

# 基于“阳化气,阴成形”论治儿童矮身材

童婷婷, 张桂菊

基金项目:山东省自然科学基金项目(ZR2023QH158)

作者单位:250014 济南,山东中医药大学第一临床医学院 2023 级中医儿科学专业研究生(童婷婷);250000 济南,山东中医药大学附属医院儿科(张桂菊)

作者简介:童婷婷(1997—),女,山东中医药大学第一临床医学院 2023 级硕士研究生在读。研究方向:儿童肺系、内分泌疾病的诊治

通信作者:张桂菊,E-mail:13685316296@163.com

**【摘要】**矮身材(矮小症)多由先天禀赋不足和后天失于调养所致,脾肾不足为其病机关键。目前西医治疗矮小症多选用重组人生长激素,治疗方案较单一。中医药辨证治疗矮小症疗效明显,可有效改善儿童生长速度、调理体质。现依据导师张桂菊教授临证经验,基于“阳化气,阴成形”理论,认为儿童矮身材与“阴成形”不足密切相关,阴精对于人体生长发育有重要作用,“阴成形”功能正常,儿童才能逐渐长高、日渐强壮;反之,“阴成形”不足,则会导致儿童发育迟缓,身材矮小,故治疗矮小症应辨证加用滋阴类中药如熟地黄、山茱萸、山药、枸杞子、黄精、玉竹、百合等,此类药含有多种有效成分,不仅可以补充人体所需营养物质,还具有调节免疫、保护脏腑等多种功效。此外,方中还应加用健脾助运药,以顾护脾胃,防滋腻太过。

**【关键词】**矮身材; 阳化气,阴成形; 滋阴; 中药; 儿童

doi:10.3969/j.issn.1674-3865.2024.05.007

**【中图分类号】** R339.3+5 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-3865(2024)05-0392-03

## Treatment for childhood short stature based on "Yang transforming qi and yin shaping stature"

TONG Tingting<sup>1</sup>, ZHANG Guiju<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan 250014, China; <sup>2</sup>Affiliated Hospital of Shandong University of Traditional Chinese Medicine, Jinan 250000, China

Corresponding author: ZHANG Guiju, E-mail: 13685316296@163.com

**【Abstract】** Childhood short stature is mostly caused by insufficient congenital endowment and improper nutrition later on, and the key pathogenesis is the spleen and kidney insufficiency. At present, recombinant human growth hormones are used most often for the treatment of short stature in western medicine, and the treatment plan is relatively simple. Traditional Chinese medicine (TCM) has obvious effects in the treatment of short stature based on syndrome differentiation, which can effectively improve children's growth rate and regulate physical fitness. Based on the clinical experience of Professor Zhang Guiju and the theory of "Yang transforming qi and yin shaping stature" it is believed that childhood short stature is closely related to the insufficiency of "Yin shaping stature". Yin essence plays an important role in the growth and development of the human body. Children can gradually grow taller and stronger if the function of "Yin shaping stature" is normal. On the contrary, insufficiency in "Yin shaping stature" will lead to delayed growth and short stature in children. Therefore, in the treatment of childhood short stature, it is necessary to add yin-nourishing Chinese medicines based on syndrome differentiation, such as Radix rehmanniae praeparata, Cornus officina, yam, Fructus lycii, Polygonatum kingianum, Polygonatum odoratum, lily, etc. Such medicines contain a variety of effective ingredients, which can not only supplement the nutrients needed by the human body, but also have a variety of effects such as regulating immunity and protecting the internal organs. In addition, spleen-strengthening and digestion-assisting drugs should be added to the prescription to protect the spleen and stomach and prevent getting too greasy.

**【Keywords】** Short stature; Yang transforming qi, Yin shaping stature; Yin-nourishing; Chinese medicines; Child

矮身材(矮小症)是指在相似生活环境下,同种族、同性别和年龄的个体身高低于正常人群平均身高 2 个标准差者(-2SD),或低于第 3 百分位数。为了突出中医“治未病”理念,有学者提出应扩宽矮小症的中医诊治范围<sup>[1]</sup>。随着生活水平的提高,家长对孩子的身高问题愈加重视,对于身高处于第 3~10 百分位数的矮小儿童,西医一般仅建议监测身高增长速度,加强营养、睡眠和锻炼等,但往往效果不佳,故寻求中医药治疗的患儿逐渐增多<sup>[2]</sup>。偏矮儿童及早诊治,可已病防甚,避免其身高低于第 3 百分位数以下<sup>[1]</sup>。同时研究表明,矮小儿童较正常同龄儿童容易出现心理健康问题<sup>[3]</sup>,因此尽早发现并纠正儿童的身高问题对于儿童健康成长尤为重要。

目前中医学尚无矮小症对应病名,但基于其身材矮小症状,很多学者认为可归为“五迟”“胎弱”等范畴,主要由于先天禀赋不足及后天失养,病性多属虚,辨证多以脾虚、肾虚为主,另有肝血虚、心血虚等证,治疗以温补肾阳、益气补中、养阴柔肝、养心安神为主<sup>[4]</sup>。现依据导师张桂菊教授临证经验,基于“阳化气,阴成形”理论探讨儿童身材矮小的中医药治疗。

## 1 对“阳化气,阴成形”理论的理解

“阳化气,阴成形”理论出自《素问·阴阳应象大论》。中医学认为,气指人体的各种生理功能,形指机体的形体结构,属阳者动而弥散,属阴者静而凝聚。《黄帝内经素问集注》曰:“阳化万物之气,而吾人之气,由阳化之;阴成万物之形,而吾人之形,由阴成之。”揭示了形、气与阴、阳的关系。“阳化气”指人体的气化活动依赖于阳气的推动,是看不见、摸不着的无形的过程,主要指功能方面的作用;“阴成形”指人体的一切有形之体均依赖于阴精的滋养,是看得见、摸得着的有形的过程,主要指形态的体现<sup>[5]</sup>。“阳化气,阴成形”贯穿人类生命的始终,从受精卵的结合到人体的生长发育,人体正常功能运转和正常结构维持均有赖于阳气的“化气作用”和阴精的“成形作用”,小儿在阳气与阴精的共同作用下逐渐长高、日渐强壮<sup>[6]</sup>。《素问·调经论》曰:“阴阳匀平,以充其形”,阴阳平衡,才能达到人体健康状态,阴阳失调则形体肥胖或矮小。

## 2 “阴成形”与儿童身材矮小的关系

《温病条辨》云:“小儿稚阳未充,稚阴未长者也。”“稚阴”即小儿精、血、津液、脏腑、筋骨、脑髓、血脉等有形之物都是幼稚的。朱丹溪认为:“人生十六岁以前,血气俱盛,如日方升,如月将圆。惟阴长不足……”另小儿“发病容易”,如用药不慎,大苦大辛大热之品极易伤阴。阴精具有成形作用,阴不足,则成形功能低下。《灵枢·本神》曰:“五脏主藏精者

也,不可伤,伤则失守而阴虚;阴虚则无气,无气则死矣。”由此可见,阴是人体生命活动的物质基础<sup>[7]</sup>。林一峰等<sup>[8]</sup>认为“阴成形”功能正常,则机体不断生长发育,五脏六腑、四肢百骸逐渐成长壮实;阴精不足,则“阴成形”功能低下,无法形成足量的有形物质,导致形体矮小。因而基于“阳化气,阴成形”理论,若阴阳失衡,阳不化气,阴成形太过,则会导致儿童肥胖<sup>[9]</sup>;阴成形不足,形体缺乏阴精滋养,则导致身矮。

## 3 运用滋阴药治疗身材矮小

“阴成形”与儿童身高增长密切相关,阴精充足,则成形功能正常,儿童逐渐长高、日渐强壮;阴精不足,则成形功能低下,儿童出现身矮。因此治疗儿童身矮如有阴虚表现者应加用滋阴药。多项研究表明,中药方中加入滋阴药有利于改善儿童身高增长<sup>[10-13]</sup>。刘文利等<sup>[10]</sup>认为膏方中加用“熟地黄、山茱萸、山药、枸杞子、黄精”等药可补养先天之阴精,推进“阴成形”过程。由于“阴成形”过程缓慢,患儿需长期服药才可使疗效显著。中药膏方善于补虚、便于久服,且口感较佳,儿童易于接受。吴莉城等<sup>[11]</sup>采用生长 1 号方(组成:太子参、炒白术、茯苓、黄芪、山药、山萸肉、熟地黄、菟丝子、补骨脂、枸杞子、桑枝、炙甘草)联合中医推拿治疗矮小症,结果显示可有效提高儿童生长速度,改善身高。李慧杰<sup>[12]</sup>自拟健脾肾助长方(组成:太子参、山药、白术、陈皮、熟地黄、龙眼肉、玉竹、鸡内金、牡蛎、黄精、炙甘草)联合重组人生长激素(recombinant human growth hormone, rhGH)治疗特发性矮小症患儿,研究发现可促进生长,改善身材矮小,减轻 rhGH 的不良反应。冯斌等<sup>[13]</sup>采用金匱肾气丸配合 rhGH 观察对特发性矮小症患儿生长速度及相关生化指标血清水平的影响,研究表明二者联合能显著调节骨代谢,促进生长,机制可能为金匱肾气丸含有熟地黄、茯苓、山药等成分,可提供钙、磷、锌等儿童生长发育所需元素,促进骨形成、骨骼生长,提高患儿身高。由此可见,治疗儿童身矮方中加入熟地黄、山药、山茱萸、黄精、枸杞子、玉竹等滋阴类药,可改善儿童身高,同时配伍白术、山药等益气健脾药可防治滋腻太过,以助中焦吸收。

现代研究表明,熟地黄、山茱萸、山药、枸杞、黄精、百合等滋阴药含有多种有效成分,除提供人体所需营养物质,还可提高免疫,保护脏腑<sup>[14-24]</sup>。《雷公炮制药性解》载熟地黄“滋肾水,补益真阴”,现代研究表明,其含有苯乙醇苷、多种微量元素等有效成分,可改善造血、增强免疫、抗炎、促进骨细胞增殖、提高学习记忆等<sup>[14]</sup>。《本草经集注》载:山茱萸“强阴,益精,安五脏,通九窍……久服轻身”,含有环烯

醚萜及其苷、多糖、羟基茺花素等有效成分,可保护肾脏、调节免疫、抗炎等<sup>[15]</sup>。同时实验表明从山茺萸中提取的山茺萸新苷 I 可促进成骨细胞增殖分化<sup>[16]</sup>。《本草经集注》载:山药“补中、益气力、长肌肉”,研究表明,其含有丰富的多糖、皂苷、蛋白、维生素及氨基酸等有效成分,具有抗炎、调节免疫、保护肾脏、提供人体所需营养物质等多种功能<sup>[17]</sup>。《神农本草经》载:枸杞“久服坚筋骨,轻身,不老”,含多糖、花青素、维生素、生物碱等化学成分,具有调节免疫、调节机体运动能力及疲劳状态、保护肾脏及神经系统等药理作用<sup>[18]</sup>。此外枸杞黄酮类成分花青素可增加机体脂肪酸代谢以改善肥胖<sup>[19]</sup>。《神仙芝草经》载:黄精“宽中益气,使五脏调良,肌肉充盛,骨髓坚强,其力增倍”,含多糖类、氨基酸及无机元素等成分,具有抗菌、抗炎、调节免疫、改善睡眠等作用<sup>[20]</sup>。《本草拾遗》载:玉竹“主聪明,调血气,令人强壮”,含有多糖类、皂苷类、氨基酸及微量元素等成分,可抑菌、调节免疫、保护肾脏等作用<sup>[21]</sup>。《本草述》载:“百合之功,在益气而兼之利气,在养正而更能祛邪”,含多糖、甾体皂苷、生物碱、酚类等成分,具有抑菌、调节免疫、抗炎、镇静催眠、止咳化痰、抗疲劳等作用<sup>[22]</sup>。

#### 4 结语

矮小症是临床常见的一种儿童生长发育障碍性疾病,病因复杂,多认为与遗传、营养、精神心理因素、睡眠、全身性慢性疾病、内分泌等因素有关<sup>[23]</sup>,不仅导致儿童生长发育状态异常,还会产生焦虑、抑郁和自卑等不良情绪,影响儿童身心健康<sup>[24]</sup>。现今随着生活水平及受教育程度的不断提高,家长对儿童的最终成年身高要求越来越高,因此早发现、早干预矮小儿童身高对于改善最终成年身高尤为重要。儿童身材矮小与阴精不足、成形功能低下密切相关,阴精具有滋养作用,阴精充足则儿童逐渐长高强壮。结合导师经验及各项研究表明,滋阴类中药对于儿童身高增长具有显著作用。陈林睿等<sup>[25]</sup>通过对不同中药方剂治疗矮小的疗效分析研究发现,在相同疗程内,排除生活及运动等因素的差异,中西医结合治疗的效果明显高于单纯西医治疗。改善身高是一个长期的过程,服用汤药虽有明显治疗效果,但短期难以显效,而长期服用汤药儿童又无法接受,中药膏方虽起效较缓,但药力持久,且口感较佳,更易为儿童接受<sup>[26]</sup>。同时患儿在日常生活中应均衡饮食、适量运动、保证夜间深度睡眠,既可以增强体质,又可以促进生长激素的分泌,也是帮助矮小儿童长高的必要因素,另外应定期监测身高体质量,观察生长速度,以期达成理想身高。

#### 参考文献

- [1] 张建. 关于中医学“矮小症”的定义思考[J]. 中国中西医结合儿科学, 2013, 5(3): 213-214.
- [2] 张佳娟, 叶进. 叶进从小儿脾虚证论治矮小症经验[J]. 浙江中医药大学学报, 2017, 41(1): 72-74.
- [3] 熊菲, 黄丽丽, 杨凡. 学龄期矮身材儿童及家长的心理状况分析[J]. 中国儿童保健杂志, 2018, 26(6): 594-596.
- [4] 陈祺, 宣桂琪. 宣桂琪辨治特发性矮小症之精粹[J]. 江苏中医药, 2011, 43(4): 17-18.
- [5] 李正富. 对“阳化气, 阴成形”含义的探讨[J]. 浙江中医学院学报, 2004, 28(6): 10.
- [6] 张学娅, 饶宇东, 郭春霞, 等. 《内经》“阳化气, 阴成形”含义探讨[J]. 辽宁中医杂志, 2020, 47(4): 80-82.
- [7] 李婷, 时旭平, 田苑, 等. 《伤寒论》滋阴思想刍议[J]. 四川中医, 2016, 34(2): 15-17.
- [8] 林一峰, 唐汉武, 史彭亮. 基于“阳化气, 阴成形”探讨退行性脊柱疾病的中医证治[J]. 中国中医基础医学杂志, 2015, 21(4): 443-444.
- [9] 刘岩, 张雯, 崔霞, 等. 从“阳化气, 阴成形”论治儿童单纯性肥胖症[J]. 现代中医临床, 2022, 29(4): 60-64.
- [10] 刘文利, 郜洁, 罗颂平. “阳化气, 阴成形”在卵巢早衰诊治中的体现[J]. 现代中医临床, 2021, 28(1): 73-76.
- [11] 吴莉城, 杨亭亭, 王勤. 生长 1 号方结合推拿治疗特发性矮小症脾肾两虚证 30 例临床观察[J]. 中医儿科杂志, 2021, 17(2): 51-54.
- [12] 李慧杰. 健脾助运方辅助重组人生长激素治疗小儿特发性矮小症的效果观察[J]. 中国中医药科技, 2022, 29(2): 247-248.
- [13] 冯斌, 张超. 金匮肾气丸配合 rhGH 对特发性矮小症患者生长速度及其相关生化指标血清水平的影响观察[J]. 时珍国医国药, 2020, 31(8): 1852-1854.
- [14] 赵婧含, 李雪, 吴文轩, 等. 熟地黄的化学成分及药理作用研究进展[J]. 中医药学报, 2023, 51(6): 110-114.
- [15] 柳洋, 王丽. 山茺萸治疗糖尿病肾病研究概况[J]. 中医药临床杂志, 2022, 34(9): 1778-1782.
- [16] 黄佳纯, 林燕平, 陈桐堂, 等. 山茺萸新苷 I 对成骨细胞的增殖及成骨分化的影响[J]. 中国骨质疏松杂志, 2020, 26(1): 1-5.
- [17] 杨雁, 孙羽灵, 孙建梅, 等. 山药活性成分药理作用研究进展[J]. 中国野生植物资源, 2022, 41(12): 55-60.
- [18] 张雪燕, 戴瑜婷, 王艺璇, 等. 枸杞化学成分和药理作用研究进展及质量标志物的预测分析[J]. 中华中医药学刊, 2024, 42(1): 174-183.
- [19] Wu T, Guo X, Zhang M, et al. Anthocyanins in black rice, soybean and purple corn increase fecal butyric acid and prevent liver inflammation in high fat diet-induced obese mice[J]. Food Funct, 2017, 8(9): 3178-3186.
- [20] 文晓萍, 杨常碧. 黄精化学成分与药理研究概况[J]. 山东化工, 2023, 52(23): 126-128.
- [21] 孟庆龙, 崔文玉, 刘雅婧, 等. 玉竹的化学成分及药理作用研究进展[J]. 上海中医药杂志, 2020, 54(9): 93-98.
- [22] 孙佳宁, 连希希, 孙伶俐, 等. 百合主要成分及药理作用研究进展[J]. 中国野生植物资源, 2022, 41(7): 45-50.
- [23] 白云. 儿童矮小症的原因分析与预防[J]. 中国卫生标准管理, 2021, 12(11): 8-10.
- [24] 叶淑芳, 吴俊, 洪秋月, 等. 矮小症儿童临床特点及影响因素分析[J]. 中华全科医学, 2024, 22(7): 1171-1174.
- [25] 陈林睿, 杨青. 中药治疗儿童矮小症疗效 Meta 分析[J]. 中医临床研究, 2023, 15(14): 108-114.
- [26] 朱俏凝. 矮小症的中医药治疗进展[J]. 新疆中医药, 2024, 42(3): 115-117.