

基于“少阳主枢”理论探讨2型糖尿病防治

张慧, 张玉福, 任秋月, 许趁意, 冯志海

河南中医药大学第一附属医院, 河南 郑州 450003

[摘要] 少阳作为承接内外之枢机, 与人体气机升降、津液的输布、脏腑功能平衡均有着密切联系。2型糖尿病的主要病机为气机不畅、湿热内阻、阴津亏损、脏腑功能虚衰, 根据病程发展可分为郁、热、虚、损4个不同阶段。若少阳枢机不利, 可致气机升降失常、津液不循常道、脏腑功能失调。在“少阳主枢”理论指导下, 运用和解少阳之法, 调理气机及津液运行、改善脏腑功能, 可达到防治2型糖尿病的目的。

[关键词] 2型糖尿病; 少阳主枢; 防治

[中图分类号] R255.4 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 0256-7415 (2025) 04-0139-05

DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2025.04.028

Prevention and Treatment of Type 2 Diabetes Mellitus Based on Theory of "Shaoyang Governing the Pivot"

ZHANG Hui, ZHANG Yufu, REN Qiuyue, XU Chenyi, FENG Zhihai

The First Affiliated Hospital of Henan University of Chinese Medicine, Zhengzhou Henan 450003, China

Abstract: As a pivot who undertakes internal and external affairs, shaoyang is closely related to the rise and fall of the human body's qi movement, the distribution of body fluids, and the balance of organ functions. The main causes and pathogenesis of type 2 diabetes mellitus are qi movement blockage, internal obstruction of dampness and heat, loss of yin and fluid, and deficiency of viscera function. According to the development of the disease, it can be divided into four different stages: depression, heat, deficiency, and injury. If the shaoyang pivot is not favorable, it can lead to abnormal qi movement, abnormal circulation of body fluids, and dysfunction of internal organs. Under the guidance of the theory of "shaoyang governing the pivot", the purpose of preventing and treating type 2 diabetes mellitus can be achieved by using the method of reconciling shaoyang to regulate the qi movement and body fluid circulation and improve the function of viscera.

Keywords: Type 2 diabetes mellitus; Shaoyang governing the pivot; Prevention and treatment

2型糖尿病在糖尿病人群中占比超过90%, 是动脉粥样硬化的独立危险因素, 易并发各种血管病变, 是心脑血管疾病的高危因素之一^[1]。因此, 如何有效防治2型糖尿病是当今社会急需解决的问题。现代医学治疗2型糖尿病多使用西药, 如双胍类、糖苷酶抑制剂、磺脲类等口服降糖药以及胰高血糖素样肽-1

受体激动剂(GLP-1受体激动剂)和胰岛素, 这些西药多针对血糖本身, 对于视物模糊、肢体麻木、多尿等临床症状的改善不明显。中医药在降低2型糖尿病患者血糖的同时, 亦可有效改善临床症状^[2]。笔者根据临床实践, 认为2型糖尿病的病因病机为气机失调、阴精亏损、燥热偏盛、脏腑功能失调。结合少

[收稿日期] 2024-07-28

[修回日期] 2024-11-17

[基金项目] 国家自然科学基金青年项目(82305019)

[作者简介] 张慧(1989-), 女, 博士, 主治医师, E-mail: 757350090@qq.com。

[通信作者] 冯志海(1964-), 男, 教授, 主任医师, E-mail: 13607649136@163.com。

阳具有调理气机升降、调整脏腑功能、调节津液运行的作用,本研究以“少阳枢机”理论为着眼点,探讨中医防治2型糖尿病的优势。

1 少阳为枢理论内涵

《说文解字》记载“枢,户枢也”,户枢即门开合的关键部位,又有控制、调整的功能。这一观点在医学古籍中也早有论述,首见于《素问·阴阳离合论》:“太阳为开,阳明为阖,少阳为枢。”就少阳枢机的生理功能而言,大多数医家认为少阳处于半表半里的位置,是用于调节阳明、太阳阳气开阖的关键所在。所以,枢机可连接表里,是人体阳气增减与分布的枢纽。

1.1 少阳为气机升降之枢 少阳经主管肝胆与三焦,足少阳胆经具有升发气机、通畅气血的功能,主要负责疏泄全身气血,使其散布于全身,发挥温煦作用。肝与胆相为表里,共同主宰气机升发与疏泄,以此调控人体气机升降出入。再则原气是生命活动的原动力,而三焦为原气之别使,能掌管人体诸气,气机以少阳三焦为枢,畅达上下,连通表里。故在《中藏经》中亦总结:“三焦者……总领五脏六腑,荣卫经络,内外左右上下之气也。”说明三焦为五脏六腑之枢纽,脏腑清浊之气依靠三焦的功能实现上通下达,为气机升降的关键所在。由此可见,人体气机升降运动能够正常运行,其根本在于肝胆气机及三焦气道的通畅。倘若肝胆疏泄失常或三焦阻塞不通,引发气机升降失衡,则少阳枢转异常,进而诱发疾病。

1.2 少阳为津液运化之枢 人体津液代谢和运化需三焦提供通道,以保持运行通畅。如《难经·三十一难》载:“三焦者,水谷之道路,气之所终始也。”《素问·灵兰秘典论》曰:“三焦者,决渎之官,水道出焉。”表明古代医家很早就认识到三焦是津液代谢的场所,手少阳三焦发生病变可对全身津液的输布产生不利影响,导致小便不利、口渴、水肿等不适症状出现。再则手、足少阳经协同作用,津液的生成和代谢才能顺利进行,若手少阳三焦功能异常,可导致主气失司、水道不通;足少阳胆失疏泄,致使阳气无法宣发,气机不畅而发生水液停滞,会导致津液的生成及代谢失常。可见少阳为人

体津液生成及代谢的枢纽。

1.3 少阳与脏腑的关系 手少阳三焦经是经络系统中的一部分,而脏腑三焦是对人体生理功能和部位的划分。两者相互联系,共同维持着人体的正常生理功能。少阳所涵盖的主要脏腑包括肝、胆及三焦,并与其他各脏腑密切联系。一是在经络循行上,手少阳三焦经进入缺盆,在膻中部位进行分散,并与心包相联络,后向下穿过膈。同时,手太阴肺经从中焦起始,向下络大肠,还循胃口,后向上穿过膈而与肺相连属。此外,手太阴肺经与手、足少阳经在膈上联络,通过入缺盆、下胸中、布膻中等方式与肺相连,这是少阳胆、三焦与肺功能上相互沟通的桥梁。二是在生理功能上,少阳三焦与肺在气、水的运行上相互协作。故少阳与肺密切相关。

足少阳络肝属胆,脾胃功能的正常运行,如脾运化津液、胃腐熟受纳水谷的功能均依赖于肝胆的疏泄。李东垣在《脾胃论》中论述:“胆者,少阳春生之气,春气升则万化安。故胆气春生则余脏从之。”春气一旦上升,万事万物的变化就能安定,因而胆气在春季得以升发,其他脏腑就会跟从,进而激发其他脏腑的功能^[3]。另,《医学求是·血证求原论》中的论述表明枢轴产生运动,使得中气能够运转,脾的升清和胃的降浊要依靠少阳的转枢功能^[4]。这说明少阳之气对脾胃升清降浊功能起关键作用。故少阳与脾胃关联密切。

相火的本质是人体阳气,其来源于肾和命门,寄附于少阳三焦。少阳三焦经能够上下贯通、内外连接、表里相通,是相火输布的主要途径。相火经少阳三焦经在身体中运行,实现温煦脏腑经络、推动脏腑气化的作用。由此可见,少阳与肾联系紧密。

2 少阳枢机与2型糖尿病病因病机的相关性

2型糖尿病归属于中医学消渴病范畴。关于消渴病的病因,历代医家有着相对统一的认识,包括饮食失节、情志失调、禀赋不足及劳欲过度等。其病机在于阴津损耗,体内燥热之气盛行,阴虚是发病之本,燥热是其外在表现,病变常会累及五脏六腑,以肺、脾、胃、肾为主。现代临床医家根据前人的经验,在临床实践基础上,又提出了诸如郁热内阻、痰湿阻滞、气机疏泄失常、邪气潜伏于三焦等病机。

全小林根据糖尿病患者体型的不同,将本病分为肥胖型和非肥胖型,根据疾病发展过程,进一步分为郁、热、虚、损4个阶段,并提出郁热内阻是糖尿病前期及早期的主要病因^[5]。黎又乐等^[6]认为2型糖尿病多由伏邪所致,邪气内生,伏藏于三焦膜系之中,损耗阴血,使得内通性的膜系变得软弱,外通性的膜系产生阻塞,进而引发本病。吕仁和教授将本病分为脾瘴期、消渴期、消瘴期,其认为消渴期是因脾瘴期脾气受损,导致脾的运化功能失常,中焦气机受阻,津液无法正常输布而停滞于脾,久而化热,郁热伤津而为消渴^[7]。总之,2型糖尿病的病因病机与气机不畅、津液输布异常、脏腑功能失调均有一定的相关性,而这些致病因素又与少阳枢机功能相关,所以少阳枢机不利与2型糖尿病的发生密切相关。

2.1 气机不畅 气机不畅是消渴发病的关键原因之一,正如《灵枢·五变》曰:“怒则气上逆,胸中蓄积,血气逆留,臆皮充肌,血脉不行,转而为热,热则消肌肤,故为消瘴。”愤怒可导致气机上逆,致胸中血气积聚,进而化为热邪,郁热久居于内终为消渴。若平素情志不畅,气机易于瘀阻,致使三焦不通,津液无法上乘,则表现为口渴多饮,发为上消;气机不畅,肝木侵犯脾土,造成脾胃功能失常,引起中焦胀满内热,终成中消。倪青教授认为少阳三焦一旦出现枢机不利,其气化功能就会受到影响,致使津液的生成、输布及排泄等出现异常,这是2型糖尿病的关键病因病机之所在^[8]。牟淑敏教授认为,气机不畅,精微物质不能为机体所用,是产生痰、湿、瘀血等内毒的原因,这不但容易导致2型糖尿病发生,也是致使2型糖尿病发生周围神经病变的重要原因之一^[9]。可见气机不畅与2型糖尿病的发生息息相关。

2.2 津液输布异常 燥热偏盛是消渴病的核心病机,津液输布异常则是消渴的主要外在表现。而津液源于饮食水谷,其生成、输布和排泄由肺宣降,通调水道,经肾气化蒸腾、升清降浊,以三焦为通道,随着气的升降出入,布散于全身而环流不息并通过三焦气化成汗、尿而排出体外。三焦为水谷之道路,决渎之官,主气化,故在津液输布代谢过程中起主导作用。故从三焦气化层面来说,消渴病的诸多致

病因素致三焦气化失常,津液输布失司,气机郁积停滞,导致气、血及津液的输布和流变均遭遇障碍,由此痰湿等病理产物内生。由此可知,消渴病常见的多饮、多食、多尿症状皆与津液运行失常相关^[10]。另有学者提出,脾虚致痰湿是消渴发作的关键病机,因脾虚可使津液输布异常,导致痰湿停滞于内,气机运行不畅,久而郁积化热成滞,瘀热互结,进一步妨碍津液的输布,这是消渴病情不断进展的重要原因^[11]。可见,少阳三焦枢机不利导致津液输布异常是2型糖尿病的核心病机之一。

2.3 脏腑功能失调 从脏腑角度来说,少阳主要涉及肝、胆与三焦。另外,三焦通过气街与全身相连,具有通达气机、运行水谷、疏通水道的功能,涉及气机升降、水谷受纳、消化吸收与输布代谢的全过程,与人体内分泌系统关系密切。古代医家极为重视从脏腑的角度来论治消渴病,如《金匮要略·消渴小便不利淋病脉证并治》中记载:“趺阳脉浮而数,浮即为气,数即消谷而大坚,气盛则溲数,溲数即坚,坚数相搏,即为消渴。”详细阐释了胃热过盛会出现多食易饥,水被火迫偏渗于膀胱则多尿,从而形成消渴。脏腑功能异常,尤其是脾、胃、肾功能出现异常,易引发消渴。而少阳枢机运转不畅,肝、胆及三焦的功能未能正常司职,便会对脾胃、肺、肾功能产生不利影响,如心肺受热,可出现烦热、口渴多饮症状,且饮水之后缓解不明显;如脾胃受到热邪熏蒸,就会出现消谷善饥、形体消瘦;如热邪下陷至膀胱,则出现小便频数或短赤。然而,清·黄元御则认为,消渴为厥阴风木之病,主要病位在肝,其指出若肝的疏泄功能失常,脾陷而胃逆,厥阴风木与少阳相火相灼成邪,煎熬津液,最终可引发消渴。全小林^[12]认为2型糖尿病的核心病机为脾虚中满内热,与脾胃功能失调最为密切。故少阳枢机不利致脏腑功能失衡是2型糖尿病发病的重要病因。

3 从少阳枢机论治2型糖尿病

消渴病发病与少阳枢机不利关系密切,临床上多从少阳论治,使少阳枢机得以运转,是治疗消渴病的关键要点。

3.1 通畅气机,恢复枢机 若少阳枢机运转不畅,

肝胆之气的运行必然受阻,少阳之气也无力鼓动,进而导致气机郁积,气郁日久而化热,火热伤阴,引发消渴。临床多见情志抑郁、口干多饮、烦热等症状。在《临证指南医案》中对此有经典的描述:“心境愁郁,内火自燃,乃消症大病。”全小林教授将消渴病分为郁、热、虚、损4个阶段,其中郁这一阶段指的是糖尿病前期或早期出现的脾胃壅滞、气机不畅,病机以郁为主^[5]。李玉萍等^[13]认为,消渴病的发生与情志密切相关,若情志失调,肝气郁而化热伤阴,向上则损伤肺津,在中则煎灼胃液,向下则损耗肾精,从而引发消渴病,故治疗上应以调畅少阳枢机为主,气机通畅,则消渴症状得以改善,临床常用柴胡疏肝散加减治疗。李冀等^[14]运用柴胡疏肝散加减治疗代谢性疾病,如高脂血症、糖尿病等,通过调理气机异病同治,取得了良好临床疗效。

3.2 畅达三焦,清利湿热 目前2型糖尿病患者具有三多一少(即多饮、多尿、多食、体质量下降)的典型症状相对较少,多数患者通过体检时发现患有本病。近年来有研究表明,在2型糖尿病患者中,痰湿质、湿热质均较为常见,较其他体质具有发病率高、发病早的特点^[15]。郝建军教授认为,2型糖尿病患者长期嗜食肥甘厚味,伤及脾气,脾虚湿热内积,郁热化燥伤津,终而发病^[16]。陈奎铮等^[17]认为,2型糖尿病患者饮食不节,伤及脾胃,不能运化水谷精微,湿热互结,弥漫三焦,蒸于上焦则口渴,伤及中焦而多食,停于下焦,而小便多。由此可知,2型糖尿病与湿热关系密切。故清热利湿法是治疗消渴的重要法则之一,临床常用柴胡达原饮合葛根芩连汤加减治疗。其中柴胡达原饮加减可恢复2型糖尿病患者的脾胃气机,运化水谷精微,促进人体津液代谢,有效改善的湿热状态,进而降低血糖^[18]。陈方敏等^[19]研究发现,采用葛根芩连汤治疗湿热型2型糖尿病临床疗效明显,可降低咽干口燥、多食易饥等中医证候评分,并降低血糖水平,提高患者对胰岛素的敏感性。全小林教授辨证使用不同剂量的葛根芩连汤治疗2型糖尿病,取得了显著疗效^[20]。

3.3 和解少阳,调节脏腑 少阳涉及肝、胆及三焦,若少阳枢机不利,则肝、胆及三焦功能失常,进一步会影响脾、胃、肺、肾功能,导致消渴病发生。

少阳枢机不利,气机不畅,郁而化热,郁热灼伤肺津,津液不能输布上承,则口渴多饮;同时,少阳胆腑又与太阴脾气密切相连,胆失疏泄致使脾不散精,脾的精华不能滋养肢体,导致体瘦而乏力;脾无法散布精华,则津液不能上承,所以会出现多饮的症状。因此,少阳枢机不利,影响脾脏散精功能是2型糖尿病发病的重要环节。王东教授认为少阳枢机不利,同时伴有太阴脾虚是消渴病发病的关键所在,其在临床治疗本病时以和解少阳、补气健脾为法,使用柴胡桂枝干姜汤加减治疗取得了一定的临床疗效^[21]。而赵会忠^[22]同样认为柴胡桂枝干姜汤加减可调节肝有邪而脾不足,通过和解少阳来调节脏腑功能,可有效降低2型糖尿病患者的血脂、血糖水平。

4 小结

通过上述分析,梳理了基于少阳主枢理论防治2型糖尿病的相关理论。临床辨治2型糖尿病应谨守少阳枢机,一旦枢机不利,气机升降出入则出现异常,脏腑功能失调,津液的生成和运化必然受阻,则痰浊、瘀血内生,可导致2型糖尿病发生。治疗上灵活运用理气、清热、化湿等方法,调理少阳之枢使其正常运转,其有利于临床症状改善和血糖稳定,并可能把糖尿病防治关口前移,为临床治疗2型糖尿病提供更为广阔的思路,并更好地指导临床实践。

[参考文献]

- [1] 林珍,王琦,周艳辉,等.不同性别2型糖尿病患者动脉粥样硬化指标的影响因素研究[J].中国全科医学,2021,24(9):1066-1070.
- [2] 中国医师协会中西医结合医师分会内分泌与代谢病专业委员会,北京中西医结合学会内分泌专业委员会.2型糖尿病中医防治指南[J].环球中医药,2024,17(5):973-982.
- [3] 张丽菊,张易从,刘绍能.李东垣《脾胃论·脾胃虚实传变论》刍议[J].江苏中医药,2022,54(3):66-68.
- [4] 周焕荣,段素社,李银海.脾胃升降理论《医学求是》对血证辨治的精髓[J].中国保健营养,2016,26(9):388-389.
- [5] 贾锐馨,彭定国,李国永,等.全小林治疗糖尿病经验[J].中医杂志,2010,51(S2):141-142.
- [6] 黎又乐,李坤蔚,刘倩,等.孔光一以三焦膜系理论指导治疗2型糖尿病经验总结[J].中医学报,2018,33(9):1656-1660.
- [7] 龙泓竹,田文杨,杨晓晖.吕仁和教授分期诊治消渴病探源[J].北京中医药大学学报,2016,39(6):508-510.
- [8] 汤怡婷,陈玉鹏,倪青.从少阳三焦枢机探究宣通法论治糖尿

- 病[J]. 北京中医药, 2022, 41(11): 1268-1270.
- [9] 刘晓旭, 牟淑敏. 从三焦论治糖尿病周围神经病变[J]. 湖北中医杂志, 2021, 43(9): 46-48.
- [10] 韦霜霜, 廖中杰, 郑鹏, 等. 从三焦气化浅析糖尿病[J]. 大众科技, 2020, 22(1): 63-64, 72.
- [11] 孙晓波, 石岩, 石光. 论痰湿辨消渴[J]. 辽宁中医杂志, 2014, 41(4): 661-662.
- [12] 仝小林. 糖尿病中医认识及研究进展述评[J]. 北京中医药, 2016, 35(6): 509-512.
- [13] 李玉萍, 孙新宇. 情志失调导致消渴病的中医病理机制探析[J]. 中医临床研究, 2020, 12(1): 53-55.
- [14] 李冀, 赵志宏. 柴胡疏肝散的内科临床应用研究进展[J]. 中医药学报, 2016, 44(3): 117-119.
- [15] 刘香春, 苏文博, 蒲蔚荣, 等. 消渴病湿热致病机理与治法探讨[J]. 中国中医基础医学杂志, 2016, 22(8): 1121-1122.
- [16] 王嘉锋, 景丽俊, 吴彦. 郝建军辨治2型糖尿病经验[J]. 山西中医药大学学报, 2022, 23(4): 332-335, 339.
- [17] 陈奎铮, 金智生, 乔汇凌, 等. 从湿热燥虚探讨2型糖尿病病机及演变规律[J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37(1): 26-28.
- [18] 王松松, 李光善, 林兰. 柴胡达原饮加减治疗早期2型糖尿病个案分析[J]. 内蒙古中医药, 2019, 38(2): 32-34.
- [19] 陈方敏, 方秋茹, 李香香, 等. 葛根芩连汤治疗湿热型2型糖尿病患者服用二甲双胍后所致腹泻的疗效观察[J]. 内蒙古中医药, 2022, 41(10): 20-21.
- [20] 赵林华, 连凤梅, 姬航宇, 等. 仝小林教授运用不同剂量葛根芩连汤治疗2型糖尿病验案[J]. 中国实验方剂学杂志, 2011, 17(4): 249-252.
- [21] 曾祥哲, 王东. 从少阳太阴合病角度探析糖尿病腹泻[J]. 亚太传统医药, 2020, 16(6): 89-91.
- [22] 赵会忠. 柴胡桂枝干姜汤对2型糖尿病患者血糖, 血脂影响的临床研究[J]. 糖尿病新世界, 2023, 26(19): 76-79.
- (责任编辑: 刘迪成)