

周建华教授基于“升清降浊法”治疗气滞型便秘经验

石冲¹ 王鑫² 谷佰健¹ 周建华^{1*} (通讯作者)

(1. 长春中医药大学附属医院 吉林长春 130012;
2. 长春中医药大学 中医医院、中医外科学 吉林长春 130117)

【摘要】周建华教授认为,脾胃是全身气机升降之枢纽,脾升胃降,若此功能失司,则气机壅滞,大肠传导不利;同时气机运行不畅又生湿邪,湿邪下注大肠更生糟粕黏滞之态,故气滞型便秘离不开湿邪的因素。从脾升胃降论治气滞型便秘,治以疏气机、祛湿邪之法,恢复脾胃气机之功。全方升降相因,补而不滞,脾升胃降贯穿始终,从整体观出发,审证求因,以达标本兼治,长治久安之效。

【关键词】升清降浊法;脾升胃降;便秘

Professor Zhou Jianhua based on the experience of treating qi stagnation type constipation by "ascending and descending method"

Shi Chong¹ Wang Xin² Gu Baijian¹ Zhou Jianhua^{1*} (corresponding author)

(1. Affiliated Hospital of Changchun University of Traditional Chinese Medicine, Changchun, Jilin 130012;
2. Hospital of Traditional Chinese Medicine, Changchun University of Traditional Chinese Medicine, Department of Traditional Chinese Medicine Surgery, Changchun, Jilin 130117)

[Abstract] Professor Zhou Jianhua believes that the spleen and stomach are the hub of qi ascending and descending of the whole body, if the spleen ascends and the stomach descends, qi will stagnate and the large intestine will not conduct well. At the same time, the poor operation of qi will cause dampness, which will flow down to the large intestine and cause the sticky state of dregs, therefore, qi stagnation constipation can not be separated from the factors of dampness. Constipation of qi stagnation type is treated from the theory of spleen ascending and stomach descending, with the method of dispersing qi and eliminating dampness to restore the function of spleen and stomach qi. The whole prescription has the effects of ascending and descending, tonifying but not stagnating, and the spleen ascending and stomach descending throughout the whole process, so as to achieve the effect of treating both symptoms and root causes and achieving long-term stability.

[Key words] method of ascending the clear and descending the turbid; spleen ascending and stomach descending; constipation

便秘是指大肠传导功能失司,肠内糟粕久停,秘结不通的一类病症。最初,在古籍中,便秘病是作为一个临床症状被记载的,如《素问·玉机真脏论》中:“脉盛、皮热、腹胀、前后不通、闷瞀,此为五实^[1]。”到后期,随着历代医家在实际中的逐步积累,便秘成为一个独立的病症。关于便秘病因病机的认识,历代医家皆认为大肠传导糟粕功能失司是便秘发生的关键所在,且还与五脏生理功能紊乱关系密切,早在《素问·五脏别论》中有所记载,“魄门亦为五脏使,水谷不得久藏^[1]。”

周建华教授,长春中医药大学附属医院肛肠科主任医师,博士研究生导师,第一批全国优秀中医临床人才,从事医、教、研工作四十余年,治病严谨,严守理法方药,强调整体观念和辨证论治,临床上以升清降浊汤治疗气滞型便秘,疗效满意。以下是周建华教授运用升清降浊汤针对气滞型便秘进行诊疗的宝贵经验分享。

1 周建华治疗气滞型便秘的学术思想

周建华教授在总结历代医家学术思想的基础上,结合自己在临床上的经验和心得体会,根据中医整体观念理论,认为治疗气滞型便秘,不能单纯投以行气破气之品,还应“求本”“引邪”^[2]。

1.1 求本

《素问·金匱真言论》:“腹为阴,阴中之至阴,脾也^[1]。”其性属阴,且脾居中央以灌四旁,其上升之力可使气机调达;胃则作为阳性的腑脏,凭借其下降之力,使食物与水液得以顺畅下行。两者同居中焦,一阴一阳,一升一降,功能紧密配合,共同构成了体内气机升降的关键枢纽,实现了气机的上下畅通。脾胃升降功能正常,气机通利,则五脏安,魄门可正常启闭,体内糟粕也能正常排出。正如张锡纯所言“胃

气当以息息下行为顺……传其糟粕于大肠出为大便”。若脾不升清，胃不降浊，传导糟粕功能则会受到破坏，使体内糟粕久留于肠道，形成便秘。周建华教授在治疗上遵循“脾宜升则健，胃宜降则和”之说，予升清降浊、脾胃同治的治疗方针，以期达到动态平衡，脾得升，胃得降，气畅则五精并行，糟粕得下。

1.2 引邪

脾胃为气机之枢纽，脾气主升发，胃气主肃降，共同调达全身气机。李东垣在脾升失常时说：“不然损伤脾，真气下溜，或下泄而久不能升……百病皆起，或久升不降亦病焉^[1]。”周建华教授认为若脾气不升则气滞，气机升降失调，清者不升，浊者不降，则易内生痰湿，湿邪又自胃顺势而下，侵扰大肠而致粪便溏稀。湿邪又重浊粘滞，常阻碍人体气机，不单影响大肠传导糟粕之功，又使大便附着在肠道内加剧不通之态。因此，若病体有气滞之态，则必兼湿邪粘滞。周建华教授在理论上借鉴“升清阳，降浊阴”的理论学说，遵循“浊阴出下窍”，“衰其大半而止”的治疗原则，通过解除湿邪之困，以恢复机体升清降浊的生理功能，恢复大肠传导之功。

2 运用升清降浊法的理论依据

“清”与“浊”是两个相对而言的概念。清，一般是指“清气”，多具有清轻而升发的属性，故又称“清阳”。浊，指“浊邪”，多具有重浊而沉降的属性，故又称“浊阴”。“清浊”理论在《黄帝内经》中就有记载。《素问·阴阳应象大论》中有言“清阳为天，浊阴为地……清阳实四肢，浊阴归六腑^[1]”。后又有将“清浊”理论由自然界延伸到人体，认为清升浊降也是人体内气机运动的一般规律，二者升降协调才能维持人体阴阳之气运动平衡，保障正常的生命活动，不致使气机升降失常，致使湿、痰、瘀等病理产物蓄积于内，危害人体健康。升清降浊法的理论源于《内经》，并在《伤寒论》中此法逐渐运用成熟。如《伤寒论》所言“少阴病，吐利，手足厥冷，烦躁欲死者，吴茱萸汤主之^[2]”，此时气机升降失常，浊气上升而导致呕吐。又如《伤寒论》所言“下利清谷，里寒外热^[3]”，即是清阳不升反降，而致泄泻。

后世医家也由此法作为延伸，在治疗便秘方面取得良好效果。谷云飞教授认为，老年便秘病机之本在于脾胃气虚，失其健运，之标在于夹滞夹瘀，以升清降浊为原则，在治疗上以疏理气机为基础，佐升麻升清气以降浊气，配紫苏叶、陈皮以除痰湿之标邪，共同调理气机，临床效果明显^[5]。石国璧教授认为只有清阳得升，浊阴得降，才能“元真通畅，

人即安和”。在该研究中，将60例老年性便秘的患者平均分为对照组和治疗组。治疗组以自拟升清汤治疗，对照组给予复方芦荟胶囊治疗。治疗结束后，治疗组患者治疗的总有效率为73.3%，对照组患者治疗的总有效率为53.3%，两组患者治疗的总有效率相比， $P < 0.05$ ^[6]。

3 升清降浊汤的组方依据

基于对气滞型便秘病因病机的认识，周师以半夏泻心汤为基本方，斡旋中焦脾胃升降之枢。半夏泻心汤出自张仲景所著的《伤寒论》，是调理脾胃升降失常的代表方剂，治疗湿浊阻滞中焦，以致寒热互结上下不通，使升不得升，降不能降，而出现上吐下泻证。此方配伍的药物其性味、功能完全相反，以互相制约达到升清降浊的目的。周师正以此方相加减，自拟升清降浊汤以治疗气滞型便秘。升清降浊汤在半夏泻心汤的基础上，加入莱菔子、瓜蒌以润肠通便；同时加入桔梗、枳实，调理上中二焦，协调气机的升降平衡功能；加入生白术助运化升清，助气而降浊，使气机通达，津液通畅，肠道蠕动，同时合枳实以奏逐停水饮之效；且方中去掉人参以防止滋腻太过。

升清降浊汤的具体药物组成：姜半夏15克，莱菔子20克，桔梗20克，瓜蒌10克，枳实10克，白术30克，黄连10克，黄芩10克，干姜10克，甘草10克，大枣15克。

方解：方中以半夏、干姜为君药，半夏降逆止呕，消痞散结；干姜温中散寒，既能温脾胃散里寒，补益脾胃阳气，又能消除心下痞满，正所谓“辛开”；以黄芩、黄连为臣药，二药同属苦寒之物，有燥湿之功，二药通用旨在祛湿以恢复人体气机，且寒性趋下，能降胃气以止呕，即“苦降”，与君药半夏、干姜配伍，共调寒热，使全方药性不至于过寒过热而损伤脾胃或加重病情，另外，此法配伍重在通过寒热药物对气机升降的调节，正所谓“辛开苦降”来改善中焦壅滞的气机。以莱菔子、桔梗、瓜蒌、枳实、白术为佐药，桔梗宣肺祛痰，宣散上焦肺气以使清气上升有余，化痰以使气机通道滑利；枳实破气消积，以通降开散为特点，其性速猛；白术健脾益气，以甘缓补益为特点，可恢脾胃运化之职，三药配伍，相互制约，相互为用，助其升清降浊之枢机，使补而不滞、消不伤正；莱菔子质润多脂，润肠通便，不但可以通过降气来促使大肠传导，还可以润滑肠腔来达到通便的效果；瓜蒌体润性滑，润肺散结，既可宽中下气、开胸散结，又能滑大肠、润肠以通便。以甘草、大枣为使药，前者补气养血，后者补脾益气并调和百药，共奏补益气血、润肠通便之效。上述诸药不仅助力排便，更在过程中精心调和脾胃之

气机，驱除邪气，扶持正气，促使清阳升而浊阴降，从而恢复肠道的自然通畅。

4 举隅

张某，女性，56岁，于2024年01月12日因“排便困难5年，加重1年”前来就诊。患者平素排便量少，排便约3-4日一行，曾口服芦荟胶囊、番泻叶泡水治疗后可见稍微改善，但后期治疗效果欠佳。近一年来，便秘症状显著加剧，便意淡漠，大便量少且质黏，排便周期延长至4-5天一次，排便过程耗时且需费力，现用开塞露外用辅助通便但效果不佳。自诉便后乏力，腹部胀满不适，若矢气出则可缓解，无恶心呕吐，精神尚可，食欲差，睡眠尚可，小便正常。舌淡，苔白滑，脉沉。查体：腹部稍膨隆，未见胃肠型及蠕动波，左下腹部轻压痛，无反跳痛，肝脾未触及肿大，肠鸣音正常。肛肠科检查：指检时肛内指尖可触及粪块，肛门括约肌的收缩和舒张功能正常。辅助检查：肠镜示结肠黑变病。中医诊断：便秘，气滞证；西医诊断：功能性便秘。治则治法：清脾阳、疏气机、理通便。方药：升清降浊汤加减。处方：姜半夏15克，莱菔子20克，桔梗20克，瓜蒌10克，枳实10克，白术30克，黄连10克，黄芩10克，干姜10克，甘草10克，大枣15克。5剂，水煎取汁，早晚温服。

2024年01月18日二诊：患者自述腹胀有明显缓解，大便2-3日一行，但排便过程仍感不畅，乏力，纳差，舌脉同前。修改剂量为桔梗30克，枳壳20克，并加入陈皮15克，神曲10克。5剂，煎服方法同上。2024年01月25日三诊：患者自述腹胀情况明显缓解，大便1-2日一次，排便较为通畅，自觉乏力感减轻，纳可，舌红，苔薄白，脉沉。加砂仁20克，苍术10克。5剂，煎服法同上。患者依上方加减治疗2月余，

参考文献：

- [1]王冰唐.黄帝内经素问[M].北京：人民卫生出版社，1963：128-129，77，25，32.
 - [2]张玉婷.升清降浊汤治疗功能性便秘气滞秘的临床观察[D].长春：长春中医药大学中医外科学，2022：23-24.
 - [3]李杲.脾胃论·天地阴阳生杀之理在升降浮沉之间[M].北京：中国中医药出版社，1994：442.
 - [4]张仲景.东汉.白云阁藏本《伤寒杂病论》[M].郑州：中原农民出版社，2013：148，151.
 - [5]李孟一，部繁，谷云飞.谷云飞治疗老年功能性便秘经验[J].山东中医药大学学报，2019，43（01）：66-68.
 - [6]孙丽.石国壁升清降浊汤治疗老年性便秘30例的临床观察[J].中国民间疗法，2020，28（02）：42-43.
- 2023年度吉林省中医药科技项目 课题名称：名中医周建华教授治疗功能性便秘的经验整理研究 课题编号：2023042。

大便正常，每日1次，无腹胀，乏力，嘱患者注意饮食，适宜运动，不适随诊。

按：患者排便困难，虽有便意，但便意淡漠，排便不畅，排便周期长，大便量少且质黏，便后乏力，纳差，腹部胀满不适，矢气出则好转，舌淡，苔白滑，脉沉为气滞兼湿困的表现。患者素体脾虚，脾升清阳功能失常，脾气不升则胃气不降，则气机郁滞，大肠亦无力推动糟粕，故见排便困难、腹胀；脾虚易生湿邪，湿邪重浊粘滞，下注于肠道故可见粪便质黏；脾虚则无力运化腐熟水谷，无精微物质输布全身，故纳差、乏力；脾虚则水湿内停，故可见舌淡，苔白滑，脉沉。首诊选用升清降浊汤加减以疏理气机，除湿通便。二诊患者腹胀虽明显缓解，但仍排便不畅，乏力，纳差，故桔梗30克，枳壳20克，以恢复中焦气机升降之功，使一身之气得以流转，另加陈皮15克以健脾阳，理气机，固护中焦之本，兼祛除水湿之邪，患者纳差症状无好转，故加神曲10克以消食导滞兼和胃。三诊时便秘相关的症状已明显改善，且乏力减轻，纳可，故继续守上方进行进一步的调整和治疗，加砂仁20克，苍术10克以健脾除湿，固正气，祛邪气，巩固治疗效果。全方健脾益气、理气行滞兼和胃之功，方证对应，故临床疗效满意。

5 结语

升清降浊法不仅具有丰富的中医理论基础，同时也是历代医家总结的经验之法。周建华教授秉承前人之志，对于气滞型便秘的治疗，强调脾升胃降的重要性，并依据此法创立了升清降浊汤。该法的应用可进一步完善中医辨证治疗慢性便秘的体系，对于提高中医治疗慢性便秘水平具有重要意义。