

## 国医传承

湖湘针推学术流派“五经配伍”  
论治慢性非特异性下腰痛\*

卫然 娄必丹\*\*

(湖南中医药大学第一附属医院,湖南长沙410007)

**摘要:**湖湘针推学术流派“五经配伍”通过“针五经”“调五脏”来调节脏腑阴阳平衡和治疗相应脏腑疾病。在“五经配伍”学术思想指导下,结合经脉-脏腑相关学说,选取本经、子经、母经、我克经、克我经腧穴,论述慢性非特异性下腰痛(CNLBP)的针灸治疗,以期为临床治疗此病提供新思路。

**关键词:**湖湘针推流派;针灸;五经配伍;非特异性;下腰痛

中图分类号:R249 文献标识码:A 文章编号:2096-1340(2022)02-0022-05

DOI:10.13424/j.cnki.jsctcm.2022.02.005

Huxiang Acupuncture Academic School “Five Jing Compatibility”  
on Treatment of Chronic Nonspecific Low Back Pain

WEI Ran LOU Bidan

(The First Affiliated Hospital of Hunan University of Traditional Chinese Medicine, Changsha 410007, China)

**Abstract:** Huxiang acupuncture academic school “Five Jing compatibility” regulates the balance of Yin and Yang of Zang Fu organs and treats corresponding Zang Fu diseases through “acupuncture Five Jing” and “regulating five Zang organs”. Under the guidance of the academic thought of “compatibility of five meridians”, combined with the relevant theories of meridians and Zang Fu organs, this paper discusses the acupuncture and moxibustion treatment of chronic nonspecific low back pain (CNLBP) by selecting the points of Ben Jing, Zi Jing, Mu Jing, Wo Ke Jing and Ke Wo Jing, in order to provide new ideas for clinical treatment of this disease.

**Key words:** Huxiang acupuncture school; Acupuncture and moxibustion; Compatibility of five meridians; Nonspecific; Low back pain

非特异性下腰痛(nonspecific low back pain, NLBP)指既没有神经根受累也没有严重的潜在疾患的下腰痛<sup>[1]</sup>。此病在临床上找不到确切组织病理结构的改变,又不能通过客观的检查以确诊病

因,按照疼痛的持续时间>12周为慢性,即慢性非特异性下腰痛(chronic nonspecific low back pain, CNLBP)。临床表现为广泛性腰痛,痛区可在腰正中、腰骶部、髂嵴附近、臀部,疼痛可放射到双侧

\* 基金项目:国家中医药管理局“湖湘五经配伍针推学术流派”传承工作室建设项目(LP0118041);湖南省中医药管理局重点课题(201423)

\*\* 通讯作者:娄必丹,主任医师。E-mail:247054522@qq.com

(或单侧)臀部或双侧(或单侧)大腿,但一般不超过膝关节<sup>[2]</sup>。目前临床上对此病还是处于对症治疗的阶段,包括各种手法,运动疗法,物理治疗以及多种形式的药物治疗等。根据WHO的成本效益阈值显示,针灸是CNLBP患者的一种成本有效的治疗策略<sup>[3]</sup>。已成为一种流行的治疗CNLBP临床症状的替代方法<sup>[4]</sup>。

湖湘针推学术流派是一个具有湖湘传统针灸推拿特色的学术群体,其最主要的学术特色为“五经配伍”<sup>[5]</sup>。“五经”指与五脏相关的心、肝、脾、肺、肾五经。五经之间根据五行生克制化存在子经、母经、我克经、克我经的特定关系<sup>[6]</sup>。“五经配伍”理论以五行相生相克理论、藏象学说及经脉-脏腑相关学说等理论为基础,使用针刺、推拿等各种手段刺激相应经络和穴位,通过“针五经”(本经、子经、母经、我克经、克我经)、“调五脏”来调节脏腑阴阳平衡和治疗相应脏腑疾病<sup>[7-9]</sup>。

以往“五经配伍”理论多用于内伤杂病,鲜有用于经筋病的记载,笔者认为腰痛病虽属经筋病,与脏腑亦有密切联系。体表经脉与脏腑通过本脏腑经脉、表里经脉和其他经脉产生密切联系,从而构成较为广泛的经脉-脏腑相关经络系统,经络与脏腑相关、穴位与脏腑相关、躯体与内脏相关皆属于此,《灵枢·经别》云:“外内之应,皆有表里。”外为躯体,内为脏腑,外可应于内,内可应于外,《灵枢·海论》中也提到:“夫十二经脉者,内属于府藏,外络于支节。”由此可见,“针五经”可通过经脉-脏腑相关起到调节体表肢节的作用,这也为“五经配伍”治疗CNLBP提供了依据。本文以“五经配伍”理论为基础,结合经脉-脏腑相关理论,选取五经穴位,采用补母、泻子、抑强、扶弱等治疗方法,对CNLBP的论治进行浅析。

## 1 从病因病机角度探讨CNLBP与经脉、脏腑的关系

CNLBP,属于中医“腰痛病”“痹症”“筋伤”范畴,本病病位在腰部经筋,分为虚实两种,虚者多为先天禀赋不足,或久病体虚所致,实者多为外邪侵袭或跌扑闪挫所致。腰部位于人体中央,为一身纵行经脉之枢纽,《素问·刺腰痛篇》论述了足

三阳、足三阴及奇经八脉腰痛的症状和针灸治疗,这些论述阐明了经络致腰痛的发生机理,即经络空虚无以所养,或经络受邪而不通<sup>[10]</sup>。人体一切活动都有赖于筋骨强健、肌肉充盛,肝主筋,脾主肉,肾主骨,肝脾肾三脏功能失常都会出现腰部损伤<sup>[11]</sup>。因此CNLBP与人体多条经脉及其对应脏腑密切相关,本文主要从以下几个方面论述。

**1.1 CNLBP与足少阴肾经及肾的关系** “肾足少阴之脉……上股内后廉,贯脊属肾,络膀胱……是主肾所生病者……脊股内后廉痛……”足少阴肾经循行经过腰部,司控肾脏,肾经经气阻滞则发为腰痛。肾藏精,主骨,精生髓,髓生骨,全身骨骼的生长发育及运动功能,均有赖于骨髓的充盈。肾精充足,则筋骨强健,腰椎运动功能正常,若肾精不足,骨髓空虚,腰椎不能得到滋养,则腰脊疼痛,转侧不能,活动不利,如《素问·脉要精微论》中所云:“腰者肾之府,转摇不能,肾将惫矣。”“少阴所谓腰痛者,少阴者,肾也,十月万物阳气皆伤,故腰痛也”指出了腰痛与肾及肾经的关系<sup>[12]</sup>。《证治准绳》认为肾虚是腰痛发作之根本<sup>[13]</sup>。肾阳为一身阳气之本,温煦全身脏腑形体,肾阳虚则易外感风寒湿邪,搏结于肾,腰痛不能俯仰。

**1.2 CNLBP与足太阳膀胱经及膀胱的关系** “膀胱足太阳之脉……挟脊抵腰中,入循膂,络肾属膀胱;其支者,从腰中,下挟脊贯臀,入腠中;其支者……挟脊内,过髀枢……是主筋所生病者……项背腰尻腠腠脚皆痛,小指不用。”足太阳膀胱经循行于脊柱两侧,经过腰部,足太阳经筋结于臀,上夹脊,若其经脉受损,经气不足,无以荣养腰部肌肉骨骼,如《素问·症论》:“巨阳虚则腰背头项痛”,症见头项腰背沉重难伸<sup>[14]</sup>;若邪客体表,经脉阻滞,症见腰部折断样疼痛,大腿不能弯曲,如《灵枢·经脉》所言:“膀胱足太阳之脉……是动则病……脊痛,腰似折,髀不可以曲,腠如结,腠如裂。”且膀胱经络肾,肾与膀胱一阴一阳,通过经脉互为络属,构成表里关系,其生理功能密切联系,膀胱经病变若影响肾气灌注腰部经筋,经筋失养,无法束骨利关节,也会引发腰痛。

**1.3 CNLBP与足厥阴肝经及肝的关系** 《素问·

六节脏象论》云：“肝者……其充在筋。”筋指筋膜，是连结人体骨骼、关节、肌肉的组织，与腰部运动功能密切相关。《素问·经脉别论》曰：“食气入胃，散精于肝，淫气于筋。”表明肝气能够濡养筋，肝经经气阻滞导致筋脉挛急<sup>[15]</sup>，如《素问·刺腰痛》所言：“厥阴之脉，令人腰痛，腰中如张弓弩弦。”肝主筋，《读医随笔·风厥痙病》中提到：“肝气舒，心气畅，筋条达，而正气不结，邪无所客矣。”若肝气不疏，筋脉拘急而痛；肝藏血，肝血充足，则筋膜坚韧，腰部活动自如，若肝血亏虚，腰部筋膜失养，运动功能减退，则腰部容易受伤，产生疼痛，如《灵枢·经脉》曰：“肝足厥阴也，是动则病腰痛不可以俯仰。”并且肝肾同源，肝血与肾精相互滋生转化，精血同源，肝肾相生。肝血不足导致肾精亏虚，筋骨不坚，可见腰脊强痛，俯仰无力等症状。

**1.4 CNLBP与足太阴脾经及脾的关系** 《灵枢·经筋》：“足太阴之筋……其内着，着于脊”，指该经筋在里面的部分附着于脊柱。《素问·太阴阳明论》曰：“脾者，土也，治中央。”张介宾注曰：“脊居体中，故应土也。”王冰注曰：“以脊应土，言居中央。”两者都认为，脊柱居于身体的中央，而脾属土，居中央，所以脊柱的疾病与脾相应<sup>[16]</sup>。现代医学也认为，脊柱的稳定由椎旁肌肉和韧带共同维持，腰部肌肉力量失衡与慢性腰背痛有密切关系。《素问·痿论》曰：“脾主身之肌肉。”脾为气血生化之源，后天之本，主运化，若脾气虚弱，后天气血不足，难以充养肾精，长此以往，骨髓枯竭，筋骨痿弱，可诱发腰痛等骨关节疾病；若脾气运化水液功能失常，湿聚成痰，痰气瘀滞，痹阻肌肉关节，症见腰痛沉重冷痛，《石室秘录》中提到：“如人患腰痛者，人以为肾之病也，不知非肾，乃脾湿之故，重如系三千文。法当去腰脐之湿，则腰痛自除。”脾在体合肉，脾胃化源不足，则肌肉痿软，无力束骨，且“久坐伤肉”，现代社会中人们久坐的生活工作习惯极大地提高了腰痛的几率。

## 2 “五经配伍”论治CNLBP

综上所述，CNLBP发病与多条经脉及其对应脏腑皆相关，而在十二正经中，足太阳经直行主干、两条支脉和足少阴经的循行路线均贯穿腰脊，

且腰脊痛见于两经“是主所生病”和足厥阴经“是动所生病”中<sup>[17]</sup>，因此腰痛与肾经及膀胱经关系最为密切，此二经为本经，可共同论治。同时肾属水，子为木，与肝经相关，“克我”为土，与脾经相关。

此病主要病变脏腑为肝脾肾三脏，涉及到膀胱。治疗时可根据“五经配伍”理论，利用五行生克制化关系，结合脏腑-经络辨证，从本经、子母经和克侮经选穴，采用补母泻子、抑强扶弱等方法，调节脏腑阴阳，缓解腰痛。

**2.1 从肾经(膀胱经)及肾(膀胱)论治** 足少阴令人腰痛，痛引脊内廉<sup>[18]</sup>。《灵枢·经脉》云：“足少阴之别……虚则腰痛。”肾经之为病者，多为虚证，应采用补肾填髓之法，肾与膀胱相表里，故二者常常共同取穴。肾在五行属水，其母为金(肺)，其子为木(肝)，其胜为火(心)，其不胜为土(脾)。根据子母补泻，虚则补其母，以补肾经、肺经为主，针刺本经(水)原穴太溪、经穴复溜、八脉交会穴照海及其母经(肺经)之原穴太渊、经穴(金)经渠，配合同名经(心经)之原穴神门及表里经(膀胱经)之原穴京骨、经穴(金)昆仑，行补法以滋肾益精。根据五经克侮，选取克我经(脾经)之原穴太白、郄穴地机，行泻法稍泻脾，因脾为后天生化之本，不可过泻，以免损伤脾土；选取我克经(心经)之原穴神门、合穴少海以泻南补北，清泻心火。且膀胱经过腰脊部，还可局部取穴，针刺肾俞、大肠俞、关元俞、小肠俞、膀胱俞、八髎等穴，以增疗效。

**2.2 从肝经及肝论治** 肝经之为病者，有肝气不疏及肝血不足两种，应采用疏肝养血之法。肝在五行属木，其母为水(肾)，其子为火(心)，其胜为土(脾)，其不胜为金(肺)。根据子母补泻，若肝气不疏，实则泻其子，以泻肝经、心经为主，针刺本经(木)原穴太冲、荥穴(火)行间，及其子经(心经)之荥穴(火)少府，配合同名经(心包经)之荥穴(火)劳宫、八脉交会穴内关及表里经(胆经)之荥穴(火)侠溪，行泻法以疏肝理气；若肝血不足，虚则补其母，以补肝经、肾经为主，针刺本经原穴太冲、合穴(水)曲泉，及其母经(肾经)之合穴(水)阴谷，配合同名经(心包经)之合穴曲泽和表里经

(胆经)之合穴(水)阳陵泉行补法以养血柔肝,缓急止痛。根据五经克侮,若肝气过盛,反侮肺金,选取克我经(肺经)之原穴太渊,行补法以佐金平木、肃肺抑肝;若肝气疏泄太过,木旺乘土,选取我克经(脾经)之合穴阴陵泉,行补法以抑木扶土、疏肝健脾。

**2.3 从脾经及脾论治** 《素问·缪刺论》云:“邪客于足太阴之络,令人腰痛……不可以仰息。”脾经之为病者,多由脾虚所致,应采用健脾祛湿之法。脾在五行属土,其母为火(心),其子为金(肺),其胜为水(肾),其不胜为木(肝)。根据子母补泻,虚则补其母,以补脾经、心经为主,针刺本经(土)原穴太白、荥穴(火)大都、八脉交会穴公孙、合穴阴陵泉,及其母经(心经)之荥穴(火)少府,配合同名经(肺经)之原穴太渊及表里经(胃经)之荥穴(火)内庭,行补法以健脾。根据五经克侮,若土虚木乘,选取克我经(肝经)之原穴太冲、荥穴行间,行泻法以调和肝脾;脾虚导致水湿泛滥,选取我克经(肾经)之原穴太溪,行泻法以防土虚水侮。若水湿停聚,痰浊内生,加用胃经丰隆、心包经内关以化痰祛湿。

### 3 病案举例

刘某,女,49岁,诉“反复腰骶部疼痛5年余,加重1周”,因工作原因长期久坐,5年前出现腰骶部酸软疼痛,腰椎MRI排除器质性疾病,1周前劳累后疼痛加重,自行贴膏药,未见明显缓解,遂寻求针灸治疗。症状:腰骶部酸软疼痛,活动后明显,休息可缓解,喜按喜揉,手足不温,夜尿多,舌淡,苔薄白,脉沉细。诊断:腰痛病(肾阳虚证)。治则:补肾壮阳,温经通脉。取穴:太溪、复溜、肾俞、大肠俞、关元俞、太渊、经渠、神门、太白、气海、关元、阿是穴。治疗12次后,患者症状明显好转。

按语:此病属肾经虚证,根据“五经配伍”理论,选取本经太溪、复溜针刺行补法以温阳化气,及其表里经膀胱经肾俞、大肠俞、关元俞补肾壮阳。根据“虚则补其母”,肾虚应补其母经肺经,故选取肺经穴位太渊、经渠行补法补肺气,从而助肾气化。选取心经神门行泻法以清泻心火、通利小便,防止心火反侮肾水。根据“五行相克”,选取脾

经太白稍行泻法,不可太过,以免伤及后天之本。配合关元穴固本培元、补益下焦,阿是穴活络止痛。诸穴配伍,共奏补肾壮阳,温经通脉之功。

### 4 小结

CNLBP 对患者的生活质量、精神心理造成严重影响<sup>[19]</sup>。同时给社会带来严重的精神压力和经济负担,并且病因较复杂,治疗难度较大,目前临床上常采用多学科治疗,但尚未有明确的诊疗方案。针灸作为一种简便的辅助手段,有通经活络、调节阴阳平衡的作用,广泛应用于镇痛,在此病的治疗过程中发挥了显著疗效。湖湘针推学派“五经配伍”及“针五经、调五脏”的理论为临床提供了一种新的思路,即在治疗脏腑经络病变时,不能仅仅着眼于本经,还要注重子经、母经、我克经、克我经上穴位的应用,并结合经脉-脏腑相关理论,如此才能调节脏腑阴阳、平衡五脏,使机体恢复正常生理机能<sup>[20]</sup>。当然也不能拘泥于此法,可配合局部阿是穴及经验效穴调整治疗方案,以期达到更好的疗效。

### 参考文献

- [1]徐新毅,邱素均,安胜利,等.社区人群非特异性下腰痛的危险因素研究[J].南方医科大学学报,2014,(12):1794-1798.
- [2]刘慧林,郭佳,张晓哲,等.贺氏针灸三通法治疗慢性非特异性下腰痛的临床研究[J].北京中医药,2012,31(12):886-889.
- [3]Taylor P, Pezzullo L, Grant SJ, et al. Cost-effectiveness of acupuncture for chronic nonspecific low back pain[J]. Pain Pract, 2014, 14(7):599-606.
- [4]Lam M, Galvin R, Curry P. Effectiveness of acupuncture for nonspecific chronic low back pain: a systematic review and meta-analysis[J]. Spine (Phila Pa 1976), 2013, 38(24):2124-2138.
- [5]李翠英,李金香,潘诗敏,等.湖湘针推学术流派“五经配伍”针刺治疗消化性溃疡浅析[J].上海针灸杂志, 2017, 36(6):757-760.
- [6]夏云,温骏,卢小叶,等.湖湘针推学术流派“五经配伍”论治中风后尿失禁[J].中国针灸,2017,37(1):66-68.
- [7]李里,潘江,姜必丹,等.从心论治脑病五经配穴法浅析[J].中国中医药信息杂志,2016,23(8):110-111.
- [8]曹徵良,王琼,章薇.湖湘针推学派“针调五经”论治月

- 经病[J]. 山东中医杂志, 2016, 35(5): 431-433.
- [9] 唐乐平, 邵湘宁, 王英, 等. 湖湘针推学术流派“推五经、调五脏”论治小儿食积[J]. 中国针灸, 2015, 35(S1): 59-61.
- [10] 朱少兵, 张龙君, 陈建良, 等. 腰痛病因病机述略[J]. 浙江中医杂志, 2012, 47(7): 502-503.
- [11] 刘海文, 董宝强, 李光明, 等. 从“肝肾-经筋”理论探讨非特异性腰痛[J]. 长春中医药大学学报, 2019, 35(6): 1021-1023.
- [12] 刘晓芳. 电针联合整脊治疗腰椎间盘突出症的临床研究[D]. 广州: 广州中医药大学, 2018.
- [13] 刘会锋. 从脏腑论治腰痛经验探析[J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(96): 36.
- [14] 谢煜, 朱杰彬. 试述《黄帝内经》对腰痛的认识[J]. 中医学报, 2017, 32(12): 2390-2392.
- [15] 刘丹萍, 李思康. 肝经腰痛的诊治思路及针灸治疗[J]. 中医药临床杂志, 2020, 32(3): 456-459.
- [16] 郭秋蕾, 贾文睿, 孙启胜, 等. 《内经》腰痛之经络辨治[J]. 中国针灸, 2017, 37(6): 658-662.
- [17] 张军领, 杨飞. 脾土因素于腰痛病发病作用探讨[J]. 中国中医药现代远程教育, 2016, 14(13): 52-53.
- [18] 翟双庆. 《内经》论腰痛[N]. 中国中医药报, 2012-11-02(5).
- [19] 李伟, 黄肖群, 汪道明, 等. 银质针联合肌内效贴对老年慢性非特异性下腰痛患者疗效及血清 TNF- $\alpha$  和 IL-1 $\beta$  水平影响[J]. 辽宁中医药大学学报, 2019, 21(12): 115-118.
- [20] 柯超, 邓泽成, 单生涛, 等. 湖湘针推学术流派“五经配伍”治疗小儿脑瘫[J]. 长春中医药大学学报, 2018, 34(6): 1116-1118, 1214.
- (收稿日期: 2021-05-17 编辑: 蒲瑞生)