**20220730大千老师讲开元穴补阳气之打开肩颈调理脾胃**

整理：Sandy

冯宝：大家好！我是今天的主持人冯宝，我们今天依然邀请到的是大千老师和事无事医师。事无事医师是广东省三甲医院的主任医师，是内科专家，从业有20多年，对内科方面的常见病以及多发病有着非常丰富的经验。接下来我再介绍一下大千老师，我们得明的会员那肯定都是非常了解的，大千老师是河北人，老师从小就特别喜欢中国传统经典文化、中医、易经。然后2016年创立了得明健身，大批的学员坚持健身之后改善了亚健康和疾病状态。得明健身也非常契合生活，可以把健身融入到我们的生活中，所以我们这个健身随时随地可练，只要你有一丢丢的时间都可以练。昨天我们讲了很多关于脾胃方面的问题，今天继续这个话题。

**师：我给你讲一个案例吧，一个患者80岁了，也是有长期的肠胃的问题。他心口这个地方老是堵的，跟你们一样，你们很多人心口都是堵的。什么是心口？就这个地方。然后前段时间，他晚上就睡不好觉了，睡不着觉，然后胸口闷，狂出汗，手脚发麻。慢慢地一天一天越来越严重，持续了一个星期。事无事，你初步判断是什么问题怎么造成的？而且后脖颈都开始发凉了，脸整个都是凉的，这个地方发红。**

事无事：心口这儿堵住了。

**师：这个情况，到医院很有可能被诊断成什么病？事无事。**

事无事：原来没什么毛病，是吧？

**师：原来也有过类似这样的毛病。咱普通人心口堵，吃不下饭，晚上睡不着觉，狂出汗，手脚发麻，你们初步感觉这是哪出了问题？**

事无事：去医院看会给他做各种各样的检查，比如心电图、心脏彩超、腹部那些B超。就一样一样排除。

**师：其实很简单，这是很典型的一个心脏病的前兆。心口这地方堵住了，就这儿，督脉上不来气儿，浑身发麻，狂出汗，很典型的。那么类似这样的，如果处理不当，很容易导致更多的意外。**

**有一种心脏病叫做胃心病，由于胃部的原因导致心脏的问题。就是原发在胃，继发在心脏，是极其常见的一种心脏病，叫做继发性心脏病，也叫做胃心病。吃不下东西了，心口难受，胃堵，消化功能的紊乱而引起的胸闷气短出汗，手脚发凉，甚至产生心梗。**

**我跟你们说一个非常简单的道理，因为心脏这个区域，它连着肺，连着胃，甚至还连着肝，都在一块儿。你们看一下解剖图，都在这个区域。那么中医看待问题是整体看待问题和关联性看待问题。什么叫整体啊？就是你整个身体的状态都作为一个重要的衡量指标通盘考虑。什么叫关联性看待问题？就是肺、心、肝、胃都在这个区域，那么它都整体去考虑这个区域各个脏器之间的关联联署。但是你会发现西医不这样考虑问题，西医说你心脏有问题，心脏瓣膜狭窄，冠状动脉堵塞，冠心病嘛，那么他就着眼于如何治疗心脏的问题。包括昨天事无事说的脑子里那肿瘤，他只是考虑脑子问题，他不会关联性到其它的脏腑器官。那么这是一个非常严重的问题啊，他把身体里的每一个零件孤立地看待，然后进行孤立地修复和组装，那就是完全把人当成机器零件替代。但是中医不是这样的，中医是整体观念和关联性的治疗原则。**

**那么它是怎么造成的呢？你们一定要听好啊，尤其有学过医的，一定要听好。中间那个是心脏，两边就是肺，下边就是胃，这解剖图画得还可以吧。那么它们做为一个整体，如果我们整个的胸腔结构发生这样的改变，我表演给你们看就是这样。如果它向心脏的方向去挤压，会对我们哪些脏器产生影响呢，你说？**

冯宝：都会有影响吧。

**师：都会有影响，当挤压到心脏的时候，你觉得肺是不是也处在挤压状态啊。当挤压到心脏的时候，胃、肝也都处在挤压状态。那为什么有的人得心脏病，有的人得肺癌，有的人得胃癌呢？**

冯宝：可能他某个地方压迫得特别严重吧，就是每个地方挤压的程度不一样。

**师：对，从最薄弱的地方出问题。就像一个气球一样，你踩到最后，它从哪爆啊？最弱的地方，这个道理很容易理解吧。就像黄帝内经里说过一句话，因其虚而克之，就你哪虚，他就会在哪儿表现出病变来。哪最薄弱，哪个地方就开始出问题。比如你肺不好，它压到一定程度，心脏还没问题，肺先出问题了，那么你就可能转移到肺结节，乃至于肺癌。那么压的时候你心脏还没出问题呢，你胃的贲门受不了了，就转成贲门癌。那有的你肺功能相对好，肺部受到压迫了之后，它有很强的代偿能力，同时你的胃代偿能力也不错，那就把心脏给压住了，最后就是心脏病。**

冯宝：哦，怪不得有的人得的是心脏病，有的人得胃病，有的人得的是其它的，比如肝、肺的问题，那可能就是它那个地方特别脆弱，然后就被压迫，所以他才得了这个疾病。

**师：对了，像这种情况下，你到西医院治，如果你心脏有问题，他就治心。肺有问题，治肺。肝有问题，治肝。胃有问题，治胃。那么我们中医怎么治啊？**

事无事：我昨天刚看有一个病例。全医院可能有差不多十个科室去会诊这个病人，说这个女人太复杂了，哪哪都是问题。每个科的精英都去会诊，最后他说他的问题，她说她的问题，最后也没确定一个方案。她可能住到了她情况最严重的那个科室，比如心脏有病，就住在心内科。然后你就要请肾内、胸外这些科室会诊，会诊了一通，最后也得不出个什么结论。那个病人是盆腔肿瘤，然后那就都拿掉呗，拿掉之后还在医院住了一个多月，最后命是保住了。就像老师昨天说的，反正下手术台就是第一步成功，输液第二步成功，至于回到家怎么样，不知道。

冯宝：是的，所以我们还是得在没有发生这种事情之前，提前就去预防。

事无事：人如果没有自救能力，这一生确实很悲惨。

**师：中医的治疗原则有一条叫做同病异治。同病异治和异病同治。异病同治，看着是心脏病、肺病、肝病、胃病，这叫异病。不同的病采用同一种方法治疗，这个西医是无法理解的。**

事无事：就是说这个病的老病根儿，其实可能就是那一个，但是他不懂，

**师：其实这个老病根就是你的整个胸腔不断地向内挤压导致的，就这么简单的一个道理。但是西医他不知道这种势态，他也不会去想是这种势态导致你所有的器官出现癌变和病变。**

**你们想想，凡是得这个病的，他整个的胸腔都是处在压抑的状态，大的环境的改变，就是胸腔环境的改变导致里面住着的各种器官出现了不适应，不协调，最后崩溃。好端端地为什么会癌变呢？为什么会长肿瘤啊？肯定有原因啊，原因是什么呢？就是你胸腔的大环境出问题了，就是鱼塘里的水出问题了。**

事无事：受到挤压的这个东西长期缺血缺氧，到最后它自己就变异了，其实变异的东西就是不好的这种病。

**师：你看这一挤压，很多人马上就得心脏病了。得了心脏病之后，现在最有效的办法是什么呢？就是给他装支架，支架装上去之后，马上胸闷的问题得到明显缓解，是不是？**

事无事：是，前两天就有一个老朋友的邻居，是老人家，就是难受得不行了，送到医院来，放支架了，放完了之后，哎呀，好舒服啊。

**师：放支架带来的后患无穷，而且他这个好舒服，在这一年内，甚至很快就失效了。**

事无事：他因为从一个很闷的状态，一下子给它冲开，他当时确实是舒服了。比之前那个不舒服是要舒服多了。

**师：我给你们讲一下，为什么就不能放支架？还有支架的害处，支架的害处非常多。首先，支架植入到身体，它是一个异物。什么叫异物？不是身体本来具有的。一旦支架放进去之后，人会马上产生强烈的排异反应，他想把这个包住，推出去。他如果吃不掉，就想推出去，如果推不出去，他就要包裹住那。那么你就要终身服用排异药物。排异药物就是让他减少凝血，就是抗凝和抗排异，那么就会导致血管退化和你的血不易凝结。**

**而且这个问题如果不解决，你放了支架之后，不到一年的时间，他那支架也被压弯了。他可能堵塞的面积更大，而且来得更持久和危害性更大。有的医生都丧尽天良，原先一个支架1万多块钱，放几个就几万。**

事无事：他到了放支架的那一步，其实他就是在这个生死的边界徘徊了一下，回来之后，可能也有一些人会反省一下，自己的这个生活状态不是很好，他可能会改。比如有的人血脂很高，他会去锻炼，相对来讲，这个挤压状况可能又会好一点儿。

**师：还有一个问题，就是过度治疗。这个问题非常严重，不仅是在放支架这块儿，处处都有过度治疗。比如你是胸闷去医院，医院不是对症治疗，而是鼓励你放支架，因为这里面有巨大的商业利益。本身你不需要，你可能一过性的就缓解了，那么他会不停地鼓励你放支架。一旦放支架，那就终身服药吧。支架只要放进去，是无法取出来的。**

**那么当你出现胸闷，感觉上不来气的时候，其实一招就可以解决这个问题。我就是用这一招帮了这个老头，他那么强烈的症状很快就缓解了。其实他的问题是由于胃的凝缩导致心脏受到压迫，神经、血管受压迫产生发麻出汗的状况。为什么会出汗呢？因为它严重地压迫到了心区，导致水液代谢出现问题。身体四周的水液无法很好的向内回流，而向外溢出产生出汗，甚至是出冷汗，甚至脱汗。这就是中医讲的阳虚自汗。阳气堵在里面，不能很好地输布水液，卡在这个地方，导致出冷汗。由于紧张和身体变弱，这个地方功能性垮塌之后，撑不住了，往里垮塌，人就开始狂出汗。这地方压住了相关神经就导致身体发麻，这个地方会拽动胳膊的肌肉筋膜向内压迫，整个胳膊都是麻掉的，甚至这个地方直接压迫到后边的胸神经。**

**首先我们已经弄明白了这个人他心脏是没有问题的，因为做心电图，做什么都证明他心脏没有问题的。只不过是由于胃的挛缩，压迫心区，导致神经、血管和水液代谢出现异常。那么找到病根之后，我们只要对症他的胃的挛缩问题就可以了。**

**你们有时候会觉得心区这样拧一下，这样一压，对吧。你只要把这个心区打开，这个胃打开，它就不去压迫到这个心区和神经、血管和水液代谢，问题就迎刃而解，中医上叫做天地通泰。这边上面是天，下面地，中间是人，胃正好在人区，它向上卡住了天的下降，向下卡住了地的上升，它卡在这儿，导致天地否塞，进一步压迫神经、血管和水液代谢，那么就产生了狂出汗，手脚发麻，脸色很难看，后背发凉，这叫阳道不通啊。要是西医一抢救，可能这人就昏迷了。你们知道为什么很多疾病的病人到医院一抢救就昏迷吗？因为治法错了。你们会发现大量的急症，他当时并没有陷入昏迷状态。比如他只是简单的休克，或者说冒汗，非常难受，但是你会发现绝大多数，抢救过来就不说了啊，抢救不过来的都陷入持续的昏迷，然后变成三个字，对了，陷入植物人。也就是说西医的抢救并没有缓解这个地方的天地否塞不通和被压迫状态，反而使这种状态进一步加剧，卡住向上通到脑部的血管和神经，使脑部血管持续得不到血液的输送，最终导致脑部的缺血缺氧，陷入昏迷状态。**

冯宝：有小伙伴说老师讲的非常符合她的现状。

**师：不仅符合她，也符合你们每一个人。因为大千老师找到了生命的规律和疾病发生发展的规律，把这个道理简单明了直接地通过中医告诉你们，其实这个问题很简单，解决起来也不困难。两个字， So easy。**

**胳膊发麻，脸色难看发青，浑身出冷汗，感觉整个人都不对了，上下不通气了，这个时候你就憋在这儿了，严重憋在这儿了。那这个问题怎么解决呢？**

事无事：我想起平常有些人血压低了，要用升压药，用扩张血管的药，那么血管相对扩张是不是真的有时候会治坏了。

**师：他不断地去升压，不断地扩张血管，但是他就不解决这个地方堵的现状。就像堰塞湖一样。这个堰塞湖中间卡住了，上游水位增高，这就是高血压；下游没水这就是低血压。他采用的办法不是把这堰塞湖通开，他采用的办法是升压，下面没水加水，上游高血压减水，但是他无论是上游减水还是下游加水，他都没解决中间堵的这个现状。所以再一憋狠了，脑部缺血缺氧，他就陷入昏迷状态。**

**因为这个地方里面有肌肉，有平滑肌，胃的贲门这样拧在这儿了，整个的胃体发生了变化，这儿周围的筋膜组织连接着两边是肺，这儿是心脏，你们看解剖图，腔体里头有很多膜都拧着一块儿压住这个地方，这肌肉都是拧着的，你通血管有用吗？只有改变胃体的这种拧的状态，让它舒张开来，这个血管马上就通了，自己都通了，而且通血管的时候人有明显的表现，你知道是什么吗？他就有感觉出来。**

事无事：对，其实就是挛缩的地方展开后产生的那个反应。

**师：我曾经治过一个40多岁的，他犯心脏病，就跑我那个诊所了。他人都傻了，按理说应该马上叫120过去的。结果我给他扎针灸，扎针灸之后，他就在那愣着愣着，然后就开始吐了，给他拿一个塑料袋，就哇哇地吐，吐完之后，哎，就好了。他这样吐了之后，拧在这儿的状态一下就展开了，然后旁边所过的血管神经全都张开了，就解放了，他马上就好了。西医不理解怎么可能扎一针他马上就好了。你们记住啊，它是内环境状态的改变而带来的所有气机的通畅。所谓气机通畅，如果从西医的解剖角度来说，它就是血管、神经和体液的正常流动了；主动脉的血能下去，这个腔静脉的血能上来，压迫的交感神经、副交感神经和其它一些胸部发出的神经不再受到这个凝结状态的压迫，它们都马上舒张开来；所有的体液都能正常流动，这就叫气机通。这个人上下气机一通，问题就马上解决掉。**

**那么他在这种盘着的时候，必须去挣扎，挣扎之后，人身体会产生强烈的生理反应，比如说吐或者打个嗝，然后他就会感觉到有东西，咕噜咕噜，然后就开始放屁，嘣嘣嘣，就好了。就这么简单，明白吗？它在压着他的时候什么样？眼睛是瞪着的，嘴巴是闭着的，肩膀是紧的，这种状态一旦解开之后，眉开眼笑，叫做脉和身凉。伤寒论上有个词叫脉和身凉，一摸脉正常。之前是紧促脉，就是心律失常。然后通了之后，这个血管正常流动了，它就不会跟这个心区发射求救信号。心脏因为不通，必须不断地去泵血，去维持血液的循环，心脏就出现心律不齐，就不停地蹦蹦蹦，然后压住了，让它不蹦了，就是窦性心律不齐。它不动了，它得挣扎，它就蹦蹦蹦蹦蹦蹦蹦，就会出现这种现象。实际是你整个的环境失常导致心脏的一种应激反应。它有能力就蹦蹦蹦，多蹦一下。如果压得死，有时候它会压死了，它就不蹦。中医上管它叫结代脉。**

**嘣嘣嘣这是正常脉，它蹦一下之后，第二下应该跳没跳，到第三下跳，这叫结脉，中间打个结，按理说一蹦二蹦三蹦，它到第二蹦的时候没动起来，它停顿一下，再往前走，再蹦，这是结脉。什么叫代脉呢？蹦一下，按理说蹦到第二下，它有规律再蹦，但是它突然蹦蹦两下，它代替了，这个是代脉。**

**结代脉就是西医所说的最典型的心律失常，它没有规律。那么这是怎么导致呢？都是由于身体的循环环境出了问题，卡在那儿了，导致他不通顺而产生的一种应激反应和失常反应。应激反应就是蹦蹦蹦蹦蹦蹦，一直给你蹦。失常反应就是它蹦不动了，压住了不动，再下一个蹦蹦。如果长期压住不动，就是突然的心脏骤停，心脏不动了，它为什么不动啊？完全压住之后，它就跳不动了。**

**怎么样？说得非常清楚，可以听明白吧。中医并不难学，我给你们讲中医，既从西医的角度来剖析中医，又从中医的整体辩证的角度，具体地给你们讲清楚中医的道理。同时，浅显易懂地引入中医的一些名词，这些名词看似晦涩难懂，实际只要打个比喻，简单地联系实际，你们都能听懂。通过这种方式，我可以把绝大多数的常见病、多发病都给你们讲得清清楚楚、明明白白，你们并不需要有多少中医基础或者是解剖基础，你只要听大千老师娓娓道来，你就能听懂。**

**下周上来就讲大招，就是这个病例，我详细给你们讲第二天怎么扭转乾坤的，马上他就恢复正常了。为什么咱们铺垫这么长时间呢？就是要把道理先告诉你们，为什么会有这些症状，我跟你说清楚，实际你们都知道大概的思路是什么了，结果自然就出来了。而不要上来，老师，这个怎么整啊，扎哪儿啊，即便我告诉你，你也没有切身体会，甚至你更不会举一反三。**

**咱们已经铺垫了这么长时间了，要引入经络概念和元穴概念。他一缓解之后，肩膀马上缓解了，腰的问题也解决了，就是整个浑身通泰，他这个关键，就是气机卡在这儿了，这个地方交通堵塞，一旦解决，他整个身体的所有的不适症状都得到不同程度的缓解。也就是咱们中医是治人。西医是治病，还治不了病，他把人命给要了。但是咱中医是治人之道，不是治病，不是头痛医头，脚痛医脚，它解决的是整体环境的协调、统一和通畅性。这个问题解决了，那么你什么问题都解决了。**

**现在整个医疗和调理进入低智化，就是智商太低了，老百姓完全被商家和医疗机构愚弄着。人的毛病千奇百怪、花样百出，但是实际原因就那么一两点、四五点的，内因外因，上中下，寒暑燥湿风火，忧思喜怒悲恐惊，就那么几个东西，最终都是这些东西卡住了你的气机，卡在外面，卡在里面，卡在上面，卡在下面，导致你千奇百怪的症状出来，你只要解决这个卡点。一通，你这个毛病马上就没了，对于绝大多数急症，甚至是慢性病都是这么回事儿。**

**你们不要上来就知道方法，理法方药嘛，先要把理讲透，现代人过于急功近利和追求短视，希望马上给一招，如果你们想真正地一劳永逸，就先从理上弄明白道理。**

冯宝：我建议大家去听一下前几期老师讲的课程，它其实都是有关联性的，然后再来听我们老师后期讲的怎么样去解决这个的大招，你就会更加容易理解明白原理。

**师：对。古人说大道至简。什么叫大道至简？也就是说学中医只要把握住势态，把握住整体运行的方式方法，你就能灵活运用地解决绝大多数问题。就是要把握住阴阳之间的矛盾，就是内因、外因、非内非外之因导致的一切疾病。你就不会被概念所迷惑，现在创造的概念太多，这些概念把大家都绕晕了。什么综合症，反正就是奇奇怪怪的一些闻所未闻的名字。西医最会干的一件事儿，就是不断地起名字，起一个名字，然后就吓唬你。**

冯宝：听都没听过的，现在很多都没有听过的。对，我想到的也是热射病。

**师：还有一个叫什么双向障碍病，我一查是精神类疾病，双向精神障碍疾病，太奇怪了。其实说白了，就是他一会儿烦躁，一会儿淡漠。烦躁的咱们叫狂燥病。淡漠的咱们叫抑郁症。狂燥和淡漠相结合的，叫双向情感障碍病。这东西不就是情绪不稳定嘛，一会儿暴躁，一会儿抑郁。这个病越来越多，其实这个问题非常简单。我们接下来会给大家好好讲一讲什么叫做双向情感障碍。然后他咔嚓给人家小姑娘打个标签儿，你就是精神病，人家本来还有一定的自信，现在全部给你击垮了，然后从此人生发生了改变。**

**好，今天就说到这。**

冯宝：好的，今天非常感谢老师，也非常感谢我们的医师。老师解释的非常清楚，其实大家要先知道原理，然后你再去了解解决的方法，你可能就更加能理解。那今天因为时间的关系，咱们差不多就要结束了，我们下周再见！