

# 从温阳通督论治头痛病探讨<sup>※</sup>

● 孟凡磊<sup>1</sup> 程慧明<sup>1</sup> 何兴伟<sup>2▲</sup>

**摘要** 通过对头痛病因病机分析,提出大多数头痛发病的病机关键是脉络瘀阻、清阳失运、神机运转失常;而督脉痹阻是头痛发病的经络学基础。通过温通督脉、益气升阳、祛风散寒、化痰祛瘀等治法,则可促进督脉阳气和诸经气血运行敷布通达和畅,进而祛除、或温化阻遏于头窍之风寒痰浊瘀血,使神机运转布达复常,发挥其清利头窍、醒神安神、通络止痛之目的。因此,重视温阳通督法在头痛病中的应用,则有助于提高临床疗效。

**关键词** 头痛病 脉络瘀阻 清阳失运 神机运转 温阳通督

头痛病,古有“脑风”“首风”“厥头痛”“真头痛”等病名,是指以头部疼痛为主要临床表现的病症。对于头痛病的病机证治,近年来有学者<sup>[1]</sup>认为督脉与头痛病具有密切的关系,为此笔者拟从督脉的循行分布、功能特性与头痛病的发病关系入手,对头痛病病机证治作些探讨,以期为从温阳通督法论治该病提供理论依据。

## 1 头痛病病名分类溯源

历代与头痛病相关的病名众多,且命名较为混乱,现结合文献对头痛病命名分类的依据梳理之。

**1.1 依据病因命名** 根据头痛发病的原因,古人有“首风”“大头风”“雷头风”等名称。有风邪所致头痛,如《素问·风论》载:“风

气循风府而上,则为脑风”“新沐中风,则为首风”等;寒邪可致头痛,如《素问·奇病论》云:“帝曰:人有病头痛以数岁不已,此安得之?名曰何病?岐伯曰:当有所犯大寒,内至骨髓,髓者以脑为主,脑逆故令头痛。”风寒邪气兼杂可引起头痛,如《难经·六十难》曰:“手三阳之脉受风寒,伏留而不去者,则名厥头痛。”李东垣《兰室秘藏》则认为湿热也可引起头痛:“心烦头痛者,病在耳中,过在手巨阳少阴,乃湿热头痛也。”《金匱翼·头痛统论·雷头风》载有风热头痛:“雷头风者,头痛而起核块,或头中如雷之鸣。盖为邪风所客,风动则有声也。”《杂病源流犀烛·头痛源流》则载时疫可致头痛:“大头风者,头大如斗,俗名大头瘟,天行时

疫病也。感天地不正之气,甚而溃裂出脓,由邪客上焦之故。”朱丹溪认为“头痛多主于痰。”王清任则强调瘀血可致头痛,其在《医林改错·头痛》中云:“查患头痛者,无表症,无里症,无气虚、痰饮等症,忽犯忽好,百方不效,用此方(血府逐瘀汤)一剂而愈。”由此可知,古人常以外邪、痰浊或瘀血等病因分类命名头痛。

**1.2 依据病位命名** 根据头痛发病的部位,命名为“偏头痛”“眉棱骨痛”等。如《灵枢·厥病》载:“厥头痛,面若肿起而烦心,取之足阳明、太阴……厥头痛,头痛甚,耳前后脉涌有热,泻出其血,后取足少阳。”《圣济总录·偏头痛》载有偏头痛:“偏头痛之状……痛连额角,故谓之偏头痛也。”古代医著常将眉棱骨痛附于头痛类疾病中,如《证治准绳·头痛·眉棱骨痛》曰:“眉骨者,目系之所过,上抵于脑……遂从目系过眉骨,相并而痛。”

**1.3 依据经络命名** 张仲景《伤寒论》中有关于太阳、阳明、少阳、

※基金项目 国家自然科学基金地区科学基金项目(No. H2718)

▲通讯作者 何兴伟,男,教授。研究方向:中医脑脊髓病理理论与针灸临床研究。E-mail:hexingwei196@126.com

• 作者单位 1. 江西中医药大学2014级硕士研究生(330006);2. 江西中医药大学附属医院(330006)

厥阴病头痛的论述。如《伤寒论》载有：“太阳之为病，脉浮，头项强痛而恶寒”“伤寒脉弦细，头痛发热者，属少阳。少阳不可发汗，发汗则谵语。此属胃，胃和则愈。胃不和，烦而悸”等条文。后世医家多沿用之。至李杲《兰室秘藏·头痛门》发展为：“太阳头痛……少阳经头痛……阳明头痛……太阴头痛……少阴经头痛……厥阴头顶痛者。”

1.4 其他 《灵枢·厥病》则以头痛轻重程度命名：“真头痛，头痛甚，脑尽痛，手足寒至节，死不治。”此外，也有以头痛新久来分类命名者，如《证治准绳·头痛》提出：“医书多分头痛头风为二门，然一病也，但有新久去留之分耳。浅而近者名头痛，其痛猝然而至，易于解散速安也。深而远者为头风，其痛作止无常，愈后遇触复发也。”

## 2 脉络瘀阻、清阳失运、神机运转失常是头痛发病的病机关键

对于各类头痛病因病机的认识，历代医家均有阐发，不外乎外感内伤两方面。

2.1 外邪侵袭是引发外感头痛的重要因素 外感头痛主要由风、寒、湿、热诸邪所致。如《素问·太阴阳明论》载：“伤于风者，上先受之。”《类证治裁·头风》则曰：“风邪上干，新感为头痛，深久则为头风。”现代医家对此也有描述，孙英勋<sup>[2]</sup>等认为风邪是诸型头痛一个重要和共同的病因病机，也是头痛反复发作的重要诱发因素。赵云志<sup>[3]</sup>则根据风邪的性质及致病特征，认为头痛以风邪所致者最多见。说明风为阳邪易袭阳位，是引起头痛的重要原因。《素问·举痛

论》曰：“寒气入经而稽迟，泣而不行，客于脉则气不通，故猝然而痛。”此外，风邪又常兼夹他邪上犯可致头痛，如《证治准绳·头痛·眉棱骨痛》曰：“眉骨者……若诸阳经或挟外邪，郁成风热毒，上攻于头脑，下注于目睛，遂从目系过眉骨，相并而痛。”《兰室秘藏》载有：“夫风从上受之，风寒伤上，邪从外人，客于经络，令人振寒头痛，身重恶寒……此伤寒头痛也”“心烦头痛者，病在耳中……乃湿热头痛也。”据此可知，风是引起头痛的重要原因，且常与寒、湿、热等病邪相兼为患。

### 2.2 痰浊瘀血或体虚受邪、气血逆乱是内伤头痛发病的重要机转

内伤头痛有虚实两个方面，主要由肝气郁结或脾肾阳气亏虚，痰瘀上蒙清窍、气血逆乱所致。如《诸病源候论·妇人杂病诸候三》曰：“痰者，由水饮停积在胸膈所成。人皆有痰，少者不能为害，多则成患。但胸膈饮渍于五脏，则变令眼痛，亦令目眩头痛也。”朱丹溪则强调“痰与火”在头痛发病中的重要作用，《丹溪心法·头痛》载：“头痛多主于痰，痛甚者火多。”秦昌遇《症因脉治》言：“或元气虚寒，遇劳即发……或七情恼怒，肝胆火邪。皆能上冲头角，而成内伤头痛之症也。”跌仆损伤，或内生瘀血，亦可致头痛病，如《医林改错·头痛》载：“查患头痛者……用此方（血府逐瘀汤）一剂而愈。”现代医家也重视痰瘀之邪在头痛发病中的作用。刘明华<sup>[4]</sup>等从多方面论述，认为痰浊头痛乃是内伤头痛中的常见证型。华荣<sup>[5]</sup>等则认为瘀血阻络在头痛中起着至关重要的作用。可知痰、瘀是引起头痛的重要原因。痰瘀痹阻，气血凝滞不通，不通则致头痛，并创造了施治

的方法和方剂，至今仍对临床具有重大的指导意义。

《诸病源候论·头面风候》载体虚受邪可致头痛：“头面风者，是体虚，诸阳经脉为风所乘也。”《太平圣惠方》云：“夫偏头痛者，由人气血俱虚，客风入于诸阳之经，偏伤于脑中故也。”《证治准绳》则曰：“病头痛者，凡此皆脏腑经脉之气逆上，逆乱于头之清道，致其不得运行，壅遏精髓而痛者也。”可见气血亏虚、肝肾不足、气血逆乱所致的脉络失和也是引起头痛的重要原因。

内伤所致的头痛，一般起病缓慢，痛势较缓，临床多表现为隐痛、空痛、昏痛、痛势悠悠，多因体虚劳倦而发，遇劳则剧，时作时止，缠绵难愈<sup>[6]</sup>。

2.3 清阳失运、神机运转失常是头痛发生的重要病机 《素问·举痛论》曰：“惊则心无所倚，神无所归，虑无所定，故气乱矣。劳则喘息汗出，外内皆越，故气耗矣。思则心有所存，神有所归，正气留而不行，故气结矣。”《灵枢·周痹》则云：“风寒湿气，客于外分肉之间，迫切而为沫，沫得寒则聚，聚则排分肉而分裂也，分裂则痛，痛则神归之，神归之则热，热则痛解，痛解则厥，厥则他痹发，发则如是。”由此说明，古人已认识到疼痛与神机运转和阳气运行存在密切关系，阳气运行失常可导致神机运转失职，则脑髓神机对疼痛的感知出现障碍；另一方面，神机运转失常则可致气机逆乱、阳气郁结，脉络瘀阻而出现疼痛症状；同时疼痛亦可促使神机运转复常，并激发驱使阳气运行，进而促进机体脉络气血运行通畅而缓解疼痛，即“痛则神归之，神归之则热，热则痛解”。

对于脑髓、脑髓神机运转与人

体生命活动的调控和疾病发生发展之间存在着何种联系,近年来有学者<sup>[7-11]</sup>进行了较为深入的探讨,认为脑髓神机倚赖气血津液精髓的升降出入运动,通过督脉(脊髓)调控脏腑经脉气血功能及机体阳气的运行敷布,以实现生命活动的调控。故笔者认为,头痛病的发生发展亦与神机运转失常密切相关。

综上所述,头痛的病因有外感和内伤之分,外因以风寒为主,内因以肝气郁结、脾肾阳气亏虚多见。病机则主要表现为风寒侵犯头部、肝气郁结化火上扰头窍、脾肾阳虚痰瘀滞于头部或头窍失养。以上多种病邪皆可上犯,均可导致头部阳气失运,痰瘀痹阻,气血逆乱,从而导致头痛的发生。因此,笔者认为阳气失运、气血逆乱、痰瘀阻滞、脉络失和等因素所导致的脑髓神机运转失常是头痛发病的病机关键。

### 3 督脉痹阻是头痛发病的经络学基础

**3.1 督脉是脏腑肢窍阳气转输之纽带** 督脉主要循行于后背与头部正中线,为“阳脉之海”,具有督领全身阳气、统率诸阳经之功能;又因督脉与“阴脉之海”任脉相衔接,故督脉与十二经脉联系密切;此外,督脉和其络脉循行于头部、脊柱内和脊柱两侧,并与足太阳经相邻,与足太阳经多处重叠,经气交通,共主一身之阳气,而五脏六腑之气皆通过背俞穴与足太阳经相联系,故督脉与脏腑经脉气血的功能活动密切相关。

何氏<sup>[12]</sup>认为督脉总督诸阳,是脏腑肢窍阳气转输之纽带,与脏腑经脉气血的功能活动密切相关。在形态结构上,督脉与头窍具有直

接的联系,如《素问·骨空论》所记载:“督脉者…贯脊属肾。与太阳起于目内眦,上额交巅上,入络脑。”在功能活动方面,头为诸阳之会、清阳之府,故头窍之清阳依赖于督脉的转输和敷布,且头窍疾病的发生与督脉功能失常密切相关,如《难经·二十九难》曰:“督之为病,脊强而厥。”

**3.2 督脉痹阻是头痛发病的经络学基础** 由前述可知,督脉与头窍在形态结构上和功能活动方面均构成了密切联系,因此督脉的功能活动异常亦势必对头窍的功能产生影响。风、寒、热、痰、瘀等邪浊上犯头窍,则可致痰瘀痹阻督脉、头窍,最终使头窍清阳失运、气血逆乱、神机运转失常而为患;当督阳空虚,或肾阳亏虚无以充养督阳,温煦失职,则可导致头窍清阳失运,痰浊瘀血无以温化,滞留阻遏头窍而为病。因此,督脉痹阻、头窍失濡应为头痛发病的经络学基础。

### 4 温阳通督是治疗头痛病的重要途径

对头痛病的治疗,《内经》中有不少记载,此后历代医家治疗头痛,主要以内服药为主,同时兼有针灸、推拿等治疗方法。张仲景则提出以分经论治头痛,并明确提出治法和方药。如《伤寒论·厥阴病》载:“干呕,吐涎沫,头痛者,吴茱萸汤主之”,即是以温散厥阴肝寒之法治疗头痛;《兰室秘藏·头痛门》则记载了不少祛风散寒、温经止痛方药:“太阳头痛,恶风而脉浮紧,川芎、羌活、独活、麻黄之类为主……少阴头痛,三阴三阳经不流行而足寒气逆为寒厥,其脉沉细,麻黄附子细辛为主。”《临证指南医案·头痛》中有邹时乘按:“观

先生于头痛治法,亦不外此。如阳虚浊邪阻塞,气血瘀痹而为头痛者,用虫蚁搜逐血络,宣通阳气为主。”说明古人采用药物治疗时,非常重视从祛风散寒、温阳通络或宣通阳气立法来论治头痛。

对于针灸治疗头痛,《针灸甲乙经》中则详细记载了治疗头痛的选经取穴,如“厥头痛,面若肿起而烦心,取足阳明、太阳。”《针灸资生经》云:“前顶、后顶、额厌,主风眩偏头痛。”《针灸大成·百症赋》则曰:“强间、丰隆之际,头痛难禁。”这些记载为从督脉论治头痛提供了理论依据。

## 5 小结

综上所述,各类头痛病发病的病机均与脉络瘀阻、清阳失运、神机运行失常密切相关,而督脉痹阻是头痛发病的经络学基础。据此,笔者认为,从温阳通督、益气升阳、化痰祛瘀入手治疗头痛病,有确切的理论基础和重要的临床应用价值。对于风寒侵犯头窍者,祛风散寒、温阳通督可以祛除风寒湿浊之邪以使头窍清阳运行通畅、神机运转复常;对于气血逆乱、痰瘀阻滞者,通过化痰祛瘀、疏通督脉、宣通阳气,则可使气血运行和畅,痰消瘀化以达治疗之效;气血亏虚不能濡养头窍者,温阳通督法可使气血运行通畅,阳气充盈上达,则头痛自消;同时,督脉通畅、督阳充盈,则脑髓神机运转通达和畅,则可达醒神安神止痛之目的。对于邪热上犯,或肝阳上亢等阳邪所致的头痛病不适合本法治疗。目前,临床头痛病多采用中药、针灸或针药结合为主治疗。中药治疗通常可选用吴茱萸汤、麻黄附子细辛汤、羌活胜湿汤、通窍活血汤、川芎茶调

(下转第46页)

随着社会的发展,儿童心理健康的相关影响因素更加复杂化,小儿心理健康问题甚至较以往更加突出,这一问题虽得到了一定的重视,但目前心理咨询还未被充分推广和接受,尚待更加科学、成熟的解决方案。在这样的情况下,更多医者能做的是,在临床中多留一份心,注意辨识病情是否与情志有关,必要时加强疏导,引导儿童适当增加体育锻炼,亲近自然,挖掘中医特色的以情胜情法、心理暗示法、音乐疗法等加以调摄,正如儿科大家万全借助音乐、舞蹈解决“小儿相思”之病,张从正在《儒门事亲》中介绍的“喜胜悲、怒胜思、喜胜努、恐胜喜、惊则平之”之法,都值得后人思考借鉴。

## 4 中医儿科“治未病”的未来展望

**4.1 体质与疾病关系的研究** 小儿体质学说一直为历代医家所重视,不同医家对小儿体质也有不同的探索和发展,其中较为经典的学说有稚阴稚阳说、纯阳说、脏腑有余不足说,在临床应用和理论探索

的过程中,经典学说的局限性逐渐显露<sup>[6]</sup>。近年来,体质学说仍不断被研究细化,基于临床发病群体的体质特点、症候特征等,观察者从不同角度对偏颇质进行了不同的分类及命名。但不论是从何角度出发,都应始终在中医基础理论的指导下,运用阴阳、五行、脏腑、气血津液等学说对小儿的体质进行辨识。同时,应注重研究“未病”体质和“已病”体质的联系,对“未病”体质或“已病”体质进行不同治法的干预后产生的变化等,从而深入挖掘体质与疾病的内在关系,更好地为“治未病”的应用服务,这将是未来体质及治未病研究的重要方向。

**4.2 小儿健康管理模式探索** 健康管理作为未来卫生服务的发展趋势,亦为当前一个重要的研究热点。目前已有研究者对健康管理模式或平台的构建进行了初探,部分地区也开展了初探分级诊疗的实践,国家对于社区卫生服务的扶持力度也大大增强。在新形势下,探索小儿健康管理模式也必将是

“治未病”理论应用于儿科临床的重要环节。儿童时期作为人生的初始阶段,其身心健康情况和管理对于健康管理研究可谓有着“首要环节”的重要意义,如何在中医“治未病”理论指导下建立小儿健康管理模式、如何发挥小儿健康管理模式对于健康管理研究的首要环节作用,想必是未来研究的必攻堡垒。

## 参考文献

- [1]陈华,沈微,方桂珍,等.香佩疗法预防幼儿上呼吸道感染效果观察[J].医学研究杂志,2010,39(4):28-30.
- [2]周正.治未病学说在儿科临床中的应用体会[J].中国中医急症,2009,18(2):302-303.
- [3]刘建军.谈万全“育婴四法”的治未病观[J].中医药通报,2008,7(5):40-41.
- [4]林湘屏,曾秋霞.163例婴儿体质调查及与反复呼吸道感染发病关系分析[J].长春中医药大学学报,2007,23(3):72-72.
- [5]赵霞.100例哮喘患儿体质调查及分型研究[J].成都中医药大学学报,2001,24(3):16-17.
- [6]高树彬,田志伟.小儿体质调理的思考[C].第二十九次全国中医儿科学术大会论文集.2012:43-46.

(上接第27页)

散等方剂;针灸治疗通常可取百会、风府、大椎、前顶、后顶等腧穴以温阳通督,使脾肾阳气正常敷布,则可使头窍气血复常、痰瘀得消,达到治疗头痛之目的。至于温阳通督法治疗头痛的现代机理研究,则有待于进一步探究。

## 参考文献

- [1]卢勤妹.吴旭教授通督温阳法临床应用[J].辽宁中医药大学学报,2011,13(11):16-17.
- [2]孙英勋,李创业.王启政教授从风火痰瘀

- 论治头痛经验[J].中医学报,2011,26(5):562-564.
- [3]赵志.顽固性头痛从风论治[J].光明中医,2006,21(8):9-10.
- [4]刘明华,胡益利,黄爱民.痰浊头痛治疗心得[J].光明中医,2012,27(8):1658.
- [5]华荣,李郑生,张彦红,等.李振华教授辨治瘀血头痛经验[J].中医药学刊,2006,24(7):1212-1214.
- [6]姚欣艳,李点,刘朝圣,等.熊继柏教授辨治头痛经验[J].中华中医药杂志,2015,30(7):2419-2421.
- [7]王永炎.老年性痴呆辨治[J].中国医药学

- 报,1994,9(2):49-51.
- [8]王永炎,张伯礼.中医脑病学[M].北京:人民卫生出版社,2007:26-30.
- [9]张学文.中风痴呆证治探讨[J].中国中医药信息杂志,2000,7(11):1-2.
- [10]何兴伟.脑髓神机对生命活动的调控途径探讨[J].中国中医基础理论杂志,2008,14(3):170-171.
- [11]周德生.脑主神机论[J].中国中医药现代远程教育,2011,9(11):2-4.
- [12]何兴伟.通督升阳法论治鼻渊病理论探讨[J].中国中医基础医学杂志,2010,16(1):29-30.