

“太息”病机小议

● 张敏娜*

摘要 各版《中医诊断学》教材对太息病机均简单解释为“为肝气郁结之象”，一般医者也是同样的认识。笔者认为这样的解释不够准确也不够全面，本文就太息病机作以讨论。

关键词 太息 病机

太息又名叹息，是情志不遂时发出的长吁或短叹声。各版《中医诊断学》教材^[1-3]对其病机均简单解释为“肝气郁结之象”，故一般医者也是同样的认识。笔者认为这样的解释不够准确也不够全面。

太息是长吁或短叹之声，肺主气、司呼吸，故其病机首先应与肺有直接关系，是人体内气机不畅的表现，而不是直接的“肝气郁结之象”。人在肝气郁结时常有太息的表现，其机理应作如下解释为妥：肝主疏泄，可调节人体的气机；肺主气，通过有节律的呼吸运动亦可调节一身的气机。所以人体气机的畅通，在生理状态下主要靠肝和肺两脏来调节。怒则伤肝，肝气郁结时，肝调节气机的功能下降或丧失，此时对人体气机的调节仅剩肺来完成，故肺需

加大呼吸力度，即太息，来代偿肝调节气机的功能。此即是太息的病机，故把太息解释为“肝气郁结之象”不够准确。

人在情志不遂时多发出太息之声，情志不遂有怒、喜、思、悲、恐、忧、惊之分，即七情，而太息多发生在怒、思、悲、忧“四情”伤人之时。

《灵枢·口问》“黄帝曰：人之太息者，何气使然？岐伯曰：忧思则心系急，心系急则气道约，约则不利，故太息以伸出之。”《素问·举痛论》又言“悲则心系急，肺布叶举，而上焦不通，荣卫不散。”可以看出《黄帝内经》认为太息的病因是忧、思和悲“三情”，而病机是“心系急”所导致的“气道约，约则不利”和“上焦不通，荣卫不散”，其中“不利”、“不通”、“不散”均是气机不畅的表现。而“为

肝气郁结之象”仅与怒所导致的太息有关，故这样的解释也不能全面说明太息的病机。

笔者认为根据病因的不同，太息的病机也各有不同，但其共同点是体内气机不畅。在确定治法时，因忧、思和悲“三情”所致的应以“宽胸理气”为主；因怒所致的则应以“疏肝理气”为主。

综上所述，不能将太息的病机简单地解释为“为肝气郁结之象”，这样的解释在很多情况下可能误导治疗。如果要做概括性的解释，也应解释为“为气机不畅之象”较妥。

参考文献

- [1] 邓铁涛. 中医诊断学[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1984: 44.
- [2] 朱文锋. 中医诊断学[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 1995: 55.
- [3] 朱文锋. 中医诊断学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2002: 92.

* 作者简介 张敏娜, 女, 医学硕士, 讲师。主要从事中医护理学的教学工作。

• 作者单位 西安外事学院医学院(710077)