

# 老年性便秘中医治疗之心得体会

庞树林<sup>1</sup> 杨朝东<sup>2</sup> 尤辉<sup>3</sup>

1.巴州区曾口中心卫生院 四川 巴中 636000

2.平梁中心卫生院 四川 巴中 636000

3.巴中市巴州区回风社区卫生服务中心 四川 巴中 636000

**【摘要】**：便秘属于我国临床上发病概率较高的疾病之一，老年性便秘在临床上更为常见，在其中医治疗中，多考虑气虚，血虚或者阳虚这几种临床情况，在中医的临床治疗中，主张采用辨证论治的方式对患者进行治疗，采用温润通便或者益气健脾的治疗方法，从而达到标本兼治的根本治疗目的，为此本文将重点分析近代老年性便秘的中医治疗手段，从气虚、血虚、阳虚等多个方面进行分开阐述，同时对自身的心得体会进行总结。

**【关键词】**：老年性便秘；中医治疗之心得体会

## Experiences of Chinese medicine treatment for senile constipation

Shulin Pang<sup>1</sup>, Chaodong Yang<sup>2</sup>, Hui You<sup>3</sup>

1.Bazhou District Zengkou Central Health Center Sichuan Bazhong 636000

2.Pingliang Central Health Center Sichuan Bazhong 636000

3.Bazhong Bazhou District Huifeng Community Health Service Center Sichuan Bazhong 636000

**Abstract:** Constipation is one of the diseases with high clinical incidence in China, and senile constipation is more common in clinical practice. In the clinical treatment of TCM, the clinical conditions of Qi deficiency, Blood deficiency or Yang deficiency are mostly considered. For this reason, this paper will focus on the TCM treatment for senile constipation in recent times, separately elaborating on various aspects such as Qi deficiency, Blood deficiency and Yang deficiency, and summarizing our own experience.

**Keywords:** Senile constipation; Experience of Chinese medicine treatment

便秘作为人体消化系统的常见疾病之一，也是老年人较为常见的消化系统疾病，在临床治疗中。患者通常会表现为大便干结，排便无力或者排便周期延长等临床症状，患者还会出现便而不畅等问题，这一问题在临床上既可以单独出现，同时也可由于便秘，使患者腹压增加，最终致使患者出现其他疾病，其中就包括便秘可能会诱发患者出现心绞痛、心肌梗死、脑出血、猝死等各种临床问题。老年性便秘这一问题不仅会导致患者生理功能出现改变，同时还会导致患者生活质量受到影响，为此加强对老年性便秘的治疗研究工作具有重要价值。中医治疗对老年性便秘患者治疗具有重要帮助，不但能有效解除患者的疼痛情况，还能有效避免患者出现其他疾病，所以这些年来诸多学者正在逐渐加强老年性便秘这一疾病的中医研究工作。

## 1 不同证型便秘患者的中医治疗

### 1.1 气虚便秘的治疗

在老年人群中，由于患者体弱年老，气血亏虚，气虚则容易导致患者运化失职，最终患者因为大肠传导无力，从而出现排便不畅情况。在采用中药方式对气虚便秘患者进行治疗时，相关学者在治疗中，采用生白术，少则运用30~60克，多则运用120~150克，加用生地黄，何首乌，或者以升麻作为辅助，从而能达到好的治疗效果。另外学者在研究中认为，

老年便秘患者，通常以气血不足、下元亏虚作为主要的发病原因，在临床治疗中，需要应用黄芪、党参、白术等中药材，能达到补益脾肺之气的治疗目的，保证患者的脾肺之气能得以充盈，从而能使患者大便通畅。在治疗中采用当归，仙灵脾等中药材，能起到滋阴养血的治疗效果，其中患者气血充盈，从而能保证患者大便通畅。

在应用方剂对老年性便秘患者进行治疗时，治疗人员通常选择健脾益气润肠通便的治疗原则，通常会采用补中益气汤或者四君子汤，采用加减方式对患者进行治疗。其中相关学者在气虚便秘患者治疗中，应用补中益气汤加肉苁蓉对患者进行治疗。另外学者在气虚便秘患者治疗中，通常会采用补中益气汤，加升麻柴胡当归和枳壳等中药材患者进行治疗，从而能够达到促进患者大便通畅的治疗目的。另外学者在气虚便秘患者治疗中，应用补中益气汤化裁方进行治疗，药物配方：黄芪30~50克、党参20克、柴胡12克、升麻6克、当归15克、生白术20~50克、陈皮5克、甘草6克、枳壳15~20克、炒莱菔子15~20克、生首乌20克，对100例便秘患者进行治疗后，治疗效率达到了96%。

另外学者针对老年性便秘这一疾病，经常采用健脾润肠的治疗原则，在治疗中将四君子汤作为基础，经常将人参用玄参

代替,同时惯用生白术对患者进行治疗,可有效保证患者的治疗效果。另外学者在研究中指出,针对脾虚便秘患者的临床治疗,需要以益气补脾通便的治疗原则进行治疗,其中生白术具有健脾益气之功效,取90克生白术,同时配合10~15克木瓜,6~9克甘草,从而能够达到增水行舟的临床功效。

在老年性便秘患者治疗中,气虚便秘患者最为常见,这一类型患者主要是由于气血运化无力,患者血运存在不畅情况,久而久之就会形成血瘀,所以气虚便秘的老年患者在治疗中,通常还会合并出现血瘀的临床现象。血瘀和便秘这两者之间,具有重要联系,淤血阻于患者肠道,就会导致患者出现便秘情况,同时随着患者便秘情况的日益严重,可伴随出现血瘀问题,形成恶性循环,导致患者日常生活受到影响。学者在研究中提出,脾虚作为便秘的根本原因,脾虚则容易导致患者血液运行能力减弱,血液运行不畅则容易出现血瘀情况。另外大部分患者在临床治疗中,存在着情致不畅思虑过多等问题,随着患者气郁问题的日益严重,则容易导致患者出现血瘀情况,同时由于患者久坐不动,气机减弱,这些情况都容易加重患者的血瘀问题。从而导致患者出现腹痛舌质紫黯,脉涩等临床表现,可以将其作为佐证。

另外学者认为,大多数顽固性便秘患者,随着患者病情的不断发展,最终会导致患者出现血瘀情况,血瘀形成之后,还会间接或者直接加重患者的便秘情况,其中在临床治疗中,相关学者提出,针对疾病不存在明显淤血症状的患者,在治疗中根据久病血伤入络的原理,在辨证治疗的基础上,也需要在配方中适当加入桃仁、虎杖、当归、郁金等等活血化瘀的药材,能促使患者淤血消散气机恢复流畅,从而达到治疗患者便秘的临床目的<sup>[1]</sup>。

### 1.2 血虚便秘的治疗

在老年患者群体中,由于老年患者存在阴津亏耗,血虚津少,患者大肠难以受到浸润,最终患者因为肠道干燥,从而导致患者大便干结难下,最终使患者出现便秘情况,在相关记载中提出,老年津液干枯,产妇产后出血发汗,病后血气未复,诸多因素都容易导致患者出现便秘情况。在血虚便秘患者的临床治疗中,治疗人员通常应用增液汤加减处方对患者进行治疗,相关学者在临床治疗中提出,针对阴血亏虚便秘患者,在治疗中需要以寓补于通,通补结合的治疗原则,从而达到标本兼治的治疗效果。在实际用药中可以将润肠方作为参考,采用滋阴养血,疏风润肠的治疗方法对患者进行治疗,在临床治疗中酌情应用何首乌、生地黄、玄参、蜂蜜、枸杞,桑葚、麦冬当归等中药材,这些药材能起到滋阴养血、疏风润肠的治疗目的,从而能够达到增水行舟,促进患者大便通畅的治疗效果,另外在治疗中还需要采用少量羌活、防风等中药材作为辅助,从而能够达到祛风的治疗效果<sup>[2]</sup>。

另外在治疗中配以质润多脂类药物,就比如桃仁、杏仁、

决明子、火麻仁、柏子仁、瓜蒌仁,从而能够达到滋润肠道的临床功效。另外学者在研究中提出,在便秘患者的临床治疗中,需要始终贯穿滋阴养血的治疗原则,并且在实际治疗中,采用自拟气畅润肠汤对患者进行治疗,药物配方:枳实12克、厚朴9克、槟榔12克、当归20克、首乌30克、火麻仁30克、郁李仁24克、佛手12克,采用这一药方对患者进行治疗可以起到良好的治疗效果。相关学者主张在便秘患者治疗中,可以采用增液汤联合润肠丸,其中生地、玄参等中药材能起到养阴生津的治疗效果,黄精、熟地、枸杞子具有益肾填精的临床作用,当归具有养血润肠的临床功效,枳壳厚朴在行气通便方面作用显著,火麻仁、郁李仁、柏子仁在润肠通便方面作用显著,通过两方进行联合治疗,最终可以达到养血益阴填精益气的临床治疗目的。从而能够有效促进患者诸多症状的痊愈<sup>[3]</sup>。

### 1.3 阳虚便秘的治疗

针对老年性便秘患者,由于老年人脾肾阳气虚弱,真阳不足,最终导致患者阴寒内结,腹内糟粕凝结于患者肠道,最终导致患者出现便秘情况。其中相关学者在临床研究中认为,冷秘患者在临床治疗中,大多数患者主要以阳虚体弱、阴寒内生作为主要的发病原因,并且其中大部分患者通常素体阳虚,阴寒内生,糟粕之物留于患者肠胃,并且凝阴固结,致使患者阳气不通,排便艰难,从而出现便秘情况。在这一类型患者的中医治疗中,在中医上通常采用温阳通络的治疗原则,采用肉桂、牛膝、肉苁蓉、附子等中药材对患者进行治疗,从而能够达到温补肾阳散寒通络的治疗目的。另外学者在临床研究中提出,冷秘患者在治疗中,发病原因主要包括阳衰中虚,寒痰瘀结肠道,导致患者枢机不转,最终患者因为运转失常,从而出现便秘情况,所以在治疗中,苟非温药,何以消阴霾而开坚结,所以采用附子、姜黄、大黄等中药材,以温下,可以达到加好的治疗效果。另外相关学者在研究中指出,在阳虚便秘患者治疗中,应以健脾温肾、润肠通便作为主要的治疗原则,在临床治疗中,可以采用黄芪、党参、熟附子、干姜、枳实、厚朴等中药材,从而能够达到温阳理中健脾的临床功效,或者可以采用肉苁蓉、怀牛膝、仙灵脾、仙茅、胡桃肉、锁阳等中药材,这些药材可以达到补肾助阳润肠通便的临床功效,并且在药材中可以加入枳壳、枳实、川厚朴、木香当作为辅助,这些中药材具有行气的临床功效,对患者腑气传导具有重要价值。

另外学者在研究中,认为阳虚便秘患者多由于肾阳不足,则大肠失于温煦,传导无力,大便干燥,导致患者出现便秘情况。老年性便秘患者在治疗中多会表现出肛门坠胀大便干结等各种临床问题,所以在临床治疗中,适合采用益肾通便的方式对患者进行治疗。在治疗中经常以八味地黄丸结合小承气汤加减方式进行治疗,另外学者认为,习惯性便秘患者在治疗中,脾肾不足湿浊壅滞,升降机枢失于旋转,那属于这一疾病的关键病机,在患者存在脾肾亏虚不足情况时,需要采用药物重点

对患者的肠腹进行疏导,采用扶脾滋肾的手段,久而久之将能有效促进患者的临床症状减弱,在治疗中需要坚持扶脾滋肾,扶正祛邪的治疗原则。在实际治疗中,可以采用扶脾益肾润肠方对患者进行治疗,配方组成肉苁蓉 30 克、桑椹 25 克、何首乌 30 克、黄芪 20 克、生白术 60 克、当归 20 克、生地黄 20 克、桃仁 12 克、郁李仁 12 克、枳壳 12 克、紫苑 12 克、枇杷叶 15 克<sup>[5]</sup>。

## 2 便秘的辨证分型研究

对诸多学者对便秘的辨证治疗研究成果进行分析后就会发现,其中便秘分型主要包括气虚、血虚、阳虚、气滞这几种,下面将对诸多学者对便秘的辨证分型进行简要描述。

相关学者在研究中认为,老年性便秘患者在临床治疗中,这一疾病不但存在气虚血虚脾胃肾虚等诸多差别,同时还存在有湿滞、虚中夹实等临床差别。其中在气虚患者治疗中,可以采用补中益气汤,在其中加入苦杏仁、紫苏梗对患者进行治疗。针对血虚情况,可以采用八珍汤,去茯苓,倍当归后,加入火麻仁、蜂蜜等药材进行治疗。对于脾胃虚,并且合并存肠胃壅滞的患者,可以采用六君子汤结合保和丸加减的方式对患者进行治疗,在合并存在湿邪郁积的患者,可以采用宣清导浊汤对患者进行治疗,药物配方中主要包含茯苓、猪苓、蚕砂、皂荚、寒水石等中药材,针对肾阴虚患者,在治疗中可以采用六味地黄汤去茯苓泽泻,在其中加入何首乌黑芝麻冬、玄参、枳实等中药材对患者进行治疗,针对肾阳虚患者,可以采用半硫丸对患者进行治疗,在没有半硫丸的情况下,可以用肉苁蓉丸加减方式对患者进行治疗,其配方主要包括肉苁蓉、火麻仁、

沉香等中药材。

另外学者在研究中,将老年性便秘分为5种证型进行治疗,针对中气不足的患者,治疗中可以采用香砂六君子汤加减的方式进行治疗,针对肺脾气虚的患者,可以采用补中益气汤对患者进行治疗,血虚阴伤的患者,在治疗中可以应用四物汤,较为严重的患者可以合并二至丸对患者进行治疗,另外在治疗中,常选择 50 克当归,浓煎之后对患者进行治疗,针对燥盛伤津的患者,在其治疗中除了采用麻子仁丸,五仁橘皮汤等方式进行治疗之外,还经常应用白芍 90 克对患者进行治疗,将其煎汤之后为患者服用,从而能达到良好的治疗效果<sup>[6]</sup>。

## 3 体会

便秘属于我国临床上较为顽固的消化系统疾病之一,这一疾病整体病程较长,并且经常反复发作,老年性便秘在临床治疗中,患者多存在气虚阳虚血虚等各种临床问题,所以在临床治疗中不可单纯应用润肠药物,或者单纯应用承气汤类的方药对患者进行治疗,此类药物在临床应用中,虽然能取得短期的治疗效果,但是长期应用,会导致患者出现气虚情况,同时患者津亏会更加严重,从而难以取得较好的长期疗效,针对老年性便秘患者,在其临床治疗中需要采用“以补为通”的治疗原则,并且还需要患者养成良好的饮食习惯以及排便习惯,在日常饮食中要做到饮食清淡,同时多摄入富含纤维素的食物,并且在日常生活中要做到坚持运动,这样才能保证患者常服气机通畅,患者的大肠传导功能得以提升,这对老年性便秘患者的临床治疗作用显著。

## 参考文献:

- [1] 张丹静.老年便秘的中医调护[J].保健医苑,2021,(11):24-26.
- [2] 胡思琴,赵喜颖,张广清,丁美祝,胡佩欣,黄楚君.中医外治法治疗老年性便秘有效性的 Meta 分析[J].广州中医药大学学报,2021,38(6):1198-1207.
- [3] 陈凯旋,席作武,牛明了.从中医藏象理论浅谈老年便秘诊治心得[J].中国肛肠病杂志,2021,41(3):79-80.
- [4] 张立宏,孙颂歌,邱新萍,马万千.马万千名老中医治疗老年性便秘临床经验撷菁[J].内蒙古医科大学学报,2021,43(1):37-40.
- [5] 韩燕,钱英军.中医针灸推拿治疗老年性便秘的应用及症状转归情况分析[J].医学食疗与健康,2020,18(20):26-27.
- [6] 赵焯,杨志华,范子璇,闫海峰,宋俊生.基于中医传承辅助平台的老年性便秘用药规律分析[J].山东中医杂志,2020,39(3):246-251.