院广州中医药大学《新中医》编辑部发行科（邮政编码：510405），并在汇款单附言栏注明书名、套数。