

古代情志致病理论在中医心身疾病诊治中的应用

张慧, 柳红良, 赵志付

(中国中医科学院广安门医院, 北京 100053)

摘要: 古代情志致病理论主要体现在“形神合一”“五脏七情致病”和“体质致病”3个方面。中医心身疾病在古代情志致病理论的基础上, 诊断强调社会、心理因素, 治疗重视心理疏导且遣方用药灵活多变, 同时还强调未病先防, 养生调神。其中医心身病证临床诊疗丰富的理论认识 and 实践经验, 为现代心身疾病的诊治和预防带来极大裨益。

关键词: 情志致病; 心身疾病; 中医诊治

基金资助: “十二五”国家科技支撑计划课题 (No.2013BAI02B09)

Application of ancient emotional diseases theory in TCM diagnosis and treatment of psychosomatic diseases

ZHANG Hui, LIU Hong-liang, ZHAO Zhi-fu

(Guang'anmen Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing 100053, China)

Abstract: The ancient emotional diseases theory mainly show three aspects, “unity of appearance and spirit”, “five viscera and seven emotions diseases” and “physical disease”. Under the guidance of this principle, psychosomatic diseases in TCM clinical treatment emphasize the pathogenic factors of society, psychology, psychological dredging therapy, flexible prescription, but also stress that the prevention of diseases, adjustable health, the accumulation of clinical diagnosis and treatment of theoretical knowledge and practical experience bring great benefits to the treatment and prevention of psychosomatic diseases.

Key words: Ancient emotional diseases theory; Psychosomatic diseases; TCM diagnosis and treatment

Fund assistance: National Key Technology R&D Program during the ‘Twelfth Five-year’ Plan Period (No.2013BAI02B09)

心身疾病是一组发生发展与心理社会因素密切相关, 但以躯体症状表现为主的疾病。随着社会的现代化, 高效率 and 快节奏的生产方式的出现, 人们的心理负荷受到重压, 使人们的心身处于高应激状态。因此, 这种以躯体症状为主, 且在发病、发展、转归和防治方面与心理、社会与环境等因素密切相关的“心身疾病”日益增多。具有两千多年历史的中医学, 有着内容丰富的情志致病的理论, 在现代心身疾病的诊治中被赋予新的内涵并推到了医疗的前沿。

古代情志致病理论考

1. 形神合一论 “形神合一”是融会于中医学的中国古代哲学的一个重要思想, 是中医学整体观念特点的体现, 也是古代情志致病的理论基础。“形”指形体, 指人体的脏腑、组织、器官等有形结构, “神”指人类所具备的包括认知、情感和意志3个方面的精神或心理活动。在《灵枢·本脏》中提到: “人之血气精神者, 所以奉生而周于性命者也”, 指出了

神是人体生命活动的外在表现, 血气是人体生命的物质基础, 形与神构成了人体生命的根本。《素问·上古天真论》也提到了“能形与神俱, 而尽修其天年”的形身合一的养生观。

“形神合一”的思想说明了心理与生理的对立统一、精神与物质的对立统一, 阐释了形与神之间是辩证关系, 二者是相互依存、相互影响、密不可分的一个整体。古代情志致病的理论就是根源于“形神合一”的生命观, 与现代心身医学的“心身合一”观同出一辙。

2. 五脏七情致病论 人有七情, 包括喜、怒、思、忧、悲、恐、惊等情志变化。七情是以五脏运化的气血为物质基础, 因而, 五脏的生理功能可影响人体的情志活动。反过来, 情志过激又能直接影响脏腑的气机逆乱、气血失调, 导致各种病证的发生。

中医认为七情分属五脏, 为五脏所主, 同时, 七情又与五脏分别配属, 有其五行相克关系。七情属五

通讯作者: 赵志付, 北京市西城区北线阁5号中国中医科学院广安门医院心身医学科, 邮编: 100053, 电话: 010-88001406

E-mail: benpengpeng@hotmail.com

脏,在心为喜,在肝为怒,在脾为思,在肺为悲(忧),在肾为恐(惊)。若情志太过则会损伤五脏,《素问·阴阳应象大论》提到“怒伤肝”“喜伤心”“思伤脾”“忧伤肺”“恐伤肾”。同时,七情过激也会引起人体气机的变化,《素问·举痛论》言:“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下”,“惊则气乱”“思则气结”。按照七情的五行相克关系,《素问·阴阳应象大论》提出了:“悲胜怒”“恐胜喜”“怒胜思”,“喜胜忧”“思胜恐”的情志相胜理论,为临床诊治情志疾病提供了依据。

虽然七情配属五脏,分属五行,但中医很重视“心”在情志疾病中的作用,《黄帝内经》中就谈及了各种情志可以伤心,如《灵枢·邪气脏腑病形》云:“愁忧恐惧则伤心”,《灵枢·口问》曰:“悲哀愁忧则心动,心动则五脏六腑皆摇”,《灵枢·百病始生》云:“忧思伤心”等。在《灵枢·本神》中还提到了“怵惕思虑伤心、愁忧伤脾、悲哀伤肝、喜乐伤肺、大怒伤肾”等不按五行配属的情志致病,反映了情志致病,错综复杂,有常有变,不可用五行一概而论的思想。

3. 体质致病论 体质是指机体以五脏为中心的形态结构、功能活动和精血津液等生命基础要素的总和,它由先天禀赋与后天发育共同构筑而成^[1]。情志因素是否诱发疾病或易发何种疾病,与个体禀赋体质差异密切相关。

《黄帝内经》从不同角度对人体体质做了分类,《灵枢·通天》《灵枢·阴阳二十五人》分别提出了“阴阳五行”人和“阴阳二十五”人,概括了人体体质的复杂类型,也说明了人体存在着强-弱、实-虚、动-静、亢-抑等不同偏颇^[1],这种偏颇直接影响到人体的情志表现和罹患疾病的发生、演变和治疗。《灵枢·五变》中提出了:“夫柔弱者,必有刚强,刚强多怒,柔者易伤也”,《灵枢·通天》曰:“古人善用针艾者,视人五态乃治之,盛者泻之,虚者补之。”

《严氏济生方·妇人论治》中,还强调了男女体质的不同导致的情志不同所罹患的疾患和治疗也有所差别:“若是四时节气,喜怒忧思,饮食房劳为患者,(妇女)悉分丈夫同也……又况慈恋、爱憎、嫉妒、忧患、抑郁不能自释,为病深固者,所以治疗十倍难于男子”。

除此之外,地域环境气候的不同、居民生活习惯的不同也会影响人体的体质,从而导致的病证和治法也随之相异。如吴德汉《医理辑要·锦囊觉后篇》曰:“要知易风为病者,表气素虚;易寒为病者,阳气

素弱;易热为病者,阴气素衰;易伤食者,脾胃必亏,易劳伤者,中气必损”,说明体质决定着对某些致病因素的易感性。朱丹溪《格致余论》言:“凡人之形,长不及短,大不及小,肥不及瘦,人之色,白不及黑,嫩不及苍,薄不及厚。而况肥人多湿,瘦人多火,白者肺气虚,黑者肾不足。形色既殊,脏腑亦异,外证虽同,治法迥别也”,说明体质的不同,罹患疾病有异而治法也有差别。

中医心身疾病诊治论

1. 诊断强调社会心理因素 中医诊治心身疾病,十分重视社会、心理因素在疾病中的作用,《百病吟》中就有“百病起于情,情轻病亦轻”的记载^[2]。在《黄帝内经》中还提到医者在诊病时,不仅要了解患者的个人情况,如年龄、饮食起居等,还要洞悉患者的社会处境、遭遇等因素:“凡诊病者,必问尝贵后贱,虽不中邪,病从内生,名曰脱营,尝富后贫,名曰失精”,“入国问俗,入家问海,上堂问礼,临病人问所便”,并在《素问·疏五过论》中归纳和强调了在诊断中出现的忽视社会、心理因素的过失,如不问病人的社会经济状况,谓“尝贵后贱不知”,忽略暴乐暴苦,始乐始苦,不懂“暴怒伤阴、暴喜伤阳”,不察社会心理,未了解“贵贱”,“封君败伤,及欲侯王。故贵脱势,虽不中邪,精神内伤,身必败亡”等^[3]。

张景岳在《景岳全书》中还论述了心理活动对形体及其生理活动的作用:“虽神由精气所生,然所以统摄精气而为运之主者,则又在吾人心之神”,突出了心理活动对形体及其生理机能产生的重要作用,即心理活动以形体的生理机能为基础,又高于生理过程。

2. 治疗重视心理疏导 早在远古时期我国就有巫医祝由术,是最原始的心理治疗方法。《山海经》《说范》等典籍也记载了一些心理治疗的例子。在《灵枢·师传》中提到:“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,恶有不听乎?”此为中医心理疏导理论的起源。心理疏导的方法主要有以下3种。

2.1 情志相胜疗法 是用一种情志活动去纠正另一种情志刺激所引起的疾病,从而达到治疗的目的,其机制是七情配属五脏,五脏分属五行。《素问·阴阳应象大论》与《素问·五运行大论》曰:“怒伤肝,悲生怒”,“喜伤心,恐胜喜”,“思伤脾,怒胜思”,“忧伤肺,喜胜忧”,“恐伤肾,思胜恐”。在《三国志》中就记载了华佗痛骂郡守,令其恼怒得“吐黑血升余”,而致疾病痊愈的病案;元代的张子和倡导以情胜情法,在《儒门事亲》述其用激怒病人的以怒

胜思疗法治疗一富家妇女因思虑过度而导致的两年不寐,最终,“其人大怒汗出,是夜困眠”,且张子和较早地应用了音乐治疗情志疾病。

2.2 言语开导法 是医者根据病人的实际情况和个性特征,正确运用“语言”这一工具,对病人启发诱导,劝说解释,以消除病人的顾虑及心理障碍,使之积极主动地配合医者治疗的方法。赵晴初在《存存斋医话稿续集》中指出:“无情之草木不能治有情之病,以难治之人,难治之病,须凭三寸之舌以治之”,说明了“三寸之舌”,即言语开导在调理情绪中的极其重要的作用。

2.3 移精变气法 《素问·移精变气法》曰:“古之治病,惟其移精变气”而已,是通过转移患者的精神意念,排遣思情,改移心志,创造一个治愈其病的心理环境,而易移精气,变利气血祛病的方法。其有两种方法,一种是将心理疾病转移到躯体上加以排除,如《怪病神医录》中记载的“意引于外发内痛”,一种是将躯体疾病转移到心理以治愈,如《儒门事亲》中的“聆听趣谈忘泻泄”,《理瀹骈文》的“七情之病者,看书解闷,听曲消愁,有胜与服药亦”。

3. 遣方用药,灵活多变

3.1 简要立方 《素问·能病论》指出:“有病怒狂者……治之奈何……使之服以生铁洛饮,生铁洛者,下气疾也”。

3.2 据五脏病位辨证组方 《素问·宣明五气篇》“心藏神,肝藏魂,脾藏意,肺藏魄,肾藏志,是谓五脏所藏”,宋代陈无铎言:“七情,人之常情,动之则先自脏腑郁发,外形于肢体,为内所伤”。七情太多可伤及五脏,五脏有病亦可导致情志变化。

养心安神是治疗情志病的基本方法。《灵枢》有云:“悲哀愁忧则心动,心动则五脏六腑动摇”。《灵枢·邪客篇》曰:“心者,君主之官也,神明出焉”。说明七情的表现及其所伤而引起的症状虽有五脏之分,但七情伤及五脏与否和深浅,取决于心,故治以养心安神,如酸枣仁汤、天王补心丹、甘麦大汤、百合知母汤等。《素问·灵兰秘典篇》云:“肝者,将军之官,谋虑出焉”,舒肝理气在情志病的治法中也最为常用,方如四逆散、小柴胡汤、柴胡舒肝散等。《辨证录》指出惊悸“皆心肝二部之血虚也。血虚则神无所归,魂无所主”,治之当以生血之剂,大补其心肝,方用安定汤、镇神丹或镇心丹等。《临证指南医案》:“情怀悒郁,五志热蒸,痰聚阻气,脘中窄隘不舒,胀及背部,上焦清阳欲结,治肺以展气化”,方中常

用枇杷叶、杏仁、瓜蒌皮、半夏、郁金、薤白、苏子、降香、川贝等宣肃肺气,以斡旋全身气机的功能。

3.3 气血痰瘀郁立论用药 气机失常是心身疾病最基本的病理特点之一,气滞则血凝,病延日久,可引起气滞血瘀证。气滞日久,也可导致水湿不运,或郁而化火,火热蒸湿灼津而成无形之痰。《灵枢·百病始生篇》所说:“若内伤于忧怒,则气上逆,气上逆则六输不通,温气不行,凝血蕴裹而不散,津液涩滞著而不去”;颜德馨常谓“百病无不由于气者,气机阻滞则成郁”;陈士铎在《辨证录》中云:“痰积于胸中,盘踞于心外,使神明不清”即成呆病。在用药上,张景岳“怒郁不解或生痰”者易温胆汤,

4. 未病先防,养生调神 《素问·上古天真论》中“精神内守,病安从来”、“恬淡虚无”和《素问·四气调神大论》的“四气调神”等都体现了未病先防的思想。《老子》曰:“内观其心,心无其心”。广成子曰:“毋劳尔形,毋摇尔精,毋使尔思虑营营,岂惟却病,并可长生”。《寿世保元·延年良箴》:“身心安逸,四大闲散,可以延年”。另外,古代医家已经认识到“胎教”对于婴儿身心发育,预防心身疾病发生的重要性,如在“胎毒”一案里,把一女得病,责之于“此胎受惊也”^[2]。孙思邈强调情志调摄,在对情志病脏腑证治的实践中创制了诸多有效方剂外,对情志病的防治和“怡情摄生”相结合的成功经验在实践中也有着重要的价值。

结语

古代情志致病理论源远流长、内容丰富,强调心身统一,重视情志与疾病的关系,并形成了独特的情志医学体系,被誉为“中医学的精华和灵魂”。现代社会,随着人类的生活方式、行为习惯和心理状态发生的巨大变化,心身疾病逐渐增多,而中医心身病证临床诊疗丰富的理论认识 and 实践经验,为现代心身疾病的诊治和预防带来极大裨益。同时,发扬中医对心身疾病诊疗的特色和优势,也将会促进中医理论的发展和充实。

参考文献

- [1] 张蕾.浅谈体质与情志的关系.天津中医药大学学报.2006,25(2):231
- [2] 孔炳耀.中西医临床心理学指南.北京:人民卫生出版社,2007:5
- [3] 高金虎.《内经》对心身医学的论述与贡献.临床心身疾病杂志.2005.11(4):383

(收稿日期:2014年1月17日)