

基于“和法”探析儿童功能性便秘的辨治思路

袁振华, 王俊宏, 张菁, 刘苗苗

作者单位: 100700 北京, 北京中医药大学第一临床医学院 2022 级中医儿科学专业研究生(袁振华, 张菁, 刘苗苗); 北京中医药大学东直门医院儿科(王俊宏)

作者简介: 袁振华(1994-), 男, 北京中医药大学第一临床医学院 2022 级博士研究生在读。研究方向: 中医药治疗儿童神经、消化、呼吸系统等疾病

通讯作者: 王俊宏, E-mail: drjhwang@bucm.edu.cn

【摘要】 小儿功能性便秘是儿科常见疾病之一, 本研究旨在探讨该病的中医治疗思路, 以“和法”为核心理论框架。首先, 追溯“和”法的历史渊源和理论内涵, 深入阐述了其核心概念及应用背景。其次, 认为“气机失和, 传导失司”为本病的核心病机, 着重强调气机与大肠之间相互联系。并进一步深入探讨了治疗该病的原则, 提出了“祛邪扶正, 和调气机, 通达肠腑”为治疗策略的核心, 包括内外协调、脏腑平衡、津液维护、情志调节和饮食安排等方面。本研究拓展了儿童功能性便秘治疗的理论视野, 突显了中医传统理论在处理小儿消化问题中的关键地位, 有望为改善儿童功能性便秘提供有益的指导。

【关键词】 便秘; 和法; 气机; 辨证论治

doi:10.3969/j.issn.1674-3865.2024.01.003

【中图分类号】 R725.7 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-3865(2024)01-0012-04

Exploring the differentiated treatment for functional constipation in children based on the "Harmony Method"
YUAN Zhenhua, WANG Junhong, ZHANG Qiang, LIU Miaomiao. Beijing University of Traditional Chinese Medicine, Beijing 100700, China

【Abstract】 Functional constipation in children is one of the common diseases in pediatrics, and this study aims to explore the treatment for this disease in traditional Chinese medicine (TCM), with the "Harmony Method" as the core theoretical framework. Firstly, the historical origin and theoretical connotation of the "Harmony Method" are traced, and its core concepts and application background are elaborated in depth. Secondly, it is believed that "loss of harmony of qi and misdirection of conduction" is the core mechanism of the disease, emphasizing the interconnection between qi and the large intestine. The principles of treating this disease are further discussed in depth, and it is proposed that "eliminating evils and supporting vital qi, harmonizing the qi and regulating the qi, and communicating with the intestines and bowels" are the core of the treatment strategy, including internal and external coordination, balance of the internal organs, maintenance of fluids, regulation of emotions and moods, and dietary arrangements. This study expands the theoretical horizon of the treatment for functional constipation in children, highlights the key position of traditional Chinese medicine theories in dealing with pediatric digestive problems, and is expected to provide useful guidance for improving functional constipation in children.

【Keywords】 Constipation; Harmony Method; Movement of vital energy; Syndrome differentiation and treatment

功能性便秘是儿童常见的消化系统疾病, 临床主要以排便次数少、排便时间延长、排便费力或干结为特点, 或可伴有腹痛、腹胀、纳差等其他表现^[1]。功能性便秘占儿童便秘 90% 以上, 世界范围内患病率为 0.7%~29.6%^[2-3]。尽管通常不伴随明显的器质性病变, 但便秘日久可影响患儿的身心发展和

家庭的生活质量。目前西医治疗主要以缓泻剂、润滑剂、促胃肠动力剂或微生态制剂等药物, 短期内可改善症状, 但停药后易复发或加重, 且长期应用可产生依赖性。而传统中医注重个性化的辨证论治, 尤其是中医“和法”的治疗思想, 对本病的治疗优势相对明显, 以“调”的方法与过程为手段, 将人体不和、

失和、失畅的病变状态调整恢复到内外和谐、脏腑和调、气血和畅的一种阴平阳秘的正常功能状态^[3],从而改善患儿便秘的症状。

1 “和”法的溯源与理论内涵

“和”既是中华文明的智慧巅峰,亦构成了人体精气神生命观的核心。其肇端于先秦百家诸子,如《道德经》中所述:“万物负阴而抱阳,冲气以为和^[4]。”《黄帝内经》秉承并延伸了这一思想,强调“凡阴阳之要,阳密乃固,两者不和,若春无秋,若冬无夏,因而和之,是谓圣度”、“内外调和,邪不能害”等原则,着重于强调人与自然、社会,以及人体内部之间的和谐观,开创中医“和”思想之先河;东汉医圣张仲景提出了“阴阳自和”“和胃气”“脉自和”“津液自和”等概念,并创立了解少阳、调和营卫等疗法,为“和法”奠定基础;明代张景岳在《景岳全书》中较为全面地论述“和”及“和法”,其“和略”对后世方剂学“和法”理论确立影响至深;清代的程国彭更将“和法”明确定位于中医的八法之一,强化了这一概念在中医学中的重要地位。

纵览医家对“和法”的理解,“和法”大致可分为三类^[5]:第一,狭义的“和解法”,其针对半表半里证候,如和解少阳、和解膜原,以修复机体特定部位的不和谐;第二,广义的“调和法”,针对多个病因相杂、多种病机交织、多种病性共见的病证,如“虚实夹杂”“寒热错杂”“表里同病”等,其综合多种治疗方法,促使全面恢复协调有序状态;第三,相对的“缓和法”,其强调逐渐微调治疗,实现内外平衡。这三类“和法”为中医提供了更多选择和灵活性。

2 “气机失和,传导失司”为小儿功能性便秘的核心病机

《素问·灵兰秘典论篇》曰:“大肠者,传道之官,变化出焉。”说明粪便的排出与大肠功能关系密切。同时《素问·五脏别论篇》言:“魄门亦为五脏使”,说明排便亦受五脏六腑共同控制,同时排便是否通畅也可影响到五脏六腑的功能。便秘病位虽在大肠,但其传导功能的正常发挥主要靠气的主导与运行,并涉及五脏之气,主要靠肺气的肃降、肝气的疏泄、脾气的运化与肾气的推动作用。若气机失调,如肺失肃降、肝气郁滞、脾气失运、肾气不足,则大肠传导失司而发生便秘。肺与大肠相表里,肺主宣发肃降,吐故纳新,以降为和,若肺气宣降失常则直接影响大肠“传化物”的功能;脾胃为人体气机升降枢纽,若升降功能失常,大肠传导必然失职,不能顺利降浊而便秘;肝主疏泄,与脾胃之气关系密切,肝气失疏则胃失和降;肾司二便,肾气失煦则脾胃升降无力,浊气难以

下降。故凡能影响肺、脾、肝、肾三脏功能,导致三焦气机失常者,皆可致大肠传导功能失常而成便秘。

3 “祛邪扶正,和调气机,通达肠腑”为小儿功能性便秘的治疗原则

便秘的病因病机是多方面的,外有六淫之邪侵袭机体导致内外失和,内有饮食、情志、热盛伤津、正虚等致使脏腑功能失常,故在治疗上应把握内外,协调脏腑,畅达全身气机,针对具体病因辨证论治,和其不和之因,消除“不和”“失和”的病机,从而达到和调气机,畅通肠腑的目的。

3.1 和其内外

内外合邪,或为外邪引动人体素有痼疾,也可能是外邪与体内潜伏的邪气同时发作,甚至有时正气虚弱,让外邪得以入侵。这种情况下,内外因素相互交织,导致了人体的生理功能失去平衡,进而引发疾病。肺为“华盖”,往往首先遭受外邪侵袭,小儿阳常有余而阴常不足,且肺为娇脏不耐寒热,故感邪易从火化,肺与大肠互为表里,邪热循经而走大肠,则为大便干结。小儿为少阳之体喜达恶郁,若遇内外合邪易致机体少阳枢机不利,而出现半表半里之证,故在治疗时应和解表里,透邪外出。临床处方首选小柴胡汤加减以运转枢机,此方容不同性味之药,寒热并用,攻补兼施,可沟通内外,使气机条达而大肠传导正常。且有研究显示,小柴胡汤可以通过调节中枢信号通路,改善食欲,促进胃排空,从而达到调节脑肠交互而改善便秘的作用^[6]。

3.2 和其脏腑

《黄帝内经》强调魄门的启闭功能受五脏之气的调节,而其正常启闭与脏腑气机的升降密切相关。故调和其脏腑功能在便秘治疗中至关重要,其和法主要体现在调节肺气宣肃、疏肝运脾和补肾益气等方面,其中顽固性便秘多虚实夹杂或寒热相兼,故在治疗上以攻补兼施,寒热并用。实秘者,以降为通,以通为用;虚秘者,补中寓通,以通为道。若肺气郁闭者,可选四磨汤合宣肃之品加减以理气导滞,使上焦开泄,下窍自通;若肝脾不调者,可选小建中汤加减以调和肝脾,使中焦气机升降之轴运转自如;若肾气不足者,可选六味地黄丸加减以匡扶下焦气机动力,从而增强肠腑蠕动功能以促进排便。

3.3 和其津液

小儿为“纯阳之体”,且具有“阳常有余,而阴常不足”的体质特点,容易出现“阳盛火旺”而伤津现象,且便秘的发生多数为大肠津液亏虚而传导失润所致,如《万氏秘传片玉心书·大小便门》载:“大便不通症候,有虚有实不同,虚为津液少流通,肠涩不

能传送”^[7]，故滋阴润肠思想应贯穿小儿便秘治疗过程始末。如临床常用于治疗阴亏便秘的增液汤，方中重用玄参为君药，其性咸寒润下，善滋阴降火，润燥生津。麦冬甘寒滋润，大有滋阴润燥之功；生地黄滋阴壮水，清热润燥。二药共为臣佐。三药合而用之，大补阴津，即以增水，水满则舟自行。全方药少力专，寓泻于补，以补药之体，作泻药之用，既可攻实，又可防虚。有相关研究证实，采用滋阴润肠法治疗小儿功能性便秘，具有显著的效果：能有效增加排便的频率，减少首次排便所需的时间，改善大便的性状，并明显缓解排便困难，实现了确凿的临床疗效^[8]。

此外，脾肾协同管理水液代谢，脾脏负责水分的运化，将其输送至肾经，肾气在这一过程中对水液进行代谢，然后将其分发至全身，体现了“其本在肾，其制在脾”的中医理念。李东垣在《东垣十书·燥门》曰：“肾主二便，主五液，津液润则大便如常，津液不足则大便燥结。肾阳虚衰，阴寒凝滞肠胃，使之传导无力，津液不行，亦可致排便困难”，故滋补脾肾之阴在缓解小儿功能性便秘方面具有重要价值。脾阴是化生营血的重要物质，甘能益血，阴血足可以制阳则内热不生。脾阴宜养，法在柔润，取药宜甘。甘淡之药是滋补脾阴之大法，如山药、太子参、甘草、莲子肉等。同时，滋养肾水有助于化生津液，滋补先天肾阴则有助于滋养后天脾阴，平衡肝脏的功能，防止肝气犯脾，因此在治疗上应注重滋补肾阴之药，如熟地黄、山药、枸杞子、牛膝等。这些药物有助于调节水液代谢和促进阴气的平衡，从而对小儿功能性便秘的治疗具有积极作用。

3.4 和其情志

七情具有两面性，良好的情志活动则有协助治疗和促进康复的积极意义，而情绪变化过度，超过了身体的调节能力范围，会引起阴阳失调、脏腑气机逆乱。便秘的发生与情志因素密切相关，情志失调则气机升降失调，壅滞大肠，粪便内停，久之为秘。如《症因脉治·大便秘结论》云：“诸气怫郁，则气壅大肠，而大便乃结^[9]。”小儿体禀属阳，加之心肝有余，现在多数家长对孩子要求和压力大，感邪或环境影响容易引起情绪的异常波动，从而导致机体气机郁滞。明·李梃在《医学入门》中云：“肝与大肠相通”^[10]，基于肝气疏泄对大肠传导功能的重要作用。肝主疏泄，调畅情志，在治疗上可选四逆散加减，从疏肝理气入手，以升散脾气，降逆胃气，从而增强大肠传导功能，糟粕得运，则便秘自愈。清代唐宗海在《中西汇通医经精义》中亦言：“大肠传导，全赖肝疏

泄之力^[11]。”

此外，应注重了解患儿的心理状态，通过倾听、鼓励、引导等不同方法进行心理疏导，同时家长配合，帮助患者解除精神紧张与焦虑情绪。随着生物-心理-社会医学模式的发展，探析胃肠心身问题对功能性胃肠疾病的影响十分必要，发挥中医药身心同治的优势，这对改善患者心理状态及生活质量，提高临床疗效很有意义。

3.5 和其饮食

明代万密在《育婴家秘·鞠养以防其疾》中有载：“小儿无知，见物则爱，父母不知，纵其所欲，如甜腻粳饼、瓜果生冷之类，无不与之，任其无度，以致生疾。”说明小儿的脏腑娇嫩，特别容易受到饮食不当的影响而发生诸疾。因小儿脾常不足，且自我约束能力较弱，容易被甜食、油腻及生冷食材所吸引，若家长不及时干预，任其恶习发展，将可能长期损害儿童的脾胃功能。若脾胃运化功能失职，升降失调，则影响清阳升发与浊阴下降，从而影响到大肠的传导功能，糟粕无法正常排出，最终导致便秘。因此，家长需要在孩子的饮食管理方面加强控制，应该建立合理的饮食计划，以确保孩子摄入足够的纤维、水分和维生素，以维护肠道健康。另外，治疗过程中需要家长密切关注孩子的反应，应该鼓励孩子养成健康的生活习惯，包括适度的锻炼、充足的睡眠和避免过度紧张等，以降低便秘再次发生的风险。

4 结语

小儿功能性便秘是一种常见的小儿肠道问题，对患儿及其家庭的生活质量产生不小的负担。中医药治疗小儿便秘疗效确切，有独特优势，以标本兼治为原则可为小儿便秘的临床治疗提供用药指导^[12]。其中中医“和法”作为一种综合性的治疗方法，强调调和各种因素以实现身体的平衡，为小儿功能性便秘的治疗提供了独特的思路。通过辨证施治、调和脏腑、内外、津液、情志、饮食和生活习惯的调整，可以有效地改善小儿的便秘问题，提高其生活质量。本文通过详细探讨中医“和法”的应用和相关理论，为临床医生和研究人员提供了有关小儿功能性便秘治疗的新视角，其综合性治疗思路和个性化治疗方法为解决这一常见问题提供了更多可能性。

参考文献

- [1] Benninga MA, Nurko S, Faure C, et al. Childhood functional gastrointestinal disorders: neonate/toddler[J]. Gastroenterology, 2016, 150(6):1443-1455.
- [2] 王宝西. 儿童慢性便秘的临床特点及治疗[J]. 中国实用儿科杂志, 2012, 27(8):561-564.