

· 论著 ·

惊恐与五脏关系探析

李翠娟, 孙理军, 巩振东, 佟雅婧

(陕西中医药大学, 咸阳 712046)

摘要: 惊恐皆为肾之志, 二者相似, 日常生活中人们常惊恐相提并论。由于五脏与情志活动有对应的关系, 一般认为情志过度常损伤相应脏腑而发病。但是, 通读《黄帝内经》原文, 可以发现, 对于情志与五脏的关系, 《黄帝内经》并不是简单地归结为某志对某脏的单一模式。文章以惊恐为例, 详细分析了惊恐与五脏之间的关系, 发现惊恐过度可伤五脏, 五脏之疾均可致惊恐, 因此临证应详审病机, 综合分析, 才不致误。

关键词: 惊恐; 五脏; 理论探讨; 肾; 情志; 黄帝内经

基金资助: 国家自然科学基金项目 (No.81202614), 陕西省教育厅重点实验室科研计划项目 (No.17JS032, No.18JS030), 陕西省中医药管理局科研项目 (No.2019-ZZ-JC016), 第四批全国中医基础/临床优秀人才研修项目 (No.国中医药人教发[2017]24号), 陕西省中医药管理局中医藏象理论重点实验室建设项目 (No.SZDYJS-2), 咸阳市中医体质与疾病防治重点实验室重点研发计划项目 (No.2019K01-53), 陕西中医药大学中医经典理论研究创新团队建设项目 (No.2019-YL01)

Analysis of the relationship between fear and the five Zang

LI Cui-juan, SUN Li-jun, GONG Zhen-dong, TONG Ya-jing

(Shaanxi University of Chinese Medicine, Xianyang 712046, China)

Abstract: Scar and fear both are the kidney's emotion. They are similar, and they are often discussed together in daily life. Because of the corresponding relationship between the five Zang and emotion activities, it is generally believed that emotion often damages the corresponding viscera and produce disease. However, reading through the original text of *Huangdi Neijing*, we can find that, the relationship between emotion and the five Zang in *Huangdi Neijing* is not simply attributed to a single pattern of a certain emotion corresponding to a certain Zang. Taking fear as an example, this paper analyzes the relationship between fear and the five Zang in detail, and found that excessive fear can hurt the five Zang, and the diseases of the five Zang can cause fear. Therefore, the treatment based on syndrome differentiation should be detailed and make a comprehensive analysis so as not to make mistakes.

Key words: Fear; Five Zang; Theoretical discussion; Kidney; Emotion; *Huangdi Neijing*

Funding: National Natural Science Foundation of China (No.81202614), Scientific Research Program of Key Laboratory of Education Department of Shaanxi Province (No.17JS032, No.18JS030), Scientific Research Program of Shaanxi Administration of Traditional Chinese Medicine (No.2019-ZZ-JC016), The Fourth Batch of National Traditional Chinese Medicine Basic/Clinical Talent Training Programs (No.[2017]24), The Construction Project of the Key Laboratory of Zang Xiang Theory of Shaanxi Administration of Traditional Chinese Medicine (No.SZDYJS-2), Key Projects of Key Laboratory of Constitution and Diseases Prevention and Treatment of Xianyang (No.2019K01-53), Innovative Team Building Project of Traditional Chinese Medicine Classic Theory Research in Shaanxi University of Chinese Medicine (No.2019-YL01)

恐是指对某类物体、某种境遇或某些活动怀有强烈惧怕的情绪体验。惊是遭受突然变故而出现精神急遽紧张的情绪反应。中医学认为, 惊恐二者相似, 皆归属为肾之志, 故日常生活中人们常惊恐相提并论, 但同时又认为, 惊为不自知, 是突然的外界刺激所引起的情绪体验; 而恐为自知, 意识到情境的可怕而怯惧^[1]。两者的性质存在一定差异, 故在伤人致病方面, 亦存在不同。如《素问·举痛论》曰: “恐则气下, 惊则气乱”。张介宾《景岳全书》亦云: “惊恐虽若同类, 而不知恐之伤人, 尤甚于惊。何也? 盖惊

出于暂, 而暂者即可复; 恐积于渐, 而渐者不可解, 甚至心怯而神伤, 精却则阴痿, 日消月缩, 不亡不已, 此非大勇大断者, 必不能拔去其病根, 徒资药力, 不易及也”。因此, 惊和恐, 同中有异, 异中有同, 作为七情之一, 均属于人体对于外界刺激的正常反应, 也是脏腑功能活动的外在体现。但对机体的生理活动来说, 都属于不良的情志刺激。如果惊恐过于剧烈, 超过了人体的调控能力, 就会引起脏腑气血失调, 而导致各种病症的出现。反之, 脏腑精气血阴阳的失常, 也会导致情志的异常变化, 表现出惊恐的症状。

惊恐过度可伤五脏

1. 惊恐伤肾 由于五脏与情志活动有对应的关系,一般认为情志过度常损伤相应脏腑而发病,如《素问·阴阳应象大论》所论“怒伤肝”“喜伤心”“思伤脾”“忧伤肺”“恐伤肾”。惊恐皆为肾之志,因此,惊恐之志过度,容易伤肾,导致肾的封藏失职,表现为遗精、二便失禁、滑胎流产等症状。如《灵枢·本神》云:“恐惧而不解则伤精,精伤则骨痿痿厥”,认为恐惧状态长期不能解除,则会进一步损伤肾所藏之精,致筋骨痿软,发为痿厥之病。《素问·举痛论》亦说:“恐则气下……恐则精却,却则上焦闭,闭则气还,还则下焦胀,故气下行也”。认为惊恐过度,可以导致肾气不固、二便失禁等气机失调的病理变化。

但人的情志反应复杂而又微妙,各种情志变化往往可分而不可离,故情志因素常多情交织复合致病,因此惊恐之志过度,除了容易伤肾,导致肾伤而封藏失职,表现为遗精、二便失禁等症状外,还可以伤及其他脏腑,导致一系列疾病的发生。

2. 惊恐伤心 《灵枢·本神》提出:“怵惕思虑则伤神,神伤则恐惧自失,破胭脱肉”,认为怵惕思虑还可伤及心神,使神失所主,表现为恐惧不能自控,同时神气失于收摄则滑精,精气耗伤,形失所养而极度消瘦。《素问·举痛论》中亦说:“惊则气乱……惊则心无所倚,神无所归,虑无所定,故气乱矣”。认为突然受惊,常使气行紊乱,气血失调,心神失常,轻则心神不宁,见心悸、失眠、惊恐不安等;重则精神错乱,而见语无伦次,哭笑失常,狂言叫骂,躁动不安等。《素问·经脉别论》亦云:“惊而夺精,汗出于心”。王泰林《医学刍言·辨证概述》亦指出:“内伤七情:惊喜皆伤心,心跳不寐……恐伤肾,或心跳遗精,或腰痛脊痛”。由此可见,惊恐的情志常影响心神,导致心神不宁、手足无措等症状。

3. 惊恐伤肝 《黄帝内经》认为,惊恐的刺激还可影响肝,导致肝的功能失常,如《素问·经脉别论》云:“疾走恐惧,汗出于肝”,明代吴崑注云:“肝主筋而藏魂,疾走则伤筋,恐惧则伤魂,肝受其伤,故汗出于肝”。认为受到惊恐,可影响肝的功能,使人魂魄不安,出现汗出症状。亦有医家从《黄帝内经》有关惊与肝关系的论述得出,惊属于肝,惊能伤肝。认为惊在七情中与其他六情有别,其他六情皆由自生,而惊却被动而发,必有强烈的客观因素之刺激而突然发生。这种因素往往使人的气机一下子发生紊乱,亦即“惊则气乱”,可出现“心无所倚,神无所归,虑无所定”的心神紊乱的症状。然人的气机的正常运行,主要赖于肝的疏泄条达,调畅气机,使各脏腑的功能活动能正常进行。故气之紊乱主要是肝的调畅气机功能的紊乱。

惊能伤肝即是指此而言。心神紊乱的症状实由肝气紊乱继发而成,病在心,而因在肝^[2]。

4. 惊恐伤肺 《黄帝内经》还认为,惊恐的刺激可影响肺的气机升降,如《素问·举痛论》云:“恐则精却,却则上焦闭”,认为恐惧可使肾中精气下陷,不能上承心肺,导致心肺之气闭塞郁滞。《素问·经脉别论》亦云:“有所惊恐,喘出于肺”,认为受到惊恐,气机逆乱,还可影响肺的宣发肃降,导致肺气逆乱,出现呼吸气促、气喘等症状。现代研究也发现,惊恐发作者都有亚临床的肺功能受损表现。如有学者将17例惊恐发作患者与20名健康对照者相比,发现惊恐发作患者的肺功能的动力学参数,即最大呼气率(PEFR或FEFmax)、呼气量达肺活量75%时的气流量(VEF75)、最大中间呼吸量(MMEF,指用力呼气,呼出25%~75%的气流量)明显降低,说明惊恐发作和呼吸系统疾病之间显然是有联系的^[3],进一步佐证了惊恐与肺功能的正常与否亦密切相关。

5. 惊恐伤脾 对于惊恐伤脾,《黄帝内经》虽没有直接论述,但在《素问·腹中论》中提出:“夫热气慄悍,药气亦然,二者相遇,恐内伤脾,脾者土也,而恶木,服此药者,至甲乙日更论”。认为患有热证的人要是服用了芳草或矿石类的药物,就会内生惊恐而伤及脾脏。《四诊抉微·儿科望诊》亦提出:“唇中青色,风寒相感,发惊伤脾”。临床上,因卒受惊恐而导致腹痛、腹泻的病症也非常多见。究其原因,可能与脾肝肾之间的关系密切相关。肾为先天之本,主藏精,靠水谷精微的供养。脾为后天之本,主运化,有赖命门之火的温煦。若惊恐伤肾,肾气不固,气泄于下,火不生土,脾阳亏虚,可致久泻久痢、五更泄泻等^[4]。若惊恐伤肝,肝气横逆,克犯脾土,脾失健运,则可致惊泻,表现为大便清稀呈水样,或色青如草汁,胃纳不振,腹痛肠鸣,睡中惊悸等症^[5]。

五脏之疾均可致惊恐

情志活动由脏腑精气应答外在环境而产生,脏腑精气是情志活动产生的物质基础。《素问·阴阳应象大论》说:“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”。五脏藏精,精化为气,气的运动应答外界环境而产生情志活动。五脏精气的盛衰及气血运行的状态,在情志的产生变化中发挥着基础性作用^[6]。若五脏精气阴阳出现虚实变化,气血运行发生紊乱,则可出现情志的异常变化。因此,五脏之疾均可致惊恐。

1. 肾疾致惊恐 肾藏精、精舍志,情志活动的产生与肾所藏之精亦密切相关。肾精充盛,脑髓充足,神得所养,则情志活动正常;反之,肾虚固摄失职时,所藏之精日渐耗损,五脏六腑失于濡养,脑髓空虚,则所主之志异常,情志便也随之受到影响。《素

问·阴阳应象大论》曰：“在脏为肾……在志为恐”。肾之主志为恐，当因久病或房劳等因素造成肾中精气亏虚、或经脉之气运行失调时，则会导致神志不宁，而出现善恐的表现。如《灵枢·经脉》言：“肾足少阴之脉……是动则病饥不欲食……心如悬若饥状。气不足则善恐，心惕息如人将捕之”。

2. 肝疾致惊恐 肝属木，其性舒展条达，升发宣散，疏泄一身之气机，肝藏血，血舍魂，主管谋虑，直接与情志活动息息相关。肝病之时，气血疏泄不及或疏泄太过，肝不藏血导致血不舍魂，都可以使情志产生相应的波动和变化。肝在志为怒，因此肝病之时，容易出现善怒的情感活动，但是亦可导致惊恐，如《灵枢·本神》即云：“肝气虚则恐，实则怒”。《素问·调经论》亦曰：“血有余则怒，不足则恐”。认为肝中气血亏虚，血不舍魂，魂怯不安可致恐。另外，《素问·金匱真言论》曰：“东方青色，入通于肝……其病发惊骇”，《素问·大奇论》曰：“肝雍，两胁满，卧则惊……肝脉鸢暴，有所惊骇”，《素问·藏气法时论》曰：“肝病者……虚则目慌慌无所见，耳无所闻，善恐，如人将捕之”，《素问·痹论》云：“肝痹者，夜卧则惊”，均指出不论肝之实证还是虚证，都可出现惊骇善恐等表现。

3. 心疾致惊恐 心为君主之官，五脏六腑之大主，主神明，为人身之主宰，如《素问·灵兰秘典论》云：“心者，君主之官，神明出焉”；《灵枢·邪客》云：“心者，五脏六腑之大主也，精神之所舍也”，即言人的神志活动虽然归属于五脏，但与心的关系最为密切。血液是情志活动的重要物质基础之一，而心主血脉，心病之时，血液亏虚或运行失调，均可导致情志活动的异常。如《灵枢·本神》提出：“心气虚则悲，实则笑不休”。同时，《黄帝内经》还认为，心神受损，亦可出现惊恐的表现。如《灵枢·本神》提出：“心怵惕思虑则伤神，神伤则恐惧自失，破胭脱肉”，认为心神受伤，可使神失所主，表现为恐惧的情感不能自控。《素问·风论》亦指出：“心风之状，多汗恶风，焦绝善怒吓”，认为风迫于心时，木火合邪，扰乱神志，可表现为善怒或惊吓。

4. 脾疾致惊恐 脾主运化，为后天之本，气血生化之源，居于中焦，斡旋气机，主持五脏之气的升降出入，将精微物质布散周身，维系支持正常生命活动，故《素问·灵兰秘典论》云：“脾胃者，仓廩之官，五味出焉”。若脾胃功能失常，运化失司，则可致气血化生乏源，或致气血津液输布失常，甚则痰浊内生，进一步引发五脏功能失调，导致情志异常。如《灵枢·经脉》说：“胃足阳明之脉……是动则病洒洒振

寒，善呻，数欠……闻木声则惕然而惊，心欲动，独闭户塞牖而处”，认为脾胃经脉失常，可以出现惕然而惊的表现。另外，脾胃有病，亦可影响他脏而致惊，如《素问·气厥论》曰：“脾移热于肝，则为惊衄”，肝藏血，病主惊骇，肝受脾所传之邪热，精气损伤，或所藏之血为邪热所迫而不得归藏于肝，风火交作，则可发为惊骇、衄血等症。

5. 肺疾致惊恐 肺为“华盖”，主气司呼吸，主宣发肃降，主治节，治理调节全身的气机，参与宗气的形成，故《素问·六节藏象论》云：“肺者，气之本”，同时也治理调节水液代谢，通过宣发肃降功能参与水液的输布、运行和排泄，为“水之上源”，如《灵枢·决气》言：“上焦开发，宣五谷味，熏肤，充身，泽毛，若雾露之溉”。当肺主气、主治节的功能失常时，宣肃失司，升降不利，气机不畅，亦可影响情志的变化。《素问·阴阳应象大论》曰：“在脏为肺……在志为忧”。因此，肺气亏虚，神失所养，容易出现悲忧的情感。但现代研究也发现，肺疾病患者中常伴有焦虑和惊恐发作，据调查显示，慢性阻塞性肺疾病患者中焦虑和惊恐障碍的患病率为2%~90%^[7]，约6%~30%的哮喘患者报告的症状符合惊恐障碍的诊断标准^[8-9]。可见，肺的功能失常，亦可导致惊恐的发生。

综上所述，惊恐虽为肾之志，但临床并不能拘泥。通过对惊恐与五脏之间关系的梳理，说明情志与五脏之间并不能简单地归结为某志对某脏的单一模式，五脏之间相互影响，情志变化亦复杂多样，临证病情往往错综复杂，千变万化，这就需要医者详审病机，综合分析，才不致误。

参 考 文 献

- [1] 邢玉瑞,王平.中医基础理论.北京:人民卫生出版社,2011:82
- [2] 王长荣.试论惊属于肝.北京中医药大学学报,1996,19(6):21-22
- [3] 纪菊英.惊恐发作与肺功能动力学异常.国外医学精神病学分册,1997,24(3):190-191
- [4] 巩艳春.情志因素与脾胃病关系探析.吉林中医药,2013,33(6):544-545
- [5] 郭亚雄.平肝调脾汤治疗小儿惊泻86例.现代中医药,2010,30(6):56
- [6] 冯珂,林山,纪立金.解读“暴怒伤阴,暴喜伤阳”.中华中医药杂志,2018,33(8):3246-3248
- [7] 李景吾,杨权.肺部疾病与惊恐发作.现代诊断与治疗,1998,9(1):27-29
- [8] Shavitt R G,Gentil V,Mandetta R.The association of panic/agoraphobia and asthma:contributing factors and clinical implications.Gen Hosp Psychiatry,1992,14(6):420-423
- [9] Carr R E,Lehrer P M,Rausch L L et al.Anxiety sensitivity and panic attacks in an asthmatic population.Behav Res Ther,1994,32(4):411-418

(收稿日期:2019年1月2日)