

李定忠教授基于“经络环”理论运用经络疗法美容的治疗探析

刘宇超 陈惠阳 张晓林 苗 苗

北京市第六医院(北京中医药薪火传承“3+3”工程李定忠名老中医工作室)皮肤科 北京 100007

【摘要】 经络疗法美容治疗手段丰富、临床疗效肯定。与现代医学美容相比,经络美容具有安全性高、保持自然美与健康美以及治疗成本低等优势。李定忠教授结合多年的临床实践,灵活运用“经络环”理论进行医疗美容工作,其效果显著,现将其治疗经验总结如下,以供参考。

【关键词】 “经络环”理论;经络疗法;美容

【中图分类号】 R2

【文献标识码】 A

【文章编号】 1672-0415 (2023) 12-067-02

经络美容是从中国传统医学的整体观念出发,依据经络理论,通过对局部皮肤及体表穴位的刺激,达到护理皮肤、美化容颜、改善肤质、延缓衰老,治疗面部或全身皮肤病为目的的一种方法^[1]。《黄帝内经·素问·上古天真论》中有“女子五七阳明脉衰,面始焦,发始堕。六七三阳脉衰于上,面皆焦,发始白。七七任脉虚,太冲脉衰少,天癸竭,地道不通,故形坏而无子也”。由此容颜衰老跟经脉气血的盛衰有着很密切的关系。利用经络疗法美容抗衰老,古已有之。《千金要方》载有“肝俞主绕两目连额上色微青。行间主面苍黑,太冲主面尘黑。”《针灸大成》中有取下廉治毛发焦脱的记述。如今,经络美容逐渐成为趋势,近年来医学工作者在针灸治疗痤疮、黄褐斑等面部损容性皮肤病疾患中做了一定的临床研究,各类治疗手段如常规针刺、耳针、刺络拔罐、火针等各种疗法在不同方面有着对应的适应范围及疗效,经络美容的优点特色与发展前景逐步显现。

在李定忠教授在多年临床工作中,他观察到某些皮肤病皮疹具有沿十二经络走向分布大致相同的特征。以此为契机,潜心研究经络与皮肤的关系,后根据经络感传现象进行研究,陆续发现十二经的生理性经络环和病理性经络环,并最终创建“经络环”理论。基于其理论基础,创建出经络环皮部挑治法、经穴磁疗法、经络皮部按摩梳理法等新型经络疗法,应用这些疗法从事医疗美容工作取得了很好的效果。新型疗法针对皮肤的各种形态变化,如炎症改变、血管异常、角化异常等病理组织变化,均能产生一定的疗效^[2],现将其相关经验总结如下,以飨同道。

1 经络环皮部挑治美容法

本疗法挑治针选择一般为硬质合金钢针,特点是尖端呈圆锥形无刃,也可根据临床需要使用不同规格一次性注射器的针头代替。左手用酒精棉消毒穴位皮肤。右手拇指、食指持针,使针尖对准穴位,借助腕部转动的力量,尖部挑刺皮肤表面(即经络皮部),针头不刺进皮内,不划破皮肤,治疗部位不出血,过程中以听到皮肤挑拨震动的声音为宜。本疗法治疗急性病每日1次,慢性病每周2~3次。

运用本疗法在美容治疗中,通常选择肝经经络环,其中治疗范围涉及到女性,涉及厥阴经、少阳经的疾病更有代表性。主要治疗穴位包括:百会、风池、大椎、肺俞、心俞、肝俞、肾俞、手三里、内关、膻中、关元、阴陵泉、三阴交、阳陵泉、太冲等穴位。根据疾病辨证加减相关穴位。从病因辨治,与内分泌相关的重挑膻中、关元、三阴交;与肠胃相关的重挑中脘、足三里、阴陵泉;与睡眠相关的重挑肾俞、督脉和次髎。病变发生在头顶部,治疗重点在百会、前顶、上星、头临泣;发生在面部,重点在印堂、阳白、太阳、下关、承浆等穴位;发生在咽喉

部位的,重挑风池、大椎、廉泉、人迎;发生在耳部,重挑完骨、翳风及耳部穴位;病变在手背,重挑阳池、八邪等。经过本法的治疗,大多数损容性皮肤病疾患可以得到较大的改善^[2]。

2 经络皮部按摩梳理美容法

本疗法类似刮痧,但施用方法不同。皮部按摩梳理法的治疗部位是皮肤浅层,循对应的经络进行。疗法刺激量较轻,一般不需外用红花油或强刺激出“痧”,梳理过程以皮肤微微发热,皮肤颜色轻微变红为度。本疗法的美容刮法主要涉及两类:一是百会刮法,以百会为中心,手持刮板顺时针方向旋转,按摩头皮30至50次;二是循经刮法,刮板刺激手三阴经,起点扩展到腋下,从腋下刮到手指,从上至下。刮板刺激手三阳经,终点扩展到肩部,从手部刮到肩部三条阳经,从下至上,以皮肤发热为度。刮板刺激足三阴经,从足至股,从下至上;刮板刺激足三阳经,从上至下,止于足背前中外侧。以此梳理经络皮部。

从病因辨治施治:与内分泌相关,重刮任脉,从鸠尾至曲骨,同时重刮脾经,从血海至隐白;与脾胃相关,重刮鸠尾至神阙,阴陵泉至三阴交,足三里至冲阳;肝气不舒,重刮曲泽至大陵,中都至三阴交;肝肾阴虚者,重刮中都至三阴交,阴谷至太溪;与咽部炎症有关,重刮风府至大椎,风池至肩井,廉泉至天突;与睡眠不佳有关,重刮命门至长强,少海至神门,阴谷至太溪。

需要注意的是,本疗法针对皮肤已出现红肿、破溃和糜烂等表皮屏障受损的情况不要进行治疗,避免造成二次损害,同时疗法的施行应循序渐进,每日1-2次即可,可逐步增加治疗频次。

3 “经络环”理论对于皮肤病的调治

“经络环”理论的创建是基于李定忠教授运用低频电脉冲刺激各经井穴的过程中,发现十二经络都可与相关各经沟通,形成“生理性经络环”的现象,其与人体生物电调控网络体系高度一致。通过此类经络感传现象,机体能立即产生调整效应,并在后续的治疗中出现形态功能的改变,起到治疗疾病的作用^[3]。

针对具体某一皮肤病的调治如荨麻疹、药疹、泛发性神经性皮炎、湿疹、疖病、黑变病等,治疗穴位主要选择百会、风池、肺俞、肾俞、手三里、足三里、三阴交等穴。针对不同发病部位,如头面部或与内分泌相关疾病如黄褐斑、痤疮、日光性皮炎等,选用上述穴位为主,同时点刺面部相关穴及膻中、中脘、关元等任脉穴;肛门会阴部疾病如外阴瘙痒、外阴皮炎、湿疹、股癣、毛囊炎、尖锐湿疣等,治疗重点以督脉从命门至长强为主穴,配以肾俞、次髎及三阴交;下肢好发疾病或与咽部炎症有关者如过敏性紫癜、结节性红斑、瘀积性皮炎,重点选用风池、大椎、人迎、廉泉、手三里、

足三里、阴陵泉、中都及三阴交等穴位^[2]。

总体来说,基于“经络环”理论的疗法对于皮肤美容能有效解决的如下问题:一是涉及到皮肤颜色发黑、褐、白,憔悴如菜色的肤色问题;二是皮肤干燥、粗糙、裂纹、无光泽的质地问题;三是皮肤衰老呈现出的松软、瘦弱、无弹性、无活力、不红润的问题。疗法在临床实践中,在治疗多发性疖肿、慢性荨麻疹、黄褐斑、寻常痤疮等色素类和过敏类皮肤疾病中均能起到良好的效果。治疗案例显示大部分患者皮损均有明显消退,总有效率均可达到85%以上。

4 经络美容与延缓衰老

李定忠教授在经络感传的研究中,发现利用低频电脉冲刺激各经“井穴”,均可产生“经络环”效应,同时可以在脑部或穴位上检测到电磁波的有序震荡^[4]。意味着经络在脑部的抗衰老可以起到重要作用。

既往研究中,通过经络调整,机体可以清除自由基,因而起到美容养颜,延缓衰老的作用^[5]。其主要方法为经络皮部按摩梳理法。疗法刺激部位为督脉和肢体远端,其中督脉重点在百会,十二经肢体部位重点在肘膝关节以下。首先先刮百会,按顺时针方向旋转50圈;第二步,沿督脉、膀胱经和胆经头部三条经五条线,从前向后,从额至颈各刮10次;第三步是上肢里侧手三阴经,从肘窝向下刺激至手指,再回到肘部,前中后各刮10下。第四步则是下肢内侧足三阴经,从足向上刺激至膝至股,下肢足三阳经方向相反,从上之下,从足三里至足背两趾,从阴陵泉至足四趾,从委中穴经外踝达小趾外方。

5 验案举隅

郭某,女,19岁,面部散在淡红斑疹及毛囊性丘疹伴面色潮红3年余,患者青春期开始面部发病,当时以粉刺红斑为主,后经医院诊断为痤疮,面部皮疹反复间断3年,时轻时重,本次皮疹加重,已影响睡眠和日常生活,曾服用丹参酮胶囊、外用抗生素药膏效果不佳,于我院皮肤科就诊,查体:面部可见散在多数米粒大小的毛囊性丘疹,面部整体偏红,颊部及额部明显。李定忠教授选用经络环皮部挑治法治疗病人,穴位取命门、风池、大椎、百会、肺俞、膈俞、手三里、外关、阴陵泉、三阴交、足三里。治疗过程从上到下,对称进行,每个穴位挑治两下,治疗隔日一次,其中风池、大椎、肺俞、手三里、足三里重挑。同时嘱患者注意日常面部护理,少食甜食及辛辣刺激性食物,注意休息。治疗当日面部瘙痒明显减轻,治疗三次后,面部皮疹开始减轻,1-2周内面部毛囊性脓疱基本消失,面色潮红好转,经4个疗程治疗后皮损基本消退,自觉症状消失,后随访半年患者未复发。

6 小结

《素问·至真要大论》曰:“谨察阴阳所在而调之,以平为期”,这里“阴阳所在”指的正是经络系统。经络系统的阴阳平和,气血充盈是经络的自我调节功能的基础。通过刺激经络穴位再调节五脏六腑的功能以及气血阴阳,才能达到治病祛邪,美化容颜抗衰老的目的。

人体皮肤是经络十二皮部的特定区域,由于长期暴露于富氧的大气环境里,易于过早老化,造成“阳密不固”。皮肤老化带来的经络气化能量的外逸耗散,是导致经络耗散的外因。《素问·汤液醪醴论》中“嗜欲无穷,而忧患不止,精气弛坏,荣泣卫除,故神去之而病不愈也。”进一步指出机体过度的七情六欲,同样会影响机体的内在平衡,可作为是经络气化能量易于耗散的内因。因此,美容的前提,是要减少经络之气的耗散。针对于此,一方面要构建十二皮部的

营养代偿机制,可通过药物或各类治疗刺激经络或皮部,通过自我调节功能来达到“阳密乃固”的美容目的。一方面除了外在的“营养补充”,也要做到“恬淡虚无,真气从之,精神内守”,减少过度七情六欲对经络气化能量的耗散这一内因,才能做到事半功倍,收到容颜不衰的美容长效^[6]。若使经络美容达到最佳治疗效果,必须内外兼顾。

《灵枢·本藏》篇中有“经脉者,所以行气血而营阴阳,濡筋骨,利关节者也”。十二经络对气血运行起着水道与调节作用,从而使得气血周流而营养全身。脾胃为后天之本,气血生化之源,而脾胃所化生的气血须依靠经络运行气血的功能才能被输送到人体各部。另一方面,奇经八脉、十五络脉、十二经筋、十二皮部等则将气血运行到到肌肉、骨骼、皮肤层次。人体各脏腑组织器官在气血的充养后才能发挥其正常的生理功能,才能为人体美丽健康提供良好的物质基础^[7]。

“经络环”理论认为人体患病后,在督脉、膀胱经等处出现病理性经络环,通过经络调整可打破,重新建立生理性经络环,恢复机体内稳态,以此达到美容效果。李定忠教授创造性的提出“经络环”理论,同时依照理论基础应用经络环皮部挑治法、经络皮部按摩梳理法等经络疗法于医疗美容之中,取得了较好的疗效。其中独具理论基础的经络环皮部挑治法,通过在经络环上相关穴位的表皮上接力挑刺,产生快速高效的经络调节效果,疗法在临床应用中具有安全性高,副作用小,相关不良事件发生率低,患者接受度较高的特点,且操作简单,对于手法要求较低,是一种非常适合临床推广的绿色疗法。

随着社会的发展,人们对美的追求与日俱增。寻找一种安全有效的美容方法将是社会追求的目标。经络美容作为传统疗法与现代社会的产物,其治疗手段是安全且多样化的,所针对的疾病谱和美容效应也是广泛的,基于传统医学的“整体观念”和“辨证论治”的基本理论体系为其疗效的稳定性、持久性以及整体性提供了很好的保障。经络美容以其疗效明显,简单易行,安全可靠,无毒副作用的特点正在被越来越多的人接受。经络美容一方面满足了人们对外表美丽的追求,同时也能调节人的身体更加平衡^[1,8]。

参考文献

- [1] 穆东升. 针灸美容的临床研究[J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18(23):111-115.
- [2] 李定忠, 李秀章. 经络环皮部挑治法的创建及其医疗美容作用[J]. 中国针灸, 2001, 21(1):33-34.
- [3] 李定忠, 李秀章. 论回医与中西医交融对人体生命科学的新进展--经络治疗遗传病突破点的新发现[M]. 首届回医药学术交流大会(2013·北京)论文集. 北京. 2013:199-204.
- [4] 李定忠, 李家璋, 李秀章. 经穴内病外治机与电磁波在体内有序振荡及共振的相关性[M]. 第二届电磁辐射与健康国际研讨会论文集. 西安. 2000:121-122.
- [5] 李定忠, 傅松涛, 李秀章. 经络四大调整功能的证实与新疗法的创建--关于经络的理论与临床应用研究之二[J]. 中国针灸, 2004, 24(12):850-853.
- [6] 毛珺, 毛翔. 经络耗散与女性容颜衰变的关系[J]. 吉林中医药, 2013, 33(12):1193-1195.
- [7] 李定忠, 傅松涛, 李秀章. 经络与人体物质系统、能量信息系统的关系--关于经络理论与临床应用研究之四[J]. 中国针灸, 2005, 25(2):115-118.
- [8] 张丽娟, 陈利芳, 孙健岚. 论针灸美容的特点与优势[J]. 江西中医药大学学报, 2021, 33(5):121-124.