

## 研究生园地

## 浅析经方治疗慢性腰痛心得

李永杰<sup>1</sup> 李小会<sup>2</sup>

(1. 陕西中医学院2012级硕士研究生, 陕西 咸阳 712046; 2 陕西中医学院附属医院, 陕西 咸阳 712000)

**摘要:**中医学一般将慢性腰痛分为寒湿腰痛、肾虚腰痛、瘀血腰痛三种。这三种证型在经方中都可以找到行之有效的治疗方法,以指导临床实践。三种病情依次由浅入深,寒湿腰痛选用祛寒湿之肾着汤和桂枝芍药知母汤,肾虚腰痛以肾阳虚为主者选用桂枝附子汤,瘀血腰痛选用活血逐瘀之抵挡汤合肾气丸来治疗,根据病位及病性遣方用药,疗效显著。

**关键词:**经方;慢性腰痛;病证分型;辨证论治

**中图分类号:** R 256.59 **文献标识码:** A **文章编号:** 1002-168X(2015)01-0084-02

**DOI:**10.13424/j.cnki.jsctcm.2015.01.033

腰痛是指因感受外邪、或久病内伤或挫闪导致腰部气血运行不畅,或失于濡养,而引起的腰部一侧或两侧疼痛为主的病症。慢性腰痛因其病程较长,缠绵难愈,治疗过程也较漫长。中医学对腰痛早有认识并积累了丰富的治疗经验。《素问·脉要精微论》载:“腰者肾之府,转摇不定,肾将惫矣。”首先提出腰痛与肾的密切关系,对后世医家辨证治疗腰痛影响深远。《伤寒杂病论》被誉为方书之祖,其所载之方被称为“经方”。经方以其“用之多验”为我们治疗慢性腰痛提供了丰富的辨证思路经验和用药方法。

### 1 辨证及治疗

中医学一般将慢性腰痛分为寒湿腰痛、肾虚腰痛、瘀血腰痛三种。寒湿腰痛以腰部重痛、拘急强直不可俯仰或痛连下肢、时轻时重、遇冷加重为特点,舌苔白腻,脉沉,方选干姜苓术汤加减,寒湿重者以桂枝芍药知母汤加减。肾虚腰痛以腰部重、酸麻或拘急强直不可俯仰、或痛连下肢、起病缓慢、隐隐作痛为主;若腰膝酸软、肢冷乏力、舌淡,脉细者,为肾阳虚,方选桂枝附子汤加减。瘀血腰痛以腰部强直酸痛、痛处固定为主症,方选抵挡汤合肾气丸。

#### 1.1 寒湿腰痛案

案一:王某,男,30岁,自觉腰中冰冷疼痛半年,平时怕冷,身体沉重,纳差。脉沉无力,舌体胖大,舌苔滑腻。辨证及治疗:脾阳不足则无力运化

湿则呈寒湿之象,如怕冷、身体沉重。寒湿之邪闭着于腰部则使得气血运行不畅而腰痛。处方:茯苓30g,白术30g,干姜15g,甘草10g。5剂而病情明显改善。而后加以健脾利湿行气的药巩固效果更加明显。

案二:常某,男,26岁,患有强直性脊椎炎6年,自觉腰脊疼痛明显,CT示已有多处脊柱骨质增生,腰部前屈、背伸、侧弯和转动均可受限。颈椎部疼痛,不能上仰、侧弯或转动。素有风湿性关节炎,四肢关节疼痛,遇阴雨天加重。脉象沉迟,舌苔腻。辨证及治疗:证属寒湿之邪内侵,治以祛风散寒除湿。方以桂枝芍药知母汤加减,处方:桂枝12g,芍药10g,甘草6g,麻黄6g,生姜15g,白术15g,知母12g,防风12g,附子6g。连服10余剂后症状较前明显改善,虽不能根治,但可以一定程度上提高患者的生活质量,减少疼痛,并可以提高各骨关节的灵活性。患者虽有强直性脊椎炎病史,但症状主要以腰脊疼痛症状为主,因此也可以将此病理解为寒湿之邪侵入脊髓所致。

**按语:**寒湿腰痛是指由于寒湿之邪闭阻经脉致使腰府经脉气血运行不畅而形成的一种腰痛。《金匮要略·五脏风寒积聚病脉证并治第十一》云:“肾着之病,其人身体重,腰中冷,如坐水中,形如水状,反不渴,小便自利,饮食如故,病属下焦,身劳汗出,衣里冷湿,久久得之,腰以下冷痛,腰重如带五千钱,甘姜苓术汤主之。”这正是寒湿腰痛

症状。寒湿痹着,脾阳不行,甚者二者相互影响,互为因果,以至邪留着于经脉、肌肉而导致的一种慢性腰痛。因其未侵及肾之根本,所以也是三种证型中病情最轻的一种。临床中辨证准确,多有很好的疗效。而此方剂也被后世医家称之为“肾着汤”。而肾着本身就是一种痹症。其根本原因在于寒湿之邪内停,而导致脏腑、经络不通,不通则痛,不荣则痛。桂枝芍药知母汤也是治疗寒湿痹证的重要方剂,《金匮要略·中风历节病脉证并治》:“诸肢节疼痛,身体羸,脚肿如脱,头眩,短气,温温欲吐,桂枝芍药知母汤主之。”这种寒湿侵及四肢而发为历节,说明寒湿已经很重。因其水湿内传,风寒外闭,经热郁发,且患者平素体虚,阳气不足,卫外不固而导致经脉闭阻。而此方也可以用于治疗因寒湿引起慢性腰痛。特别是在治疗强直性脊椎炎引起的腰痛时效果甚佳。虽然病位不同,但他们的病性一致,只要辨证准确同样可以活用。

**1.2 肾虚腰痛案** 李某,女,36岁,农民。自觉腰部酸痛,不能俯仰转侧,时常自觉四肢冰凉,冬季更加厉害,脉象沉迟,舌苔薄白。辨证及治疗:寒湿侵于经络,着于腰部,阳不布达则腰痛。治疗以温经扶阳祛湿。处方:附子10g,桂枝10g,干姜10g,苍术15g,独活15g,甘草6g。四剂后明显减轻。而后减轻附子的用量另加肉桂、杜仲、牛膝之类巩固。对于脾肾阳虚明显的患者用桂枝附子汤效果会更加明显。

**按语:**肾虚腰痛是由于肾阴虚、肾阳虚或阴阳同时虚弱引起的一种腰痛,是临床中很常见的一种慢性腰痛。正如《素问·阴阳应象大论》所说:“阴盛则阳病,阳盛则阴病,阳盛则热,阴盛则寒。”阴阳的存在是相互对立、制约平衡的过程。阴盛则阳弱,阳盛则阴弱,而肾阴与肾阳的表现同样如此。肾阴与肾阳同时虚弱只是疾病后期相互影响的一种结果。把握肾之阴阳的变化是治疗肾虚腰痛的关键。对于脾肾阳虚的慢性腰痛患者,在以桂枝附子汤<sup>[1]</sup>的基础上加减效果会更好,用附子、桂枝、干姜辛甘大热,以温肾阳<sup>[2]</sup>,外加苍术、白术以健脾除湿。

**1.3 瘀血腰痛案** 李某,女,42岁,农民。自诉有腰痛病史多年,明显加重半年余,疼痛时轻时重,痛有定处,状如锥刺,不可俯仰,月经常不规律且有血块,脉沉涩,舌苔薄白,舌质紫暗有瘀斑。辨

证及治疗:患者因瘀血日久而导致气血运行不畅,留滞腰部,不通则痛,治疗以活血化瘀、行气温经,方以桂枝茯苓丸合当归四逆汤散。处方:生地15g,山茱萸12g,山药15g,酒大黄10g,桃仁10g,水蛭6g,黄芪30g,淫羊藿15g,葛根12g,泽泻12g,茯苓12g,牛膝12g。5剂后腰痛明显缓解。此患者有腰痛病史多年,瘀血明显并伴有寒象,应属久病生瘀,致使经脉不通,其病情较前两种慢性腰痛病情较重。

**按语:**瘀血腰痛,一般痛有定处,痛处刺痛拒按,转侧不便,舌暗,脉涩。腰痛的同时瘀血体征比较明显,《素问·痹论》曰:“病久入深,荣卫之行涩,经络时疏,故不通。”叶天士《临证指南医案》也说:“大凡经主气,络主血,久病血瘀,初为气结在经,久则血伤入络。或久病气机逆乱,气有一息之不通,则血有一息之不行,气滞则瘀血易生。”气行则血行,气虚不能推行血脉所以生瘀。因此在活血化瘀的基础上加行气温阳的药效果会更好<sup>[3]</sup>。对于治疗瘀血引起的慢性腰痛来说,方选抵挡汤合肾气丸,抵挡汤以活血通经,肾气丸以温阳补肾,如果瘀血重的患者可选大黄蛰虫丸加减,以活血化瘀,行气通络。

## 2 小结

慢性腰痛因其发病久而缠绵难愈,临床治疗时须有耐性,因时因地因人而异,及时准确辨证是治疗的关键。随着现代生活习惯的改变,笔者于临床中发现腰痛以寒证居多,故在临床中用寒凉之品应该慎重。且本文所叙三种证型实为一种病的三个不同发展阶段,寒湿腰痛最轻,肾虚腰痛次之,瘀血腰痛最重。督脉主司生殖,为“阳脉之海”,腰痛病也可以称之为“督脉病”,以人体阴阳之气为主线,起初是脾阳虚,然后是肾虚,再到久病血瘀的变化过程,掌握这一点对我们临床实践有很大的作用。临床中治疗时抓住这一主线,结合四诊,根据寒热虚实的变化以灵活用药。

## 参考文献

- [1] 聂惠民. 经方验案[M]. 北京:人民卫生出版社,2009:12~15.
- [2] 廖凤华. 腰痛的中医辨证治疗[J]. 湘南学院学报,2005,7(7):47.
- [3] 何大昌. 中医治疗慢性损伤性腰痛疗效观察[J]. 四川中医,2007,26(4):108-109.