



解密润肠通便的麻子仁丸

文 / 四川省泸州市人民医院 范云秋
中国中医科学院西苑医院 金锐

关键词：麻子仁丸；脾约证；润肠通便；功能性便秘；辨证用药



范云秋 初级中药师，中国中医科学院西苑医院临床中药师在培。

主持或参与多项科研课题，发表药学相关专业论文4篇。主要从事中药饮片调剂、药学科普宣讲、处方点评等工作。

在中医药宝库中，有一张专治便秘的经典古方——麻子仁丸。此方出自张仲景的《伤寒论》，作为“润下法”的代表方剂，它蕴含着“以润为通，以通为补”的诊疗思路，多用于慢性便秘及虚热型便秘的调理，尤其适用于老年人及产后体虚人群。然而，这首传承千年的通便名方，也并非通治便秘的万能药剂，若应用不当，反而可能加重不适。

今天，我们就结合麻子仁丸的现代研究进展，梳理其临床应用要点，看看它最适合哪些人群，以及应当如何正确使用。

一、麻子仁丸的历史溯源

张仲景将麻子仁丸归为润下剂，认为其主治肠胃燥热、津液亏虚引发的便秘，主要针对“脾约证”，因此麻子仁丸亦名“脾约丸”。

《伤寒明理论》记载：“脾主为胃行其津液者也。今胃强脾弱，约束津液，不得四布，但输膀胱，致小便数而大便硬，故曰其脾为约。”脾脏本负责输布津液，却被胃热约束，无法正常工作，导致出现小便频多、大便干硬、脘腹胀满等表现。

麻子仁丸的核心作用是“清胃火，润肠燥，通大便”，正是针对胃肠燥热的专用方。此方最大特点为“润而不泻”，通过润肠以通便，从而帮助肠道恢复正常的传导功能，是临床中治疗习惯性便秘、老年性便秘的常用方剂。

二、麻子仁丸的组方配伍

麻子仁丸由麻子仁、杏仁、白芍、枳实、厚朴、大黄六味药材组成，虽然组方简单，但配伍精妙。

麻子仁味甘，性平，油脂丰厚，具有润肠通便之效。

杏仁味苦,性微温,能够肃降肺气。二者均属滋润之品,可缓和脾燥、濡润肠道。白芍味苦、酸,性微寒,其酸味具有收敛之效,可以留住体内津液。枳实苦寒,厚朴苦温,大黄亦苦寒,三味苦药并用,可清泄肠燥胃热。诸药合用,燥热得清,肠燥得润,燥结得消,大便自然慢慢恢复正常。

三、麻子仁丸的临床应用

麻子仁丸在现代临床中广泛用于治疗习惯性便秘及老年性便秘。药理研究显示,麻子仁丸含有大量脂肪油和可以刺激肠道蠕动的成分,既能润滑肠道,还可调节肠道微生态。

1. 功能性便秘

功能性便秘是麻子仁丸最主要的适应证,但使用前需严格辨证。若患者长期大便干结、排出困难,腹部胀满且按压时不适感明显,伴有口干、口臭、心烦、怕热等表现,多为肠热津亏所致的实火便秘,宜选用麻子仁丸以润肠通便。现代研究也证实,针对此类热秘,麻子仁丸的疗效与常用通便西药相当,而且不良反应更少。

2. 老年人便秘

老年人群使用麻子仁丸治疗便秘,需先辨别是否属于“肠燥型”。部分老年人便秘为肠道津液不足、燥热内结所致,若见大便干结、腹部胀满、口干口臭等内热表现,且无明显气虚表现,可选用本方以润燥通便。



药师提醒

多数老年人便秘的根源为气虚,典型表现为排便无力;亦有部分属于阴虚或血虚便秘,以肠道干枯为特点。这类便秘人群若盲目服用麻子仁丸治疗,反而可能损伤正气,导致越用越虚。

3. 便秘型肠易激综合征

肠易激综合征是一种慢性胃肠疾病,以腹痛、腹胀、排便习惯或粪便性状改变为主要特征,临床分为四种分型,其中便秘型患者的不适感往往更为突出。便秘型肠易激综合征常见腹痛、大便干结、排便间隔延长等表现。相关临床研究证实,麻子仁丸对该病有一定疗效,能缓解腹胀、腹痛等不适症状,且用药安全性较高。

4. 其他类型便秘

● 术后便秘:对于术后胃肠功能恢复迟缓,但体质

不虚、内有积热者,可谨慎使用本方辅助通便。

● 脑卒中后便秘:患者长期卧床致肠道蠕动减慢,若辨证为体质偏实且有内热,可选择本方治疗。

● 化疗后便秘:化疗药物易伤阴生热,导致津亏燥结,从而引起便秘。这种情况可以在麻子仁丸的基础上,适当加入一些益气养阴的药物来调理。

● 其他便秘:痔疮伴大便干结者及阴虚肠燥型糖尿病便秘者,也可在医生指导下酌情使用。

四、麻子仁丸的用药须知

麻子仁丸可有效缓解胃肠燥热型便秘,但此方有明确的适用范围,若误用反而可能加重病情。以下3点需要特别注意:

1. 禁用、忌用及慎用人群

虚证便秘者禁用。方中大黄、枳实均为攻下之品,易耗伤正气。腹泻、便溏者忌用。若仅表现为暂时性排便不畅,且无明显燥热征象(如口干口臭、腹部灼热),亦不建议将本方作为首选。此外,孕妇、经期女性慎用。方中含有攻下、活血的药物,可能产生不良影响。

2. 煎煮与服药方法

煎煮时,大黄宜后下,以增强泻下之力;火麻仁可打碎煎煮,提高出油率,以助药效发挥。

麻子仁丸古代原方用法为“饮服十丸”,并强调“渐加,以知为度”。日常服用需从小剂量起始,逐渐加大剂量,直至见效。需注意,麻子仁丸是治病方药,不是保健食品,不可长期服用。本方含有大黄,而久服大黄类泻下药易损伤脾胃运化功能,还可能产生药物依赖,甚至诱发结肠黑变病,因此切忌长期服用。

3. 饮食调整

服药期间应多饮水,增加膳食纤维摄入,忌食辛辣燥热的食物。

五、结语

用好古方,关键在于“辨”和“慎”。麻子仁丸虽然通便效果显著,但并不适合所有人群,临床上也很少直接使用原方,医生多会根据患者具体情况进行加减化裁。患者务必在医生或药师的指导下规范用药,让传统智慧更安全、更有效地为大众健康服务。

药物与人 本文编辑:李修坤