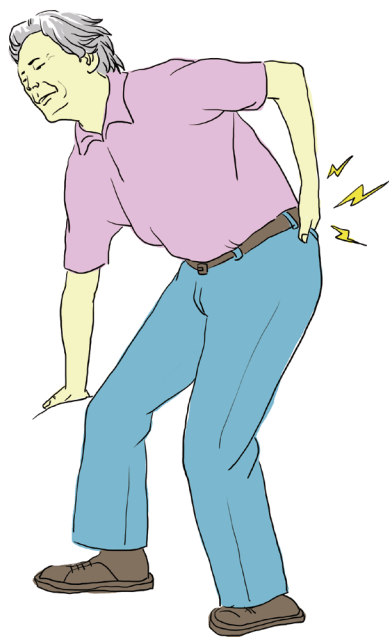


中医入门

话疼痛

撰文 王号

绘图 王洋



“十病九痛”，疼痛既是多种疾病的症状之一，又是诊察相关疾病的线索。虽然疼痛有时也被看作是一种疾病，但中医更倾向于把疼痛看作是一个症状，一个表象。疼痛的原因复杂多样，与环境、气候，人的心情、体质、生活，以及内外科疾病等都有密切关系。中医把人体看作一个气血有序运行的有机整体，不论何种原因引起的疼痛，都是气血失调的结果。所以中医治疗疼痛以“通”字立法，“通则不痛”乃中医治疗疼痛的根本大法。

延胡索止痛的秘密

中医和西医对疼痛的认识虽然大相径庭，治疗疼痛的具体方法也相去甚远，但是有科学研究表明，它们之间或许有着异曲同工之妙。据报道，最近中国和美

国的研究人员，从传统中药材延胡索（又名元胡）中找到并确认一个新的镇痛活性成分——去氢紫堇球碱（DHCB），以此为基础或许可研制出副作用小、无成瘾性的止痛药。动物实验显示，它对疼痛，特别是慢性疼痛可能有很好疗效，并且没有耐药性。而吗啡等阿片类镇痛药，虽然开始药效很强但很快就会产生耐受，需要不停加大剂量才能达到相同的治疗效果。

其实，这并不是现代科学家从延胡索中提取出来的第一种镇痛物质。20世纪中叶，中国科学家成功地从延胡索中分离出镇痛效果明显的延胡索乙素。此药的镇痛作用较解热镇痛药强，又没有杜冷丁等镇痛药物的成瘾性，口服吸收良好，适用于内科疾病引起的钝痛，如头痛、月经痛及

分娩痛等。延胡索乙素的成功研制曾在国际药学界产生了很大反响，被誉为“中药化学成分系统研究少有的范例”。

延胡索到底是何方神圣，竟然蕴含着如此丰富的镇痛成分？其实，在中医看来，这只不过是一味常用的中药而已。延胡索又名玄胡索、元胡、元胡索，其味辛、苦，性温，归心、肝、脾经，能行血中气滞，气中血滞，专治一身上下诸痛，有万能止痛药之称。关于延胡索治疗疼痛，还有一个非常生动的故事。据《本草纲目》记载：明代荆穆王妃胡氏，因食荞麦面时发怒，患了胃脘疼痛的疾病，发病时痛不可忍。医生用过吐、下、行气、化滞等药物，均不能奏效。后来请李时珍诊视。李想到《雷公炮炙论》中的一句话“心痛欲死，速觅延胡”，就用延

胡索3钱，温酒调服。服后即效。这就不难理解科学家们孜孜不倦地研究延胡索，并斩获颇丰的原因了——延胡索的止痛功效已经经历了上千年的临床考验。

不过，用延胡索止痛，只是中医治疗疼痛的冰山一角。在中医的字典里，其实是没有专门止痛药的，中医使用的不是它的止痛功效，而是它的气和味，是它行气、活血的功效。中医讲究辨证论治，只要辨证准确，使用其他药物一样可以达到治疗效果。

三种原因致疼痛

引起疼痛症状的病因很多，几乎各种疾病都伴随着疼痛症状。中医学在漫长的实践中，发展形成了独特而系统的中医疾病理

论，其中对疼痛的认识也不例外。根据中医的基本理论，疼痛的病因分为三大类：一是外感六淫，二是内伤七情，三是不内外因。

外感六淫

六淫是指由自然界中的风、寒、暑、湿、燥、火六种气候变化要素失常转成的侵害人体的致病因素，又称六邪。这六淫在一定条件下都会侵害人体，使机体发生病理性改变，从而产生疼痛，并且各不相同。风邪伤人常可引起头痛、项背疼痛、骨节酸痛，或者游走性疼痛，痛无定处，多见于身体上部。寒邪是引起疼痛最常见的原因，其致痛特点是痛有定处，拘急不可屈伸，遇寒痛剧。被暑邪气所伤，首先引起头痛，

有混蒙不清的感觉。湿邪致痛，多呈重痛。燥邪伤人也可引起疼痛，多伴有咽痛、头痛、胸痛等症状。火热之邪致痛也是极多见的，其特点是疼痛伴灼热红肿。

此外，具有强烈传染性的外邪——疫疠之邪亦是引起疼痛的重要因素。几乎所有的疫病中，疼痛都是主要症状之一，如疟腮患者有严重的腮颊肿痛；疫疠、霍乱伴有剧烈的脘腹疼痛；大头瘟，其致痛欲死。

内伤七情

属情志的致病因素包括喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等七种异常情绪的变化。正常的情绪变化促进气机的正常运行和脏腑的生理功能。异常的情绪变化则导致



延胡索植株图



延胡索的中药材性状



疼痛会导致病人出现焦虑、抑郁等心理问题，而心情不佳又可加重疼痛

气机紊乱和脏腑功能失调，七情致痛直接作用于气机和相应内脏，使脏腑气血功能失调，引起疼痛表现。如：嬉笑不休可出现胸痛和上腹痛；大怒生气后常引起头痛、胸胁满痛；肝郁侮脾或思虑日久可有脘腹胀痛；悲伤哀泣者可出现胸闷胸痛；常受惊吓者，日久可出现腰痛酸软。

不内外因

凡不属于外伤六淫和内伤七情者皆列为不内外因，一般有饮食因素、劳逸问题和外伤虫咬等。饮食致病因素包括饥饱失常、暴饮暴食、饮食不洁、饮食偏嗜等，如饮食过量、暴饮暴食，可造成食滞中焦，则出现胃脘疼痛；饮食失宜、过食生冷、寒伤中阳，可出现脘腹冷痛；饮食不洁，腐败食物聚于胃肠之中可致腹痛，甚至吐泻并作。劳倦致病因素主要指体劳、心劳、房劳的过

度。过劳则气血精微消耗，容易导致虚性疼痛的发生。外伤虫咬包括创伤、跌打损伤、持重努伤和烧伤及虫兽咬伤等。

综上所述，许多致病因素都可导致疼痛，并引起不同性质、不同程度的痛症。因此，需要对其机理进行深入探讨，提高认识和掌握其发生规律。

疼痛病机，不外气血

中医对疼痛病机的认识，首见于《内经》，以后历代医家均以《内经》论述为基础各有发挥，随着经验的积累和认识的深入，疼痛病机理论渐趋完善。虽然疼痛的致病因素复杂多样，疼痛部位、症状等各不相同，但从中医角度来认识疼痛的病机，问题就变得简单了：主要病理环节是气滞、血瘀，即气血失调导致经络、脏腑之间的血脉不通，血行不畅，终致血瘀而产生疼痛。所

以，中医将疼痛的病机高度归纳为虚实两个方面：实证疼痛之病机为“不通则痛”，虚证疼痛之病机为“不荣而痛”。“不通则痛”是由于各种原因引起的机能失调或障碍，气血运行不畅通或阻塞而生病痛。“不荣则痛”则是津液匮乏，阳气亏虚，脏腑、经络失于温养所致，特点是痛势绵绵不绝，喜温喜按。在实际应用上，既要领会“不通则痛”和“不荣则痛”，又要注意两者互为因果，相互转换。

治疗疼痛，方法各异

中医历来称“见痰不治痰，见血休止血，识得个中趣，方为医中杰”。同理，见痛止痛也是中医的大忌，而是要通过望闻问切等途径对疼痛的机理加以了解，对症下药。

首先，要善于发现疼痛的“本来面目”，根据痛的部位、性质、发作时间、伴随症状等，认清疼痛的原因。其次，确立对付疼痛的两个原则。对于“不通则痛”，如果疼痛因食滞，就要消食导滞；如果有痰热，则清热利痰；如果是寒邪入侵，则温阳散寒等。只要将阻滞经络、不让气血顺畅运行的因素全部清除，疼痛就会立即遁形。对于“不荣则痛”，以补气养血、滋阴助阳的原则，使气血充盛、阴阳平衡，脏腑经脉重新得到营养，从而达到止痛的效果。

中医治疗疼痛的基本原则很简单,但具体的治疗方式和方法却复杂多样,如中药、针灸、按摩、外敷、导引、火疗和沐浴等,简直令人眼花缭乱、应接不暇,完全可以用“八仙过海,各显神通”来形容。

针灸治疗疼痛

针灸治疗疼痛,可追溯到《黄帝内经》。针灸治疗通过对穴位的刺激和温煦起到疏通经脉、行气活血的作用,改善了病变部位的气血运行状态,恢复其正常的生理活动。针灸对疼痛症的治疗常有针到痛止的神奇效果。同时,针灸疗法通常不用任何药物,避免了内服和注射药物所带来的毒副作用,所以针灸被称为“绿色疗法”,已经风靡世界各地,有着非常广泛的应用前景。

按摩治疗疼痛

中医按摩的历史悠久,在远古时期,中国就有推拿医疗的活动。当时的人们在劳动中遇到损伤而发生疼痛时,本能地用手按摩痛处,就会感到疼痛减轻或消失。经过长期实践后,逐步发展形成了中医的推拿学科,其治病原理与针灸相同。遇到疼痛症状,特别是疼痛较剧烈时,如能掌握一些简易疗法,可减轻病人的痛苦,争得治疗时间。推拿按摩经济简便,既不需要特殊医疗设备,也不受时间地点气候条件

的限制,随时随地都可实行;且平稳可靠,易学易用,在民间流传深广。

中药治疗疼痛

中医并没有专门的止痛药,几乎任何药物,只要运用恰当,都能达到止痛效果。中草药治疗疼痛以“通”字立法,“通则不痛”乃治疗疼痛的根本大法,但通之之法,各有不同,有通气、通血、通经络、通筋脉、通气机、通肠道等。虚者助之使通,寒者温之使通,无非通之之法也。若必以下泄为通,那就贻笑大方了。疼痛的部位不同,用药也是不同的,应根据中药的性味、归经理论遣方用药,如头痛在枕部,属太阳经,可选用羌活、防风;痛在前额和眉棱骨,属阳明经,可选用葛根、白芷;头额两侧痛,属少阳

经,可选用藁本、吴茱萸。

对于疼痛的治疗,虽立“通”字之法,但病情是复杂多变的,正如陈修园在《医学从众录》中说:“腹中上下诸痛,寒热虚实,皆能致之,温清消补及发表攻里之法,皆可以止痛,故止痛无定方也。”所以,临床选用止痛方式,要因人因时因地制宜,准确选用,方可神效。

除此之外,其他中医疗法,如:拔罐、导引、砭石、揪痧、刮痧、熨洗、沐浴、泡脚、外敷和耳贴等对疼痛都有很好的治疗效果。这些方法虽有不同,但治疗原理还是一样的。其中很多疗法还有方便、快捷,无需专门技能和设备等特点,非常适合在基层大面积推广。■

(责编 桑新华)

按摩就是运用手指的技巧,在人体皮肤、肌肉组织上连续动作,这对于缓解疼痛具有很好的疗效

