

· 中医中药 ·

女性绝经后骨质疏松症的中医中药治疗

丛春雨

女性绝经后骨质疏松症(postmenopausal osteoporosis)是指绝经后妇女由于卵巢功能衰退、雌激素水平下降,继发甲状旁腺功能亢进,降钙素分泌不足,从而导致骨吸收大于骨形成,出现以低骨量和骨组织的显微结构退行性变为其特征,临床表现为骨脆性和骨折易感性增加的一种代谢性疾病。

骨质疏松症的临床表现大都为非特异性,若能仔细询问病史,患者多主诉为腰背和四肢慢性疼痛,骨质丧失本身无明显症状,但骨质丧失会使骨矿质减少,骨孔增多和脆性增加,从而导致骨骼强度下降,骨骼不能支持正常或轻微增加的压力,则极易发生骨折。椎体为最易发生骨折的部位,其他如肱骨、股骨上端、桡骨下端与肋骨都易发生骨折。

作者在几十年中医妇科临床、教学、科研的实践中,治疗绝经后骨质疏松症,多从奇经八脉入手,进行辨证施治,大都收到了显著临床效果。

奇经八脉中,冲、任、督三脉起于胞中。冲脉从中直上,乃血海,主经水,涵养精血,温濡表里;任脉行于一身之前,主胞胎生育;督脉而行于一身之后,乃阳脉之都纲,维系人身之元气,与命门关系密切,同时亦主孕育。而跷、维均起于足,汇集于腹,阴阳两跷和洽,则阴阳跷健而相交。阴阳两维正常,则阴阳之气相维。以上七脉又皆会于带脉,带脉绕腰一周,总束诸脉,以维护各脉正常之功能,使不妄行。

绝经后女性阴阳失和,多与奇经有关,冲为血海,任主胞胎,七七四九,天癸竭,地道不通,

奇经虚惫,肝肾耗损,腰背酸痛,骨软痿枯,变证丛生,拖延日久,缠绵不愈。《妇人良方·博济方论第二》说:“妇人病有三十六种,皆由冲任劳损而致。”清·徐灵胎在《医学源流论》中说:“冲任脉皆起于胞中,上循背里,为经脉之海,此皆血之所从生,而胎之所由系。明于冲任之故,则本原洞悉,而后其所生之病,千条万绪,可以知其所从起。”正是基于中医奇经理论和整体观念,临床辨证分型如下。

1 肾精亏耗,督脉失荣证

系指由于产乳过多,或房劳过度,或劳损过重(如久坐、久立、弯腰),或过早的闭经,或因病摘除子宫或卵巢,从而造成绝经后(2~10年)出现以肾精亏耗、督脉失荣为主的症候群,导致骨质疏松症的发生与发展。

症脉解析:绝经后二三年后腰痛日渐酸痛,四肢关节疼痛绵绵,腰背痛的特点是:初期由安静状态转而开始活动时出现腰痛,经休息后可稍有缓解,反反复复可持续较长时间。此后逐步发展为持续性疼痛,或伴有腰背强直感觉。随其年龄的增长和病史的发展,逐渐出现驼背、身长缩短。同时伴有头晕耳鸣,神倦乏力,听力、视力减退,牙齿松动或过早脱落,发白发脱,记忆力减退,膝软并足跟酸痛。舌质淡,薄白苔,脉象沉细弱,尺脉弱不应指。

中医学认为骨,属于奇恒之府,《素问·痿论》说:“肾主身之骨髓”。《素问·脉要精微论》又说:“骨者髓之府,不能久立,行则振掉,骨将惫矣。”肾藏精,精生髓,髓养骨,肾精充盈,骨坚髓实,肾精亏损,骨薄髓虚。在女性绝经后,任督二脉由盛转衰,阴阳失衡,脊柱失荣,劳损加重,

故腰背部疼痛为本病最常见症状。

治疗原则:益精填髓,温固奇经。

自拟经验方:八珍二仙二胶汤,其成分:

川芎 4.5 克、杭白芍 10 克、全当归 10 克、熟地黄 15 克、党参 10 克、炒白术 10 克、茯苓 10 克、陈皮 9 克、淫羊藿 30 克、巴戟肉 30 克、仙茅 10 克、金毛狗脊 9 克、鹿角霜 15 克、阿胶 10 克(烔化)、龟板胶 10 克(烔化)、川续断 10 克。

方义与加减:妇科疾病多与奇经有关,妇科临症不究奇经,则犹如隔靴搔痒,治难中鹄。拙拟八珍二仙二胶汤,以四物和血养精,四君养血运脾,以二仙加巴戟、狗脊、川断温肾通络,壮骨舒筋。叶天士说:“鹿性阳,入督脉。”本方以鹿角霜通达督脉之阳气。叶天士又说:“龟体阴,走任脉。”本方又用龟板胶、阿胶填补任脉之阴血,故三药相伍大补任督二脉阳气与阴血,阴阳相济,气血调合,骨质疏松症可图显效。

临床上还可选用叶天士的:“三胶二髓方”,其成分为:鹿筋胶、羊肉胶、牛骨髓、猪脊髓、线鱼胶、苁蓉、巴戟、枸杞、茯苓、沙苑、牛膝、青盐。本方具有补肾强骨,温养奇经之功,可用于治疗骨痿之症。

在服用八珍二仙二胶汤时,同时要口服自拟参车粉(红人参 15 克、制紫河车 30 克),每日两次,早晚分服,每次 1.5~3 克,淡盐水送服。旨在甘咸温养,填补奇经,培补下元,皆为妙用血肉有情之品。

2 肝肾阴虚,冲任失和证

由于在生育年龄段多产、早产、堕胎、房劳不节,或平素烟酒过度,或过量饮用刺激性饮料如咖啡、茶等,或长时间处于精神紧张状态,或受到意外精神刺激,或长期患抑郁症,从而造成绝经后肾阴亏损,肝血耗伤,精血阴津匮乏,冲任失和,致使筋痿骨枯,出现骨质疏松症。

症脉解析:绝经 2~3 年后出现腰背痛,或呈向四肢放射痛,或呈向肋间放射痛,其特点为在久坐、久立等长时间保持固定姿势时致使疼

痛加剧,严重者可出现身长缩短、驼背等症。还伴有头晕耳鸣、视物昏花、两目干涩、齿摇发脱、形体消瘦、手脚心烦热、口干咽燥,或夜半咽干,溲赤便结、舌质红或呈镜面舌,少苔或无苔,脉象沉细数,或关弦尺弱。

《素问·上古天真论》指出:“七八,肝气衰,筋不能动,天癸竭,精少,肾藏衰,形体皆极。”五旬以上的妇女,肝肾亏虚,骨髓不足,气血运行失调,冲任俱虚,筋骨懈惰,脊柱可出现退行性改变,出现腰背痛,或向四肢放射,或向肋间放射,放射性疼痛大都属于肝肾阴虚,冲任失养,筋脉挛急,络脉不畅所致。余症皆为精血亏虚,肝肾相悖,乙癸失源所致。

治疗原则:滋补肝肾,调摄冲任。

自拟经验方:六味三胶饮,其成分为:

生地 15 克、丹皮 10 克、山萸肉 10 克、茯苓 9 克、泽泻 9 克、生山药 10 克、阿胶 10 克(烔化)、龟板胶 10 克(烔化)、紫石英 9 克、黄柏 9 克、杭白芍 10 克、鳖甲胶 10 克(烔化)、鸡子黄一枚。

方义与加减:肾藏精主蛰,封藏之本;肝藏血,罢极之本,肝肾乃为冲任之本。拙拟六味三胶饮,以六味三补三泻之品滋补肝肾之阴,滋水涵木,乙癸同源。《内经》曰:“形不足者,温之以气;精不足者,补之以味。”冲任虚惫,阴血枯竭,骨疏髓虚,形瘦肌削,仅靠草木之品,终难挽回,必用血肉有情厚味胶质之品重补奇经,可冀生机,故拙用阿胶、龟板胶、鳖甲胶强补阴脉之海,缘龟鳖体阴,善走任脉。紫石英收镇冲气,为手少阴、足厥阴血分之药,上能填冲,下补肝肾。盐黄柏、杭白芍伍鸡子黄潜纳阴虚之火,柔肝熄风,缓急止挛。

身长缩短、驼背是骨质疏松症患者继腰背部疼痛之后又出现一个重要临床症状。驼背程度越明显,则腰背疼痛就越加明显。根据奇经理论,作者在临床上喜用鹿麋散治疗骨质疏松症的身长缩短、驼背之症,即腰脊伛偻症候。方中鹿茸 10 克、麋香 0.3 克,共研细粉,每日 1 克~1.5 克,白水送服。鹿茸乃鹿之督脉所发,气旺

血充,故能补督脉,督脉乃通身骨节之主,肾之外垣,故有壮元阳,补精髓之功,临床用于治疗元气不足,畏寒乏力,四肢萎软之症。故鹿麝散中以鹿茸为其主药,通督补冲,填补奇经。麝香辛散走窜,能入心经可行血分之滞,具有通诸窍,开经络,透肌骨之作用。故在鹿麝散中加入少许麝香以通经络,化瘀滞之用。鹿茸与麝香相伍,补中寓通,通补相合,活血化瘀,助阳补虚。

3 脾肾阳虚,带脉弛缓证

系由于妇女绝经前摘除卵巢或者过早闭经,或者患有急慢性肠炎、急慢性肝炎、急慢性胆囊炎,未经彻底治疗而反复发作,致使胃肠道功能障碍,从而影响正常的消化吸收功能,或者长期卧床或不活动的人,从而在绝经后出现脾肾阳虚,中气虚惫,带脉松弛,提系乏力,周身骨痛,致使骨质疏松症的发生或发展。

症脉解析:绝经2~3年后渐觉周身骨痛。其中尤以腰背及小腿痛最为明显,疼痛性质多为钝痛,疼痛规律一般以夜间或晨起加重,白天活动后减轻;或者在日常活动如用手向上持物、绊倒、用力开窗等动作则诱发或加剧腰背痛。或腰脊酸痛不温,或腰部弛散无力,或两膝酸冷无力,喜暖喜揉,甚至俯仰不利,形寒腰冷,神疲乏力,气短懒言,纳呆便溏,腹胀肠鸣,或五更泄泻,面色㿔白,小便清长或频数,带下清冷,舌质淡嫩,或舌体淡胖,苔白润,脉象沉细弱,或沉迟无力。

各种致病因素造成脾阳虚惫,不能运化水谷精微以充养其肾,遂致肾阳衰微,或先伤肾阳,火不暖土,不能温养脾阳,导致脾阳衰虚,从而出现脾肾阳虚,周身骨疼,腰酸背痛,劳累则气伤,是以痛甚;卧则气静,是以痛减。若脾肾阳虚,中气虚惫,则带脉提系乏力,束腰失司,则绝经后腰痛髓虚,骨疏质薄,发为骨枯骨痿之症。

治疗原则:温补脾肾,升提束带。

自拟经验方:42升提饮,其成分为:

人参9克、土炒白术10克、茯苓10克、补骨脂9克、肉豆蔻9克、盐小茴香9克、五味子

9克、菟丝子30克、紫石英10克、禹余粮10克、鹿角霜15克、干姜9克、炙甘草9克、大枣三枚。

方义与加减:拙用四君参、术、苓、草健脾扶阳,其中以红人参9克升提中气,益气暖土,功效昭著,再用《普济本事方》中二神丸,补骨脂、肉豆蔻、干姜、大枣,专补脾肾之阳,升火暖土。然肾阳虚惫,腰痛髓虚为本病之根本,故加用鹿角霜、菟丝子以温阳补虚。方中拙用紫石英、禹余粮固托升提,干姜辛温横散,草、枣伍五味子甘缓舒急。

脾肾阳虚,带脉弛缓,统称虚损,虚者补之,损者益之,在使用汤剂之后,拙拟参芪龟鹿膏坚持长时间服用,缓缓收功。其成分为:肉苁蓉120克、淮牛膝120克、宣木瓜120克、明天麻120克、四味切片用甜酒120克拌浸一宿晒干,红人参60克、绵黄芪60克、川附子15克、冬白术60克、枸杞子60克、大黑豆(炒香)150克、嫩柔枝(炒香)500克。慢火浓熬三次,去渣,再用文火慢煎浓缩之后,加入鹿角胶60克、龟板胶30克、蜂蜜500克,熬炼成膏,每日早晚10克,开水冲化,食前一小时服用。

4 气滞血瘀,跷维失护证

由于患有胶原病,或过敏性疾患,或肾功能不全等疾病,在治疗过程中长期服用皮质类固醇激素如氢化可的松、强的松等,或者在绝经前摘除卵巢或者过早闭经,或绝经前月经稀发,经期过短,经量过少等,或经常过量的吸烟或饮酒,在绝经后出现气滞血瘀,跷维失护,经络瘀阻,不通则痛,从而出现骨质疏松症。

症脉解析:绝经后出现骨、关节、韧带、肌肉不适,酸痛,活动不便和功能障碍,易损伤,尤其是脊柱或四肢大关节。并发骨折包括脊柱压缩性骨折(胸、腰椎)、股骨颈骨折或四肢骨远端骨折(尺桡骨或胫腓骨)。本证腰背痛的特点大都为局限性腰背痛为主,腰背疼痛如刺,痛有定处,偶见有麻木感的病例。轻则俯仰不便,重则因痛剧而不能转侧,痛处拒按,当体位变动或深

呼吸、咳嗽、喷嚏时而感有剧烈刺痛,如因不慎发生跌仆、扭挫而致损伤部位常有不同程度的瘀血肿胀,或肤色青紫,大便秘结或色黑,舌唇紫黯,或有瘀斑,脉象弦涩。

阳跷和阴跷是奇经中的重要两脉,跷者,一是强盛之义,阳跷指阳气旺盛,阴跷指阴气强盛;二是有跷捷之义,阳跷主外侧,阴跷主内侧,二者相互为用主持机体的活动。如果跷脉有病则必出现运动失调之证,以致“动苦腰背痛,身直”,“少腹痛,腰骱,阴中痛”等症。跷脉失护,“阴跷为病,阳缓而阴急;阳跷为病,阴缓而阳急”(《难经·二十九难》)。

阳维、阴维是奇经八脉中的另外两支经脉,维含有纲维之义,阳维维于阳,阴维维于阴,分别连系着阴阳两组的经脉而相互维络,以维持机体的气血平衡和协调。章太炎说:“阳维阴维皆是膝中筋腱。”刘柏楷又说:“阳维阴维即是人体内甲状腺。”陈宴春还认为:“阳维即交感神经,阴维即副交感神经。”这些论述有待进一步商榷。但自古认为:阳维主表,上行于卫分,阴维主里,下行于营血。

鉴于前述病因,造成气滞血瘀,跷维失护,经络受阻,不通则痛,故腰背疼痛如刺,而痛有定处,按之痛甚,症脉舌皆为瘀血内停之征象。

治疗原则:活血化瘀,疏郁行滞;益维护跷,通调气血。

自拟经验方:芪桂活络效灵丹,其成分为:

生黄芪 15 克、桂枝 9 克、杭白芍 10 克、丹参 15 克、当归尾 10 克、乳香 4.5 克、没药 4.5 克、羌活 9 克、鹿角霜 15 克、香附 9 克、土鳖虫 9 克、骨碎补 9 克、炙甘草 9 克、大枣三枚。

方义与加减:方中以黄芪、桂枝、白芍、甘草、大枣益气扶阳,益维护跷,以丹参、当归尾、乳香、没药化瘀通经,佐香附行气化滞,加土鳖虫、骨碎补续筋接骨,而黄芪、桂枝伍羌活、鹿角霜通调气血,荣维养跷,填补奇经,增骨益髓。

在服用芪桂活络效灵丹后,拙用加减叶天士枸杞松节酒治疗,只要长期坚持服用就可缓图取效。其成分为:

当归 45 克、枸杞 60 克、生虎骨 60 克、油松节 60 克、川芎 45 克、金毛狗脊 60 克、怀牛膝 60 克、仙灵脾 60 克、檀香 30 克、白茄根 30 克、川续断 60 克、沙苑 30 克、火酒、醇酒各二斤,浸七日。方中以仙灵脾、生虎骨(如无虎骨可用黄牛胫骨替代)温肾壮骨,沙苑、枸杞、狗脊、牛膝、川断、松节益骨强筋,当归、川芎、白茄根活血化瘀,通畅奇经,檀香性味走窜,行气止痛,佐火酒、醇酒以加重行血通经之力,每日饭后一小杯(30 克~60 克)。

5 讨论与体会

骨质疏松症的治疗主要采用药物治疗与预防相结合,中医中药治疗有广阔的发展前景,临床也取得了显著的疗效。

作者从中医妇科“奇经八脉”理论出发,临床辨证施治,分为四个证型,即肾精亏耗,督脉失荣证;肝肾阴虚,冲任失和证;脾肾阳虚,带脉弛缓证;气滞血瘀,跷维失护证。一、肾精亏耗,督脉失荣证腰背痛的特点是由安静状态转而开始活动时出现腰痛,逐渐发展为持续性疼痛,并伴有腰背强直感觉。治疗宜益精填髓,温固奇经之法,拙拟八珍二仙二胶汤,同时口服参车粉。二、肝肾阴虚,冲任失和证腰背痛特点是在久坐、久立等长时间保持固定姿势时则腰背痛加剧,严重者可出现身长缩短、驼背等症,有的呈向四肢或肋间放射痛。治疗宜滋补肝肾,调摄冲任之法。拙拟六味三胶饮,兼服鹿麋散。三、脾肾阳虚,带脉弛缓证以腰痛及小腿痛最为明显,疼痛性质多为钝痛,疼痛规律一般以夜间或晨起加重,白天活动后减轻。治疗采取温补脾肾,升提束带之法,拙拟 42 升提饮,待症状缓解后,服用参芪龟鹿膏。四、气滞血瘀,跷维失护证以脊柱或四肢大关节局限性疼痛为主,腰背疼痛如刺,痛有定处,偶见有麻木感的病例。治疗宜活血化瘀,疏郁行滞,益维护跷,通调气血之法。拙拟芪桂活络效灵丹,在症状缓解后可兼服枸杞松节酒。总之,在治疗绝经后骨质疏松症中,因奇经虚惫,大都采用血肉有情之厚味填补奇

经八脉,因滋腻胶粘,恐有腻膈碍胃之弊,故应审时度势,适度加以芳香悦脾,开胃消食之品,冀利除弊。

绝经后骨质疏松症关键在于预防:一要调养精神,做到“恬淡虚无,真气从之,精神内守,病安从来”。二要饮食合理,除做到饮食有节外,应食用易消化,清淡而富有营养食品外,特别注意荤素搭配,科学烹制食品,营养须靠源源不断的摄入,宜多补含钙类食品,如黄豆、牛奶、鱼虾等。三要增加光照,多晒太阳以增强自身的维生

素 D,有利于钙的吸收,共助骨质的生成。四要保持良好的生活习惯,注意劳逸结合,生活要规律化,避免过度劳累,避免寒湿劳损,保持适度的性生活,切勿房事过度,以免耗伤肾精。一定要戒除烟酒、咖啡与茶亦不可过量。五要慎用、少用或不用导致骨质疏松症的药物,必须应用时,一定要在医师指导下,进行正确合理用药。六要适度参加体育锻炼,如散步、慢跑、体操、太极拳,但要避免剧烈运动,防止发生跌倒,或发生骨折。

(上接第 26 页)

高骨质疏松大鼠的骨矿含量及骨密度,而且中药提高骨密度和骨矿含量的作用很可能与其提高性激素水平有关。至于中药通过何种途径提高去势大鼠的性激素水平,还有待于进一步的研究。

参 考 文 献

- 1 韩瑞平,高玉成. 中老年人性激素与骨密度关系初步探讨. 中国骨质疏松杂志,1995,1(2):126.
- 2 廖柏松,胡燕,陶躬. 二仙汤对 18 月龄雌性大鼠下丘脑-垂体-卵巢轴功能的调节. 山东中医学院学报,1996,20:396-398.
- 3 刘宏伟,杨式之,徐克慧. 尼尔雌醇预防大鼠卵巢切除后骨质疏松. 华西医学报,1993,24:40-44.
- 4 陈莉,杨池. 105 例绝经后妇女骨代谢改变及其与性激素的关系. 中国骨质疏松杂志,1995,1(2):151.
- 5 Jackson JA. Osteoporosis in men: diagnosis, pathophysiology and prevention. Medicine 1990,69:137.
- 6 Stepan JJ, Lachman M, Zverina J. Castrated men exhibit bone loss, effect of calcitonin treatment on biochemical indices of bone remodeling. Clin Endocrinol Metab, 1989, 69:523.
- 7 Tuner RT, Wakley GK, Hannon KS. Differential effects of androgens on cortical bone histomorphometry in gonadectomized male and female rats. J Orthop Res, 1990, 8:612.

全国第三期骨质疏松讲习班、全国第二期骨质疏松诊断标准研究班胜利结业

由中国老年学学会骨质疏松委员会、中国骨质疏松杂志社、云南省老年学学会骨质疏松委员会合办的“全国第三期骨质疏松讲习班、全国第二期骨质疏松诊断标准研究班和云南老年学学会骨质疏松委员会成立暨学术研讨会”(于 1999 年 10 月 19 日至 24 日在昆明)已圆满结束。参会代表近 180 人,部分公司和厂家参展。卫生部殷大奎副部长向大会发来了贺信。会议期间,大会请来的 13 位著名专家做了精彩的报告,报告均为国内国际骨质疏松领域的最新研究成果:刘忠厚教授、杨定焯教授、戴克戎教授、李青南教授、王志清教授、陈璐璐教授、刘成林教授、安珍教授、王洪复教授、胡侦明教授、劳汉昌教授、周学瀛教授及朱汉民教授派其助手甘洁英做了有关骨质疏松的诊断及鉴别诊断、骨矿测量、流行病学、临床治疗药物及方法、预防、临床生化检测、病因、病理、诊断治疗设备和药品的开发等新成果的专题报告。报告内容新颖、丰富。与会代表和专家就骨质疏松领域做了积极的讨论,会议气氛热烈,代表们反映收益很大。此次会议,对开展骨质疏松领域基础研究、临床诊断治疗和预防将起到指导作用。为推动我国骨质疏松事业的发展、为我国人民的身体健康做出了贡献!

(庞连萍)