

## 一、七情致病机理

“人非草木，孰能无情”。喜、怒、忧、思、悲、恐、惊，人皆有之，正常情况下能反映一个人的性格、思想。如狂喜、暴怒、忧甚、久思、过悲、大恐、骤惊，使心理平衡失常、正常的阴平阳秘状态受到破坏，则人体的正常机能活动受碍而产生疾病。笔者认为，异常情志变化虽原因种种，但产生疾病的主要机理则均是气血运行失常，可分为气滞不行、气血逆乱、气滞血瘀、气机升降失常等，具有下列特点。

1. **气机失常的两极性**：“怒则气上，恐则气下”。怒有愠怒、愤怒、大怒、狂怒四种强度，人的欲望受阻遭压抑，可怒火上冲。怒归肝属木，肝火上逆，可见面红目赤、头痛头晕、呃逆不止、舌红脉弦。恐乃自己的安全受威胁而产生的畏惧心理，突遇惊吓可出现面色苍白、二便失禁的症状。这与肝火上逆相反，主要是恐伤肾使气泄所致。

2. **气机失常的相反性**：《素问·举痛论》曰“喜则气缓，惊则气乱”、“忧则气聚，悲则气消”。过喜，则心气涣散，神不守舍；骤惊，则心无所倚，神无所归，气机散乱；忧虑过度，气郁结不散，使情绪低落；悲伤，则意志消沉，肺气耗伤。所以，喜与惊、忧与悲都有相反的病理机转。

3. **思的特殊性**：思发于脾而成于心。思虑过度，则伤心神、损脾气，而致气机郁结，积聚中焦不散。出现脾运化无力、胃受纳失职而纳呆、脘腹胀满、便溏，阴血耗损致心神失养，出现心悸、健忘、失眠等症。

## 二、情志的治疗作用

《丹溪心法》曰：“五志之火，因七情而生，宜以人事制之，非药石能疗”。“人事制之”，即情志疗法，它并不神秘，贯穿于整个诊疗过程。病人对医生的注视，往往

## 七情致病特点及其治疗

234000 皖北矿务局前岭医院 王拥军

主题词 情志(中医病因)

比医生观察病人还细致。医生的言行举止随时可影响患者的情志，所以医生对患者既要严肃又要热忱，使患者充分相信医生。否则，尽管辨证准确、用药精当，也难奏效。如病人有“参术沾唇惧补心先痞塞，硝黄入口畏攻神神即飘扬”的心理，是很难治好病的。

根据临床，可将情志疗法归为四种。

1. **情志相胜法**：《素问·阴阳应象大论》曰：“怒伤肝，悲胜怒，喜伤心，恐胜喜……”这是由情志归属关系和五行相胜的制约关系所定的。清·吴敬梓《儒林外史》范进中举，就是很好例证。范进中年中举，大喜过度，心气散乱，痰迷心窍，其岳父乘酒兴煽了他两耳光，大骂一顿，使平时惧怕岳父的范进惊恐万状，吐几口浓痰，而恢复了神志。

2. **抑情顺理法**：通过提高患者本身的认知能力，使之明了情志偏激的危害性，以增强战胜自我的能力。这样，既可以治病，也可以防病。

3. **情志发泄法**：不良情绪可使机体高度紧张、兴奋，出现“应激状态”，大量多余能量积蓄体内，使血压升高，脉搏、呼吸变快。发泄就是排出多余能量，其方法多样。如动则暴跳如雷、拳脚相加，虽排出多余能量，却会产生不良后果。正确的方法为向亲朋倾诉法、改变环境法，或增加劳动量、参加体育文娱活动等。

4. **相反情志法**：包括肯定情志疗法与否定情志疗法，均通过情

志的转移而达到目的。《三国志·魏书·方技传》记载，华佗为一郡守治病，诊后知此病乃郁久成瘀所致，使之大怒方能治愈。于是，华佗就接收礼物、受到款待后，突然不辞而别，并留书信骂郡守。郡守果然愤怒，派人追华佗未成，更是大怒，口吐黑血数升，而后病自愈。此为典型的否定情志疗法。

## 三、七情的合理调节

现代医学认为，人体健康的标志有两点：首先是心理无障碍，即中医所谓七情协调、阴平阳秘状态；其次才是机体无疾病。但现在多数人很注重清洁整齐的生理卫生，却忽视心理卫生，其实后者在养生防病方面比前者更为重要。《孙真人卫生歌》曰：“卫生切要知三戒，大怒、大欲并大醉……世人欲识卫生道，喜乐有常嗔怒少，心诚意正思虑除，顺理修身去烦恼。”可见，古人已很注重对七情的调节。

创造良好的心境须做到三点：首先，应对七情进行经常性调节，以保持宽阔的胸怀和豁达的大度，这也是一个人成熟的标志之一；其次，善于自我解释和开导，即认真对待现实，正确分析各种不良因素所产生的原因，以便及时从消极的恼怒中解脱出来；再次，及时排泄不良情绪，以防积蓄生病。总之，七情既可产生疾病，也可用来治疗疾病，其关键在于怎样调节，以保持良好的心理平衡状态。

(作者简介：王拥平，男，27岁。1988年毕业于安徽中医学院，现任安徽省皖北矿务局前岭矿医院中医师。)