

# 《黄帝内经》虚弱病证病机证治概论

田永衍<sup>1</sup>, 胡蓉<sup>2</sup>, 赵小强<sup>3</sup>

(1. 河西学院医学院, 甘肃 张掖 734000; 2. 甘肃中医药大学中医临床学院, 甘肃 兰州 730000; 3. 甘肃中医药大学附属医院, 甘肃 兰州 730000)

**摘要:**虚弱是由多种原因引起的,是以脏腑虚损、精气血津液不足为主要病机的多种慢性衰弱证候的总称。从《黄帝内经》论述来看,引起虚弱常见的病因病机有衰老、感受邪气、情志所伤、饮食劳倦、汗泄及脱血、误治致虚等六个方面。《内经》中的虚弱病证可以分为脏腑虚、经络虚、精气血津液虚、上中下虚、四海虚等五类。《内经》对虚弱性疾总的治疗原则是“虚则补之”。“虚则补之”,既可以用甘温补气和厚味填精之品以补益虚弱,又可以用呼入吸出法、徐入疾出法等针刺补虚法。

**关键词:**黄帝内经;虚弱病证;证治

中图分类号:R221

文献标志码:A

文章编号:1009-3222(2018)02-0084-05

虚弱是由多种原因引起的,是以脏腑虚损、精气血津液不足为主要病机的多种慢性衰弱证候的总称。凡禀赋不足、后天失调、病久失养、积劳内伤、酒色纵肆、七情乖戾,渐至精气亏耗,虚久不复,而表现为各种虚弱证候者,均属于虚弱类病证的范畴。《内经》对虚弱有“虚”“劳”“损”“不足”“夺”“脱”等不同称谓,涉及虚弱病证的疾病有“解体”“肉苛”“痺”“脱营”“失精”等。

## 1 虚弱的病因病机

《素问·通评虚实论》在虚实对比中明确地对“虚”作了定义,谓“邪气盛则实,精气夺则虚”(以下《素问》原文皆引自北京人民卫生出版社1963年版《黄帝内经素问》),说明人体精气的消耗脱失会导致虚弱。这是对虚弱病机高度精辟的概括。从《内经》论述来看,引起虚弱常见的病因病机有衰老、感受邪气、情志所伤、饮食劳倦、汗泄及脱血、误治致虚等六个方面。

### 1.1 衰老

生、长、壮、老、已是所有生命基本的过程和规律,随着衰老过程的进行,人体脏腑经脉之气

逐渐消耗,随之就会出现一系列虚弱的表现。如《素问·上古天真论》云:“女子……五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕。六七,三阳脉衰于上,面皆焦,发始白。七七,任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也。丈夫……五八,肾气衰,发堕齿槁。六八,阳气衰竭于上,面焦,发鬓颁白;七八,肝气衰,筋不能动,天癸竭,精少,肾藏衰,形体皆极。八八,则齿发去。”随着年龄的增长,人体内的津液精血逐渐减少,经言“年四十,阴气自半,起居衰矣”,血气已虚,脏腑失于濡养,五脏皆弱<sup>[1]</sup>。

### 1.2 感受邪气

邪气侵袭机体,损伤脏腑经脉,耗伤气血津液,亦会导致虚弱。严重者会因气血津液枯竭,脏腑精气衰竭而死亡。如《素问·缪刺论》云:“夫邪之客于形也,必先舍于皮毛,留而不去,入舍于孙脉,留而不去,入舍于络脉,留而不去,入舍于经脉,内连五藏,散于肠胃,阴阳俱感,五藏乃伤。”

### 1.3 情志所伤

突然、强烈或长期持续的不良情志刺激,超

过人体本身正常的耐受限度,会导致疾病<sup>[2]</sup>,损伤脏腑精气,引起虚弱。《素问·调经论》曰:“帝曰:阴之生虚奈何。岐伯曰:喜则气下,悲则气消,消则脉虚空”,指出悲喜过度可使气机耗散、经脉空虚。《素问·疏五过论》曰:“帝曰:凡未诊病者,必问尝贵后贱,虽不中邪,病从内生,名曰脱营。尝富后贫,名曰失精,五气留连,病有所并。医工诊之,不在藏府,不变躯形,诊之而疑,不知病名。身体日减,气虚无精,病深无气,洒洒然时惊,病深者,以其外耗于卫,内夺于荣。”说明社会地位和经济地位的变化会导致人体精气暗耗,荣卫枯竭,形肉消烁,形成虚弱。究其原因,多系情志暗伤所致。

#### 1.4 饮食劳倦

饮食五味太过,劳力、房劳过度,都会引起虚弱。《素问·经脉别论》曰:“故饮食饱甚,汗出于胃。惊而夺精,汗出于心。持重远行,汗出于肾。疾走恐惧,汗出于肝。摇体劳苦,汗出于脾。故春夏秋冬,四时阴阳,生病起于过用,此为常也。”认为饮食劳倦过度,是导致脏腑精气受伤的重要原因,其谓之“生病起于过用”。《素问·生气通天论》曰:“因而强力,肾气乃伤,高骨乃坏。”认为房劳过度会损伤肾精。

#### 1.5 汗、泄及脱血

《灵枢·五禁》曰:“形肉已夺,是一夺也;大夺血之后,是二夺也;大汗出之后,是三夺也;大泄之后,是四夺也;新产及大血之后,是五夺也。此皆不可泻。”(以下《灵枢》原文均引自北京人民卫生出版社1963年版《灵枢经》)任何原因引起的大汗出、剧烈泄泻、大失血,都会因津血大量脱失而出现虚弱,此时针刺不可用泻法,以免重伤精气。

#### 1.6 误治致虚

《内经》认为误治亦会致虚。误治之中有因刺不以时或刺法不当而损伤气血致虚者,如《素问·四时刺逆从论》:“帝曰:逆四时而生乱气奈何?岐伯曰:春刺络脉,血气外溢,令人少气。……夏刺经脉,血气乃竭,令人解体。……秋刺筋骨,血气内散,令人寒栗。冬刺经脉,血气皆脱,令人目不明。冬刺络脉,内气外泄,留为大

痹;冬刺肌肉,阳气竭绝,令人善忘”;有因犯“虚虚实实”之戒,气血阴阳耗竭而致虚者,如《灵枢·根结》:“形气不足,病气不足,此阴阳气俱不足也,不可刺之,刺之则重不足,重不足则阴阳俱竭,血气皆尽,五藏空虚,筋骨髓枯,老者绝灭,壮者不复矣。”

## 2 虚弱的分类与临床表现

据引起虚弱的病因病机、病位、临床表现的不同,《内经》中的虚弱病证可以分为脏腑虚、经络虚、精气血津液虚、上中下虚、四海虚等五类。

### 2.1 脏腑虚

脏腑在人体生命活动中居于核心地位,《内经》多处论及脏腑虚的临床表现。

2.1.1 肺虚 《灵枢·本神》云:“肺藏气,气舍魄,肺气虚则鼻塞不利少气”;《素问·方盛衰论》曰:“肺气虚则使人梦见白物,见人斩血藉藉,得其时则梦见兵战。”《内经》认为,肺虚主要的临床表现是少气。又,五行之中肺属金,与五色之白色相通应,所以肺虚会梦见兵战,梦见白物。

2.1.2 心虚 《素问·脏气法时论》云:“心病者,……虚则胸腹大,胁下与腰相引而痛”;《灵枢·本神》云:“心藏脉,脉舍神,心气虚则悲”;《素问·方盛衰论》曰:“心气虚,则梦救火阳物,得其时则梦燔灼”。《内经》认为,心虚主要的临床表现是胸腹大,胁下与腰相引而痛,同时心虚会引起情志的变动而使人喜悲。五行之中心属火,所以心虚会梦见大火燔灼。

2.1.3 肝虚 《素问·脏气法时论》云:“肝病者,……虚则目眈眈无所见,耳无所闻,善恐如人将捕之”,《灵枢·本神》云:“肝藏血,血舍魂,肝气虚则恐”;《素问·方盛衰论》曰:“肝气虚,则梦见菌香生草,得其时则梦伏树下不敢起”。《内经》认为,肝虚主要的临床表现是视物不清,听力减退,同时肝虚会引起情志的变动而使人善恐。五行之中肝属木,所以肝虚会梦见菌草树木。

2.1.4 脾虚 《素问·脏气法时论》云:“脾病者,……虚则腹满肠鸣,飧泄食不化”;《灵枢·本神》云:“脾藏营,营舍意,脾气虚则四肢不用,

五藏不安”；《素问·方盛衰论》曰：“脾气虚则梦饮食不足，得其时则梦筑垣盖屋”。《内经》认为，脾虚主要的临床表现有腹满肠鸣，泄下完谷不化，四肢痿弱不用。同时脾胃为“仓廩之官”，五行属土，所以脾虚会梦见饮食不足，筑垣盖屋。

2.1.5 肾虚 《素问·脏气法时论》云：“肾病者，……虚则胸中痛，大腹小腹痛，清厥意不乐”；《灵枢·本神》云：“肾藏精，精舍志，肾气虚则厥”；《素问·方盛衰论》曰：“肾气虚则使人梦见舟船溺人，得其时则梦伏水中，若有畏恐”。《内经》认为，肾虚主要的临床表现是胸腹疼痛，四肢逆冷。同时肾虚会引起情志的变动而使人精神抑郁。五行之中肾属水，所以肾虚会梦见舟船与水，梦中恐畏。

2.1.6 胃虚 《灵枢·口问》曰：“黄帝曰：人之弹者，何气使然？岐伯曰：胃不实则诸脉虚，诸脉虚则筋脉懈惰，筋脉懈惰则行阴用力，气不能复，故为弹。”《内经》认为，胃虚则一身经脉皆虚，复加入房用力，会导致筋骨懈惰，四肢纵缓。

## 2.2 经络虚

经络是运行全身气血，联络脏腑肢节，沟通上下内外的道路。《内经》中的经络虚又可分为经脉虚与络脉虚。

2.2.1 经脉虚 《素问·痿论》云：“故阳明确则宗筋纵，带脉不引，故足痿不用也。”认为阳明经脉虚会导致宗筋弛纵，临床出现下肢痿弱不用。《灵枢·经脉》曰：“肺手太阴之脉，……气虚则肩背痛寒，少气不足以息，溺色变。……大肠手阳明之脉，……虚则寒栗不复。……胃足阳明之脉，……气不足则身以前皆寒栗，胃中寒则胀满。……肾足少阴之脉，……气不足则善恐，心惕如人将捕之。”认为手太阴肺脉之气虚临床会出现肩背寒痛，少气；手阳明大肠脉与足阳明胃脉之气虚都会出现寒栗；足阳明胃脉气虚还会出现胃中胀满；足少阴肾脉之气虚则会出现心悸善恐的症状。

2.2.2 络脉虚 《灵枢·经脉》还系统地记载了十五别络虚的临床表现，认为手太阴之络脉虚会出现呵欠、气短或尿频、遗尿等症状；手少

阴之络脉虚会导致不能言；手厥阴之络脉虚会出现头项强直；手太阳之络脉虚会出现皮肤生赘疣，小的如同指间生的疥结痂；手阳明之络脉虚会出现牙齿寒凉、胸膈气塞不畅等；手少阴之络脉虚会出现肘关节纵缓不收，即不能屈；足太阳之络脉虚会出现鼻流清涕和鼻出血；足少阴之络脉虚会出现痿躄，即肌肉萎缩或萎软无力，坐而不能站起；足阳明之络脉虚会出现足胫屈伸不得，胫部肌肉枯萎；足太阴之络脉虚会出现腹部鼓胀；足少阴之络脉虚会出现腰痛；足厥阴之络脉虚会出现阴囊突然瘙痒；任脉之络脉虚会出现腹壁皮肤瘙痒；督脉之络脉虚会出现头部沉重；脾之大络虚会出现全身各关节皆弛缓。

## 2.3 精气血津液虚

2.3.1 精气虚 《素问·金匱真言论》说：“精者，身之本”，精气是人生命的根本。《灵枢·决气》曰：“精脱者，耳聋；气脱者，目不明。”认为全身精气虚弱会影响耳目功能，出现耳聋、视物不清等临床症状。此外《素问·汤液醪醴论》曰：“帝曰：形弊血尽而功不立者何？岐伯曰：神不使也。帝曰：何谓神不使。岐伯曰：针石，道也。精神不进，志意不治，故病不可愈。”认为精气虚衰还会使人神机衰败，从而不能对医生的治疗措施产生反应，导致疾病日趋恶化。

2.3.2 营卫虚 《素问·逆调论》：“荣气虚则不仁，卫气虚则不用，荣卫俱虚，则不仁且不用。”认为营卫虚临床会导致四肢、肌肉麻木，运动功能障碍。《素问·疏五过论》：“帝曰：凡未诊病者，必问尝贵后贱，虽不中邪，病从内生，名曰脱营。尝富后贫，名曰失精，五气留连，病有所并。医工诊之，不在藏府，不变躯形，诊之而疑，不知病名。身体日减，气虚无精，病深无气，洒洒然时惊，病深者，以其外耗于卫，内夺于荣。”认为情志内伤，荣卫精气虚衰，还会出现身体日渐瘦弱，时时寒栗如受到惊吓状。

2.3.3 血虚 《灵枢·决气》曰：“血脱者，色白，夭然不泽”；《素问·调经论》：“血有余则怒，不足则恐”。认为血虚临床会出现面色苍白，没有光泽，易于恐惧等症状。

2.3.4 津液虚 《灵枢·决气》曰:“津脱者,腠理开,汗大泄;液脱者,骨属屈伸不利,色夭,脑髓消,胫瘦,耳数鸣”。《灵枢·五癯津液别》:“阴阳不和,则使液溢而下流于阴,髓液皆减而下,下过度则虚,虚故腰背痛而胫瘦。”认为大汗出会导致津虚,精液妄泄会导致液虚。津液虚,滋润濡养功能减退,临床会出现口干渴、面无光泽、筋骨屈伸不利、小腿酸软、腰背疼痛、耳鸣等症状。

#### 2.4 上、中、下虚

《灵枢·口问》曰:“故上气不足,脑为之不满,耳为之苦鸣,头为之苦倾,目为之眩;中气不足,溲便为之变,肠为之苦鸣;下气不足,则乃为痿厥心惋”;《灵枢·卫气》曰:“上虚则眩”“下虚则厥”。认为上气不足,即髓海空虚,诸窍失濡而不利,故出现耳鸣、头倾、目眩等证;中部脾胃运化不力,则津液不化,可出现二便失常或肠鸣等症;下部正气不足,升降不交,可出现四肢痿弱无力清冷、心中满闷不舒等症<sup>[3]</sup>。

#### 2.5 四海虚

《灵枢·海论》曰:“气海不足,则气少不足以言。……血海不足,亦常想其身小,狭然不知其所病。……水谷之海不足,则饥不受谷食。……髓海不足,则脑转耳鸣,胫瘦眩冒,目无所见,懈怠安卧。”气海为膻中,膻中即胸中,实乃指肺,因肺主气,故“气海不足则气少不足以言”;胃为水谷之海,胃主通降,以降为和,“水谷之海不足则饥不受谷食”,是谓胃气不足,受纳、腐熟、通降功能失常而致饥不欲食;虽脑为髓海,但肾主骨生髓,髓为肾中精气所化生。故“髓海不足则脑转耳鸣,胫瘦眩冒,目无所见,懈怠安卧”应责之肾虚。肾中精气不足则髓无所化,髓海不充,故见头晕、耳鸣、视物不清;肝藏血,故肝又被称之为血海。血舍魂,肝血虚,魂失所养,就会出现“血海不足”,“常想其身小,狭然不知所病”的精神症状。

### 3 虚弱的治则

《内经》对虚弱性疾病总的治疗原则是“虚则补之”,这一原则在《素问·三部九候论》《素问·厥论》《素问·五常政大论》《灵枢·经脉》

《灵枢·寒热病》《灵枢·通天》等多篇都有提及。“虚则补之”,既可以用药食温补法,又可以用针刺补虚法。《内经》亦非常重视药食温补法在虚弱性疾病治疗中的作用,如《素问·至真要大论》指出:“劳者温之”“损者温之”<sup>[4]</sup>。《灵枢·邪气脏腑病形》曰:“阴阳形气俱不足,勿取以针,而调以甘药也”。具体又有“形不足者,温之以气,精不足者,补之以味”(《素问·阴阳应象大论》)之说,即用甘温补气和厚味填精之品以补益虚弱。此外,对于三焦气虚者,《素问·阴阳应象大论》指出,“气虚宜掣引之”。

### 4 《内经》虚弱治则对后世临床的启示

后世临床对于虚弱性疾病在《内经》治则的基础上,总结出许多行之有效的防治方法,兹列举如下。

#### 4.1 精气血液荣卫虚治法

对于《内经》之精气血诸虚:精脱耳聋者,可参考《饲鹤亭集方》方用左慈丸;气脱目不明者,可参考《东垣试效方》方用益气聪明汤益气升阳;血虚者,可选用《内外伤辨惑论》中的当归补血汤补气生血;津液虚者,可参考《温病条辨》方用生脉散、增液汤、益胃汤、沙参麦冬饮等养阴生津;荣卫虚者,可参考《伤寒论》方用黄芪桂枝五物汤、小建中汤、黄芪建中汤、薯蕷丸等温中补虚,调和荣卫。

#### 4.2 脏腑虚治法

《内经》之五脏虚损可参考《医学入门·杂病用药赋》所论:心虚用人参固本丸、天王补心丹等;肝虚用天麻丸、鹿茸四斤丸等;脾虚用返本丸、橘皮煎丸等;肺虚用单人参膏、天门冬膏等;肾虚用小菟丝丸、太极丸等。此外,因人体脏腑气血之间有互相资生、互相为用的关系,故补血者必兼以固气,补气者当助以益血;虚则可补其母,如肝虚补肾,资水以涵木。肺虚补脾,补土以生金。又,脾为后天之本,气血生化之源;肾为先天之本,阴阳之根,故五脏之虚又以补脾肾为本。

#### 4.3 经络虚治法

对于经络虚,可参考《内经》多用针刺补虚法。针刺总的来说属于泻法,故对于针刺补虚,

需严格掌握针刺手法,如《素问·调经论》的呼法;《灵枢·官能》的徐入疾出法等。

#### 4.4 上、中、下虚治法

对于“气虚宜掣引之”,张景岳认为:“气虚者,无气之渐,无气则死矣。故当挽回其气而引之使复也”,故“上气虚者升而举之,下气虚者归而纳之,中气虚者温而补之,是皆掣引之义”<sup>[6]</sup>。

“上气虚者升而举之”,上气者,胸中之气。张锡纯认为,大气充满胸中,以司肺之呼吸。胸中大气下陷,临床可见“气短不足以息。或努力呼吸,有似乎喘。或气息将停,危在顷刻。其兼证,或寒热往来,或咽干作渴,或满闷怔忡,或神昏健忘,种种病状,诚难悉数。其脉象沉迟微弱,关前尤甚。其剧者,或六脉不全,或参伍不调”,当以补气升提举陷为治,上损从阳,药用补气升提药,佐以甘凉清补之品,方用升陷汤类<sup>[7]</sup>。

“中气虚者温而补之”,中气者,脾胃之气。脾居中央,灌溉四旁,为周身气机升降之枢纽。脾气虚则运化失职,升降无权,而为痞闷、胀满、食欲不振等症。李东垣认为,“内伤脾胃,乃伤其气,……惟当以辛甘温之剂,补其中升其阳”<sup>[8]</sup>,治宜补中益气升阳,培脾胃以资运纳,药用味甘、健脾之类,方用补中益气、建中汤类。

“下气虚者归而纳之”,下气者,肝肾之气。肝主疏泄,肾主闭藏。张锡纯认为,“夫肝之疏泄,原以济肾之闭藏,故二便之通行,相火之萌动,皆与肝气有关,方书所以有肝行肾气之说。今因肾失其闭藏之性,肝遂不能疏泄肾气使之下行,更迫于肾气之膨胀,转而上逆。”<sup>[7]</sup>故肝肾精气亏虚,可见喘逆、遗泄、二便失常等症,治宜

补肝肾而收敛摄纳,药用质厚填阴、摄纳、潜镇之类,方用地黄饮子、虎潜丸类。

虚弱大体可从三个方面防治:①未病先防,从病因着手,诚如《医述·杂证汇参·虚劳》云:“劳于力作者,当逸之以安闲,而甘其饮食,和其气血;劳于思虑者,当屏思却虑,药之以养心;劳于房帙者,当远房帙,滋肾水,尤当照顾脾土。”<sup>[9]</sup>患者当自我调摄护理,具体调摄方法有节房事、慎劳欲、远利欲、调情志、戒多言、戒肥浓、避风寒等,调息寡言、动静以敬、宠辱不惊、恬然无欲方可五脏自平。②及时治疗疾病,避免失治误治、迁延不愈发展为虚劳。③防止药物损伤。

#### 参考文献:

- [1]夏永良.论朱丹溪“人之情欲无涯”致阴虚[J].南京中医药大学学报(社会科学版),2005,6(1):35-36.
- [2]陈正,王庆其,李其忠.中医药治疗慢性萎缩性胃炎的思路[J].中医文献杂志,2006(1):53-55.
- [3]陶晓华.略论《内经》对虚证的辨证[J].中医函授通讯,1990(5):5-6.
- [4]刘艳华,任喜洁,任继学.《内经》虚损探源[J].中国中医急症,2008,17(2):228,241.
- [5]李梃.医学入门[M].天津:天津科学技术出版社,1999:1147-1303.
- [6]张景岳.类经[M].北京:中国中医药出版社,1997:156.
- [7]张锡纯.医学衷中参西录[M].石家庄:河北人民出版社,1974:31-38.
- [8]李东垣.脾胃论[M].北京:人民卫生出版社,2005:33.
- [9]程杏轩.医述[M].合肥:安徽科学技术出版社,1983:372-373.