

中医体质分层说

王韵涵¹ 王勇奇²

1. 北京中医药大学 2019 中实一班 100029

2. 北京中医药大学房山医院 102400

【摘要】: 体质学说历史悠久, 门类众多。本文从生理机制着眼, 从阴阳、五脏五行、气血营卫以及病理产物参与等因素着手, 提出“一体多层”的体质分层设想, 旨在对临床辨证提供分层、分别标本缓急的一种思维程序。特别是从生理角度出发, 提出卫虚质、营虚质、营卫不和质这三种新体质, 作为一个新尝试。

【关键词】: 体质分层; 某行—某脏体质; 卫虚质; 营虚质; 营卫不和质

Stratification Theory of Traditional Chinese Medicine Constitution

Yunhan Wang¹, Yongqi Wang²

1. Beijing University of Chinese Medicine 2019 Class 1 of Beijing Zhongshi University 100029

2. Fangshan Hospital of Beijing University of Chinese Medicine 102400

Abstract: The theory of constitution has a long history and many categories. From the perspective of physiological mechanism, starting from the factors of yin and yang, five internal organs and five elements, qi and blood, and the participation of pathological products, this paper puts forward the idea of “one body and multiple layers” of physical stratification, aiming to provide a thinking process of stratification and sample urgency for clinical syndrome differentiation. Especially from the physiological point of view, three new constitutions are proposed as a new attempt.

Keywords: Stratification of constitution; A certain line - a certain visceral constitution; Wei Deficiency; Camp Void; The camp guards are not harmonious

中医关于体质的学说是非常丰富的, 从《黄帝内经》到近现代出现了诸家学说, 从《黄帝内经》一直到建国前, 主要有五行体质类型、阴阳含量不同的类型、人体形态和机能特征体质类型、心理特征体质类型。进入现代以后, 不同学者根据人体的阴阳气血以及病理产物等特征, 提出了四分法、五分法、六分法、七分法、九分法、十二分法等体质划分类型。本文提出的是一个“体质分层学说”。即人从胎儿期开始就有了体质特点, 由于中医学说的基础构架是五脏五系统, 而解释五脏五系统的理论是阴阳五行学说, 所以本文把人体的整体阴阳特性及比例作为第一层次体质, 即阴性体质和阳性体质, 第二层次是五行配属五脏的体质(某行—某脏体质), 第三层次是气血营卫体质, 第四层次是水液、血液代谢过程产生病理产物如痰饮、湿热、瘀血等物质与机体生理胶结并长期稳定存在, 成为体质化的一种状态。

1 一体多层体质结构论

先介绍四层体质的特征

第一层: 整体层面先分别阴阳体质

阴性体质: 主要表现为畏寒怕冷、肌肉松软、喜热饮食、精神不振、肿胀、泄泻等, 性格比较内向, 喜爱安静。

阳性体质: 主要表现为手脚心发热、口干舌燥、畏热喜凉、情绪暴躁易怒、视物模糊、小便短赤、大便干结、性欲亢奋、经血量多等, 性格比较外向, 比较好动。

“先别阴阳”^①不只是察色按脉所要求, 也是整个中医临证采集信息、汇总分析信息以及诊断、辨证论治等诸多

步骤的要求, 对体质的识别也不例外。

第二层面: 五行五脏层面

中医以五脏为生理基础, 五行特征渗透在具体的五脏生理特征中。由于每一行的量与质禀赋有差异, 所以个体体质在这个层面会有五行的存在与优势, 但没有绝对的缺如。这也是体质复杂性的原因之一。在《灵枢》中有“阴阳二十五人”的专篇, 主要是在木火土金水五行的基础上, 每一行在参考“五音太少、阴阳属性、手足三阳经的左右上下、气血多少之差异, 再推演出五类, 成为二十五种体质类型”^②。但时代在发展, 很多信息可以简化取舍, 便于识别应用。所以本文仅描述为“某行—某脏”的体质特征。

木—肝质: 肤色苍白, 头小, 面长, 两肩广阔, 背部挺直, 身体弱小, 手足灵活。多忧, 劳于事。

火—心质: 皮肤赤色, 脊背肌肉宽厚, 脸形瘦尖, 头小, 肩背髀腹匀称, 手足小, 步履稳重, 性情急。

土—脾质: 皮肤黄色, 面圆, 头大、肩背丰厚, 腹大, 大腿到跳胫部都生得壮实, 手足不大, 肌肉丰满。好利他人、附和他人。

金—肺质: 体形比较瘦小, 但肩背较宽, 方形脸, 鼻直口阔, 四肢清瘦, 动作敏捷, 肤色较白。心态容易急。

水—肾质: 体形比较胖, 偏矮, 头较大, 腮部较宽, 腹部较大, 肤色偏黑, 腰臀稍大, 手指短, 发密而黑, 怕寒喜暖。容易自傲。

第三层面: 气血营卫层面

气虚质：神疲乏力，气短，胸闷，消化不良，食欲不振，便溏，舌常淡红，苔白润。

血虚质：心悸，失眠，头晕，健忘，面色淡白，面色微黄，舌淡白苔薄。

营虚质：口干舌燥、大便干结、咽喉干燥、皮肤干燥、咳嗽少痰或者无痰、舌红少苔、裂纹舌。

卫虚质：咳嗽痰多，鼻塞流涕，还会有出汗多，气短懒言，神疲乏力，精神不振。

营卫不和^③质：出汗异常，怕风，容易感冒。

第四层面：病理产物堆积与生理胶结的层面

痰湿质^④：常见形体肥胖、腹部肥满、大便黏腻、身重不爽、容易困倦、喜食肥甘厚味、舌体胖大、舌苔白腻。

湿热质：表现为口气臭秽、倦怠乏力、腹胀、大便粘滞不爽臭秽、小便量少赤涩、手足多汗、身热不扬，舌苔黄腻。

瘀血质：如果从全身来看皮肤有可能发暗，皮肤比较粗糙、爪甲不荣，手指、脚趾甲较枯槁，舌质较暗紫，舌底两条小静脉颜色较深，有些比较迂曲，如同蚯蚓，嘴唇也可能发暗、发紫。

综合上述四个层面，在同一个体中可以同时存在，只不过在其不同的年龄或居处环境中表现的优势面有差异，依次特性形成“一体多层”的体质结构理论。该理论主要是依据人体从胎儿期开始，生长壮老等构成的时空序列展开，阴阳、气血、营卫等特征在很小年龄的时候就表现出了重要的特征，有些因素一生可能不变。而痰湿瘀血等病理质多数人是在后天生长、生活过程中，在与疾病作斗争的过程中出现并形成的。这些因素逐步成为共同存在的复杂体。同时并存与主要构成因素有所侧重是机体体质的客观存在。

2 先天禀赋与后天环境作用下的演变

个体在胚胎时期就具备了体质的基础特征，不同元素参与的比例、优势就显现出来，出生后，在后天的生活、工作环境、心理活动等多因素作用下会在不同的年龄段展现出不同的体质优势特征。先天禀赋是父母遗传基因的必然性驱使和偶然性形成，所谓必然性驱使是指性染色体配对以后必然产生一个新个体，所谓偶然性形成是指由于父母年龄、季节、气候、身体状态等多种因素的作用使得这个个体与其他个体有很多不一样的特征，从亲兄弟、亲姐妹的不一样就能理解。受孕后母亲的怀胎过程中的生活状态、情绪状态以及身体的健康程度严重影响到胎儿的生长发育，对其先天素质的影响很关键。如果母亲抽烟、喝酒、睡眠差、情绪不稳定，很容易生出禀赋弱的个体。如果母亲怀孕后生活规律、没有不良嗜好，心态豁达乐观，生出的孩子多数少病且身体强壮。孩子出生后，其禀赋的基因将与外界产生物质、信息、能量的交流，随着时间的推移，孩子在不同年龄阶段会展示出自己稳定的人格、气质、体型、相貌，并且这些元素还随着年龄增长有一些变化，不多除非遭遇极端因素干预，否则一般是“微调”，正所谓民间所言“生就得骨头，长就得肉”。即便患病也有其易感因素和非易感因素，感染疾病后会向着体质的禀赋方向进行演变。大多数个体在成年后会出现比较稳定的“体质病理状态”。为什么这么说？因为在现实中能观察到绝对健康的个体很少，大部分人或多或少有点病，并且这个病往往伴随这个

个体的后半生。所以研究体质的规律，有很重要的临床、养生价值。

3 为什么提出卫气虚体质、营气虚体质和营卫不和体质？

就像体质学研究中有痰湿质、湿热质、瘀血质等病理产物胶结的体质状态一样，生理状态的研究也应该重视。如在中医学理论中气血与营卫是从不同侧面概括人体的机能，在《内经》《伤寒论》等经典中对卫气与营气的描述以及营卫不和的病理状态的描述，对中医临床有重要意义。在营气、卫气的生成、循行路径、生理活性、病理特征以及部分治疗方法等方面有深刻的讨论，如《灵枢·营卫生会》篇“黄帝问于歧伯曰：人焉受气？阴阳焉会？何气为营？何气为卫？营安从生？卫于焉会？老壮不同气，阴阳易位，愿闻其会。歧伯答曰：人受气于穀，穀入于胃，以传与肺，五脏六腑，皆以受气，其清者为营，浊者为卫。营在脉中，卫在脉外，营周不休，五十而复大会，阴阳相贯，如环无端。卫气行于阴二十五度，行于阳二十五度，分为昼夜，故气至阳而起，至阴而止。故曰：日中而阳陇为重阳，夜半而阴陇为重阴。故太阴主内，太阳主外，各行二十五度，分为昼夜。夜半为阴陇，夜半后而为阴衰，平旦阴尽而阳受矣，日中而阳陇，日西而阳衰，日入阳尽，而阴受气矣。夜半而大会，万民皆卧，命曰合阴，平旦阴尽而阳受气。如是无已，与天地同纪”。再比如《灵枢·卫气》篇“黄帝曰：五脏者，所以藏精神魂魄者也；六腑者，所以受水谷而行化物者也。其气内于五脏，而外络肢节。其浮气之不循经者，为卫气；其精气之行于经者，为营气。阴阳相随，外内相贯，如环之无端”。再比如在卫气循行方面，有专篇论述，《灵枢·卫气行》篇中“黄帝问于歧伯曰：愿闻卫气之行，出入之合，何如？歧伯曰：岁有十二月，日有十二辰，子午为经，卯酉为纬。天周二十八宿，而一面七星，四七二十八星。房昴为纬，虚张为经。是故房至毕为阳，昴至心为阴。阳主昼，阴主夜。故卫气之行，一日一夜五十周于身，昼日行于阳二十五周，夜行于阴二十五周，周于五藏”。在病理特征及治疗方法方面，《灵枢·卫气失常》篇“黄帝曰：卫气之留于腹中，蓄积不行，菀蕴不得常所，使人支胁胃中满，喘呼逆息者，何以去之？伯高曰：其气积于胸中者，上取之，积于腹者，下取之，上下皆满者，旁取之。黄帝曰：取之奈何？伯高对曰：积于上，泻人迎、天突、喉中；积于下者，泻三里与气街；上下皆满者，上下取之，与季肋之下一寸；重者，鸡足取之。诊视其脉大而弦急，及绝不至者，及腹皮急甚者，不可刺也。黄帝曰：善”。在《伤寒论》中针对营卫不和的论述比较具体，并且研究出千古名方桂枝汤。“太阳病，头痛发热，汗出恶风者，桂枝汤主之”。“病常自汗出者，此为荣气和，荣气和者，外不谐，以卫气不共荣气谐和故尔。以荣行脉中，卫行脉外。复发其汗，荣卫和则愈，宜桂枝汤”。营气、卫气是人体独特的物质与功能存在，营气出中焦卫气出下焦，二者均因先天分化而生，又依托后天之气而养，类似于气血但又不同于气血，有独特的循行路线和功能。所以本文在构建一体多层的体质学构架时把卫虚质、营虚质和营卫不和质列出来，旨在深入发掘卫气、营气的生理本质，卫气营气与其他生理存在的关系，为辨证论治打基础。

4 体质分层的临床意义

临床实践时,先分阴阳层,主要依据《中医基础理论》中关于人体整体阴阳信息的识别、判别,按照其特征、比例的不同确定;第二部从五行五脏层面识别、判别脏腑所禀赋的五行特征以及所占比例来确定;第三层确定气血营卫的状态和比例,第四步是从病理产物的状态和比例以及病理生理进行识别和判定。为临床逐层回顾式辨证、取舍做理论基础。进一步论治的标本缓急做准备。这种理论设计的依据是人体是一个复杂的巨大系统,多种生理、病理信息繁多,时空交接、错综复杂,但肯定是天然有序。按照这种模式,在接诊时就要对患者的很多信息进行体质相关的分析与判别。特别是对疑难杂症要换成体质的视角,从根本层面进行检查,从生理联系、病理联系与体质的关系着手进行分析,尽最大程度进行体质病理生理的探寻,为个体化治疗做好准备。临床上有些验案,研读者进行总结时总是说“圆机活法”,其实是个体化程度比较高的诊断和治疗。怎样才能做到个体化程度很高的诊断和治疗?体质化认识比较深入、比较具体、比较准确。归纳起来讲就是体质评判,体质与生理病理关系的评判。

这个“一体多层体质结构”的理论构想,就是把体质分层,按照时空序列比较准确反映人体的禀赋、后天生长壮老等过程中展开的生理表现以及罹患疾病后痼结稳定的病理生理特征。在时空序列中,很多与体质相关的信息是同时存在的,只是概括的角度不同、排列组合的元素不同,传统的体质学有了丰富的内容。时代在发展,学术要变化。理念在更新,理论要更加有逻辑性、如实性、实用性。所

以要在兼收并蓄中开拓一种有新意的体质学构架。本文提出把体质分层,就是把复杂的与体质相关的因素剖析开,使得诸多因素之间的关系杂而不乱。一般可以认为生理性体质因素为本,病理性体质因素为标。具体治本还是指标,可以根据传统的中医理论进一步评估。

研究体质对于研究个体的病理生理特点,以及辨证论治疾病有重要的意义。体质在不同年龄阶段构成因素的层次相对稳定,但元素与占比会有不同,所以不同年龄段有必要加强体质测试^⑤。笔者也希望继续深入学习研究,使得体质医学不断进步。

参考文献:

- [1] 中国中医研究院编著,《黄帝内经素问》注评[M]。北京·中国中医药出版社 2011:45.
- [2] 中国中医研究院编著,《黄帝内经灵枢》注评[M]。北京·中国中医药出版社 2011:365.
- [3] 张仲景.《伤寒论》.北京人民卫生出版社[M].2014:39.
- [4] 王琦主编.中医体质学.北京中国医药科技出版社[M].1995:195.
- [5] 韩徐宁.高校大学生的体质测试现状分析与对策研究.文体用品与科技[J]., 2021(003):111-112.
- 作者介绍:
王韵涵,北京中医药大学 2019 中实一班,邮政编码 100029.
王勇奇,北京中医药大学房山医院,邮政编码 102400