针刺任脉经穴辨治恢复期中风*

董恒

泰安市中医医院康复科，山东 泰安 271000

摘要：恢复期中风的病机属本虚标实，以脏腑气血亏虚为本，风火痰瘀为标，本虚共存，互相影响。恢复期中风后期经脉气血演变可出现多种转归，或由深出浅，表现为诸邪渐消，正气自复而疾病向愈；或由轻渐重，表现为风邪横窜经络，挟痰挟瘀，脉络淤滞，转为筋痹。任脉贯通三焦，联系五脏六腑，既可调理全身脏腑之气，又能补虚培元，鼓舞肾间动气，使虚滞气血得以正常运行。针刺任脉经穴治疗中风，可以平衡阴阳，调理气血，温煦脏腑，更加切合中风恢复期的病机特点，弥补十二经脉气血不足之短板，进一步增强针灸治疗中风的临床疗效。

关键词：恢复期中风；任脉；针刺
DOI：10.16368/j.issn.1674－8999.2025.04.127
中图分类号：R255.2　　**文献标志码**：A　　**文章编号**：1674－8999(2025)04－0783－04

Acupuncture at Ren Meridian Acupoints for Diagnosis and Treatment of Convalescent Stroke

DONG Heng

Rehabilitation Department of Tai′an Traditional Chinese Medicine Hospital, Tai′an Shandong China 271000

Abstract: The pathogenesis of convalescent stroke is the deficiency in root and the excess in symptoms, with the deficiency of Qi and blood of Zang and Fu in the root as well as the Wind, Fire, Phlegm and blood stasis in symptoms. The coexistence of both affects each other. In the later stage of stroke recovery, there may be multiple changes in the evolution of meridian Qi and blood, or from deep level to shallow, or manifested as the gradual disappearance of various evils, the restoration of Zheng Qi and the recovery of the disease; Or it may progress from mild to severe, manifested as Wind evil factor crossing the meridians, with Phlegm and blood stasis obstructing the meridians and turning into tendon Bi (similar to rheumatism). The Ren meridian connects the Three Jiao and connects the Five Zang and Six Fu. It can not only regulate the Qi of the whole body′s organs, but also nourish the deficiency and nourish the Essence, stimulate the Dong Qi between of the Kidney, and enable the normal operation body away from deficiency and stagnation Qi acupoints. Acupuncture of Ren meridian and acupoints for stroke can balance Yin and Yang, regulate Qi and blood, warm the Zang and Fu organs, more closely match the pathogenesis characteristics of convalescent stroke, make up for the deficiency of Qi and blood in the twelve meridians, and further enhance the clinical efficacy of acupuncture and moxibustion in treating stroke.

Key words: convalescent stroke; Ren Meridian; acupuncture

中风是以突然昏仆、半身不遂、口角歪斜，舌强语謇、智力障碍等为主要临床表现的病证。临床致残率高，严重危害人类健康。中风的恢复期是指发病 2 周或 1 个月至半年以内，是中风患者最佳康复期，这段时期疗效的好坏直接决定患者致残程度。针灸治疗中风临床应用广泛，是中风重要的治疗方法之一。目前，针灸治疗中风多以四肢经穴为主辨经辨证选穴。笔者结合多年临床经验，查阅大量文献资料，结合中风病机演变的特点，探讨任脉在中风恢复期的临床应用。

* **基金项目**：泰安市科技创新发展项目(2021NS396)

1　恢复期中风病机特点

1.1　脏腑虚损是中风发病的基础，气机逆乱是发病关键[1]　《杂病源流犀烛》云："人至五六十岁，气血就衰，乃有中风之病，少壮无是也。"说明人进入老年期，普遍出现脏腑气血功能衰退，中风是衰老性疾病。《医学入门》亦曰："人至中年，肾气自衰。"中医认为，衰老之本在于肾气虚衰，肾为先天之本，阴阳之根，为五脏之本，内寓真阴和真阳。古今医家论中风发病皆离不开气虚，均以"虚"立论。《黄帝内经》有"内虚邪中"理论；宋代李东垣认为"形盛气衰，本气自病"；明代张景岳认为"内伤积损"是导致本病的根本原因；清代叶天士认为中风是"虚在精血"，为"精血耗衰，水不涵木，肝阳偏亢，内风时起"；清代王清任一针见血地指出本病虚在元气，"亏损元气是其本源"。中风发病前常有脏腑虚损，尤其是肾、肝、脾的虚损，气血津液功能失调，导致气机逆乱，或生风挟痰夹瘀，上冲犯脑，或流窜经络，闭阻经脉，而发中风。《素问·生气通天论》曰："大怒则形气绝，而血菀于上，使人薄厥。"《素问·调经论》曰："血之与气并走于上，则为大厥，厥则暴死，气复反则生，不反则死。"因此，中风脏腑功能失调是发病本源，气机逆乱是中风发病的关键，中风本质上以气血亏虚，气机失调为主要特点。

1.2　久虚入络、因虚致痹是恢复期中风病机演变特点　中风发病初期，内邪炽盛，气血逆乱，风火相搏，以标实为主；恢复期风火虽熄，病情趋向稳定，但元气已衰，阴阳失调，脏腑虚损，表现为肝、脾、肾的功能低下。脾虚则水谷精血运化失职，肾虚则气血津液失于蒸腾气化，肝虚则气机失于条达。三脏病变，最终导致风火痰瘀等病理产物，痰阻脉道，血行瘀滞，反过来又影响脏腑气机运化，进一步损伤脏腑功能。因此，中风恢复期基本病机总属本虚标实，以脏腑气血亏虚为本，风火痰瘀为标，本虚共存，互相影响。此期病机贯穿中风程始终，后期经脉气血演变可出现多种转归，或由深出浅，表现为诸邪渐消，正气自复而病向愈；或由轻渐重，表现为风邪横窜经络，挟痰挟瘀，脉络瘀滞，转为筋痹。《症因脉治》曰："痹者闭也，经络闭塞，麻痹不仁，或攻注作痛，或凝结关节，或重著难移，手足偏废，故名曰痹。"痰瘀一旦产生，每每互相胶结，阻遏气血。脏腑功能低下，则气血生化无权；气机失于畅达，则风痰瘀毒，相互搏结，沉疴难除，若久病失治误治，久虚入络。故《素问·痹论》曰："病久入深，营卫之行涩，经络时疏故不通。"

清代叶天士"久病入络"学说对中风病机特点做了进一步阐述，认为"初病在经，久病入络，以经主气，络主血"，又如"初为气结在经，久则血伤入络"，经脉主行营气，络脉主行血液，络脉具有"易虚""易滞""易瘀"[2]的特点。中风初期经气匮乏，络虚不荣，肢体萎软无力，络血易滞，血行不利，迁延日久，"久则血伤入络"，痰浊互结，筋脉痹阻，因虚生寒，纵缓不收，甚则挛缩拘急，发展为筋痹。痰、瘀均为阴邪，易伤阳气，正虚邪恋，缠绵黏滞。《素问·生气通天论》曰："阳气者，精则养神，柔则养筋。"张介宾注："神之灵通变化，阳气之精明也。筋之运动便利，阳气之柔和也……阳气去则神明乱，筋骨废。"说明阳气充沛可使神机精明，筋动便利柔和，阳气虚，则失于温煦推动，不能濡养神机筋脉，故见神机失用、筋脉拘急、屈伸不利等。因此，中风筋痹是以阳气亏虚为发病之本，风寒痰瘀等阴邪留滞为标，该期病情为沉疴痼疾，不易速愈。

2　任脉功能特点

2.1　任脉为"阴脉之海""生气之海"，能补气　《素问·骨空论》曰："任脉者，起于中极之下，上毛际，循腹里，上关元，至咽喉，上颐，循面入目。"任脉为阴经脉气所汇聚之处，故称"阴脉之海"，可调节全身诸阴经之气，协调阴阳。任脉与足三阴经交会于中极、关元，气海、关元穴为人体元气之所在，又是"生气之海"。《铜人腧穴针灸图经》载："气海者，是男子生气之海也。"《难经·六十六难》言："脐下肾间动气者，人之生命也，十二经之根本也。"因此，灸神阙、气海、关元可以补虚培元，鼓舞肾间动气，温煦脏腑，又能增强脾、胃、肝、肾等脏腑的生理功能。

2.2　任脉多气穴，燮理三焦，善调气　任脉与诸多经脉交会，集诸多脏腑经脉之募穴所在，为气之会、腑之会所在。任脉经穴具有温补下焦，协调中焦，宣通上焦之气机的作用，可以调节五脏六腑经脉之气[3]。如任脉之膻中穴为气之会，为宗气之所在，

善于调节上焦心、肺之气机；任脉之中脘穴为胃之募穴、腑之会，善调中焦脾胃之气。中焦为“后天之本”，气血化生之源，主水谷之运化，升清降浊，是气机升降之枢纽；关元、气海为下焦元气之所在，灸之可培本固元[4]。《难经·六十六难》曰：“三焦者，原气之别使也，主通行三气，经历五脏六腑。”如果三焦气机不利，则脾、肺、肾等脏腑调节水液代谢功能失常，引起水液输布与排泄障碍，产生痰饮、水肿等病变。正如《类经·藏象类》所说：“上焦不治，则水泛高原；中焦不治，则水留中脘；下焦不治，则水乱二便。”任脉贯通上中下三焦，联系五脏六腑，既可以调理全身脏腑之气[5]，又能补虚培元，鼓舞肾间动气，使虚滞气血得以正常运行。

3　任脉经穴在治疗恢复期中风中的应用

3.1　任脉经穴善治中风诸症、兼症及并发症　任脉属奇经八脉，虽无脏腑络属关系，但任脉循人体身前正中，与足三阴经交汇于关元、中极，与督脉及其他阳经也有直接或间接交会。其交会穴多分布在胸腹部，可以联系相关脏腑，对全身脏腑、经脉气机均具有调节作用。任脉又为生养之本，与肝脾肾具有密切关系，临床中任脉经穴也多参与中风诸多病症的治疗，应用广泛。如气海、关元、神阙等穴培元固本，可治疗一切中风虚劳体弱等虚证，重灸又有回阳固脱之效。中脘、下脘可调中焦水谷之气，主治腹胀气满、呃逆、食积，与下焦关元、气海等穴组合，两者一调一补，寓意引气归元法[6]，可用于中风偏瘫的治疗，以疏调气机，培元固本，疗效显著。中风后肾气不足，膀胱气化不利，导致小便不利、失禁，可取石门、中极、上脘、建里等穴，功可健脾和胃，消积化滞，主治脘腹胀满、食滞、呕吐等症；鸠尾和中降逆，宣发肺气，主治胸满咳呕，也是治疗便秘之效穴；膻中、天突宽胸理气，主治咳痰气喘、梅核气等症；廉泉开窍利舌，《针灸聚英》记载其可治：“舌下肿难言，舌根缩急不食。”

3.2　任脉与督脉、十二经脉辨证取穴　任脉常被称为“生气之源”“聚气之会”。任脉经穴治疗气疾、虚疾和寒疾的功效十分突出[7]，调节脏腑气机效果显著，但在治疗四肢疾病方面并不突出，因而在治疗中风偏瘫时，多以手足经脉配合任脉经穴，加强脏腑气机的调节，激发四肢经气流通。李建媛等[8]采用腹针结合体针治疗缺血性中风，发现该法能更好地改善中风急性期和恢复期气虚阴虚患者的神志、语言、肢体的运动功能。其腹针“引气归元法”取任脉经穴中脘、下脘、气海、关元，四穴合用，具有调理中焦气机升降，培补元气的作用。任脉又有总任一身阴经的功能，循行身前正中，上行与督脉交会于龈交，二者联用，一阴一阳，共同调节阴阳经脉气血平衡，用于中风的治疗，可以达到醒神调气的作用。胡墅婷等[9]采用调任通督针法治疗肝肾亏虚型恢复期脑梗死，发现该法可有效改善患者的神经功能缺损，具有良好的临床疗效。

4　恢复期中风与任脉之间的关系

4.1　任脉调理脏腑之气　中风恢复期机体脏腑虚弱，气血失调，正气亏虚，推动乏力，虚则生风、成痰、致瘀，阳虚则寒生，收引凝滞；瘀血、痰湿、气郁夹杂，留滞经络，迁延日久，又影响气机运行。其病性特点多为本虚标实，因虚致实，虚实错杂，贯穿于整个病程始终。清代王清任《医林改错·半身不遂论叙》言：“若元气一亏，经络自然空虚，有空虚之隙，难免其气向一边归并，如右半身二成半归并于左，则右半身无气……无气则不能动，不能动名曰半身不遂。”并认为“元气既虚，必不能通达于血管，血虚无气，必停留而瘀”，“半身不遂，亏损元气”是中风发病之本源。中风本质是脏腑经脉之气血失调，恢复期以气血亏虚、气机失调为主要病机表现特点。《素问·生气通天论》曰：“阳气者，精则养神，柔则养筋。”阳气能否充实与肢体运动有重要关系，阳气充沛可使神机精明、筋动便利柔和[10]。中风治疗应以培补元气、调气通络为治则。针刺关元、气海、中脘、膻中等任脉经穴既能协调三焦之气机，又能培元补肾。因此，从任脉论治中风，配合四肢经络辨证治疗，可以调节脏腑气血，激发四肢经气，达到补虚调气通络的目的，最终促使脏腑气血调和，阴平阳秘。

4.2　任脉调节经脉气机　《灵枢·刺节真邪》谓：“用针之类，在于调气。”《灵枢·终始》曰：“凡刺之道，气调而止。”针刺治病也应以正气为本、调气为法，恢复脏腑气血功能为要，正如《素问·至真要大论》所云：“疏其血气，令其条达，而致和平。”任脉主

气，可调节、统率三焦之气，治疗气虚、气滞、气陷、气逆所致各种气机失调病症[11]。气机条达，则脏腑精血充实，化生无穷。《景岳全书》曰："善治精者，能使精中生气；善补气者，能够气中生精""又若精在人身，精盛则阳强，精衰则阳痿。"从任脉治疗中风，可以平衡阴阳，调理气血，温煦脏腑，从而使经络、脏腑、气血有机结合，更加切合中风恢复期病机特点，弥补十二经脉气血不足的短板，进一步增强针灸治疗中风的临床疗效。

5　结语

综上所述，针刺任脉经穴可以协调三焦之气机，温煦脏腑，平衡阴阳，中风恢复期从任脉选穴治疗，能更好地切合中风病机特点，指导针灸辨证辨经治疗，增强临床疗效。

参考文献：

[1]丁元庆. 卢尚岭调气为主治疗急性中风经验[J]. 山东中医药大学学报，2000，24(1)：43－44.
[2]杨万里. 浅谈"久病入络"的病机及临床意义[J]. 长治医学院学报，2003，23(1)：54－55.
[3]刘云鹤，于建春. 韩景献三焦针法调气论[J]. 中医杂志，2013，54(3)：211－213.
[4]孙春全，李金玲，杨继国. 任脉灸疗法初探[J]. 山东中医杂志，2017，36(8)：669－671.
[5]陈思宇，李富越，贺军. "通任顺气"针刺法治疗中风后便秘浅析[J]. 中华针灸电子杂志，2021，7(3)：99－101.
[6]丁柳尹，曹伟康，杨斌，等. 薄氏腹针疗法治疗脑卒中后痉挛性瘫痪的经验[J]. 中国民间疗法，2021，7(14)：9－12.
[7]刘立公，顾杰，刘婕，等. 古代文献中任脉及其腧穴主治的统计报告[J]. 针灸临床杂志，2010，26(4)：6－8.
[8]李建媛，罗道珊，符健，等. 腹针和体针结合对缺血性中风病的临床疗效观察[J]. 北京中医药大学学报，2012，35(7)：501－504.
[9]胡墅婷，皮敏，周瑞，等. 调任通督针刺法治疗肝肾亏虚型脑梗塞恢复期患者临床疗效的回顾性研究[J]. 广州中医药大学学报，2020，37(8)：1490－1495.
[10]玄丽娜，李平，董恒，等. 温通柔筋法结合针刺治疗脑卒中后上肢痉挛的临床研究[J]. 中国医学创新，2023，20(4)：93－98.
[11]刘琴，吴崇胜，李学武. "任脉主气"理论探析及临床应用[J]. 中国针灸，2001，21(1)：43－44.

收稿日期：2024－10－27

作者简介：董恒(1980－)，男，山东新泰人，医学硕士，副主任医师，研究方向：脑血管病的针灸临床康复治疗。

编辑：孙铮