

【经典温课】

doi: 10.3969/j.issn.1003-8914.2025.17.010

从卫气营血再议救阴不在血 而在津与汗

管仟秋

成都中医药大学本科生 2021 级, 四川 成都 230031

摘要: 在温病的治疗中, 叶天士从自身的临床经验中总结出“救阴不在血, 而在津与汗”的观点, 强调治疗温病需顾护阴液。文章阐述津、汗、血三者的联系, 结合温病耗伤阴液的特点, 对“救阴”的内涵进行梳理归纳, 总结出当尽早顾护阴液、不可忽视养阴血、按阶段层次救阴三大观点。以此为指导, 结合温病进程中卫气营血的变化规律, 从津、汗、血等方面分析卫气营血以及温病后期, 提出卫分邪气不盛, 津液耗伤不重, 故以“汗法”为主, 兼以“生津”; 气分热炽津伤, 故清热生津, 或以“战汗”; 营血分耗血动血, 故以“养阴血”为主, 兼顾“生津”; 后期伤及真阴, 故以“生津”与“养血”并举的具体治法及常用方药。

关键词: 温病; 救阴; 津汗血; 卫气营血; 方药分析

中图分类号: R22

文献标志码: A

文章编号: 1003-8914(2025)-17-3666-04

温病是一类因感受温邪引起的急性外感热病, 具有热象偏重, 易耗伤阴液等特点。《素问·阴阳应象大论》载:“阳胜则阴病, 阴胜则阳病。阳胜则热, 阴胜则寒。”温为阳邪, 故易耗伤人体阴液。“温邪则热变最速”, 其对于阴液耗伤的速度可见一斑。因此, 对于温病, 顾护阴液十分重要, 可贯穿温病治疗始终。

1 津汗血的生理与联系

1.1 津与汗

何谓津? 饮食五谷通过脾胃的运化后便会产生水谷精气, 其中清稀的一部分为津, 稠厚的一部分为液。因此, 津液的本质是水谷精气。而汗则是津液在阳气的带动下通过汗孔而产生的。《灵枢·决气》载:“腠理发泄, 汗出溱溱, 是谓津”“津脱者, 腠理开, 汗大泄。”由这不难看出, 津与汗的关系十分紧密。那么, 二者具体是如何关联在一起的呢? 《素问·经脉别论》载:“饮入于胃, 游溢精气, 上输于脾。脾气散精, 上归于肺, 通调水道, 下输膀胱。”脾的升清作用将津液传肺, 肺主气, 气行水、通调水道、将津液输布全身。作为物质基础的津液, 通过阳气的蒸腾与宣发, 便能够顺利地产生“汗”了。这便是“阳加于阴谓之汗”。因此, 通过津与汗之间的正常转化, 汗能够正常产生并发挥功能, 皮肤外表才能够得到滋润而不会过于干燥。若是津液大量耗伤, 便会导致无源作汗; 若是汗出过多, 也会导致津液大量丢失。

1.2 津与血

何谓血? 《灵枢·决气》曰:“中焦受气取汁, 变化

而赤, 是谓血。”血液与津液一样, 其本质都由中焦运化的水谷精气产生。但二者的形成过程和分布方式有所不同。津液直接通过脾胃运化形成, 脾气散精后归于肺再输布全身。《素问·经脉别论》言:“食气入胃, 散精于肝, 淫气于筋。食气入胃, 浊气归心, 淫精于脉。脉气流经, 经气归于肺, 肺朝百脉, 输精于皮毛。”饮食五谷入胃, 化生的一部分精微物质被输送到肝, 一部分由脾气传送到心, 在心阳的温煦作用下奉心化赤, 变化为血, 具有了濡养脏腑的作用。心主血脉, 将血液注于经脉之中, 流经肺后, 肺又将其输送到全身百脉中, 直至皮毛, 以此发挥其濡养作用。虽然二者的形态不同, 但本质上仍为一体, 故也有津血同源之说。津液注之于脉则成为血的一部分, 血中之津渗出于脉外则化为津液。

1.3 汗与血

汗为阳气加于津液通过汗孔变化而成, 是津液呈现于体外的一种形式, 但本质仍为水谷精气。而血液则是水谷精气在心阳作用下奉心化赤而成。可见二者本质上都为水谷精气经过变化而来。故汗与血必然存在联系, 即血汗同源。若是大量汗出, 耗伤津液, 则津液不能入于脉中化而为血; 若是大量失血, 亦会耗伤津液, 则无源作汗。故而《灵枢·营卫生会》记载:“夺血者无汗, 夺汗者无血。人生有两死, 而无两生。”当大量失血而又大汗淋漓之时, 人体津液损耗严重, 可能危及生命安全。同时, 这也与汗为心之液、心主血脉的理论相呼应。汗出的动力来自心阳的推动。津液在心阳的推动下穿过汗孔以作汗, 这也是汗出过多损伤心阳的原因。而心主血

脉也是指水谷精气在心阳的温煦、推动下奉心化赤为血并循行滋养全身。二者都是水谷精气作为物质基础,心阳作为动力而发挥自身不同的功能,故谓之同源也。

总之,津、汗、血三者关系密切,都是由水谷精气在人体作用下变化而成,血中渗出脉外者为津,阳气加注于津者作汗。三者既能够互相转化补充,也发挥着各自不同的功能。

2 温病与救阴

2.1 温病伤阴进程

在温病中最先受损的是肺胃津液,继而累及血、精、髓^[1]。此处,笔者从卫气营血的辨证来分析其伤阴进程。邪在卫分时,多表现为“口微渴”。“微”字,表明了此时伤津不甚,只是津液的滋润功能受到了干扰;邪在气分时,常有“壮热、烦渴、大汗”等一派邪热亢盛,汗多津伤的表现;邪在营分时,“身热夜深、口反不甚渴,舌红绛少苔”等症状都提示此时营阴耗伤;邪在血分时,“多窍道出血、舌红绛少苔”等症,表现出一派血热亢盛、耗血动血的证候;温病后期,更可见明显的阴伤之象,重者伤及肝肾真阴。总而言之,温邪在卫分轻微伤及人体的津液;气分进一步耗伤津液;进入营血分后,损伤便累及阴血进入一个新的阶段;到了后期更是伤及脏腑之阴甚至肝肾真阴。

虽然津、血都属于阴,但笔者按照阴阳的可分性,进一步将其进行细分。津与血相比,质地清稀者为阳,质地浓稠者为阴,故津为阴中之阳,血为阴中之阴。以此类推,从津到血再到脏腑之阴,其阴的属性越发明显。所以不难看出,随着邪气的步步深入,耗伤阴液的程度与性质也在逐步加深。

2.2 救阴内涵浅析

2.2.1 当尽早顾护阴液

正如前文所言,温病整个过程中都存在着温邪耗伤阴液的情况。但并非应一味地等到温病后期邪气衰退,正气虚弱甚至邪盛正衰时才忙于救阴。救阴的目的在于顾护津液。因此对于“救”字,笔者更倾向于理解为尽早顾护阴液。温邪热变迅速,需要与之斗争,争分夺秒,更加迅速地去阻止阴液的进一步耗伤。正如叶天士所言:“津液不竭,其人必不死;其死,无津液也。”尽早顾护阴液,患者的生机便也更多几分。

2.2.2 不可忽视养阴血

温病中所救的“阴”是什么?究其原意并非“只

在津与汗,而不在血”,而是“不仅在血,亦在津与汗”。笔者认为,叶天士此言是为了强调津与汗的重要性,警醒医家切勿只关注于救血,而忽视了温病初起便被耗伤的津与汗。毕竟,津、汗、血三者实为一气尔。那么,同样都有损伤,为何强调津与汗呢?从温病伤阴的进程可知,津的耗伤实际贯穿温病始终,卫气分常有汗出、伤津的表现,后期到达营血分实际也是先耗损了血中之津。否则,为何未见医家强调营血分会有明显血虚的征象?何况津血同源,二者本为一体,养津液亦可增血源、充脉道。但同样也不能忽视了救血。营血分,血中之津耗伤,使得血液更加浓稠,再加上温热邪气迫血妄行,血瘀与血热并见,极易耗血动血。所谓“有形之血不能速生”,此时便急需采用“凉血散血”法以救耗伤之阴血。

2.2.3 按阶段层次救阴

联系下文“通阳不在温,而在利小便”之“通阳”,“利小便”以及“救阴”,“汗与津”亦当指治法^[2]。其中,“汗”可以理解为“汗法”或“战汗”,“津”亦可以理解为“生津”,同样与之并列的“血”则是“养(精)血”。从卫气营血论,对于卫气分多重视“汗法”或“战汗”与生津结合,到达营血分则需要重视养血,甚至在温病后期更需要养肝肾真阴,即肝肾精血。从临床实践来看,温热病的伤阴多表现为肺津、胃阴、肾液三方面,且津、阴、液为一类,从程度之浅深言之,肺津伤为轻,胃阴伤为重,肾液伤尤重^[3]。对此,再以三焦辨证,汗法、战汗与生津侧重在上中二焦,与肺胃紧密相关;养(精)血则侧重在下焦,与肝肾密切相连。

那么,温病应该如何救阴呢?一方面,应根据邪气进入卫气营血的不同特点,在治疗中采取不同的措施,把清热养阴和保护津液结合起来^[4]。正如吴又可所言:“温病祛邪为第一要义”,祛邪可防止邪气进一步耗伤阴液,此为间接救阴。何谓直接救阴,用一些如甘寒、咸寒等药物生津养血,既弥补阴液之耗伤,又通过扶正以祛邪。另一方面,也应根据温病不同阶段伤阴的性质及程度,从津、汗、血方面有侧重地去救阴。如卫、气分多侧重于津与汗,营、血分多侧重于血,温病后期则要重视真阴。如此方能有效“救阴”。

3 救阴方法及常用方药分析

3.1 卫分

3.1.1 汗法为主 兼以生津

以卫分证而言,“在卫汗之可也”。卫分为温病初期,叶天士在《温热论》中指出温病初起,邪在肺

卫。此时邪气不盛，正气亦未大伤，故侧重于祛邪，再兼以养阴。祛邪多以辛凉透散为主，透邪以出，令邪从汗解，也防止了津液进一步耗伤，达到间接救阴的目的，即叶氏所谓“在表初用辛凉轻剂”；在养阴上，此时伤阴多与肺津相关，故多加入一些生津润肺之品以直接救阴。因此，卫分的救阴多从津与汗言，此时侧重于“汗法”以祛邪，同时兼顾“肺津”。

卫分阶段救阴时，使用“汗法”需注意：宜辛凉不宜辛温，宜微汗不宜过汗。辛能宣散，透邪以外达；凉能泄热，去热以救阴。但若改用性温之品，恐助热化火，出现发斑、出血等众多变证。《素问·阴阳应象大论》云：“其在皮者，汗而发之”，温病卫分之汗法，是以辛散轻扬之剂，疏泄腠理，透散表邪，其目的在于开泄腠理，疏解表邪，通过微汗给邪以出路即可，或如华岫云：“辛凉开肺便是汗剂，非如伤寒之用麻桂辛温也。”温病本易耗伤津液，汗与津实为一体，若大汗则进一步损耗津液，恐其生变，需中病即止。故王孟英谓：“汗之宜辛凉清解”。总之，治疗卫分证宜辛凉透解，使邪从外解，用药忌过用或滥用辛温，以免助热耗阴，同时兼顾生津。

3.1.2 卫分常用方药

卫分病变，多选用辛凉透散之剂，即“在表初用辛凉轻剂”。叶天士指出，夹风可加入薄荷、牛蒡子等透风于热外；夹湿则可加芦根、滑石之品渗湿于热下。如此使得热势必孤，防止邪气兼夹难解，进一步耗伤津液。

吴鞠通受叶天士启发，创制银翘散、桑菊饮、桑杏汤等卫分常用方，其中最具有代表性的便是银翘散一方。银翘散属于辛凉平剂，通过方中金银花、连翘、薄荷等辛凉发散之品以“汗法”祛邪间接救阴，又以鲜苇根汤煎，直接“生津”以救阴，具有清热生津之妙，于解表之中寓有护阴之意。

卫分常用药物，通过对吴鞠通《温病条辨》上焦用药进行分析，基于用药频次及用药模式的结果显示，其治疗上焦病的常用药有甘草、连翘、金银花、竹叶、杏仁、麦冬等，邪在上焦，多属肺卫，宜用辛散之法，药物多选取花叶类轻清如“羽”之品，以透邪外出^[5]。

3.2 气分

3.2.1 清热生津 或以战汗

叶天士云：“到气才可清气。”气分为温邪进一步深入，可见因脏腑功能失常而出现的多种病变表现。此时正邪斗争剧烈，多表现为邪热亢盛，津液耗伤加剧，多热炽津伤，故治以清热与生津并举。在祛

邪方面，多以辛寒清气为主，辛能透邪，寒能清热，清解的同时又给邪以出路，透热外达，通过迅速祛邪以撤热存阴；在养阴方面，若在肺津损伤的基础上伤及胃阴，多选用甘寒生津之品以益胃阴。从五行生化规律言，土能生津，且脾胃为后天之本，津液本自脾胃运化所得之水谷精气，故胃阴得救，肺津自然得充。对于有部分邪气在气分流连者，“可冀其战汗透邪，法宜益胃”。如此，邪方与汗并，从汗而出。

因此，气分的救阴亦从津与汗言，此时祛邪与救“胃液”并举，部分邪气在气分流连者可配合“战汗”。注意救阴时慎用苦寒清气。苦寒药有化燥伤阴之弊，过早用以清气使得邪气凉遏在里，反而进一步伤阴。

3.2.2 气分常用方药

气分病变，多选用辛寒之剂以清气，甘寒之剂以生津。叶天士在《临证指南医案》中指出：“热伤气分，用甘寒方。”方用竹叶石膏汤、白虎汤、麦门冬汤等。白虎汤为其中最具有代表性的一方。方中4味药，相辅相成，选药精当。君药石膏定全方辛寒之性味，辅以知母为臣，滋阴清热，甘草、粳米调和于中，缓石膏、知母之寒，共奏益气养胃之功^[6]。

此外，对于气分中阳明腑实者，吴鞠通还灵活地对承气汤类进行加减变化创造出了5个加减承气汤。通过在承气类方中减枳实、厚朴苦燥伤阴之品，加入甘寒滋阴或养血补气之品，他创制了护胃承气汤、新加黄龙汤、增液承气汤等方，使之“下不伤正，滋不留邪”^[7]。其中最常用的为新加黄龙汤、增液承气汤，既通下邪热以护阴，又直接生津以养阴，以达到迅速救阴之用。常用药物中辛寒清气之品可加入石膏、知母等类；甘寒生津之品可加入天花粉、麦冬等。二者并举，以此救耗伤之阴。

3.3 营血分

3.3.1 养阴血为主 兼顾生津

叶天士指出：“入营犹可透热转气；入血……直须凉血散血。”邪气进入营血分后，伤阴多进入了一个新的阶段，此时便已从津和汗进一步损伤及血。概括而论，营血可分为“瘀血倾向”与“瘀血形成”2个阶段^[8]。细分而言，营分邪热多伤及血中之津，故使得血液黏稠而有瘀血倾向；血分邪热则耗伤全血，既消耗血中之津，又迫血妄行，成为离经之瘀血。邪既入营，固非清气药所能治疗，但热乍入营，往往气热未罢，犹可开达透热，使邪复出气分而解；若热渐传血，病机向里势难透达，宜清营剂中加凉血之品^[9]。因此，营分选用轻清凉透之品透热转气以祛邪，甘寒生津、活血化瘀之品以救血；血分则选用凉

血散血之品化解血瘀血热,再合以甘寒生津之品以救血。故营、血分的救阴需要从津与血言,“生津”配合凉血活血以达到“养血”的目的。

3.3.2 营血分常用方药

营血分病变,可选用甘、咸寒之品清热生津养血。营分者加辛凉透热之品并少佐活血之药;血分者可加咸寒之品入血以凉血,或加入凉血活血药。《温热论》也阐述了营血分的常用药物:“入营犹可透热转气,如犀角、玄参、羚羊角等物,入血就恐耗血动血,直须凉血散血,如生地、丹皮、阿胶、赤芍等物。”如营分证代表方清营汤、血分证代表方犀角地黄汤。清营汤中犀角(水牛角代)、生地、麦冬等多味甘、咸寒之品与活血之丹参同用,生津养血以直接救阴,配合透热转气之金银花、连翘间接救阴。犀角地黄汤则是在犀角(水牛角代)、生地、麦冬生津养血之品的基础上,直接配伍凉血活血之牡丹皮、赤芍,以速救血。

3.4 后期

3.4.1 生津与养血并举

温病后期邪热从血分进一步深入,多损伤肝肾真阴,阴伤至极,以存阴为要。因此时多为邪在下焦、余热未清、阴伤较重,故主以甘润、甘苦、甘寒咸、酸甘咸之品清余热、滋养阴液^[10]。否则阴液枯竭,多有动风、亡阴、亡阳等重证。如在甘寒之中加入咸寒,甘寒以生津,咸能入肾入血,或甘寒之品与酸味药合用,酸甘化阴,以求耗伤之津血能尽快补充,急急救阴。故温病后期救阴也从津与血言,“生津”与“养血”并举,从而尽快地达到救阴的目的。

3.4.2 后期常用方药

后期病变,多选用甘寒、咸寒、酸寒等味,阴伤甚者配以重镇、厚味之药。最具有特色的便是《温病条辨》复脉汤类方,其中包含了加减复脉汤以及一甲、二甲、三甲复脉汤。加减复脉汤是在仲景炙甘草汤的基础上去掉人参、桂枝、姜、枣等温阳益气之品,加入酸寒敛阴之白芍,纯用养阴之药以救阴、存阴。重镇的特色代表药物便是三甲复脉汤,分别为牡蛎、鳖甲、龟甲,此类药物重镇以达到潜阳纳阴的目的,防止动风、亡阴、亡阳的发生。而厚味之药则

取“阳化气,阴成形”之意,血肉有情之品多性咸,可滋补真精,精以化津,药选阿胶、鸡子黄、地黄、天冬等^[11]。

生理状态下,津、汗、血三者既各自发挥功能,又可互相转化,实为一气。而温病的伤阴贯穿始终,只是不同阶段阴液损伤的性质与程度不同,由卫、气分的津汗逐渐至营、血分的阴血,后期伤阴重者损及肝肾真阴。因此对于“救阴不在血,而在津与汗”的理解,一方面强调温病救阴是为了顾护阴液、保护生机,故从卫分伤津起便当着手;另一方面,强调应根据卫气营血等不同阶段伤阴的特点救阴。卫、气分多从津、汗着手,选用辛凉发散配合生津润肺或辛寒清气配合甘寒生津等类;营、血分多从津、血着手,选用甘咸性寒之品配合以透热转气或凉血散血等类;后期则甘、酸、咸寒之品并用,配合重镇或厚味滋补药以急救存阴。此外,对于温邪兼夹其他邪气而致病者,当灵活根据原则随证变法,提高临床疗效。

参考文献

- [1] 马红,付梓云,杨进.论养阴生津法在温病治疗中的作用[J].南京中医药大学学报,2013,29(5):401-404.
- [2] 万海同.浅谈“救阴不在血,而在汗与津”[J].浙江中医学院学报,1994,18(2):42.
- [3] 李展春.谈叶天士治温救阴养胃法[J].新中医,1992,24(3):48-49.
- [4] 刘洋,郑彩霞,师勇,等.浅析温病“救阴不在血,而在津与汗”[J].上海中医药杂志,2016,50(1):34-35.
- [5] 崔丽君,张艳,韩涛.基于中医传承辅助平台的《温病条辨》方剂组方规律分析[J].时珍国医国药,2015,26(1):176-178.
- [6] 李勋欣,于河,王雨菡,等.基于六维辨证观新解白虎汤证治[J].中国实验方剂学杂志,2021,27(15):181-187.
- [7] 口维敏.《温病条辨》三焦温病用药规律探讨[J].中国中医基础医学杂志,2012,18(2):145-146.
- [8] 王进忠,钟世杰,杨荣源,等.岑鹤龄温病思想对现代卫气营血辨证理论之完善[J].中国中医基础医学杂志,2017,23(7):1020-1022.
- [9] 萧曙明.吴鞠通救阴精10法析略[J].中医杂志,1995,36(6):328-331.
- [10] 张华锴,郭选贤.《温病条辨》“护阴学说”理论的探讨[J].中国实验方剂学杂志,2012,18(1):271-274.
- [11] 郭永胜.叶天士气味理论研究[D].济南:山东中医药大学,2018.

(本文编辑:李佳丽 收稿日期:2024-02-21)