

DOI: 10.13703/j.0255-2930.20221130-k0004

中图分类号: R 246.7 文献标志码: A

## 基于“心身医学”探讨针灸“调神治形”治疗慢性荨麻疹\*

高 晖<sup>△</sup>, 段行武<sup>✉</sup>

(北京中医药大学东直门医院皮肤科, 北京 100700)

**[摘要]** 基于“心身医学”理论探讨针灸“调神治形”治疗慢性荨麻疹的思路。慢性荨麻疹同时存在气血功能失调和精神情志异常,二者相互影响,互为因果,即“心身同病”,临床诊治应重视心身同治,以协同增效。针灸“调神治形”治疗慢性荨麻疹,通过调脑神、心神、脏神、气机以“调神”,调气和营、祛风止痒为则以“调形”,采用针刺配合艾灸、刺络拔罐、耳穴疗法等综合治疗,将“治神”贯穿辨治全程,医患配合,共奏气血冲和、心身安宁之效。

**[关键词]** 慢性荨麻疹; 针灸; 心身医学; 调神治形

### Treatment of chronic urticaria with acupuncture and moxibustion by "mind-body regulation" based on "psychosomatic medicine"

GAO Hui<sup>△</sup>, DUAN Xing-wu<sup>✉</sup> (Department of Dermatology, Dongzhimen Hospital of Beijing University of CM, Beijing 100700, China)

**ABSTRACT** The treatment idea for chronic urticaria with acupuncture and moxibustion by "mind-body regulation" is explored in reference with "psychosomatic medicine". Chronic urticaria refers to "mind and body comorbidity" because *qi* and blood dysfunction and emotional abnormality are presented simultaneously in the disease and affected each other. In clinical diagnosis and treatment, the mutual regulation of mind and body should be considered to improve the curative effect. In treatment with acupuncture and moxibustion, through regulating the mind of brain, heart and *zang* organs, as well as *qi* movement, the mental activity is adjusted; through harmonizing the defensive *qi* and the nutrient blood, eliminating wind and stopping itching, the unhealthy conditions of body are treated. The comprehensive therapy of acupuncture is adopted in combination with moxibustion, bloodletting and auricular point therapy, in which, "regulating the mind" goes through the whole process of treatment, and the doctors and patients are well cooperated to ensure the *qi*-blood harmonization and the mind-body wellness.

**KEYWORDS** chronic urticaria; acupuncture and moxibustion; psychosomatic medicine; mind-body regulation

慢性荨麻疹 (chronic urticaria, CU) 是一种常见的变态反应性皮肤病,表现为大小不等的风团或血管性水肿伴瘙痒,反复发作超过 6 周,人群患病率在 1%~1.5%<sup>[1]</sup>。本病反复发作的风团、瘙痒严重影响患者的生活质量和身心健康<sup>[2]</sup>,是典型的心身疾病,有研究<sup>[3]</sup>表明约 46% 的 CU 患者伴有焦虑、抑郁、情绪化、人际敏感性、失眠、压力大等不良社会心理因素。由于本病因常难以明确,目前现代医学以对症治疗为主。抗组胺药、激素、免疫抑制剂等均为 CU 常规治疗药物,但存在作用时间较短、长期疗效不佳、药物不良反应、停药后易复发等局限性<sup>[4-5]</sup>。针灸治疗本病具有疗效稳定、不良反应少及复发率低

等优势<sup>[6]</sup>。本文基于“心身医学”理论,探讨针灸心身同调、“治神调形”治疗 CU 的思路,现介绍如下。

#### 1 “心身医学”与中医学理论的一致性

现代医学由传统生物医学模式转变为生物-心理-社会医学模式的历程中,心身医学应运而生。作为一门新兴学科,心身医学主要探讨心(精神-心理、社会、伦理等)与身(躯体的结构与功能)之间的相互关系在健康的保持和疾病发生、发展、康复中的作用<sup>[7]</sup>。心身医学理论基础与中医学“整体观”“形神一体观”等理论具有高度一致性<sup>[8]</sup>,世界心身医学会前主席、瑞典心身医学会创始人 Tatjana Sivik 教授曾明言,心身医学起源于中医的《黄帝内经》和《伤寒杂论》,充分肯定了中医对心身医学的贡献和价值。

中医认为人是一个有机整体,构成人体的各组织

\*国家中医药管理局中医药行业科研专项: 2015468001

✉通信作者: 段行武, 主任医师、教授。E-mail: xwduan@sina.com

△高晖, 北京中医药大学博士研究生。E-mail: 573842309@qq.com

器官都不是独立存在的,它们在结构上相互沟通,在功能上相互协调、互为补充,在病理上相互影响,强调人本身的统一性和完整性,即中医“整体观”。“形神一体观”是中医整体观的重要体现,它强调机体的形与神是统一的整体,认为人体的生命活动与自身形体和精神密不可分,形神相互为用、高度统一。如张景岳在《类经》中言:“形者神之质,神者形之用,无神则形不可活,无形则神无以生”“形神俱备,乃为全体”。形是神的物质基础,神是形的高级功能的体现,二者相互影响。《素问·上古天真论》言:“……形与神俱,而尽终其天年”,认为只有心理和身体的双重健康才是真正的健康,这也与现代医学把“身心健康”作为对“健康”这一定义提出的更高要求及所追求的更高目标,将疾病从单一生理层面放到生理-心理双重层面进行研究和治疗的观点不谋而合<sup>[9]</sup>。可见,心身医学部分理论与中医“形神一体观”高度契合,心身医学中心理研究层面相当于中医的“神”,生理研究层面相当于中医的“形”,心与身的关系也可理解为形与神的关系。《素问·上古天真论》云:“精神内守,病安从来”;《素问·移精变气论》亦言:“得神者昌,失神者亡。”因此在临床实践中,应关注躯体病症与心理状态之间的密切联系,做到形神兼顾、心身同调,以期达到“形神合一,阴平阳秘”的状态。

## 2 慢性荨麻疹是一种典型的心身疾病

CU 属于中医“瘾疹”“游风”等范畴。本病病位在皮肤肌表,病因主要责之于禀赋不耐、卫外不固、饮食或情志内伤,风邪乘虚侵袭,营卫失和,气血津液宣发和输布失常,郁闭而生,属于本虚标实之证<sup>[10]</sup>。《诸病源候论·风瘙隐疹候》言:“风入腠理,与血气相搏,结聚起,相连成隐疹。”风邪是荨麻疹发病过程的中心环节,风邪有外来、内生之分,CU 多由体内阴阳气血失调形成的内风引起<sup>[11]</sup>。CU 表现在外的风团,即为有形可见的“形病”;其瘙痒难耐的症状,常导致患者出现烦躁、焦虑、失眠等情志异常改变,即为 CU 之“神病”,二者相互影响,互为因果,即“形神同病”。

《素问·至真要大论》言:“诸痛痒疮,皆属于心。”心神调畅,血脉充盈,则肌肤荣润无疾;若情志失调,心神被扰或失养,可影响心之气血阴阳的正常运行,耗伤阴血,致肌肤失养,发为缠绵难愈之 CU;瘙痒引起的心神不安日久不愈,可加重病机矛盾的多面性和复杂性。肌肤血分的异常变化导致心神

失养而瘙痒不止、烦躁不安,是 CU 风团反复发作的关键病机。此外,肝主疏泄,喜条达而恶抑郁,当情绪紧张或者抑郁时,肝失疏泄,气机阻滞,气血阴阳失调,则腠理失和而发病;本病病程迁延,亦常导致患者出现焦虑、抑郁等症状,最终形成“因病致郁”“因郁致病”的恶性循环。因此,调控精神情志对于 CU 的治疗具有重要意义。

从心身医学角度来看,CU 不是单纯的皮肤疾病,而是整体背景下发生的复杂的心身疾病,在考虑局部皮肤异常的同时,也要重视精神因素的影响。现代研究<sup>[12-13]</sup>表明,CU 的发病及迁延不愈可能与焦虑及抑郁症状等精神因素密切相关。一方面,焦虑、抑郁、急躁情绪能改变下丘脑-垂体-肾上腺轴活动度,加剧外周炎症反应,促进肥大细胞活化,诱发荨麻疹<sup>[14]</sup>;另一方面,CU 瘙痒反复发作,迁延难愈,严重影响患者的生活质量,导致焦虑和抑郁,研究<sup>[15]</sup>显示 48% 的 CU 患者伴发焦虑和抑郁症状。精神因素与 CU 互相影响,形成恶性循环,也成为 CU 治疗的难点<sup>[16]</sup>。而临床研究<sup>[17-18]</sup>亦发现,综合性心理治疗可提高 CU 治疗的效果,并可改善患者的生活质量,医生诊疗时关注患者情绪变化,患者就诊满意度和医患信任程度明显提高。由此可见,精神情绪等因素可直接影响 CU 的发病、转归及疗效,因此其心身疾病属性日益受到关注,CU 治疗中应重视身心同治。

## 3 针灸“调神治形”治疗慢性荨麻疹

### 3.1 调神为先:形神同调,气随神行,神治则形全

《素问·宝命全形论》言:“凡刺之真,必先治神”,明代医家张介宾强调“医必以神,乃见无形;病必以神,血气乃行。故针以治神为首务”。“治神”为针刺操作之首要原则,应贯穿针灸辨证论治的全程。对于 CU,其反复发作的风团、瘙痒常导致患者出现心烦、急躁等“神病”,并形成因病致郁、因郁致病的恶性循环,治疗应以调神为先,治神以调形,神治则形全。针刺调神治疗 CU 主要从调脑神与心神、调脏神、调气机 3 个方面考虑。

#### 3.1.1 调脑神、心神,以“神”治“神”

“脑为元神之府”“主持五神,以调节脏腑阴阳、四肢百骸之用”;心藏神,为形之君,神明之主。正如《医学衷中参西录》所言:“心脑息息相通,其神明自湛然长醒”“神明藏于脑,发于心”,人体的生命精神活动由心脑共同调节<sup>[19]</sup>,即“心脑共主神明”。故在 CU 的治疗中,取百会、印堂、神门、内关等穴以调脑神、心神,促进神气之游行出入,以“神”治

“神”，调理情志。

百会、印堂二穴均属于督脉，督脉上通于脑，又有支脉贯心，针刺二穴可直接起到健脑安神的作用。而百会位居头之巅顶，为足太阳经、手足少阳经、足厥阴经和督脉 5 条经脉的交会穴，又称“三阳五会”，可助督脉统领一身之阳，平调阴阳，又能调补诸经之气，合印堂共奏通督醒神、宁神安脑、调畅情志之功。临床研究<sup>[20-21]</sup>亦证实，百会、印堂对焦虑、抑郁有良好的治疗效果。王冰言：“心寂则痛微，心躁则痛甚，百端之起，皆自心生，痛痒疮疡生于心也”，神门为心经的原穴、输穴，是其原气经过和留止之处，《灵枢·九针十二原》载：“五脏有疾，应出十二原”，针刺神门能调节心之脏腑、经络功能，令气血和则神魂安定；内关为手厥阴心包经络穴，《会元针灸学》云：“内关者，阴维脉所发，是心包经之络脉，通于任脉关于内脏，血脉之连络，故名内关。”可见内关能统调全身气血，刺之可宽胸理气、宁心安神、镇静止痒。两穴配伍，可补益心气、疏通血脉以调身之气血，宁心定志、镇静止痒以畅心神。

### 3.1.2 调脏神，阴阳气血调衡，神有所安

中医学认为，人的精神意识活动是脏腑生理功能的反映，“人有五脏化五气，以生喜怒思忧恐”，五脏与神的活动密切相关。如《灵枢·卫气》曰：“神生于五脏，舍于五脏”，脏神藏于五脏，既是五脏功能状态的体现，又可影响五脏的功能状态，五脏不和则伤神，情志过度则伤脏<sup>[22]</sup>。CU 反复发作、迁延不愈，并随之出现“神”的病变，究其内因与久病耗伤气血、脏腑功能失调密切相关。五脏背俞穴为五脏六腑之经气输注出入之处，刺之可宁心安神、宣肺健脾、疏肝补肾，恢复五脏正常功能；且五脏俞皆分布于膀胱经第一侧线上，而足太阳膀胱经“上额，交巅……从巅入络脑”，其气通于元神之府，刺之可兼调先天之元神与后天之脏神，令阴阳气血平衡，神有所安，达到形神同治的目的。

现代医学研究<sup>[23]</sup>证实，背俞穴的分布规律与交感干、交背联系点的体表投影线重合率较高，与所属脏腑的脊神经节段分布大致吻合。五脏俞受自主神经支配，对其进行良性刺激，可通过神经的轴突反射、节段反射直接影响脏腑功能、增强机体抗病能力，从而达到恢复生理平衡、消除病理过程、抵御疾病的目的<sup>[24]</sup>。亦有研究<sup>[25]</sup>应用背俞穴治疗心身疾病，发现除调节患者机体失调外，还可起到振奋精神、调整情志的效果。可见无论是古代文献还是现代研究均证

实，背俞穴能从身心两面对人体起到调节作用。

### 3.1.3 开四关，调气机、畅情志

CU 作为一种典型的心身疾病，情志变化对其有重要的影响，而情志内伤的基本病机为气机郁滞，气机郁滞则多责于肝失条达。如《医碥》曰：“百病皆生于郁……郁而不舒则皆属肝木之变也。”因此，针灸“调神”治疗 CU 还应注重调气机以畅情志。《针灸大成》指出：“四关者，五脏有十二原，出于四关，合谷、太冲是也。”合谷为手阳明大肠经原穴，大肠与肺相表里，肺主皮毛，针刺合谷可疏风泄热、镇静止痒；太冲为足厥阴肝经之输穴、原穴，肝体阴而用阳，肝藏血调节血量为体，肝主疏泄调畅气机为用，针刺该穴可调畅气血、疏肝解郁。《针灸穴名解》曰：“合谷、太冲各二穴，名为四关，以其能大开通也。”二穴相合，以调和气血、疏肝解郁、镇静止痒，是治疗精神神经类疾病、心身疾病的重要穴对。

实验研究表明，针刺可显著上调抑郁模型大鼠海马区域环磷酸腺苷（cAMP）应答元件结合蛋白（CREB）和脑源性神经营养因子（BDNF）的表达，而这一区域被认为与精神活动、情绪变化等关系密切<sup>[26]</sup>；电针“四关”穴可有效修复慢性应激抑郁模型大鼠海马星形胶质细胞形态和超微结构损伤，增加其脑干 5-羟色胺（5-HT）和去甲肾上腺素含量，从而发挥抗抑郁效应<sup>[27-28]</sup>。

## 3.2 治形为要：身心同治，气血调和，形调则神安

### 3.2.1 针刺治形，以调气和营、祛风止痒为则

CU 属本虚标实之证，其反复发作、迁延难愈，与人体阴阳气血失衡、正气虚难以驱邪外出有关。针灸治疗 CU 除注重“调神”外，还应遵循“调气和营，祛风止痒”的治疗原则选穴施术，令气血条达、阴阳调衡，达到祛风止痒、扶正祛邪的临床效果，常取曲池、合谷、足三里、血海、委中、膈俞、三阴交、风池等穴位。

《疡医大全》曰：“胃与大肠之风热亢盛已极，内不得疏泄，外不得透达，拂郁于皮毛腠理之间，轻则为疹。”病在阳中之阳（皮肤）者，取阳之合，故取手足阳明经腧穴。大肠经与肺经相表里，而肺主皮毛，曲池为手阳明经合穴，功善开泄，与合谷同用，可祛风泄热、行气活血止痒，《针灸资生经》载：“曲池，以刺风瘾疹”。足三里为足阳明经合穴，刺之可健运脾胃、培土生金，以和气血、固卫表，使卫表固护则外风不入，气血得和则内风自止。3 穴共奏通经络、行气血、疏风清热、调营祛邪之功。



风邪是 CU 发病的中心环节, 血热、血虚、血瘀均可化燥生风, 风邪郁阻于肌肤, 引起皮肤风团、瘙痒难耐等症状反复发作, 病久则耗气伤阴, 血虚生风, 外发于肌肤, 内伤于正气而致反复发作。风池是治风要穴, 可祛内外之风邪, 且为少阳经、阳维脉、阳跷脉之交会穴, 能激发少阳经气, 舒畅肝胆, 调畅气血, 调节情志。此外, 正所谓“治风先治血, 血行风自灭”, 血脉充盈, 运营周身, 肌肤荣润, 则“正气存内, 邪不可干”。因此, 取血海、三阴交、膈俞、委中等穴, 以调畅气血、疏风止痒。血海为足太阴脉气所发, 气血归聚之处, 《会元针灸学》云: “血海者……通血之要路”, 血海可养血活血, 是治疹要穴之一, 其与曲池合用可调和营卫、清热活血; 三阴交为足三阴经交会穴, 有养血活血、滋阴润燥、祛风止痒之效, 长于治血分病变; 此外, 本病邪在营血, 膈俞为血之会, 可活血祛风, 委中又名血郄, 亦为阳之合, 二穴同用可理血和营。

### 3.2.2 病证结合, 知达常变, 巧择灸罐, 善用耳穴

针灸临诊过程中应重视将辨证与中医及西医辨病相结合, 在整体把握疾病病位、病性、病势及发展变化的基础上, 灵活配伍, 巧择术法。CU 为心身共病之疾, 在治疗中应立足整体, 知常达变, 在针刺调神治形的基础上兼顾次症, 辨证配穴。偏于风热者, 配大椎、风门、孔最、大杼以疏风清热; 偏于风寒束表者, 配风门、肺俞、列缺以疏风散寒; 偏于胃肠积热, 伴有消化道不适者, 配天枢、足三里、梁丘、内庭以通腑健运; 正气虚弱者, 配中脘、气海、关元以培本固元; 对于顽固瘙痒患者, 可对症配伍经验效穴百虫窝, 本穴功善活血祛风止痒, 为治疗风疹瘙痒的要穴。

对于顽固性 CU, 单纯针刺常较难根除, 可配合其他疗法综合治疗。CU 久病不愈, 属病邪胶结于肌表, 血行不畅, 可取大椎、背俞穴刺络拔罐, 以清血热、逐血瘀, 使新血得生、营卫调和、阴阳平衡, 扶正以祛邪<sup>[29]</sup>; 亦可配合神阙穴拔罐, 激发全身经脉之经气、调整脏腑之功能、振奋机体之阳气, 可扶助正气、祛风通络、行气活血以止痒。此外, 如《备急千金要方·卷二十五·第五》载: “瘾疹: 举体痛痒如虫啮, 痒而搔之, 皮便脱落作疮, 灸曲池二穴随年壮, 发即灸之神良。”对于风寒、湿邪偏重或正气虚弱者, 可配合灸法以温经散寒、行气活血。

值得注意的是, 耳穴对于 CU 的身心治疗具有重要意义。《灵枢·邪气脏腑病形》云: “十二经脉, 三

百六十五络, ……其别气走于耳而为听。”耳穴与五脏六腑、四肢百骸关系密切, 是沟通机体内外的一个重要部位, 通过刺激与脏腑经脉相对应的耳穴, 可以调节诸脏器的功能活动。现代研究<sup>[30]</sup>也发现, 中枢神经系统与皮肤包括耳壳都起源于神经外胚层, 大脑与皮肤的这种关联被总结为“脑-皮”轴。耳穴疗法可通过刺激耳内皮肤感应点, 调节神经-体液-内分泌和自主神经系统, 改善免疫功能、抑制过敏反应<sup>[31]</sup>, 并通过“脑-皮”轴起到镇静安神、消疹止痒的作用。临诊可取肺、神门、风溪、内分泌、皮质下、肾上腺等耳穴行贴压法, 以疏通经络、调节脏腑、调神止痒, 达到心身同治的目的。

### 3.3 粗针调形、细针调神, 神气相随, 身心乃治

针灸调神治形中, 针具的选择与针刺手法也是重要环节。应基于 CU 形神共病的病机特点及治疗所选的穴位性质, 依据“粗针调形、细针调神”的原则, 有针对性地选择针具及针刺手法。对于百会、印堂、内关、神门、太冲这类“调神”腧穴, 可选择直径 0.18 mm 或 0.20 mm 的细毫针刺入 10 ~ 15 mm, 得气后施以捻转补法, 予较轻刺激以安神志而治疗 CU 瘙痒引起的神志不安等“神病”, 亦可取其无痛可久留针的特点, “静以候气”, 令气定则神安; 对于合谷、曲池、足三里、三阴交、膈俞、委中、风池这类“调形”腧穴, 可采用直径 0.25 mm 或 0.30 mm 的较粗毫针刺入 15 ~ 25 mm, 得气后施以捻转平补平泻法, 予较强刺激以治疗 CU 风疹团块等“形病”。如此将“调形”针法与“调神”针法相结合, 达到形神共调、身心同治的目的。

同时, 如《标幽赋》曰: “气速至而速效, 气迟至而不治”。针刺得气是针刺治疗取得疗效的重要基础, “夫行针者, 贵在得神取气”, 神气相随, 难以分离。医生在针灸治疗过程中须“端以正, 安以静”, 凝神体察针刺反应, 补虚泻实而调之, 以使神归其室; 同时要始终密切关注患者的反应, “以我之神, 合彼之神”, 以神驭气, 促进气至; 整个施治过程中患者也应该专注于针刺治疗, “神不朝而勿刺, 神已定而可施”<sup>[32]</sup>。除此之外, 医患双方还要做到“针后养神”, 医者应注重在日常中养心调身, 使身心修炼达到“虚静恬淡”的状态; 患者也应重视日常调摄, 修养身体, 减少刺激性食物和药物的摄入, 保持情绪平稳, 增强自我调摄能力, 如此医者养心、患者养身, 医患互动, 以求得治神调气、心身同治最大的治疗效果。

## 结语

随着医学的发展和进步,人们对“健康”提出了更高的要求,研究心理、行为及社会因素对于疾病影响的“心身医学”应运而生,现代医学也逐步向生物-心理-社会医学模式转变,要求立足整体认识疾病,重视精神心理因素在疾病过程中的重要作用,这一观点与中医整体观及形神一体观高度契合。从“心身医学”的角度来看,CU 发病及迁延不愈与情绪因素密切相关,属于典型的心身疾病,因此针灸临床诊治中应立足整体,重视调神治形、心身同治。在治疗中,强调“调神”为先,令气随神行,神治而形全;“调形”以调气和营、祛风止痒为则,并随证灵活加减配穴,使形调疹痒消而神自安,使用“粗针调形、细针调神”,并伍以耳穴贴压心身同治;对于病情迁延者,可配合艾灸、拔罐、放血等方法协同增效。此外,强调将“治神”贯穿辨治全程,重视医生与患者的双向互动,医者养心、患者养身,共奏气血冲和、心身安宁之效。

## 参考文献

- [1] Zuberbier T, Aberer W, Asero R, et al. The EAACI/GA<sup>2</sup>LEN/EDF/WAO guideline for the definition, classification, diagnosis and management of urticaria[J]. Allergy, 2018, 73(7): 1393-1414.
- [2] Chu CY, Cho YT, Jiang JH, et al. Patients with chronic urticaria have a higher risk of psychiatric disorders: a population-based study[J]. Br J Dermatol, 2020, 182(2): e62.
- [3] O'Donnell BF. Urticaria: impact on quality of life and economic cost[J]. Immunol Allergy Clin North Am, 2014, 34(1): 89-104.
- [4] Staevska M, Popov TA, Kralimarkova T, et al. The effectiveness of levocetirizine and desloratadine in up to 4 times conventional doses in difficult-to-treat urticaria[J]. J Allergy Clin Immunol, 2010, 125(3): 676-682.
- [5] Kim JK, Har D, Brown LS. Recurrence of chronic urticaria: incidence and associated factors[J]. J Allergy Clin Immunol Pract, 2018, 6(2): 582-585.
- [6] 李志元, 纪军, 徐佳. 针灸治疗慢性荨麻疹现状分析与展望[J]. 上海针灸杂志, 2012, 31(5): 360-364.
- [7] 吴爱勤, 袁勇贵. 中国当代心身医学研究: 1994-2014[M]. 南京: 东南大学出版社, 2015: 1-3.
- [8] 赵志付, 柳红良, 原晨, 等. 心身医学理念与中医学一致性的探讨[J]. 环球中医药, 2014, 7(10): 766-768.
- [9] 袁勇贵, 岳莹莹. 中国心身医学学科发展方向和机遇[J]. 东南大学学报(医学版), 2020, 39(5): 557-561.
- [10] 范瑞强, 邓丙成, 杨志波. 中医皮肤病学: 临床版[M]. 北京: 科学技术文献出版社, 2010: 326-333.
- [11] 张苍, 李伯华, 王乐, 等. 论慢性荨麻疹的中医核心病机与辨治思路[J]. 北京中医药, 2019, 38(5): 403-406.
- [12] 吴意平, 常建民, 傅裕, 等. 慢性荨麻疹与精神焦虑及抑郁症状相关性研究[J]. 中华皮肤科杂志, 2003, 36(2): 85-87.
- [13] 迟慧彦, 郎娜, 陈少君, 等. 黄尧洲运用镇心安神法治痒痒性皮肤病临床经验[J]. 中国中医基础医学杂志, 2021, 27(11): 1821-1823.
- [14] Kim JE, Cho BK, Cho DH, et al. Expression of hypothalamic-pituitary-adrenal axis in common skin diseases: evidence of its association with stress-related disease activity[J]. Acta Derm Venereol, 2013, 93(4): 387-393.
- [15] Tat TS. Higher levels of depression and anxiety in patients with chronic urticaria[J]. Med Sci Monit, 2019, 25: 115-120.
- [16] Konstantinou GN, Konstantinou GN. Psychiatric comorbidity in chronic urticaria patients: a systematic review and meta-analysis[J]. Clin Transl Allergy, 2019, 9: 42.
- [17] 肖文, 马梁红, 骆桂秀, 等. 综合性心理治疗慢性荨麻疹的临床研究[J]. 广西医科大学学报, 2002, 19(4): 486-488.
- [18] Maurer M, Ortonne JP, Zuberbier T. Chronic urticaria: a patient survey on quality-of-life, treatment usage and doctor-patient relation[J]. Allergy, 2009, 64(4): 581-588.
- [19] 贾耿. 命门、元神脑神、识神心神关系再探讨(三) 识神心神[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(9): 24-28.
- [20] 陈英华, 孙玮, 李俊峰, 等. 和调督任法针灸治疗广泛性焦虑症 56 例[J]. 中国针灸, 2021, 41(5): 510.
- [21] 金红, 郑熙圆, 陈颖, 等. 针刺百会、印堂治疗抑郁症的研究概况[J]. 中国民族民间医药, 2021, 30(11): 62-66.
- [22] 陈晟, 王军, 赵琪, 等. 浅析“调神”在针刺治疗过敏性鼻炎中的意义[J]. 中医杂志, 2015, 56(13): 1105-1108.
- [23] 吴新贵, 何源浩. 背俞穴的主治作用及其机制[J]. 中国临床康复, 2006, 10(43): 170, 182.
- [24] 赵鸿龙. 针刺五脏背俞穴的临床体会[J]. 山西职工医学院学报, 2010, 20(1): 57-58.
- [25] 王巍. 背俞穴对五脏神的整合效应及其临床应用[J]. 针灸临床杂志, 2008, 24(9): 29-30.
- [26] 符文彬. 疏肝调神法治抑郁症的临床及受体后信号转导机制的研究[D]. 长沙: 湖南中医药大学, 2008.
- [27] 姜硕, 黄彬, 樊凌, 等. 电针四关穴对抑郁大鼠海马星形胶质细胞形态的影响[J]. 中华中医药杂志, 2015, 30(1): 216-218.
- [28] 张鹏, 叶海敏, 吴清明, 等. 电针“四关”穴及相应单穴对 PSD 大鼠海马 5-HT、NE 的影响[J]. 中医药导报, 2016, 22(8): 40-42, 45.
- [29] 王艳君, 石钰, 李宏坤, 等. 基于玄府理论的刺络拔罐结合耳穴贴压治疗慢性自发性荨麻疹: 随机对照研究[J]. 中国针灸, 2022, 42(2): 157-161.
- [30] Teitelman G, Joh TH, Reis DJ. Linkage of the brain-skin-gut axis: islet cells originate from dopaminergic precursors[J]. Peptides, 1981, 2: 157-168.
- [31] 杨卉. 耳针疗法作用机理的研究进展[J]. 湖北中医药大学学报, 2011, 13(2): 65-67.
- [32] 赵吉平. 论《素问·宝命全形论》“凡刺之真, 必先治神”[J]. 北京中医药大学学报, 2009, 32(2): 77-79.

(收稿日期: 2022-11-30, 网络首发日期: 2023-02-13, 编辑: 李婧婷)