

崔云身心同调治疗男性更年期综合征临床经验

徐新宇¹ 指导：崔云²

1. 浙江中医药大学第三临床医学院, 浙江 杭州 310053
2. 浙江中医药大学附属宁波中医院, 浙江 宁波 315010

[摘要] 崔云教授认为, 天癸衰竭、肾脏虚衰是男性更年期综合征的根本病机, 水不荣木、肝气郁结是本病的关键病机, 应重视生理和心理双重诊治。其治身之法包括肝肾同补以益虚损、滋肾疏肝祛邪以调气血, 选方用药精当; 其治心之法主要通过言语疏导、运动减压等方式调畅情志。

[关键词] 更年期综合征; 男性; 身心同调; 肝肾同源; 滋肾疏肝祛邪; 崔云

[中图分类号] R249.2 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2023) 06-0219-04

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2023.06.046

Clinical Experience of CUI Yun Treating Male Climacteric Syndrome by Recuperating Body and Mind

XU Xinyu Instructor: CUI Yun

Abstract: Professor CUI Yun holds that the exhaustion of the tenth heavenly stem and the kidney failure is the fundamental pathogenesis of male climacteric syndrome, and water failing to nourish wood and binding constraint of liver qi are the core pathogenesis, therefore, both physiological and psychological diagnosis and treatment should be emphasized. The treatments for the body include supplementing the liver and kidney to resolve deficiency and consumption, and nourishing the kidney, soothing the liver and eliminating pathogen to regulate qi and blood; the chosen of prescription and medication should be accurate and appropriate. As for the mind, it is mainly to regulate emotions through verbal persuasion and decompressive exercises.

Keywords: Climacteric syndrome; Male; Recuperation of body and mind; Liver and kidney are from the same source; Nourish the kidney, soothe the liver and eliminate pathogen; CUI Yun

男性更年期综合征是男性从中年向老年期过渡时, 由于机体逐渐衰老, 内分泌功能尤其是性腺功能减退, 性激素调节紊乱而出现的一组临床症状群, 主要表现为精神、心理症状及性功能障碍等^[1]。有报道指出, 近半数中老年男性会出现不同程度的更年期综合征症状^[2]。其发病机制可能与性腺功能减退、雄性激素水平下降及受体表达异常有关^[3]。崔云系全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师,

浙江省名中医, 从事中医男科临床、教学及科研工作四十载, 积累了丰富的男科疾病诊治经验。崔云教授认为, 天癸衰竭、肾脏虚衰是男性更年期综合征的根本病机, 水不荣木、肝气郁结是本病的关键病机, 应重视生理和心理双重诊治, 形成了独具特点的身心同调法。其治身之法包括肝肾同补以益虚损, 滋肾疏肝祛邪以调气血, 理法丰富, 选方用药精当; 其治心之法主要通过言语疏导、运动减压等

[收稿日期] 2022-07-11

[修回日期] 2022-12-06

[基金项目] 全国名老中医药专家传承工作室建设项目 (国中医药人教函[2022]75号); 浙江省中医药科学研究基金项目 (2022ZB337, 2022ZB311); 浙江省中医药科技计划项目 (2023ZF161, 2023ZF042); 宁波市中医医学重点学科建设计划 (2022-Z04, 2022-Z05)

[作者简介] 徐新宇 (1997-), 男, 硕士研究生, E-mail: 2377402208@qq.com。

方式调畅身心。兹将崔云教授身心同调治疗男性更年期综合征的临床经验介绍如下。

1 病因病机

1.1 天癸衰竭、肾脏虚衰是根本病机 男性更年期综合征归属于中医学郁证、脏躁、虚劳等范畴,临床表现为不同程度的勃起功能障碍、性欲低下、记忆力减退、认知功能下降、失眠、抑郁、潮热、心烦、易怒、疲劳等。本病好发于中老年男性,40岁之后罹患本病的概率较高^[4]。《素问·上古天真论》曰:“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,肾脏衰,形体皆极。八八,则齿发去。”认为男性自40岁之后,天癸渐衰,阳气匮乏,机体衰老。《千金翼方》云:“人年五十以上,阳气日衰,损与日至,心力渐退,忘前失后。”由此“心无聊赖,健忘嗔怒,情性变异,食饮无味,寝处不安”,与男性更年期综合征的典型症状相同,认为其本质在于机体阳气衰弱。崔云教授指出,从本病的年龄特点来看,与《黄帝内经》描述的肾气衰竭的时间节点一致,系列症状的产生皆与此相关,因此天癸衰竭、肾脏虚衰是导致本病产生的内在基础。现代社会人们工作压力增大、作息和饮食不规律、熬夜较多,或性观念开放,泄精过早、过频,感染性病,加上各种消耗性疾病的高发生率,抗生素等损伤阳气药物的广泛使用等,皆加剧了机体的损伤,使男性更年期综合征的发生呈现提前的趋势。

1.2 水不荣木、肝气郁结是关键病机 崔云教授指出,如《灵枢·经脉》所云:“肾足少阴之脉……其直者,从肾上贯肝膈。”肝肾之间借助经络相连,保证了肾精肝血互化、肾水肝木相生、肝肾间阴阳互资互制和藏泄互用等。肝具有“体阴而用阳”的生理特点,“体阴”表现为肝储藏阴血,“用阳”体现为肝气借升发之性带动一身气机运行,保证各部精微运行无碍,荣养五脏六腑、四肢百骸。而一旦男性步入中老年,肾脏渐衰,则肾精不荣肝血而致肝阴不足,肾水不能濡养肝木而致升发不及,郁滞于下,各部气血运行亦不得畅通,湿热、痰、瘀诸邪亦随之而生,阻滞于机体各部,阻碍气血运行,使得气机不通。有学者认为“肝肾同源于脑”,主张将肾虚定位到下丘脑,而肝病证候的出现与大脑皮层的功能紊乱密切相关^[5]。《素问·六微旨大论》言:

“出入废则神机化灭,升降息则气立孤危。故非出入,则无以生长壮老已;非升降,则无以生长化收藏。”肾精、肝血不足,肝气升发不及,则肝郁不疏、气血失和、脑髓失养,出现记忆力减退、认知功能下降、失眠、抑郁等症状;肾精虚衰则性功能下降,肾阴匮乏则潮热不适,肝郁生热则心烦、易怒等。因此,崔云教授指出,上述系列症状出现的本质即为天癸衰竭、肾脏虚衰,肾脏不能濡养肝木、助其升发,导致肝气郁结。现代医学认为,下丘脑-垂体-性腺轴归属于中医学肾的范畴,中老年男性睾丸体积逐渐缩小,这一生物轴的功能也逐渐衰退,致体内雄性激素水平逐渐降低。研究表明,血清睾酮水平与机体抑郁、焦虑情绪呈负相关,因此肝气郁结证勃起功能障碍患者容易出现精神疾病相关症状^[6]。此外,随着现代社会人们压力增大,负性情绪愈多,容易引发肝气郁结,长久、持续的压力可影响神经-内分泌-免疫网络,导致自主神经功能紊乱,引发生理和心理的双重异常^[7]。因此,治疗本病应以补肾虚为本,重视肝血不足、肝气郁结病机,兼顾患者的心理变化。

2 治疗特色

2.1 肝肾同补以益虚损 男性更年期综合征以肾脏虚衰为本,治疗当以补肾为主,又因肝肾同源,肾精亏虚不养肝血亦可致肝血不足,补益肝血能濡养肾精,故治当兼顾补肝。崔云教授指出,如《灵枢·经筋》所云:“足少阴之筋……并太阴之筋而上循阴股,结于阴器。”肝肾相连,并借助经络与肺脾相连,两者皆受脾胃运化的水谷精微濡养,后天之本为肝肾精血互化、功能协调提供了原动力。因此治疗本病应补益肝肾,且不忘补脾。六味地黄汤是崔云教授治疗男性更年期综合征的常用基础方,此方肝、脾、肾三脏兼顾,重在补肾,切中本病的根本病机。肾精不足甚者,可加二至丸、左归丸、五子衍宗丸等;肝血不足、目视昏花、爪甲不荣者,加当归、生白芍、熟地黄等;兼气虚乏力者,加黄芪、党参等,其中黄芪尤善补肝气,临证运用广泛;兼气阴两虚者,配伍生脉散,加百合、石斛、天冬等;兼脾虚不运、食积不化者,加四君子汤、生山楂、生谷芽、生麦芽和鸡内金等,其中生谷芽、生麦芽健脾疏肝,能切中因虚致郁的病机特点,崔云教授喜用生谷芽、生麦芽各60g;肾气不

足、畏寒怕冷者，加附子、桂枝、丁香、淫羊藿等，用量3~10g，补阳平和而不峻烈；如虚证之中有郁滞之变，可配伍柴胡、香附、合欢皮等解郁之品。

2.2 滋肾疏肝祛邪以调气血 崔云教授指出，针对男性更年期综合征，肝郁的形成主要有2个原因，而其衍变也有2个主要方向。原因之一在于肾脏虚衰，肾精、肾阴不足，肾水亏耗而木不得生，肝木升发受限而郁滞于下，此属生理因素的影响；原因之二在于长期、持久的压力导致患者出现焦虑情绪，此时肝郁并非虚证所致。不论何种原因，最终皆形成肾虚肝郁的复合证型。而肝郁形成之后，衍变之一在于气机不通、阻碍了肝肾间的精血互化，或者肝郁化火，进一步灼伤肾阴，加重肾虚；衍变之二在于气机郁滞影响机体水液和阴血的代谢，导致痰、湿、瘀、热邪形成，诸邪进一步阻滞气机，形成恶性循环。因此，崔云教授认为，滋肾疏肝祛邪法是男性更年期综合征的治疗总则，但可将其细分为滋肾、疏肝、祛邪3个方面进行单独考虑，而后根据辨证进行组合。

滋肾主要在于补益肾水，除用六味地黄汤外，崔云教授亦常使用一贯煎化裁，此方以生地黄为君，大补肾水，配伍北沙参、枸杞子、麦冬增强滋补阴液之效，当归养肝和血，川楝子疏肝泄热。考虑川楝子的毒性，崔云教授常去此药，使得本方更偏滋阴。

疏肝之法，崔云教授善用柴胡类方，包括四逆散、柴胡疏肝散、柴胡加龙骨牡蛎汤、小柴胡汤、逍遥散等，上述诸方均以柴胡为君，以疏肝理气解郁为共同功效。腹胀、矢气多及下焦不适为主者用四逆散，其中枳实可开下焦郁结；胸胁胀满、暖气者用柴胡疏肝散，其中枳壳可宽胸理气；焦虑情绪严重、惊恐、神志不安者用柴胡加龙骨牡蛎汤，其中龙骨、牡蛎可重镇安神；情绪低迷、孤独落寞、心情烦躁者用小柴胡汤，以应《伤寒论》第96条描述的“胸胁苦满，默默不欲饮食，心烦喜呕”，其中“默默”表现出情绪的低迷、孤独，而“苦满”“心烦”则表达出周身不适、心情烦躁之意。兼见喉间异物感者，加半夏厚朴汤化痰理气；痰热内扰致失眠多梦者，配温胆汤清热宁神。肾阴亏虚证为主者，可用一贯煎加柴胡、黄芩、郁金、香附、合欢皮等疏肝之药；肝郁为主者，以柴胡类方加生地

黄、百合、麦冬等滋阴之属；阴虚、肝郁并重者，则采用一贯煎合柴胡类方治疗。

祛邪之法，分邪治之，如湿盛者加生白术、茯苓、山药等；痰盛者加浙贝母、制半夏、竹沥、竹茹等；热盛者加栀子、黄芩、牡丹皮、大黄等；瘀重者加当归、川芎、桃仁等。整体以滋阴疏肝为要，根据阴虚和肝郁程度的不同分别选择方药，再根据合并实邪的不同配以祛邪药，标本兼顾。

2.3 言语疏导以调畅情志 崔云教授深谙心理因素对本病形成和治疗的影响。首先，他认为导致本病多发且发生年龄提前的主要诱因是精神压力过大，尤其是以脑力劳动为主者，在日常工作中的精神压力大，难以放松，日复一日，导致疾病形成；其次，患者自身可能具有患得患失、容易紧张焦虑、追求完美、易过度思考的性格，使得其在日常工作、生活中，不断为自己增加无形的压力，当遇到突发事件或较大精神打击时情绪容易崩溃；最后，若患者既往情绪稳定，近期突然或逐渐出现情绪低迷、自觉孤独、睡眠障碍、莫名疼痛、对以往感兴趣的东西失去兴趣、喜欢独处、不喜社交等，除天癸渐衰的身体原因外，更可能是突遇变故、精神受到刺激而见男性更年期综合征。

心理的慰藉与引导在本病的治疗上极为关键，情志畅快、精神放松有助于生理症状的改善。面对患者的异常状态，崔云教授先查患者的性激素水平，排除睾酮偏低等生理因素后，常与其耐心交谈，了解其生活、工作压力，获取患者的信任，从交谈中发现患者的性格特点，引导其回忆近期生活中的变故，使其能够敞开心扉，提高医患沟通的效率。对于情绪紧张者，崔云教授多引导其畅聊家乡语言、风俗和饮食特色等，寻求医患间的共同话题，以缓解其紧张、焦虑情绪。发现问题后，耐心为患者制订下一步治疗方案，嘱其可通过饭后慢跑、快走、游泳等方式运动减压，并适度晒太阳，外出旅行、散步，睡前喝牛奶等。助其树立积极心态，嘱患者在生活上形成规律，接触新事物，以摆脱低迷情绪，寻找新的生活目标。

3 病案举例

患者，男，59岁，2020年4月6日初诊。述勃起不坚半年余，伴性欲低下，头晕耳鸣，胸胁胀闷不适、偶有刺痛，腰酸疲劳，口干，腹胀，矢气较

多,近2年来记忆力明显下降,入睡困难,常有夜间汗出,感觉心情烦躁、孤独,对任何事物提不起兴趣,食欲减退,大便偏干,2~3天1次,夜尿2次左右,舌质红、有瘀斑、舌下脉络色暗、苔薄黄,脉弦。浙江中医药大学附属宁波中医院查性激素示:雌二醇59.70 pg/mL,促卵泡生成素7.08 mIU/mL,睾酮1.60 ng/mL,泌乳素9.88 ng/mL,黄体生成素11.36 mIU/mL。生化全套基本正常。西医诊断:男性更年期综合征,勃起功能障碍。中医诊断:郁证,阳痿,辨证为阴虚肝郁证。治法:滋肾疏肝,行气活血。用一贯煎合小柴胡汤加减治疗。处方:生地黄、麦冬、枸杞子、当归、黄芩、党参、百合各15 g,川芎、北沙参、五味子各10 g,制半夏9 g,柴胡8 g,生甘草6 g,大枣15枚。7剂,每天1剂,水煎服,早晚分服。嘱其放松心情,适度锻炼。

2020年4月13日二诊:自述疲劳、口干、胸胁胀闷和夜间汗出好转,性欲改善不明显,余症仍存。前方去北沙参,加远志10 g。14剂,煎服法同前。

2020年4月27日三诊:查性激素显示,雌二醇46.10 pg/mL,促卵泡生成素10.65 mIU/mL,睾酮3.10 ng/mL,泌乳素8.16 ng/mL,黄体生成素8.27 mIU/mL。前症继续好转,头晕耳鸣、心烦、失眠改善,性欲有所提升,勃起一般,夜尿无,考虑原先的夜尿为失眠所致。二诊方去当归、党参,加生谷芽、生麦芽各60 g,白芍15 g。14剂,煎服法同前,嘱患者晚8时后少饮水。

2020年5月11日四诊:诸症皆有改善,勃起尚可,食欲提升,大便软,每天1次。三诊方加刺蒺藜15 g。14剂,煎服法同前。而后继续以此方加减治疗,半年后随访,症状平稳未加重。

按:本案患者年近六旬,天癸衰竭,肾脏虚衰,查性激素提示睾酮偏低,而雌二醇和黄体生成素偏高,性激素水平紊乱,结合其性欲减退、勃起不佳、失眠、记忆力减退等症状,可判定为男性更年期综合征。结合症状及舌脉象,辨为阴虚肝郁

证,且兼有瘀邪,治疗当滋阴疏肝同用,并配合活血药物。采用一贯煎去川楝子滋补阴液,小柴胡汤和解少阳,疏肝解郁,配百合滋阴、解郁、安神,川芎配合当归活血化瘀,五味子宁心、补肾、安神。诸药合用可滋阴疏肝,兼活血安神。二诊时,药中病机,数症改善,口干好转,去北沙参,加远志以安神助眠。三诊去当归、党参之补益,加生谷芽、生麦芽、白芍,重在疏肝、柔肝,使得气机畅达,意在解除肝气之郁结。四诊诸症向愈,因恐久病多瘀、年老多瘀,且郁滞之症短期难以完全解除,故加刺蒺藜增强解郁活血之效。前后治疗不足3个月,症状即得到平稳控制。

4 结语

崔云教授对男性更年期综合征的诊治具有丰富经验,他认为天癸和肾气衰竭是疾病发生的根本,在此基础上形成的肝郁状态,以及现代社会人们压力增大所导致的肝郁不疏是形成疾病典型症状的关键。以肝肾同补、补肾疏肝的治身之法,以及言语疏导的治心之法,身心同调,使得本病治疗效果大大提升,为临床辨治男性更年期综合征提供借鉴。

[参考文献]

- [1] 王琦. 王琦男科学[M]. 郑州:河南科学技术出版社,2007:806.
- [2] 郭应禄. 郭应禄男科学[M]. 2版. 北京:人民卫生出版社,2019:1017.
- [3] 李宏军. 进一步关注男性更年期综合征的诊治与研究[J]. 中华全科医师杂志,2017,16(6):417-420.
- [4] 袁淑艳,熊焰. 从肝论治男性更年期综合征[J]. 中医药临床杂志,2020,32(3):453-455.
- [5] 李瀚旻,张六通,邱幸凡. “肝肾同源于脑”与肝肾本质研究[J]. 中医杂志,2000,41(2):69-71.
- [6] 高松占,杨险峰,刘杨青,等. 肝气郁结证男性勃起功能障碍患者情绪与性激素相关性研究[J]. 山西中医药大学学报,2022,23(3):204-208.
- [7] 徐新宇,吴静,应志康,等. 重视情志引导,博施柴胡类方——崔云教授身心同调法治男性郁证经验探骊[J]. 成都中医药大学学报,2021,44(3):15-19.

(责任编辑:刘迪成)