

用杨氏松筋疗法与食物调理干预血液病经验

杨三¹ 杨海玲²

1 四川杨仁堂健康管理有限公司 610000 2 成都中医药大学创新学院 610000

摘要:目的 分享杨氏松筋这个疗法与食物调理肝与血液病康复经验方法 应用“中医整体观”思想,用“黄帝内经”思想指导松筋疗法和食物调理,根据患者五行体质进行经络与五味的辩证施治,从而得到改善体质的康复方法。

关键词:血液病;五行体质与经络和五味;正气;经验。

Experience with Yang's pine tendon therapy associated with food conditioning

San Yang¹ Hailing Yang²

1. Sichuan Yangrentang Health Management Co., LTD 610000

2. Innovation College of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine 610000

Abstract: To share the experience of intervention on hepatopathy and hematopathy by Yang's Tendons Relaxation therapy and diet conditioning. Method: Based on the concept of organic wholeness of traditional Chinese medicine, relaxing tendons and diet conditioning guided by Huangdi Neijing, dialectic treat as per physique of Five Elements with meridians and collaterals and the five flavors, to archive and the rehabilitation way of improving body healthy.

Keyword: hematopathy, physique of Five Elements with meridians and collaterals and the five flavors, healthy Qi, experience

西医认为:人体的造血功能系统发生病变称为血液病,多系原发于造血系统和主要累及造血系统的疾病。引发血液问题的原因有很多,包括化学因素,物理因素,生物因素,遗传因素,免疫因素等。西医临床分为红细胞疾病,白细胞疾病,出血和血栓性疾病。血液病常见有贫血、出血、发热、淋巴结和肝脾肿大等,症状与体征多种多样。

中医认为:血来自于人体的营气和津液,营气和津液都来自于人体所摄入的水谷,经脾胃运化为水谷精微,所以说脾胃为气血生化之源。《黄帝内经·灵枢》邪客篇^[1]在论述营气化生血液的功能时说:“营气者,泌其津液,注之于脉,化以为血,以荣四末,内注五脏六腑”。人体的肾是藏精的,肝是藏血的,肾中精足则气血充盈,那么肝则有所养,血有所充,肝血充盈,则肾有所藏,精足气盛。人体血液运行有赖于气的推动和脾气、肺气、肝气、心气的固摄和推动。《黄帝内经》素问痿论^[2]说:“心主身之血脉”《医学入门》说“人心动,则血行诸经”。《黄帝内经》云:“血为气之母,气为血之师”气能生血、摄血、行血、血能母气。

杨氏松筋疗法作用机理:“杨氏松筋正骨疗法”产生于清光绪二十九年(1903)年,已有100多年的历史。是依据《黄帝内经·灵枢·经脉篇》^[3]:“经脉者、所以能决生死、处百病、调虚实、不可不通”^[2]的中医思想,在继承古人古时“放筋路”的基础上,利用“百病源于经络堵”,的古中医经络腧穴理论为指导,利用“夏法”“导引按跷”之中医技法用牛角工具循全身经筋走

向,进行深度或浅表经筋的探究与松解,利用点、线、面的整体操作手法,发掘到各经、筋、骨骼中的结节点或阳性反应点,结合药酒直接切入,将这些结节气阻点疏通,这些身体组织在强力的推刮下会发生充血性水肿,以此启动人体的自愈能力,使人体的经络畅通,疾病不治而愈。

食物调理作用机理:依据《黄帝内经·生气通天论篇第三》^[4]:“阴之所生、本在五味、阴之五宫、伤在五味。是故谨和五味、骨正筋柔、气血以流、腠理以密、如是则骨气以精。谨道如法,长有天命”。

依据《黄帝内经·脏气法时论篇第十七》^[5]:“肝色青,宜食甘,粳米、牛肉、枣、葵皆甘。心色赤,宜食酸,小豆、犬肉、李、韭皆酸。脾色黄,宜食咸,大豆、肉、栗、藿、皆咸。肾色黑,宜食,黄黍、鸡肉、桃、葱、皆辛。毒药攻邪,五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充,气味合而服之,以补精益气。此五味,辛酸甘苦咸,四时五脏病,随五味所宜也”。

其机理就是依据内经思想让饮食的五味,附合每一位人身体五脏的偏性,用食物的偏性去调整人体五脏的偏性,这里五味的属性一定是补其人体五脏的不足,或是抑制人体五脏的太过。使之达到人体阴阳五行的一种动态平衡,这时人就会复归于婴儿般的健康。

血液病的病因病机:

脾胃为气血升化之源,《内经》灵枢·决气篇^[6]中说:“中焦受气取汁,变化而赤,是谓血。”就是说血液为红色液体,

它的生存来自于中焦脾胃的生化功能，原料来自于人体所摄入的水谷精微，精气上行于心，赤化而为血液。是谓脾胃为“后天之本，有胃气则生，无胃气则死”，可见血液病与脾胃关系密切，人体往往因各种原因而导致脾胃功能失调，最终导致升化无权，发生血液疾病，所以说后天养生首先养脾胃，就是这个道理。

《黄帝内经》灵枢·经脉篇^[7]云：“始生，先成精，精成而脑髓生，骨为干，脉为营，筋为刚，肉为墙，皮肤坚而毛发长，谷入于胃，脉道以通，血气乃行”，血液是营养全身的物质，循环于脉络之中，以奉养全身，血气之源始于精。

《内经》灵枢本神篇^[8]云，“肾藏精”《素问·五行大论》^[9]中又说：“肾生骨髓”，“肾主骨，骨髓坚固，气血皆从”，这些经典都说了人体的精髓化生血液的造血作用主要还取决于肾的功能状态，肾功的好坏也是决定血液疾病的主要病因病机。

中医认为肝既是一个藏血脏器，又是一个生血脏器，《黄帝内经》素问·六节藏象论说：“肝者，罢极之本，魂之居也；其华在爪，其充在筋，以生血气”。《灵枢·本神》篇^[10]说：“肝藏血”，“故人卧血归于肝”，现代人体质不好也会造成气血问题。是谓肝藏血，必行之，人动则血归于诸经，人静则归于肝藏，肝对人体的血液有存储和调节之功能，人体的各种生理活动皆与肝有密不可分的关系。所以说：“肝受血而能视，足受血而能步，掌受血而能握，指受血而能撮”。血液疾病往往与肝的功能息息相关！

血与肺可谓一脉相承，肺主一身气，肺朝百脉，主皮毛，全身的血液都要经过肺而聚于一起而加氧气，进行气体的交换，然后再输布于全身。《灵枢·营卫生会篇》^[11]云：“中焦亦并胃中，出上焦之后，此所受气者，泌糟粕，蒸津液，化其精微，上注于肺脉乃化而为血，以奉生身，莫贵于此，故独得行于经隧”再次强调了肺在生化血液中的主要性。肺主呼吸，吐故纳新，司清浊交换，肺将源源不断地化为赤血，营养全身。肺有问题则易生血病，血栓之病。

辨证论治：

当我们了解了上述血与五藏的关系后就不难得出结论，要治疗血液疾病就要首先了解人体的五藏，此病与五藏关系密切，只有在认真辨清五脏之盛衰与相克关系后就能进行正确的辨证施治。

我们在这里的辨证论治的方法是依据《黄帝内经》

灵枢·阴阳二十五人第六十四篇^[12]中的理论依据来进行的五行体质辨识，“先应五行金木水火土，别其五色，异其五行之人，而二十五人具矣。”五行人具体的食谱则按《黄帝内经》灵枢·五音五味第六十五篇^[13]和“黄帝内经”的五味论第六十三篇^[14]，以及其它章篇来综合考虑。

“营卫不行，五脏不通”，“气属阳，血属阴”，“阴为阳之基，阳为阴之统”阳生则阴长，气者血之帅，气行则血行，气止则血止，气温则血滑，气寒则血凝，气有一息之不行，则血有一息之不行，”气血是人体正气的主要组成部分，“邪之所凑，其气必虚”，“正气存内，邪不可干”，保护气血就是保护我们的生命之源。

《黄帝内经》素问·金匱真言论第四篇^[15]中说：“形不足者，温之以气，精不足者，补之以味。”可见血液方面的问题是因为精不足而引起的，这时候需要我们用五味来补养身体。治病必求于本，《黄帝内经》五脏生成第十篇^[16]中说：“是故多食咸，则脉凝泣而变色；多食苦，则皮槁而毛拔；多食辛，则筋急而爪枯；多食酸，则肉胝胗而唇揭；多食甘，则骨痛而发落，此五味之所伤也。故心欲苦，肺欲辛，肝欲酸，脾欲甘，肾欲咸，此五味之所合五藏之气也。”就是说我们一定要吃对饮食，否则就会被五味所伤，要用五味去合我们的五藏之气才行，这样人才会健康。否则则疾病丛生，走上万劫不复之地。

病案举例：

1、某男、年龄 20 岁、初诊日期：2019 年 12 月，因受风寒而寒入骨髓，求救于西医，西医诊断为 EB 病毒感染，嗜血细胞综合征，病程一年余。曾用大剂量抗病毒抗菌和激素治疗，卧床不起，靠输液维持生命，白细胞计数只有 0.84 (10⁹g/L) 血小板只有 16 (10⁹g/L)，中性粒细胞、嗜酸性细胞、嗜碱性细胞、淋巴细胞、单核细胞已检不出。症见手脚冰凉，无力，脉沉细，舌淡有齿印苔白，小便清长，嗜睡，手脚指甲拇指处均出现黑色竖纹。辨证为：阳虚寒湿入骨，治则为：健脾温阳祛湿除寒，方法：①外治法，艾灸涌泉、太溪、三阴交、关元、气海，肚脐肾俞。②外治法，用鸡蛋包银球滚背（督脉），一次 49 个鸡蛋祛深层寒湿。③饮食调理：用糯米、生姜、大枣牛肉健脾暖胃，辣椒、花椒祛湿除寒，鸡肉、烧酒、糖、醋、桂圆补肾益阴，在阴中去求阳，一日四餐。一周后出院，一月后痊愈，血常规指标全部恢复正常，面色红润，眠好纳好，精神十足，恢复如常人。

随访一年无复发，已结婚生子。

2、某女：年龄 45 岁，2020 年，因全身无力去某军区医院检查，白细胞只有 1.61 (10⁸g/L)，红细胞只有 3.2 (10⁸g/L)，医院嘱其输血维持再进一步检查。因恐惧去西医院，遂寻求中医治疗，症见舌红苔微黄，脉沉细无力，晨起有点口苦，无夜尿，大便时塘时稀，眠可，纳呆，精神尚好，已停经二年，怕冷，手脚冰凉。辨证：阴阳两虚，肝脾不和，中焦湿热郁堵至气机不畅。治法：①杨氏松筋疗法一周二次刮推肝脾胃胆经，打通经脉淤堵，刮推督脉，肺经、胆经、三焦经、大肠经。②饮食调理：用牛肉、苦瓜、大蒜、葱白宣泄中焦湿热，用燕麦、狗肉补益脾胃和心脏，让脾胃升化有权，身体气机升降恢复，水谷精微自然运化以补精益气，阴阳同补，肝脾协调运行。半月后血常规一切指标恢复正常，口不再晨苦，纳可、便干、手脚温和，健如常人。后随诊一年余，身体一切完好。

讨论：从上面二个病案可看出，脾胃是气血生化的主要来源，但又与心、肝、肺、肾密切相关，运用《皇帝内经》思想调理血液疾病只要辨证准确，饮食正确，真是手到病除。其关键在于对人体体质的理解，病有万万种，万变不离其中，皆因五藏失调，辨证牢牢抓着五藏的根本，去繁就简，层层剥茧，找到五藏之偏盛之不及，所有的问题将迎刃而解。

通过这些病案，说明古人讲的精血同源理论是正确的，通过食物调理证明药食同源也是正确的，同时也应证了古人讲的：“运血者，气也”。调畅人体气机，气行则血行，气足则血不外泻，可见这些理论在血液病临床上的指导意义有多么重要啊！

参考文献

[1]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号邪客篇第七十一.400-402。
[2]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号痿论篇第四十四.98-99。
[3]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号经脉篇第十.278-290。
[4]张风娇译《皇帝内经》北京联合出版公司出版 ISBN978-7-5502-4345-3.CIP 数据核字(2014)第 313690 号.生气通天论篇第三.014-019。

[5]张风娇译《皇帝内经》北京联合出版公司出版 ISBN978-7-5502-4345-3.CIP 数据核字(2014)第 313690 号.脏令法时论篇第十七.064-070。

[6]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号决气篇第三十.330。

[7]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号经脉篇第十.278-290。

[8]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号本神篇第八.270-271。

[9]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号五行大论篇第六十七.145-148。

[10]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号本神篇第八.270-271。

[11]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号黄卫生会篇第十八.306-307。

[12]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号阴阳二十五人第六十四篇.387-390。

[13]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号五音五味论第六十五篇.391-392。

[14]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号五音五味论第六十三篇.385-386。

[15]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号金匱真言论第四篇.9-10。

[16]《皇帝内经》汕头大学出版社，2014.6 中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 097569 号五脏生成第十篇.25-26。

作者简介：作者：杨三（1965 年一）男、汉族、四川眉山人，养生专家，杨仁堂负责人 研究方向：松筋疗法外治与食物养生的结合

杨海玲（1994 年一）女、汉族、四川成都人。成都中医药大学民族药学研究员，研究方向：民族药物及应用。