

辛丑年运用备化汤治疗退行性腰椎管狭窄症的经验与理论探微

伏敏睿^{1,2} 温海宝^{1,2} 刘代远^{1,2} 朱立国^{1,2} 冯敏山^{1,2} 冯蓬^{1,2}
李建国^{1,2} 李路广^{1,2} 高景华^{1,2} 高春雨^{1,2△}

[摘要] 基于《黄帝内经》对五运六气的阐述,并结合中西医研究进展,提出“寒湿时邪”是辛丑年退行性腰椎管狭窄症发生的重要致病因素。通过分析寒、湿邪气所致病理状态,阐释自然界过盛的邪气与机体本身脾肾阳虚的发生常同时伴存的客观情况,认为其与退行性腰椎管狭窄症的发生密切相关。运气方备化汤在辛丑年治疗寒湿型退行性腰椎管狭窄症颇有疗效,临证应用的同时,也应注重重用甘药而不伤阴,同时配合经方化裁,以期尽快缓解症状,减少病情反复发作。

[关键词] 五运六气;备化汤;退行性骨关节病;退行性腰椎管狭窄症;辛丑年

[中图分类号] R681.5 **[文献标志码]** A **[文章编号]** 1005-0205(2026)04-0102-04

DOI: 10. 20085/j. cnki. issn1005-0205. 260417

Clinical Experience and Theoretical Insights on Treating Degenerative Lumbar Spinal Stenosis with the Beihua Decoction, the Yunqi Prescription for the Year of Xinchou

FU Minrui^{1,2} WEN Haibao^{1,2} LIU Daiyuan^{1,2} ZHU Liguang^{1,2} FENG Minshan^{1,2}
FENG Peng^{1,2} LI Jianguo^{1,2} LI Luguang^{1,2} GAO Jinghua^{1,2} GAO Chunyu^{1,2△}

¹ Wangjing Hospital of China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100102, China;

² Beijing Key Laboratory of Digital Intelligence TCM for Prevention and Treatment of Osteoarthritic Degenerative Diseases, Beijing 100102, China.

Abstract Based on the elaboration of the Five Circuits of Qi and Six Qi Stages in the *Huangdi Neijing* (Yellow Emperor's Internal Classic) and combined with research advances in both traditional Chinese and Western medicine, this paper proposes that “cold-damp seasonal pathogens” are important pathogenic factors in the development of degenerative lumbar spinal stenosis (DLSS) in the Xinchou Year. By analyzing the pathological states induced by cold-damp pathogens, it explains the objective fact that the excessive cold-damp pathogens factors in nature often coincide with the development of spleen-kidney Yang deficiency in the body itself, and posits that this correlation is closely associated with the pathogenesis of DLSS. The Yunqi (Five Circuits of Qi and Six Qi Stages) formula Beihua decoction has achieved remarkable curative effect in the treatment of cold-damp type DLSS in the Xinchou Year. In clinical application, attention should also be paid to reusing sweet-tasting herbs without damaging Yin, and combined with the modification of classical prescriptions, so as to relieve symptoms as soon as possible and reduce the recurrence of the disease.

Keywords: five evolutionary phases and six climatic factors theory; Beihua decoction; degenerative osteoarthropathy; lumbar spinal stenosis; the year of Xinchou

退行性腰椎管狭窄症(Degenerative Lumbar Spinal Stenosis, DLSS)是一种常见于中老年群体的脊柱退行性疾病^[1],严重影响患者的生存质量,其临床表现

多归属于中医“腰痛”范畴。该病的病理实质为椎管内组织病理性增生导致椎管容积减小,进而压迫马尾神经或血管^[2],典型症状包括臀部及下肢疼痛、直立位诱发的神经源性跛行,可伴有腰痛^[3]。退行性腰椎管狭窄症在全球范围内有较高发病率,研究表明 60 岁以上人群中腰椎管绝对狭窄(椎管直径 ≤ 10 mm)的患病率达 19.4%^[4]。目前临床以保守治疗为主,包括药物、理疗、功能锻炼、推拿及针灸等^[5],若保守治疗无效

基金项目:北京市中医药科技发展资金项目(JJ-2020-72)

¹ 中国中医科学院望京医院(北京,100102)

² 数智中医防治骨与关节退行性疾病北京市重点实验室

△通信作者 E-mail: gaochunyu8526@sina.com

则多考虑手术。尽管现代医学对退行性腰椎管狭窄症发病机制已有较深入的认识,但其保守治疗手段仍存在一定局限性^[6],尤其对无法耐受手术的患者疗效常不理想。在此背景下,中医药辨证论治显示出独特优势。本文以中医五运六气理论为指导,探讨辛丑年运气方“备化汤”治疗寒湿型退行性腰椎管狭窄症的临床疗效,旨在从“天人相应”角度阐释其作用机制,为临床优化本病的中医治疗方案提供思路。

1 五运六气理论基础与辛丑年运气格局剖析

1.1 干支立极,运化有常

五运六气理论源于《黄帝内经》“七篇大论”^[7],其以天干地支为推演核心,构建了一套“天人相应”的动态气候模型,用以阐释异常气候对人体致病的影响规律^[8]。该理论体系包含“五运”与“六气”两个维度:五运循天,依据天干化合决定岁运(如甲己化土,丙辛化水),并分太过与不及;六气属地,根据地支配属三阴三阳,形成司天、在泉之气,分别主导上半年的气候特征。主气恒定反映四时之序,客气则随年支变动,二者加临产生“顺化”“天刑”等多种气候格局,体现了《素问·六微旨大论》“上下有位,左右有纪”所强调的天地之气有序运行规律。

本理论所构建的“气化胜复”动态平衡观,深刻揭示了自然气机的自我调节规律,具有重要的现代启示价值。具体而言,当岁运不及(如水运不及)时,则胜气(如土气)亢盛,继而引发复气(如木气)制衡,由此形成六十甲子的稳定周期律。现代研究进一步证实,五运六气周期与多种疾病流行密切相关,例如木运太过之年呼吸道感染高发^[9],火运太过之年心脑血管^[10]事件风险显著上升。这一时空规律为时间医学提供了关键范式,指导临床因时制宜调整治疗方案。

1.2 辛丑年运气推算及气候特征解析

辛丑年天干属水运不及(少羽),地支为丑,对应太阴湿土司天、太阳寒水在泉^[11],形成全年“寒湿氤氲”的基本运气格局。其气候特征表现为“太阴司天,湿淫所胜……附肿骨痛阴痹……腰脊头项痛,时眩,大便难,阴气不用,饥不欲食……”。司天太阴湿土主上半年,易致湿浊困脾,见纳呆、肢重,并见骨关节肿痛^[12];在泉太阳寒水主下半年,寒湿凝阻肾络,多发腰膝冷痛、夜尿频数,慢性水肿者症状加重。

在客主加临中,三之气(小满至大暑)太阴湿土司天加临少阳相火主气,形成湿热交蒸之候,易引发黄疸、湿疹等症;终之气(小雪至大寒)太阳寒水在泉与主气同属寒水,寒湿肆虐,则痹证、冻疮、咳喘等寒凝血瘀之症尤为显著。现代观测显示,2021 年(辛丑年)中国南方降水量较常年偏高约 30%,与“湿乃大行”理论高度吻合。因此,辛丑年寒湿偏盛的运气特点,为退行性骨病、代谢综合征等属寒湿类型的疾病防治提供了关键的理论依据与临证切入点。

2 退行性腰椎管狭窄症发病机制与辛丑年运气关联

中医学强调“天人相应”,人体的气血运行随四时气候呈现节律性变化。五运六气学说正是通过推演气候变迁与人体疾病之间的关联,为未病先防、既病防变提供理论依据。

2.1 中医传统理论下退行性腰椎管狭窄症病因病机

辛丑年(2021 年)为水运不及之年,太阴湿土司天、太阳寒水在泉,形成寒湿偏盛的岁气特点。如《素问·气交变大论》所言“岁水不及,湿乃大行”,全年气候以“冬暖湿冷、夏雨溽蒸”为特征,寒湿邪气贯穿始终,易伤人体阳气,诱发寒湿类疾病。

退行性腰椎管狭窄症属中医学“腰痛”“痹证”范畴^[13]。腰为肾之府,督脉所过,辛丑年寒湿时邪尤易下注腰府,导致寒湿痹阻、阳气不宣。《素问·六元正纪大论》云“感于寒则关节禁固,腰膝痛寒性收引”,湿性黏滞,二者相合,阻滞气血,日久耗伤阳气,致阳气虚馁。阳气亏虚则温煦、推动无力,既无法驱散寒湿,又使津液停聚成痰、血液滞涩成瘀,形成痰瘀互结。三者互为因果,寒湿加重阳虚,阳虚催生痰瘀,痰瘀又阻滞阳气布散,终致病情缠绵难愈。而肾精亏虚则骨失所养,脾不化湿则筋弛肉痿,共同促成椎体退变、韧带肥厚等形质^[14]改变,表现为腰部冷痛、活动受限及间歇性跛行等症状。

该病机本质为本虚标实,以脾肾阳虚为本,寒湿瘀阻为标,外邪引动内虚,形成“正虚致瘀、瘀滞生痹”相互影响的动态演变过程,与《景岳全书》所论“腰痛虚证十居八九”相契合。

2.2 辛丑年寒湿时邪致退行性腰椎管狭窄症的病理过程

脾肾阳虚为本,致阳气衰微,腰府失于温煦,寒湿之邪乘虚内侵,凝滞于督脉与足太阳膀胱经,形成“不通则痛”之病机基础,《素问·痹论》言“寒气胜者为痛痹”,寒性收引,凝滞气血;湿性黏滞,阻遏气机,二者相合,加剧筋脉拘急,腰部活动受限,呈现《金匱要略》所载“腰中冷,如坐水中”之象。形成了阳气虚馁、寒湿凝滞的本质。

湿性趋下,寒湿下注腰股,阻滞气血运行,可见下肢酸胀麻木,甚则水肿,符合《医宗必读》“湿胜则肿”之论。病情若迁延不愈,湿瘀互结,可进一步导致小腿肌肉萎缩,尤以胫前肌与伸肌为著,形成“不荣则痛”与“不通则痛”并见的虚实夹杂之候。此全过程与《内经》“阳化气”功能衰退密切相关,阳气虚则气化无力,筋骨失于温养^[15],病势因而缠绵难愈,此为退行性腰椎管狭窄症在寒湿偏重年份发作或加重的重要机制。

2.3 脾肾阳虚在辛丑年退行性腰椎管狭窄症发病中的关键作用及演变路径

退行性腰椎管狭窄症往往有病程漫长、久及脾肾、

耗气伤阳的特点,其本在脾肾阳虚,标在寒湿瘀阻。《医宗必读》谓“脾肾安和,百疾不生”,辛丑年寒湿肆虐,更易耗伤先后天之本。肾主骨生髓,水运不及则肾阳失温,髓枯骨痿;脾主肌肉运化,湿土司天则中焦壅滞,水谷不化。《素问·气交变大论》载“岁水不及……民病腹满身重,腰股痛发”,揭示脾肾阳虚者逢寒湿岁运,阳气虚馁则寒湿内聚,由虚转实,脾肾阳虚的演变路径可分三阶段。其一,虚损初起:肾阳不足,腰府失温,症见腰膝酸软畏寒;脾虚湿困,气血生化乏源,肌肉失养而松弛。其二,虚实夹杂:阳虚不能化湿,寒湿下注腰络,痰瘀互结,致椎管周围韧带钙化、骨质增生。其三,本虚标急:脾肾衰惫,阳气虚浮于上,心火燔热与下焦寒湿并存,症见上热下寒、腰痛夜甚。

此病理过程与《内经》“阳化气,阴成形”^[16]理论相合,治当以温肾健脾为本,辅以祛湿通络,方如备化汤(附子、熟地、牛膝等),既振肾阳以化寒凝,又健脾胃以祛湿浊,契合辛丑年“运岁备物”之防治要旨。

3 备化汤辨治退行性腰椎管狭窄症理论探微

3.1 运气立基,寒湿为纲

备化汤首见于南宋陈无择《三因极一病证方论》^[17],为“丑未之岁,太阴湿土司天,太阳寒水在泉”运气格局所设,核心病机为“寒湿合邪,阳气受遏”,体现“因时制方”的运气用药思想。历代医家虽未直接引用该方,然其组方思路一脉相承:如刘完素强调“通阳化浊,以辛温逐其阴凝”,与方中附子、生姜温散寒湿之法相合;清代缪问进一步指出“附子雄烈,逐寒湿于三焦;熟地滋腻,制刚燥而护真阴”,揭示其阴阳兼顾、刚柔相济的配伍特点。近现代顾植山^[18]等拓展其应用,用于寒湿型荨麻疹、血瘀唇紫等症,体现“异病同治”之妙,彰显该方在寒湿为病基础上的广泛适用性。

3.2 阴阳互根,动静相宜

备化汤以附子-熟地黄为核心药对,体现阴阳互济、动静相宜的配伍思想。附子大辛大热,通行十二经,长于温阳散寒,《本草正义》称其“彻内彻外,凡三焦经络、诸脏诸腑之沉寒痼冷,无所不至”;熟地黄甘润滋阴,养血填精。二者相配,既祛寒湿之邪,又顾护真阴,契合“阴中求阳”之法。方中佐以木瓜舒筋活络,牛膝引药下行、补益肝肾,茯苓健脾渗湿,甘草和中调药,复配覆盆子敛精防散,生姜辛散化滞。全方结构严谨,温阳不伤阴,祛邪兼扶正。

缪问曾指出,若湿郁化热,可易熟地为生地,以兼顾清润,体现“有制之师”的临证变通智慧。现代研究显示^[19],附子中乌头碱类成分可抑制 IL-6、TNF- α 等炎性因子释放,熟地黄多糖则具有免疫调节作用,从药理学层面支持了附子-熟地黄药对“温阳-滋阴”配伍的科学性。

3.3 病机统方,因时达变

备化汤虽为辛丑年运气专方,然其运用关键在于

紧扣“寒湿凝滞,阳气不展”^[20]之核心病机。该年太阴湿土司天,寒湿氤氲^[21]为全年气候基调,临证所见退行性腰椎管狭窄症患者多表现为腰膝冷痛、下肢沉重、舌淡胖苔白滑,脉沉迟,此系脾肾阳虚、寒湿凝络之典型证候。方中附子为君,功擅温阳散寒、通督达络;熟地为臣,滋阴填精、养血柔筋;牛膝引药下行,兼活血强筋;木瓜舒筋化湿,缓急止痛。全方脾肾同治,共奏温阳化湿、通络止痛之效。

临证尤重“因时达变,随证调方”。四时气化不同,调方亦异:春分后去附子之燥,加天麻、防风以平肝息风^[22];小满添泽泻、薏苡仁以清热利湿;秋分可减熟地之腻,加沙参、玉竹润燥养筋;冬至则增附子量,辅桂枝、细辛以温经散寒。若见寒湿化热,关节红肿、舌红苔黄者,当减附子量,易熟地为生地,加土茯苓、茜草清利湿热;若瘀血阻络,痛甚夜剧,则添鸡血藤、川芎活血通络。值得注意的是,附子过用(>15 g)有温燥伤阴之虞;见口干失眠等症时宜加白芍、麦冬滋阴敛阳。此类调方策略,既守病机根本,又兼顾时令、体质与药性变量,实为“守机达变”辨治思想的典型体现。

4 验案举隅

患者,女,75岁。一诊(2021年9月7日):主诉腰痛伴双臀部及右下肢麻木疼痛2年余,现症见腰痛伴右下肢麻木疼痛,行走不足600 m,夜尿2~3次,肢体抽筋,双足水肿(夜间重、晨起轻),纳可,二便正常;既往有糖尿病史。体征:行走自如,不自主摇头;腰椎MRI示L_{4/5}椎间盘突出、黄韧带肥厚、椎管狭窄明显;舌质暗红、苔薄白,舌下脉络粗大、舌底红,脉弦滑。中医诊断为腰痛病(寒湿阻络证),西医诊断为退行性腰椎管狭窄症(L_{4/5},缓解期)。予备化汤加减治疗:木瓜12 g,茯苓12 g,川牛膝6 g,黑附子3 g,地黄3 g,覆盆子3 g,甘草3 g,生姜3 g,泽泻6 g,鸡血藤15 g,苏木6 g,桑枝6 g,防风6 g,日1剂,早晚煎服。二诊(2021年10月19日):服药1个月后,右下肢麻木疼痛明显减轻,双足水肿消退,近1周出现不耐久行,行走后下肢无力、酸胀,腰痛加重,纳眠可,二便可;舌质暗、苔薄白,舌下脉络粗大色瘀,脉弦。调整方药:木瓜15 g,茯苓9 g,川牛膝6 g,黑附子3 g,地黄3 g,覆盆子15 g,甘草3 g,生姜3 g,日1剂,早晚煎服。三诊(2021年11月23日):服药1个月后,行走无力症状改善显著,无明显腰痛,服药期间无不适,纳眠二便正常;舌质暗、苔薄白,舌下脉络稍粗大,脉弦。予停服中药,嘱循序渐进功能锻炼,不适随诊。

按语:本医案以老年退行性腰椎管狭窄症患者为例,体现了五运六气理论指导下的辨证思路。患者年高脾肾阳虚为本,寒湿瘀阻为标,外邪引动内邪,阻滞经络,气血不荣,发为腰痛麻木^[23]、下肢水肿。初诊紧扣“寒湿阻络”之机,以《三因极一病证方论》备化汤为基础,附子温阳化湿,茯苓、泽泻利水祛邪,配鸡血藤、

苏木活血通络,桑枝、防风舒筋缓急,融温阳、化痰、通络于一方。二诊见水肿消退而行走无力,此湿去而脾肾气化未复,故增木瓜通利之功,减茯苓之量,并去泽泻、鸡血藤等活血通利之品,专以备化汤本方温养脾肾、化气通络。三诊行走无力改善,诸症渐平,遂停药转以功能锻炼,既合“衰其大半而止”之训,亦体现“形质修复重在养”的中医康复理念。全案示人以“病机为纲,方随证转”的辨治层次。

5 小结

五运六气学说是中医学中重要的理论之一,它将自然界与人的生命活动紧密联系起来,《素问·保命全形论》云“人以天地之气生,四时之法成”,阐释了五运六气中天人相应的生命观念,也是中医学中强调的天人合一的生命观。运气学说以宇宙与人体之间的相互作用为基础,阐述了五脏六腑的生理功能以及人体疾病的病因、发病、转归等方面。现代研究表明,备化汤在腰椎间盘突出症^[24]、冠状动脉粥样硬化^[25]等疾病预防与治疗中均起到改善作用,亦有研究^[26]表明出生日期所在的自然气候与发病具有较为密切的联系,为临床解决气候更替致病提供了新的思路。

人类长期生活在自然之中,形成了自身的生理节律,春夏阳气升发,秋冬阳气潜藏^[27],人体的气血运行可因四时气候的不同而发生节律性的变化,同时也感受自热界气候变化引起异常,而随着现代工作生活方式的改变和西医骨科手术技术的发展,骨折脱位的患者数量占比逐年下降,中医骨伤科门诊以退化性的疾病为多,退行性腰椎管狭窄症便是其中之一,中医药治疗也愈发体现其在骨科疾病治疗中的独特优势。运气学说预测气候的目的在于事先采取有效措施,顺应自然的变化,保持机体内外的阴阳平衡,从而达到防病保健的目的。

参考文献

- [1] KATZ J N, ZIMMERMAN Z E, MASS H, et al. Diagnosis and management of lumbar spinal stenosis; a review[J]. JAMA, 2022, 327(17): 1688-1699.
- [2] ZHU L L, SUN Y J, KANG J, et al. Effect of acupuncture on neurogenic claudication among patients with degenerative lumbar spinal stenosis; a randomized clinical trial[J]. Annals of Internal Medicine, 2024, 177(8): 1048-1057.
- [3] 于凌佳, 杨雍, 刘雨泉, 等. 退行性腰椎管狭窄症的手术治疗研究进展[J]. 中华骨与关节外科杂志, 2025, 18(10): 943-949.
- [4] 魏戌, 徐卫国, 李路广, 等. 腰椎管狭窄症中西医结合诊疗指南(2023 年)[J]. 中国全科医学, 2024, 27(25): 3076-3082.
- [5] 高景华, 刘代远, 李路广, 等. 《腰椎管狭窄症中西医结合诊疗指南(2023 年)》解读[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2025, 33(1): 84-87.
- [6] 王宝剑, 高景华, 孙武, 等. 退行性腰椎管狭窄症: NASS 循证医学指南解读[J]. 天津中医药大学学报, 2020, 39(4): 398-402.
- [7] 贾思涵, 连妍洁, 尚菊菊, 等. 基于血浊理论探讨氧化应激与心肌纤维化的关系及中医辨治[J]. 北京中医药大学学报, 2024, 47(6): 741-746.
- [8] 纪丽芝, 蒋梅. 肠癌罹患与运气禀赋相关性研究[J]. 广州中医药大学学报, 2021, 38(12): 2552-2558.
- [9] 董子君, 王鑫, 刘莉莉, 等. 基于时间节律防治变应性鼻炎初探[J]. 北京中医药, 2024, 43(8): 935-937.
- [10] 谢桑. 基于大数据的五运六气与罹患高血压病的相关性研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2023.
- [11] 田合禄, 田峰. 五气经天的天文背景考释[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(11): 6352-6363.
- [12] 徐婧, 杨洁, SHULL P. 新加黄龙汤对老年腰椎间盘突出合并椎管狭窄手术预后的影响[J]. 陕西中医, 2020, 41(9): 1248-1250.
- [13] 安易, 陈红, 王锡友, 等. 中医综合方案干预中重度腰椎管狭窄症的新思路[J]. 中国医药导报, 2022, 19(32): 130-132.
- [14] 郑卫丛, 豆昌先, 吴晓翔, 等. “筋骨平衡”理论在退行性腰椎滑脱症中的运用探讨[J]. 陕西中医, 2021, 42(6): 757-760.
- [15] 王雯雯, 赵恒立. 基于“阳化气, 阴成形”理论治疗痛风性关节炎研究进展[J]. 陕西中医, 2022, 43(9): 1319-1320.
- [16] 陈海峰, 闫坤, 张瑞坤, 等. 姚新苗教授运用备化汤治疗寒湿型腰痛病经验介绍[J]. 中国中医骨伤科杂志, 2022, 30(6): 81-83.
- [17] 何圣, 廖常英, 黎昕. 论《黄帝内经》五运六气光变时空结构[J]. 辽宁中医药大学学报, 2022, 24(7): 9-13.
- [18] 李双庆, 毛鑫羽, 邢永发, 等. 古今附子临床安全性用药研究进展[J]. 天津中医药大学学报, 2025, 44(6): 565-570.
- [19] 侯佑柱, 周计春, 张小琴. 《伤寒论》附子炮制方法及用量应用探析[J]. 中国中医急症, 2024, 33(10): 1828-1830.
- [20] 何敬爽, 刘琴, 老膺荣. 五运六气临床观察性研究中的研究要素设计的文献分析[J]. 广州中医药大学学报, 2021, 38(12): 2790-2796.
- [21] 孔令豪, 陶国水, 陆曙, 等. 基于五运六气理论的无锡地区手足口病发病与“六气”相关性研究[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(11): 6782-6785.
- [22] 苏雪, 李晶, 陈雅琼. 辛丑年(2021 年)运气推演及疾病防治探微[J]. 中华针灸电子杂志, 2021, 10(2): 45-46.
- [23] 王骥, 孙语男. 从“温经开郁通痹”论治肢体麻木[J]. 江苏中医药, 2022, 54(11): 44-46.
- [24] 申金贤, 张秀芳, 宁南义, 等. 基于运气理论的针刺联合五味子汤、备化汤加减并用治疗腰椎间盘突出症腰痛急性加重临床观察[J]. 湖北中医药大学学报, 2022, 24(4): 106-109.
- [25] 孙晓芳, 庞敏. 庞敏教授从五运六气合补肾益气活血法治冠状动脉粥样硬化性心脏病[J]. 中医临床研究, 2021, 13(29): 59-62.
- [26] 尹思源, 高原, 张洋洋, 等. 南京地区 814 例急性心肌梗死患者生辰及发病日期五运六气分析[J/OL]. 辽宁中医杂志, 1-12 [2025-11-27]. <https://link.cnki.net/urlid/21.1128.R.20251027.0944.019>.
- [27] 咎忠成, 霍丽平. 应用五运六气化裁乌梅丸治厥阴不寐验案[J]. 世界中西医结合杂志, 2021, 16(11): 2144-2146.

(收稿日期: 2025-04-11)