

石志乔老中医治疗慢性肾炎经验

赵艳, 石志乔*

泗阳县中医院, 江苏 宿迁 223700

摘要: 慢性肾炎作为肾脏疾病的一种, 其病程长、易复发, 十分严重影响患者的生活质量, 虽然如今现代医学在慢性肾炎的治疗上已经取得了一定进展, 但是中医的独特理论体系和治疗方法在缓解病情、减少复发方面则展现出了更明显优势。其中石志乔老中医, 作为泗阳县中医院的杰出代表, 凭借其深厚的中医功底和多年临床实践, 探索出一套行之有效的慢性肾炎治疗方案。因此本文将详细介绍石老在治疗慢性肾炎方面的经验, 希望能够为中医临床提供借鉴。

关键词: 老中医; 治疗; 慢性肾炎; 石志乔

Shi Zhiqiao Old Chinese Medicine Experience in Treating Chronic Nephritis

Zhao Yan, Shi Zhiqiao*

Siyang County Hospital of Traditional Chinese Medicine, Suqian, Jiangsu 223700

Abstract: Chronic nephritis, as a form of kidney disease, its long course of disease and is prone to recurrence. It very seriously affects the quality of life of the patients, although now modern medicine has made some progress in the treatment of chronic nephritis, however, the unique theoretical system and treatment methods of TCM have shown more obvious advantages in alleviating the disease and reducing the recurrence. Among them, Shi Zhiqiao, an old Chinese medicine doctor. As an outstanding representative of Siyang County Hospital of Traditional Chinese Medicine, with its profound TCM skills and many years of clinical practice, explore a set of effective treatment options for chronic nephritis. Therefore, this article will detail Shi Lao's experience in the treatment of chronic nephritis, hope to provide reference for TCM clinical practice.

Keywords: old Chinese medicine; treatment; chronic nephritis; Shi Zhiqiao

引言

慢性肾炎(慢性肾小球肾炎)是由多种因素引起的肾小球免疫性损伤, 病程进展缓慢, 且易反复发作, 其中西医治疗该疾病主要依赖于激素、免疫抑制剂等药物, 长期使用副作用较大; 而中医则主要以其辨证论治、药物调理等特点, 能在减少副作用的同时改善患者的症状, 提高生活质量。而石志乔主任中医师作为江苏省名老中医, 其对慢性肾炎的中医治疗已经积累了丰富的临床经验, 他擅长通过辨证论治, 根据患者的体质特点和病情发展, 灵活运用健脾益肾、清热利湿等方法, 帮助患者减轻尿蛋白和水肿症状, 促进肾功能的稳定与恢复。

一、中医视角下的慢性肾炎认知

在中医经典理论中, 慢性肾炎被深邃地归类于“风水”“水肿”等病理范畴之内, 这一归类不仅体现出中医对疾病本质的独特理解, 同时也映射出中医对机体内外环境和谐共生理念的重视, 其中石老, 凭借其在中医领域的深厚造诣, 进一步阐明了慢性肾炎的中医病机^[1]: 此病之根, 实乃脾肾功能之失和, 具体表现为脾之运化无权与肾之封藏失职相互交织。

肾, 作为先天之本, 不仅藏精, 更司开合, 调节体内水液代谢之平衡。当肾气虚弱, 开合失司, 则水液代谢障碍, 形成水湿内停之象; 而脾, 后天之本, 主运化水谷精微, 亦负责水湿的运输与排泄, 若脾气亏虚, 运化无权, 则水湿停聚, 泛滥肌肤, 这

也会进一步加重肾脏负担, 从而形成恶性循环。慢性肾炎之发病, 正是脾肾二脏功能受损, 导致气血生化乏源, 阴阳失衡的直接结果。水湿、瘀血、热毒等病理产物随之而生, 进一步阻滞气机, 损伤脏腑, 使病情缠绵难愈, 因此中医治疗慢性肾炎, 需从根本入手, 调和脾肾, 恢复其功能常态, 同时兼顾气血阴阳之平衡, 以达到扶正祛邪、标本兼治的目的^[2]。

例如在具体治疗过程中, 中医需要强调辨证施治, 并根据患者的具体症状、体质及病程长短等因素, 灵活运用清热利湿、活血化瘀、健脾益肾等法则, 选用相应的中药方剂进行个体化治疗; 与此同时还要注重饮食调养与生活方式调整, 以增强机体抵抗力, 促进疾病康复。石老的这一系列治疗理念与实践, 不仅体现了中医对慢性肾炎的深刻认识, 也可以为广大患者提供有效的治疗途径。

作者简介: 赵艳(1982.04-), 女, 汉族, 安徽合肥, 大学毕业, 主治中医师, 研究方向: 肾病临床。

通讯作者简介: 石志乔(1943.12-), 男, 汉族, 江苏泗阳籍, 大学毕业, 主任中医师, 研究方向: 脾胃病理论与临床。

二、治疗法则

（一）驱邪为主，兼顾扶正

在中医理论中，祛邪与扶正是一对重要的治疗原则，它们在多种疾病的治疗过程中都发挥着关键作用。对于慢性肾炎而言，这一原则在初期及急性发作期尤为重要，同时也适用于急性肾炎的治疗。驱邪为主，意味着在治疗初期或急性发作期，要着重于消除病因、缓解病情。在慢性肾炎的初期，由于病情较为急迫，需要迅速缓解水肿、高血压等症状，以防止病情进一步恶化。石老采用“开鬼门、洁净府”之法，通过发汗利尿来消除体内多余水分，减轻水肿，这是驱邪的具体体现。同时，对于伴有高血压的患者，适时加入具有降压作用的草药，也是驱邪的重要手段^[9]。然而，驱邪的同时，也不能忽视扶正的重要性。扶正即扶助正气，增强机体抗病能力。慢性肾炎患者往往体质虚弱，若一味攻伐驱邪，可能会损伤正气，反而不利于病情恢复。因此治疗过程中，需要灵活运用益气养阴、健脾补肾等扶正之法，以增强患者体质，提高抗病能力。石老在使用黄芪、党参等补气药物，以及熟地黄、山茱萸等补肾药物时，正是体现了扶正的原则。

（二）活血化瘀，通络利水

由于慢性肾炎病程较长，所以患者体内往往会存在着不同程度的血瘀表现，石老认为，“水能病血，血能病水”，二者相互影响，从而形成恶性循环，因此在治疗过程中，他会特别关注活血化瘀的重要性，并且会常用当归芍药散作为基础方，接着再加入益母草、丹参等活血化瘀药物，以改善肾脏微循环，促进血瘀消散^[4]。同时对于水肿严重者，他还会加用茯苓皮、大腹皮等利水药物，以增强通络利水的效果；除此以外在活血化瘀的同时，石老还会注重调理气血平衡。因为他认为，气血是人体生命活动的物质基础，气血调和则百病不生，所以其在治疗过程中，会根据患者的具体情况，灵活运用补气养血、行气活血等法则，以达到标本兼治的目的。

（三）健脾益肾，固本培元

在慢性肾炎的治疗过程中，健脾益肾、固本培元被视为一项核心策略，尤其对于长期蛋白尿的患者而言，这一治法显得尤为重要。石老深刻认识到脾肾两脏在慢性肾炎发病中的关键作用，指出脾为后天之本，负责运化水湿；肾为先天之本，主藏精纳气。当脾肾功能失调时，会导致水湿内停、气化不利，进而引发慢性肾炎。在治疗中后期，石老特别注重健脾益肾、固本培元。他常选用六君子汤、金匱肾气丸等经典方剂，并根据患者的具体症状、体质及舌脉象等因素进行个体化调整，以确保治疗效果的最大化。六君子汤能够健脾益气、燥湿化痰，适用于脾虚湿困的患者；而金匱肾气丸则能温补肾阳、化气行水，对于肾阳虚衰、水湿内停的患者尤为适宜。对于长期蛋白尿的患者，健脾益肾、固本培元法不仅可从源头上阻止津液流失，还有助于促进白蛋白的生成，从而改善低蛋白血症。这是因为蛋白尿被视为人体精气化生的产物，通过健脾益肾可以固本培元，从根本上解决蛋白尿的问题。在个人治疗蛋白尿的经验中，石老倾向于使用芡实、芦巴子、菟丝子、桑螵蛸、金樱子等药材。这些药物具有健脾益肾、固涩止遗的功效，能够有效地减少蛋白尿。特别是五倍子，虽然其涩性较强，但将其打粉装胶囊服

用，可以既发挥其药效，又避免直接服用带来的不适。

（四）个体化治疗，因病施治

石老在治疗慢性肾炎时，始终坚持个体化治疗原则，深知每位患者的病情与体质差异，因此他在治疗过程中始终密切关注患者的病情变化，并据此及时调整治疗方案。对于感冒或继发感染者，他会迅速采取清热解毒、宣肺止咳等对症治疗措施，以缓解患者的不适。而对于肾功能不全者，他则更加注重采用温和的补肾健脾之法，旨在避免加重肾脏的负担，促进肾功能的恢复。除了这些常见情况外，石老还特别关注慢性肾炎中常见的特殊症状，如血尿（包括显性和隐性）以及由此导致的贫血^[6]。对于血尿患者，他会根据病情选用清热凉血、活血止血或养血归脾等法进行治疗。常用的止血药包括三七粉、白及、仙鹤草、大黄炭、女贞子、旱莲草、炒栀子、白茅根、侧柏叶炭等，这些药物能够有效地控制血尿，减轻患者的症状。对于长期血尿导致的贫血，石老则会采用益气养血、滋阴养血等方法进行治疗。他常用的补血药包括熟地、龙眼肉、阿胶珠、当归、黄芪等，这些药物能够补充患者体内的气血，改善贫血状况，提升患者的整体健康水平。通过个体化治疗方案的实施，以及针对特殊症状的精准施治，石老成功帮助众多慢性肾炎患者实现了病情的缓解和康复，体现了中医治疗的独特优势和魅力。

三、具体用药方案

（一）急性期用药

在慢性肾炎的急性期，石老会遵循中医经典理论，去灵活运用清热解毒与利水消肿的治法，以迅速缓解病情，例如他常会选用金银花15克、连翘12克等清热解毒之品，目的是清除体内热毒，抑制炎症反应；与此同时他还会配合茯苓30克、泽泻20克等利水药物，以促进水肿消退，恢复体液平衡。对于伴有高血压的患者，他会适时加入钩藤10克、天麻9克等具有降压作用的草药，以控制血压，减轻心脏及肾脏负担。其中在具体用药过程中，石老还会注重药物的配伍与用量，比如他强调金银花与连翘的配伍能够增强清热解毒的功效；茯苓与泽泻的联合使用则能显著提高利水效果；除此以外他还会根据患者的具体症状，如发热、口渴等，适当调整药物剂量与种类，以达到最佳的治疗效果^[6]。

（二）慢性期用药

进入慢性期后，石老会将治疗重点转向活血化瘀与健脾益肾，并且他会用当归芍药散作为基础方，其中药物会包括当归9克、川芎12克、白芍18克、茯苓15克、白术9克、泽泻30克等，目的是活血化瘀、通络止痛；与此同时为增强健脾益肾的功效，他还会加用党参15克、黄芪30克等补气药物，以及熟地黄12克、山茱萸9克等补肾药物，固本培元，促进肾脏功能的恢复^[7]。

至于对那些水肿持续不退的患者，石老还会加用茯苓皮15克、大腹皮10克等利水药物，以增强利水消肿的效果，其间他会强调慢性期治疗需注重药物的长期调理作用，因此会建议患者持续服用一段时间，以巩固疗效；除此以外他还会根据患者的体质与病情，灵活调整药物剂量与种类，例如对于体质虚弱、气血不足的患者，他会适当增加党参、黄芪等补气药物的用量；对于血瘀症状明显的患者，则会加重当归、川芎等活血化瘀药物的剂量。

（三）恢复期用药

恢复期是巩固疗效的关键时期，在这个时期石老会用金匮肾气丸作为基础方进行加减化裁，以补肾益气、温阳利水，其中具体药物包括生地12克、熟地12克、山茱萸9克、山药18克、茯苓15克、泽泻9克、牡丹皮9克、肉桂3克（后下）、附子3克（先煎）等^[8]。这些药物共同作用，能够温补肾阳、滋阴补血、利水消肿，促进肾脏功能的全面恢复；与此同时在恢复期，石老还会特别关注健脾药物的运用，比如他常用砂仁6克、陈皮9克等药物，以增强脾胃功能，促进药物的吸收与代谢。他认为，脾胃乃后天之本，只有脾胃健运，才能确保药物的疗效得以充分发挥。

除此以外他还会根据患者的恢复情况，适时调整药物种类与剂量，例如对于恢复良好的患者，他会逐渐减少利水药物的用量，以避免过度利水导致体液失衡；对于仍有轻微水肿的患者，则会继续维持一定量的利水药物，以确保水肿完全消退；最后在恢复期的治疗过程中，石老还会千叮万嘱患者平常要多注意饮食调养与生活习惯调整，并建议患者保持饮食清淡、适量运动、避免过度劳累与情绪波动等，以巩固治疗效果，预防病情复发^[9]。

四、饮食调理与生活方式建议

（一）饮食调理策略

在慢性肾炎的治疗过程中，石老会特别关注饮食调理的重要性，例如他常建议患者应遵循“食宜素淡，忌碱盐”的原则，以确保饮食既有利于病情控制，又符合中医养生之道，并且他还会推荐患者多食用富含维生素和矿物质的蔬菜水果，如菠菜、芹菜、西红柿、苹果等，这些食物不仅有助于增强机体免疫力，还能促进体内毒素的排出。至于对于蛋白质的摄入，石老则指出，慢性肾炎患者应适量限制高蛋白食物，如鱼类、肉类、豆制品等，以减少肾脏负担。他推荐采用优质低蛋白饮食方案，如适量摄入牛奶、鸡蛋等动物性蛋白，同时增加麦淀粉类食物的摄入，以满足身体的基本营养需求^[10]。

除此以外他还会建议患者多食用具有健脾益肾作用的食物，如山药、枸杞、红枣等，因为这些食物不仅营养丰富，还能在一定程度上辅助药物治疗，促进肾脏功能的恢复。至于在具体实施过程中，石老则会叮嘱患者注意饮食的定量定时，并让根据患者自身病情和体质特点，去制定合理的饮食计划，并严格执行，同时提醒患者注意避免暴饮暴食、过食肥甘厚味等不良饮食习惯，以免加重病情。

（二）营养素均衡摄入

为了确保患者获得全面的营养支持，石老还会详细阐述各种营养素的均衡摄入策略，例如他会建议患者应适量增加膳食纤维的摄入，如多吃粗粮、蔬菜等，以促进肠道蠕动，预防便秘；与此同时还会强调维生素和矿物质的重要性，建议患者通过饮食或补充剂的形式进行适量补充，至于在蛋白质的摄入方面，他则会特别指出，虽然需要限制高蛋白饮食，但并非完全禁止，患者应根据自身肾功能情况，在医生指导下适量摄入优质蛋白，以满足身体的基本需求；除此以外他还会建议患者关注脂肪的摄入量和类型，尽量选择富含不饱和脂肪酸的食物，如橄榄油、鱼油等，以减少心血管并发症的风险。

（三）生活方式调整建议

除了饮食调理外，石老还会根据患者的生活方式去提出更具体且合理的调整建议，比如他会建议患者应保持规律的作息时间，避

免熬夜和过度劳累，以确保充足的睡眠和休息，并且强调适量运动的重要性，鼓励患者进行散步、太极拳等轻度运动，以促进血液循环和新陈代谢；至于在情绪管理方面，他则会建议患者保持乐观的心态，积极面对疾病治疗过程中的挑战和困难。他认为，良好的情绪状态有助于提升机体免疫力，促进病情的好转。

除此以外他还会特别提醒患者注意避免感染和外伤等不利因素的发生，并建议患者注意个人卫生，避免接触传染病患者和前往人群密集场所；同时在日常生活中注意安全防护，避免跌倒、碰撞等意外事故的发生。

（四）个性化饮食与生活习惯指导

石老会针对每位患者的具体情况提供个性化的饮食与生活习惯指导，比如他强调由于慢性肾炎患者的病情和体质各异，因此在制定饮食和生活习惯调整方案时，必须充分考虑患者的个体差异；至于在饮食指导方面，他则会跟患者商讨并给出根据自身肾功能情况、营养需求以及个人口味偏好等因素个性化的饮食计划。除此以外他还会特别指出，对于存在高血压、水肿等并发症的患者，还需根据具体情况进行针对性的饮食调整；最后在生活习惯指导方面，他则会建议患者根据自身情况合理安排作息时间、运动量和情绪状态等方面的调整，毕竟良好的生活习惯是保持身体健康的重要因素之一，而对于慢性肾炎患者而言更是如此，总之他会鼓励患者积极采纳医生的建议和指导方案，并在日常生活中认真执行这些方案以促进病情的康复和好转。

五、结语

综上所述，石老凭借其深厚的中医理论基础与丰富的临床经验在慢性肾炎的治疗上取得了非常显著的成效，其中他的治疗方案会特别注重个体化治疗原则和因病施治理念的应用；同时强调饮食调理和生活方式调整的重要性，从而为慢性肾炎患者提供全面而有效的治疗策略。总而言之本文总结了石老在治疗慢性肾炎方面的独特见解和临床经验，希望能够为中医同仁提供参考，并为慢性肾炎患者带来福音。

参考文献

- [1]包自阳, 殷佳珍, 朱虹, 等. 基于名中医经验的中医辨证组方治疗老年慢性肾炎(CKD1~3a期)患者随机对照研究[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2024, 25(02): 121-124+132.
- [2]谭丹妮, 喻嵘, 谭艳, 等. 全国名中医治疗慢性肾炎“症-证-药”规律分析[J]. 辽宁中医药大学学报, 2023, 25(02): 88-94.
- [3]方圆之. 基于中医传承辅助系统分析于俊生教授治疗慢性肾小球肾炎经验[D]. 山东中医药大学, 2021.
- [4]刘登兴. 基于“肺肾相关”理论的慢性肾炎中医治疗[J]. 北京中医药, 2020, 39(08): 854-856.
- [5]靳会卿, 徐重华. 徐重华老中医治疗肾炎经验总结[J]. 中医临床研究, 2018, 10(29): 50-52.
- [6]钱莹. 南北名中医治疗慢性肾炎经验对比分析[J]. 新中医, 2011, 43(03): 163-164.
- [7]李振辉. 治慢性肾炎需分清“正虚”与“标实”[N]. 广东科技报, 2022-05-20(009).
- [8]张龙. 中医辨证治疗慢性肾小球肾炎的临床疗效观察[J]. 医学食疗与健康, 2022, 20(11): 18-20+75.
- [9]陈建萍. 自拟益气养阴清利方治疗慢性肾炎蛋白尿的疗效观察[J]. 上海医药, 2021, 42(20): 27-29.
- [10]任静, 邓德强. 慢性肾小球肾炎中西医结合研究进展[J]. 新疆中医药, 2021, 39(04): 113-116.