

情志病的发生机制探析

杨巧芳, 孟庆刚

(北京中医药大学, 北京 100029)

摘要: 基于现代社会情志致病的普遍发生, 对情志致病的机制进行探讨, 旨在为制定有效的预防和治疗策略提供帮助。并认为体质虚弱是情志致病的内在根本, 外界刺激是情志致病的诱发因素, 情志异常是情志致病的中心环节。

关键词: 情志病; 机制

中图分类号: R229

文献标识码: A

文章编号: 1673-7717(2009)05-0949-03

Discussion about the Pathogenesis of Sentimental Sickness

YANG Qiao-fang MENG Qing-gang

(Beijing University of Chinese Medicine Beijing 100029, China)

Abstract Based on sentimental sickness rate's markup in the modern society, the occurrence mechanism which gets sick to the sentiment would be carried on the discussion, for the purpose of providing the help for effective prevention and the treatment strategy. We thought that the physique is the intrinsic basis which sentimental sickness occurs, the outside stimulation is the suggestion factor which mental illness occurs, and the sentiment exceptionally is the center link which sentimental sickness occurs.

Key words sentimental sickness; pathogenesis

随着社会精神心理问题的日益增加, 医学模式也由原来的生物医学模式向生物—心理—社会模式以及生物—心理—社会—环境的后现代医学模式转变, 人们对健康生活的理解发生重要变化, 对精神生活追求不断加强, 社会竞争压力不断增加, 由精神心理问题导致各种疾患的问题也显得格外突出, 人类情感活动与健康的关系, 越来越受到人们的高度重视和关注。本文就情志致病的机制作一剖析, 以期对疾病的治疗和预防提供帮助。

1 体质虚弱是情志致病的核心

近年来, 国家重点基础研究发展计划“基于因人制宜思想的中医体质理论基础研究”提出 4 个重要论断: (1) 体质可分论, 即体质可以客观分类; (2) 形神构成论, 即体质是特定躯体素质与一定心理素质的综合体; (3) 体病相关论, 即体质类型影响疾病的倾向性; (4) 体质可调论, 即通过干预可以调整体质偏颇。从上述理论我们可以认为, 不同的人具有不同的体质特征; 体质不仅包括生理体质, 也包括心理素质, 生理体质是心理素质的物质基础, 两者密不可分。

分, 而心理素质则正是情志致病发生的直接内在根据; 但体质又不是一成不变的, 我们可以通过后天的干预和调整来改变体质的特性, 从而有效的预防情志致病的发生。

1.1 邪之所凑, 其“质”多虚

体质是指在人体生命过程中, 在先天禀赋和后天获得的基础上所形成的形态结构、生理功能和心理状态方面的综合的、相对稳定的固有特质, 是人类在生长、发育过程中所形成的与自然、社会环境相适应的人体个性特征。表现为结构、功能、代谢以及对外界刺激反应等方面的个体差异性, 对某些病因和疾病的易感性, 以及疾病传变转归中的某种倾向性。它具有个体差异性、群类趋同性、相对稳定性和动态变化性等特点。这种体质特点或隐或现地体现于健康和疾病过程之中^[1]。它是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本要素的总和, 是由先天禀赋和后天发育共同构筑而成, 具有相对稳定的生理特性^[2]。它通过人体形态、功能和心理活动的差异性表现出来, 脏腑经络和精气血津液是体质的生理学基础。体质在一定程度上反映了正气的盛衰偏颇, 体质强者, 抗邪、驱邪、调节、修复能力强, 不易感邪发病; 体质弱者, 御邪抗病修复能力差, 易感邪而发病。所以, 感邪后是否发病一定程度上取决于体质的强弱, 《灵枢·五变》曾以斧斤伐木为喻, 作了精辟形象的论述, 指出: “木之阴阳, 尚有坚脆, 坚者不入, 脆者皮弛, 至其交节, 而缺斧斤焉。夫一木之中, 坚脆不同, 坚者则刚, 脆者易伤, 况其材木之不同, 皮之厚薄, 汁之

收稿日期: 2008-12-27

基金项目: 国家科技支撑计划项目 (2006BAI08B05); 国家自然科学基金资助项目 (90409005)

作者简介: 杨巧芳 (1975-), 女, 内蒙古呼和浩特人, 讲师, 博士研究生, 研究方向: 基于系统复杂性中医药信息研究。

通讯作者: 孟庆刚 (1964-), 男, 辽宁人, 教授, 博士研究生导师, 双博士后, E-mail: mqganga@126.com

多少,而各异耶?夫木之蚤花先生叶者,遇春霜烈风,则花落而叶萎;久曝大旱,则脆木薄皮者,枝条汁少而叶萎;久阴淫雨,则皮薄多汁者,皮溃则漉;卒风暴起,则刚脆之木,枝折机伤;秋霜疾风,则刚脆之木,根摇而叶落。凡此五者,各有所伤,况于人乎!”

除此而外,《内经》多处论述了这一观点,“虚邪贼风”侵袭虚体而发病。例如:“肉不坚,腠理疏松而发病。(《灵枢·五变》)风雨寒热,不得虚,邪不能独伤人,卒然逢疾风暴雨而不病者,盖无虚,故邪不能独伤人,此必因虚邪之风,与其身形,两虚相得,乃客其形,两实相逢,众人肉坚。(《灵枢·百病始生》)以身之虚,而逢天之虚,两虚相感,其气至骨,入则伤五脏。(《素问·八正神明论》)”

1.2 体质不同 其病各异

体质与正气均是精气血精液盛衰和脏腑经络结构与功能的反映,正气作为对整个人体生命物质及其功能的高度概括,重在“能力”的差别,只有强弱之分,而无类别之别;而体质是对人体生命活动现象整体表现特征的概括,即对人身心特征的概括,重在“质”的差别,既有强弱之分,又有不同类型的划分,因此,体质不但决定了发病与否和修复、调节能力的强弱,还决定了发病的倾向性及疾病的病性、病位和病势^[1]。

在正常生理条件下,每个个体存在着一定的或阴或阳的偏盛或偏衰、偏多或偏少,导致了不同个体之间在生命活动表现形式上的某种倾向性和属性上偏阴偏阳的差异性,从而决定了人体体质的多样性。由于机体自身生理范围内阴阳的盛衰偏颇,决定了个体处于不同的机能状态,从而对外界刺激的反应性、亲和性、耐受性不同,也就是选择性不同,正所谓“同气相求”,所以个体对某些病邪的易感性、耐受性不同,由于个体对某些病因的易感性不同,进一步决定了不同体质的人不同的发病倾向性^[3]。章虚谷认为:“六气之邪,有阴阳不同,其伤人也,又随人身之阴阳强弱变化而为病”,这种“病之阴阳,因人而变”和“邪气因人而化”的观点,就是由于个体体质的差异性而导致疾病的多变性。《素问·风论》曰:“风之伤人也,或为寒热,或为热中,或为寒中,或为厉风,或为偏枯,或为风也,其病各异。”而造成这种差异性的原因,是体质“因人而异”所致。

如:其人肥,则风气不得外泄,则为热中而目黄,人瘦则外泄而寒,则为寒中而泣出。(《素问·风论》)

消瘠,仆击,偏枯,气逆发满,甘肥贵人则膏粱之疾也。(《素问·通评虚实论》)

虚邪之中人,……阳盛则为热,阴盛则为寒。(《灵枢·刺节真邪》)

一时遇风,同时得病,其病各异,愿闻其故……凡此五者,各有所伤,况以人乎……肉不坚,腠理疏,则善痛风……五脏柔弱者,善病消瘠。(《灵枢·五变》)

有人于此,并行而立。其年之长少等也,衣之厚薄均也。卒然遇烈风暴雨,或病或不病。(《灵枢·论勇》)

人之禀赋不同,而受病亦异。顾私己者,心肝病少,顾大体者,心肝病多,不及情者,脾肺病少,善钟情者,脾肺病多。任沉浮者,肝肾病少,矜志节者,肝肾病多,病起于七情,而五脏因之受损”。(《理虚元鉴·原序》)

1.3 “情”之生成,体质为营

脏腑是构成人体,维持正常生命活动的中心,人体的各项生理活动都离不开脏腑的协调配合,所以,个体体质的差异必然以脏腑为中心,脏腑的形态和功能特点是构成并决定体质差异的最根本的因素。正如《景岳全书·传忠录》曰:“若其同中之不同也,则脏器各有强弱,禀赋各有阴阳。脏有强弱则神志有辨也,颜色有辨也,声音有辨也,性情有辨也,筋骨有辨也,饮食有辨也,劳逸有辨也,精血有辨也,勇怯有辨也,刚柔有辨也……此固人人之有不同也。”脏气发生偏聚盈虚的体质改变,可使体内形成某种情感好发的潜在环境,使人对外界刺激的反应性增强,使七情的产生有一定的选择性和倾向性^[4]。

“精气并于心则喜,并于肺则悲,并于肝则忧,并于脾则畏,并于肾则恐。(《素问·宣明五气》)肝气虚则恐,实则怒……心气虚则悲,实则笑不休。(《灵枢·本神》)”

1.4 体质虚弱 易伤以“情”

人的体质虚弱,容易被情志所伤,如《内经》中有这样的叙述:“人之有不可病者,至尽天寿,虽有深忧大恐,怵惕之志,犹不能减,甚寒大热,不能伤也;其有不离蔽室内,又无怵惕之恐,然不免于病。”(《灵枢·本脏》)“色赤小理者心小,……心小则安,邪不能伤,易伤以忧;五脏皆小者,少病,苦焦心,大愁忧”。(《灵枢·本脏》)

2 刺激是情志致病的扳机

“喜、怒、哀、悲之气,性也,及其见于外,则物取之也”(《郭店楚简》),“人禀七情,应物斯感”(《文心雕龙》),意思是说,喜怒哀悲等情绪反应是人的天性,它表现于外,由外物引发。当一个人的生活境遇发生骤然变化时,尤其是从富有变为贫穷或职位的骤然下降,或当人在情感方面受到打击或不能满足情感的需要时,人在心理上往往不能接受,导致心理上的不平衡,容易产生情志的变化,进而引发疾病。我们的先哲在很早以前就已经开始重视情志致病发生的诱发因素,认为境遇的变迁能乱人情志,引发疾病。

如:“故贵脱势,虽不中邪,精神内伤,身必败亡;始富后贫,虽不伤邪,皮焦筋屈,痿痹为挛。”(《素问·疏五过论》)

“因境遇者,盖七情不损,则五劳不成,……从来孤臣泣血,子坠心,远客有异乡之悲,闺妇有陌头之怨,或富贵而骄佚滋甚,或贫贱而窘迫难堪,此皆能乱人情志,伤人气血”。(《理虚元鉴》)

“阴寒直中之证,……惟流离穷困之世多有之。若当时治平,民安报暖,则直中之病少见”。(《景岳全书》)

刺激不仅来自对外界的反应,更源自人的内心。情志异常往往因为人的欲望得不到满足而导致,若人的内心私欲太过,遇事就会斤斤计较,患得患失,心神日夜不宁,日久则导致形劳精亏,影响人体精气血的正常运行,导致精气内郁而变生百病。若人的内心意志不够坚强,遇事则会六神无主,心神慌乱,产生忧愁、焦虑,或是对自身要求太过苛刻,一有不如意,便心中不悦,不能自己,产生连锁反应,由小及大,形成恶性循环,处理事情则更加混乱无序,从而进一步加重对自身的恶性刺激,以至于产生自卑或抑郁情绪。

情志致病是以情志异常为中心的系列变化,情志异常

往往由外界刺激而引发。当外界刺激人体时,人体通过五官九窍进行感觉,通过五脏尤其是心脑进行感应,所谓“任物者谓之心”,通过人的认知评价确立和自己内在需要相符或不符的体验,形成不同的情志反应,当情志反应超过一定的度时,便成为致病的重要因素。因此,外界刺激是引发情志异常反应的扳机,而是否引发情志异常的反应取决于外界刺激的强度和机体本身的耐受能力。

3 情志异常是情志致病的中心环节

3.1 情志之“常”何伤之有

情志在正常情况下的表达,是人的生理机能的正常反应,不仅不能引起疾病,反而对身体有一定的调节作用。古人在很早以前就意识到这一点。

例如《医醇剩义·劳伤》曰:“夫喜、怒、忧、思、恐、悲、惊,人人共有之境。若当喜而喜,当怒而怒,当忧而忧,是即喜怒哀乐而皆中节也。此天下之至和,尚何伤之有?惟未事而先意将迎,既去而尚多留恋,则无时不在喜怒忧思之境中,而此心无复有坦荡之日,虽不欲伤,庸可得乎?”

3.2 情志之“异”致病之因

情志异常,如突然发生的、或长期的过度的情志刺激超过生理正常的范围,即成为致病因素,使脏腑气血功能紊乱,引发某些疾病。如《灵枢·百病始生》曰:“喜怒不节则伤脏”,《灵枢·口问》曰:“故悲哀忧愁则心动,心动则五脏六腑皆摇”。

情志之所以能够成为病因,这与情志刺激的强度、持续时间、产生方式和阈值的大小有直接关系,如《灵枢·口问》曰:“大惊卒恐则气血分离,阴阳破散,经络厥绝,脉道不通”,《千金要方·养生序》曰:“才所不逮强思之,伤也;……深忧重恙,伤也;悲哀憔悴,伤也;汲汲所欲,伤也;戚戚所患,伤也。”

时机——“不时”或“不当”:情志在正常生理状态下,当喜而喜、当怒而怒,若发之不当,则容易引起疾病。

例如:“饮食不节,喜怒不时,津液内溢,乃下留于辜,血通不通,日大不休,俯仰大便,趋翔不能”。(《灵枢·刺节真邪》)

“如草木之应四时也,喜怒当寒暑,威德当冬夏。冬夏者,威德之合也;寒暑者,喜怒之偶也。喜怒之有时而当发,寒暑亦有时而当出,其理一也。当喜而不喜,犹当暑而不暑;当怒而不怒,犹当寒而不寒也;当德而不德,犹当夏而不夏;当威而不威,犹当冬而不冬也”。(《春秋繁露·今注今译》)

强度——“过”:机体在正常情况下,在外界事物的诱发下,会出现情志的变化,但是在一定范围内的情志并非引起疾病,而是自身机体调节的一种保护性反应,但当情志变化很大,超出了人体所能承受的范围,就可能会引起疾病,并且这种恶性后果的程度与刺激的强度成正比。

例如:“阳气者,大怒则形气绝,而血苑于上,使人薄厥”(《素问·生气通天论》)

“凡欲诊者,必问饮食居处,暴乐暴苦,始乐后苦,皆伤精气,精气竭绝,形体毁沮。暴怒伤阴,暴喜伤阳,厥气上行,满脉去形”。(《素问·疏五过论》)

时间——“久”:有些情志刺激虽然强度不大,但是长期的刺激而产生积累效应,使身体逐渐不能承受,直到某一

天而出现病理的情况,这是一个从量变到质变的过程。诸如久悲、久思、过忧等持续不良的心境可积久而成病。

例如:“精神不进,志意不治,故病不愈。今精坏神去,荣卫不可收复,何者?嗜欲无穷,而忧患不止,精神驰坏,荣泣卫除,故神去之而病不愈。”(《素问·汤液醪醴论》)

频率——“数”:有些刺激虽然强度不大,但是刺激的次数累积不断从而产生累积效应。

例如:“形数惊恐,经络不通,病生于不仁,治之以按摩醪药,是谓形”。(《灵枢·九针论》)

方式——“卒”:有些刺激往往人们能够注意或理解到,而有些刺激则出乎人们的意料之外,这些刺激由于无法预料、无法控制对人体产生的危害也相对较大,容易引起某些疾病。

例如:“大惊卒恐,则血气分离,阴阳破散,经络厥绝,脉道不通,阴阳相通,卫气稍留,经脉虚空,血气不次,乃失其常。”(《灵枢·口问》)

阈值——“低”:情志刺激不管是强度、持续时间和刺激方式的不同,产生这些不同的原因与机体本身的承受力有关,也就是说每个机体对情志刺激耐受的阈值大小不同,所以同样强度的刺激对不同的机体所产生的效应也就不同,也是情志刺激机体是否产生疾病的关键所在。个体阈值的水平,不仅反映了个体对情志变化的生理调节范围,同时也是衡量精神刺激强度及其是否致病的标值。而情志阈值的大小对于一个人不是一成不变的,正如童园园^[5]所说:“阈值是以个体的体质类型为基础,并且以五脏的素质和即时的机能状态为主体,同时,各种社会因素,如文化背景、道德标准、传统观念等又不断对其进行着再塑”。

4 认知是导致情志异常进而致病的重要过程

认知是对客观刺激进行信息加工的过程,包括对自我的认知和对社会的认知。认知受多方面因素的影响,决定于一个人的性格和脑的思维方式,又受到后天的经历、学识等的影响。《荀子·正名》中云:“情然而心为之择”,有什么样的情绪反应是由“心”对事物的认知所决定的。对同一外界刺激,不同的认识产生不同的情志反应,即当个体感受某种外界刺激时,先于情志反应,有一个对情景或刺激的评价定位,这个评价定位,直接影响情志反应的性质、趋向和强度^[6]。正如著名心理学家艾利斯认为,人的情绪并不是由某一诱发事件本身所直接引起的,而是由经历了该事件的个体对这一事件的认知、解释和评价所引起。

参考文献

- [1] 王琦. 中医体质学[M]. 北京:人民卫生出版社, 2005 2 68
- [2] 王琦. 论中医体质研究的三个关键问题(上)[J]. 中医杂志, 2006 47(4): 250-252
- [3] 孙理军. 论中医体质理论的构建方法[J]. 陕西中医学院学报, 2006 29(6): 13-15
- [4] 邢玉瑞. 黄帝内经释难[M]. 上海:上海中医药大学出版社, 2006 225
- [5] 童园园. 七情致病机理内涵探析[J]. 安徽中医学院学报, 1996 15(2): 4-7
- [6] 董少萍. 论七情致病的内在因素[J]. 中国医药学报, 2002 17(6): 333-335