

浅谈《内经》中的三因制宜思想*

王欣麒¹, 程先宽²

(1. 北京王府中西医结合医院, 北京 102209; 2. 中国康复研究中心, 北京 100068)

[摘要] 主要探讨《内经》中的三因制宜的学术思想。认为《内经》奠定了中医学三因制宜学术思想的基础, 是中医学者在临床中运用三因制宜学术思想的渊源。作为中医医疗思想的精华, 因时、因地、因人制宜对于中医的诊疗、养生等都有着重要的指导意义。从《内经》中系统挖掘其内涵, 对于我们深入理解这一思想大有裨益。

[关键词] 三因制宜; 因时制宜; 因人制宜; 因地制宜; 《内经》

中图分类号: R221 文献标志码: A 文章编号: 1000-2723(2010)03-0016-02

三因制宜, 即因时、因地、因人制宜, 是中医学的理论特色和精华, 贯穿于中医的发展与实践。《内经》作为中医医学思想的宝库, 其中蕴含着丰富的三因制宜思想。从《内经》中挖掘其学术根源, 探讨其理论内涵, 是为更好地发扬其思想本质并予以指导临床实践, 本文将其中内容进行了系统整理, 现浅述于下。

1 因时制宜

《内经》^[1]中涉及的时间节律有超年节律(运气学说)、年节律、月节律、日节律等, 这些节律的产生均是由天体自身有规律的变化形成的。中医学天人合一的整体观认为人体是自然的一部份, 是要与自然相适应相协调的。

就日节律而言, 《素问·金匱真言论》记载: “平旦至日中, 天之阳, 阳中之阳也; 日中至黄昏, 天之阳, 阳中之阴也; 合夜至鸡鸣, 天之阴, 阴中之阴也; 鸡鸣至平旦, 天之阴, 阴中之阳也。故人亦应之。”就月节律而言, 《素问·八正神明论》中记载: “月始生, 则血气始精, 卫气始行; 月郭满, 则血气实, 肌肉坚; 月郭空, 则肌肉减, 经络虚, 卫气去, 形独居。”就年节律而言, 《素问·诊要经终论》中记载: “正月二月, 天气始方, 地气始发, 人气在肝。三月四月, 天气正方, 地气定发, 人气在脾。五月六月, 天气盛, 地气高, 人气在头。七月八月, 阴气始杀, 人气在肺。九月十月, 阴气始冰, 地气始闭, 人气在心。十一月十二月, 冰复, 地气合, 人气在肾。”以及《素

问·四时刺逆从论》中记载: “春气在经脉, 夏气在孙络, 长夏气在肌肉, 秋气在皮肤, 冬气在骨髓中。”

人体与时间节律有着深刻的对应关系, 也正因如此, 人体在不同的季节, 往往有不同的易感疾病, 如《素问·金匱真言论篇》中记载: “春善病鼽衄, 仲夏善病胸胁, 长夏善病洞泄寒中, 秋善病风疟, 冬善病痹厥。”当时间节律和气候的变化失去一致, 至而未至或未至而至时, 人体也易产生疾病, 如《灵枢·岁露论》中指出: “二月丑不风, 民多心腹病。三月戌不温, 民多寒热; 四月巳不暑, 民多痺病。十月申不寒, 民多暴死。”

《内经》中的因时制宜思想还体现在对疾病的治疗中。《素问·水热穴论篇》中有“春取络脉分肉”、“夏取盛经分腠”、“秋取经俞”、“冬取井荥”的记载。《灵枢·寒热病》^[2]记载有: “春取络脉, 夏取分腠, 秋取气口, 冬取经输, 凡此四时, 各以时为齐。”可见《内经》中是十分强调因时施治的, 而这也正是因为天人合一的整体性。

2 因人制宜

《素问·微四失论》指出: “不适贫富贵贱之居, 坐之薄厚, 形之寒温, 不适饮食之宜, 不别人之勇怯, 不知比类, 足以自乱, 不足以自明, 此治之三失也。”可见在医疗实践中辨别和依据疾病发生个体之间的差异, 具体问题具体分析的思想在《内经》中就早有体现。人以天地之气生, 四时之法成, 由于先后天因素等的不同, 使个体之间存在着很大的差异, 表现在禀赋寿夭、生理功能、心理

* 收稿日期: 2010-01-04 修回日期: 2010-04-15

作者简介: 王欣麒(1974~), 男, 河南驻马店人, 博士, 主治医师, 主要研究方向: 中医药防治糖尿病及其并发症。

状态、适应能力、生活方式、发病预后等方面的区别,这也是治病要因人而异的根本原因^[3]。

首先,在医疗中要考虑到性别不同,从而制定适宜的治法。《灵枢·五色》中记载:“男子色在于面王,为小腹痛,下为卵痛,…女子在于面王,为膀胱子处之病,…”可见,性别在疾病的诊断方面常有着重要的意义,因此,也要根据性别制定适宜的治法。

其次,不同的年龄阶段,人体的气血盛衰不同,发病特点不同,治法上应有所区别。《素问·示从容论》曰:“年长则求之于腑,年少则求之于经,年壮则求之于脏。”充分说明治病时要充分考虑到老少壮的不同特点。

再次,治病要考虑到职业的因素。《灵枢·根结》曰“以此观之,刺布衣者深以留之,刺大人者微以徐之,此皆因气悍滑利也。”因为劳动人民和王公大人是不一样的,王公大人“身体柔脆,肌肉软弱(《灵枢·根结》)”,需要用小针轻刺慢刺。这都是因为职业所造成的体格上的差异。

最后,体质因素也是治病时必需参考的。《内经》中除有五态人、阴阳二十五人等的划分外,还多次提到要注意形体的肥瘦,如“必先度其形之肥瘦,以调其气之虚实,实则泻之,虚则补之。(《素问·三部九候论篇》)”;“其肥而泽者,血气有余。肥而不泽者,气有余,血不足。瘦而无泽者,气血俱不足。审察其形气有余不足而调之,可以知逆顺矣。(《灵枢·阴阳二十五人第六十四》)”。这是因为“…血气充盈,肤革坚固…此肥人也。…瘦人者,皮薄色少,…易脱于气,易损于血…(《灵枢·顺逆肥瘦》)”,故而应对肥人和瘦人区分治疗。后世医家朱丹溪也非常重视人体的肥瘦,可能与《内经》中的这些论述有关。

3 因地制宜

《素问·异法方宜论》记载:“黄帝问曰:医之治病也,一病而治各不同,皆愈何也?岐伯对曰:地势使然也。”可见,同一个疾病,由于所处的地域不同,常需采取不同的治法。因地制宜的医学思想是有其理论根据的。东方生风,南方生热,西方生燥,北方生寒,中央生湿,不同地域的地理气候、物候物产、生活环境等常对人的体质、发病、寿命等产生不同的影响,因而需要因地制宜。

首先,不同地域的人的体质、生活特点、发病等会有不同。正如《素问·异法方宜论》所载:“东方之域,天地之所始生也,鱼盐之地,海滨傍

水,其民食鱼而嗜咸,…鱼者使人热中,盐者胜血,故其民皆黑色疏理,其病皆为痾疡,其治宜砭石,故砭石者,亦从东方来。西方者,金玉之域,…其民陵居而多风,水土刚强,其民不衣而褐存,其民华食而脂肥,…其治宜毒药。故毒药者亦从西方来。北方者,天地所闭藏之域也。…其民乐野处而乳食,…故灸焫者,亦从北方来。南方者,天地所长养,阳之所盛处也。…其民嗜酸而食胾,故其民皆致理而赤色,其病挛痹,其治宜微针。故九针者,亦从南方来。中央者,其地平以湿,天地所以生万物也众。其民食杂而不劳,故其病多痿厥寒热。…故导引按跷者,亦从中央出也。”

其次,地域与发病有关。《素问·五常政大论》云:“地有高下,气有温凉,高者气寒,下者气热,故适寒凉者胀,之温热者疮,下之则胀已,汗之则疮已,此腠理开闭之常,太少之异耳。”指出了地理有高下的区别,气候有温凉的不同,地理高峻的则气候寒凉,地理低下的则气候温热,所以若至气候寒凉处,易受寒邪而发生胀痛,若至气候温热处,易受热邪而发生疮疡。可见在具体发病倾向上存在着地理差异。

再次,区域不同,人的寿命亦有差异。《素问·五常政大论》云:“东南方,阳也,阳者其精降于下,阳精所降其人夭;西北方,阴也,阴者其精奉于上,阴精所奉其人寿。”是说西北地高气寒,阴精上奉气不妄泄,其人易长寿;东南地低气热,阳精下降,气常耗散,其人易夭折。从养生学上来看,久居东南方或地势低下地区之人,要重视养护阴精。

4 小结

《内经》中贯穿着丰富的三因制宜思想,是这一思想的来源和基础。时间、地域、性别、年龄、职业、境遇、体质等因素对于人体的健康有着重要的影响,故而“三因制宜”学术思想有其深刻的理论背景和实践价值。《内经》对此思想的论述和运用,是对中医学的一个重大贡献,并对后世医家的遣方用药产生了深远的启迪。

[参考文献]

- [1] 山东中医学院,河北医学院.黄帝内经素问校释(上、下册)[M].北京:人民卫生出版社,1982.
- [2] 河北医学院.灵枢经校释(上、下册)[M].北京:人民卫生出版社,1982.
- [3] 李志更.《内经》因人制宜思想探究[J].辽宁中医杂志,2008,35(7):997-999.

(编辑:岳胜难)