**20200705医师课-飞龙在天医师讲高血压**

整理：云南开心

核对：飞龙在天

主持人：欢迎小伙伴们在晚间的八点，得明有话说快手直播的平台。今天非常高兴邀请到了我们的医师团队，飞龙在天师兄跟我们讲解关于高血压这样的一个话题。我给大家简单的介绍一下,今天的医师飞龙在天师兄，他是硕士毕业，广泛的涉猎中医诸家之后，在2013年跟随大千老师学习气学中医，追阴阳之变，取类比象,不失条理。擅长小儿疾病，内科疑难杂病，能够准确的辨证论治，采用中药针灸，推拿，刮痧，导引杂合进行治疗。

**飞龙在天医师：**今天我们聊一下高血压，现在高血压特别多。高血压它主要的症状有哪些？经常脸红,耳鸣，头痛、头晕、失眠，这是头部的。胸部心悸,在腰部也有反应腰酸沉重，但是这些症状和血压不是成正比的，并不是说这些表现越强，血压就越高。那么高血压到了比较严重的情况下，就会产生心脏、脑袋、肾脏，还有与血管这些损害。好多高血压说要是不吃药的话，以后中风了怎么办？好多是那种到了后来，他就产生中风的这种情况，就是新老血管损害，肾脏损害，它都有那种器质性的病变。高血压它中晚期，特别明显的舒张压明显增高。现在从数据上来判断来说，收缩压是140，那么舒张压是90，大于或等于这个140就是90毫米汞柱。从普遍的现在的西医研究来看的话，高血压它是怎么产等等。一个人的长期受到比较强的刺激，长期处于紧张的状态，那么的他大脑皮层功能就发生紊乱，下丘脑植物神经出现兴奋，脑垂体它就分别一些东西，大脑就通知肾脏，它就分泌肾上腺皮质激素，这样让血管紧张，血压升高，这些都是比较慢性的那种。有急的突然的那种血压高。记得我以前听说有这么个事，林志玲04年他到哪个地方去演唱会，到了现场的时候，有一个年轻的男的听到这个林志颖他声音之后，突然流鼻血就晕倒了。这就是那种自然的血压升高，但是这种暂时的因为我们不讨论这种急性的。

比如像肾性的高血压，它有什么特点？它的那些存在一些增生，肾血管这些比较萎缩，血管这些也很狭窄，在这些情况下，他肾脏的那种动脉血它就灌注不住不够，那么大脑就给他信号需要更多的血，开始加压了。这个时候细小动脉开始痉挛，长期处于那种痉挛状态的话，所以就硬化。还有一种就比较严重了，他的肾脏受到了损害，不能够肾脏能够担负的一些功能，它不能够完全的完成。血管里边它就会有很多多余的血，还有就是钠分子这些，就留在血管的比较多。这种情况下就像我们平时说的充血水肿这些，这样的话血管壁它就增厚，血管的弹性就下降，血压运行的阻力就增强了，它要运送一些物资到规定的。比如说哪个地方告急。对不对？比如像前线告急，它就不停的会发信号给我们，然后把这个信号收到的话，心脏它就会加压，血管也处于比较紧张的状态。那么高血压的情况，我们怎么来检查？

比如临床上检测这个人的身体。有高血压的人，他经常是肚脐的两侧肉挺硬的，而且压上去它会感到疼。还有两胁，去摸的话也是比较硬，还有条索，腹部就会常常感到憋闷。我们从气血中医的角度来看高血压它主要是什么原因，它就是长期的紧张，细小的血管，它就是产生了一种痉挛，大大小小的血管它都是变硬，萎缩，通道狭窄，血管壁也可能增厚，它这种增厚就是增加了非正常的物质，这是一种形态上的改变。还有说血管里面内容物的改变，就是它有一些滞留，滞留了一些多余的水、盐，这些归集到一起，总的出来就是说道路不畅，路不畅的话，我们待会再一起来说。还有一个原因，就是关口它比较僵。比如说他的肩、胸部、心下剑突旁边，有高血压的人，按上去的比较胀，他不光是脐周，还有他的腰，很多时候也不好。从气血上来解释，它的普遍症状它舒张压，到了比较后期的，中晚期的时候，非常明显的就是舒张压，比收缩压大。为什么会这样？我们知道像一个心脏，它一收缩，就把血泵出去，它舒张的时候，舒张压和收缩压一般又有几十个点的差别，舒张就是心脏扩大，血往心脏回流，他比值较小，力量就要小了，几十个毫米汞柱的差别。这种差别靠什么来弥补？靠你的那种血管，它的那种弹性好，它的路通畅。

有的人不是说大腿又是第二心脏，哪个地方又是第二心脏。其实像人的那种皮肤，肌肉这种各种组织的它的那种弹性好，整个的就是良好的通道而已，就是第二心脏。所以它关键这些通道上，就产生变窄了，扭曲变形了，通路不畅，才会产生这种差别。比如就像我们给一个气球打气，那么我们压上去的压力是不是很大，就是说一个很大的压力才能把气打进气球。但是我们是要把这个气球再吸够气之后，才能打出去。那么吸气提气筒的时候，一定是比较轻松的，用比较小的劲就可以把气吸进来。如果是我们进气的阀门坏了的话，产生了堵塞，就要需要很大的力量。气筒吸气的时候，要很大的那种舒张压，我们打气不是打下去，它是个相当于一个收缩压下去，再提起来，气筒它不是扩张了，相当于一个舒张压，那就要全靠路上的通道，进气口它很通畅。

我们大千老师的喷泉理论来说，人就是一个喷泉，整个气血的运行就是说一个喷泉。那么三阴经足少阴肾，足太阴脾，足厥阴肝经腿的内侧，经过腹部，特别是足厥阴肝经直接到巅顶到头顶。但是下来的时候，主要就是靠三阳经，足太阳膀胱经它的运行从头到脚，从脑袋到背后一直往下，前面就是足阳明胃经，行两侧就是足少阳胆经。人的气血运行是这样一个喷泉，喷上去比较容易的，它喷上去是集中的，那个力量是集聚的。像我们平时在观察到喷泉一样，一个喷柱喷上去，它中间是一股比较集中的水柱喷上去，那么它下来的时候是分散的向四周散开的，散到前面就是阳明，后面太阳，两侧少阳，像一个喷泉，如果喷上去的时候，比如像头部，他的肩部，颈部比较卡的话，这样下来就比较困难，因为不管你困不困难，因为大脑它经常都在运作。我们知道大脑它的耗能量，比其他部分消耗很多,它也始终有这种需求，有这么大的消耗。那么始终我们喷上去那么多，它就下来比较困难。所以说就造成了这个人面红耳赤，睡不好，头晕这种现象。那么在喷的时候，如果是在心脏这个地方受到了压迫比较大，那么它就会产生这种胸闷心慌这些。还有我们肾脏也是很重要的，特别是它处理水这些。肾脏出了问题，要调动气血要靠肾上腺素生产、分泌皮质激素来产生我们的应急行动。如果腰这一块出问题了，那么肾脏本身需要的那些物质的气血比较难进去，就是说它的血流灌注给的营养不够，它也会发出信号，产生这种需求。心脏就要加很大的压给它灌注进去，那么它回流出来了路不畅，回流回来也是非常困难的，所以说这个地方也要加压。以前可以看出我们的喷泉，或者是打气的话，都可以看到这种回流，回流比较顺畅的，唯有顺畅的重要性。所以说产生高血压它就是那个人体的器官在重要的关口受到了压迫，或者是像那种肥胖的人，他就是整体上各个地方，不仅是关口，各个地方它都使得了压迫，那么很有可能就是一些堆积，增生，血管壁它就增厚了。高血压主要是在血管这些问题上，血管壁增厚就变成狭窄了，变形了，这样就产生了回流的困难。

主持人：觉得我们的形象的比喻，就是说我们的血从心脏发送到全身，可能是因为它的血管不是那么的通畅，有可能回流的过程当中有阻碍，所以就增加了血管的压力。是这个意思吗？

**飞龙在天医师：**对。它主要是出在问题在血管上就是丰富的弹性，不光是血管，包括它附近的一些肌肉组织这些，都会产生这些影响。顺不顺畅，因为它在附近都构成了一种力量，一种气场影响，这不光是血管，都会受到影响。

治疗高血压，西医它主要有两种手段，一种就是利尿，尿也是一种气，它参与了人体的循环，它把这个水泄出去了，整个气机往下沉了，因为它是片面的。像中医一般是利水，它不是利尿。因为他西医一般那种药比较极端，而且是单向，没有牵制的那种手法，所以说这种泄气就比较厉害。

第二种治法就是采取抑制，因为高血压舒张压非常大的话，结果细小的血管产生了痉挛，那就很紧张。那么他就是采用这种抑制治，抑制血管的紧张，实际上抑制也不仅是抑制了血管，就是说给这个人整个的生机都受到了那种打击抑制。所以不管是利尿，还是抑制剂，都是往人的气消沉下去，长期下去的话，这种人就会越来越堵。比如在大的关口，堆积的垃圾会越来越多。像有些高血压，半夜三更他都睡不好，感觉他的心脏负担比较重，半夜三更起来坐着睡。

那么我们看中医的治法，它就是正确的方向，因为高血压，比如他血管壁那些里面有沉淀，血也比较淤。首先我们就是也要用一些血分的药，能够入到血这么深的，因为血水一家，也要采用那些利水的药，让水道通畅的这些。当然就是采用这些药，就不是说一个单边的方向的往前冲，这样就会把人的那种生机给往下沉。那么还有一点他的那种毛细血管这些痉挛，我们就要可能采用一些能够缓和的药，而不是药抑制的。比如柔筋的木瓜，用这些让筋骨比较柔的，因为重要的关卡卡住，还需要一些扩张舒张的这些药。所以这些方面综合起来考虑，好像比较复杂的构成高血压的方子。像长期形成的高血压，有的比较浅的还好弄一点，如果是沉积到腰部，腰出现了大问题，我们腰在人的正中间，那么上面一半的人体重量是压在腰上，前面腹部现在好多腹大里边的结多。后边也扯着，很多这种人他的胯也不通，那么走路也困难，像这种的话，用中药或者是中医的其他手段，来治都是非常困难的。这种出现了腰像的问题，可能只有我们得明健身这一套，光靠治疗手段，那个是不行的。通常高血压它临时的缓解，如果没有到危重的地步的话，就可以采取一些按摩手段，主要按摩背部，背部它就是膀胱经管辖的地盘非常大，这一大部分的肌肉给它弄柔和了。还有下肢，因为泵放上去容易堆积，就容易会造成头昏脑胀的事。你把肩颈部这些弄通顺，再把下肢这些弄柔和，那么它往下走的给它场地，通道这些都顺了，就要容易得多。但是像高血压了，比较重要的就是紧张。就是我们老师说了，百分之八十的疾病紧张产生的。

主持人：对。

**飞龙在天医师：**所以我们平时很多事情要学会怎样去放松，那么这些紧张了，它就不会产生那种卡这些东西，这个是比较重要的。那么饮食上一些超出自己消耗的，那种经常吃的太饱，营养太高，超出了自己需要的，它就产生一些堆积，这种也不好，也要避免。基本上我就讲完了。