

中医心身病证及其治疗原则

杜文东 (南京中医药大学教务处,江苏 南京 210029)

摘要:提出了中医“心身病证”的概念及其治疗原则。认为在中医基本理论和临床中,早就蕴含着“心身疾病”的思想,并以之指导医疗实践。对中医典籍中的“心身病证”思想进行阐发,同时提出了治疗中医“心身病证”的3个原则即心理治疗、躯体治疗和心身并治。

关键词:中医心身病证;治疗原则;心理治疗;躯体治疗;心身并治

中图分类号:R277.799.2

文献标识码:A

文章编号:1000-5005(2000)-06-0335-03

当前,世界文明的飞速发展使得人们因社会适应不良导致的心理病证空前上升,成为威胁人类健康的主要原因之一。中医学的发展也必须面对这一态势,因为医生在临证中面对的是生活在现代社会之中、其心身特点都有了很大变化的人^[1]。随着近年来世界医学发展中生物-心理-社会医学模式的确立,人们对中医心理学思想也开始了系统的挖掘与整理。中医对心身病证的认识与诊疗古已有之,它是中医整体框架中不可缺少的组成部分,其科学性和有效性得到公认。总结并发扬中医对心身病证的建树及治疗经验,对中医理论的发展及更全面地帮助病人解除疾苦、恢复身心健康都有现实的积极意义。

1 中医心身病证概述

1.1 中医对心身统一性的认识

中医理论早在2000多年前就明确认为,有生命的人是具有形(生理、躯体活动等生物属性)和神(心理活动、个性特征等社会属性)两种属性的统一体。形与神具有相互依存、相互为用、紧密联系、不可分割的关系。《灵枢·天年》指出:“血气已和,荣卫已通,五脏已成,神气舍心,魂魄毕具,乃成为人”^[2]。《素问·调经论》中说:“心藏神,肺藏气,肝藏血,脾藏肉,肾藏志,而此成形,志意通达,内连骨髓,而成身形五脏”^[3]。这里把形神相生、相依的关系,阐述得十分透彻。张介宾更是精辟地指出:“形者神之体,神者形之用,无神则形不可活,无形则神无以生”(《类经》)。战国时代的荀子论述形、神关系时提出“形具而神生”的思想:“天职既立,天功既成,形具

而神生,好恶喜怒哀乐藏焉,夫是谓之天情”(《荀子·天论》)。相应的论述也见于《素问·阴阳应象大论》:“人有五藏,化五气,以生喜怒悲忧恐”^[3]。这种认识明确了心理活动是在躯体存在这个物质基础上产生的。中医理论认为,形神关系这个统一体如有任何一方的偏颇,则可能打破平衡,导致疾病。

在中医病因学理论中,内伤七情致病是一个重要的方面,如《灵枢·百病始生》曰:“喜怒不节,则伤脏,脏伤则病起于阴也”^[2]。然而情绪并非唯一的心理致病因素,个性偏差、行为异常、社会适应不良亦可致病,如《素问·汤液醪醴论》指出:“嗜欲无穷而忧患不止,精气弛坏,荣泣卫除,故神去之而病不愈”^[3]。《素问·疏五过论》指出:“故贵脱势,虽不中邪,精神内伤,身必败亡。始富后贫,虽不伤邪,皮焦筋屈,痿躄为挛”^[3]。这些阐述都说明,中医理论已经充分地认识到情绪、社会适应不良等心理因素可导致形神平衡失调而发生疾病。

另一方面,中医理论认为生理、躯体活动的异常也可致心理方面的异常或疾病。如《素问·调经论》说:“血并于阴,气并于阳,故为惊狂;……血并于上,气并于下,心烦惋善怒;血并于下,气并于上,乱而喜忘”^[3]。《素问·脏气法时论》:“肝病者,两胁下痛引少腹,令人善怒,虚则目眈眈无所见,耳无所闻,善恐,如人将捕之”^[3]。

中医对心身统一性的认识,一方面有成熟的理论,另一方面也有着广泛的临床实践,这是整理与发扬中医心理学思想的指导与依据,也是提出中医心身病证概念的基础。

收稿日期:2000-04-24;修稿日期:2000-07-06

作者简介:杜文东(1950-),男,山东莱州市人,南京中医药大学副教授。

1.2 中医心身病证的概念

现代医学心理学的发展,提出了心身疾病的概念。所谓心身疾病,是一组躯体疾病,其发病、发展、转归和防治都与心理因素密切相关。心身疾病与一般的躯体疾病都有临床症状,其症状均为明确的器质性病理损害或已知的病理生理过程。两者的不同是在病因上,心身疾病的病因虽然是多元的,但心理因素在疾病的发生、发展上起重要甚至主要作用,而一般的躯体疾病无此特点。心身疾病是现代社会的产物,当前发达国家心身疾病的发病率已占疾病谱的80%,我国大城市中心身疾病的发病率已占约40%^[4]。

中医的发展也不能回避心身疾病这一现实。近年来,许多中医学者在心身疾病的启迪下,就中医对此类疾病的理论认识与临床实践做了系统的整理与阐发。中医理论中早就有心理因素在某类疾病的发病中起主要作用的认识,如《灵枢·口问》指出:“心者,五脏六腑之大主也……故悲哀愁忧则心动,心动则五脏六腑皆摇”^[2]。同时中医典籍在许多疾病的论述中,对病因中的心理因素都给予了充分的重视。对此,有些学者提出了“情志疾病”等概念,由于这些概念的提法失之科学或严密,影响了对此类疾病的进一步研究与认识^[5]。

笔者认为,对中医学中这类疾病的概括,以“心身病证”的提法为宜。这可以明确地使人了解这类疾病或证候是由心理因素导致的躯体病变,同时又区别于“心身疾病”的概念。由于中医理论中的“证”与现代医学疾病的概念不同,因此,中医的“心身病证”可分为两类。一类是由证候为主,其特点为患者虽感受异常且有明显的躯体不适,但脏腑、经络常无实质性损害或损害轻微,多为功能性障碍,如眩晕、头痛、心悸、怔忡、健忘、不寐、呕吐、梅核气、奔豚气、脏躁、便秘、遗精、阳萎、痛经等。另一类是由心理因素导致脏腑、经络的损害,具备客观的病理表现,如中风、哮喘、消渴、胸痹、噎膈、积聚、臌胀等。

2 中医心身病证举例

2.1 心悸

心悸是指患者自觉心中跳动不安,不能自主的一种病证。中医亦称惊悸,其病机各不相同,可由情志因素所致。情志因素导致的心悸其病机可为“心虚胆怯,突受惊恐”或“思虑劳心,阴血暗耗”等。《三因极一病证方论》指出:“惊悸则因事有所大惊,或闻虚响,或见异相,登高涉险,梦寐不宁,惊忤心神,气与涎郁,遂使惊悸……”。《医学正传·怔忡惊悸健

忘》认为:“惊悸怔忡之候,或因怒气伤肝,或因恁气入胆,因而心血为之不足,又或遇事繁冗,思想无穷,则心君亦为之不宁,故神明不安而怔忡惊悸之证作矣”。在临证中,心悸作为患者的主诉症状,常常在脉象及诊断检查上无明显异常,临证时应主动考虑是否有心理诱因。

2.2 消渴

消渴以患者多饮、多食、多尿、形体消瘦为主要症状。糖尿病,这一心身疾病被认为属于消渴的范畴,中医理论认为,消渴的病机有“积热内蕴,化燥耗津”;“阴虚火旺、上蒸肺胃”等,但本病与情志因素关系密切,其病机为“肝郁化火,热灼阴液,肺胃津伤”。《灵枢·五变》指出:“怒则气上逆,胸中蓄积,血气逆流,腠皮充肌,血脉不行,转而为热,热则消肌肤,故为消瘠”^[2]。《临证指南医案·三消》认为:“心境愁郁,内火自燃,乃消证大病”。这类病证的心理致病因素常为带有某种模式化的个性特征。

以上所举心身病证的例子,说明中医对这类病证的发生历来是从心身两个方面及其相互平衡、相互影响的角度去认识的。在中医理论中,早就蕴含着心身疾病的思想,并以之指导临床实践。心身病证的病因往往是多元的,其病机也不尽相同,但心理病因与相应的病机在这类疾病的发生、发展中常起到重要的或主要的作用。在临证时如何认定心身病证的心理病因,可从注重问诊、了解病史、观察患者的行为特点、判断个性特征等方面入手。

3 中医心身病证的治疗原则

中医在心理致病因素认识上的先进性和科学性已得到公认,在对心身病证的治疗方面,中医也总结了一套独特的理论与实践经验,以及相应的治疗原则。

3.1 心理治疗

中国医谚自古就有“心病还须心药医”之说,主张对于心理诱因引发的病证应以心理治疗或心理疏导的方法解决。早在《灵枢·师传》中就已提出了说理开导式的心理治疗原则:“人之情,莫不恶死而乐生,告之以其败,语之以其善,导之以其所便,开之以其所苦,虽有无道之人,恶者不听者乎”^[2]。许浚等在《东医宝鉴》中指出:“古之神圣之医,能疗人之心,预使不致于有疾;今之医者,唯知疗人之疾,而不知疗人之心。是犹舍本逐末,不穷其源而攻其流,欲求疾愈,不亦愚乎”?除说理开导的方法之外,中医心理治疗的方法还有以情胜情、移情易性、暗示解惑、顺情从欲、澄心静志等。在中医历代的典籍中,各种

心理治疗的病例俯拾皆是,尤其在《名医类案》、《古今医案按》、《续名医类案》等医籍中,心理治疗的案例较为集中,且十分精彩,代表了当时中医心理治疗的水平。用这些方法治疗心身病证的患者常常可以直击病因,通过祛除或纠正心理致病因素使心身恢复平衡,治愈心身病证。对于心理致病因素明显的心身病证,常有快捷和明显的疗效^[6]。

3.2 躯体治疗

中医理论认为,心身是交互作用的,心理与躯体可以相互影响,心身病证是由心理因素导致的心身平衡失调引发的以躯体不适或损害为主要表现的病证。以辨证施治的方法,通过中药、针灸、推拿等手段,解除患者的躯体不适或症状,可起到调节情绪、安神定志的作用,使致病的心理因素得到纠正,心身关系趋向平衡。中药等躯体治疗的方法之所以能对心身病证有效,首先在于它确能缓解心理病证的躯体症状,起到调整身心、从而平衡心理的作用;另一方面在于许多中药、方剂具有对人的心神(大脑、神经系统)调节和营养的作用。如治疗不寐的酸枣仁汤(《金匱要略》)、天王补心丹(《世医得效方》);治疗心悸的补心汤(《寿世保元》)、温胆汤(《千金要方》);治疗情绪抑郁的肾气丸(《千金翼方》)、定志丸(《和剂局方》);治疗脏躁的甘麦大枣汤(《金匱要略》)、养心汤(《证治准绳》);治疗健忘的枕中丹(《千金要方》)、人参养营汤(《和剂局方》)等,都是中医治疗心身病证的经验结晶,其临床疗效令人敬服。

3.3 身心并治

中医治疗心身病证,尽管心理治疗与躯体治疗都有成熟的理论和明确的疗效。但将两者结合起来的身心并治,应是最为常用的原则。中医对某些心身病证的治疗,采用躯体治疗与心理治疗并用,即在以中药、针灸、推拿治疗的同时施以心理治疗,身心并治收到更为满意的疗效。在心身病证的临证中,病人主诉或反映的常为躯体症状或痛苦,而医生也

常易专注于躯体治疗方法,因而可能疗效不甚满意。身心并治的原则提示,在一般心身病证的治疗中,躯体治疗与心理治疗应为统一的手段,不可偏废,这样才能获得最佳疗效。有时,即使是一些普通的心理治疗技术,如开导、解释、保证、暗示等的运用,也会收到极为明显、相得益彰的疗效。

综上所述,心身病证是现代社会发展给人类健康带来的课题,中医药在心身病证诊疗方面丰富的理论认识和实践经验,将给这类病证的预防乃至诊断、治疗带来极大裨益。这些理论和经验提示我们,在临证时,应从心理、躯体等多个角度去审视患者病因,真正做到“治病必求于本”;同时,作为临床医生除了运用躯体治疗的方法外,还应掌握心理治疗的方法,这样才能较为全面地帮助病人解除病痛,更好地履行一名现代中医的职责。当今,在医学模式转变和人类心身疾病迅速增长的形势下,中医治疗心身病证的理论与实践受到世界医学的瞩目,如1992年国际心身医学大会上,权威学者曾指出:“世界心身医学应向中国的中医学寻找智慧……”^[7]。发扬中医对心身病证诊疗的特色与优势,一方面有益于促进中医理论的整体发展与充实,另一方面必将更有利于中医药走向世界,造福全人类。

参考文献:

- [1] 杜文东. 心身医学研究——当今中医发展的重要方向[J]. 中医杂志, 1997, 38(6): 366.
- [2] 灵枢经[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963. 67, 70, 88, 103, 122.
- [3] 黄帝内经素问[M]. 北京: 人民卫生出版社, 1963. 31, 86, 141, 334, 553.
- [4] 杜文东, 陈力. 医学心理学[M]. 重庆: 重庆大学出版社, 1998. 126.
- [5] 董建华, 马朋人. 实用中医心理学[M]. 北京: 北京出版社, 1987. 53.
- [6] 闵范忠, 何清平. 新编中医心理学[M]. 南宁: 广西民族出版社, 1991. 137.
- [7] 徐斌, 王效道, 刘士林. 心身医学[M]. 北京: 中国科学技术出版社, 2000. 3.

TCM Therapeutic Principles for Treatment of Psychosomatic Diseases

DU Wen-dong

(Teaching Affairs Office of Nanjing University of Traditional Chinese Medicine, Nanjing, Jiangsu, 210029, China)

ABSTRACT: In this paper the author puts forward the concept of “psychosomatic diseases” and the therapeutic principles for this kind of diseases. It is held by the author that this concept has been included in the theories of traditional Chinese medicine and has been the guidance in the clinical practice. The author elucidates the concept of “psychosomatic diseases” described in the ancient medical works and puts forward three principles in treating “psychosomatic diseases”, namely, psychological treatment, somatic treatment and psychosomatic treatment.

KEY WORDS: TCM psychosomatic diseases; therapeutic principles; psychological treatment; somatic treatment; psychosomatic treatment