

关于针刺“气至”的研究

邓杰尹 指导:牛文民

(陕西中医药大学针灸推拿学院, 陕西 咸阳 712046)

摘要:得气又称“气至”,乃是针刺疗法取得疗效的关键。针刺“气至”的概念,首见于《黄帝内经》,其后,诸多针灸典籍均有记述。然而,关于针刺“气至”的定义和内涵却多有争议,至今尚未有定论。自从《黄帝内经》确定了针刺“气至”的基本定义以来,后世历代医家各有所阐发。通过系统梳理各代中医文献有关针刺“气至”含意的演变历程,并且在100例志愿者身上验证针刺得气的感觉,以期有益于针灸学理论的继承与发展。

关键词:得气;气至;针刺

中图分类号: R 245-0

文献标识码: A

文章编号: 2096-1340(2016)03-0020-03

DOI:10.13424/j.cnki.jsctcm.2016.03.007

随着中医走向世界,针灸疗法越来越为国内外医界所接受和认可。因此,如何提高针灸疗效已经成为亟待迫切解决的大问题。然而,诸多针灸基础理论问题却至今悬而未决,“气至”理念的未能破解便是其中最典型的例证之一。目前,中国中医药大学针灸学专业所用的统一教材中关于针刺得气的描述最接近“气至”的概念。由于针刺得气是针灸疗法取效的关键所在和客观标志,所以深入探索“气至”的内涵具有十分重要的意义。笔者基于系统检索了中医文献,并且选择了100例志愿者,对于针刺得气进行研究,以期为解决针灸基础理论问题有所裨益,现报道如下。

1 文献的梳理

《黄帝内经》关于针刺“气至”的定义有如下含义:其一,“气至”是针刺取效的客观指征。《灵枢·九针十二原》说:“刺之而气不至,无问其数;刺之而气至,乃去之,勿复针……刺之要,气至而有效,效之信,若风之吹云,明乎若见苍天,刺之道毕矣。……右主推之,左持而御之,气至而去之。”《素问·离合真邪论》说:“呼尽内针,静以久留,以气至为故。”意指“气至”是针刺取效最重要的客观指征;其二,“气至”是针刺前后脉象的变化。《灵枢·终始》说:“所谓气至而有效者,泻则益虚,虚者脉大如其故而不坚也。补则益实,实者脉大如其故而益坚也。”“三刺则谷气至,谷气至而止。所谓谷气至者,已补而实,已泻而虚,故以知谷气至也。”《素问·宝命全形论》说:“刺虚者须其实,刺

实者须其虚。经气已至,慎守勿失。”针刺治病应该与治疗前后诊查脉象的变化,通过诊察寸口脉象,可了解经脉阴阳之气的盛衰变化,且能够为针刺补泻提供依据。经针刺治疗后,原本“盛”、“虚”脉象不相应等异常皆趋于正常,即表明“气至”^[1-4]。

《难经》对“气至”的阐释:其一,“气至”是针刺施术者手下波动感。《难经·七十八难》曰:“当刺之时,必先以左手厌按所针荣俞之处,弹而努之,爪而下之,其气之来,如动脉之状”意指针刺“气至”,是针刺施术者左手所感应到针下的波动感。其二,“气至”是针刺施术者针下的虚实感觉。《难经·七十九难》曰:“所谓实之与虚者,牢濡之意也,气来实者为得,濡虚者为失。”意指针刺治疗实证时,针下感觉用“牢”字来表述为“得”,形容实证时邪气来势盛;针刺治疗虚证时,针下感觉用“濡”字来表达为“失”,形容虚证时正气虚损^[5-6]。

窦汉卿《标幽赋》说:“先详多少之宜,次察应至之气。轻滑慢而未来,沉涩紧而已至,既至也,量寒热而留疾。未至也,据虚实而候气。气之至也,如鱼吞钩饵之沉浮,气未至也,如闲处幽堂之深邃。气速至而速效,气迟至而不治。”张介宾《类经》形象地描述:“入针后轻浮滑迟慢,如闲居静室,寂然无闻者,乃气之未到;入针后沉重涩滞紧实,如鱼吞钩,或沉或浮而动者,乃气之已来。气至速者,效亦速而病易痊;气至迟者,效亦迟而病难愈。认为“气至”是针刺施术者针下的感觉,且

“气至”与否及“气至”的快慢均与针刺疗效密切相关^[7-8]。

杨继洲《针灸大成》说:“有病道远者,必先使气直到病所”。徐凤《针灸大全》说:“以龙虎升腾之法,按之在前,使气在后,按之在后,使气在前,运气走至疼痛之所。”认为,“气至”指经气所至。而经气最终至于何处,则有两种情况,一言针下气至,一言气至病所。针下气至是针刺得气基础,而气至病所则是在得气的基础上通过补泻手法,使经气循经感传而气达病所^[9-10]。

2 得气的临床验证

本研究选择陕西中医药大学针灸推拿学院的在校学生为志愿者,共100例,其中健康志愿者50例、另外50例为感冒、牙痛或腹痛患者,男、女性各50例,年龄19~22岁,选取容易得气的经典穴位合谷、曲池、足三里、太冲,采用华佗牌1.5~2.0寸毫针,针刺深度1.0~1.2寸,运用平补平泻手法。仔细观察并记录得气的感觉、得气的传导、以及得气与机体机能状态的关系。

2.1 得气的感觉 准确取穴,针刺达预定深度后,即可获得气的感觉。所获得气感觉主要分为:酸痛感、酸麻感、重胀感、痒麻感。100例志愿者的得气感觉明显不同,其分布比例详见表1。

表1 “气至”的不同感觉比较 (n)

感 觉	出现人数
酸痛感	35
酸麻感	23
重胀感	37
痒麻感	5

2.2 得气感觉的传导模式 针刺获得气感觉后,可呈现出不同的传导模式:得气感觉限于穴位局部不传导、得气感觉沿经络线向穴位邻近部位传导、得气感觉沿经络线向穴位远端部位传导。100例志愿者得气感觉的传导模式明显不同,其分布比例详见表2。

表2 “气至”传导模式的比较 (n)

模 式	出现人数
不传导	63
近传导	31
远端传导	6

2.3 得气感觉传导与机体状态的相关性 当志愿者的机体状态不同时,例如患普通感冒、牙痛、腹痛的志愿者处于病理状态。此时,针刺获得气

感觉后所呈现出的向邻近和远端传导的出现率,在健康志愿者和患病志愿者之间差别明显,其分布比例详见表3。

表3 “气至”传导与机体状态的相关性比较 (n)

不同机体状态	出现人数
生理状态	25
病理状态	75

2.4 得气感觉传导与刺激方式的相关性 当采用不同的针刺方式分别刺激100例志愿者时,此时,针刺获得气感觉后所呈现出的向邻近和远端传导的出现率,在手法操作针刺志愿者和电针刺刺激志愿者之间差别明显,其分布比例详见表4。

表4 “气至”传导与刺激方式的相关性比较 (n)

不同刺激方式	出现人数
手法刺激	45
电针刺激	55

2.5 得气感觉传导与刺激强度的相关性 当采用不同的针刺强度时,即弱刺激(每分钟捻转提插20~30次)、中刺激(每分钟捻转提插50~60次)、强刺激(每分钟捻转提插80~90次)。此时,针刺获得气感觉后所呈现出的向邻近和远端传导的出现率,在100例志愿者之间差别明显,其分布比例详见表5。

表5 “气至”传导与刺激强度的相关性比较 (n)

不同刺激强度	出现人数
弱刺激	12
中刺激	30
强刺激	58

3 结语

针刺“气至”一词首见于《黄帝内经》,其后诸多针灸典籍均言及“气至”。然而,针刺“气至”的含意却多种多样。由此表明,自《黄帝内经》确定“气至”的基本定义以来,后世历代医家又各有所阐释和发挥。系统梳理《黄帝内经》等针灸典籍,从中可以清晰地看出针刺“气至”内涵的历史嬗变过程,最后将“气至”定格为针刺得气。得气属经络之气的范畴^[11],同时和针灸腧穴的特性密切相关^[12],其内涵深奥而复杂,尚需进一步探索。

朱世鹏等学者认为,得气是针刺入穴位后所产生的特殊感受和反应,而刺激方法、针刺深度、针刺手法以及穴位特异性都是影响得气重要因素^[13]。辛思源等学者认为,针刺操作方法、治神、环境干预和心理干预对于激发得气并提高临床疗

效具有重要意义^[14]。李静等学者认为,个体体质、病症类型、机体机能状态、腧穴功能特异性、耐受性、心理因素,各因素之间相互影响从而最终影响针刺得气的整体效应^[15]。林驰等学者认为,“针与经气相得”是得气概念中的重要部分,“气至”也包涵了这一概念。针感是针下得气的重要指征,目前研究主要是通过对针感的探索来逐渐揭开得气之谜^[16]。胡妮娟等学者认为,关于针刺得气的客观判断的研究,尚有完善的余地。但目前的研究多从受试者针感方面入手,而忽略了医师手下感在得气研究中的重要性^[17]。

本研究通过对 100 例志愿者的针刺研究,笔者仔细观察发现:得气的感觉主要分为酸痛感、酸麻感、重胀感、痒麻感;针刺得气感呈现出不同的传导模式即限于穴位局部不传导、沿经络线向穴位邻近部位传导、沿经络线向穴位远端部位传导;针刺得气感向邻近和远端传导的出现率与机体机能状态密切相关,即在病理状态下针刺得气感更容易出现传导。得气感向邻近和远端传导的出现率与刺激方式密切相关,即电针刺激比手法刺激更容易获得针刺得气感并且出现传导。得气感向邻近和远端传导的出现率与刺激强度密切相关,针刺得气感及其传导的出现与刺激强度成正比,即刺激强度越大越容易获得得气感并出现传导。

参考文献

[1] 黄帝内经素问[M]. 北京:人民卫生出版社,1983:163-186.
[2] 唐·杨上善. 黄帝内经太素[M]. 北京:科学技术文献出版社,2000:629-631.
[3] 马蒨. 黄帝内经灵枢注证发微[M]. 北京:科学技术文献出版社,2000:63-88.

(上接第 11 页)代医学的研究成果,进一步推动学术的发展,实现中医学理论的创新与突破。

参考文献

[1] 吕泽康,赵可宁. 补肾调週法结合五运六气学说治疗不孕症体会[J]. 光明中医,2014,29(6):1142-1144.
[2] 张雅萍. 浅谈子午流注与时间医学[J]. 山西中医学院学报,2005,6(2):6-7.
[3] 李游,尹婷. 五运六气与中医体质学研究[J]. 中华中医药杂志,2008,23(11):952-954.
[4] 戴凤姣,杜月光. 试论冲任二脉与卵巢的关系[J]. 陕西中医学院学报,2014,37(6):21-23.
[5] 张笑平. 《内经》中时间治疗学思想[J]. 浙江中医杂志,

[4] 李鼎. 针灸学释难[M]. 上海:上海中医药大学出版社,2007:40-66.
[5] 黄龙祥. 中国针灸学术史大纲[M]. 北京:华夏出版社,2001:783-785.
[6] 杨甲三. 针灸学[M]. 北京:人民卫生出版社,1989:456-458.
[7] 赵京生. 针灸经典理论阐释[M]. 上海:上海中医药大学出版社,2000:133-138.
[8] 邱茂良. 针灸学[M]. 上海:上海科学技术出版社,2003:313-315.
[9] 石学敏. 针灸学[M]. 北京:中国中医药出版社,2007:147-149.
[10] 梁繁荣. 针灸学[M]. 北京:中国中医药出版社,2005:168-169.
[11] 王小平. 论中医气概念的内涵.[J]. 陕西中医学院学报,2015,38(2):1-5.
[12] 郭教礼,杨世忠,丁蓉珍. 针灸腧穴与中药功效的对应研究.[J]. 现代中医药,2015,35(2):43-45.
[13] 朱世鹏,陈欢,李晓弦,等. 针刺得气的特征及机制研究概述.[J]. 中医杂志,2015,56(19):1700-1703.
[14] 辛思源,李春华,刘玉祁,等. 关于影响针刺得气的干预因素研究综述.[J]. 针灸临床杂志,2012,28(12):58-60.
[15] 李静,刘玉祁,李春华,等. 关于机体相关因素对针刺得气影响的探讨.[J]. 中国针灸,2013,33(4):378-380.
[16] 林驰,马良宵,苑鸿雯,等. “得气”“气至”“针感”概念之我见.[J]. 中华中医药杂志,2014,29(9):2892-2895.
[17] 胡妮娟,林驰,李静,等. 得气与针刺疗效的思考.[J]. 中国针灸,2014,34(4):413-416.

(收稿日期:2015-11-08 编辑:巩振东)

1980,(9):389.

[6] 徐小林. 对 1600 名妇女行经时间与月相关关系的调查报告[J]. 陕西中医杂志,1986,7(5):210-212.
[7] 罗颂平,罗元恺. 月经节律与月相的联系初探[J]. 上海中医药杂志,1984,(12):42-44.
[8] 权依经,李民听. 五运六气详解与应用[M]. 兰州:甘肃科学技术出版社,2008:10-13.
[9] 夏桂成. 试析六十甲子及其在妇科学中的意义[J]. 南京中医药大学学报,2003,19(2):69-72.
[10] 夏桂成. 略论运气学说基本精神及与妇科学的关系[J]. 南京中医药大学学报,2003,19(1):5-7.

(收稿日期:2015-12-13 编辑:孙理军)