

古籍析疑

《内经》心理治疗的基本原则探析

第一军医大学中医系(广州 510515) 张明道 喻方亨

主题词 《内经》心理治疗

据《内经》记载,许多临床常见病证的发生发展皆与情志内伤有密切关系。心理因素不但直接影响到疾病的发生发展以及临床疗效的提高和巩固,而且更影响到患者的生存质量。《内经》有关心理治疗的内容十分丰富,对延长慢性病患者的心里和躯体衰老,提高其生存质量具有十分重要的意义。

1 心理治疗是综合治疗的主体原则

《灵枢·师传》曰:“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,恶有不听者乎?”指出了心理治疗的必要性、可行性及方法。一般认为,心理治疗主要适用于治疗以情绪因素起主导作用的心因性精神障碍类疾病。但从临床实践来看,在任何疾病(尤其是慢性消耗性疾病)的发生发展过程中,患者皆伴随着不同程度的情绪变化,有时情绪变化非常复杂。所以,在临床治疗过程中,医生若能指导患者建立起良性积极的情绪,则能促进恢复健康、巩固疗效,反之,则可加速加重病情、降低疗效,甚至直接导致死亡。因此,心理治疗应当适用于临床治疗的各个环节,应引起医生重视。

2 心理治疗的目标原则

临床治疗的目标应该是,患者病理心理状态及由此引起的各种躯体症状的消失而不再复发,即达到《素问·上古天真论》所要求的“恬淡虚无”、“精神内守”的境界。但是,临床观察中发现,许多患者症状消失之后又出现反复,究其原因就是患者不能自我地控制情绪,不能调节自己的心理状态以适应家庭、工作、社会环境。所以,心理治疗的目标是能够使患者自我地“和喜怒”以控制症状的产生,并且能够适应家庭、工作和社会环境。

3 良好医患关系原则

《素问·汤液醪醴论》曰:“病为本,工为标,标本不得,邪气不服。”概括说明了良好的医患关系在临床治疗中的重要性。从医生的角度来讲,医生不但要满足患者的一般需要,同时也要满足患者的心理需要,如患者需要被认识、被尊重,需要安全感及早日康复等。因此,良好医患关系的建立能使患者感到有希望、充满信心、情绪稳定而少有焦虑,并主动积极地去配合医生的治疗。所以,建立良好的医患关系是心理治疗得以实施的必要前提。

4 医院——家庭——社会联合治疗原则

《素问·著至教论》是《内经》医学教育的专论之一,它要求医生的知识结构应由三大部分组成:即“上知天文,下知地理,中知人事”。“中知人事”一语要求医生在诊疗疾病时必须有大视野,不但要治病,更要“治人”,因为患者是社会这个大群体中的一员。所以,对患者来说,仅在医院这个特殊的地点能进行自我控制还不充分,因为家庭和社会才是患者的归宿。家庭治疗一方面要教育指导患者如何适应家庭环境,一方面要对患者家属进行“治疗”,要指导患者家属在生活上的各个方面,给予患者充分的关心、理解、安慰等。社会治疗则要求医生劝导患者正视现实,以便使患者逐渐培养出比较灵活和满意的情绪与行为模式,能自我地“安居处”。

5 自然环境治疗原则

《素问·五常政大论》曰:“故治病者,必明天道地理。”因为自然环境对人体心理状态的影响是很大的,如把患者带到鸟语花香的自然环境中,能使患者常常感到一种从应激中解脱出来的轻松感,感到自身体力在增强。所以,良好的自然环境能使患者产生启发,引起联想,当患者的精神达到“游行于天地之间”的境界时,其对外在环境的适应能力和对“邪气”的抵抗力就会得到明显地增强,从而减少疾病的发生或复发。

(收稿日期 1997-03-24)