

## 论 著

· 学术探讨 ·

# “六郁”论治肥胖\*

王静<sup>1</sup> 张进军<sup>2\*\*</sup> 金虹<sup>1</sup> 张景景<sup>1</sup>

(1. 安徽中医药大学, 安徽 合肥 230012; 2. 安徽中医药大学第一附属医院, 安徽 合肥 230031)

**摘 要:**张进军主任通过研读朱丹溪著作,结合当代疾病谱变迁,认为肥胖一症可从“六郁”论治,其病机属气郁为先,肝失疏泄;食郁为辅,胃强脾弱;痰湿热瘀,相因为病;并针对“六郁”偏胜拟定不同治则治法,总以“调畅气机”为要,分别以疏肝理气、醒脾和胃,化痰开郁、除湿散满,清肝泻火、活血化瘀为治疗方法,临床取得满意疗效。

**关键词:**肥胖;六郁;气郁;肝失疏泄;调畅气机

**中图分类号:**R58 **文献标识码:**A **文章编号:**2096-1340(2021)03-0045-04

**DOI:**10.13424/j.cnki.jsctcm.2021.03.0010

## Treatment of Obesity by Six Yu

WANG Jing<sup>1</sup> ZHANG Jinjun<sup>2</sup> JIN Hong<sup>1</sup> ZHANG Jingjing<sup>1</sup>

(1. Graduate School of Anhui University of Traditional Chinese Medicine, Hefei 230012, China;

2. The First Affiliated Hospital of Anhui University of Traditional Chinese Medicine, Hefei 230031, China)

**Abstract:** By studying ZHU Danxi's works and combining with the changes of the current disease spectrum, ZHANG Jinjun thinks that obesity can be treated from Six Yu, the pathogenesis of which is Qi depression first, liver is not relieved; food depression is the auxiliary, stomach is strong and spleen is weak; phlegm damp, heat and blood stasis are related to diseases; and different treatment methods are proposed for Six Yu, and the Regulating Qi activity is the main purpose. The treating methods are clear liver and regulate Qi, invigorating the spleen and stomach, resolving phlegm and depression, removing dampness and dispersing fullness, clearing the liver and purging fire, promoting blood circulation and removing blood stasis. The clinical results are satisfactory.

**Keywords:** Obesity; Six Yu; Qi Depression; Liver dysfunction; Regulating Qi activity

肥胖主要以能量摄入与消耗失衡为特征,发病机理涉及多方面因素,是心脑血管疾病、糖尿病等慢性疾病发病的危险因素,严重威胁人类健康。西医治疗肥胖主要以生活方式干预及医疗手段两方面,而西医用药常存在效性、安全性低,需长期服用等弊端,致使肥胖诊治率较低<sup>[1]</sup>。中医学认为肥胖病因多与先天禀赋,饮食不节,缺乏运动有

关,导师总结多年临床经验发现,当代社会疾病谱已有变迁,如渴求欲壑不遂者甚众,肥甘厚腻已属寻常,认为从丹溪“六郁”说入手论治肥胖多能取应手之效。

元代著名医家朱丹溪以《黄帝内经》“五郁”为理论基础,创“六郁”学说。朱氏认为气、湿、热、痰、血、食六者的郁滞,均可使人致病,六者气郁为

\* 基金项目:第六批全国老中医药专家学术经验继承项目(国中医药办人教函(2017)125号)

\*\* 通讯作者:张进军,副主任医师。E-mail:25754158@qq.com

先,也可相因致之,日久变生诸证,病机关键在于气郁,故治疗首重调畅气机,立千古名方越鞠丸通治诸郁。现代实验研究亦表明,越鞠丸可以降低代谢综合征大鼠的体重,改善血糖、胆固醇、甘油三酯等指标<sup>[2]</sup>。黄文政教授<sup>[3]</sup>临床上运用越鞠丸调畅气机,改善患者体质,恢复人体气机升降功能,从而调节代谢,改善肥胖。王九元等<sup>[4]</sup>以三子养亲汤合越鞠丸治疗痰湿型肥胖症患者,可降低患者体重、体重指数、腰围、臀围等。

导师张进军主任为国医大师徐经世第六代师承弟子,秉承徐老“内科杂证致因在郁”的学术思想,临床工作近二十年,治疗内分泌代谢疾病经验丰富,通过对朱丹溪著作的研读,认为现今肥胖一症亦可从“六郁”论治,其病机演变为气郁为先,食郁为辅,痰湿热瘀,相因为病。并针对“六郁”偏胜拟定不同治则治法,总以“调畅气机”为要,现将导师从“六郁”论治肥胖经验浅述如下。

## 1 从“六郁”探讨肥胖病因病机

**1.1 气郁为先,肝失疏泄** 以往多认为饮食不节是肥胖的首要病因,脾胃功能失调是主要病机,但同样高热量饮食在不同人群中却存在明显个体差异,如饮食虽多但并不肥胖的人不在少数,故导师认为脾胃失调乃受肝失疏泄所致。概由当今社会科技的快速发展,生活无规律者甚众,因郁而病,因病而郁者常见,肥胖一症亦不例外。郁者,郁结、郁滞是也,气先为病,又首责于肝脏<sup>[5]</sup>。因肝属木,其母为水,其子为火,水为阴,火为阳,为阴尽阳生枢机之脏,故主疏泄,具有阴阳互动,沟通内外之功能。肝气通于少阳,为生升之气,诸脏之气赖以生,故能气血冲和,万病不生。肝气郁结主因肝脏疏泄障碍,气机升降出入失衡,木气不能畅达中州,木不疏土,致脾气不升,胃气不降,又肝之余气化为胆汁,参与饮食食物消化吸收,肝失疏泄,致脾胃运化功能失调,胆汁排泄障碍,水谷并不化、精微失于输布,化为痰浊膏脂,结于肌肤腠理等形成肥胖。故《血证论》言:“木之气,主于疏泄,食气入胃,全赖肝木之气以疏泄之,而水谷乃化”<sup>[6]</sup>。

**1.2 食郁为辅,胃强脾弱** 气郁为先,肝失疏泄,以致木郁土壅,脾胃气机郁滞,升降失司,而致食郁中焦,形成“胃强脾弱”的表现。胃火盛则腐熟

之力强故消谷善饥,然脾主为胃行其津液,脾弱则失其健运,脾之运化郁滞,水谷精微不能化生为气血,津液不能四布,停聚化为膏浊,泛于肌肤,则见形体肥胖,脘腹痞胀。故《脾胃论》曰:“脾胃皆旺,则能食而肥;脾胃俱虚,则不能食而瘦或少食而肥。虽四肢不举,乃脾虚而邪气盛也”。

**1.3 痰湿热瘀,相因为病** 六郁致肥胖以气郁为先,食郁为辅,肝郁脾虚为其基本病机。考之气能行津,人一身水液代谢与肝之疏泄功能正常密切相关,肝气之“散”“动”可推动调控肺、脾、肾三脏的生理功能而调节水液代谢。若肝失疏泄,脾失运化,致三焦水道不通,水谷津液不能正常输布蒸发,代谢障碍,停则为痰、为湿,聚而发为痰郁、湿郁。肝失疏泄导致气机郁滞,气不行血,血行不畅,藏泄失度,日久瘀滞停积造成瘀血,发为血郁;“气有余便是火”,郁久化火化热,或气、血、痰、湿、食之郁皆可壅而化热,热郁而成,故有六郁相因为病之说<sup>[7]</sup>。

## 2 治疗方法

《证治汇补·郁证》云:“郁病虽多,皆因气不周流,法当顺气为先,开提为次,至于降火、化痰、消积犹当分多少治之。”“六郁”致胖以气郁为先,相因为病,于人体则可见气、血、痰、湿、食、热郁之偏盛不同,故导师在治疗时根据“六郁”偏盛拟定不同治则治法,总以调畅气机为要。

**2.1 疏肝理气,醒脾和胃** 《素问·阴阳应象大论》云:“阳化气,阴成形。”“六郁”以气郁为先,气机不畅,木郁土壅,脾胃运化不及,则阴成形而不化,痰浊膏脂沉积,而成肥胖。临床症见:形体肥胖,胸胁胀痛,因情志波动而暴饮暴食或饮食不规律,脘腹胀满,大便溏结不调。故治疗首以调畅气机,以疏利肝胆之郁,醒脾和胃为主。导师常取逍遥、四逆、小柴胡、痛泻要方等调和肝脾之剂加减,运用时以柴胡合黄芩清疏并行、合芍药疏柔相济,或以芍药合桂枝刚柔并济,敛阴升阳,调畅气机,疏肝清胆<sup>[8]</sup>;佐以枳壳疏肝气,防风散肝郁<sup>[9]</sup>,诸药相配使枢机和解,肝郁可疏,气机通畅。又以半夏、白术、陈皮、绿梅花、谷麦芽等开郁醒脾,降逆和胃;诸药相配,抑肝扶脾,调气为先,食郁得消,疏泄运化功能恢复,则肥胖可消。导师常喜用绿梅花、谷麦芽一开气郁,一开食郁。考之绿梅花药

味酸性平,功擅芳香开郁,疏肝和胃,用之于此,使肝气得舒,脾胃升降有序,气血调和且具消脂之功,《本草纲目拾遗》曰:“开胃散郁,煮粥食,助清阳之气上升。”<sup>[10]</sup>花类中药多擅长解郁,绿梅花轻疏肝之郁结却无柴胡劫肝阴之弊,为开郁之良品。谷、麦芽皆具“芽”之特性,炒香醒脾<sup>[11]</sup>,合绿梅花消食之余尚可疏肝解郁。如《本草求原》曰:“凡麦、谷、大豆浸之发芽,皆得生升之气,达肝以制化脾土,故能消导……人知其消谷而不知其疏肝也”。导师用此治疗肥胖,盖此药为谷麦之萌芽,与肝同气相求,性善生发而入肝经以条达肝气,实为疏肝之妙品<sup>[12]</sup>,故导师常重用二芽以开食郁,谓其药轻力宏,有振奋五脏之力,临证每获良效。

**2.2 化痰开郁,除湿散满** “气郁生涎(痰),变生诸症”,肥胖患者痰湿偏盛,可症见脘腹痞满,口吐黏痰,肢重体倦,目眩头晕等。治当开郁化痰,除湿散满为法,导师多取黄连温胆汤合半夏泻心汤加减。温胆汤以二陈汤为基础加减而成,其证治核心不外痰、湿、热、郁,故“痰涎”“气郁”所生诸症皆可应用,黄连温胆汤首见于《六因条辨》,易温胆之意为清胆之功<sup>[13]</sup>,方中主取黄连、半夏化痰和胃、清热燥湿;陈皮、枳实行气郁化痰湿,茯苓绝生痰之源,可酌情配以瓜蒌、苍术等化痰药,共奏化痰开郁,疏利气机,清热燥湿之功。现代研究也明确该方具有显著降糖、降脂等作用<sup>[14]</sup>。半夏泻心汤出自《伤寒论》,具有辛开苦降,平调寒热,畅达气机,协调脏腑之用。凡病机属脾胃升降失常,气机郁结者,皆可用半夏泻心汤治疗<sup>[15]</sup>,其辛宣气以消浊,苦燥中焦气郁湿热,以达除湿散满之效。此外,导师常喜用竹茹一味以化痰湿二郁,竹茹异名竹皮,性微寒味甘,归心肺胆胃经,为上中二焦之要药,善开胃郁,具有清化痰热、降逆和胃、通利三焦之功,与葛根相配,葛根升清竹茹降浊,一降一升,清化痰湿,调畅气机。

**2.3 清肝泻火,活血化瘀** 诸郁久而不散,化火化热,则见肝火上逆之候,症见形体肥胖,性情急躁易怒,头痛头晕,口苦口干。治当清肝泻火,方取龙胆泻肝汤加减,本方能清肝降火,泻热分清,湿去痰化,诸症能清,肥胖自去。导师常以荷叶、荷梗为引,以解火(热)郁,荷叶梗,一体两用,荷叶生于水面之上,味苦性平,功具清热解暑,升发清

阳,鼓舞胃气,输布津液而止渴,因其气味芬芳,故善解口干苦之症。荷梗生于水中,中空且直,具疏通,清润之意可通畅腑气,尤适于大便秘结者。此外,现代研究还表明荷梗具有很好的抗抑郁作用<sup>[16]</sup>。故两药为引,直达病所,为诸药之向导,具有泻火通气之功,起到降脂减重的作用<sup>[17]</sup>。

若病久入于血分,或因湿热、痰热随气血而行全身,脉道失通、气血运行不畅,或气郁行血不利致使血液蓄积,而致血郁。治当活血化瘀,此时仍重调畅气机,故取焦树德教授燮枢汤宜之<sup>[18]</sup>。本方兼顾疏肝理气、活血化瘀,具有调转枢机之功,故名燮枢,推陈致新,谓其新血生则气化旺,气化旺盛则康复之力强。导师应用时常加一味桂枝以开血郁,一合白芍调营卫和气血,二则“木得桂则枯”,加桂枝杀肝益脾以开气郁调脾胃<sup>[19]</sup>,起到平调脏腑寒热,调畅全身之气机的效果。

### 3 病案举例

周某某,女,27岁,白领,2019年6月2日初诊。主诉:始于青春期形体偏胖,有自卑心理,后工作后自觉压力较大,抑郁烦躁,饮食作息不规律,喜奶茶等零食,毕业后体重增长20公斤,时觉头晕头痛,胸胁不舒,神疲懒动,大便溏薄,月经周期尚规律,量偏少,色黑夹血块,舌质暗红,苔黄腻,脉弦滑。既往史及家族史无异常。身高161 cm,体重94 kg,腰围105 cm,BMI36.26 kg/cm<sup>2</sup>。此乃肝郁脾虚,痰湿内生,清阳不升之象。以黄连温胆汤合桂枝汤加减化裁:竹茹10 g,枳壳15 g,炒黄连5 g,陈皮10 g,姜半夏12 g,绿梅花20 g,煨葛根25 g,泽泻15 g,桂枝9 g,炒白芍20 g,茯苓15 g,天麻10 g,甘草5 g。鲜荷叶一张为引。日一剂,水煎服,早晚两次分服,共15剂。并嘱患者放松心情,三餐、作息规律,减少零食等不必要能量的摄入,适当运动。

2019年6月18日二诊。患者诉服药后诸症较以往明显改善,情志舒畅,惟夜寐有时欠安,舌淡红,苔白腻,脉弦滑。体重减少2.5 kg。考之前方既效,药稍更删,予加酸枣仁25 g养心安神,更以安五脏。后三诊时,患者诸症平善,心情愉悦,精神状态明显改善,予灵活本方加减为用。一个半月共减重6 kg,后停服汤药,改逍遥丸长期服用,并继续心理疏导,告诉患者减重毅力大于方法,饮

食须定时定量,运动须循序渐进,并定时来门诊进行减重咨询。

按语:本案患者始因青春期开始偏胖致情志不舒、生活习惯有失规律,导致肝气郁滞,脾失健运,水谷精微失于输布,痰湿内生,结于肌腠理及筋肉脏腑发为肥胖。气郁为先,痰湿阻于中焦,清阳不升,浊阴不降,以致诸症蜂起。故治以疏肝解郁,开郁醒脾,升清降浊,调和气血之剂。方中以煨葛根、干荷叶升举清阳,竹茹、泽泻降化浊阴,又以炒黄连、陈皮、半夏、茯苓清化痰湿,健运中焦,共为平衡升降,调畅气机之用;绿梅花、陈枳壳芳香开郁,疏肝理气;天麻平抑肝阳;桂枝配白芍,刚柔并济,解肝木之郁效用倍增,又合白芍通调气血,全方合用,以调畅气机为要,兼顾痰、湿、热、瘀诸郁,使诸郁得解,肥胖自消。

#### 4 结语

综上所述,导师认为今之肥胖可从“六郁”论治,根据“六郁”之偏盛遣方用药,随机应变,不拘泥于常法,此外,还应注意调节患者心理认知,改变其饮食起居等多个方面,以人为中心,给患者提供正确治疗和指导。肥胖的治疗是一个长期的过程,只要辨证准确,守法守方,加之患者心理疏导,日常起居有节,缓以图之,可获得满意疗效。

#### 参考文献

- [1] 覃滢玉,刘佳瑞,郑瑞茂. 肥胖治疗的研究进展[J]. 生理科学进展,2020,51(3):167-173.
- [2] 杨红莲,张丽,段玉红. 越鞠丸对代谢综合征模型大鼠的治疗作用及其对肝脏 AMPK- $\alpha$  表达的影响[J]. 江苏中医药,2015,(5):77-79.
- [3] 王丽君,彭超宝,王耀光. 黄文政教授运用越鞠丸治疗肥胖经验浅析[J]. 天津中医药大学学报,2019,38(2):119-121.
- [4] 王九元. 三子养亲汤合越鞠丸治疗痰湿型肥胖症的临床研究[D]. 太原:山西中医药大学,2019.

- [5] 高加齐,李永攀,张莉,等. 跟师国医大师徐经世运用“和法”治疗内科杂病心得[J]. 中医药临床杂志,2017,(10):1603-1606.
- [6] 徐慧颖. 《全体新论》对中医肝脏理论的顺应和改造[D]. 北京:北京中医药大学,2016.
- [7] 任愉婧,蒋燕,屈乐,等. 《丹溪治法心要》六郁证探析[J]. 国医论坛,2017,32(2):18-21.
- [8] 付书璠,孙宇洁,李慧,等. 徐经世运用桂枝芍药治疗杂病经验[J]. 中国民族民间医药,2020,29(15):79-81.
- [9] 张兰坤,盛蕾,过伟峰,等. “防风”在中药组方配伍中的意义[J]. 中国中医基础医学杂志,2016,22(8):1107-1108.
- [10] 赵学敏. 本草纲目拾遗[M]. 北京:中国中医药出版社,1998.
- [11] 吴璐,赖艳,王莹,等. 基于 Maillard 反应从消化功能的角度探讨麦芽“炒香醒脾”作用机制[J]. 中华中医药学刊,2019,37(12):2905-2910.
- [12] 徐经世. 杏林拾穗[M]. 北京:中国中医药出版社,2013:6-7.
- [13] 徐经世. 徐经世内科临证精华[M]. 合肥:安徽科学技术出版社,2011:189-190.
- [14] 李雨庭,范琳琳,袁茵,等. 黄连温胆汤药理作用及临床应用研究进展[J]. 中医药学报,2018,02:115-119.
- [15] 李付平,葛玉琴,宗义君,等. 半夏泻心汤的古代文献考证[J]. 中国实验方剂学杂志,2020,26(22):164-171.
- [16] 张延红,曹亚飞,赵亚男,等. 荷梗对慢性应激小鼠的抗抑郁作用及其对 TPH2 和  $\beta$  CaMKII 表达的影响[J]. 中成药,2020,42(10):2748-2751.
- [17] 张冀莎,宋颖星. 荷叶等中药对脂代谢影响的探索[J]. 中国社区医师,2018,34(12):10-12.
- [18] 汪元,徐经世,李永攀. 国医大师徐经世“三十二字”调肝法浅析[J]. 中华中医药杂志,2018,33(6):2395-2397.
- [19] 李曦雯,张进军,李春楠. 张进军从“调肝”论治汗证[J]. 成都中医药大学学报,2019,42(3):24-25,29.

(收稿日期:2020-05-25 编辑:方亚利)