

## 中医“思”志致病常见病证探析

滕晶

(山东中医药大学附属医院 山东 济南 250011)

**摘 要:**“思”志为中医七情之一,“思”志过用称之为思虑过度。它是诸多疾病产生的重要病因。择取4种因思虑过度导致的常见病证进行分析,总结其发病机制和病证特点,以期临床辨识与辨治“思”志致病提供重要依据。

**关键词:**思志;病证

**中图分类号:**R228

**文献标识码:**A

**文章编号:**1673-7717(2011)09-2028-02

## Analysis of Common Syndromes of Deliberation - caused Disease by TCM

TENG Jing

(Affiliated Hospital of Shandong University of TCM, Jinan 250011, Shandong, China)

**Abstract:** Deliberation is one of seven emotions. If it is excessive, it is called over-deliberation. It can cause many diseases. Through the analysis of four deliberation cases, we summarize pathogenesis and syndrome features of the deliberation in order to provide an important basis for clinical identification and treatment.

**Key words:** Deliberation; Syndromes

《儒门事亲》曰“思气所至,为不眠,为嗜卧,为昏瞢,为中痞,三焦闭塞,为咽嗝不利,为胆瘴呕苦,为筋萎,为白淫,为得后与气,快然如衰,为不嗜食。”我们通过临床观察,发现因思虑过度导致的病证常见失眠、头痛、眩晕、腰痛、咽部不适、咳嗽、心悸、胃脘痞满、腹胀、噎膈及许多躯体性疾病所并发的心理障碍疾病。此类患者往往以形体症状就诊,使医者往往忽视了“思”志致病的基本病因,因而造成临床治疗效欠佳。针对此,以下以期临床辨识与辨治思志致病提供依据。

## 1 失眠

《淮南子·说山训》曰“念虑者,不得眠;止念虑,则有为其所止矣。”葛洪在《抱朴子·极言卷十三》中说“寢思失时,伤也。”由思虑过度导致的失眠十分多见。

## 1.1 病变机制

1.1.1 气滞痰阻 思则气结,因思虑过度则致气机结滞,神气不伸,故当寤而不寤,当醒而不醒;气机运行受碍,则失去正常化气行水的功能,水津代谢障碍,聚成痰浊阻于体内,则导致失眠的发生,如《严氏济生方》所说“惊忧思虑,气结成痰,留蓄心包”;痰蕴积日久化热扰神亦可不

眠。《景岳全书》说“思虑过伤,火炽痰郁,而致不寐者多矣。”

1.1.2 阴虚火旺 思虑久久不解,耗伤人体阴血,阴血不足无以制火,虚火妄动体内,则神魂不宁而不寐。《不居集·上集·卷之二·心经虚分阴阳》说“思虑太过,烦热不寐”,“劳伤焦思,耗血损气,热渴不寐”。

1.1.3 心肾失交 思虑过度,日久导致肾阴耗伤,水不济火,心阳独亢及五志过极,心火内炽,不能下交于肾,心肾失交,心火亢盛,均可扰乱神明而致失眠。如郑寿全《医法圆通》所说“因忧思而致者,由过于忧思,心君浮躁不宁,元神不得下趋以交于阴,故不得卧。”

1.1.4 心脾两虚 思虑劳倦太过,伤及心脾,阴血暗耗,营血亏虚,上不奉心,以致心神不安而失眠。《严氏济生方》说“思虑过制,耗伤心血”,《类证治裁》曰“由思虑伤脾,脾血亏损,经年不寐”《景岳全书·不寐》指出“劳倦思虑太过者,必致血液耗亡,神魂无主,所以不眠。”

## 1.2 病证特点

因思虑过度导致的失眠往往具有长期的病程,短时间内很难改善,而咳嗽、呕吐、腹满等其他病症导致的失眠多是暂时的,待病理因素去除后,睡眠自然恢复正常。思虑过度失眠患者存在着社会、家庭和工作等的压力,遇到难以解决的事情便萦绕心间,难以释怀,或平素即多思多虑,使阳气扩张于外,不得入阴,表现为眠浅易醒,或夜寐增多,严重者则彻夜不寐,醒后疲劳明显。此类患者失眠后又表现出睡眠质量的过度关注,终日处于惦念和忧虑之中,从而加重了失眠,使失眠反复发作,缠绵难愈。

收稿日期:2011-04-21

基金项目:山东省优秀中青年科学家科研奖励基金资助项目(2008BS03047);山东省自然科学基金资助项目(ZR2009C1041)

作者简介:滕晶(1972-),女,山东济南人,副教授,博士后,研究方向:中医内科学教学及神经系统疾病的研究。

## 2 咳嗽

咳嗽是指肺失宣降,肺气上逆作声,咯吐痰液而言,为肺系疾病的主要证候之一。咳嗽分为外感咳嗽和内伤咳嗽,而在内伤咳嗽中因思虑过度导致咳嗽的亦不少见。

### 2.1 病变机制

2.1.1 气机郁阻 思则气结,气郁不畅,结于肺则肺失其宣肃之职,升降无权,气机上逆,上冲于咽喉而发为咳嗽。

2.1.2 痰湿内停 思则气结,中焦不运,痰湿内停所致的咳嗽,反复病久,肺脾两伤,可出现痰从寒化为饮,病延及肾的转归,表现为“寒饮伏肺”或“肺气虚寒”证候,成为痰饮咳嗽。

2.1.3 营卫失和 忧思思虑过度,内耗心肺之气,心主营血,肺主卫气,心肺亏虚,则营卫之气亦不足,营主于内,卫主于外,二气不能相守,则机体易于感受外邪而引发咳嗽。陈无择在《三因极一病证方论》中指出“凡忧思思虑之内伤不足,必先上损心肺,心主营,肺主卫,二气既亏,不耐烦劳,易于受邪,惟养正则邪自除,无麻桂大劫散之理,故内伤必取法乎东垣。今形倦不食,呛咳不已,吐痰若黏涎,皆土败金枯之象,急与甘缓补法。”

2.1.4 肺阴亏虚 思甚气结而有所留止,气机不畅,郁而化火,虚火内生,耗伤肺阴,灼伤肺津,肺津亏虚,肺体失于濡润则肺失宣肃之职,升降逆乱,肺气上逆而致咳嗽发生。

### 2.2 病证特点

因思虑过度导致的咳嗽往往起病缓慢,病程较长,易于反复发作。咳嗽时作时止,咳声多低怯而重浊,午后、黄昏、夜间较重,尤其在情绪波动时加重明显,咳嗽多为干咳,少痰,痰质黏稠,呈块状,较硬,色多呈灰色,痰量较少时则表现为咽中如有物阻隔,吐之不出,咽之不下,咽部胶着不畅。因忧思过度导致的肺阴亏虚咳嗽,虽然初起轻微,但如延误失治,则往往逐渐加重,易于成为劳损。

## 3 噎膈

早在《内经》时代,就已经认识到忧思与噎膈的产生有很大关系。隋·巢元方将噎膈分为气、忧、食、劳、思五噎;忧、悲、气、寒、热五膈。宋·严用和《济生方·噎膈》认为:“倘或寒温失宜,饮食乖度,七情伤感,气神俱忧……结于胸膈,则成膈,气流于咽嗝,则成五噎。”《太平圣惠方·第五十卷》认为“寒温失宜,饮食乖度,或悲怒气逆,思虑伤心致使阴阳不和,胸膈否塞,故名膈气也。”由此可见,忧思过度是导致噎膈的一个重要原因。

### 3.1 病变机制

3.1.1 气郁痰阻 脾主思,主运化水湿,忧思不解则伤脾,脾伤则气结,水湿失运,滋生痰浊,壅遏中气,气郁痰阻,而成噎膈。《医宗必读·反胃噎膈》认为噎膈,“大抵气血亏损,复因悲思忧虑,则脾胃受伤,血液渐耗,郁气生痰,痰则塞而不通,气则上而不下,妨碍道路,饮食难进,噎塞所由成也。”

3.1.2 痰瘀阻滞 忧思不舒,气机不畅,气血运行受阻,痰瘀阻滞食道,而成噎膈。《医学津梁》在论述噎膈时指出:“由忧郁不升,思虑太过,急怒不伸,惊恐变故,以致血气并结于上焦,而噎膈多起于忧郁,忧郁而气结,气结于胸,膈而生痰,久者痰结块胶于上焦,通络窄狭,不能宽畅,饮或可

下,食则难入而病成矣。”

3.1.3 阴血亏虚 思虑过度,气结不畅,耗伤阴血,阴血不足,食道失润,燥结于下,遂致噎膈。明代张景岳认为“噎膈一证,必以忧愁,思虑,积劳,积郁或酒色过度,伤阴而成,……伤阴则阴血枯涸,气不行则噎膈病于上,精血枯涸则燥结病于下。”

### 3.2 病证特点

因思虑过度导致的噎膈与饮食等原因导致的噎膈有明显差别,因饮食等原因导致的噎膈多有暴饮暴食或恣食辛辣等饮食不节诱因,而致食管干涩、狭窄,食物通过时有滞留感,胸骨后有烧灼感或疼痛感,因思虑过度导致的噎膈与情绪波动关系密切,抑郁不舒、心情焦躁时,食管干涩、狭窄,食物滞留感加重,胸骨后烧灼样感及疼痛感也明显加重。

## 4 腰痛

《三因极一病证方论·腰痛病论》说“夫腰痛属肾虚,亦涉三因所致;在外则脏腑经络受邪,在内则忧思恐怒,以至房劳堕坠,皆能使痛。”《景岳全书·杂证谟·腰痛》说:“腰痛之虚证十居八九,但察其既无表邪,又无湿热,而或以年衰,或以酒色斫丧,或七情忧郁所致者,则悉属真阴虚证。”可见,腰痛的形成亦与思虑过度有关。

### 4.1 病变机制

4.1.1 气机阻滞 素善忧思,不能自制,导致气机郁滞,阻于腰部,不通则痛。如《景岳全书·腰痛》说“腰痛证凡悠悠戚戚,屡发不已者,肾之虚也……郁怒而痛者,气之滞也。”

4.1.2 体虚气衰 素体虚弱,禀赋不足,加之忧思难解,耗伤精气,致使气虚不充,腰部失于温煦而致腰痛。如《景岳全书·腰痛》说“腰痛证,凡悠悠戚戚,屡发不已者,肾之虚也……忧思思虑而痛者,气之虚也。”

4.1.3 精气亏耗 思虑日久,耗伤气血,气血亏虚,损及根本,肾精亦亏,肾阳亦亏,腰部失去滋养而疼痛。《灵枢·五癃津液别》说“虚,故腰背痛而胫酸。”

### 4.2 病证特点

因思虑过度导致的腰痛多以腰两侧酸胀痛为主,与气候变化及时间无关,腰痛喜按,患者在心理情绪上表现为闷闷不乐,忧愁善感,时或情绪不畅,易怒易悲,且腰痛与情绪的变化明显相关,思虑过度时腰痛症状明显加重。临床行腰部理化检查未有明显的异常。此类腰痛与因外感、跌扑损伤而致的腰痛有明显差别,因外感六淫等邪所致的腰痛或以冷痛或以重浊酸痛为主,得热则缓,天气变化时明显加重;因跌扑损伤等导致的腰痛多以刺痛为主,夜甚,疼痛拒按,腰痛可以放射到其他部位,可引起腰脊强、背痛等症。

综上所述,思志致病的病理过程十分复杂,思虑过度导致了气、火、风、痰、瘀、虚各种病理变化与产物产生,这些病理变化或产物单独或相互交织在一起,导致多样病证产生。此类病证多起病缓,病程较长,呈现慢性反复发作的过程。患者除具有形体症状外,多同时存在着忧思、郁闷或烦躁等情绪的改变,其形体症状变化与其思虑的程度有关,因此,对于因思虑过度导致的病证,除及早进行辨识外,在药物治疗的同时,还应进行心理调摄。