

基于足太阳膀胱经论治痤疮*

方倩茹 郭灵欣 危文萱 冯宇翔 黄黎珊[△]

福建中医药大学针灸推拿学院, 福建 福州 350122

摘要: 通过临床实践经验的积累, 对中医经典著作的研读以及对现代研究文献的剖析, 发现足太阳膀胱经在痤疮治疗中发挥着重要作用。痤疮作为一种常见皮肤病, 其发病机制复杂, 涉及外邪侵袭、痰瘀互结、五脏失调、气血不和及情志不舒等诸多因素。文章从足太阳膀胱经祛外邪、散痰瘀、调五脏、和气血、畅情志等方面, 深入探讨基于足太阳膀胱经论治痤疮的依据, 为临床运用中医内、外治法治疗痤疮进一步阐明理论基础, 从而提升痤疮临床治疗的效果与科学性, 对痤疮的临床研究具有一定的参考意义。

关键词: 足太阳膀胱经; 痤疮; 综述

中图分类号: R758.73+3

文献标志码: A

文章编号: 1003-8914(2025)-16-3576-05

Treating Acne Based on Taiyang Bladder Channel of Foot

FANG Qianru GUO Lingxin WEI Wenxuan FENG Yuxiang HUANG Lishan[△]

College of Acupuncture-moxibustion and Tuina, Fujian University of Traditional Chinese Medicine,
Fujian Province, Fuzhou 350122, China

Abstract: Through the accumulation of clinical practice, the study of classic works of traditional Chinese medicine (TCM) and the analysis of modern research literature, it can be seen that Taiyang bladder channel of foot plays an important role in the treatment of acne. Acne, as a common skin disease, has a complex pathogenesis, which involves many factors such as invasion of exogenous pathogens, phlegm and blood stasis, imbalance of five zang-organs, disharmony of qi and blood, and emotional discomfort. This article discussed the basis for treating acne based on Taiyang bladder channel of foot from aspects such as dispelling external pathogenic factors, resolving phlegm and blood stasis, regulating the five zang-organs, harmonizing qi and blood, and smoothing emotions through Taiyang bladder channel of foot. It further clarified the theoretical foundation for the clinical application of internal and external therapies of TCM in treating acne, thereby improving the efficacy and scientificity of clinical treatment for acne, and held certain reference significance for clinical research on acne.

Key words: Taiyang bladder channel of foot; acne; review

痤疮是一种常见的毛囊皮脂腺慢性炎症性皮肤病^[1]。其患病率逐年上升, 若治疗不及时或治疗方式不当, 会形成不同程度的炎症后色素沉着或瘢痕等, 不但影响美观, 甚至诱发情志异常、影响患者心理健康, 增加社会负担^[2,3]。笔者通过研究观察发现, 从足太阳膀胱经入手治疗痤疮临床经验丰富, 优势明显。足太阳膀胱经是一条循行路线从头至足, 与颜面、皮部、筋脉、脏腑等联系密切的经脉, 涉及病症广泛, 具有排泄湿热、调节气血、护卫肌表的功能, 在治疗颜面部疾患、调节五脏神中起到了至关重要的作用。

1 痤疮的中医学认识

《黄帝内经》载:“劳汗当风, 寒薄为皴, 郁乃痤”, 机体汗出劳累易感受风寒之邪, 继而腠理闭塞, 形成粉刺, 严重则化热生疮。《石室秘录》记载:“粉刺之症, 乃肺热而风吹之”, 可见风邪化热可形成粉刺。“百病皆由痰作祟”, 痰湿郁而化热, 循经上蒸面部, 表现为痤疮^[4]; 朱丹溪“痰夹瘀血, 遂成窠囊”, 提示着痰瘀互结也是痤疮发生的原因^[5]。综上, 感受寒湿风热等外邪和痰瘀等内邪, 会导致营卫失司, 外邪内郁化热, 气血瘀滞, 形成痤疮。

“有诸于内, 必形诸于外”, 中医认为, 人体是一个有机整体, 内在脏腑功能状态会呈现于体表。《万病回春》曰:“肺风粉刺, 上焦火热也”, 肺为娇脏, 不耐寒热, 外邪易袭, 病进则化热生疮。《养生方》提到:“饮酒热未解……轻者皴疱”, 可见饮食不当, 脾胃失

*基金项目: 福建省福州市本科高校教育教学改革研究项目(No. FBJG20210024); 福建中医药大学针灸学科开放课题(No. XZJ2024009); 福建中医药大学针灸学院大学生创新创业训练计划项目、挑战杯竞赛级双创园区基地建设(No.3020-935230025)

[△]通信作者: E-mail: 526699160@qq.com

司,产生湿热,脾肺功能受到影响,也会形成痤疮^[6]。宋代《圣济总录》载:“目眵痒疮痂痛,病本于肝”,肝主疏泄,调情志,既有调节气血运行和维护人体脏腑的功能,又有调节人体精神情志的作用。若肝失调达,情绪不畅,则会导致机体气滞、血瘀,进而使痤疮生成。肝肾同源,经研究表明肾阴不足、相火过妄,虚火易上争于面,发为痤疮^[7]。《素问·至真要大论》云:“诸痛痒疮,皆属于心”,心主神明,主宰人体精神活动,同时也影响人体的气血运行,心火上炎或心气郁结不畅,亦可生痲痒和疮痂等症状。综上所述,肺、脾、肝、肾、心五脏功能失调是痤疮发生的主要机制,故临床可根据以上理论,通过调五脏、畅情志来治疗痤疮。

巢元方认为:“因敷胡粉……粉气入腠理化生之也”,近代朱仁康佐证了其观点,并强调涂擦劣质化妆品或感受外来致病因素如“粉尘”“药物”等会加重女性痤疮的发生^[8],由此可知,面部粉尘清洁不利,外用护肤不当等也是痤疮形成的原因。

探源古今,痤疮由外邪侵袭,痰、瘀等顽邪的阻滞,脏腑功能失调以及清洁不力、护肤不当等多种因素所致。因此在治疗中应注重祛外邪、散痰瘀、调五脏、和气血、畅情志。临床上采用的刮痧、刺络放血、拔罐、针刺、中药等非手术疗法,多选用病灶“阿是穴”及足太阳膀胱经背俞穴来治疗,本文将着重探讨从足太阳膀胱经论治痤疮的依据。

2 从足太阳膀胱经论治痤疮

十二经脉循行中,足太阳膀胱经覆盖范围最广,腧穴数量最多,并通过背俞穴与内脏组织相连,与五脏之间关系尤为紧密。该经作为六经之长,其生理功能涵盖广泛,对诸多病证具有良好的调治作用。古籍中早有记载关于从足太阳膀胱经论治痤疮的临床思路,如《儒门事亲》所言:“治项背痲疔,委中穴针出血。”选用足太阳膀胱经上的委中,能够有效发挥活血化瘀、通经止痛、清热解毒等功用,对痤疮的治疗起到至关重要的作用。由此可见,古代医家早已认识到足太阳膀胱经可作为治疗痤疮的切入点,且在临床上取得了卓越的治疗成效。笔者将从足太阳膀胱经与营卫气血、五脏六腑、情志及痤疮之间的相互联系,及其发挥通调气机、调节脏腑、升举阳气、统摄营卫、调节情志等特殊作用,来探讨足太阳膀胱经治疗痤疮的机制。

2.1 足太阳膀胱经为巨阳之经 祛热毒 排糟粕

经上文对痤疮病因病机的分析,可见痤疮发生

主要与外感邪气和火热内扰产生有关,热毒在体内积聚是其根本原因。《素问·刺热》中提到:“肝热病者,左颊先赤……肾热病者,颐先赤。”强调痤疮的局部病变是由于风、寒、湿邪束于肌表,腠理壅闭,郁滞阳气,积则生热,进而糟粕内生,蕴阻肌肤所致。

足太阳膀胱经络统领一身之阳气,为人体之藩篱,被誉为“巨阳之经”。该经正常运行,则机体阳气充盈,经气畅通,气血津液输布顺畅,从而濡养脏腑,协助体内热毒排泄。若阳气虚衰,则风寒湿邪易袭机体,停留于肌肤,湿邪性重着,进而导致气血凝滞,糟粕积聚,产生湿热毒素,痤疮外生。《伤寒论浅注》言:“太阳之气又从营卫之气出入于内外也”,提示足太阳膀胱经经气与营卫之气共同抵御内外病邪,调节五脏功能,促进体内热毒等糟粕排出,增强机体免疫力,促进人体新陈代谢,进而痤疮向愈。现代研究显示,通过刮痧等疗法调节足太阳膀胱经,能够有效祛邪排毒、对抗炎症、氧化应激,协调脏腑功能,对于痤疮的治疗效果较好。故刺激足太阳膀胱经可固表,以抵御风寒湿等外邪,引阳奋起,使寒得散,湿得化,体内糟粕得以排出。

2.2 足太阳膀胱经通背俞 调脏腑 御正气

足太阳膀胱经以背俞穴联系脏腑,张介宾谓:“五脏居于腹中,其脉气俱出于足太阳经,是为五脏之俞”“十二俞皆通于脏气。”可见背俞穴为五脏六腑之气转输于腰背部并向全身流注的重要节点,在脏腑疾病辨证施治中具有重大意义。冉颖卓教授认为,痤疮的致病机制在于经络阻塞以及脏腑功能失调。临床诊治中,多从肝、肺、脾、胃、心及肾等脏腑功能失调角度论治痤疮^[9]。而由前文所述,可知脏腑功能失调是痤疮发病的重要原因之一,故通过选取对应脏腑的背俞穴进行治疗,可通调气机,扶助正气,营养四肢百骸,以调节五脏功能。

“穴位所在,主治所在”,穴位具有横向性、节段性分布的主治规律。背俞穴作为足太阳膀胱经背部的腧穴,根据其特性,能够改善与之前后对应的内脏疾患。现代研究证实,足太阳膀胱经与交感干双侧体表投影极为一致,刺激背俞穴,可以通过脊神经传递到中枢神经系统,再传至交感干,从而调节内脏功能^[10]。杨国兰等^[11]认为,通过电针刺刺激背俞穴,能够增强皮质脊髓兴奋性,通过脊神经调节中枢神经系统,调节内脏功能。刘子凤等^[12]研究表明,面部痤疮的皮损分布与五脏对应的背俞穴之间存在着紧密的关联性。足太阳膀胱经作为阳气极盛的经脉,

其阳气可灌注全身各处,使机体气血充沛,正气充盈。因此,通过调节足太阳膀胱经的背俞穴,能有效调节脏腑、激发阳气、疏通经脉、滋养元神及柔养筋脉,从而维持五脏功能的平衡,调节全身的正气,发挥综合调节作用,提高痤疮的临床治愈率。

2.3 足太阳膀胱经主一身之表 司营卫 和气血

《灵枢·阴阳二十五人》记载:“血气和则美色”,提示足太阳膀胱经气血充盈程度会影响机体的面部状态。朱老认为“疡科诸病皆以血脉为主”,他强调营卫之气温煦濡养皮肤毛窍,重视气血与皮肤的密切关系^[13,14]。如果人体气流畅通受阻,气血积滞,局部积热致瘀,将导致气血不足,肌肤失养,有诸内必形诸外,皆易导致疮疡^[14]。因此,足太阳膀胱经主司营卫,调和气血,气血充盛则肌肤充盈。

据《灵枢·卫气行》所述,卫气循经络而动,与足太阳膀胱经吻合,具有抵御外邪、温煦全身、开阖腠理等作用。“太阳主表,为六经之藩篱”,足太阳膀胱经与卫气协同合作,护卫体表,共同构成机体抵御外邪的屏障。

当风、寒、湿、热等外邪侵袭,机体营卫失司,足太阳膀胱经发挥其主表、调摄营卫的功能,促进人体气血运行通畅调达^[15]。若“营气不从,逆于肉里,乃生痈肿”,营卫失司则会出现疮疡和疔肿,长此以往,气血不行,化为痰瘀,发展为囊肿和结节。若足太阳膀胱经司营卫功能正常发挥,皮肤气血充盈得以滋养,则痤疮不易发生或有所改善。

经络作为气散布散的通道,濡养全身,而足太阳膀胱经,是全身经络、脏腑气血输注之要塞,属阳中之阳,为六经之长。通过刺激足太阳膀胱经的相关穴位,可以振奋机体阳气,增强气血灌注的能量,使营卫之气温煦濡养功能正常作用于皮肤腠理等部位,进而达到治疗和预防痤疮的目的。综上所述,痤疮的病机与感受外邪等所致的营卫气血失衡相关,当人体内的营卫气血失调时,就可能引发痤疮等皮肤问题。而足太阳膀胱经有着司调卫表的功能,可通过调节皮部卫气,从而调畅气机,进而发挥治疗痤疮的作用。

2.4 足太阳膀胱经升举阳气 养五神 畅情志

《素问·阴阳应象大论》说:“人有五脏,化五气,以生喜怒悲忧恐。”说明人的精神活动源于五脏,情志过激,或忧患气结,以致气机不畅,肝失条达,五脏生变^[16]。痤疮患者多伴有不同程度的不良情绪,会促进雄性激素的分泌,对痤疮产生不良影响,严重者影响生活,降低生活质量^[17]。通过探讨,王睿等^[18]

认为刺激足太阳膀胱经,可发挥养五神而畅情志的作用。

情志与痤疮的发生二者相互影响,当人意志消沉、情绪低迷时,足太阳膀胱经气机不畅,阳气升举阻塞,情绪受到影响,从而导致痤疮加重。通过疏通足太阳膀胱经,调整人体阳气运行,进而调节情志^[19],改善由于情志影响而出现或加重的痤疮问题。

运用电针刺激激活位于低位中枢脊髓区域的足太阳膀胱经背俞穴^[20],可以调节交感神经^[21]。经李华英^[22]研究证实,通过采取有效手段干预痤疮患者心理情绪,使患者保持情绪的的稳定可有效预防和治疗痤疮。杨硕教授认为通过针刺五志穴调节五脏之神,可以改善情绪^[23]。综上所述,刺激足太阳膀胱经上的背俞穴能够实现对五脏的整体调节,有效提升患者的精神状态^[24],进一步调节情志。正常的情志活动能使人体气机顺畅,阳气升举正常,对痤疮治疗起到间接调节作用。刺激足太阳膀胱经既能预防情志失调所致痤疮加重,又能防止痤疮加重导致情绪愈发消极所致的病情进一步发展,发挥“未病先防”的作用。故通过治疗足太阳膀胱经以调情志而论治痤疮,对痤疮的治疗有重要意义。

3 临床指导意义

在中医经典理论的指导下,寻找足太阳膀胱经上的相应穴位治疗痤疮逐渐成为临床研究的热点,可从以下几方面简要分析。

从发病部位上看,痤疮发病的标为表热,“痤疮之发病,归结于热泛于上,发于表”,治疗上需祛表热。“太阳统摄营卫、主一身之表”,“表”通常指的是人体表面的皮肤、毛发、汗孔、肌肉等部位,是皮肤病的主要发病部位^[25],痤疮又好发于头面部,因此,足太阳膀胱经在痤疮的发病和治疗中具有重要意义。

从发病原因上看,五脏失衡是痤疮发病之重要原因,针对肺胃湿热,在背部取大椎、双侧肺俞及胃俞等用火针联合背俞穴刺络拔罐治疗,既可增强机体阳气,抵抗外邪,又能恢复脏腑清热化湿、外泄积热的功能,从而调整脏腑,维持五脏调节平衡,提高痤疮的治愈率^[26]。

从功能特点上看,《素问·灵兰秘典论》载:“膀胱者,州都之官,津液藏焉,气化则能出矣。”古人认为,津液藏于足太阳膀胱经,足太阳膀胱经发挥着排泄糟粕和调节代谢的重要功用;同时离不开“气化”作用的发挥,通过调节足太阳膀胱经,可以帮助改善

气血在体内的循行。委中是膀胱经下合穴、合穴，是膀胱经气血汇集之处，现代临床验证了委中具有温通经络、托毒外出等功用，能够发挥清热而不伤阳，痤疮自消的作用^[25]。

现临床上已采取火针、刮痧、刺血拔罐、艾灸等诸多中医手段来治疗痤疮，取足太阳膀胱经主穴与配穴相结合，持续发挥调和脏腑，疏通经络，运行气血、调节情志等作用，其治疗效果较好、操作简便且基本无不良反应，安全性也比较高。

4 总结与展望

中医认为痤疮的形成与内外多种因素有关，中医在治疗痤疮中强调内外结合，不仅要处理皮肤表面的症状，还要调整身体内部的平衡，即通过足太阳膀胱经治疗痤疮。

经脉特点提示，足太阳膀胱经为多血少气之经，通过有效调整，发挥“司营卫，和气血”的功用，从而抵御外来邪气，强化机体免疫功能，提高皮肤的自愈能力。从循行上看，足太阳膀胱经分布于督脉旁两侧，背俞穴位于其上，可以通过调理背俞等途径调整五脏生理功能平衡，治疗痤疮。从五脏藏神上看，足太阳膀胱经属肾络膀胱，为阳气之所，对五脏神有着直接调节作用，能够间接调节情志，预防情志失调引起的痤疮加重，达到“治未病”的效果，故从足太阳膀胱经着手治疗痤疮具有一定的可行性。

痤疮的预防和治疗涉及中医学和西医学等多个方面。尽管目前西医学治疗痤疮已取得一定进展，但中医外治法相关理论验证尚为不足，临床应用范围较小，仍面临挑战。为寻求更简便、无痛的治疗方法，推动中医外治法的临床进展，应扩大样本量及增加实验对比，进一步验证足太阳膀胱经预防和治疗的效和机制。未来的研究可以从以下几个方面开展：①结合现代医学检测手段进一步研究足太阳膀胱经治疗痤疮的生物学机制，包括足太阳膀胱经如何促进皮肤代谢、影响降低炎症反应和推动机体免疫调节作用发挥等。并且设计严谨的临床试验，以验证足太阳膀胱经治疗痤疮的有效性和安全性。②从中医辨证论治角度出发，根据个人体质特点为痤疮患者提供个性化的治疗策略，结合中医学、生物学、药理学、免疫学等多个学科的知识，进行跨学科的研究，探索足太阳膀胱经治疗与其他治疗方法的结合，以提高治疗效果。③在足太阳膀胱经对五脏的调节以治疗痤疮和调节情志是一个值得进一步开发的研究方向上，应加强投入研究和进行相关数据

分析，制定一套膀胱经以调五脏养生策略，提供养生保健方法，发挥疏导情志、预防及治疗痤疮的作用，促进人体形神俱美。

参考文献

- [1] 杨琳琳, 乐元, 杨贤平, 等. 国医大师禚国维从血论治女性痤疮经验介绍[J]. 四川中医, 2023, 41(3): 13-15.
- [2] 谢瑶新, 张钰红, 刘宇华, 等. 皮肤科门诊女性痤疮患者的心理状态及生活质量调查[J]. 皮肤性病诊疗学杂志, 2021, 28(6): 448-451.
- [3] 陈林姣, 涂绍忠, 张小敏, 等. 1990—2019年中国痤疮疾病负担变化的分析[J]. 中国循证医学杂志, 2021, 21(11): 1252-1258.
- [4] 李影, 刘雁峰, 邓楠, 等. 从肺论治多囊卵巢综合征摘要[J]. 江苏中医药, 2024, 56(5): 45-48.
- [5] 周晓娟, 王婧娟, 王斌, 等. 基于“痰瘀互结”理论探讨穴位埋线治疗结肠黑变病的临床思路[J]. 河北中医药学报, 2024, 39(3): 42-45, 55.
- [6] 郝英利, 顾炜, 徐琳. 痤疮中医诊治源流考[J]. 中国美容医学, 2020, 29(11): 178-182.
- [7] 燕欣雨, 顾炜. 中医辨证论治痤疮的临床研究进展[J]. 中医临床研究, 2024, 16(3): 58-62.
- [8] 中国中医研究院广安门医院. 朱仁康临床经验集[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2005: 202.
- [9] 李嵩, 冉颖卓. 基于经络辨证论治面部痤疮[J]. 江西中医药, 2023, 54(6): 32-34.
- [10] 苗润青, 李胜吾, 岳峰. 从肝俞穴论治失眠患者植物神经功能紊乱[J]. 深圳中西医结合杂志, 2009, 19(6): 359-360, 374.
- [11] 杨国兰, 周彤, 黄键澎, 等. 电针背俞穴对运动皮层下肢脑区皮质脊髓兴奋性的影响[J]. 针灸临床杂志, 2024, 40(10): 45-50.
- [12] 刘子凤, 顾星, 欧阳俊杰, 等. 面部五脏分区对应背俞穴刺络拔罐治疗痤疮 50 例总结[J]. 湖南中医杂志, 2018, 34(6): 101-103.
- [13] 张一辉, 蒋文杰, 杨建华. 吴门中医外科学术发展探究[J]. 亚太传统医药, 2021, 17(11): 187-189.
- [14] 何春燕, 代丹, 栾冰, 等. 朱仁康先生从卫气营血论治皮肤病经验拾萃[J]. 中华中医药杂志, 2021, 36(11): 6504-6507.
- [15] 杨红梅, 王鹏飞, 张旭明, 等. 基于“太阳主开”理论探析针刀治疗干燥综合症的指导意义[J]. 风湿病与关节炎, 2023, 12(4): 49-51, 55.
- [16] 刘全书, 丰雪, 刘旭初. 《黄帝内经》中情志与五脏对应关系及器质性改变[J]. 中国中医药现代远程教育, 2018, 16(24): 65-66.
- [17] 魏淑花. 基于认知行为理论的健康指导在痤疮患者中的应用效果[J]. 当代护士(下旬刊), 2024, 31(6): 66-70.
- [18] 王睿, 张章, 刘立安, 等. 五脏神与足太阳膀胱经的紧密联系探析[J]. 安徽中医药大学学报, 2021, 40(1): 7-9.
- [19] 陈志雨, 鲁慧琳, 张蕾, 等. 基于《黄帝内经》七情致病理论探讨情志辨证[J]. 中医文献杂志, 2023, 41(5): 52-54.
- [20] 李仲贤, 张瑜, 阎路达, 等. 电针五脏背俞穴对慢性疲劳综合征疲劳状态及皮层兴奋性的影响[J]. 中国针灸, 2022, 42(11): 1205-1210.
- [21] 袁亚慧, 袁蓉, 缪宇, 等. 黄芪生脉饮对疲劳合并心肌损伤大鼠模

- 型的作用及相关机制[J]. 中国中药杂志, 2022, 47(19): 5292-5298.
- [22] 李华英. 寻常型痤疮患者给予心理护理干预+面部护理干预后的效果观察[J]. 黑龙江中医药, 2023, 52(4): 265-267.
- [23] 支娜, 张虹, 莫倩, 等. 杨硕“调神针法”治疗情志病临床经验探析[J]. 上海中医药杂志, 2022, 56(10): 33-36.
- [24] 张麒, 张帅攀, 何佩, 等. 基于“五脏藏神”理论探析背俞穴治疗焦虑症的理论内涵[J]. 世界中医药, 2024, 19(8): 1139-1143.
- [25] 刘毅, 黄建慧, 傅杰英. 傅杰英教授温针灸委中穴治疗痤疮经验摘要[J]. 按摩与康复医学, 2022, 13(10): 37-39, 42.
- [26] 杨亚辉, 赵刚. 火针联合背腧穴刺络拔罐辅治结节囊肿性痤疮临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2023, 39(5): 913-915.

(本文编辑: 郭金秋 收稿日期: 2025-04-29)