

# 何卫东以金水相生法治疗老年性便秘经验

林秋萍<sup>1</sup> 何卫东<sup>2\*</sup>

**摘要** 中医认为便秘主要由大肠传导功能失常所致,病位在大肠,与肾、肺及其他脏腑密切相关。何卫东副教授以金水相生法为指导思想治疗老年性便秘,获得了良好的临床效果。

**关键词** 老年性便秘;金水相生法;肺肾气阴两虚证

老年性便秘是指老年人排便间隔时间延长超过48 h,且大便干燥,排出艰难,或大便不硬却艰涩不畅的一种病症<sup>[1]</sup>。受人口老龄化的影响,我国老年性便秘患者逐年增加,以社区为调查对象的流行病学研究显示,我国60岁以上老年人便秘率达15%~20%<sup>[2]</sup>。老年性便秘一般病程较长,而长期便秘可导致心、脑、肾、消化等多系统疾病的发生,严重影响了老年人的身心健康。中医认为老年性便秘的形成多与老年人体质虚弱,气血、阴液的亏损等导致肠腑气机失调,大肠传导功能失常相关,其病位在大肠,与肾、肺及其他脏腑密切相关<sup>[1]</sup>。据报道,老年性便秘虚证最常见的证型是气阴两虚证<sup>[3]</sup>。

何卫东副教授行医十余载,尤其擅长便秘、失眠、头晕等老年性疾病的中西医诊治,其在多年临床实践中以金水相生法治疗老年性便秘,获得了较好的临床效果。现将其临床经验报道如下。

## 1 金水相生法内涵

金水相生法起源于《黄帝内经》,《素问·阴阳应象大论》曰:“肺生皮毛,皮毛生肾。”这说明肺肾二者具有相生关系。《杂证会心录》曰:“肾与肺,又属子母之脏,呼吸相应,金水相生……肺属太阴……金体本燥,通肾气而子母相生。”将肺肾的关系比喻为母子关系,指出肺与肾不仅在五行上具有相生关系,还在阴阳、气的运行上都存在着联系。因此,金水相生法是根据五行相生规律来治疗疾病的一种滋养肺肾的方法<sup>[4]</sup>。

中医认为肺金与肾水在生理上紧密联系,具体表现为以下三个方面<sup>[5]</sup>。

一是肺肾阴液互资。肺阴充足,可滋养肾阴,而肾阴为一身阴气之本,肾阴充盈,又可向上濡养肺阴,故肺肾阴液彼此滋养。

二是肺肾在津液代谢方面的相互作用。肾主水,在肾气的作用下参与人体的津液代谢。肾又主脏腑气化,开窍于二阴,肾气充足,则全身津液正常代谢,二阴开阖有常,大肠传导功能正常运转。肺主行水,肺通过宣发肃降参与人体津液的输布与排泄。肺气足,则可将津液运送至全身,肠道才可得到濡润,保证大肠传导功能的运行,糟粕才可排出体外。肺主水的功能又赖于肾气、肾阴、肾阳的资助。肺为水之上源,肾为水之下源。肺气足,则可将津液运送至全身,肺气肃降则津液下至肾脏;肾气充盈,则津液通过肾的蒸化作用又可上循至肺。肺肾两脏功能正常运行,则全身津液代谢正常。故而肺肾两脏在津液输布与代谢上有着密切联系。

三是肺肾共同参与气机的运行。肺主一身之气的生成和运行,肺气充足,肺宣发肃降功能正常,大肠才能正常发挥传导功能,糟粕方可顺利排出。魄门的开阖与肺气的宣降相关,肺气足,宣降功能正常,魄门开阖有度。肾为气之本,肾司二便,肾气充足,大肠传导有力,肠道润泽,二便顺利排出。肺肾两脏相辅相成,气机才可升降出入协调有序,大肠传导功能才可正常运转。

## 2 金水相生异常与老年性便秘之关系

在生理上,肺金与肾水有着紧密联系;在病理及病机演变上,两者也相互影响。老年人阴阳气血津液不足,常出现多个脏腑的气血津液阴阳亏损,特别是阴液的亏虚,肺肾两脏常易受累。《杂病源流犀烛·大便秘结源流》云:“大便秘结,肾病也。”《临证指南医案》载有“六旬又六,真阴衰,五液枯……大便秘闭”,说明老年性便秘多与真阴的亏损相关。故而随着年

▲通信作者 何卫东,男,副主任医师,副教授,硕士研究生导师。主要从事中医药防治老年病临床与基础研究。E-mail:hwd968@126.com  
•作者单位 1.福建中医药大学(福建福州350108);2.福建中医药大学附属人民医院(福建福州350004)

岁逐渐增长,肾阴逐渐衰减,其凉润、滋养的功能亦相应的失调。《杂病源流犀烛·大便秘结源流》言:“经曰:北方黑水,入通于肾,开窍于二阴,盖此肾主五液,津液盛,则大便调和。”肾阴为全身阴气之源,肾阴衰则五脏六腑失于濡润,于大肠而言则是肠道干涸,糟粕秘结无法正常排泄。若肾阴亏损,阴液不能上承,肺失濡润,则出现肺阴不足。《石室秘录》云:“大便秘结者,人以为大肠燥甚,谁知是肺气燥乎?”肺与大肠相表里,肺阴不足,阴虚则生内热,热可下移至大肠,热伤津液,大肠传导失司,则排便异常。肺气不足则肺失宣肃,肺气无力下达肠腑,肺气输送津液到肠腑的功能减退,气与津液的转化变少,大肠津液干涸,传导失常,则粪便干结难以排出。因此,老年性便秘与肾、肺二脏气阴两虚密切相关。

### 3 金水相生法治疗老年性便秘

便秘的中医药治疗,陈凯旋等<sup>[6]</sup>主要从肾、肺关系出发,认为以养阴(津)清热、补肾宣肺为主要治法,治疗老年性便秘可取得较好的临床效果。王一迪等<sup>[7]</sup>从肺肾关系探讨便秘的治疗,认为以滋阴润肠通便为主可达到治病求本的疗效。有文献<sup>[8]</sup>报道,益气养阴法可促进老年性便秘的改善而且能降低复发率。现代医家陆金根教授治疗老年性便秘以益气养阴清化为主,促进肠道蠕动,改善传导功能,减少便秘的发生,同时提示老年性便秘应慎用大黄、芒硝等峻下之药<sup>[9-10]</sup>。何卫东副教授以“金水相生法”为指导思想治疗老年性便秘,获得了较好的临床效果。何卫东副教授认为,老年性便秘多虚,特别是阴液亏虚,故强调从肾、肺论治。肾为先天之本,气之根,水之下源;肺为肾之母,气之本,水之上源。肾水与肺金二者相辅相成,使气升降出入正常有序,水液运行畅通无碍,肠道濡润,魄门开阖有度。若肾气衰无力上助肺金,则肺金不固;肾阴虚则肾水向上滋养肺金不足,致金水气阴不足。肺肾气阴两虚则气无法化津,阴液无法正常下濡于肠道,滋灌肠道失常,肠道干涸,则大便排出困难。可表现为大便干结难排,或大便稍可排出但量少,时有不尽感,应以金水相生法为治疗大法,具体可采用益气养阴,润肠通便之法。临床用药应注重以“润药”作泻药,常用生地黄、玄参、麦冬、北沙参、知母、天花粉、火麻仁、郁李仁、瓜蒌子、杏仁、桃仁等药,以滋养肺肾,润肠通便;并配合益气行气润肠通便药物,如太子参、党参、黄芪、莱菔子、枳实、厚朴、槟榔等。

### 4 验案举隅

黄某,男,69岁,2021年7月1日初诊。患者诉半年前无明显诱因出现大便秘结,质硬,不易排出,曾多次自行口服药物(具体不详),大便秘结可好转,但症状反复发作,今为进一步治疗而前来就诊。辰下:大便秘结,质硬,不易排出,易感疲乏,口干,腹胀,眼干涩,无腹痛、恶心欲吐、胸闷痛、尿频、尿急,纳寐尚可,小便调。舌红苔黄,脉弦细。既往史:高血压病史1年余,否认糖尿病、肾脏病等慢性疾病史。西医诊断:便秘。中医诊断:便秘,辨为气阴两虚证。治以金水相生法,方选生脉饮合增液汤、五仁丸加减,药用:太子参15g,麦冬15g,五味子10g,北沙参10g,玄参10g,生地黄10g,火麻仁30g,郁李仁15g,枸杞子15g,白芍10g,炙甘草5g,炒苦杏仁6g,槟榔10g,姜厚朴6g,炒莱菔子10g。7剂,餐后内服,每日2次。

2021年7月8日二诊:大便秘结、易感疲乏较前改善,大便稍易排出,量少,伴排便不尽感,仍口干,腹胀,眼睛干涩,纳寐同前,小便调。舌红苔黄,脉弦细。予上方去炒莱菔子、五味子,加知母10g、枳实10g、天花粉15g,并调整以下药物用量为:玄参15g,北沙参15g,生地黄20g,姜厚朴15g,炒苦杏仁8g。7剂,餐后内服,每日2次。

2021年7月20日三诊:口干、眼睛干涩较前好转,大便可排出,量少,伴排便不尽感,腹胀,纳寐同前,小便调。舌红苔黄,脉弦细。予上方去玄参,加瓜蒌子10g、桃仁10g、木香6g,枳实用量调整为15g。7剂,餐后内服,每日2次。半年后电话随访,大便秘结未再发。

按 本案患者排便困难,质硬,不易排出,可归中医学“便秘”范畴。《素问·阴阳应象大论》曰:“年六十,阴萎,气大衰,九窍不利,下虚上实,涕泣俱出矣。”患者年近古稀,结合易感疲乏的症状特点,考虑其肾气衰减,气衰则阴亦衰,肾为肺之子,肾气失充盈无力上充肺金,肺金不固;肾阴衰致肾水无法上濡肺金,故辨为肺肾气阴两虚证。肺肾气阴两虚,肠道气机及津液下濡肠道异常,大肠传导失司,可见排便困难,质硬,不易排出的排便特点;糟粕堆积于肠道,腑气壅滞于胃肠,故见腹胀;眼干涩,口干,舌红苔黄,脉弦细,属肺肾气阴虚的表现。根据这一病机特点,以金水相生法为治疗大法,具体采用益气养阴,润肠通便之法,方用生脉饮合增液汤、五仁丸加减。初诊时所用生地

(下转第27页)