

自然环境对人体体质的研究进展

★ 薛丽飞 (广西中医学院 南宁 530001)

关键词:自然环境;体质;研究进展

中图分类号:R 223 文献标识码:A

环境包括地理环境、气候环境、社会环境和个人居住的小环境。在环境中,有许多因素时时刻刻地作用于人的机体。人体借助其内在的调节和控制机制,与各种环境因素保持着相对平衡,表现出机体对环境的适应能力,但是这种适应能力是有限的,当有害环境长期作用于人体,或超过一定限度,就会引起疾病。自然地理环境不同,气象活动、生活环境、人之体质受其影响也就不同,疾病也就不同。许多学者对此做了详细研究,现将其综述如下:

1 环境与体质

人群体质的构成与不同地理区域和不同季节、气候有明显关系。人处于不同条件下,机体必然要有不同反应,以适应各种不同变化,并形成带有地域特点的体质类型。《灵枢·阴阳二十五人》根据人体各方面的特征进行系统分类,指出木形人、火形人、土形人、金形人、水形人分别代表不同的地域特征,认为长期生活在不同的地区,其禀赋可显示出地域差异性。一般说来,北方比南方的阳虚质和见寒象者明显为多;南方则多阴虚体质;越趋濒海或东向,痰湿质者越多;冬秋季多阳虚和见寒象者;夏季则多见阴阳两虚者。

1.1 地理环境对人体质的影响 戴翥^[1]指出:不同地域的人,受水土质量的长期影响,各个地域生活的人群体质是不同的。人体之气随生活环境的改变而改变,即人体体质也略有差异。苏中昊等^[2]对浙江省建德市大洋镇居民调查发现,由于大洋镇三面环山,北接江水,又兰江、千岛湖等低温水域的恒温作用,当地的常年温度平均 16.7℃,最高 42.9℃,最低 -8.5℃,而由于新安江水库大坝底部的深层湖水激流作用,水温恒定在 14~17℃,水体与空气的温差致江面上昼夜雾气弥漫,加上充沛的降雨量,年降雨量平均达 1 603.8 mm,其湿度明显高于周边地区,这种寒湿的雾气形成了当地居民脾胃虚寒型慢性胃炎体质。

1.2 气候对人体质的影响 人生活在大气中,无时无刻不受天气变化的影响,气象要素对人体生理和疾病的影响是不容忽视的。

彭胜权等人^[3]做的人群体质调查表明:岭南地区由于湿、暑、热、风的气候特点,导致人群以气阴两虚质和湿热质居多。可见,岭南特定的自然气候,决定了岭南之域致病邪气的特点,形成了岭南人群的特定体质。黄志杰^[4]指出:南方气温高,温热季节长,人们消耗能量多,且肉食及乳酪相对比北方少,故瘦薄浮弱,腠理疏松,卫气易浮,多内热或阴虚有火的体质。北方气温低,寒冷季节长,日照时间短,人们消耗能量少,肉食及乳酪较南方多。因此,北方人形体敦厚,腠理致密而少开泄,血脉运行迟滞凝涩,卫气闭藏,形体肥胖多湿,多阳气不足之体质。史志云^[5]指出:① 岭南全年平均气温、绝对湿度及平均降雨量均高,且气候意义上的四季划分不明显,同时,岭南人多贪凉饮冷,又好食甘脂厚腻之品,长期湿热的气候环境易影响人的脾胃运化功能,酿成湿困脾胃的体质,亦称脾湿型质。② 岭南常年炎热的气候环境,使岭南人多阳热体质。③ 岭南夏长冬暖,气候炎热,酿成阳热体质,极易损伤人体津气。又因人体肌腠疏松,汗液外泄偏多,一则阴津亏耗,另一则气随汗泄,腠疏气泄,酿成气阴两虚体质。

2 环境与疾病

不同的地域气候、饮食习惯、体质特点,决定机体对某种致病因子的易感性及其所产生的疾病类型的倾向性不同,所致的常见病、多发病亦不同。例如青藏高原是高原病高发区域,因为那里海拔高、紫外线强。气管炎、关节炎等多发于寒冷的北方,心脑血管病总体上呈现北方高于南方的趋势。我国食管癌以太行山为高发区,南段为最显著,自北向东、向西发病率显著下降,肝癌则以江苏、浙江、两广、福建、上海等东南沿海地区多见。例如地方性甲状腺肿和地方性克山病多见于山区;副霍乱、嗜盐菌食物中毒多见于沿海;流行性出血热、钩体病多见于低洼的沼泽地区;血吸虫病、某些经水传播的肠道传染病与河流相关;高原性心脏病等与海拔相关,等等。

江扬清^[6]对南北不同地域的疾病特点等进行了详细论述,指出:十二指肠球部溃疡的北方患者,由于北方气候寒冷,血脉凝涩,造成明显的胃脘部冷

痛;而南方患者则因气候温热,血管舒缓无痉挛,有痛而无冷感。久泄的北方患者由于湿冷,肠胃间沉寒痼冷内积,故脘腹有冷感。南方则不尽然。而痹证,南方热痹、湿痹多见,这是因江南多雨多湿的缘故;而北方以痛痹、风痹为主。黄志杰^[7]指出:我国东南沿海及长江流域,多血吸虫病和钩端螺旋体病,东北、西北二方则很少或没有;痿病则以水土作物缺碘之地易发。郭娇^[8]认为岭南地区气温偏高,雨湿偏盛,加上岭南人群偏湿体质,内外相引,易病湿热。苏中昊等^[2]对54例浙江省建德市大洋镇的胃虚寒型慢性胃炎患者进行分析,发现与该地寒湿的环境有关。胃的生理功能受气温的影响,气温低,影响胃部的收缩功能,甚至痉挛;温度高,体表蒸发水分增多,需要大量饮水来补充体液,使胃液处于稀释状态,并抑制胃腺分泌。邢斌等^[9]认为疰夏是一种具有明显地域性特点的疾患,多见于潮湿多雨的江南水乡,因江南卑湿之地,长夏之季,暴热之后连续淫雨,湿浊气易于直趋中州。而居住于高寒地区的人则易形成瘀血:①高寒地区空气稀薄,氧气不足,且地势越高,大气压就越低,大气中氧分压也同时下降。食人之清气不足,使人宗气不足。当宗气不足时,就可导致血液运行不畅,血脉凝滞。②高寒地区气候一年四季不分明,冬季长,终年偏寒冷。居住在此地的人易感受寒邪,寒邪收引凝滞,可使血脉收引,阻滞不通,运行不畅。③高寒地区风速大,气候干燥。一年四季皆燥,燥邪易耗伤人之津液。而津液是血液的重要组成部分。津液耗伤,亦可使血行不畅,形成瘀血^[10]。新疆位于中亚腹地,南、西、北三面环山,天山山脉自西向东横穿中部,形成三山夹两盆地的特有地理环境。特殊的地理环境导致碘缺乏病以不同程度流行,既有塔里木西部严重碘缺乏病流行区,又有准噶尔盆地西南部高碘带^[11]。上海地区属东南亚热带海洋性气候,空气湿度偏高,地表含水多,所以不但受海洋性暖湿气流的影响,且更受地表水蒸发的湿气影响,两湿相合,故上海地区六淫致病以“湿邪”较多见,常见湿热、暑湿、寒湿、风湿等证型^[12]。

3 环境与疾病的治疗

《素问·异法方宜论》指出:东西南北中五方由于地域环境气候不同,居民生活习惯不同,所形成不同的体质,易患不同的病症,因此治法随之而异。

江扬清^[6]指出:自汗症,南方多养阴敛津以清热,北方则黄芪建中汤、桂枝汤、当归六黄汤的使用相对要多一些;久泻证,北方患者对大辛大热之剂反应好,而且姜、附用量宜大,南方患者则应在用附、桂

温运阳气的同时,参用健脾利湿、芳香化湿、疏肝消化之法;胃胀痞满证,北方患者治疗常用厚朴温中汤、香砂二陈汤,南方气候偏热,体质多阴虚、湿热,治宜辛苦泄痞、寒热并用,或宣气化湿、芳香淡渗、悦脾养胃。郭娇^[8]对岭南地区作了调查,认为岭南外感热病的治疗必须重视清解透热、宣畅气机和化解湿邪。这是因为岭南地处纬度较低,日照多,太阳辐射量大,气候炎热,气候意义上的四季划分不明显,夏长冬暖,而且湿润多雨。彭胜权^[3]认为岭南地区由于气候炎热,湿润多雨,每易产生暑湿病邪,故治疗以宣、透、清、养、救等为主,用药上多用花、叶类药物和岭南草药。

4 结论

地理环境对人类健康的影响是永恒的,很多疾病具有区域性。人们早就注意到地理环境与人类健康的密切关联。我国早在商朝就已认识到地理环境对人体生理、病理的影响,至春秋战国时便有了较为详细的记载。《黄帝内经》以阴阳五行学说为指导,详细论述了地理环境对人体各方面的影响。因此,通过调整某些环境因子状态来达到保持健康或预防疾病的目的已经越来越受到人们的重视。故我们一定要学会利用气候特点进行治疗,采取有效的措施,减少由气候和气象条件变化造成的疾病的发生和发展,并为其提供相应的预防方法。

参考文献

- [1]戴素.小儿体质形成因素及小儿养护特点探讨[J].云南中医学院学报,2002,25(2):30~33
- [2]苏中昊,章权.脾胃虚寒型慢性胃炎54例体质辨证分析[J].浙江中医杂志,2003,38(3):120
- [3]彭胜权,刘亚敏,徐秋英,等.岭南温病理论与临床应用的系列研究[J].中国中医基础医学杂志,2001,7(9):59~61
- [4]黄志杰.南北地域病症及治疗特点考辨[J].中医函授通讯,2000,19(2):13~14
- [5]史志云.刘仕昌教授对岭南温病的研究[J].新中医,1994,26(6):16~17
- [6]江扬清.南北地域差对辨证施治的影响[J].中医杂志,1991(2):4
- [7]黄志杰.试论南北地域病症特点与因地制宜治则[J].中国中医基础医学杂志,2001,7(3):8~10
- [8]郭娇.从气候、环境论岭南外感热病的证治特点[J].广州中医药大学学报,2001,18(3):252~255
- [9]邢斌,颜德馨.查气候,明十宜,别体质:颜德馨教授论疰夏证治[J].上海中医药杂志,2001(7):29
- [10]李杰.从“天人统一观”论高寒环境与人体早衰[J].四川中医,1995(10):12~13
- [11]王连方,王生玲,张玲.新疆地理环境与地方性甲状腺肿关系剖析[J].环境科学学报,2003,23(5):668~673
- [12]杨承智.试谈上海地区湿邪及其论治特点[J].上海中医药杂志,2000(10):44~45

(收稿日期:2005-11-16)