

从中医学角度看肠道菌群及其失调后的治疗

王振宇¹, 钱祥², 石磊², 张爱琴²

1. 浙江中医药大学第二临床医学院, 浙江 杭州 310053
2. 浙江省肿瘤医院, 浙江 杭州 310022

[摘要] 肠道菌群在人体中有着不可替代的作用, 与人体生理与病理息息相关。中医学对肠道菌群有着自己独特的见解, 其所含整体观、天人相应、藏相理论、扶正祛邪、阴阳学说等基础理论与肠道菌群存在着紧密的联系; 笔者就中医学辨证论治、方证对应的治疗模式在治疗肠道菌群失调上的特点、优势进行阐述。

[关键词] 肠道菌群; 菌群失调; 中医基础理论; 辨证论治

[中图分类号] R574 [文献标志码] A [文章编号] 0256-7415 (2017) 02-0147-03

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2017.02.051

Perspective On Intestinal Flora and the Treatment of Dysbacteriosis from Chinese Medicine

WANG Zhenyu, QIAN Xiang, SHI Lei, ZHANG Aiqin

Abstract: Intestinal flora plays an indispensable role in the human body. It closely relate to the human physiology and pathology. Chinese medicine has a particular view on intestinal flora, in which the holism, correspondence between man and universe, viscera-state doctrine, strengthening body resistance and eliminating evil, yin-yang theory and other basic theories have close connection with intestinal flora. The paper expounds the features and advantages of some therapeutic modes in Chinese medicine like syndrome differentiation and prescriptions corresponding to syndromes in treating intestinal dysbacteriosis.

Keywords: Intestinal flora; Dysbacteriosis; Basic theory of Chinese medicine; Syndrome differentiation and treatment

人体的皮肤、黏膜甚至肠道上存在着大量的细菌, 它们的数量甚至远远超过细胞及基因的数量, 这些存在于人体中的大量细菌称之为细菌群落, 而肠道菌群则是指生活在肠道内的细菌。这些细菌群落与人体是一种共生的关系, 据报道肠道菌群可维持人体消化道平衡, 促进消化系统的运行, 参与肠道黏膜和细胞的更新, 分解食物中人体难以消化的大分子, 抵御致病细胞的入侵, 增强人体免疫力, 还参与幼儿免疫系统的建立^[1]。最新研究表明, 特定的肠道菌群可通过特定的分子模式诱导产生多种炎性细胞及炎性因子从而调节肠黏膜屏障的完整性, 进一步影响黏膜的免疫功能, 从而引起免疫性炎症, 与自身免疫性疾病的发生与发展有着非常重要的联系^[2]。肠道菌群的变化直接影响着人体的健康, 许多疾病的发生、发展都与肠道菌群的失调密不可分。中医基础理论中的整体观、天人相应、藏相理论、扶正祛邪、阴阳学说与肠道菌群存在着紧密的

联系。黄腾杰等^[3]还从中医体质理论阐述了肠道菌群与人体体质及健康的相关性。笔者就中医学角度看肠道菌群及其失调后的治疗作一论述。

1 中医整体观念与肠道菌群

中医整体观念和天人合一理论认为, 人体是个有机整体, 是不可分割, 在生理功能上也是互相协作的, 同时人体也在适应着外部环境, 保持着内部环境的稳态, 从而保障了人体正常的生理活动。肠道菌群作为人体的一个重要的组成部分, 行使着不可或缺的职能, 人体的免疫消化等功能都离不开它, 而肠道菌群的生存又离不开人体这个宿主。这两者密不可分, 缺一不可, 是一个整体, 共同完成其生理上的职能。而在病理上它们又相互影响, 肠道菌群的失调直接影响宿主的健康, 宿主机体的情志、饮食、代谢紊乱等也影响着肠道菌群的正常生理功能^[4]。

[收稿日期] 2016-09-19

[基金项目] 浙江省中医药科技计划 (2016ZA037)

[作者简介] 王振宇 (1992-), 男, 在读硕士研究生, 研究方向: 中医药防治肿瘤。

[通讯作者] 张爱琴, E-mail: zhanghaojianbb@163.com。

1.1 藏相学说 “藏之于内，必观之于外、以表知里、以象测脏”是藏相理论的高度概括。藏之于内之内脏即为“藏”，观之于外之症候即为“相”。如果把肠道菌群认为是藏在人体内部的一个脏，那么就可以根据藏相理论通过人体外在的一些临床症状来推测其内在的生理及病理变化。如临床可以通过观看患者的舌苔脉象，结合患者发热、腹胀、腹痛、腹泻、便秘等临床症状，四诊合参来判断患者肠道菌群的生理及病理状况，为中医辨证论治提供依据。张秀容等^[6]总结的《快速诊断肠道菌群失调症粪便图谱》就是以相测藏的一种表现形式。

1.2 阴阳学说 《素问·调经论》曰：“阴阳匀平，以充其形，九候着一，命曰平人。”中医学认为，机体阴阳的平衡包括了两部分：其一是机体内部，如五脏六腑的阴阳平衡；其二是机体与外环境两者相互之间的阴阳平衡，阴阳平衡标志着人体的健康。机体的阴阳平衡并不是一成不变的，而是阴与阳之间保持着动态平衡的结果。阴阳学说指出：阴与阳实则在阴阳对立、阴阳互根、阴阳消长和阴阳转化的统一体中，两者之间的动态平衡，维持着人体内物质与生理功能的稳定，从而保证了人体生命活动的正常进行。阴阳学说认为，人体疾病不论外感病或内伤病，究其原因不外乎阴阳失调，其病理变化的基本规律不外乎阴阳的偏盛或偏衰。而肠道菌群在正常生理状态下可以看做是个阴阳匀平的系统，若人体饮食不洁、情志失调、虚劳、外感实邪等入侵，西医上抗菌谱过广、肿瘤化放疗、靶向药物的应用，尤其是抗生素的长期应用均可引起肠道菌群失调，阴阳平衡被打破，引起疾病的发生与发展^[6]。

1.3 扶正祛邪 “正气存内，邪不可干，邪之所奏，其气必虚”，这是古人对正邪气的作用的精辟解释。邪正盛衰，对于疾病的发生、发展及其变化和转归，有着重要的影响。疾病的发生与发展是正气与邪气斗争的过程，邪正胜衰往往决定了预后的好坏。正气充沛，则机体免疫力强，疾病发生率就低；若正气不足，则免疫力低下，外邪就会入侵，使人体致病。扶正祛邪的治疗方法就是从邪正盛衰入手，扶助正气，祛除邪气，从而使疾病痊愈。从中医学度来看，人体微生态也有益生菌和有害菌，益生菌对人体有益，具有提高免疫力、抗衰老、排除毒素等，类似“正气”；有害菌具有引发疾病，产生毒素等对人体产生损害的作用，类似“邪气”，二者同时存在于体内，如果比例协调，阴阳匀平，肠道微生态各菌群协调和谐共处，则人体健康无病；反之，各菌群比例失调，邪气肆虐，肠道微生态各菌群失调，则人体出现疾病。在现代临床治疗上，还有通过补充原籍菌(如双歧杆菌、类杆菌)以调整菌群紊乱，治疗当菌群失调引起腹泻，其实就是中医“扶正”的应用。而抗生素的使用有时就是扮演着祛邪的角色。对于微生态本身来讲，其平衡与否也取决于正邪之间的力量对比，而且更发人深省的是，属于邪气类的致病菌其身份随着他的数量和比例在发生改变，例如大肠杆菌，属于有害菌，但当比例正常时，并不发挥有害机体健康的作用。这从另一个侧面也反映出生态学中最

重要的一个观点就是“状态”致病，使整个微生态菌群的比例、数量、分布发生改变而致病，而非单一的某几种菌致病的增多就会致病。这种观点与中医学说中的正邪理论在“整体观”层面上是完全契合的。而从整个人体的角度看，人体内的微生态平衡其实应该是属于正气的一个重要组成部分。人体内的细菌群落在正常情况下数量、种类以及比例上是保持着相对稳定的，并且与宿主之间也存在着一个动态的平衡，不仅不会致病，而且对维护人体健康起到有益作用，具有抗御外源病原体的能力^[7]。

2 菌群失调后的治疗

治疗肠道菌群失调应当辨证论治，方证对应，同时顾护脾胃，通降腑气。著名经方大家黄煌曾说“有此证，用此方，方证对应，药到病除”。肠道菌群失调的常见的中医临床症状有神疲乏力、腹痛、纳差、泄泻等。根据这些临床的证，可以通过相应的中药方剂，对症下药。

2.1 治神疲乏力，纳差 肠道菌群的失调常以腹泻或慢性腹泻为主要症状，兼有纳差，呕吐，精神恍惚。病情迁延日久则久病致虚。中医虚证的临床症状：神疲乏力，精神萎靡，面色恍白，脉细弱等与其不谋而合。据报道，多种补虚类药物能起到益生元样的效果，甚至合用益生菌能起到合生元的作用^[8]。补中益气汤作为中医方剂补气的代表方剂，广泛运用在临床实践中。李克玉等^[9]用党参给小鼠灌胃(人体推荐剂量30倍)，14天后发现可提高BALB/C小鼠肠道乳杆菌水平，降低大肠杆菌水平。孙巍^[10]在研究补中益气汤对抗生素造成的肠道菌群紊乱的影响时，发现其可以显著增加小鼠肠道益生菌。

2.2 治感染，炎症，红肿热痛 肠道菌群失调时，细菌纵向转移，即菌群向黏膜深处转移，引起炎症反应，黏膜充血、水肿，甚至细菌通过淋巴及血行引起淋巴结、肝脾及全身感染^[11]。其表现出来感染引起的发热、红肿、寒战等症状与中医辨证的热证基本吻合。而清热解毒类的药物如金银花、白花蛇舌草、石斛等除了清热解毒作用外，还有着补虚、扶正之效，与扶正祛邪的思路是一致的。给予实验小鼠马齿苋多糖后，双歧杆菌及乳酸杆菌明显上升，损伤的肠黏膜也基本修复^[12]。黄连水煎剂经实验也可增加小鼠肠杆菌、肠球菌、乳杆菌、双歧杆菌数量^[13]。说明具有清热解毒功效的中药马齿苋及黄连具有扶植小鼠正常菌群生长，调节肠道菌群平衡的作用。

2.3 治腹胀，不思饮食，噎腐吞酸 肠道菌群的失调，胃肠动力不足，进而引起消化功能紊乱。患者常伴有脘腹胀满、不思饮食、噎腐吞酸、口臭等食积的表现。消食健胃的药物常常取得人意料的疗效。中药神曲灌胃肠道菌群失调小鼠，发现肠杆菌、肠球菌数量减少，乳酸杆菌、双歧杆菌、类杆菌数量增加，且有量效关系^[14-15]。

2.4 治腹痛腹泻 “急则知其标，缓则治其本。”肠道菌群失调急性症状便是腹胀腹泻，尽早的止泻对疾病的预后至关重要。健脾化湿类及固涩类中药对腹泻均有不错的疗效。实验表

明白术可使小鼠肠道中双歧杆菌数量增多、肠杆菌数量减少^[16]。茯苓水煎剂灌胃可使小鼠双歧杆菌水平明显提高^[9]。五味子也具有调整肠道菌群及保护肝脏的作用^[17]。

2.5 益气健脾 脾为后天之本，气血生化之源，脾主运化。若脾运化水谷功能失调，也必然影响食物的消化和水谷精微的吸收从而出现腹胀、便溏、食欲不振以至倦怠、消瘦等精气血生化不足的病变，这与肠道菌群失调的症状非常相似。若脾气运化水液的功能失常，必然导致水液在体内停聚而产生水湿痰饮等病理产物，甚至导致水肿。此类水液不行所致的痰湿症状与肠道菌群失调的症状也很相似。由此可见，脾与肠道菌群的关系密不可分。脾脏参与了消化系统的消化、吸收、排泄及免疫^[18]。根据中医藏相学说，脾是脏，那么肠道菌群的平衡与失调表现出的临床症状就是相。所以中医学在治疗肠道菌群失调所引起的疾病时要注意顾护脾胃。中医辨证治疗主要以益气健脾为主，代表方剂如补中益气汤等。脾胃虚寒可适当加入温里药，如炮姜、肉桂、沉香、小茴香、附子等。兼有气滞可在温里药的基础上配伍以香附、陈皮、枳实等理气药；兼有热证的可配伍黄芩、石斛、白花蛇舌草等清解里热；若有血瘀的可少佐丹参、当归、姜黄等活血化瘀^[19]。

2.6 通腑降气 肠道菌群的失调，引起腹胀腹泻，其病机多为大肠传导失司，治疗上应以炮姜、附子等温中散寒，败酱草、番泻叶等泄肠道之热，再联合厚朴三物汤等通降腑气。张永华等^[20]给失代偿期肝硬化患者口服大黄后发现患者乳酸杆菌、双歧杆菌数量明显升高，大肠埃希菌明显减少。

肠道菌群作为人体的一个重要组成部分参与到人体消化、免疫等系统当中，扮演着至关重要的角色。肠道菌群的平衡稳定与否直接影响着人体的健康。中医学理论与肠道微生态有着许许多多的相似之处，为中医药治疗肠道菌群失调所引起的疾病提供的理论依据。

[参考文献]

- [1] 张丽君, 方宁. 肠道菌群与健康[J]. 健康必读杂志, 2011(12): 492.
- [2] 李苗, 孙迪, 付冰冰, 等. 肠道菌群与自身免疫性疾病研究进展[J]. 中国微生态学杂志, 2015, 27(10): 1233-1237.
- [3] 黄腾杰, 李英帅, 骆斌. 基于肠道微生态对中医体质理论的微观阐述[J]. 北京中医药大学学报, 2015, 38(5): 299- 302. 326.
- [4] 高先富, 贾伟, 邱明丰, 等. 肠道菌群在中医药现代化研究中的应用[J]. 中草药, 2005, 36(增刊): 28- 32.
- [5] 张秀容, 徐智民, 周殿元, 等. 快速诊断肠道菌群失调症粪便图谱[J]. 传染病信息, 1997, 10(2): 74.
- [6] 尹军霞, 林德荣. 肠道菌群与疾病[J]. 生物学通报, 2004, 39(3): 26.
- [7] 袁嘉丽, 李庆生. 从微生态平衡与邪正发病学说的相关性谈中医现代多学科研究[J]. 云南中医学院学报, 2004, 27(2): 12- 14.
- [8] 卢林, 杨景云, 李丹红. 健脾渗湿汤对脾虚湿盛泄泻患者肠道微生态及舌部菌群影响的研究[J]. 中国微生态学杂志, 2007, 19(5): 342- 346.
- [9] 宋克玉, 江振友, 严超群, 等. 党参及茯苓对小鼠肠道菌群调节作用的实验研究[J]. 中国临床药理学杂志, 2011, 27(2): 142- 145.
- [10] 孙巍. 浅谈补中益气汤在促进肠道益生菌生长中的作用[J]. 医问药(下半月刊), 2013, 11(9): 137- 138.
- [11] 周殿元, 潘令嘉. 肠道菌群失调及治疗进展[J]. 胃肠病学, 2001, 6(4): 附 2- 4.
- [12] 胡新俊, 李春香, 王广, 等. 马齿苋多糖对肠道微生态失调小鼠的调整作用研究[J]. 中国微生态学杂志, 2010, 22(9): 781- 783.
- [13] 石学魁, 王雅贤, 许惠玉, 等. 几种中药药水煎剂对小鼠肠道菌群的调整作用[J]. 牡丹江医学院学报, 2004, 25(6): 7- 9.
- [14] 郭丽双, 杨旭东, 胡静, 等. 中药“神曲”对肠道菌群失调小鼠调整和保护的观察[J]. 中国微生态学杂志, 2005, 17(3): 174- 176.
- [15] 蔡子微, 杨旭东, 胡静, 等. 中药神曲及其肠道菌群调整和肠保护作用的实验研究[J]. 牡丹江医学院学报, 2006, 27(1): 1- 5.
- [16] 鄢伟伦, 王帅帅, 任霞. 白术对小鼠肠道菌群调节作用的实验研究[J]. 山东中医杂志, 2011, 30(6): 417- 419.
- [17] 申梅淑, 宋明勋, 张淑芹. 五味子对肝硬化大鼠及肠道菌群的影响[J]. 中国林副特产, 2003(1): 8.
- [18] 车轶文, 于宁, 翟双庆. 脾与肠道相关性的理论探析[J]. 世界中医药, 2015, 10(5): 703- 705. 709.
- [19] 龙明照, 龙凤昌. 肠道菌群失调证的中医辨治经验[J]. 中国中医药信息杂志, 2000, 7(8): 77.
- [20] 张永华, 潘锋, 蔡龙, 等. 大黄对肝硬化患者肠道微生态及血清细胞因子的影响[J]. 浙江中西医结合杂志, 2007, 17(12): 731- 732.

(责任编辑: 冯天保)