

# 五味理论在肾脏疾病遣方用药 及调护中的运用※

● 闫蒙蒙<sup>1</sup> 任永朋<sup>2</sup> 高亚斌<sup>3</sup> 吴玉<sup>1</sup> 邢海燕<sup>3▲</sup> 指导:冯明清<sup>4</sup>

**摘要** 五味理论作为中医学的重要组成部分,在指导临床治疗及调护相关疾病中发挥重要作用。本文通过对相关古籍文献进行梳理与总结,将五味理论与药、食、四季、脏腑盛衰等各个方面联系起来,初步探讨五味理论在肾脏疾病遣方用药及调护方面的运用。

**关键词** 肾脏;五味;临床应用

五味理论作为中医核心理论中的重要组成部分,一直指导着临床用药及调护<sup>[1]</sup>。正如张介宾《类经·五脏病气法时》<sup>[2]</sup>所云:“人之为病,病在阴阳偏胜耳,欲救其偏,则为气味之偏者能之。”在临床实践中,五味理论运用得当,能够达到补虚扶弱、祛邪愈疾的目的。肾为五脏六腑之本,在调节机体阴阳平衡、固护正气及防御外邪等方面具有重要作用。但目前关于五味理论在肾脏疾病的临床运用方面的文献报道较少。因此,本文结合相关医籍及临床经验初步梳理及总结五味理论在肾脏疾病遣方用药及调护中的运用。

## 1 五味有择,颐养肾脏

### 1.1 咸入肾,勿过用 五味化生精气,滋养脏腑,各

※基金项目 国家中医药管理局全国名老中医药专家传承工作室建设项目(No. 国中医药人教函[2018]134号);河南省中医药管理局国家中医临床研究基地科研专项课题(No. 2018JDZX090)

▲通讯作者 邢海燕,女,主任医师,医学博士。主要从事中医药防治肾脏病的研究。E-mail: hnxinghaiyan@126.com

• 作者单位 1. 河南中医药大学(河南 郑州 450000); 2. 河南省中医药研究院附属医院(河南 郑州 450003); 3. 河南中医药大学第一附属医院(河南 郑州 450099); 4. 河南中医药大学第三附属医院(河南 郑州 450003)

有先入。《素问·至真要大论》云:“夫五味入胃,各归所喜……咸先入肾。”据此可知,咸味归于肾脏,当出现肾精及肾气不足时,可适当进食咸味之品以补益肾脏,如《素问·藏气法时》载:“气味合而服之,以补精益气。”《灵枢·五味》列举了滋养肾脏的相关食物:“肾病者,宜食大豆黄卷猪肉栗藿。”其中,栗味咸、性温,孙思邈称其为“肾之果”,《本草纲目》载其“通肾益气,补肾虚”;猪肉味甘、咸,《随息居饮食谱》载其“补肾液,充胃汁”。咸味可入肾壮阳,补肾家不足,正如《伤寒贯珠集》所载:“咸性善下,而温能返阳。”如肉苁蓉甘咸、性平,《药性论》云其“益髓”“壮阳、大补益”<sup>[3]</sup>,《本草经疏》谓其“滋肾补精血之要药”;九香虫咸温、无毒,《本草纲目》云其治“脾肾亏损,壮元阳”<sup>[4]</sup>。咸味药亦可为引经之药,增强药物入肾补肾功效<sup>[5]</sup>,正如《本草纲目》所载:“咸归肾,引药气入本脏也。”如菟丝子“补肾气,淡盐水拌炒”;薏苡仁“引药下行盐水煮”<sup>[6]</sup>;又如芒硝性寒、味苦咸,有软坚润下之效。因此,当出现肾阳虚、肾气不足时,可摄取咸味之品,以补肾气、温肾阳,并可引药入肾。

咸味虽可入肾补肾,但若摄入不当,亦会损害机体健康。如《寿世青编》论述:“五味偏多不益人,恐随藏府为灾疾。”<sup>[7]</sup>咸味亦是如此。《素问·生气通天论》认为“味过于咸,大骨气劳,短肌,心气抑”,则出现骨酸疲惫、肌肉短缩、心胸憋闷等症状。另外,过食咸味还

可因血与咸相得,导致“脉凝泣而变色”,出现脉凝滞而不通,面色暗黑无华等表现。《五行大义》亦云:“人食无极咸,使肾气盛,心气衰。”<sup>[8]</sup>因此,肾脏的调护当取咸味之品以补肾虚,但不可过食咸味,以免伤及相关脏腑。

**1.2 甘伤肾,慎食之** 五味有五行属性,五行有制胜之性,肾脏的调摄应避免所不胜之脏的过度制约。《素问·宣明五气》云:“甘入脾。”甘味为脾之所主,但若过食甘味则可使肾脏受损,如《上药真诀》曰:“五味入口,不可令偏……多甘伤肾。”<sup>[9]</sup>张介宾《类经》云“甘从土化,土胜则水病,故黑色见于外而肾气不平衡于内”<sup>[2]</sup>,指出过食甘味之物可导致脾土气实,脾土过亢则克伐肾水,导致肾阴阳之间不平衡而产生病变。《素问·五脏生成》云:“多食甘,则骨痛而发落。”也指出嗜食甘味之物会使脾气偏盛,过度克伐所胜之肾脏,导致肾气不足不能充养骨发,进而出现腰酸疼痛、毛发脱落等表现。因此,肾脏的养护应注意少食甘味之品。与此同时,在临床治疗肾脏疾病中,应尽可能减少甘味药的使用,正如《灵枢·五味》所云:“肾病禁甘。”如甘草,为至甘之品,不可过量使用。现代药理研究<sup>[10-11]</sup>亦发现,甘草的主要成分具有类肾上腺皮质激素样作用,可加重肾病患者水肿、四肢无力等症状。因此肾病患者应慎食甘、少甘,不可过食甘味。

**1.3 肾苦燥,急食辛** 《素问·脏气法时论》曰:“肾苦燥,急食辛以润之,开腠理,致津液通气也。”肾为水脏,其性本润,若肾阳虚则蒸腾气化失常,津液输布障碍,易导致脏腑失于濡润,出现口燥咽干、皮肤干燥等“燥”的临床表现。《黄帝内经太素》云“辛能资气,故气流也”,认为辛味入肺,功善发散,可推动气机运行。《类经》<sup>[2]</sup>指出:“惟辛能达之,气至水亦至,故可以润肾之燥。”因此,在病理状态下,出现肾阳亏虚,导致腠理不开、脏腑失于濡润时,应注重辛味的摄入。此外,《圣济经》提出:“肾苦燥,润以黄黍鸡肉桃葱之辛。”<sup>[12]</sup>意在强调在饮食摄取上,当食黄黍、鸡肉、桃、葱这些具有辛味的食物,以推动气机运行,助津液输布,间接达到“润肾”效果。如《金匱要略》治肾虚消渴证、脚气病、虚劳腰痛、痰饮咳嗽、转胞皆用肾气丸,盖因附桂之辛甘温复肾阳、布化气液,以达“辛以润之”<sup>[13]</sup>的效果;李时珍云“肉桂下行,益火之原,此东垣所谓肾苦燥,急食辛以润之”;《本经逢源》载“黄柏苦寒微辛……补肾水不足,坚肾润燥”<sup>[14]</sup>;《本草纲目》载“知母之辛苦寒凉,下则润肾燥而滋阴”<sup>[15]</sup>;《本草经疏》谓砂

仁“气味辛温而芬芳,香气入脾,辛能润肾”。但应注意鉴别,若肾燥之候乃肾阴亏虚、干涸不润所致,当以滋肾为治,不可固执辛润一法。

## 2 五味相宜,四时顺和

中医主张天人相应理论,认为人受四时阴阳规律之影响,脏腑功能随四季更迭而变化,脏腑的调摄应各有不同。《素问·四气调神大论》论述:“阴阳四时者……逆之则灾害生,从之则苛疾不起。”本文结合《大道修真》《圣济经》《本草纲目》等古代医籍,探讨四时背景下运用五味理论指导肾脏疾病的遣方用药及调护的具体措施。

**2.1 冬令减咸,宜增苦** 张介宾云:“肾主闭藏,气贵周密。”冬之日,万物敛藏,与肾脏固密、封藏之性相应,故肾脏养生调摄应顺应冬令收藏之性,宜敛阴护阳。《素问·至真要大论》云:“咸味涌泄。”《素问·宝命全形论》曰:“味咸者,其气令器津泄。”故若冬令多食咸味则有损肾脏闭藏之性,导致肾藏精失司,出现遗精、胎元不固、腰酸酸痛、闭经、身形厥冷等表现<sup>[15]</sup>。张元素云“肾欲坚,急食苦以坚之黄柏,用苦补之地黄”,加之冬季肾气偏亢,易克伐心气,导致心气亏虚,出现心悸不安、胸闷等症状出现。因此在肾水偏盛的冬季应适当增添苦味之品以坚肾、养心。如《大道修真》云冬月“肾旺心弱,则养心,食苦物”<sup>[16]</sup>。《寿亲养老新书》亦云:“冬,肾气旺,肾属水,味属咸,水克火;火属心,心主苦;当冬之时,其饮食之味,宜减咸而增苦,以养心气。”<sup>[17]</sup>

食物的摄取方面,《养生导引秘籍》指出,冬令应食麦、橘、羊、薤等苦味养心之物。《圣济经》提出“水用事,膳膏臙以助心……冬膳用羊而养心”<sup>[12]</sup>,指出冬令时节宜择气臙之品及养心之物,羊肉气臙、味苦、甘,既能温脾肝、滋肾精,又能安心止惊<sup>[18]</sup>。因此,冬季宜减咸味,并适量进食苦味药,以顺应冬季养藏之道。

**2.2 长夏少甘,略食咸** 长夏应少食甘味,避免脾土对肾水的克伐。长夏自然界万物孕育转化,与脾土润养化生万物之性相通,若多食甘味易引起脾气壅滞偏盛而克伐肾脏,导致肾水亏而不下泄,精不生髓、化血,出现骨痛、面色黧黑、腰膝酸痛、脱发等症状。因此,在脾气偏盛的长夏季节应少食甘味之品,谨防滋生水湿,可多食咸味之品以补养肾脏。如《云笈七签》曰:“是月肾脏气微,脾脏独王,宜减肥浓之物,宜助肾气,益固筋骨。”<sup>[19]</sup>《本草纲目》亦有论及:“长夏省甘增

咸以养肾气。”因此,《养生导引秘籍》提出宜食味咸养肾之品,如“五谷中粟米、五果中山药、五畜中猪肉、五菜中韭菜”皆适宜。粟米味咸、甘,李时珍称粟米为“肾之谷也”,指出长食可养肾气。

### 3 药用五味,以制虚实

五味有散、收、缓、坚、软的功效之别,根据食物和药物的五味而应用,针对脏腑机能失调的相关疾病进行调养,可以治疗和预防疾病的进展和复发。如《金匱要略》载“所食之味……若得宜则补体,害则成疾”,即五味治病纠人体之偏,调其偏差,使其平也。

**3.1 肾坚苦补咸泻论** 《素问·藏气法时论》提出:“肾欲坚,急食苦以坚之,用苦补之,咸泻之。”若出现肾精不固、虚火内扰所致遗精、潮热盗汗等症状时,需用知母、黄柏等苦味之品,以清热泻火、坚阴,火退阴足,肾自坚,即“急食苦以坚之,用苦补之”之意。恰如《医宗金鉴》所云:“知、柏补阴秘阳,使阳有所贮,而自归藏矣。”此句话“补”的含义应理解为与肾固藏之性相顺,有助其固藏阴精,故为补。如治肾关不固,梦遗失精,以封髓丹,方中黄柏“味苦入骨”坚肾,封藏水火而不妄行<sup>[20]</sup>;“缩砂仁之辛,以润肾燥”,此方堪称妙用“苦坚肾”“辛润肾”之法。而《医宗必读》云:“本脏所恶,即名为泻;本脏所喜,即名为补。”咸味药其气涌泄、软坚,亦可理解为咸可使肾不过坚等,皆为反其固藏之性,故谓泻。如泽泻味咸,微寒,泄肾经之火,泻膀胱之湿,徐忠可云:“肾为水之源,泽泻味咸入肾,故以之泻其本而标其行。”

**3.2 肾虚咸酸苦补法** 《金匱要略》论述:“夫肾之病,补用咸,助用酸,益用苦味之药调之。”认为出现肾虚证时,可用咸味药入肾补肾,少伍酸味之药,再加苦味药配合。“补用咸”,即五味中咸入肾,补充肾虚;“助用酸”,即五味中酸先入肝,而酸味收涩,能养肝阴,肝为肾之子,子旺则实其母,故肾水得补,源源不断;“益用苦味之药调之”,即苦味能泄相火,坚肾阴,常辅以治疗肾阴虚证。如备受后世医家认可的六味地黄丸,方中山茱萸味酸涩精,牡丹皮味苦泄火,泽泻味甘咸入肾补肾,乃治肾阴不足之用药典范。

## 4 结语

“五味”理论作为传统中医学理论的核心组成部分,备受历代医家的重视,自古以来发挥着重要的临床指导作用。本文通过对大量古籍、文献的回顾及梳理,较为系统地从“五味有择,颐养肾脏”“五味相宜,四时顺和”及“药用五味,以制虚实”等方面阐释了五味理论在肾脏疾病遣方用药及调护方面的运用,为临床治疗肾脏疾病提供经验参考。

### 参考文献

- [1]李金霞,杜松,刘寨华,等.肝脏五味养生论述[J].中国中医基础医学杂志,2019,25(12):1637-1638.
- [2]张介宾.类经[M].北京:中国中医药出版社,1997:210.
- [3]甄权.药性论[M].芜湖:皖南医学院科研科,1983:19-20.
- [4]李时珍.本草纲目[M].太原:山西科学技术出版社,2014:1020,331.
- [5]刘蓬蓬,张凡,赵远,等.中药盐制研究进展[J].中国药房,2013,24(43):4101-4104.
- [6]吕文海,冯宝麟.从中药盐制沿革看盐制的作用及原意[J].中国中药杂志,1990,15(1):23-26.
- [7]尤承.寿世青编[M].赤峰:内蒙古科学技术出版社,2002:75.
- [8]萧吉.五行大义[M].上海:上海书店出版社,2001:67.
- [9]郑圆明.上药真诀上[M].北京:华夏出版社,2017:192.
- [10]薛红卫,周超凡.甘草的临床合理使用[J].中医杂志,2011,52(4):346-348.
- [11]武媛媛,顾坤,高茜茜,等.甘草类制剂不良反应及其机制研究进展[J].药物评价研究,2018,41(7):1363-1368.
- [12]赵佶.圣济经[M].北京:人民卫生出版社,1990:114.
- [13]李宇航.“五脏苦欲补泻”用药法则在仲景经方中的体现——经方“五脏五味补泻”用药范例[J].世界中医药,2018,13(2):295-308.
- [14]汪昂.本经逢源[M].太原:山西科学技术出版社,2015:118.
- [15]刘春援.《内经》“肾者,主蛰封藏之本”理论与临床应用[J].中国中医基础医学杂志,2011,17(6):640-641.
- [16]詹石窗.百年道学精华集成第4辑大道修真卷5[M].上海:上海科学技术文献出版社,2018:270.
- [17]陈直.寿亲养老新书[M].天津:天津科学技术出版社,2003:21.
- [18]王继志.经证证药录[M].兰州:甘肃科学技术出版社,1987:318-320.
- [19]张君房.云笈七签[M].北京:华夏出版社,1996:204.
- [20]贾所学.药品化义[M].北京:中国中医药出版社,2015:88.

(收稿日期:2021-01-01)

(本文编辑:金冠羽)