

中医古籍中针灸治疗月经病相关疼痛的 治法选穴规律探讨[※]

李天丽 詹艺容 刘夏南 李翌华[▲]

摘 要 气机失调导致的月经病相关疼痛适合针灸治疗,其主要治法包括补益肾气、疏肝理气、调理气血和疏通任脉,多取特定穴单穴治疗。除气冲穴单用针刺泻法、会阴穴单用灸法外,其余腧穴多为针灸并用。留针与否与病势缓急、病因寒热有关。

关键词 针灸;月经病相关疼痛;治法;选穴

现代医学将女性在月经前后或月经期出现的下腹疼痛、坠胀、腰酸等不适称为痛经^[1]。清代徐大椿《女科指要》中首次将“痛经”列为单独的妇科病,而在此之前,中医古籍中并未见“痛经”一词。然《女科指要·卷一·经候门》记载“痛经”：“若外亏卫气之充捍而邪客于表,内乏营血之灌溉而邪着于里,邪之所凑,留而不去,则血气暗伤,经候错乱。将行之际,在表则身先疼痛,在里则小腹疼痛,或蓄热,或凝寒。寒者色必紫,热者色必鲜,血虚者色必淡,血瘀者多作块。”^[2]可见徐大椿所谓的“痛经”并非专指小腹疼痛,还包括“在表”的身痛。此后,陈廷儒之《诊余举隅录·妇人痛经阴阳证》曰:“经来作痛,有胁痛,有腹痛,有遍身痛,有下腹痛,有经前痛,有经后痛,有经未尽作痛,有经已尽作痛,有吊阴痛,有小便痛,其形不一,所因亦殊。”^[3]其所谓“痛经”也并非专指经行小腹痛,而是有疼痛表现的月经病。可见,中国古代医家不仅关注经行小腹痛,同时也关注各种类型的月经病相关疼痛。

疼痛是月经病的常见伴随症状之一,也是判断月经病病因病机的重要参考,中医古籍中对各种不同类型月经病相关疼痛的病因病机、治法方药等都有丰富的记载。笔者通过收集整理历代中医古籍中针灸治疗月经病相关疼痛的资料,分析其病位病机与经脉腧穴之间的关系,进一步总结其针灸治法规律和选穴处

方特点。

1 中医古籍对针灸治疗月经病相关疼痛的记载

月经病根据疼痛部位不同可分为下腹痛、胞中痛、腰脊痛、上腹痛、脐周痛、心痛、心下痛、周痹痛、阴挺出痛、阴中痛、阴中痛引少腹痛、贲中疼、子门痛、阴门痛等,病位病机不同,取穴治法亦不同。

1.1 下腹痛 《针灸甲乙经》《备急千金要方》《针灸资生经》《新刊补注铜人腧穴针灸图经》等书中均有关于针灸治疗少腹坚痛的相关记载,如《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》云:“妇人少腹坚痛,月水不通,带脉主之。”取带脉穴治疗。此外,《备急千金要方》中还记载侠溪穴亦可治疗月经病伴少腹坚痛,《卷三十·妇人病第八》:“侠溪:主少腹坚痛,月水不通。”又,《针灸资生经》云:“带脉、侠溪主小腹坚痛,月水不通。”其将二穴相配合。本病病机为肝胆气机不利,气滞血瘀,则少腹坚痛;冲任瘀阻,胞脉不通,经血不得下行,则月水不通或月脉不调。故取带脉和侠溪疏利气机。

小腹偏痛则可取阴跷穴治疗,《备急千金要方·卷三十·妇人病第八》云:“经逆,四肢淫泆,阴暴跳,疝,小腹偏痛:刺阴跷入三分,灸三壮。在内踝下容爪甲。”《针灸资生经·月事》言:“阴跷,主经逆,四肢淫泆,阴暴跳,小腹偏痛。又主女子淋,阴挺出,月水不来。”“阴跷”即“照海”(《针灸资生经·穴名同异》曰:“阴跷实为照海。”),可治疗妇人经逆伴小腹偏痛。本病病机为肾气亏虚、肾不纳气导致气血阴阳逆乱,故取照海穴补益肾气、调畅阴跷。

※基金项目 厦门大学省级大学生创新创业训练计划项目(No. S202110384896)

▲通信作者 李翌华,女,助理教授。研究方向:中医医史文献的研究。E-mail: lizhaohua@xmu.edu.cn

• 作者单位 厦门大学医学院(福建 厦门 361102)

此外,《针灸聚英》和《针灸大成》中记载交信穴亦可治疗月经病伴小腹偏痛,如《针灸聚英·卷一》:“交信,足内踝骨上二寸,少阴前、太阴后廉筋骨间。阴跷之郄。《铜人》:针四分,留十呼,灸三壮。《素注》:留五呼。主……女子漏血不止,阴挺出,月水不来,小腹偏痛,四肢淫泆,盗汗出。”本病病机亦为肾气不足,不过其肾气不足的情况较上述照海穴所治病证轻,故取交信穴治疗。

而内庭穴亦可治疗小腹痛。《针灸逢源·卷四》云:“内庭,在足大之次指本节前外间陷中。胃脉所溜为荣。针三分,灸三壮。治四肢厥逆,恶闻人声,振寒咽痛,口喎鼻衄,上齿齲,赤白痢,疟不嗜食,腹胀痞满。患左灸右,患右灸左,觉腹中响,是其效也。妇人食蛊,行经头晕,小腹痛疾俱妙。”《神灸经纶》:“行经头晕少腹痛:内庭。”两书均未记载小腹痛的具体疼痛性质。而《针灸大全·卷四·八法主治病证》言:“女人经水正行,头晕小腹痛:阴交一穴,内庭二穴,合谷二穴。”将内庭与阴交、合谷相配合。本病病机为妇人饮食失调,气血虚弱,经期经血下注,气血不能上荣头目,脑失所养,则头晕;气血不足,脏腑经络失养,不荣而痛则小腹痛。而足阳明胃经为多气多血之经,故取足阳明脉胃经之荣穴内庭穴治疗气血亏虚所致小腹痛。

1.2 腰脊痛 古医籍中记载了气穴可治疗“奔豚气引腰脊痛”,如《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》云:“月水不通,奔豚泄气上下引腰脊痛,气穴主之。”《外台秘要》《针灸资生经》等均有相关记载。气穴是调控月经和生育,及肾中精气出入的重要枢纽,其又为足少阴与冲脉交会穴,故可治疗肾气妄动、肾气亏虚导致的月经病。

而水道穴可治疗“月水至则腰脊痛”,如《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》言:“小腹胀满,痛引阴中,月水至则腰脊痛,胞中瘕,子门有寒,引髀髀,水道主之。”《备急千金要方》《外台秘要》等亦有记载。本病病机为寒邪入侵子门,则子门有寒引髀髀;冲脉起于胞中,寒邪阻滞冲任,胞脉不畅,则小腹胀满,痛引阴中;经期气血下注冲任,然冲任阻滞,不通则痛,故腰脊痛;血脉凝涩不行,瘀血乃生,积而成块,日久成瘕。故取水道穴理气散寒,活血散瘀。

1.3 胞中痛 胞即女子胞,胞中痛即子宫中痛。子宫虽然位于少腹部,但少腹痛与胞中痛的具体病位不同。《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》云:“女子胞

中痛,月水不以时休止,天枢主之。”《备急千金要方》《外台秘要》《针灸资生经》等亦有记载。本病病机为胞中气滞血瘀,不通则痛;瘀阻胞宫,血不循经,则月水不以时休止。故取天枢穴理气止痛,活血散瘀。

又,《针灸聚英·卷一》云:“四满,一名髓中,中注下一寸,气穴上一寸,去腹中行各一寸半。足少阴脉、冲脉之会。《铜人》:针三分,灸三壮。主……妇人月水不调,恶血疝痛,奔豚上下,无子。”《针灸大成》同此。《金针秘传》《针灸逢源》仅作“妇(女)人恶血疝痛”,无月经病相关记载。本病病机为胞中积血所致胞中绞痛,为肾气虚无力推动血行所致,故取足少阴肾经四满穴补益肾气,活血散瘀。

1.4 上腹痛 月经病有时亦会出现上腹部疼痛,如《针灸甲乙经·卷一·妇人杂病第十》云:“女子月水不利,或暴闭塞,腹胀满,瘕,淫泆身热,腹中绞痛,瘕疝阴肿,及乳难,子上抢心,若胞衣不出,众气尽乱,腹满不得反复,正卧,屈一膝,伸一膝,并气冲,针上入三寸,气至泻之。”其中“腹中绞痛”为月经病的伴随症状。本病病机为胃中积热,脾失健运,湿热内蕴脾胃,则腹胀满、身热;脾主四肢,脾失健运,胃失纳降,四肢得不到水谷精微之气的滋养,则足不能行(瘕)、四肢酸痛(淫泆);湿热与血相搏,气血凝滞,则月水不利,或暴闭塞;不通则痛,则腹中绞痛。故取足阳明胃经气冲穴清胃泻热。

又,《济阴纲目·论妇人八瘕所因》言:“若腰背相引痛,月水不利,令人不产,小腹急,下引阴中如刺,不得小便,或时寒热,下赤黄汁,令人无子,当刺关元、气冲,行以毒药,瘕下即愈。”^[4]其用气冲配关元,该病同样是湿热蕴结,与气血相搏,结于冲任胞宫胞脉,日久成瘕,故亦取气冲穴治疗。

1.5 脐周痛 古医籍中记载阴交穴可治疗脐下疝痛、绕脐冷痛,如《针灸资生经·脐痛》云:“阴交治脐下疝痛,女子月事不绝,带下,产后恶露不止,绕脐冷痛。”《针灸资生经·血崩》:“阴交治女子月事不绝,带下,产后恶露不止,绕脐冷痛。”而《备急千金要方·卷三十》曰:“手脚拘挛,腹满,疝,月水不下,乳余疾,绝子,阴痒,奔豚上,膜腹坚痛,下引阴中,不得小便:刺阴交入八分,灸五壮。”“膜”指胀起、胀大,“膜腹坚痛”即腹胀坚痛,此亦取阴交穴治疗。本病病机为腹中有寒,寒邪阻滞,则脐下疝痛或绕脐冷痛;寒凝血瘀,瘀阻冲任,旧血不去,新血难安,则月事不绝;瘀阻冲任,血不归经,则产后恶露不止;寒邪进一步伤及脏腑阳

气,阴寒内生,肾阳虚衰,血失温煦导致血液运行迟缓,胞宫不能按时满溢而月水不下;胞宫失煦,则冲任虚寒,不能成孕。故取阴交穴调理冲任,温散寒邪。

而蠡沟穴可治疗脐下积疼,见于《扁鹊神应针灸玉龙经·乙足厥阴肝之经》:“蠡沟,别走少阳。在内踝五寸。治项急,腹痛,足寒腿酸,卒疝,小便不利,肾脏风痒,妇人月水不调,赤白带下,脐下积疼。”本病病机为肝郁气滞,不通则痛,故脐下积疼;肝郁化热,脾虚聚湿,湿热下注,损及冲任带脉,则月水不调,赤白带下。故取足厥阴肝经络穴蠡沟疏肝理气,调经止带。

1.6 心痛、周痹痛 《针灸资生经》和《新刊补注铜人腧穴针灸图经》中均记载足临泣可治疗月经病伴心痛、周痹痛,如《针灸资生经·月事》云:“足临泣治月事不利,季胁支满,乳痛,心痛,周痹痛无常处,逆气,喘,不能行。”本病病机为素体肝气不舒,肝郁气滞则季胁支满;肝失疏泄,乳汁发生壅滞而结块,郁久化热,发为乳痛;气滞心胸,则心痛;加之外感风寒湿三邪,邪气凝聚在血脉之中,经脉痹阻,则周痹痛无常处,足不能行;风寒之邪袭于肺,外闭皮毛,内遏肺气,肺气不得宣畅,气机壅阻,上逆作喘。故取足少阳胆经输穴足临泣疏肝解郁,行气止痛。

1.7 心下痛 《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》云:“月水不来而多闭,心下痛,目眈眈不可远视,水泉主之。”《针灸资生经·月事》云:“水泉治月事不来,来即多,心下闷痛,目眈眈不能远视,阴挺出,小便淋沥,腹痛。”均记载水泉穴可治疗月经病伴心下痛。本病病机为肾阳虚无力推动血行,则月水不来;气虚冲任不固,血失统摄,则月水来即多;肾虚致胞络损伤,系胞无力,则阴挺出;肾阳不足,不能鼓舞五脏之阳,导致心气不足或心阳不振,血脉失于温运,气机阻滞,则胸闷心痛;心气不得下通,则心下闷痛;脏腑失养,脏腑精气不能上注于目,则视物模糊。故取水泉穴温补肾阳。

《备急千金要方·卷三十》还记载了水泉、照海配合治疗月经病伴心下痛:“水泉、照海:主不字,阴暴出,淋漏,月水不来而多闷,心下痛。”《针灸资生经》同此。本病有不孕的表现,因肾气亏虚,精不化血,则冲任虚衰,难以受孕。如前所述,阴晓穴即照海穴,亦可补益肾气,与水泉穴配合可增强补益之功。

1.8 阴挺出痛 《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》云:“女子疝瘕,按之如以汤沃两股中,少腹肿,阴挺出痛,经水来下,阴中肿或痒,漉青汁若葵羹,血闭

无子,不嗜食,曲泉主之。”其记载曲泉穴可治疗月经病伴阴挺出痛。本病病机为外感风热,与湿相结,则疝瘕;湿热蕴结肝胆,则少腹肿;湿热下注阴中,则阴挺出痛、大腿内侧发热(按之如以汤沃两股中);经期气血下注与湿热蕴结,则阴中肿或痒、下青汁。故取曲泉穴清利肝胆湿热。

1.9 阴中痛、阴中痛引少腹痛 《针灸聚英·卷一》记载大敦主治“妇人血崩不止,阴挺出,阴中痛”。本病病机亦为素性抑郁,郁久化火,热伏冲任,扰动血海,迫血妄行而成崩漏;血崩失血则阴愈亏,冲任更伤,冲任不固则阴挺出;阴亏不荣则阴中痛。故取大敦穴理气调肝。

此外,《针灸甲乙经·卷十二·妇人杂病第十》还记载下窞穴可治疗阴中痛引少腹:“女子下苍汁不禁,赤沥,阴中痒痛引少腹控眇,不可俯仰,下窞主之。刺腰尻交者,两肿上,以月死生为瘡数,发针立已。”本病病机为寒湿内伤,湿聚成痰,冲任受阻,血行不畅而经水淋漓;气血瘀滞,不通则痛,则阴中痛引少腹。故取下窞穴温阳利湿。

1.10 贲中疼 《扁鹊神应针灸玉龙经》中还记载太冲穴可治疗“妇人月水不通,漏下,贲中疼,阴挺出,马刀腋肿”,而《针灸甲乙经》中作“女子漏血,太冲主之”。“贲”指横膈膜,如《素问·缪刺论》言:“无故善怒,气上走贲上。”《灵枢·本藏》云:“肺下则居贲迫肺,善胁下痛。”而本病病机为肝气郁结,久则气滞血瘀,冲任瘀阻,胞脉不通,经血不得下行,则月水不通;或旧血不去,新血难安,发为崩漏;胞络损伤,系胞无力,则阴挺出;肝气郁滞,不通则痛,则贲中疼;肝郁化火,热腐肌肉,则发马刀腋肿。故取太冲穴疏肝理气。

1.11 子门痛 子门即子宫颈口,《针灸聚英》和《针灸大成》均记载中极可治疗月经病伴子门痛,如《针灸聚英·卷一》记载中极主“妇人产后恶露不行,胎衣不下,月事不调,血结成块,子门肿痛不端,小腹苦寒,阴痒而热,阴痛,恍惚尸厥,饥不能食,临经行房,羸瘦寒热,转脬不得尿,妇人断绪,四度针,即有子。”本病病机为脾虚湿聚,肝郁化热,湿热互结,气滞血瘀,则月事不调,血结成块;湿热下注,浸淫阴部,则子门肿痛不端,阴痒而热;脾肾阳虚,阴寒内生,则小腹苦寒。故取中极穴调理肝脾肾三脏,清泄湿热。此外,《医心方·治妇人月水腰痛方》中还取中极穴治疗“月水腰痛”,病机或相同。

1.12 阴门痛 阴门即阴道口,《针灸大成》记载会阴

穴可治疗“女子经水不通,阴门肿痛”。本病病机为痰湿阻滞,下注冲任,壅遏闭塞胞脉,经血不得下行,则经水不通;壅滞前阴,经脉失畅,则阴门肿痛。故取会阴穴调理冲任督脉。

2 月经病相关疼痛的针灸治法规律

首先,以上诸穴中,带脉、侠溪、水道、天枢、气冲、阴交、蠡沟、足临泣、曲泉、大敦、太冲、会阴等12穴所治月经病相关疼痛属实证,照海、交信、内庭、气穴、水泉等5穴所治属虚证,四满所治属因虚致实证,下髎所治属因实致虚证,中极所治属虚实夹杂证。其中实证以肝郁气滞血瘀为主,虚证以肾气不足为主。可见,气机失调导致的月经病相关疼痛适合采用针灸治疗,通过调节相应脏腑经络的经气运行,既可以使气机恢复平衡,还可以治疗相应脏腑病变。

其次,针灸治疗月经病相关疼痛的腧穴主要涉及足少阴肾经(照海、交信、气穴、四满、水泉)、足厥阴肝经(蠡沟、曲泉、大敦、太冲)、足阳明胃经(内庭、水道、天枢、气冲)、足少阳胆经(带脉、侠溪、足临泣)、足太阳膀胱经(下髎)和任脉(阴交、中极、会阴)6条经脉。由此可以总结出针灸治疗月经病相关疼痛的4种治法,即补益肾气、疏肝理气、调理气血和疏通任脉。

2.1 补益肾气 “经水出诸肾”,月经的产生以肾为主导。肾气乃肾精所化之气,只有肾气充盛,冲任流通,经血才能按时而下。若肾气不足,冲任不固,血海失司,蓄溢失常,则引发月经病;气血亏虚,不荣则痛,故发疼痛。因此治疗月经病相关疼痛以补益肾气为主,可取足少阴肾经相关腧穴治疗。

2.2 疏肝理气 肝“主血海”(《素问·五脏生成》),又“以生血气”(《素问·六节藏象论》),因此与月经病关系密切。肝的生理功能正常,肝气舒畅条达,气血调和,血海按时满盈,则月事以时下。若肝气郁结,则血为气滞,冲任失畅,血海蓄溢失常或胞脉闭阻,就会引发月经病;气滞血瘀,不通则痛,则产生疼痛,病位以腹部(少腹、脐下、阴中、贲中、子门)为主。应治以疏肝理气,通调气机,故取足厥阴肝经和足少阳胆经相关腧穴治疗。

2.3 调理气血 针灸治疗月经病相关疼痛还多取足阳明胃经腧穴。阳明为多气多血之经,而月经病相关疼痛与气血关系密切,取足阳明胃经腧穴的主要目的即是调理气血。

2.4 疏通任脉 任脉起于胞中,为“阴脉之海”。任

脉之气通,才能使胞宫有行经、带下、胎孕等生理功能。若有形实邪阻滞任脉循行经过的部位,就可选择任脉上相应部位的腧穴进行治疗,如位于脐下1寸的阴交穴可治疗寒邪阻滞导致的脐下疝痛、绕脐冷痛,位于脐下4寸的中极穴可治疗湿热互结导致的子门痛,位于会阴部的会阴穴可治疗痰湿阻滞导致的阴门肿痛,皆为近部取穴。

3 月经病相关疼痛的针灸选穴处方特点

3.1 腧穴的选择 首先,针灸治疗月经病相关疼痛的腧穴所在部位集中在下肢部(10个)和下腹部(9个),此外背部也有1个穴位。可见,近部选穴和远部选穴是针灸治疗月经病相关疼痛常用的选穴方法。

其次,针灸治疗月经病相关疼痛的腧穴多为特定穴,如侠溪、内庭、足临泣、曲泉、大敦、太冲为五输穴;照海、足临泣为八脉交会穴;带脉、气穴、四满、气冲、阴交和中极为交会穴;天枢、中极为募穴;蠡沟为络穴;交信、水泉为郄穴;太冲为原穴。特定穴除具有经穴的共同主治特点外,还有其特殊的性能和治疗作用。而月经病相关疼痛往往既有疼痛的表现,又有月经异常的情况,因此选择特定穴或可调数经经气,或可直接调理脏腑气血,或可加强脏腑功能,可以起到事半功倍的效果。

此外,虽然早在《针灸甲乙经》中就已经有不少针灸配穴的记载,但是针灸配穴治疗月经病相关疼痛则始于《针灸资生经》,在此之前均为单穴治疗。且配穴治疗的记载不多,如《针灸大全·卷四·八法主治病证》言:“室女月水不调,脐腹疼痛:天枢二穴,气海一穴,三阴交二穴。”可见只要抓住病因病机,单穴治疗月经病相关疼痛往往显效。

3.2 刺灸法的选择 刺灸法方面的选择,除了侠溪、蠡沟、太冲未记载针灸方法,及气冲穴单用针刺泻法、会阴穴单用灸法外,其余腧穴皆为针灸并用。其中交信、大敦、下髎、中极针刺得气后还要留十呼,足临泣留五呼。《灵枢·邪气脏腑病形》云:“是故刺急者,深内而久留之。刺缓者,浅内而疾发针,以去其热。”可见病情紧急时应久留针。而交信、大敦、下髎所治月经病均有漏血不止的表现,中极所治病证则有“产后恶露不行,胎衣不下”“恍惚尸厥”“转脬不得尿”等表现,病势均较急迫,故均需久留针。又,《灵枢·经脉》云:

(下转第50页)