

论著·外治理论与应用

## 从“肾邪客”探析腘部三穴在肾病中的临床应用

王深<sup>1</sup>, 孙敬青<sup>2</sup>

(1.北京中医药大学,北京 100029; 2.首都医科大学附属北京中医医院,北京 100010)

**[摘要]** “肾邪客”出自《灵枢·邪客》,其中记载“肾有邪,其气留于两腘”,说明肾与腘之间存在密切的气血联系。腘是肾受邪时邪气瘀血留滞严重之处,腘部疼痛等异常表现对肾相关疾病有重要的提示作用。肾为邪客,病因多为邪气恶血留滞,病机多为邪盛气血同病,症状多为拘挛痹痛。委中、阴谷、委阳为临床常用的腘部三穴,根据“肾邪客”与腘的相互关系,委中穴可用于治疗恶血寒湿客于肾引起的腰椎间盘突出型腰痛,阴谷穴可用于治疗寒水邪气客于肾引起的慢性肾脏病,委阳穴可用于治疗湿热邪气客于肾引起的慢性肾小球肾炎。

**[关键词]** 肾邪客;腘;委中;阴谷;委阳

**[中图分类号]** R245.2

**[文献标志码]** A

**[文章编号]** 0257-358X(2024)06-0603-05

**DOI:** 10.16295/j.cnki.0257-358x.2024.06.009

### Exploration of Clinical Application of Three Acupoints in Popliteal Region in Kidney Diseases Through “Invasion of Pathogenic Factors into Kidney”

WANG Shen<sup>1</sup>, SUN Jingqing<sup>2</sup>

(1.Beijing University of Chinese Medicine, Beijing 100029, China; 2.Beijing Hospital of Traditional Chinese Medicine Affiliated to Capital Medical University, Beijing 100010, China)

**Abstract** “Invasion of pathogenic factors into the kidney” is derived from the chapter titled “Invasion of Pathogenic Factors into the Body” in *Ling Shu (Spiritual Pivot)*, which records that “If there is pathogenic factor in the kidney, it will reach the two popliteal fossae”. It shows that there is a close connection between the kidney and the popliteal region in terms of qi and blood. The popliteal fossae are areas where the pathogenic qi and blood stasis accumulate severely when the kidney is invaded by pathogenic factors. Abnormal manifestations, such as pain in the popliteal region, play an important role in indicating kidney-related diseases. When kidney is invaded by pathogenic factors, the disease primarily caused by stagnation of

pathogenic qi and blood stasis, and the pathological mechanism is mainly characterized by excessive accumulation of pathogenic factors affecting both qi and blood, resulting in symptoms such as muscle stiffness, cramps, and pain. Weizhong (BL40), Yingu (KI10), and Weiyang (BL39) are commonly used acupoints in the popliteal region in clinical practice.

**[收稿日期]** 2023-10-19

**[基金项目]** 国家重点基础研究发展计划(973计划)项目(编号: 2019YFC1709703)

**[作者简介]** 王深(1999—),男,北京人,2022年级硕士研究生,研究方向:针灸治疗脏腑病。邮箱:329682442@qq.com。

**[通信作者]** 孙敬青(1968—),女,山东德州人,医学硕士,教授,主任医师,主要从事名老中医针灸经验继承及临床拓展。邮箱:13810828182@163.com。

According to the mutual relationship between "invasion of pathogenic factors into the kidney" and the popliteal fossa, Weizhong can be used to treat low back pain in lumbar disc herniation caused by blood stasis, cold and dampness affecting the kidney, Yingu can be used to treat chronic kidney disease caused by cold water affecting the kidney, and Weiyang can be used to treat glomerulonephritis caused by dampness-heat affecting the kidney.

**Keywords** invasion of pathogenic factors into the kidney; popliteal fossa; Weizhong (BL40); Yingu (KI10); Weiyang (BL39)

肾为先天之本,各类肾病在临床较为常见。《素问·脏气法时论》言“肾病者,腹大胫肿,咳喘身重”,《素问·标本病传》言“肾病少腹腰脊痛,骭酸,三日背胛筋痛,小便闭,三日腹胀,三日两胁支痛”,说明肾病以腹胀、水肿、小便闭、身倦体重、咳喘盗汗及腰、脊、骨痹痛等为主要表现。中医学中的癃闭、肾水、水肿、小便不利、腰痹等病症均与肾相关,可类比为西医学所言的尿潴留、慢性肾脏病、慢性肾小球肾炎、腰椎间盘突出等疾病。“肾有邪,其气留于两胫”是《灵枢·邪客》中“肾邪客”的重要内容,提示肾与胫之间存在密切的气血联系,这对临床治疗肾病具有重要的启发意义。委中、阴谷、委阳为临床常用的胫部三穴,笔者通过梳理《灵枢·邪客》中“肾邪客”相关内容,并结合古今文献对委中、阴谷、委阳三穴的记载,试分析此三穴在肾病治疗中的临床应用。

### 1 “肾邪客”的病因病机

“肾邪客”出自《灵枢·邪客》,此篇主要论述了邪气客于不同脏腑时人体出现的病症与病机,以及相应的治疗方法。其言“邪气恶血固不得住留,住留则伤筋络骨节,机关不得屈伸,故拘挛也”,说明“邪气恶血”停聚为“邪客”的主要原因。《素问·四时刺逆从论》中有对“邪气”一词的阐述:“是故邪气者,常随四时之气血而入客也。”该句认为邪气是一年四时中的不正之气,趁气候变化侵袭人体而致病。“恶血”一词首见于《素问·刺腰痛论》,其言“衡络绝,恶血归之”,《灵枢·小针解》则言“宛陈则除之,去血脉也”,此为运用点刺放血治疗瘀血内阻的方法,说明恶血为血中积聚者,即稽留的瘀血。

古代医家将“邪客”引起的拘挛疼痛称为“痹”,认为痹病多由邪气盛实、阻遏经络导致。《素问·痹论》言“风寒湿三气杂至,合而为痹也”,提出风、寒、湿三种外邪伤人可引发痹病;《金匮要略·痉湿喝病

脉证第二》记载“太阳病,关节疼痛而烦,脉沉而细者,此名湿痹”,提出了“湿痹”概念。综合来看,风邪攻走窜动,寒邪凝滞收引,湿邪重浊黏腻,均易阻塞经络,引发痹病拘挛。另外,《素问·平人气象论》言“脉涩曰痹”,《素问·痹论》言“痹在骨则重,在于脉则血凝而不流,在于筋则屈不伸”,均说明血液凝滞、经络不利亦是痹病的重要病因,恶血阻碍,脉失濡养,久则痹生。

### 2 “肾有邪,其气留于两胫”探讨

胫为《灵枢·邪客》提出的“八虚”之一,“八虚”指人体两侧肘窝、腋窝、腘窝及两髀的八个关节部位,是谓肘关节、肩关节、髋关节、膝关节<sup>[1]</sup>。《灵枢·邪客》言“凡此八虚者,皆机关之室,真气之所过,血络之所游”,说明这八个关节部位均为筋脉所布之处,是真气流动、血脉运行的通路。言“虚”者,指此八处较为脆弱,或可理解为结构复杂、易受外界影响。“八虚”皆为人体关节活动之处,两骨交接、肌肉附着之地,如果邪气滞留“八虚”,恶血不行,关节失养,则经络不通、气血运行不畅,从而损伤筋络骨节,引发拘挛痹病,对肢体活动产生阻碍。

从字形来看,肾与胫具有密切联系。《说文解字》云:“肾,水藏也。从肉,臤声。”“胫”未收录于《说文解字》,然“胫”字结构为左“月”右“国”,“月”者,古字偏旁肉也,“国”者,《说文解字》谓“邦也”,为“诸侯之封地”。《素问·上古天真论》言“肾者主水,受五脏六腑之精而藏之”,说明肾调控全身水液代谢,肾治水,如邦国治人,肾藏精,如精受封之地。

从结构来看,胫在大腿与小腿交接之处,受关节屈伸影响,此处气血行进不免受到阻碍,从而引发疾病。在西医解剖学中,胫即膝关节后部,膝关节是人体内最大的关节,承受全身重量,也是控制下肢运动的重要枢纽,其由股骨内、外侧髁和胫骨内、外侧髁

组成,关节囊薄而松弛,周围有韧带加固。中医学认为,膈部肌肉浅薄,筋骨相交,如同沟壑深谷,邪易藏匿,不易祛除,正如《灵枢·邪客》所言“地有高山,人有膝肩;地有深谷,人有腋膈”。

从经络关系来看,肾经与膀胱经循行部位与膈关系紧密。《灵枢·经脉》描述足少阴肾经“起于小指之下……出膈内廉”;与足少阴肾经相表里的足太阳膀胱经则“起于目内眦……入膈中;其支者……下合膈中”。可见,足少阴肾经与足太阳膀胱经在下肢的循行与膈有密切联系。关于脾、胃、肝、胆四经在下肢的循行情况,《灵枢·经脉》记载足太阴脾经“交出厥阴之前,上膝股内前廉”,足阳明胃经“下膝腘中”,足厥阴肝经“上膈内廉”,足少阳胆经“出膝外廉”,此四经循行虽均与膈、膝两个部位有所关联,却均不如肾、膀胱二经“入膈中”关系密切。《素问·调经论》指出“五脏之道,皆出于经隧,以行气血”,经脉是人体运行气血的关键通路,因此肾脏的气血途经膈窝由足走腹。下肢屈伸活动时,相对于膈侧、膝部,在“膈中”部位循行的经络更易被折压,故“膈中”经络阻滞时气血不畅的情况更为严重。基于以上分析,笔者认为,肾经、膀胱经比其他足部阴经、阳经更易在膈部形成邪气停聚,从而令经络阻滞,引发疾病。换言之,膈是肾受邪时邪气瘀血留滞严重之处,膈部疼痛等异常表现对肾相关疾病有重要的提示作用。

### 3 膈部三穴在肾病治疗中的应用

膈部阴谷、委中、委阳三穴对治疗“肾邪客”所致疾病具有十分重要的作用。阴谷为肾经五输穴之合穴,委中为膀胱经之合穴,委阳为三焦经下合穴,《灵枢·本输》对此三穴的位置有明确描述:“委中,膈中央,为合……阴谷,辅骨之后,大筋之下,小筋之上也……三焦下腘,在于足大指之前,少阳之后,出于膈中外廉,名曰委阳,是太阳络也。”

分析阴谷、委中、委阳三穴所含字义,“委者,逗也,随也”(《说文解字·卷十二·女部》),“阴者,暗也,水之南,山之北也”(《说文解字·卷十四·阜部》),“谷者,泉出通川也”(《说文解字·卷十一·谷部》),可以看出,膀胱经气血汇聚于委中、委阳二穴,肾经气血在膈中如泉出通川、水流于深谷,易发生积聚,因此可认为阴谷、委中、委阳三穴为气血、邪气于膈部聚集的主要部位。

针灸膈部三穴,以近治之法调整局部气血运行,可治疗膈部拘挛疼痛。然而,拘挛疼痛仅为“肾邪客”所致病症之一,对“肾邪客”引发的其他肾病,膈部三穴具有各自的治疗特点。

#### 3.1 委中穴治疗恶血寒湿客于肾引起的腰椎间盘突出型腰痛

腰椎间盘突出是指椎间盘损伤、退变导致髓核突出、压迫神经的病变,主要临床表现为腰背部疼痛、下肢麻木。本病属于中医学腰痛、痹病范畴,以恶血寒湿阻滞为主要病机<sup>[2]</sup>。

恶血固实,寒邪收引,湿邪重浊黏滞,三邪均易阻滞经络。太阳经为多血少气之经,气弱血强则推动不利,日久更易成瘀。《素问·脉要精微论》言“腰为肾之府”,说明腰与肾关系密切;《金匱要略·五脏风寒积聚病脉证并治第十一》曰“肾着之病,其人身体重,腰中冷,如坐水中”,此处“肾着”虽以“肾”命名,但其病位在腰,病因病机在肾,亦说明腰与肾关系密切。因此,恶血寒湿客于肾,经络气血运行受阻,外发于腰背,则引发腰冷、腰痛。

委中为膀胱经合穴,膀胱经在腰背部的两条支脉下行会于委中,历代医家在大量临床实践中证明委中穴是治疗腰背部疼痛的要穴、效穴,古医籍中也不乏相关记载,如《素问·刺腰痛》载“足太阳脉,令人腰痛引项脊尻背如重状,刺其郄中”,《四总穴歌》言“腰背委中求”,《针灸甲乙经》云“热病侠脊痛,委中主之”。现代研究发现,很多瘀血腰痛的患者在委中区域会出现血络瘀滞,甚至在委中区域的络脉呈青紫色蚯蚓状<sup>[3]</sup>。委中别名“血郄”,《针灸大成》曰“刺之出血”,因此针刺委中,祛除恶血,通畅气机,腰痛自除。委中针刺通常为直刺八分至一寸二分,避开动脉,以泻法为主。现代临床中,委中多配伍足太阳膀胱经、足少阴肾经、足少阳胆经及督脉相关腧穴,以肾俞、环跳、大肠俞、夹脊穴为多,也可配伍腰阳关、承山、腰痛穴、太溪等加强疗效,从而改善局部经络气血流通,祛瘀止痛<sup>[4]</sup>。

现代研究发现:委中穴位于膈横纹中点,深层分布有膈动脉、膈静脉、腓肠动脉和胫神经<sup>[5]</sup>;刺激委中穴可通过感受器及传入神经提高耐痛阈<sup>[6]</sup>;委中穴放血可促进腰椎间盘突出部位血液供应、减轻瘀血压迫,还可降低血浆中前列腺素E与髓核组织中磷

脂酶A2的含量,从而抑制炎症的启动与进展,改善腰椎间盘突出患者的步态功能和触觉<sup>[7]</sup>。

### 3.2 阴谷穴治疗寒水邪气客于肾引起的慢性肾脏病(CKD)

CKD主要临床表现包括蛋白尿、尿沉渣异常、肾小管相关病变、组织学及影像学所见结构异常等<sup>[8]</sup>,其诊断标准为符合下列两项之一即可确诊:①存在肾脏损害或肾功能下降,持续时间 $\geq 3$ 个月;②每分钟肾小球滤过率(GFR) $< 60$  mL/1.73 m<sup>2</sup>,持续时间 $\geq 3$ 个月。本病属中医学关格、肾劳、水肿、溺毒等范畴,病机特点为正虚邪实,病位在脾、肾<sup>[9]</sup>。

《素问·水热穴论》曰:“肾者至阴也,至阴者,盛水也。”肾脏为人体至阴之脏,为水最盛之所,而肾通于冬气,寒水之邪最易袭肾,故《素问·至真要大论》言“寒水受邪,肾病生焉”。寒水之邪客于肾,肾中阳气衰微,温煦乏力,气化失司,水气因此无法正常运转,则出现小便不利、水肿等症状。

《针灸甲乙经》曰“阴谷者,水也”,说明阴谷穴与肾关系密切,是阴寒水液最易聚集之处。从穴性看,阴谷穴为肾经合穴,《难经·六十五难》曰“所入为合……阳气入藏”,阳气入藏符合肾主封藏、通于冬气的特点,说明肾经经气在到达阴谷之处时聚集留置,而寒水客肾同样易留于阴谷。《针灸甲乙经》记载“男子如蛊,女子如阻,寒热,少腹偏肿,阴谷主之”“妇人漏血,腹胀满,不得息,小便黄,阴谷主之”,《针灸大成》记载“小便不通:阴谷、阴陵泉”“小便淋漓:阴谷、关元、气海”,说明阴谷穴是治疗腹胀水肿、小便不利、男子阴萎阴痛、女子漏血等肾相关水证的要穴。《类经·运气类》云“水郁不升,则人病在肾,故当刺足少阴之合”,提示针刺阴谷有助于祛除客肾之寒水邪气、激发阳气,从而畅通经络、调整肾脏气血功能,对CKD的治疗有积极意义。阴谷穴针刺多刺五分至八分,以补法为主,其灸法亦多见,还可配合中药穴位贴敷增强疗效。现代临床中,阴谷穴多配伍任脉、足阳明胃经、足太阳膀胱经腧穴应用,以改善CKD患者的临床症状,如配伍脾俞、肾俞培补脾肾,配伍气海、关元固本培元、温阳散寒,配伍足三里、中脘调理中焦、补中益气<sup>[10-11]</sup>。

现代研究发现,阴谷穴位于腘窝内侧,屈膝时在半腱肌肌腱与半膜肌肌腱之间,布有隐动脉、隐静脉

及隐神经皮支<sup>[12]</sup>。潘海燕等<sup>[13]</sup>通过临床观察发现,电针阴谷穴具有改善CKD患者肾动脉血流量的作用,可增加肾脏血流灌注,促进排泄功能,其机制可能为针刺阴谷穴可抑制支配肾脏的交感神经,减少其末梢释放的去甲肾上腺素,从而舒畅肾血管平滑肌、减少肾素释放,进而减少阻力、增加血流量、改善灌注。

### 3.3 委阳穴治疗湿热邪气客于肾引起的慢性肾小球肾炎

慢性肾小球肾炎为免疫介导的肾脏炎性疾病,多表现为不同程度的蛋白尿和血尿,大多数患者会出现高血压、贫血及肾功能损害等。本病属于中医学风水、肾风、水肿等范畴,以肾虚湿热阻滞为基本病机<sup>[14]</sup>。

《医学入门》言“肾者与三焦相通”,肾脏的气化功能与三焦的功能密切相关。《素问·灵兰秘典论》云:“三焦者,决渎之官,水道出焉。”三焦可通调水道、疏通阳气,肾主水液,肾阳蒸腾,三焦通调水道的作用为肾脏蒸腾气化奠定基础。《灵枢·四时气》云“小腹肿痛,不得小便,邪在三焦约”,湿热阻滞有“蒙上流下”之特征,最易弥漫三焦,三焦受邪不泻,气化失司,津液不化,则产生小便不利、少腹胀满等气满水留之证;《素问·五常政大论》云“其病癰,邪伤肾也”,阻于三焦之湿热邪气进一步客于肾,则导致肾脏气化功能失常,加重病情。

委阳穴为三焦下合穴,《灵枢·邪气脏腑病形》云“三焦病者,腹气满,小腹尤坚,不得小便,窘急,溢则水,留即为胀……取委阳”,《医学入门》言“肾病宜调和三焦”。针刺委阳可祛除三焦湿热邪气,畅通三焦水道,进而促进肾脏气化,治疗三焦、肾脏气满水留导致的腹满、小便不利等慢性肾小球肾炎相关症状。委阳的刺法多为直刺五分至一寸,可灸,泻法为主。针刺委阳治疗慢性肾小球肾炎的配伍与上述阴谷治疗CKD相近,多配气海、关元、肾俞、脾俞、三焦俞、足三里以健脾益肾、温中益气、固本培元、行水散寒等,如见湿热,则可配伍三阴交、丰隆、阴陵泉、太冲等清热行气祛湿。

前文已论述阴谷也善治小便不利,但笔者认为委阳穴与阴谷穴治疗小便不利的机制存在差异。寒水邪气客于肾引发小便不利的病机为肾本脏气化功

能失司,肾主水功能异常。阴谷穴为肾本经本穴,针刺阴谷穴可祛除肾本经邪气,调理肾经气血,改善肾气化功能,通过化气行水以利小便。三焦湿热之邪客于肾引发的小便不利,其病机为湿热邪气弥漫三焦,导致水道阻塞、肾无水可用。委阳为三焦下合穴,针刺委阳可祛除三焦客肾之邪气,益三焦气血,畅通三焦水道,为肾脏气化提供物质基础,从而改善肾脏主水功能以利小便。

现代研究发现,委阳穴在膝后区,股二头肌中点,横平腓横纹,分布有膝上外侧动、静脉和股后皮神经,有腓总神经经过<sup>[15]</sup>。委阳穴深层的腓总神经相应节段胶状质的投射区在第1腰椎至第6腰椎(L1~L6)和第一骶椎至第二骶椎(S1~S2),而膀胱在脊神经节段标记集中在第2腰椎至第5腰椎(L2~L5)和第2骶椎至第5骶椎(S2~S5),二者有较大重合,因此针刺委阳穴可能通过神经反射刺激膀胱神经,产生促进膀胱运动的作用,从而促进排尿<sup>[16-17]</sup>,进而缓解肾脏压力、恢复肾脏功能、降低血压等。

#### 4 结束语

委中、阴谷、委阳三穴均可用于肾为邪客、邪气恶血留膈引发的拘挛疼痛,此为穴位的近治作用。肾为邪客,还会导致肾气化水液、通调水道功能失司,进而引发其他肾系病症,而膈部三穴亦可通过调理脏腑、祛除邪气、畅通经络治疗符合各自穴性的肾系病症。

通过分析《灵枢·邪客》中“肾邪客”相关内容并梳理其在古今临床治疗肾系病症中的应用,笔者对“肾有邪,其气留于两膈”有了更深的理解。其一,肾为邪客导致的膈及膝关节疼痛拘挛在临床可作为诊断肾系病症的部分依据,相应而言,对膈部穴位(以委中、阴谷、委阳为主要选穴)实施针刺、艾灸等刺激可治疗肾系病症。其二,“肾邪客”不仅能引发《灵枢·邪客》中重点讨论的膈部拘挛疼痛,还能引发深层次的肾系病症,因此委中、阴谷、委阳三穴的治疗范围不限于局部,临床应配合使用,增强疗效。其三,临床根据“肾邪客”从膈部穴位入手治疗肾病时应辨证准确,同时配合背腧穴、原穴、络穴等,不可拘泥于单一理论,墨守成规,影响疗效。

#### [参考文献]

[1] 张丽霞,楚佳梅,包烨华.“八虚”的内涵、特点及临床运

用[J]. 中医文献杂志,2019,37(6):4-6,10.

- [2] 黄新辉,赖火特. 穴位贴联合拨针治疗腰椎间盘突出患者的疗效评估[J]. 西藏医药,2022,43(2):125-127.
- [3] 刘元,阎虹,伊璠. 观察委中刺络放血结合针刺治疗瘀血腰痛的疗效[J]. 中国实用医药,2021,16(7):188-190.
- [4] 刘海潮,金京,王浩,等. 基于数据挖掘技术分析针刺治疗腰椎间盘突出症选穴规律[J]. 福建中医药,2022,53(8):42-47.
- [5] 蒋晶晶. 委中穴刺络放血治疗腰椎间盘突出症临床观察[J]. 上海针灸杂志,2013,32(12):1037-1038.
- [6] 王勇,陈茜. 委中穴放血治疗瘀血型非特异性下腰痛临床观察[J]. 湖北中医药大学学报,2020,22(5):90-92.
- [7] 覃书颖,雷龙鸣,陈广辉,等. 中医外治法治疗腰椎间盘突出症的实验研究进展[J]. 广西医学,2022,44(5):543-547.
- [8] 上海慢性肾脏病早发现及规范化诊治与示范项目专家组. 慢性肾脏病筛查 诊断及防治指南[J]. 中国实用内科杂志,2017,37(1):28-34.
- [9] 王丹丹,于亭. 中医对慢性肾脏病辨证论治的研究[J]. 中国医药指南,2017,15(22):50-51.
- [10] 白东海,王艳云,张南南,等. 中药穴位贴敷治疗慢性肾脏病所致水肿疗效观察[J]. 北京中医药,2017,36(5):469-471.
- [11] 耿明胜,成晓萍,田耘,等. 中医外治法治疗慢性肾脏病研究进展[J]. 宁夏医科大学学报,2023,45(3):315-318,324.
- [12] 任银美,徐照,张伦青,等. 家兔“太溪”“水泉”“复溜”“交信”“筑宾”“阴谷”定位、取穴及比较解剖学研究[J]. 针刺研究,2020,45(11):929-935.
- [13] 潘海燕,王永德,单秋华. 电针太溪、阴谷对慢性肾脏病患者肾动脉血流的即刻效应[J]. 山东中医杂志,2008,27(5):320-322.
- [14] 王小琴,邵朝弟,巴元明. 慢性肾小球肾炎诊疗指南[J]. 中国中医药现代远程教育,2011,9(9):129-132.
- [15] 陈文俊,王静,何春云,等. 中西医结合治疗慢性糖尿病肾病水肿30例临床观察[J]. 中国民族民间医药,2022,31(20):113-115.
- [16] 邱树华,戴世吉,吴海霞. 大鼠坐骨神经、胫神经和腓总神经对脊髓胶状质投射的节段和区域定位:AcP法研究[J]. 解剖学报,1984,15(3):269-272,340.
- [17] 张浩. 针灸单穴治疗遗尿症综述[J]. 江苏中医,1998,30(7):43-45.