

庞氏医话

基于壮医“毒虚”理论辨治慢性疲劳综合征经验

慢性疲劳综合征是一种全身性疲劳不耐受的慢性虚弱性疾病,各个年龄段皆可出现,主要表现为持续或反复发作的精神或身体的严重疲劳,伴随连续6个月或以上反复发生的头疼、头晕、畏寒、肌肉酸痛、轻度高热、淋巴结增大、嗓子疼痛、注意力下降、失眠、记忆力变差、精神不集中等症状,其严重者甚至发展为抑郁、焦虑、睡眠障碍等。

在祖国传统医学当中,虽无与慢性疲劳综合征相应的病名,但根据症状可归属为“虚劳”范畴,其病机可概括为五脏气血阴阳失调。《素问·生气通天论》指出:“阳气者,精则养神,柔则养筋”,“阳气者,烦劳则张”。慢性疲劳综合征患者多见神疲乏力、畏寒肢冷等症,实为阳气不足,不能温养神筋所致。《素问·逆调论》云:“阳气少,阴气多,故身寒如从水中出”,恰如慢性疲劳综合征患者常见的畏寒症状。《素问·六节藏象论》指出:“肝者,罢极之本”,说明肝与疲劳耐受密切相关。《灵枢·本神》曰:“肝藏血,血舍魂”,肝郁则魂不安,表现为慢性疲劳综合征常见的睡眠障碍、情绪波动等症状。

壮医理论体系认为,慢性疲劳综合征属于壮医“嘘内”范畴,壮医认为“毒虚致百病”,该病缘由情志不调、身体劳损等造成阴阳气血失衡,毒邪蕴留体内、三道(谷道、水道、气道)两路(龙路、火路)失调而发病,“毒”与“虚”是导致疾病的两大基本因素。“毒”指一切致病因素,包括外毒(风毒、热毒、湿毒、寒毒等)和内毒(瘀毒、痰毒、情志毒等);“虚”则指人体正气不足,包括气血虚、阴阳虚等。庞师指出,慢性疲劳综合征的核心病机在于“毒邪久羁,耗伤气血”,导致“三道”功能失司,“两路”运行不畅,气血阴阳失衡。盖因人体健康仰赖“三道两路”之通畅及“天地人三气”之协调同步。一旦毒邪外侵或内生,阻滞三道两路,气血运行受阻,则乏力、疲倦诸症由生。庞师强调,现代人生活节奏快、精神压力大,易致“情志毒”内生,加之饮食不节、起居无常、贪凉饮冷,常形成“毒虚夹杂”之复杂病机。笔者有幸随师临证,现将庞师运用壮医“毒虚”理论辨治慢性疲劳综合征的典型验案加以总结,以飨同道。

验案分析

验案一:脾胃气虚兼风毒内扰证

蒋XX,女,电话:176-XXXX-XXXX,2025年7月16日于广西中医药大学附属瑞康医院初诊。

主诉:全身乏力2年余。

现病史:患者自诉2年前无明显诱因下出现全身乏力,易感疲惫,伴有头晕、耳鸣、胸闷气短,纳欠佳,偶有入睡困难,多梦,二便尚调。月经不规律,色暗红,舌淡,苔白,脉弦。

诊断:虚劳

处方:升阳益胃汤加味

黄 芪 20g	党 参 15g	茯 苓 15g	白 术 15g
法半夏 15g	陈 皮 12g	柴 胡 15g	防 风 10g
羌 活 12g	独 活 12g	白 芍 12g	泽 泻 12g
仙鹤草 30g	五指毛桃 30g	茯 神 15g	合欢花 12g
夜交藤 30g	珍珠母 30g	炙甘草 10g	

柴付,日一付,水煎服,2次/日

随访:患者诉服药后乏力症状好转。

【按语】本案庞师巧用李东垣《脾胃论》名方“升阳益胃汤”化裁,融合壮医“毒虚”

理论进行治疗。患者蒋某，乏力二载，伴头晕耳鸣、纳差眠差，舌淡苔白，此乃典型脾胃气虚，清阳不升，气血生化乏源之象。然其脉弦、头晕耳鸣，非纯虚之证，实为气虚卫外不固，风毒邪气乘虚内扰，上攻清窍，旁郁经络所致。其病机关键在于脾胃虚弱为本，风毒内扰为标，属本虚标实之候。庞师选方升阳益胃汤，正中肯綮。该方本为脾胃虚弱、阳气不升、兼夹湿邪而设，其组方精妙在于益胃与升阳并举。方中以黄芪、党参、白术、炙甘草为君，大补脾胃之气，治其本虚。以柴胡、防风、羌活、独活为臣，此四味乃风药，功擅升举清阳、发散郁火、祛风胜湿。在此案中，庞师更取其祛风解毒之能，用以疏泄内扰之风毒，通畅龙路，使邪有出路，则头晕耳鸣自除。此乃“寓攻于补”之妙法。佐以半夏、陈皮、茯苓、泽泻，健脾化痰，渗湿泻浊，使中焦运化之枢机得复，则纳呆可解。加入白芍，养血敛阴，补益肝血，制约诸风药之燥性。重用五指毛桃，益气健脾又兼能祛湿、通络、解毒，尤善调理谷道，其性温和，补而不燥。加仙鹤草，补虚止血，兼能解毒，助君臣之药共除毒邪。配茯神、合欢花、夜交藤、珍珠母针对风毒内扰、气血亏虚所致之火路不宁、入睡困难、多梦，养心、解郁、重镇、安神，共收安魂定志之效。

验案二：气阴两虚兼情志毒证

银XX，男，34岁，联系电话：185-xxxx-xxxx，2025年7月16日于广西中医药大学附属瑞康医院初诊。

主诉：乏力3年余。

现病史：患者诉3年前劳累后出现全身乏力，伴有汗出，情绪烦躁不安，白日嗜睡，口干口渴，胸闷气短，二便调，纳一般，寐欠佳，入睡困难，梦多，舌红，苔少，脉细。

诊断：虚劳

处方：参苓白术散加味

黄 芪 20g	党 参 20g	茯 苓 15g	白 术 15g
扁 豆 15g	陈 皮 12g	薏苡仁 15g	砂 仁 8g
桔 梗 12g	柏子仁 15g	小 麦 30g	大 枣 15g
浮小麦 30g	牡 蛎 30g	麻黄根 12g	白芥子 12g
朱茯神 15g	合欢花 12g	夜交藤 30g	珍珠母 30g
炙甘草 15g			

柴付，日一付，水前服，2次/日

随访：患者诉服药乏力、烦躁、汗出、口干等症状均有所好转。

【按语】本案乃庞师以古方参苓白术散为基，化裁治疗慢性疲劳综合征之典范。患者银某，壮年男性，然乏力三载，此乃虚劳之典型。细察其症，乏力、汗出、气短，此气虚之象无疑；然又见口干口渴、舌红苔少、脉细，此阴液亏耗之明证；更兼情绪烦躁、寐差多梦，此系情志不遂，郁而化火，灼伤气阴，形成壮医所谓“情志毒”。此毒邪内扰，壅滞龙路火路，致使气血不通、神志不宁，故见烦躁与失眠并存、汗出与口干同现之复杂症候。其病机核心为气阴两虚为本，情志毒郁为标。庞师未拘泥于补中益气之纯升提，亦避滋阴药之滋腻碍脾，转而投以参苓白术散加味，实为切中病机之妙笔。方中以参、芪、术、苓为君，健脾燥湿，固守中焦，资生气血生化之源。佐以扁豆、薏苡仁、砂仁、陈皮、炙甘草，增强健脾渗湿、行气和胃之力，使补而不滞，湿去则津液自生。妙用桔梗，一则载药上行，益肺气以布散津液，解口渴；二则开宣肺气，通调水道，助湿邪下泄，此乃“提壶揭盖”之法。庞师融壮医“毒虚”理论于方中，针对“情志毒”与“虚汗”之标症，巧施加减，重用浮小麦、麻黄根，配以牡蛎，固阴敛汗，防其耗散，旨在守住已亏之阴液，防其进一步亡失。加入柏子仁、小麦、大枣，取甘麦大枣汤之意，柔肝缓急，养心安神，直达情志郁毒之核心；合欢花、夜交藤悦畅情志、养血安神，共解郁结。白芥子辛温，善搜剔皮里膜外之痰结，疏通“情志毒”所滞之龙路、火路；朱茯神、珍珠母质重沉降，入心、肝经，安神定志，平潜上扰之

虚火。全方以参苓白术散为基健运中焦，益气养阴以治其本；融壮医特色药物，解郁毒、敛虚汗、通龙路、安火路以治其标。

验案三：气虚血瘀兼瘀毒证

李 XX，女，23 岁，联系电话:181—xxxx-xxxx，2025 年 7 月 7 日于广西中医药大学第一附属医院仁爱分院初诊。

主诉:乏力 3 年余。

现病史:患者自述 3 年出现体乏易疲惫，皮肤轻碰擦伤后易留瘀青，且久不退，血常规、AFP，肝肾功能未见明显异常，二便调，纳食尚可，夜寐欠安，精神欠佳，月经量正常，时有痛经，舌暗淡，苔薄白，脉弦。

诊断:虚劳

处方:补中益气汤加味

黄 芪 30g	党 参 15g	白 术 15g	陈 皮 12g
升 麻 10g	柴 胡 10g	当 归 12g	仙鹤草 30g
五指毛桃 30g	鸡血藤 30g	续 断 15g	丹 参 15g
鸡内金 10g	朱茯神 15g	夜交藤 30g	珍珠母 30g
大 枣 15g	炙甘草 10g		

柒付，日一付，水煎服，2 次/日

随访:患者诉乏力较前改善，痛经亦有所减缓。

【按语】本案乃庞师运用李东垣补中益气汤为核心，巧妙融合壮医“毒虚”理论与“三道两路”学说进行施治。患者李某，年轻女性，然乏力三载，此乃劳倦内伤，耗伤元气，致中气不足之明证。气虚则运血无力，血行迟滞，瘀阻龙路；瘀血日久，蕴结不散，化生“瘀毒”，进一步耗伤正气，形成“因虚致瘀、瘀毒互结”之恶性循环。其皮肤易现瘀青、久不退散，及痛经、舌暗淡，皆为龙路瘀阻，瘀毒内停之外在征象；夜寐欠安、精神不佳，则为气虚血瘀、心神失养，火路失调之表现。病机关键在于中气亏虚为本，血瘀瘀毒为标。庞师以补中益气汤为主方，立意深远。该方为益气升阳、培补中焦之祖方，正合“虚者补之、陷者举之”之旨。方中重用黄芪为君，配伍党参、白术、炙甘草，从根源上资生气血，旺盛血行，寓“气旺则血行”之意。臣以升麻、柴胡，升发清阳。清阳升则浊阴自降，气机调畅则有助于瘀血的消散，此为“欲降先升”之妙用。佐以陈皮理气和中，使全方补而不滞；当归养血活血，补中有行。在益气升提、养血活血之基础上，融入壮医特色：重用鸡血藤、丹参，补血行血、舒筋活络；丹参功同四物，活血祛瘀、凉血解毒。两药相须为用，强力疏通瘀滞之龙路，化解内蕴之瘀毒。加入续断补肝肾、强筋骨，壮医尤重其“续断接骨，通龙路”之效。佐用鸡内金，健运谷道，助脾胃运化，夯实治病求本之基。配朱茯神、夜交藤、珍珠母、大枣安神定志，改善因气血失调、瘀毒内扰所致之眠差神疲。诸药合用，共奏补气升阳、活血化瘀、解毒通络、安神定志之功。

结语

庞师基于壮医“毒虚”理论，总结出慢性疲劳综合征的三大辨治要点：1. 明辨毒邪性质：精准辨识致病之“毒”，如风毒、情志毒、瘀毒等，是遣方用药的关键；2. 判断虚损部位：详察气血阴阳何者亏虚，谷道、水道、气道何者失调，龙路、火路何者阻滞；3. 祛毒补虚并举：治疗须标本兼顾，补虚以扶正固本，祛毒以疏通道路，二者不可偏废。在用药方面，庞师善用壮药与中药相结合：补气善用五指毛桃、黄芪、党参，其中五指毛桃更具祛风除湿、调理谷道之壮医特色；祛风毒喜用羌活、独活、防风，以疏通风毒，畅通龙路；解情志毒常用合欢花、小麦、柏子仁，养心安神，疏解郁毒；化瘀毒多选鸡血藤、丹参，活血通络，消散瘀毒；调睡眠善用夜交藤、珍珠母、朱茯神，重镇安神，畅通两路。

庞师对慢性疲劳综合征的认识根植于壮医理论，独具特色，与现代医学主要关注生理病

理变化不同，壮医更强调“毒虚致病”及“三道两路失调”的病机观。三个验案虽同属虚劳，但因毒邪性质不同，治疗侧重点各异，体现了同病异治的辨证思想。庞师特别指出，慢性疲劳综合征的治疗需“三分用药，七分调养”，强调起居有常、饮食有节、情志调畅的重要性，这与壮医“天地人三气同步”的整体观一脉相承。庞师立足壮医“毒虚致百病”的理论根基，通过创造性融合壮药特色与中医辨证体系，构建起慢性疲劳综合征“毒-虚”辨治框架。其临床实践不仅深化了中壮医药对本病“毒邪久羁耗正、三道两路失司”的核心病机认知，更以“祛毒补虚调路”的复合治法，为破解慢性疲劳的临床困境开辟了理法方药新路径。

2025年8月31日

（周巧凤撰文 庞宇舟审改）