

# 督脉论治脊柱病的研究进展

闫兆东<sup>1</sup> 朱华亮<sup>1△</sup> 黄健<sup>1</sup>

[关键词] 督脉论治;脊柱病;研究进展

[中图分类号] R681.5 [文献标志码] A [文章编号] 1005-0205(2018)11-0081-04

督脉为“阳脉之海”，总督一身之阳气。《真气运行论》记载有庄周说：“缘督以为治，缘督以为经，可以保身，可以全生，可以延年……”。脊柱病是人体脊柱的椎体、椎间盘、韧带、肌肉发生增生退变、小关节错位、椎周软组织损伤及脊柱周围组织的无菌性炎症等病变，刺激和压迫了脊髓、脊神经、植物神经、血管，从而导致一系列功能紊乱、病理变化等病症的总称。一百多年前(1885 年)，美国医生 Palmdar 首先提出了“脊柱与疾病相关理论”。督脉主要循行于脊柱正中，从古代医学理论至现代医学临床研究，都有从督脉论治脊柱相关性疾病的论述。近年来正脊通督治疗颈椎病、颈椎间盘突出症、腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、椎体滑脱、强直性脊柱炎等在理论体系与临床研究方面均取得了长足的发展。本文对督脉论治脊柱病的研究进展综述如下。

## 1 督脉与脊柱的相关性

### 1.1 督脉循行路线与脊柱的关系

督脉循行经过脊柱椎小关节、脊髓、脊神经、血管及其周围的肌肉、韧带、椎间盘等组织，并与之相互关联。督脉最早出现于《黄帝内经》，从其循行路线多次提到“挟脊”“循脊”“贯脊”等词。《黄帝内经·素问·骨空论篇第六十》所讲：“督脉者，起于少腹以下骨中央，女子入系廷孔，其孔，溺孔之端也。其络循阴器合篡间，绕篡后，别绕臀……。”<sup>[1]</sup>《灵枢·经脉篇》：“督脉之别，名曰长强。挟脊上项，散头上，下当肩胛左右，别走太阳，入贯脊”<sup>[2]</sup>。《灵枢·营气》：“其支别者，上额，循巅，下项中，循脊，入骶，是督脉也”<sup>[2]</sup>。《难经·二十八难》曰：“督脉者，起于下极之俞，并于脊里……”<sup>[3]</sup>。由此可见，督脉主要沿着脊柱内外循行，与五脏六腑、脑、五官等器官相络属，并与手足三阳经相交。《素问·气府论》云：“督脉气所发者二十八穴：项

中央二，发际后中八，面中三，大椎以下至尻尾及傍十五穴，至骶下凡二十一节，脊椎法也”<sup>[1]</sup>。从督脉穴位的分布特点来看，大椎位于第七颈椎棘突下，自大椎以下就有 15 穴分布在脊柱上，而督脉总共 28 穴，可见脊柱占督脉比重之大。《奇经八脉考》“其脉起于肾下胞中……由会阳贯脊，会于长强穴。在骶骨端与少阴会，并脊里上行，历腰俞、阳关、命门、悬枢、脊中、中樞、筋缩、至阳、灵台、神道、身柱、陶道、大椎，与手足三阳会合……”<sup>[4]</sup>。明朝李时珍明确指出位于脊柱上的 15 穴具体名称。此外，《黄帝内经灵枢集注》载有“椎也，在脊背骨节之交，督脉之所循也”<sup>[5]</sup>。

### 1.2 督脉的功能和病症与脊柱的病候关系

督脉主要循行于脑及脊柱内外，在这点上督脉与脊柱、脑的功能一致。脊柱相关病变只是督脉病变的一部分，从督脉辨证施治脊柱疾病是其重要的治疗法则。《奇经八脉考》载：“督脉……为阳脉之总督，故曰阳脉之海”<sup>[4]</sup>。《黄帝内经素问集注》中“直阳之脉，督脉也，督脉总督一身之阳”<sup>[6]</sup>。滑伯仁《十四经发挥》：“督之为言都也，行背部之中行，为阳脉之都纲”<sup>[7]</sup>。督脉的主要功能可以概括为：总督诸阳，为阳脉之海；督脉与手足三阳经相交，并行于脊柱正中，背部属阳，故有统领一身之阳气，统帅诸阳经的作用。《素问·生气通天论》言：“阳气者，精则养神，柔则养筋”<sup>[1]</sup>。可见人体各脏腑只有在督脉阳气的温煦推动下才能各自发挥其应有的作用。从督脉的病候特点来看，主要体现在脊柱脊髓及脑病等方面。如：《灵枢·经脉篇》中记载“督脉之别……实则脊强，虚则头重”<sup>[2]</sup>。《素问·骨空论》曰：“督脉为病，脊强反折，腰痛不可以转摇”<sup>[1]</sup>；《难经·二十九难》亦云：“督之为病，脊强而厥”<sup>[3]</sup>。《医方考》中又有“肾主督脉，督脉者，行于脊里，肾坏则督脉虚，故令腰脊不举”<sup>[8]</sup>。《医学衷中参西录》“凡人之腰痛，皆脊梁处作痛，此实督脉主之”<sup>[9]</sup>。从《内经》《难经》到后世医家的著述中看出，督脉病症主要是腰脊强痛，活动受限，不能支撑等症状。从现代医学来看，脑

<sup>1</sup> 海南海口市中医医院(海口, 570216)<sup>△</sup> 通信作者 E-mail: 274897050@qq.com

部疾病及脊柱脊髓损伤表现为脑神经、脑髓及脊髓、脊神经及其相关韧带、椎间盘损伤导致的运动神经元失用的病症,临床可见脊柱脊髓病变部位的疼痛、下肢的麻木疼痛、神经支配区肌肉无力、萎缩,甚至四肢瘫痪;脑部病变可见失眠、癫痫、帕金森、中风、肢体偏瘫等一系列疾病。

## 2 督脉论治脊柱病的研究

### 2.1 督脉论治脊髓损伤

脊髓损伤,属于中医“痿病”“痿痹”范畴,脊髓位置位于脊柱正中,正是督脉所过之处,故脊髓损伤实质为督脉受损,“督脉为阳脉之海”,故而阳气受损,治疗原则为疏通督脉,活血化瘀,温肾壮阳。目前脊髓损伤的病因病机并未十分明了,有科研工作者做了很多从督脉电针治疗脊髓损伤的实验研究。宋萌等<sup>[10]</sup>研究表明电针对大鼠脊髓损伤后 Nestin 表达明显增多,从而起到保护脊髓的作用。王延雷等<sup>[11]</sup>通过脊髓减压联合督脉电针对急性脊髓压迫大鼠进行研究,发现其可以减低脊髓组织中 RAF 含量及 Caspase9 蛋白的表达,较单纯减压疗效更显著。李灵玲等<sup>[12]</sup>通过实验研究,联合应用督脉电针和游泳训练,脊髓损伤大鼠的神经干细胞分化方向得到控制,使脊髓组织神经生长因子(NGF)表达增强,胶质纤维酸性蛋白(GFAP)表达抑制,从而促进神经元再生与修复。蒋松鹤等<sup>[13]</sup>对脊髓损伤慢性期的大鼠,夹脊电针、督脉电针治疗通过增加脊髓的神经营养因子(BDNF),NT-3 的表达,促进神经修复及功能修复。有人通过督脉电针可明显减少 SCI 后大鼠损伤局部神经元细胞的调亡及炎症浸润,抑制胶质瘢痕形成,并促进脊髓组织的修复<sup>[14]</sup>;可以促进 SCI 后大鼠损伤局部内源性神经干细胞的激活和增殖,并促进内源性神经干细胞向神经元细胞和少突胶质细胞分化,同时抑制内源性神经干细胞过度分化为星形胶质细胞<sup>[15]</sup>。目前关于督脉电针治疗脊髓损伤的实验研究,基本上围绕督脉电针对于脊髓损伤模型中脊髓内的蛋白表达差异,从而得出督脉电针治疗的有效性。更有一大部分临床研究者从临床实际出发,亦得出了相同的结论。近年来针对脊髓损伤,以督脉电针为轴,通过配合其他康复疗法,较单纯疗法均具有独特的优势。孙岩等<sup>[16]</sup>通过从督脉论治脊髓损伤认为,脊髓损伤早期予以手术减压,围手术期予以活血化瘀、补益肝肾等治疗,能有效地缓解督脉淤阻的症状,达到疏通督脉的目的。有人通过督脉电针<sup>[17]</sup>配合其他治疗,如中药联合高压氧<sup>[18]</sup>、中药熏蒸<sup>[19]</sup>、肌电生物反馈<sup>[20]</sup>等治疗脊髓损伤,均能改善患者下肢运动功能,取得满意疗效。

### 2.2 督脉论治颈椎病

颈椎病属于中医“项痹病”范畴,其发病部位属于

督脉所过之处,为从督脉论治颈椎病提供了理论依据。在临床实际中,有人通过督脉电针加平衡推拿<sup>[21]</sup>、督脉悬灸结合电针<sup>[22]</sup>治疗椎动脉型颈椎病,取得了较好的疗效。侯转转<sup>[23]</sup>等以督脉穴位为主治疗气血亏虚型颈性眩晕,其中治疗手段包括督脉电针、体针、拔罐、头皮针、长时间留针,疗效确切。郭马珑等<sup>[24]</sup>通过颈前路椎间盘摘除减压融合内固定术即为疏通督脉手术,联合补阳还五汤治疗脊髓型颈椎病,疗效显著。段筱妍等<sup>[25]</sup>运用头部六穴合督脉按摩治疗颈源性头痛,可以很好地缓解患者头痛症状及持续时间。综上所述,从督脉论治颈椎病,大体可分为督脉实证型颈椎病和虚证型颈椎病,实证型可通过督脉电针、体针、督脉拔罐、推拿等治疗手段达到疏通督脉,活血化瘀的目的;虚证型可通过督脉灸法、电针、按摩等手段滋补督脉,温补督脉之阳。

### 2.3 督脉论治腰痛病

张贺民<sup>[26]</sup>通过督脉论治治疗老年性腰椎管狭窄,试验组以丹鹿通督片治疗,对照组以独活寄生合剂治疗,试验组疗效明显优于对照组。唐汉武等<sup>[27]</sup>通过温通督脉的法则治疗退变性腰椎管狭窄,试验组予健步强督方加减,对照组予口服甲钴胺及塞来昔布治疗,试验组疗效优于对照组。邓强等<sup>[28]</sup>从督脉论治胸腰椎结核为肾虚督亏,予补肾强督的杜仲腰痛丸联合手术减压,能有效缓解胸腰椎结核伴不全瘫患者的疼痛,改善功能。有人<sup>[29,30]</sup>通过温养督脉的健步强督方治疗腰椎间盘突出症,较西药对照组疗效更确切,VAS 评分下降,改善患者血清中 IL-1 $\beta$ , TNF- $\alpha$ , 更在改善 SP、NPY 上优于对照组。从督脉内治法论治腰痛,基本上将腰椎管狭窄症、腰椎间盘突出症、腰椎结核等辨证为督脉实证和虚证,实证予以活血通督、通络止痛,虚证予以补肾强督、温养督脉。罗仕华等<sup>[31]</sup>通过魏氏伤科督脉经手法治疗腰椎间盘突出症能改善患者的生活质量和腰椎活动度,调整腰部肌肉协调性。杨少锋等<sup>[32]</sup>辨证为瘀阻督脉型盘源性腰痛予督脉盘龙灸治疗,疗效显著。有一部分研究者从督脉论治腰椎管狭窄、腰椎间盘突出症辨证为瘀阻督脉型,通过椎管减压,可以起到疏通督脉的作用<sup>[33]</sup>,予疏通督脉的椎管减压手术<sup>[34]</sup>、内窥镜手术神经根减压联合中药活血通督<sup>[35]</sup>、微创经椎间孔椎间融合减压联合引气归元针法<sup>[36]</sup>,均取得很好的疗效。从督脉外治法治疗腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄等疾病,通过手术椎管减压疏通督脉,配合针灸、推拿等外治手段均可获得满意疗效。

### 2.4 督脉论治免疫性脊柱疾病

督脉为“一身阳脉之海”,且循行于脊柱正中,与手足三阳经均有相交,而免疫性脊柱疾病均有阳虚的变

疗效,好于单纯西医西药治疗。张伟等<sup>[37]</sup>通过不同发泡灸量的督脉铺灸治疗类风湿性关节炎,取得显著疗效,发泡灸疗效好于非发泡灸。通过督脉灸加附子汤<sup>[38]</sup>、督脉针刺走罐<sup>[39]</sup>、梅花针叩刺督脉加灸盒灸<sup>[40]</sup>可以缓解强直性脊柱炎患者症状,改善患者病情。李宁<sup>[41]</sup>从督脉与强直性脊柱炎的病因病机、症状的表现形式、治疗方式进行了探讨。

### 3 小结

综上所述,督脉病变涵盖了几乎所有的脊柱疾病,不管从古代的医学文献,还是从现代实验研究、临床观察,督脉辨证施治脊柱疾病均取得了良好的疗效。督脉与脊柱相互关联,密切联系,不管从生理病理还是循行,均达到了高度的统一,有理由相信脊柱病变是督脉病变的一部分。尽管如此,在文献整理方面,只是限于督脉及脊柱的生理病理及其循行,但在经络气血方面的相关性、督脉病证与脊柱病证的重合性等方面研究相对较少;在现代研究主要从实验研究方面阐释,从督脉论治实验性脊髓损伤大鼠脊髓内的相关蛋白的表达的研究入手,而阻断相关蛋白表达的药物并无针对性研究;在临床研究中主要从“疏通”“温通”督脉入手,且取得了很好的疗效,是否有更多的从督脉论治方法,值得进一步探讨。深入研究督脉与脊柱之间的生理病理辨证施治的关系,可以丰富中医正脊内涵,造福更多的脊柱病患者。

### 参考文献

- [1] 田代华. 黄帝内经素问[M]. 北京:人民卫生出版社, 2005.
- [2] 田代华. 黄帝内经灵枢[M]. 北京:人民卫生出版社, 2001.
- [3] 秦越人. 难经[M]. 北京:科学技术文献出版社,1996:17.
- [4] (明)李时珍. 奇经八脉考[M]. 上海:上海科学技术出版社,1990:4.
- [5] (清)张志聪. 黄帝内经灵枢集注[M]. 北京:中医古籍出版社,2012:361.
- [6] (清)张隐庵. 黄帝内经素问集注[M]. 太原:山西科学技术出版社,2012:233.
- [7] (元)滑伯仁. 十四经发挥[M]. 北京:中国医药科技出版社,2016:209.
- [8] (明)吴昆编著. 医方考[M]. 北京:中国中医药出版社, 1998:216.
- [9] 张锡纯著. 医学衷中参西录[M]. 山西:山西科学技术出版社,2009.
- [10] 宋萌,王远征,时素华,等. 督脉电针对大鼠急性脊髓损伤 6h 后 Nestin 表达的实验研究[J]. 首都医药,2013,20(2):52-54.
- [11] 王延雷,齐英娜,董春科,等. 脊髓减压联合督脉电针对急性脊髓压迫损伤大鼠疗效影响的实验研究[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):3-7.

- [12] 李灵玲,周达岸,杨燕兴,等. 联合应用督脉电针和游泳训练后脊髓损伤大鼠神经干细胞分化方向的研究[J]. 中国康复医学杂志,2016,31(2):172-176.
- [13] 蒋松鹤,林海燕,何蓉,等. 督脉、夹脊电针对脊髓损伤大鼠功能康复的影响[J]. 中华针灸电子杂志,2015,4(1):7-12.
- [14] 姚海江. 基于 Wnt/Notch 信号通路探讨督脉电针对脊髓损伤后大鼠神经再生的作用机制[D]. 北京:北京中医药大学,2015.
- [15] 莫雨平. 基于 NT-3 不同受体介导的信号通路探讨督脉电针对大鼠脊髓损伤的影响[D]. 北京:北京中医药大学, 2015.
- [16] 孙岩,占达,谭明生. 从疏通督脉论治脊髓损伤[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):64-66.
- [17] 迟蕾. 夹脊督脉电针治疗脊髓损伤后肢体功能障碍的临床观察[D]. 哈尔滨:黑龙江中医药大学,2014.
- [18] 任宏巍,孟红梅. 中药与督脉电针联合高压氧治疗对脊柱骨折伴脊髓损伤患者的疗效分析[J]. 检验医学与临床, 2017,14(5):618-620.
- [19] 郭健,任亚锋,王磊,等. 中药熏蒸联合夹脊、督脉电针康复方案对脊髓损伤后下肢功能障碍的影响[J]. 时珍国医国药,2017,28(12):2940-2942.
- [20] 夏润福,闫金玉,李剑锋. 督脉电针配合肌电生物反馈治疗脊髓损伤后肌肉痉挛的研究[J]. 内蒙古中医药,2014, 33(25):38-40.
- [21] 彭支莲,黄剑,丁盼. 督脉电针加平衡推拿法治疗椎动脉型颈椎病临床研究[J]. 中国中医急症,2013,22(2):218-220.
- [22] 谭伟杰. 督脉悬灸结合电针治疗椎动脉型颈椎病的临床研究[D]. 广州:广州中医药大学,2016.
- [23] 候转转,陈华德,王灿军. 督脉穴位为主治疗气血亏虚型颈性眩晕的临床体会[J]. 浙江中医药大学学报,2013,37(10):1242-1243.
- [24] 郭马珑,朱新华,崔宏勋,等. 疏通督脉手术联合补阳还五汤治疗脊髓型颈椎病的临床观察[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):53-54.
- [25] 段筱妍,袁有才,周粉峰. 头部六穴合督脉按摩治疗颈源性头痛 48 例临床观察[J]. 中医药导报,2016,22(13):90-91.
- [26] 张贺民. 督脉论治治疗老年退行性腰椎管狭窄症 256 例[J]. 中国中医骨伤科杂志,2013,21(6):14-15.
- [27] 唐汉武,林一峰,原超,等. 温通督脉法治疗退行性腰椎管狭窄症的临床研究[J]. 时珍国医国药,2016,27(5):1148-1150.
- [28] 邓强,李军杰,张彦军,等. 从督脉论治胸腰椎结核并不全瘫的临床观察[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):23-27.
- [29] 史鹏亮. 温养督脉法治疗腰椎间盘突出症临床疗效观察与康复[D]. 广州:广州中医药大学,2017.
- [30] 张晓洁. 温养督脉法治疗虚痹型腰椎间盘突出症的临床观察[D]. 广州:广州中医药大学,2016.

- [31] 罗仕华,李中伟,谢贤斐,等. 魏氏督脉经手法治疗腰椎间盘突出症临床研究[J]. 上海中医药杂志,2013,47(5):64-66.
- [32] 杨少锋,郭彦涛,宋水燕. 督脉盘龙灸法治疗瘀阻督脉型盘源性腰痛的临床研究[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):41-44.
- [33] 赵勇,陈彦飞,李元浩. 论椎管减压与疏通督脉的临床相关性[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):61-63.
- [34] 赵鹏飞,周英杰. 椎管减压术治疗瘀阻督脉型腰椎管狭窄症的临床观察[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):55-56.
- [35] 宋西正,王文军,康禹,等. 内窥镜联合中药治疗腰椎间盘突出症(督脉瘀阻型)的临床效果[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):45-48.
- [36] 吴永生,黄鑽,王慧敏,等. 微创经椎间孔椎间融合术联合引气归元针法治疗督脉瘀阻型腰椎椎管狭窄症的临床研究[J]. 中国中医骨伤科杂志,2018,26(2):33-36.
- [37] 张伟,陈明人,胡锦涛. 不同发泡灸量的督脉铺灸治疗类风湿关节炎的临床疗效观察[J]. 针刺研究,2016,41(4):327-333.
- [38] 王新革. 督脉灸加附子汤加味治疗强直性脊柱炎 31 例[J]. 山东中医杂志,2015,34(3):189-190.
- [39] 吴昊. 督脉针刺走罐治疗强直性脊柱炎疗效观察[J]. 陕西中医,2014,35(12):1626-1628.
- [40] 韩菲. 梅花针叩刺督脉加灸盒灸治疗强直性脊柱炎 25 例[J]. 中医临床研究,2014,6(32):39.
- [41] 李宁. 从督脉论治强直性脊柱炎[J]. 湖南中医杂志,2014,30(8):148-149.

(收稿日期:2018-8-03)

闫兆东为全国第六批老中医药专家学术经验继承工作指导老师,黄健为全国第六批老中医药专家学术经验继承工作继承人