基于元气学说探讨治脾胃须调心*

杨颖，陈乾，韩冰，李鲜

河南中医药大学第二附属医院/河南省中医院，河南 郑州 450002

摘要：元气与脾胃密切相关，一荣俱荣，一损俱损，脾胃伤则元气乏源；而作为饮食水谷代谢之精微、先后天之气联结交融的根本力量，元气不足，脾胃亦不能独安。心与脾胃生理相关，病理相及。脾胃的运化功能有赖于心之阳气的推动以及心血的濡养，并在心神的统率下维持其正常的生理活动。二者于五行中又属母子之脏，或神无所主以致气乱，气机运行不畅，甚者化火，滞而为病；或血脉空虚，阴血、阳气不足，无以充养，虚而为病，母病及子。心的生理功能失常、心神失养可导致脾胃功能失常；而脾胃功能失调，或滋生邪气扰心，或化源不足无以养心，子病犯母，反过来也会加重子病。故治脾胃病需调心，欲恢复脾胃气机升降，元真通畅，应从“调心神”入手；应注重心胃母子关系，固本培元，当“顾君火”；若胃失和降，生痰生瘀，需“通心脉”。

关键词：脾胃病；元气学说；调心神；君火；通心脉
DOI：10.16368/j.issn.1674－8999.2025.09.298
中图分类号：R256.3　　**文献标志码**：A　　**文章编号**：1674－8999(2025)09－1864－05

Treating Spleen and Stomach Disease with Regulating Heart Based on Yuan Qi Theory

YANG Ying，CHEN Qian，HAN Bing，LI Xian

The Second Affiliated Hospital to Henan University of Chinese Medicine/Henan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine，Zhengzhou Henan China 450002

Abstract：Yuan Qi is closely related to the Spleen and Stomach. One is prosperous and the other is damaged，and when the Spleen and Stomach are injured，there would be short of Yuan Qi. As the subtlety of dietary and grain metabolism，the fundamental force of the connection and integration of Yuan Qi of the nature and nurture，if Yuan Qi is insufficient，the Spleen and Stomach cannot be at peace. The Heart is physiologically related to the Spleen and Stomach，and the pathology of them is also related. The function of the Spleen and Stomach depends on the promotion of the Yang Qi of the Heart and the nourishment of the Heart blood，and the normal physiological activities of the Spleen and Stomach are under the command of the Heart Shen. The two belong to the Mother Zang and Child Zang in the Five Elements system. Abnormal Heart Shen causes Qi to be chaotic，and if the Qi does not run smoothly，Fire，stagnation and disease would be caused. If there is blood deficiency in meridians，the Yin blood and Yang Qi are insufficient，would lead to illness. In other words，the diseased Mother Element affects the Child Element. Abnormal physiological function of the Heart and malnutrition of the Heart can lead to Spleen and Stomach dysfunction. The Spleen and Stomach dysfunction may breed Evil Factor Qi and disturb the Heart，or the source of nutrition is insufficient to nourish the Heart，and the Child Element′s disease will invade the Mother，which in turn will aggravate the Child′s disease. Therefore，the treatment of Spleen and Stomach diseases needs to adjust the Heart，and if you want to restore the rise and fall of the Spleen and Stomach Qi，the Yuan Qi activity is smooth，you should start with "regulating Heart". Therefore，we should pay attention to the relationship between Mother and Child，consolidate the foundation and cultivate the foundation，

* **基金项目**：全国名老中医药专家传承工作室项目｛国中医药人教函〔2022〕75 号｝；国家中医药管理局项目(GZY－KJS－2022－047－3，GZY－KJS－2023－14)；河南省中医药科学研究专项课题项目(2023ZY1012，2021ZYZD09)

to tonify Jun Fire. If the Stomach Qi is out of harmony, Phlegm and stasis are produced, and it is necessary to "regulating Heart".
Key words: Spleen and Stomach disease; Yuan Qi theory; regulating Heart Shen; Jun Fire; regulating Heart

近年来，中医治疗脾胃病取得了较大进展，脾胃病主要包括胃痛、痞满、呕吐、呃逆及腹痛等[1]。目前临床上多认为该病与胃、脾、肝三脏关系密切，病机不外乎寒热虚实。在治疗上，多以“通”字立法。其实，与心相关的因素在脾胃病的发病中也占有很大比重，李东垣在《脾胃论》中首提“心之脾胃病”这一概念[2]，并阐述了心在脾胃病中所起的作用。除此之外，还专设《安养心神调治脾胃论》一篇探讨心神不安与脾胃发病的关系。笔者基于元气学说探讨治脾胃病调心的必要性，认为脾胃病治疗可从调摄心神入手，同时兼顾君火，病久则注意通其心脉，如此则脾胃和降，气血调畅，元气充沛，疾病向愈。

1　理论探讨

1.1　元气与脾胃相生相长　气为宇宙的本体之溯源[3]，根据其来源、属性、功能的不同，可分为真气、阳气、阴气、营气、卫气、脏腑之气、水谷之气等。真气即元气，是生命之源、人体维持生命活动的原动力。《黄帝内经》开篇即讲“上古天真”，所谓天真，原指上天赋予事物的天然性质，后指得以维持人体生命的元气、真气，“真气”一词在《黄帝内经》中共出现了 22 次。《难经》一书则首次提出“原气”的概念：“命门者，精神之所舍，原气之所系也”“三焦者，原气之别使也。”说明元气主要藏于命门，赖三焦通行全身。李东垣云：“真气又名元气，乃先身生之精气也，非胃气不能滋之。”指出元气依靠于胃气的资生，胃气盛则元气充沛，而“脾胃元气既伤，而元气亦不能充，而诸病之所由生也”。由此可知，元气与脾胃之间密切相关，一荣俱荣，一损俱损，脾胃伤则元气乏源，而作为饮食水谷代谢力的根本、先后天之气联结交融的根本力量，元气不足，脾胃亦不能独安。

1.2　火与元气不两立，心起关键作用　“阳气不足，阴气有余”，李东垣认为人体多脾胃元气不足而阴火过盛。然在疾病发生过程中，虽有脾胃虚弱的前提，因脾不独主于时，寄旺于四季，其气行于肝、心、肺、肾四脏而无定体，所以脾胃的病变多可联系到其余四脏的病机中，其中，与其关联最为密切的脏腑则是心。《脾胃论》中，东垣将“火与元气不两立，火胜则乘其土位”视为脾胃受病、元气耗损的主要病机，其提到的“阴火”，具体由饮食、精神、劳倦等损耗命门元气、虚阳上浮、资助心火而成。心在脾胃发病中的作用不可忽视。《素问·天元纪大论》曰：“君火以明，相火以位。”君火即心火，心主神明，君火本应澄澈清明，此时却因相火妄动而蒙浊，使得脾胃受损，功能失调。因此，在治疗脾胃病时，亦须治阴火，既需固本培元，又要治心。

1.3　心胃相关　脾胃与心的密切关系早在秦汉时期就有所体现。《灵枢·经脉》指出，胃足阳明之脉与脾足太阴之脉均通于心。《素问·平人气象论》亦云：“胃之大络，名曰虚里，贯膈络肺，出于左乳下。”生理功能方面，《灵枢·邪客》云：“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也。”“主明则下安”，心神安宁，脏腑才能正常运转，脾胃才能正常发挥作用。“主不明则十二官危，使道闭塞而不通”，脾胃自然也受影响。再者，血是神志活动的物质基础，心神安宁的前提是血脉调畅。《素问·阴阳应象大论》云：“心生血，血生脾。”心脉通达，其一可温通脾胃之阳，对此，后世医家赵献可提出了“补胃土者补心火”的治疗思路；其二可助脾胃运化水谷、布散精微，所谓“血脉者，中焦之道也”“食气入胃，浊气归心，淫精于脉”；其三又可化心神以调控脾胃，因“心藏脉，脉舍神”。汉代张仲景虽未明确提及心与脾胃的关系，《伤寒杂病论》中所载“心中”“心下”，后世认为是指心前区之下，胃脘及之上[4]。《金匮要略·五脏风寒积聚病脉证并治》云：“邪哭使魂魄不安者，血气少也；血气少者属于心。”从病理角度阐释了“脾胃－血气－心神”之间的关系，而在脾胃病的相关条文中也多见“心烦”“谵语”等神志改变的症状。

金元时期，李东垣在疾病的发生上尤为强调心与精神情志对脾胃升降机能的影响，其提出的“阴火论”，为心与脾胃的病理相关提供了另一种理解。在《脾胃论·安养心神调治脾胃论》中，他认同《黄帝内经》中“心主神明”的思想，并以“心火”为“阴火”，与元气不两立，为元气之贼，认为“夫阴火之炽

盛，由心生凝滞，七情不安故也”，此即其在《脾胃论·补脾胃泻阴火升阳汤》中所提到的“心之脾胃病”。除此之外，在《内外伤辨惑论·饮食劳倦论》中，李东垣还提到心之营血亏虚亦会引起阴火炽盛、元气耗损[5]。而“元气之充足，皆由脾胃无所伤”，因此李氏认为，要使心神安定，百病不生，就应当调治脾胃。脾胃调和，元气充足，阴火不致上扰于心，自然心神宁静。反之，养心安神，调畅情志，使其不滋生阴火，不耗损元气，自然也可使脾胃气机调和，升降有序，百病不生。此所谓“使心无凝滞，或生欢忻……则慧然如无病矣，盖胃中元气得舒伸故也。”

明代张景岳对《素问·阴阳别论》记载的“二阳之病发心脾”进行补充：“二阳，阳明也……盖胃与心，母子也，人之情欲本以伤心，母伤则害及其子……所以发于心脾也。”其在《景岳全书》中提出的“脾胃之伤于内者，唯思、忧、忿、怒最为伤心，心伤则子母相关，而化源隔绝为甚”，以及清代翁介寿在《吴医汇讲》中所言：“思虽为脾志，而实本乎心，心者，脾之母也。今以多思而心营暗耗，母气既虚，则所以助脾者亦寡矣”，均说明脾胃病也可由精神情志内耗、伤及心之营血引起。而清代陈士铎受赵献可“补胃土者补心火”思想的影响，着重从心胃五行相生的角度阐述心火与胃土的母子关系，极大地丰富了脾胃病从心论治的理论基础[6]。

当代脾胃病学家周福生教授首创“心胃相关”理论，治疗脾胃病时仅以调养心神为主[7]。笔者总结前人经验，认为心与脾胃元气生理相关，病理相及。脾胃的运化功能有赖于心之阳气的推动以及心血的濡养，并在心神的统率下维持其正常的生理活动。二者于五行中又属母子之脏，或神无所主以致气乱，气机运行不畅，甚者化火，滞而为病；或血脉空虚，阴血、阳气不足，无以充养，虚而为病，母病及子，心的生理功能失常、心神失养可导致脾胃功能失常。而脾胃功能失调，或滋生邪气扰心，或化源不足无以养心，子病犯母，反过来也会加重子病。所以治脾胃时调心、治心以培元，在脾胃疾病的治疗中，起着十分重要的作用。

2　临床思路

基于元气学说探讨治脾胃须调心，充分体现了中医的整体观念，笔者师从李鲜教授，通过临证观察，学习李鲜教授经验及用药处方，总结出在临床中需注意三点：神志，君火与心脉。具体思路如下。

2.1　恢复脾胃气机升降，元真通畅，应从“调心神”入手　心为五脏六腑之大主，这一功能体现在心主神方面，情志发于心而应五脏，由《灵枢·口问》“悲哀愁忧则心动，心动则五脏六腑皆摇”可知，在精神层面上，心能够维持脏腑和外在环境的平衡[8-9]。现代医学研究发现，精神心理因素在消化系统疾病的发生发展及转归中起着重要作用，具体涉及的疾病范围也极广[10]，诸多脾胃病，都有神志状况的改变，临床也常见神志不宁之人食谷难下。因此，在治疗脾胃病之时，着重调摄心神，可使“元真通畅”，脾胃健运，升降和顺。

《金匮要略》甘麦大枣汤，原用于治疗妇人脏躁，方中甘草、大枣和中缓急，小麦养心气、安心神，又因其甘凉，能够润养五脏，使人体气血调和而精神安定，故全方有养心安神、调和脾胃之功。刘启泉教授根据“异病同治”的学术思想，将甘麦大枣汤灵活应用到胃痞、功能性消化不良、肠易激综合征等众多功能性胃肠疾病的治疗当中，疗效颇佳[11]。马贵同治疗慢性胃炎、顽固性腹泻、便血时在主方基础上皆合用甘麦大枣汤，亦获佳效[12]。李俊箐[13]用加味甘麦大枣汤治疗功能性消化不良症见腹胀、恶心、痞满者，谓三药“又具补脾益气之功，可使神明安而各脏得其所养也。”甘麦大枣汤药仅 3 味，但可调和五脏，使“元真通畅”，治疗脾胃病，实有四两拨千斤之效。

2.2　注重心胃母子关系，固本培元，当“顾君火”　心与脾胃母子相生相及，君火生胃土，提示君火过盛，发为病理之火，可损伤元气，乘及胃土，而君火衰无法下济元阳，中焦亦会虚寒。因此在调治脾胃病时当注重君火的作用，心胃兼顾。

心火暴甚，“火盛则乘其土位”，继而引起胃火亢盛者，常常出现心烦，口舌生疮，牙龈肿痛、出血，消谷善饥，大便不畅或溏泄，四肢倦怠等症状。依李东垣《脾胃论》中阐述的脾胃元气与心之间的盛衰机制：心火亢盛因脾胃元气不足引起，转而又会影响脾胃升降、引起元气乏竭，脾胃元气与心之间相互影响[14]。因此在治疗此类病证时，当“于脾胃中泻心火之亢盛”，具体方剂为补脾胃泻阴火升阳汤，方名中“阴火”如《脾胃论》所言：“脾胃气衰，元气不足，

而心火独盛，心火者，阴火也”，即为心火。方中黄芪、人参、炙甘草补脾胃元气，黄芩、黄连清泻阴火，柴胡、升麻升举阳气，又因脾虚失运则水湿内生，故用苍术、羌活燥湿运脾，最后李东垣强调长夏可微用石膏，过时去之。池坚[15]用补脾胃泻阴火升阳汤治疗复发性口疮 24 例，有效率达 96%。肖相如运用“于脾胃中泻心火”的思路，用补脾胃泻阴火升阳汤治疗复发性口疮，泻上焦阴火，补中焦脾胃元气，升下陷之清阳，屡投屡效，并就此总结出：“复发性口疮，大便溏泄者，补脾胃泻阴火升阳汤主之[16]。”

“君火发于心中，为阳中之火，其热下济，大能温暖脾胃，助其消化之力，此火一衰，消化之力大减（《医学衷中参西录》）。”久病伤及心阳或先天元气不足，火不生土，中焦则生虚寒，临床可见腹中拘急疼痛，喜温喜按，便溏；后天不足以充养先天，需要调动先天之气亦会出现“阴火”，出现心中悸，虚烦不宁等症。“若夫土者，随火寄生，即当随火而补”，临床可用仲景《伤寒论》小建中汤，方中桂枝合炙甘草温心阳以暖中焦，芍药酸敛，生姜、大枣温运脾胃，再加饴糖缓中补虚，如此便可温中补虚，和里缓急。国医大师张志远教授通过对小建中汤调整诸药剂量治疗胃痛诸证，均获显效，其中对于脾胃虚寒证获效最佳[17]。吴琳[18]用加味小建中汤治疗慢性心力衰竭合并便秘患者 35 例，试验组有效率为 97.14%，高于对照组的 65.71%。李素红等[19]用加味小建中汤治疗脾胃虚寒型消化性溃疡 68 例，治疗组有效率和中医证候积分改善情况以及 1 年后复发率均优于对照组。小建中汤名为“建中”，然从其方来看，亦顾及了君火，心胃同调，母子皆补。

2.3　胃失和降，生痰生瘀，需“通心脉”　脾胃为气血生化之源，脾主统血，胃为“多血”之腑，李东垣《脾胃论》云：“夫脾胃不足，皆为血病。”血为气之母，血脉和畅，阴潜阳藏，元气方能静藏于下焦命门。进一步而言，心之所养者，血也；血之化源者，脾胃也，《脾胃论》有言：“脾裹血，胃主血，心主脉，脉者，血之腑也。”脾胃病因其起病缓慢，病程迁延之性，日久常可累及于心，轻则血行不畅，重则“脉中之血，凝而留止”。而心主血脉以贯全身，心气、心阳不足，推动无力，心脉不通，或“上走于阳明”，发为嗳气；或“血不利则为水”，聚湿生痰；或营血周流不畅，加重胃络瘀阻。临床常可见胸闷短气，胃脘胀痛，嗳气频作等症，此时若仅单纯理气化痰，从脾胃治疗，往往乏效，可考虑“随其所得而攻之”，通心脉而畅中焦。张仲景《金匮要略》茯苓杏仁甘草汤合旋覆花汤恰对其证，茯苓畅中焦，杏仁开上焦，旋覆花调升降，合茜草可化痰散瘀，加之葱白通阳，甘草调和诸药，全方痰瘀并除，心胃同治。王洪图教授使用茯苓杏仁甘草汤合旋覆花汤加减通心脉、化痰浊治疗“心为噫”，症见嗳气，伴胸脘满闷，时而胸痛者，疗效显著[20]。吕翠霞教授通过运用茯苓杏仁甘草汤合旋覆花汤调畅宗气和血脉治疗胸闷胸痛兼胃脘部时痛，疗效亦颇佳[21]。茯苓杏仁甘草汤合旋覆花汤通心脉，化痰浊，痰瘀并除，心胃同治，在临床中使用广泛。

3　验案举隅

患者，男，39 岁，2022 年 7 月 13 日初诊。主诉：胃脘部隐痛不适 3 个月余。现症见：胃脘部隐痛不适，有灼热感，舌痛，嗳气频，纳差，入睡困难，气短乏力，神疲，头昏，大便不畅，小便黄，舌红，苔黄腻，脉虚数。患者平素饮食不节。西医诊断：慢性萎缩性胃炎。中医诊断：胃痛，证属脾胃虚弱、心火亢盛。治宜清泻阴火，固本培元。给予补脾胃泻阴火升阳汤合旋覆代赭汤加减，药物组成：黄芪 15 g，党参 10 g，法半夏 10 g，柴胡 10 g，升麻 12 g，黄芩 10 g，竹茹 10 g，黄连 6 g，旋覆花（包煎）6 g，代赭石（先煎）20 g，生姜 10 g，炙甘草 6 g。7 剂，水煎服，日 1 剂，分温再服。7 月 20 日二诊：患者服药 7 剂后，嗳气明显减轻，诉大便质黏，仍有入睡困难，头昏，舌淡红，苔稍腻，上方去代赭石，加远志 10 g，石菖蒲 10 g。10 月 1 日三诊：患者诉上述症状均明显减轻，守上方续服 3 剂，上述症状未再发作。

按语：本案患者平素饮食不节，伤及脾胃，谷气下流，下焦阴火得以离位上行。火乘土位，助长心火，故既见胃脘部症状，又见舌痛、眠差等症；本有脾胃元气不足，病程迁延，更伤元气，故见气短乏力，神疲，头昏。《脾胃论·脾胃盛衰论》言：“胃中元气盛，则能食而不伤，过时而不饥。”亟当清心和胃培元气。又因患者嗳气频作，考虑“随其所得而攻之”，“所得”即为痰热。因此方选补脾胃泻阴火升阳汤合旋覆代赭汤加减，除痰热，清心火，和脾胃，顾根元。二诊时痰热既除，加远志、石菖蒲，有开心散

之义，开心孔，通九窍，使人心胃得安，如沐春风。三诊患者诸证继续较前好转，效不更方。李师指出，治脾胃时调心，实属标本兼顾，不同阶段二者所占比重不同，临床应辨清主次。另外，李师指出，对于脾胃病患者，由于病程较长，应做好健康宣教，引导患者畅情志、节饮食，加强自身管理，方可使气机和畅，心胃得安。

4　结语

心与脾胃元气关系密切，笔者在临床实践过程中发现，心火影响脾胃元气，心神影响脾胃气机，心脉与脾胃的关系也密不可分，脾胃病患者多伴有情志方面的症状，同时，在治脾胃病过程中如加上调心的药物，往往会有很好的疗效。治脾胃病时调心，为脾胃病的治疗提供了新思路，也亟待进一步深入研究，探讨其作用机制，以便于临床推广应用。

参考文献：

[1]张声生，刘凤斌，侯政昆. 脾胃病症状量化标准专家共识意见(2017)[J]. 中华中医药杂志，2017，32(8)：3590－3596.
[2]苏洪佳，陈国忠，谢君艳.《脾胃论》“心脾相关”理论探析[J]. 辽宁中医杂志，2018，45(10)：2066－2068.
[3]王琦. 基于中国哲学与现代科学视域的中医学气本体论[J]. 北京中医药大学学报，2022，45(1)：1－10.
[4]郝云，张欣萌，赵一敏.《伤寒论》“心下”意义探微[J]. 中医药学报，2019，47(5)：105－107.
[5]苏麒麟，郑洪新. 李东垣“阴火论”之理论内涵[J]. 中国中医基础医学杂志，2016，22(1)：12－14.
[6]陈润花，张海鹏. 陈士铎“补火生土”论剖析[J]. 中国中医基础医学杂志，2014，20(12)：1620－1621.
[7]谢秀丽，许仕杰，于丰彦，等. 心胃相关理论本质探析[J]. 中国中医基础医学杂志，2010，16(1)：24－25.
[8]吕萍，胡炜，鲍建敏，等. 基于脏腑学说探讨心的本质及心脾的主从关系[J]. 中华中医药杂志，2021，36(3)：1563－1566.
[9]展立芬，邢博文，覃思敏，等. 基于藏象学说的心、肝、胃同治在功能性消化不良中的运用探讨[J]. 时珍国医国药，2021，32(11)：2726－2729.
[10]马燕，马涛. 消化系统疾病与精神心理因素的关系及护理[J]. 新疆中医药，2012，30(5)：88－89.
[11]郭烁，石芳，张娜娜，等. 刘启泉应用甘麦大枣汤治疗情志病经验[J]. 湖北中医杂志，2018，40(1)：19－21.
[12]刘梅. 马贵同巧用甘麦大枣汤治疗脾胃病验案举例[J]. 浙江中医杂志，2011，46(7)：489.
[13]李俊箐. 甘麦大枣汤临床新用举隅[J]. 辽宁中医杂志，2014，41(3)：565－566.
[14]周梦蝶，唐明秋，孔文霞. 基于李东垣“安养心神调治脾胃论”治疗慢性胃炎伴焦虑的理论探讨[J]. 世界最新医学信息文摘，2020，20(71)：182，186.
[15]池坚. 补脾胃泻阴火升阳汤治疗复发性口疮 24 例[J]. 现代中西医结合杂志，2007，16(26)：3836.
[16]李佩，肖相如. 肖相如用补脾胃泻阴火升阳汤治复发性口疮经验[J]. 辽宁中医杂志，2014，41(5)：851－852.
[17]王尧，李崧，刘桂荣. 国医大师张志远运用小建中汤经验拾萃[J]. 现代中医临床，2023，30(1)：48－51.
[18]吴琳. 小建中汤治疗慢性心力衰竭合并便秘临床观察[J]. 中国中医药现代远程教育，2021，19(17)：93－95.
[19]李素红，魏海燕，李晓燕，等. 小建中汤加味治疗脾胃虚寒型消化性溃疡 68 例[J]. 世界中医药，2013，8(11)：1303－1304.
[20] 翟双庆，王长宇. 王洪图内经临证发挥[M]. 北京：人民卫生出版社，2006：183.
[21]周鹏超，吕翠霞. 吕翠霞教授茯苓杏仁甘草汤合旋覆花汤经验[J]. 光明中医，2023，38(6)：1149－1152.

收稿日期：2025－03－17

作者简介：杨颖(1998－)，女，河南宝丰人，硕士研究生，研究方向：中医药防治肝胆脾胃病。

通信作者：李鲜(1960－)，女，山西霍州人，主任医师，教授，博士研究生导师，研究方向：中医药防治肝胆脾胃病。E－mail：Lixian_king@163.com

编辑：孙铮