

• 新冠肺炎中医防治研究 •

从“寒湿疫”角度探讨新型冠状病毒肺炎的针灸防治策略*

张小青^{1,2} 刘璐² 徐晓白² 王少松² 田伟² 刘清泉² 李彬²

1. 北京中医药大学 北京 100029; 2. 首都医科大学附属北京中医医院针灸中心/针灸神经调控
北京市重点实验室 北京 100010

摘要: 新型冠状病毒肺炎属于“疫病”范畴,其性质为“寒湿疫”。针灸在“寒湿疫”的防治中发挥了“调气以通泻、温补以化湿”的作用,并将“治神”思想贯穿其中。预防方面,“调脏气以治神,补阳气以避邪”,以五脏俞穴结合“四神方”,调整五脏之气并调畅神机。临床治疗方面,“泻肺和大肠之有余,补脾和肾之阳虚”,以井荥泻其有余,灸背俞穴及关元、神阙等穴位,以补其不足。康复方面,“调病损之脏气,祛残余之寒湿”,俞募原相合,以调病损之脏气。

关键词: 新型冠状病毒肺炎; 针灸 “寒湿疫”; “治神”

DOI: 10.16368/j.issn.1674-8999.2021.03.094

中图分类号: 256.1 文献标志码: A 文章编号: 1674-8999(2021)03-0453-04

Discussion on Acupuncture Prevention and Cure Strategy for COVID-19 from "Cold-Damp Epidemic"

ZHANG Xiaoqing^{1,2}, LIU Lu², XU Xiaobai², WANG Shaosong², TIAN Wei², LIU Qingquan², LI Bin²

1. Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, China 100029; 2. The Department of Acupuncture and Moxibustion, Beijing Hospital of Chinese Medicine Affiliated to Capital Medical University/Beijing Key Laboratory of Acupuncture Neuromodulation, Beijing, China 100010

Abstract: Corona virus disease 2019(COVID-19) belongs to the category of "epidemic disease", and its nature is "cold-damp epidemic". Acupuncture and moxibustion play an important role in the prevention and treatment of "cold-dampness epidemic" by regulating qi for catharsis and warming and tonifying for resolving dampness, and the thought of "governing the mind" runs through it. In terms of prevention, it can be treated by "regulating visceral qi to govern the mind, tonifying yang qi to avoid pathogenic qi". In order to achieve the purpose of regulating the qi of five zang viscera and regulating mind, the combination Shu acupoints of five zang viscera with "Sishen Fang" is used. In terms of clinical treatment, it can be treated by "purging excess of lung and large intestine, tonifying the yang deficiency of spleen and kidney". Jing and Xing acupoints are selected to purge excess, back Shu acupoints, Guanyuan(CV4) acupoint and Shenque(CV8) acupoint are selected to supplement the deficiency. In the aspect of rehabilitation, "regulating the visceral qi damaged by the disease and removing the residual cold-dampness", combining acupoints of Yu, Mu and Yuan to regulate the visceral qi damaged by the disease.

Key words: corona virus disease 2019(COVID-19); acupuncture and moxibustion; "cold-damp epidemic"; "governing the mind"

中医学将具有传染性和流行性的疾病统称为疫病^[1],其名称在不同的时期及典籍中有“疫”“疠”

“瘟疫”“温疫”“时疫”等不同。从古至今,人类经历了多次疫病,从天花、麻疹、鼠疫、霍乱、疟疾到21世纪的非典型性肺炎,直至近日正危害广大人民群众的新型冠状肺炎(简称“新冠肺炎”),严重影响了人们的生命健康和生活质量。

新冠肺炎在《新型冠状病毒肺炎诊疗方案》试

* 基金项目:国家自然科学基金专项项目(62041701); 国家中医药管理局中医药循证能力建设项目(2019XZZX-ZJ002)

行第六版中被归于“疫病”的范畴,其病因为一种新型冠状病毒。仝小林院士认为新冠肺炎属于“寒湿疫”^[2]。《温病正宗》言“疫者,毒之为害也。”新冠肺炎患者病程中亦有化毒、化热、瘀闭的表现^[3]。新冠肺炎具有较强的传染性和流行性,已纳入乙类甲管的范畴^[4]。新冠肺炎主要病位在肺、脾,与心、肝、肾相关,传变迅速,可顺传脾胃,也可逆传心包^[5]。患者临床症状主要表现为发热、干咳、乏力,轻型患者可仅表现为低热,而重型患者病程中仍可表现为中低热,甚至无明显发热,这可能与湿邪的性质相关。湿为阴邪,易袭阳位,热为湿遏,热盛毒生,湿热毒搏结而损伤肺络,进而影响其他脏腑。本文结合相关文献记载,进一步探讨新冠肺炎不同阶段的针灸防治策略,以期新冠肺炎的针灸防治提供理论依据和临床借鉴。

1 针灸在新冠肺炎防治中发挥的作用

1.1 针以调气,调气以通泻 针刺治疗疫病古代就有记载,《素问·刺法论》曰“以穷法刺,于是疫之与疠,即是上下刚柔之名也,穷归一体也。即刺疫法,只有五法,即总其诸位失守,故只归五行而统之也……假令丙寅刚柔失守……如此即天运失序,后三年变疫……当先补心俞,次五日,可刺肾之所入。”提出针刺治疗疫病以刺疫五法为主,并根据年运的变化,选取五脏相应的腧穴。《备急千金要方》亦多次提到针灸治疗疫病,并详细记载了治疗时所选穴位,如颊里穴,从口吻边入往对颊里,去口一寸,针主治黄马黄疸,寒暑温疫等病。太冲穴针灸随便,治马黄温疫等病。从古文献的记载来看,针刺对疫病的治疗有良好的临床疗效。

《灵枢·刺节真邪》云“用针之类,在于调气。”针刺一方面通过局部穴位的刺激,激发经气,通经活络,继而调节脏腑功能;另一方面亦能激发脏腑之气,从而祛除经络秽浊之气,达到调整阴阳,祛邪扶正的作用,以防治疫病。针刺调气属于“微通法”^[6],依赖于患者自身的能力和医者的手法调整阴阳失衡的状态,自身较弱的患者要衡量其调整能力而采用不同的补泻手法,从而纠正人体的失衡状态,具体到疫病可概括为调、通、泻。调者,调经络脏腑之气;通者,通毒瘀壅滞之经;泻者,泻毒瘀之邪。

1.2 灸以温补,温补以化湿 艾灸最早出现在《曹氏灸方》,并随着时间的迁移,不断地应用于各种疾病,也用于疾病的预防或保健。根据古文献的记载,艾灸已频频应用于各种疫病的治疗和预防,并取得

了良好的临床疗效。明代李时珍的《本草纲目》中便有记载“艾叶……灸之则透诸经而治百种病邪,起沉痾之人为康泰,其功亦大矣。”说明艾灸可芳香辟秽,祛除疫气,防止疫气的流行。再如“光绪二十八年,壬寅岁,仲春,阴寒霍乱之症……羊城一郡,伤人数万口,惟有先用艾灸一法,百发百中。”岭南医家治疗霍乱亦应用了艾灸之法,并认为流行性霍乱属阴寒之证,艾灸疗效甚佳^[7]。

如果说针刺疗法是一种纯粹的外治法,那么相对来说“药之不及、针之不到”的灸法就是一种外治中的内治法,灸法是一种“温通法”^[6],通过艾叶的纯阳之性可以起到预防和治疗疫病的作用。病邪和素体同气相求,寒湿体质易被寒湿邪气侵袭,灸法的温热作用不仅可改善阴寒的内环境,不利于寒湿邪气的存在,同时通过其温通作用补上焦肺气,宣畅闭郁之肺气,补中焦脾气,健湿困之后土,补下焦肾阳,强先天之元阳,调动上中下三焦之力以驱除寒湿之邪。总体而言,灸法的作用可概括为温、补、化。温者,改善阴寒之土壤;补者,提升三焦之阳气;化者,祛邪气而化湿浊。

2 针灸在新冠肺炎防治和康复中的具体应用

2.1 新冠肺炎的预防:调脏气以治神,补阳气以避邪 《素问·刺法论》提到“正气存内,邪不可干,避其毒气……邪之所凑,其气必虚。”便是告诫人们要增加自身正气,精神内守才能形神康健。中医认为,疾病发生的根本原因乃正虚邪盛,阴阳失衡^[8],疫病的发生亦是如此,邪气盛行,并非人人发病,几率完全相同,正气旺盛则相对不易发病。所谓“阴平阳秘,精神乃治”。新冠肺炎虽普遍易感,传播途径广泛,加之反常气候亦可能增加患病几率^[9],但增强人体正气,调整阴阳可有效降低新冠肺炎的感染率。《素问·刺法论》中记录了针刺治疗疫病的“刺疫五法”,认为针刺“可以折郁扶运,补弱全真,泻盛蠲余,令除斯苦”。疫病可因神失守位导致疫邪侵犯人体,提出针刺防治疫病的同时还应注意调神,并提到了全神刺法以预防疫病^[10]。“凡刺之真,必先治神,五脏已定,九候已备,后乃存针”。因此,笔者认为在新冠肺炎流行时期,不仅应做好个人防护,还应调整脏腑之气,调神补阳以御寒湿之邪。

治疗原则:调脏气以治神,补阳气以避邪。穴位主方:①调五脏之气:肺俞、脾俞、肾俞;②治神:百会、四神聪、神庭、本神、神门;③补阳气:关元、气海、

足三里。治疗方法:肺俞、脾俞、肾俞、神庭、本神、印堂、神门 根据脏腑辨证施以对应的补泻手法,毫针留针 30 min;足三里、关元、气海灸 3~7 壮,以皮肤红晕为度;四神聪悬灸 30 min。

在重大疫情影响之下,疫戾之气易影响神机,耗伤脏腑气血,亦可见精神不振、意志薄弱,此时神失其机,难以内守,一方面平时微小的情绪波动,即可扰乱气机、脏腑气血乱动;另一方面,神失其守,亦影响人体正气,正气薄弱,邪气侵袭则无力抵御,易感受疫戾之气。而此次新冠肺炎的流行,同样易影响脏腑之气和心神,而且个体对疫情的过度关注以及担忧,则亦出现“应激异常”^[11],此时不仅易出现心理上的异常,而且易导致形体疾病,增加感染的几率。因此,调脏腑之气以调神,才能更好地预防疫病的流行。

2.2 新冠肺炎的治疗:泻肺和大肠之有余,补脾和肾之阳虚 《素问·五行运大论》记载“气有余,则制己所胜而侮所不胜;其不及,则己所不胜,侮而乘之,己所胜,轻而侮之。”《黄帝内经》中提到针刺防治疫病是以疫病的五行属性为切入点,分析其“太过”与“不及”,再施以针刺补泻手法,“补其不足”“泻其有余”。一则针刺与精神、调护等方面相结合,顾护疫病未犯将犯之脏气,防治疫病的进一步五脏传变;一则根据五行属性泻疫病所犯脏腑五行之本经本穴,从五行角度分析疫病,以五行之法针刺防治疫病。对于此次新冠肺炎,笔者认为可通过针灸疗法调整脏腑以调体质,同时祛除寒湿之邪。

治疗原则:泻肺和大肠之有余,补脾和肾之阳虚。 穴位主方:①泻肺与大肠之有余:少商、商阳、鱼际、天枢、丰隆;②补脾肾之阳虚:脾俞、肾俞、关元、神阙;③治神:百会、神庭、本神、神门、四神聪。治疗方法:少商、商阳、鱼际火针点刺,深度 1~2 mm;天枢、丰隆毫针捻转泻法;脾俞、肾俞、关元、神阙可艾炷灸 3~7 壮或隔姜灸 3~7 壮,以皮肤温热红晕可耐受为度;百会、神庭、本神毫针平补平泻,所有毫针留针 30 min。

中国针灸学会提出的《新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意见(第二版)》^[12]中提到“疫戾之气从口鼻而入,大多首先犯肺,累及脾胃大肠,因此可从肺脾论治。”新冠肺炎属于“寒湿疫”,但在疾病发展过程中可出现化热、化毒、瘀闭等现象。患者出现发热、干咳等类似感冒症状,乃肺热之征,而肺与大肠相表里,因此可同时泻肺和大肠之热毒瘀,根据五输穴的特性,井穴具有宁神泻热、泻实祛邪的作用,

“病在于脏者取之井”,当脏腑功能失调时可采用井穴治疗,同时井穴为十二经脉交接处,因此火针点刺肺经井穴少商和大肠经井穴商阳能起到很好的通泻脏腑之热,疏通经络之瘀的作用。《难经》云“荣主身热。”阴荣属火,一切热证均可用此来治疗,阳荣属水,水可制火,亦可治疗火热之证,因此采用肺经荣穴鱼际以泻肺热。新冠肺炎患者属于寒湿性质,除可表现为肺热之外,还表现为脾肾阳虚而寒,患者在发病过程中可有腹泻表现,而本身体质偏寒偏阳虚者更易感受寒湿之邪,因此选用脾肾相关的背俞穴以及关元、神阙等以灸法温补脾肾之阳,调节脾胃功能以调体质,阳虚明显的患者可加大灸量或采用督灸的方法大补阳气。此外仍应配合针刺调神,以调理惊恐所致的气机逆乱。

2.3 新冠肺炎的康复调护:调病损之脏气,祛残余之寒湿 叶天士《温热论》言“恐炉烟虽熄,灰中有火也,须细察精详,方少少与之,慎不可直率而往也。”疫病恢复期,毒邪虽已去大半,但仍有余邪未清,此时人体正气虚弱,恐余邪死灰复燃。因此康复期的调护极为重要。笔者认为应以帮助恢复肺脾功能,增强人体正气,同时清除余毒,防止疫毒复袭。

治疗原则:调病损之脏气,祛残余之寒湿。 穴位主方:①调病损之脏气:肺俞、中府、太渊、脾俞、章门、太白、神阙、命门;②祛残余之寒湿:阴陵泉、丰隆;③治神强正:百会、神庭、四神聪、本神、神门。治疗方法:肺俞、中府、太渊、脾俞、章门、太白毫针补法;阴陵泉、丰隆毫针泻法;百会、神庭毫针平补平泻或温和灸;四神聪、本神、神门平补平泻,毫针留针 30 min;神阙和命门温和灸或隔盐灸以恢复阳气。

恢复期正气未复,邪毒已弱,正邪虽不再激烈交争,但邪气仍有复袭之可能,此时若正气无法恢复,余邪可能再次袭扰或携其他邪气共同侵袭人体,因此应以调整病损之脏气为主,同时祛除残余之寒湿,防止致病邪气复来。而俞募穴是脏腑之气汇聚于背腰及胸腹部的腧穴^[13],既能反映脏腑之气的盛衰,亦能通过俞募穴的刺激而起到调节脏腑之气的作用;原穴是脏腑原气留止的部位^[14],主治脏腑疾病。因此应用俞募原相合,以调病损之脏气。湿性重浊黏滞,病邪虽弱,但仍需彻底清除,因此用三阴交、丰隆穴除湿驱邪。《本草正》曰“艾叶,能通十二经脉,而尤为肝脾肾之药,善于温中、逐冷、除湿。”因此结合艾灸之法,通过其温补作用以祛除残余之寒湿。

3 结语

针灸在“寒湿疫”的防治中发挥了“调气以通泻、温补以化湿”的作用,具体表现在预防方面“调脏气以调神,补阳气以避邪”;治疗中“泻肺和大肠之有余,补脾和肾之阳虚”;康复中“调病损之脏气,祛残余之寒湿”。本文亦将“治神”思想贯穿其中。首都国医名师周德安教授善用“四神方”(百会、四神聪、神庭、本神、神门),认为神是脏腑生理功能、病理状态的重要外在表现,提出“治病先治神”的学术观点^[15-16]。针刺的重点在调气,调神是通过针刺调气实现的,神安气定有利于恢复脏腑功能。针刺通过手法的实施来实现补泻的功效,艾灸的重点在温,通过艾叶的温热之性实现温补,二者的着眼点在于增强人体自身的调整能力,从而达到阴平阳秘。现代研究表明,针刺可通过对腧穴的刺激起到抗炎、抗感染作用,增加抗炎因子,而艾灸可改变病菌生长环境,起到消毒杀菌的作用,二者相辅相成,共同作用激发人体自身抗病能力,提高免疫力^[17]。亦有学者认为,针灸可能通过胆碱能抗炎通路等对新冠肺炎起到全身和局部的抗炎效应,改善淋巴细胞亚群紊乱,调节机体免疫,减少炎症反应,改善患者机体状态,并且对内脏器官具有一定的保护能力,在疾病恢复期亦可起到修复受损脏器的作用^[18]。本文就针灸疗法在新冠肺炎的预防、治疗及康复调护中的作用提出个人见解,期望能为新冠肺炎的针灸防治提供理论依据和临床借鉴。

参考文献:

- [1] 吕沛宛,王赛男,唐祖宣. 艾灸早期介入防治新型冠状病毒肺炎可行性分析[J]. 中医学报, 2020, 35(3): 473-476.
- [2] 全小林,李修洋,赵林华,等. 从“寒湿疫”角度探讨新型冠状病毒肺炎的中医药防治策略[J]. 中医杂志, 2020, 61(6): 465-470, 553.
- [3] 薛艳,张炜,张兴,等. 从“毒损肺络”探究新型冠状病毒肺炎的病机及诊疗思路[J]. 上海中医药杂志, 2020, 54(5): 19-23.
- [4] 国家卫生健康委员会,国家中医药管理局. 新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第六版)[J]. 中国感染控制杂志, 2020, 19(2): 192-195.

- [5] 鲁海,胡赫其,胡佳慧,等. 基于中医药防治新型冠状病毒肺炎实践论中医思辨体系[J/OL]. 医学争鸣: 1-8 [2021-01-03]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/61.1481.R.20201224.1134.006.html>.
- [6] 王迷娜,赵洛鹏,刘璐,等. 浅谈“病多气滞,法用三通”[J]. 中医杂志, 2020, 61(6): 546-549.
- [7] 李永宸,赖文. 针灸除疫,绩载史册: 岭南医家针灸治疗鼠疫、霍乱的贡献[J]. 中国针灸, 2004, 24(12): 873-875.
- [8] 赵宗辽. 阴阳平衡是中医把握疾病的思维核心[J]. 中医药导报, 2015, 21(12): 1-3.
- [9] 张萌萌,吴琪,张新雪,等. 基于《温疫论》理论探讨新冠肺炎的辨证施治方法[J]. 中国实验方剂学杂志, 2020, 26(13): 25-31.
- [10] 黄玉燕,胡镜清,卢红蓉,等. 《黄帝内经》疫病发病与防治理论概述[J]. 中国中医基础医学杂志, 2020, 26(4): 421-423, 429.
- [11] 莫慧,王挺,皮璐,等. 重大疫情对神的影响及调神干预“四策”: 以新型冠状病毒肺炎为例[J]. 上海中医药杂志, 2020, 54(5): 15-18.
- [12] 石学敏,全小林,孙国杰,等. 新型冠状病毒肺炎针灸干预的指导意义(第二版)[J]. 中国针灸, 2020, 40(5): 462-463.
- [13] 王诗妍,李瑞星,徐萍萍,等. 俞募配穴的作用机制及临床应用研究进展[J]. 世界中西医结合杂志, 2019, 14(12): 1764-1767.
- [14] 卢梦叶,徐天成,顾一煌. 原穴应用于脏腑诊断的理论探析[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(7): 3575-3577.
- [15] 徐俊峰,杨远滨,许世闻,等. 周德安针灸治神理论在小儿发育迟缓中的应用[J]. 北京中医药, 2018, 37(3): 230-231.
- [16] 杨远滨,周德安. 周德安治神学术思想对现代临床治疗的启迪[J]. 中国中医基础医学杂志, 2019, 25(2): 216-219.
- [17] 何伟,石啸双,张知云,等. 从针灸对免疫炎症反应的调节探讨针灸防治新型冠状病毒肺炎的作用途径[J]. 中国针灸, 2020, 40(8): 799-802, 809.
- [18] 李香淑,鲁海,胡赫其,等. 针灸防治新型冠状病毒肺炎可能的作用机制探讨[J/OL]. 医学争鸣: 1-8 [2021-01-02]. <http://kns.cnki.net/kcms/detail/61.1481.R.20200415.1815.002.html>.

收稿日期: 2021-01-14

作者简介: 张小青(1994-),女,河北邢台人,硕士研究生,研究方向: 针刺治疗头面痛的机制和临床研究。

通信作者: 李彬(1974-),女,医学博士,主任医师,硕士研究生导师。E-mail: libin@bjzhongyi.com

编辑: 纪彬