

学术论坛

一气统六经 一通合八纲

□李道政

八纲辨证为辨证总领，六经辨证为伤寒体系论治的要点，二者是中医临床辨证的两大基石，沿用至今却历来被医学家视作临证至难之学。其难处从来不在条文识记、名词背诵，而在于从“纸面死文字”落地为“临证活病机”，在于用静态的辨证框架，适配瞬息万变的动态病情。八纲易学而难精，易流于笼统模糊；六经体系宏大繁复，传变繁杂，方证难契；若要将二者融会贯通，构建立体诊疗思维，需要数年临床积淀的悟性与功力。

历代医者囿于真假寒热、虚实夹杂、六经合病并病，古今条文隔阂等种种桎梏，在层层辨证中辨析标本，权衡主次。而临证现实较为严苛：现代人情志内伤、虚实兼夹为常态，叠加多种西药干预打乱疾病自然传变规律，经典辨证体系愈发难以直接套用。

归根结底，所有辨证手段皆是辨识病机的工具，医者施治的目标，从来不是套入辨证框架，而是唤醒人体自愈能力。外因仅能引导，内因才是愈病根本。

李氏砭法以虎符铜砭外治刮痧为载体，立足庄子“通天下一气耳”的哲学思想，以“以通为治，以通为补，以通为泻，以通为健”的通论为八大理论之首，跳出八纲、六经分而辨之的繁复思维，以一通统摄阴阳、表里、寒热、虚实，统筹六经传变诸证，为纷繁复杂的临床辨证开辟出一条极简却深邃的新路径。

八纲、六经的临床辨证难点

八纲辨证 总纲包罗万象，却困于表象真假与

定位模糊。阴阳、表里、寒热、虚实八纲，是所有辨证的总纲领，入门容易，臻于化境极难。

其一，寒热虚实真假最难甄别。真寒假寒、真寒假热格阳于外，至虚有盛候、大实有羸状，证候虚实夹杂、主次难分，初学者容易被外在症状迷惑，误判病机。

其二，阴阳作为总纲较为抽象，必须依托表里寒热虚实方能体现，于错综复杂的兼证之中直抓阴阳根本，是辨证的至高门檻。

其三，八纲仅能划定病机大方向，无脏腑、经络特异性指向，只知里寒、里虚，却难界定是心肾阳虚还是脾胃虚寒，无法直接落地施治。

六经辨证 体系逻辑严密，却受制于传变多变、方证难合。六经辨证依托《伤寒论》构建完整体系，然而六经传变并非刻板循序递进，直中、合病、并病、顺传、逆传层出不穷，病情走向难以预判；临床症状大多不典型，难以与经典条文一一对应，“有是证用是方”的方证对应原则实操难度很大。六经是生理病理综合系统，并非单纯经络划分，少阴兼心肾、厥阴涵肝包，寒化、热化病机迥异，容易与脏腑辨证割裂；加之古人讲究“文约义丰”，古今语境隔阂，条文背后的气化机理难以彻悟。

两法相融之难 宏观归纳与微观推演难以合一。八纲偏向归纳式宏观定性，六经偏向演绎式逐层定位，临床结合之时容易顾此失彼：仅守八纲则辨证宽泛无落地之处，死守六经条文则忽略整体寒热、虚实大局。单一外感

病证尚且可以准确对应，一旦兼夹内伤、多经同病，辨证便会陷入繁杂。加之现代疾病多为外感裹挟内伤，寒包火、表虚里实比比皆是，药物、激素等人为了干预制造大量“坏病”，天然的六经传变规律被打乱，传统辨证难度再度倍增。

一言以蔽之：八纲是辨病之地图，划定阴阳寒热方向；六经是辨病之导航，指明经络病位路径。难的不是读懂地图与导航，而是在错综复杂的临床路况中灵活取舍，圆机活法。

医道的根本是自愈 所有辨证的目，皆是疏通气血、调和脏腑，助力人体自愈。天地万物，一气聚散；人身百病，一气壅滞。世间本无特效药可以强行祛除病邪，医者只是顺势而为的引导者，从来不是医生治好疾病，而是人体自身的自愈力使疾病痊愈；医生为外因，唯有作用于人体内在气机，方能祛邪安正。

用药施治尚且需要斟酌配伍、权衡寒热、把控剂量火候，稍有偏颇便会攻伐正气。李氏砭法采用纯外治刮痧之法，无须内服药物，规避了药毒偏性，作用于体表经络，将复杂的辨证施治大幅简化，安全适配虚实多种体质。其底层逻辑，正是放弃强行对抗病邪的思路，以疏通为手段，顺势引导气机归位，激活人体与生俱来的自愈潜能。

以通统摄八纲六经 庄子有言：“通天下一气耳。”天地万物统一于气流转，人身五脏六腑、十二经脉，同样本于一气的升降出入。疾病的本质，无非一气壅滞不通；阴阳

不交、表里阻隔、寒热格拒、虚实失衡、六经气机传变不畅，皆是气机郁滞的外在表现。李氏砭法将这一哲学思想化为临床根本准则，确立通论为第一纲领，实现了八纲辨证、六经辨证的统一。

一通而阴阳同治 阴阳失衡，本质是气机升降分离、阴阳不交。刮痧疏通全身经络，令上浮之阳得以潜降，下陷之阴得以升提，阴能敛阳、阳能护阴，无须刻意分治阴虚、阳虚，气机周流则阴阳自和。

一通而表里同治 表邪入里、里邪出表，根源在于表里经络气机闭塞。李氏砭法先开阳经、后通四肢，既能疏解在表之邪，又能疏导深藏脏腑的伏邪借肌表外泄，表里气机贯通，表里之证同步而解。

一通而寒热同治 寒热错杂，寒包火，格阳拒阴，皆因气机闭塞导致寒热隔绝。李氏砭法刮拭激发经气共振，打通寒热阻隔的气机通道，寒邪得温而行，热邪得散而泄，寒热自行交融。

一通而诸经同治 六经传变阻滞、合病并病，本质是各经经气流转不畅。李氏砭法整体施治，先通督脉、膀胱经一身阳气总纲，再循经疏导四肢，配合四井排毒，为邪毒开立外泄通道，十二经脉、六经气机同步贯通，无须逐条拆分论治，诸经郁滞一并消解。

繁复的八纲辨别、六经逐条拆解辨证，在通的根本思想下归于大同、大通。李氏砭法不执着于辨析病证表象，而是直接改善人体整体内环境；内环境通畅，气血充盈，脏腑功能自可逐步修复，这是调

理疾病的第一步，也是较为根本的一步。

以人为本、顺势而为 李氏砭法依托临床实践凝练八大理论体系，以通论为基础，四井排毒为闭环兜底之法，兼顾“先救命，再治病”的诊疗次序，既承接《黄帝外经》固护元气的救逆思想，又融汇庄子一气流化的东方哲学，技法与理论双重创新，已然成为中医外治领域独树一帜的独立门派。

李氏砭法简化了晦涩难懂的辨证门槛，把原本局限于专业医者的辨证经验转化为可落地、可普及的外治技法；以疏通为要，以自愈为根本，上可急救固元、逆转危证，下可调理慢性病、日常养护，兼顾专业性与普及性，多年来惠及万千百姓，收获了丰硕成果。

八纲辨万象之性，六经序传变之位，条文皆是辨识病机的工具，而非医道的尽头；千般辨证法门，溯其本源，不过求一气通顺而已。

《庄子·大宗师》记载：“大块载我以形，劳我以生，佚我以老，息我以死。故善吾生者，乃所以善吾死也。”生死一气聚散，病证一气滯通。李氏砭法承庄子一气之至理，守中医“自愈”之根本，以一通字融贯八纲、统摄六经；虎砭所过之处，气机流转，邪有出路，阴阳自和。

辨证万千，不离一气；治法百般，唯通为本。这是中医以人为本、顺势而为的至高医道。

（作者系河南中医药大学第一附属医院特聘专家，本文由河南中医药大学第一附属医院主任药师费景兰整理）

诊疗感悟

病案举例

患者杜某，男性，60岁，2023年10月2日初诊。主诉：咽喉异物感明显2年有余。患者平素嗜酒，形体消瘦，面色晦暗。患者2年前无明显诱因出现咽喉异物感，咯之不出、咽之不下，痰少咽干，吐痰后症状无法缓解，伴随食欲不佳、排便不畅。患者曾先后前往多家医院就诊，治疗效果不佳，情绪较为焦虑，担忧为喉癌早期病变，后经人介绍前来就诊。因患者时间紧张且畏惧针刺治疗，未予以针灸干预，改为中药内服治疗。刻下：咽喉异物感显著，痰少咽干，纳差，排便不畅，舌暗红少苔（伴有轻度瘀斑），脉细涩。辨证为痰瘀互结、咽喉不利，治宜行气化痰、活血化痰、宣肺利咽。

处方：姜半夏、厚朴、茯苓、生姜、紫苏叶、桂枝、牡丹皮、桃仁、赤芍、桔梗、葛根、麸炒枳实、紫苑。共7剂，每日1剂，水煎后分2次温服。

1周后随访，患者自述服药1个疗程后，咽喉异物感缓解，食欲好转，排便通畅，守原方继续服药巩固疗效。

方解与体会

本例患者长期嗜酒，脾胃功能受损，运化失常，内生痰湿；病程迁延2年，病久入络，引发气滞血瘀，痰瘀互结阻滞咽喉，进而出现咽喉异物感（咯之不出、咽之不下）的表现，且吐痰后症状无法缓解。

若仅针对痰气郁结的病机施治，难以取得良好的疗效。笔者遵循“久病必瘀、难病必瘀、怪病必瘀”的诊疗思路，选用半夏厚朴汤行气化痰、降逆散结，配伍桂枝茯苓汤活血化痰、消癥散结。两方联合使用，兼顾化痰与化瘀，贴合本病病证特点。

方中桔梗，可宣肺利咽、化痰止咳，同时载药上行，作用于咽喉病位；葛根，可解肌退热、生津止渴，取其解酒升清的功效，改善患者长期嗜酒引发的湿热问题，契合本病病机；枳实，能够破气化痰、消积除痞；紫苑，可润肺下气、化痰止咳。全力配伍，共奏行气化痰、活血化痰、宣肺利咽之功。

古方新用，重在辨证准确、方证对应。半夏厚朴汤与桂枝茯苓汤均为传统经典方剂，临床中针对痰瘀互结病证灵活配伍使用，可收获良好的疗效。本病例诊疗过程表明，针对久治不愈的咽喉异物感，不可局限于梅核气常规治法，需要重视瘀血病机，采用痰瘀同治的方式，往往可以提升诊疗效果。在临床诊疗过程中，医者要建议患者完善相关检查，排除器质性病变，避免延误最佳治疗时机。

（作者供职于郑州市福华街社区卫生服务中心，本文由乔晓娜整理）

顽固性喉痹治疗思路

□王闯 闵洁

征 稿

您可以谈谈自己的看法，说说您对中医药发展和中医教育的建议和意见，写一写关于中医药现状与问题的文字……《中医人语》《学术论坛》《诊疗感悟》等栏目真诚期待您的参与！

联系人：徐琳琳
投稿邮箱：xulin.lin@qq.com

以调肝为重点 辨证治疗熬夜所致失眠

□李雅楠

中医认为，熬夜伤肝血，扰肝气，而肝脏是睡眠的“总开关”，想要摆脱熬夜带来的睡眠问题，在于调肝护眼，恢复正常的睡眠节律。中医有言：“人卧则血归于肝。”23时~3时是肝经当令的“黄金时间”，也是肝血修复、肝气条达的关键时段。熬夜，本质上就是强行剥夺肝脏的休养生息时间，从多方面破坏睡眠的基础。

熬夜伤神、易惊醒的原因 肝血亏虚，心神失养 肝主藏血，血舍魂，魂安则眠稳。长期熬夜会持续耗伤肝血，肝血不足，无法濡养心神、安藏魂魄，就会出现魂不守舍，表现为入睡困难、睡眠程度浅、稍有动静就惊醒，醒后难以再入睡。

肝气郁结，肝火扰神 肝主疏泄，负责调节全身气机。熬夜会打乱肝气的正常升降，导致肝气郁结，日久化火，肝火上升，扰动心神，让心神始终处于亢奋状态。患者不仅入睡难，还会伴随烦躁易怒、口苦口干、头暈目胀、胁肋胀痛、大便干结，舌红苔黄，脉弦数。

脏腑失和，睡眠节律紊乱 肝木克脾土。熬夜在伤肝的同时，也会影响脾胃功能，导致气血生化不足，进一步加重心神失养。肝血不足，还会影响肾

阴，导致心肾不交，让睡眠问题上加霜，形成“肝伤—脏腑乱—失眠重”的恶性循环。

简单来说，熬夜就是在“透支肝的气血，打乱肝的节奏”。肝出了问题，睡眠节律自然就乱了。

熬夜失眠的辨证分型

中医调理熬夜导致的失眠，主要围绕肝辨证。常见的证型有以下3种，也是熬夜人群的常见问题。

肝血亏虚型（常见的基础证型）

典型表现：入睡困难、睡眠程度浅、易惊醒、醒后难眠，同时伴随头晕眼花、面色萎黄、神疲乏力、健忘、眼睛干涩、视物模糊，舌淡苔薄白，脉细弱。

病机：长期熬夜持续耗伤肝血，肝血不足，魂不守舍，心神失养，导致睡眠不安稳，是熬夜失眠的基础问题。

肝郁化火型（熬夜加压力大的高发证型）

典型表现：入睡困难甚至彻夜难眠，睡着后频繁惊醒、做噩梦，伴随烦躁易怒、口苦口干、头暈目胀、胁肋胀痛、大便干结，舌红苔黄，脉弦数。

病机：熬夜加上情绪压力，导致肝气郁结，日久化火，肝火上升，扰动心神，让心神无法安宁，是熬夜失眠中较顽固的类型。

心肝火旺型（长期熬夜加作息混乱的进阶证型）

典型表现：心烦不寐、彻夜难眠、易惊醒，伴随口舌生疮、心慌心悸、急躁易怒、口苦口干、小便短黄，舌红苔黄，脉弦数。

病机：肝火旺引动心火，心肝之火共同扰动心神，导致心神不宁，睡眠节律紊乱，常见于长期熬夜、作息颠倒的人群。

中医调肝护眼的方法

针对熬夜导致的失眠，中医以调肝为重点，从补肝血、疏肝气、清肝火入手，结合中药内服、针灸推拿、情志调理、生活方式干预等综合调理，修复受损脏腑的功能，恢复正常睡眠。

中药辨证调理：补肝血、疏肝气、清肝火

中药调理是改善熬夜失眠的主要方法，根据不同证型合理用药，标本兼顾。

肝血亏虚型：以养血补肝、宁心安神为原则，经典方为酸枣仁汤或四物汤加减，常用中药有酸枣仁、柏子仁、当归、芍药、熟地、川芎、茯神、远志等，既能补充熬夜耗伤的肝血，又能宁心安神，改善易惊醒、睡眠程度浅的问题。

肝郁化火型：以疏肝泻火、宁心安神为原则，经典方为龙胆泻肝汤或丹桅逍遥散加减，

常用中药有龙胆草、黄芩、栀子、柴胡、香附、郁金、酸枣仁、夜交藤等，疏肝理气、清泻肝火，改善入睡难、易惊醒。

心肝火旺型：以清心泻肝、安神定志为原则，经典方剂为导赤散合龙胆泻肝汤加减，常用中药有黄连、黄芩、栀子、生地、木通、竹叶、酸枣仁等，清心火、泻肝火，让心神回归安宁。

针灸推拿调理：通肝经、调气血、安神志

针灸和推拿是中医特色疗法，通过刺激穴位，疏通肝经、调和气血、安神定志，改善熬夜失眠，安全性较高，部分穴位可自行在家操作。

针灸调理：主穴常选百会穴、神门穴、内关穴、三阴交穴、太冲穴、肝俞穴，再根据证型配穴。肝血亏虚者，加心俞穴、脾俞穴、血海穴；肝郁化火者，加行间穴、侠溪穴；心肝火旺者，加劳宫穴、少府穴。

针灸能疏通肝经瘀滞，补充肝气，调节脏腑功能，让心神安宁，改善睡眠。

推拿按摩调理：放松身心，疏肝理气

头部按揉：按揉百会穴、太阳穴、风池穴、印堂穴，每次5分钟~10分钟，放松头部神经，疏肝理气。

肝经穴位按揉：重点按揉太冲穴（足背第一、第二跖骨

间），每次3分钟~5分钟，疏肝泻火、调畅肝气。

安神穴位按揉：按揉神门穴、内关穴、三阴交穴，每次3分钟，宁心安神。

背部推拿：由家人帮忙按揉肝俞穴、胆俞穴、心俞穴，每次5分钟，调理脏腑、补肝养血。

睡前1小时进行推拿，能放松身心，帮助入睡，减少夜间惊醒次数。

情志调理：疏肝理气，从根源改善失眠

熬夜失眠的人，大多伴随焦虑、烦躁、压力大等情绪问题。情绪问题又会进一步加重肝气郁结，形成恶性循环。因此，情志调理是调肝护眼的关键。

疏肝理气法：通过深呼吸、冥想、正念训练，每次10分钟~15分钟，放松身心，调畅肝气，缓解焦虑烦躁，让心神安宁。

情志相胜法：对于肝气郁结、烦躁易怒的人，可多听欢快的音乐、看喜剧、多与人交流，用喜悦的情绪制约愤怒、焦虑的情绪，疏肝解郁。

情绪疏导：及时疏解工作、生活中的压力，避免情绪积压，可通过写日记、倾诉、培养兴趣爱好等方式，释放负面情绪，保持肝气舒畅。

生活方式调理：补肝血、护睡眠，防复发

熬夜失眠的调理，离不开日常的养护，做好生活方式调整，才能修复熬夜损伤，巩固调理效果，避免复发。

饮食调理：补肝血、清肝火，吃对食物很关键

肝血亏虚者：多吃补肝养血的食物，如红枣、桂圆、枸杞子、桑葚、黑芝麻、菠菜、猪肝、酸枣仁等，推荐喝酸枣仁茶、枸杞子桑葚粥、猪肝菠菜汤。

肝郁化火、心肝火旺者：多吃疏肝理气、清热降火的食物，如玫瑰花、茉莉花、菊花、决明子、芹菜、苦瓜、绿豆等，推荐喝玫瑰花茶、菊花茶。

禁忌：避免摄入辛辣、油腻、刺激性食物，睡前避免喝咖啡、饮酒，以免加重肝火、扰动心神，加重失眠。

作息调理：补肝血的关键，就是不熬夜

尽量在23时前入睡，给肝脏足够的休养时间，补充肝血，重建正常的睡眠节律。

即使熬夜，也尽量不要超过凌晨1时，避免在肝经当令的时段耗伤肝血。

熬夜后不要赖床补觉，尽量在早上七八时起床，保持规律的作息，让身体的生物钟逐步恢复。

适度运动调理：通肝经、调

气血，改善睡眠

坚持适度运动，能促进气血流通、调畅肝气，缓解焦虑，改善熬夜失眠。推荐散步、慢跑、瑜伽、太极拳、八段锦等舒缓的运动项目，每天30分钟，重点拉伸肝经（如压腿、劈叉等），疏通肝经瘀滞；睡前避免剧烈活动，以免扰动心神。

日常养肝好习惯

睡前用热水泡脚，按揉涌泉穴，引火下行，改善肝火扰神导致的失眠。

避免长时间用眼，中医认为“肝开窍于目”，久视伤血，会进一步耗伤肝血，加重失眠。

保持情绪舒畅，少生气、少焦虑，避免肝气郁结。

熬夜伤肝，肝伤则睡眠节律紊乱。长期熬夜导致的易惊醒、睡眠程度浅，从来不是单纯的“睡不着”，而是肝血亏虚、肝气失调、心神失养的综合表现。中医调理熬夜失眠，重点就是调肝护眼，通过补肝血、疏肝气、清肝火，修复熬夜对身体的损伤，重建正常的睡眠节律。

如果你正在被熬夜导致的失眠困扰，不要盲目依赖安眠药，不妨试试中医辨证调理，运用针灸推拿、情志调理、生活方式干预等，调肝养血、宁心安神，恢复正常睡眠。

（作者供职于登封市人民医院）